

# Begegnung durch Bewegung

## Handbuch für den Unterricht





## Soziale Integration durch Bewegung und Sport

Das Handbuch ist im Rahmen des Projekts «Begegnung durch Bewegung – Soziale Integration durch Bewegung und Sport» entstanden. Dieses wurde von der Eidgenössischen Hochschule für Sport Magglingen EHSM in Zusammenarbeit mit der Swiss Academy for Development SAD von 2005 bis 2007 durchgeführt. Am Projekt und der Entwicklung des Handbuchs beteiligt waren ausserdem Lehrerinnen und Lehrer aus Schulen in Bern, Biel, Neuhausen und Nidau und Sportleiterinnen und Sportleiter aus Biel und Nidau. Dokumentationen zum Projekt können bei den Projektpartnern angefordert oder heruntergeladen werden:

**[www.baspo.ch](http://www.baspo.ch)**

**[www.sad.ch](http://www.sad.ch)**

# Inhaltsverzeichnis

|  |    |
|--|----|
| <b>Vorwort</b> .....                                       | 4  |
| <b>Einleitung</b> .....                                    | 6  |
| <b>Gebrauchsanleitung</b> .....                            | 8  |
| <b>Hinweise zur Unterrichtsplanung und Umsetzung</b> ..... | 12 |
| Planung .....  | 13 |
| Umsetzung .....  | 17 |
| Auswertung .....   | 19 |
| <b>Praxisanleitungen</b> .....                             | 21 |
| «mobilisieren» .....                                       | 22 |
| «ausprobieren» .....                                       | 48 |
| «dranbleiben» .....  | 64 |
| Zusammenarbeit mit den Eltern .....                        | 69 |
| <b>Lokale Sportangebote – organisierter Sport</b> .....    | 74 |
| <b>Anmerkungen</b> .....                                   | 75 |
| <b>Info-Tipps und Quellen</b> .....                        | 76 |
| <b>Impressum</b> .....                                     | 79 |

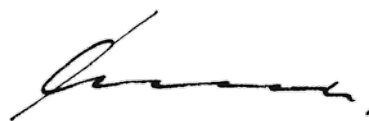
# Vorwort

Bewegung gehört zum Leben, Bewegung ist wichtig für unsere Gesundheit. Durch Bewegung nehmen wir neue Positionen ein, ändern unsere Perspektive, lernen Neues kennen und treten miteinander in Kontakt. Deshalb sind die Zielsetzungen, wie sie die EDK in ihrer Erklärung vom 28. Oktober 2005 zu Bewegungserziehung und Bewegungsförderung in der Schule festhält, breit gefasst: «Sie umfassen Freude an der Bewegung, den Erwerb von sozialen Kompetenzen, von motorischen Fertigkeiten, kognitiver Leistungsfähigkeit, Geschicklichkeit und anderes mehr.» Sport und Bewegung «helfen mit, den gewaltfreien Umgang mit Konflikten zu lernen (Entwicklung und Förderung von Teamgeist und Fairness), und sie sind geeignet, die Integration von Menschen unterschiedlicher Kulturen zu erleichtern.» So verstandene Bewegungsförderung ist nicht nur Teil eines umfassenden Konzeptes der Gesundheitsförderung, sondern bietet auch die Chance, dass Schülerinnen und Schüler beim sportlichen Spiel lernen, Konflikte mit fairen Mitteln zu lösen.

Bewegungsförderung, welche auf die Schule beschränkt bleibt, reicht aber nicht, um die erwähnten Ziele zu erreichen. Die Schule braucht die Unterstützung von und die Vernetzung mit ausserschulischen Akteuren auf allen Ebenen. «Befähigen und ermöglichen», «vermitteln und vernetzen» sind Stichworte der Ottawa-Charta der Weltgesundheitsorganisation WHO: Alle sollen an der Gesundheitsförderung partizipieren können, deren Nutzen verstehen und chancengleichen Zugang zu den diversen Angeboten erhalten. Dies heisst nicht, dass alle Leistungssport betreiben, einem Fussballteam beitreten oder in ein Fitness-Studio gehen müssen. Bewegungsförderung will jedoch allen ermöglichen, an sportlichen Angeboten teilzuhaben und ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, was ihnen persönlich und ihrer Gesundheit gut tut.

Das vorliegende Handbuch versteht sich nicht als Lehrmittel, welches sich auf den schulischen Unterricht beschränkt: Es bietet praxiserprobte Vorschläge für Lehrpersonen, wie sie ihre Schülerinnen und Schüler und insbesondere auch diejenigen, welche dazu nicht bereits durch ihr Elternhaus Zugang haben, auf ausserschulische Sport- und Freizeitangebote in ihrer näheren Umgebung aufmerksam machen und sie zu deren Nutzung motivieren können. Es finden sich darin auch Ideen, wie die Lehrpersonen mit Hürden – wie z. B. mit Vorbehalten von Eltern, welche ausserschulischen Bewegungsangeboten mit Skepsis oder Ablehnung begegnen, oder mit (erschwertem) Zugang zu kostspieligen Angeboten – umgehen und wie sie mit ausserschulischen Partnerinnen und Partnern, zu denen auch die Eltern gehören, zusammenarbeiten können.

Wir sind sicher, dass dieses Handbuch allen interessierten Lehrpersonen praktische Anregungen gibt, wie sie «Bewegung» in den Alltag ihrer Schülerinnen und ihrer Schüler bringen und Begegnungen ermöglichen können.



Hans Ambühl  
Generalsekretär, Schweizerische Konferenz  
der kantonalen Erziehungsdirektoren EDK



Regina Bühlmann  
Beauftragte für Migrationsfragen  
Schweizerische Konferenz der kantonalen  
Erziehungsdirektoren EDK

Es ist ein wichtiges gesellschaftliches Anliegen, dass unsere Kinder und Jugendlichen zu einer sinnvollen Freizeitgestaltung finden. Ein verbindliches Engagement in einer Freizeitsparte trägt zur Alltagsbewältigung bei und leistet einen Beitrag zur persönlichen Entwicklung. Kinder können derart – unter Gleichgesinnten – Gefühle der Zugehörigkeit und der Fähigkeit erleben.

Ein Freizeitangebot, das mit Abstand die meisten Kinder und Jugendlichen zusammen führt, ist der Sport. Über 25 000 Sportvereine stehen im Prinzip allen Interessierten offen.

**Jugend+Sport**, das nationale Förderungswerk, unterstützt ungefähr 500 000 Jugendliche zwischen 10 und 20 Jahren, die wöchentlich unter kundiger Anleitung im Verein trainieren. Sport und Spiel, das sei hier hervor gehoben, kombiniert physische, psychische und soziale Elemente. Und erfüllt die alte Losung Pestalozzis von «Kopf, Herz und Hand» in idealer Weise.

Das vorliegende «Handbuch für den Unterricht» zeigt Wege auf, wie projekthaft oder im Rahmen des regulären Schulunterrichts die Freizeitgestaltung thematisiert und wie die Verbindung zum Sportverein hergestellt werden kann. In Absprache mit den Vereinstrainern finden Schnuppertrainings statt, die von den Kindern gruppenweise oder im Tandem besucht werden. Wichtig ist dabei, dass die Bemühungen zur Förderung der aktiven Freizeitgestaltung auch von den Eltern unterstützt werden.

Was hat das mit der sozialen Integration von Kindern mit Migrationshintergrund zu tun? Ausser im Fussball und in einigen Kampfsportarten sind Neuzuzüger in schweizerischen Sportvereinen klar untervertreten. Das hängt unter anderem mit objektiven Informationsdefiziten sowohl auf Seiten der Migrantinnen und Migranten als auch auf Seiten der Sportvereine zusammen oder es hat mit Hemmschwellen und Barrieren zu tun, die es abzubauen gilt. Die hier propagierte Vermittlung über die Institution Schule wirkt töffnend und verbessert so insgesamt die Chancengleichheit von Kindern mit Migrationshintergrund.



Walter Mengisen  
Rektor der Eidgenössischen Hochschule  
für Sport Magglingen EHSM



Anton Lehmann  
Dozent und wissenschaftlicher Mitarbeiter  
in Fragen der Integration und Prävention  
Eidgenössische Hochschule für Sport  
Magglingen EHSM

# Einleitung

## Begegnung durch Bewegung

«Begegnung durch Bewegung» – das Handbuch für den Unterricht ist Anregung und Werkzeug für LehrerInnen und unterstützt sie dabei, die soziale Integration von Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund mit Hilfe von Bewegung und Sport zu fördern.

Der Titel «Begegnung durch Bewegung» drückt die doppelte Zielsetzung des Handbuchs aus: Kinder und Jugendliche lernen Unbekanntes kennen, entdecken Bekanntes neu und überwinden kulturelle Unterschiede auf spielerische Art und Weise. Gleichzeitig finden sie den Zugang zu Bewegung und Sport. Auch das Bewusstsein von LehrerInnen, Eltern und VertreterInnen des organisierten Sports (Sportvereine, freiwilliger Schulsport, Klubs, Tanz- oder Kampfkunstschulen usw.) sowohl für interkulturelle Begegnungen als auch für die Bewegungsförderung wird geschärft.

Die Empfehlungen des Handbuchs beruhen auf Erfahrungen aus der Zusammenarbeit mit LehrerInnen verschiedener Schulen in Bern, Biel, Neuhausen und Nidau und SportleiterInnen aus Biel und Nidau, die 2005 bis 2007 an der Entwicklung des Handbuchs beteiligt waren. Ihre Erfahrungen mit dieser Arbeit werden in einzelnen Abschnitten mit Zitaten illustriert.

## Bewegung und Sport als Begegnungsraum

Migration und kulturelle Vielfalt prägen alle Bereiche unseres Alltags. Um ein friedliches Miteinander aller zu gewährleisten, ist der konstruktive Umgang mit kultureller Vielfalt – in der Schule, im Sportverein und im Alltag – ein Muss, was aber nicht immer einfach zu bewältigen ist. Die Schule ist angesichts der steigenden Zahl von SchülerInnen aus verschiedensten Regionen der Welt mit beträchtlichen Kommunikationsproblemen konfrontiert. Kulturelle Vielfalt in einer Klasse, zum Beispiel die Sprachenvielfalt, kann jedoch auch bereichernd sein. Das Umfeld der

Schule bietet die Chance, auf interkulturelle Begegnungen und interkulturelle Konflikte positiv einzuwirken. Im Austausch mit «Fremdem» können Differenzen und Gemeinsamkeiten diskutiert und tragfähige Beziehungen aufgebaut werden. Das Zusammenleben wird im geschützten Rahmen einer Klasse erprobt; gemeinsame Werte und Regeln sowie der Umgang mit Differenzen und Vielfalt werden vermittelt und gelernt.

Bewegung und Sport können dabei unterstützend wirken. Mit Hilfe von Bewegung und Sport können verschiedene Formen des Lebens und Zusammenlebens auf spielerische und vielfältige Art und Weise gestaltet werden. Sport ist geprägt von natürlichen Begegnungen, die das Verständnis füreinander fördern. Abgesehen davon, dass sportliche Aktivitäten im Allgemeinen das körperliche und seelische Wohlbefinden steigern, können sie sich auch positiv auf die sozialen Kompetenzen der Einzelnen auswirken. Speziell der organisierte Sport bietet ein Umfeld, das die soziale Integration unterstützt. Kinder und Jugendliche sind in ein Netz von persönlichen Beziehungen eingebunden und erhalten Anerkennung. Regelmässige Teilnahme an Aktivitäten, klare Spielregeln sowie ritualisierte Abläufe führen zu allgemeinen Verhaltens- und Umgangsformen, die über den Sport hinaus wirken.

## Die Schule als Vermittlerin

Bewegung und Sport sind grundsätzlich für alle offen, unabhängig von Alter, sozialer Schicht, Geschlecht, Herkunft und Muttersprache. Verschiedene Studien<sup>1</sup> belegen jedoch, dass Migrantinnen und Migranten sowohl im Individual- als auch im organisierten Sport untervertreten sind. Erfahrungswerte aus verschiedenen Projekten<sup>2</sup> zeigen, dass Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund der Zugang zum organisierten Sport oftmals erschwert ist. Fehlende Kenntnisse sowohl auf Seiten des organisierten Sports als auch auf Seiten der Migrantinnen und Migranten verhindern einen einfachen Zugang zu Bewegungs- und Sportangeboten. Dazu



können Vorurteile und mangelndes Vertrauen auf beiden Seiten kommen. Gerade für Kinder und Jugendliche, die auf die Zustimmung ihrer Eltern angewiesen sind, wird so ein Vereinsbeitritt praktisch unmöglich. Kenntnisse über das Schweizer Sportsystem beziehungsweise über Strukturen und Funktionsweisen des Vereinsports sind aber bei vielen Migrantinnen und Migranten nicht oder nur spärlich vorhanden oder das Vertrauen in dieses System fehlt. Auch in vielen Sportvereinen fehlt das Bewusstsein für diese potentielle Zielgruppe.

Die Schule kann einen wertvollen Beitrag leisten, um Kindern und Jugendlichen den Zugang zu Bewegung und Sport zu erleichtern. So wird ein erster Schritt in Richtung einer ganzheitlichen sozialen Integration getan. Nicht nur die Kinder und Jugendlichen und die Sportvereine profitieren von dieser Vermittlertätigkeit, auch der Schulunterricht wird bereichert.

## Wirkungen

«Integration»<sup>3</sup> bedeutet die Partizipation aller in allen verschiedenen Bereichen der Gesellschaft, unter anderem auch in den vor allem für Kinder und Jugendliche zentralen Bereichen der Bildung und der Freizeit. Durch Hinweise auf Möglichkeiten der aktiven Freizeitgestaltung der Kinder und Jugendlichen mit Migrationshintergrund fördert das Handbuch diese Partizipation und erleichtert so den Zugang dieser Zielgruppe zum organisierten Sport. Auch die Freizeitgestaltung der Schweizer Kinder wird einbezogen, da auch sie massgeblich am Integrationsprozess beteiligt sind.

Die Schule betätigt sich in diesem Prozess nicht nur als Vermittlerin. Die Auseinandersetzung mit der Thematik der Integration durch Bewegung und Sport wirkt sich auch positiv auf das Schulklima und den Unterricht aus und fördert die Integration in die Klasse. Warum die Auseinandersetzung mit der Thematik in der Schule wichtig ist, formuliert ein Primarschullehrer so:

**«Ganz allgemein ist die Integration bei uns an der Schule ein ganz wichtiges Thema. Wir haben Kinder mit grossen Problemen, und wir wissen: je mehr diese Kinder in unsere Gemeinschaft integriert sind, desto einfacher wird es für uns an der Schule. Das Thema liegt uns also sehr nah. Es ist für uns fast überlebenswichtig, dass wir die Kinder gut integrieren können.»**

*Primarschullehrer, Schule Rosenberg, Neuhausen*

### **Die Arbeit mit dem Handbuch wirkt sich in verschiedenen für die Schule wichtigen Bereichen positiv aus:**

- **Unterstützung des Bildungs- und Erziehungsprozesses:** Der Selbstwert und die Lernmotivation der SchülerInnen werden mit Hilfe von Bewegung gestärkt, und die kognitive Leistungsfähigkeit wird erhöht. Zudem wirkt sich die Beschäftigung mit dem Thema in der Regel positiv auf die Eigeninitiative sowie das Klassen- und Schulklima aus.
- **Unterstützung des Spracherwerbs:** Die nonverbale Basis von Bewegung und Sport bietet die Chance, bei Kommunikationsstörungen (z. B. aufgrund fehlender Sprachkompetenzen) Türen zu öffnen und so einen Einstieg in eine Gruppe zu ermöglichen. Dabei können Bewegung und Sport auch für den Spracherwerb genutzt werden.
- **Aufbau sozialer Kompetenzen:** Mit Hilfe von Bewegung und Sport können Kommunikationsfähigkeit, Umgang mit Konflikten, Kooperations- und Teamfähigkeit, Solidarität, Respekt, Kritikfähigkeit und ein faires Mit- und Gegeneinander aufgebaut werden. Neben dem Einfühlungsvermögen wird auch das eigene Selbstbewusstsein gestärkt.
- **Gewaltprävention:** Bewegung und Sport bieten die Möglichkeit, den Umgang mit Emotionen gewaltfrei zu üben. Im direkten Kontakt und in der Interaktion im Spiel und im Wettkampf spielen Emotionen wie Freude, Wut, Frustration, Aggression, Angst, Euphorie eine wichtige Rolle. Sie sollen gelebt werden und Raum haben, aber nicht zur allein bestimmenden Kraft werden. Deshalb werden sie sowohl im Team- als auch im Individualsport durch ausgehandelte und respektierte Regeln geleitet.
- **Förderung einer aktiven Freizeitgestaltung der SchülerInnen:** Durch die Thematisierung der Freizeit im Klassenverband lernen die SchülerInnen eine Vielfalt von Aktivitäten kennen. Ihr Horizont wird nicht nur im Hinblick auf Sport- und Bewegungsangebote erweitert, sie erhalten ausserdem einen Anstoss, ihre eigene Freizeit aktiv zu gestalten.
- **Gesundheitsförderung:** Bewegung, Spiel und Sport wirken sich positiv auf die Gesundheit und die Emotionen aus.

# Gebrauchsanleitung

## Aufbau des Handbuchs

«Begegnung durch Bewegung» vermittelt Ideen, Empfehlungen zum Vorgehen und praktische Arbeitsmaterialien in der Form eines Handbuchs und einer Praxis-CD<sup>4</sup>. Der Entscheid über das konkrete Vorgehen, die Kombination von Aktivitäten und den effektiven Zeitrahmen hängt jedoch von den Zielsetzungen der Lehrkräfte, den Schulstufen, in denen gearbeitet wird, und dem Umfeld der Schule ab.

Der vorliegende Abschnitt ist eine Gebrauchsanleitung für die Arbeit mit dem Handbuch. Im zweiten Teil des Handbuchs werden Hinweise zum praktischen Vorgehen während verschiedenen Phasen (Planung, Umsetzung und Auswertung der Aktivitäten) der Arbeit gegeben. Konkrete Praxisanleitungen für Aktivitäten sind Inhalt des dritten Teils. In einem Exkurs zum Schluss werden die Funktionsweise und Eigenheiten des organisierten Sports beschrieben, um den Lehrpersonen die Zusammenarbeit mit dem organisierten Sport zu erleichtern.

Das Handbuch ist aus verschiedenen Elementen zusammengesetzt. Dazu gehören Informationen, Arbeitsblätter für die Vorbereitung und den Unterricht und Anleitungen für praktische Aktivitäten. Für die Übersichtlichkeit sind diese farblich unterschiedlich gekennzeichnet:

### • Information

Bei den mit violetten Flächen gekennzeichneten Abschnitten handelt es sich um Informationen: wie die vorliegende Gebrauchsanleitung, die Hinweise zur Unterrichtsplanung und Umsetzung oder die Literaturhinweise.

### • Anleitung/Aktivität 1

Bei den mit gelben Flächen markierten Abschnitten handelt es sich um Anleitungen für die einzelnen Arbeitsschritte und Aktivitäten.

### • Arbeitsblatt 1

Die blauen Flächen kennzeichnen Arbeitsblätter für die LehrerInnen. Diese helfen bei der Vorbereitung, Planung, Umsetzung und Auswertung der Aktivitäten.

### • Arbeitsblatt 4

Die Arbeitsblätter mit grünen Flächen beinhalten Unterrichtsaufträge oder Hausaufgaben für die SchülerInnen.

Die Arbeitsblätter sind so gestaltet, dass sie kopiert und direkt im Unterricht oder bei der Vor- und Nachbereitung eingesetzt werden können. Sind Anpassungen oder Änderungen für die jeweilige Situation notwendig, können die Arbeitsblätter von der beiliegenden Praxis-CD geöffnet und bearbeitet werden.

## Zielgruppe(n)

Das Handbuch ist Anregung und Werkzeug für LehrerInnen der Volksschule. Direkte Zielgruppe der Arbeit mit dem Handbuch sind aber die SchülerInnen. Im Zentrum stehen dabei Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund. Ihnen fällt der Zugang zum organisierten Sport meist schwerer als den Schweizer Kindern – von zu Hause aus sind sie weniger mit dem organisierten Sport verbunden und haben häufig auch weniger soziale Kontakte innerhalb dieses Netzwerks. Auch Mädchen und Frauen sind im Vereinssport untervertreten - kommt auch noch der Migrationshintergrund dazu, wird diese Tendenz zusätzlich verstärkt. Die Gründe dafür sind vielfältig: fehlende Kenntnisse, Ängste, Vorurteile auf beiden Seiten, finanzielle Schwierigkeiten kombiniert mit strukturellen Hindernissen wie zum Beispiel hohe Mitgliederbeiträge, ungünstige Trainingszeiten, oder ungenügende Förderung von Sportarten, die Mädchen und Frauen ansprechen<sup>5</sup>. Mit den im Handbuch empfohlenen Aktivitäten sollen einige dieser Hindernisse abgebaut werden. Da die Integration als Prozess verstanden wird, der alle Akteure der Gesellschaft betrifft, ist es wichtig, dass nicht nur mit Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund, sondern mit allen Kindern, den Eltern, Lehrpersonen und Sportleitenden gearbeitet wird:

**«Die Arbeit ist nicht nur für Kinder mit Migrationshintergrund wichtig, sondern auch für Schweizer Kinder. Sportvereine bieten die Möglichkeit, Kontakte zu suchen und zu finden.»**

*Primarschullehrerin, Schule Neumarkt, Biel*

Der aktive Einbezug der Eltern ist sehr wichtig. Es reicht meist nicht, die SchülerInnen zu informieren, zu sensibilisieren und zu begeistern. Da die Eltern darüber entscheiden, was ihre Kinder in ihrer Freizeit machen können, müssen auch sie informiert, beteiligt und für die Sache gewonnen werden.

## Schulstufen

Der Ansatz eignet sich für die gesamte Zeitspanne der obligatorischen Schulzeit, d.h. für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen der Primarstufe und der Sekundarstufe I. Nicht alle Aktivitäten sind für alle Schulstufen sinnvoll oder praktikabel. Die einzelnen Aktivitäten sind deshalb für die geeigneten Schulstufen gekennzeichnet, unter dem Stichwort «Varianten» sind sie zum Teil an weitere Schulstufen angepasst.

## Unterrichtsfächer

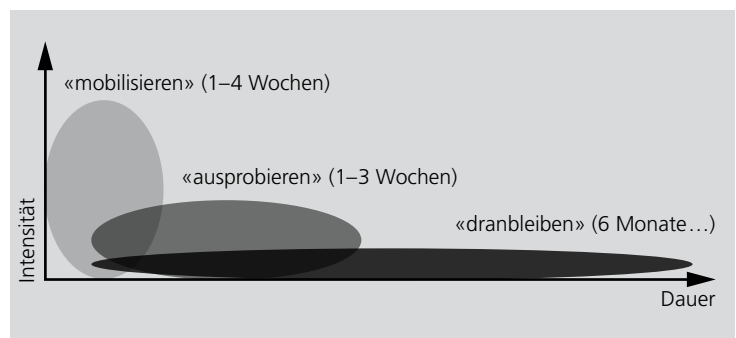
Mit den im Handbuch beschriebenen Aktivitäten kann im Deutschunterricht, im Sportunterricht sowie in den fächerübergreifenden Bereichen, welche den Menschen und seine Umwelt betreffen, gearbeitet werden. Diese Fachbereiche sind kanton unterschiedlich benannt und gestaltet. Im Kanton Bern handelt es sich beispielsweise um den Fachbereich «Natur-Mensch-Mitwelt», im Kanton Schaffhausen um «Mensch und Mitwelt». Inhalte der Fachbereiche sind Religion und Lebenskunde, Hauswirtschaft, Geschichte, Geographie, Natur und Technik. In Kantonen, in welchen es diese fächerübergreifenden Bereiche nicht gibt, kann in Fächern mit entsprechenden Inhalten gearbeitet werden.

Das Thema «Begegnung durch Bewegung» kann im Unterricht mit Inhalten verknüpft werden, die im Lehrplan (im Sportunterricht oder in anderen Fächern) bereits vorgesehen sind. Es entsteht weder ein grosser Mehraufwand für die LehrerInnen, noch geht Zeit zu ungunsten des Schulstoffs verloren. Bei der Wahl der Aktivitäten ist ausschlaggebend, welche Situation vorliegt, wie diese beeinflusst werden soll und um welche Zielgruppe es sich handelt.

## Stufenweises Vorgehen

Ein bewährter Weg, den Kindern und Jugendlichen den Zugang zum organisierten Sport zu erleichtern, ist ein stufenweises Vorgehen. Um eine Überforderung oder gar eine Abwehrreaktion zu vermeiden, werden die Kinder und Jugendlichen nicht direkt ins kalte Wasser geworfen, sondern Schritt für Schritt an Vereinsangebote herangeführt. Der Ablauf wird in drei Stufen oder Phasen gegliedert:

### «mobilisieren – ausprobieren – dranbleiben»



Die im dritten Teil des Handbuchs vorgeschlagenen Aktivitäten zu den drei Stufen sind sowohl auf die theoretische Auseinandersetzung mit dem Thema im Schulunterricht, als auch auf praktische Übungen, das Ausprobieren und das Schnuppern im Sportunterricht oder ausserhalb der Schule ausgerichtet.

**«mobilisieren»** – Zunächst werden die SchülerInnen im Schulunterricht für eine aktive Freizeitgestaltung sensibilisiert. Neben der Thematisierung ihrer eigenen Freizeitgestaltung werden sie über die lokalen Angebote informiert. Durch diese Thematisierung im Klassenverband lernen die SchülerInnen Aktivitäten kennen und werden sich der eigenen Freizeitgestaltung im Vergleich zu den anderen bewusst. Auch die LehrerInnen lernen ihre SchülerInnen von einer neuen und anderen Seite kennen.

Gleichzeitig können im Sportunterricht und in Aktivitäten ausserhalb der ordentlichen Schulzeiten (z. B. in Ausflügen oder Projekttagen) verschiedene lokal ausübbarer Sportarten und Bewegungsformen praktisch vorgestellt werden. Die SchülerInnen erhalten Einblick in verschiedene Gestaltungs-

möglichkeiten, werden begeistert und dazu animiert, Neues auszuprobieren. Die Verbindung von Information und praktischen Aktivitäten hilft dabei, Hemmschwellen und Vorurteile abzubauen und weckt aktiv die Begeisterung der SchülerInnen; gleichzeitig wirkt sie sich positiv auf die Eigeninitiative der SchülerInnen und das Schulklima aus.

**«Ich hätte nicht gedacht, dass von den Schülern so viel kommt. Sie haben selber die Initiative ergriffen und waren voll dabei, wenn die anderen etwas vorgestellt haben. Es hat mich sehr fasziniert, wie engagiert sie sind. Auch wie sehr sie im Thema mitmachen, das ja über die Schule hinausgeht.»**

**Primarschullehrer, Schule Rosenberg, Neuhausen**

**«ausprobieren»** – In einem nächsten Schritt erfolgt das Ausprobieren in lokalen Sportangeboten. Um den Zugang zum organisierten Sport tatsächlich herzustellen, ist dieser Schritt unerlässlich. Das Ausprobieren oder Schnuppern muss sich nicht auf die Vereinsangebote beschränken. Niederschwellige Angebote wie der freiwillige Schulsport, zeitlich begrenzte Kurse oder Ferienpass-Angebote haben eine tiefere Zugangshürde, weil sie unverbindlicher sind und oftmals im gewohnten Umfeld der Schule stattfinden. Zugangshürden werden mit Hilfe von Schnupperangeboten, Schulbesuchen von Sportleitenden, einem Paten- oder Tandemsystem und Familienanlässen abgebaut.

**«dranbleiben»** – Haben die SchülerInnen nach den beiden vorangegangenen Phasen in einem Angebot geschnuppert und es hat ihnen gefallen, ist es noch nicht selbstverständlich, dass sie auch «dranbleiben». Im Hinblick auf die Nachhaltigkeit der Vermittlung sind «Auswertungen» in Klassenstunden oder Gespräche mit den Schülerinnen und Schülern wichtig. So können auch allfällige Probleme im Zusammenhang mit den Vereinsaktivitäten aufgefangen und eventuell gelöst werden.



## Zeitrahmen

Der Zeitrahmen für die Beschäftigung mit sozialer Integration durch Bewegung und Sport kann beträchtlich variieren. Denkbar ist die punktuelle zeitlich begrenzte Arbeit, die Projektcharakter hat. Solche Projekte können sich auf einige Tage oder Wochen (zum Beispiel auf die Zeitspanne zwischen den Sommer- und Herbstferien) beschränken oder im Zeitraum eines Quartals, Semesters oder Jahres durchgeführt werden. Die Thematik kann auch in einer langfristig und breit ausgerichteten Strategie, beispielsweise in der Form einer «Integrationsstrategie», die im Schulleitbild, im Lehrplan und im täglichen Unterricht verankert ist, umgesetzt werden. Je breiter die Thematik abgestützt ist – sei das innerhalb einer Schule oder gar innerhalb einer Gemeinde – und je länger die Beschäftigung mit der Thematik dauert, desto nachhaltiger ist die Wirkung der Arbeit.

Mit einer kurzen, intensiven Auseinandersetzung kann kurzfristig eine grosse Begeisterung geweckt werden, die aber erfahrungsgemäss nach einer gewissen Zeit wieder abflaut. Dies lässt sich vermeiden, indem auch bei einer kurzfristig angelegten Planung Zeit für die Nachbearbeitung einberechnet wird. Egal ob bei einer eher kurzen oder längeren Beschäftigung mit der Thematik – für die Bewusstseinsbildung der SchülerInnen ist es wichtig, dass klare Bezüge zwischen verschiedenen Aktivitäten und ihrem Alltag hergestellt werden. Um die Nachhaltigkeit zu unterstützen, sollte die Arbeit wenn möglich vielfältig dokumentiert werden (Text, Fotos, Poster, Film).

Die theoretische Auseinandersetzung mit dem Thema, die in der Stufe «mobilisieren» ausgeprägt und wichtig ist, soll intensiv, aber in einem begrenzten Zeitrahmen stattfinden.

Die Aktivitäten, wie zum Beispiel das Erstellen von Plakaten oder Präsentationen, sollten in einem für die Kinder und Jugendlichen überschaubaren Rahmen durchgeführt werden, damit kein Überdruß entsteht. Die theoretische Auseinandersetzung dient als Basis und sensibilisiert die Kinder und Jugendlichen. Die Begeisterung und Motivation, die nötig ist, um selber aktiv zu werden, kann aber nur durch die praktischen Erlebnisse geweckt werden. Die praktischen Aktivitäten, die vor allem in der Stufe «ausprobieren» zum Tragen kommen, sollten wiederum nicht zu intensiv, das heisst nicht in einem zu kurzen Zeitraum durchgeführt, sondern eher über einen längeren Zeitraum verteilt werden. So wird vermieden, dass die SchülerInnen von einer Masse an Möglichkeiten überschwemmt werden, sich am Ende gar nicht mehr an die einzelnen Angebote erinnern und sich erst recht nicht zwischen ihnen entscheiden können.

Empfehlungen zum Zeitrahmen der verschiedenen Stufen sind in der Grafik zum stufenweisen Vorgehen enthalten.

## Hindernisse

### **Fehlende Kenntnisse und mangelndes Vertrauen**

Wie schon in der Einleitung festgestellt, ist die Untervertretung von Migrantinnen und Migranten im organisierten Sport vor allem auf fehlende Kenntnisse sowohl seitens des organisierten Sports als auch seitens der Migrantinnen und Migranten zurückzuführen. Dazu können Ängste, Vorurteile und mangelndes Vertrauen auf beiden Seiten kommen. Gerade für jüngere Kinder und Jugendliche, insbesondere Mädchen, die häufig auf die Zustimmung ihrer Eltern angewiesen sind, wird so ein Vereinsbeitritt praktisch unmöglich. Nicht nur den Eltern fehlen die Kenntnisse über oder das Vertrauen in ausserschulische Angebote, auch in vielen Sportvereinen fehlt das Bewusstsein für die Zielgruppe der Migrantinnen und Migranten – oder die Vereinsmitglieder sind selbst nicht vorurteilsfrei.

Die fehlenden Kenntnisse können durch die Arbeit mit dem Handbuch zumindest teilweise behoben werden. Schwieriger ist es, Ängste und Vorurteile ab- und eine Vertrauensbasis aufzubauen. Die Schule kann hier eine vermittelnde Rolle zwischen Migrantinnen und Migranten und dem

organisierten Sport spielen. An der Schule sind Begegnungen zwischen Schülerinnen und Schülern, ihren Eltern und externen Sportleitenden in einem für alle vertrauten Umfeld möglich. Um das Vertrauen der Eltern in die Schule aufrecht zu erhalten oder aufzubauen, sollten sie über alle Aktivitäten informiert und wenn möglich sogar in diese einbezogen werden. Ängste, Vorurteile oder finanzielle Probleme werden so schneller erkannt und können direkt angesprochen werden.

### **Strukturen des organisierten Sports**

Nicht nur das fehlende oder von Ängsten und Vorurteilen geprägte Bewusstsein ist für Zugangshürden verantwortlich, sondern es sind teilweise auch bestehende Strukturen (Trainingszeiten, Mitgliedschaftsbeiträge, Zusammensetzung des Vorstands usw.) eines Vereins, die den Zugang erschweren. Diese den Bedürfnissen neuen Mitgliedern anzupassen, also sich strukturell zu «öffnen» ist keine Selbstverständlichkeit. Während gewisse Vereine an neuen Mitgliedern interessiert sind und sich aktiv um eine Öffnung bemühen, ist bei anderen eher das Gegenteil der Fall. Weniger bekannte Aktivitäten oder Sportarten – oder solche, die mit abnehmenden Mitgliederzahlen kämpfen – haben in der Regel ein grösseres Interesse daran, Neumitglieder zu gewinnen. Sie sind daher vielleicht auch eher bereit, sich an den Aktivitäten zu beteiligen.

### **Finanzielle Ressourcen**

Oftmals stellen Mitgliederbeiträge oder Ausrüstungskosten ein Zugangshindernis dar. Untervertretung in Vereinen ist daher häufig auch ein soziales Phänomen. Die Folgekosten, die durch die im Handbuch vorgeschlagenen Aktivitäten entstehen können, sollten offen angesprochen werden. Falls sie für die Eltern ein Problem darstellen, kann eventuell gemeinsam eine Lösung gefunden werden. Ausrüstungsmaterial muss beispielsweise nicht neu gekauft werden, sondern kann in einer Tauschbörse günstig erworben oder innerhalb der Klasse oder des Vereins ausgeliehen werden. Bei Problemen mit der Finanzierung von Mitgliederbeiträgen kann der betreffende Verein angesprochen werden. Einige Vereine verfügen über einen Vereinsfonds speziell für solche Situationen oder über andere Vergünstigungen. Auch Schulgemeinden verfügen über Unterstützungsmöglichkeiten, beispielsweise für die Teilnahme an Skilagern oder Ähnlichem. Wichtig ist, dass das Problem angesprochen und gemeinsam nach einer Lösung gesucht wird.

# Hinweise zur Unterrichtsplanung und Umsetzung

Dieser Abschnitt gibt Hinweise zur Planung und Umsetzung der Thematik im Unterricht. Mit den Anleitungen und Arbeitsblättern zur Planung, zur Umsetzung und zur Auswertung werden praktische Instrumente zur Erleichterung dieser Arbeit zur Verfügung gestellt.





## Planung

In der Planungsphase wird geklärt, wie die Situation aussieht, die mit Hilfe von konkreten Aktivitäten im Unterricht beeinflusst werden soll. In der Planungshilfe (Arbeitsblatt 1) und dem Zeitplan (Arbeitsblatt 2) werden folgende Aspekte reflektiert und festgehalten: Motivation zur Arbeit mit der Thematik, Zielgruppe, Umfeld, Ziele, Ressourcen und Zeitrahmen. Je nach Situation können diese Punkte durch weitere Themen ergänzt werden.

- Überblick über die zu beeinflussende Situation erhalten
- Auswahl konkreter Aktivitäten für den Unterricht erleichtern
- Umsetzung des Themas im Unterricht vorbereiten

Arbeitsblätter 1 und 2

Planungshilfe und Zeitplan: 1–2 Stunden

### Motivation

Am Anfang sollte geklärt werden, weshalb mit dem Thema «Integration durch Sport» gearbeitet wird. Die Absichten und die Erwartungen an das Thema müssen formuliert und festgehalten werden. Die Lehrpersonen müssen sich überlegen, welche Situation sie auf welche Art und Weise beeinflussen und welche Wirkungen sie mit ihrer Arbeit erzielen möchten. So können Entscheide hinsichtlich der Zielgruppe, der geeigneten Aktivitäten, des Zeitrahmens usw. getroffen werden.

### Zielgruppe

Die Situation, die Bedürfnisse und das Umfeld der Zielgruppe haben einen Einfluss auf die konkreten Aktivitäten. Deshalb ist es wichtig, sich vor der Umsetzung ein paar Überlegungen zur Zielgruppe zu machen. Folgende Punkte können dabei eine Rolle spielen:

Anteil SchülerInnen mit Migrationshintergrund, Aufteilung Mädchen und Knaben, Freizeitgestaltung der SchülerInnen, Stimmung, Umgang und Kontakt der SchülerInnen untereinander bzw. zwischen verschiedenen Klassen, Leistungsgefälle, Motivation, Familienverhältnisse, Wohnsituation, Gesundheit.

### Beschreibung

### Ziele

### Material und Quellen

### Dauer

### Hinweise

---

## Umfeld

Der Unterricht lässt sich meist nicht völlig autonom gestalten. Verschiedene Faktoren beeinflussen die praktische Arbeit. Wenn sie vorgängig bekannt sind, können die positiven Einflüsse genutzt und die negativen abgeschwächt werden. Relevante Faktoren sind:

Stimmung im Kollegium und Kommunikation an der Schule, Zusammenarbeit der LehrerInnen, Interesse und Engagement der Schulleitung für neue Themen, vorhandene Infrastruktur (Bewegungsräume und Material im und um das Schulhaus, fakultative Bewegungsangebote an der Schule usw.), Kontakt zur Gemeinde, zur Schulbehörde, zum Sportamt, Bewegungsangebote und Infrastruktur in der Region

## Ziele

Sind Motivation, Zielgruppe und Umfeld bekannt, ist es wichtig, sich zu überlegen, was erreicht werden soll. Werden die Ziele möglichst genau und realistisch definiert, können die passenden Aktivitäten ausgewählt und das Vorgehen geplant werden. Je konkreter und klarer die Ziele formuliert werden (z. B. «Die SchülerInnen kennen das lokale Sportangebot» oder «Alle SchülerInnen haben einmal in einem Angebot geschnuppert, ein Fünftel hat das Schnuppert über einen längeren Zeitraum fortgesetzt»), desto besser lässt sich während des Verlaufs der Umsetzung und nach deren Abschluss beurteilen, ob sie erreicht wurden oder nicht. Enttäuschungen aufgrund unrealistischer Ziele können so vermieden werden.

## Ressourcen

In der Planungsphase muss abgeklärt werden, welche personellen, zeitlichen und finanziellen Ressourcen vorhanden sind. Grundsätzlich können und sollen die hier empfohlenen Aktivitäten in den regulären Unterricht integriert oder im Rahmen von speziellen Anlässen durchgeführt werden, die auch sonst Teil des Schulbetriebs sind. Falls die Möglichkeit besteht, zusätzliche finanzielle und/oder personelle Unterstützung z. B. von der Schulleitung, der Gemeinde oder in der Form einer Zusammenarbeit mit anderen Lehrpersonen oder mit externen Sportleitenden zu erhalten, so kann die zeitliche Belastung der Beteiligten reduziert und/oder die Dimension der Aktivitäten ausgeweitet werden. Wichtige Ressourcen sind auch alle bisherigen Erfahrungen in der Integrations- und Bewegungsförderung.

## Zeitrahmen

Ein klarer Zeitplan erleichtert die Umsetzung einzelner Aktivitäten. Eine zu kompakte Umsetzung birgt die Gefahr, dass die SchülerInnen mit Informationen überschwemmt werden und die einzelnen Aktivitäten nicht mehr richtig wahrnehmen. Erstreckt sich die Umsetzung über eine zu lange Zeit, fällt das Thema auseinander, und die SchülerInnen verlieren den Bezug dazu. Falls mehrere Akteure an der Arbeit beteiligt sind, verschafft ein Zeitplan Klarheit und beugt Missverständnissen vor.

Der Zeitplan ist nicht als starre Vorgabe zu verstehen. Während der Umsetzung ist Flexibilität wichtig, um auf spezifische Bedürfnisse und Veränderungen eingehen zu können. Ein Zeitplan sollte auch im Hinblick auf die Durchführbarkeit gewisser Aktivitäten erstellt werden. Je nach Semester (Jahreszeit) ist die Auswahl an Sportarten, die zum Schnuppert in Frage kommen, begrenzt.

## Hinweise

## Arbeitsblatt 1: Planungshilfe

Motivation:

---

---

---

---

Zielgruppe:

---

---

---

---

Umfeld:

---

---

---

---

Ziele:

---

---

---

---

Ressourcen:

---

---

---

---

---

## Arbeitsblatt 2: Zeitplan

|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|-----------------------------|-----------------------|-----------------------|--|--|--|--|
| <b>Phase «mobilisieren»</b> | <b>Monat/e:</b> _____ | <b>Woche/n – Nr.:</b> |  |  |  |  |
| Aktivitäten:                |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
| <b>Phase «ausprobieren»</b> | <b>Monat/e:</b> _____ | <b>Woche/n – Nr.:</b> |  |  |  |  |
| Aktivitäten:                |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
| <b>Phase «dranbleiben»</b>  | <b>Monat/e:</b> _____ | <b>Woche/n – Nr.:</b> |  |  |  |  |
| Aktivitäten:                |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |
|                             |                       |                       |  |  |  |  |



## Umsetzung

Die Planungsunterlagen (Arbeitsblätter 1 und 2) sind Orientierungshilfen für den Unterricht. Werden sie regelmässig überprüft, können der Verlauf reflektiert und falls nötig Veränderungen vorgenommen werden. Falls mehrere Personen zusammenarbeiten, sind Sitzungen sinnvoll. Während der Umsetzung ist auch die regelmässige Dokumentation der Aktivitäten wertvoll. Mit einem systematischen monatlichen oder wöchentlichen Journal (Arbeitsblatt 3) können die wesentlichen Eindrücke festgehalten werden. Dies erleichtert die Auswertung und auch die allfällige Wiederholung mit einer neuen Klasse.

- Steuerung der Aktivitäten
- Orientierung und Überblick während des Ablaufs
- Dokumentation von wesentlichen Eindrücken, Erfolgen und Stolpersteinen im Hinblick auf eine Fortsetzung oder Wiederholung

Arbeitsblätter 1, 2 und 3

Je nach Dauer und Umfang der Umsetzung und Form der Zusammenarbeit:  
15 Minuten–1 Stunde pro Woche oder pro Monat.

### Zusammenarbeit mit anderen Lehrpersonen

Die Zusammenarbeit mit anderen Lehrpersonen lohnt sich nicht nur im Hinblick auf die Arbeitsteilung. Die Zusammenarbeit an sich erhöht die Verbindlichkeit, d. h. es ist wahrscheinlicher, dass die geplanten Aktivitäten tatsächlich durchgeführt werden. Auch ist die Koordination und Vernetzung innerhalb des Kollegiums für die Nachhaltigkeit der Thematik an der Schule wertvoll. Falls eine solche Zusammenarbeit zustande kommt, sollten die Beteiligten regelmässig zusammensitzen und die bereits durchgeführten und weiter geplanten Aktivitäten besprechen. Zur klaren Kommunikation gehört auch die Festlegung der Kompetenz- und Verantwortungsbereiche aller Beteiligten.

### Kombination von Theorie und Praxis

Bei der Arbeit mit der Thematik der Integration durch Bewegung und Sport sollte unbedingt darauf geachtet werden, dass der theoretische Unterricht mit vielen praktischen Übungen, Besuchen, Ausprobieren und Schnuppern ergänzt wird. Vor allem die konkreten praktischen Erlebnisse lösen wirklich Begeisterung aus und mobilisieren. Wie bereits erwähnt, sollte die theoretische Auseinandersetzung intensiv, aber in einem eher kurzen Zeitraum erfolgen, während die praktischen Aktivitäten eher über einen längeren Zeitraum verteilt werden sollten.

## Beschreibung

### Ziele

### Material und Quellen

### Dauer

### Hinweise

---

### Einbezug der Eltern

Der Einbezug der Eltern von Beginn weg ist für diese Arbeit zentral. Der organisierte Sport ist im Bereich der Freizeit der SchülerInnen angesiedelt, auf welche die Eltern entscheidend einwirken. Wie dieses Zitat einer Primarschullehrerin aus Biel zeigt, ist der Rückhalt der Eltern sehr wichtig. Sie müssen deshalb frühzeitig über die Aktivitäten informiert, aber auch vom Inhalt überzeugt werden.

### Hinweise

***«Die Elternzusammenarbeit war bei mir gar nicht da. Sie wäre aber bei 2 bis 3 Kindern wahrscheinlich nötig gewesen. Diejenigen, die sich jetzt angemeldet haben, werden von den Eltern unterstützt. Für die anderen ist es schwierig.»***

***Primarschullehrerin, Schule Neumarkt, Biel***

Bei der Zusammenarbeit mit den Eltern sollte unbedingt abgeklärt werden, ob der Einbezug eines interkulturellen Mediators/einer interkulturellen Mediatorin oder die Übersetzung wichtiger Informationsdokumente notwendig sind. So können Missverständnisse und die Abwälzung der Verantwortung auf die «Übersetzung» durch die Kinder vermieden werden.

### Dokumentation der Umsetzung

Werden die Aktivitäten nicht nur schriftlich, sondern auch visuell (Foto- oder Filmkamera, Zeichnungen usw.) dokumentiert, können die Erfahrungen nicht nur für eine mögliche Wiederholung der Aktivitäten mit einer anderen Klasse festgehalten werden, sondern bleiben auch allen länger in Erinnerung. Sie können ausgestellt bzw. vorgeführt werden; so können auch andere an den Erfahrungen teilhaben.

---

## Auswertung

Eine Auswertung oder Evaluation der Aktivitäten ist für die Qualitätssicherung wichtig. Unter Evaluation versteht man die systematische Sammlung von Daten und deren Auswertung und Interpretation.

Die Auswertung liefert Informationen zur Qualität der Leistungen und hat deren Optimierung zum Ziel. Eine Auswertung ermöglicht es auch, die Wirkung der durchgeführten Aktivitäten zu beurteilen. Stärken und Schwächen, Stolpersteine und Erfolge werden festgehalten, und die Konsequenzen im Hinblick auf eine eventuelle Fortsetzung oder Wiederholung der Arbeit mit einer anderen Klasse können gezogen werden.

Neben Auswertungsrunden mit den Schülerinnen und Schülern und/oder den anderen beteiligten LehrerInnen und anderen Auswertungsformen (Aktivitäten 15, 16 und 17) lohnt es sich, während der Umsetzung regelmässig Beobachtungen zum Ablauf der Aktivitäten festzuhalten. Dazu eignet sich beispielsweise ein monatliches oder wöchentliches Journal (Arbeitsblatt 3) mit den wesentlichen Eindrücken. In Projektwochen kann ein solches Journal auch täglich geführt werden.

|  |                             |
|--|-----------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Zielerreichung und Wirkungen beurteilen</li><li>• Erkenntnisgewinn im Hinblick auf eine Fortsetzung oder Wiederholung</li><li>• Dokumentation von wesentlichen Eindrücken, Erfolgen und Stolpersteinen im Hinblick auf eine Fortsetzung oder Wiederholung</li></ul>  | <b>Ziele</b>                |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Arbeitsblatt 3</li><li>• Aktivitäten 15, 16 und 17</li><li>• Das thematische Dossier «Qualität von Schulen» auf <a href="http://www.educa.ch">www.educa.ch</a> beschäftigt sich mit Definition, Evaluation und Kontrolle von Qualität in allen schulischen Bereichen sowie Pilotprojekten zum Thema.</li></ul>   | <b>Material und Quellen</b> |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Journal: 15 Minuten pro Woche oder pro Monat</li><li>• Auswertungsrunden: 1–2 Stunden</li></ul>  | <b>Dauer</b>                |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Es ist keine aufwendige Evaluation nötig: auch eine Gesprächsrunde mit den Schülerinnen und Schülern oder anderen beteiligten Lehrpersonen gibt Aufschluss über die Zielerreichung und über positive oder negative Erfahrungen.</li><li>• Arbeiten mehrere Lehrpersonen zusammen, ist die Auswertung von noch grösserer Bedeutung. Die gemeinsame Reflexion ermöglicht auch die Beurteilung der Zusammenarbeit. Allfällige Spannungen können angesprochen und wenn möglich beseitigt werden.</li></ul> | <b>Hinweise</b>             |

## Arbeitsblatt 3: Journal

|  |  |                  |  |
|--|--|------------------|--|
| <b>Aktivität:</b>  |  | <b>Zeitraum:</b> |  |
| <b>Beteiligte Personen:</b>                              |  |                  |  |
| Beschreibung der Aktivität:                              |  |                  |  |
| Ziel/e:  |  |                  |  |
| Erreicht: ja/nein:                                       |  |                  |  |
| Benötigte Zeit und benötigtes Material:                  |  |                  |  |
| Beobachtungen/Highlights/<br>Stolpersteine/Erkenntnisse: |  |                  |  |
| Konsequenzen für eine spätere Umsetzung:                 |  |                  |  |

# Praxisanleitungen



Im folgenden dritten Teil des Handbuchs werden konkrete Aktivitäten angeleitet sowie wichtige Punkte aufgeführt, die es dabei zu beachten gilt. Die Vorschläge orientieren sich, wie in der Gebrauchsanleitung beschrieben, an einem stufenweisen Vorgehen: **«mobilisieren – ausprobieren – dranbleiben»**. Sie werden im Abschnitt **«Zusammenarbeit mit den Eltern»** durch Aktivitäten ergänzt, die alle drei Stufen betreffen. Zuerst wird in einem kurzen Abschnitt beschrieben, worum es bei der jeweiligen Stufe geht und was mit den entsprechenden Aktivitäten erreicht werden soll. Danach werden Anleitungen zu Aktivitäten gegeben. Die einzelnen Aktivitäten sind für die geeigneten Schulstufen gekennzeichnet. Ausserdem sind unter dem Punkt «Varianten» einfachere oder anspruchsvollere Anwendungen aufgeführt, welche es erlauben, die Aktivität an eine andere Schulstufe, Situation oder Zielsetzung anzupassen.

Beispielsweise haben SchülerInnen in den tieferen Schulstufen (1.–3. Klasse) tendenziell noch wenig Erfahrungen mit den Angeboten des organisierten Sports gemacht. Es geht deshalb in diesen Schulstufen vor allem darum, die verschiedenen Angebote und Möglichkeiten kennen zu lernen und auszuprobieren. Eine gewisse theoretische Auseinandersetzung im Unterricht ist sinnvoll, sollte aber möglichst spielerisch gestaltet sein. Damit die Kinder regelmässig an einem Angebot teilnehmen können, ist der Einbezug der Eltern unumgänglich.

Die SchülerInnen der 4.–6. Klasse gestalten ihre Freizeit schon mehr nach ihren eigenen Vorstellungen und Wünschen. Dies wirkt sich auch auf ihre Eigeninitiative aus. Die Unterstützung von Seiten der Eltern ist aber nach wie vor wichtig. Viele Kinder haben bereits Erfahrungen mit verschiedenen Sportangeboten gemacht und sind Neuem und Unbekanntem gegenüber sehr offen und empfänglich. Die Auseinandersetzung mit den Themen Freizeit, Bewegung, Sport lässt sich im Unterricht auf vielseitige Weise umsetzen und gestalten.

In der 7.–9. Klasse haben die meisten Jugendlichen einige Erfahrungen mit dem organisierten Sport gemacht und ihre Einstellungen und Freizeitgestaltung sind gefestigter. Der Fokus der Auseinandersetzung im Unterricht verschiebt sich deshalb etwas: weg vom Kennenlernen und Ausprobieren zu einer gezielten Auseinandersetzung mit der eigenen Freizeitgestaltung und Alltagsplanung. Die Eltern müssen zwar informiert, aber nicht mehr so stark einbezogen werden.

Weitere Abschnitte der Anleitung betreffen Material und Quellen, die zur Umsetzung der Aktivitäten benötigt werden, die ungefähre Dauer der Aktivität und Hinweise auf Aspekte, die es speziell zu beachten gilt. Zu jeder Stufe werden mehrere Aktivitäten vorgeschlagen. Einige der Aktivitäten ergänzen sich und können deshalb nicht für sich alleine stehen. Andere sind jedoch eher Varianten, die als Alternativen für verschiedene Schulstufen gewählt werden können.

Es wird empfohlen, aus jeder der drei im Handbuch beschriebenen Stufen eine Auswahl zu treffen. Eine Lehrerin, die aus allen Stufen eine Aktivität umgesetzt hat, beschreibt ihre Erfahrungen:

**«Die Klasse zeigte grosse Begeisterung und grossen Einsatz beim Erstellen und Vorstellen des Plakats und das Thema Freizeitaktivitäten stiess bei den Schülern auf grosses Interesse. Es kamen unglaublich interessante Dinge zum Vorschein. Die Stimmung war sehr gut, die Schüler waren neugierig und aufgeschlossen. Auch die Schnuppertrainings fanden grossen Anklang und am nächsten Tag wurde lebhaft berichtet. Die Motivation, sich bei einem Verein anzumelden ist gewachsen. Die Auswertung des Sportprojekts am Ende der Woche ergab von Mal zu Mal ein Wachsen des Klassenverbandes, da es positive persönliche Erlebnisse mit Klassenkameraden ausserhalb der Schule gab.»**

*Primarschullehrerin, Schule Neumarkt, Biel*



## «mobilisieren»

### **Thematisieren, informieren und sensibilisieren**

Es geht im Unterricht vor allem darum, die aktive Freizeitgestaltung und den Zugang der Kinder zum organisierten Sport zu fördern. Das Thema «Freizeit» ist meist Bestandteil des Schulstoffs und kann in verschiedenen Fächern wie beispielsweise im Deutschunterricht, in den kantonal unterschiedlichen Fachbereichen, welche den Menschen und seine Umwelt zum Thema haben (z. B. «Natur – Mensch – Mitwelt» im Kanton Bern) oder im Sportunterricht thematisiert werden.

Die SchülerInnen erhalten Einblick in verschiedene Angebote und werden sich ihrer eigenen Freizeitgestaltung bewusst. LehrerInnen und SchülerInnen lernen sich von einer neuen Seite kennen, ihr Horizont wird erweitert und ihr Bewusstsein geweckt.

Dieser Schritt ist vor allem für jüngere Kinder sehr wichtig. Sie haben noch wenig Erfahrung mit dem organisierten Sport. Ältere Kinder und Jugendliche sind häufig bereits mit diesem in Kontakt gekommen und sind in einem Verein oder Klub aktiv. In diesem Fall geht es einerseits um eine Horizont-erweiterung, andererseits lernen die Jugendlichen über eine geregelte Freizeitgestaltung, ihr Leben zu strukturieren. So werden sie auf den Eintritt ins Berufsleben vorbereitet.

*«Im ersten Moment war natürlich bei den Kindern eine Euphorie da. Als sie die Hobbys vorgestellt haben, haben viele gesagt: «Oh, ich möchte auch.» Das war für die Kinder eine gute Erfahrung. Ich denke, das bringt ihnen viel, wenn sie durch Kollegen in einem Verein schnuppern können.»*

*Primarschullehrer, Schule Rosenberg, Neuhausen*

### **Begeisterung wecken, lokale Sportangebote praktisch erfahren**

Neben der theoretischen Beschäftigung mit den Themen Freizeit, Bewegung und Sport werden verschiedene Sportangebote sowohl im regulären Sportunterricht als auch bei Aktivitäten, die über den Rahmen des «normalen» Schulunterrichts hinausgehen, praktisch erfahren. Es sollen dabei Sportarten ausprobiert werden, die in der näheren Umgebung auch ausgeübt werden können. Eine gute Möglichkeit, verschiedene Bewegungs-, Spiel- und Sportformen vorzustellen, bieten einzelne «Projektstage» (Ausflüge oder spezielle Tage zum Thema), wenn möglich in einem ausser-schulischen Umfeld. Sie ermöglichen es, Schwerpunkte zu vertiefen, schaffen ein positives Umfeld für gemeinsame Erlebnisse und wecken so Begeisterung. Das entstehende Interesse und die Begeisterung sind wichtig, um in die nächste Phase, das «ausprobieren», einzutreten. Zudem verbindet ein Projekttag die Klasse.

*«Eine Landschulwoche würde ich auf jeden Fall wieder machen. Das hat am meisten gebracht. Wirklich: das Erleben, das Exemplarische. Wenn man mit ihnen wirklich lange und immer wieder über ein Thema spricht, dann wird es zur Qual. Man müsste es eben ein wenig umkehren: weniger Infos, dafür mehr raus und aktiv sein.»*

*Kleinklassenlehrerin, Schule Tscharnergut, Bern*



## Aktivität 1: Auseinandersetzung mit dem Begriff Freizeit: Wie sieht meine/unsere Freizeit aus?

Um die Auseinandersetzung mit der eigenen Freizeitgestaltung und derjenigen der anderen in Gang zu bringen, wird zunächst der Begriff «Freizeit» besprochen. Was bedeutet «Freizeit» für die Einzelnen, welche Aktivitäten gehören dazu?

An der Wandtafel werden verschiedene Freizeitbereiche wie z. B. Bewegung und Sport, Lesen, Familie, Spielen, Computer, Fernsehen, Basteln, Musik hören, Musik spielen, in der Natur sein, Freunde treffen usw. aufgelistet.

Alle schreiben ihre eigenen Freizeitaktivitäten auf Zettel und befestigen diese im jeweils passenden Bereich. Dabei können und sollen Mehrfachnennungen in den Bereichen vorkommen.

Anschließend wird das Ergebnis gemeinsam betrachtet und ausgewertet. Bestehen Meinungsverschiedenheiten oder Unsicherheiten bei der Zuordnung der Aktivitäten, wird in der Klasse diskutiert und nach einer Lösung gesucht. Anschließend wird eine Liste mit den beliebtesten Freizeitaktivitäten der Klasse erstellt.

### Beschreibung

- Einstieg ins Thema
- Auseinandersetzung mit dem Begriff Freizeit
- gegenseitiges Kennenlernen

### Ziele

2.–6. Klasse

### Schulstufen

- 1. Klasse: Die Zettel mit den Aktivitäten sind bereits vorbereitet oder werden gemeinsam geschrieben und aufgehängt.
- 7.–9. Klasse: Der Begriff «Sportart» wird diskutiert. Die SchülerInnen besprechen, was sie sich unter dem Begriff vorstellen und was für sie alles unter diesen Begriff fällt. Danach wird gemeinsam eine Liste von Sportarten erstellt, welche im Sportunterricht ausprobiert werden sollen.

### Varianten

1 Lektion

### Dauer

Es gibt diverse Lehrmittel, die mit dem Thema «Freizeit» arbeiten. Für die Unterstufe/ Mittelstufe ist das zum Beispiel:

### Material und Quellen

- Pipapo 2  
(Detaillierte Angaben unter Info-Tipps und Quellen)

Es muss darauf geachtet werden, dass der Begriff «Freizeit» möglichst offen eingeführt wird. Hier stehen noch nicht speziell die sportlichen Aktivitäten im Vordergrund. Um eine echte Auseinandersetzung zu ermöglichen, sollen ausserdem sowohl aus der Sicht der SchülerInnen als auch der LehrerInnen «sinnvolle» und «nicht sinnvolle» Freizeitbeschäftigungen zur Sprache kommen.

### Hinweise



## Aktivität 2: Freizeittagebuch: Wie gestalte ich meine Freizeit?

Die SchülerInnen halten fest, wie sie ihre Freizeit gestalten und verbringen. Dabei sollen sie sportliche Aktivitäten speziell hervorheben. Die SchülerInnen führen während einer Woche ein «Freizeittagebuch». Dies geschieht in einem Raster (Arbeitsblatt 4) oder einem eigenen «Freizeitheft».

### Beschreibung

Welche Form gewählt wird, ist unter anderem vom Alter und der Schulstufe abhängig. Das Tagebuch kann jeweils am Folgetag in der Schule oder als Hausaufgabe geführt werden. Es kann selbständig oder mit der ganzen Klasse ausgefüllt werden. Tauchen bei «schwächeren» Schülerinnen und Schülern Probleme auf, so können die Tagebücher auch in Teamarbeit geführt werden. Sie dienen vor allem dazu, dass die SchülerInnen sich ihrer eigenen Freizeitgestaltung bewusst werden. Zum Schluss werden die Tagebücher mit der ganzen Klasse diskutiert. Sie können auch als Rechtschreibe- oder Wortschatzübung im Deutschunterricht verwendet werden.

- Bewusstsein wecken und Bezug zur eigenen Freizeitgestaltung herstellen
- Einblick in die Freizeitgestaltung der SchülerInnen erhalten

### Ziele

4.–9. Klasse

### Schulstufen

- Im Tagebuch werden nicht nur Freizeitaktivitäten, sondern alle Aktivitäten einer Woche festgehalten (Arbeitsblätter 5, 6). Dabei geht es darum, zu lernen, Verpflichtungen im Zusammenhang mit der Schule und der Familie, Aufgaben, Termine und die eigene Freizeit zu planen.
- Die SchülerInnen schreiben einen Aufsatz über ihre «Freizeit». Um diese Aufgabe zu erleichtern, können genaue Vorgaben gemacht werden (Arbeitsblatt 7).

### Varianten

Während 1–2 Wochen als Hausaufgabe und/oder täglich im Unterricht während 10 Minuten einer Lektion

### Dauer

- Freizeittagebuch (Arbeitsblatt 4)
- Wochenplan (Arbeitsblätter 5 und 6)
- Aufsatz zum Thema «Freizeit» (Arbeitsblatt 7)

### Material und Quellen

## Arbeitsblatt 4: Mein Freizeittagebuch

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

|            | Vormittag | Mittag | Nachmittag | Abend |
|------------|-----------|--------|------------|-------|
| Sonntag    |           |        |            |       |
| Samstag    |           |        |            |       |
| Freitag    |           |        |            |       |
| Donnerstag |           |        |            |       |
| Mittwoch   |           |        |            |       |
| Dienstag   |           |        |            |       |
| Montag     |           |        |            |       |



## Arbeitsblatt 5: Meine Woche

In einer gewöhnlichen Woche deines Lebens hast du unzählige Aufgaben und Pflichten zu erledigen: Hausaufgaben für die Schule, «Ämtli» zu Hause, vielleicht sogar schon Lehrstellensuche und vieles mehr. Daneben brauchst du auch noch Zeit für deine Freundinnen und Freunde, deine Hobbys und um dich von all den Aktivitäten auszuruhen. Damit du da nicht die Übersicht verlierst, kannst du mit Hilfe von Arbeitsblatt 6 deine Woche planen.

Deine Woche besteht aus Aktivitäten, die sich vier Kategorien zuordnen lassen: «zeitgebundene Pflichten», «zeitungebundene Pflichten», «zeitgebundene Freizeitaktivitäten» und schliesslich die «unverplante Freizeit».

Trage nun deine Aktivitäten in das Arbeitsblatt ein und ordne sie den Kategorien zu. Dafür kannst du verschiedene Farben benutzen (rot für «zeitgebundene Pflichten», blau für «zeitungebundene Pflichten», grün für «zeitgebundene Freizeitaktivitäten» und «unverplante Freizeit» bleibt leer, also weiss).

Beginne mit den Pflichten die zeitgebunden sind. Dazu gehört sicher der Stundenplan der Schule und einige der Ämtli zu Hause. Als nächstes trägst du zeitgebundene Freizeitaktivitäten ein. Zum Beispiel ein Sporttraining, Musikunterricht oder Theaterproben. Vielleicht gehört ein Job, um Sackgeld zu verdienen auch in diese Kategorie. Nun kommen noch die zeitungebundenen Pflichten und die unverplante Freizeit dazu. Zu den zeitungebundenen Pflichten gehören wahrscheinlich die Hausaufgaben für die Schule oder Aufgaben im Haushalt. Was jetzt noch leer ist, ist deine unverplante Freizeit.

Versuche nun Aktivitäten speziell zu markieren, bei denen du dich bewegst oder sportlich aktiv bist.

Es liegt in deiner Verantwortung, wie du die zeitungebundenen Pflichten und deine unverplante Freizeit in der Woche verteilst. Gewisse Dinge sind aber empfehlenswert. Zum Beispiel dass du jeden Tag genug Zeit einplanst, um die Hausaufgaben zu erledigen. Wenn du merkst, dass deine Planung nicht gut ist, kannst du deinen Wochenplan verändern.

### Diese Hinweise helfen dir bei der Planung

- Hast du alle zeitgebundenen Pflichten und Freizeitaktivitäten im Wochenplan eingetragen? Hast du die Zeit, die du für den Weg hin und zurück benötigst, auch eingetragen?
- Jeder Tag sollte mindestens zwei unverplante Freizeiträume aufweisen.
- Es ist nicht empfehlenswert, alle zeitungebundenen Pflichten auf einen einzigen Tag zu konzentrieren. Das gleiche gilt für die Freizeit. Verteile die Aktivitäten regelmässig: so verleiden sie dir nicht und du hast mehr Energie.

### Auftrag

### Hinweise

## Arbeitsblatt 6: Wochenplanung (Schule, sonstige Verpflichtungen, Freizeit)

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

| Zeit       | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|------------|--------|----------|----------|------------|---------|---------|---------|
| Vormittag  |        |          |          |            |         |         |         |
| Mittag     |        |          |          |            |         |         |         |
| Nachmittag |        |          |          |            |         |         |         |
| Abend      |        |          |          |            |         |         |         |

Farblgende: unverplante Freizeit (leer/weiß), zeitgebundene Pflichten (rot), zeitgebundene Freizeitaktivitäten (grün), zeitungebundene Pflichten (blau)



## Arbeitsblatt 7: Aufsatz zum Thema «Meine Freizeit»

Beschreibe in einem Aufsatz, was für dich der Begriff «Freizeit» bedeutet. Was gehört für dich zur Freizeit? Macht Freizeit immer Spass? Gehören auch Pflichten wie z. B. das Tischabräumen oder Abwaschen nach dem Essen dazu?

Beschreibe dann, was du alles in deiner Freizeit machst und was du gerne machen würdest.

Als Hilfe dienen dir vielleicht die Hinweise, mit wem oder wo du die Freizeit verbringen kannst:

- alleine
- mit Freundinnen und Freunden
- mit der Familie
- zu Hause
- in der Schule
- draussen

Diese drei Fragen solltest du beantworten:

- Was bedeutet Freizeit für mich?
- Was mache ich in meiner Freizeit?
- Was würde ich gerne in meiner Freizeit machen?

Damit du dich besser erinnern kannst, schau in deinem Freizeittagebuch nach.

**Auftrag**

**Fragen**

**Hinweise**



### Aktivität 3: Umfrage zu den Aktivitäten im organisierten Sport

Mit einer mündlichen Umfrage zu den Aktivitäten der SchülerInnen im organisierten Sport und ihrer Interessen kann man in das Thema einsteigen. Gleichzeitig erhalten die LehrerInnen wertvolle Informationen, um die weiteren Aktivitäten auszuwählen und zu gestalten.

#### Beschreibung

- Einstieg ins Thema
- Überblick über die Erfahrungen der SchülerInnen mit dem organisierten Sport

#### Ziele

1.–9. Klasse

#### Schulstufen

Anstelle einer mündlichen Umfrage können die SchülerInnen auch einen kurzen Fragebogen ausfüllen oder ihre Erfahrungen in Zeichnungen ausdrücken. Diese sollten aber von den SchülerInnen unbedingt erklärt werden. Auch die Auswertung der Fragebogen sollte mit ihnen diskutiert werden.

#### Varianten

1–2 Lektionen

#### Dauer

- Arbeitsblatt 8
- Excel-Datei «Situation in der Klasse», in der die SchülerInnen ihre Aktivitäten direkt eintragen können (auf der Praxis-CD)
- Papier, Farbstifte

#### Material und Quellen

## Arbeitsblatt 8: Übersicht der Freizeitaktivitäten der Schülerinnen und Schüler

|    | Name und Vorname |         | Verein und Sportart |          | Interessiert, etwas (Neues) auszuprobieren |             |             |
|----|------------------|---------|---------------------|----------|--|-------------|-------------|
|    | Name             | Vorname | Name Verein         | Sportart | Aktivität 1                                | Aktivität 2 | Aktivität 3 |
| 1  |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 2  |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 3  |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 4  |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 5  |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 6  |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 7  |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 8  |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 9  |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 10 |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 11 |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 12 |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 13 |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 14 |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 15 |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 16 |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 17 |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 18 |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 19 |                  |         |                     |          |  |             |             |
| 20 |                  |         |                     |          |  |             |             |

## Aktivität 4: Plakat zu den Freizeitaktivitäten

Die SchülerInnen gestalten im Unterricht und als Hausaufgabe ein Plakat zu ihren Freizeitaktivitäten mit Fokus auf Bewegung und Sport.

### Beschreibung

Bei jüngeren Schülerinnen und Schülern sollten schriftlich oder mündlich genaue Angaben zum Plakat gemacht werden (Arbeitsblatt 9). Die SchülerInnen stellen mit Hilfe dieser Anleitung als Hausaufgabe Material zusammen und basteln das Plakat im Unterricht. Anschliessend werden die Plakate der Klasse vorgestellt. Dabei stellt die Lehrperson Fragen und animiert auch die anderen SchülerInnen dazu, Fragen zu stellen.

Die Lehrperson sollte während der Präsentationen unbedingt für alle sichtbar (z. B. an der Wandtafel) festhalten, wer was wo wann und bei wem macht. Mit diesen Informationen kann später weiter gearbeitet werden.

Die Plakate können anschliessend im Zimmer oder Gang aufgehängt werden (Aktivität 16).

- Eigene Aktivitäten und Erfahrungen gestalten und präsentieren
- Horizont erweitern

### Ziele

1.–6. Klasse

### Schulstufen

- 1.–4. Klasse: Die Lehrperson stellt auch ein Plakat vor. Die SchülerInnen bekommen so eine Vorstellung davon, was erwartet wird.
- 5. und 6. Klasse: Um die Präsentation vorzubereiten, schliessen sich zwei SchülerInnen zusammen und stellen sich gegenseitig ihr Plakat vor. In der Präsentation stellen die beiden nicht das eigene, sondern das Plakat der Partnerin/des Partners vor.
- Es werden nicht die eigenen Freizeitaktivitäten präsentiert, sondern eine bestimmte Sportart. Dies kann in Einzelarbeit, in Partnerarbeit oder Gruppenarbeit geschehen.
- Beschäftigen sich mehrere Klassen mit der Thematik und besteht eine Zusammenarbeit, können sich die Klassen die Plakate gegenseitig vorstellen.

### Varianten

- Vorbereitung: eine Hausaufgabe
- Gestaltung des Plakats: 1–2 Doppellektionen, falls nötig Hausaufgaben
- Präsentation: 1 Doppellektion

### Dauer

- Arbeitsblatt 9
- Packpapier oder Zeichnungspapier im A3 Format
- Filzstifte, Farbstifte, Malfarben usw.
- Leim, Klebstifte
- Gestaltungsmaterial aus Zeitschriften, dem Internet, eigene Fotos, Zeichnungen usw.

### Material und Quellen



- Die Auseinandersetzung mit dem Thema bedingt, dass die SchülerInnen sich etwas unter den Begriffen «Freizeit» oder «Sportart» vorstellen können. Es empfiehlt sich deshalb, die Begriffe vorgängig im Unterricht zu besprechen (Aktivität 1).
- Nicht alle SchülerInnen sind sportlich aktiv. Es sollen auch Freizeitaktivitäten Raum haben und vorgestellt werden können, die nichts mit Bewegung und Sport zu tun haben.
- Die Form der Präsentation hängt davon ab, wie stark sich die SchülerInnen exponieren können. Die Lehrperson schätzt ab, wie selbständig die Kinder ihr Porträt vorstellen können (Aktivität 5, Arbeitsblätter 10, 11).
- Um die Vielseitigkeit der Präsentationen zu gewährleisten, ist es ratsam, sich anfänglich eine Übersicht über Inhalt und Form der Präsentationen zu verschaffen. So können beispielsweise 5 identische Präsentationen zum Thema Fussball vermieden werden.

#### Hinweise



## Aktivität 5: Präsentation einer Freizeitaktivität

Die SchülerInnen bekommen den Auftrag, eine Präsentation vorzubereiten, in der sie ihre Lieblings-Freizeitaktivität (mit Fokus auf Bewegung und Sport) den Mitschülerinnen und Mitschülern «verkaufen», also richtig schmackhaft machen (Arbeitsblatt 10).

### Beschreibung

Die Präsentation wird im Unterricht und/oder als Hausaufgabe vorbereitet. Je nach Selbständigkeit und Kreativität der Klasse müssen mehr oder weniger Vorgaben gemacht werden. Die Präsentation gibt den Mitschülerinnen und Mitschülern einen Einblick und animiert sie vielleicht sogar dazu, einmal mitzukommen und die Sportart/ Aktivität auszuprobieren. Zur Präsentation gehört die visuelle Gestaltung mit Hilfe der Wandtafel, eines Plakats, des Hellraumprojektors, von Sportmaterial oder Ausrüstung. Vielleicht können die SchülerInnen sogar etwas vorzeigen oder Informationsmaterial verteilen.

Die Lehrperson sollte während der Präsentationen unbedingt für alle sichtbar (z. B. an der Wandtafel) festhalten, wer was wo wann und bei wem macht.

- Eigene Erfahrungen gestalten und präsentieren
- Das Interesse für weitere Aktivitäten wecken und andere zum Ausprobieren animieren
- Horizont erweitern

### Ziele

4.–9. Klasse

### Schulstufen

- Diese Aktivität kann mit Aktivität 4 kombiniert werden.
- Bei älteren Schülerinnen und Schülern (7.–9. Klasse) ist möglicherweise die Bereitschaft, eigene Aktivitäten zu «verkaufen» oder gar vorzuzeigen eher klein. Alternativ können «seriöse» Vorträge gestaltet werden. Mögliche Vorgaben dazu finden sich auf Arbeitsblatt 11.
- Falls mehrere SchülerInnen die gleiche Sportart ausüben, können die Präsentationen auch in Gruppen erarbeitet werden. So können Wiederholungen vermieden und die Teamarbeit gepflegt werden. Bei der Zusammenarbeit von verschiedenen Klassen können die Vorträge klassenübergreifend präsentiert werden.
- Die SchülerInnen bilden kleine Gruppen und besuchen sich jeweils gegenseitig bei ihrer Freizeitaktivität. Sie stellen diese Besuche danach gemeinsam der Klasse vor.

### Varianten

- Vorbereitung: eine Hausaufgabe
- Gestalten und Verfassen der Präsentation: während einer Woche im Unterricht (1–2 Lektionen zu Beginn der Woche, 1–2 in der zweiten Hälfte der Woche) oder als Hausaufgabe.
- Präsentation: Je nach Klassengröße, 1–2 Doppellektionen

### Dauer

- Arbeitsblätter 10 und 11
- Gestaltungsmaterial aus Zeitschriften, dem Internet, eigene Fotos, Zeichnungen, Sportmaterial, Tenues, Kleider, Infobroschüren zu den Angeboten.

### Material und Quellen



- Die Auseinandersetzung mit dem Thema bedingt, dass die SchülerInnen sich etwas unter den Begriffen «Freizeit» und «Sportart» vorstellen können. Es empfiehlt sich deshalb, die Begriffe vorgängig im Unterricht zu besprechen (Aktivität 1).
- Nicht alle SchülerInnen sind sportlich aktiv. Es sollen auch Freizeitaktivitäten Raum haben und vorgestellt werden können, die nichts mit Bewegung und Sport zu tun haben.
- Die Form der Präsentation hängt davon ab, wie stark sich die SchülerInnen exponieren können oder wollen. Es muss abgeschätzt werden, wie frei die Kinder ihre Präsentation vorbereiten und dann auch vorstellen können.
- Um eine Vielseitigkeit der Präsentationen zu gewährleisten, ist es empfehlenswert, sich zu Beginn eine Übersicht über Inhalt und Form der Präsentationen zu verschaffen. So können beispielsweise 5 identische Präsentationen zum Thema Fussball vermieden werden.

#### Hinweise

## Arbeitsblatt 10: Wer macht mit...?!

Präsentiere deine Lieblings-Freizeitaktivität deinen Mitschülerinnen und Mitschülern. **Beschreibung**  
Wenn möglich, eine Bewegungs- oder Sportaktivität.

Stell dir vor, du hast von deiner Trainerin, deinem Gruppenleiter, Betreuer oder deiner Lehrerin den Auftrag bekommen, Werbung für eure Aktivität zu machen. Am besten gewinnst du deine Schulkolleginnen und -kollegen für die Aktivität, wenn sie dich einmal begleiten und dabei mitmachen. Also los!

Diese Fragen helfen dir, deine Präsentation vorzubereiten:

- 
- |   |               |
|---|---------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Welche Aktivität machst du und wo?<br/>(Name der Aktivität, Name des Vereins/des Klubs)</li><li>• Was macht ihr in den Trainings oder sonstigen Veranstaltungen?<br/>(Spiele, Übungen, Wettkämpfe, Turniere, Ausflüge, Lager, usw.)<br/>Kannst du etwas vorzeigen?</li><li>• Welches Material und welche Kleider braucht es um diese Aktivität auszuüben?<br/>Kannst du etwas mitbringen und zeigen?</li><li>• Wie oft machst du diese Aktivität?</li><li>• Wo findet das Training statt, oder wo trifft ihr euch?</li><li>• Wer leitet das Training oder die Aktivität?<br/>(Ein Mann, eine Frau, eine Jugendliche oder ein Jugendlicher?)</li></ul> | <b>Fragen</b> |
|---|---------------|
- 

Deine Mitschülerinnen und Mitschüler sollen auf unterhaltende Art und Weise über deine Lieblingsaktivität informiert werden. So anregend, dass sie vielleicht Lust bekommen, einmal mit dir mitzukommen. **Ziele**

Fünf bis maximal zehn Minuten. **Dauer**

Du kannst die Wandtafel und den Hellraumprojektor benutzen. Nimm (Sport-)Material oder Kleider mit, die du bei deiner Freizeitbeschäftigung benötigst. Du kannst singen, tanzen oder eine spezielle Technik zeigen. **Material**

Vielleicht habt ihr auch Informationszettel, die du deinen Mitschülerinnen und Mitschülern verteilen kannst.

---

## Arbeitsblatt 11: Ich möchte euch... vorstellen!

Präsentiere deinen Mitschülerinnen und Mitschülern deine Lieblings-Freizeitaktivität. Wenn möglich, eine Bewegungs- oder Sportaktivität. Mit dieser Präsentation sollen deine Mitschülerinnen und Mitschüler möglichst umfassend über diese Aktivität informiert werden.

### Beschreibung

Diese Fragen helfen dir, deine Präsentation vorzubereiten:

- Um welche Aktivität handelt es sich? Beschreibe um was es geht.
- Wie ist die Aktivität entstanden?
- Wie ist die Aktivität in der Schweiz verbreitet? Wie und wo weltweit?
- Wie ist diese Aktivität organisiert?
- Wie sehen Trainings oder sonstige Veranstaltungen aus?  
(Gibt es Spiele, Übungen, Wettkämpfe, Turniere, Ausflüge, Lager?)
- Welches Material und welche Kleider braucht es, um diese Aktivität auszuüben?
- Wie oft machst du diese Aktivität?
- Wo findet das Training statt, oder wo trifft man sich?
- Wer leitet das Training oder die Aktivität?  
(Ein Mann, eine Frau, eine Jugendliche oder ein Jugendlicher?)
- Gibt es Anekdoten, lustige, spannende Geschichten zu dieser Aktivität?
- Wie gross ist die Trainingsgruppe, wie viele Gleichaltrige machen mit?

### Fragen

Deine Mitschülerinnen und Mitschüler sollen einen guten Überblick über verschiedene Aspekte deiner Lieblingsaktivität oder Lieblingssportart bekommen.

### Ziele

Fünf bis maximal zehn Minuten.

### Dauer

Du kannst die Wandtafel und den Hellraumprojektor benutzen. Du kannst auch (Sport-) Material oder Kleider mitnehmen, die du bei dieser Freizeitaktivität benötigst. Vielleicht habt ihr auch Informationszettel, die du deinen Mitschülerinnen und Mitschülern verteilen kannst.

### Material

## Aktivität 6: Wo findet was statt?

Während oder nach den Präsentationen (Aktivitäten 4 und 5) werden die Freizeitaktivitäten der Kinder «lokalisiert». Turn- und Sporthallen, Spielplätze und -felder, wo die SchülerInnen trainieren, werden auf einem Gemeinde- oder Regionsplan eingezeichnet.

- Orientierung in der näheren Umgebung
- Kennenlernen der verschiedenen Lokalitäten
- Vorbereitung des Schnupperns in den Trainings (Aktivität 12)

4.–6. Klasse

Nach der Lokalisierung auf einem Plan kann eine kleine «Gemeindewanderung» zu den auf der Karte eingetragenen Orten gemacht werden. Dadurch lernen die SchülerInnen die nähere Umgebung besser kennen. Sie können sich in der Gemeinde orientieren und wissen wo die verschiedenen Aktivitäten stattfinden (Dauer: 2 Stunden bis ein halber Tag).

Läuft während Aktivitäten 4 und 5

Aktueller Gemeinde- oder Stadtplan

In einigen Gemeinden existieren Pläne, welche Turn- und Sporthallen, Spielplätze, Felder usw. angeben. Das Sportamt der Stadt Biel gibt beispielsweise eine Broschüre («Sport à la carte») mit einem Stadtplan mit allen Sportanlagen und den dazugehörigen Angeboten heraus.

Die Broschüre kann beim Sportamt bezogen oder im Internet heruntergeladen werden ([www.biel-bienne.ch/ww/de/pub/aktiv/sport/sportvereine\\_und\\_verbaende.cfm](http://www.biel-bienne.ch/ww/de/pub/aktiv/sport/sportvereine_und_verbaende.cfm)).

Gibt es so etwas nicht, lassen sich solche Pläne einfach mit Hilfe eines Stadtplans selber herstellen.

### Beschreibung

### Ziele

### Schulstufen

### Varianten

### Dauer

### Material und Quellen

### Hinweise



## Aktivität 7: Neue Sportangebote im Unterricht erleben

Verschiedene lokal angebotene Bewegungsaktivitäten und Sportarten, werden im Sportunterricht ausprobiert. Aus den im Schulunterricht zusammengetragenen Freizeitaktivitäten, Bewegungs-, Spiel- und Sportformen (Aktivitäten 1–6) werden einige ausgewählt und im Sportunterricht näher vorgestellt. Entweder wird gemeinsam in der Klasse entschieden, welche das sind, oder die Lehrperson entscheidet beziehungsweise ergänzt nach eigenem Ermessen. Zum Beispiel kann so der Schwerpunkt auf wenig bekannte, aber lokal ausübbarer Sportarten gelegt werden.

- Horizont erweitern
- Lokale Sportangebote im Sportunterricht praktisch erfahren

1.–9. Klasse

Ist das Vorstellen einer Aktivität durch die Lehrperson nicht möglich, kann dieses durch externe Fachkräfte geschehen (Aktivität 8).

Pro Sportart: 2–3 Sportlektionen

- Zur Vorbereitung der Sportlektionen gibt es für die meisten Sportarten umfangreiche Lehrmittel. Eine sehr gute, fundierte und übersichtliche Alternative dazu sind die Praxisbeilagen von Mobile, der Fachzeitschrift für Sport des Bundesamtes für Sport. Zu welchen Themen und Sportarten es Praxisbeilagen gibt, ist auf [www.mobile-sport.ch](http://www.mobile-sport.ch) ersichtlich. Dort können sie auch bestellt werden.
- Jugend und Sport (J+S) ist momentan daran, zu den von J+S anerkannten Sportarten «Sportartenclips» zu erstellen. In den Filmsequenzen wird innerhalb einer Minute eine Sportart vorgestellt. Ihre Eigenheiten werden vermittelt und es wird gezeigt, was zur Ausübung der Sportart gehört. Die Clips sind auf [www.feelok.ch](http://www.feelok.ch) zugänglich. Bis Ende 2007 werden 20 verschiedene Sportarten aufgeschaltet sein, Ende 2009 sind alle 70 J+S-Sportarten mit einem Clip vertreten. Auf der Seite finden sich zudem weitere interessante Informationen zu den Themen Bewegung, Sport und Ernährung.

### Beschreibung

### Ziele

### Schulstufen

### Varianten

### Dauer

### Material und Quellen



- Es sollen Angebote vorgestellt werden, die von den Kindern und Jugendlichen in der Folge auch besucht werden können. Das heisst, entsprechende Angebote müssen für die jeweilige Altersgruppe in der Region vorhanden sein. Um Enttäuschungen vorzubeugen, lohnt es sich, vorgängig abzuklären, ob Mitgliederbeschränkungen vorhanden sind und wie viel die Mitgliedschaft kostet.
- Es soll eine möglichst vielfältige Auswahl an Angeboten getroffen werden, um möglichst alle SchülerInnen mit ihren unterschiedlichen Interessen abzuholen und gleichzeitig ihren Horizont zu erweitern.
- Gewisse Aktivitäten dürfen ohne Spezialausbildung nicht im Unterricht ausgeübt werden (z. B. Klettern oder grosses Trampolin). Der Beizug einer Fachperson (Aktivität 8) ist in diesem Fall notwendig.

#### Hinweise



## Aktivität 8: Einführung in Bewegungsaktivitäten und Sportarten durch externe Fachkräfte

Verschiedene, wenn möglich lokal angebotene Bewegungsaktivitäten und Sportarten werden im Sportunterricht unter fachkundiger Anleitung eingeführt. Im Unterschied zu Aktivität 7 werden dazu externe SportleiterInnen an die Schule eingeladen. Viele Vereine sind daran interessiert, ihre Sportart den SchülerInnen vorzustellen und sie so für ihre Sportart zu interessieren (Aktivität 12).

Eine weitere Möglichkeit bieten bestehende Einführungsangebote von Sportverbänden oder auch Sportvereinen. Ein Beispiel ist die sCOOL-Tour vom Schweizerischen Orientierungslauf-Verband.

### Beschreibung

- Begeisterung wecken
- Lokale Sportangebote im Sportunterricht mit (externer) Hilfe von «Expertinnen» und «Experten» praktisch erfahren
- Hürden zum Schnuppern abbauen

### Ziele

1.–9. Klasse

### Schulstufen

Zum Teil ist eine solche Einführung an der Schule nicht möglich oder nicht sinnvoll. Eine Einführung ins Tennis zum Beispiel. Auch in diesem Fall sind diverse Anbieter bereit, umsonst oder zu sehr guten Konditionen eine Einführung in die betreffende Sportart an ihrem Trainingsort zu geben. Oft genügt eine einfache Anfrage. Weitere solche Orte wären: Schwimmbad, Kletterhalle, Eisbahn, Squashzentrum, Abenteuer-spielplatz, Wassersportanlagen (Kanu, Segeln, Rudern).

### Varianten

Pro Sportart oder Angebot: 2–3 Sportlektionen

### Dauer

- Arbeitsblatt 15
- Um Fachleute zu finden, die ohne grossen finanziellen Aufwand eine Schnupperlektion geben, lohnt es sich, dort anzufragen, wo ein persönlicher Bezug der Lehrperson, der SchülerInnen oder der Eltern vorhanden ist. Mit den Aktivitäten 3–6 sowie 20 kann ein guter Fundus an Sportarten und Angeboten zusammengetragen werden. Aktive Eltern, Freundinnen und Freunde und auch TrainerInnen der SchülerInnen sind in der Regel gerne bereit, etwas anzubieten. Weniger bekannte Aktivitäten oder Sportarten – oder solche, die mit abnehmenden Mitgliederzahlen kämpfen – haben in der Regel ein grösseres Interesse daran, Neumitglieder zu gewinnen. Sie sind daher vielleicht auch eher bereit, eine Schnupperlektion anzubieten.
- Ist die Auswahl an Angeboten und Sportarten zu beschränkt, können/sollen weitere Sportarten in die Auswahl einbezogen und deren SportleiterInnen kontaktiert werden. Die Angaben findet man auf Listen oder Broschüren mit einer Übersicht über lokale Sportangebote. Diese Broschüren sind regional unterschiedlich aufbereitet und verfügbar. Falls es kein offizielles Sportamt gibt, hilft ein Anruf auf der Gemeindeverwaltung. In der Regel weiss man dort, welche Behörde, Direktion oder Abteilung die Vereine betreut und über die Kontaktangaben verfügt.
- J+S ist momentan daran, eine nationale Vereinssport-Datenbank aufzubauen. Alle von J+S unterstützten Vereine werden mit den wichtigsten Angaben vertreten sein. Dazu gehören unter Anderem alle notwendigen Informationen für die Kontaktaufnahme mit einem Verein. Zugang zur Datenbank unter: **[www.feelok.ch/be.htm](http://www.feelok.ch/be.htm)**.
- Bestimmte Sportverbände verfügen über ein spezielles Angebot für Schulen. Zum Beispiel das sCOOL-Tag Angebot vom Schweizerischen Orientierungslauf-Verband. Informationen und Anmeldung unter: **[www.scool.ch](http://www.scool.ch)**, Rubrik Tour de Suisse.

## Material und Quellen

- Es sollen Angebote vorgestellt werden, die von den Kindern und Jugendlichen in der Folge auch besucht werden können. Das heisst, entsprechende Angebote müssen für die jeweilige Altersgruppe in der Region vorhanden sein. Um Enttäuschungen vorzubeugen, lohnt es sich, vorgängig abzuklären, ob Mitgliederbeschränkungen vorhanden sind und wieviel eine Mitgliedschaft kostet.
- Es soll eine möglichst vielfältige Auswahl an Angeboten getroffen werden, um möglichst alle SchülerInnen mit ihren unterschiedlichen Interessen abzuholen und gleichzeitig ihren Horizont zu erweitern.

## Hinweise



## Aktivität 9: Projekttag zum Thema Bewegungsaktivitäten und Sportarten

Ein Projekttag eignet sich sehr gut als eine Art praktisches Startsignal für die Auseinandersetzung mit Bewegungsaktivitäten und Sportarten. Mit «Projekttag» ist ein spezieller Anlass gemeint, d. h. ein Tag, an dem verschiedene Bewegungs- und Sportformen praktisch und intensiv erfahren werden können.

Damit der Tag auch als Signal wirkt, empfiehlt es sich, die Inhalte durch externe Personen anleiten zu lassen und ihn an einem für die Kinder ungewohnten Ort durchzuführen. Die Nutzung einer speziellen Sportanlage ermöglicht es zudem, Sportarten oder Aktivitäten kennen zu lernen, welche an der Schule nicht durchführbar sind. Das kann die Nutzung einer Sportanlage innerhalb der Gemeinde sein, in der nächsten grösseren Stadt oder in einem regionalen Sportzentrum. Empfehlenswert ist, am Projekttag mehrere Aktivitäten vorzustellen, wenn möglich in kleineren Gruppen (ca. 10–12 SchülerInnen). Ziel des Projekttags ist nicht die vertiefte Auseinandersetzung mit einer oder mehreren Sportart/en. Es geht vielmehr darum, Begeisterung und Interesse bei den Schülerinnen und Schülern zu wecken. Die Vertiefung kann in der Folge an der Schule und in den Vereinen stattfinden.

Arbeitsblatt 12 gibt ein Beispiel eines Projekttages, der während der Entwicklungsphase des Handbuchs stattgefunden hat.

|  |                           |
|--|---------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Begeisterung und Interesse wecken</li> <li>• Neues kennenlernen</li> <li>• Startschuss für das Schnuppern und die vertiefte Auseinandersetzung mit Sportaktivitäten</li> </ul>  | <p><b>Ziele</b></p>       |
| <p>1.–9. Klasse</p>  | <p><b>Schulstufen</b></p> |
| <p>Am Projekttag kann es auch darum gehen, eine einzelne Sportart oder Aktivität vertieft und intensiv kennen zu lernen. Dafür sind aber eine vorgängige Auseinandersetzung und der gemeinsame Entschluss mit der Klasse nötig.</p>                            | <p><b>Varianten</b></p>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorbereitungszeit: je nach Form des Tages 2 Stunden bis 2 Tage</li> <li>• Durchführung: 1 Tag</li> <li>• Nachbereitung im Falle einer Zusammenarbeit mit externen Personen oder mehreren Klassen: 1 Stunde</li> </ul> | <p><b>Dauer</b></p>       |



- Arbeitsblatt 12
- Infrastruktur: wenn möglich sollten nicht die Anlagen der Schule benutzt werden, sondern schulexterne Anlagen. Regionale oder nationale Sportzentren sind gut im Internet zu finden. Das Material ist meistens vor Ort vorhanden. Es muss aber abgeklärt werden, zu welchen Konditionen die Anlagen und das Material benutzt werden können.
- Unabhängig von der fachlichen Kompetenz der Lehrpersonen in verschiedenen Sportarten lohnt sich der Beizug von externen Fachpersonen. In der Regel hat die Vermittlung durch eine den Schülerinnen und Schülern unbekannt Person eine positive Wirkung. Das Neue und Unbekannte, welches die Person mit sich bringt, weckt Interesse und löst Begeisterung aus.
- Die Durchführung eines Projekttag ist meistens mit Kosten verbunden. Um diese tief zu halten, kann ein Projekttag zum Beispiel anstelle einer Schulreise stattfinden. Die Kosten können aber auch zum Beispiel durch einen Sponsorenlauf gedeckt werden.
- Es lohnt sich, den Projekttag klassenübergreifend durchzuführen. Die Organisation und die Kosten können geteilt werden. Der Austausch zwischen den Klassen wird mit der Durchmischung in Tagesgruppen gefördert, die im Rotationsprinzip verschiedene Angebote kennenlernen.

---

#### Material und Quellen

---

#### Hinweise

## Arbeitsblatt 12: Beispiel eines Projekttages

Dieser Projekttag fand während der Entwicklungsphase des Handbuchs statt. Beteiligt waren zwei vierte und eine sechste Klasse der Schule Rosenberg aus Neuhausen. Die Lehrkräfte nutzten den Projekttag als Startschuss für die Auseinandersetzung mit dem Thema der sozialen Integration durch Bewegung und Sport.

### Anlass

Für den Tag konnten die Anlagen des Bundesamtes für Sport in Magglingen genutzt werden. Die drei Klassen reisten am Morgen mit ihrer Lehrerin/ihren Lehrern aus Neuhausen an. Die SchülerInnen wurden begrüßt und dann in vier klassenübergreifende Kleingruppen verteilt, die jeweils von einer Betreuungsperson durch den Tag begleitet wurden.

### Ablauf

Der Vormittag war als Postenbetrieb organisiert. Im Rotationsprinzip konnten vier verschiedene Angebote ausprobiert werden: Grosses Trampolin, Baseball, Klettern und Tischtennis. Pro Station standen 45 Minuten zur Verfügung. Die Anleitung übernahmen Fachpersonen des Bundesamtes für Sport, unterstützt von der Lehrerin und den Lehrern.

Nach einem gemeinsamen Picknick stand am Nachmittag ein Orientierungslauf auf dem Programm. Die Kinder schlossen sich in Gruppen von drei bis maximal fünf Schülerinnen und Schülern zusammen. Im Zentrum des Spiels standen natürlich die OL-Posten. Die Kinder hatten aber zusätzlich einen Auftrag in der Gruppe zu lösen. So mussten sie sich organisieren und in der Gruppe zusammenarbeiten. Nach einer kurzen Rangverkündung und Verabschiedung durch die Helfer von Magglingen machten sich die Klassen wieder auf den Heimweg.

Der Tag hat als Startschuss für die Klassen sehr gut funktioniert, und das Interesse der Kinder für verschiedenste Bewegungsformen konnte geweckt werden. Alle waren mit voller Begeisterung bei der Sache, obwohl der Tag mit der weiten An- und Abreise und dem dichten Programm sehr anstrengend war. Einer der Lehrer fasst die Erfahrungen so zusammen:

### Auswertung

**«Die Kinder, und auch die Lehrer, waren restlos begeistert vom gestrigen Tag und dem Programm, das ihr für uns zusammengestellt und angeboten habt.»**

**Primarschullehrer Schule Rosenberg, Neuhausen**

Die LehrerInnen konnten die Dynamik, welche der Tag ausgelöst hat, in den Unterricht mitnehmen und auf die weiteren Aktivitäten übertragen.



## Aktivität 10: Klassenlager/Landschulwoche mit Thema Bewegungsaktivitäten und Sportarten

Ein Klassenlager oder eine Landschulwoche bietet die Möglichkeit, sich intensiv mit Bewegungs- und Sportaktivitäten auseinanderzusetzen.

### Beschreibung

Die Woche kann zu verschiedenen Zeitpunkten der Beschäftigung mit dem Thema angesetzt werden. Zu Beginn der Arbeit kann sie die Motivation, das Interesse und die Begeisterung wecken, die im weiteren Verlauf der Umsetzung wichtig sind. Stehen Bewegungsaktivitäten und Sportarten im Zentrum einer solchen Woche, bedeutet das nicht, dass die Beschäftigung damit ausschliesslich praktischer Natur sein muss. Die Verknüpfung mit einer theoretischen Auseinandersetzung ist gut möglich (Aktivitäten 2, 4 und 5). Die praktischen Aktivitäten sollten aber deutlich mehr Gewicht haben. Je nachdem, zu welchem Zeitpunkt die Woche angesetzt wird, ergeben sich andere Schwerpunkte und auch andere Ziele (siehe Varianten).

- Begeisterung, Motivation und Interesse wecken
- Horizont erweitern

### Ziele

4.–9. Klasse

### Schulstufen

- Die Woche wird während der Beschäftigung mit dem Thema angesetzt. Durch vorgängige Aktivitäten hat bereits eine Auseinandersetzung mit dem Thema stattgefunden. Eine Intensivwoche kann so unter Berücksichtigung der Interessen der SchülerInnen gestaltet werden und je nach Schulstufe auch partizipativ mit ihnen geplant, vorbereitet und durchgeführt werden.
- Die Woche wird am Ende der Beschäftigung mit dem Thema angesetzt. Die SchülerInnen können bei dieser Form am intensivsten bei der Wahl der Inhalte und der Gestaltung der Woche einbezogen werden. Ziel der Woche ist, einen krönenden Abschluss der Umsetzung zu gestalten und zu erleben.

### Varianten

- Vorbereitungszeit: Je nach Inhalten und Form 1–2 Tage
- Durchführung: 1 Woche
- Auswertung: 1–2 Stunden, je nachdem wie viele Personen beteiligt waren

### Dauer



- Je nach Wahl der Inhalte und der Ziele der Woche fällt die Wahl des Lagerorts auf ein Sportzentrum mit spezifischer Infrastruktur und dem dazugehörigen Material. Werden Inhalte gewählt, die keine spezifische Infrastruktur erfordern, ist man bei der Wahl des Lagerorts flexibler. Dafür muss eventuell das Material selber organisiert werden.
- Lehrmittel zu verschiedenen Sportarten oder Bewegungsaktivitäten
- Jugend und Sport (J+S) ist momentan daran, zu den von J+S anerkannten Sportarten «Sportartenclips» zu erstellen. In den Filmsequenzen wird innerhalb einer Minute eine Sportart vorgestellt. Ihre Eigenheiten werden vermittelt und es wird gezeigt, was zur Ausübung der Sportart gehört. Die Clips können auf der Seite: [www.feelok.ch/be.htm](http://www.feelok.ch/be.htm) angeschaut werden. Bis Ende 2007 werden 20 verschiedene Sportarten aufgeschaltet sein, Ende 2009 sind alle 70 J+S-Sportarten mit einem Clip vertreten. Auf der Seite finden sich zudem weitere interessante Informationen zu den Themen Bewegung, Sport und Ernährung.

#### Material und Quellen

- Der Beizug von externen Fachpersonen ermöglicht eine optimale Vermittlung und Anleitung der gewählten Sportarten. Ausserdem erleben die SchülerInnen etwas Besonderes, das ihnen in Erinnerung bleibt.
- Es kann sich lohnen, diese Aktivität klassenübergreifend durchzuführen. Bei guter Arbeitsteilung und Zusammenarbeit ist der Aufwand kleiner und die Organisation einfacher. Ausserdem wird der Austausch zwischen den Schülerinnen und Schülern verschiedener Klassen gefördert.
- Eine Auswertung und Verarbeitung der Woche mit der Klasse ist im Hinblick auf eine nachhaltige Wirkung wichtig (Aktivitäten 15 und 16).

#### Hinweise



## «ausprobieren»

### **Hemmschwellen abbauen, Kontakte zu Sportanbietern knüpfen**

Nach der 1. Stufe geht es darum, die entstandene Dynamik und das Interesse zu nutzen und verschiedene Angebote direkt beim organisierten Sport auszuprobieren. Um den Zugang zu lokalen Sportangeboten zu finden, sollten die interessierten SchülerInnen sie unbedingt in einem regulären Training ausprobieren und erleben können. Andernfalls fehlt der letzte Schritt, um die Plattform, die der organisierte Sport für die Integration bietet, tatsächlich zu nutzen. Damit solche Probetrainings (Schnuppertrainings) erfolgreich ablaufen, ist eine Absprache mit den betreffenden Sportleiterinnen und Sportleitern wichtig. Dabei sind partnerschaftliches Vorgehen, persönliche Kontakte und der Zugang via Schlüsselpersonen (z. B. bereits in einem Verein aktive Kinder oder aktive Eltern) sehr hilfreich.

*Den meisten Kindern und Jugendlichen – vor allem Kindern und Jugendlichen, die noch nicht lange in der Schweiz sind und eventuell auch Sprachschwierigkeiten haben – fällt es nicht leicht, den Schritt in eine neue Gruppe zu wagen. Die SchülerInnen selbst können sich gegenseitig dabei helfen und eventuelle Hemmschwellen gemeinsam abbauen.*

Ein Schnupperbesuch zu zweit oder in einer kleinen Gruppe ist viel einfacher als allein. Bereits sportlich aktive Kinder funktionieren als «Türöffner»: sie können ihren Klassenkameradinnen und Klassenkameraden den Einstieg wesentlich erleichtern, wenn sie sie ins Training mitnehmen.

## Aktivität 11: Patensystem aufbauen und Tandems bilden

Im Unterricht werden Tandems gebildet und Paten und Patinnen gesucht, um den Kontakt und den Zugang zu den Angeboten des organisierten Sports zu erleichtern.

Ein Tandem verbindet an einer Sportart interessierte SchülerInnen zu einem Team, was den ersten Schritt, etwas Neues auszuprobieren, einfacher macht. Sie schnuppern gemeinsam in einem für alle neuen Angebot.

Beim Patensystem werden bereits in einem Sportangebot aktive SchülerInnen als BegleiterInnen und Türöffner für interessierte «Neulinge» eingesetzt.

Ausgehend von den Aktivitäten 3–6, die eine Übersicht über vorhandene und gewünschte Angebote bieten, können nun Patinnen und Paten gesucht und Tandems organisiert werden.

Die SchülerInnen verabreden im Unterricht, wann sie sich wo treffen, um gemeinsam zum Trainingsort zu gehen und auch, wie sie nach dem Training wieder nach Hause kommen. Je nach Alter ist vor allem bei den für die Kinder noch unbekanntem Angeboten eine Begleitperson (LehrerInnen, Eltern oder andere HelferInnen) nötig.

- Einstieg in Trainings erleichtern, Zugangshürden herabsetzen
- Klassengeist und Verantwortungsbewusstsein fördern
- Akzeptanz und Identifikation mit den Aktivitäten durch aktiven Einbezug der SchülerInnen fördern

### Beschreibung

### Ziele

5.–9. Klasse

### Schulstufen

- Arbeiten mehrere LehrerInnen einer Schule zusammen, können Paten und Patinnen und Tandems klassenübergreifend gesucht bzw. gebildet werden.
- Patensysteme oder Tandems sind auch mit jüngeren Schülerinnen und Schülern (1. bis 4. Klasse) möglich, allerdings brauchen sie sehr viel Hilfe und Unterstützung bei der Organisation. In der Regel empfiehlt sich die Begleitung durch eine erwachsene Person. Die Verabredungen und Besuche müssen im Unterricht vorbesprochen werden. Die Kinder müssen genau wissen, wann welches Training wo stattfindet und wie viel Zeit sie für den Weg brauchen, und sich diese Angaben ins Aufgabenbüchlein schreiben. Die LehrerInnen sollten die Eltern über die Verabredungen informieren und bei den Kindern nachfragen, ob sie diese eingehalten haben.

### Varianten

- Bildung von Tandems und Suche nach Paten und Patinnen: 1 Lektion
- Trainingsbesuche: Freizeit der SchülerInnen
- Besprechen der Besuche: Innerhalb einer Woche danach, zusammen 1–2 Lektionen

### Dauer



- 
- In den Aktivitäten 3–5 gesammelte Angaben über Trainingszeiten und Lokalitäten
  - Listen oder Broschüren mit den Informationen zu den gewählten Sportangeboten
  - Informationsmaterial der Vereine
  - Aufgabenbüchlein
  - Informationsbrief an die Eltern

#### **Material und Quellen**

- 
- Voraussetzung für diese Aktivität ist, dass bereits eine Aktivität aus der Stufe «mobilisieren» durchgeführt wurde.
  - Die Patinnen und Paten müssen bereit sein, eine gewisse Verantwortung für die anderen SchülerInnen zu übernehmen. Sie müssen die Gruppe informieren, welche Ausrüstung benötigt wird. Sie müssen ihre Patenkinder vom verabredeten Ort zum Training führen, ihnen den Ablauf erklären und sich vor und während des Trainings um sie kümmern.
  - Es ist wichtig, die Erfahrungen der Kinder nach den Trainingsbesuchen im Unterricht zu besprechen. Zur Auswertung von Schnuppertrainings finden sich in Aktivität 16 genauere Informationen.

#### **Hinweise**



## Aktivität 12: Schnuppern in lokalen Bewegungs- und Sportangeboten

Um wirklich den Schritt in organisierte Bewegungs- und Sportangebote zu wagen, sollten die interessierten SchülerInnen sie in einem regulären Training ausprobieren und erleben können. Ein unverbindlicher Schnupperbesuch erleichtert dabei das Kennenlernen und den Zugang erheblich.

Die vorangehenden Aktivitäten sind Vorbereitung für dieses Schnuppern. Das Interesse und die Begeisterung der SchülerInnen wurden geweckt – nun sind sie motiviert, den organisierten Sport direkt zu erfahren.

In welcher Form diese Schnupperbesuche stattfinden, ist abhängig von der Schulstufe, der Situation in der Klasse und der Zielsetzung der LehrerInnen. Bei den Varianten werden drei mögliche Vorgehensweisen aufgeführt. Diese drei Varianten werden in den Arbeitsblättern 14, 15 und 16 im Detail beschrieben.

Damit die Schnupperbesuche im Rahmen des Schulunterrichts möglich sind, müssen die Eltern informiert und wenn möglich einbezogen werden. Eine übersichtliche Organisation und Information ist dabei hilfreich. Mit Hilfe von Arbeitsblatt 13 werden wichtige Angaben zu den Trainings festgehalten. Ein spezielles Augenmerk gilt dem Weg zum Training und nach dem Training nach Hause. Diese Übersicht dient den Kindern als Erinnerungshilfe und kann den Eltern als Information abgegeben werden. Nach dem Schnuppern werden die Erlebnisse und Eindrücke der SchülerInnen im Unterricht thematisiert und diskutiert (Aktivität 15).

- Direkte Erfahrungen im organisierten Sport ermöglichen
- Horizont erweitern

1.–9. Klasse

- **Von der Lehrperson organisiertes Schnuppern:** Die Auswahl der Sportangebote wird von den Lehrpersonen getroffen, der Kontakt zu den Sportleiterinnen und Sportleitern von ihnen geknüpft. Die SchülerInnen erhalten eine Übersichtsliste, woraus sie wiederum eine Auswahl treffen. Sie besuchen aber mindestens ein Angebot. Sind mehrere Klassen und LehrerInnen beteiligt, lohnt sich eine gemeinsame Organisation. Der Organisationsaufwand wird für die Einzelnen kleiner und das Spektrum der vertretenen Sportarten grösser. Detaillierter Beschrieb auf Arbeitsblatt 14.

### Beschreibung

### Ziele

### Schulstufen

### Varianten

- **Schnuppern im Rahmen des Schulunterrichts:** Das Schnuppern kann auch an der Schule durchgeführt werden. Die Auswahl wird auch in diesem Fall vom Lehrpersonal getroffen, die Kontaktaufnahme läuft über sie. Viele Vereine sind interessiert und gerne bereit, ihr Angebot an der Schule zu präsentieren. Speziell in den tiefen Schulstufen wird der Erstkontakt zur Sportleiterin/zum Sportleiter erleichtert, wenn er im für die SchülerInnen vertrauten Umfeld der Schule stattfindet. Im Rahmen dieses Schulbesuchs kann ein weiterführender Schnupperbesuch einzelner SchülerInnen organisiert werden. Auch bei dieser Variante ist die gemeinsame Organisation mehrerer Lehrkräfte empfehlenswert. Detaillierter Beschrieb auf Arbeitsblatt 15 (vergleiche auch Aktivität 8).
- **Selbständig organisiertes Schnuppern:** Die SchülerInnen erhalten den Auftrag, in einem Angebot zu schnuppern. Sie müssen sich selber darum kümmern, das heisst, den Kontakt und Besuch selbständig organisieren, das Training besuchen und danach von ihren Erfahrungen berichten. Sie können das alleine, zu zweit oder in einer Gruppe machen. Detaillierter Beschrieb auf Arbeitsblatt 16 und Anleitung für die SchülerInnen auf Arbeitsblatt 17.

## Varianten

- Vorbereitungszeit: je nach Vorgehen und Anzahl der Angebote 2–6 Stunden
- Schnuppern: pro Schnupperbesuch eine Hausaufgabe
- Besprechen der Besuche: 1–2 Lektionen

## Dauer

- Arbeitsblätter 13–17
- Eine geeignete Auswahl aus lokalen Angeboten kann auf der Grundlage der aus den Aktivitäten 3–5, 8, 11 und 20 gewonnenen Erkenntnissen getroffen werden. Als Ergänzung eignen sich persönliche Kontakte der Lehrpersonen.
- Ist diese Auswahl zu beschränkt, werden weitere Sportanbieter angefragt. Die entsprechenden Angaben findet man auf Listen oder Broschüren mit einer Übersicht über lokale Sportangebote. Diese sind regional unterschiedlich aufbereitet und verfügbar. Falls es kein offizielles Sportamt gibt, hilft ein Anruf auf der Gemeindeverwaltung. In der Regel weiss man dort, welche Behörde, Direktion oder Abteilung die Vereine betreut und über die Kontaktangaben verfügt.
- **www.feelok.ch/be.htm** – Sportinteressensbarometer, Sportartenclips und Kontaktinformationen zu den lokalen Angeboten. Anhand einer Befragung zu den persönlichen Interessen und Ausrichtungen schlägt der Sportinteressensbarometer verschiedene in Frage kommende Sportarten vor. Diese werden in Text (Beschreibung), Bild und Ton (Sportartenclips) vorgestellt. Dazu werden die nötigen Kontaktinformationen für die lokalen Angebote aufbereitet.

## Material und Quellen

- Für die Auswahl der Sportarten sind in erster Linie Sportangebote der Region geeignet, die auf den Breitensport ausgerichtet sind und Trainings für die entsprechende Altersgruppe beinhalten.
- Entscheidend für die Auswahl der Sportarten ist nicht, ob es sich bei den Angeboten um Mannschafts- oder Einzelsportarten handelt. Wichtig ist, wie ein Training angeleitet und ausgeübt wird. Die Kinder und Jugendlichen sind in eine Trainingsgemeinschaft eingebunden, interagieren und lernen und erfahren gemeinsam Neues. Sie können andere beobachten, werden selbst beobachtet und erhalten Rückmeldungen.

## Hinweise

- Falls mehrere Angebote besucht werden, sollte darauf geachtet werden, dass für die Phase des Schnupperns genug Zeit eingeplant wird. In zu kurzen Zeitintervallen organisierte Schnupperbesuche sind im Hinblick auf die Aufnahmefähigkeit der SchülerInnen nicht sinnvoll.
- Besonders geeignet für den Einstieg in den organisierten Sport sind niederschwellige Angebote wie freiwillige Schulsportangebote, Ferienpassangebote oder spezielle, zeitlich begrenzte Kurse. Diese Angebote weisen tiefere Einstiegshürden auf, da sie informeller strukturiert, weniger verbindlich und auf Kinder und Jugendliche ausgerichtet sind, die wenig Erfahrung mit Sporttrainings haben. Ausserdem finden sie häufig in einem den Schülerinnen und Schülern bekannten und vertrauten Umfeld und unmittelbar nach der Schule statt.
- Bei der Auswahl der Angebote sollte darauf geachtet werden, dass nicht nur klassische Sportarten für Knaben zum Zug kommen, sondern auch Angebote, welche die Mädchen ansprechen.
- Die Kontaktaufnahme zu den lokalen Sportanbietern ist am erfolgreichsten, wenn die SportleiterInnen über bereits aktive SchülerInnen und andere persönliche Kontakte angesprochen werden. Da die meisten von ihnen ehrenamtlich in den Vereinen tätig sind, sind sie am besten an Randzeiten (über Mittag, am Abend) telefonisch erreichbar.
- Sind die Angebote unbekannt, sind vorgängige Trainingsbesuche durch die Lehrperson sinnvoll. Die pädagogischen und sozialen Kompetenzen der SportleiterInnen und die Stimmung im Training können so beobachtet werden. Der Umgang der SportleiterInnen mit den Kindern und mit Konflikten, der Aufbau, die Anleitung und Gestaltung (Schwerpunkt auf gemeinsamen Erlebnissen, Austausch, Wechsel zwischen Mit- und Gegeneinander) des Trainings helfen bei der Auswahl und können negativen Erlebnissen vorbeugen.
- Wenn die Finanzierung eines Vereinsbeitritts oder die Kosten der Ausrüstung problematisch sind, gibt es in den meisten Fällen eine Lösung. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, um an günstiges, gebrauchtes Material für die Ausrüstung zu kommen. Gebrauchtes Material anderer SchülerInnen, des Vereins oder aus Tausch- und Sportartikelbörsen ist meist günstig oder sogar gratis zu haben. Auch für die Mitgliederbeiträge lässt sich einiges organisieren. Beispielsweise verfügen gewisse Vereine über spezielle Fonds oder Vergünstigungen für solche Fälle.
- Eine Auswertung der Besuche ist in allen Schulstufen empfehlenswert (Aktivität 15). Einzelne positive und negative Erlebnisse können so verarbeitet werden. Das regelmässige Nachfragen unterstützt das «dranbleiben» der SchülerInnen. Die Erfahrungen können an andere weitergegeben werden, und das Interesse am Thema bleibt hoch.
- Die Kinder können zum selbstständigen Weiterschnuppern animiert werden. Ab der 4./5. Klasse sind die Kinder selbständig genug, dass sie sich nach einem glücklichen Start selber organisieren und weiterschnuppern können.
- Zum Kontakt mit dem organisierten Sport siehe auch Exkurs «lokale Sportangebote – organisierter Sport» am Schluss des Handbuchs.

## Hinweise

## Arbeitsblatt 13: Organisationshilfe für das Schnuppern

| Woche<br>vom ____ bis ____                    | Montag<br>Datum: | Dienstag<br>Datum: | Mittwoch<br>Datum: | Donnerstag<br>Datum: | Freitag<br>Datum: | Samstag<br>Datum: |
|---|------------------|--------------------|--------------------|----------------------|-------------------|-------------------|
| Training<br>(Zeit, Ort und<br>SportleiterIn): |                  |                    |                    |                      |                   |                   |
| Kontaktangaben:                               |                  |                    |                    |                      |                   |                   |
| Begleitperson:                                |                  |                    |                    |                      |                   |                   |
| Mitnehmen:                                    |                  |                    |                    |                      |                   |                   |
| SchülerInnen:                                 |                  |                    |                    |                      |                   |                   |

## Arbeitsblatt 14: Von den Lehrpersonen organisiertes Schnuppern

Jeder Schüler/jede Schülerin schnuppert in mindestens einem regulären Training eines Vereins oder eines anderen Bewegungsangebots. Die Auswahl der in Frage kommenden Angebote wird von den Lehrerinnen und Lehrern getroffen, der Kontakt zu den Sportleiterinnen und Sportleitern von ihnen geknüpft. Die SchülerInnen erhalten eine Übersichtsliste, woraus sie wiederum eine Auswahl treffen. Das Schnuppern wird entweder in Gruppen organisiert und von einem Erwachsenen begleitet (für tiefe Schulstufen nötig) oder im Rahmen eines Tandem- oder Patensystems organisiert (Aktivität 11). Unbedingt darauf geachtet werden sollte, dass auch der Hin- und Heimweg und die Begleitung der Gruppe organisiert werden. Wenn möglich werden die Eltern dafür einbezogen.

Die Lehrkräfte legen fest, in welchem Zeitraum (2–3 Wochen) das Schnuppern stattfindet. Die SportleiterInnen der ausgewählten Angebote werden kontaktiert, um abzuklären, ob ein Schnupperbesuch möglich ist und wie gross die schnuppernde Gruppe sein darf. Diese und weitere wichtige Informationen zu den Trainings (wann, wo, was mitbringen, Kontaktangaben der SportleiterInnen usw.) werden auf Arbeitsblatt 13 festgehalten. Im Unterricht wird die Auswahl besprochen, die SchülerInnen entscheiden sich für mindestens ein Angebot und werden auf Arbeitsblatt 5 eingetragen. Diese Übersicht dient den Kindern als Erinnerungshilfe und kann den Eltern als Information abgegeben werden.

Nach dem Schnuppern werden die Eindrücke und Erlebnisse in der Klasse ausgetauscht und verarbeitet. Am folgenden Tag berichten die SchülerInnen von ihren Besuchen. Dazu genügt eine Viertelstunde einer Lektion pro Tag. Auch schriftliche Berichte oder Zeichnungen eignen sich für die Auswertung der Schnupperbesuche (Aktivität 15).

### Beschreibung

- Alle SchülerInnen lernen eine Bewegungs- oder Sportaktivität, eine Sportleiterin/ einen Sportleiter und eine Trainingsgruppe in einem regulären Training kennen
- Eine erste Begegnung mit dem organisierten Sport findet statt
- Die Hürden zum Aktivsein werden gesenkt

### Ziele

1.–9. Klasse (speziell 4.–6. Klasse und 1.–3. Klasse in einem 2. Schritt)

### Schulstufen

- Vorbereitung: Die Absprache mit SportleiterInnen, zu denen bereits Kontakte bestehen, braucht wenig Zeit. Die benötigte Zeit für den Aufbau eines Neukontaktes variiert demgegenüber je nach Erreichbarkeit der SportleiterInnen. Pro Kontakt muss mit 10–30 Minuten gerechnet werden.
- Organisation im Unterricht: 1–2 Lektionen.
- Schnuppern: pro Schnupperbesuch eine Hausaufgabe
- Besprechen der Besuche: 1–2 Lektionen

### Dauer

- Arbeitsblatt 13
- Um eine geeignete Auswahl aus lokalen Angeboten zu treffen, können die Erkenntnisse aus den Aktivitäten 3–5, 8, 11 und 20 genutzt werden. Als Ergänzung eignen sich persönliche Kontakte der LehrerInnen.
- Ist diese Auswahl zu beschränkt, werden weitere Angebote gesucht. Die Angaben findet man auf Listen oder Broschüren mit einer Übersicht über lokale Sportangebote. Diese sind regional unterschiedlich aufbereitet und verfügbar. Falls es kein offizielles Sportamt gibt, hilft ein Anruf auf der Gemeindeverwaltung. In der Regel weiss man dort, welche Behörde, Direktion oder Abteilung die Vereine betreut und über die Kontaktangaben verfügt.

### Material und Quellen

- 
- Besonders geeignet für den Einstieg in den organisierten Sport sind niederschwellige Angebote wie freiwillige Schulsportangebote, Ferienpassangebote oder spezielle, zeitlich begrenzte Kurse. Diese Angebote weisen tiefere Einstiegschürden auf, da sie informeller strukturiert, weniger verbindlich und auf Kinder und Jugendliche ausgerichtet sind, die wenig Erfahrung mit Sporttrainings haben. Ausserdem finden sie häufig in einem den Schülerinnen und Schülern bekannten und vertrauten Umfeld und unmittelbar nach der Schule statt.
  - Vor den Besuchen sollten die LehrerInnen Kontakt mit den LeiterInnen der betreffenden Trainings aufnehmen, damit sich diese auf einen Besuch vorbereiten können. Wenn der Besuch in Gruppen stattfindet, muss vor dem Besuch mit den Sportleiterinnen und Sportleitern abgesprochen werden, wie viele zusätzliche SchülerInnen ins Training kommen können. Zudem ist abzuklären, ob im betreffenden Trainingsangebot Neumitglieder willkommen sind und welche Kosten bei einer Teilnahme entstehen.
  - Für weitere Hinweise zum Schnuppern vergleiche Aktivität 12.
- 

## Hinweise

## Arbeitsblatt 15: Schnuppern im Rahmen des Schulunterrichts

Statt in regulären Vereinstrainings zu schnuppern, erleben die SchülerInnen externe SportleiterInnen im Sportunterricht. Diese werden an die Schule eingeladen und können im für die SchülerInnen vertrauten Rahmen ihr Angebot vorstellen. Im Anschluss an die Sportstunde kann abgeklärt werden, ob jemand ein reguläres Training besuchen möchte. Die Auswertung solcher Schnupperstunden im Sportunterricht findet unmittelbar nach der Lektion statt (Aktivität 15).

### Beschreibung

- Vereinfachter Einstieg zu Schnupperbesuchen in regulären Trainings
- Kontakt zwischen Schülerinnen/Schülern und Sportleitenden ermöglichen
- Abholen der Schülerinnen und Schüler
- Neues kennen lernen und praktisch erleben

### Ziele

1.–9. Klasse (speziell für 1.–3. Klasse)

### Schulstufen

- Vorbereitung: Die Absprache mit Sportleiterinnen und Sportleitern, zu denen bereits Kontakte bestehen, braucht wenig Zeit. Die benötigte Zeit für den Aufbau eines Neukontaktes variiert je nach Erreichbarkeit der SportleiterInnen. Pro Kontakt muss mit 10–30 Minuten gerechnet werden.
- Besuche von Sportleiterinnen und Sportleitern: pro Besuch 1–2 Lektionen
- Auswertung: im Anschluss an die Lektion 15 Minuten

### Dauer

- Um eine geeignete Auswahl aus lokalen Angeboten zu treffen, können die Erkenntnisse aus den Aktivitäten 3–5, 8, 11 und 20 genutzt werden. Als Ergänzung eignen sich persönliche Kontakte der Lehrpersonen.
- Ist diese Auswahl zu beschränkt, werden weitere Angebote gesucht. Die Angaben findet man auf Listen oder Broschüren mit einer Übersicht über lokale Sportangebote. Diese sind regional unterschiedlich aufbereitet und verfügbar. Falls es kein offizielles Sportamt gibt, hilft ein Anruf auf der Gemeindeverwaltung. In der Regel weiss man dort, welche Behörde, Direktion oder Abteilung die Vereine betreut und über die Kontaktangaben verfügt.

### Material und Quellen

- Der Besuch einer externen Sportleiterin/eines externen Sportleiters ist eine Chance; viele SportleiterInnen sind gerne bereit, ihr Angebot an der Schule zu präsentieren. Die Organisation ist jedoch nicht immer ganz einfach, weil viele SportleiterInnen diese Tätigkeit ehrenamtlich ausführen und tagsüber arbeiten. Soll ein Besuch realisiert werden, ist von der Schulseite Flexibilität gefordert (Abtausch von Sportstunden in der Sporthalle).
- Ist der Besuch einer Sportleiterin/eines Sportleiters an der Schule nicht möglich (Zeitpunkt tagsüber oder Material/Infrastruktur nicht vorhanden), kann der Besuch alternativ als Teil des obligatorischen Unterrichts, d.h. als Lektion mit der ganzen Klasse am Abend und/oder ausserhalb der Schule durchgeführt werden.
- Findet das Schnuppern an der Schule statt, lohnt es sich, wenn sich mehrere Klassen zusammenschliessen (2–3 Klassen). Die Organisation der Besuche kann auf die beteiligten Lehrpersonen verteilt werden, und mehrere Klassen können davon profitieren.
- Falls mehrere SportleiterInnen ihre Angebote vorstellen, sollte darauf geachtet werden, dass für diese Phase genug Zeit eingeplant wird. Ein zu dichtes Programm ist im Hinblick auf die Aufnahmefähigkeit der SchülerInnen nicht sinnvoll.
- Für weitere Hinweise zum Schnuppern vergleiche Aktivität 12.

### Hinweise

## Arbeitsblatt 16: Selbständig organisiertes Schnuppern der SchülerInnen

Jede Schülerin/jeder Schüler wählt eine Sportart aus einer vorgängig zusammengestellten Auswahl aus dem lokalen Sportangebot aus und geht in einem Training oder einem Bewegungsangebot schnuppern. Die SchülerInnen können alleine, zu zweit oder in einer Gruppe schnuppern gehen.

In dieser Variante organisieren die SchülerInnen den Schnupperbesuch möglichst selbständig. Als Vorbereitung und Hilfe werden im Unterricht die wichtigsten Schritte besprochen:

- **Auswahl der Sportart oder der Aktivität:** als erstes müssen sich die SchülerInnen für eine Sportart oder Aktivität entscheiden. Dabei können entweder vorhandene Broschüren zum lokalen Bewegungs- und Sportangebot und/oder eine vorgängig im Unterricht erstellte Liste mit einer Auswahl der verschiedenen lokalen Angebote benutzt werden (Aktivitäten 3–5, 8 und 20)
- **Organisation im Unterricht:** Als nächstes sprechen die SchülerInnen untereinander ab, ob sie alleine oder gemeinsam schnuppern gehen wollen. Dies wird auf Arbeitsblatt 13 festgehalten.
- **Vorbereitungen der Kontaktaufnahme:** Als nächstes wird die Kontaktaufnahme (welche die SchülerInnen als Hausaufgabe erledigen) durchgespielt. Dazu kann gemeinsam das Arbeitsblatt 17 besprochen und ausgefüllt werden. Dieses dient den Schülerinnen und Schülern als Hilfe bei der Anfrage.

Folgende Punkte werden gemeinsam besprochen und festgehalten:

- **Name und Telefonnummer der Kontaktperson:** Wer ist Kontaktperson für das gewählte Training, wann und wo ist sie erreichbar (Arbeit, Privat, im Training).
- **Grund der Anfrage:** Um den Einstieg in das Gespräch zu erleichtern, ist es hilfreich, wenn die SchülerInnen den Grund ihrer Anfrage auf ihrem Arbeitsblatt festhalten.
- **Daten für einen Schnupperbesuch:** Soll das Schnuppern in einem bestimmten Zeitraum stattfinden, werden die Daten und Wochentage der in Frage kommenden Trainings festgehalten.
- **Was gilt es abzuklären:** Falls ein Schnupperbesuch möglich ist (ein Schüler/eine Schülerin oder mehrere), muss abgeklärt und festgehalten werden, wann und wo das Training stattfindet (sind Beginn und Ende des Trainings am selben Ort?), wie lange es dauert, was mitgenommen werden muss (Kleider, Schuhe, Material), ob spezielles Material ausgeliehen werden kann und ob es sonst noch etwas Wichtiges zu beachten gibt.
- **Individuelles:** Hier werden individuelle Erinnerungstützen notiert.
- **Abschluss des Gesprächs:** Bevor man sich verabschiedet, lohnt es sich, das Wichtigste nochmals zu wiederholen.
- **Organisation des Schnupperbesuchs:** Die Organisation ist eine Wochenhausaufgabe (zum Teil erreicht man SportleiterInnen nicht auf Anhieb). Sobald alle sie erledigt haben, werden die Angaben auf der Organisationshilfe für das Schnuppern (Arbeitsblatt 13) zusammengetragen. Dieses Blatt dient als Übersicht für die Lehrperson und kann als Informationsblatt an die SchülerInnen und Eltern abgegeben werden.

### Beschreibung

- Selbständiges Organisieren eines Schnuppertrainings
- Kennenlernen einer neuen Sportart/Aktivität
- Selbständigkeit der SchülerInnen fördern

## Ziele

5.–9. Klasse

## Schulstufen

- Vorbereitung der LehrerInnen: Werden vorgängig Aktivitäten 3–5, 8 oder 20 durchgeführt, kann die daraus entstandene Auswahl an lokalen Angeboten übernommen werden, ansonsten braucht es 1–2 Stunden zum Zusammentragen und Auswählen von geeigneten lokalen Angeboten
- Vorbereitung im Unterricht: 1–2 Lektionen
- Schnupperbesuche: 1 Wochenhausaufgabe für die Organisation, Durchführung des Schnupperns während 2–4 Wochen
- Auswertung: Entweder jeweils am Folgetag der einzelnen Besuche 10 Minuten einer Lektion oder 1–2 Lektionen für alle Schnupperbesuche zusammen

## Dauer

- Arbeitsblätter 13 und 17
- Aus den vorgängigen Aktivitäten (3–5, 8 und 20) gesammelte Informationen zu den lokalen Bewegungs- und Sportangeboten
- **www.feelok.ch/be.htm** – Sportinteressenbarometer, Sportartenclips und Kontaktinformationen zu den lokalen Angeboten. Anhand einer Befragung zu den persönlichen Interessen und Ausrichtungen schlägt der Sportinteressenbarometer verschiedene in Frage kommende Sportarten vor. Diese werden in Text (Beschreibung), Bild und Ton (Sportartenclips) vorgestellt. Dazu werden die nötigen Kontaktinformationen für die lokalen Angebote aufgelistet.

## Material und Quellen

- Besonders geeignet für den Einstieg in den organisierten Sport sind niederschwellige Angebote wie freiwillige Schulsportangebote, Ferienpassangebote oder spezielle, zeitlich begrenzte Kurse. Diese Angebote weisen tiefere Einstiegshürden auf, da sie informeller strukturiert, weniger verbindlich und auf Kinder und Jugendliche ausgerichtet sind, die wenig Erfahrung mit Sporttrainings haben. Ausserdem finden sie häufig in einem den Schülerinnen und Schülern bekannten und vertrauten Umfeld und unmittelbar nach der Schule statt.
- Der Kontakt zu den Sportleiterinnen und Sportleitern der betreffenden Angebote muss unbedingt vor dem Besuch stattfinden. Die Sportleiterin/der Sportleiter kann sich so auf einen Besuch vorbereiten. Wenn sich mehrere SchülerInnen für ein Angebot interessieren, kann abgeklärt werden, wie viele SchülerInnen ins Training kommen können. Es muss ausserdem abgeklärt werden, ob im betreffenden Trainingsangebot Neumitglieder willkommen sind und welche Kosten bei einer Teilnahme anfallen.
- Für weitere Hinweise zum Schnuppern vergleiche Aktivität 12.

## Hinweise

## Arbeitsblatt 17: Organisation deines Schnupperbesuchs

Du und deine Kolleginnen und Kollegen werden in der nächsten Zeit in verschiedenen Sporttrainings und Bewegungsangeboten schnuppern gehen. Du hast dich bereits entschieden, welches Training du besuchen möchtest und ob du alleine, mit jemandem zusammen oder in einer Gruppe hingehst.

### Beschreibung

Nun musst du Kontakt mit dem zuständigen Leiter bzw. mit der zuständigen Leiterin aufnehmen, dich für den Schnupperbesuch anmelden und abklären, wann und wo das Training stattfindet, und ob du noch etwas Spezielles mitnehmen musst. Das Arbeitsblatt hilft dir, dieses Gespräch vorzubereiten und erinnert dich während des Gesprächs an die wichtigsten Punkte. Du kannst es verwenden, um Notizen zu machen. Überlege und notiere dir vor dem Gespräch den Grund für deine Anfrage.

Wenn du alle nötigen Informationen zusammen hast, bist du gut für deinen Besuch vorbereitet.

Name: \_\_\_\_\_ Telefonnummer: \_\_\_\_\_

### SportleiterIn

---

---

---

### Grund für die Anfrage

Woche 1: Mo \_\_\_\_\_ Di \_\_\_\_\_ Mi \_\_\_\_\_ Do \_\_\_\_\_ Fr \_\_\_\_\_ Sa \_\_\_\_\_  
Woche 2: Mo \_\_\_\_\_ Di \_\_\_\_\_ Mi \_\_\_\_\_ Do \_\_\_\_\_ Fr \_\_\_\_\_ Sa \_\_\_\_\_

### Datum des Besuchs

Notiere die jeweiligen Daten bei den Wochentagen

Trainingsort: Beginn: \_\_\_\_\_ Ende: \_\_\_\_\_

### Informationen zum Training

Zeit: von: \_\_\_\_\_ bis: \_\_\_\_\_

Material:  Sportschuhe – Hallenschuhe oder Aussenschuhe  
 Kleider – Trainer, kurze Hosen, Regenschutz, Weiteres  
 Verpflegung – Znüni oder Getränke

---

---

---

### Individuelles

---

---

---

### Abschluss des Gesprächs

## Aktivität 13: Austausch zwischen Schülerinnen und Schülern, Eltern und Sportleiterinnen und Sportleitern

An der Schule wird ein Abend oder Morgen für die SchülerInnen, ihre Familien und die SportleiterInnen organisiert, die für das Schnuppern kontaktiert wurden. Es geht darum, den Kontakt zwischen den Familien und den Sportleiterinnen und Sportleitern im vertrauten Umfeld der Schule zu ermöglichen. So können der Kontakt und die Vertrauensbasis zwischen den Sportleiterinnen und Sportleitern, den Schülerinnen und Schülern und ihren Eltern hergestellt, Hemmschwellen und Ängste abgebaut werden, und die SportleiterInnen werden sich der Bedürfnisse der Eltern und SchülerInnen und eventueller Zugangshürden zum Training bewusst.

### Beschreibung

Dieser gemeinsame Anlass ist vor allem dann angezeigt, wenn vorgängig andere Freizeit-, Bewegungs- und Sportaktivitäten durchgeführt wurden und dies auch den Eltern mitgeteilt wurde (Aktivitäten 1-12). An einem solchen Begegnungsanlass können die Eltern informiert und in die Arbeit miteinbezogen werden.

Neben dem Vertrauensaufbau können auch erste Schnupperbesuche abgemacht oder Vereinsbeitritte besprochen werden.

- Kontakte ermöglichen
- Vertrauen aufbauen
- Schnupperbesuche organisieren

### Ziele

1.–9. Klasse

### Schulstufen

Sind mehrere Klassen und Lehrpersonen beteiligt, lohnt sich die gemeinsame Durchführung eines solchen Anlasses. Der Organisationsaufwand wird kleiner und das Spektrum der vertretenen Sportarten grösser.

### Varianten

- Vorbereitung: 2 Stunden
- Durchführung: ca. 1/2-Tag oder ein Abend

### Dauer

- Kontakte, Listen, Übersichten der lokalen Bewegungs- und Sportaktivitäten, die in den vorangegangenen Aktivitäten (3–5, 8, 11, 12 und 20) geknüpft und erstellt wurden
- Allenfalls existierende amtliche Broschüren mit Übersicht über lokale Sportangebote
- Informationsmaterial der Sportanbieter
- Infrastruktur: Aula, Turnhalle
- Dokumentationsmaterial aus den durchgeführten Aktivitäten: Plakate, Fotos, Film usw.
- Eventuell Getränke und etwas zum Knabbern

### Material und Quellen

- Die SportleiterInnen bringen nach Möglichkeit schriftliches Informationsmaterial zu ihrem Angebot oder ihrem Training mit.
- Zur Auswahl der Angebote und zur Kontaktaufnahme mit den Sportleiterinnen und Sportleitern vergleiche Aktivität 12.

### Hinweise



## Aktivität 14: Schul-, Kultur- oder Quartierfest mit Beteiligung von Sportleiterinnen und Sportleitern

Im Rahmen eines Schul-, Kultur- oder Quartierfestes werden verschiedene SportleiterInnen mit Angeboten aus der näheren Umgebung/dem Quartier eingeladen. Mit ihnen zusammen wird eine Art «Betreuungsprogramm» für die SchülerInnen geschaffen.

### Beschreibung

Parallel zum sonstigen Programm können die SchülerInnen praktisch erleben, um was es bei einer Sportart oder einem Angebot geht. Die in der Regel anwesenden Eltern können ihren Kindern und den Sportleiterinnen und Sportleitern zuschauen. So ist auch der Kontakt zwischen den Sportleiterinnen und Sportleitern und den Eltern der SchülerInnen möglich. Das Vertrauen wird aufgebaut, Hemmschwellen und Ängste abgebaut.

Damit alle Kinder alle Aktivitäten ausprobieren können, finden sie nacheinander statt. Ein klarer Zeitplan ist für alle Beteiligten sehr hilfreich. Pro Sportart/Aktivität sollte ca. 1 Stunde zur Verfügung stehen. Die Vereine sollten unbedingt Informationsmaterial zu ihren Angeboten mitbringen, das sie verteilen oder auflegen.

- Kontakte ermöglichen
- Vertrauen zwischen Eltern und Sportleiterinnen und Sportleitern aufbauen
- Freizeitaktivitäten des Quartiers praktisch erleben

### Ziele

1.–9. Klasse

### Schulstufen

- Es wird ein Sporttag mit Beteiligung von externen Sportleiterinnen und Sportleitern und Eltern durchgeführt. Die SportleiterInnen werden eingeladen, sich mit ihrem Angebot an einem polysportiven Tag zu beteiligen. Die Eltern werden eingeladen, die Lehrkräfte bei der Organisation und wenn möglich auch bei der Umsetzung zu unterstützen und zu begleiten. (Der Zeitaufwand für die Planung und Vorbereitung hängt stark davon ab, wie ein solcher Sporttag gestaltet wird, respektive welche Rolle die SportleiterInnen mit ihren Angeboten übernehmen sollen. Zusatzaufwand für den Einbezug von externen Sportleiterinnen und Sportleitern an einem Sporttag: 2–4 Stunden)

### Varianten

- 
- Zusatzaufwand für das Betreuungsprogramm im Rahmen eines Schul-, Kultur- oder Quartierfestes bei zwei bis vier Angeboten: 2–4 Stunden

**Dauer**

- 
- Kontakte, Listen, Übersichten der lokalen Bewegungs- und Sportaktivitäten, welche in den vorangegangenen Aktivitäten (3–5, 8, 11, 12 und 20) geknüpft und erstellt wurden
  - Turnhalle, Sportplatz und Sportmaterial
  - Informationsmaterial der Sportanbieter
  - Dokumentationsmaterial aus den durchgeführten Aktivitäten: Plakate, Fotos, Film usw.

**Material und Quellen**

- 
- Zur Auswahl der Angebote und zur Kontaktaufnahme mit den Sportleiterinnen und Sportleitern vergleiche Aktivität 12.
  - Damit das Programm der SportleiterInnen nicht zu einem Kinderhütendienst wird, ist es wichtig, dass klar kommuniziert wird, was die Idee dahinter ist. Die SchülerInnen werden aufgefordert, die Vereinsangebote kennenzulernen und aktiv zu erleben. Die SportleiterInnen sollten auch die Möglichkeit haben, Informationsmaterial mitzubringen und die Eltern anzusprechen.
  - Ein Schulfest bietet die Gelegenheit, Bilder, Fotos und/oder Plakate der vorgängig umgesetzten Aktivitäten auszustellen, um sie den Eltern oder andern Schülerinnen und Schülern zu präsentieren (Aktivität 16). Daneben können auch die Informationen der SportleiterInnen präsentiert werden.

**Hinweise**

## «dranbleiben»

In den Stufen «mobilisieren» und «ausprobieren» ist die Motivation und die Begeisterung der SchülerInnen gross, sei es während der Thematisierung der Freizeit, beim aktiven Erleben von Bewegungs- und Sportarten im Sportunterricht oder bei den ersten Schnupperbesuchen in Angeboten des organisierten Sports. Ein regelmässiger Erfahrungsaustausch im Rahmen des Unterrichts verstärkt diese Motivation.

In der Regel nimmt diese Anfangseuphorie nach einiger Zeit etwas ab, und es tauchen Probleme verschiedenster Art auf. Begegnet man ihnen nicht aktiv, führen sie dazu, dass die SchülerInnen nicht mehr an einem Training teilnehmen können oder wollen.

Viele Kinder werden von ihren Eltern bei Schwierigkeiten unterstützt oder auch aufgefordert, dranzubleiben und nicht gleich das Handtuch zu werfen. Zum Teil fehlt diese Unterstützung aber – oder die Eltern bauen sogar selbst Hindernisse auf.

Die Auswertung der Erfahrungen mit den Schülerinnen und Schülern und andere Aktivitäten, welche die Nachhaltigkeit fördern, sind schon in den beiden ersten Stufen wichtig, kommen aber in der dritten Stufe «dranbleiben» speziell zum Tragen (vergleiche auch die Hinweise zur Auswertung). In dieser Phase kann die Lehrperson auftretende Schwierigkeiten und positive Erfahrungen mit den Schülerinnen und Schülern besprechen und je nach dem reagieren. Die positiven Erfahrungen werden verstärkt und auch den anderen Schülerinnen und Schülern kommuniziert, Probleme im Training oder mit den Eltern können mit den Sportleiterinnen und Sportleitern oder den Eltern angesprochen werden und eventuell findet sich eine Lösung. Wie weit sich die Lehrperson in dieser Hinsicht engagieren kann oder will, muss jede selber entscheiden.

Unterrichtet eine Lehrperson über längere Zeit in einer Klasse, kann das Thema niederschwellig weiterverfolgt werden. Eine Lehrerin antwortet auf die Frage, ob sie das Thema mit einer neuen Klasse wieder behandeln würde:

**«Ja. Wahrscheinlich würde ich schon früher anfangen. Jetzt habe ich eine 6. Klasse. Ich denke, wenn man schon in der 4. Klasse anfängt, kann man das Thema viel länger hinausziehen und hat auch viel länger Wirkungen, die man mitbekommt. Meine Schüler sind in einem halben Jahr sowieso in einer anderen Klasse. Ich denke, wenn man mal drin ist, braucht es gar nicht mehr so viel.»**

**Primarschullehrerin,  
Schule Rosenberg, Neuhausen**

## Aktivität 15: Auswertung der Aktivitäten mit den Schülerinnen und Schülern

Die durchgeführten Aktivitäten – vor allem die Erlebnisse im organisierten Sport – können auf verschiedene Art und Weise ausgewertet und nachbearbeitet werden. Die LehrerInnen können so die Erfahrungen aufgreifen und die SchülerInnen dazu animieren, weiterzumachen und das Training regelmässig zu besuchen.

### Beschreibung

Bei den Aktivitäten der Stufen «mobilisieren» und «ausprobieren», geschieht dies unmittelbar nach der Durchführung der Aktivität. Eine mögliche Auswertungsform sind Feedbackrunden, die z. B. in den Klassenstunden als Wochenrückblicke durchgeführt werden. Während der Schnupperbesuche kann die Auswertung auch in der Form von Erlebnisberichten der einzelnen SchülerInnen geschehen. Eine weitere Möglichkeit ist die individuelle Verarbeitung der Erfahrungen in der Form von Zeichnungen oder Aufsätzen.

- Erlebtes in der Klasse austauschen und verarbeiten
- Positive Wirkungen der Aktivitäten verstärken, negative Erfahrungen auffangen
- Nachhaltigkeit sichern

### Ziele

1.–9. Klasse

### Schulstufen

- Mit jüngeren Schülerinnen und Schülern werden die Erfahrungen am besten mit Hilfe von Zeichnungen verarbeitet und besprochen (1. bis 3. Klasse).
- Älteren Schülerinnen und Schülern kann der Auftrag gegeben werden, die Erfahrungen in einem Aufsatz oder einer schriftlichen Rückmeldung zu reflektieren (4.–9. Klasse).
- Das Thema wird mit dieser Stufe nicht abgeschlossen, sondern weiter in den Unterricht eingebunden. Auch nach Abschluss der intensiven Auseinandersetzung wird in regelmässigen Abständen in Klassenstunden nachgefragt, ob und wo die SchülerInnen in ihrer Freizeit aktiv sind.

### Varianten

- Bei hoher Intensität: 1 Lektion pro Woche oder jeweils eine Viertelstunde einer Lektion nach Schnupperbesuchen
- Bei weniger intensiver Auseinandersetzung: 1 Lektion pro Monat

### Dauer

Papier und Farbstifte, Schreibhefte, Wandtafel

### Material und Quellen

- Wird in einer Besprechung klar, dass eine Schülerin/ein Schüler von den Eltern nicht genügend oder gar nicht unterstützt wird oder ihr/ihm sogar verboten wird, an einem Sportangebot teilzunehmen, sollte dies angesprochen werden. Allerdings nicht innerhalb der Klasse. Ein Einzelgespräch mit der/dem Betreffenden oder ein Elterngespräch sind dazu besser geeignet (Aktivität 19).
- Problemen oder negativen Erfahrungen mit Sportangeboten ausserhalb der Schule muss unbedingt nachgegangen werden. Die verantwortlichen SportleiterInnen müssen kontaktiert und zu den Vorfällen befragt werden. Je nach Vorfall müssen auch die Eltern informiert werden.

### Hinweise



## Aktivität 16: Präsentation der umgesetzten Aktivitäten

Die Aktivitäten werden dokumentiert und das Material so aufbereitet, dass es im Schulhaus ausgestellt werden kann. Andere Klassen und LehrerInnen werden so auf das Thema aufmerksam. Das Material wird aufbewahrt und anderen Lehrerinnen und Lehrern, die sich in Zukunft mit der Thematik beschäftigen, als Vorlage und Quelle der Inspiration zur Verfügung gestellt (Aktivität 17). Material liefern Plakate und Vorträge, die zu den Freizeitaktivitäten erstellt wurden; oder Fotos, die aufgehängt oder zu einem Impressionsplakat zusammengestellt werden. Eine weitere Möglichkeit ist, dass die SchülerInnen anderen Klassen vorstellen, was sie gemacht und erlebt haben.

- Thematik im Schulhaus verankern
- Andere Klassen an Erlebnissen teilhaben lassen
- Erlebnisse frisch und greifbar halten
- Nachhaltigkeit sichern

1.–9. Klasse

Besteht die Möglichkeit, Aufnahmen mit einer Videokamera zu machen, kann ein kurzer Film geschnitten werden, welcher die beteiligten SchülerInnen an die Erfahrungen erinnert, andere SchülerInnen animiert und die Eltern zum Beispiel mit der Vorführung an einem Elternabend teilhaben lässt.

Je nach Produkt: 1–4 Stunden

Filmaufnahmen, Fotomaterial, Plakate usw.

Die Präsentation der Erfahrungen ist nicht nur für andere Klassen spannend, sondern auch für die beteiligte Klasse. Die Dokumentation hält das Erlebte frisch in Erinnerung und lässt es immer wieder lebendig werden. Deshalb ist die Dokumentation vor allem für die Nachhaltigkeit der Aktivitäten wichtig.

### Beschreibung

### Ziele

### Schulstufen

### Varianten

### Dauer

### Material und Quellen

### Hinweise

## Aktivität 17: Sammeln und Aufbereiten von Unterlagen für die Schulbibliothek

Sollen die Aktivitäten mit einer anderen Klasse oder von einer anderen Lehrperson wiederholt werden, lohnt es sich, die benötigten Unterlagen (Texte, Arbeitsblätter, Bilder, Fotos, Vorlagen, Elternbriefe, Listen, Kontaktadressen) zu sammeln und sie so aufzubereiten, dass sie einfach wieder verwendet werden können.

Einerseits geht es darum, die Unterrichtsmaterialien so abzulegen, dass sie als Vorlage dienen und schnell der entsprechenden Situation angepasst werden können. Andererseits werden die «Anleitungen» dieses Handbuchs mit den eigenen Erfahrungen und Ideen ergänzt. Diese können mit Hilfe von Arbeitsblatt 3 einfach und kurz festgehalten werden.

- Thematik im Schulhaus verankern
- Erfahrungen aufbereiten, damit sie innert kurzer Zeit aufgefrischt werden und anderen zur Verfügung stehen können
- Nachhaltigkeit sichern

1.–9. Klasse

Je nach Umsetzung: pro Aktivität 10–30 Minuten

- Eigene Arbeitsunterlagen
- Arbeitsblätter aus dem Handbuch
- Dokumentationsmaterial

Die klare und strukturierte Aufbereitung ist besonders wichtig, wenn andere LehrerInnen die Thematik aufgreifen und Unterlagen übernehmen wollen.

### Beschreibung

### Ziele

### Schulstufen

### Dauer

### Material und Quellen

### Hinweise



## Aktivität 18: Quartalsbewegungstag

Um die Nachhaltigkeit der Aktivitäten zu sichern, sollen sie nicht nur mündlich oder schriftlich besprochen und verarbeitet, sondern auch praktisch immer wieder aufgefrischt werden. Die Bewegungsaktivitäten werden mit der Klasse oder mit der Schule in der Form eines Bewegungsanlasses pro Quartal institutionalisiert (Aktivitäten 7–10, 14).

- Thematik in der Klasse/im Schulhaus verankern
- Nachhaltigkeit sichern

1.–9. Klasse

Vergleiche Aktivitäten 7–10, 14

Vergleiche Aktivitäten 7–10, 14

Vergleiche Aktivitäten 7–10, 14

Vergleiche Aktivitäten 7–10, 14

### Beschreibung

#### Ziele

#### Schulstufen

#### Varianten

#### Dauer

#### Material und Quellen

#### Hinweise

## Zusammenarbeit mit den Eltern

Dieser Abschnitt beschreibt Aktivitäten, die nicht für sich alleine umgesetzt werden. Sie gehören zu allen drei Stufen «mobilisieren, ausprobieren, dranbleiben».

Damit das Engagement der LehrerInnen erfolgreich ist, sollte nicht nur mit den Schülerinnen und Schülern selbst gearbeitet werden. Es ist ganz wichtig, dass auch ihre Eltern informiert und angesprochen werden. Ohne elterliche Zustimmung und Unterstützung ist den meisten Kindern die Beteiligung an einem ausserschulischen Angebot nicht möglich. Kenntnisse über das Schweizer Sportsystem bzw. über Strukturen und Funktionsweise des Vereinssports sind gerade bei vielen Migrantinnen und Migranten häufig nicht vorhanden. Es ist deshalb wichtig, die Eltern zu informieren und sie mit den Angeboten vertraut zu machen. Präziseres Wissen und ein etabliertes Vertrauensverhältnis bewirken, dass die Bestrebungen der LehrerInnen von den Eltern unterstützt werden. Wie wichtig dieser Einbezug ist, beschreibt eine Primarschullehrerin so:

***«Das Kulturfest war gut, weil es sehr viele Eltern hatte, die schauen gekommen sind, was die Kinder machen. Und nicht nur Eltern der Kinder, die mitgemacht haben. Ich habe fast das Gefühl, dass das wirkungsvoller für die Eltern ist, als wenn wir etwas für die Kinder organisieren. Weil sie hinein sehen.»***

***Primarschullehrerin, Schule Weidteile, Nidau***

Bei der Zusammenarbeit mit den Eltern sollte unbedingt abgeklärt werden, ob der Einbezug eines interkulturellen Mediators/einer interkulturellen Mediatorin oder die Übersetzung wichtiger Informationsdokumente nötig sind. So können Missverständnisse und die Abwälzung der Verantwortung auf die «Übersetzung» durch die Kinder vermieden werden.

## Aktivität 19: Information und Einbezug der Eltern

Die Eltern werden schriftlich und mündlich über die Aktivitäten informiert. Das ist bei dieser Thematik speziell wichtig, weil vor allem bei den jüngeren Schülerinnen und Schülern die Eltern entscheiden, ob und was ihre Kinder ausserhalb der Schule machen dürfen und was nicht.

Es geht darum, die Eltern zu überzeugen, dass die aktive Freizeitgestaltung ihrer Kinder wichtig ist, und sie dafür zu begeistern. Dabei hilft ein Informationsbrief, der darüber informiert, was geplant ist und was erreicht werden soll. Finden spezielle Aktivitäten statt, müssen die Eltern zusätzlich informiert werden.

Auch ein Elternabend ist eine sehr gute Gelegenheit, die Eltern zu informieren. Die Motivation der Lehrperson kann sich auf die Eltern übertragen und das Interesse eventuell auch bei skeptisch Eingestellten geweckt werden. Auch die Aktivitäten 13 und 14 können zu diesem Zweck genutzt werden.

- Die Eltern sind über Anlässe informiert
- Die Eltern werden einbezogen und für die Unterstützung ihrer Kinder gewonnen

### Beschreibung

### Ziele

1.–9. Klasse

### Schulstufen

- Entweder wird für das Thema eigens ein Elternabend organisiert, oder es fließt in einen regulären Elternabend ein. Wichtig ist, dass genügend Zeit dafür reserviert wird, damit auch Fragen gestellt und diskutiert werden können. Falls schon Aktivitäten stattgefunden haben, kann die Präsentation des Themas mit visuellem Material (Fotos, Film, Plakate) angereichert werden.
- Auch Elterngespräche eignen sich zur Information über die Umsetzung der Aktivitäten. Insbesondere können so mit einzelnen eher skeptisch eingestellten Eltern allfällige Bedenken persönlich besprochen und unter Umständen ausgeräumt werden. Auch Probleme finanzieller Art können besprochen und allenfalls gemeinsam gelöst werden.
- Die Eltern werden nicht nur informiert, sondern in die Aktivitäten einbezogen. So können zum Beispiel Eltern, die als SportleiterInnen aktiv sind, für das Schnuppern gewonnen werden. Aktivität 20 dient dazu, einen Überblick über die Freizeitaktivitäten der Eltern zu gewinnen.
- Ein weiterer Informationskanal sind Elternräte der Schule oder der Gemeinde.
- Aktivitäten 13 und 14

### Varianten

- Verfassen der Informationsbriefe: pro Brief 1/2–1 Stunde
- Organisation und Durchführung eines Elternabends: 3–4 Stunden
- Elterngespräch: pro Gespräch 1–2 Stunden

### Dauer

- Listen oder Broschüren mit Übersicht lokaler Sportangebote
- Informationsmaterial der Sportanbieter
- Dokumentationsmaterial aus den durchgeführten Aktivitäten: Plakate, Fotos, Film (Aktivität 16)

### Material und Quellen

- 
- Die Zustimmung der Eltern ist für den Bereich der Freizeit entscheidend. Vor allem bei jüngeren Schülerinnen und Schülern muss Rückhalt und Unterstützung von den Eltern vorhanden sein. Aber auch bei älteren Kindern oder Jugendlichen sollten die Eltern informiert und um ihr Einverständnis gebeten werden.
  - Die Aufnahme von Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund in Sportangebote kann speziell bei Mädchen durch Vorbehalte oder Verbote der Eltern behindert oder gar verunmöglicht werden. Die LehrerInnen sollten sich gut über allfällige Bedenken seitens der Eltern informieren, sie ernst nehmen und auszuräumen versuchen. Dafür ist eine gesunde Vertrauens- und Kommunikationsbasis nötig. Es ist auch wichtig, die Eltern über die gesetzlichen Grundlagen der Gleichberechtigung und der Kinderrechte zu informieren.
  - Gemeinsame Erlebnisse wie ein Familienanlass oder ein Schulfest (Aktivitäten 13 und 14), sind sehr hilfreich. Sie bringen alle Akteure zusammen, und der Vertrauensaufbau wird durch den direkten und persönlichen Kontakt wesentlich erleichtert.
  - Die Finanzierung einer Ausrüstung oder eines Mitgliederbeitrags sollte offen angesprochen werden. Falls sie für die Eltern ein Problem darstellt, kann eventuell gemeinsam eine Lösung gefunden werden. Falls teures Material für eine Aktivität benötigt wird, kann zum Beispiel in der Klasse eine Umfrage gestartet werden, ob von anderen Schülerinnen und Schülern nicht mehr benötigtes Material übernommen werden kann. Bei Problemen mit der Finanzierung von Mitgliederbeiträgen kann der betreffende Verein angesprochen werden. Zum Teil bestehen Vereinsfonds oder Vergünstigungen speziell für diese Situation. Auch Schulgemeinden verfügen manchmal über Unterstützungsmöglichkeiten, z. B. für die Teilnahme an einem Skilager oder Ähnlichem. Wichtig ist, dass das Problem angesprochen und gemeinsam nach einer Lösung gesucht wird.

## Hinweise

## Aktivität 20: Übersicht der Freizeitaktivitäten der Eltern

An einem Elternabend oder über die SchülerInnen wird erfasst, welchen Freizeitaktivitäten die Eltern nachgehen, ob sie Mitglied in einem Verein oder gar selber als SportleiterInnen aktiv sind. Diese Informationen sind für die Organisation des Schnupperns wertvoll. Wenn Eltern selber in einem Verein aktiv sind, funktionieren sie als Türöffner und leiten eventuell selbst ein Training. Die Informationen werden auf Arbeitsblatt 18 festgehalten.

|   |                             |
|---|-----------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Die Eltern sind einbezogen und werden für das Thema begeistert.</li><li>• Das Schnuppern wird erleichtert.</li></ul>  | <b>Ziele</b>                |
| 1.–9. Klasse  | <b>Schulstufen</b>          |
| Auch mit einem kurzen Fragebogen, den die SchülerInnen den Eltern abgeben, kann abgeklärt werden, welche Eltern wo aktiv sind und sich eventuell mit einem Beitrag an der thematischen Umsetzung beteiligen würden. | <b>Varianten</b>            |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Am Elternabend: eine Viertelstunde</li><li>• Fragenbogen: eine Hausaufgabe und ca. ½ Stunde zum Zusammenfassen</li></ul>  | <b>Dauer</b>                |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Arbeitsblatt 18</li><li>• Eventuell kurzer Fragebogen für die Eltern</li></ul>  | <b>Material und Quellen</b> |
| Die Eltern sollten auf freiwilliger Basis für eine Beteiligung gewonnen werden.   | <b>Hinweise</b>             |

## Arbeitsblatt 18: Übersicht der Freizeitaktivitäten der Eltern

|    | Name und Vorname | Name Verein | Sportart | Interesse sich zu beteiligen | Telefonnummer | Mail |
|----|------------------|-------------|----------|------------------------------|---------------|------|
| 1  |                  |             |          |                              |               |      |
| 2  |                  |             |          |                              |               |      |
| 3  |                  |             |          |                              |               |      |
| 4  |                  |             |          |                              |               |      |
| 5  |                  |             |          |                              |               |      |
| 6  |                  |             |          |                              |               |      |
| 7  |                  |             |          |                              |               |      |
| 8  |                  |             |          |                              |               |      |
| 9  |                  |             |          |                              |               |      |
| 10 |                  |             |          |                              |               |      |
| 11 |                  |             |          |                              |               |      |
| 12 |                  |             |          |                              |               |      |
| 13 |                  |             |          |                              |               |      |
| 14 |                  |             |          |                              |               |      |
| 15 |                  |             |          |                              |               |      |
| 16 |                  |             |          |                              |               |      |
| 17 |                  |             |          |                              |               |      |
| 18 |                  |             |          |                              |               |      |
| 19 |                  |             |          |                              |               |      |
| 20 |                  |             |          |                              |               |      |

# Lokale Sportangebote – organisierter Sport

Das Handbuch ist in erster Linie als Werkzeug und Arbeitshilfe für den Schulunterricht konzipiert. Die vorgeschlagenen Aktivitäten setzen jedoch die Zusammenarbeit der LehrerInnen mit Sportleiterinnen und Sportleitern voraus. Diese ist einfacher, wenn den Lehrerinnen und Lehrern die Funktionsweise und die Eigenheiten des organisierten Sports bekannt sind. Deshalb wird in einem kurzen Exkurs auf diese eingegangen.

Sportvereine pflegen eine eigene, meist über längere Zeit gewachsene Form des sozialen Umgangs mit ihren Mitgliedern. Die Strukturen und die Kultur eines Vereins bieten Mitgliedern Leitlinien und Identifikationsmöglichkeiten. Die oft ritualisierten Abläufe der Trainings und allgemeine Umgangsformen und Regeln können zwar bei der gesellschaftlichen Integration eine Hilfe sein, aber u. U. auch ausschließend wirken. Eine eventuelle Anpassung dieser Strukturen (Mitgliedschaftsformen und -beiträge, Trainingszeiten, Vertretung von Migrantinnen und Migranten auf allen Ebenen) an die Bedürfnisse neuer Mitglieder – beispielsweise von Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund – muss mit den Sportvereinen angesprochen und verhandelt und darf nicht als Selbstverständlichkeit betrachtet werden.

Vor allem den Sportleiterinnen und Sportleitern kommt im Aufnahme- und Integrationsprozess in den Verein eine entscheidende Bedeutung zu. SportleiterInnen vermitteln in ihrer Funktion nicht nur sporttechnisches Können, sie sind für viele Kinder und Jugendliche auch Vorbilder. In der Gruppe können – neben der Sporttechnik – auch persönliche und soziale Kompetenzen gelernt und erprobt werden. Diese Lernprozesse finden jedoch nicht von selbst statt. Es ist entscheidend, dass die SportleiterInnen pädagogisch und sozial kompetent sind und Respekt und Toleranz, Fairplay, konstruktiven Umgang mit Konflikten und Solidarität vorleben und vermitteln können. Sollen die Erfahrungen der Kinder und Jugendlichen mit dem organisierten Sport positiv sein, müssen den Lehrerinnen und Lehrern die pädagogischen und sozialen Kompetenzen der Sportleitenden der betreffenden Angebote bekannt sein.

Das Umfeld und die speziellen Möglichkeiten des Sports bieten sich für interkulturelle Begegnungen und für die Bewältigung interkultureller Konflikte an. Das Engagement von Seiten des organisierten Sports gestaltet sich aber etwas schwieriger als von Seiten der Schule, da die meisten SportleiterInnen ehrenamtlich tätig sind und die Trainingszeiten im Gegensatz zum Schulunterricht sehr beschränkt sind. Wenn die LehrerInnen aber bereit sind, eine Zusammenarbeit flexibel und auch nach den Bedürfnissen der SportleiterInnen zu gestalten, sind viele Anbieter an einer Zusammenarbeit mit der Schule interessiert. Sie bietet ihnen die Möglichkeit, kreativ mit kultureller Vielfalt und allfälligen Problemen umzugehen und gleichzeitig neue Vereinsmitglieder zu gewinnen.

# Anmerkungen

1. z. B. die Interpretation der Schweizerischen Gesundheitsbefragungen des Bundesamtes für Statistik von Lamprecht & Stamm: **Bewegung, Sport, Gesundheit. Fakten und Trends aus den Schweizerischen Gesundheitsbefragungen 1992, 1997, 2002.** In: StatSanté 1/2002.
2. Vgl. **Integration und Sport. Projekte und Erfahrungen zur Öffnung von Sportstrukturen und zur Verbesserung der Integration von Migrantinnen und Migranten im Bereich des Sports.** Projektdossier auf [www.sad.ch/integration-durch-sport](http://www.sad.ch/integration-durch-sport)
3. Mehr zum Begriff finden Sie im Dossier zur Integration der Eidgenössischen Ausländerkommission (EKA). Es behandelt die Fragen: Was bedeutet eigentlich Integration? Welches Verständnis haben wir von Integration? Welche Integration verlangt das Gesetz? [www.eka-cfe.ch/d/integ.asp](http://www.eka-cfe.ch/d/integ.asp)  
  
Zur Integration an der Schule hat der Dachverband Schweizer Lehrerinnen und Lehrer LCH das Merkblatt **Schulen können Integrationsaufgaben meistern – aber nur mit der nötigen Ausrüstung** formuliert: [www.lch.ch/docs/publikationen/Integration.pdf](http://www.lch.ch/docs/publikationen/Integration.pdf)
4. Auf der Praxis-CD finden Sie alle im Handbuch enthaltenen Arbeitsblätter für LehrerInnen und SchülerInnen. Soll ein Arbeitsblatt für eine entsprechende Situation angepasst werden, kann dies mit den aktuellen MS-Office Programmen (Word, Excel) gemacht werden. Falls diese Programme nicht vorhanden sind, kann mit der Praxis-CD das kostenlose OpenOffice Programm installiert werden.
5. Das Eidgenössische Büro für Gleichstellung von Frau und Mann kommt in seiner geschlechtsspezifischen Ausgabenanalyse von J+S im BASPO zum Schluss, dass anteilmässig mehr Geld in Sportarten fliesst, in denen der Anteil an männlichen Jugendlichen sehr hoch ist und welche dazu tendieren, männliche Rollenbilder zu zementieren. Mehr zum Gender-Budget von J+S finden Sie unter dem Punkt Gender Mainstreaming auf [www.equality-office.ch](http://www.equality-office.ch)

# Info-Tipps und Quellen

## Bücher

### Dokumentationen und Informationen

- **Fremde Federn. Geschichten zur Migration in der Schweiz.**

Hg. v. Migros Kulturprozent. Bern: schulverlag blmv, 2004.  
Der Geschichtenband versammelt 22 Texte zur Migration in der Schweiz. Die Autorinnen und Autoren haben selber eine Migrationsgeschichte erlebt oder miterlebt und geben ihre Sichtweisen, Gedanken und Erlebnisse auf vielfältige und berührende Art und Weise wieder.

- Frigerio, M., Marina/Merhar, S.: **«...und es kamen Menschen». Die Schweiz der Italiener.** Zürich: Rotpunktverlag, 2004.  
Die Geschichte der Italiener in der Schweiz gilt – nach allen mehr oder weniger überwundenen Schwierigkeiten – als Geschichte einer «erfolgreichen Integration». Das Buch vereinigt die Porträts von Menschen der ersten, zweiten und dritten Generation von Italienerinnen und Italienern in der Schweiz.
- Lamprecht & Stamm: **Bewegung, Sport, Gesundheit. Fakten und Trends aus den Schweizerischen Gesundheitsbefragungen 1992, 1997, 2002.** In: StatSanté 1, 2002.  
Eine Interpretation der Schweizerischen Gesundheitsbefragungen des Bundesamtes für Statistik mit Fokus auf Bewegung und Sport.
- **Mobile. Die Fachzeitschrift für Sport.** Hg. v. Bundesamt für Sport BASPO, Schweizerischer Verband für Sport in der Schule (SVSS).  
Die Fachzeitschrift erscheint sechsmal jährlich mit sachbezogenen Artikeln zu verschiedenen Schwerpunktthemen.
- Perregaux, Ch.: **Odyssea: Ansätze einer interkulturellen Pädagogik.** Zürich: Lehrmittelverlag des Kantons, 1998.  
Das Buch gibt Hintergrundinformationen zur Schweiz als Aus- und Einwanderungsland, zur Interkulturalität und Fremdenfeindlichkeit sowie praktische Informationen und Handlungsvorschläge für den Unterricht in einem multikulturellen Umfeld.
- Schwalm, E.: **Neues grosses Sportlexikon für Kinder.** München: Verlag Compact, 2005.  
Wo ist das grösste Fussballstadion der Welt? Warum schrubben Curlingspieler das Eis? Jeden Tag stolpern Kinder über Dinge, die sie gerne wissen möchten. Das Sportlexikon für Kinder gibt Antworten.
- **Tangram. Bulletin der Eidgenössischen Kommission gegen Rassismus (EKR).** Hg. v. Eidgenössische Kommission gegen Rassismus.  
Die Zeitschrift der EKR erscheint zweimal jährlich mit sachbezogenen Artikeln zu verschiedenen Schwerpunktthemen.
- **Terra cognita. Zeitschrift zu Integration und Migration.** Hg. v. Eidgenössische Ausländerkommission (EKA).  
Die Zeitschrift der EKA erscheint zweimal jährlich mit sachbezogenen Artikeln zu verschiedenen Schwerpunktthemen.

- Tiberio Cardu (Hg.): **Migration im Bild. Ein Inventar.** hier+jetzt Verlag für Kultur und Geschichte. Baden: 2006.  
Hip-Hopper, Geistliche, Professorinnen und Bedienstete – viele von ihnen sind zugewandert, leben aber zum Teil schon seit Jahrzehnten im Land. Ein spielerischer Blick auf die Migrationsgesellschaft Schweiz.
- Wicker, H.-R., Fibbi, R. et al. (Hg.): **Migration und die Schweiz.** Zürich: Seismo, 2003.  
Ergebnisse des Nationalen Forschungsprogramms «Migration und interkulturelle Beziehungen» (NFP 39).

### Unterrichtsmaterialien und Projekte

- Grabherr, M., Lehmann, A.: **Orientierungs-Lauf zur Integration in Land und Sprache. Projekt zur Förderung der Integration und des Spracherwerbs von Migrationskindern – mit Hilfe des Sports.** Hg. v. Eidg. Hochschule für Sport Magglingen (EHSM). Schriftenreihe des BASPO Nr. 84: 2005.  
Eine Publikation zur Unterstützung des Spracherwerbs von Kindern mit Migrationshintergrund mit Hilfe von Bewegung und Sport.
- **It'sCOOL.** Hg.v. Schweizerischer Orientierungslauf-Verband (SOLV). Bern: schulverlag, 2002.  
Ein Lehrmittel für den fächerübergreifenden, Orientierungslauf bezogenen Unterricht, das stufengerecht aus sieben Heften sowie einer Spiele- und Textfragenbox besteht.
- Lehmann, A., Schaub Reisle, M.: **MehrWerte im Sport. Strategien zu präventivem Handeln und zur Gesundheitsförderung.** Hg. v. Bundesamt für Sport Magglingen (BASPO). Schriftenreihe des BASPO Nr. 81: 2003.  
Pädagogische Leitlinien und Orientierungshilfen für die Arbeit mit Jugendlichen.
- **Kinderleicht. Ess- und Bewegungsprojekte für Kinder von 3 bis 12 Jahren.** Hg.v. Suisse Balance und Schweizerischer Turnverein (stv) Bern: schulverlag, 2007.  
Das Buch stellt bestehende erfolgreiche Ernährungs- und Bewegungsprojekte vor und will zum Nachmachen animieren.
- **Pipapo 2. Deutsch für mehrsprachige Klassen und Lerngruppen.** Lehrmittel der Interkantonalen Lehrmittelzentrale. Lehrmittelverlag des Kantons Aargau, Lehrmittelverlag des Kantons Zürich, schulverlag blmv AG, Bern, 2006  
Deutsch-Lehrmittel für die Unterstufe.
- **Praxisbeilagen Mobile. Die Fachzeitschrift für Sport.** Hg. v. Bundesamt für Sport BASPO, Schweizerischer Verband für Sport in der Schule (SVSS).  
Eine gute, fundierte und übersichtliche Alternative zu ausführlichen Sport-Lehrmitteln. Zu welchen Themen und Sportarten es Praxisbeilagen gibt, ist auf [www.mobile-sport.ch](http://www.mobile-sport.ch) ersichtlich. Dort können sie auch bestellt werden.

- **Tippfit – Bewegung verstehen, erleben, geniessen.** Hg. v. Bundesamt für Sport BASPO, bildung und gesundheit, Netzwerk Schweiz: schulverlag blmv AG, Bern, 2006  
Tippfit sorgt für Bewegung: im Alltag, in der Schule, beim Lernen, im Sportunterricht, in Spezialwochen der Schule oder einfach dort, wo du dich gerade aufhältst.
- **Xenophilia Schweiz. Das interkulturelle Spiel über dich und andere.** Hg. v. Swiss Academy for Development. Biel: 2004.  
Xenophila-Schweiz ist ein interkulturelles Lernspiel auf CD-Rom. Auf spielerische Art und Weise behandelt es eine breite Palette von Themen wie Ausländerrecht, Asylwesen, Migration, Rassismus, Werte und Lebensformen, Vorurteile, Minderheiten, Religionen und Staatsangehörigkeit, welche im Unterricht oder zu Hause angeschaut und vertieft werden können.
- **Was Menschen bewegt – Migration (und Bevölkerungsentwicklung).** Bern: schulverlag, 2006.  
Lehrmittel für das Fach Natur, Mensch, Mitwelt in der Sekundarstufe 1. Das Lehrmittel besteht aus den drei Teilen Fotomappe, Klassenmaterialien und Hinweise für LehrerInnen.

## Filme

- **Die Welt ist rund. Fussballträume – Fussballrealitäten.** Hg. v. EZEf, BAOBAB, Filme für eine Welt. 2005.  
5 Filme über Kinder und Fussball auf der ganzen Welt für Unterricht und Bildung. Mit Arbeitshilfen und Arbeitsblättern.
- **www.filmeineinewelt.ch**  
Filme für eine Welt verleiht eine umfangreiche Auswahl von Filmen für den sensiblen Umgang mit Nord/Süd-Themen.
- **Sportartenclips von Jugend und Sport.** J+S. Zugang über **www.feelok.ch/be.htm**. In den Filmsequenzen wird innerhalb einer Minute eine Sportart vorgestellt. Bis Ende 2007 werden 20 verschiedene Sportarten vorgestellt, bis Ende 2009 sind alle 70 J+S Sportarten mit einem Clip vertreten.
- **Tor zur Welt. Elf Freunde aus 27 Ländern.** Hg. v. Integration Basel. Produktion, Realisation: [www.biehler-film.org](http://www.biehler-film.org). 2006.  
Ein Film über positive, verbindende Aspekte des Fussballs und dessen Schattenseiten der Gewalt und Ausgrenzung.

## Im Web

### Dokumentationen und Informationen

- **www.baspo.admin.ch**  
Das Bundesamt für Sport ist die nationale Amtsstelle für Fragen des Sports, eine Ausbildungsstätte, ein sportwissenschaftliches Kompetenzzentrum und eine Dokumentations- und Informationsstelle im Schweizer Sport.
- **www.bfm.admin.ch**  
Das Bundesamt für Migration regelt Einreise- und Aufenthaltsbedingungen von Ausländerinnen und Ausländern und koordiniert die Integrationsbemühungen von Bund, Kanton und Gemeinden.
- **www.edi.admin.ch/frb**  
Die Fachstelle für Rassismusbekämpfung koordiniert und fördert die Prävention und Bekämpfung von Rassismus, Antisemitismus und Fremdenfeindlichkeit auf Bundes- wie auf Kantons- und Gemeindeebene.
- **www.edk.ch/d/EDK/Geschaefte/Migration/default.html**  
Der Tätigkeitsbereich «Bildung und Migration» der Schweizerischen Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren bringt migrationspezifische Themen als Querschnittaufgabe in die allgemeine Bildungspolitik ein.
- **www.educa.ch**  
Auf dem Schweizerischen Bildungsserver finden Sie Informationen zu kantonalen Lehrplänen, verschiedenen Themen, Leitfäden, Arbeitsblätter und Links.
- **www.eka-cfe.ch**  
Die Eidgenössische Ausländerkommission nimmt Stellung zu aktuellen migrations- und integrationspolitischen Fragen und verwaltet den Integrationskredit des Bundes.
- **www.eka-cfe.ch/d/integ.asp**  
Das Dossier zur Integration der EKA behandelt die Fragen: Was bedeutet eigentlich Integration? Welches Verständnis haben wir von Integration? Welche Integration verlangt das Gesetz?
- **www.ekr-cfr.ch**  
Die Eidgenössische Kommission gegen Rassismus setzt sich für die Anliegen der Minderheiten, gegen Diskriminierung und Rassismus ein.
- **www.fairplay.ch**  
Die Ethikcharta des Bundesamtes für Sport (BASPO) und Swissolympic liefert Grundlagen, Informationen, Downloads und Links für einen gesunden, respektvollen und fairen Sport.
- **www.humanrights.ch/home/de/Beratungshandbuch/idart\_4795-content.html**  
Ein Handbuch für die Beratung von Betroffenen von rassistischer Diskriminierung. Herausgegeben von Humanrights.ch/MERS und der Stiftung gegen Rassismus und Antisemitismus (GRA) in Zusammenarbeit mit der Eidgenössischen Kommission gegen Rassismus (EKR).

- **www.integration-durch-sport.ch**

Eine Informationsseite zur Thematik Integration durch Sport mit Aktuellem zur Thematik, Erfahrungsaustausch, Diskussionsforum. In Arbeit.

- **www.integration-durch-sport.de**

Das Integrationsprogramm des Deutschen Olympischen Sport-Bundes bietet zahlreiche Informationen und Dokumentationen zu Aktivitäten und Projekten.

- **www.lch.ch**

Der LCH ist die Dachorganisation der Schweizer Lehrerinnen und Lehrer und schliesst kantonale Lehrerinnen- und Lehrervereine sowie schweizerische Stufen- und Fachverbände zusammen.

- **www.migration-population.ch**

Das Schweizerische Forum für Migrations- und Bevölkerungsstudien (SFM) der Universität Neuenburg.

- **www.sad.ch**

Die Swiss Academy for Development führt Projekte und Studien in den Themenbereichen des interkulturellen Dialogs, der Integration, der Entwicklungszusammenarbeit und der Jugend- und Anomieforschung durch.

- **www.tikk.ch**

Das TikK ist eine Beratungs- und Fachstelle für interkulturelle Konflikte und leistet vor Ort unmittelbare Hilfe. Es bietet zudem Präventionshilfe und Weiterbildungskurse an.

## Unterrichtsmaterialien und Projekte

- **www.alleanders-allegleich.ch**

Das Schweizer Portal der Kampagne für Diversität, Menschenrechte und Partizipation des Europarats.

- **www.aller-anfang-ist-begegnung.ch**

Eine gemeinsame Kampagne der Kantone AG, BE, BL, BS, SO und des Bundes zur Begegnung von Menschen unterschiedlicher Herkunft

- **www.baobabbooks.ch**

Im Verzeichnis Fremde Welten werden Publikationen für Kinder und Jugendliche empfohlen, die eine Vielfalt der Werte vermitteln und den Unterschieden zwischen Menschen und Kulturen mit Respekt begegnen. Das Verzeichnis ist ein wichtiges Hilfsmittel für Lehrkräfte, BibliothekarInnen, Eltern und andere Vermittlungspersonen.

- **www.euroschools2008.ch**

Das Schulprojekt EUROSCHOOLS 2008 richtet sich an Schulen der Sekundarstufe I. Im Projekt zur EM setzen sich Schulen der Schweiz und Österreich mit dem interkulturellen Dialog und mit den verschiedenen Kulturen Europas auseinander und spielen Fussball nach Fair Play Regeln.

- **www.globaleducation.ch**

Die nationale Fachstelle für Globales Lernen bietet Unterrichtsmaterialien und Kurse an, u.a. in den Themenbereichen interkulturelle Begegnung und Friedensarbeit/Gewaltprävention.

- **www.globaleducation.ch/deutsch/files/WE\_Be.pdf**

Eine Zusammenstellung der Bildungsangebote für Schulen von Nichtregierungsorganisationen.

- **www.migration.bl.bs.ch**

«Tatsachen gegen Vorurteile», eine Kampagne der Regierungen von Basel-Stadt und Basel-Landschaft.

- **www.nmm.ch**

Die Internetplattform zur Lehrmittelreihe Natur-Mensch-Mitwelt des schulverlags bietet unter dem Stichwort «Ich und die Gemeinschaft» zahlreiche Lehrmittel zu den Themen Vielfalt und Integration für alle Schulstufen an.

- **www.projektegegenrassismus.ch**

Porträts von erprobten Schul- und Klassenprojekten gegen Rassismus, Tipps zur Umsetzung, Materialvorschläge für den Unterricht und weiterführende Adressen und Links.

- **www.quims.ch**

Ein Projekt der Bildungsdirektion des Kantons Zürich zur Förderung der Qualität in multikulturellen Schulen.

- **www.scool.ch**

Ein Schulprojekt des Schweizerischen Orientierungslauf-Verbandes (SOLV).

- **www.sportdidaktik.ch**

Sportdidaktik.ch ist die grösste Sportstellenbörse und der SportlehrerInnenvermittler der Schweiz. Mit einem kostenlosen Inserat können über 800 qualifizierte SportlehrerInnen und Trainer aus allen Sportarten angeschrieben werden.

- **www.sportunterricht.de**

Informationen und Materialien für LehrerInnen und SchülerInnen zum Bereich Bewegung und Sport.

- **www.vademecum.bs.ch**

Ein Leitfaden für Lehrkräfte zur Schulung fremd- und mehrsprachiger Kinder und Jugendlicher in Basel-Stadt.

# Impressum

Herausgeber: Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen EHSM  
Autoren: Matthias Grabherr, Jenny Pieth  
Mitarbeit an der Entwicklung: Tina Bratschi, Veronika Hanus, Florian Hitz, Lis Hofer, Käthi Howald, Andreas Koller, Ursula Mühlestädt, Fränzi Küpfer, Beatrice Ossola, Andrea Rosenast, Thomas Pfeiffer, Mirjam Richter, Raphael Santschi, Evelyne Seiler, Thomas Stöckli, Heidi Ullmann, Dominik Ullmann, Gilbert Zosso

Lektorat: Margrit Pfister  
Fotos: Matthias Grabherr, Beatrice Ossola, Jenny Pieth, Andrea Rosenast  
Layout: Susanne Mauerhofer, BASPO  
Druck: witschidruck, Nidau  
Ausgabe: 2007  
Auflage: 400  
Copyright: Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen EHSM und Swiss Academy for Development SAD 2007

Bezugsquelle: Bundesamt für Sport BASPO, 2532 Magglingen  
ISBN 978-3-907963-53-1

Eine Zusammenarbeit von: Swiss Academy for Development SAD  
Bözingenstrasse 71  
CH-2502 Biel/Bienne  
Tel: +41 (0)32 344 30 50  
info@sad.ch  
www.sad.ch

Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen EHSM  
2532 Magglingen  
Tel: +41 (0)32 327 61 11  
info@baspo.admin.ch  
www.baspo.ch

Unterstützt durch:

- Integrationskredit des Bundes BFM/EKA
- Bundesamt für Sport BASPO
- Gemeinde Biel/Bienne
- Sozialamt des Kantons Bern
- Stiftung für Bevölkerung, Migration und Umwelt BMU
- Stiftung Gertrud Kurz
- Stiftung gegen Rassismus und Antisemitismus GRA
- UBS AG Biel Seeland
- Volkart Stiftung
- Walter und Bertha Gerber Stiftung