

J+S Modul Fortbildung Turnen in Egerkingen SO 554/22 vom 05. März 2022



16 J+S-Leiterinnen und -Leiter der Sportart Turnen beteiligten sich in Egerkingen am Jugend+Sport Fortbildungskurs Turnen. Die aus verschiedenen Solothurner Turnvereinen stammenden Teilnehmerinnen und Teilnehmer erlebten einen abwechslungsreichen und interessanten Kurstag, der ihnen viele neue Ideen für ihre J+S-Aktivitäten im Alltag vermittelte. Geleitet wurde der Kurs von Theo von Arx (Schinznach Dorf), zusammen mit den Expertinnen Rebekka Flury (Winznau) und Judith Freudiger (Bubendorf). Ein Team, das schon seit Jahren erfolgreich bei Jugend+Sport Aus- und Weiterbildungen im Turnwesen zusammenarbeitet.

"Gute J+S-Aktivitäten – Fördern" heisst das Fortbildungsmotto, das die Grundlage in diesem Kurs bildete. Mit diesem Thema im Hintergrund liess Kursleiter Theo von Arx die J+S-Leitenden in Gruppen diskutieren, was im Rahmen der J+S-Aktivität beim Turnbetrieb Kinder und Jugendliche in ihrer persönlichen Entwicklung starkmachen kann. Jedes Team stellte anschliessend ihre Resultate allen J+S-Leitenden im Plenum vor.

Vielseitigkeit und Attraktivität der Sportart Turnen

Rebekka Flury liess die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erfahren, wie es gelingt, dass Jugendliche im Sport ihren Selbstwert stärken können. Eingebunden in ein Leichtathletik-Training zeigte die Turnexpertin Übungssequenzen auf, die darauf abzielten, jedem Teilnehmenden ein positives Erlebnis zu ermöglichen.

Im Rahmen einer Gymnastiklektion zeigte Judith Freudiger auf, wie die J+S-Leitenden beitragen können, die Förderung von Gesundheits- und Lebenskompetenzen der Jugendlichen durch den Sport zu unterstützen. In einer Spiel-Lektion schliesslich ging es darum, den Teamgeist innerhalb einer Mannschaft zu stärken.



In der Theorie als auch in den Praxislektionen kam immer wieder die Attraktivität und die Vielseitigkeit der Sportart Turnen zum Ausdruck. "Viele der J+S-Leiterpersonen waren schon mehrmals bei einer Fortbildung mit dabei. Sie zeigten sich motiviert und waren mit grossem Einsatz dabei, die Stimmung war gut", resümierte Kursleiter Theo von Arx.

