

Nachwuchskonzeption: Talentsichtung

Anhang

Material für die **Erstsichtung** in Grundschulen / Kitas

- Talentkriterien
- Empfehlungen zur Durchführung der Erstsichtung
- Ablauf einer Turn-Parkour-Stunde
- Parkour-Stationen
- Erwärmungsübungen (Abbildungen)
- Teilnahmeurkunde
- Einladung zum Schnuppertraining
- Vereinsflyer
- Dokumentationstabelle

Erstsichtungen in Grundschulen / Kitas - Talentkriterien

Kriterium	Eignung wahrscheinlich	Eignung eher unwahrscheinlich
Körperhöhe	Beliebig	
Biologische Reife		
Relatives Körpergewicht	Normal bis unterdurchschnittlich	Überdurchschnittlich
Beweglichkeit	Normal bis überdurchschnittlich	Unterdurchschnittlich
Koordinative Fähigkeiten		
Schnelligkeit im Lauf		
Springen		
Extrovertiertheit	Normal bis überdurchschnittlich	Unterdurchschnittlich
Konzentrationsfähigkeit		
Interesse und Freude		

Rhythmische Sportgymnastik

Erstsichtungen in Grundschulen / Kitas Empfehlungen zur Durchführung



Der Ablauf ist für Grundschulen beschrieben und gilt für Kitas analog.

Die Kontaktaufnahme zur Schule sollte persönlich erfolgen (dort vorbeigehen!), um mit der Schulleitung oder dem/der Sportkoordinator*in die Ziele und Termine der Sichtung zu besprechen. Es ist auch sinnvoll, die schriftlichen Informationsunterlagen inklusive der Einladung, die an die talentierten Kinder gehen soll, zur Verfügung zu stellen, um Vertrauen aufzubauen.

Nicht jede Schule erlaubt schulfremden Vereins- oder Verbandsvertretern den Zugang zum Sportunterricht – manchmal ist es notwendig, eine schriftliche Genehmigung von der zuständigen Schulbehörde einzuholen.

Sollten alle Formalitäten geregelt sein, empfiehlt sich das Angebot, den Unterricht mit dem Thema „Turn-Parkour“ gemeinsam mit den Sportlehrkräften durchzuführen. So lernen die Lehrkräfte und Trainer*innen voneinander. Außerdem haben alle Kinder Spaß und sie erhalten anschließend eine Teilnahme-Urkunde für das Meistern des Parkours, unabhängig von ihrem Talent.

Sollten die Sportlehrkräfte den Unterricht inhaltlich selbst gestalten und alleine durchführen wollen, bleibt für die Sichtungstrainer*innen die Beobachterrolle. Möglicherweise können am Ende des Unterrichts begabt erscheinende Kinder „herausgepickt“ werden, um spezifische Eignungstests durchzuführen. Dabei muss man sehr geschickt vorgehen. Sonst kann es dazu kommen, dass die Kinder nicht verstehen, wieso einzelnen von ihnen besondere Aufmerksamkeit geschenkt wird oder wieso sie vor Fremden merkwürdige Bewegungen vormachen sollen.

Sowohl beim Turn-Parkour als auch bei spezifischen Eignungstests muss darauf geachtet werden, dass kein (erhöhtes) Unfallrisiko besteht und keine Schmerzen ausgelöst werden. Auch Körperkontakt, der über das im Sportunterricht übliche Maß hinausgeht, sollte vermieden werden.

Es ist sinnvoll, die Lehrkräfte in den Rekrutierungsprozess einzubinden. Ein geeigneter Flyer und die mit dem Namen des Kindes versehene Einladung zum Schnuppertraining sollten von den Lehrkräften an die Eltern gehen und nicht direkt an die Kinder, da diese mit den Zetteln oft nichts anfangen können und sie im Umkleideraum oder Sportbeutel vergessen.

Um später eine Auswertung des Rekrutierungserfolgs machen zu können, sollten die Vornamen und Klassen der Kinder notiert werden. So lässt sich beurteilen, welche der Sichtungsstunden besonders gut liefen (hohes Interesse am Schnuppertraining) und wo möglicherweise Probleme auftraten (wenig oder kein Interesse), die bei weiteren Sichtungen vermieden werden sollten.

Nach abgeschlossenen Sichtungen ist ein Dankeschreiben an die Schule, mit Namensliste der Kinder, die zum Schnuppertraining eingeladen wurden, wünschenswert.

Rhythmische Sportgymnastik Erstsichtung

Mögliche Struktur einer Turn-Parkour-Stunde

- ❖ **Der Aufbau muss vor der Stunde erfolgen!** Kreisverkehr. Einige der 6-8 Stationen können mehrfach parallel angeboten werden, so dass es nicht zu Staus kommt. Die Auswahl der Stationen muss entsprechend dem Alter der Kinder und der Größe und Geräteausstattung der Halle erfolgen. Es ist auch möglich, die Stunde in modifizierter Form auf dem Sportplatz abzuhalten. Mögliche Übungsstationen werden auf der nächsten Seite vorgestellt.

- ❖ **Begrüßung, Vorstellung, Beschreibung des Stundeninhalts (1-2 min)**

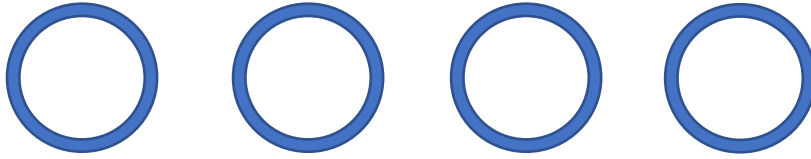
- ❖ **Erwärmung (5-10 min)**
 - Die Organisationsform (Kreis, Block, Riegen...) muss entsprechend den örtlichen und personellen Gegebenheiten entschieden werden.
 - Laufen vorwärts und rückwärts, Seitgalopp, Hopserlauf, Vierfüßlergang, Hampelmann-Sprünge, Gehen auf den Ballen mit hochgestreckten Armen („Giraffe“) u.a.
 - Übungen im Stehen: Händeklatschen mit gestreckten Armen über dem Kopf, Klatschen vor und hinter dem Körper und unter den abwechselnd angehobenen Beinen. Strecksprünge, auch mit ½ Drehung, direkt anschließend Balance halten auf einem Bein („Flamingo“). Rumpfseit- und -vorbeugen („Tischplatte“) im Grätschstand, Vorbeugen im Schlusstand (Handflächen zum Boden).
 - Übungen am Boden: Schmetterlingssitz (Fußsohlen aneinander, Knie nach unten federn). Strecksitz und Fußspitzen fassen, eventuell Grätschsitz und versuchen, Fußspitzen zu fassen oder Stirn vorne zum Boden zu bringen. Planke auf den rückwärts aufgestützten Händen, Po anheben, halten. In der Bauchlage Arme gestreckt anheben und Händeklatschen, Rückbeuge mit Handstütz („Seerobbe“), eventuell Füße zum Kopf bringen. Danach Rumpfvorbeuge im Knien (Yoga Child Pose, „Schildkröte“).

- ❖ **Hauptteil: Turn-Parkour (10-20 min)**
 - Parkour-Aufgaben erklären (vormachen), dann die Kinder auf die verschiedenen Parkour-Stationen verteilen.
 - Mehrere Durchläufe. Wichtig ist, dass alle Stationen ständig im Auge behalten werden, da sich die Geräte verschieben und Staus bilden können. Schwierige Aufgaben sollten mit Hilfestellung einer Lehrkraft durchgeführt werden.

- ❖ **Abschluss (3-5 min):**
 - Namen der potentiell talentierten Kinder von den Sportlehrkräften in Erfahrung bringen und auf den Einladungen eintragen. Schule, Datum, Klasse und Namen der Kinder in einer internen Liste notieren. Einladungen und Informationsmaterial (Flyer) an die Sportlehrkräfte übergeben, zur Weiterleitung an die Eltern (Hausaufgaben- oder Mitteilungsheft).
 - Feedback & Lob an alle Kinder, Teilnahme-Urkunden blanko an die Lehrkräfte zum Eintragen der Namen aller Kinder, diese werden in der Klasse verteilt.

Erstsichtung: Mögliche Parkour-Stationen

- Kurzsprint zwischen zwei Markierungen
- Slalomlauf um 4-6 am Boden liegende Reifen (50 cm Abstände)



- Sprünge von einem Reifen zum nächsten (direkt aneinander liegend)



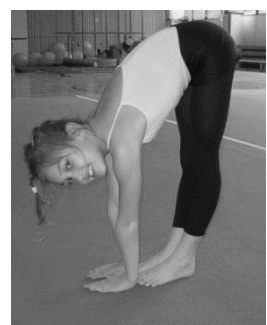
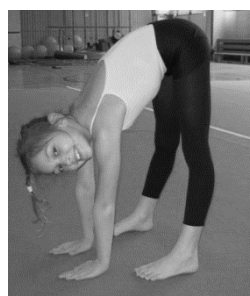
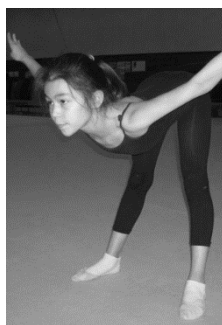
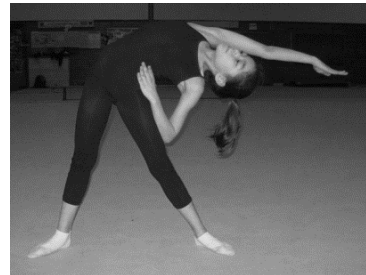
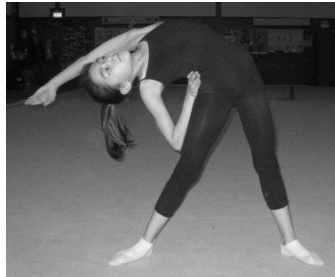
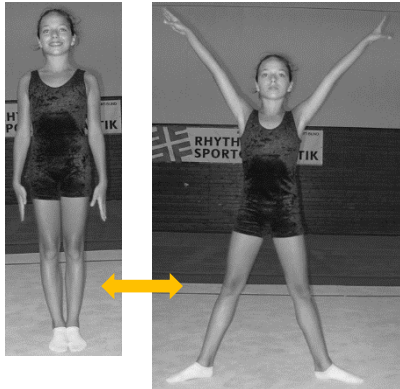
- Zwirbeln der Reifen am Boden, Herumrennen und dann hineinspringen
- Hula-Hoop
- Seilspringen
- Prellen des Balles vor dem Körper (z.B. in einen liegenden Reifen)
- Werfen des Balles (Schaumstoff?), 1x in die Hände klatschen, dann Fangen
- Werfen des Balles an eine Wand und wieder fangen
- Werfen mehrerer Bälle in einen nah stehenden umgedrehten kleinen Kasten
- Partnerübungen (nahes Zurollen, Zuwerfen etc.) mit Tennisbällen oder kleinen Gummiringen
- Auf einen kleinen Kasten steigen und von dort auf eine Matte springen
- Auf einer Matte 2-3 Seitrollen mit gestrecktem Körper
- Auf dem Bauch über eine Bank ziehen
- Hockwenden entlang einer Bank (nur bei größeren Kindern)
- Auf einer Bank langsam gehen (Achtung! Mit Hilfestellung)
- Sprossenwand hoch- und runterklettern, Matte untergelegt
- Bank schräg in obere Sprosse einhaken, hinaufklettern und von oben auf Weichbodenmatte springen (Achtung! Hilfestellung)

Weitere Hinweise:

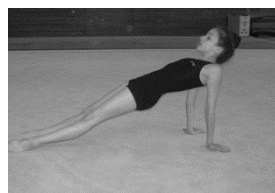
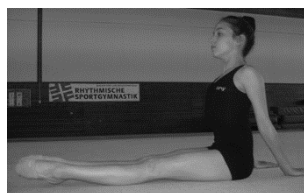
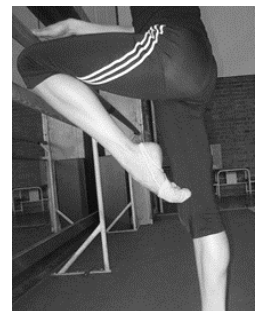
- 1) Ideal ist ein Sichtungsteam aus mindestens zwei Trainer*innen, so dass die Aufgaben Übungsdemonstration, Hilfestellung und Beobachtung der Kinder aufgeteilt werden können.
- 2) Beispielmateriale für Flyer, Einladungsschreiben, Teilnahme-Urkunden und Dokumentationslisten müssen vor der Sichtung inhaltlich ergänzt und aktualisiert sowie in ausreichenden Stückzahlen kopiert werden.

Inhalte der Erstsichtung (Erwärmung) und des Schnuppertrainings

Körperpositionen und Beweglichkeitsübungen (1)



Hampelmann-Sprünge
Grätschstand und
Schlussstand
Vor- und Seitbeugen
Tischplatte
Passé-Stand (Flamingo)

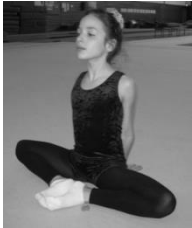


Strecksitz
Rutsche
Vorspreizen
Schwebesitz
Vorbeugen



Inhalte der Erstsichtung (Erwärmung) und des Schnuppertrainings

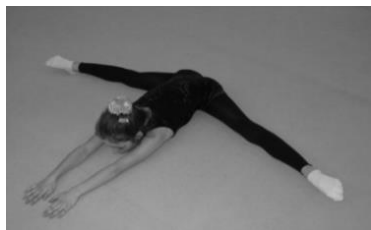
Körperpositionen und Beweglichkeitsübungen (2)



Schmetterling
Seitspreizen



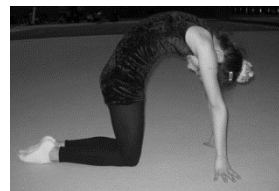
Grätschsitz



Frosch, Seitspagat



Seerobbe
Untertasse



Katzenbuckel
Hohlkreuz



Schildkröte

Logo des Vereins

Turnen - Parkour

URKUNDE



hat heute im Sportunterricht den Turn-Parkour gemeistert.

Herzlichen Glückwunsch!

Logo des Vereins

Turnen - Parkour

URKUNDE



hat heute im Sportunterricht den Turn-Parkour gemeistert.

Herzlichen Glückwunsch!



Anna Mustercoach
Trainerin für Rhythmische
Sportgymnastik

Mobil: +49 123 456 7890
E-Mail: a.mustercoach@rsg.de

Datum: 1. November 2023

An:
Mädchen / Eltern

Liebe ...*Emilia*...

bei unserer Talent-Sichtung im Sportunterricht bist du als potentiell talentiert für die Rhythmische Sportgymnastik eingestuft worden.

Daher möchte ich dich herzlich zum Schnuppertraining in unserer Anfängergruppe einladen.

Ort: Große Sporthalle, Lange Straße 1, 99999 Sonnenstadt
Zufahrt über Kurze Straße (Parkplätze vorhanden)
Anfahrt mit Bus 2, Tram 3, U-Bahn 4 oder S-Bahn 5 bis
Mondplatz, dann 5 min Fußweg

Wochentag(e): Dienstag und Donnerstag
Zeit(en): 17.00-18.30 Uhr

Schnuppertraining: 3x kostenlos

Bekleidung: T-Shirt oder Gymnastikanzug, Shorts oder lange
Sporthosen aus Stretch-Material, Socken, keine
(Gymnastik-)Schuhe, Haare zusammengebunden

Sonstiges: Bitte Wasserflasche mitbringen.

Das Training in unserer Anfängergruppe kostet € 30 pro Monat (2x Training pro Woche), zahlbar ab 1. Januar 2024.

Ich würde mich freuen, dich mit deinen Eltern beim kostenlosen Schnuppertraining zu obigen Zeiten begrüßen zu dürfen. Gerne stehe ich per E-Mail oder telefonisch für weitere Auskünfte und die Anmeldung zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen - Anna Mustercoach





Rhythmische Sportgymnastik – „die schönste Sportart der Welt“

Für Mädchen mit Spaß am Turnen,
Tanzen und Spielen mit Reifen, Band, Ball,
Seil und Keulen.

Der TV Sonnenstadt hat Plätze frei für Anfängerinnen geboren 2016-19.

Anfängerinnen trainieren 1-2x pro Woche.

Trainingsort

Große Sporthalle, Lange Straße 1, 99999 Sonnenstadt
Zufahrt über Kurze Straße (Parkplätze vorhanden)
Anfahrt mit Bus 2, Tram 3, U-Bahn 4 oder S-Bahn 5 bis
Mondplatz, dann 5 min Fußweg

Trainingstage

Vorschule

Montag 16.00-17.00 Uhr

1./2. Klasse

Dienstag und Donnerstag 17.00-18.30 Uhr

Rhythmische Sportgymnastik schult

- Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer
- Koordinationsfähigkeit
- gute Körperhaltung, Eleganz
- Musikalität und Rhythmusgefühl
- Disziplin und Selbstbewusstsein
- Teamgeist



und ist daher eine gute Basis-Sportart für Mädchen im Vor- und
Grundschulalter.

TV Sonnenstadt

- Qualifizierte und erfahrene Trainerinnen
- Beste Trainingsbedingungen
- Homepage: www.tvs.rsg
- E-Mail: a.mustercoach@rsg.de
- Mobil: +49 123 456 7890

Logo des Vereins

DTB RSG - Dokumentation Erstsichtung: Potentiell talentierte Kinder – Einladung zum Schnuppertraining

Nr.	Datum	Schule Kita	Klasse Gruppe	Vorname des Kindes	Sichtende
01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					
08					
09					
10					
11					
12					
13					
14					