

Jump In Leichtathletik - oder auf dem Weg zur J+S-LeiterIn

1. Ausgangslage

Bei Jugend und Sport kann die J+S Leiterausbildung von Personen besucht werden, die mindestens 18 Jahre alt sind. In den Vereinen des STV und Swiss Athletics engagieren sich jedoch zahlreiche (Hilfs)Leiter/-innen, welche 15 - 17 Jahre alt sind. Deshalb wird ein «JUMP IN Kurs ... oder auf dem Weg zur J+S-Leiterin und zum J+S-Leiter!» angeboten. Der JUMP IN Kurstag dient zur Vorbereitung der Jugendlichen auf die kommende Leitertätigkeit als (Hilfs)Leiter. Ferner soll es die Jugendlichen motivieren, eine J+S-Leiterausbildung zu absolvieren. Der JUMP IN Kurstag ersetzt jedoch in keiner Weise eine spätere Leiterausbildung.

2. Kursziele JUMP IN

- ?? Potentielle Leiter zur J+S-Leiterausbildung motivieren.
- ?? Infos zur Leiterausbildung im STV und bei Swiss Athletics vermitteln.
- ?? Für die Mädchen- und Jugendriegen angepasste Musterlektionen anbieten.

3. Zielpublikum

15 bis 17 jährige «Jugileiter/-innen»

4. Kursdauer

Der JUMP IN Kurs dauert einen Tag, aufgeteilt in 4 Lektionen praktischer Sport und Theorie-/Informationsblöcken.

5. Kursprogramm und spezifische Inhalte

09.30-10.00	Besammlung, Kurseröffnung, Infos Verbände
10.00-10.30	Gemeinsames Warm up (z.B. mit Musik)
10.30-11.30	1.Lektion Sprint / Stafette
11.30-12.00	Theorieblock (J+S, Basistheorie: Trainingslehre und Methodik, Lehrtipps)
12.00-12.45	Mittagessen
12.45-13.15	Einlaufen mit Spielformen
13.15-14.15	2. Lektion: Koordinative Fähigkeiten
14.15-15.15	3. Lektion: In die Weite springen
15.25-16.25	4. Lektion: In die Weite werfen
16.25-16.45	Gemeinsames Cool down, Spiel (Korbball, Faustball)
16.45-17.00	Zusammenfassung, Rückblick, Kursschluss

6. Kurskosten

Fr. 40.00 (inklusive Dokumentation). für STV Mitglieder Fr. 90.00 für Nicht STV Mitglieder

7. Kursdaten / Kursort / Kursverantwortung

Die nächsten Kurse finden am Samstag, 5.10.2013 in Langenthal und Dietlikon statt.

Auskunft erteilt Zephanja Abbühl, Ressort Leichtathletik.
(z.abbuehl@bluewin.ch, 062 923 63 69, 076 537 51 70)

8. Publikation / Meldeschluss

Anmeldeschluss für beide Kurse ist der 5.9.2013

Publiziert wird der Jump In Kurs im STV-Kursplan, auf den Internetseiten des STV und Swiss Athletics, in den kant. Verbandszeitschriften und bei den J+S-Coach-Ausbildungen.