

Cybertraining gegen die Langeweile

„JenaVsVirus“-Camp entwickelt kreative Ideen für Jenaer Kinder- und Jugendsportvereine

Jena. Die Spielplätze sind seit Montag wieder geöffnet, aber von einem normalen Alltag sind Kinder und Jugendliche noch weit entfernt. Neben der Schule fehlen vor allem die regelmäßigen sportlichen Aktivitäten, wie Fußball- oder Tischtennisverein. Wie also könnten junge Menschen trotz Kontaktsperre im Sportverein aktiv werden? Für diese Frage entwickelte das digitale „JenaVsVirus-Camp“ im April verschiedene Ansätze. Mitte April hatten über 180 Teilnehmende in diesem digitalen Projekt Lösungen für aktuelle Corona-Herausforderungen in Jena erarbeitet.

Alle aktuellen Entwicklungen im kostenlosen Corona-Liveblog

Eines der Teams rund um den Jenaer Softwareentwickler Lutz Kohl beschäftigte sich mit der Frage, wie in Zeiten von Social Distancing das Vereinsleben aufrechterhalten werden kann. Dazu führte das Team eine Blitzumfrage bei zehn ehrenamtlich tätigen Sporttrainern und -trainerinnen durch.

Das Ergebnis: „Viele der Ehrenamtlichen gaben an, dass Cybertraining – also Training mit einem digitalen Endgerät – eine gute Möglichkeit darstellt, Kinder und Jugendliche zu mehr Bewegung zu animieren und gleichzeitig das Vereinsleben aufrecht zu erhalten“, sagt Lutz Kohl.

Es fehlte den Übungsleitenden jedoch an Ideen für Trainingseinheiten und eine Anleitung zum Umgang mit der Technik.

D-Fußballjugend als Testkaninchen

Deshalb stellte das Projektteam in einem ersten Schritt eine Übersicht mit sogenannten Tutorials – Erklär-



„JenaVsVirus“-Camp entwickelt Ideen für Kinder- und Jugendsportvereine: Lutz Kohl (l.) übt mit kompetenter Unterstützung sogenannte „Challenges“ – sportliche Herausforderungen für soziale Kanäle. FOTO: PITCH-VIDEO JENAVSVIRUS-CAMP

videos – und mögliche Trainingsinhalte zusammen. Als „Testkaninchen“ fungierte die Zwätzener D-Fußballjugend, die diese Trainingseinheiten erfolgreich absolvierte. „In einem nächsten Schritt wurden die Inhalte über den Stadtsportbund Jena allen Vereinen zur Verfügung gestellt“, sagt Lutz Kohl. Was kommt bei Kindern und Jugendlichen außerdem gut an? Ganz klar, soziale Medien und die Möglichkeit, sich dort sogenannten „Chal-

lenges“ – unterhaltsamen sportlichen Aufgaben – zu stellen. Dazu filmen sich die Teilnehmenden und stellen die Lösung der sportlichen Aufgabe in den sozialen Medien online.

Challenges für drinnen und draußen

Damit motivieren Kinder und Jugendliche sich gegenseitig zur Teilnahme – es entsteht eine Wettbewerbsgedanke um die beste Ausführung der Trainingseinheit. Das Pro-

jektteam „Vereinsleben“ wollte außerdem Trainerinnen und Trainern einen umfassenden Überblick über die unzähligen sportlichen Online-Trainings geben. „Wir haben eine umfangreiche Liste erstellt, die nach Interessen und Sportarten gefiltert werden kann und detaillierte Regeln und Beschreibungen enthält“, so der promovierte Informatiker Kohl.

Diese kann per Nachrichtendienst oder E-Mail ganz einfach ge-

teilt werden. Insgesamt sind nun 100 Challenges für drinnen und draußen in verschiedenen Bereichen wie Koordination, Badminton, Leichtathletik oder Fußball verfügbar.

Gefragt nach seiner Lieblingschallenge, antwortet Kohl: „Das Federballzielschießen“ – dazu braucht es nicht mehr als einen Badminton-Schläger, einen Ball und drei unterschiedlich große Gefäße, die in drei bis vier Metern Entfernung auf dem Boden platziert werden. Ziel ist es nun, mit möglichst wenig Versuchen alle drei Gefäße nacheinander zu treffen.“ Die Videoanleitung dazu gibt es auf Youtube.

Stadtsportbund ist begeistert

Die entstandene Plattform wurde dem Stadtsportbund übergeben, der die Idee sofort aufgriff und die städtischen Vereine zum Mitmachen animierte. Hier wird die neue Plattform auch gepflegt und neue Challenges integriert.

Kevin Salewski, Sportkoordinator vom Stadtsportbund Jena, freut sich über die Initiative: „Die Umsetzung des Projektes hat uns direkt begeistert. Die Tutorials sind leicht verständlich und auch ohne Vorkenntnisse sofort umsetzbar. Die Challenges haben einen großen Aufforderungscharakter und animieren zum Mitmachen. Die Jenaer Sportvereine haben bereits Zugang zu den Tutorials und Challenges und werden diese hoffentlich auch nach der Krise noch weiter nutzen.“

Alle Projekte aus dem JenaVsVirus-Camp im Überblick auf: <https://www.jena-digital.de/jenavsvirus/>