

Mitarbeiter-Fortbildung mit Videoanalyse

„Ich möchte meinen Kindern das Schwimmen gut beibringen können.“ Das sollte das Selbstverständnis aller Ausbilder am Beckenrand sein. Doch wie kann das Schwimmen *gut* beigebracht werden? Und: Wie gut können die Ausbilder, die schließlich Vorbilder sein sollen, selbst schwimmen? Das waren Fragen, die am Anfang der jüngsten Mitarbeiter-Fortbildung der Abteilung Elberfeld im Bezirk Wuppertal standen.

Mit dem Ziel, die eigene Schwimmtechnik zu verbessern und gleichzeitig die Ausbildungskompetenz zu verbessern, schwammen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Fortbildung „Technik des Kraulschwimmens“ zunächst einzeln 50 Meter Kraul, dabei wurden sie gefilmt. Nach einer kleinen Pause trafen sich alle im Seminarraum wieder, wo sie zunächst einen Lehrfilm über die Schwimmtechnik Kraul sahen. Weitere Videosequenzen verdeutlichten – besonders aus der Unterwasserperspektive – die technischen Stärken und Schwächen der gezeigten Schwimmer.

Besonders neugierig waren die Ausbilderinnen und Ausbilder auf ihre eigenen Videos, da sich die meisten von ihnen bislang noch nicht selbst hatten schwimmen sehen können. In kleinen Arbeitsgruppen analysierten sie nun an jeweils einem Notebook die Videos, die zuvor aufgenommen worden waren. Anhand eines vorbereiteten Analysebogens ermittelten sie kriteriengeleitet wichtige Technikelemente, die bei ihnen bereits vorhanden waren, und überlegten gemeinsam, wie die jeweiligen Techniken noch verbessert werden könnten. Daraufhin wurden aufgrund dieser Analysen exemplarisch methodische Übungsreihen entwickelt, die schließlich im Plenum präsentiert wurden.

Obwohl sich manche fragten: „Bin ich das, der dort *versucht* zu schwimmen?“, und ab liebsten unter den Tisch gekrochen wären, waren alle Teilnehmer nach diesem manchmal etwas schockierenden Erlebnis sehr interessiert, ihre Stärken und Schwächen zu analysieren.

Nach einigen Wochen, in denen mit den aufgestellten Übungen und mit gegenseitiger Unterstützung trainiert werden soll, sollen erneut Videoaufnahmen gemacht werden, um die Fortschritte in den Schwimmtechniken feststellen zu können. Zukünftig soll die Videoanalyse auch in der regulären Ausbildung eingesetzt werden.

Falk Paysen, Bezirk Wuppertal