

Lektionen in Fussball und Prävention

22 Primarschüler/-innen aus Aeschi absolvieren den Parcours des Fussball-PLUS Diploms beim FC Thun Berner Oberland

Von Hans-Jürgen Bartl

Thun – 22 Schüler/-innen im 6. Schuljahr aus der Primarschule Aeschi und die begleitenden Lehrer Monika Saurer und Hansruedi Wittwer besuchten am Nachmittag des 28. Mai 2008 den FC Thun. Nach einem Rundgang mit Ernst Feller (Administrator Nachwuchs FC Thun BeO) über das Gelände des ehemaligen Champions League Teilnehmers stand die Absolvierung eines Parcours mit sechs Stationen auf dem Programm.

Zunächst gab Wolfgang Unger, Trainer beim FC Thun-Nachwuchs und Projektkoordinator beim Verein Profis & Kids, im Besprechungsraum eine kurze Erläuterung, warum Ziele im Bereich Fairplay genauso wichtig sind wie sportliche Ambitionen. Vor allem das Fairplay gegenüber dem eigenen Körper ist für jeden Sportler eine wichtige Voraussetzung für nachhaltige Leistungen.



Vorbereitung mit Wolfgang Unger und Ernst Feller Foto: Hans-J. Bartl

Nun ging es auf den Trainingsplatz Nord, wo ein Parcours mit sechs Stationen auf die überraschten Schüler und Lehrer wartete. Nach dem jeder Teilnehmer ein Blatt für die Erfassung der jeweiligen Wertungen in die Hand bekam, demonstrierten die "Stationsbetreuer" von der U13 FC Thun BeO wie die Übungen im einzelnen durchzuführen sind. Neben fünf Stationen mit fussball-technischen Aufgaben gab es eine sechste Station, bei der das Fairplay zum eigenen Körper demonstriert wurde.

Zunächst ging es an dieser Station zum Aufwärmen. Die Spieler der U13 animierten die Schüler mit ihrer "rhythmischen Aufwärmgymnastik" zum begeisterten Mitmachen. Später zeigten die Betreuer der Station 6, wie die Übungen vom Trainingsprogramm «Die 11» dazu beitragen, das Verletzungsrisiko zu vermindern. Die Schüler waren zum Nachahmen aufgefordert und merkten schnell, dass die korrekte Ausführung dieser Übungen eben "etwas Übung" erfordert.

Die zehn Übungen des präventiven Trainingsprogramms «Die 11» wurden vom Medizinischen Forschungszentrum der FIFA in Zusammenarbeit mit SuvaLiv und dem Schweizerischen Fussballverband entwickelt. Die elfte Übung ist üblicherweise ein Fairplay-Appell.



Die Station "Kurzpass". Im Hintergrund eine Demonstration der «11»

Nach dem Aufwärmen verteilten sich Schüler, Lehrer und Spieler auf die Stationen und nun ging es daran, das fussballerische Können bezüglich "Dribbeln", "Flanke", "Elfmeter", "Kopfball" und "Kurzpass" unter Beweis zu stellen. Als Ansporn winkte, je nach erreichter Punktzahl, das Fussball PLUS Diplom in Bronze, Silber oder Gold.



Station "Dribbeln"

Foto: Hans-J. Bartl



Station "Flanke"

Foto: Hans-J. Bartl



Station "Elfmeter"

Foto: Hans-J. Bartl



Station "Kopfball"

Foto: Hans-J. Bartl

Das PLUS an den Stationen bestand in einer Frage oder einer Behauptung zu einem Thema der Suchtprävention, Gewaltprävention oder Teambildung. Mit der Teilnahme an der Diskussion über die richtige Antwort und mit dem Besuch an der Station «Die 11» (Verletzungsprävention) erhielten die Teilnehmer die notwendigen zusätzlichen "PLUS-Punkte" zum Erwerb des Fussball PLUS Diploms.



Diskussion über eine Prävention PLUS-Frage

Foto: Hans-J. Bartl

Während die Diplome ausgestellt wurden fand der abschliessende Match zwischen Schülern und Auswahlspielern statt. Das Ergebnis ist dem Autor nicht bekannt. Bekannt sind jedoch die glücklichen Gewinner, die bei der abschliessenden Ehrung ihre Diplome ausgehändigt bekamen:

Gabriel Bunke (Silber), Severin Felix (Silber), Michèle Fuhrer (Silber), Jérôme von Gunten (Bronze), Christian Haldi (Gold, FC Reichenbach), Jonas Hirschi (Bronze), Jonathan Knupp (Silber, FC Reichenbach), Lukas Müller (Silber, FC Reichenbach), Ruben Müller (Bronze), Michael Oppliger (Silber), Alexander Portenier (Silber), Pascal Schädeli (Silber), Aline Schlumpf (Bronze), Nicola Sterchi (Bronze), Andrea Teuscher (Bronze) und Hansruedi Wittwer (Gold).



Abschlussrunde

Foto: Hans-J. Bartl

Obwohl nicht alle Teilnehmer ein Diplom bekamen, ging niemand leer aus. Ein kleines Fairplay Geschenk für alle und das Erlebnis eines spannenden Nachmittags machten alle Teilnehmer zu Gewinnern. Das unterstrichen abschliessend auch die vielen Worte des Dankes und die vielen lächelnden Gesichter auf dem Abschlussfoto.



Die Gewinner des Fussball-PLUS Parcours

Foto: Hans-J. Bartl