

J+S Fortbildungskurse

J + S – Leiter und Verbandstrainer auf der Schulbank

Zwei Fortbildungskurse (FBK) am 01. und 15. Dezember 2012 in Bülach bildeten den Saisonabschluss für zahlreiche J + S Leiter Sportschiessen bzw. Verbandstrainer B / C des Zürcher und des Schweizer Schiesssportverbandes. Den Teilnehmern wurde die Thematik „Psyche“ geboten.

Total nahmen 43 J + S Leiterinnen und Leiter, sowie 5 SSV Verbandstrainer A / B / C – davon 9 Ausserkantonale – an einem dieser beiden Fortbildungskurse teil. Damit ein J+S Absolvent und Verbandstrainer seinen Status behält und nicht sistiert wird, hat er alle 2 Jahre ein FBK als Staterneuerung zu besuchen.

Dino Tartaruga (Nürensdorf) als Referent und J+S Experte arbeitete mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Broschüre „Psyche“ vom Bundesamt für Sport BASPO mit den Theoretischen Grundlagen und praktischen Beispielen durch. Den psychischen Leistungsanteilen im Sportschiessen sollen in Zukunft gleich viel Gewicht beigemessen werden, wie den physischen Anteilen. Damit tragen „Jugend + Sport“ und die „Trainerausbildung“ einer ganzheitlichen sportlichen Ausbildung Rechnung.

Was bedeutet das Wort „Psyche“? Im heutigen umgangssprachlichen Verständnis wird darunter das „Innenleben“ des Menschen, alles „Geistiges“ – mit den Hauptbestandteilen Denken und Fühlen – verstanden. Unter dem Begriff Physis dagegen bezeichnet man alles Körperliche oder Körperbezogene. Bei der Erbringung einer sportlichen Leistung sind körperliche Vorgänge untrennbar mit Denkprozessen oder emotionalen Vorgängen verbunden.

Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wurde in diesen zwei FBK bewusst gemacht, dass psychische Leistungsanteile in Zukunft noch bewusster und gezielter gefördert werden müssen. Das Ziel ist, die Entwicklung von mentaler Stärke sowie die Entstehung von Freude und Befriedigung beim Sportschiessen noch vermehrt zu unterstützen.

Heinz Bolliger, Ressortleiter Kaderausbildung AA ZHSV