

Download unter:

www.jublaluzern.ch > service >
downloads > Leitfaden START UP!



Start up!

NeuleiterInnenausbildung Blauring & Jungwacht Kanton Luzern

Herausgeber:

Fachgruppe Ausbildung,
Blauring und Jungwacht Kt. Luzern

Ausgabe: 2008

Internet: www.jublaluzern.ch

Bezugsquelle:

Blauring und Jungwacht Kt. Luzern
St. Karliquai 12
6004 Luzern
Tel: 041 412 09 61
E-Mail: sekretariat@jublaluzern.ch



Liebe Neuleiterin, Lieber Neuleiter

Wir freuen uns, dass du in einer Schar von Blauring & Jungwacht Kanton Luzern mitarbeitest.

Du übernimmst nun ein Stück Verantwortung für das Scharleben und repräsentierst BR & JW gegenüber der Öffentlichkeit. Als Leiterin / Leiter übernimmst du aber nicht nur Verantwortung, sondern auch eine ganze Portion von neuen Aufgaben. Diese sind für jede Neuleiterin / für jeden Neuleiter eine Herausforderung.

Mit dem vorliegenden Hilfsmittel wollen wir dir den Start etwas vereinfachen.

Im ersten Teil stellen wir dir die Organisation deiner Schar, die Struktur und Geschichte sowie die Grundgedanken von Blauring & Jungwacht vor.

Wir zeigen dir deine Verantwortungen, Rechte und Pflichten als Gruppenleiter auf. Zudem findest du Wissenswertes wie du für deine Gruppe die passende Gruppenstunde zusammenstellst und wo du Hilfsmittel und Ideen findest.

Im zweiten Teil dieses Hilfsmittels findest du Unterlagen zur Vorbereitung auf den J+S anerkannten Gruppenleiterkurs im Sportfach Lagersport und Trekking.

Durch diesen Kurs kannst du deine JUBLA - Kenntnisse vertiefen und neue Ideen für Gruppenstunden und Lager erhalten.

Wir wünschen dir einen guten Start und viel Spass bei deiner neuen Herausforderung!

Fachgruppe Ausbildung
Blauring & Jungwacht Kt. Luzern

Inhaltsverzeichnis

Teil 1 - Vorbereitung zur Mitarbeit in der Schar

1. Deine Schar
2. Der Kantonalverband
3. Grundgedanken
4. Verantwortungen – Rechte und Pflichten
5. Kinder und ihre Vorlieben
6. Gruppenstunden
7. Hilfsmittel und Ideen

Teil 2 - Vorbereitung fuer die Ausbildung zum J+S Gruppenleiter

1. Der Gruppenleiterkurs
2. Aufnahmebedingungen
3. Liste der Mindestkenntnisse
4. Unfallorganisation und Sanitätsdienst
5. Orientieren auf der Karte und im Gelände
6. Pionier- und Seiltechnik

Teil 1 - Vorbereitung zur Mitarbeit in der Schar

Deine Schar

Hier erhältst du einen Überblick wie deine Schar strukturiert ist, wie sie arbeitet und wer zur Zeit welches Amt ausführt. Nicht alle Scharen haben denselben Aufbau, die gleichen Ressorts oder dieselben Anlässe. Deshalb könnt ihr mit eurer Scharleiterin / eurem Scharleiter die für euch gültigen Namen und Zahlen ergänzen.

Scharaufbau / Ressorts

Deine Schar ist folgendermassen aufgebaut:
(Beispiel für Scharleitung. Hilfe dazu gibt es auch im Schub)

Scharleitung:

Aufgaben:

Kassier:

Aufgaben:

Materialchef

Aufgaben:

Präses:

Aufgaben:

Lagerleitung:

Aufgaben:

.....

Aufgaben:

.....

Aufgaben:

Unsere Schar besteht aus Leiterinnen / Leitern und Kindern.

Der Höck (Teamsitzung)

Der Höck ist ein Ort an dem Leiterinnen und Leiter voneinander und miteinander lernen. Wenn der Höck Spass macht und sich die Leiterinnen und Leiter im Team wohlfühlen, freuen sie sich darauf. Es gibt unterschiedliche Ansichten, was am Höck geschehen soll. Die einen wollen diskutieren, planen und organisieren, die anderen lieber gemütlich beisammen sitzen. Ein Team funktioniert nur dann, wenn beides gepflegt wird und sich alle beim Arbeiten und Zusammensein engagieren.

In deiner Schar findet der Höck alle (14 Tage / 1 Mal im Monat /) statt. Die Themen, die dabei diskutiert werden, können folgende sein:

- Rückblick auf Scharanlässe und Gruppenstunden
- Scharanlässe vorbereiten
- Jahresplan besprechen
- Projekte planen
- Weiterbildung
- Probleme besprechen
-
-
-

Jahresplanung

Deine Schar hat einige Anlässe, die über das Jahr verteilt statt finden. Jede Schar hat zudem einige wichtige Fixpunkte im Jahr. Deine Schar hat zum Beispiel folgende Anlässe:

- Lager
- Elternabend
- Verkaufsstand an Pfarrei- oder Ortsanlass
-
-
-

Der Kantonalverband

Der Kantonalverband Luzern ist folgendermassen aufgebaut:

Scharen

Im Kanton Luzern sind über 80 Scharen aktiv. Die 1500 Leiterinnen und Leiter organisieren und planen zahlreiche Aktivitäten für die Kinder. Der Blauring zählt über 3000 Mädchen und in der Jungwacht sind 2000 Jungen aktiv. Total sind also 6500 Mitglieder von Blauring & Jungwacht im Kanton Luzern engagiert. Diese sind in drei Regionen eingeteilt.

Regionen

Der Kanton Luzern ist in folgende 3 Regionen unterteilt: die Region Luzern (Stadt und Agglomeration), die Region SurSeeTal (Surental und Seetal) und die Region Entlebuch. Die Koordination und Leitung innerhalb der Regionen werden von der Regionalleitungen (Relei) wahrgenommen. Die Hauptaufgaben der Releis sind die Scharbegleitung und die Mitarbeit in verschiedenen Fachgruppen (FGs). Auch die Organisation der jährlichen Regionalversammlung (RV) ist eine Aufgabe der Relei. Die Scharen sind jeweils einer der Regionen angeschlossen.

Kantonsleitung

Die Kantonsleitung (Kalei) wird aus VertreterInnen der Releis und FGs und des Vorstands zusammengesetzt. Gemeinsam treffen sie sich sechs Mal im Jahr an der Kantonsrunde (Karu) und zwei Mal im Jahr an der Kantonskonferenz (KK), um die Ziele und Aufgaben im Kanton zu definieren und die Umsetzung zu planen. Die Mitglieder der Kantonsleitung vertreten den Verband auch gesamtschweizerisch an den beiden Bundesversammlungen, an denen die Koordination und Zielsetzung mit allen Kantonen definiert werden.

Vorstand

Die Koordination im Kanton, die Leitung der zwei Kantonskonferenzen (KK), der Kantonsrunden (KARU) und die Repräsentation nach aussen sind Aufgaben des Vorstands. Er ist die strategische Führung des Verbandes Blauring & Jungwacht Kt. Luzern.

Arbeitsstellen (AST)

Bei Problemen und Fragen können sich die Leiterinnen und Leiter der Scharen direkt an die Arbeitsstellen wenden. Sie erhalten dabei eine kompetente Unterstützung durch die angestellten Fachpersonen.

Fachgruppen

Viele inhaltliche und operative Aufgaben der Kantonsleitung werden von Fachgruppen (FG's) abgedeckt.

Die *FG Ausbildung* definiert und koordiniert alle J+S Leitungskurse, stellt Hilfsmittel für die Lageradministration zur Verfügung und organisiert Weiterbildungsmodulare für die J+S Coaches (Lagerbetreuer).

Die *FG Public Relations* koordiniert unter anderem die Redaktion der kantonalen Verbandszeitschrift Xpresso und andere öffentliche Auftritte.

Die *FG Horizont* widmet sich der Prävention von Grenzverletzungen.

Die Anlässe und Personen der Regionen, Fachgruppen, Arbeitsstelle, Vorstandes können auf der Homepage www.jublaluzern.ch nachgeschaut werden.

Grundgedanken

Etwas Geschichte

Vor dem 1. Weltkrieg wollte die jüngere Generation ihre Zukunft mitgestalten. Es entstanden deshalb vielerorts Jugendgruppen, von denen einige das Ziel hatten, etwas für Kinder zu tun. Mit der Zeit versuchte man diese Organisationen zusammenzufassen. Durchgesetzt haben sich zum Schluss die Namen Jungwacht (1932) und Blauring (1933).

Während des zweiten Weltkrieges zeichnete sich der Blauring durch soziales und katholisches Engagement aus (z.B. Wolldecken für Flüchtlingskinder). Das Bild der Jungwacht prägten Exerzieren, Kommandosprache und das Vorbild des Soldaten. Der Blick reichte selten über die Grenzen der Schweiz hinaus. Nach den Kriegsjahren folgte der innere Aufbau. Blauring & Jungwacht setzten den Hauptakzent auf die Ausbildung der Gruppenführerinnen und Gruppenführer, geprägt aber von einem starken religiösen und katholischen Hintergrund.

In den 60er Jahren öffneten sich Blauring & Jungwacht. Drill und Disziplin wichen Selbstbildung und Gruppenarbeit. In den 70er Jahren wurde die strikte Bindung von Blauring & Jungwacht an die Kirche hinterfragt. Erstmals wurde bewusst die ökumenische Formulierung (christlich anstelle von katholisch) gewählt und der Blauring thematisierte vermehrt die Stellung der Frau in der Gesellschaft und der Kirche. Die Jungwacht brach die alten Vorstellungen der Verbandshierarchie und förderte den Teamgedanken auf allen Stufen.

Grundsätze von Blauring & Jungwacht

Die Grundsätze versuchen das Wesen von Blauring & Jungwacht zu beschreiben. Sie nennen Bereiche und Werte die von allen Blauring & Jungwacht Scharen in der Schweiz mitgetragen werden.

- | | |
|----------------|--|
| zusammen sein. | Wir bilden eine Gemeinschaft in der alle mit ihren Stärken und Schwächen akzeptiert werden. Zusammen setzten wir uns für Toleranz und Respekt ein. Wir haben gemeinsam Spass und sind uns der Verantwortung für uns und die anderen bewusst. |
| Kreativ sein. | In Blauring & Jungwacht sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Wir setzen gemeinsam kreative Ideen um und wagen Neues. |
| Natur erleben. | In Blauring & Jungwacht unternehmen wir viele Aktivitäten im Freien. Wir entdecken und geniessen unsere Umwelt und erleben uns als Teil von ihr. Dabei achten wir die Natur und tragen zu ihr Sorge. |
| mitbestimmen. | In Blauring & Jungwacht dürfen alle ihre Ideen und Ansichten einbringen. Wir nehmen die Meinungen aller ernst, treffen gemeinsam Entscheide und engagieren uns für unsere Werte. |
| Glauben leben. | In Blauring & Jungwacht erleben und feiern wir die Gemeinschaft untereinander und mit Gott. Gemeinsam gestalten wir Kirche mit und orientieren uns an der christlichen Tradition. Wir setzen uns für Frieden, Gerechtigkeit und Solidarität ein. |

Die Grundsätze sind bewusst offen gestaltet und geben dir so die Möglichkeit deine Aktivitäten und Gruppenstunden in irgendeiner Form an sie anzulehnen.

Verantwortung - Rechte und Pflichten

Als LeiterIn einer Kindergruppe musst du die Verantwortung, die sonst die Eltern für die Kinder tragen, übernehmen.

Dazu gehört das körperliche Wohl der Kinder, wie die Hygiene, geeignete Kleider und gegebenenfalls die Verpflegung. Du bist verantwortlich für die Sicherheit der Kinder und musst jederzeit Unfälle vermeiden. Dies kann bei der Sicherheit in und am Wasser, bei Aktivitäten im Wald (gutes Schuhwerk) oder im Strassenverkehr sein.

Ebenso bist du für das seelische Wohl der Kinder verantwortlich. Dazu gehört, dass sich alle Kinder in der Gruppe wohl und vertraut fühlen.

Verantwortung tragen heisst aber auch, einen Teil der Verantwortung und Mitbestimmung an die Kinder abgeben zu können. Die Kinder dürfen aber nicht überfordert werden. Kinder müssen lernen, selbständig zu werden. Sie sollen ihre eigene Meinung finden. Es liegt in deiner Hand, der Gruppe den Weg zwischen Selbständigkeit und Einordnung zu zeigen.

Als GruppenleiterIn trägst du auch eine Verantwortung gegenüber der Öffentlichkeit. Blauring & Jungwacht ist ein Teil der Pfarrei. Trage also etwas zum Leben in der Pfarrei bei und achte auf deinen und euren Ruf in der Öffentlichkeit. Denn, alles was du in der Öffentlichkeit tust, kann mit Blauring & Jungwacht in Verbindung gebracht werden und den Ruf der Schar unterstützen oder schädigen!

Damit du deine Verantwortung wahrnehmen kannst, hast du neben deinen Pflichten auch einige Rechte. So darfst du Regeln die zum Wohle der Gruppe sind aufstellen und durchsetzen. Du hast auch das Recht, Kinder angemessen zu bestrafen.

Kinder und ihre Vorlieben

Die Veränderung in der Entwicklung vom Kind hin zum Jugendlichen zieht nicht nur körperliche Veränderungen nach sich, sie wirkt sich auch auf Interessen, Vorlieben und Einstellungen der Kinder und Jugendlichen aus. Das Kennen dieser Entwicklungsphasen ermöglicht es dir, stufengerechte Gruppenstunden zu gestalten.

Grundsätzlich gilt: Je jünger die Kinder sind, desto lieber spielen sie und desto konkreter müssen deine Gruppenstunden sein.

Frühes Schulkindalter (6 – 9 Jahre)	Spätes Schulkindalter (9 – 12 Jahre)	Erste Puberale Phase Mädchen: 11/12 – 13/14 Jahre Knaben: 12/13 – 14/15 Jahre	Zweite Puberale Phase Mädchen: 13/14 – 17/18 Jahre Knaben: 14/15 – 18/19 Jahre
Bewegungsdrang			
Sehr ausgeprägt	Vorhanden	Fehlt eher, meist stark mit sich selbst beschäftigt	Differenziert, je nach Sozialisation und Lebensumständen
Lernbereitschaft			
Gross	Natürliche Motivation vorhanden	Brauchen Unterstützung	Differenziert, nach Lerninhalt
Leistungsbereitschaft			
Gut	Meist sehr gut	Eher gering (brauchen Unterstützung)	Gut
Umgang mit Autoritätspersonen			
Meist problemlos	Distanziert Autorität beschränkt sich zunehmend auf fachliches	Autoritäre Personen werden allgemein abgelehnt, Mitsprache wird erwartet	Partnerschaftliche Führung bevorzugt
Konzentrationsfähigkeit			
Gut bis zu 15 Minuten	Meist gut	Sehr gut	Gut
Psychische und soziale Merkmale			
Gutes psychisches Gleichgewicht, eher optimistische Lebenseinstellung, eher unbekümmert, oft aber ichbezogen	Selbstbewusst, zweifeln noch nicht an sich und ihren Kompetenzen, meist mutig und risikofreudig, aber weiterhin ichbezogen, suchen zunehmend eine Gemeinschaft und werden teamfähig	Auf der Suche nach Identität, leicht zu verunsichern und oft mangelndes Selbstwertgefühl (Mut für schwierige Übungen fehlt oft), Folge: ausgeprägtes Gruppenbewusstsein	Soziale Integration und zunehmende individuelle Persönlichkeitsausprägung
Was heisst das für die Gruppenstunde?			
Anfangs jeder Gruppenstunde ein Austob-Spiel machen. Am besten erfindest du zusammen mit deiner Gruppe selbst eines. Es darf ruhig immer das selbe sein (Kinder brauchen Rituale) Viel draussen sein, (Bräteln, Kochen, Spielen, Erforschen) Malen: Fensterscheiben oder grosse Plakate, Dinge, welche zu Hause nicht möglich sind. Fördere den Gruppengeist, bastelt ein Maskottchen, erfindet einen Gruppennamen, Gruppenspiele, etc. guten Kontakt zu den Eltern ist wichtig!	Wissensdurst, der nicht durch die Schule gestillt wird, ausnützen. Natur, Wald, Teich erforschen. Kochen und Backen Abenteuer und Erlebnishöhepunkte schaffen: Gruppenweekend, Gruppenplatz im Wald Neue, anspruchsvolle Spiele ausprobieren oder selber erfinden. Diskutiere mit ihnen. Versucht gemeinsam herauszufinden, was die ganze Gruppe interessiert.	Versuche, AnsprechpartnerIn für diese Jugendliche zu sein. Behandle sie wie gleichberechtigte „Erwachsene“. Arbeite mit verschiedenen Medien wie: Fotos, Zeitschriften, Filme, Radio etc. Organisiere grössere Projekte und Anlässe mit ihnen zusammen; Velotour, Weekends. Fordere sie heraus, ihre Meinung zu sagen und Eigeninitiative zu entwickeln. Schaffe Freiräume, in denen sie sich ausdrücken können.	Vielleicht können die Jugendlichen zum Teil schon Scharanlässe mit organisieren oder im Lager gewisse Verantwortung übernehmen. Sucht nach anderen Gruppenstundenzeiten und -formen. Diese Gruppe ist gleichzeitig auch der Nachwuchs für das Leitungsteam. Schenkt ihnen die gebührende Aufmerksamkeit und versucht auf sie einzugehen, sonst sind sie schnell weg und nicht mehr ansprechbar.

Gruppenstunden

Gruppenstunden sind die Basis von BR & JW. Wenn du Kinder in der Gruppenstunde hast, so hat eure Schar eine Basis. Die Kinder werden auch am Sommerlager, an Scharanlässen und weiteren Aktivitäten teilnehmen.

Planen von Gruppenstunden:

Ohne Ideen keine Gruppenstunde! Eine frühzeitige und langfristige Planung hilft dir, falls sich in deinem Kopf einmal nur Leere breit machen sollte.

Am besten erfasst du deine Gruppenstunden auf einem Blatt (eine mögliche Vorlage findest du unter: www.jubla.ch/schub). So kannst du die Gruppenstunde detailliert planen und vor der Durchführung nur noch das Material und die Unterlagen bereitlegen.

Bei der Vorbereitung hilft dir folgende Liste:

1. Wie viel Zeit steht zur Verfügung?
2. Wie sieht der Raum aus? Muss eine Reservation erfolgen?
3. Wird Hilfe von Aussen benötigt?
4. Muss Material eingekauft oder bestellt werden? Wie viel Geld steht zur Verfügung?
5. Muss ein Gelände rekognosziert oder eine Tour abgefahren werden?
6. Wie und wann wird die Gruppe informiert?
7. Wie viele Kinder werden teilnehmen?
8. Muss am gleichen Tag noch etwas vorbereitet werden?
9. Gibt es Dinge, die nach der Gruppenstunde erledigt werden müssen?

Ziele einer Gruppenstunde:

Überlege dir vor der Planung, welches Ziel du für die Gruppenstunde hast.

Aufbau von Gruppenstunden:

Eine Gruppenstunde gliedert sich idealerweise in die drei Schritte Einstieg – Hauptteil – Schlusspunkt. Mit diesem Aufbau können sich die Kinder an ein gewisses Muster gewöhnen. Ihr steigt gemeinsam in eure Gruppenzeit ein und wieder aus. Das schafft Vertrauen und stärkt das Gruppengefühl.

Einstieg

Ein Einstieg ist sinnvoll,

- weil jeder von euch mit einem ganzen Sack voller Erlebnisse in die Gruppenstunde kommt, mit anderen Gedanken beschäftigt ist, mitten aus dem Alltag quasi in eine andere Welt plumpst. Mit einem Einstieg kannst du diesen Wechsel spielerisch gestalten.
- Du kannst die Kinder für den Hauptteil begeistern, sie „gwunderig“ machen.

Du hast unendlich viele Möglichkeiten, Einstiege zu gestalten. Je nachdem kannst du:

- ein Spiel machen
- eine Geschichte erzählen, die ins Thema einführt
- dich verkleiden und „herumgeistern und begeistern“
- die Kinder mit einem speziellen Zaubertrunk begrüßen
- die Kinder mit einem geheimnisvollen Brief begrüßen, ihnen darin eine bestimmte Aufgabe stellen, bevor du selber erscheinst
- die Kinder einen Einstieg gestalten lassen (z.B. eine Witzrunde)

Vielleicht habt ihr auch einen bestimmten Gruss, ein Lieblingsspiel, ein Ritual, das ihr am Anfang jeder Gruppenstunde macht.

Hauptteil

Im Hauptteil, dem Kern der Gruppenstunde, beschäftigt ihr euch während der Hauptzeit der Gruppenstunde mit dem gleichen Thema. Du hast natürlich Möglichkeiten in Hülle und Fülle Basteln, Werken, Geländespiel, Theater, Musik, Ausflug, Kochen, Wald, Fahrrad ...

Schlusspunkt

Der Schlusspunkt ist wichtig, damit ihr

- auch wirklich die Gruppenstunde gemeinsam beendet und die Kinder auch wissen, dass jetzt Schluss ist. Sonst kann es leicht geschehen, dass sich ein Kind nach dem anderen langsam aus dem Staub macht, und du nicht weißt, wo sie sind und wann die Eltern sie abholen kommen. Womöglich stehst du mit dem unaufgeräumten Gruppenzimmer alleine da.
- nochmals gemeinsam etwas tun könnt, welches euch in eurem Gruppengefühl bestärkt.

Schlusspunkte können wie die Einstiege ganz verschieden sein.

Sicherheits-Checkliste für Gruppenstunden

- Kinder frühzeitig informieren, z.B. über den Treffpunkt, was sie mitnehmen müssen oder ob es spezielle Kleider braucht.
- Spielgelände vor der Gruppenstunde anschauen evtl. Grenzen markieren und die Kinder darauf aufmerksam machen.
- Spiele sollen fordern aber dürfen nicht überfordern! Es ist wichtig, dass du als Gruppenleiter über allfällige Krankheiten oder 'Handicaps' deiner Kinder informiert bist. (z.B. Asthma, Allergien, grosse Ängste etc.)
- Gruppenapotheke dabei haben und auch den Inhalt kennen.
- 'Kritische' Bastelarbeiten vorher ausprobieren.
- Falls etwas passieren sollte ist es wichtig, dass du wichtige Notfalltelefonnummern dabei hast (nächster Arzt, Ambulanz, Toxzentrum, Scharleitung etc.).
- Am Ende der Gruppenstunde: Als GruppenleiterIn bist du verantwortlich bis die Kinder zu Hause sind.

Hilfsmittel und Ideen

Es gibt viele Hilfsmittel und Ideensammlungen. Hier eine kleine Auswahl von Hilfsmitteln, die ihr kaufen oder herunterladen könnt. Vielleicht hat deine Schar eine Scharbibliothek mit vielen interessanten Büchern.

Gruppenstundenideen

<http://www.releiluzern.ch/ReleiSERVICE/gruppenstundenideen.htm>

<http://www.jubla-tg.ch/download/ideensammlung.pdf>

<http://jubla.ch/jubla-boerse/hilfsmittel/>

<http://jubla.ch/schub>

Hilfsmittel

<http://jubla.ch/schub>

<http://www.rex-freizyt.ch/> (z.B. Subito, Kennen & Können, Yeti etc.)

http://www.hajk.ch/h/shop_home.php

2. Teil - Vorbereitung fuer die Ausbildung zum J+S Gruppenleiter

Der Gruppenleiterkurs

Für zukünftige Leiterinnen und Leiter, die noch Hilfsleiterinnen / Hilfsleiter sind und demnächst eine Gruppe übernehmen, wird der Grundkurs angeboten. Er gibt erste Impulse für deine Aufgabe als Leiterin und Leiter und dient als Motivationsschub für deine weitere Arbeit in Blauring & Jungwacht.

Für Leiterinnen und Leiter die bereits die Gruppenleitung übernommen haben und sich auch mit dem Sportfach Lagersport/Trekking in Jugend und Sport auseinandersetzen haben (z.B. Programmgestaltung im Sommerlager) gibt es den J+S Gruppenleiterkurs.

Ziele Der Ausbildung

- Motivation der Teilnehmenden für ihre Tätigkeit
- Vertiefung der Kenntnisse im Bereich "Eigene Gruppe leiten"
- Training und Ausbau der Fähigkeiten als AnimatorIn
- Vermittlung von Ideen für Gruppenaktivitäten und Lager
- Vertiefung der Kenntnisse über die Verbände BR&JW
- Kennenlernen der Aufgaben einer Schar. Die Möglichkeiten zur Mitarbeit im Leitungsteam kennenlernen und diskutieren
- Ausbildung zum Gruppenleiter Lagersport/Trekking

Aufnahmebedingungen

Mindestalter:

Erfülltes 16. Altersjahr

Mindestkenntnisse:

Bestandener Einstufungstest in den Themengebieten

- Unfallorganisation und Sanitätsdienst
- Orientieren auf der Karte und im Gelände
- Pionier- und Seiltechnik

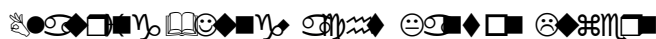
Der Einstufungstest findet 4 – 5 Monate vor dem Gruppenleiterkurs statt.

Die drei Themengebiete werden theoretisch und praktisch geprüft. Die Resultate der Themengebiete werden separat ausgewertet.

Bestehst du den Test in allen Gebieten, bist du fit für den Kurs und kannst dich für den nächsten oder übernächsten Gruppenleiterkurs anmelden.

Hast du in einem oder mehreren Themengebieten die Mindestkenntnisse nicht erfüllt, werden wir mit dir das entsprechende Wissen in einem Nachhilfemodul aufarbeiten. Der Besuch ist obligatorisch, nur so bist du sicher für den Kurs bereit.

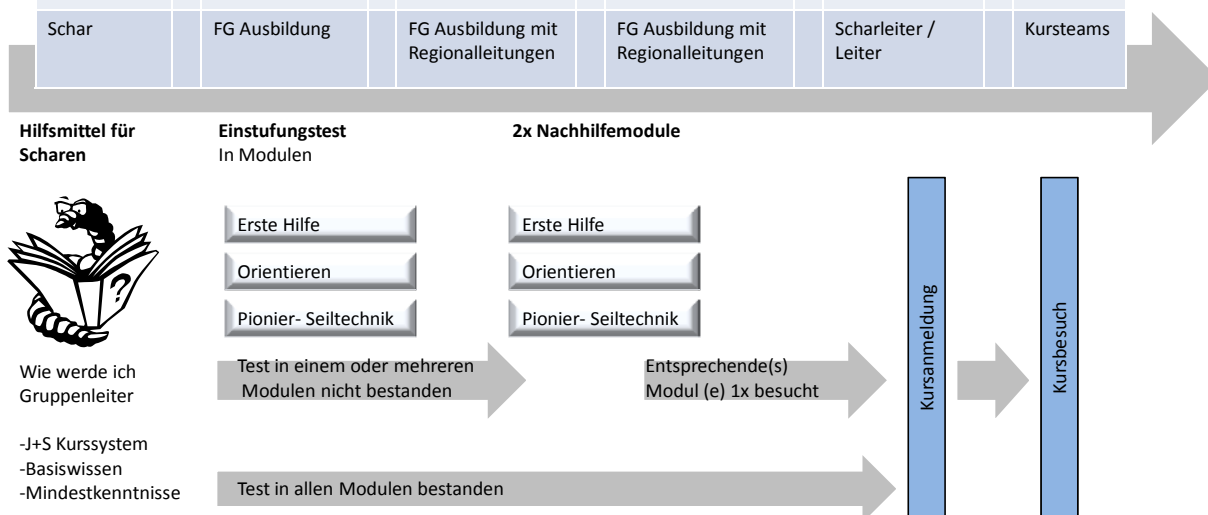
Nach dem Besuch der/des Nachhilfemodule/s der nicht bestandenen Themengebieten kannst du dich für den Gruppenleiterkurs anmelden.



Neuleiterrausbildung ab Herbst 2008



Scharinterne Ausbildung	Einstufungstest	Nachhilfemodule	Nachhilfemodule	Kursanmeldung	GLK
	Obligatorisch	Je nach Ergebnis Obligatorisch	Je nach Ergebnis Obligatorisch		
laufend	Mai / November	Mai / November	Juni / Dezember	Januar / August	April / Oktober
Schar	FG Ausbildung	FG Ausbildung mit Regionalleitungen	FG Ausbildung mit Regionalleitungen	Scharleiter / Leiter	Kursteams



Gültigkeit der Zulassung

Die Kurszulassung, bestehend aus Einstufungstest und Nachhilfemodulen, ist als ein Paket zu verstehen. Die Module können nur mit dem Absolvieren des dazugehörigen Tests (kurz vor den Modulen) besucht werden.

Ist der Test vollständig bestanden oder sind im anderen Falle die ungenügend eingestufteten Module besucht worden, gilt die Zulassung bis Ende Jahr und dann 2 Jahre, wie bei J+S – Anerkennungen üblich.

Liste der Mindestkenntnisse

Unfallorganisation und Sanitaetsdienst

- Wissen was in eine Gruppenapotheke gehört
- Das Vorgehen einer Wundversorgung kennen
- Massnahmen und Vorgehen bei Verbrennungen, bei Schnittverletzungen, bei Fremdkörperverletzungen, bei Knochenbrüchen und Zeckenbissen kennen und anwenden können
- Die wichtigen Notfallnummern kennen
- Die Unfallorganisation erklären und vornehmen können
- Das ABC anwenden können
- Verschiedene Lagerungen kennen und Situationsgerecht anwenden können

Orientieren auf der Karte und im Gelaende

- Die für die Arbeit in Blauring & Jungwacht wichtigsten 3 Karten bzw. deren Massstäbe und deren Verwendungszweck kennen
- Den Zweck der Höhenkurven und deren Anwendung kennen und einfache Geländeformen auf der Karte bestimmen können
- Den Begriff Äquidistanz erklären können
- Den Zweck des Koordinatensystems erklären können
- Koordinaten von der Karte auslesen und vorgegebene Koordinaten auf der Karte finden können
- Eine Karte nach Norden ausrichten können
- Die wichtigsten Fragen, welche sich beim Wandern im Bezug auf das Orientieren stellen, kennen und verstehen (NORDA)

Pionier- und Seiltechnik

- Wichtige Materialien, deren Eigenschaften und Einsatzmöglichkeiten kennen
- Ein Firstzelt mit Blachen erstellen können
- Die Sicherheitsaspekte der Pioniertechnik kennen
- Die Seilarten und deren Verwendung kennen
- Die sechs wichtigsten Knoten und deren Verwendungszweck kennen

Unfallorganisation / Sanitaetsdienst

Inhalt einer Gruppenapotheke

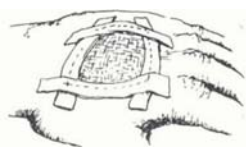
- Heftpflaster (versch. Grössen)
- Wundverband
- Wunddesinfektionsmittel (nach Möglichkeit durchsichtig z.B. Merfen)
- Eine elastische Binde (plus Heftklammer)
- Gazekompressen
- Dreiecktuch
- Sonnencreme (wasserresistent)
- Pinzette
- Kleine Schere
- Einweghandschuhe
- Kühlender Gel (für Verbrennungen, Insektenstiche)
- Schwaches Schmerzmittel (z.B. Panadol)
- Traubenzucker (gegen Müdigkeit und Blutzuckersturz)
- Notfallblatt mit Bleistift

Einige Fallbeispiele

Wundversorgung

Ein Kind ist gestürzt und hat an der Hand eine Schürfwunde.

1. Entscheiden, ob es sich um eine Bagatelverletzung handelt oder ob ein Arztbesuch nötig ist → Wenn ein Arzt konsultiert wird, keine Wundreinigung oder Desinfektion!
2. Wundreinigung
3. Desinfektion (wenn möglich durchsichtiges Desinfektionsmittel)
4. Nach Möglichkeit an der Luft eine Kruste bilden lassen, ansonsten einen Deckverband machen.



Ein Deckverband eignet sich für Schürfwunden und kleinere Verletzungen. Durch die Kombination von Gaze und Heftpflaster erhält die Wunde genügend Sauerstoff. Handelt es sich nur um eine kleinere Wunde reicht evt. auch ein luftdurchlässiges Heftpflaster.

Für alle Wunden gilt: Wundheilung beobachten! (Rötung der Haut=Entzündungszeichen)

Verbrennung

Ein Kind hat sich beim Spielen am Feuer den Finger gebrannt.

1. Die betroffene Stelle 15 Minuten mit kaltem Wasser abkühlen.
2. Wunde abdecken: Deckverband (eventuell kühlendes Gel auftragen)
→ Blasen nicht öffnen!



1. Grad: Rötung der Haut (Sonnenbrand)
2. Grad: Rötung und Blasenbildung
3. Grad: starke Blasenbildung, Verkohlung

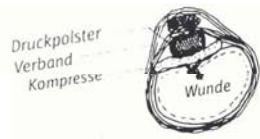
Kleinere Schnittverletzung

Ein Kind hat sich mit dem Sackmesser in den Finger geschnitten.

1. Beurteilung der Verletzung:
 - Wie tief ist die Wunde?
 - Muss ein Arzt konsultiert werden?
(In diesem Fall keine Desinfektion vornehmen!)
2. Wunde desinfizieren (wenn möglich durchsichtiges Desinfektionsmittel verwenden)
3. Wunde verbinden (Deckverband); keine Salbe verwenden!

Grössere Schnittverletzung

Ein Kind hat sich mit dem Sackmesser ins Handgelenk geschnitten, es spritzt Blut aus der Wunde.



1. Verbinden (bei starker Blutung einen Druckverband anlegen)
2. Körperteil hochlagern!
3. Arzt konsultieren oder Rettung alarmieren

Ist das Anlegen eines Druckverbands nicht möglich, so kann die Wunde auch von Hand zugeedrückt werden bis die Rettung eintrifft.

Fremdkörperverletzung

Ein Kind ist in einen Nagel getreten.

1. Steckt der Nagel in der Wunde, diesen stecken lassen und sofort einen Arzt konsultieren.
2. Falls nicht: Lage beurteilen: Wie sieht die Wunde aus? Was war das für ein Nagel? Reicht eine „normale“ Wundversorgung aus? Im Zweifelsfall: Arztbesuch!

Knochenbruch

Ein Kind ist gestürzt und hat Schmerzen am Bein.

1. Kann es sein, dass das Bein gebrochen ist?
 - Sichere Zeichen eines Knochenbruchs (Fraktur): Ein „Gelenk“ wo normalerweise keines ist.
 - Unsichere Zeichen eines Knochenbruchs (Fraktur): Geschwollen, Rötung, Schmerz.
2. Sind die Schmerzen stark oder man ist unsicher → Arztbesuch.
3. Betroffene Stelle mit einer Sportsalbe behandeln, wird der Schmerz stärker oder klingt nicht ab → Arztbesuch.

Zeckenbiss

Ein Kind wird von einer Zecke gebissen.

1. Zecke mit einer Pinzette entfernen (Bei nicht guter Entfernungsmöglichkeit zum Arzt gehen).
2. Datum des Bisses notieren.
3. Wunde beobachten, Rötet sich die Haut → Arztbesuch.
weitere Infos zu diesem Thema findest du unter www.zecken.ch.

Notfallnummern

Rettung:	144
Rega:	1414
Polizei:	117
Feuerwehr:	118
Vergiftungen:	145

Lebensrettende Sofortmassnahmen

Unfallorganisation

SCHAUEN:

- Übersicht gewinnen ("was ist passiert?")
- Wie viele Personen sind verletzt?
- Wie schwerwiegend sind die Verletzungen?

DENKEN:

- Bestehen weitere Gefahren für Patienten und Helfende?
- Welche Sofortmassnahmen (ABC) sind nötig?
- Sind Hilfsmittel vorhanden (Helfende, Material)?
- In welcher Reihenfolge sind verletzte Personen zu behandeln?
Grundsätzlich zuerst regungslose und danach erst laut schreiende Patienten berücksichtigen.

HANDELN:

- Sichern der Unfallstelle, der verletzten Personen und der Helfenden.
- Verletzte aus der Gefahrenzone bringen ohne sich selber in Gefahr zu bringen.
- Lebensrettende Sofortmassnahmen: Beurteilung des Allgemeinzustandes nach der ABC Methode.
- Alarmieren
Wer alarmiert?
Was ist geschehen?
Wo ist der Unfallort?
Wann ist der Unfall passiert?
Wie viele sind beteiligt?
Weitere Angaben.
- Transportfähigkeit prüfen.
- Schutz der verletzten Person, bis der Rettungsdienst eintrifft.
- Allenfalls erneute Durchführung der lebensrettenden Sofortmassnahmen

ABC

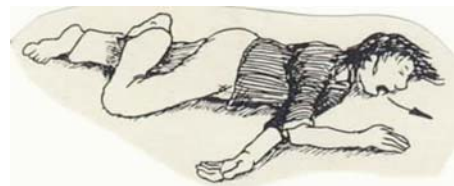
Airways	Atemwege freimachen (Kopf nach hinten) Überprüfung der Atmung Falls er atmet → Bewusstlosenlagerung Falls er nicht mehr atmet → mit dem ABC fortfahren
Breathing	Beatmung (Kopf nach hinten strecken, den Unter- gegen den Oberkiefer pressen und mit dem Daumen den Mund abdichten. 2 - 3 Atemstösse in die Nase oder den Mund des Patienten) (Falls vorhanden ein Beatmungshilfsmittel einsetzen) Ist die Beatmung aus irgendeinem Grund nicht möglich oder erschwert (z.B. Verletzung, Erbrochenes im Gesicht...) diese weglassen → Selbstschutz Falls die Atmung wieder einsetzt → Stabile Seitenlagerung (Bewusstlosenlagerung) und Überwachung Falls die Atmung nicht einsetzt → weiterfahren mit dem ABC
Circulation	Kreislauf Falls Puls vorhanden: Weiter beatmen Falls keinen Puls vorhanden: Herzmassage (CPR), 30 Stösse auf den Brustkorb zu 2 Atemstössen → Frequenz 30:2

Lagerungen

Stabile Seitenlagerung

Bewusstlose und Benommene sind zur Sicherung gegen Ersticken in die Bewusstlosenlagerung zu bringen.

- Atemwege freihalten
- Überwachung (Bewusstsein & Atmung kontrollieren)
- Patient nicht alleine lassen



Aufrechte Lagerung: bei Hitzschlag und Sonnenstich (Patient im Schatten lagern)

Orientieren auf der Karte und im Gelaende

Kartenmassstaebe

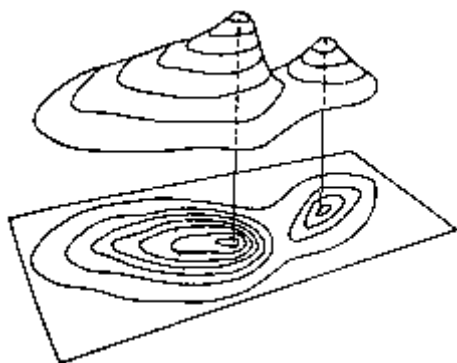
Auf den Landeskarten mit den Massstäben 1:25'000, 1:50'000 und 1:100'000 ist ein rechtwinkliges Kilometernetz, auch Koordinatennetz genannt, aufgedruckt. Der Abstand zwischen zwei benachbarten, parallelen Kilometernetzlinien beträgt bei den Landkarten im Masstab 1:25'000 und 1:50'000 immer 1000m = 1 km. Bei den Landkarten im Masstab 1:100'000 beträgt der Abstand 10 km.

Kartenmasstab	Distanz	Einsatz
1:25'000	4cm = 1km	Wanderungen / OL / Geländespiele
1:50'000	2cm = 1km	Grobplanung von Wanderungen / Übersichtskarte
1:100'000	1cm = 1km	Velotouren / Planung / Übersicht

Hoehenkurven

Die Höhenkurven dienen zur Bestimmung der Höhe in Metern über Meer auf der Karte. Sie sind für die Bestimmung der Geländeform beim Orientieren das wichtigste Hilfsmittel.

Es wird zwischen Haupthöhenkurven (auch Zählkurven genannt) welche mit der entsprechenden Höhe angeschrieben sind und Zwischenhöhenkurven unterschieden. Die Zwischenhöhenkurven sind zwischen zwei benachbarten Haupthöhenlinien eingezeichnet, um die Reliefform insbesondere in flacherem Gelände besser darstellen zu können.



Der Höhenunterschied zwischen den benachbarten Höhenlinien bezeichnet man als **Äquidistanz**.

Jede fünfte / zehnte Höhenkurve ist eine Zählkurve.
Die Äquidistanz unterscheidet sich je nach Kartenmasstab:

Masstab	Äquidistanz
1:25'000	10 m im Mittelland / 20 m im Alpenraum (Angabe auf der Karte beachten!)
1:50'000	20 m
1:100'000	50 m

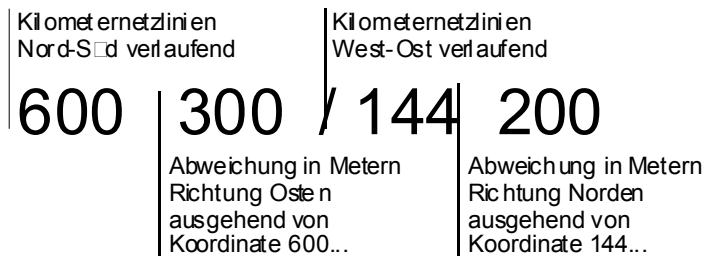
Koordinatensystem

Mit Hilfe des Koordinatennetzes kann die Lage irgendeines Punktes in unserem Land durch zwei sechsstellige Zahlen einfach ausgedrückt werden.

Orte im Gelände, welche keine Namen tragen, (Lagerplatz, Neutrale Zone bei einem Geländespiel, Rastplatz auf einer Wanderung) können somit genau angegeben werden. Die genauen Angaben der Koordinaten können auch bei einem Unfall (z.B. Einsatz durch die REGA) sehr hilfreich sein und wertvolle Zeit bei der Suche der Unfallstelle kann eingespart werden.

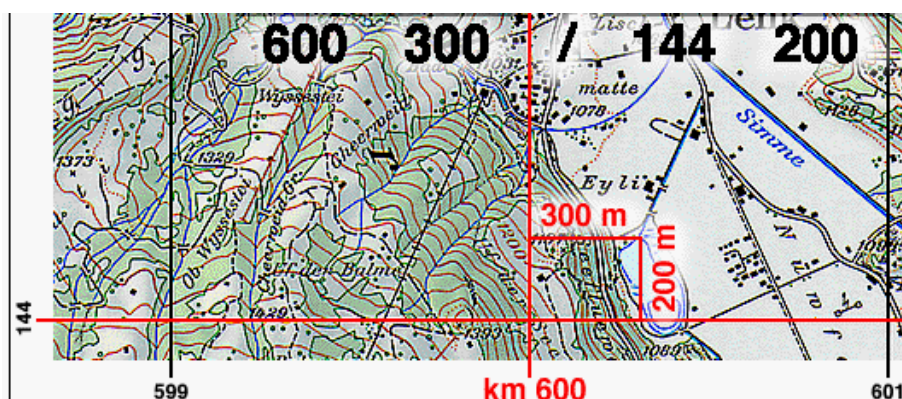
Das Koordinatennetz wurde so festgelegt und nummeriert, dass keine negativen Zahlen vorkommen und dadurch keine Verwechslungen entstehen können. Ausgangspunkt ist Bern mit den Koordinaten 600.000/200.000.

Vorgehen beim Bestimmen eines Punktes:



1. Suche den Schnittpunkt der Kilometernetzlinien (Koordinatenkreuz) 600. ... / 144. Der gesuchte Punkt liegt nun im Koordinatenfeld „rechts-oben“.
2. Distanz vom Koordinatennetz nach Osten (rechts) (z.B. 300m) auf Karte übertragen, Massstab beachten.
3. Distanz von diesem Punkt (z.B. 300m) nach Norden (oben) (z.B. 200) auf Karte übertragen. Du erhältst nun den gesuchten Punkt.

Mit einem speziellen Koordinatenmesser (z.B. Rapex) oder einem normalen Massstab lassen sich die Koordinaten leicht bestimmen.



NORDA

Als NORDA bezeichnen wir eine Checkliste für die Arbeit mit den Landeskarten.

Norden: Karte ausrichten

Wie kann ich eine Karte nach Norden ausrichten?

- Kompass
- Umgebung, Gelände (Wegverlauf, markante Geländepunkte)

Orientierung: Orientieren, Standort bestimmen, Daumengriff

Wie orientiere ich mich? Wo befinde ich mich auf der Karte?

Anhand der Umgebung orientieren

(Wälder, Flussverlauf, Wegverlauf, Bergspitzen, markante Gebäude wie z.B. Kirchen, Vorsicht bei vergänglichen Sachen wie z.B. Bäumen)

Karte auf der Wanderung immer in der Hand, auf den benötigten Ausschnitt zusammengefaltet, den Daumen auf dem letzten bekannten Punkt

Richtung: Richtung bestimmen und einhalten

In welcher Richtung liegt mein Ziel? Wo will ich hin?

Vorausschauend wandern: Was befindet sich auf meinem Weg, in welche Richtung gehe ich bei der nächsten Kreuzung?

Kontrolle: stimmen Karte und Gelände überein?

Weg auf der Karte mit Bleistift einzeichnen, bevor rekognosziert wird

Distanz: Distanz umrechnen (Karte → Natur), Distanz im Gelände einhalten

Wie weit will ich gehen?

Wie lange werde ich dafür benötigen?

1km entspricht 15min mit Kindern und Gepäck (4 km/h)

Horizontaldistanz der eingezeichneten Route messen

1:25'000er Karte: 1 Häuschen= 1 km (siehe unten auf der Karte)

Auf oder Ab: Geht es auf- oder abwärts, steil oder flach

Beeinflusst das „wie lange“ sehr stark

100m Steigung gleich 1 zusätzlicher Leistungskilometer

Achtung: Auch für steile Abstiege benötige ich länger

Signaturen:

Vgl. Broschüre „Zeichenerklärung und weitere Informationen zu den Landeskarten der Schweiz“. Das Erlernen der Signaturen liegt in deiner Verantwortung. Ziel muss es sein, dass du die auf einer Wanderung relevanten Signaturen unterscheiden kannst (Strassen/Wege, Gewässer, Bahnen).

Pionier- und Seiltechnik

Pioniertechnik

Seilkunde

Tabelle 1: Seilart und deren Verwendung

Seilart / Material	Hanf	Polypropylen (Agrilen)	Statikseil (Polyamid / Polyester)	Bergseil (Polyamid / Nylon)
Verwendung	Pioniertechnik	Seilbrücken, Abspannungen	Seilbahnen, Seilbrücken, Abspannungen	Bergsteigen, Seilbremse für Seilbahnen
Verrottungsbeständigkeit	schlecht	gut	gut	gut
Temperaturbeständigkeit	sehr gut	schlecht	gut	gut
Dehnung	gering	mittel / gering	gering	sehr stark

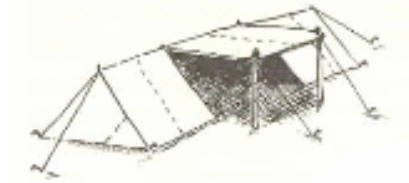
Blachenkunde

- Militärbalachen von J&S-Material (Ausschuss- & Normale Balachen)
- Somit einzige Möglichkeit ohne Zeltkauf Zelte zu bauen
- Eine Militärbalache besteht aus Balachen (1.65 x 1.65 m, ca. 1.25 kg) und Balachenschnur (ca. 2 m)
- Seite ohne Schnur = imprägnierte Seite
- Seite mit Schnur = nicht imprägnierte Seite
- Die Balachenkanten so knöpfen, dass die Öffnung auf der windgeschützten Seite liegt
- Immer beide Knopfreiheiten verknöpfen. Beim Zusammenknöpfen muss der äussere überlappende Balachenrand stets nach unten zeigen (Wasserlauf)
- Damit die Zelttaschen, die übriggebliebenen Stöcke und Heringe nicht verloren gehen, können sie an die gespannte Zeltschnur gehängt werden
- Heringe immer im 90° Winkel zur Zeltschnur einschlagen
- Zeltschnüre von Zeit zu Zeit nachspannen. Als Spannvorrichtung ein Aststück durch die Schlinge stecken, die durch die Schlaufe am Ende der Zeltschnur gezogen wurde
- Vor dem Zeltbau Steine, Äste und Wurzeln entfernen (Liegekomfort)
- Zelte immer diagonal über die Mitte verspannen

Biwakzelt mit Militärblachen:

Firstzelt:

Das Firstzelt kann fast beliebig der Anzahl Personen angepasst werden. Firstzelte sind bei längerer Lagerdauer nur mit eingeknüpftem Boden geeignet.
Für 1-2 Personen: 2 Blachen, 2 Zeltschnüre, 6 Zeltstöcke, 6 Heringe



Sicherheit:

Vorausschauen und Gefahr erkennen:

Was kann passieren? Mit dieser Frage soll die Überlegung eintreffen, dass man sich Gedanken macht, was für Gefahren eigentlich vorhanden sein können. Dabei können die Gefahren Situationsabhängig sein. Beispiel: Ort, Teilnehmeralter, Teilnehmerzahl, Aufsichtspersonen, Wissen der Teilnehmer & Leitungspersonen, Uhrzeit, Klima, etc.

Keine defekten Seile verwenden:

Defekte Seile sollen nicht mehr unter Belastung gesetzt werden, da ein Risiko eines Zerreißen zu gross ist. Für Übungen (Seilkunde) können sie jedoch nach wie vor verwendet werden.

Seilwahl dem Verwendungszweck anpassen:

Nicht jeder Seiltyp ist für jede Verwendung geeignet (siehe Tabelle).

Die Aufgabe dem Wissen der Person anpassen:

Bei Überprüfungen mit dem Motto „Fordern aber nicht überfordern“ arbeiten. Dies kann von Person zu Person unterschiedlich sein.

Nötige Sicherheitsvorkehrungen treffen:

Vorkehrungen nach den Gefahren wählen. Diese müssen bekannt sein. Wichtig ist, dass alle Beteiligten die Gefahren und vor allem die Sicherheitsvorkehrungen kennen (z.B. Absperrung an einem Fluss oder Verbot zur Benützung der erstellten Seilbrücke ohne Leitungsperson).

Wetterlage beachten:

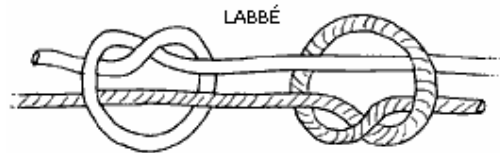
Dabei sind vorgängige Wetterbeobachtungen (aus Radio, Zeitung, Internet oder Telefon) zu tätigen. Die Ausrüstung aber natürlich auch der Entscheid über die Durchführung einer Aktivität ist extrem wetterabhängig.

Knotenkunde

Seilverbindungen:

Spiereustich (Fischer)

Verknüpfung von Seilen beliebigem Durchmesser
Einfache Handhabung
Lässt sich leicht lösen



Samariterknoten

Hauptsächlich für Verbände
Verknüpfung von Seilen gleich dickem Durchmesser
Nach der Belastung ist der Knoten schlecht lösbar



Achterknoten

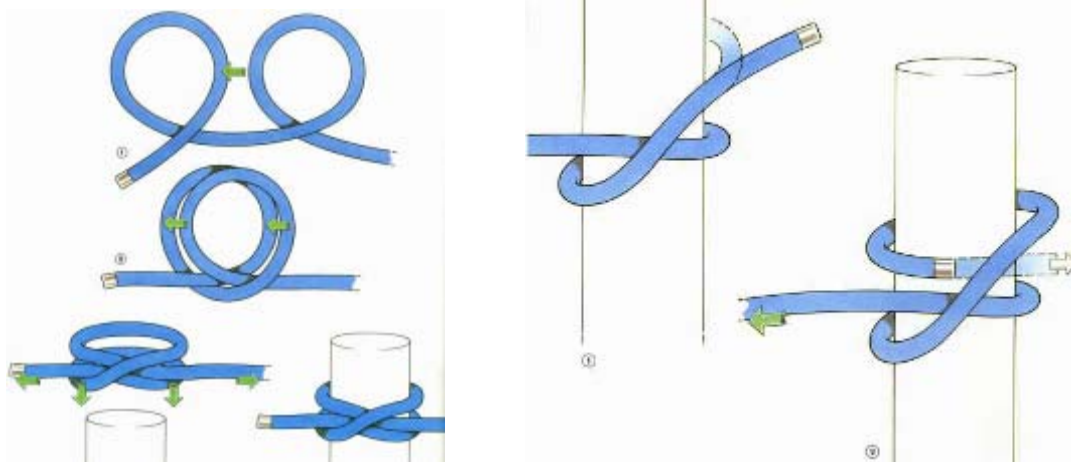
Sehr sicherer Knoten
Einfache Handhabung
Gut lösbarer Knoten
Verbindung von Seilen beliebigem Durchmesser



Seilbefestigungen:

Mastwurf (Achterschlinge)

Knoten wird gesteckt oder gelegt
Sehr seilschonender Knoten

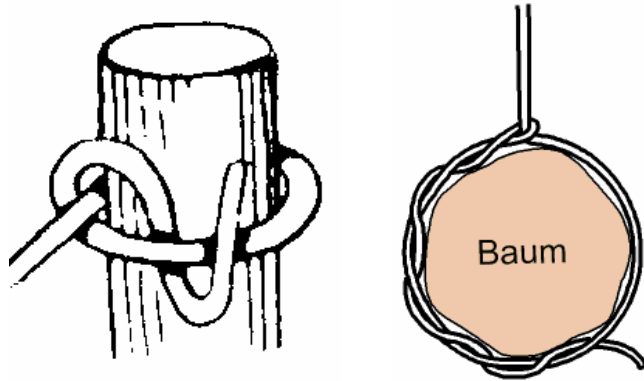


Mauererknoten

Sehr einfacher Knoten

Hält nur unter Belastung

Mindestens dreimal um Seilstück geschlungen werden



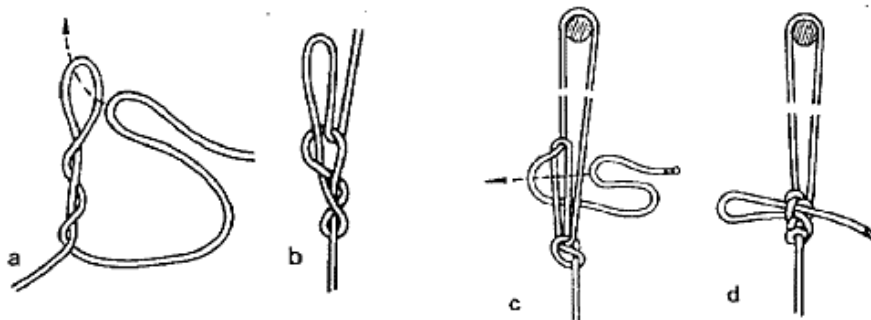
Weitere Knoten:

Spanner (Fuhrmannsknoten)

Festbinden von Ladungen

Spannen von Seilen

Wichtiger Knoten in der Pioniertechnik!



Quellenangaben

Das vorliegende Dokument wurde aus folgenden Quellen erstellt:

Bertschy F. – Kaderli M. – Ritter D., Kennen und Können, 3. Aufl., Rex Verlag, 2004,
SCHUB, Werkbuch für Leiterinnen und Leiter, Bundesleitung Blauring & Jungwacht

www.jublaluzern.ch

www.jubla.ch