

J+S Module Fortbildung Turnen in Breitenbach SO 565/18 vom 10. November 2018 und SO 565/18 vom 11. November 2018

Thema Planung rief viele auf den Plan

Doppelt geführter Fortbildungskurs im Turnen in Breitenbach



Einen Grossandrang verzeichneten die zwei von der Kantonalen Sportfachstelle organisierten Fortbildungsmodule im Turnen. Nicht weniger als 69 J+S-Leiterinnen und -Leiter versammelten sich in Breitenbach, um sich neue Impulse für die Planung im Sport und für das Unterrichten zu holen. Kursleiter Theo von Arx leitete den Theorieblock ein, indem er die Anwesenden mit einem Brainstorming aufforderte, Vor- und Nachteile eines planmässigen Vorgehens aufzuzählen.

In der Diskussion zeigte sich, dass die Vereine mit der Jahresplanung für 2019 mit dem Höhepunkt des Eidgenössischen Turnfests in Aarau unterschiedlich weit sind. Eine noch längerfristige Planung bildete gar die Ausnahme. Ziele gelte es, mit der Gruppe zu besprechen und in einem Planungskreislauf auch mit dem Erreichten zu vergleichen. «Je kurzfristiger der Planungshorizont, desto detaillierter und konkreter muss der Inhalt der Planung sein», gab Theo von Arx als Grundregel mit und warnte gleichzeitig vor allzu viel Spontaneität in der Trainingsgestaltung. In der Praxis geschehe ohnehin noch viel Unvorhersehbares wie Absenzen, Unfälle, Wetterunbill, das flexibles und improvisiertes Handeln verlange.



In den Turnhallen vermittelten Rebekka Flury, Judith Freudiger, Roman Brunner und Christian Hutmacher in ihren jeweils 75-minütigen Lektionen einen bunten Ideenstrauss. So lernten die Kursabsolventen, wie sich Ziele im Kraftbereich, in der Leichtathletik, in der Gymnastik und im Faustball etappenweise sinnvoll umsetzen lassen.



Kraftübungen können auch Spass machen und spielerisch daherkommen

