

Kursprogramm Polysportive Sommerwoche 2024

8. - 12. Juli 2024 / Seebad Bottighofen, Kantonsschule Frauenfeld, Schlossbad Frauenfeld

Zeit	Montag, 8.7.	Dienstag, 9.7.			Mittwoch, 10.7.	Donnerstag, 11.7.		Freitag, 12.7.		
9.00 bis 12.00	Spielfächer Dominik Owassapian Kanti Frauenfeld		SLRG Modul See Linda Tobler Seebad Röösl, Bottighofen Ganztägiges Modul 09.00 - 18.00 Uhr	WK Modul See Linda Tobler Seebad Röösl, Bottighofen	Falgfootball Dominik Owassapian Kanti Frauenfeld	Beachvolleyball Claudio Kriech Kanti Frauenfeld		Baseball und Intercrosse Flavio Muggli Kanti Frauenfeld		Groovy Kids Kinderyoga und Kinder Aerial Yoga Bigna Zehntner Kanti Frauenfeld
13.30 bis 16.30	WK Pool Plus und WK BLS-AED Linda Tobler Schlossbadi Frauenfeld ACHTUNG: 13.00 - 17.00 Uhr	Rückschlagspiele Dominik Owassapian Kanti Frauenfeld	SLRG Modul See Linda Tobler Seebad Röösl, Bottighofen Ganztägiges Modul 09.00 - 18.00 Uhr	Team-Leichtathletik Dominik Owassapian Kanti Frauenfeld		Volleyball Claudio Kriech Kanti Frauenfeld		Donuthockey/Unihockey Flavio Muggli Kanti Frauenfeld		Burner Games Muriel Sutter Kanti Frauenfeld

J+S Anerkennung: Für J+S Leiterinnen und -Leiter besteht die Möglichkeit, die Fortbildungspflicht Kindersport oder Schulsport zu erfüllen. Wer mindestens zwei verschiedene Module besucht, kann sich zusätzlich für die J+S Theorie im Selbststudium anmelden und erfüllt somit die Bedingungen der J+S Fortbildungspflicht Kindersport und Schulsport (keine EO).

Spielfächer (US, MS)

Kursleitung:

Dominik Owassapian

Ziele:

Die TN lernen schnell organisierbare, bewegungsintensive und einfache Ballspiele fürs Einlaufen und als Vorbereitung für die grossen Sportspiele kennen.

Die TN verbessern ihre sportartspezifischen Fertigkeiten.

Erwartungen:

Aktive, interessierte Teilnahme

Teilnehmerzahl

Min. 10

Max. 24

Programm:

Moderne Spielvermittlung setzt zunehmend auf einen spielorientierten Aufbau. Ich vermittele taktische, technische und kognitive Spielbausteine für offensive und defensive Handlungsmuster. Die Teilnehmer erhalten Ideen, wie sie spielübergreifendes Verständnis fördern können. Dieses ermöglicht es Schülerinnen und Schülern, knifflige Spielsituationen erfolgreich zu lösen. Alle Spiele sind ballsuchend und manchmal auch mit neuen, weniger bekannten Spielgeräten wie American Football, Frisbees, Baseballhandschuhen, Intercrosseschlägern, oder Goba-Schlägern spielbar! Sie erhalten Ideen für Spiel- und Übungsformen, die Sie leicht in die Praxis umsetzen können.

Kursunterlagen und Kosten:

Es wird ein Kurz-Skript abgegeben

Die Spielfächer liegen zum vergünstigten Kauf vor.

Bemerkungen:

-

Rückschlagsspiele (US, MS)

Kursleitung:

Dominik Owassapian

Ziele:

Die TN lernen verschiedene Rückschlagsspiele kennen und wissen, wie ein schultauglicher Aufbau des Spiels aussieht.

Die TN verbessern ihre sportartspezifischen Fertigkeiten.

Erwartungen:

Aktive, interessierte Teilnahme

Teilnehmerzahl

Min. 8

Max. 24

Programm:

Es wird ein Überblick über primarschuluntaugliche Rückschlagsspiele gegeben, wie z.B. Goba-Tennis, Streetracket, Badminton, Fb-Tennis usw. Welche sportartspezifischen und -übergreifenden Fertigkeiten kommen dabei zum Tragen.

Es werden schulrelevante Übungs-, Spielformen 1:1 gezeigt und durchgespielt.

Das Modul bietet Gelegenheit, den eigenen Umgang mit den Sportsportgeräten zu erproben bzw. zu verbessern.

Kursunterlagen und Kosten:

Ein Kurz-Skript wird abgegeben.

Bemerkungen:

-

**WK Pool Plus
(alle)**

Kursleitung:

Linda Tobler

Ziele:

Jeder Teilnehmer hat die Grundlagen um in einer Notfallsituation im Wasser richtig handeln zu können.

Voraussetzung Pool Plus:

Bestandenes Modul Pool Plus und gültigen BLS-AED Kurs.

Programm:

Repetieren der Grundlagen der Rettung im Wasser
Fallbeispiele und Retten mit geringstem Risiko für den Helfer/ die Helferin.

Kursunterlagen und Kosten:

Eine kostenlose Broschüre wird von uns am Kurstag abgegeben.

Mitnehmen:

Bitte bringen sie Schwimmkleider und ausreichend Frotteetücher mit.

Teilnehmerzahl

Min. 5 Max. 24

Bemerkungen:

Wichtig für die Anmeldung:

WK Pool Plus: Veranstaltungsnummer [128033](#)

Das Modul kann mit dem Modul WK BLS-AED besucht werden, am Kurstag werden die Teilnehmenden in zwei Gruppen geteilt und können dann nacheinander dieses oder beide Module besuchen.

Jedes Modul muss zusätzlich einzeln und von jedem Kursteilnehmer persönlich über die Kursplattform der SLRG angemeldet werden.

**WK BLS-AED
(alle)**

Kursleitung:

Linda Tobler

Ziele:

Erweitern und auffrischen der Kenntnisse in den lebensrettenden Sofortmassnahmen, sowie Übungen mit dem automatisierten Defibrillator durchführen.

Erwartungen:

Bestandener BLS-AED Grundkurs.

Programm:

- Theoretische Grundlagen
- Automatisierter externer Defibrillator
- Fallbeispiele

Kursunterlagen und Kosten:

keine

Mitnehmen:

Schreibzeug

Teilnehmerzahl

Min. 5 Max. 24

Bemerkungen:

Wichtig für die Anmeldung:

Veranstaltungsnummer [128032](#)

Das Modul kann mit dem Modul WK BLS-AED besucht werden, am Kurstag werden die Teilnehmenden in zwei Gruppen geteilt und können dann nacheinander dieses oder beide Module besuchen.

Jedes Modul muss zusätzlich einzeln und von jedem Kursteilnehmer persönlich über die Kursplattform der SLRG angemeldet werden.

Flagfootball (MS, Sek I, Sek II)

Kursleitung:

Dominik Owassapian

Ziele:

Die TN lernen die wichtigsten Regeln des Flagfootballspiels kennen und wissen, wie ein schultauglicher Aufbau des Spiels aussieht.

Die TN verbessern ihre sportartspezifischen Fertigkeiten.

Erwartungen:

Aktive, interessierte Teilnahme

Teilnehmerzahl

Min. 8

Max. 24

Programm:

Wie sieht ein sinnvoller Aufbau eines schultauglichen Flagfootballspiels konkret aus. Welche spielsportspezifischen und -übergreifenden Fertigkeiten kommen dabei zum Tragen. Es werden schulrelevante Übungs-, Spielformen und kompetenzorientierte Beurteilungsmöglichkeiten 1:1 gezeigt und durchgespielt. Das Modul bietet Gelegenheit, den eigenen Umgang mit den Sportsportgeräten zu erproben bzw. zu verbessern.

Kursunterlagen und Kosten:

Es wird ein Kurz-Skript zum Inhalt abgegeben.

Bemerkungen:

Der Spielfächer „Anders spielen“ liegt zum vergünstigten Kauf vor.

Team-Leichtathletik
(US, MS, Sek I, Sek II)

Kursleitung:

Dominik Owassapian

Ziele:

Die TN lernen schülergerechte Leichtathletik mit komplexen Disziplinen kennen.

Die TN verbessern ihre sportartspezifischen Fertigkeiten.

Erwartungen:

Aktive, interessierte Teilnahme

Teilnehmerzahl

Min. 8

Max. 24

Programm:

Es werden schwierige, interessante Leichtathletikdisziplinen für den Zyklus 1 und 2, wie z.B. Diskuswerfen, Dreisprung usw. vorgestellt und auf Bewegungsverwandtschaften eingegangen. Dabei steht der Team-Event-Gedanke zuoberst. Wie kann Leichtathletik spielerisch mit hoher Bewegungszeit in der Primarschule umgesetzt werden und wie kann eine kompetenzorientierte Beurteilung gelingen.

Kursunterlagen und Kosten:

Es wird ein Kurz-Skript zum Inhalt abgegeben.

Bemerkungen:

-

SLRG Modul See
(US, MS, Sek I, Sek II)

WK Modul See
(alle)

Kursleitung:

Linda Tobler

Ziele:

Teilnehmer können einen Seebesuch mit einer Gruppe planen und durchführen. Sicherheit in der Rettung im offenen Gewässer erhalten.

Zielgruppe:

Gute Schwimmer/innen, welche über mindestens ein bestandenes Modul Basis Pool verfügen.

Erwartung:

Aktive Teilnahme am Kurs

Programm:

- Planen eines Seebesuches
- Schwimmen im See
- Tauchen im See
- Rettungsübung im See

Kursunterlagen und Kosten:

Eine kostenlose Broschüre wird von uns am Kurstag abgegeben.

Mitnehmen:

- Bitte den Temperaturen entsprechende Kleidung/Sonnenschutz (wenn vorhanden bei kaltem Wetter Neopren) und Schwimmutensilien mitbringen
- Für die Mittagsverpflegung ist jeder selber zuständig, der Kiosk/ das Badirestaurant ist nur bei schönem Wetter geöffnet.

Teilnehmerzahl

Min. 5 Max. 12

Bemerkungen:

Wichtig für die Anmeldung: Veranstaltungsnummer [129035](#)

Jedes Modul muss zusätzlich einzeln und von jedem Kursteilnehmer persönlich über die Kursplattform der SLRG angemeldet werden.

Hinweis: Bei sehr schlechter Witterung (z.B. Gewitter) kann/muss das Modul aus Sicherheitsgründen abgesagt werden.

Kursleitung:

Linda Tobler

Ziele:

Teilnehmer können repetieren und erweitern ihr Wissen bei Rettungen im See, sowie in der Prävention von Wasserunfällen.

Zielgruppe:

Gute Schwimmer/innen, welche mindestens über ein bestandenes Modul See verfügen.

Erwartung:

Aktive Teilnahme am Kurs

Programm:

- Schwimmen im See
- Rettungsübung im See
- Tauchen im See

Kursunterlagen und Kosten:

Eine kostenlose Broschüre wird von uns am Kurstag abgegeben.

Mitnehmen:

Bitte den Temperaturen entsprechende Kleidung/Sonnenschutz (wenn vorhanden bei kaltem Wetter Neopren) und Schwimmutensilien mitbringen

Teilnehmerzahl

Min. 5 Max. 12

Bemerkungen:

Wichtig für die Anmeldung: Veranstaltungsnummer [128034](#)

Dieses Modul verlängert die Gültigkeit des Modul Pool Plus um 4 Jahre.

Jedes Modul muss zusätzlich einzeln und von jedem Kursteilnehmer persönlich über die Kursplattform der SLRG angemeldet werden.

Hinweis: Bei sehr schlechter Witterung (z.B. Gewitter) kann/muss das Modul aus Sicherheitsgründen abgesagt werden.

Beachvolleyball (Sek I, Sek II)

Kursleitung:

Claudio Kriech

Ziele:

Vom 1 mit 1 zum 4 gegen 4

Erwartungen:

Einsatz und Spielfreude

Teilnehmerzahl

Min. 8

Max. 24

Programm:

Spielerischer Nachmittag

Kursunterlagen und Kosten:

Es wird ein Dokument mit den Übungen und dem Verlaufsplan abgegeben.

Bemerkungen:

-

Volleyball
(Sek I, Sek II)

Kursleitung:

Claudio Kriech

Ziele:

Verschiedene Volleyballprüfungsübungen

Erwartungen:

Einsatz, Spielfreude, Mitdenken

Teilnehmerzahl

Min. 12

Max. 24

Programm:

- Ausprobieren verschiedener Prüfungsmöglichkeiten
- Diskussion über Vor- und Nachteile der einzelnen Übungen

Kursunterlagen und Kosten:

Es wird ein Dokument für Notizen abgegeben.

Bemerkungen:

-

Baseball und Intercrosse
(MS, Sek I, Sek II)

Kursleitung:

Flavio Muggli

Ziele:

Verschiedene Übungs- und Spielformen in zwei schnellen Mannschafts-sportarten ohne Körperkontakt kennenlernen.

Erwartungen:

Aktive, interessierte Teilnahme
Keine Vorkenntnisse nötig

Teilnehmerzahl

Min. 12

Max. 20

Programm:

Wir starten mit einfachen Wurf- und Fangformen und wenden anschliessend das Gelernte in verschiedenen Spielformen an.

Kursunterlagen und Kosten:

-

Bemerkungen:

Das Modul findet draussen statt.

Donuthockey und Unihockey
(MS, Sek I, Sek II)

Kursleitung:

Flavio Muggli

Ziele:

Ideen für den Sportunterricht erarbeiten sowie Freude an den beiden Sportarten wecken.

Erwartungen:

Aktive, interessierte Teilnahme
Keine Vorkenntnisse nötig

Teilnehmerzahl

Min. 10

Max. 16

Programm:

Verschiedene Übungen und Spielformen von Donut Hockey und Unihockey kennenlernen und ausprobieren.

Kursunterlagen und Kosten:

-

Bemerkungen:

Das Modul findet in der Halle statt.

Groovy Kids Kinderyoga und Kinder Aerial Yoga (VS, US, MS)

Kursleitung:

Bigna Zehntner

Ziele:

- Was unterscheidet Kinderyoga von Erwachsenenyoga?
- Du lernst die wichtigsten Elemente einer groovigen Kinderyogalektion kennen
- Du lernst das Aerial Yoga Tuch und dessen Anwendung kennen
- Spass, Spass und nochmals Spass: das ist das grösste Ziel dieser Weiterbildung. Denn dadurch haben auch die Kinder Spass.

Erwartungen:

Interesse an Yoga und Aerial Yoga

Teilnehmeranzahl

Min. 6

Max. 18

Programm:

Kinderyoga: Posen und Ideenworkshop

Kinder Aerial Yoga: Grundpositionen, Bezug zu den Teilleistungen in der Schule, Spielideen

Kursunterlagen und Kosten:

Kleines Skript

Es besteht die Möglichkeit, nach dem Kurs bei mir Aerial Yoga Tücher für die Schule zu bestellen.

Bemerkungen:

Schreibzeug, Badetuch, bequeme Kleidung ohne Reissverschlüsse, möglichst keinen Schmuck anziehen

Burner Games (US, MS, Sek I, Sek II)

Kursleitung:

Muriel Sutter

Ziele:

- Kennenlernen von kleinen Spielen für viel Bewegung und Spass, auch in grossen und heterogenen Gruppen
- Spiele-Repertoire erweitern:
 - Kommunikations-, Aufwärm- und Vollgas-Spiele
- Kreativen Zugang zum Thema Spielen erleben

Erwartungen:

Freude an Spiel und Bewegung, Interesse, neue Spielideen zu entdecken und auszuprobieren.

Teilnehmerzahl

Min. 16

Max. 24

Programm:

Die Burner Games orientieren sich an der Lebenswelt von jungen Menschen und verbinden Spass, Spannung, Bewegung und Team Spirit. Schnelligkeit, Kraft und Ausdauer werden ebenso gefördert wie Sozialkompetenz, Selbstvertrauen und Freude am Bewegen.

Mehr Infos: <https://burnermotion.ch/de/burner-games/>

Kursunterlagen und Kosten:

Es wird ein kleines Skript per Mail verschickt – die neuesten Burner Bücher können am Kurs zum Spezialpreis gekauft werden.

Bemerkungen:

Bitte mitnehmen: Leichte Sportbekleidung und Hallenschuhe, Getränk, gute Laune und Bewegungsfreude 😊