



Regelwerk

Motor Activities Training

Program (MATP)

Erstellt: Maria Schönhofer (Behindertenfachbetreuerin), fachliche Beratung: Gerben Kamminga (Physiotherapeut)



SPEZIALBEWERB

Der Spezialbewerb besteht aus 10 Stationen

1.Station: Slalom mit einem Rollbrett, Rollstuhl, Rollator oder Einkaufswagenl

Der Teilnehmer muss auf einer Strecke mit einer Gesamtlänge von 5 m, 6 Hütchen einer Markierung entlang umfahren

2.Station: Robben, krabbeln bzw. fahren durch einen Tunnel

Der Teilnehmer muss einen 3 m langen Tunnel durchrobben, durchkrabbeln oder durchfahren (Breite und Höhe des Tunnels wird an den Teilnehmer angepasst)

3.Station: Fahren durch eine Gasse oder balancieren über eine Langbank

Der Teilnehmer muss eine Gasse von 3 m Länge und Rollstuhl-, Rollbrett- bzw. Rollatorbreite plus 10 cm passieren oder über eine Langbank balancieren (ohne tuschieren oder heruntersteigen)

4.Station: Balltransport und zuordnen von Farben

Der Teilnehmer muss einen roten, gelben u. blauen Ball (Gymnastikball) zu einem gleichfärbigen Reifen bringen und hineinlegen (die Reifen liegen auf dem Boden oder auf Kastenteilen). Es darf immer nur ein Ball transportiert werden, der Abstand von der Aufnahme des Balles bis zum Reifen beträgt 3 m (anstelle der Bälle können auch Tücher oder kleine Ringe verwendet werden)

5.Station: Ballwurf im Sitzen

Der Teilnehmer muss sitzend 5 verschieden große Bälle (Tennisball, Gymnastikball, Softball, Volleyball, Medizinball) in 4 hintereinander aufgestellte Kastenteile (Entfernung ab 0,50 m) werfen. Je größer die Entfernung, umso höher die erreichbare Punktezahl

6.Station: Kegeln

Der Teilnehmer muss einen Gymnastikball auf neun Kegel rollen oder werfen; er hat 2 Versuche auf alle neun Kegel, die Entfernung beträgt ca. 2,50 m, bei Notwendigkeit kann der Ball über eine Rollbahn (Halbschale) gelenkt werden

7.Station: Körperspannung

Der Teilnehmer muss auf einem Turnkasten in Bauchlage 10 Gegenstände umstoßen



8.Station: Seilziehen

Der Teilnehmer muss sich auf einem Rollbrett liegend oder sitzend bzw. im Rollstuhl sitzend an einem Seil in Richtung Zielpunkt ziehen, Länge des Seiles ca. 3 m (2 verschieden dicke Seile werden angeboten, Höhe variabel)

9.Station: Abstoßen

Der Teilnehmer muss sich auf einem Rollbrett liegend oder sitzend mit den Beinen oder Armen von einer Wand abstoßen. Er hat 3 Versuche. Die erreichte Distanz wird gewertet

10.Station: Geräuschwahrnehmung

Der Teilnehmer muss sich auf einer Matte liegend in Richtung Geräusch bewegen oder schauen

Wichtig:

- Aus diesen 10 Stationen werden die 6 Stationen mit der höchsten Punktezahl gewertet
- 6 Stationen müssen bewältigt werden
- Zeitvorgabe pro Station ist 4 Minuten (Änderung ist der Jury vorbehalten)

SPEZIALBEWERB MIT HILFE

Es müssen die gleichen Aufgaben wie beim Spezialbewerb bewältigt werden, es darf aber von einem Betreuer die notwendige Hilfestellung gegeben werden.

BEWERTUNG SPEZIALBEWERB

1.Station:

Beste Zeit 20 Punkte (bei 20 oder weniger Teilnehmern)
2.-beste Zeit 19 Punkte
3.-beste Zeit 18 Punkte
usw. pro Torfehler 2 Punkte Abzug

2.Station:

Beste Zeit 20 Punkte (bei 20 oder weniger Teilnehmern)
2.-beste Zeit 19 Punkte
3.-beste Zeit 18 Punkte
usw.



3.Station:

Beste Zeit	20 Punkte (bei 20 oder weniger Teilnehmern)
2.-beste Zeit	19 Punkte
3.-beste Zeit	18 Punkte

usw. je tuschieren der Seitenbegrenzung bzw. heruntersteigen von der Bank 1 Punkt Abzug

4.Station:

Pro richtig zugeordnetem Ball	3 Punkte
Der schnellste Teilnehmer erhält zusätzlich Zeit für die Gruppeneinteilung	2 Punkte

5.Station:

Hinterster Kastenteil	4 Punkte
Dritter Kastenteil	3 Punkte
Zweiter Kastenteil	2 Punkte
Vorderster Kastenteil	1 Punkt

Wenn der Ball direkt in den Kasten geschossen wird und herausspringt, wird der Punkt gegeben, da wo er den Boden berührt.

Wenn der Ball an den Rand geschossen wird und dann wegspringt, wird der Punkt nicht gegeben.

Wenn der Ball vom Rand in den Kasten rollt und liegen bleibt, wird der Punkt gegeben

6.Station:

Pro umgefallenen Kegel 2 Punkte
wenn der vorderste Kegel als Erster fällt, 2 Punkte dazu

7.Station:

Pro umgestoßenen Gegenstand 2 Punkt

8.Station:

Beste Zeit	20 Punkte (bei 20 oder weniger Teilnehmern)
2.-beste Zeit	19 Punkte
3.-beste Zeit	18 Punkte

usw. Wenn mit den Beinen nachgeholfen wird 1 Punkt Abzug

9.Station:

Beste Weite	20 Punkte (bei 20 oder weniger Teilnehmern)
2.-beste Weite	19 Punkte



3.-beste Weit 18 Punkte
usw.

10.Station:

Mindestens 1m in Richtung Geräusch bewegt	20 Punkte
Wahrgenommen aber nicht bewegt	10 Punkte
Falsche Richtung	0 Punkte

ROLLSTUHLBEWERB

Allgemeine Regeln

1. Beide Vorderräder müssen beim Start hinter der Startlinie sein
2. Elektrorollstühle sind von regulären Rollstuhlläufen ausgeschlossen
3. An diesem Bewerb dürfen nur Sportler teilnehmen, die sich mit einem Rollstuhl fortbewegen
4. Der Teilnehmer darf weder geschoben, gezogen oder sonst wie unterstützt werden (Ausnahmen entscheidet die Jury vor dem Bewerb)

10m, 50m und 100m

- a) Beide Vorderräder müssen beim Start hinter der Startlinie sein
- b) Der Teilnehmer hat das Rennen beendet, wenn er mit beiden Vorderrädern die Ziellinie überquert
- c) Der Teilnehmer darf vom Start bis ins Ziel seine Bahn nicht verlassen und die anderen Teilnehmer in ihrem Fortkommen weder beeinträchtigen noch behindern (Ausnahmen entscheidet die Jury vor dem Bewerb)
- d) Der Starter muss jedem Teilnehmer die Möglichkeit geben, sein Bestes zu geben

500m

Es gelten dieselben Regeln wie beim 10m, 50m und 100m Rollstuhlbewerb. Wird dieser Bewerb auf einer Asphaltbahn ausgetragen, ist der Teilnehmer nicht an Bahnen gebunden. Er darf aber die anderen Teilnehmer in ihrem Fortkommen weder beeinträchtigen noch behindern.



ROLLATORBEWERB

5m und 10m

- a) Der Teilnehmer startet mit seiner Gehhilfe hinter der Startlinie
- b) Auf das Startsignal hin nimmt der Teilnehmer das Rennen auf
- c) Der Teilnehmer legt die 5m bzw. 10m unter Mithilfe einer Gehhilfe zurück
- d) Der Teilnehmer darf die ihm zugewiesene Bahn nicht verlassen (Ausnahmen entscheidet die Jury vor dem Bewerb)
- e) Der Teilnehmer darf keine Hilfe von Betreuern, Funktionären o.a. erhalten (Ausnahme wenn Gefahr im Verzug)

BEWERTUNG ROLLSTUHL- UND ROLLATORBEWERB

- Zeitnehmung

GESCHICKLICHKEITSBEWERB MIT DREIRAD ODER STÜTZRAD

Der Geschicklichkeitsbewerb mit Dreirad oder Stützrad besteht aus 6 Hindernissen

1.Hinderniss: Spurbrett

Bei diesem Hindernis muss der Teilnehmer sowohl mit dem Vorderreifen als auch mit den Hinterreifen das Spurbrett der Länge nach befahren, ohne dabei aus der Spur zu kommen

2.Hindernis: Achter

Die Breite der Fahrbahn des Achters beträgt 80 cm (wenn das Fahrrad breiter ist, wird die Breite des Achters angepasst). Der Teilnehmer muss den Achter so durchfahren, dass keiner der Begrenzungsklötze umgestoßen wird

3.Hindernis: Slalom

Der Teilnehmer muss 7 Stangen die im abnehmenden Abstand auf einer geraden Linie aufgestellt sind, nacheinander umfahren, ohne die Stangen umzuwerfen

4.Hindernis: Schrägbrett



Dieses Hindernis besteht aus einer 3m langen und 80 cm breiten Holzbohle. Dem Teilnehmer wird das Fahren auf dem Hindernis durch eine seitliche Neigung der Fahrbahn erschwert. Die Räder des Dreirades bzw. Stützrades müssen das Innenfeld der Fahrbahn, welches farblich gekennzeichnet ist, zur Gänze überfahren (Hilfestellung vom freiwilligen Helfer bei Kippgefahr ist erlaubt)

5.Hindernis: Wölbung

Dieses Hindernis besteht aus 4 ungleichen Wölbungen. Der Teilnehmer muss diese hintereinander befahren

6.Hindernis: Zielbremsung

Der Teilnehmer muss in einem markierten Feld, das bei der Ziellinie beginnt, zum Stillstand kommen und darf dabei die Begrenzungsplatte nicht abwerfen

Der Geschicklichkeitsparcours ist so aufgebaut, dass alle Übungen hintereinander durchfahren werden können.

Während der Fahrt dürfen die Füße den Boden nicht berühren

Bei einem Fehler wird eine festgelegte Strafzeit abgezogen

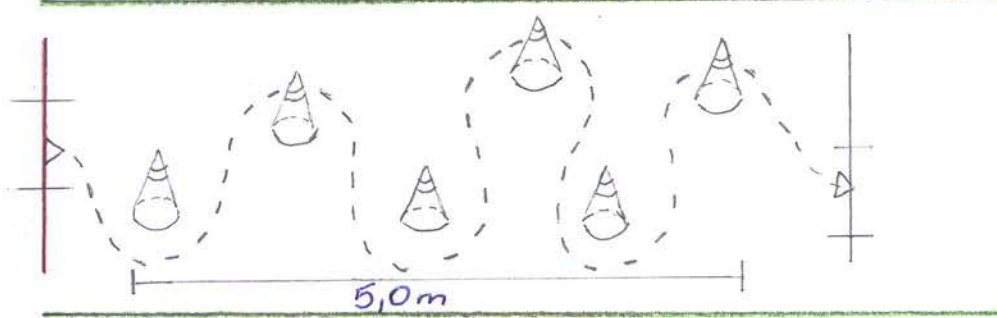
Vor dem Bewerb soll es die Möglichkeit für einen Probedurchgang geben

BEWERTUNG GESCHICKLICHKEITSBEWERB

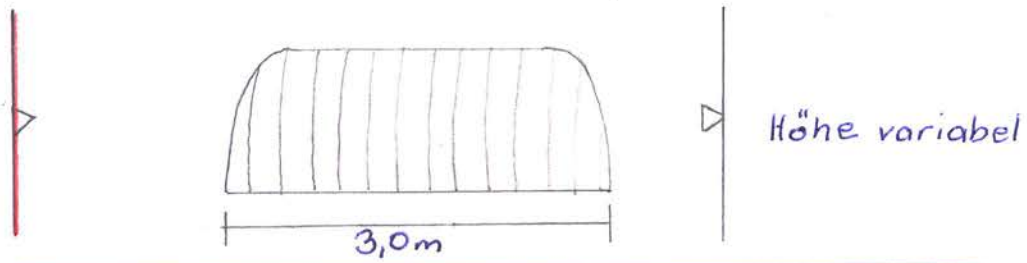
- **Zeitnehmung**
- **Strafzeit**

Spezialbewerb Stationen

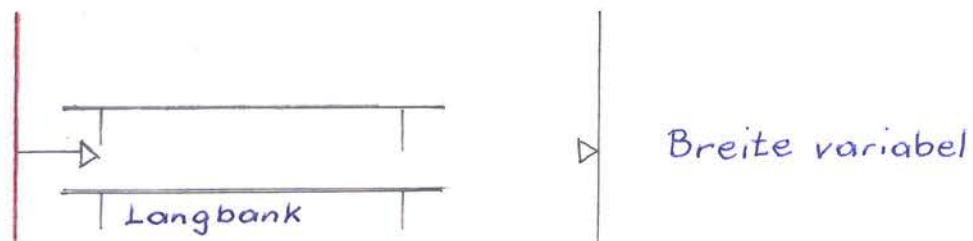
1



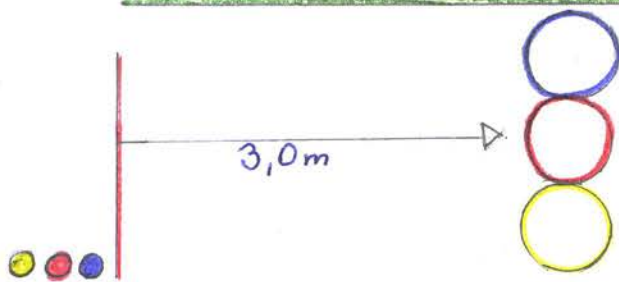
2



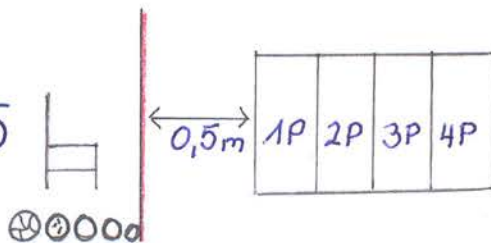
3



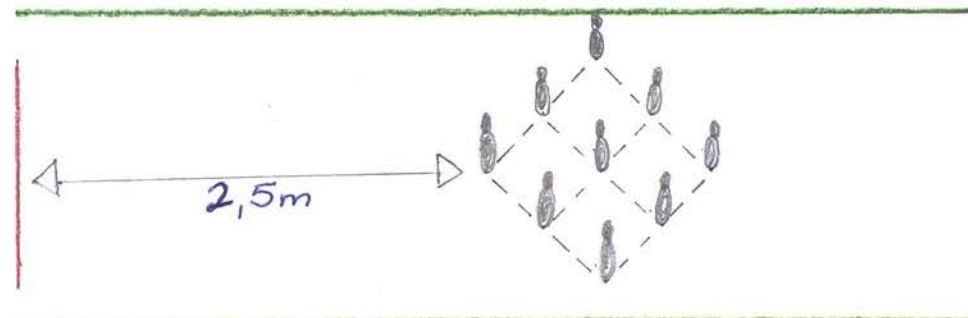
4



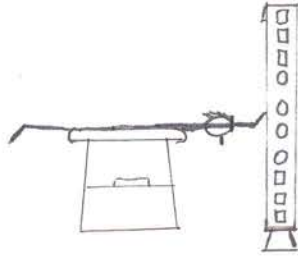
5



6

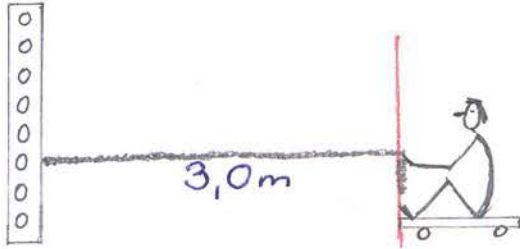


7



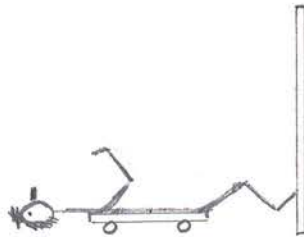
Entfernung variabel

8

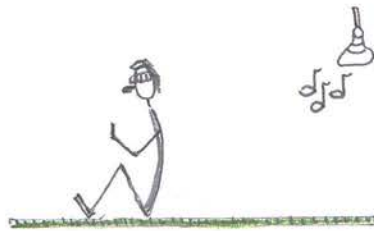


Höhe variabel

9



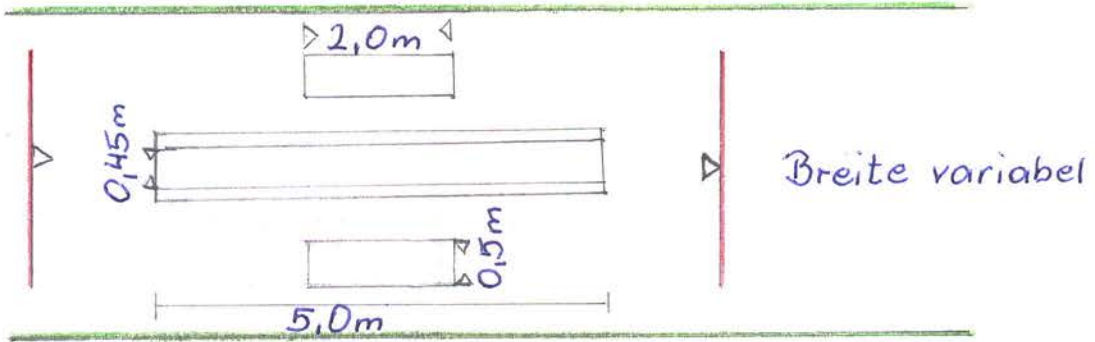
10



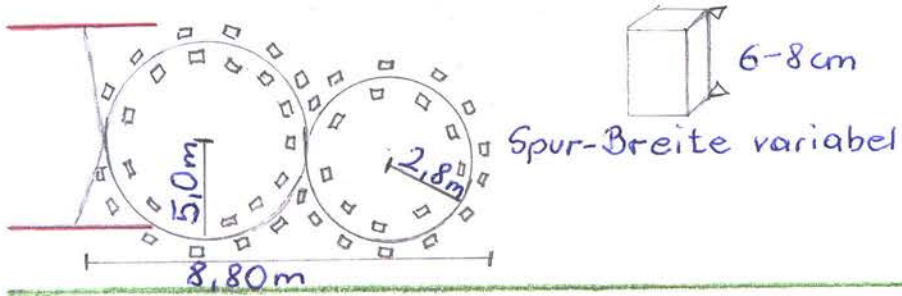
Stationen

Geschicklichkeitsbewerb m. Drei- od. Stützrad

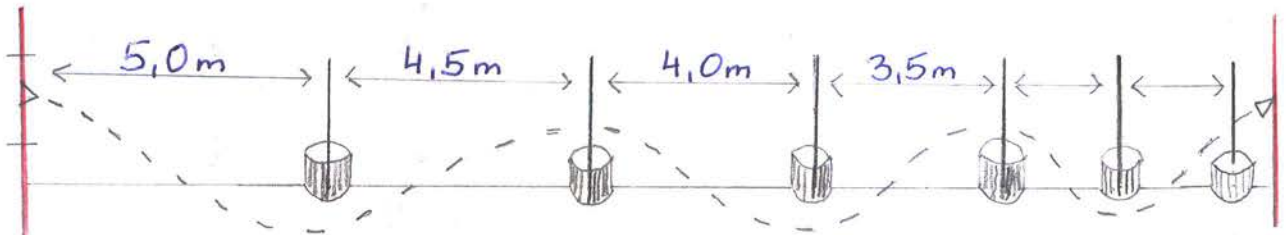
1



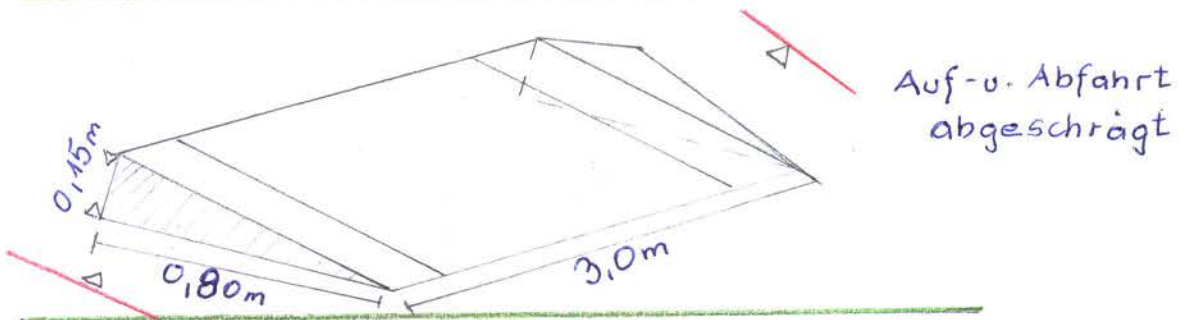
2



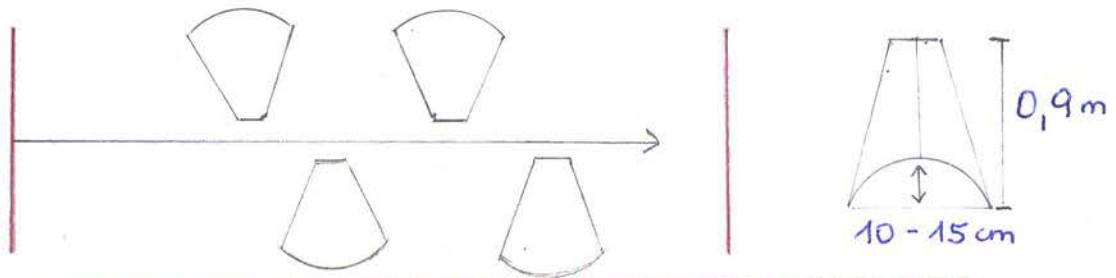
3



4



5



6

