

J+S Fortbildungskurse

Video Analysen im Sportschiessen

An den beiden Samstagen, 05. und 19. Dezember 2015, fand als Saisonabschluss der Fortbildungskurs (FBK) für J+S Leiter Sportschiessen in der Kaserne Bülach, Lehrgebäude 1, statt. Den Teilnehmern wurde das hochinteressante Thema „Video Analysen im Sportschiessen“ geboten.

Bild/Text: Heinz Bolliger

Total nahmen 80 (!) J+S Leiterinnen und Leiter, sowie SSV Verbandstrainer B/C an einem dieser beiden Fortbildungskurse teil. Damit ein J+S Absolvent und Verbandstrainer seinen Status behält und nicht sistiert wird, ist er verpflichtet, alle 2 Jahre einen FBK zur Stuserneuerung zu besuchen. Sämtliche Leiter und Trainer wurden von Heinz Bolliger, Ressortleiter Kaderausbildung des Zürcher Schiesssportverbandes (ZHSV) eingeladen resp. aufgeboten.

René Koller, Abteilungschef Ausbildung, begrüßte die Teilnehmer. Dino Tartaruga war in diesen FBK Hauptreferent. Als J+S Experte und Schiesssportwissenschaftler (Uni Bern)



Referat von Sportwissenschaftler Dino Tartaruga.

arbeitet er auch für den Schweizer Schiesssportverband (SSV), zuständig für Sportwissenschaft und Leistungsdiagnostik. Mit wissenschaftlichen Methoden geht er im Sportschiessen neue Wege. Er erarbeitete mit den Kursteilnehmenden die komplexe Wirkungskette der Resultatentstehung. Er erklärte die Anforderungen, die Informationsformen, die Feedbacks, das nötige technische Training und die Ursachen des Wirkungsmechanismus. Mit praktischen Experimenten veranschaulichte er, wie J+S-Leiter / Trainer ihre Schützlinge unterstützen und mit Video-

Analysen zu besseren Resultaten führen können.

Der wichtigste Teil waren die Gruppenarbeiten am Nachmittag. Die vorgegebene Ausgangslage markierte Schiesssportler, die auf den Labelstandorten oder in der Spitzensport Rekrutenschule trainieren. Kurz vor Ende der Vorbereitungsphase waren noch zwei Techniktrainings bis zum Shooting Masters am Wochenende zu absolvieren. Gegeben waren die Videos mit den Scatt-Daten, inkl. Schlussresultate resp. Fotos zum Schusszeitpunkt. Die Aufgabe bestand darin, nach den Video-Analysen die Zielsetzung für die nächste Trainingseinheit von 120 Minuten zu planen und zu formulieren.

Am Ende des Tages konnten die J+S Leiter und Trainer mit einem ganzen Korb voller neuen Erkenntnissen und Ideen nach Hause gehen. Es liegt nun an ihnen zu entscheiden, ab welchem Leitungsniveau diese Methodik „Video Analysen“ bei ihren Schützlingen zur Anwendung gelangen soll.

Die acht Gruppen beim Training "Video Analysen":

