

**Einladung zur Fortbildung  
für Übungsleiter/innen, Trainer/innen und Helfer/innen  
von Kinderturngruppen und Wettkampfturngruppen sowie  
für Lehrpersonen der Grundschulen und Sekundarstufe 1**

**“Kinderturnen - Gerättturnen“**

**Referent: Axel Fries**

**im Turnverband Düren e.V. am Samstag, den 17. und  
Sonntag, den 18.02.2024  
jeweils von 09.00 bis 15.30 Uhr in Düren**

**Wichtig:** Die Fortbildungstage können einzeln oder kompakt als Wochenende gebucht werden

**Tag 1: Die Geräte lernen uns kennen**

Intensive, abwechslungsreiche und spaßbetonte Schulung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten mittels kleiner Spiele, Spielen in Gerätelandschaften sowie Spielen mit Klein- und Großgeräten.

**Tag 2: Gerättturnen? Klar macht das Spaß!**

Kinder lernen Bewegungen am besten durch eigenes Üben, eigene Kraft, eigene Koordination und eigene Geschicklichkeit. Dabei tritt die aktive Hilfe des Lehrers oder Übungsleiters fast ganz in den Hintergrund. Geholfen wird überhaupt nicht mehr – wenn überhaupt, wird nur noch gesichert. Hauptinhalt des Gerättturn-Lehrgangs sind methodische Übungsreihen zu allen wichtigen Elementen des Gerättturnens und deren Einbettung in Unterrichtsstunden.

- **Demonstrationsstunde:** wie beschäftige ich viele Kinder gleichzeitig mit zielgerichteten Übungen aus dem Turnen. In dieser Demonstrationsstunde (die Teilnehmer agieren als Kinder oder wir haben eine Schulklasse oder eine Turngruppe zur Anschauung) wird gezeigt, wie 30 Kinder turnen und jedes Kind dabei weit über 200 Übungen alleine im Hauptteil der Stunde

absolviert. Das sind 6000 Übungen, die allesamt entweder zu einem Ziel hinführen, ein bereits gelerntes Element festigen oder aber die sportmotorischen Grundeigenschaften schulen.

- Aussprache über die Demonstrationsstunde, Hinweise und Hilfe zur Planung und Durchführung

Methodische Übungsreihen:

- Rolle vorwärts - Rolle rückwärts (auch für Übergewichtige!)
- Rad und Handstand oder Handstand und Rad (beides ohne Hilfe)
- Radwende (ohne Hilfe)
- Felgrolle (ohne Hilfe)
- Überschlag rückwärts (Flick-Flack)
- Handstützüberschlag vorwärts

### **Hinweise:**

Zu beiden Lehrgangstagen sind **Kinder im Grundschulalter oder älter** mit eingeladen. „Kann ich nicht“ ist nicht schlimm – aber jeder wird erkennen, dass man mit dem richtigen Weg unglaublich viel lernen kann. Wünsche werden in die geplanten Inhalte integriert, die wenige nötige Theorie wird in die Praxis mit eingebunden.

Warum „Hilfestellung“ beim Erlernen einer turnerischen Fertigkeit hindert, ist zentraler Inhalt aller methodischen Themen.

Der Lehrgang wird mit 8 Unterrichtseinheiten (UE) je Tag als Fortbildung für Übungsleiter/innen und Trainer/innen sowie zur Verlängerung der C-Lizenz anerkannt.

**Anmeldungen** sind ab dem **02. Januar 2024** möglich. Hierfür wird ein gesondertes Anmeldeformular zur Verfügung gestellt.

Die Lehrgangsgebühren werden gestaffelt je nach Buchung von ein oder zwei Tagen.