

SPIELEND AKTIV

GOOD PRACTICE IDEEN AUS DER SCHWEIZ

Projekte & Programme:

1. Kompetenzraster & Kompetenzbox
2. Der UBS Kids Cup
3. Von der Schule in den Sportverein
4. Street Racket



SPIELEND AKTIV

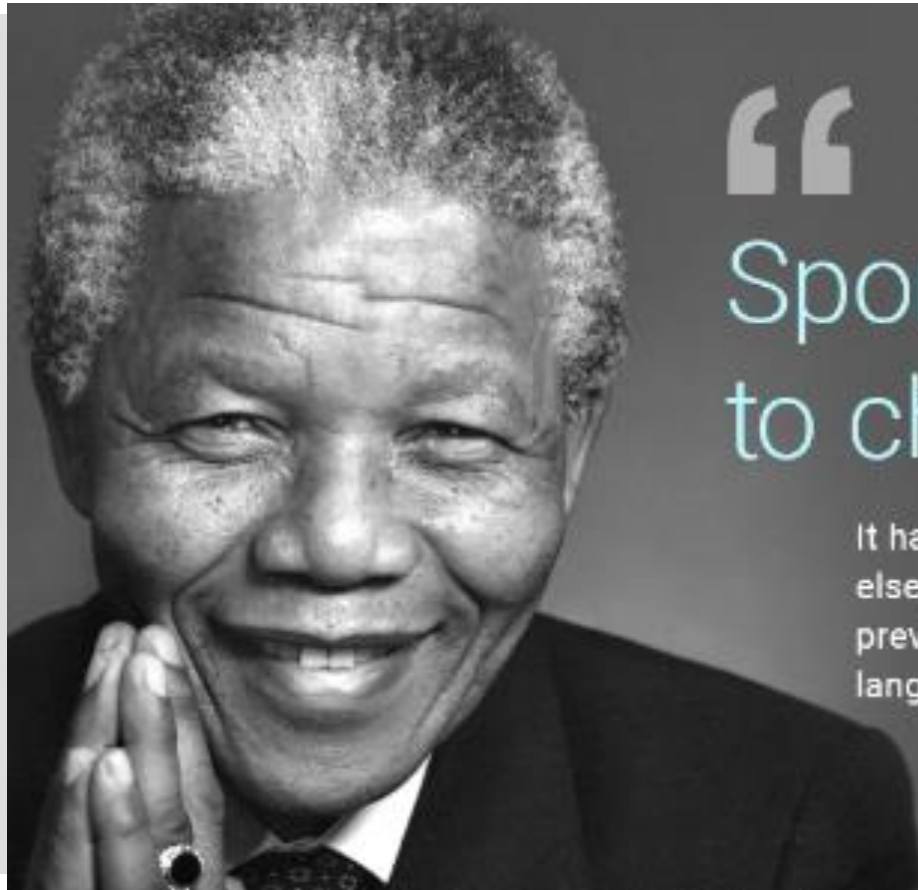
GOOD PRACTICE IDEEN AUS DER SCHWEIZ

Marcel Straub

- 4 Kids (2-9 Jahre)
- 1 Frau, 11 Haustiere
- Sportlehrer ETH Zürich
- 20 Jahre Swiss Squash Team
- 20 Jahre Lehrertätigkeit
- 10 Jahre Kompetenzzentrum
- Lehrbuch-Autor (4x)
- Gründer Street Racket



Inklusion
Selbstwert
Motivation
Bewegung
Intensität
Kompetenz
Action!
Polysport
Kreativität
Prävention
Integration
Motorik
Erfolg
Spaß
Inklusion
Fortschritte
Gemeinschaft
Vielseitigkeit
Mehr Zeit für Sport!



“

Sport has the power
to change the world.

It has the power to unite people in a way that little else does. Sport can awaken hope where there was previously only despair. Sport speaks to people in a language they can understand.

Nelson Mandela

Kompetenzzentrum Sportunterricht Sportamt der Stadt Zürich

Idealer Nährboden für die
Schulsportförderung!

Schul- UND Sportdepartement
(einzigartig!)

Direkter Einfluss des
Sportamts auf die Bildung und
auf ALLE Kinder

Kompetenzzentrum als Träger
all dieser Massnahmen



Kompetenzzentrum Sportunterricht Sportamt der Stadt Zürich

Kompetenzzentrum als Zentrale mit 7
Aussenstellen in den 7
Schulkreisen/Stadtkreisen

Supportsystem im Schulsport für alle
1500 Sport unterrichtenden
Lehrpersonen, 115 Schulen und
35'000 Kids der Volksschule (mit
KiGa)

Kompetenzbox zur Umsetzung des
Kompetenzrasters und des Lehrplans
im Fach Sport!



Kompetenzbox für den Sportunterricht

Überzeugung des KOS:

Nur im obligatorischen Schulsport erreichen wir alle! Und damit vor allem die weniger «affinen» und ihre Familien ...

Wir haben 11 Jahre Zeit, um Bewegung und Sport als fester Bestandteil des Lebens zu verankern!

Der Sportunterricht muss daher dem grossen Potenzial des Sports gerecht werden, auch psychosozial, motivational und emotional ...



Supportsystem: Kompetenzzentrum Sportunterricht (KOS)

- ➔ Ansprechstelle für Sport in den Schulen der Stadt Zürich
- ➔ Auftrag zur Qualitätsentwicklung und –sicherung im Sportunterricht
- ➔ Support aller Sport unterrichtenden LP durch praxisnahe, erprobte Inhalte sowie Coaching
- ➔ Erarbeitung von Minimalstandards auf allen Schulstufen gemäss Kompetenzraster
- ➔ Weiterbildungsangebote & freiwilliger Schulsport
- ➔ Fachstellen für Sport und Bewegung in den 7 Schulkreisen / Supportsystem

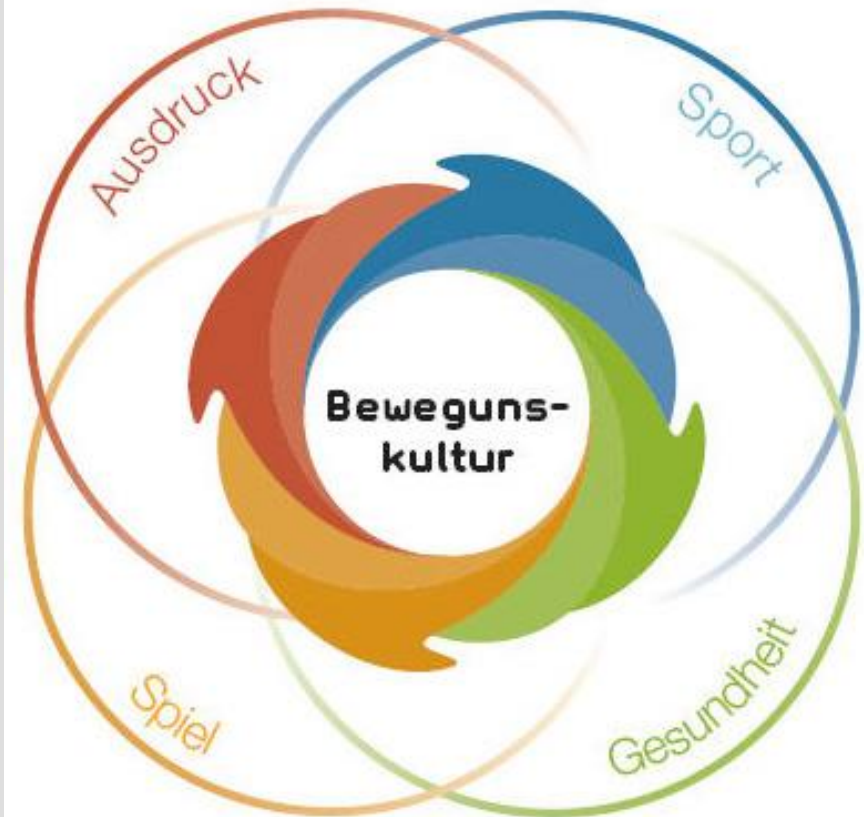


Supportsystem: Fachstellen für Sport und Bewegung (FSB)

- ➔ Aktive Zusammenarbeit mit den Sportverantwortlichen Lehrpersonen (SV) der Schuleinheiten
- ➔ Abgabe von Praxisbeispielen und Standortbestimmungen
- ➔ Abgabe und Weitergabe von Infos, Angeboten, Dokumenten und Unterrichtshilfen
- ➔ Beratungen der Schuleinheiten für Sporttage und Bewegungsprojekte sowie bezüglich Jahresraster Sport
- ➔ Persönliche Beratungen von Lehrpersonen in Sportfragen
- ➔ Mithilfe bei der Organisation von freiwilligen Schulsportkursen
- ➔ Zusammenarbeit mit der Schulleitung und der Kreisschulpflege

Die Bewegungskultur Philosophie: Ziele

- ➔ Aufbau einer individuellen und nachhaltigen Bewegungskultur bei allen Kindern und Jugendlichen.
- ➔ Diverse Supportmassnahmen unterstützen die Lehrpersonen und Schulen dabei.
- ➔ Die SuS via „Können“ (u.a. Minimalkompetenzen), „Wollen „ und „Wissen“ zu Partnern in der Umsetzung machen!

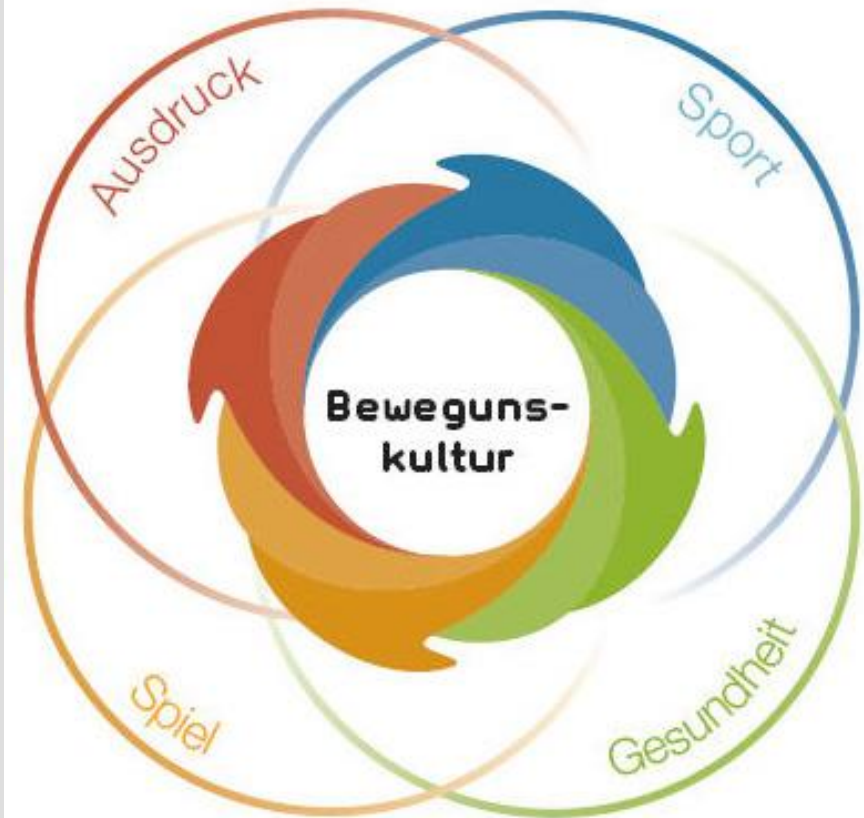


Die Bewegungskultur Philosophie: Vier Bereiche

➔ Die vier Bereiche Sport, Spiel, Gesundheit und Ausdruck greifen ineinander über.

➔ Abwechslungsreicher Sportunterricht ist in der Praxis eine Schnittmenge dieser vier Bereiche.

➔ Pro Quartal wird zyklisch jeweils ein Bereich thematisiert.



Spiel



Teamsportarten und kleine Spiele, unter anderem mit folgenden Kompetenzen:

- Kontrolliert prellen
- Ball am Fuss führen
- Taktische Fähigkeiten erwerben
- Treffsicherheit festigen
- u.v.m.

Ausdruck



Tanzen und Darstellen, unter anderem mit folgenden Kompetenzen:

- Den eigenen Körper spüren
- Vorgegebene Bewegungen zu Musik ausführen
- Menschliche Kunstwerke bauen
- u.v.m.

Sport



Leichtathletik und Geräte-turnen, unter anderem mit folgenden Kompetenzen:

- Sicher klettern
- Aktions- und Reaktions-schnelligkeit besitzen
- Sprünge über Geräte ausführen
- u.v.m.

Gesundheit



Kondition und Koordination, unter anderem mit folgenden Kompetenzen:

- Vielseitig Balancieren
- Die eigene Energiebilanz erleben
- Den Körper über längere Zeit belasten
- u.v.m.

Bewegungskultur...

...setzt sich aus den vier Bereichen Sport, Spiel, Gesundheit und Ausdruck zusammen, welche in gegenseitiger Wechselwirkung stehen. Abwechslungsreicher Schulsport setzt sich aufbauend und wiederkehrend mit diesen vier Bewegungskultur Bereichen auseinander.



Bewegungskultur...

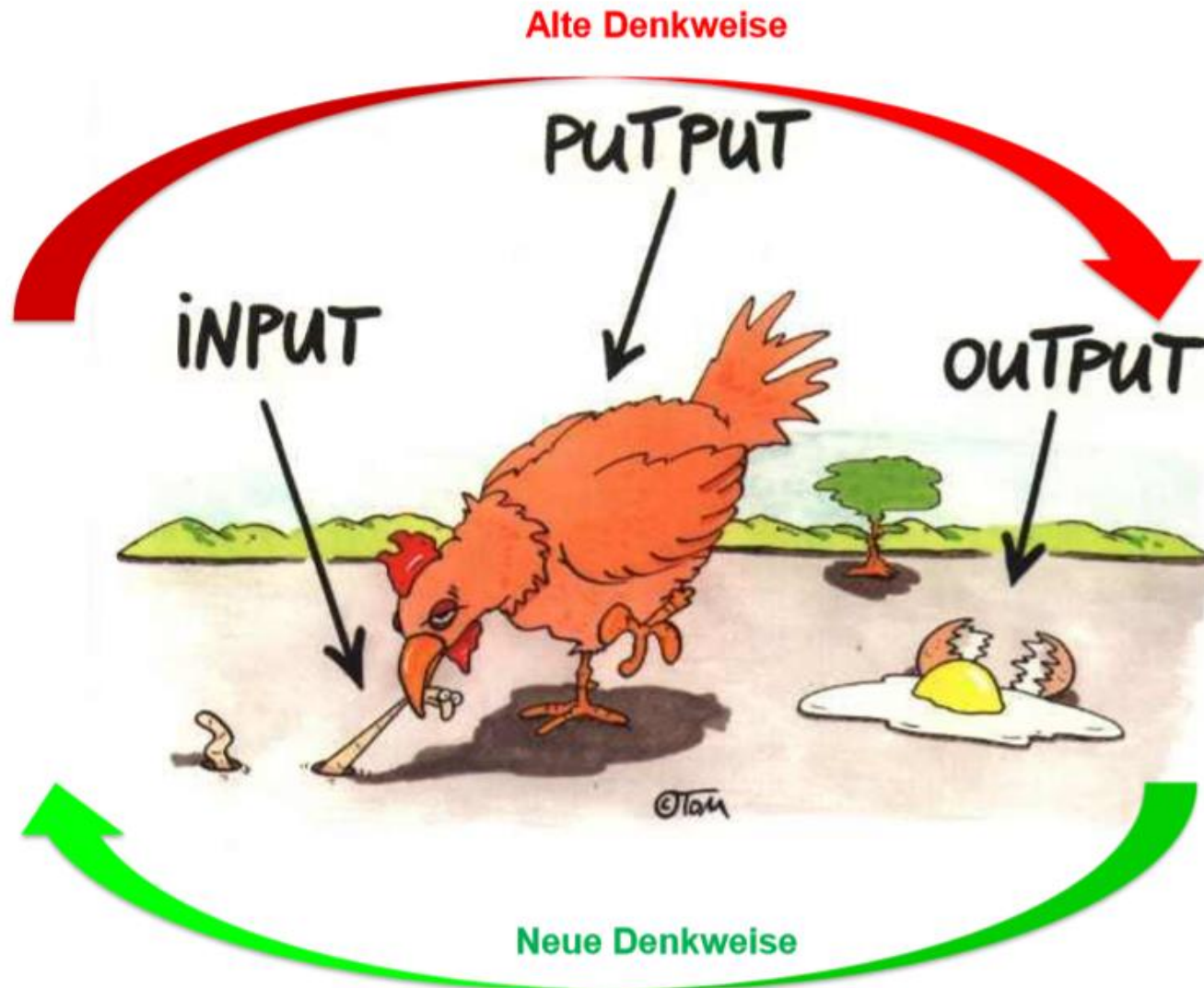
...vermittelt den Schülerinnen und Schülern auf allen Volksschulstufen diverse Supportangebote für einen modernen Schulsport, der sie positiv, individuell und nachhaltig prägt – für ein gesundes und aktives Leben weit über die Schulzeit hinaus.

Inhalte der Kompetenzbox: Übersicht

- ➔ 44 Leporellos aufgeteilt in die 4 Bewegungskultur Bereiche (jeweils 11 Schuljahre)
- ➔ 2 Best of & 2 Warm up Sammlungen sowie Ideen für Action Zone (Stufe KiGa / UST)
- ➔ Vielseitiges Zusatzmaterial
- ➔ Begleitbroschüre

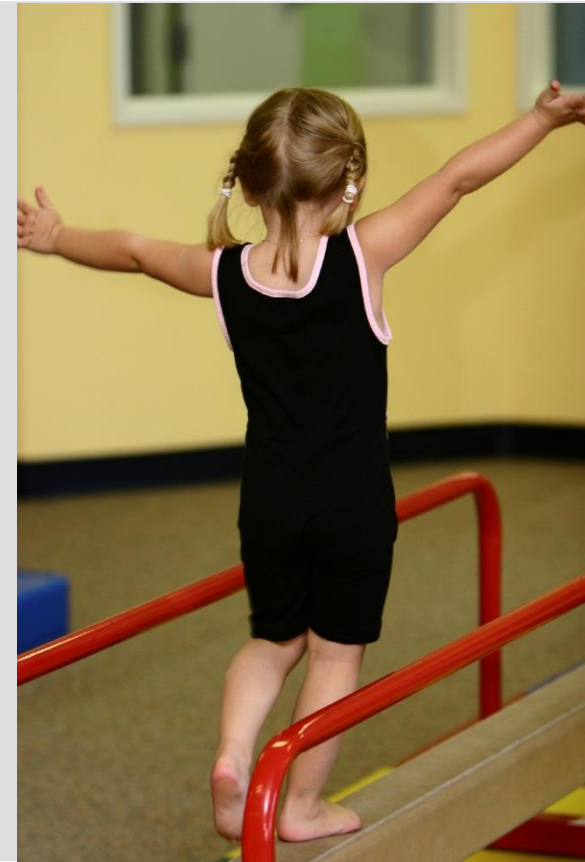


Kompetenzbox für den Sportunterricht



Minimalstandards – gemeinsam zum Ziel!

- ➔ Gemeinsame Zielsetzung und Handlungsfelder für alle SuS und alle LP im Sportunterricht
- ➔ Gemeinsam erreichen wir durch die Anwendung des Kompetenzrasters eine Qualitätssteigerung und - Sicherung im Sportunterricht
- ➔ Mit den 44 Minimalkompetenzen im Rucksack fällt den Jugendlichen die anschließende Wanderung durch ein bewegtes und aktives Leben leichter



Minimalstandards – warum?

- ➔ Schaffen von homogenen Voraussetzungen innerhalb der Klassen
- ➔ Aufbau einer flächendeckenden Basis von kompetenzorientierten Fertigkeiten und Fähigkeiten
- ➔ Vermeiden von Unter- oder Überforderung bei Stufen- oder Klassenwechseln



Minimalstandards – darum!

- ➔ Beitrag zur Chancengerechtigkeit im Bereich der motorischen Entwicklung
- ➔ Heranführen aller Kinder und Jugendlichen an eine **individuelle und lebenslange Bewegungskultur**



Exkurs: Zwei Kernaussagen, die immer im Fokus stehen!

- ➔ Sportliches Handeln: Individuelle, situativ-variable Verfügbarkeit!
- ➔ Ein Hauptziel von Spiel & Sport:
Durch die Teilhabe an der
Sportkultur die Teilhabe an der
Gesamtkultur ermöglichen!
(Kinder leben im Spiel und durch ihre
Bewegungen und Erfahrungen dabei ...)



Kompetenzraster

Level	Sportkultur	Spielkultur	Gesundheitskultur	Ausdruckskultur
Level 1 1. KG Standortbestimmung Praxisbeispiel 2. KG Standortbestimmung Praxisbeispiel	Klettern L1 Koordination & Co. L1 Rotation L1 Rollen L1	Ball tragen L1 Ball Basics L1 Treffen L1 Bälle rollen L1	Balance L1 Gleichgewicht L1 Orientierung L1 Wahrnehmung L1	Bewegung zu Musik L1 Pantomime L1 Körperteile L1 Körperwahrnehmung L1
Level 2 1. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel 2. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel 3. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel	Schwingen L2 Schwingen, Hangeln, Schaukeln L2 Kämpfen L2 Gladiatoren L2 Sprint L2 Laufspiele L2	Ball prellen L2 Balltechnik L2 Spielerische Grundlagen L2 Spiel Basics L2 Ball führen L2 Futsal L2a	Ausdauer L2 Herz-Kreislauf Total L2 Balance L2 Gleichgewicht L2 Sprung Koordination L2 Seilspringen L2	Bewegungsfolge L2 Tanzen im Kreis L2 Rhythmisches Springen L2 Gummitwist L2 Rhythmische Bewegungen L2 Volkstanz L2
Level 3 4. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel 5. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel 6. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel	Minitrampolin L3 Strecksprung L3 Würfe L3 Werfen total L3 Stützsprünge L3 Take Off L3	Ball passen L3 Balltechnik L3 Taktik L3 Ball Games L3 Rückschlagspiel L3 Los-Turnier L3	Ausdauer L3 Pulsierendes Training L3 Sprung Koordination L3 Seilspringen L3 Kraft L3 Circuit Mix L3a	Gruppentanz L3 Dance Basics L3 Jonglieren L3 Manege frei L3 Zeit-Raum-Kraft L3 Körpersprache L3
Level 4 7. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel 8. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel 9. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel	Leichtathletische Sprünge L4 Fosbury Flop L4 Handstand L4 Handstand Festival L4 Rotation L4 Drehen um die Querachse L4	Torschuss L4 Sprungwurf L4 Spielregeln L4 Fussball Games L4 Taktik L4 Spiel Basics L4	Kraft L4 Circuit Mix L4a Ausdauer L4 Big Mac Menu L4 Beweglichkeit L4 Circuit Mix L4b	Tanz mit Handgerät L4 Basketballtanz L4 Partnerfiguren L4 Partnerakrobatik L4 Tanz in Gruppen L4 Dance Basics L4

Produkte: Kompetenzbox, Kompetenzraster, Praxispool

Über das Departement Volksschule Jugend- und Erwachsenenbildung Musik - Tanz - Theater Sport Gesundheit & Prävention

< Zurück zu Schulsport

Startseite Schul- und Sportdepartement > Sport > Schulsport > Support für Schulpersonal > Praxispool

Support für Schulpersonal

Praxispool

Kompetenzraster

Kompetenzbox

Weiterbildungen

Angebote für Schulen

Departement nach Themen



Meist gesucht



Praxispool

www.sportamt.ch

Suche nach Stichworten

Bereich

(alle)



Level

(alle)



Thema/Sportart

(alle)



Praxisbeispiel/Standortbestimmung

(beide)



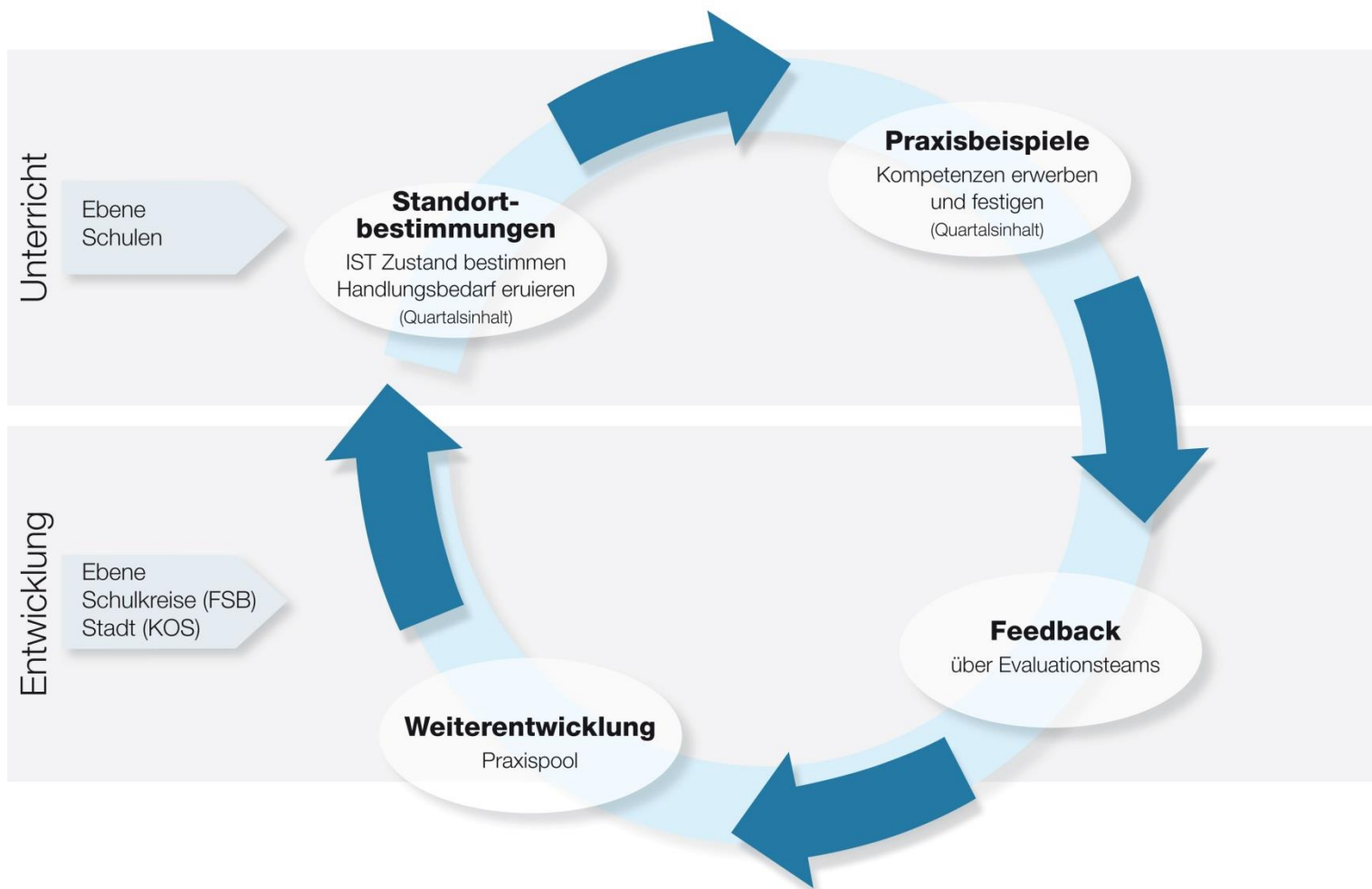
Tipp: Ein * vor oder nach dem Suchbegriff hilft nach Wörtern zu suchen, die im Text zusammenstehen. Beispielsweise liefert ein Suchbegriff wie **west*** auch Treffer wie **Weststrasse**.

Zurücksetzen

Suche




Umsetzung an Schulen: Bedürfnisorientierte Inhalte: Qualitätszyklus




Umsetzung an Schulen – K-Raster oder K-Box: Standortbestimmungen und Praxisbeispiele


Standortbestimmung



Stadt Zürich Sportamt



qims.ch
Qualität im Sport- und
Bewegungsbereich




Stufe	Level 2
Bewegungskulturbereich	Gesundheit
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Springen
Kompetenz	Koordinative Bewegungsaufgaben mit einem Handgerät ausführen können
Niveau	Ich kann eine vorgegebene Sprungabfolge rhythmisch absolvieren.

Sprung Koordination L2

Aufgabe und Durchführung	Die Schüler/der Schüler springt beidbeinig mit dem Springsell. Sie/er steht vor dem Springsell, holt aus und springt 10 Mal beidbeinig mit geschlossenen Füssen (Option: immer nach einem Zwischenhüpfen über das Seil).
Bewertung/ Anforderung	Die untenstehenden Beobachtungspunkte müssen zutreffen, damit der Test erfüllt ist. Die Testperson hat 2 Versuche.
Anweisung für die Schüler/innen	«Überspringe, wenn du willst immer nach einem Zwischenhüpfen, beidbeinig das Seil. Versuche mit aufrechtem Oberkörper zu springen und deine Beine nach dem Absprung möglichst gestreckt zu halten, damit du nicht so hoch springen musst. Springe einen gleichmässigen Rhythmus. Kennst du 10x springen? Du hast 2 Versuche zur Verfügung.»
Beobachtungspunkte	<p>Du...</p> <ul style="list-style-type: none"> • springst 10x über das Seil ohne einzuhängen • hast eine aufrechte Körperhaltung • springst rhythmisch
Material	Springsell
Quelle	Müller, U. & Baumberger, J. (2002). <i>Bewegungskünstlerin und Bewegungskünstler</i> . Horgen: bsp-Verlag.ch, S. 14.
Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte	<p>Zeit ca. 30 Sek. pro Schüler/in</p> <p>Organisation Die anderen Schüler/innen sind mit einer Zusatzaufgabe beschäftigt.</p> <p>Testpersonen Pro Anlage 1 Testperson</p>
Umbenennung Sportamt	Originalname dieser Testform: Springsell

Modifiziert durch Sportamt Zürich (www.sportamt.ch)
Informationen zu den Grundlagen www.qims.ch
Originalversion dieser Testform: L_D2_2_SU_A_T1




Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Bundesamt für Sport BASPO


90%
Regel



Praxisbeispiel



Stadt Zürich Sportamt



Seilspringen L2

Ziele:

- Fertigkeiten im Seilspringen festigen
- Koordinative Fähigkeiten schulen
- Ausdauer verbessern

Umfang: 2 Lektionen
Level / Stufe: L2 / Unterteile
Voraussetzungen: Hüpfen, Fair Spielen
Stichworte: Sprunglaufen mit Seil, Seilspringen an Ort, rhythmisch Springen

Koordination mit Handgerät

Einlaufen/Einstimmung:


Lektion 1 - Bündeli-Duell
Es werden 2er-Gruppen gebildet. Alle SuS befestigen rechts und links einen farbigen Bündel am Hosenbund, sodass er noch zu drei Vierteln herausragt. Die SuS versuchen, sich auf allen Vieren bewegend, dem Gegenüber die beiden Bündel wegzuschneiden. Sind alle Duelle entschieden, finden neue Paarungen statt.

Lektion 2 - Schwänzli-Fangis
Das Spielfeld ist eine Hallenhälfte. Die LP bestimmt drei Fänger. Die andern SuS vierteln das Springsell und befestigen es hinten am Hosenbund. Sobald ein Fänger ein Schwänzli (=Seil) fangen konnte, befestigt er das Seil wie die anderen SuS und kann gejagt werden. Gefangene werden zu Fängern.

Hauptteil:
Bei der korrekten Sprungtechnik ist auf folgende Punkte zu achten: Minimale Sprunghöhe, Oberarme am Körper, Ellbogen anwinkeln, Bewegung aus den Handgelenken

Lektion 1 - Seilsprung-Formen

1. Sprunglaufen ohne Seil:
Die LP zeigt die Grundform vor, die SuS ahmen es nach.
2. Sprunglaufen mit Seil:
 - a) Rhythmisches Sprunglaufen mit gleichzeitigem Durchschwingen des Seils bei jedem Sprung
 - b) Rösslisprünge mit möglichst hohen Sprüngen über das Seil. Falls nötig die Übungen zuerst ohne Seil einführen.
 - c) Die SuS nehmen das Seil doppelt (wie ein Lasso) und lassen es einmal über den Kopf, einmal über dem Boden und wieder über dem Kopf kreisen. Sie springen über das Seil, wenn es dem Boden entlang geführt wird, und bewegen sich dabei frei durch die Halle.
3. Seilspringen direkt an Ort:
Dabei den Sprungrhythmus verändern (schnell, langsam).



¹ Vgl. qims.ch Testformen L3 : Sprung Koordination L3
PRAXISBEISPIEL_GESUNDHEITSKULTUR
www.sportamt.ch

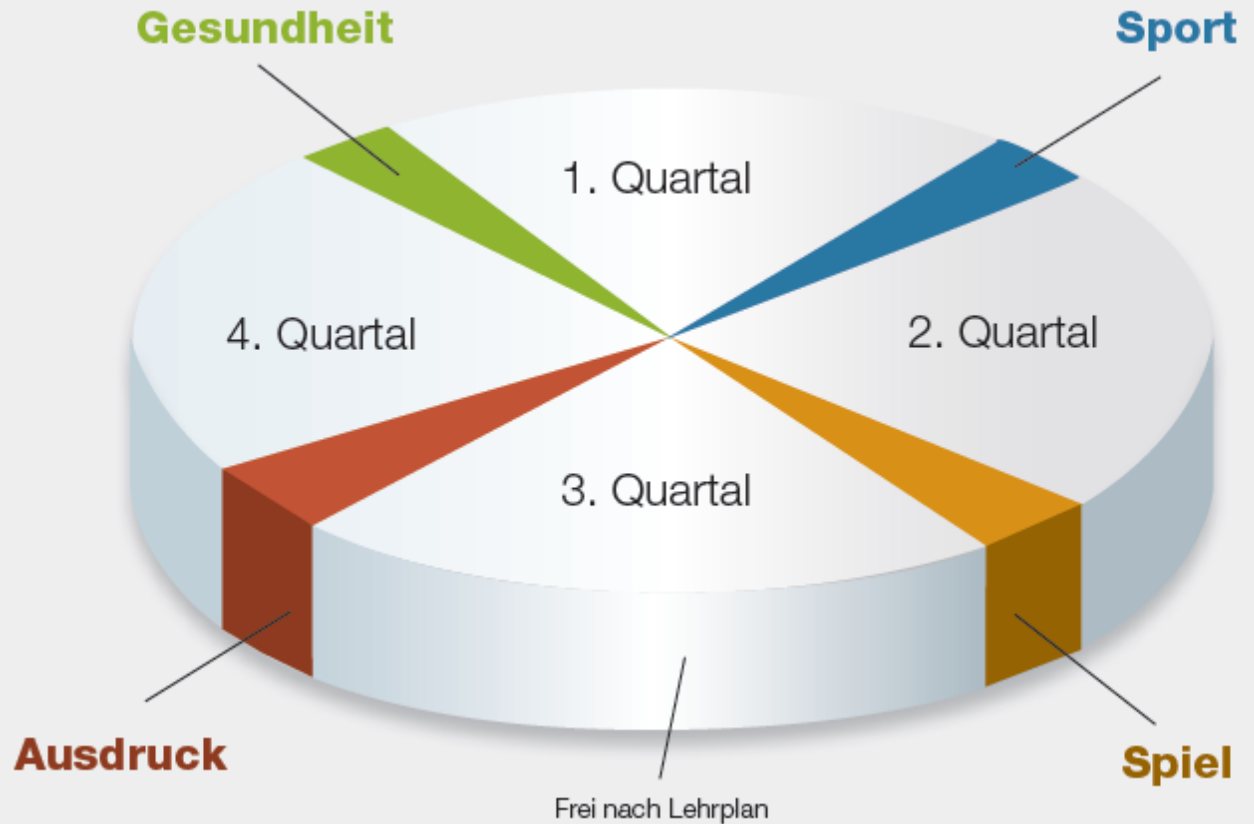
1

Umsetzung an Schulen: Pflicht- vs. Kürinhalte

Pflichtinhalte pro Quartal:

- eine Standortbestimmung
- ein Praxisbeispiel (bei Bedarf)

Aus den Bewegungskultur-Bereichen Sport, Spiel, Ausdruck und Gesundheit gemäss Jahresraster Sport und Bewegung der Schule.



Inhalte der Kompetenzbox: Standortbestimmung

L1 | 1. KG

Standortbestimmung: Ball tragen

Kompetenz Einen Ball halten und tragen können



Aufgabe Die Schülerin (Kuckuck) startet bei der Lehrperson und läuft nacheinander zu 3 verschiedenen Schülerinnen, von denen sie Bälle (Eier) übernimmt. Diese trägt sie zur Lehrperson (Nest) zurück, der sie die Bälle übergibt. Die 3 Bälle werden einzeln und rennend über 9 Meter transportiert.

- Beobachungskriterien**
- Die Schülerin übernimmt den Ball, ohne dass er hinterherfällt.
 - Während des Transports rennt die Schülerin, ohne dass der Ball hinterherfällt.
 - Die Schülerin übergibt den Ball der Lehrperson, ohne dass er hinterherfällt.

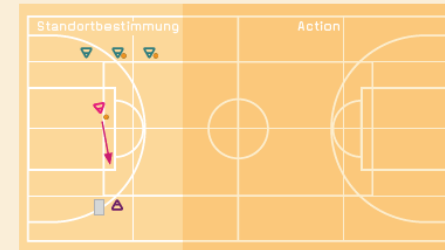
Bewertung Die Standortbestimmung gilt als bestanden, wenn alle drei Beobachungskriterien erfüllt sind.

Durchführung Ca. 7 Minuten für 4 Schülerinnen
Eine 4er-Gruppe absolviert mit der Lehrperson die Standortbestimmung. Jeweils eine Schülerin wird beobachtet, die anderen 3 übergaben den Ball. Die Rollen werden getauscht, bis jede Schülerin einmal beobachtet wurde.
Diese Aufgabe kann ein einzelnes Element in einem Parcours sein oder eine Station neben vielen anderen, bei denen selbstständiges Arbeiten möglich ist. In kleinen Gruppen können sich die Schülerinnen besser konzentrieren und müssen weniger lange warten. Weitere Beschäftigungsmöglichkeiten finden sich auf der Karte «Ideensammlung Action-Zone Level 1 + 2».

Kompetenzbox für den Sportunterricht, Sportamt Zürich, www.sportamt.ch/kompetenzbox

Aufbau und Material 3 Schülerinnen stellen sich mit je einem Ball in einer Reihe 9 Meter (Breite Volleyballfeld) von der Lehrperson entfernt auf.

- 3 Bälle
- Balkkiste



Inhalte der Kompetenzbox: Kompetenzfördernde Übungen

L1 | 1. KG

Übungen: Ball-Basics

Spielmaterial vielseitig anwenden

Tragzauber

In der Aussenzone (z.B. ausserhalb des Volleyballfeldes) ist verschiedenes Spielmaterial verteilt: Volleybälle, Tennisbälle, Basketbälle, Holzkeulen etc. (aus Sicherheitsgründen Bälle in Kisten oder Reifen deponieren).

Die Schülerinnen führen in der materialfreien Mittelzone der Halle folgende Aufgaben aus:

- 1, 2, 3... Tennisbälle tragen
- mit 2 Holzkeulen einen Ball tragen
- gleichzeitig verschiedene Bälle tragen
- einen Volleyball mit 6, 4 und 2 Fingern tragen
- etc.

Die Lehrperson zeigt am Anfang einige Tragformen vor. Die Schülerinnen wählen die Aufgaben nach Lust und Laune aus. Nach Gebrauch des Materials legen sie es wieder zurück in die Ballkisten. Bei Bedarf zeigt die Lehrperson neue Formen vor oder die Schülerinnen finden eigene heraus.

Material:

- Volleybälle
- Tennisbälle
- Basketbälle
- Softbälle
- Keulen
- etc.



L1 | 1. KG

Übungen: Ball-Basics

Heisser Ball

3 bis 5 Schülerinnen erhalten einen Softball (heisser Ball) und sind Fängerinnen. Durch Abtupfen fangen sie andere Schülerinnen (Gegnerin mit dem Ball berühren, werfen ist nicht erlaubt). Wer gefangen wird, muss den Ball übernehmen und seinerseits versuchen, so schnell wie möglich eine Schülerin abzutupfen. Wenn die Lehrperson pfeift, ist der Ball zu heiss und die tragenden Schülerinnen (momentane Fängerinnen) verbrennen sich die Hände daran. Sie müssen sie in einem Teich (einige blaue Reifen auslegen) während ein paar Sekunden kühlen. Anschließend bestimmt die Lehrperson die neuen Fängerinnen und das Spiel geht weiter.

Material:

- 3-5 Softbälle
- 3-5 blaue Reifen



Sandwich



Die Schülerinnen arbeiten in 2er-Gruppen. Gemeinsam klemmen sie einen Ball zwischen ihre Körper, ohne ihn mit den Händen zu berühren. Welche Fortbewegungsarten (Richtungswechsel, einbeinig, auf allen vieren) gelingen? Welche Paare kommen am schnellsten vorwärts?

Die Lehrperson zeigt Möglichkeiten vor, die von den Schülerinnen ausprobiert werden. In einer späteren Phase können die Schülerinnen auch eigene Varianten herausfinden und den anderen Gruppen vorzeigen.

Material:

- Volleybälle
- Softbälle
- Tennisbälle
- Gymnastikbälle

Kompetenzbox & Lehrplan 21

➔ Alle Inhalte aus der Kompetenzbox sind Bestandteil des LP 21

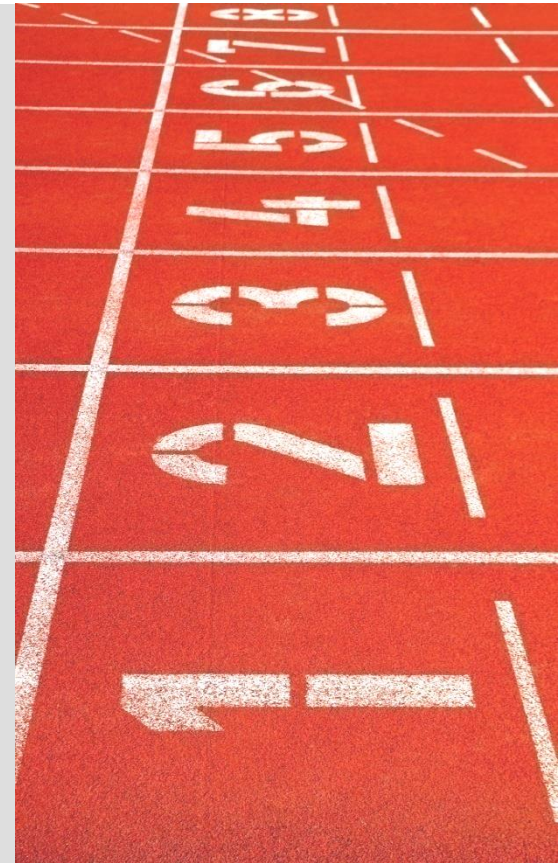
➔ LP 21 mit zusätzlichen Bewegungsfeldern (Box beinhaltet total 44 Kompetenzen)

➔ Box als Tool für Umsetzung LP 21 im Fach Sport geeignet

Abgleich Kompetenzinhalte: Kompetenzbox der Stadt Zürich und Lehrplan 21 Bewegung und Sport		
Stufe/Klasse/Level	Kompetenzbox	Lehrplan 21
1. KG	Klettern L1 Sicher und vielseitig klettern können.	Stützen und Klettern Die Schülerinnen und Schüler ... <ul style="list-style-type: none"> 1 a5 » können sich stützend und hangelnd an Geräten bewegen. b5 » können Hindernisse stützend und kletternd bewältigen (z.B. Barren, Sprossenwand, Kasten).
1. KG	Ball tragen L1 Einen Ball halten und tragen können.	Bewegungskunststücke Die Schülerinnen und Schüler ... <ul style="list-style-type: none"> 1 a2 » können einen Gegenstand entsprechend seinen Eigenschaften bewegen (z.B. Ballon in der Luft halten, Ball rollen, Reif drehen). b2 » können einen Gegenstand mit der rechten und der linken Hand aufwerfen und fangen (z.B. Sandsackli, Jonglierball). c2 » können Bewegungsformen mit verschiedenen Materialien ausführen (z.B. Seil, Reif, Zeitung).
1. KG	Balance L1 Das Gleichgewicht halten können.	Balancieren Die Schülerinnen und Schüler ... <ul style="list-style-type: none"> 1 a1 » können auf einer schmalen Unterlage balancieren (z.B. über Langbank gehen). b1 » können auf einer schmalen Unterlage auf verschiedene Arten balancieren (z.B. rückwärts, seitwärts, mit Drehung). c1 » können auf labilen Geräten balancieren (z.B. Stelzen, Wippe, Balancebrett, Pedalo).
1. KG	Bewegung zu Musik L1 Sich der Musik angepasst bewegen können.	Darstellen Die Schülerinnen und Schüler ... <ul style="list-style-type: none"> 1 a1 » können sich zu Rhythmen, Musik, Liedern, Versen bewegen und deren Inhalte improvisierend darstellen (z.B. Sing- und Bewegungsspiele). b1 » können Bewegungen imitieren und sich in verschiedenen Rollen erleben (z.B. Pantomime von Alltagssituationen, Tätigkeiten, Natur). c1 » können Gefühle darstellen und dazu eigene Bewegungen finden.

Kompetenzförderung – WIE?

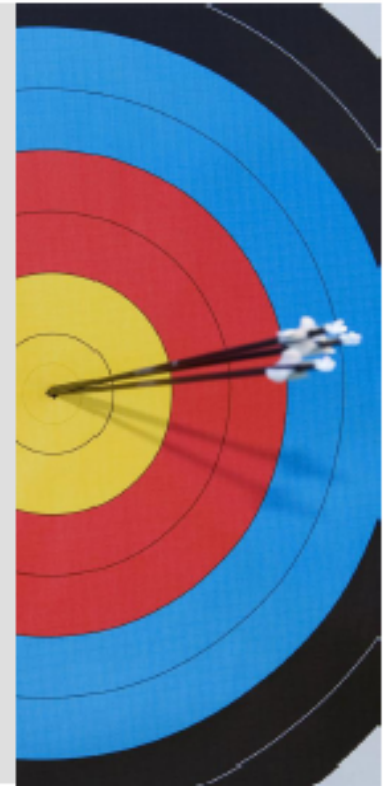
- ➔ Auswahl der Kompetenz gemäss Kompetenzraster und Jahresplanung der Schule (Jahresraster)
- ➔ Überprüfung der ausgewählten Kompetenz mittels Standortbestimmung (basierend auf qims.ch)
- ➔ Erwerben und Festigen der Kompetenz mittels dazugehörigem Praxisbeispiel



10 Gründe für Minimalkompetenzen

- gemeinsame Haltungen und Ziele sind für eine erfolgreiche Umsetzung wichtig

- Orientierung an klar formulierten Zielen im Sportunterricht für alle Beteiligten
- Beitrag zur Chancengerechtigkeit im Bereich der motorischen Entwicklung
- Aufbau einer flächendeckenden Basis von kompetenzorientierten Fertigkeiten und Fähigkeiten
- Schaffen von minimalen, homogenen Voraussetzungen innerhalb der Klassen
- Möglichkeit der individuellen Förderung aller Schülerinnen und Schüler durch das Evaluieren eines Handlungsbedarfs
- Vermeiden von Unter- oder Überforderung bei Stufen- oder Klassenwechseln
- Sicherstellung der Überprüfbarkeit des aktuellen Kompetenzstandes bei allen Schülerinnen und Schülern
- Gemeinsame Zielsetzungen und Handlungsfelder für alle Schülerinnen und Schüler, sowie Lehrpersonen im Sportunterricht
- Aufbau und Pflege einer gemeinsamen Sportsprache
- Heranführen aller Kinder und Jugendlichen an eine individuelle und lebenslange Bewegungskultur



Bezugsquelle

Bestellung beim Lehrmittelverlag des
Kantons Zürich:
<https://fo-lmvz-shop.opacc.net>

Preis: Fr. 55.-



UBS KIDS CUP: LA Sporttag in der Schule leicht gemacht!



UBS KIDS CUP IN DER SCHULE

Als Schulsporttag oder im Rahmen des Sportunterrichts

BEWÄHRT UND ERPROBT!

Über 700 Schulen mit 110'000 Schülerinnen und Schülern

UBS KIDS CUP: LA Sporttag in der Schule leicht gemacht!

Support bei:	Weg ins Finale / Übermittlung
Organisation	Finanzen: 2.- pro TLN!
Werbung / Flyer	Zusätzliche Bewegungsangebote: ACTIVITY SPACES
Auswertung	
Material	
Preise / Geschenke	



UBS KIDS CUP: LA Sporttag leicht gemacht!

Activity Spaces als wichtiges Extra und aus gutem Grund

ACTIVITY SPACES

Warm Up
Team-Building
Gruppen-Wertung (Option)
Motorik-Training
Verletzungs-Prävention
Aktivzeit erhöhen
Kein Rumsitzen / Langeweile
Stimmung / Gesamterlebnis
«Anti-Mobbing» Funktion
Neue Bewegungserfahrungen

LEICHTATHLETIK-SPORTTAG
IN SCHULEN

DETAILDOKUMENTATION UBS Kids Cup mit Activity Space



UBS KIDS CUP: LA Sporttag leicht gemacht! & Street Racket als offizieller Bestandteil

5 Aktivitätsmodule

Activity Space

Der Activity Space (AS) beinhaltet verschiedene Bewegungsformen mit dem Schwungseil, den Jonglierbällen, Partnerakrobatik-Übungen usw. Es ist von grossem Vorteil, wenn jeder AS immer oder zumindest teilweise betreut wird. Um die SuS möglichst gut zu unterstützen, können auch Bilderreihen, Übungen um Teilziele zu erreichen und hilfreiche Tipps angebracht werden. Dafür eignen sich Lamine (siehe Anhang), die immer wieder verwendet werden können und wetterbeständig sind.

Die Leichtathletik Disziplinen erfordern von allen SuS nur kurze Einsätze, daneben sind sie z.T. langen Wartezeiten ausgesetzt. Die Activity Spaces sollen diese Wartezeiten verkürzen und mit Bewegung sinnvoll ausfüllen.



Abbildung 15: Viel Betrieb auf dem Activity Space



Abbildung 12/13: Gruppen üben beim Activity Space Partnerakrobatik



Abbildung 9/10: Gruppen üben bei der Activity Space mit dem Schwungseil

Von der Schule in den Sportverein

Kooperation Schulen & Vereine (Steuerung via Sportamt & ZSS)

Grund 1- Sicht Eltern:
Viele Vereinsangebote erst ab 8-10 Jahren!

Oftmals heisst es «rufen sie in 2 Jahren wieder an!?» ...

Es braucht ein Gefäss! Und dieses gibt es ja schon ...

Sportvereine in Ihrer Nähe



FÜR KINDER
AB 5 JAHREN

Bewegung ist wichtig. Je früher sich Kinder und Jugendliche für den Sport begeistern, desto nachhaltiger können sie Sport und Bewegung in ihr Leben integrieren. Der Einstieg ist jederzeit möglich und das Sportangebot in der Stadt Zürich ist riesig.

«Von der Schule in den Sportverein»

Damit Kinder den Sport auch nachhaltig betreiben können, dafür setzen sich das Sportamt der Stadt Zürich und der Zürcher Stadtverband für Sport (ZSS) ein. Gemeinsam haben sie das Projekt «Von der Schule in den Sportverein» lanciert. Ziel ist es, Kindern den Weg vom Schulsport in den Sportverein zu erleichtern. Die Vernetzung von Schule und Verein bringt für alle Beteiligten – insbesondere natürlich für die Kids – Vorteile.

Von der Schule in den Sportverein

Grund 2 - Sicht Verein:

Den Übergang zum Verein erleichtern aus bekanntem Umfeld heraus. Nach dem Kurs gibt es ein Schnupperangebot / Spezialtarif zum Einstieg

Trainer und Inhalte sind aus dem Schulsport bekannt – Lust und Motivation sind da, Mitgliederakquise!

Sportvereine in Ihrer Nähe



FÜR KINDER
AB 5 JAHREN

Bewegung ist wichtig. Je früher sich Kinder und Jugendliche für den Sport begeistern, desto nachhaltiger können sie Sport und Bewegung in ihr Leben integrieren. Der Einstieg ist jederzeit möglich und das Sportangebot in der Stadt Zürich ist riesig.

«Von der Schule in den Sportverein»

Damit Kinder den Sport auch nachhaltig betreiben können, dafür setzen sich das Sportamt der Stadt Zürich und der Zürcher Stadtverband für Sport (ZSS) ein. Gemeinsam haben sie das Projekt «Von der Schule in den Sportverein» lanciert. Ziel ist es, Kindern den Weg vom Schulsport in den Sportverein zu erleichtern. Die Vernetzung von Schule und Verein bringt für alle Beteiligten – insbesondere natürlich für die Kids – Vorteile.

Von der Schule in den Sportverein

Grund 3 - Sicht Schule:

Auch die jungen Kids sollen ein Freizeit-Sportgefäss erhalten!
Diese gibt es ja oftmals schon seitens Schulen .. also öffnen!
Und damit TLN Zahlen sichern.

Aber: Aufwändiger Abgleich & Konsens aller Kursleiter und Vereine – Kommunikation sicherstellen!

Hier finden Sie eine Auswahl von ZSS-Vereinen, welche Trainings für Kinder ab 5 Jahren anbieten.

			Stützorte
Aikido			
Dojo Zürich 6	Hardturmstrasse 68	www.dojozuerich.ch	
Alfons Lötscher	alfone@dojozuerich6.ch	079 530 48 12	5
Dojo Zürich 6	Culmannstrasse	www.dojozuerich.ch	
Alfons Lötscher	alfone@dojozuerich6.ch	079 530 48 12	6
Aiki-Kai Zürich	Bärenstrasse Nord 182	www.aikikai-zuerich.ch	
Bruno Willenwider	brwonwider@sunrise.ch	076 404 11 68	9
Aiki-Dojo Zürich	Limmattalstrasse 206	www.aiki-dojo.ch	
Roland Spitzberth	ronse@aiki-dojo.ch	079 350 15 66	10
American Pool Billard			
Billard Club Abstetten-Abrietoden	Billardsporthalle Restaurant Ey	www.bca-a.ch	
André Keiser	andri.keiser@bca.ch	079 472 92 65	9
Armburstschützen			
Armburstschützen Hängg	Hänggberg, Schiessanlage	www.aeshoegg.ch	
Peter De Zordi	peter.dezordi@eshoegg.ch	044 840 55 38	10
Basketball			
BC Korac Zürich	Turnhalle Apfelbaum	www.bkorac.ch	
Seas Colic	seas1@gmx.ch	079 935 28 56	11
BC Korac Zürich	Schulhaus Leutenbach	www.bkorac.ch	
Seas Colic	seas1@gmx.ch	079 935 28 56	11
CBSZ Men's Basketball Academy ZH	Sporthalle im Bleich	www.cbsz.ch	
Patricia De Luca Gull	gull@bluewin.ch	044 382 40 71	11
Boxen			
Boxclub Sporting Zürich	Ankerstrasse 114	www.boxclub.ch	
Beda Mathis	info@boxclub.ch	079 605 21 65	4
Einhandkugel			
GCK/ZSC Lions Nachwuchs AG	Kunsteisbahn Oerlikon	www.lions-nachwuchs.ch	
Sergio Soguel	info@lions-nachwuchs.ch	044 317 20 72	11
GCK/ZSC Lions Nachwuchs AG	Dolder Kunsteisbahn	www.lions-nachwuchs.ch	
Sergio Soguel	info@lions-nachwuchs.ch	044 317 20 72	7
GCK/ZSC Lions Nachwuchs AG	Kunsteisbahn Küsnacht	www.lions-nachwuchs.ch	
Sergio Soguel	info@lions-nachwuchs.ch	044 317 20 72	8