

Het turnfeest is het belangrijkste jaardoel voor Jong en Bij. Ze zijn opgesteld zodat ze bruikbaar zijn voor bestuur, trainers en gymnasten, en kunnen makkelijk aangepast worden aan recreatief niveau.

Overkoepelend jaardoel

Een kwalitatief, veilig en aantrekkelijk turnfeest organiseren waarin alle gymnasten/dansers zichtbaar groeien, plezier uitstralen en trots hun vaardigheden tonen aan publiek en ouders.

Sportieve jaardoelen (gericht op het turnfeest)

1. Technische ontwikkeling

- Tegen het turnfeest beheersen de gymnasten/dansers de afgesproken basiselementen die nodig zijn voor de groepsoefeningen.
- Elke gymnast/danser maakt gedurende het jaar zichtbare vooruitgang, aangepast aan leeftijd en niveau.
- Trainers werken met een opgebouwde leerlijn richting de oefeningen van het turnfeest.

2. Kwaliteit

- Alle groepen brengen op het turnfeest een vloeiende, goed gesynchroniseerde reeks.
- De reeksen sluiten aan bij muziek, thema en niveau van de groep.

3. Veiligheid en uitvoering

- Gymnasten voeren alle elementen op het turnfeest veilig en gecontroleerd uit.
- Alle nieuwe of moeilijkere elementen worden voldoende geoefend en begeleid voorafgaand aan het turnfeest.
- Trainers passen differentiaties toe zodat elke gymnast veilig kan deelnemen.

4. Fysieke voorbereiding

Gedurende het seizoen wordt structureel gewerkt aan:

- Kracht
- Lenigheid
- Coördinatie
- Lichaamscontrole

5. Plezier en motivatie

- Gymnasten ervaren het turnfeest als een positieve en motiverende doelstelling.
- Objectief: minstens 90% van de gymnasten neemt actief deel aan het turnfeest.
- Er heerst een positieve groepssfeer tijdens repetities en op de dag zelf.

6. Toon- en presentatievaardigheden

Gymnasten tonen op het turnfeest:

- Zelfvertrouwen
- Uitstraling
- Respect voor publiek en medegymnasten
- Aandacht voor houding, mimiek en afwerking wordt geïntegreerd in de trainingen.

7. Trainer- en clubwerking

Trainers stemmen hun trainingen onderling af om een samenhangend turnfeest te realiseren. Er zijn duidelijke afspraken met de werkgroep rond:

- Inhoud van de reeksen
- Repetities
- Verantwoordelijkheden
- Trainers krijgen ondersteuning en ruimte voor creativiteit.

8. Evaluatie na het turnfeest

Na het turnfeest volgt een sportieve evaluatie:

- Wat liep goed?
- Wat kan beter?
- De evaluatie vormt de basis voor de jaardoelen van het volgende seizoen.