



*Hessische
Turnjugend*

SGW

Schüler*innen-Gruppen-Wettkampf

Informationen für Interessierte,
Trainer*innen und Karis

Arbeitshilfe

Schüler*innen-Gruppen-Wettkampf

Herausgeber:

Hessische Turnjugend im Hessischen Turnverband e.V.

Theodor-Heuss-Straße 11

36304 Alsfeld

Inhalt:

Team TGM/TGW Hessen

Stand: Januar 2022

Alle Rechte vorbehalten. Die vorliegende Arbeitshilfe ist ausschließlich zur Nutzung im Rahmen des Wettkampfs **SGW** gedacht. Jede weitergehende Verwendung, auch auszugsweise, bedarf der Genehmigung durch die Hessische Turnjugend.

Kapitelübersicht

1.	Das ist SGW	1
1.1.	Der Wettkampf.....	1
1.2.	Gruppenzusammensetzung.....	1
1.3.	Allgemeine Hinweise	2
2.	Die Disziplinen – nicht messbarer Bereich	3
2.1.	Turnen in der Gruppe	3
	Gestaltung	3
	Schwierigkeit	4
	Ausführung	4
	Rhythmischer Gesamtablauf	5
	Wertung.....	5
2.2.	Gruppengymnastik mit Handgerät.....	6
	Aufbau/Gestaltung	6
	Schwierigkeitsgrad	6
	Ausführung	7
	Rhythmischer Gesamtablauf	7
	Wertung.....	7
2.3.	Singen in der Gruppe	9
	Gestaltung	9
	Schwierigkeit	9
	Ausführung	9
	Textsicherheit und Aussprache	9
	Wertung.....	10
2.4.	Tanzen in der Gruppe	11
	Gestaltung	11
	Schwierigkeit	11
	Ausführung	11
	Umsetzung der Musik.....	12
	Wertung.....	12
3.	Die Disziplinen – messbarer Bereich	13
3.1.	Medizinballweitwurf	13
3.2.	Pendelstaffel 8 x 50 m	14
3.3.	Schwimmstaffel (Freistil) 8 x 50 m	15

1. Das ist SGW

1.1. Der Wettkampf

Der Schüler*innen-Gruppen-Wettkampf (SGW) ist ein Gruppenwahlwettkampf (jede Gruppe wählt 3 aus 6, bzw. 7 möglichen Disziplinen).

Folgende Wettkämpfe werden angeboten:

SGW 11 Mädchengruppen, Jungengruppen, gemischte Gruppen
im Alter bis 11 Jahre, der Jahrgang zählt

SGW 14 Mädchengruppen, Jungengruppen, gemischte Gruppen
im Alter bis 14 Jahre, der Jahrgang zählt

Disziplinen:

a) nicht messbarer Bereich

1. Turnen in der Gruppe
2. Gruppengymnastik mit Handgerät
3. Singen
4. Tanzen in der Gruppe

b) messbarer Bereich

1. Medizinballweitwurf
2. Pendelstaffel
3. Schwimmstaffel – nur bei SGW 14 (Wertungstabelle gemäß aktueller TGM/TGW Arbeitshilfe)

Es sind 3 Disziplinen auszuwählen. Die Disziplin Turnen ist für alle SGW-Gruppen verpflichtend. Außerdem wird eine Disziplin aus b) gewählt. Die dritte Disziplin ist aus a) oder b) frei wählbar. Außerdem kann es eine Überraschungsdisziplin geben, die am Wettkampftag von allem SGW-Gruppen absolviert werden muss und mit maximal einem Punkt in die Gesamtpunktzahl eingeht.

1.2. Gruppenzusammensetzung

Eine Gruppe besteht aus 8 bis 14 Teilnehmer*innen. Es können Mädchengruppen, Jungengruppen oder gemischte Gruppen antreten, wobei der Anteil Mädchen/Jungen bei gemischten Gruppe gleichgültig ist. Allerdings muss das Team dann in jeder Disziplin gemischt antreten.

In den nicht messbaren Disziplinen starten pro Disziplin mindestens 8, höchstens 14 Personen. Startet eine Team mit weniger als 8 Personen wird pro Disziplin 1,00 Punkt abgezogen.

In den messbaren Disziplinen müssen genau 8 Teilnehmende starten. Ein Start mit weniger als 8 Personen ist nicht möglich und führt automatisch zu einem Endwert von 0,00 Punkten in dieser Disziplin. Ausnahme hiervon ist der Medizinballweitwurf: Hier geht nur die tatsächlich geworfene Weite in die Wertung ein

1.3. Allgemeine Hinweise

Für den Start beim Wettkampf ist von SGW-Gruppen eine Vereinszugehörigkeitsliste abzugeben. Diese Liste muss vom Verein abgestempelt und unterschrieben sein.

Wer beim Turnen oder Tanzen eine Musik verwendet, sollte diese vorher digital abgeben, damit die Musik am Wettkampf verwendet werden kann. Details dazu (Fristen und Art der Abgabe) sind auf der Webseite oder in der jeweiligen Ausschreibung zu finden.

Bricht eine Gruppe aus Gründen, die sie selbst zu verantworten hat, ihren bereits begonnenen Vortrag ab, so kann sie noch einmal neu beginnen. In diesem Fall erhält sie einen Punkt Abzug.

Mängel und Störungen, die nicht im Eigenverschulden der Gruppe liegen, z. B. Musikausfall, grobe Behinderung durch Außenstehende usw. führen zu keinem Nachteil für die Gruppe. Die Gruppe ist in derartigen Situationen berechtigt, den Vortrag zu wiederholen.

Tritt während des Vortrags (bei den Disziplinen Turnen, Tanzen und Gymnastik) sichtlich eine Verletzung auf oder wird der Vortrag nicht mehr mit dem kompletten Team fortgeführt, hat das Kampfgericht abubrechen. Die Gruppe hat die Möglichkeit, den Vortrag mit einer Ersatzperson neu zu beginnen oder den bisher gezeigten Vortrag bewerten zu lassen. Bei sichtbarer Verletzung eines oder mehrerer Gruppenmitglieder ist die/der Oberkampfrichter*in in Absprache mit der Wettkampfleitung angehalten, die entsprechende Person bzw. die Personen vom Vortrag auszuschließen.

Aircast, Orthesen, Schienen und Gipsverbände sind nicht erlaubt. Bandagen werden direkt vor dem Wettkampfvortrag kontrolliert. Entsprechen sie nicht den Vorgaben, wird die Person gegebenenfalls vom Vortrag ausgeschlossen. Das Singen ist von dieser Regelung ausgenommen (Details s. Arbeitshilfe TGM/TGW der DTJ).

Das Tragen von Schmuck ist nicht gestattet, d. h. Schmuck ist entweder zu entfernen oder abzukleben.

2. Die Disziplinen – nicht messbarer Bereich

2.1. Turnen in der Gruppe

Als Gruppe turnt ihr zusammen auf einer Fläche aus Bodenläufern. Ihr könnt die Übung frei gestalten. Sucht euch eine Begleitmusik aus und werdet kreativ.

Ihr könnt Geräte in eurer Übung verwenden, aber auch ohne Geräte turnen.

Aus folgenden Geräten kann gewählt werden:

- Bis zu 2 große Kästen (Höhe frei wählbar)
- Bis zu 6 kleine Kästen
- Bis zu 2 Bänke

Baut ihr Geräte ein, sollen diese auch turnerisch genutzt werden. Eine Kombination aus mehreren verschiedenen Geräten ist möglich. Die Gerätewünsche (Anzahl und Art) sind vorher anzugeben. Falls ihr einen Kasten mit einem halben Kastenteil benötigt, schreibt das dazu.

Allgemeines:

- Richtzeit: 2 bis 4 Minuten
- Wettkampffläche: 12 m x 12 m (auf Bodenläufern)
- Kleidung: als Gruppe erkennbar und eng anliegend, sodass sie nicht verrutscht.
- Der Vortrag wird durch Musik begleitet. Wichtig ist, dass das Turnen im Vordergrund steht und die Musik eine unterstützende Funktion hat

Der Fokus liegt darauf, dass die Turner*innen Spaß und Freude am Turnen in der Gruppe haben. Es geht nicht darum, möglichst schwierige leistungsturnerische Elemente zu zeigen.

Folgende Schwierigkeiten dürfen im SGW mit und ohne Partner*in **nicht** geturnt werden:

- Salto/Wurfsalto
- Überschlag mit und ohne Flugphase vorwärts und rückwärts (z. B. Bogengang, Flickflack, Menichelli)
- Freies Rad
- Kopfkippe

Gestaltung

Bei der Gestaltung der Turnübung könnt ihr kreativ werden! Präsentiert euch als Gruppe und zeigt, dass ihr als Team zusammen Spaß am Turnen habt. Im Idealfall wird die gesamte Wettkampffläche genutzt. Sucht euch eine Musik aus, ihr dürft auch mehrere Lieder zusammenschneiden. Eure Musikauswahl wird nicht gewertet, aber das, was ihr daraus macht und wie ihr die Musik umsetzt.

Überzeugt uns davon, dass ihr ohne euer Team die Vorführung nicht zeigen könnt, weil ihr aufeinander angewiesen und miteinander verbunden seid.

Bei der Gestaltung fließen u. a. folgende Aspekte in die Wertung ein:

- Formationsfiguren
Zeigt unterschiedliche Aufstellungsformen in verschiedenen Raum- und Bewegungsrichtungen. Die Wettkampffläche und die Raumebenen sind auszunutzen. Mindestens sechs verschiedene Aufstellungsformen (z. B. Kreis, Block, Reihe) sollen erkennbar sein.
- Bewegungsformen

Achtet auf einen methodischen Aufbau und eine bewegungsmäßige Einheit. Die Verbindungen zwischen den Übungsteilen und Bewegungsbildern sollen harmonisch und abwechslungsreich sein.

- **Bewegungsvielfalt**

Wichtig sind die Vielfalt von Turnbewegungen sowie eine geringe Wiederholungszahl von Übungselementen und Verbindungen. Die Gruppenmitglieder sind gleichwertig einzusetzen.

- **Zeitlicher Aufbau**

Die Zeit soll sinnvoll durch Höhepunkte gegliedert sein. Dieses kann durch individuelle Darbietungen, Gemeinschaftliches, Schwierigkeiten und Dynamik erreicht werden. Stark an den Tanz angelehnte Passagen sollten vermieden werden. Es sollten keine Pausen entstehen.

- **Kreativität**

Tipp: Mit Tanzen, Stehen und Gehen sammelt ihr keine Punkte.

Schwierigkeit

Elemente müssen von mindestens der Hälfte der Gruppe gezeigt werden, um bei der Bewertung berücksichtigt zu werden. Werden sie in Partner- oder Gruppenformen geturnt, können sie den Schwierigkeitsgrad der Übung erhöhen.

- **Akrobatische Elemente**

einfache Formen: z. B. Rolle vor- und rückwärts, Rad, Handstand

schwierige Formen: z. B. Rolle rückwärts in den Handstand, Partnerübung, bei der die Turner*innen zwingend aufeinander angewiesen sind

- **Gymnastische Elemente**

einfache Formen: z. B. Streck sprung, Pferdchensprung

schwierige Formen: z. B. 180-Grad-Drehung, Stand (drei Sekunden gehalten), Schersprung, Rehsprung

- **Verbindungen**

einfache Formen: z. B. Rolle vorwärts, Streck sprung

schwierige Formen: z. B. Rolle vorwärts, Streck sprung mit halber Drehung, Rolle rückwärts

- **Bewegungsbilder**

Werden an unterschiedlichen Stellen dieselben Übungselemente in verschiedene Bewegungsrichtungen zeitgleich geturnt, so entstehen mehrdimensionale, komplexe Bewegungsbilder. An Bewegungsbildern sind immer alle Gruppenmitglieder beteiligt.

Tipp: Durch Aneinanderreihen mehrerer Elemente oder Partnerteile könnt ihr die Schwierigkeit erhöhen.

Ausführung

Zeigt uns die Ausführung der Turnelemente in der richtigen Turntechnik. Die Gefährdung der eigenen Sicherheit und die der anderen Turner*innen, durch das Zeigen von nicht beherrschten Elementen muss ausgeschlossen sein!

Die Kampfrichter*innen sehen auch, ob ihr mit Spaß eure Bewegungen präsentiert, und freuen sich über ein Lächeln auf den Lippen (wenn es zur Musik passt).

Rhythmischer Gesamtablauf

Eure ausgewählte Musik schlägt euch schon einen Rhythmus und Höhepunkte vor. Setzt diese gemeinsam um und nutzt die Ideen, die euch dabei kommen. Zeigt uns, dass die Choreografie von allen Turner*innen sicher beherrscht wird. Die Bewegungsabfolge passt harmonisch zur Musik und ihr überzeugt mit Synchronität und einer erkennbaren zeitlichen Aufteilung der Choreografie.

Hier werden u. a. folgende Aspekte bewertet:

- Sicherheit in der Choreografie
- Gruppenrhythmus
Die Gruppe soll eine Einheit in der rhythmischen Bewegungsfolge erkennen lassen, in der die Bewegungsrhythmen jedes Turnelementes sowie jedes einzelnen Turners integriert sind.
- Übereinstimmung mit der Musik
Die Bewegungsfolge sollte in harmonischem Einklang zur Musik stehen; das hinter der Musik her hetzen oder ein langes Warten auf Einsätze in der Musik soll vermieden werden.

Tipp: Vermeidet es hinter der Musik her zu hetzen oder lange zu warten.

Wertung

In der Disziplin Turnen können maximal 10,0 Punkte erreicht werden. Die Wertung setzt sich wie folgt zusammen:

Bereich	Anzahl Punkte
Gestaltung z. B. Formationsfiguren, Bewegungsformen, Bewegungsvielfalt, zeitlicher Aufbau, Kreativität	30
Schwierigkeit z. B. akrobatische und gymnastische Elemente, Verbindungen, Bewegungsbilder, Partnerelemente	20
Ausführung z. B. Technik und Haltung, Bewegungsweite und Dynamik	40
Rhythmischer Gesamtablauf z. B. Sicherheit der Choreografie, Gruppenrhythmus, Übereinstimmung mit der Musik, Harmonie und Synchronität	10
Gesamt	100

Die Summe der erreichten Punkte wird anschließend durch 10 geteilt. Von diesem Wert werden dann etwaige Abzüge durch die/den Oberkampfrichter*in vorgenommen.

In der Disziplin Turnen gibt es folgende Abzüge:

	Abzug [in Punkten]
Hilfen von außen, z.B. Einsatz, Taktangabe, Hilfestellung	1,00 Punkt
Zeigen von Schwierigkeiten, die nicht geturnt werden dürfen	1,00 Punkt
Unvollständiges Antreten	1,00 Punkt
Ein- oder mehrmaliges Verlassen der Wettkampffläche durch einzelne oder mehrere Gruppenmitglieder	0,10 bis 0,50 Punkte

2.2. Gruppengymnastik mit Handgerät

Die Gruppe zeigt eine Gymnastikvorführung mit Handgerät in selbstgewählter Bewegungsfolge und Bewegungsgestaltung.

Neben den klassischen, wettkampfspezifischen Handgeräten (Reifen, Seil, Ball, Band, Keulen) sind auch alternative Handgeräte (z. B. Gymnastikstäbe) oder auch „Alternativgeräte“ (z.B. Staubwedel, Besen, Stühle, Eimer etc.) zugelassen. Es gelten die Bestimmungen der traditionellen Handgeräte.

Ersatzgeräte dürfen am Rand der Wettkampffläche gelagert werden – pro Seite ein Ersatzgerät – und bei Bedarf von den Gruppenmitgliedern ergriffen werden. Handgeräte dürfen den Gruppenmitgliedern von Außenstehenden nicht zugeworfen werden.

Allgemeines:

- Die Kleidung muss enganliegend und einheitlich sein.
- Wettkampffläche: 13 x 13 m
- Richtzeit: 2 - 4 Minuten

Aufbau/Gestaltung

Die Handgeräte sollen vielseitig (entsprechend ihrer Funktion) eingesetzt werden, dabei soll sowohl die rechte als auch die linke Hand genutzt werden. Durch ihre Eigenart sollen sie nicht nur den rhythmischen Ablauf der Übung unterstützen, sondern sie müssen auch spezifisch eingesetzt werden.

Spezifische Verwendung des Handgerätes:

- z. B. Ball: prellen, werfen, fangen, rollen, balancieren, ...
- z. B. Reifen: schwingen, werfen, kreisen, rollen, rotieren, ...

Räumliche und zeitliche Gestaltung:

Die Wettkampffläche sollte voll ausgenutzt werden. Außerdem werden eine Vielfalt von Formationen und gymnastischen Bewegungsabläufen, sowie Geräteeinsatz und geringe Wiederholungszahl von Übungselementen empfohlen.

Durch die Art des Gesamtablaufes soll deutlich werden, dass die Gruppenmitglieder zwingend aufeinander angewiesen sind. Alle Gruppenmitglieder sind gleichwertig einzusetzen.

Schwierigkeitsgrad

Übungselemente müssen von mindestens der Hälfte der Gruppenmitglieder gezeigt werden. Dies gilt auch für den gleichmäßigen Einsatz bei der Wahl unterschiedlicher Handgeräte. Auch einfache Übungselemente können, in Partner- oder Gruppenform ausgeführt, als höhere Schwierigkeit angesehen werden.

- einfachere Formen: z. B. gehen, laufen, hüpfen, federn, springen, schwingen als Grundformen
- schwierigere Formen: z. B. zwei Sprünge ohne Zwischenschritt, Drehungen, Körperwellen, Spiralen, Balancen/Stände, Abwürfe der Handgeräte über eine große Weite

Ausführung

Hierunter werden das sichere Beherrschen und fehlerfreie Ausführung jedes einzelnen Übungselements in Bezug auf Körper- und Gerätetechnik sowie Harmonie und Synchronität beim Agieren der Turner*innen in Raum und Zeit verstanden. Außerdem sollten Formationen klar erkennbar sein.

Bewertet werden unter anderem:

- Schwerpunkt Körpertechnik (z. B. Spannung, Fußtechnik)
- Ausstrahlung, Ausdruck und Darstellung der Gruppe
- Harmonie und Synchronität

Rhythmischer Gesamtablauf

Eure ausgewählte Musik schlägt euch schon einen Rhythmus und Höhepunkte vor. Setzt diese gemeinsam um und nutzt die Ideen, die euch dabei kommen. Zeigt uns, dass die Choreografie von allen Turner*innen sicher beherrscht wird. Die Bewegungsabfolge passt harmonisch zur Musik und ihr überzeugt mit Synchronität und einer erkennbaren zeitlichen Aufteilung der Choreografie.

Hier werden u. a. folgende Aspekte bewertet:

- Sicherheit in der Choreografie
- Gruppenrhythmus
Die Gruppe soll eine Einheit in der rhythmischen Bewegungsfolge erkennen lassen, in der die Bewegungsrhythmen jedes Turnelementes sowie jedes einzelnen Turners integriert sind.
- Übereinstimmung mit der Musik
Die Bewegungsfolge sollte in harmonischem Einklang zur Musik stehen; das hinter der Musik her hetzen oder ein langes Warten auf Einsätze in der Musik soll vermieden werden.

Tipp: Vermeidet es hinter der Musik her zu hetzen oder lange zu warten.

Wertung

In der Disziplin Gruppengymnastik können maximal 10,0 Punkte erreicht werden. Die Wertung setzt sich wie folgt zusammen:

Bereich	Anzahl Punkte
Aufbau/Gestaltung spezifische Verwendung des Handgeräts, räumliche und zeitliche Gestaltung, Verbindung der Bewegung mit Raumformen, Kreativität	30
Schwierigkeitsgrad der gewählten Übungselemente	10
Ausführung Ausführung und Technik der gewählten Elemente durch die Gruppenmitglieder	40
Rhythmischer Gesamtablauf	20
Gesamt	100

Die Summe der erreichten Punkte wird anschließend durch 10 geteilt. Von diesem Wert werden dann etwaige Abzüge durch die/den Oberkampfrichter*in vorgenommen.

In der Disziplin Gruppengymnastik gibt es folgende Abzüge:

	Abzug [in Punkten]
Hilfen von außen, z. B. Anreichen, Zuwerfen, Zurollen von Handgeräten als auch Taktangabe von außen führen zu einem Abzug vom Endwert	1,00 Punkt
Unvollständiges Antreten	1, 00 Punkt
Ein- oder mehrmaliges Verlassen der Wettkampffläche durch einzelne oder mehrere Gruppenmitglieder	0,10 bis 0,50 Punkte

2.3. Singen in der Gruppe

Ihr singt als Gruppe gemeinsam ein Lied, das ihr euch ausgesucht habt. Ihr könnt ein- oder mehrstimmig singen. Es dürfen auch mehrere Lieder gesungen werden. Dann solltet ihr darauf achten, dass ihr sie miteinander zu einer Darbietung verknüpft. Das geht z. B. durch gesungene Überleitungen oder wenn die Lieder inhaltlich zusammenpassen. Die Liedauswahl sollte dem Alter der Gruppe angemessen sein.

Es ist wichtig, dass alle Gruppenmitglieder, die beim Singen antreten, mitsingen. Instrumentalbegleitung durch Gruppenmitglieder ist erlaubt. Das sollte nur eine Unterstützung sein. Das Singen steht weiterhin im Vordergrund. Benötigte Instrumente sind selbst mitzubringen.

Ein Gruppenmitglied, das am Liedvortrag beteiligt ist, kann Einsatz und Abschluss des Liedes anzeigen und während des Liedvortrages dirigieren. Playback, programmierbare Instrumentalbegleitung und ähnliche technische Hilfsmittel sind nicht erlaubt.

Das Ablesen von Texten und Noten, also jede Art von Zettel, sind beim Singen nicht erlaubt. Verkleidung und (passende) Bewegung der Gruppe beim Singen sind erlaubt, werden aber nicht bewertet.

Allgemeines

- Der Liedvortrag sollte 2-3 Minuten nicht überschreiten.

Gestaltung

Sucht euch zuerst ein oder mehrere Lieder aus, die ihr singen möchtet. Gestaltet das Lied auf eure Art und Weise um und werdet gerne kreativ! Präsentiert euch als Gruppe und zeigt, dass ihr als Team Spaß am gemeinsamen Singen habt. Gerne könnt ihr eigene Ideen für den Text, die Liedkombinationen und Vortragsweisen nutzen.

Unter Gestaltung fällt all das, was ihr aus der eigentlichen Grundform des Liedes macht z.B. Kanon, Soli, jegliche Art von Rhythmusunterstützung, (etwa Mouth-Percussion, Klatschen, Stampfen mit den Füßen), Aufteilung in Unterchöre, Dynamik (Variierung der Tonstärke), Agogik (Gestaltung des Tempos); Kreativität (kreative Umsetzung eigener Ideen in Bezug auf Texte, Kompositionen, Liedkombinationen und Vortragsweisen).

Wird ein Lied von Instrumenten begleitet, so darf es nicht höher bewertet werden, als ein Lied, das ohne Begleitinstrumente gesungen wird. Unstimmigkeiten zwischen Gesang und Begleitung führen zu Punktabzug.

Schwierigkeit

Die Schwierigkeit ergibt sich aus Melodie und Rhythmus, Tonumfang, Tonart- und Rhythmuswechseln und Mehrstimmigkeit.

Ausführung

Stimmigkeit (saubere Ausführung der einzelnen Stimmen), Tonhöhe und Tempo sind die Kriterien dafür, inwieweit die Gruppe in der Lage ist, Schwierigkeit und Gestaltung im Vortrag entsprechend umzusetzen.

Textsicherheit und Aussprache

Gruppenmitglieder sollten ihren Text beherrschen. Der Text sollte verständlich gesungen werden. Ungenügende Textbeherrschung und undeutliche Aussprache führen zu Punktabzug.

Wertung

In der Disziplin Singen können maximal 10,0 Punkte erreicht werden. Die Wertung setzt sich wie folgt zusammen:

Bereich	Anzahl Punkte
Gestaltung Zyklen, Gestaltung, Soli, Rhythmusunterstützung, Dynamik, Kreativität	30
Schwierigkeitsgrad Melodie, Rhythmus, Tonumfang, Tonart- und Rhythmuswechsel, Mehrstimmigkeit	30
Ausführung Stimmigkeit, Tonhöhe, Tempo, Einsatz und Abschluss	30
Textsicherheit und Aussprache	10
Gesamt	100

Die Summe der erreichten Punkte wird anschließend durch 10 geteilt. Von diesem Wert werden dann etwaige Abzüge durch die/den Oberkampfrichter*in vorgenommen.

In der Disziplin Singen gibt es folgende Abzüge:

	Abzug [in Punkten]
Hilfen von außen, z. B. Dirigieren, Mimik, usw.	1,00 Punkt
Unvollständiges Antreten	1, 00 Punkt
Alle Gruppenmitglieder, die zum Liedvortrag antreten, müssen auch mitsingen. Wenn ein oder mehrere Gruppenmitglieder nicht mitsingen, weil sie z. B. ein Instrument spielen, wird ein Abzug vom Endwert vorgenommen.	1, 00 Punkt

2.4. Tanzen in der Gruppe

Als Gruppe tanzt ihr zusammen auf eine Musik. Welche Musik das ist und wie der Tanz aussieht, könnt ihr euch selbst aussuchen. Musik- und Bewegungsauswahl sollten dem Alter der Gruppe angemessen sein. Ihr könnt euch zum Tanz passend verkleiden, wenn ihr wollt. Die Bekleidung ist aber nicht Bestandteil der Bewertung.

Allgemeines:

- Wettkampffläche: 13 x 13 m
- Richtzeit: 2 - 4 Minuten

Gestaltung

Bei der Gestaltung der Choreografie ist eure Kreativität gefragt! Präsentiert euch als Gruppe und zeigt, dass ihr als Team zusammen Spaß an der Bewegung habt.

Sucht euch ein Lied aus, das euch gefällt (ihr könnt auch mehrere zusammenschneiden) und wählt passende Bewegungen dazu aus. Ihr könnt euch auch für einen Tanzstil entscheiden, bspw. Hip-Hop, Pop oder Rock'n'Roll oder mehrere miteinander vermischen.

Schaut, dass ihr verschiedene Bewegungsarten und Tanzschritte abbildet, ihr könnt bspw. Sprünge, Drehungen, Elemente am Boden oder Partnerteile einbauen. Zeigt gerne unterschiedliche Tanzformationen (bspw. Kreis, Raute, Pulk ...).

Achtet darauf, dass ihr möglichst die gesamte Wettkampffläche für euren Tanz nutzt.

In die Wertung gehen u. a. folgende Aspekte ein: Vielfalt der Bewegungs- und Tanzschritte (geringe Wiederholungszahl), unterschiedliche Tanzformationen, Raum- und Bewegungsrichtungen, Gestaltung der Übergänge, Ausnutzung der Wettkampffläche.

Die Musik soll unter Einbeziehung von Tanzschritten (Grundsritten und Variationen, sowie Figuren, Tanzstil- und musiktypische Bewegungen) und Ganzkörperbewegungen (Einbeziehung des ganzen Körpers und der verschiedenen Bewegungsebenen) kreativ umgesetzt werden.

Schwierigkeit

Alle Tanzelemente müssen von mindestens der Hälfte der Gruppe gezeigt werden – Sprünge, Drehungen, Balance-, Boden-, Beweglichkeitselemente sowie deren Verbindungen und Partnerelemente.

Bewertet wird zudem der wechselnde Schnelligkeitsgrad von Tanzelementen z.B. fließender Wechsel von Bewegung und Stillstand sowie niedriges und hohes Tempo, Schrittcombinationen

Ausführung

Bei der Ausführung des Tanzes kommt es darauf an, dass ihr als Gruppe euren Tanz kennt, beherrscht und präsentiert. Wichtig ist auch, dass Formationen und Bewegungen (s. Gestaltung) so gezeigt werden, dass das Kampfgericht sie erkennen kann.

Versucht, die Bewegungen so „sauber“ wie möglich zu zeigen. Achtet außerdem auf Harmonie und Synchronität.

Tipp: Mit einer zum Tanz passenden Ausstrahlung und einer präsenten Körpersprache verstärkt ihr die Wirkung eures Tanzes.

Umsetzung der Musik

Hier wird bewertet, wie die ausgewählte Musik in Bewegungen umgesetzt wird. Der Grundschatz des gewählten Musikstücks muss in Bewegungen umgesetzt werden, die dem Charakter des Musikstückes entsprechen. Darüber hinaus sollten rhythmische Varianten sichtbar werden.

Wichtige Aspekte dafür sind:

- Takt der Musik
- Stimmung der Musik (entspannt, fröhlich, mutig, aggressiv)

Wertung

In der Disziplin Tanzen können maximal 10,0 Punkte erreicht werden. Die Wertung setzt sich wie folgt zusammen:

Bereich	Anzahl Punkte
Gestaltung Formationsfiguren, Bewegungsformen, Bewegungsvielfalt, Kreativität	30
Schwierigkeit Schrittkombinationen, Drehungen, Sprünge, Balance-, Boden und Beweglichkeitselemente, Verbindungen, wechselnder Schnelligkeitsgrad, Partnerelemente...	10
Ausführung Tanztechnik, Harmonie und Synchronität, Beherrschung des Tanzes, Präsentation	40
Umsetzung der Musik Rhythmus, Melodie, Beat, Dynamik	20
Gesamt	100

Die Summe der erreichten Punkte wird anschließend durch 10 geteilt. Von diesem Wert werden dann etwaige Abzüge durch die/den Oberkampfrichter*in vorgenommen.

In der Disziplin Tanzen gibt es folgende Abzüge:

	Abzug [in Punkten]
Hilfen von außen, z. B. Einsatz, Taktangabe, Hilfestellung usw.	1,00 Punkt
Unvollständiges Antreten	1, 00 Punkt
Ein- oder mehrmaliges Verlassen der Wettkampffläche durch einzelne oder mehrere Gruppenmitglieder	0,1 – 0,5 Punkte

3. Die Disziplinen – messbarer Bereich

3.1. Medizinballweitwurf

Geworfen wird mit einem 800 g oder 1000 g Medizinball. Welches der beiden Gewichte genutzt wird, ist den Teilnehmer*innen freigestellt. Der Mindestdurchmesser des Balles muss 13 cm betragen. Es starten genau 8 Teilnehmer*innen.

Der Ball muss beidhändig über den Kopf vor- oder rückwärts geworfen werden.

Hilfestellung ist nicht erlaubt. Wird der Abwurfballen von oben betreten oder übertreten, wird der Versuch ungültig und demnach nicht gewertet.

Jede teilnehmende Person hat zwei Versuche, der weiteste Wurf wird gewertet. Gemessen wird zentimetergenau und rechtwinklig zum Abwurfballen.

Jede Gruppe hat die Möglichkeit, ihre eigenen Bälle mitzubringen und den Wettkampf damit zu bestreiten. Die Bälle werden vor Wettkampfbeginn von der Wettkampfleitung gewogen.

Es dürfen keine Hilfsmittel (Harz, Pech) benutzt werden, Magnesiumcarbonat/Magnesia ist erlaubt.

Die Maximalpunktzahl beträgt 10,00 Punkte. Die Weite wird durch geschulte Kampfrichter*innen gemessen und anschließend anhand einer Wertungstabelle in Punkte umgerechnet.

3.2. Pendelstaffel 8 x 50 m

Die Pendelstaffel wird je nach örtlichen Gegebenheiten auf einer Laufbahn, Rasen- oder Hartplätzen gelaufen.

Es starten genau 8 Teilnehmer*innen je Team.

Es können die vom Ausrichter gestellten oder eigene Staffelstäbe benutzt werden.

Der Staffelstab muss in jedem Fall außen um die Wechselmarke herumgeführt werden.

Als Startkommando gilt „Auf die Plätze – fertig – los“.

Die Reihenfolge der Gruppenmitglieder innerhalb der Staffel kann von der Mannschaft selbst bestimmt werden. Sie ist vor dem Start bekannt zu geben.

Die Maximalpunktzahl beträgt 10,00 Punkte. Die Zeit wird durch geschulte Kampfrichter*innen gestoppt und anschließend anhand einer Wertungstabelle in Punkte umgerechnet.

Abzüge werden durch den/die Oberkamprichter*in vorgenommen. Sie erfolgen jeweils von der Endwertung. In der Disziplin Pendelstaffel gibt es folgende Abzüge:

	Abzug
Punktabzüge bei Wechselfehlern und Verlassen der Bahn	je 0,5 Punkte
Fehlerhafte Stabübergabe bei heruntergefallenem Staffelstab	je 0,5 Punkte
Unsportliches Verhalten der Gruppen, Betreuer und Fans (Betreten der Bahn, Behinderung der Laufenden, Mitlaufen am Rand, ...)	1,0 Punkt

3.3. Schwimmstaffel (Freistil) 8 x 50 m

Die Schwimmstaffel wird nur im Wettkampf SGW 14 angeboten.

Die Schwimmstaffel findet, je nach örtlichen Gegebenheiten des Ausrichters, in einem Hallen- oder Freibad statt. Es starten genau 8 Teilnehmer*innen pro Gruppe.

Ein Start mit weniger als 8 Personen ist nicht erlaubt und führt zu einem Endwert von 0 Punkten.

Die Reihenfolge der Gruppenmitglieder innerhalb der Staffel kann von der Gruppe selbst bestimmt werden. Sie ist vor dem Start bekannt zu geben.

Das Startkommando ist wie folgt: Langer Pfiff – Auf die Plätze – Kurzer Pfiff

Es ist eine Freistil-Staffel, ein Wechsel des Stils ist demnach jederzeit möglich.

Die Maximalpunktzahl beträgt 10,00 Punkte. Die Zeit wird durch geschulte Kampfrichter*innen gestoppt und anschließend anhand einer Wertungstabelle in Punkte umgerechnet.

Abzüge werden durch den/die Oberkamprichter*in vorgenommen. Sie erfolgen jeweils von der Endwertung. In der Disziplin Schwimmstaffel gibt es folgende Abzüge:

	Abzug [in % von 100]
Wechselfehler	je 0,5 Punkte
Wendefehler	je 0,5 Punkte
Verlassen der Bahn (Beim Ausstieg aus dem Wasser dürfen die Bahnen der anderen Gruppen nicht gekreuzt werden!)	je 0,5 Punkte
Hilfen von nicht zur Gruppe gehörenden Personen (z.B. Mitlaufen am Beckenrand)	1,0 Punkt

Wertungstabelle: Medizinballweitwurf

M E D I Z I N B A L L W E I T W U R F	Σ Meter	Punkte	Σ Meter	Punkte	Σ Meter	Punkte	Σ Meter	Punkte
		30,00	0,00	34,38	2,50	47,85	5,05	69,90
	30,00	0,05	34,55	2,55	48,21	5,10	70,43	7,60
	30,01	0,10	34,73	2,60	48,57	5,15	70,97	7,65
	30,02	0,15	34,92	2,65	48,93	5,20	71,50	7,70
	30,03	0,20	35,10	2,70	49,29	5,25	72,04	7,75
	30,04	0,25	35,29	2,75	49,66	5,30	72,59	7,80
	30,06	0,30	35,49	2,80	50,04	5,35	73,14	7,85
	30,09	0,35	35,69	2,85	50,41	5,40	73,69	7,90
	30,11	0,40	35,89	2,90	50,79	5,45	74,24	7,95
	30,14	0,45	36,09	2,95	51,18	5,50	74,80	8,00
	30,18	0,50	36,30	3,00	51,56	5,55	75,36	8,05
	30,21	0,55	36,51	3,05	51,95	5,60	75,93	8,10
	30,25	0,60	36,73	3,10	52,35	5,65	76,50	8,15
	30,30	0,65	36,95	3,15	52,74	5,70	77,07	8,20
	30,34	0,70	37,17	3,20	53,14	5,75	77,64	8,25
	30,39	0,75	37,39	3,25	53,55	5,80	78,22	8,30
	30,45	0,80	37,62	3,30	53,96	5,85	78,81	8,35
	30,51	0,85	38,09	3,40	54,37	5,90	79,39	8,40
	30,57	0,90	38,33	3,45	54,78	5,95	79,98	8,45
	30,63	0,95	38,58	3,50	55,20	6,00	80,58	8,50
	30,70	1,00	38,82	3,55	55,62	6,05	81,17	8,55
	30,77	1,05	39,07	3,60	56,05	6,10	81,77	8,60
	30,85	1,10	39,33	3,65	56,48	6,15	82,38	8,65
	30,93	1,15	39,58	3,70	56,91	6,20	82,98	8,70
	31,01	1,20	39,84	3,75	57,34	6,25	83,59	8,75
	31,09	1,25	40,11	3,80	57,78	6,30	84,21	8,80
	31,18	1,30	40,38	3,85	58,23	6,35	84,83	8,85
	31,28	1,35	40,65	3,90	58,67	6,40	85,45	8,90
	31,37	1,40	40,92	3,95	59,12	6,45	86,07	8,95
	31,47	1,45	41,20	4,00	59,58	6,50	86,70	9,00
	31,58	1,50	41,48	4,05	60,03	6,55	87,33	9,05
	31,68	1,55	41,77	4,10	60,49	6,60	87,97	9,10
	31,79	1,60	42,06	4,15	60,96	6,65	88,61	9,15
	31,91	1,65	42,35	4,20	61,42	6,70	89,25	9,20
	32,02	1,70	42,64	4,25	61,89	6,75	89,89	9,25
	32,14	1,75	42,94	4,30	62,37	6,80	90,54	9,30
	32,27	1,80	43,25	4,35	62,85	6,85	91,20	9,35
	32,40	1,85	43,55	4,40	63,33	6,90	91,85	9,40
	32,53	1,90	43,86	4,45	63,81	6,95	92,51	9,45
	32,66	1,95	44,18	4,50	64,30	7,00	93,18	9,50
	32,80	2,00	44,49	4,55	64,79	7,05	93,84	9,55
	32,94	2,05	44,81	4,60	65,29	7,10	94,51	9,60
	33,09	2,10	45,14	4,65	65,79	7,15	95,19	9,65
	33,24	2,15	45,46	4,70	66,29	7,20	95,86	9,70
	33,39	2,20	45,79	4,75	66,79	7,25	96,54	9,75
	33,54	2,25	46,13	4,80	67,30	7,30	97,23	9,80
	33,70	2,30	46,47	4,85	67,82	7,35	97,92	9,85
	33,87	2,35	46,81	4,90	68,33	7,40	98,61	9,90
	34,03	2,40	47,15	4,95	68,85	7,45	99,30	9,95
	34,20	2,45	47,50	5,00	69,38	7,50	100,00	10,00

Wertungstabelle: Pendelstaffel SGW 8 x 50m

P E N D E L S T A F F E L 8 X 50m	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
	60,00	10,00	72,75	7,45	85,50	4,90	98,25	2,35
	60,25	9,95	73,00	7,40	85,75	4,85	98,50	2,30
	60,50	9,90	73,25	7,35	86,00	4,80	98,75	2,25
	60,75	9,85	73,50	7,30	86,25	4,75	99,00	2,20
	61,00	9,80	73,75	7,25	86,50	4,70	99,25	2,15
	61,25	9,75	74,00	7,20	86,75	4,65	99,50	2,10
	61,50	9,70	74,25	7,15	87,00	4,60	99,75	2,05
	61,75	9,65	74,50	7,10	87,25	4,55	100,00	2,00
	62,00	9,60	74,75	7,05	87,50	4,50	100,25	1,95
	62,25	9,55	75,00	7,00	87,75	4,45	100,50	1,90
	62,50	9,50	75,25	6,95	88,00	4,40	100,75	1,85
	62,75	9,45	75,50	6,90	88,25	4,35	101,00	1,80
	63,00	9,40	75,75	6,85	88,50	4,30	101,25	1,75
	63,25	9,35	76,00	6,80	88,75	4,25	101,50	1,70
	63,50	9,30	76,25	6,75	89,00	4,20	101,75	1,65
	63,75	9,25	76,50	6,70	89,25	4,15	102,00	1,60
	64,00	9,20	76,75	6,65	89,50	4,10	102,25	1,55
	64,25	9,15	77,00	6,60	89,75	4,05	102,50	1,50
	64,50	9,10	77,25	6,55	90,00	4,00	102,75	1,45
	64,75	9,05	77,50	6,50	90,25	3,95	103,00	1,40
	65,00	9,00	77,75	6,45	90,50	3,90	103,25	1,35
	65,25	8,95	78,00	6,40	90,75	3,85	103,50	1,30
	65,50	8,90	78,25	6,35	91,00	3,80	103,75	1,25
	65,75	8,85	78,50	6,30	91,25	3,75	104,00	1,20
	66,00	8,80	78,75	6,25	91,50	3,70	104,25	1,15
	66,25	8,75	79,00	6,20	91,75	3,65	104,50	1,10
	66,50	8,70	79,25	6,15	92,00	3,60	104,75	1,05
	66,75	8,65	79,50	6,10	92,25	3,55	105,00	1,00
	67,00	8,60	79,75	6,05	92,50	3,50	105,25	0,95
	67,25	8,55	80,00	6,00	92,75	3,45	105,50	0,90
	67,50	8,50	80,25	5,95	93,00	3,40	105,75	0,85
	67,75	8,45	80,50	5,90	93,25	3,35	106,00	0,80
	68,00	8,40	80,75	5,85	93,50	3,30	106,25	0,75
	68,25	8,35	81,00	5,80	93,75	3,25	106,50	0,70
68,50	8,30	81,25	5,75	94,00	3,20	106,75	0,65	
68,75	8,25	81,50	5,70	94,25	3,15	107,00	0,60	
69,00	8,20	81,75	5,65	94,50	3,10	107,25	0,55	
69,25	8,15	82,00	5,60	94,75	3,05	107,50	0,50	
69,50	8,10	82,25	5,55	95,00	3,00	107,75	0,45	
69,75	8,05	82,50	5,50	95,25	2,95	108,00	0,40	
70,00	8,00	82,75	5,45	95,50	2,90	108,25	0,35	
70,25	7,95	83,00	5,40	95,75	2,85	108,50	0,30	
70,50	7,90	83,25	5,35	96,00	2,80	108,75	0,25	
70,75	7,85	83,50	5,30	96,25	2,75	109,00	0,20	
71,00	7,80	83,75	5,25	96,50	2,70	109,25	0,15	
71,25	7,75	84,00	5,20	96,75	2,65	109,50	0,10	
71,50	7,70	84,25	5,15	97,00	2,60	109,75	0,05	
71,75	7,65	84,50	5,10	97,25	2,55	110,00	0,00	
72,00	7,60	84,75	5,05	97,50	2,50			
72,25	7,55	85,00	5,00	97,75	2,45			
72,50	7,50	85,25	4,95	98,00	2,40			