

# Übungsleiter schwitzten für neue Anregungen

Lehrgang mit Lizenzverlängerung der BSJ Bezirks Niederbayern

**Pocking.** Übungsleiter aus dem Sportbezirk Niederbayern trafen sich am Wochenende in der Pockinger Grundschulturnhalle, um sich neue Anregungen für ihr ehrenamtliches Sportengagement zu holen. Theorie und Praxis standen auf

der Agenda von Werner Brattinger, Fachberater für Sport an Schulen. Die Leitung des Lehrgangs hatte Marlene Depold, Ehrenvorsitzende des BSJ-Sportkreises Passau.



## Übungsleiter schwitzen für neue Anregungen

Übungsleiter-Verlängerungslehrgang am 08./09. Okt. 2016 in Pocking



Foto (S. Depold) Die 27 Übungsleiter aus Niederbayern nahmen vom Lehrgang viele Anregungen mit und sie hatten selbst auch viel Freude beim Üben. Lehrgangsleiterin Marlene Depold (hintere Reihe links) und Werner Brattinger (hintere Reihe 8. v.l.).

An diesen zwei Tagen wurden wichtige Bausteine für eine lebendige Sportstunde geboten und konkrete Beispiele in die Praxis umgesetzt, bei denen die 27 Übungsleiter sichtlich selbst viel Spaß hatten. Gerade jetzt, wo die Hallensaison so richtig beginnt, sind Kennenlernspiele, Aufwärmübungen im partnerschaftlichem Wechsel sehr wichtig. Werner Brattinger bot dazu an diesen zwei Tagen eine Reihe von Möglichkeiten. Rauf- und Blindenspiele bringen Abwechslung in die Sportstunde.

Reaktionsübungen Koordination von Bewegungsabläufen und die Steigerung des Mannschaftsgefüges waren weitere Bausteine. Im Mittelpunkt standen aber auch Ballspiele, um Ballgefühl und Geschicklichkeit zu üben.

Dazu eignete sich besonders der Basketball in den verschiedensten Trippelvariationen.

Das Wetter ermöglichte es auch im Freien die Slackline-Trendsportart vorzustellen. Ein Zusammenspiel aus Balance, Konzentration und Koordination. Dies ist auch ein gutes Zusatztraining für viele Sportarten.

„Dies alles auch selbst auszuprobieren ist eine wichtige Erkenntnis für die Arbeit eines Übungsleiters“, meinte Lehrgangsleiterin Marlene Depold am Ende des Sportseminars. „In den heutigen Turnhallen sind viele Geräte vorhanden, die fachtechnisch in Variationen genutzt werden können“, so Werner Brattinger abschließend und wünschte den Übungsleitern viel Erfolg.

- dep