

# go sports infotagung

Nr. 2-14

Referentin Carmen Frisch, Mittelweg 1, 37199 Wulften, Email: [cafrisch@web.de](mailto:cafrisch@web.de)

## Die Stunde könnte so schön sein.....

Passiert es nicht das eine oder andere Mal, dass die Übungsstunde nicht so wie geplant abläuft?

Aber liegt es an den Teilnehmern oder was kann es noch für Ursachen haben, dass die Motivation oder das Erreichen der Ziele ausbleibt.

Ich möchte bezugnehmen auf die Ausbildung für Übungsleiter und Trainer. Im Bereich Kommunikation sollte es deutlich werden, dass nicht alles was impliziert gesagt wurde auch expliziert zu verstehen ist.

Das 4 Ohrenmodell trägt auch einiges zum Verständnis bei.

Wenn der Teilnehmer sagt: „Ich kann das nicht“ oder auch der Übungsleiter sagt: „Wir brauchen 5 Bälle“. Genau hier steckt häufig das Problem – Sender und Empfänger.

Was stört Deine Kommunikation? - Du kannst nicht *Nicht* kommunizieren.

Doch auch eine gute Vorbereitung ist wichtig für den Ablauf.

Was gehört in die Planung? Wie führst Du es bei Dir durch?

Alle haben einmal einen Stundenverlaufsbogen im Grundlehrgang bekommen, der eine Hilfe sein soll.  
Zeit

- sind alle Phasen bedacht?

Klappt der Geräteabbau oder benötige ich hier mehr Zeit?

Ablauf /Durchführung

- habe ich alles aufgeschrieben oder kommen mir dabei die Ideen?

Spiele ich mit Bewegungs-anweisungen oder aufgaben? Gibt es  
auseichend Wiederholungen und Neues zum Lernen? Setze ich  
methodisch didaktische Abläufe in den Stunden ein?

Ziele

-sind die Ziele auf die Gruppe/Alter und auch deren Erwartung/  
Entwicklung abgestimmt? Habe ich langfristige Ziele? Bedenke ich die  
Vielzahl an Zielen? Koordinative und Konditionelle Fähigkeiten,  
Wahrnehmung und Entspannung, Soziale Kompetenz wie auch  
Stärkung des körperlichen, sozialen und psychischen Wohlbefindens  
sollten auch nicht unbedacht sein. Dies kann natürlich umfassender  
ergänzt werden.

Gerätebedarf

- sind wirklich genügend Geräte da oder wird spontan entschieden?  
Gibt es eine Auswahl-Variable- Differenzierung?

Hast Du deine geplante Stunde schon einmal reflektiert und noch einmal wiederholt mit Veränderungen?

Machst Du Dir Gedanken über das Stimmungsmanagement in der Gruppe?

Welches Verhältnis haben die Teilnehmer untereinander, wie ist das Verhältnis zu dir?

Welche Vorfälle sind demotivierend? Schlechte Musik, Geräte nicht vorhanden,

Teilnehmer sind am Reden, Teilnehmer streiten sich,.....

Welche Situationen / Abläufe kommen mit der Planung nicht klar? Notiere sie und suche einem  
Lösungsweg in 3 Schritten.

Die Stunde könnte so schön sein - aber nicht ALLEIN !

KG Raum IV 13.15-15.00 Uhr

**Skript für den Workshop: Die Stunde könnte so schön sein - ohne Teilnehmer! „go sports Infotagung 2018“**