

Programm der Jugendbildungsmaßnahme 2019

Veranstalter: Vereinsjugendleitung TSV Harburg / Triathlon

Ort: 86653 Monheim

Titel Maßnahme: „Open Air-Im Team die Natur entdecken und erleben“ **Zeit:** 10.- 12.05.19

Freitag 10.05.19	Themen, Lernziele, Methoden, Arbeitsschritte	Dauer / Referenten
13.00h – 16.00	<p>Orientierung im unbekanntem Gelände</p> <p><u>Lernziel:</u> Die Teilnehmenden sollen mit der Unterstützung technischer Hilfsmittel (Kompass, Landkarten,...) lernen, sich in fremder Umgebung orientieren zu können. Sie sollen das Geocaching kennenlernen und erproben. Zudem sollen sie lernen, sich nicht von technischen Hilfsmitteln abhängig zu machen und aus diesem Grund auch „alte“ Orientierungshilfen (Uhr/Sonnenstand, Blüten, Baum – Wetterseite, etc.) kennenlernen.</p> <p><u>Methode:</u> Die Teilnehmenden fahren, begleitet von ihren Betreuern, mit dem Rad von Harburg nach Monheim. Unterwegs erhalten sie verschiedene Orientierungsaufgaben bzw. lernen anhand der „modernen Schnitzeljagd“ sich von Punkt zu Punkt zu bewegen. Mit den in den enthaltenen Aufgaben/Lösungen (Koordinaten) der „Schnitzeljagd“ und den technischen Hilfsmitteln von Kompass, Landkarten,... lernen die Teilnehmenden sich in ihrer Umgebung zu orientieren. Zudem wird die Frage diskutiert, wie man sich früher orientiert hat und welche Risiken (Batterie/Akku leer, falsche bzw. ungenaue Koordinaten, usw.) heute mit der Hilfe von technischen Hilfsmitteln bestehen.</p>	<p>3.00h Jochen Rühl, Uschi Gandorfer- Schröppel, Phillip Korntheuer</p>
16.00h – 18.00	<p>Grundlagen Teambildung</p> <p><u>Lernziel:</u> Die TN organisieren sich im Team und stimmen die Aufgaben und die Arbeitsteilung ab. Organisation und Durchführung der Wahl eines Jugendsprechers.</p> <p><u>Methode:</u> Einweisung und Bezug der Zimmer Vom Betreuer moderierte Diskussion im Team. Welche Vorteile hat ein Jugendsprecher. Wie verhalten sich die restlichen Teammitglieder. Die Regeln des Jugendcamps werden vorgestellt, auf Sauberkeit und Rücksichtnahme ist zu achten. Selbstständiges Bettenbeziehen und gestalten eines Campabends (am Samstag).</p>	<p>2.00h Frauke Korntheuer, Heike Kerlies</p>
18.00h	Abendessen	1.00h
19.00h – 21.00h	<p>Schwimmen wie ein Profi</p> <p><u>Lernziel:</u> Die jüngeren Teilnehmenden sollen die Grundlagen der Schwimmstile Kraul und Rücken kennenlernen und in beiden Schwimmstilen ihre persönlichen Techniken verbessern. Die älteren TN sollen die erlernte Technik weiter verbessern.</p> <p><u>Methode:</u> Anhand von einzelnen, leichten Übungen werden den Teilnehmenden die Grundlagen der beiden Schwimmstile Kraul und Rücken vermittelt und erprobt. Die Betreuer geben leichte Korrekturen. Anschließend wird mit der Hilfe einer Unterwasserkamera den Teilnehmenden die Möglichkeit gegeben, zusammen mit den Betreuern ihre persönliche Technik zu beurteilen und Verbesserungsmöglichkeiten herauszuarbeiten.</p>	<p>2.00h Uschi Gandorfer- Schröppel, Daniela Hanus, Jochen Rühl</p>

Samstag 11.05.19	Themen, Lernziele, Methoden, Arbeitsschritte	Dauer / Referenten
8.00h	Frühstück	1.00h
9.00h	<p>Lauftraining / Lauf- ABC</p> <p><u>Lernziel:</u> Die Teilnehmer sollen über das Lauf-ABC und verschiedenen Laufspiele (Biathlon, Schwarz/Weiß,...) kennenlernen, wie sich die einzelnen Übungen auf die Beweglichkeit im Fußgelenk bzw. der Fußmuskulatur auswirkt. Sie sollen die Vorteile einer guten Lauftechnik und Zusammenhänge zum Alltag herausarbeiten.</p> <p><u>Methode:</u> verschiedene Übungen aus dem Lauf-ABC / Laufspiele (Biathlon, Schwarz/Weiß,...) und Erläuterungen im Zusammenhang zur Beweglichkeit und Stärkung der Fußmuskulatur. Abschließend wird diskutiert, welche Vorteile im Alltag bestehen, wenn eine gute Lauftechnik / Bewegung vorhanden ist.</p>	1.00h Jochen Rühl
9.00h – 11.00h	<p>Wenn Medienkonsum überhand nimmt</p> <p><u>Lernziel:</u> Die Teilnehmenden sollen sich kritisch mit dem Medienkonsum auseinandersetzen und die Vor- sowie Nachteile der Medienvielfalt kennenlernen.</p> <p><u>Methode:</u> Einteilung der Teilnehmenden in zwei Gruppen</p> <p>Gruppendiskussion Gruppe 1 vertritt folgenden Standpunkt: Medien...</p> <ul style="list-style-type: none"> - machen aggressiv - zerstören Kreativität und Fantasie - machen dumm - machen einsam - machen süchtig <p>Gruppe 2 vertritt folgenden Standpunkt: Heranwachsende...</p> <ul style="list-style-type: none"> - amüsieren sich mit Medien - kommunizieren über/mit Medien - lernen/eignen sich Wissen an mit Medien - orientieren sich an Medien <p>Im Anschluss sammelt die Gruppe gemeinsam weitere Vor- und Nachteile der Mediennutzung und erarbeitet einen Verhaltenskodex für die Jubi / für zu Hause, etc.</p>	2.00h Michael Deisenhofer (Polizei)
11.00h	Mittagessen	1.00h
12.00h – 13.00h	<p>Richtiges Radfahren in der Gruppe auf öffentlichen Straßen</p> <p><u>Lernziel:</u> Die Teilnehmenden sollen lernen, wie sie sich in der Gruppe, aber auch einzeln, im öffentlichen Verkehr mit dem Rad zu verhalten haben. Sie sollen spezielle, regionale Radwegweiser (Verkehrsschildern) kennenlernen, Verkehrsregeln für Radfahrer in der Gruppe wie auch als einzelner Radfahrer kennen und verstehen und den Vorteil von Radwegen und deren Bedeutung in der Praxis erleben.</p> <p><u>Methode:</u> Auf der gemeinsamen Fahrt mit dem Rad von Monheim nach Pappenheim werden die oben genannten verschiedenen Themen angesprochen, diskutiert und in der Praxis erprobt. Abschließend erfolgt eine Diskussion über das Erlernte.</p>	1.00h Jochen Rühl Uschi Gandorfer- Schröppel
13.00h- 15.00h	<p>Besuch Klettergarten Pappenheim</p> <p>Info: https://waldklettergarten-pappenheim.de/preise-angebote/</p>	2.00h

15.30h- 18.30h	<p>Besuch des <i>Archaeopteryx (Urvogel)</i>- Museums in Solnhofen</p> <p>Mit dieser Museumsführung erhalten die TN einen Einblick in die Welt der 150 Mio. Jahre alten Fossilien, ausgestellt im Museum Solnhofen - Bürgermeister-Müller-Museum.</p> <p>Die Referenzstücke sind im Museum in den Archaeopteryx-Welten des Museum zu bewundern. <i>Archaeopteryx</i> war im Jahr 1861 das bedeutendste Fossil, das jemals auf deutschem Boden entdeckt wurde. Das im Museum ausgestellte sechste Exemplar ist das größte bis dato gefundene Exemplar.</p> <p>Geschultes Personal führt die TN durch die Ausstellung, welche ausschließlich mit Originalen bestückt ist.</p>	Extern, Begleiter: Jochen Rühl Uschi Gandorfer- Schröppel
19.00h	Abendessen	1.00h

Sonntag 12.05.19	Themen, Lernziele, Methoden, Arbeitsschritte	Dauer / Referenten
7.00h	Frühstück	1.00h
08.00h – 10.00h	<p>Spiel ohne Grenzen</p> <p>Lernziel: Zusammenarbeit, Kondition, Geschicklichkeit</p> <p>Methode: Stationsspiele vom Camp organisiert</p>	2.00h Uschi Gandorfer- Schröppel
10.00h – 12.00h	<p><u>Lernziel:</u> Kleine Regelkunde im Triathlon - Die 10 wichtigsten Regeln um den ersten Triathlon erfolgreich zu absolvieren.</p> <p><u>Methode:</u> Der erfahrene Wettkampfrichter Stefan Göttler referiert über wichtige Details der Regelkunde. Die TN sollen in der anschließenden Diskussion das Thema vertiefen und abwägen ob diese Regeln auch sinnvoll sind.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Oberster Grundsatz im Triathlon ist die sportliche Fairness 2. Die Schwimmstrecke ist ohne Hilfsmittel (z. B. Flossen, Handschuhe, Socken, Paddels) zu bewältigen. Schwimmbrillen sind erlaubt. 3. Fahrrad und Helm müssen sich in technisch einwandfreiem Zustand befinden. Dies wird beim Check-in von den Wettkampfrichtern überprüft. 4. Beim Radfahren und Laufen ist Oberkörperbekleidung zu tragen. Die Startnummer muss beim Radfahren sichtbar hinten, beim Laufen vorne angebracht werden. 5. Das Aufsteigen aufs Rad ist erst nach Verlassen der Wechselzone erlaubt. Nach dem Radfahren muss vor dem Eingang in die Wechselzone wieder abgestiegen werden. Der Helm ist vom Aufnehmen bis zum Abstellen des Rades in der Wechselzone geschlossen zu tragen. 6. Bei den meisten Triathlons, ist das Windschattenfahren verboten. 7. Es ist verboten, sich beim Radfahren oder Laufen begleiten zu lassen. 8. Verpflegung vom Veranstalter und private Verpflegung dürfen vom Athleten nur im Bereich der offiziell dafür vorgesehenen Zonen aufgenommen werden. Bei Volks-, Sprint- und Kurz-Distanz-Rennen ist das Anreichen privater Verpflegung verboten. 9. Den Anweisungen der Wettkampfleitung und der Wettkampfrichter ist Folge zu leisten. 	2.00h Stefan Göttler

	10. Verstöße gegen die Wettkampfregeln werden mit farbigen Karten angezeigt (Gelb = Verwarnung, Blau= Zeitstrafe, Rot = Disqualifikation). Nach drei Strafkarten folgt automatisch die Disqualifikation des Athleten.	
12.00h	Mittagessen	1.00h
13.00h – 16.00h	<p>Richtiges Radfahren in der Gruppe auf öffentlichen Straßen</p> <p><u>Lernziel:</u> Die Teilnehmenden sollen lernen, wie sie sich in der Gruppe, aber auch einzeln, im öffentlichen Verkehr mit dem Rad zu verhalten haben. Sie sollen spezielle, regionale Radwegweiser (Verkehrsschildern) kennenlernen, Verkehrsregeln für Radfahrer in der Gruppe wie auch als einzelner Radfahrer kennen und verstehen und den Vorteil von Radwegen und deren Bedeutung in der Praxis erleben.</p> <p><u>Methode:</u> Auf der gemeinsamen Fahrt mit dem Rad von Monheim nach Harburg werden die oben genannten verschiedenen Themen angesprochen, diskutiert und in der Praxis erprobt. Abschließend erfolgt eine Diskussion über das Erlernete.</p>	<p>3.00h</p> <p>Jochen Rühl, Uschi Gandorfer- Schröppel</p>