

J+S Modul Fortbildung Turnen SO 584/19 vom 09. März 2019 in Egerkingen

J+S-Aktivitäten wirksam gestaltet



40 J+S-Leiterinnen und Leiter aus dem Kanton Solothurn und aus Vereinen der angrenzenden Kantone nahmen kürzlich in Egerkingen am Fortbildungsmodul Turnen teil. Sie holten sich dort eine Vielzahl von Anregungen und wertvollen Tipps für den Alltag ihrer J+S-Aktivität in den Turnvereinen. Der von der Sportfachstelle des Kantons Solothurn initiierte Kurs stand unter Leitung von Theo von Arx. Ihm zur Seite standen die Experten Judith Freudiger, Rebekka Flury und Christian Hutmacher in der Funktion als Klassenlehrer.

„Gute J+S-Aktivitäten vermitteln“ heisst das übergeordnete Thema in den Fortbildungsmodulen von Jugend+Sport. Und dieses Motiv stand dann auch in Theorie und Praxis im Zentrum dieses eintägigen Fortbildungskurses. Theo von Arx liess die Turnerinnen und Turner zunächst in Gruppensequenzen mit verschiedenen Zusammensetzungen debattieren, was für sie eine „gute J+S-Aktivität“ kennzeichnet. Im Anschluss danach verschaffte der Kursleiter den Turnerinnen und Turnern einen Überblick über verschiedene Handlungsfelder, die zeigten, welche Faktoren massgeblich für das Gelingen von „guten J+S-Aktivitäten“ sorgen.

Im grossen Umfeld des Turnens, das sich durch die vier Kernsportarten Gymnastik, Leichtathletik, Geräteturnen und Spiel zusammensetzt, wurden im praktischen Teil des Fortbildungskurses die Sparten Leichtathletik und Spiel angesprochen.

Christian Hutmacher führte in seiner Lektion vor, wie Kindern und Jugendlichen individuelle und gemeinsame Erfolgserlebnisse ermöglicht werden können. Als Beispiel wählte er dabei den Aufbau in die Sportart „KinBall“, dem Spiel mit einem riesigen Ball, der 1,22 Meter Durchmesser aufweist, aber nur knapp 1 Kilogramm wiegt. Nach Bekanntmachen der Grundregeln ging der Turnexperte ein auf verschiedene Spieltechniken und liess die Turnerinnen und Turner mit ideenreichen Elementen den Wettkampfgeist dieses unterhaltsamen Spiels erfahren.

Rebekka Flury zeigte auf, wie in der leichtathletischen Disziplin Weitsprung mit zweckmässigen Übungen sowie Miteinbezug und Wertschätzung der Jugendlichen die Begeisterung geweckt werden kann und schliesslich Fehler für eine Verbesserung der Technik genutzt werden können.



„Vom Brennball zum King Kong“ hiess die Lektion, welche Judith Freudiger mit den Turnerinnen und Turnern absolvierte. In diesem Spiel, bei dem Brennball die Grundform darstellt, galt es für die eine Partei, als Läufer allerlei Hindernisse zu überwinden, während die andere Gruppe versuchte, dies zu verhindern.

Kursleiter Theo von Arx machte die interessierten Turnerinnen und Turnern in groben Zügen mit Neuigkeiten von J+S, dem Turnverband und der Sportart Turnen bekannt. Dabei kam am Rande auch das Eidgenössische Turnfest in Aarau (13. bis 23. Juni) zur Sprache, wo viele der anwesenden J+S-Leitenden mit ihren Turnvereinen selber aktiv dabei sein werden.