



Movevent 2026

J+S Modul Fortbildung Leiter/in Schulsport

Samstag, 12. September 2026

Programm:

Ab 08.00 Uhr	<i>Eintreffen und Anmeldung im Foyer</i>				
08.30- 10.00 Workshop 1	101 Basketball Halle 12	102 Kleine Hallenspiele Halle 3	103 Smolball Halle 4	104 Yoga Halle 5	105 Tanz Gym
10.30-12.00 Workshop 2	201 Basketball Halle 12	202 Kleine Hallenspiele Halle 3	203 Krafttraining in der Schule Halle 4	204 Geräteturnen (Rotationen um alle Körperachsen) Halle 5	205 Tanz Gym
12.00-13.00	Mittagspause (Sandwiches, Kuchen und Kaffee von der TSZ organisiert und offeriert)				
13.00-13.30	J+S News und Jahresthema (Musikzimmer im Turnhallegebäude)				
13.30-15.00 Workshop 3		301 Smolball Halle 3	302 Krafttraining in der Schule Halle 4	303 Geräteturnen (Rotationen um alle Körperachsen) Halle 5	304 Yoga Gym
15.15-15.30	Kursabschluss, Feedback, J+S Ausweise (digital) (Musikzimmer im Turnhallegebäude)				
15.45-17.00	Spielturnier (freiwillig, Anmeldung direkt am Movevent)				

Ort: Sporthallen der Kantonsschule Zug (KSZ)

Für Fragen: Andreas Epp andreas.epp@tsz-zug.ch / Mobile: 078 755 90 71

Inhalt und Ziele der Workshops

Basketball Refresher - The Game in 2026 (Kursleiter: Renato Maggi)

Inhalt Der Korb hängt immer noch 305cm hoch, der Ball ist auch noch rund und dennoch hat sich das Basketballspiel weiterentwickelt. In diesem Basketball Refresher möchten wir zusammen die heutige Taktik anschauen und wie kann diese in der Schule angewendet werden. Das Spiel basiert auf mehr auf eins gegen eins Situationen und dafür ist eine "aktive Spielposition" notwendig. Im Warmup und im Einstieg soll diese Aktivierung stattfinden. Neuste Regelanpassungen sprechen wir während laufend des Workshops und den Spielformen an.

Ziele

- 1) Die Teilnehmenden können die aktuellen taktischen Aspekte in den Unterricht übertragen
- 2) Die Teilnehmenden erleben in diversen Einspielformen die "aktive Spielposition"
- 3) Die Teilnehmenden lernen ein Übungs-Setup zu verändern, damit andere Schwerpunkte entstehen

Kleine Hallenspiele (Kursleiter: Gilles Durand)

Inhalt Zahlreiche neue Ideen für Sportunterricht oder Vereine. Setze typisches Hallenmaterial kreativ ein und spiel Spiele, die auf deine Gruppe zugeschnitten sind!

Ziele

- 1) Kennenlernen alternativer Verwendungsformen von Hallenmaterial
- 2) Möglichkeiten kennenlernen, jedes Spiel interessant zu inszenieren
- 3) Spass haben und verbreiten :)

Geräteturnen: Rollen und Drehen um alle Rotationsachsen (Kursleiterin: Selina Rinert)

Inhalt In dieser praxisorientierten Weiterbildung erleben Lehrpersonen vielfältige geräteturnspezifische sowie geräteunabhängige Übungen zu Rollen und Drehungen um alle drei Rotationsachsen. Sie lernen, wie sie diese Bewegungsformen sicher, spielerisch und methodisch sinnvoll in ihren Sportunterricht integrieren können. Der Workshop verbindet kurze Theorieinputs mit vielen direkt einsetzbaren Praxisideen.

Ziele Das Kennenlernen der drei Rotationsachsen (Breiten-, Längs- und Tiefenachse) mit Bewegungen aus dem Geräteturnen und dem geräteunabhängigen Unterricht.

Smolball: Schulsport & Vereinssport (Kursleiter: Marco Rothenfuh)

Inhalt Smolball ist primär im Schulsport bekannt, wird jedoch je nach Klassenzusammensetzung und Bereitschaft der Lehrperson öfters oder teils eben gar nicht gespielt. Dieser Workshop soll den Lehrpersonen die wichtigsten Elemente vermitteln, wie Smolball in jeder Sportklasse zu einer Begeisterung führen kann. Neben den wichtigsten Spielregeln sollen auch herausfordernde Übungen vorgestellt werden und der Spielspass nicht zu kurz kommen.

Ziele

- 1) Faszination von Smolball kennenlernen
- 2) Tipps wie Smolball im Schulsport wirksam eingesetzt werden soll
- 3) Advanced Technische & Taktische Übungen

Yoga im Sportunterricht (Kursleiterin: Claudia Friedli)

Inhalt In diesem Workshop tauchst du praxisorientiert und aktiv in die Welt der Yoga-Flows ein und erhältst konkrete Werkzeuge für deinen Turn- und Sportunterricht. Du lernst vier unterschiedliche Yoga-Flows kennen, die sich in Aufbau, Dynamik und Zielsetzung unterscheiden. Die Flows sind altersunabhängig, vielseitig einsetzbar und lassen sich flexibel an verschiedene Leistungsniveaus anpassen. Ein Teil der Flows wird von mir angeleitet und erlebt, ein weiterer Teil wird von dir selbständig erarbeitet. Durch angeleitete Sequenzen und die Erarbeitung in Gruppen nimmst du Flow-Elemente mit, welche du direkt in deiner Praxis umsetzen kannst.

Ziele Ziel ist es, dir Sicherheit, Inspiration und Freude im Umgang mit Yoga-Sequenzen zu vermitteln.

Tanzen - von einzelnen Steps zur Choreografie (Kursleiterin: Cécile Gmünder)

Inhalt Von einzelnen Steps zur Show: Welche Möglichkeiten stehen dir zur Verfügung, um eine Abfolge von Schritten in eine Tanzshow zu verwandeln? Du lernst die verschiedenen Gestaltungsmittel in praktischen Beispiel kennen. Zusätzlich erhältst du Tipps, wie du mit Hilfe der Gestaltungsmittel Schülergruppen beim Erarbeiten einer eigenen Choreografie sinnvoll anleitest und betreust. Richtet sich an Lehrpersonen MS II und Sek I+II.

Ziele

- 1) Kennenlernen der verschiedenen Gestaltungsmittel
- 2) Gruppenarbeiten im Bereich Tanz besser begleiten können

Krafttraining in der Schule (Kursleiterin: Linda Schlup)

Inhalt Der Workshop zeigt, wie Krafttraining mit vorhandenem Material und dem eigenen Körpergewicht einfach in den Unterricht integriert werden kann. Im Fokus stehen konkrete, praxiserprobte Übungen für die Sekundarstufe I und II sowie deren altersgerechte Anpassung. Es wird aufgezeigt, welche Inhalte auf den jeweiligen Stufen sinnvoll sind und wie sie direkt und ohne grossen Aufwand im Unterricht umgesetzt werden können.

Ziele

- 1) Einfache, praxistaugliche Kraftübungen mit vorhandenem Material anwenden.
- 2) Geeignete Inhalte und Progressionen für Sek I und II kennen.
- 3) Krafttrainingseinheiten effizient und direkt umsetzen.