Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2020)

Heft: 2: Loslassen : weshalb der Abschied von Vertrautem so schwerfällt, gleichzeitig aber auch befreien kann

Artikel: Geben Sie Ihr Wissen und Können weiter!

Autor: Denogent, Ariane / Kerschbaumer, David

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-928361

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 03.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Geben Sie Ihr Wissen und Können weiter!

Die körperliche und geistige Fitness fördern, den sozialen Austausch ermöglichen: Ein Engagement als Sportleiterin oder Sportleiter von Pro Senectute Kanton Zürich (PSZH) ist in vielerlei Hinsicht bereichernd.

David Kerschbaumer, Bereichsleiter Bewegung und Sport, Pro Senectute Kanton Zürich

Interview: **Ariane Denogent**

Herr Kerschbaumer, für PSZH sind viele freiwillig engagierte Sportleitende tätig. Wie bedeutend ist diese Zusammenarbeit?
David Kerschbaumer: Sie ist wichtig für unsere Organisation. Es freut uns sehr, dass wir auf zahlreiche interessierte und motivierte Sportleitende zählen dürfen. Einige von ihnen sind schon viele Jahre dabei. Das schafft Kontinuität und Vertrauen. Dank unseren engagierten Sportleitenden kann Pro Senectute Kanton Zürich verhältnismässig günstige Sportangebote anbieten. Für unsere Kundinnen und Kunden ist dies ein wichtiges Kriterium.

Welches sind die wichtigsten Voraussetzungen, um als freiwillige/r Sportleiter/in bei PSZH eine Sportgruppe zu leiten?
Zum einen ist es sicherlich die Freude, die eigene Sportart zu unterrichten. Diese Freude überträgt sich automatisch auf die Teilnehmenden und wirkt sehr motivierend. Zum anderen sollten die Sportleitenden über eine hohe Sozialkompetenz verfügen. Der soziale Austausch hat gegenüber dem Leistungsgedanken einen höheren Stellenwert. Die Fähigkeit, offen mit neuen Situationen umgehen zu können und den eigenen Unterricht zu reflektieren, ist ebenfalls wichtig.

Nebst einer soliden körperlichen Konstitution und Fitness sowie Erfahrung in der jeweiligen Sportart ist auch eine gute Sozialkompetenz wichtig. Worin besteht diese?
Die Sportleitenden müssen gut zuhören und auf die Teilnehmenden eingehen können. Sie bringen oft Themen mit, die im Alltag beschäftigen. Es ist ein Zeichen des Vertrauens und die Sportleitenden sollten dem Beachtung schenken. Einige Teilnehmende haben körperliche Beschwerden oder fühlen sich angeschlagen. Darauf müssen Sportleitende individuell eingehen können.

Müssen angehende Sportleitende von PSZH die Ausbildung als «LeiterIn Erwachsenensport Schweiz» absolvieren? Wie lange dauert diese Ausbildung und was beinhaltet sie genau?
Die Sportleitenden müssen nicht zwingend die schweizweit anerkannte Erwachsenensportausbildung absolvieren. Wer schon eine Sportleitungsausbildung oder Erfahrung im Unterrichten mitbringt, muss lediglich den Einführungskurs von zwei Tagen absolvieren. Wir prüfen solche Fälle immer individuell. Die meisten Interessierten kommen ohne entsprechende Vorbildung. Ihnen geben wir mit einer anerkannten Ausbildung das nötige Rüstzeug für die anschliessende Tätigkeit als Sportleitende mit. In der Regel dauert die Ausbildung zweimal drei Tage, danach erfolgt eine Praxisbeurteilung. Diese kommt bei den angehenden

Sportleitenden gut an, denn sie erhalten ein konstruktives Feedback mit konkreten Verbesserungsvorschlägen. Auch nach der Ausbildung bleiben wir mit den Sportleitenden im regelmässigen Austausch.

In welchem Zeitrahmen sind die Sportleitenden für PSZH tätig und welche weiteren Aufgaben fallen bei der Leitung der Sportgruppe an?
Ein längerfristiges Engagement ist für uns wichtig. Die Sportleitenden bauen eine Beziehung mit den Teilnehmenden auf und umgekehrt. Das durchschnittliche Engagement liegt zwischen sechs und sieben Jahren. Wir haben jedoch auch Sportleitende, die schon über 40 Jahre bei uns tätig sind. Das freut uns natürlich sehr.

Spielt das Alter eine Rolle bei der Ausübung der Sportleitertätigkeit?
Wir haben grundsätzlich keine Altersbeschränkung. Es ist aber von Vorteil, mit der Ausbildung und Leitertätigkeit nicht zu spät zu beginnen. Vor allem, wer mehrere Jahre im Einsatz sein möchte. Zirka ab 75 Jahren schauen wir genauer hin, ob die Ausbildung noch sinnvoll ist. Wir haben jedoch einige Sportleitende, die um die 80 Jahre alt sind. Diese langjährigen Sportleitenden sind mit der Gruppe «gewachsen».

Welche Verantwortung trägt der Sportleitende gegenüber seiner Sportgruppe?
Die Verantwortung ist gross, denn wir wollen unseren Teilnehmenden Sorge tragen. Wir möchten sie fordern, ohne zu überfordern, Unfälle vermeiden und das Programm auf ihre Bedürfnisse anpassen. Vieles hat mit Erfahrung zu tun. Unsere Sportleitenden nehmen diese Verantwortung sehr ernst und machen einen tollen Job.

Welche Unterstützung/Entschädigung bietet PSZH ihren Sportleitenden für ihr Engagement?
Wir bieten eine unterstützende Haftpflicht- und Unfallversicherung an. Zudem profitieren unsere Kursleitenden von einem sehr guten Weiterbildungsprogramm. Nebst der obligatorischen Fortbildung im Erwachsenensport alle zwei Jahre bieten wir rund 20 Vertiefungskurse an, die zugeschnitten sind auf unsere Zielgruppe. Ausserdem laden wir unsere Sportleitenden zu jährlichen Wertschätzungsanlässen ein, wo sie sich auch untereinander austauschen können, was für sie sehr wertvoll ist. Bei der Entschädigung gibt es zwei Wege. Diejenigen Sportleitenden, die vereinzelte Touren anbieten (Wandern, Velo, Schneeschuh und Langlauf), leisten Freiwilligenarbeit nach dem Schweizer Standard von benevol. Das heisst, es dürfen nur die Ausgaben gedeckt werden. Bei den anderen Sportarten wie Fit/Gym (Turnen), Aqua-Fitness, Tanzen und Nordic Walking handelt es sich ebenfalls um ein soziales Engagement, aber es wird pro Lektion eine Entschädigung entrichtet. Die Entschädigung ist abhängig von der Dauer und der Sportart und bewegt sich in der Regel zwischen 40 und 60 Franken pro Lektion. Die Sportleitenden mit Entschädigung bieten ihre Lektionen wöchentlich an, was eine höhere Verpflichtung den Teilnehmenden und Pro Senectute Kanton Zürich gegenüber bedeutet. Die Tourenleitenden legen die Anzahl der Touren pro Jahr selber fest und verfügen dadurch über eine grössere Flexibilität.

Info

Informationen zu Ausbildung und Einsatzmöglichkeiten:
Telefon 058 451 51 31
pszh.ch/sport-und-bildung/sportleitende

Informationsveranstaltungen:
Freitag, 4. September 2020, 15.00–16.30 Uhr
Dienstag, 1. Dezember 2020, 15.30–17.00 Uhr

Lesen Sie auch im neuen *Visit*, auf den Seiten 28/29, das Portrait von Werner Wäfler, langjähriger Sportleiter bei Pro Senectute Kanton Zürich.

Foto: PSZH