Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 1 (1998-1999)

Heft: 5

Rubrik: Mitteilungen

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: 01.07.2025

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

Unter der Lupe

Seniorensport Schweiz

Hans Altorfer

Ein Arbeitsmittel – kein Lesebuch. Schon die äussere Form, eine Schachtel mit neun Broschüren, einem Schreibblock, einer Sammelmappe sowie Schreibutensilien und Markiermaterial sind Zeichen dafür, dass hier ein besonderes Konzept realisiert wurde. Die Macher, eine Gruppe von Leuten, die in verschiedenen Bereichen und Institutionen des Seniorensportes tätig sind, haben das Lehrmittel als Grundlage für die Ausbildung der Leiterinnen und Leiter unter einer gemeinsamen Philosophie geschaffen. Man findet keine Stoffsammlungen, sondern höchstens praktische Beispiele und Hinweise, aber eine Menge von Informationen über die älteren Menschen, den Sport und seine Bedeutung sowie den Sportunterricht. Neben der Aufgliederung des Stoffes in Broschüren, trägt auch die Gestaltung in kurze Kapitel, mit knappen Texten, übersichtlichen Tabellen, reichhaltiger Illustration und raffinierter Grafik zum Bild eines leicht fassbaren, wohl strukturierten und durchdachten Lehrmittels bei. Zur Systematik gehören auch die grafischen Zeichen, die auf Lesetips und Quellen, Einstiegsfragen, Lernaufgaben, Merkpunkte und Begriffserklärungen besonders hinweisen.

Die Broschüre 1 gibt als Einleitung eine umfassende Übersicht über das ganze Werk. Broschüre 2, betitelt mit «Du und ich als älter werdende Menschen», versucht den Seniorensportler zu charakterisieren. Es lassen sich drei Kategorien bilden, die unterschiedliche Bedürfnisse haben: Anfänger, Wiedereinsteiger und erfahrene Sportler. Broschüre 3 heisst «Du und ich als Menschen in Bewegung». Hier wird das ganze Spektrum von Sport und Bewegung dargestellt, vom Gesundheitssport bis zur Wettkampftätigkeit. «Ich und die Leitung einer Seniorengruppe» heisst Broschüre 4. Sie will mit ihrem Inhalt den Leitenden die Funktion als Erwachsenenbildner in Planung, Realisation und Auswertung näher bringen. Broschüre 5 mit dem Titel «Wir als bewegte sporttreibende Gruppe» stellt Kommunikation, Atmosphäre. Begegnung und Konflikte, also die gruppendynamischen Elemente, ins Zentrum. Broschüre 6 nennt sich «Ich und mein Seniorensport-Angebot». Sie soll den Leitenden helfen, ihre Angebote besser publik zu machen. Broschüre 7 «Ich als Teil der Seniorensportbewegung» schliesst die Reihe des Leiter-Teils. Sie liefert allgemeine Informationen, politische Überlegungen sowie eine Übersicht über Literatur und andere Unterrichtsmittel. Die Broschüren 8 und 9 stehen den Experten für das Planen, Realisieren und Auswerten von Ausbildungskursen für Leiterinnen und Leiter zur Verfügung. Die Titel der Broschüren zeigen, dass die auszubildenden und bereits aktiven Leiterinnen und Leiter direkt angesprochen werden. Durch das Lösen der Lernaufgaben und das Anbringen von Notizen soll jedes Lehrmittel zu einem ganz persönlichen Arbeitsinstrument werden.

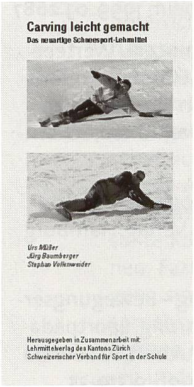
Brunner, M.; Firmin, F.; Schneider, A. (Hg.): Seniorensport Schweiz. Basis-Lern-Lehrmittel. Magglingen, BASPO, 1999. Fr. 50.–.

Bestelladresse: Pro Senectute, Postfach, 8027 Zürich, Telefon 01/283 89 89, Fax 01/283 89 80, E-Mail: geschaeftsstelle@pro-senectute.ch. Oder: BASPO, Abt. ESSM, Sekretariat Seniorensport, 2532 Magglingen, Telefon 032/327 61 11, Fax 032/327 64 04, E-Mail: senior.sport@essm.admin.ch

Carving leicht gemacht

Duri Meier

Das Lehrmittel in der Jackentasche! Illusion? Weit gefehlt, denn die beiden praxiserprobten Autoren Jürg Baumberger und Urs Müller haben ein immer wieder auftauchendes Bedürfnis endlich abgedeckt. Das «portable» Lehrmittel «Carving leicht gemacht» besteht aus 48 laminierten A6-Karten, die in einem Stecketui mit Druckknopf ohne Probleme auf die Piste mitgenommen werden können. Der Ski- und oder Snowboardleiter kann mit verschiedenen Aufgaben den Carvinglehrlingen die neue Technik näherbringen.



Auf der Vorderseite befindet sich jeweils ein Bild oder eine Cartoonzeichnung, die die gewünschte Bewegung oder Bewegungsaufgabe verdeutlicht. Auf der Rückseite sind die Aufgaben für Ski und/oder Snowboard genau beschrieben. Mit dem angezeigten «Akzent» (zum Beispiel Kippen, Beugen, Strecken) erhält der Lernende genaue Informationen für die Bewegungsausführung. In der Auswahl der Übungen findet der Leser vom Anfänger bis zum Experten eigentlich alles. Viele Korrektur- und Aufbauformen sind in verständlicher, kurzer Form beschrieben. Die Bilder sind auch in dieser Grösse von guter Qualität, und die Zeichnungen liefern Impulse für Bewegungsvorstellungen, die einem das Erlernen der Carving-Technik erleichtern. Das praktische Format mit plastifizierten Karten, die auch bei Schnee und Regen nicht in Mitleidenschaft gezogen werden, lassen sich von Leiterinnen und Leitern wie ein Portemonnaie in die Tasche stecken.

Die beiden Autoren haben in der Praxis die Anwendung der Karten erprobt und sind der Überzeugung, auch in methodischer Hinsicht vielfältige Unterrichtsformen auf der Piste zu ermöglichen. Für Leiterinnen und Leiter, die sich dem Carving auf Board oder Ski verschrieben haben, ist dieses «handliche» Taschenlehrmittel wärmstens zu empfehlen.

Baumberger, J.; Müller, U.: Carving leicht gemacht. SVSS-Verlag, Bern, 1999. (Bestellung: siehe Seite 37 in dieser Ausgabe).

Durchgeblättert

Badminton

Landessportbund Nordrhein-Westfalen (Hg.); Diehl, R.: Badminton. Rahmentrainingskonzeption der Richtlinien zum Aufbau eines langfristigen Trainingsprozesses für Kinder und Jugendliche im Leistungssport. Wiebelsheim, Limpert, 1999. 133 Seiten. **71.2590**

Bewegungslehre

Roth, K.; Willimczik, K.: Bewegungswissenschaft. Vermittelt einen umfassenden Einblick in die biomechanischen, ganzheitlichen, funktionalen und fähigkeitsorientierten Ansätze innerhalb der sportbezogenen Bewegungswissenschaft. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1999. 330 Seiten. Fr. 23.–. **70.3162**

Bodybuilding

Breitenstein, B.: Bodybuilding. Die besten Übungen. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1999. 124 Seiten. Fr. 16.–. **76.670**

Fitness

Zarotis, G.F.: Ziel Fitness-Club: Motive im Fitness-Sport. Gesundheit? Aussehen? Ausgleich? Spass? Aachen, Meyer & Meyer, 1999. 143 Seiten. Fr. 27.70. **03.2688**

Gymnastik

Kempf, H.-D.; Strack, A.: Krafttraining mit dem Thera-Band. Die besten Übungen. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1999. 153 Seiten. Fr. 16.–. **72.1439**

Unihockey

Baur, J.; Kappler, A.: Trainerhandbuch Unihockey. Erläuterung der Grundlagen des Trainingsaufbaus und -inhalte sowie der verschiedenen Aufgaben eines Trainers während Spiel und Training. Grasleben, Thieme, 1998. 71 Seiten. DM 15,50. **71.2320-19**

Volleyball

Dornbierer, E.: Volleyball in Bewegung. Übungsbeispiele für den Unterricht mit Kindern und Jugendlichen. Lehrmittel mit 37 Spiel- und Übungsformen unter der Berücksichtigung der Akzente Koordination, Kognition und Kondition. Kriens, Brunner, 1998. 47 Seiten. Fr. 18.–. **71.2320-14**

Die hier vorgestellten Bücher und Lehrmittel können in allen Buchhandlungen gekauft oder unter Angabe der fettgedruckten Nummer in der BASPO-Bibliothek während eines Monats gratis ausgeliehen werden. **Telefon 032/327 63 08 oder Fax 032/327 64 08. biblio@essm.admin.ch.**

Die Videos können in der BASPO-Mediothek gekauft oder während 3 bis 5 Tagen gratis ausgeliehen werden. **Telefon 032/327 63 62** (nur am Vormittag).

Interview mit Andres Schneider, Verantwortlicher Seniorensport

Seniorensport als neue Herausforderung

Nach dem erstmaligen Erscheinen eines Basis-Lehr-Lernmittels Seniorensport Schweiz benutzt «mobile» die Gelegenheit, um mit dem Projektverantwortlichen Andres Schneider eine Bilanz im Bereich Seniorensport Schweiz zu ziehen.

Eveline Nyffenegger

In unserer Gesellschaft nehmen Seniorinnen und Senioren nicht immer eine zentrale Rolle ein. Unwichtig geworden, werden sie abgeschoben und warten einsam auf den Lebensabend. Man klagt sie sogar an, für die Gesellschaft – insbesondere im Gesundheitsbereich – zu einer Hypothek geworden zu sein. Vergessen wird, dass die älteren Menschen mit ihrer Erfahrung und ihrem Wissen ein enormes Potential aufweisen.

«mobile»: Was erwartet man vom Begriff Seniorin/Senior?
Andres Schneider, Verantwortlicher Seniorensport an der Abteilung ESSM des Bundesamtes für Sport: Man kennt zwar das kalendarische Alter der Personen. Dies stimmt aber nicht immer mit dem äusseren Erscheinungsbild zusammen. Man kann bis ins hohe Alter auch jugendlich und gesund bleiben. Unter Seniorin/Senior definieren wir im Bereich Bewegung und Sport Menschen, welche sich in der zweiten Lebenshälfte befinden, Menschen ab etwa 45 Jahren. In Phasen des Umbruchs in Familie und Beruf sowie der körperlichen Veränderungen erfolgt in diesem Alter oft eine Neuorientierung. Dies ist ideal, um die Inaktiven für mehr Bewegung zu gewinnen, Sportgewohnte zu angepassten Methoden aufzurufen oder Wiedereinsteigern einen Weg aufzuzeigen.

Warum soll man Seniorinnen und Senioren ermuntern, Sport zu treiben?
Andres Schneider: Da sind sich die Spezialisten einig: Bei regelmässiger sportlicher Aktivität – mindestens 30 Minuten täglich – bewahren sich alternde Menschen eine höhere Lebensqualität und bleiben so länger selbständig. Gesundheit, körperliche Leistungsfähigkeit, Unabhängigkeit und die Teilnahme am sozialen Leben sind für Seniorinnen und Senioren von grosser Bedeutung. Wir wollen mit unseren Bemühungen mithelfen, dass ältere Menschen mehr Sport treiben und gerade auch dadurch ihre sozialen Kontakte pflegen. Bewegung soll im Alltag einen selbstverständlichen Stellenwert einnehmen – einerseits im Rahmen von sportlichen Aktivitäten, anderseits im Rahmen von täglichen Impulsen wie Gehen, Haushalten oder Handwerken.

Gibt es in der Schweiz eine zentrale Organisation für Seniorensport?
Andres Schneider: Nein. Wir arbeiten zusammen mit Partnern wie SOV, Kantonen, Pro Senectute, Sportverbänden oder Fitnessclubs. Die Kontakte unter den Partnern sind sehr gut. Einzelne Verbände kommen auf uns zu, während andere froh sind, wenn wir sie kontaktieren. Es gibt aber auch Verbände, welche an einer Zusammenarbeit nicht interessiert sind. Um den Seniorensport zu akzeptieren, bedarf es noch vielerorts eines Umdenkens. Die Zusammenarbeit ist vor allem wichtig für die Vereine. Der Seniorensport könnte für sie eine neue Herausforderung sein. Eine neue Zielgruppe, welche bisher vernachlässigt wurde, stellt neue Ansprüche.

Welche Ziele verfolgt das Bundesamt für Sport?
Andres Schneider: Unser Ziel ist es, im Seniorensport durch eine einheitliche Ausbildung von Leiterinnen und Leitern die Qualität sicherzustellen. Seit kurzem bietet die Abteilung ESSM am BASPO eine Expertenausbildung für Leiterausbilderinnen und -ausbilder an. Rund 175 Personen haben bereits von dieser Ausbildung profitiert, welche auf dem neuen Basis-Lehrmittel Seniorensport (vgl. Seite 22) basiert.

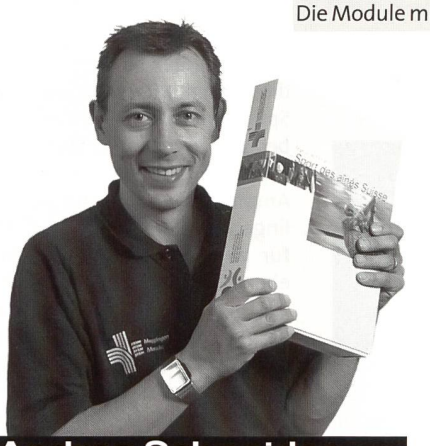
Sprechen wir noch über die Finanzen.
Andres Schneider: Der Bund unterstützt die Aus- und Weiterbildung von Seniorensport-Leiterinnen und -Leitern und Experten. Das BASPO ist für den zielgerichteten Mitteleinsatz von jährlich 300 000 Franken verantwortlich. m

Anforderungen an die Ausbildung in Kürze

Vier Kriterien müssen erfüllt sein, damit ein Kurs aus dem Bereich Seniorensport vom BASPO anerkannt und unterstützt wird:

- ***Qualität:*** Die Ausbildung muss obligatorisch 25 vorgegebene Module aus mindestens vier Aktionsfeldern umfassen. Die Module müssen ins Kursprogramm integriert werden.
- ***Quantität:*** Der Kurs für Leiterinnen und Leiter muss 36 Stunden Ausbildung, verteilt auf mindestens sechs Tage, umfassen. 28 Stunden davon sind den 25 erwähnten obligatorischen Bausteinen zu widmen. Die verbleibenden acht Lektionen können für Spezialthemen eingesetzt werden.
- ***Kursleitung:*** Die Kursleitung ist zusammengesetzt aus Expertinnen und Experten, welche von der ESSM anerkannt sind. Spezialisten können punktuell während dem Kurs beigezogen werden. Für zwölf Teilnehmerinnen und Teilnehmer ist während der ganzen Kursdauer mindestens ein Experte einzusetzen.
- ***Administration:*** Folgende administrativen Formalitäten müssen erfüllt werden: Qualifikationsliste, welche zusammen mit den Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern erstellt wurde. Zusammenstellung des Kursprogramms, des Kursverlaufs, der Zusammensetzung des Leiterteams sowie Details oder spezielle Bemerkungen zum Kurs.

Diese Unterlagen sind unmittelbar nach Abschluss des Kurses an die Eidgenössische Sportschule Magglingen einzureichen.



Andres Schneider
ist Turn- und Sportlehrer sowie diplomierter Geograf. Er ist beim Bundesamt für Sport unter anderem verantwortlich für die Ausbildung im Bereich Seniorensport. Adresse: Bundesamt für Sport, Abteilung ESSM, 2532 Magglingen.

Preisausschreiben SWI

Auseinandersetzung mit dem Phänomen Sport

Für das Preisausschreiben des Sportwissenschaftlichen Instituts (SWI) des BASPO 1998 wurden 28 Arbeiten der Jahre 1995 bis 1997 eingereicht. Mit dem Preisausschreiben wird ein dreifacher Zweck verfolgt:

- Zum Ersten sollen junge Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler zur Auseinandersetzung mit dem Phänomen Sport ermutigt werden.
- Zum Zweiten soll zu hoher wissenschaftlicher Qualität und Sorgfalt bei Abschlussarbeiten angestachelt werden.
- Zum Dritten sollen die Ergebnisse der besten Arbeiten einer breiteren Öffentlichkeit bekannt gemacht werden.

Eine kompetente Jury unter der Leitung von Roland Seiler konnte nun die Ergebnisse bekanntgeben.

Von den eingereichten 28 Arbeiten wurden 22 der Kategorie Diplomarbeiten zugeordnet. Es handelt sich um Arbeiten zur Erlangung des Turn- und Sportlehrerdiploms, um Arbeiten aus Physiotherapieschulen oder einer Ingenieurschule. Die thematische Breite war sehr gross und ging von den Fachbereichen der Biomechanik über Sportphysiologie bis hin zu Sportanlagenbau und Psychologie.

Erschöpfendes/nicht erschöpfendes Krafttraining

Den ersten Preis hat die Jury der Arbeit «Auswirkungen eines nicht erschöpfenden im Vergleich zu einem erschöpfenden Krafttraining auf die Maximalkraft und den Kreislauf» von *Karin Freitag, Brigitte Hauenstein* und *Katharina Widler* (ETH Zürich) zugesprochen. Die Autorinnen gehen von der in der Literatur belegten Tatsache aus, dass in letzter Zeit vermehrt Krafttraining auch im Rahmen von Herzrehabilitationsprogrammen eingesetzt wird. Je nach Ausführung des Krafttrainings im Hinblick auf Wiederholungszahl und Gewichtsbelastung steigt jedoch der Blutdruck an, was insbesondere bei Herz-Kreislaufpatienten ein erhebliches Risiko entwickelt. Die Schlussfolgerung der durchgeführten Untersuchungen: «Das nicht erschöpfende Krafttraining ist bei Rehabilitationspatienten oder Anfängern im Kraftsport dem Erschöpfenden vorzuziehen, da es auf den Kraftzuwachs die gleiche Wirkung hat, den Kreislauf aber weniger belastet und von den Probanden auch als weniger anstrengend empfunden wird.»

Tests unter der Lupe

Den zweiten Rang in der Kategorie Diplomarbeiten hat die Jury zweimal vergeben. Mit der Arbeit «Ein Tennis-Feldtest zur Beurteilung von aerober und anaerober Leistungsfähigkeit, Technik und Koordination» unternehmen *Claudia Hug, Monika Jucker* und *Nadia Zimmermann* (ETH Zürich) den Versuch, die aufwendigen Tests, die im Tennis bisher Anwendung finden, durch einen einzigen Test zu ersetzen, der relativ spielnahe ist und verhältnismässig einfach durchgeführt werden kann. In der am ISSW der Universität Bern eingereichten Arbeit «Eishockey Konditionstraining. Eine Testanalyse» versuchen *Hansjürg Thüler* und *Hugo Kallen* den vom Schweizerischen Eishockeyverband entwickelten Konditionstest dahingehend zu überprüfen, wie weit er wirklich dazu dient, konditionelle Voraussetzungen eines Eishockeyspielers zu erfassen.

Leistungsentwicklung unter Stress

Sechs der eingereichten Arbeiten wurden in der Kategorie der Lizenziatsarbeiten eingeteilt. Dass die tatsächlich erbrachte Leistung nicht nur von den vorhandenen Kompetenzen, sondern auch von der subjektiven Einschätzung einer Situation als bedrohlich vs. herausfordernd und den dabei erlebten Emotionen abhängt, ist das Thema der am Psychologischen Institut der Universität Zürich eingereichten Arbeit von *Anuar Keller* mit dem Titel «Subjektive Stressbewertung und persönliche Leistung». Als Beispiel einer Situation, in der die Einschätzung als Bedrohung in einen Leistungsdruck bzw. als Herausforderung in einen Leistungsanreiz münden kann, hat die Autorin die Aufnahmeprüfung für das Sportstudium an der ETH Zürich gewählt. Es ist ihr dabei gelungen, zu zeigen, dass je nach erlebten Emotionen «Individuen in Stresssituationen ihr Leistungspotenzial nicht immer optimal ausschöpfen.»

m

Sportlehrerinnen/Sportlehrer ESSM

Einige gehen – andere kommen

In Magglingen fand die Diplomübergabe an die frischgebackenen Sportlehrerinnen und Sportlehrer der ESSM statt. Bereits im Oktober beginnt der neue Studienlehrgang.

Am Freitag, den 27. August 1999, fand im Amphitheater am «End der Welt» in Magglingen die Zeremonie der Diplomübergabe für 28 Studentinnen und Studenten des eben zu Ende gegangenen Lehrgangs sowie für fünf andere Absolventen einer Nachdiplom-Ausbildung statt. Anwesend waren zahlreiche Familienangehörige der Diplomanden sowie verschiedene Vertreter von Personal und Lehrkörper der ESSM. Die neuen Sportlehrer wollten sich von den Personen, die ihnen in den vergangenen drei Jahren mehr oder weniger nahe standen, mit einem Fussball- und Beachvolleyball-Turnier verabschieden. Und sie haben – wohl ein letztes Mal zusammen – das Stück vorgeführt, welches sie für die Gymnaestrada in Schweden vorbereitet hatten.

Kaum ist dieser erste dreijährige Lehrgang offiziell geschlossen, denkt man an der ESSM schon an die Zukunft, die übrigens schon vor Monaten mit den Aufnahmeprüfungen begonnen hat. Im Oktober wird die neu strukturierte Ausbildung für 35 junge Menschen aus der ganzen Schweiz anfangen. Die erste Woche ist in Tenero beim CST vorgesehen, damit man unter sich sein und mit der neuen Lehrerschaft Kontakt aufnehmen kann; unmittelbar danach ist eine Woche OL in den Hügeln des Seelandes vorgesehen, damit man die Umgebung entdecken kann, wo das Zuhause für die nächsten Monate eingebettet ist. Dann beginnt in Magglingen der eigentliche Studienlehrgang, der komplett restrukturiert wurde und zum ersten Mal innerhalb der Berner Fachhochschule stattfindet. Eine schwierigere Ausbildung unter verschiedensten Aspekten, die zum Beispiel wie an den Sportinstituten der anderen schweizerischen Hochschulen jährliche Prüfungen vorsieht. Keine grosse Neuheit ist hingegen betreffend die Inhalte der Ausbildung vorgesehen, die seit jeher immer wieder angepasst wurden, um den Bedürfnissen des Berufes zu genügen.

m

J+S

Help-Line «Sozialkompetenz»

Rolf Weber

Seit dem 1. Januar 1999 ist die J+S-Help-Line zum FK-Thema «Sozialkompetenz» in Betrieb. Mittels Fax oder via Internet können Leiterpersonen ihre Probleme und Fragen zum Thema Sozialkompetenz bei einer Gruppe von Experten aus den Bereichen Sport, Sozialwissenschaft und Psychologie deponieren. Innert Wochenfrist erhalten sie dann Antworten, Lösungsvorschläge oder Adressen für Hilfestellungen.

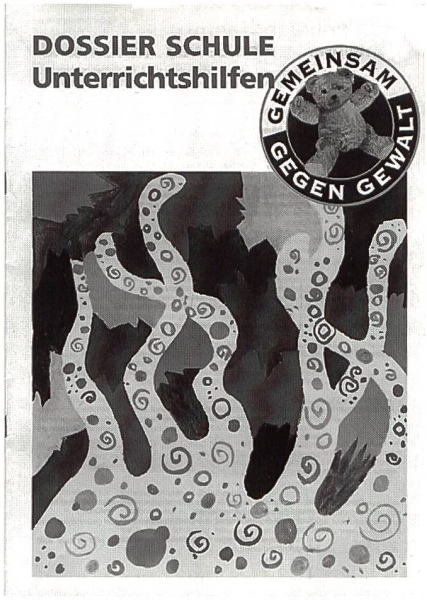
Im ersten Halbjahr konnten auf diesem Weg rund 25 Anfragen beantwortet werden, etwas mehr als die Hälfte davon via Internet. Damit liegt die Benutzung der Help-Line eher unter den Erwartungen. Zudem erfolgen häufig auch Anfragen zu ganz anderen Themen, die wir aber jeweils auch zu beantworten versuchen.

Leiterpersonen mit konkreten Fragen zum Thema «Sozialkompetenz» erreichen uns über die Homepage der Bundesamtes für Sport www.essm.ch (Seite J+S, Help-Line) oder über die Telefax-Nummer 032 327 63 56. Im Dossier, das allen Teilnehmenden an den J+S-FK abgegeben wird, sind dazu nähere Angaben sowie eine Fax-Vorlage enthalten.

Die Help-Line «Sozialkompetenz» ist während der gesamten Dauer dieses FK-Themas, also bis am 31. Dezember 2000, in Betrieb. m

Kampagne

Gemeinsam gegen Gewalt



Broschüre der Kampagne «Gemeinsam gegen Gewalt».

Die Schweizerische Koordinationsstelle für Verbrechensprävention führt in diesem Jahr eine Kampagne im Bereich «Jugend und Gewalt» durch. Dies geschieht im Auftrag der Kantonalen Justiz- und Polizeidirektoren und in Zusammenarbeit mit den Schweizer Polizeikorps und Erziehungsdirektionen.

Das Logo der Kampagne zeigt einen Teddybären – Sinnbild für eine gewaltfreie Kinder- und Jugendwelt. Als verletzter Bär – sichtbar an den Heftpflastern auf seinem Körper – steht er für alle Menschen da, die Opfer von Gewalt werden. Er mahnt auch die Erwachsenen, dass es sich lohnt, für weniger Gewalt in der Welt der Kinder einzustehen.

Im Mittelpunkt der Kampagne steht die Idee, dass die Polizei allein nichts gegen Gewalt unter Jugendlichen tun kann. Sie muss sich mit Bündnispartnern aus der Schule, der Freizeitwelt Jugendlicher, dem Elternhaus und mit den jungen Menschen selber zusammentun und mit ihnen gemeinsam Lösungen finden. Nur so kann sie der Gewalt in der Umwelt der Jugendlichen vorbeugen.

Das Dossier Schule

Für Schulen liegt ein Dossier bereit mit Vorschlägen, wie man im Schulhaus auf einfache Weise Gewaltprävention durchführen kann. Dazu gehören der Film «Das Schweigen der Angst» und die Bildergeschichte «Fridolin, der himmlische Teddybär» (beide mit didaktischem Begleitmaterial), ein Modell über Mitwirkung, Ideensammlungen für Projektwochen sowie Plakate, die zu weniger Gewalt aufrufen.

Der Wettbewerb

Zum Dossier Schule gehört ein Wettbewerb. Dieser soll Jugendliche motivieren, sich intensiv mit dem Thema auseinanderzusetzen. Er wird in der Form eines Rätsel-Triathlons ausgetragen. Zu gewinnen sind 22 Begegnungen mit interessanten Menschen aus der Welt der Sportes und der Unterhaltung. Den ausgewählten Klassen winkt ein Traumtag mit einer Reise an einen Ort in der Schweiz, auf der sie mit einer der vielen Persönlichkeiten zusammentreffen, welche die Kampagne «Gemeinsam gegen Gewalt» unterstützen.

Bezugsquelle für Unterlagen und Informationen (inkl. Wettbewerb) sowie Einsendung der Lösungen: Schweizerische Koordinationsstelle für Verbrechensbekämpfung, Postfach 493, 2001 Neuenburg. Einsendeschluss für den Wettbewerb: 31. Oktober 1999. m

J+S

Neuer Fachleiter Skilanglauf

Rolf Weber

Nach zweieinhalb Jahren erfolgt bereits wieder ein Wechsel in der J+S-Fachleitung Skilanglauf: Gaudenz Bavier ist neu Geschäftsführer beim Liechtensteinischen Skiverband und übergab deshalb die Fachleitung per 1. Juni 1999 an Erich Sterchi. Der 29-jährige Vermessungszeichner ist im SSV als Kadertrainer Langlauf Nachwuchs tätig. Er absolviert zurzeit die Ausbildung zum Diplomtrainer Nachwuchs SOV. Die Adresse von Erich Sterchi: Scheurenweg 2 z, 3812 Wilderswil, Telefon 033/823 04 10.

Wir danken Gaudenz Bavier für seinen Einsatz und wünschen ihm im «Ländle» alles Gute. Erich Sterchi heissen wir in den Reihen der Fachleiterinnen und Fachleiter herzlich willkommen. Wir freuen uns, einen Experten in unseren Reihen zu haben, der sein Sportfach als Leistungssportler, als Jugendtrainer, als Regional- und Kadertrainer sowie auch als Ausbilder bestens kennt. m

SVSS-Weiterbildung

Das Kurs- und Seminarangebot des SVSS ist vorwiegend auf den pädagogischen Aspekt im Sportunterricht ausgerichtet. Zudem ist es der SVSS-Weiterbildung ein Anliegen, mittels verschiedener Spezialprojekte Beiträge zu einem bewegungskulturellen Klima im Lebensraum Schule allgemein zu leisten.

Unser Angebot steht grundsätzlich allen Interessierten offen. Falls aber in einzelnen Veranstaltungen die Maximalanzahl Teilnehmender überschritten wird, gilt für die Berücksichtigung der Anmeldungen: 1. Priorität = Lehrpersonen, die SVSS-Mitglied sind. 2. Priorität = Lehrpersonen. 3. Priorität: Sonstige Interessierte.

Ihre Anmeldung senden Sie bitte mittels Talon (siehe unten) an: **SVSS-Sekretariat, Postfach 124, 3000 Bern 26, Tel. 031/302 88 02** (besetzt jeweils Dienstag, Donnerstag und Freitagnachmittag, sonst Beantworter), **Fax 031/302 88 12, E-Mail svssbe@access.ch** oder **homepage www.svss.ch**

1 Der befreite Rücken

Ziele und Inhalte: In diesem Kurs lernen wir: neue Grundprinzipien des Kraft- und Beweglichkeitstrainings; wie Rückenprobleme und Psoas zusammenhängen; mit Bällen und einfachen Bewegungen den Psoas optimal zu koordinieren; den Zusammenhang zwischen Nieren und Rückenproblemen; wirksame Übungen, um den Beckenboden zu aktivieren und die Hüftbeweglichkeit zu verbessern; die Körperhaltung ohne Stress zu verbessern; wie man täglich für eine freie und lockere Wirbelsäule sorgt.
Methoden: Bewegung, mentale Techniken, Atmung, Berührung.
Einschreibegebühr: SVSS-Mitglieder: Fr. 70.–. Nichtmitglieder: Fr. 140.–.
Besonderes: Ca. Fr. 50.– für Referentenhonorar und Infrastruktur.
Kursleitung: Eric Franklin, Mühlestrasse 28, 8623 Wetzikon, Telefon 01/970 19 66, Fax 01/970 19 67.
Kursort: Uster.
Kursdatum: Samstag, 15. Januar 2000.
Anmeldung bis: Montag, 15. November 1999.

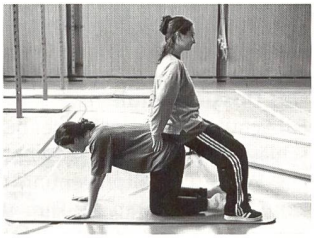


Foto: Hugo Rust

34 Snowboard in der Schule (J+S-LK1 + LK2)

Ziele + Inhalte: «Snowboard à discrétion» auf Basis des neuen Schneesportlehrmittels für den Unterricht mit Jugendlichen im J+S-Alter und für die persönlichen Fähigkeiten. Das Engadin und sein vielfältiges Angebot bietet dazu die ideale Kulisse.
Methoden: Schwergewicht hat die praktische Arbeit auf der Piste. Der Unterricht basiert auf dem neuen Schneesportlehrmittel und ist auf die Schule bezogen.
Zielpublikum: LK 1: Lehrpersonen mit fortgeschrittenen Snowboardfähigkeiten. LK 2: Lehrpersonen, welche im Besitz der Leiterqualifikation 1 sind und die entsprechende Empfehlung für den LK 2 haben.
Einschreibegebühr: SVSS-Mitglieder: Fr. 95.–. Nichtmitglieder: Fr. 190.–.
Besonderes: Kurskosten Fr. 595.– (exklusive Einschreibegebühr und Lehrmittel). Im Preis sind inbegriffen: 5 Tage Hotel inkl. HP, Liftabo für 6 Tage, Rahmenprogramm.
Kursleitung: Christoph Künzi, Dorfstrasse 24, 3084 Wabern, Telefon 079/341 41 14 oder 031/961 17 77.
Kursort: Celerina.
Kursdatum: Montag, 31. Januar, bis Samstag, 5. Februar 2000.
Anmeldung bis: Mittwoch, 22. Dezember 1999.

65 Jahresversammlung der Kursleitenden 2000 des SVSS

Der angesprochene Kreis der Teilnehmerinnen und Teilnehmer wird persönlich informiert.

Jugend + Sport

«Skilager à la carte»

Ziele und Inhalte: Sind Sie Lehrerin oder an einer Volks-, Berufs- oder Mittelschule und möchten Sie mit Ihren Schülerinnen und Schülern das Skilager einmal anders erleben? Dann können wir Ihnen ein attraktives Angebot unterbreiten. Die Kandidatinnen und Kandidaten der J+S-Leiter-Ausbildung 3 Skifahren führen vom 5. bis 11. März 2000 ein J+S-Skilager durch und suchen dazu geeignete «Übungsklassen».
Methoden: Wir bieten ein Lager «all inclusive»: Unterkunft, Vollpension und Skipass zu günstigen Bedingungen. Durch erfahrene Skiexpertinnen und Skiexperten betreuten Unterricht mit bereits erfahrenen Leiterinnen und Leitern J+S in der Schneesportregion Crans-Montana (Vorbereitung auf den Eintrittstest J+S-Leiterkurs 1 Skifahren möglich). Schnuppermöglichkeiten auf anderen Schneesportgeräten (Telemark, Snowboard, Carvingskis usw.). Attraktives Rahmenprogramm auf Schnee und im Haus. Transporte während der Woche.
Zielpublikum: Wir erwarten: Maximal 50 zehn- bis zwanzigjährige Schülerinnen und Schüler, darunter möglichst nur fortgeschrittene Skifahrerinnen und Skifahrer (Bewältigung von blauen Pisten, Skiliftfahren). Möglichst wenige Einsteigerinnen und Einsteiger, keine Nur-Snowboarder. Kooperationswillige Lehrkraft oder Lehrkräfte der Schule (Mitarbeit in der Betreuung der Jugendlichen unerlässlich).
Auskunft: Urs Rüdisühli, Fachleiter Skifahren, BASPO, 2532 Magglingen, Telefon 032/327 63 47, Fax 032/327 64 04. E-Mail: urs.ruedisuehli@essm.admin.ch

Foto: Daniel Käsermann

Anmeldeformular SVSS

Nummer der Veranstaltung:

Titel der Veranstaltung:

Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ, Ort:

Kanton:

Telefon:

Beruf:

Falls J+S-Kurs: Angabe der AHV-Nr:

Mitglied des SVSS: Ja ☐ Nein ☐

Falls «Ja», in welchem Kantonalverband:

Einsenden an: SVSS, Sekretariat, Postfach 124, 3000 Bern 26.

Ein ganz besonderer J+S-Leiterkurs 1 Skifahren

Ziele und Inhalte: Parallel zur Ausbildung von Expertinnen und Experten im Sportfach Ski organisiert die Eidgenössische Sportschule einen Leiterkurs 1 Skifahren. Die Kandidatinnen und Kandidaten werden durch die gut vorbereiteten, angehenden Expertinnen und Experten ausgebildet. Der Kurs wird von einem sehr erfahrenen Team geführt und durch den Fachleiter geleitet.
Zielpublikum: Begeisterte Skifahrerinnen und Skifahrer, welche im Skifahren eine Gruppe Jugendlicher unterrichten und ihren Kurs unter J+S anmelden können.
Kursleitung: Urs Rüdisühli, Fachleiter Skifahren, BASPO, 2532 Magglingen, Telefon 032/327 63 47, Fax 032/327 64 04. E-Mail: urs.ruedisuehli@essm.admin.ch
Kursdatum: 12. – 18. Dezember 1999.
Anmeldung: Via J+S-Amt des Wohnkantons (Kursnummer: ESSM 018).

Winterwandern/-trekking mit Schneeschuhen/Fellen

Ziele und Inhalte: Unterwegs sein mit Schneeschuhen/Fellwandern im Winter und Leben im Schnee. Inhalte: Geländebeurteilung, Beurteilung von Wetter und Lawinen, Routenwahl und Spurenanlage, Führen einer Gruppe, Iglubau, Rettung und Alarmierung.
Zielpublikum: J+S-Leiter Wandern und Geländesport (Fachrichtung B), J+S-Leiter Skifahren/Snowboard, Lehrkräfte mit entsprechenden Anerkennungen.
Einschreibegebühr: Keine. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung werden durch das BASPO übernommen. Ein kleiner Unkostenbeitrag wird erhoben.
Kursleitung: Walter Josi, J+S-Fachleiter Bergsteigen/Skitouren, BASPO. Pascal Georg, J+S-Fachleiter W+G, BASPO.
Kursort: Jaunpass.
Kursdaten: 12.–15. Januar 2000: Spezialkurs Ski (Fellwandern) für Leiter Skifahren/Snowboard. 12./13. Januar 2000: FK Ski F für J+S-Leiter Ski F. 12.–15. Januar 2000: SK W+G B Pilotkurs Schneeschuhtrekking für J+S-Leiter W+G B (Weiterbildung).
Anmeldung bis: 12. November 1999 an BASPO, Kurssekretariat, 2532 Magglingen.

Foto: Daniel Käsermann

J+S-Kursplan 2000

Im Oktober erscheint der J+S-Kursplan 2000. Interessierte können den vollständigen Kursplan oder einen sportfachbezogenen Auszug davon bei folgender Adresse bestellen: **Bundesamt für Sport, ESSM, Sektion J+S-Amt, Dokumentation, 2532 Magglingen, Fax: 032/327 64 96. E-Mail: elisabeth.ischi@essm.admin.ch**

bewegt die Zukunft
Jugend+Sport

Verbände

Short Track in der Schule

Ziele und Inhalte: Short Track Speed Skating, auf Deutsch Kurzbahn-Eisschnelllauf auf dem Eishockeyfeld, ist Actionssport pur. Der Schweizerische Eislaufverband möchte diese Sportart vorstellen, welche allen Altersgruppen von 8 bis 80 offensteht und Bewegung, Fitness sowie Wettkampfatmosphäre bietet. Short Track ist individuell und als Mannschaftssport auf bestehenden Eissportanlagen möglich.
Methoden: In geleiteten Kursen und Trainings wird den Teilnehmenden eine mit Eleganz, Kondition, Technik und packender Atmosphäre verbundene Sportart vermittelt. Velohelm, Handschuhe, Knieschoner und die eigenen Schlittschuhe mitnehmen. Original Short-Track-Schlittschuhe können in begrenzter Zahl ausprobiert werden.
Zielpublikum: Lehrerinnen und Lehrer. Schnupperkurse für ganze Klassen sind nach Absprache an verschiedenen Orten in der Schweiz möglich.
Schnupperkurs in Schaffhausen: 18. – 23. Oktober 1999 (9 Uhr bis 10.30 Uhr) und 31. Januar – 5. Februar 2000 (9 Uhr bis 10.30 Uhr). Anmeldung: sofort.
Schnupperkurs in Rapperswil: 3./10./24. November und 1. Dezember 1999 (20 Uhr bis 21.30 Uhr). Anmeldung bis 25. Oktober 1999.
Auskunft und Kontaktperson: Karin Metzger, Hohenstoffelstrasse 32, 8200 Schaffhausen, Telefon/Fax 052/625 94 18.

Trainerseminar «Der Erfolg beginnt im Kopf»

Ziele und Inhalte: Trainingspsychologische Grundkenntnisse. Motivation der Athleten. Verhalten der Trainer im Umgang mit Athleten. Umgang mit Niederlagen. Verhalten des Athleten in Stresssituationen.
Methoden: Referat durch Simon Bertl (Bregenz). Er war Teilnehmer der Kunstturn-Weltmeisterschaften in Strassburg (1978) und Fort Worth (1979) mit der Österreichischen Nationalmannschaft. Er hat ein Psychologiestudium abgeschlossen und arbeitet heute als Unternehmensberater.
Zielpublikum: Interessierte Personen aus den Bereichen Kunstturnen, Trampolin sowie Rhythmische Gymnastik. Es eignet sich aber auch für weitere Kreise.
Einschreibegebühr: Fr. 70.– (inkl. Eintritt internationales Kunstturnturnier Grand Prix Zürich).
Leitung: Schweizerischer Turnverband, Abteilung Spitzensport, in Zusammenarbeit mit OK Grand Prix Zürich, Simon Bertl.
Ort: Sportanlage Sihlhölzli, Zürich.
Datum: Samstag, 20. November 1999, 9 Uhr bis 12.30 Uhr (anschliessend Besuch Finalwettkämpfe Grand Prix Zürich).
Anmeldung: Bis 10. November 1999 an Schweizerischer Turnverband, Nicole Züttel, Postfach, 5001 Aarau, Tel. 062/837 82 00, Fax 062/837 82 44, E-Mail: spispo@stv-fsg.ch

Fachtagung Kinderschutzbund

Heisse Luft oder Dreck am Stecken?

Ziele und Inhalt: Sexuelle und andere Gewalt gegen Kinder und Jugendliche im Sport sind zunehmend Thema in der Öffentlichkeit. Wird etwas aufgebauscht oder ist das Thema ernst zu nehmen? Der SOV, das BASPO sowie der Schweizerische Kinderschutzbund und MIRA, die Fachstelle zur Prävention sexueller Ausbeutung im Freizeitbereich laden zu einer Tagung ein.
Ort: Freiburg.
Datum: 20. November 1999.
Anmeldung: Tagungsprospekte mit Anmeldung sind erhältlich bei: Schweizerischer Kinderschutzbund, Postfach 344, 3000 Bern 14, Telefon 031/382 02 33, Fax 031/382 45 21. E-Mail: sksb.aspe@pro-kids.ch.