

07 Standweitsprung

SW



BENÖTIGT WIRD

- Maßband
- Kreppband
- mindestens eine Person zur Testdurchführung

GEMESSEN WIRD

- Entfernung von der Absprunglinie bis zur Ferse des hinteren Fußes
- Sprungweite in Zentimetern
- 2 Durchgänge

WICHTIGE HINWEISE

- Testaufgabe wird mit Sportschuhen durchgeführt.
- Es gibt KEINEN Probeversuch.
- Eindeutig gekennzeichnete Absprunglinie.
- Absprung und Landung müssen beidbeinig erfolgen.
- Korrekte Ansetzung des Maßbandes, um tatsächliche Sprungweite zu messen.
- Das Kind benötigt zwei gültige Durchgänge.
- Ungültige Durchgänge werden wiederholt, bis das Kind zwei gültige Durchgänge durchgeführt hat.



TIPP

- Maßband an Absprunglinie auf Boden auslegen und mit Kreppband befestigen
- Mit dem Klemmbrett oder einem Lineal eine Verbindung von der Ferse des hinteren Fußes im rechten Winkel zum Maßband legen, um die Weite korrekt abzulesen

FEHLER

- Bei der Landung darf mit der Hand nicht nach hinten gegriffen oder der Boden berührt werden
- Kind darf bei Landung nicht nach hinten fallen
- Absprunglinie darf nicht berührt oder übertreten werden