

## FUSSBALLCLUB SOLOTHURN

Sekretariat: Postfach 215 • 4503 Solothurn  
Postcheckkonto 45-743-6 • MWSt-Nr. 467 548  
Telefon: 032 622 17 03 • Fax: 032 623 77 76  
E-mail: [info@fcsolothurn.ch](mailto:info@fcsolothurn.ch)  
Internet: [www.fcsolothurn.ch](http://www.fcsolothurn.ch)

### Information / Medien:

Jürg Naegeli • PINK Bild & Ton • CH-4528 Zuchwil  
T: +41 32 685 24 88 • F: 685 30 31  
Email: [info@pinkbildundton.ch](mailto:info@pinkbildundton.ch)



Montag, 04. Juli 2017, 10.00 Uhr

---

## Polysportiv erfolgreich ins zweite Ausbildungsjahr

### Das wöchentliche Fördertraining macht grosse Fortschritte sichtbar – Zweiter Kurs mit mehr Mädchen startet nach den Sommerferien.

---

Topmotiviert und mit grosser Begeisterung nahmen wir den Unterricht im Januar wieder auf und widmeten uns in den ersten Wochen der allgemeinen Kräftigung, gepaart mit koordinativen Übungen. Dies im Hinblick auf die Schneesportferien. So deckten die spielerischen Übungsstationen vor allem die Bereiche Gleichgewicht, Stütz- und Rumpfkraft sowie Agility ab. Im Bereich der Kraft zeigten sich bei den Kindern grosse Unterschiede. Dies machte einmal mehr deutlich, dass das jeweils repetitive Kräftigen am Ende der Lektion als Pflichtinhalt zwingend weiter zu verfolgen ist.

Nach den Sportferien beschäftigte uns noch einmal die Welt des Geräteturnens. Rollen, Hangen, Schwingen und Akrobatik brachte eine Art Zirkusstimmung in die Lektionen und die Kinder waren jeweils sehr stolz, wenn sie ihr Erlerntes oder ihre Eigenkreationen vorführen durften. Hindernisparcours und Stafettenformen rundeten dieses Quartal ab.

Nach den Frühlingsferien arbeiteten wir im Hinblick auf den Leichtathletikblock vorerst an einer besseren Laufkoordination. Einfache Rhythmisierungsübungen an der Laufleiter, im Reifen oder mit dem Seil sollten den Einstieg in die Leichtathletik erleichtern. Leider mussten die LA-Lektionen auf Grund der grossen Hitze jeweils in der Halle absolviert werden. Es wäre ein Anliegen jeweils zwischen Sommer und Herbst sowie Frühling und Sommer die Lektionen im Freien abzuhalten.

Abgerundet wurde das erste polysportive Jahr mit der zweiten Standortbestimmung. Erfreulich war zu sehen, dass die Kinder in den geprüften Disziplinen grosse Fortschritte erzielt haben, ohne dass wir diese Übungen speziell vorbereitet haben. Im Ballhandling (prellen, werfen, fangen) ist der Fortschritt frappant. Neben der Verbesserung der Sportmotorik ist auch eine Steigerung in der Sozialkompetenz festzustellen. War es zu Beginn des Jahres noch ab und zu ein Gegeneinander, stellen wir zusehends fest, dass der Umgang unter der Kindern stark verbessert wurde und es jetzt mehr ein Miteinander ist. Dies wird für das zweite Ausbildungsjahr eine wesentliche Voraussetzung sein, um in der Spielerziehung Fortschritte zu erzielen.

Bereits haben sich auf die zweite Ausschreibung wiederum 20 Kinder angemeldet. Die Hälfte davon sind Mädchen – welche bisher klar in der Minderheit waren. Da auch der grosse Teil der aktuellen TeilnehmerInnen weitermacht, führen wir ab dem neuen Schuljahr zwei parallele Kurse durch. Neu als Leiterin konnte Lea Probst

gewonnen werden. Sie ist aktuell in Ausbildung zur Primarlehrerin an der PH Bern und hat als aktive Turnerin viel Erfahrung im Bewegungslernen.

Fazit – Polysportivität als Basisunterricht ist von grosser Bedeutung und bereitet die Kinder optimal auf ihren Einstieg in die sportartspezifische Förderung vor.

Im Juli 2017

Ronald Vetter/Marc Du Buisson

Beilage: Bericht Schuljus vom Juni 2017