

# Sächsisches Kindersportabzeichen - Einzelprüfkarte

Kindertagesstätte/ Verein

Name  Vorname

Geschlecht und Alter: ml.  weibl.  3 - 4 Jahre  5-6/7 Jahre

Übung	Ergebnisse	Punkte*	Erläuterungen
-------	------------	---------	---------------

*\*Punkte: Die pro Übung erreichte Leistung ist durch Ankreuzen des jeweiligen Punktwertes zu bewerten.*

**1. Standweitsprung**

1. Versuch	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	cm	Bestwert			
2. Versuch	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	cm	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	cm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Versuch	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	cm				

<p><b>3-4 Jahre</b> <u>drei Versuche:</u> &lt; 40 cm = 1 Punkt 40 - 80 cm = 2 Punkte ab 80 cm = 3 Punkte</p>	<p><b>5-6/7 Jahre</b> <u>drei Versuche:</u> &lt; 80 cm = 1 Punkt 80-119 cm = 2 Punkte ab 120 cm = 3 Punkte</p>
--	--

**2. Zielwerfen**

1. Versuch	<input style="width: 20px; height: 20px;" type="checkbox"/>	Anzahl Treffer	Bestwert			
2. Versuch	<input style="width: 20px; height: 20px;" type="checkbox"/>	Anzahl Treffer	<input style="width: 20px; height: 20px;" type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

zwei Versuche:  
pro Versuch 5 Würfe  
0-1 Treffer = 1 Punkt  
2-3 Treffer = 2 Punkte  
4-5 Treffer = 3 Punkte

**3. Rumpfbeugen**

1. Versuch	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	cm (+/- Abstand)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Versuch	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>				

zwei Versuche:  
Abstand zwischen Fingerspitzen und Podestoberkante (Standfläche):  
< -5cm = 1 Punkt, +5 bis -5cm = 2 Punkte,  
>5cm = 3 Punkte

**4. Pendellauf**

1. Lauf	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	sec	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
---------	---	-----	--------------------------	--------------------------	--------------------------

<p><b>3-4 Jahre</b> 4 x 4 m auf Startsignal: &gt; als 12 sec = 1 Punkt 12 sec - 10 sec = 2 Punkte &lt; als 10 sec = 3 Punkte</p>	<p><b>5-6/7 Jahre</b> 4 x 4 m auf Startsignal: &gt; 10 sec = 1 Punkt 8 - 10 sec = 2 Punkte &lt; 8 sec = 3 Punkte</p>
--	--

**5. Balancieren**

1 Punkt, wenn:	Balancieren gelingt <b>weniger als eine Banklänge</b>	
2 Punkte, wenn:	Balancieren gelingt <b>mindestens eine Banklänge</b>	<input type="checkbox"/>
3 Punkte, wenn:	Balancieren gelingt <b>mindestens zwei Banklängen</b>	<input type="checkbox"/>

zwei Versuche:  
zweimal auf umgedrehter Langbank mind 2 m lang, 10 cm breit) balancieren:  
**3-4 Jahre: zweimal vorwärts**  
**5-6/7 Jahre: einmal vorwärts und einmal rückwärts**  
Bestversuch mit 1, 2 oder 3 Punkten kennzeichnen

für Altersgruppe 3-4 Jahre

**6.1 Rollen um die Längsachse**

1 Punkt, wenn:	... mit Hilfe	
2 Punkte, wenn:	... in eine Richtung	<input type="checkbox"/>
3 Punkte, wenn:	... in beide Richtungen	<input type="checkbox"/>

zwei bis drei Versuche:  
**Ganze Drehung um die Längsachse** aus der Rücken- über die Bauch- in die Rückenlage mit gestrecktem Körper:  
je nach Ausführungsqualität 1 - 3 Punkte

nur für Altersgruppe 5-6/7 Jahre

**6.2 Purzelbaum**

1 Punkt, wenn:	... mit Hilfe	
2 Punkte, wenn:	... in den Sitz	<input type="checkbox"/>
3 Punkte, wenn:	... in die Hocke	<input type="checkbox"/>

zwei bis drei Versuche:  
**"Purzelbaum"**  
je nach Ausführungsqualität 1 bis 3 Punkte

für Altersgruppe 3-4 Jahre

**7.1 seitliches Hin- und Herspringen**

1. Versuch	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	Anz. Sprünge	Summe			
2. Versuch	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	Anz. Sprünge	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

fünf Probesprünge/ein Wertungsversuch:  
2 \* 15 sec Springen:

<p><b>3 Jahre</b> 0-7 Sprünge = 1 Punkt 8-15 Sprünge = 2 Punkte ab 16 Sprünge = 3 Punkte</p>	<p><b>4 Jahre</b> 0-11 Sprünge = 1 Punkt 12-24 Sprünge = 2 Punkte ab 25 Sprünge = 3 Punkte</p>
--	--

nur für Altersgruppe 5-6/7 Jahre

**7.2 Hampelmann**

ein Versuch	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	Anz. Sprünge	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
-------------	---	--------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

zwei Versuche:  
10 sec Springen:  
**0-4 Sprünge = 1 Punkt**  
**5 - 9 Sprünge = 2 Punkte**  
**ab 10 Sprünge = 3 Punkte**

Anzahl erfüllte Bedingungen  Gesamtpunktzahl

Vergabe des Kindersportabzeichens (ja/nein)

**Das Kindersportabzeichen wird vergeben, wenn jede der jeweils vorgeschriebenen Stationen (7) mit mindestens einem Punkt bewertet (erfüllt) wurde**

<input style="width: 95%; height: 30px;" type="text"/>	<input style="width: 95%; height: 30px;" type="text"/>	<input style="width: 95%; height: 30px;" type="text"/>
Ort, Datum	Prüferin/Prüfer & KSB/SSB	Unterschrift