


23. BTFB Fachtagung Turnen in der Schule

7. & 8. Oktober 2020
Max-Schmeling-Halle
Am Falkplatz 1 · 10437 Berlin



Zeitplanung und Themen

08:15 Hallenöffnung / 8.30 - 8.45 - 9.00- Start der Themenkreise

TIMING / Hallen	A1	A2	B1	B3
Beachten Sie bitte die gestaffelten Startzeiten der Themenkreise, mit denen wir Staus vermeiden wollen. Erscheinen Sie am besten erst 15 Minuten vor Beginn Ihres Themenblocks. 	CHECKIN	Mittwoch FITNESS 8.30 Uhr Pilates 10.30 Uhr Faszientraining 12.30 Uhr Stretch&Relax 14.00 Ende	Mittwoch TURNEN I 8.45 Uhr Handstand 10.45 Uhr Powerjump 12.45 Uhr Ringe 14.15 Ende	Mittwoch Trend & Spiel 9.00 Uhr Parcour 11.00 Uhr Corona-Sports 13.00 Uhr Faustball 14.30 Ende
		Donnerstag FITNESS 8.30 Uhr Pilates 10.30 Uhr Faszientraining 12.30 Uhr Stretch&Relax 14.00 Ende	Donnerstag KINDERTURNEN 8.45 Uhr Bewegungsscheck 10.45 Uhr Gewaltprävention 12.45 Uhr Meckerzicke 14.15 Ende	Donnerstag TURNEN II 9.00 Uhr Reck 11.00 Uhr Minitramp 13.00 Uhr Lauf & Sprung 14.30 Ende



Liebe Sportlehrerinnen und Sportlehrer,

bereits zum 23. Mal bieten wir unsere Fachtagung Turnen in der Schule an und hoffen, auch in einem pandemiebedingt sehr schwierigem Jahr wieder auf eine große Resonanz.

Wir sind uns sicher, dass in unserem Angebot viele neue Ideen und Anregungen für Ihren Unterricht enthalten sind. Beachten Sie aber unbedingt unsere Hinweise, da der Ablauf und die Organisation in diesem Jahr einige wesentliche Änderungen mit sich bringen.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg bei unserer 23. Fachtagung.

Marlies Marktscheffel

BTFB-Präsidiumsmitglied Bildung

ANMELDUNGEN

Anmeldungen erfolgen wahlweise für Mittwoch oder Donnerstag über das rückseitige Formular oder

online unter <https://kongressbuchung.btfb.de>

Dort finden Sie auch das vollständige **Hygienekonzept** des BTFB, dessen Kenntnisnahme Sie mit der Anmeldung bestätigen müssen. Beim Schnell-CheckIn ist zwingend auch die unterzeichnete Abgabe des **Formulars** erforderlich, das Sie im Anhang dieser Ausschreibung finden!

Auf Grund der Beschränkungen in Hinsicht Pandemie können wir nur **Blockbuchungen** anbieten. **Ein Hallenwechsel im Laufe des Tages ist ausgeschlossen. Erscheinen Sie bitte auch bereits in Sportkleidung, da die Umkleieräume nur für den Schuhwechsel vorgesehen sind.**

UNTERRICHTSBEFREIUNG

Die 23. Fachtagung „Turnen in der Schule“ ist eine Veranstaltung des Berliner Turn- und Freizeitsport-Bundes in Kooperation mit der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie

Die Fortbildungs-Nr. lautet: Sp20201

Anmeldungen erfolgen bitte nur beim BTFB.

Des Weiteren sollte über den Dienstweg ein Antrag auf Freistellung bei Ihrer Dienststelle beantragt werden. Verbindlich als Teilnahmebestätigung ist in jedem Fall aber nur die Einladung des BTFB, die Sie nach Meldeschluss erhalten. Eine Freistellung Ihrer Schulbehörde allein reicht dafür **NICHT** aus.

KOSTEN UND LEISTUNGEN

Die Kosten der Veranstaltung betragen unabhängig von der Anzahl der belegten Arbeitskreise pro Tag 24,- Euro. **Beim derzeitigen Stand in Sachen Pandemie können wir unseren bisherigen Service mit Buffet in der Mittagspause nicht gewährleisten. Es gilt also Selbstversorgung mit Getränken und Verpflegung.**

Die Gebühren sind mit der Anmeldung in Form eines Lastschriftmandats zu begleichen.

Die Lastschrift erfolgt zwischen dem 1. und 5. Oktober 2020 und nur bei gesicherter Durchführung der Fachtagung

Nach Ende der Veranstaltung erhalten Sie die Teilnahmebescheinigung, die als Nachweis einer Lehrerfortbildung und auch als Quittung für Ihre Gebühren gültig ist.

BITTE BEACHTEN: Rund um die Max-Schmeling-Halle herrscht an Wochentagen **PARKRAUMBEWIRTSCHAFTUNG**.

Wir fertigen während der Veranstaltung **Fotos** für unsere Medien an. Wenn Sie dies nicht wünschen, machen Sie bitte unseren Fotografen darauf aufmerksam.

STORNOHINWEISE

Stornierungen sind bis 25.9.2020 kostenfrei - zwischen dem 26.9. und 5.10. sind Stornierungen gegen eine Bearbeitungsgebühr von 10,00 Euro möglich - ab 6. Oktober sind keine Erstattungen der erhobenen Gebühren mehr möglich. Dies gilt auch bei nachträglicher Einreichung ärztlicher Atteste.

ZEITPLANUNG

Veranstaltungstermine sind Mittwoch, der 7.10. und Donnerstag, der 8.10.2020.

Ablauf jeweils:

ab 08:15 Uhr Hallenöffnung

08.30 - 9.00 Uhr Begrüßung, Eröffnung (in Ihren Themenkreisen)

danach 3x90 Minuten Workshops - dazwischen je 30 Minuten Pause

am Ende Ihres Themenblocks Ausgabe der Kursbescheinigungen

Fitness - Mittwoch 08.30-14.00 Uhr

8.30 Uhr Pilates - Christina Bodin

Das Trainingskonzept von Joseph Pilates ist fester Bestandteil des Fitness- und Gesundheitssports und trainiert unsere Körpermitte "Powerhouse" (Core-Training) genannt mit spezifischen Übungen. Die Grundprinzipien des Pilates Trainings und bestimmte Basisübungen werden vermittelt. Diese Trainingsform bietet speziell in der Schule eine gute Ergänzung zu den Inhalten im Bereich Gymnastik und Gerätturnen, da nicht nur die Verbesserung der Körperhaltung, sondern auch die Kräftigung, Dehnung und Sensibilisierung der Körperwahrnehmung im Vordergrund stehen.

Zielgruppe: Sek I und II

10.30 Uhr Faszientraining - Christina Bodin

Faszien sind bindegewebige Hüllen, die jeder Muskel, jedes Organ, aber auch jede Bandstruktur umgeben. Faszien vernetzen den gesamten Körper. Sie haben eine große Bedeutung für die Leistungsfähigkeit der Muskeln und die Koordination. Mit Hilfe von speziellen dynamischen Stretching- sowie Bewegungs- und Körperwahrnehmungsübungen werden die Faszien trainiert. Das Training dient zum Aufbau einer elastisch-geschmeidigen und widerstandsfähigen Faszie, sensibilisiert das zentrale Nervensystem, löst Muskelverspannungen und Verklebungen etwa am Rücken, im Hüftbereich oder den Schultern und reduziert somit Schmerzen. Außerdem fördert es die Regeneration nach einem anstrengenden Training und verbessert die Beweglichkeit.

Zielgruppe: Sek I und Sek II

12.30 Uhr Stretch & Relax - Christina Bodin

Dieses Stretching- und Entspannungs-Workout führt euch durch eine Folge von sicheren und effektiven Dehnübungen, die durch sanfte Übergänge miteinander verbunden werden. Einfache Meditations-, Entspannungs- und Dehntechniken sollen Körper und Geist in dieser Stunde ins Gleichgewicht bringen. Lasst euch einfach inspirieren und eure Seele baumeln!

Zielgruppe: Altersübergreifend

Turnen I - Mittwoch 08.45-14.15 Uhr

8.45 Uhr Turnen kopfüber ... und alles nur auf den Händen - Marlies Marktscheffel

Drehungen um Längs- und Breitenachse - spielerisch demonstriert und präsentiert zum sicheren Beherrschen des Stehens auf den Händen.

Zielgruppe: Grundstufe und Sek I

10.45 Uhr Powerjumping - Vom Prellen bis zur Grätsche und Hocke - Manfred Schick

Eine Unterrichtsreihe mit Angstabbau und viel Bewegung zum Erlernen der Grätsche und Hocke über den Längs- und Querkasten.

Zielgruppe: ab 4. Klasse

12.45 Uhr Ringeturnen - Manfred Schick

Mit Spaß und Schwung geht es an die Ringe - egal ob schaukelnd oder stillhängend - hier gibt es Tipps und Tricks und nebenbei wird auch etwas für die Kraftentwicklung getan.

Zielgruppe: Sek I und Sek II

Alle Workshops laufen über jeweils 90 Minuten.

Die Pausenzeiten betragen jeweils 30 Minuten

GYMWELT



9.00 Uhr Le Parkour & Freerunning - Patrick Prager

Die beiden aus Frankreich stammenden und artverwandten Bewegungskünste finden weltweit immer mehr Anhänger. Der Parkourläufer (franz.: le traceur „der, der den Weg ebnet“) überwindet sämtliche Hindernisse in kürzester Zeit, um somit den effizientesten Weg von A nach B zu finden. Freerunning wiederum erfordert ein hohes Maß an Akrobatik. Der Workshop zeigt wie und wann es sinnvoll ist le Parkour und Freerunning in den Sportunterricht einzubinden. Gewöhnliche Sportgeräte einer Turnhalle simulieren dabei Hindernisse, die im städtischen Raum auftreten können. Diese modernen Sportarten bieten einen attraktiven Zugang, Kindern und Jugendlichen Spaß an der Bewegung zu vermitteln.

Zielgruppe: Sek I und Sek II

11.00 Uhr Corona Sports - Marlies Marktscheffel

Hier gibt es altersübergreifende Anregungen für einen Sportunterricht, der trotz Beachtung von Abstandsregeln Spaß macht.

13.00 Uhr Faustball in der Schule - Sebastian Kögel

Hier wird gezeigt, dass sich die Sportart Faustball gut für den Schulsport eignet und gerade zur Hinführung zum Volleyball genutzt werden kann. Neben der Erläuterung der einzelnen Grundtechniken und einer kurzen Einführung soll eine Stundensequenz vorgestellt werden, die es ermöglicht, schon nach sehr kurzer Zeit die ersten Spielformen mit Anfängern durchzuführen. Dabei soll das „Spielen der Sportart“ im Vordergrund stehen. Der Fokus liegt auf der Durchführung des Kleinfeldspiels mit zwei bis drei Spieler/innen pro Team. Im Gegensatz zum Faustballspiel auf den Standardmaßen, wird durch die Verkleinerung des Spielfeldes und die Dezimierung auf weniger Spieler, es für alle Schülerinnen und Schüler möglich, schnell am Spielgeschehen teilzunehmen. Hinweis: es empfiehlt sich mit langärmeligen Shirt zu erscheinen.

Zielgruppe: ab 5. Klasse

Fitness - Donnerstag 08.30-14.00 Uhr

8.30 Uhr Pilates - Christina Bodin

Das Trainingskonzept von Joseph Pilates ist fester Bestandteil des Fitness- und Gesundheitssports und trainiert unsere Körpermitte "Powerhouse" (Core-Training) genannt mit spezifischen Übungen. Die Grundprinzipien des Pilates Trainings und bestimmte Basisübungen werden vermittelt. Diese Trainingsform bietet speziell in der Schule eine gute Ergänzung zu den Inhalten im Bereich Gymnastik und Gerätturnen, da nicht nur die Verbesserung der Körperhaltung, sondern auch die Kräftigung, Dehnung und Sensibilisierung der Körperwahrnehmung im Vordergrund stehen. Zielgruppe: Sek I und II

10.30 Uhr Faszientraining - Christina Bodin

Faszien sind bindegewebige Hüllen, die jeder Muskel, jedes Organ, aber auch jede Bandstruktur umgeben. Faszien vernetzen den gesamten Körper. Sie haben eine große Bedeutung für die Leistungsfähigkeit der Muskeln und die Koordination. Mit Hilfe von speziellen dynamischen Stretching- sowie Bewegungs- und Körperwahrnehmungsübungen werden die Faszien trainiert. Das Training dient zum Aufbau einer elastisch-geschmeidigen und widerstandsfähigen Faszie, sensibilisiert das zentrale Nervensystem, löst Muskelverspannungen und Verklebungen etwa am Rücken, im Hüftbereich oder den Schultern und reduziert somit Schmerzen. Zielgruppe: Sek I und Sek II

12.30 Uhr Stretch & Relax - Christina Bodin

Dieses Stretching- und Entspannungs-Workout führt euch durch eine Folge von sicheren und effektiven Dehnübungen, die durch sanfte Übergänge miteinander verbunden werden. Einfache Meditations-, Entspannungs- und Dehntechniken sollen Körper und Geist in dieser Stunde ins Gleichgewicht bringen. Lasst euch einfach inspirieren und eure Seele baumeln!

Zielgruppe: Altersübergreifend

8.45 Uhr Bewegungsanalyse - Ina Tetzner

Wie und womit beschäftigt sich ein Kind und woraus entstehen Bewegungsdefizite? Durch Bewegungsanalyse werden wir uns mit der Bewegung bei Kindern bis 12 Jahren beschäftigen und zeigen, wie wir durch kleine Akzente und Korrekturen die Bewegung bei Kindern verbessern und fördern können. In diesem WS gehen wir zu einer Entdeckungstour der Bewegungsentwicklung und werden mit vielen Ideen die Stunden mit den Kindern anders erleben.

Zielgruppe: Grundstufe

10.45 Uhr Gewaltprävention - Sascha Spletstößer

In Theorie und Praxis wollen wir uns einem Thema widmen, das in unserer Gesellschaft zunehmend an Bedeutung gewinnt und auch die Kleinsten nicht unberührt lässt!

Zielgruppe: Grundstufe

12.45 Uhr Meckerzicke, Grummelbock, Stöhngeziefer und Flüsterelfe - Ina Tetzner

Bewegung und Entspannung stehen in Beziehung und gehören zu den Grundbedürfnissen unserer Kinder. Es ist wichtig die richtige Balance zwischen diesen beiden Polen zu finden. Und im großen Zusammenhang steht: Was fühle ich? Wie geht es mir? Freude, Angst, Trauer oder Wut. Mit diesen Gefühlen kommen alle Kinder tagein - tagaus in Berührung. Wir spielen, singen, tanzen und bewegen uns durch die Welt der Gefühlsmonster und arbeiten mit vielen verschiedenen Materialien rund um das Thema der Gefühle.

Zielgruppe: Grundstufe

Turnen II- Donnerstag 09.00-14.30 Uhr

9.00 Uhr Auf- und Umschwungbewegungen am Reck - Karl-Heinz Haby

Mit den motorischen Fähigkeiten Stützkraft, Schnelligkeit und Koordination ist es möglich, vielfältige Auf- und Umschwungbewegungen am Reck zu turnen. Auf die Grundlagen, Methodiken und Hilfeleistungen unterschiedlicher Elemente wird in diesem Workshop intensiv eingegangen.

Zielgruppe: ab 5. Klasse

11.00 Uhr Minitramp im Sportunterricht... Möglichkeiten und Grenzen - Karl-Heinz Haby

Im Sportunterricht kann man mit dem Minitrampolin viele koordinative Aspekte schulen; allerdings gibt es auch Grenzen. Entsprechenden Voraussetzungen, Grundlagen, Methoden und Hilfestellungen werden hier demonstriert, ausprobiert und erläutert.

Zielgruppe: ab 4. Klasse

13.00 Uhr Lauf, Sprint, Rhythmus & Sprung Sascha Spletstößer

In diesem Workshop wollen wir die verschiedenen Möglichkeiten und Materialien zu einer guten Lauf- und Sprungschulung aufzeigen. Von Reifen über Klebestreifen, Ringen bis hin zur Koordinationsleiter ist alles dabei. Der Aspekt der koordinativen Ausbildung im Bereich Rhythmus, Orientierung und Gleichgewicht steht hierbei im Vordergrund.

Zielgruppe sind in erster Linie Grundschüler - die Übungen eignen sich aber auch für Jugendliche der Sek I.



Berliner Turn- und Freizeitsport-Bund

Vorarlberger Damm 39 - 12157 Berlin

Onlinebuchung: <https://kongressbuchung.btfb.de> Tel.: 030/7879 4518 / Mail: akademie@btfb.de

MELDEFORMULAR

Nutzen Sie bitte bevorzugt unser verschlüsseltes Onlinebuchungsformular, um Ihre Daten sicher und leserlich zu erfassen

Online-Buchung

<https://kongressbuchung.btfb.de>

Bei Faxen: Schreiben Sie bitte deutlich lesbar und mit schwarzem Stift.

Vermerken Sie auf jeden Fall eine Zweitwahl.

Das ausgefüllte Formular senden Sie bitte an den:

Berliner Turn- und Freizeitsport-Bund

Vorarlberger Damm 39

12157 Berlin

Fax: 030 / 7879 4533



Ich melde mich hiermit verbindlich für die 23. Fachtagung "Turnen in der Schule" an. Das Hygienekonzept des BTFB und die Stornobedingungen kenne und akzeptiere ich.

Ich möchte teilnehmen am:

Mittwoch, 7. Oktober 2020

Donnerstag, 8. Oktober 2020

WARTELISTE

Herr <input type="radio"/> Frau <input type="radio"/>	Vorname
Str./ Hausnr.	PLZ / Ort
Tel.-Nr.	E-Mail

Ich erteile dem BTFB ein Lastschriftmandat über 24,00* Euro vom folgenden Konto:

IBAN **DE**

Bank	Kontoinhaber
------	--------------

..... Datum Unterschrift

Freistellung vom Unterricht wird gewährt:

..... Datum Schulleitung/Schulaufsicht

Schulstempel

MELDESCHLUSS:
25. SEPTEMBER 2020

Themenauswahl (nur blockweise möglich)

	Erstwahl	Alternative
Mittwoch - Fitness	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mittwoch - Turnen I	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mittwoch - Trend & Spiel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Donnerstag - Fitness	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Donnerstag - Kinderturnen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Donnerstag - Turnen II	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

1. TeilnehmerInnen und Dozenten werden mit der Ausschreibung über nachfolgendes Konzept informiert. Sie haben mit der Erklärung (sh. letzte Seite) die Akzeptanz der Regeln zu bestätigen.
2. Die Teilnehmerzahl wird auf 20 TN* + Dozenten pro Hallenteil A2 / A3 / B1 / B2 / B3) bei durchgängig geschlossenen Trennwänden begrenzt.
3. Zur Vermeidung der Durchmischung von Gruppen können die TeilnehmerInnen lediglich zwischen fest definierten Themenkreisen wählen. Ein Wechsel der Hallen / Themenkreise im Laufe des Tages ist nicht möglich!
4. Auf Grund der Hygieneregeln gilt Selbstversorgung mit Getränken und Verpflegung (vorzugsweise außerhalb der Halle im Freien, bei Schlechtwetter in den Umkleiden oder am Rande der Hallen- Bitte auch hierA bstand wahren!).
5. Der CheckIn am Morgen erfolgt in der Halle A1 als Schnell-CheckIn ohne Unterschriften auf den TN-Listen, sondern nur mit Abgabe der Erklärung zu Gesundheitszustand und aktuellen Kontaktdaten (sh. Anhang). Die TeilnehmerInnen begeben sich sofort nach dem CheckIn zu ihrem Hallenteil.
6. Ein separater „Trouble-Counter“ für TN mit Fragen/Problemen oder ohne vorhandene Erklärung wird zur Vermeidung von Rückstaus in Halle A1 eingerichtet.
7. Der Beginn in den Themenblocks und das Ende erfolgt um 15 Minuten zeitversetzt, so dass bei CheckIn und Checkout der Veranstaltung Ein- und Ausgang der Halle nur mäßig frequentiert werden.
8. Eine gemeinsame Eröffnung entfällt – eine Kurzeinweisung zum Ablauf und zur Einhaltung der AHA-Regeln erfolgt am Anfang in jeder Halle separat.
9. Die Umkleidekabinen dienen nur zum Schuhwechsel – die TN sind aufgefordert, bereits in sporttauglicher Kleidung zu erscheinen und ihre Wertsachen mit in die Halle zu nehmen. Die Duschen bleiben gesperrt.
10. Die Dozenten sind aufgefordert, die Inhalte der Workshops so zu konzipieren, dass Körperkontakt und Unterschreitung des Abstandes von 1,5m auf ein Minimum beschränkt wird. Sollten Mindestabstand und Körperkontakt unvermeidlich sein, gilt das Tragen einer Maske als Pflicht. Die aktive Teilnahme ist dabei den Teilnehmenden freigestellt.
11. Es werden ausreichende Mengen an Desinfektionsmitteln im Eingangsbereich der Halle vorgehalten. Die TN sind aufgefordert, nach jedem Workshop die Hände gründlich zu waschen und ggf. zu desinfizieren.
12. Das Helferteam desinfiziert in Kooperation mit den TN nach jedem WS die genutzten Kleinmaterialien mit glatten Oberflächen, sofern diese in anderen Hallenbereichen zum Einsatz kommen oder wechselnd genutzt wurden – in jedem Falle aber am Ende jeden Tages.
13. Beim Betreten der Halle (CheckIn) und in den Pausen zwischen den Workshops, sowie beim Checkout gilt Maskenpflicht. Die Teilnahmebescheinigungen werden am Ende der Veranstaltung in jedem Hallenteil separat zur Abholung bereitgelegt (kein Stau beim Checkout). Für jede Halle werden Ein- und Ausgang getrennt gekennzeichnet.

VOR BEGINN DER FACHTAGUNG ABZUGEBEN

Hiermit bestätige ich, dass ich das BTFB-Hygienekonzept zur Durchführung von Bildungsmaßnahmen / Fachtagungen des BTFB vollständig gelesen habe und diese Vorgaben befolgen werde.

Ich versichere nach bestem Wissen und Gewissen, dass ich zum Zeitpunkt des Kursbeginns nicht an COVID19 erkrankt oder mit dem Virus infiziert bin, keine entsprechende Symptomatik aufweise und in den letzten 14 Tagen keinen Kontakt zu einer infizierten Person hatte.

Name TeilnehmerIn

Aktuelle Mailadresse

Aktuelle Telefon-Nr.:

Datum

.....

UNTERSCHRIFT