

Programm der Jugendbildungsmaßnahme


Veranstalter: Kreisjugendleitung BSJ Donau-Ries

Ort: 83334 Inzell

Titel der Maßnahme: Outdoor Action

Zeit: 10.08. bis 16.08.2024

Samstag 10.08.2024	Themen, Lernziele, Methoden, Arbeitsschritte	Dauer / Referenten
10.00 h - 11.00 h	<p>Einführung in das Motto „Outdoor Action“</p> <p><u>Lernziel:</u> Die Jugendlichen werden sensibilisiert für die anstehenden Erfahrungen, die Natur aktiv zu erleben und neue Sportarten kennen zu lernen.</p> <p><u>Methode:</u> Infogespräch. Vorstellung des Wochenplanes mit Erklärung der Beweg- und Hintergründe.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Der Ablauf der Woche wurde erklärt und besonders auf Regeln, Rücksichtnahme und Miteinander hingewiesen. Es hat sich bewährt, dies im Bus zu machen, da die TN noch aufmerksam sind und gespannt der Woche entgegenfiebern.</i></p>	1.00 h / R. Peceros
12.40 h	Mittagspause	
14.00 h - 15.00 h	<p>Teambildung</p> <p><u>Lernziel:</u> Die TN sollen sich selbst organisieren und Aufgaben / Arbeitsteilung eigenständig abstimmen.</p> <p><u>Methode:</u> Die Regeln des Sportcamps werden vorgestellt. Auf Sauberkeit und Rücksichtnahme ist zu achten. Selbständiges Bettenbeziehen, erarbeiten eines Wochendienstplanes, etc..</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Dass über 1/3 der TN den Ablauf bereits vom Vorjahr kannten, erleichterte die Aufgabenverteilung. Dennoch dauerte es etwas (auf Grund der TN-Anzahl) bis die Zusammensetzung der Arbeitsgruppen zur Zufriedenheit aller geregelt war.</i></p>	1.00 h / Th. Lindner, alle Referenten
15.00 h - 17.30 h	<p>Freizeit am Pool bzw. im Camp</p> <p>Auf Grund der hohen Temperaturen wurde der Punkt eingeschoben. Den TN stand auch der Pool zur freien Verfügung.</p>	2.50 h / alle Referenten
17.40 h	Abendessen	

<p>19.00 h - 20:30 h</p>	<p>Wir lernen unser Feriendorf kennen!</p> <p><u>Lernziel:</u> Die Jugendlichen sollen Verhaltensregeln lernen, sich untereinander kennen lernen, das Sportcamp erkunden und Gruppendynamik entwickeln.</p> <p><u>Methode:</u> Die TN werden in Gruppen geteilt und müssen unterschiedliche Orte im Feriendorf erkunden. An den jeweiligen Stationen müssen sie Fragebögen zum Ort der Umgebung und den zuvor gehörten Verhaltensregeln ausfüllen. So geht es innerhalb des Camp von Station zu Station.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Die TN in den Gruppen kamen sich schnell näher und konnten die Fragen Großteils richtig beantworten.</i></p>	<p>1.50h / alle Referenten</p>
<p>20.30 h - 22.00 h</p>	<p>Kennenlernspiele</p> <p><u>Lernziel:</u> Die Jugendlichen lernen sich untereinander kennen.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abbau von Berührungängsten und Hemmschwellen - Spielerische Förderung von Kommunikation zwischen untereinander unbekanntem Kindern und Jugendlichen einer Gruppe <p><u>Methode:</u> Auf Grund des hervorragenden Wetter wurde die Kennenlernrunde im Freien vorgenommen.</p> <p>Neben den bekannten Kreisspielen mit verschiedenen Zusatzaufgaben wurde auch eine Art Speed-Dating gespielt.</p> <p>Die TN saßen sich in zwei Reihen gegenüber. Ein Moderator gab ein Thema vor, über das sich die gegenüberstehenden TN austauschen sollten. Für das neue Thema musste sich eine Reihe um eine vorgegebene TN-Anzahl verschieben. Auf diese Weise wurde jedes Thema mit anderen Gesprächspartnern behandelt.</p>  <p><u>Reflexion:</u> <i>Die Spiele waren so gestaltet, dass die Jugendlichen ihre Berührungängste überwinden konnten. Das Umordnen unterbricht die Cliquen. So kommt es zu mehr Kontakten zwischen den Teilnehmern.</i></p>	<p>1.50h / alle Referenten</p>


	<i>Aus dem Beobachten der Gruppe war zu erwarten, dass die Gruppe gut zusammen arbeiten dürfte. Diese Erwartung wurde im Laufe der Woche bestätigt.</i>	
Sonntag 11.08.2024	Themen, Lernziele, Methoden, Arbeitsschritte	Dauer / Referenten
07.40 h	Frühstück	
08.30 h - 10.00 h	<p>Vertrauensübungen</p> <p><u>Lernziel:</u> Lernen was es heißt, Verantwortung für andere zu übernehmen bzw. sich auf andere verlassen zu können / müssen. Dabei überwinden von körperlichen Berührungsängsten.</p> <p><u>Methode:</u> Wir spielen verschiedene Naturerfahrungsspiele im nahen Wald, zu den Themen Ökologie, Tiere, Wald & Baum, Pflanzen, Boden und Wasser. Die Jugendlichen entdecken mit Hilfe verschiedener Spiele die Natur. Es werden Pärchen gebildet um, im Wechsel, die gestellten Aufgaben zu erledigen. Dabei hat ein TN immer die Augen verbunden. Führen durch den Wald, einen blind ertastet Baum wieder finden, Waldführung mit Geräuschen (die Führung erfolgt über Klopfen mit Steinen oder Hölzer), etc.. Zum Abschluss sollte die Gruppe eine Fröbelturm bauen.</p>  <p><u>Reflexion:</u> <i>Nach ein paar Anlaufschwierigkeiten gelang es den TN sich auf den Partner bzw. auf die Gruppe einzustellen und Vertrauen aufzubauen um als Einheit zu agieren.</i></p>	1.50 h / alle Referenten
10.00 h - 11.30 h	<p>Sportart Handball kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Die TN sollen Einblick in die Sportart Handball bekommen. Die Regeln kennen lernen sowie erste Erfahrungen mit den Techniken Werfen und Laufen mit dem Ball sammeln.</p> <p><u>Methode:</u> Kurze Einführung über Geschichte und die Besonderheiten (ohne Körperkontakt, Fairplay steht im Vordergrund) des Handball-Sports. Erlernen von Wurf- und Fangtechniken, sowie des Dribbeln und Ball abgeben. Durchführung von kleinen Übungen und Wettkampfformen.</p>	1.50 h / alle Referenten





Reflexion:

Je nachdem aus welcher Sportart die TN kamen, taten sie sich mit den Übungen leichter oder schwerer.

Bei den Wurf-, Fang- oder Dribbelübungen war das nicht so stark erkennbar wie bei anschließenden Spielübungen.

<p>11.40 h</p>	<p>Mittagspause</p>	
<p>12.30 h - 14.00 h</p>	<p>Batik</p> <p><u>Lernziel:</u> Förderung der Kreativität.</p> <p><u>Methode:</u> Für alle TN sind im Vorfeld T-Shirt in den jeweiligen Größen besorgt worden. Den TN wurde erklärt und gezeigt, wie ein stereotypes T-Shirt zu einem individuellen T-Shirt wird. Auch wurde ihnen gezeigt, auf welche Gegebenheiten sie achten sollen um Verschmutzungen gering zu halten.</p>  <p><u>Reflexion:</u> <i>Alle TN waren mit Begeisterung dabei. Auch gestalteten sie ihre T-Shirts nach dem Trocknen, mit Farbstiften und Schere, noch weiter.</i></p>	<p>1.50 h / alle Referenten</p>
<p>14.15 h - 15.45 h</p>	<p>Sportart Basketball kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Die TN sollen die Sportart Basketball kennen lernen. Die Regeln kennen lernen sowie erste Erfahrungen mit den Techniken Werfen und laufen mit dem Ball sammeln.</p> <p><u>Methode:</u> Kurze Einführung über Geschichte und die Besonderheiten (ohne Körperkontakt, Fairplay steht im Vordergrund) des Basketball-Sports.</p> <p>Erlernen von Wurf- und Fangtechniken, sowie des Dribbeln und Ball abgeben.</p> <p>Durchführung von kleinen Übungen und Wettkampfformen.</p>	<p>1.50 h / alle Referenten</p>

	<u>Reflexion:</u> <i>Die Beobachtungen aus der Handball-Einheit können überwiegend auch auf Basketball übertragen werden.</i>	
16.00 h - 17.30 h	Genuss oder Sucht <u>Lernziel:</u> Den TN soll vermittelt werden, wie nahe Genuss und Sucht beieinander liegen. Zudem soll Ihnen das Bewusstsein vermittelt werden, dass Genuss- und Suchtmittel Bestandteile unseres täglichen Lebens sind. <u>Methode:</u> Die TN sollen Karten mit alltäglichen Objekten (z.B. Schokolade, Internet, Kaffee, Shoppen, Gaming sowie Wein, Zigaretten, etc.) den Bereichen „Genuss“ oder „Sucht“ zuordnen. Mit der Zuordnung sollen sie begründen, weshalb diese Zuordnung erfolgt. Nachdem alle Karten zugeordnet waren, sollen die TN jede Karte dem anderen Bereich zugeordnet werden und auch hier wieder eine Begründung für diese Zuordnung liefern. <u>Reflexion:</u> <i>Bereits in der ersten Runde fiel es einigen TN schwer, die Karte eindeutig zuzuordnen. Es gelang der Gruppe, für jede Karte eine Begründung für beide Zuordnungen zu finden. Somit konnte das Bewusstsein geschärft werden, dass aus einem Genussmittel schnell ein Suchtmittel werden kann.</i>	1.50 h / alle Referenten
17.40 h	Abendessen	
19.00 h - 20.30 h	Freizeit am Pool bzw. im Camp Auf Grund der hohen Temperaturen wurde der Punkt eingeschoben. Den TN stand auch der Pool zur freien Verfügung.	1.50 h / alle Referenten
Montag 12.08.2024	Themen, Lernziele, Methoden, Arbeitsschritte	Dauer / Referenten
07.40 h	Frühstück	
09.30 h - 12.30 h	RaftingTour auf der Tiroler Ache <u>Lernziel:</u> Die Jugendlichen sollen anhand einer Rafting Tour erleben, wie wichtig die Zusammenarbeit ist, um ein gemeinsames Ziel erleben zu können bzw. zu erreichen. <u>Methode:</u> Wir paddeln gemeinsam mit einem Schlauchboot durch einen Fluss. Der Bootsführer gibt Kommandos die gemeinsam (gleicher Paddelschlag) und unterschiedlich (linke/rechte Seite) ausgeführt werden müssen. Die Jugendlichen lernen sich im Team einzuordnen. Sie erkennen auch, dass sich das Boot umso leichter steuern lässt, je besser das Zusammenspiel klappt. Bei der Sicherheitseinweisung lernen sie auch, wie wichtig es ist:	3.00 h / MA Raftingtour, alle Referenten

	<ul style="list-style-type: none"> - sich an die Regeln zu halten, - sich gegenseitig zu vertrauen - sich gegenseitig Sicherheit zu geben  <p><u>Reflexion:</u> <i>Nach theoretischer Einweisung durch den Guide setzten wir uns an Land ins Boot und mussten Trockenübungen machen, was von den TN anfangs belächelt wurde, aber hinterher als hilfreich in verschiedenen Situationen befunden wurde. Wichtige Hinweise auf die eigene Sicherheit aber auch die Sicherheit der Gruppe mussten beachtet werden. Bei der Verteilung in die Boote wurde Rücksicht auf die ängstlicheren TN genommen. Als wir jedoch im Wasser schwimmen durften wollten auch die, welche eher zögerlich waren ins Wasser, da es nur 14° hatte. Die Fahrt selbst war ein unvergessliches Erlebnis, das alle viel körperliche Kraft gekostet hat.</i></p>	
<p>13.00 h - 16.30 h</p>	<p>Wanderung Schmugglerweg</p> <p><u>Lernziel:</u> Gefahren einer Wanderung in den Bergen erkennen.</p> <p><u>Methode:</u> Wir gleich am Rafting-Stützpunkt und gehen den „neuen“ Schmugglerweg rückwärts nach Schleching. Neben der Ausschilderung können sich die Betreuer durch eine App über die richtige Wegführung orientieren.</p> <p>Die TN wurden angewiesen, sich zwischen dem führenden und den letzten Betreuern zu bewegen. Gemeinsam ging von Kössen zum Steig, der oberhalb der zuvor durchfahrenen Tiroler Ache entlangläuft. Dabei sehen die TN, welche Veränderungen die Naturgewalten wie z.B. das Wasser herbeigeführt haben, z.B. abgeschliffene Steine, Erdbeben, usw.</p> <p>Hier lernen die Teilnehmer, was durch die Naturgewalt alles passieren kann. Sie lernen also, dass es bei Wanderungen auch notwendig ist, die Risiken einzuschätzen, z.B. bei einem Wetterumschwung, Einbruch der Dunkelheit, mangelnde Ausrüstung etc.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Wir wanderten einen ehemaligen Schmugglerweg entlang der Grenze, welcher sehr schön im Wald liegt und uns viele</i></p> 	<p>3.50 h / alle Referenten</p>

	<p><i>Möglichkeiten für spontane Spiele im Wald bot, wie zum Beispiel „Den Baum umarmen“, „Steinmanderl bauen“, in einem markierten Feld Veränderungen erkennen. Alle TN wanderten die gesamte Strecke, auch wenn das nicht allen TN zugetraut wurde.</i></p>	
17.40 h	Abendessen	
19.00 h - 20.30 h	<p>Freizeit am Pool bzw. im Camp</p> <p>Auf Grund der hohen Temperaturen wurde der Punkt eingeschoben. Den TN stand auch der Pool zur freien Verfügung.</p>	1.50 h / alle Referenten
Dienstag 13.08.2024	Themen, Lernziele, Methoden, Arbeitsschritte	Dauer / Referenten
07.40h	Frühstück	
08.30 h - 10.00 h	<p>Sportart Rhönradturnen kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Körperspannung halten und Ängste überwinden.</p> <p><u>Methode:</u> Erklärung und Vorstellung Turnen mit dem Rhönrad. Unter Anleitung wurden verschiedene Übungen am Rhönrad durchgeführt.</p>  <p><u>Reflexion:</u> <i>Vor allem die jüngeren (leichteren) TN konnten ihre Berührungsängste schnell abbauen und hatten sehr viel Spaß an den verschiedenen Übungen, die sie zum Schluss teilweise eigenständig vornahmen.</i></p>	1.50 h / MA Camp, alle Referenten
10.00 h - 11.30 h	<p>Sichere Bewegung im Wasser</p> <p><u>Lernziel:</u> Verbesserung der Schwimmfähigkeiten.</p> <p><u>Methode:</u> Durch eine individuelle Stilanalyse werden Übungen zur Verbesserung der Schwimmtechnik vorgenommen. Die Stilanalyse begleitet die gesamte Stunde und auch die Übungen an den folgenden Tagen.</p> <p>Nach der Analyse der Schwimmfähigkeit der einzelnen TN werden in der ersten Einheit auf die Verbesserung der Atmung Wert gelegt.</p> <p>Dazu standen Koordinationsübungen Atmung-Armzug in Brust und Freistil im Vordergrund.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Bei ein paar TN war eine unzureichende Wassergewöhnung erkennbar. Sie taten sich schwer, den Kopf zum Ausatmen unter die Wasseroberfläche zu bringen. Andere hatten mit dem Atmen zur Seite bei</i></p>	1.50 h / alle Referenten

	<p><i>Freistil Probleme. Sie hoben den Kopf ähnlich wie es beim Brustschwimmen notwendig ist. Die TN, die eine Schwimmbrille dabei hatten, taten sich bei den Übungen im Allgemeinen etwas leichter.</i></p>	
11.40 h	Mittagspause	
12.30 h - 14.00 h	<p>Sportart Tischtennis kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Die TN sollen die Sportart Tischtennis kennen lernen. Die Regeln kennen lernen sowie erste Erfahrungen mit den Techniken Aufschlag und Rückspiel (Vorhand/Rückhand/ etc.).</p> <p><u>Methode:</u> Kurze Einführung über die Besonderheiten (Aufschlag über Kreuz, Regeln beim Doppel) des Tischtennis-Spiels.</p> <p>Erlernen des Aufschlag und des Rückspiels mit Vor- und Rückhand.</p> <p>Durchführung von kleinen Übungen und Wettkampfformen (z.B. Rundlauf)</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Bei einigen TN war erkennbar, dass es der erste Kontakt mit der Sportart Tischtennis war. Doch auch diese TN konnten sich schnell die regelkonforme Technik aneignen.</i></p>	1.50 h / alle Referenten
14.15 h - 15.45 h	<p>Sportart Airtramp kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Verbesserung der Integration in die Gruppe durch den Trendsport „Airtramp“.</p> <p><u>Methode:</u> Beim gemeinsamen Spiel lassen sich (im Breitensportbereich) schnell Alters- und Leistungsgrenzen überwinden und es entsteht eine Gruppe, die sich umeinander kümmert und aufeinander eingeht.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Ein MA des Camp stellte das Airtramp als noch für viele unbekanntes Sportgerät vor und teilte die Gruppen nach einem Zufallsprinzip ein. In einer Eingewöhnphase machten sich die Gruppen mit dem Airtramp vertraut. Bei den anschließenden Spielen waren sie mit Begeisterung dabei.</i></p>	1.50h / MA Camp, alle Referenten



<p>16.00 h - 17.30 h</p>	<p>Sportart Hi-Ball / Slackline / Frisbee kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Körperspannung halten, Ängste überwinden und auch Reaktionsfähigkeit beweisen.</p> <p><u>Methode:</u> Sowohl bei Hi-Ball als auch bei Slackline bedarf es ein hohes Maß an Konzentration verbunden mit Gleichgewichtsgefühl. Diese Kombination kann nur für kurze Zeit aufgebracht werden. Daher sind die Übungen kurz zu halten. Frisbee stellt hierzu einen Gegensatz im Bewegungsablauf dar und ist auf Dauer auch nur kurze Zeit zu spielen. Daher erscheint es sinnvoll, die Sportarten zu kombinieren und abwechselnd auszuüben. Bei Hi-Ball ist das Springen auf einem Trampolin mit dem Zielwerfen eines Balles in Einklang zu bringen. Beim Balancieren auf der Slackline ist anfangs Hilfestellung zu leisten. Diese Hilfestellung ist mit zunehmender Übung zu reduzieren. Der Bewegungsablauf des Werfens seines Frisbee mittels Rück- bzw. Vorhand und des Fangen eines Frisbee wird vorgestellt. In Partnerübungen sollen die Wurftechniken Rückhand und Vorhand sowie dem Fangen eingeübt werden. Die statisch erlernten Bewegungen sollen anschließend in dynamische (Werfen und Fange aus dem Gehen/Laufen heraus) übergehen.</p> <p><u>Reflexion:</u> Alle drei Sportarten können bei intensiver Beanspruchung nur kurze Zeit ausgeübt werden. Da die TN sehr eifrig zwischen den Sportstätten wechselten, war die Zeit großzügig angesetzt. Gegen Stundenende konnte bei den Sportarten die notwendige Konzentration nicht mehr im nötigen Umfang aufgebracht werden. Trotzdem waren alle TN mit Begeisterung dabei und hatten viel Spaß bei dem Programmpunkt.</p>	<p>1.50 h / alle Referenten</p>
<p>17.40 h</p>	<p>Abendessen</p>	
<p>19.00 h - 20.30 h</p>	<p>Grundlagen Erste-Hilfe</p> <p><u>Lernziel:</u> Die Teilnehmenden sollen lernen, sich bei Unfällen und in Notfällen richtig zu verhalten und wie bestimmte Verletzungen zu versorgen sind.</p> <p><u>Methode:</u> Theoretische Einführung; Vermittlung von Hintergrundwissen: Kinder sind häufig von Unfällen im Haushalt, beim Sport, in der Freizeit oder in der Schule betroffen. Unfälle sind auch bei aller Vorsicht nie auszuschließen und passieren auch, wenn keine Erwachsenen dabei sind.</p>	<p>1.50h / R. Schnell (Malteser Hilfsdienst)</p>

	<p>Unterrichtsgespräch und praktische Übung zum Absetzen eines Notrufs.</p> <p>zum richtigen Verhalten bei</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unbekannter Umgebung - Eigensicherung <p>sowie zum richtigen Versorgen von</p> <ul style="list-style-type: none"> - Druckverband mit Dreieckstuch - Druckverband mit Bandage <p><u>Reflexion:</u> <i>R. Schnell vermittelte das Thema sehr lebendig und unterlegte es mit eigenen Erfahrungen aus seinem Einsatz als Rettungssanitäter oder aus der Leitstelle.</i> <i>Ein Großteil der TN hatte das Thema bereits in der Schule behandelt und konnte mit entsprechenden Vorkenntnissen aufwarten.</i> <i>Von allen TN wurde das Thema als sehr wichtig erkannt.</i></p>	
<p>Mittwoch 14.08.2024</p>	<p>Themen, Lernziele, Methoden, Arbeitsschritte</p>	<p>Dauer / Referenten</p>
<p>07.40 h</p>	<p>Frühstück</p>	
<p>08.30 h - 10.00 h</p>	<p>Sportart Bogenschießen kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Die TN sollen die Sportart Bogenschießen kennen lernen. Hierzu gehört auch das Verhalten an/auf einem Schießstand.</p> <p><u>Methode:</u> Die Komponenten des Sportgeräts und einer Schutzausrüstung werden vorgestellt. Nach einer Einweisung über die Verhaltensregeln an und um den Schießstand herum wird der Bewegungsablauf eingeübt.</p> <p>Nach Übungseinheiten findet ein kleines Turnier im Bogenschießen statt.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Die TN unterstützten sich gegenseitig mit Anweisungen beim Zielen.</i> <i>Auch achteten sie vorbildlich auf die vorher gegebenen Sicherheitsanweisungen. Damit gaben sie zu erkennen, dass sie sich der Gefahren, die beim Bogenschießen bestehen, bewusst waren.</i> <i>Zudem waren einige TN überrascht von dem Ergebnis ihrer Schüsse.</i></p>	<p>1.50 h / alle Referenten</p>



<p>10.00 h - 11.30 h</p>	<p>Sichere Bewegung im Wasser (Fortführung)</p> <p><u>Lernziel:</u> Verbesserung der Schwimmfähigkeiten.</p> <p><u>Methode:</u> In dieser Einheit soll die Ausdauer verbessert werden. Dazu wurden Langstrecken-Einheiten mit und ohne Kleidung gewählt.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Die geforderte Ausdauerübung konnte von allen ohne größere Probleme bewältigt werden. Auch mit dem Schwimmen in Kleidung zeigten die TN ihr Durchhaltevermögen.</i></p> 	<p>1.50 h / alle Referenten</p>
<p>11.40 h Mittagspause</p>		
<p>12.30 h - 14.00 h</p>	<p>Sportart Klettern kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Vertrauen zum Sichernden, Angst überwinden, Konzentration und Kraft Körperschwerpunkt nah an der Wand halten.</p> <p><u>Methode:</u> Das Klettern erfordert Vertrauen in denjenigen, der unten sichert, und viel Geschick beim Hochklettern an der Wand. Sämtliche Muskeln im Körper müssen angespannt bleiben, um nicht abzurutschen. Dabei wird Adrenalin frei, welches dazu führt die TN mutiger werden zu lassen, um höhere Schwierigkeitsgrade zu versuchen. Die zuvor besprochenen Verhaltensregeln müssen eingehalten werden.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Klettern kam bei den TN unterschiedlich an. Die jüngeren und leichteren waren mit Eifer dabei. Die schwereren brauchten zusätzliche Motivation und Anweisungen um die Wand zu schaffen.</i></p> 	<p>1.50 h / alle Referenten</p>
<p>14.15 h - 17.30 h</p>	<p>Sportart Soccergolf kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Das zuvor bei anderen Sportarten erlernte auf eine neue</p>	<p>3.25 h / alle Referenten</p>

	<p>Sportart übertragen und anwenden.</p> <p><u>Methode:</u> Beim Socccergolf sind Zielgenauigkeit, Konzentration und Gemeinsinn zu vereinen. Das Team hat den Parcours gemeinsam zu spielen.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Der Parcours wurde in mehreren Gruppen mit unterschiedlichen Startpunkten durchlaufen. Im Laufe des Durchlaufs konnten Charaktereigenschaften wie Siegeswille, gegenseitige Motivation, etc. bei den TN ausgemacht werden.</i></p>		
17.40 h	Abendessen		
19.00 h - 22.00 h	<p>Spiel ohne Grenzen</p> <p><u>Lernziel:</u> Die persönlichen Stärken und Schwächen zu Gunsten des Teams effektiv einsetzen.</p> <p><u>Methode:</u> Stationsspiele vom Camp organisiert. Die TN wurden von den Betreuern in 3 Gruppen eingeteilt. Den Gruppennamen musste sich jeder Gruppe selbst geben.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Mit Spiel und Spaß kam eines unserer Teams unter die Besten 10. Insgesamt wurden 23 Mannschaften gemeldet. Alle Mannschaften des Camps machten mit. Unsere TN feuerten sich gegenseitig mit Feuereifer an.</i></p>		3.00h / MA Sportcamp, alle Referenten
Donnerstag 15.08.2024	Themen, Lernziele, Methoden, Arbeitsschritte		Dauer / Referenten
07.40 h	Frühstück		
08.30 h - 10.00 h	<p>Sportart Fußball kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Die TN sollen die Sportart Fußball kennen lernen. Die Regeln kennen lernen sowie erste Erfahrungen mit den Laufen und Zuspieren mit dem Ball.</p> <p><u>Methode:</u> Kurze Einführung über Geschichte und die Besonderheiten (ohne Körperkontakt, Fairplay steht im Vordergrund) des Fußball-Sports. Erlernen des kontrollierten Laufens mit einem Ball (Ball ist immer am Fuß). Vorstellung der verschiedenen Schussarten (z.B.</p>		1.50 h / alle Referenten

	<p>Innenspann, Vollspannschuss, etc.). Abgeben des Balles durch Schuss mit dem linken als auch mit dem rechten Fuß.</p> <p>Durchführung von kleinen Übungen und Wettkampfformen.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Bei den TN waren sehr unterschiedliche Ausprägungen der Auge-Bein-Koordination erkennbar. Im Extremfall wurde der Ball beim Zuspiel oder der Annahme nicht getroffen. Zudem war hier am deutlichsten zu erkennen, aus welcher Sportart (Mannschafts- oder Individual-Sport) die TN kamen.</i></p>	
<p>10.00 h - 11.30 h</p>	<p>Sportart Beach-Volleyball kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Die TN sollen die Sportart Beach-Volleyball kennen lernen. Die Regeln kennen lernen sowie erste Erfahrungen mit den Techniken Angabe (untere/obere Angabe) und Zuspielen (Pritschen/Baggern).</p> <p><u>Methode:</u> Kurze Einführung über Geschichte und die Besonderheiten (ohne Körperkontakt, Fairplay steht im Vordergrund) des Beach-Volleyball-Sports.</p> <p>Erlernen der Angaben (Unterschied zwischen unterer und oberer Angabe) und des Zuspiels in Form von Baggern und Pritschen.</p> <p>Durchführung von kleinen Übungen und Wettkampfformen.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Bei den TN waren sehr unterschiedliche Ausprägungen der Auge-Hand-Koordination erkennbar. Im Extremfall wurde der Ball bei der Angabe oder beim Zuspiel nicht getroffen.</i></p>	<p>1.50 h / alle Referenten</p>
11.40 h	Mittagspause	
<p>12.30 h - 14.00 h</p>	<p>Sportart Wasserball kennenlernen</p> <p><u>Lernziel:</u> Verbesserung der Schwimmfähigkeiten.</p> <p><u>Methode:</u> In dieser Einheit wird auf die Verbesserung der Ausdauer in spielerischer Form durch Wasserball-Übungen gelegt.</p> <p>Die vorangegangene Einführung Freistil wurde ausgebaut. Mit den erlernten Armbewegungen sollen nun der Wasserball geführt und vor sich her getrieben werden. Die</p>	<p>1.50 h / alle Referenten</p>



	<p>Ausdauer der Beine wird durch Übungen sich den Ball zuzuspielen gestärkt. Erschwert werden die Übungen dadurch, dass sie mit Kleidung durchgeführt werden sollten.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Entsprechend der Schwimmfähigkeit kamen die TN unterschiedlich schnell an Ihre Grenze. Ein paar TN konnten die Übung ohne Pause absolvieren, andere TN benötigten Pausen am Beckenrand.</i></p>	
<p>14.15 h - 15.45 h</p>	<p>Vertiefung Sportart Klettern</p> <p><u>Lernziel:</u> Das zuvor Erlernte vertiefen und die Bewegungsabläufe festigen.</p> <p><u>Methode:</u> Wiederholen bereits bekannter Strecken und auch neue Strecken ausprobieren.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Wie bereits beim Kennenlernen von Klettern war die Begeisterung der leichteren TN größer als der schwereren TN.</i></p> 	<p>1.50 h / alle Referenten</p>
<p>16.00 h - 17.30 h</p>	<p>Ausflug nach Inzell</p> <p>Die TN sollen auch die Umgebung des Camp kennen lernen. Dazu wurde den TN ein kurzer Ausflug an eine Eisdiele in Inzell angeboten. Vor allem die neuen TN nahmen das Angebot an.</p>	<p>1.50 h / alle Referenten</p>
17.40 h	Abendessen	
<p>19.30 h - 21.00 h</p>	<p>Lagerfeuer mit Stockbrot</p> <p>Gemütlicher Ausklang des Tages am Lagerfeuer.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Während darauf gewartet wurde, dass das Stockbrot fertig wird, erkundigten sich ein paar ältere TN nach der Möglichkeit in den nächsten Jahren als Betreuer wieder dabei zu sein. Sie erhielten die gewünschte Auskunft und auch die Referenten merkten sich die Fragenden für die nächsten Jahre vor.</i></p>	<p>1.50 h / alle Referenten</p>
<p>21.00 h - 22.30 h</p>	<p>Nachtwanderung</p> <p><u>Lernziel:</u> Die Jugendlichen sollen verschiedene Naturerfahrungen machen, ohne zu "sehen".</p> <p><u>Methode:</u></p>	<p>1.50 h / alle Referenten</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Wanderung ohne Taschenlampe (Gewöhnung an die Dunkelheit) - leises Sprechen (Gewöhnung an die Stille) - Wanderung im Mondschein/Sternenhimmel (Sehen nur noch schwarz/weiß) - Wanderung im Wald – nahezu völlige Dunkelheit (Verlagerung der Wahrnehmungen zum Tasten, Hören, Riechen, Gewöhnung des Gleichgewichtssinns an die Dunkelheit) <p><u>Reflexion:</u> <i>Der Programmpunkt war bereits für Dienstag vorgesehen. Da es sowohl am Dienstag als auch am Mittwoch regnete bzw. Gewitter gab, konnte die Nachtwanderung erst am Donnerstag stattfinden.</i> <i>Das Verschieben des Programmpunktes machte die TN heiß. Sie sahen aber die Notwendigkeit der Verschiebung durch Gewitter bzw. stark verschmutzte Kleidung wegen nasser Umgebung ein.</i> <i>Großteils wurde der Weg von 2022 gegangen. Im Wald kam es auf die Wegführung an, wie stark sich die „Lichtverschmutzung“ bemerkbar machte. Doch konnte man sich gut in die Lage eines Blinden versetzen, Die TN hörten aufmerksamer auf die Geräusche und nach einiger Zeit hatte sich auch das Auge an die Dunkelheit gewöhnt. Wir schafften es nicht bis 22:00 Uhr wieder am Camp zu sein. Doch den TN war es recht.</i></p>	
Freitag 16.08.2024	Themen, Lernziele, Methoden, Arbeitsschritte	Dauer / Referenten
07.40 h	Frühstück	
09.00 h - 10.30 h	<p>Test: war Team-Building erfolgreich</p> <p><u>Lernziel:</u> Die vorgegebene Aufgabenstellung (eigene Sachen packen, Hütten säubern und aufräumen) gemeinsam erfolgreich erledigen.</p> <p><u>Methode:</u> Die eigenen Sachen eigenständig packen, Betten abziehen und Bettwäsche abgeben, alle Räume der Hütten säubern und ordentlich hinterlassen. Die Abnahme erfolgt durch den Hausmeister.</p> <p><u>Reflexion:</u> <i>Da die TN bereits am Vorabend eingehend auf die Tätigkeiten vor der Abreise hingewiesen wurden, waren die Hütten schnell in übergabefähige Zustände. Der Camp-MA konnte daher die Hütten schon vor dem vereinbarten Termin besichtigen und abnehmen.</i></p>	1.50 h / alle Referenten
11.00 h - 12.00 h	<p>Feedback während Heimfahrt</p> <p><u>Reflexion im Bus:</u> Gespräche mit den Kindern und Jugendlichen „wie haben sie die vergangene Woche empfunden?“</p>	1.00 h / alle Referenten

	<p>Werbung für die Mitarbeit bei der BSJ</p> <p><u>Methode:</u> moderierte Diskussion in der gesamten Gruppe.</p> <ul style="list-style-type: none">• Was haben die Einzelnen erlebt? Was war toll? Was soll geändert werden?• Gab es Grenzerfahrungen (z.B. im Wasser, in den Bergen)?• Was hat besser oder schlechter geklappt? <p><u>Reflexion:</u> <i>Die TN waren von der Woche begeistert und gaben ein Feedback über die zusammen verbrachten Tage ab. Dabei wurden auch konstruktive Änderungen und Ergänzungen vorgebracht. Die Feedback-Auswertung wurde durch die Referenten nicht unterbrochen, da interessante Aspekte für künftige JuBi erwähnt wurden.</i></p>	
--	---	--