

# Gemeinsam bewegen

## Gesucht: Lehrpersonen für leuchtende Augen, rote Wangen und helle Begeisterung

Kinder müssen sich genügend bewegen und das täglich. Ihr natürlicher Bewegungsdrang ist gross und diesen sollen sie ausleben können. Aufgrund der aktuellen Entwicklungen sowie neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse (Zunahme von Bewegungsmangel und Übergewicht) will der Bund seine Aktivitäten bei den 5- bis 10-Jährigen intensivieren. Zusätzlich zum obligatorischen Sportunterricht und dem Projekt schule.bewegt engagiert sich der Bund neu mit J+S-Kids für die regelmässige und vielseitige Sport- und Bewegungsförderung der 5- bis 10-Jährigen.



## Möglichst täglich eine Stunde Bewegung!

Kinder sind im idealen Alter, um ihre koordinativen und konditionellen Fähigkeiten zu entwickeln. Regelmässige, kindergerechte Bewegung und sportliche Aktivität wirken positiv auf die gesundheitliche Entwicklung, auf die kognitiven Fähigkeiten, die schulische Leistung, die Sozialisierung und die mentale Verfassung.

*Das langfristig angelegte Programm J+S-Kids sieht vor, dass jede Schule – zusätzlich zum obligatorischen Sportunterricht – pro Woche eine bis zwei polysportive Lektionen anbietet. Dadurch werden insbesondere auch Schülerinnen und Schüler aktiv gefördert, die sich zu wenig bewegen. Ergänzend bieten Vereine spezielle polysportive Programme für 5- bis 10-Jährige an, die innerhalb der Strukturen von J+S geführt werden.*

# Gemeinsame Ziele erreichen



- J+S-Kids bietet möglichst vielen Kindern – am besten ganzen Schulklassen – 1–2 zusätzliche, freiwillige Bewegungs- und Sportstunden.
- J+S-Kids erreicht möglichst viele Kinder, die nicht in einem Sportverein aktiv sind.
- J+S-Kids ermöglicht 5- bis 10-Jährigen eine kindergerechte, vielseitige, qualitativ hochstehende und umfassende Bewegungs- und Sportförderung.

# Werden Sie J+S-Kids-Leiterin oder -Leiter



**Besuchen Sie den zweitägigen Einführungskurs in Ihrem Kanton und helfen Sie mit, Ihre Schülerinnen und Schüler altersgerecht, regelmässig, umfassend und qualitativ hochstehend zu fordern und zu fördern.**

## Anmeldung

### Einführungskurs

Melden Sie sich über den J+S-Coach Ihrer Schule an. Falls es noch keinen J+S-Coach gibt, kontaktieren Sie die kantonale Amtsstelle für J+S.

### Schulsportangebote

Melden Sie Ihr Angebot über den J+S-Coach Ihrer Schule an. Falls es noch keinen J+S-Coach gibt, kontaktieren Sie die kantonale Amtsstelle für J+S.

Die Abrechnung des Kurses muss allerdings durch einen J+S-Schulcoach erfolgen. Die dazu notwendige Ausbildung dauert 3 Stunden und findet in der Regel an einem Abend statt.

# Wir zählen auf Sie

## Rahmenbedingungen

### Anzahl Lektionen

- Semesterkurs: Mindestens 15 Wochen, 1–2 Lektionen pro Woche.
- Jahreskurs: Mindestens 30 Wochen, 1–2 Lektionen pro Woche.

### Lektionsdauer

- Eine Lektion dauert 45–60 Minuten.

### Gruppengrösse

- Kleingruppe: 3–7.
- Grossgruppe: 8 oder mehr.

### Inhalte

- Umfassende polysportive Förderung der physischen und psychischen Kompetenzen.

### Leiteranerkennung

- Lehrpersonen, welche die entsprechende Ausbildung besucht haben, erhalten eine Anerkennung als J+S-Leiterin oder -Leiter Kids.
- Die J+S-Ausbildung kann als Weiterbildung angerechnet werden.

## Unterstützung durch J+S

- Aus- und Weiterbildungskurse mit erfahrenen Referentinnen und Referenten: inkl. neuester Ansätze, vielen Anregungen und praktischen Hilfsmitteln für den polysportiven Unterricht auf der Altersstufe der 5- bis 10-Jährigen.
- Finanzielle Entschädigung\* pro Semester- oder Jahreskurs.

	Semesterkurs	Jahreskurs
1 Lektion pro Woche	CHF 600.–	CHF 1200.–
2 Lektionen pro Woche	CHF 1200.–	CHF 2400.–

# Information und Anmeldung



## Generelle Informationen zu J+S-Kids

Bundesamt für Sport BASPO  
Christoph Nützi  
Hauptstrasse 247–253  
2532 Magglingen  
+41 (0)32 327 65 39  
christoph.nuetzi@baspo.admin.ch

## Detaillierte Informationen zu J+S-Kids in Ihrem Kanton erhalten Sie bei der kantonalen Amtsstelle für J+S.

[www.jugendundsport.ch](http://www.jugendundsport.ch)

# J+S-Kids im freiwilligen Schulsport



\*Vorbehältlich der Genehmigung durch das Parlament in der Wintersession 2008.

