

Multisportevents: Eine Chance für die ganze Schule

Ein Multisportanlass im Rahmen eines Sporttages bietet viele Chancen auf ganz unterschiedlichen Ebenen. Dieses Monatsthema will potenzielle Organisatoren eines solchen Events in Schulen unterstützen. Es orientiert sich an einem Anlass, der im vergangenen Jahr erfolgreich über die Bühne ging.



Montag, 25. Februar, 10:15 Uhr: In der Aula versammeln sich gut 300 Jugendliche der Oberstufe Münchenbuchsee (BE) und sehen auf der Leinwand eine Karte ihres Wohnortes. Darauf sind verschiedenfarbige Linien eingezeichnet. Daneben prangen 5 Piktogramme: Laufen, Radfahren, MTB, Inline und Schwimmen.

An dieser Kick-Off-Veranstaltung für den im Sommer stattfindenden Sporttag erfahren sie, welche Strecken mit welchen Sportgeräten in welchen Kategorien absolviert werden müssen. Das Ganze erscheint anstrengend: «6,5 km Joggen? Das habe ich noch nie gemacht...»

Der Event startet

Dienstag, 14. Mai, 7:45 Uhr. Auf dem Parkplatz des Schwimmbades sind Trassierbänder gespannt, Gitter aufgestellt und Pfeile zeigen die Richtung an. Lehrpersonen, die für die Streckensicherung zuständig sind, stehen im Kreis und werden gebrieft. Gleich daneben sammeln sich die Jugendlichen in ihren Teams oder richten ihren Platz in der Single-Wechselzone ein.

Alle tragen ein T-Shirt in der Farbe ihrer Kategorie – ein Zusammengehörigkeitsgefühl kommt auf. «6,5 km Joggen? Ich habe im Sportunterricht trainiert und bin Teil eines Teams einer Schule, bei der alle mitmachen!» Die Anspannung macht der Vorfreude Platz. 9:05 Uhr Start. Hinter einem Polizeiauto fahren rund 60 Schülerinnen und Schüler mitten durch Münchenbuchsee. «Was für ein Gefühl!»

Zahlreiche Ebenen gefordert

Ein Multisportanlass im Rahmen eines Sporttages bietet Chancen auf zahlreichen Ebenen: Er fördert das Zusammengehörigkeitsgefühl unter den Jugendlichen, den Teamgeist innerhalb der eigenen Mannschaft. Er bietet Anlass für vermehrtes Ausdauertraining im Sportunterricht sowie die Möglichkeit zu spüren, dass individuelle Grenzen meist höher liegt als vermutet.

Viele Puzzleteilchen müssen für ein Gelingen zusammenspielen. Deshalb ist so ein Anlass auch eine Chance für die Teambildung im Kollegium. Diese Broschüre zeigt auf, wie ein Konzept eines solchen Anlasses aussehen könnte und was bei der Umsetzung beachtet werden soll. Sie liefert Ideen zu einem vorbereitenden Ausdauertraining in verschiedenen Disziplinen. Die Umsetzungsbeispiele und Anregungen stammen aus einem im Jahr 2013 in der Schule Münchenbuchsee durchgeführten Multisportevents.

Das Monatsthema als pdf

[Multisportevents](#)

Berichte

- [Konzeption](#)
- [Umsetzung](#)
- [Fünf Methoden für einen längeren Atem](#)

Hilfsmittel

- [Wechselzone](#)
- [Zeitmessung](#)
- [Organigramm](#)
- [Timeline](#)

Übungen

- [Ausdauer](#)
- [Inline](#)
- [Schwimmen](#)
- [Mountainbike](#)
- [Laufen](#)

Lektionen

- Schwimmen Crawl
- Mountainbike Stafetten

Quelle: Rafael Meier, Sportlehrer Sek. I, Münchenbuchsee



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO