

Rückblick/ J+S Kindersport Einführung für J+S-Leiter

Samstagmorgen:

Es war der 15.09.2018, um Punkt 10:15 Uhr, als Herr Schwestermann den Kurs im Kurs Saal beim Olympica in Gamsen eröffnete.

Zum Kursbeginn stellte sich Stefan und Diego kurz vor. Anschliessend durften die Kursteilnehmer sich auch vorstellen. Stefan wollte sehr gerne wissen, in welcher Sportart die Teilnehmer tätig sind, denn vielleicht kann er in den Kurs etwas von den Sportarten, welche im Wallis nicht so bekannt sind, in den Kurs mit einbauen. Und tatsächlich gab es Trampolinspringen, Zirkus & Jonglage und Breakdance. Somit war dann ein Teil des Kurses über diese Sportarten (Siehe später). Nach dem Vorstellen der Teilnehmer begannen wir mit der Theorie gemäss Plan.

Das Lernjournal haben wir etwas genauer unter die Lupe genommen und spannende Gespräche sind daraus entstanden. Intensiv befasst haben wir uns mit dem Theorieteil «Vielseitig bewegen», «Angebote Kindersport planen und durchführen», «Kinder kennen und verstehen», «Spielen lernen», welches wir dann am Nachmittag in der Turnhalle Praktisch ausüben konnten. Die Bewegungsformen mit ihren Farben war ein wichtiger Grundstein für am Nachmittag.

Um 12:15 Uhr beendeten wir den Theorieteil und machten eine kurze Mittagspause.

Fazit: Die Bewegungsgrundformen, der Dialog zu den Kindern (Lehrende: Beobachten, Beurteilen, Beraten. Lernende: Aufnehmen, Verarbeiten, Umsetzen) sowie die Kinder kennen zu lernen & verstehen (3L, 1. Ausprobieren + Üben 2. Selbstvertrauen + Erfolg 3. Lachen + Freude 4. Motivation) wurde sehr einfach und interessant erklärt. Sehr vieles kann man als Teilnehmer aus diesem Theorieteil mitnehmen. Schlussendlich ist es immer das Wichtigste, dass ein Kind Spass an dem Sport hat. Merkmale hierfür: Leuchtende Augen, Rote Wangen, helle Begeisterung 😊

Samstagnachmittag:

Nach der Mittagspause fuhren wir uns mit unseren Autos nach Brig in die Turnhalle der Primarschule.

Als wir in der Turnhalle alle anwesend waren, gab es zwei Gruppen. Diego erklärte den Teilnehmern, dass die eine Gruppe auf dieser Seite jeweils eine Karte pro Person aufheben soll und die andere Gruppe machte das Gleiche auf der anderen Seite. Hier ging es um die Bewegungsformen. Das Ziel war es, in der anderen Gruppe den Partner mit der dazugehörenden Bewegungsform ausfindig zu machen. Als die Teilnehmer dies geschafft haben, hielten sie dies auf einem grossen Blatt Papier fest. Auf den Karten waren zusätzlich noch jeweils eins bis zwei Aufgaben (Posten) notiert. Diese durften wir anschliessend in der Halle aufbauen zu zweit. Die Posten durften die Teilnehmer alle präsentieren und erklären was und wofür welche Bewegungsgrundform in diesem ausüben der Posten vorhanden ist. Schlussendlich durften die Teilnehmer alle Posten ausprobieren. Dies war nicht immer leicht. Einige Posten waren anstrengender als gedacht. Aber es machte einen riesen Spass. Für die Bewegungsform Rhythmisieren, Tanzen wurde kein Posten aufgestellt.

Bewegungsgrundformen:

1. Laufen, Stossen
2. Balancieren
3. Rollen, Drehen
4. Klettern Stützen
5. Schaukeln, Schwingen
6. Rhythmisieren, Tanzen
7. Werfen, Fangen
8. Kämpfen, Raufen
9. Rutschen, Gleiten
10. Weitere Formen

Die Zeit verging in Eile. Anschliessend machten wir eine kurze Pause.

Weiter ging es mit verschiedenen Spielen, die wir ausführen durften. Es waren: Unihockey, Handball und Fussball. Dies machte viel Spass und wir konnten uns austoben. Auch hier war erkennbar, dass es nicht viel braucht um Spass zu haben. Zusammen etwas machen und dabei Spass zu haben, macht glücklich.

Nach dem Aufräumen gingen wir mit Stefan und Diego nach draussen und setzten uns dort hin. Zusammen besprachen wir, wie wir es empfunden haben und auf was wir achteten. (z.B: Kommunikation, Regeln, motorische Fähigkeit, Motivation, Einfluss, Entwicklung etc.)

Es war sehr spannend zu sehen und hören, wie unterschiedlich jeder verschiedene Situationen (Spiele) war genommen hat und auf was er achten würde.

Die letzte Aufgabe, die wir erhielten war, jede Gruppe, welche vorher im Spiel zusammengespielt hatten, bekam ein Spiel zum erklären und ausführen mit den anderen. Dafür hatten wir kurz Zeit, um zu besprechen, wie wir es den Anderen erklären. In diesem Thema ging es darum «Kinder kennen und verstehen». Wichtig war dabei, dass man Ruhe bewahrt, Fragen beantwortet und mit einfachen Wörtern (Altersgerecht) erklärt.

Als dann alle Gruppen ihre Spiele erklärt und ausgeführt hatten, haben wir den Kurs mit dem Kursteil «Theorietest vorbereiten» für den Samstag beendet. Somit konnten alle pünktlich um 18:15 Uhr nach Hause gehen.

Sonntagmorgen:

Wir starteten den zweiten Tag, der 16.09.18 des Kurses um 08:30 Uhr in der Turnhalle in Brig. Zu Besuch war Rita Schweizer. Mit Rita haben wir zur Einführung einige Spiele absolviert. Dies war lustig und man merkte schnell, dass es bei diesen Spielen nicht nur um Bewegen ging, sondern man musste sich schon konzentrieren 😊

Rita gab uns sehr viele gute Inputs mit auf den Weg für ein Kinderegerechten Unterricht. Zum Beispiel das Prinzip der Variation.

Nachdem machten wir noch ein Teil Theorie in der Turnhalle über das Thema «Rituale». Was sind Rituale? Wofür braucht man die? Ist es sinnvoll? Es wurden einige Rituale aufgeschrieben wie zum Beispiel Abklatschen, Pfeifen, Spiele machen und noch vieles mehr. Intensiv diskutiert wurde, dass man die Rituale nicht mit Regeln verwechselt. Dass dies unterscheidet wird. Die Spiele welche als Rituale gelten, haben die Teilnehmer anschliessend immer ausgeübt.

Der Unterricht in der Turnhalle war um 11:30 Uhr zu Ende und wir gingen zurück ins Olympica um dort den Test zu schreiben und zu essen. Nach dem Essen fuhren wir wieder zurück in die Turnhalle und der Kurs ging um 13:45 Uhr weiter.

Die Teilnehmer durften sich in Gruppenarbeit über verschiedenen Situationen unterhalten, wie es ihnen in Leiten ergeht. Erfahrungen wurden ausgetauscht und Probleme wurden angesprochen. Dies führte zu viel Gespräch Thema. Anschliessend kamen alle Gruppen zusammen und zeigten ein Beispiel auf, welches ihnen wichtig war und wie sie es lösen würden. Sehr spannendes Thema. Für dieses Thema könnte man sicherlich noch mehr Zeit einplanen.

Zu guter Letzt, bevor der Kurs beendet wurde, erhielten die Teilnehmer die Aufmerksamkeit ihre Sportart zu präsentieren, welche wir im Wallis nicht so gut kennen. Es waren Trampolinspringen, Zirkus & Jonglage und Breakdance. Die Sportarten wurden ausgeführt und geleitet von der jeweiligen zuständigen Person und die anderen Teilnehmern durften die Sportart entdecken.

Stefan beendete den Kurs um 16:00 Uhr mit einige Informationen.

Fazit zum ganzen Kurs:

Wirklich Top. Es war abwechslungsreich mit der Theorie und Bewegung. Es wurde viel gelacht und die Leiter hatten ein offenes Ohr für alle und alles 😊. Der Kurs ist zum weiter Empfehlen. Danke an alle Leiter. Ihr macht eine super Arbeit und wir Teilnehmer sind euch dafür sehr dankbar.

Sportliche Grüsse
Sophie Anthamatten