



## **Optimale Jugendarbeit im Schießsportverein:**

### **Zuerst einmal, was ist Schießsport überhaupt ?**

Als Sportschießen oder auch Schießsport wird der sportliche Umgang mit Schusswaffen oder Bogenwaffen bezeichnet. Sportliches Schießen bedeutet Schießen nach bestimmten Regeln, die Waffe wird dabei – entgegen ihrer ursprünglich militärisch oder jagdlichen Bedeutung – als Sportgerät verwendet, ähnlich wie der Speer beim Speerwerfen oder der Degen beim Fechten. Der Schießsport ist keine Bewegungssportart sondern gilt als Präzisionssport. Dabei gibt es eine große Palette von verschiedenen Schießsportarten, wie z.B. Gewehr, Pistole, Bogen und Armbrust, um nur die großen Hauptgruppierungen zu nennen. Einige dieser Disziplinen sind auch Olympisch.

### **Was ist das Ziel des Schießsports ?**

Ziel des Schießsportes ist es, die Mitte einer Schießscheibe, durch Einklang von Körper (statischem Aufbau und Körperbeherrschung) und Geist (innere Ruhe und Kontrolle von äußeren Einflüssen), zu treffen. Dies braucht Training, sowohl körperliches wie mentales. Oft werden diese Belastungen unterschätzt und Schießen in gewissen Kreisen nicht als Sport anerkannt.

### **Ab wann darf ich den Schießsport betreiben, und was muss ich dafür mitbringen ?**

In Deutschland darf der Schießsport mit Luftdruckwaffen ab dem vollendeten 12. Lebensjahr aktiv betrieben werden. Jedoch besteht für jüngere Interessierte die Möglichkeit eine entsprechende Sondergenehmigung bei den Kreisbehörden zu beantragen. Und auch das Lichtgewehr, welches keine Waffe ist, darf auch schon von den ganz Kleinen benutzt werden.

An Ausrüstung ist im Anfangsstadium nichts von Nöten, da die Vereine im Normalfall eine gewisse Grundausstattung vorhalten. Im weiteren Verlauf sprechen dann die Betreuer die Anschaffung einer eigenen Ausrüstung mit den Jugendlichen und Eltern ab.

### **Was sind den die allgemeinen Grundsätze und Ziele in der Grundausbildung von Kindern und Jugendlichen ?**

- o Vielseitigkeit und Stabilisierung der Sinne, spielerisches Training, Ganzkörpertraining
- o Motivationserhaltung, Spaß am Sport, soziale Integration in die Gruppe, dem Sport entsprechende Disziplin und Verantwortung entwickeln
- o Erreichen eines guten allgemeinen Trainingszustandes, Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, Schulung des Gleichgewichts, der Beweglichkeit, der Motorik
- o Berücksichtigung des individuellen Entwicklungstempos und –zustandes
- o Abwägen von Über- oder Unterforderung
- o Das Spezialtraining ist so zu akzentuieren, dass einzelne Technikelemente richtig erklärt, erlernt, geübt und angewendet werden können
- o Einfühlungsvermögen, Toleranz und Geduld

### **Was muss ich sonst noch wissen ?**

- o Regelmäßige und feste Trainingstermine sind wichtig und teilweise auch verbindlich. Eine entsprechende Zeitplanung ist später auch ziel- und leistungsabhängig und sollte mit den Betreuern immer entsprechend abgestimmt werden.
- o Übungsleiter machen sich Gedanken über Inhalt und Ablauf des Trainings. Geplantes Training ist effektives Training – Erfolg kommt durch Konsequenz. Der Übungsleiter „leitet“ das Training, er zeigt, erklärt, korrigiert und kontrolliert
- o Trainings sind abwechslungsreich, vielseitig und interessant gestaltet. Schon in der Grundausbildung wird der Nachwuchs an einen gewissen Rhythmus gewöhnt, wie gemeinsames Aufwärmen, Einschießen, Sorgfalt, Umsicht und Fairness.
- o Die Jugendlichen erlernen auch die Verantwortung für ihre Ausrüstung durch spezielle Materialschulungen und vieles mehr.
- o Je nach Leistungsstand und Bedürfnis werden die Nachwuchsathleten entsprechend auf Wettkämpfe vorbereitet. Dabei gilt auch, dass für jede Altersstufe und nach Leistungsstand auch die richtige Auswahl und Anzahl an Wettkämpfen durch die Betreuer getroffen wird.
- o Wettkampffahrten und die Wettkampfbetreuung wird durch den Betreuungsstab entsprechend organisiert und begleitet.
- o Ältere Jugendliche werden Stück für Stück zur Eigenständigkeit erzogen, was z.B. bedeutet dass bei kleineren Wettkämpfen keine direkte Betreuung mehr erfolgt, sie ihr Training selbst gestalten dürfen oder die eigene Saisonplanung übernehmen dürfen.
- o Es gilt aber dann auch noch: Fortgeschrittene brauchen weiterhin Unterstützung, daher stehen die Trainer immer zur Verfügung und es werden auch weiterhin entsprechende Trainings angeboten.
- o Der Umgang soll kameradschaftlich- vertrauensvoll sein, aber ohne „gewisse Regeln“ geht es nicht. Jugendliche wollen ihre Grenzen kennen lernen. Disziplin beim Schießsport und in der Allgemeinheit ist ein wichtiges Thema.

### **Welche Wettkämpfe gibt es und was wird dort geschossen ?**

Im Schießsport gibt es eine Unmenge von Wettkämpfen. So veranstalten die meisten Vereine neben den Trainings in regelmäßigen Abständen Vereinsschießen, wo u.U. auch kleine Preise gewonnen werden können und sich Alt und Jung gesellig trifft. Aber auch Freundschafts- und Vergleichsschießen werden oft abgehalten. Ein Weiteres ist das Meisterschaftsprogramm, beginnend ab der Vereins- bis hoch zur Deutschen Meisterschaft. Und im Zeitraum von Oktober bis März finden auf verschiedenen Ebenen von der Bundesliga bis zur Gauklasse Ligawettkämpfe als Mannschaftsbewerb statt. In der Regel werden bei Luftdruckwaffen je nach Disziplin, Alter und Geschlecht 20, 30, 40 oder 60 Wettkampfschüsse abgegeben.

### **Was bieten mir Schützenvereine noch ?**

Schützen gelten seit je her neben dem Leistungssport auch als sehr traditionsbewusst und gesellig, was auf deren langjährige Geschichte zurück zu führen ist. So bietet der Schützenverein für den Jungschützen genau so etwas wie für die Senioren. Neben dem Schießen stehen auch andere Freizeitbeschäftigungen, wie z.B. Turnsportübungen, Feriencamps oder einfach nur gemütliche Ausflüge auf dem Programm. Und auch der Traditions- und Gesellschaftspflege haben sich die meisten Vereine verpflichtet. Es ist also für jeden etwas dabei, ob er nun Leistungssport betreiben möchte oder aber als Hobbyschütze an den Stand geht, oder sich etwa nur dem geselligen oder traditionellen Teil verschrieben hat.