

## J+S Module Fortbildungen Skifahren und Snowboard im Dezember 2022

Bereit für die kommenden Schneesportlager



Mit drei Fortbildungskursen für J+S-Leitende in Snowboard und Skifahren hat die Sportfachstelle des Kantons Solothurn die neue Wintersaison eröffnet.

80 Schneesport-Leitende aktualisierten ihre Kenntnisse und verlängerten gleichzeitig ihre Leiteranerkennung für die nächsten zwei Jahre. Ivo Bessire (Riedholz) und Stefan Vögeli (Matten bei Interlaken) waren die Kursleiter.

Die Teilnehmenden, die in ihrer J+S-Tätigkeit vor allem als Ski- und Snowboardleitende in den Schneesportlagern der Schulen aktiv sind, fanden auf der Fiescheralp gute Bedingungen vor. War im letzten Jahr an gleicher Stelle wegen Corona die Unsicherheit über die Durchführung der geplanten Sportlager noch gross, ist die Pandemie diesmal kaum mehr ein Diskussionsthema. "Alle sind glücklich, dass dies kein Problem mehr ist und die Lager hoffentlich ohne Einschränkungen durchgeführt werden können", sagt Ivo Bessire.

"Biomechanik im Schneesport" war eines der Themen, denen sich die J+S-Leiterinnen und –Leiter zunächst theoretisch –mit Einsatz von Videos-, dann auch auf der Piste mit Skis und Snowboards im Fortbildungskurs annahmen. Es ging konkret um Grundkenntnisse über die verschiedenen Kräfte, die bei unterschiedlichen Situationen im und auf den Körper eines Schneesportlers einwirken. Ebenso ging es darum, funktionale Zusammenhänge der Technik zu verstehen, damit man den Jugendlichen lernförderliche Feedbacks geben kann.

"Innovieren und das Umfeld pflegen" hiessen die weiteren Handlungsbereiche, auf die in den Weiterbildungskursen eingegangen wurde. Dabei wurde das Augenmerk auf den J+S-Leitenden selbst gelegt: Wie trete ich auf? Wie kommuniziere ich? Verfolge ich die Entwicklung meiner Sportart? Bin ich bereit, zeitgemäss zu unterrichten? – So lauteten einige Fragen, die auch hier in Theorie und Praxis angegangen wurden.

Auch wenn im zweitägigen Fortbildungskurs die Zeit beschränkt ist und nicht vertieft auf alle Details eingegangen werden kann, ist Kursleiter Ivo Bessire vom Nutzen dieser Kurse überzeugt. "Auch wenn die Möglichkeiten begrenzt sind, profitieren alle Teilnehmenden, erweitern ihr Know-how und können sicher zwei bis drei wichtige Erkenntnisse mitnehmen."