



Begleitung und Beratung einer J+S-Aktivität

Eine Leiterin oder einen Leiter in einem Training oder Lager zu beobachten und danach eine Rückmeldung zu geben, ist eine Herausforderung. Beachte ein paar einfache, hier aufgeführte Regeln. Sie helfen dir, ein solches Gespräch auch ohne vertiefte Kenntnisse erfolgreich durchzuführen. Der Coachingprozess J+S¹ gibt dir weitere Informationen für eine strukturierte Begleitung.

Vorbereitung

- Vereinbare einen Termin für den Besuch.
- Die Leiterin oder der Leiter füllt im Vorfeld den J+S-Leitercheck aus. Die Ergebnisse helfen euch beiden, sich auf wichtige Punkte zu fokussieren. Ihr findet den Check unter www.jugendundsport.ch/check.
- Triff dich frühzeitig mit der Leiterin oder dem Leiter.
- Legt gemeinsam maximal drei Handlungsempfehlungen (HE) fest, auf die du während dem Training oder im Lager besonders achten wirst. Die Ergebnisse des Leiterchecks unterstützen die Auswahl.

HE 1

HE 2

HE 3

- Markiere diese Punkte auf dem dritten Blatt.
- Fokussiere dich bei der Beobachtung auf die vereinbarten Handlungsempfehlungen. Das hilft dir beim Beobachten und im Auswertungsgespräch. Falls dir trotzdem etwas Ausserordentliches aus einem anderen Handlungsfeld auffallen sollte, dann kannst du in den Notizen eine Bemerkung hinterlegen.

¹Beschreibung Coachingprozess bei J+S siehe Broschüre J+S-Coach «Das Leiterteam pflegen» S. 16ff



Notizen zur Lektion

Ziele des Trainings oder der Lagersequenz:

Zeit	Aktivität (Aufgabe/Übung/Spiel)	Bemerkungen

Lernförderliches Klima ermöglichen



Begeisterung wecken und Freude auslösen

Kann die Teilnehmenden für das Sporttreiben begeistern. Berücksichtigt in seiner J+S-Aktivität Leistungsaspekte und löst gleichzeitig Freude an der Bewegung aus.

Teilnehmende miteinbeziehen und Zugehörigkeit fördern

Achtet auf eine ausgeglichene Gruppe, in der sich jeder wohlfühlt. Eröffnet den Teilnehmenden Mitsprachemöglichkeiten bei der Trainingsgestaltung.

Kinder und Jugendliche wertschätzen, respektieren und gerecht behandeln

Pflegt einen respektvollen und wertschätzenden Umgang mit den Teilnehmenden. Schenkt allen Teilnehmenden seine Aufmerksamkeit.

Fehler nutzen

Gibt den Teilnehmenden die Möglichkeit, aus ihren Fehlern zu lernen. Ermutigt die Teilnehmenden, Herausforderungen anzunehmen.

Lernziele priorisieren und Struktur schaffen



Ziele priorisieren und transparent kommunizieren

Vereinbart gemeinsam mit den Teilnehmenden klare, messbare Ziele. Plant seine Aktivitäten und Trainings zielgerichtet.

Rituale einbauen

Baut bewusst Rituale ein. Gestaltet die J+S-Aktivität fließend durch wiederkehrende Abläufe mit durchdachten Übergängen..

Inhalte sinnvoll strukturieren

Teilnehmende sind aufmerksam, weil Leiter /Leiterin die J+S-Aktivität mit herausfordernden Aufgaben und spielerischen Übungen abwechslungsreich gestaltet. Achtet darauf, dass Aufwärm-, Haupt- und Schlussteil sinnvoll aufeinander abgestimmt sind.

Ziele überprüfen und Lernfortschritte aufzeigen

Reflektiert regelmäßig den Lern- und Leistungsfortschritt meiner Teilnehmenden. Mit Standortbestimmungen seiner Teilnehmenden überprüft Leiterin/Leiter seine Trainingsplanung und die Zielsetzungen.

Eine Gruppe sicher und effizient führen

Präsent und angepasst führen

Hat klare, verbindliche Regeln mit seinen Trainingsgruppen vereinbart. Durch einfache und verständliche Sprache hat Leiterin/Leiter selten Verständnisprobleme.

Hohe Lern- und Bewegungszeit ermöglichen



Ermöglicht den Teilnehmenden eine hohe Lern- beziehungsweise Bewegungszeit. Vermeidet Wartezeiten durch geschicktes Planen und Organisieren.

Sicherheit gewährleisten

Legt grossen Wert auf unfallpräventive Massnahmen. Weiss, wie sie bei Unfällen zu reagieren hat.

Angepasst mit Störungen umgehen

Bei der Planung und während der J+S-Aktivität überlegt Leiterin/Leiter sich, welche Störungen auftreten können und wie sie diese vorbeugen kann. Reagiert angemessen auf Störungen.

Attraktive Aufgaben stellen und Rückmeldungen geben



Herausfordernde Aufgaben stellen und fachlich korrekt anleiten

Stellt den Teilnehmenden niveaugerechte, attraktive und herausfordernde Aufgaben. Erklärt seinen Teilnehmenden Spiel- und Übungsformen so, dass sie diese einfach und schnell verstehen.

Zeitnahe, zielorientierte und konstruktive Rückmeldungen geben

Achtet auf wertschätzende Rückmeldungen. Zeigt den Teilnehmenden konkrete Verbesserungsmöglichkeiten auf.

Vielseitige Lernarrangements planen und umsetzen

Kann Spiel- und Übungsformen bewusst und spontan variieren. Ermutigt die Teilnehmenden, eigene Lösungswege zu finden.

Individuelle und gemeinsame Erfolgserlebnisse ermöglichen

Ermöglicht allen seinen Teilnehmenden Erfolgserlebnisse. Integriert Spiel- und Übungsformen, die den Teilnehmenden ihren individuellen Fortschritt aufzeigen.

Auswertungsgespräch

Gehe für die Auswertung Schritt für Schritt nach den unten aufgelisteten Punkten vor. So erreichst du die besten Ergebnisse. Nimm das Kartenset «Gute J+S Aktivitäten – Vermitteln» zur Hand. Die Inhalte können dir bei der Auswertung helfen.

1. Lasse zuerst die Leiterin oder den Leiter in eigenen Worten schildern, wie sie oder er die Aktivität selber erlebt hat.
2. Jetzt bist du an der Reihe. Was hat dir besonders gefallen? Starte positiv, nenne in wenigen Worten ein bis zwei aus deiner Sicht besonders gelungene Punkte.
3. Nun kommst du zu konkreten Punkten, die bei dir Fragen ausgelöst haben. Konzentriere dich auf die zu Beginn definierten Themen. Diskutiert gemeinsam Lösungsansätze.

Das habe ich beobachtet ...	Diese Verbesserungsmöglichkeiten kann ich mir vorstellen ...
HF 1	
HF 2	
HF 3	

4. Vereinbarung: Lasse die Leiterin oder den Leiter in eigenen Worten schildern, was sie oder er für das nächste Training oder Lageraktivität verändern will.
5. Beende das Gespräch mit einer positiven Aussage. Danke für das Engagement der Leiterin oder des Leiters und wünsche viel Erfolg für die Umsetzung der besprochenen Punkte.