Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 50 (1993)

Heft: 6

Artikel: Von Fitness zu Polysport

Autor: Mägerli, Barbara

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-992586

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Von Fitness zu Polysport

Barbara Mägerli, J+S-Fachleiterin
Fotos: Daniel Käsermann

Schon wieder etwas Neues? Oder heisst es einfach anders? Warum nicht mehr Fitness? Die Fachleiterin erläutert.

In J+S ist Fitness das Sportfach, in dem man (fast) alles machen kann: Elemente aus dem Geräteturnen, gymnastische Bewegungsfolgen, Grundbewegungsmuster aus der Leichtathletik, verschiedene Spiele, sowie alle möglichen Tätigkeiten im Gelände. In der Umgangssprache aber denken bei Fitness die meisten Leite an Fitnesszentren, Aerobic und Maschinenparks. Die Namensänderung bedeutet also vielmehr eine Anpassung an den gängigen Begriff.

Was bedeutet Polysport?

Ist das viel vom Gleichen oder viel Verschiedenes – vielseitig oder vielfältig? Diesbezüglich wird es gleich bleiben, wie es im Fitness war, das heisst im Polysport (PS) werden Tätigkeiten aus vielen verschiedenen Sportarten unterrichtet. Alles was J+S anbietet, kann im PS ausgeübt werden, vorausgesetzt die entsprechenden Fachbestimmungen (Sicherheitsbestimmungen) werden eingehalten.

Das Fach Polysport wird in zwei Fachrichtungen unterteilt sein: Fachrichtung A = PS Allround, Fachrichtung D = Kondition. Die Fachrichtung D entspricht der heutigen Fachrichtung im Sportfach Turnen+Fitness und beinhaltet das fächerübergreifende Konditionstraining. Die Fachrichtung A wird verschiedene Ausbildungsschwerpunkte haben. Der eine Schwerpunkt richtet sich an interessierte Leiter für Spielsportfächer, der andere Schwerpunkt an Leiter für Bewegungssportfächer und Allrounder (analog der jetzigen Fachrichtung Fitness).

Für wen ist das polysportive Angebot gedacht?

PS A richtet sich an nichtspezialisierte Gruppen Jugendlicher und Kinder (freie Riegen, Jugendorganisationen, Ferienzentren, Lehrlingsturnen, Kinderturnen, freiwilliger Schulsport, Gemeindesport usw.). Die Jungendlichen sollen hier eine breite, vielseitige Sportausbildung erhalten, die ihnen die sportliche Bewegung als Teil des Alltags näher bringt und sie zu einem verantwortungsvollen Umgang mit ihrem eigenen Körper anleitet. Beim Unterricht mit Kindern soll die Entwicklungsstufe und das Bewegungsbedürfnis der Kinder berücksichtigt werden. Sie sollen ein breites vielseitiges Bewegungsrepertoire erhalten, welches ihnen für jede eventuelle spätere Spezialisierung von Nutzen sein wird.

Welche Leiter?

Wir denken dabei etwa an Mütter und Väter mit eigenen Kindern in diesem Alter, an Lehrer/-innen, Turn- und Sportlehrer/-innen die schon eine polysportive und und pädagogische Ausbildung genossen haben oder an Leiter, die selber polysportiv tätig sind und denen die körperliche Entwicklung und das Bewegungsverhalten der Kinder und Jugendlichen ein Anliegen sind.

Die Leiterausbildung berücksichtigt dabei die Vorbildung der Kandidaten, das heisst dass Lehrer, die während ihrer Ausbildung einen Einführungskurs PS absolviert haben, direkt als L 2 anerkannt werden. Turn- und Sportlehrer können direkt als Ausbilder eingesetzt werden. Bereits anerkannte J+S-Leiter können direkt in den LK 2 einsteigen. Die Leiter-1-Ausbildung richtet sich ausschliesslich an Neuleiter.

Leitertätigkeit

Alle J+S-Leiter können in SFK PS als Gruppenleiter eingesetzt werden. Jetzige Leiter Turnen+Fitness werden sowohl im Turnen wie im PS in ihrer aktuellen Leiterstufe anerkannt.

Schwerpunktsausbildung Spielsportleiter – Allrounder

Weshalb nochmals eine Unterteilung? Die einen sind eher Spielertypen, die

Trendsport Ultimate: Ein faszinierendes Fitnessspiel.

andern können mit Bällen und Mannschaften weniger anfangen und fühlen sich eher von den Individualsportarten angezogen. Spielen ist ein zentrales Anliegen beim Unterricht mit Kindern. Im späteren Schulkindalter fühlen sie sich auch immer mehr zu Gruppen hingezogen. Das bedeutet, dass Mannschaftssportarten für sie spannend werden. Die Spielleiterausbildung möchte dem gerecht werden. Hier sollen die Kinder durch alters- und entwicklungsangepasste Spiel- und Übungsformen die grossen Mannschaftsspiele kennenlernen. Dabei sollen sie von der ganzheitlichen Spielform, über analytische Spiel- und Übungsformen wieder zur ganzheitlichen Zielform gelangen.

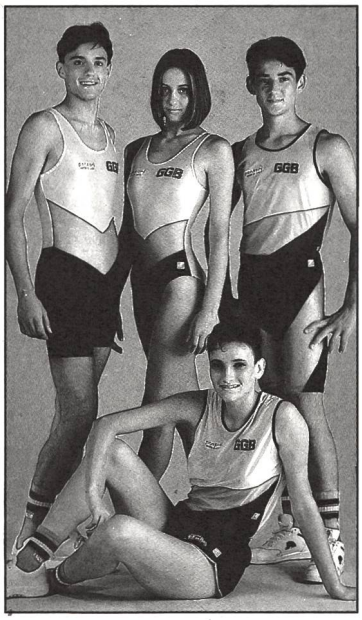
Der Polysport-Allrounder möchte seine Fitness durch verschiedene sportliche Tätigkeiten erlangen. Die ganze Sportpalette von J+S steht ihm zur Verfügung (natürlich immer unter Einhaltung der jeweiligen Fachbestimmungen). Bewegungsformen aus Gymnastik und Geräteturnen verbessern seine koordinativen Fähigkeiten; Lauf-, Sprung- und Spielformen verbessern seine konditionellen Fähigkeiten; Mountainbike oder Langlauf im Winter dienen demselben Zweck und pflegen den Naturbezug. Natürlich spielen auch Allrounder gerne. Sie sollen an und mit kleinen, alten und neuen Spielen ihren Spieltrieb ausleben können und zu Fair play angeleitet werden.

Verstecktes Schnellkrafttraining schon im frühen Schulkindesalter.

Bist Du vielleicht ein zukünftiger Polysport-Leiter oder eventuell sogar ein PS-Ausbilder? ■

panzeri®
veste lo sport

Das besondere Dress für Ihren Verein



Aus über 100 Grundmodellen bestimmen Sie:

- Modell und Farben
- die Stoffqualität
- die Aufschriften

Neben den üblichen Sportarten finden Sie bei uns:
Rugby-, Eishochey-, Football-, Motocross-, Ruder-, Rad-, Ringer-, Boxer-, Baseball-, Leichtathletik-, Boccia-, Kegel und Curling Dresses.

13.000 Klubs in ganz Europa sind von Panzeri ausgerüstet worden.

Verlangen Sie Informationen und Gratisprospekte:

Vera Bühler
Grossmatt 16
6440 Brunnen
Q 043 31 46 41
(auch abends)
Fax 043 31 20 85

Mit **PANZERI** ist Ihr Klub preisgünstig anders gekleidet!

Zeitmessung

Video-Zeitmessgeräte – Anzeigetafeln
Software für PC – Windmessgeräte
Spielzeit- und Resultatanzeigetafeln

für alle Sportarten

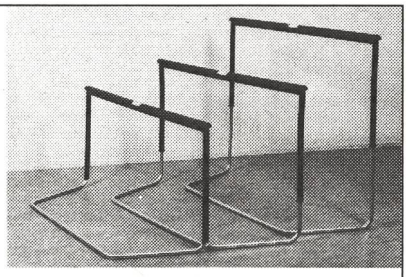
ALGE-TIMING Peter Baer
4923 Wynau
Tel. 063 49 37 49 Fax 063 49 33 28

Übungshürden

bringen noch mehr Abwechslung in Ihre Turnstunden

- Förderung der Sprungkraft
- Konditionstraining
- Lauf- und Rhythmusschulung ohne Angst vor Verletzungen

Verlangen Sie unseren Prospekt



R. Bachmann
Im Lussi, 8536 Hüttwilen
054 747 14 63