

Von der Schule in den Sportverein

Der freiwillige Schulsport im Kanton Zürich

Gesunde Entwicklung

Dr. Lukas Zahner erklärt, warum Bewegung
im Kindesalter so wichtig ist.

Der grosse Test

Wie die ETH die motorische Fitness
von Primarschülern prüft.

Sport über Mittag

In Niederhasli treiben Schüler gemeinsam
Sport in der Mittagspause.

Leidenschaft Badminton

Lars Hartmann kam vom freiwilligen
Schulsport in den Badminton Club.



Kanton Zürich
Sportamt

ZKS Zürcher
Kantonalverband
für Sport

Inhalt



Der Sportkanton Zürich

- 4 Sportliche Bildung: Eine gemeinsame Aufgabe für Schule und Verein

Kinder brauchen Bewegung

- 8 Warum aktive Kinder gesünder durchs Leben kommen

Gezielte Förderung

- 11 So steht es um die motorische Fitness unserer Primarschüler
- 14 Wie die Stadt Zürich die Sportmotorische Bestandesaufnahme nutzt

Erfolgsbeispiele aus der Praxis

- 16 Thalwil ist eine Vorzeigegemeinde in Sachen freiwilliger Schulsport
- 18 Der KZS bringt frischen Wind in den Schulsport
- 20 Wie Primarschullehrer Iso Flepp seine Schüler in Bewegung bringt
- 22 Schulsportclub Niederhasli: Gesunde Mittagspause mit viel Action
- 24 Der Fussball hat genügend Nachwuchs. Was läuft da richtig?
- 26 Wie der Handballclub Rümlang-Oberglatt um Nachwuchs wirbt
- 28 Im freiwilligen Schulsport startete Lars Hartmann seine Vereinskarriere

Unterstützung

- 30 Informationen und Kontakt

Sportliche Bildung: Eine gemeinsame

Sport und Bewegung sind elementar für die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Unter dem Dach «Sportkanton Zürich» arbeiten das kantonale Sportamt und der ZKS, Zürcher Kantonalverband für Sport, deshalb tatkräftig an einem aktiven Umfeld für den Nachwuchs. Wie, das erzählen Sportamtschef Stefan Schötzau und ZKS-Geschäftsführerin Yolanda Gottardi im Interview.



Aufgabe für Schule und Verein

Jugendlichen. Unter dem Dach «Sportkanton Zürich» arbeiten das kantonale Sportamt und der ZKS, Zürcher Kantonalverband für Sport, deshalb tatkräftig an einem aktiven Umfeld für den Nachwuchs. Wie, das erzählen Sportamtschef Stefan Schötzau und ZKS-Geschäftsführerin Yolanda Gottardi im Interview.



Stefan Schötzau, Jahrgang 1972, war bereits in der Primarschule sportbegeistert. Von einem seiner Lehrer bekam er sogar Extrahandballstunden. Ausserdem war er via Jugendriege im Leichtathletikverein aktiv, auch als Leiter. Im freiwilligen Schulsport entdeckte er Volleyball sowie Basketball und hat als Sportlehrer später auch selbst freiwilligen Schulsport gegeben. «Volleyball spiele ich heute noch», sagt der Chef des Sportamts des Kantons Zürich.



Der Sportkanton Zürich bestimmt jedes Jahr ein Schwerpunktthema. Dieses Mal heisst es «Von der Schule in den Sportverein». Was ist der Hintergrund?

Yolanda Gottardi: Der Sportkanton Zürich wählt jeweils ein Jahresthema, das aktuell bewegt. Der freiwillige Schulsport ist derzeit ein solches Thema. Weil die Kinder durch die Tagesschulen immer mehr Zeit in der Schule verbringen, ist es wichtig, dass es dort die nötigen Bewegungsangebote gibt.

Stefan Schötzau: Kinder müssten täglich eine Stunde Sport treiben. Das können die Schule und die Sportvereine nicht alleine bewältigen. Weil wir im Kanton Zürich in Sachen freiwilliger Schulsport vielerorts noch Nachholbedarf haben, hat das Sportamt auf das Schuljahr 2013/2014 das Förderprogramm für mehr freiwilligen Schulsport, schulsport.zh, lanciert (siehe Box). Der Start hat die Erwartungen übertroffen. Statt der erwarteten 350 Kurse wurden im ersten Semester bereits mehr als 550 freiwillige Schulsportkurse angemeldet. Das Programm entspricht offenbar einem Bedürfnis an den Zürcher Schulen.

Was ist das Ziel dieser Fördermassnahmen?

S. Schötzau: Das Sportamt will mit schulsport.zh erreichen, dass im Kanton Zürich möglichst flächendeckend freiwillige Schulsportkurse angeboten werden. Der freiwillige Schulsport hat auch eine Brückenfunktion zwischen obligatorischem

Sportunterricht und Angeboten im Vereinssport. Ziel ist es, möglichst viele Schülerinnen und Schüler durch den freiwilligen Schulsport für den organisierten Sport zu begeistern.

Y. Gottardi: Die Angebote in Schule und Verein helfen, dass Sport und Bewegung schon früh in den Alltag der Kinder integriert werden. Unser Wunsch ist es, dass Vereine und Schulen zu diesem Zweck verstärkt zusammenarbeiten.

Wie sieht denn die ideale Zusammenarbeit aus?

S. Schötzau: Eine tolle Geschichte ist es, wenn verschiedene Vereine gemeinsam freiwillige Schulsportkurse anbieten und so ein polysportives Angebot schaffen. Die Durchführung von Schnupperlektionen durch die lokalen Sportvereine in freiwilligen Schulsportkursen kann ebenfalls zu einer Stärkung der Brückenfunktion beitragen.

Y. Gottardi: Lehrer können auf Vereine zugehen und anfragen, ob sie ihre Sportart in der Schule präsentieren wollen. Begrüssenswert ist, wenn die Schulen im Gegenzug aufgeschlossen reagieren, wenn der Verein sich vorstellen will. Der Idealfall ist, wenn ein Sportkoordinator den Überblick hat, auf die Lehrer und/oder Vereine zugeht, Angebote zusammenstellt und zeitlich abstimmt.

Wie wichtig ist die Vernetzung von Sportverein und Schulgemeinde?

Y. Gottardi: Der Verein ist ein fester Bestandteil der Bildungslandschaft. Lehrer nehmen oft nicht wahr, dass Vereine für die Kinder eine wichtige Anlaufstelle sind, weil die Tätigkeit im Verein freiwillig und ohne Zwang von Schule und Eltern ist. Wenn ein Kind Probleme in der Schule oder zu Hause hat, können Lehrer und Verein zusammen etwas erreichen. Vielleicht sogar mehr als ein Schulpsychologe.

S. Schötzau: Man muss ja nur mal einen Pausenhof anschauen. Wenn Kinder aus verschiedenen Klassen in einem Sportverein sind, herrscht dort eine ganz andere Dynamik. Dieser Zusammenhalt ist auch aus Sicht der Schule extrem wertvoll.

Welche Nebeneffekte hat der Sport sonst noch im Schulalltag?

Y. Gottardi: Der Sport ist auch ein Auffangbecken für Kinder, die in anderen Fächern gerade eine Schwächephase haben. Im Sport bekommen sie neue Motivation, sehen, dass sie auch etwas leisten können, eventueller Schulfrust wird abgemildert.

S. Schötzau: Wenn wir an unsere eigene Schulzeit zurückdenken, sind es doch Skilager oder Sportanlässe, an die wir gerne zurückdenken. Dinge, die wir gemeinsam erlebt haben. Der Sport schafft Gemeinschaftsgefühl und positive Emotionen.



Yolanda Gottardi, Jahrgang 1967, hat den Sport im Verein kennengelernt. Sie war im Kunstturnen erfolgreich aktiv und bereits mit 14 Jahren Leiterin. «Das war der Start meiner Karriere», sagt die heutige Geschäftsführerin des ZKS. Auch für ihre Kinder war es ihr wichtig, dass sie im Verein sind. Hier lernten sie, Teamplayer zu werden und für die Mannschaft da zu sein. An ihren Schulsport hat Yolanda Gottardi nicht so rosige Erinnerungen: «Eine ältere Frau, die mit Strassenkleidung in der Turnhalle stand, war nicht gerade motivierend. Die Begeisterung für den Sport habe ich vor allem im Verein mitbekommen.»

Wo seht ihr die wesentlichen Unterschiede zwischen Schulsport, freiwilligem Schulsport und Vereinssport?

Y. Gottardi: Der Schulsport bietet eher eine sportmotorische Ausbildung. Man lernt, sich zu bewegen. Die Buben müssen dann auch mal tanzen und die Mädchen Fussball spielen. Im freiwilligen Schulsport geht es nicht primär darum, intensiv zu üben, sondern etwas Neues kennenzulernen. Und im Vereinssport geht es eher sportartspezifisch zu und her.

S. Schötzau: Der freiwillige Schulsport ist weniger auf Wettkampf und Leistung ausgerichtet. Er ermöglicht das Entdecken und Erlernen neuer Sportarten. Ausserdem bietet er die Möglichkeit, polysportive Kurse zu belegen, die insbesondere für die motorische Entwicklung von Primarschülern von grosser Bedeutung sind. Zudem werden auch Kurse in Sportarten angeboten, die weniger in Sportvereinen ausgeübt werden können. So gibt es viele Tanzangebote, die wohl mit verantwortlich sind für den hohen Mädchenanteil in freiwilligen Schulsportkursen.

Und im Verein?

Y. Gottardi: Der Verein fokussiert sich meist auf eine Sportart und hat Wettkampfcharakter. Es wird oft auf einen Event hin trainiert. Zudem ist die Vereinsmitgliedschaft eine freiwillige Verpflichtung. Man fühlt sich gegenüber den anderen Mitgliedern verantwortlich, weil sie sich auf einen verlassen. Schon früh wird vermittelt, dass eine gut funktionierende Gesellschaft auf Zusammenarbeit angewiesen ist. So zum Beispiel beim Papiersammeln oder bei Dorffesten, welche durch Vereine organisiert werden. Und später lernt man als Mitglied das Wesen der Schweizer Demokratie kennen, zum Beispiel an einer Delegiertenversammlung. Viele geben gerne etwas zurück von dem, was sie selber als Jugendliche bekommen haben. Auch die Älteren sind, etwa als Ehrenmitglieder, immer wieder dabei, wenn die Vereinskollegen sich treffen. Diese Verbindung bleibt bei vielen Menschen ein Leben lang erhalten. Diese Merkmale unterscheiden den Vereinssport vom ungebundenen und auch vom freiwilligen Schulsport und sind wichtig für eine sozialverträgliche Gesellschaft.

Das Förderprogramm schulsport.zh

Mit dem kantonalen Förderprogramm schulsport.zh unterstützt das Sportamt des Kantons Zürich den freiwilligen Schulsport. Ziel: mehr Sportangebote im schulischen Umfeld sowie mehr Bewegung und Sport im Alltag der Schülerinnen und Schüler. Die freiwilligen Schulsportkurse finden wöchentlich während mindestens einem Semester statt. Bedingung ist, dass der Kurs von einer Person mit J+S-Anerkennung geleitet wird.



Die Kurse werden mit einem Pauschalbeitrag unterstützt. Pro Semester mit mindestens 15 Trainings beträgt der Pauschalbeitrag:

- 1050 Franken bei mindestens 45 Minuten Trainingsdauer
- 1350 Franken bei mindestens 90 Minuten Trainingsdauer

Das sind bei 15 Trainingslektionen 70 Franken pro Lektion bzw. 90 Franken pro Doppellektion.

www.schulsport.zh.ch

Warum aktive Kinder besser, glücklicher und gesünder durchs Leben kommen



Den grössten Bewegungsdrang haben Kinder im Volksschulalter. Das hat die Natur aus Warum Bewegung gerade für Kinder so wichtig ist und wie wir ihren aktiven Alltag fördern Er leitet den Bereich Trainingswissenschaft am Institut für Sport und Sportwissenschaften

Herr Zahner, welche Bedeutung hat der Sport für die Entwicklung im Kindesalter?

Lukas Zahner: Da gibt es natürlich eine ganze Vielfalt an Faktoren. Exemplarisch kann man aber einige Beispiele herausgreifen.

Fangen wir doch mit einem Beispiel aus der körperlichen Entwicklung an.

Dabei ist die Knochengesundheit ein ganz zentrales Thema. Wenn die Kinder körperlich immer stärker entlastet werden, weil sie sich immer weniger bewegen, fehlt auch die nötige Belastung auf die Knochen, sprich, sie werden zu wenig aufgebaut. Der Zusammenhang zwischen genügend körperlicher Aktivität und gesundem Aufwachsen ist frappant. Auch die

Muskulatur gehört dazu. Ist diese nicht genug ausgebildet, kann es schon im frühen Alter zu Haltungsschwächen und Rückenproblemen kommen.

Und das Gehirn?

Heute ist nachgewiesen, dass sich das Gehirn aufgrund erhöhter Bewegungsaktivität differenzierter entwickelt. Vergleichsstudien haben ergeben, dass der Hippocampus, der Teil des Gehirns, der primär für das Gedächtnis zuständig ist, bei aktiven Kindern grösser ist als bei weniger aktiven. Fittere Kinder können sich Dinge deshalb besser merken, was ihnen im heutigen Schulalltag, in dem man viel auswendig können muss, sehr zugute kommt.

licher und



Gibt es auch soziale Komponenten?

Ja, zum Beispiel entwickeln Kinder durch die Bewegung in der Gruppe ihre Sozialkompetenz. Sie lernen, sich abzustimmen, sich in eine Mannschaft einzugliedern. So entwickelt sich Toleranz ganz natürlich, ohne dass man künstlich etwas konstruieren muss. Hochinteressant ist, dass motorisch geschicktere Kinder schneller in Gruppen akzeptiert und integriert werden, auch wenn sie zum Beispiel die Sprache gar nicht sprechen. Wenn Kinder zusammen Ball spielen und ein Junge werfen und fangen kann, dann wird er schnell als Teil des Teams akzeptiert. Kinder, die anderen motorisch überlegen sind, werden zudem seltener unterdrückt und werden eher zu kleinen Führungspersonen.

«Motorisch geschicktere Kinder werden schneller in Gruppen akzeptiert und integriert, auch wenn sie die Sprache gar nicht sprechen.»

Hat das wiederum Auswirkungen auf die Psyche?

Die Entwicklung eines Selbstwertgefühls steht durchaus in Zusammenhang mit der Bewegungskompetenz. Die Kinder sehen: Ich kann etwas lernen, ich habe etwas erreicht. Wenn ein Kind über einen Baumstamm gehen kann und andere können das nicht, gibt ihm das Selbstvertrauen. Die Praxis zeigt auch, dass motorisch geschicktere Kinder neue Bewegungen schneller lernen, die Erfolgserlebnisse liegen auf der Hand.

Die Entwicklung des Kindes steht also stark im Zusammenhang mit der Bewegung. Ist uns das zu wenig bewusst?

Zum Teil ja. Wenn man bedenkt, dass sich Kinder in den 1970er-Jahren noch drei bis vier Stunden bewegt haben und heute nur noch jedes vierte Kind auf mehr als eine Stunde Bewegung am Tag kommt, ist das schon bedenklich. Wenn man die Entwicklung wirklich positiv beeinflussen will, sollte sich ein Kind 90 Minuten pro Tag aktiv bewegen. Eine Stunde ist das absolute Minimum.

Wer kann da eingreifen?

Die Eltern sind der wichtigste Teil. Wenn sie die Bewegung ihres Kindes nicht fördern, läuft nichts. Die Eltern sollten den Kindern eine aktive Freizeit ermöglichen, sich mit ihnen bewegen, sie aber auch selbstständig und spielerisch Bewegungskompetenzen erwerben lassen. In den Schulen müssen wir den Kindern aktiv Bewegungsangebote machen. Zum Beispiel, indem wir ihnen Sportecken oder Sportmaterial wie Springseile oder Jongliertücher zur Verfügung stellen. Es gibt die Möglichkeit des bewegten Unterrichts, Bewegungspausen einzubauen oder sogar spielerisch zu lernen, zum Beispiel das Einmaleins auf den Treppenstufen zu üben.

guten Gründen so eingerichtet. können, erklärt Dr. Lukas Zahner. der Universität Basel.

Dann haben wir noch die Motorik ...

Dort geht es darum, sowohl in der Alltags- als auch in der Sportmotorik ein gewisses Niveau zu erreichen. Das beginnt bei kleinen Kindern mit Übungen wie Hampelmann und Purzelbaum. Wenn Kinder das nicht können, wenn sie einen geringen Bewegungsschatz, wenig Bewegungserfahrung haben, ist es nicht erstaunlich, dass zum Beispiel die Unfallgefahr steigt. Das Verletzungsrisiko in kritischen Situationen, etwa bei einem Sturz, ist bei bewegungserfahrenen Kindern geringer. Sie können sich zum Beispiel abrollen.

Welche Rolle spielen obligatorischer und freiwilliger Schulsport?

Der freiwillige Schulsport spielt eine riesige Rolle, vor allem bei älteren Kindern, die sich bereits eine differenzierte Meinung bilden können. Je vielfältiger das Angebot, desto grösser ist die Wahrscheinlichkeit, dass Kinder die Sportart finden, in der sie ihre Erfolgserlebnisse haben und für die sie sich dann auch motivieren können.

«Kinder in den 1970er-Jahren haben sich drei bis vier Stunden am Tag bewegt. Heute kommt nur noch jedes vierte Kind auf mehr als eine Stunde am Tag. Das ist schon bedenklich.»

Was können die Vereine beitragen?

Primarlehrer sind zum Teil nur marginal ausgebildet, was den Sport angeht. Wenn Schulen einen Verein einladen, seine Sportart im freiwilligen oder sogar im obligatorischen Schulsport vorzustellen, kommt das bei den Kindern meist ausgezeichnet an. Die Spezialisten aus den Vereinen haben das nötige Feuer für ihre Sportart und können das als Trainer mit viel Herzblut vermitteln.

Und in den Vereinen selber?

Dort ist es wichtig, dass die Vereine ihre Angebote auf das Alter der Kinder anpassen. Einen Siebenjährigen kann man mit anderen Dingen faszinieren als einen Zwölfjährigen. Deshalb finde ich es sehr gut, dass die J+S-Ausbildung in der Schweiz differenziert wurde und die Leiter für den Kindersport und für den Jugendsport extra ausgebildet werden. Auch Lehrer können diese Ausbildung machen.



Dr. Lukas Zahner leitet den Bereich Trainingswissenschaften

Die bewegungsfreundliche Schule

Das Institut für Sport und Sportwissenschaften der Uni Basel hat ein Programm für die «bewegungsfreundliche Schule» entwickelt. Dort wird deutlich, wie viele Räume es gibt, in denen man ein bewegungsfreundliches Umfeld für Kinder schaffen kann:

- Schulweg
- bewegter Unterricht
- freiwilliger Schulsport
- obligatorischer Sportunterricht
- Schulhausumgebung und unterrichtsfreie Zeit
- Schulanlässe
- Freizeit
- Hausaufgaben

Das Programm bietet Empfehlungen für Schulen, Lehrer und Eltern und enthält auch einige Forderungen an die Politik. Zum Beispiel die Gestaltung von freien Räumen für die Bewegung von Kindern und einen sicheren Schulweg, auf dem sich die Kinder ohne die Hilfe der Eltern zu Fuss oder mit dem Fahrrad bewegen können. Im Internet gibt es alle Informationen und eine lehrreiche Doppel-DVD zum Bestellen.

www.bfschule.ch



Eine «Kidz-Box» mit spielerischen Bewegungsideen in Übungskartenform gibt es bei der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz.

www.gesundheitsfoerderung.ch



Von Shuttle Run bis Standweitsprung

In mehreren Städten des Kantons Zürich nimmt die ETH die motorische Fitness von Primarschülern wissenschaftlich unter die Lupe. Durch die gewonnenen Daten können Lehrer, Schulen und ganze Gemeinden ihre Schülerinnen und Schüler gezielt fördern.



Wenn Erstklässler in der Sportstunde den Standweitsprung üben, sie beim Pendellauf jauchzend immer schneller von einer Seite zur anderen rennen und sechs ETH-Mitarbeitende ihre Zeiten und Weiten akribisch messen und notieren, dann ist klar: Es ist wieder SMBA – Sportmotorische Bestandesaufnahme. Seit dem Jahr 2005 werden in der Stadt Zürich einmal pro Jahr alle Erstklässler während ihres Sportunterrichts auf die sportmotorische Probe gestellt. 2008 ist Winterthur und 2009 Bülach dazugekommen. «Innerhalb von drei Monaten besuchen wir rund 180

Schulklassen allein in Zürich», erzählt Studienleiter Andreas Krebs vom Institut für Bewegungswissenschaften und Sport der ETH. Getestet werden Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination und Beweglichkeit – insgesamt in fünf Stationen.

Doch wozu eigentlich diese Studie? Andreas Krebs kann mehrere Gründe aufzählen. Der für ihn wichtigste ist die gezielte Förderung der Kinder. «Wir möchten jedes Kind auf seinem Niveau weiterbringen. Die Begabten sollen dabei ebenso ein auf ihre Bedürfnisse zugeschnit-

tenes Programm erhalten wie die motorisch schwächeren Kinder, die noch dringender Unterstützung benötigen.» Kinder, die im Sport keine Erfolgserlebnisse erfahren, wenden sich ab und bewegen sich immer weniger und damit mit der Zeit noch schlechter, beschreibt der Wissenschaftler den Teufelskreis. Aufgrund der Testergebnisse laden die städtischen Sportämter Kinder zu ihren Förderprogrammen ein. Für die Begabten gibt es «Talent Eye», für die schwächeren Kinder «Movimiento» oder «Move», wie es in Bülach und Winterthur heisst.



Ein weiterer triftiger Grund für die Studie ist wissenschaftlicher Natur. «Man ist sich einigermaßen einig, dass die motorische Fitness unserer Kinder schlechter geworden ist», sagt Krebs. «Aber Beweise gibt es keine.» Das soll sich durch die SMBA ändern. Zumindest für die Stadt Zürich gibt es nun bereits Zahlen von neun Erhebungen. Die gute Nachricht: Es ist kein negativer Trend erkennbar. Aussagekräftig wird das Ganze laut Krebs aber erst, wenn man die Entwicklung über längere Zeiträume verfolgen kann. Wichtig: Es muss immer das Gleiche am gleichen Standort getestet werden.

Heterogene Klassen als Herausforderung

Eklant sind die Unterschiede, die es zwischen den einzelnen Kindern gibt. Während beim beidbeinigen Hin- und Herspringen über eine Holzleiste die einen in 15 Sekunden keine zehn Sprünge schaffen, machen die anderen bis zu 50. «Was für eine Herausforderung für einen Lehrer, der eine Klasse mit solch einer heterogenen Leistung unter einen Hut bringen muss», gibt Krebs am Rande zu bedenken.

Aus der Studie erhalten die Lehrer Rückmeldungen zum Stand ihrer Klasse im Vergleich mit anderen, aber auch zu einzelnen Kindern. Als Unterstützung sollen sie künftig Vorschläge für Lektionen bekommen, die an die Tests an-

knüpfen. «Manchmal brauchen die Kinder nur eine kleine Starthilfe», sagt Krebs. Aber man müsse wissen, wo man ansetzen könne.

Sechs Jahre beobachtet

Besonders viele Daten gibt es aus der Stadt Winterthur. Dort wurde eine «Generation» Schulkinder einmalig von der ersten bis zur sechsten Klasse getestet. Eines der Ergebnisse: Je älter die Kinder werden, desto eher beeinträchtigt Übergewicht ihre sportliche Leistungsfähigkeit. Und: Die Schweren werden im Laufe der Schulzeit immer noch schwerer. Ein Zeichen dafür, wie wichtig rechtzeitiges Intervenieren ist. Dass dieses in der Schule durchaus erfolgreich statt-

findet, zeigt die Studie ebenfalls. «Kinder, die daheim gar nichts mit Bewegung zu tun haben, profitieren enorm vom bewegungsfreundlichen Umfeld Schule», erläutert

«Die motorisch Schwächeren benötigen noch dringender Unterstützung.»

Krebs. Unterschiede zwischen Mädchen und Buben sind vorhanden, aber nicht dramatisch. Die Jungs sind tendenziell besser im Ausdauerlauf, weil sie von Natur aus mehr rennend unterwegs sind. Mädchen

Sportmotorische Tests	Minimum	Maximum
Knaben		
Seitliches Springen [#Sprünge]	7	45
Tapping [s]	14,3	38,0
Standweitsprung [cm]	57	160
20-m-Sprint [s]	3,61	5,90
Shuttle Run [#Längen]	8	92
Mädchen		
Seitliches Springen [#Sprünge]	8	41
Tapping [s]	15,1	54,1
Standweitsprung [cm]	50	161
20-m-Sprint [s]	3,86	7,10
Shuttle Run [#Längen]	8	88

So heterogen können die Leistungen von Erstklässlern sein. Beispiel Standweitsprung: Während das stärkste Mädchen 161 cm weit springt, schafft das schwächste nur 50 cm.



Seitliches Springen, Standweitsprung, Sprint, Pendellauf und mehr: Bei den sportmotorischen Tests werden Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination und Beweglichkeit unter die Lupe genommen.

punkten eher bei der Beweglichkeit (siehe Tabelle).

Motorische Landkarten korrelieren mit sozialer Herkunft

Die soziale Herkunft wird bei der Studie nicht zwingend erhoben, sie ist als Einflussfaktor aber trotzdem deutlich erkennbar. Denn aus den Ergebnissen werden Landkarten erstellt. Rote Flächen stehen für Schulkreise mit vielen bewegungsschwachen Kindern, grüne für das Gegenteil. «Diese Karten decken sich fast zu 100 Prozent mit den Karten zum sozialen Status», berichtet Andreas Krebs. Auch die einzelnen Schulhäuser bekommen eine Standortbestimmung. «Diese Erhebungen sind vor allem ein politisches Hilfsmittel», sagt Krebs. Sie dienen als verlässliche Grundlage, wenn es darum geht, zu entscheiden, in welchen Regionen mehr in die Bewegungsförderung investiert werden muss (siehe nächster Beitrag).

Nicht nur deshalb wäre die SMBA auch für andere Städte und Gemeinden im Kanton Zürich interessant. «Das ist jedoch nicht zuletzt eine Frage der Finanzierung», weiss der Studienleiter. Derzeit befinde man sich mit verschiedenen Stellen in Abstimmung. Die Zukunft der SMBA ist offen.



Die Stadt Zürich nach Schulkreisen im Jahr 2012: Im Limmattal steht es mit Dunkelrot nicht so gut um die motorische Fitness der Erstklässler. In Uto und Waidberg sowie am Zürichberg ist alles im grünen oder sogar dunkelgrünen Bereich.

(Dunkelgrün bezeichnet die Schulkreise mit den besten Leistungen in der SMBA. Dann geht es abnehmend zu Hellgrün, Gelb, Orange bis hin zu Rot.)

Der SMBA-Test
Die fünf Testübungen entstammen einer 11er-Batterie von Tests aus dem Talent-Eye-Programm. Da der Test in einer Schulstunde Platz haben muss, können nur fünf Übungen gemacht werden. Die Erkenntnisse aus Zürich, Winterthur und Bülach gibt es auch auf www.wirbewegenzuerich.ch
Dort kann auch die Broschüre «Kinder in Bewegung» mit Bewegungsempfehlungen und Tipps für Erziehungspersonen bestellt werden. Oder unter Telefon 044 632 42 32.



Andreas Krebs vom Institut für Bewegungswissenschaften und Sport an der ETH Zürich: «Manchmal brauchen die Kinder nur eine kleine Starthilfe.»



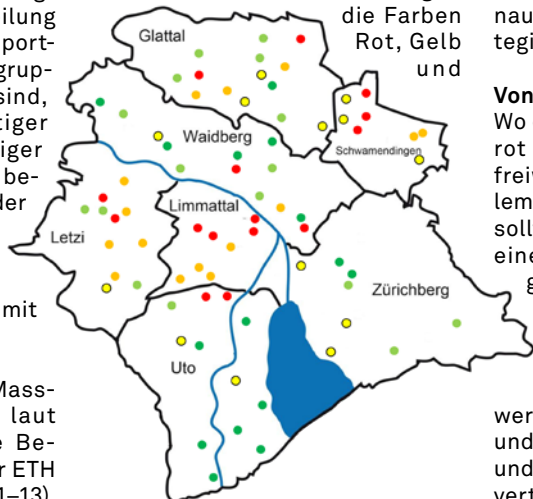
Strategisch fördern durch verlässliche Daten

Dank der Sportmotorischen Bestandaufnahme (SMBA) kann das Sportamt der Stadt Zürich seine Fördermassnahmen gezielt ansetzen.

Rund 27 000 Schülerinnen und Schüler besuchen die Volksschule der Stadt Zürich. «Unsere Aufgabe ist es, für diese eine gesunde Bewegungskultur zu schaffen», sagt Ralph König, Leiter der Abteilung Schulsport des städtischen Sportamts. Und weil die Hauptzielgruppe die Vier- bis 16-Jährigen sind, ist ein qualitativ hochwertiger obligatorischer und freiwilliger Schulsport dem Sportamt ein besonderes Anliegen. Denn in der Schule sind alle, dort kann man auch die Kinder und Jugendlichen erreichen, deren Freizeit sonst nicht viel mit Bewegung zu tun hat.

Eine wichtige Stütze für die Massnahmen des Sportamts ist laut König die Sportmotorische Bestandaufnahme (SMBA) der ETH Zürich (siehe Beitrag Seite 11–13). «Durch die jährlichen Tests mit allen Erstklässlern und die Landkarten, die daraus entstehen, wissen

wir, wo wir ausgleichend eingreifen müssen», erklärt Ralph König. Für sieben Schulkreise, alle Quartiere aber auch für jede einzelne Schule zeigen die Farben Rot, Gelb und



Schülerleistungen pro Schulhaus: Dunkelgrün steht für die besten, Dunkelrot für die schlechtesten Ergebnisse.

Grün an, «wo die Kinder von daheim aus schon gute Voraussetzungen mitbringen, und wo grosser Handlungsbedarf besteht». Durch die SMBA könne man das sehr genau sagen und Massnahmen strategisch ausrichten, so König.

Von Schulsport bis Semesterkurs

Wo die Karte gelb, orange oder gar rot ist, wird geprüft: Gibt es dort freiwillige Schulsportkurse? Vor allem für die Fünf- bis Zehnjährigen sollte es König zufolge mindestens einen freiwilligen Schulsportkurs geben. Zurzeit haben alle Primarschulen der Stadt Zürich mindestens einen Kurs. Die freiwilligen Sportkurse der Schulen sind kostenlos. «Sie werden nur intern publik gemacht und bieten Kindern in Kindergarten und auf der Primarstufe in ihrem vertrauten pädagogischen Umfeld einen Einstieg in den organisierten Sport», heisst es beim Sportamt Zürich, das Administration, Rekrutierung und Qualifikation der Leitenden sowie die Kosten übernimmt. Für die Mittel- und Sekundarstufe bietet die Stadt in Zusammenarbeit mit verschiedenen Sportvereinen und Institutionen Semesterkurse an. Für 75 bis 200 Franken pro Halbjahr, je nach Sportart und Auslastung.

Laut SMBA herrscht vor allem in sozial schwächer strukturierten Quartieren kindlicher Bewegungsmangel. Weil die Eltern dieser Kinder teils nicht die Möglichkeit oder den Willen haben, ihre Kinder zu festen Terminen regelmässig zum Sport zu schicken, gibt es offene Angebote wie zum Beispiel den Open Sunday von der Stiftung idee:sport. «Auch hier nehmen wir die SMBA-Landkarte zur Hilfe. In Zusammenarbeit mit idee:sport gehen wir mit solchen Angeboten genau in jene Quartiere, die in der Studie schlechter abschneiden», erklärt König. Speziell gefördert werden auch Angebote für Mädchen. Dass die Verteilung von Buben und Mädchen im freiwilligen Schulsport ungefähr 50:50 beträgt, ist vor allem das Ergebnis gezielter Massnahmen. Beispielsweise wurden in den letzten Jahren Tanzangebote ausgebaut und geografisch verteilt.

Lokale Angebote als Anreiz

Vor allem werden die Studienergebnisse aber genutzt, um den Kindern spezielle Förderprogramme zuteilwerden zu lassen. «Und dabei geht es nicht nur um die Begabten», betont König. Zu Talent Eye wurden von der Stadt Zürich 2013 nämlich gerade mal 72 von 2900 Schülerinnen und Schülern geschickt. «Wir müssen auch von der unteren Hälfte reden», sagt König. Zum Förderprogramm «Movimientto» für motorisch schwache Kinder wurden 2013 immerhin 190 Schülerinnen und Schüler geschickt. Und weil hier seitens der Eltern in der Regel wenig Kapazität besteht, die Kinder heranzufahren, wurden mehr lokale Angebote aufgebaut.

König zufolge kommt die Grundaktivierung der Kinder nicht zuletzt den Vereinen zugute. Und wenn ein Heranwachsender nach einem

polysportiven Start und zahlreichem Ausprobieren eine Sportart findet, die ihn wirklich begeistert? «Dann versuchen wir ihn natürlich für einen Verein zu gewinnen», sagt König. Deshalb machten die Semesterkurse für die Älteren vor allem in den Disziplinen Sinn, die sie in ihrer Gemeinde später im Verein weiterverfolgen können.

Damit die Zusammenarbeit zwischen Schule, Stadt und Vereinen gut funktioniert, empfiehlt König, pro Schule einen Sportverantwortlichen zu bestimmen, der sich den Fragen des Schulsports annimmt und die Schulleitung unterstützt. Idealerweise ist diese Lehrperson auch im lokalen Vereinsleben aktiv. In Zürich werden die Sportverantwortlichen von den lokalen Fachstellen Sport und Bewegung (FSB) unterstützt. Jeder Schulkreis (das sind in der Regel plus/minus 16 Schulen) verfügt über eine solche FSB. Die Leitung der FSB hat Einsitz im städtischen Kompetenzzentrum Sportunterricht (KOS), das König ins Leben gerufen hat. So wird einerseits sichergestellt, dass die Schulen ihre Bedürfnisse ins KOS einbringen. Andererseits wird der Informationsfluss vom KOS in die Schulen garantiert.

Die Kostenfrage

Die ETH bietet ihre Dienste für die SMBA zu besonders günstigen Konditionen an. Trotzdem wäre eine Durchführung der SMBA ohne das Sponsoring-Engagement der ZKB, welche Dreiviertel der Kosten übernimmt, nicht denkbar. König hofft, dass die SMBA in Zürich (und vielleicht irgendwann im gesamten Kanton) weiterhin Zukunft hat. «Denn Sportförderung in jungen Jahren ist langfristig gedacht eine der besten Sparmassnahmen, in die eine Gemeinde investieren kann.»



Kompetenzbox als Hilfsmittel für Lehrpersonen und Kursleiter

Das «Kompetenzzentrum Sportunterricht» (KOS) des Sportamts hat eine sogenannte Kompetenzbox entwickelt, welche Minimalstandards für den Sportunterricht bestimmt. «Über welche Kompetenzen sollten Kinder in welchem Alter verfügen? Das ist im Sport nicht so genau festgelegt wie zum Beispiel in Mathe. Die Minimalstandards sollen eine Linie in den Schulsport bringen.

www.stadt-zuerich.ch/kompetenzbox



Ralph König, Leiter der Abteilung Schulsport beim Sportamt der Stadt Zürich.

So bunt wie das Sportlerleben selbst

In Sachen freiwilliger Schulsport gilt Thalwil als eine der Vorzeigegemeinden im Kanton Zürich. Mehr als jedes dritte von 1000 schulpflichtigen Kindern nutzt das vielseitige Angebot.

Von Armbrustschüssen bis Ballett, von Krafttraining bis Leichtathletik, von Zirkusakrobatik bis Eiskunstlauf – das Angebot des freiwilligen Schulsports in Thalwil ist so bunt, dass nahezu für jeden Schüler und jede Schülerin etwas Passendes dabei ist.

Hauptverantwortlicher für das inzwischen zehnjährige Erfolgsprojekt ist Schulsportkoordinator Sven Jansen. Der Sekundar- und ETH-Sportlehrer ist zuständig für das Zusammenstellen des Angebots mit rund 20 verschiedenen Kursen, für die Absprache mit den Kursleitern, die Koordination der Hallenpläne und die Abstimmung mit der Schulpflege, die das Programm Schuljahr für Schuljahr genehmigen muss. Ein besonderes Anliegen ist dem 43-Jährigen die Kommunikation. «Mir ist es wichtig, dass unser Angebot wirklich allen zugänglich gemacht wird, zum Beispiel auch Familien, in denen die Eltern nicht so gut deutsch sprechen», sagt Sven Jansen. Das liebevoll gestaltete Heft mit allen Kursen, Terminen und Kontakten wird an alle Haushalte mit Primarschülern und Kindergärtlern abgegeben. Auch die Gruppenschule und das Kinderhaus bekommen das Heft. Die Oberstufenschüler können sich an Stellwänden in der Schule informieren.

Sven Jansen ist auch J+S-Coach. Eine Voraussetzung für seinen Job als Schulsportkoordinator. In dieser Funktion meldet er die Kurse bei schulsport.zh an und rechnet auch viele Lager mit J+S ab. Zudem ist er Verbindungsstelle zwischen den Schulsportleitern und den Behörden.

«Die Leiter sind das wichtigste Kriterium für ein erfolgreiches Angebot.»

Über die Hälfte der Leitenden kommen aus Vereinen, auch Lehrer sind als Kursleiter im Einsatz. Eine höhere pädagogische Ausbildung oder eine J+S-Anerkennung sind Pflicht. «Die Leiter sind das wichtigste Kriterium für ein erfolgreiches Angebot», weiss Sven Jansen, der selber freiwilligen Schulsport gibt – zum Beispiel Fussball und Krafttraining. «Ich schaue sehr darauf, dass es verlässliche Leute sind, die die Kids begeistern können.» In der Zirkusakrobatik gebe es zum Beispiel mehrere Jugendliche, die seit neun Jahren mit dabei sind. Zum Armbrustschüssen kommen im zweiten Jahr fast alle aus dem ersten Jahr wieder. Teils kommen dort drei Lehrer für acht Schüler, obwohl nur einer bezahlt wird. Sie hätten eben einfach den Plausch. «Die Sportleiter sind teilweise richtige Stars für die Jugendlichen», erzählt Astrid Allet vom Schulsekretariat DLZ Bildung in Thalwil. «Man geht nicht zum Handball, sondern zum Sven, am besten mit den Kollegen.»



Schulsportkoordinator Sven Jansen:
«Vielfalt und Flexibilität gehören zu den Erwartungen unserer Zeit.»



Die Leitenden werden für ihren Einsatz von der Schule Thalwil entschädigt. Die J+S- und schulsport.zh-Gelder dienen zur Finanzierung. Thalwil entschädigt J+S-Leiter mit 70 Franken, Lehrer bekommen 90 Franken. «Dafür verlangen wir eine seriöse Handhabung, guten Kontakt zu den Eltern, Kursausfälle gibt es möglichst keine, Fehlzeiten der Schüler werden registriert. Es soll ein verlässliches Angebot sein.»

Das Angebot in Thalwil ist bekannt. Wenn Platz ist, werden auch Kinder aus anderen Gemeinden aufgenommen. Auch vom Sozialdienst und vom Kinderhaus kommen Anfragen, zum Beispiel wenn ein neues Kind in die Gemeinde kommt. Als Integrationsmöglichkeit ist der freiwillige Schulsport wie geschaffen.

«Der Übertritt in den Verein gelingt bei vielen», erzählt Sven Jansen. Aber es gibt auch Eltern, die die Unabhängigkeit von jeglichen Vereinspflichten und die Kurszeiten im Anschluss an den Unterricht schätzen. Die Jugendlichen mögen die Abwechslung, sie wollen öfter was Neues ausprobieren. «Diese Vielfalt und Flexibilität gehören zu den Erwartungen unserer Zeit», stellt Sven Jansen fest.

Für Eltern und Schüler ist der freiwillige Schulsport eine extrem günstige Art der sinnvollen, bewegten und hochqualifizierten Freizeitbeschäftigung. Für 39 Wochen bezahlen die Thalwiler Teilnehmer zirka 100 Franken, je nach Teilnehmerzahl kann der Beitrag ein wenig abweichen.

Ohne Netzwerk geht es nicht

Was ist neben der sportpädagogischen Kenntnis die wichtigste Eigenschaft für Schulsportkoordinator Sven Jansen? «Die gute Vernetzung», antwortet der Coach auf diese Frage. Bei Schulpflege und Vereinen kennt er so viele Leute, dass es selten zu Konflikten kommt, zum Beispiel wenn ein Kurs bis 18 Uhr statt nur bis 17.30 Uhr die Halle belegt oder wenn es um Gratiszeit auf dem Eis geht. Und das schönste Kompliment, das er je bekommen hat? «Eine Mutter, die erzählte, dass der freiwillige Schulsport die Stunde ist, auf die sich der Sohn die ganze Woche lang freut.»

In Thalwil können Kinder und Jugendliche zahlreiche Sportarten über den freiwilligen Schulsport ausprobieren. Auch Leichtathletik und Armbrustschüssen gehören dazu.



Damit die Schwächsten nicht unbemerkt durchs Raster fallen

Der KZS (Kantonalverband Zürich für Sport in der Schule) macht Lobbyarbeit für den Schulsport, unterstützt die Lehrerweiterbildung und organisiert Schulsportwettkämpfe. Er beschäftigt sich aber auch mit allgemeinen Fragen des Sports und mit neuen Entwicklungen, die sich auf die Schule auswirken, erklärt KZS-Präsident Jürg Philipp im Interview.

Herr Philipp, wie fördert der KZS den obligatorischen und den freiwilligen Schulsport?

Jürg Philipp: Die gute Qualität des Schulsports ist uns ein zentrales Anliegen. Einfluss nehmen wir zum Beispiel durch die Weiterbildung der Lehrer und die Bereitstellung von Unterrichtsmaterialien. Zusammen mit der Pädagogischen Hochschule und der ETH haben wir zum Beispiel eine Kartei herausgebracht mit aufbauenden Übungsreihen zu allen Turngeräten. Früher war der Einfluss noch grösser, da gab es einen Turninspektor, der Junglehrer und Sporttage besucht und diese beurteilt hat. Das wurde leider abgeschafft.

Wie sieht Ihr Beitrag zur Lehrerweiterbildung aus?

Im Rahmen der ZAL (Zürcher Arbeitsgemeinschaft für Weiterbildung der Lehrpersonen) organisieren wir J+S-Leiterkurse in diversen Sportarten, Kurse in Trendsportarten wie Smolball oder Slackline, es werden Grundlagen in Ball- und Rückschlagsspielen vermittelt. Auch die Gesundheitslehre zu Themen wie Körperhaltung usw. ist entscheidend.

Schulsportwettkämpfe sind Anlass und Motivation, um im Sportunterricht spezifisch zu trainieren.

Wie tragen Sportanlässe zu besserem Sportunterricht bei?

Schulsportwettkämpfe beeinflussen die sportliche Quartalsplanung. Wenn zum Beispiel die ganze Oberstufe am Pfäffikerseelauf teilnimmt, wird vorher gezielt darauf hin trainiert. In diesem Bereich ist der Kanton Zürich übrigens super. Pro Jahr nehmen 18 000 bis 20 000 Schüler an offiziellen Turnieren teil. Wobei die Zahl allein nicht entscheidend ist. Es geht ja darum, die zu erreichen, die von sich aus nicht aktiv sind und nicht immer wieder dieselben am Anlass zu haben. Ein tolles Projekt in diesem Zusammenhang ist fitforkids, welches in einigen Gemeinden bereits grossen Anklang findet. Das gibt eine positive Art von Gruppendruck auch auf die, die sonst weniger aktiv sind. Man will für die eigene Klasse Punkte sammeln und wird von den anderen angestachelt.

Gibt es weitere herausragende Beispiele?

Ein besonderes Beispiel ist der Dance-Award. Hier können sich Teams aus Schulklassen oder freiwilligen Schulsportkursen anmelden und ihre eigene Show kreieren und trainieren. Dort sieht man Teilnehmer und vor allem Teilnehmerinnen, die man sonst nicht für den Sport begeistern kann. Das ist Sportförderung pur! Vor allem, weil die Kids für diesen Anlass viel vorbereiten und einüben müssen.

Was könnte man in Sachen freiwilliger Schulsport im Kanton Zürich noch verbessern?

In der Oberstufe ist es durch die unterschiedlichen Schlusszeiten und zahlreichen Aktivitäten der Schüler fast nur über Mittag möglich, freiwilligen Schulsport anzubieten. In der Mittelstufe ist mehr möglich, da sollte unser Fokus liegen. Wir versuchen derzeit, das auszubauen. Ich finde ohnehin, man sollte den Sport in die Tagesstrukturen integrieren. Für die Schüler, die über Mittag ohnehin in der Betreuung sind, wäre das gesundheitlich und pädagogisch sinnvoll sowie finanziell lohnend für die Gemeinde.

Gibt es genug finanzielle Unterstützung?

Ich finde es super, dass es jetzt schulsport.zh gibt (siehe Seite 30). Durch die Förderbeträge wird das Angebot für die Gemeinden beinahe selbsttragend. Leider wissen viele Gemeinden das noch nicht. Die Lehrer machen es nicht wegen des Geldes. Für sie ist der hohe administrative Aufwand nach eigenen Aussagen das grösste Hindernis.



Welche allgemeinen Verbesserungsvorschläge haben Sie seitens des KZS?

Gut wäre es zum Beispiel, wenn an den Pädagogischen Hochschulen eine J+S-Ausbildung für künftige Lehrpersonen obligatorisch wäre. Ein anderer Punkt ist die Sportmotorische Bestandesaufnahme (SMBA), die es in der Stadt Zürich, in Winterthur und Bülach für die Primarstufe gibt. Im individualisierenden Unterricht

muss man ja die weniger Begabten und die Talente fördern. Die, die durch die Maschen fallen, trauen sich ja teilweise nicht einmal aufs Velo. Weil einige nicht geradeaus fahren und gleichzeitig die Hand raushalten können, wurden teilweise die Veloprüfungen abgeschafft – aus Sicherheitsgründen. Solche Prüfungen, Bewegungsbestandesaufnahmen und Sportanlässe sind aber wichtig, um ein Bild von der Realität zu bekommen und zu verhindern, dass viele unbemerkt durchs Raster fallen. Deshalb sollte die SMBA – analog PISA und STELLWERK – flächendeckend im Kanton eingeführt werden.

Der KZS berät auch die Bildungsdirektion in Sachen Schulsport. Wie muss man sich das vorstellen?

Wenn zum Beispiel neue Sportarten aufkommen, dann werden wir angefragt. Soll das in den Schulsport oder den freiwilligen Schulsport aufgenommen werden? Gibt es Sicherheitsbedenken? Wie bilden wir die Lehrer weiter? Wirkliche Direktiven können wir aber nicht durchzusetzen. Es gibt in anderen Bereichen eine solche Flut an Vorschriften, teilweise gegen den Willen der Lehrer, dass wir nicht auch noch dazu beitragen wollen.

Der KZS

Der KZS organisiert Lehrer-Weiterbildungskurse, wöchentliche Sportstunden in Lehrersportgruppen, die Kantonale Tagung für Sport in der Schule sowie Einführungskurse in neue Lehrmittel. Er fördert den freiwilligen Schulsport an der Volksschule, z.B. durch regionale und kantonale Schulsportwettkämpfe oder die Abordnung von Mannschaften zu ausserkantonalen Schulsportanlässen, er berät Gemeinden und Schulpflegen betreffend Bau, Einrichtung und Betrieb von Sportanlagen. Der KZS ist Bindeglied zwischen der Lehrerschaft und der Bildungsdirektion in Sachen Sport in der Schule. Der KZS unterstützt die Pädagogische Hochschule Zürich in der Ausarbeitung von Lehrplänen im Fachbereich Sport.



KZS-Präsident Jürg Philipp hält Sporttage und die Sportmotorische Bestandesaufnahme für wichtig, um zu sehen, wo die Kids in Sachen Fitness stehen.

Bewegung steigert die Leistungsfähigkeit

Der Bündner Iso Flepp ist Primarlehrer im Schulhaus Adetswil im Zürcher Oberland. Er fördert die Kinder nicht nur beim Lesen und Rechnen, sondern fördert und fordert sie auch in den Bereichen Sport und Bewegung – und engagiert sich dabei mit viel Herzblut und Leidenschaft.



Ein Montagnachmittag im Schulhaus Adetswil. Der erste Tag der Woche ist vorbei, soeben hat Iso Flepp mit Fünft- und Sechstklässlern 45 Minuten freiwilligen Schulsport verbracht. Er bietet diese Lektion seit mehreren Jahren an. Sie ist bei den Kindern beliebt und ein Teil des sport- und bewegungsfreundlichen Schul-

umfeldes, das hier auch dank der Unterstützung von Schulleiter Kurt Hobi geboten wird. «Bewegung und frische Luft sind das A und O für die Leistungsfähigkeit in der Schule», ist der Lehrer überzeugt. Deshalb sind bewegter Unterricht, bewegte Schule oder bewegte Pause immer wichtigere Begriffe. «Nach 20 Minuten konzentrierter Arbeit kann man beispielsweise drei bis fünf Minuten jonglieren oder auch Fingerspiele mit dem Bleistift machen», erklärt er. «Danach ist man gelockert und wieder bereit für konzentrierte Arbeit.»

Von Wandern bis Skispringen

Wer bei Iso Flepp die Schule besucht, lernt den ständigen Umgang mit der Bewegung. Im Klassenlager stehen Wandern und Klettern auf dem Programm, er geht mit den Kindern Ski fahren, Schwimmen, Velo fahren, besucht gar Probeaktionen im Skispringen. Und mit den Sechstklässlern nahm er an den ZO-Danceawards teil.

Bei all diesen Aktivitäten ist ihm aufgefallen, dass sich die Gewohnheiten der Kinder in den letzten Jahren verändert haben. Vor 15 Jahren hätten auf dem Pausenplatz nur die Knaben Fussball gespielt, heute seien viele Mädchen dabei. «Heute können die Kinder auch viel mehr machen, beispielsweise mit Kickboards oder Blades. Gleichzeitig gibt es Kinder, die als Viertklässler nicht einmal Velo fahren können – da staune ich schon»,

sagt Iso Flepp. Mitentscheidend für die Bewegungsfreundlichkeit der Kinder sei auch das Elternhaus.

Flepp würde gerne mehr mit lokalen Vereinen arbeiten, sieht aber, dass es in der 5000-Seelen-Gemeinde Bäretswil nicht ganz einfach ist. «Vielleicht wissen die Vereine noch zu wenig, dass sie sich einbringen und Lektionen gestalten können», sagt er. «Aber welcher Verein hat die Möglichkeit, um 15 Uhr oder über Mittag etwas anzubieten? Zudem gibt es in unserer Gemeinde nicht allzu viele verschiedene Vereine.» Doch für ihn sei klar, dass man in grösseren Gemeinden mit einem entsprechend grösseren Vereinsumfeld etwas auf die Beine stellen müsste. Denn schliesslich profitieren ja beide – die Vereine und die Kinder. «Als Lehrperson kann ich erkennen, wenn ein Kind eine besondere Begabung hat, und es darauf ansprechen, ob es nicht einmal dies oder das probieren möchte», erklärt der Mittelstufenlehrer. «Gleichzeitig können Kinder aufblühen, wenn man sie spezifisch fördert.» Ja, so sei er so etwas wie ein Durchlauferhitzer zwischen dem Sport rund um die Schule und dem Vereinssport.

Schwierige Suche nach einem Nachfolger

Iso Flepp spielt an vielen Fronten mit. Er ist im KZS-Vorstand (Kantonverband Zürich für Sport in der Schule) zuständig für die Weiterbildung und Disziplinenchef Wintersport. Er bietet alle zwei Jahre ein Schneesportlager für die Mittelstufe an und ist verantwortlich für die Kantonalen Schneesportmeisterschaften in den Flumserbergen. So kommt ein wöchentlicher Aufwand von zwei bis drei Stunden zusammen – die Events inklusive. Es ist ein Mehraufwand, den nicht mehr viele zu leisten bereit sind. Er suche seit zwei Jahren jemanden, der ihm die Schneesportmeisterschaften abnehme, jedoch ohne Erfolg. Begleitpersonen für das Schneesportlager zu finden, wird aus Zeit- und wohl auch Verantwortungsgründen ebenfalls schwieriger. Im Gegensatz dazu steht die Anzahl der Teilnehmenden am

Lager in den Sportferien: Dieses war in den letzten Jahren immer ausgebucht.

Dieselbe nachdenklich stimmende Tendenz besteht im Sport rund um die Schule generell. Mit dem KZS bietet er im Rahmen der ZAL (Zürcher Arbeitsgemeinschaft für Weiterbildung der Lehrpersonen) rund zwanzig Weiterbildungskurse pro Jahr an – die Hälfte fällt jeweils mangels Teilnehmer aus. Von dieser Resonanz sei er enttäuscht, sagt Iso Flepp, der in seinem 16. Jahr als Lehrer steht. «Zumal wir Trendsportarten wie Le Parkour, Kin-Ball oder Slacklines anbieten, die neusten Bewegungs-, Spiel- und Sportarten. Woran es liegt, dass sich nur so wenig Leute anmelden, weiss ich wirklich nicht.» Ein Punkt ist aber sicher, dass auch das Besuchen solcher Kurse ausserberufliches, zusätzliches Engagement und Aufwand bedingt. Und Herzblut und Leidenschaft wie zum Beispiel bei Iso Flepp.

Label für Schulen mit sportfreundlicher Schulkultur

Das kantonale Sportamt zeichnet Schulen mit sportfreundlicher Schulkultur mit einem Label aus. Das neu lancierte Label wird erstmals auf das Schuljahr 2014/2015 vergeben. Ausgezeichnet werden Schulen der Volksschulstufe, die sich zu Sport- und Bewegungsförderung im Schulalltag bekennen und den Schülerinnen und Schülern freiwillige Schulsportkurse und weitere Sportaktivitäten anbieten. Ausgezeichnete Schulen dürfen das Label-Logo verwenden und erhalten einen Gutschein für eine schulinterne Weiterbildung im Bereich Sport nach Wunsch, Trikot-Sets für Schülermannschaften sowie einen finanziellen Beitrag für Aktivitäten im Zusammenhang mit Sport und Bewegung. Die Kriterien für die Label-Vergabe sowie alle Informationen sind auf der Website des Sportamts zu finden.

www.schulsport.zh.ch

Einmal richtig toben in der Powerpause

In Niederhasli haben Lehrer einen Schulsportclub gegründet, um ihren Schülern vor dem Nachmittagsunterricht eine freiwillige Sportlektion anzubieten. Dafür wurden sie sogar ausgezeichnet: mit dem «anderen Sportpreis» des ZKS.

12 Uhr am Mittag im Schulhaus Rossacker in Niederhasli. Im Klassenzimmer sitzen und stehen acht Buben beisammen im Kreis, tauschen sich über ihre Träume als reiche Fussballstars aus und essen Pausenbrote. Auch eine Frucht haben manche dabei. Der einzige Erwachsene im Raum ist Primarlehrer Giovanni Schärer. Trotzdem ist das hier kein Unterricht. Es ist die aktive Mittagspause von einer der sechs Gruppen des Schulsportclubs Niederhasli. Während die Buben der ersten und zweiten Klasse den letzten Bissen kauen, werden sie unruhig. «Dürfen wir raus, dürfen wir schon raus?», drängen sie und sind beim ersten Kopfnicken des Lehrers bereits verschwunden. Jetzt geht es ab in die Turnhalle. Nach dem leichten Mittagssnack ist eine Dreiviertelstunde Sport angesagt.

«Für uns Leiter ist es wichtig, dass wir zumindest einmal pro Woche sehen, was die Kinder essen», erklärt Clubgründer Giovanni Schärer. Aber auch das regelmässige, gemeinsame Essen ohne TV und i-Pod sei ein Gewinn. Für viele Kids habe so etwas heute Seltenheitswert.

Bälle machen Buben glücklich

Die Sportstunde beginnt mit einer Lagebesprechung im Kreis. Giovanni (hier im Club sagen die Kids ihrem Lehrer Du) kündigt Ballspiele an und erntet begeistertes Jauchzen. Los geht's mit einem Stafettenlauf. Rennen mit Ball im Arm, prellend, vorwärts, rückwärts – der Kampfgeist der Jungs ist geweckt. Um Sieger und Verlierer geht es aber nicht. Trotzdem gibt jeder sein Bestes, es wird gerannt und angefeuert. Und schon geht's zum nächsten Spiel.

Die Idee für den Schulsportclub Niederhasli kam Giovanni Schärer bei einem Vortrag von Lukas Zahner (siehe Beitrag Seite 8–10) über die fehlenden motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten unserer Kinder. Im Dezember 2009 gründete er gemeinsam mit 20 anderen Lehrpersonen den Schulsportclub. Allesamt durften im Schulhaus eine J+S-Kindersportausbildung machen. Im Februar 2010 gab es bereits den ersten Kurs. Heute sind aus den drei Schulhäusern von Niederhasli pro Halbjahr im Schnitt rund 100 Kinder mit dabei.

Empfehlung von der Lehrperson

Vor allem im zweiten Halbjahr schicken Lehrer, die bei ihren neuen Schülern ein Defizit feststellen, diese zum Schulsportclub. Oder besser gesagt: Sie geben Eltern und Kindern die Empfehlung dafür. Im Club kann teilweise direkt auf einzelne Defizite eingegangen werden. «Wenn zum Beispiel mehrere keinen Purzelbaum können, üben wir den eben», erzählt Giovanni Schärer. In den Schulsportclub hätten übrigens auch Eltern von Migrantinnen Mädchen Vertrauen. «Weil die Lehrer dabei sind und das Angebot nicht am Abend stattfindet.» Natürlich wird im Schulsportclub auch für die Vereine «Werbung» gemacht. «Wir empfehlen je nach Begabung Mädchen die Jugi oder Jungs den Fussball- oder Unihockeyclub», erzählt Schärer. «Wir hatten im Schulhaus auch schon an einem Samstag verschiedene Clubs da, die sich den Kindern vorgestellt haben.»

In dieser Stunde ist der Fokus klar: Ballspielen. David und Gabriel prellen sich den Ball zu. Olivier und Adshayan müssen Tore verteidigen. J+S-Leiter Schärer gehen die Ideen nicht aus. «Vor allem bei den Jungs muss man schauen, dass sie sich austoben können, da darf es auch mal etwas rauer zugehen», sagt der 59-Jährige. Die Rückmeldungen der anderen Lehrer bestätigten das. Nach der mittäglichen Sportstunde seien am Nachmittag viele etwas ruhiger. Interessant findet Schärer den Unterschied zu den Mädchengruppen. Wenn sie zu Beginn der Mittagspause im Klassen-

zimmer beim gemeinsamen Club-Pausenbrot sitzen, wird getuschelt und gekichert und vom Leben als berühmtes Model geträumt. «Wenn es heisst, ab in die Turnhalle, muss man einige Mädchen fast überreden, sich in Bewegung zu setzen», berichtet Clubgründer Schärer. Aber auch ihnen tut die mittägliche Stunde Bewegung gut. Tanzen und Turnen ist bei ihnen allerdings eher angesagt als Fussball.

Ausgezeichnet: Der Schulsportclub Niederhasli

Der Schulsportclub Niederhasli bietet Schülerinnen und Schülern von 12.05 bis 13.25 Uhr ein Bewegungsprogramm an. Auch das gemeinsame Pausenbrotessen gehört dazu. Das Angebot gilt für die erste und zweite Kindergarten- und die erste bis dritte Primarstufe. Es gibt Buben-, Mädchen- und gemischte Kurse. Pro Halbjahr bezahlen die Eltern 30 Franken. Eine günstige Möglichkeit für jene, die über Mittag nicht zu Hause sind und sich keine andere Betreuung für ihre Kinder leisten können.

Für ihre Idee und die erfolgreiche Umsetzung sind die Leiter des Schulsportclubs Niederhasli 2013 mit dem «anderen Sportpreis» des ZKS, Zürcher Kantonalverband für Sport, ausgezeichnet worden. In der Kategorie Gruppe landeten sie auf dem 2. Rang. Die Verleihung des mit 4000 Franken dotierten Preises fand am Forum Sportkanton in Zürich statt. Einen Teil davon haben die Lehrer aus Niederhasli der Sunshine School in Kathmandu (Nepal) gespendet – für den Kauf von Sportgeräten.

Moderne Vereine passen sich an

Echte Nachwuchssorgen hat der Fussball nicht. Doch von Hände in den Schoss legen kann beim Fussballverband Region Zürich keine Rede sein.



Wer eine Gruppe achtjähriger Buben fragt, welche Sportart sie am liebsten mögen, bekommt meistens eine einstimmige Antwort: Fussball! Kein Wunder, müssen sich die Fussballvereine keine Sorgen um Nachwuchs machen, so die Meinung einiger. Doch fällt den Fussballvereinen wirklich alles in den Schoss, nur weil ihre Sportart so populär ist? Hans-Rudolf Kasper, Leiter der technischen Abteilung beim Fussballverband Region Zürich (FVRZ), ist da etwas anderer Meinung. «Nur weil die Buben gerne draussen tschutzen, gehen sie noch lange nicht in den Verein.» Auch die Fussballvereine müssten mit der Zeit gehen und darauf achten, dass sie für die Kinder und Jugendlichen attraktiv bleiben.

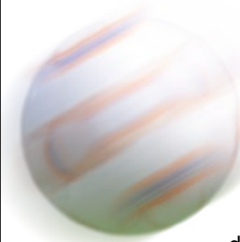
Hans-Rudolf Kasper weiss natürlich um die Faktoren, die dem Fussball zugute kommen:

- Fussball ist eine relativ günstige Sportart, man braucht keine teure Ausrüstung.
- Meist gibt es einen Fussballverein in der Nähe, ein sehr wichtiger Faktor, je jünger die Kinder sind.
- Da es so viele Vereine und Mannschaften gibt, besteht für fast alle die Möglichkeit, in einer Mannschaft zu spielen, die ihren Fähigkeiten und Bedürfnissen entspricht.

Allgemein seien positive Teamerlebnisse im Verein wichtig. Das gilt nicht nur für den Fussball. «Man trifft seine Freunde und erlebt Siege und Niederlagen gemeinsam. Studien zufolge sind Faktoren wie diese viel entscheidender als die pure Leistung», sagt Kasper, der auch beim ZKS aktiv ist. Diese Erlebnisse zu schaffen, gehört auch zu den Aufgaben eines Vereins.

Sehr viele Faktoren können vom Verein beeinflusst werden:

- Zeitliche Flexibilität: Fussball ist zum Beispiel eine sehr zeitintensive Sportart. Zweimal Training in der Woche, ein Spiel am Wochenende, das gilt schon für die



unteren Mannschaften. Nicht alle Kinder seien am Wochenende verfügbar, die sozial besser Gestellten zum Beispiel reisten mit ihren Eltern ins Ferienhaus. «Deshalb versuchen wir, die Zahl der Pflichttermine flexibler zu gestalten», so Kasper.

- Einfache Regeln: «Im Kinderbereich achten wir sehr auf Einfachheit», erzählt Kasper. Es wird nicht zwingend elf gegen elf gespielt, das Spielfeld kann kleiner sein, die Spielzeit kürzer, die Goals dürfen auch mal aus Pfosten bestehen, Offside gibt es keines. Den Kindern sei dieses ohnehin unverständlich und für Trainer und Eltern ein reines Streitobjekt. Auch einen Schiedsrichter brauche es im Kindersport nicht immer zwingend. «Man tendiert dazu, es viel zu kompliziert zu machen», beklagt Kasper. Fussball sei durch die Vielseitigkeit des Bewegungsangebots vor allem bei den Knaben die Jugi von heute. «Also müssen wir auch die Spielformen an das Alter anpassen», so Kasper.

- Weniger Leistungsorientierung: Im jungen Alter kann Rangierung oft zum Frust werden. In manchen Sportarten weiss das Kind oft im Vorhinein, dass es mit seiner Zeit oder Weite keine Chance auf eine gute Platzierung hat. So verliert es vielleicht den Spass, obwohl die körperliche und charakterliche Entwicklung im Laufe der Jahre noch einiges verändern kann.



Hans-Rudolf Kasper vom Fussballverband Region Zürich findet, bei den Kleinsten muss man es gar nicht so kompliziert machen.



Polysportives Fussballtraining: Bei den Kleineren geht es vor allem um die Freude an der Bewegung.

Was rät Hans-Rudolf Kasper Vereinen, die nicht genug Nachwuchs haben:

- Zusammenarbeit mit anderen Sportarten: In Teilbereichen können verschiedene Sportarten zusammen trainieren und sich Trainer oder Hallenräume teilen.
- Kooperation mit Nachbarvereinen: Wenn die Distanz nicht zu gross ist, gilt dasselbe für Vereine aus benachbarten Gemeinden.
- Freiwilliger Schulsport: Über den Schulsport lässt sich eine Vielzahl an Kindern sehr einfach erreichen. Die Kindergarten- und Schulzeit ist die einzige Chance für Kinder und Jugendliche, viele Sportarten kennenzulernen, später gelingt der Zugang nicht mehr so leicht. Das gilt übrigens auch für den Fussball, erzählt Kasper. «Es kommt durchaus vor, dass Mädchen von ihren Eltern aus nicht Fussball spielen dürfen. Im Schulsport dürfen sie es aber.» Und wenn die Erlebnisse positiv sind, steht am Ende doch der Weg in den Verein offen.

Generell spricht sich Kasper, der selber Sekundarlehrer ist, für ein vielfältiges Schulsportangebot aus, «ohne Vorurteile gegenüber einzelnen Sportarten». Wichtig sei hierfür eine Koordinationsperson, die sich um Schul- und Vereinssport bemüht und auch Sportarten fördert, die sie selber nicht betreibt. «Diese Person muss den Sport von vielen Seiten kennen.» Schliesslich solle der Sport in der Gemeinde nicht zur reinen Verwaltungsaufgabe werden.



Der Fussballverband Region Zürich
Der FVRZ zählt 195 Vereine mit rund 2500 Teams. Das ergibt rund 50 000 Mitglieder. Davon sind zirka 32 000 Kinder und Jugendliche, wobei viele Kinder unter zehn Jahren keine Lizenz haben.



Der Handball stellt sich vor

In Rümlang und Oberglatt können Schülerinnen und Schüler in Freifachkursen Ballsportluft schnuppern. Dank dem Handballclub. Das Angebot kommt beiden Seiten zugute.



Steffi Vögeli hatte die Idee, den Handballclub Rümlang-Oberglatt über den freiwilligen Schulsport bekannter zu machen.

Von der Schule in den Verein

Doch woran liegt es, dass nicht mehr Kinder kommen? Steffi Vögeli erklärt es sich unter anderem so: Das Clubtraining findet in Rümlang statt, für die Schülerinnen und Schüler aus Oberglatt bedeutet das einen längeren Anfahrtsweg. Im Schulsport haben sie das Ganze dagegen direkt vor der Haustür. Zudem gibt es beim Schulsport keine Turniere, was vor allem den Eltern Erleichterung in Sachen Fahrdienst und bezüglich terminlichen Verpflichtungen bringe. Vögelis Idee: die Eltern mehr einbeziehen und z.B. beim letzten Training eines Schulsport-halfjahrs die Eltern einladen und sie über den Verein und die vielen positiven Aspekte desselben informieren. Bei den Kindern sieht sie keinen Handlungsbedarf. Sie unterscheiden nicht zwischen Schulsportkursen und Verein. Sie haben einfach Spass am Bewegungsangebot, das der Handballclub ihnen in ihrer Schule bietet. «Und das ist aus Sportförderungssicht ja die Hauptsache.»

Seit Jahren fehlt dem Handballclub Rümlang-Oberglatt der Nachwuchs. «Es kommen einfach zu wenig neue Kinder, um eine U13-Mannschaft zusammenzubekommen», berichtet die U13-Verantwortliche des Vereins, Steffi Vögeli. Dabei haben die Handballerinnen und Handballer schon einiges versucht. Flyer, Zeitungsartikel, Schnuppertage in der Schule. «Das war immer ein grosser Aufwand, aber nahezu ohne Resultat.»

Dann hörte Steffi Vögeli aus einer anderen Gemeinde vom freiwilligen Schulsport. Ohne zu zögern fragte sie in der Primarschule in Rümlang an, ob der Handballclub einen freiwilligen Schulkurs anbieten dürfe. «Dort gab es zu diesem Zeitpunkt schon sogenannte Freifachkurse, und der Verein durfte daher Handball als Freifachkurs anbieten.»

Vor vier Jahren startete in Rümlang der erste Handball-Schulsportkurs. «Wichtig war uns, den Kurs niederschwellig auszuscheiden», erzählt Vögeli. Es sollte ein Reinschnuppern sein, das viele Kinder anspricht. «Handball und andere Ballsportarten» lautet deshalb der Titel. Inzwischen gibt es zwei Kurse in Rümlang und zwei in Oberglatt, der anderen Einzugs-gemeinde des Handballclubs. Insgesamt sind es je nach Semester zwischen 30 und 40 Kinder, gleich viele Buben wie Mädchen. Einmal pro Semester organisiert der HCRO sogar ein Handballturnier mit allen Teilnehmenden der Kurse. «Das ist immer gut besucht.»

Für Schulen nahezu kostenneutral
Toll findet die ausgebildete Sportlehrerin Steffi Vögeli, die seit ihrem 16. Lebensjahr Handballtrainerin ist und selbst einen der Schulsportkurse leitet, das neue Förderprogramm schulsport.zh des kantonalen Sportamts. Damit werden die Leiterlöhne nun aus dem kantonalen Sportfonds bezahlt. Für die Schulen sei der freiwillige Schulsport damit nahezu kostenneutral.

Überschwemmt wird der Handballclub zwar immer noch nicht von Kindern. «Aber unser Ziel, den Sport und den Verein vorzustellen und einen ersten Kontakt zu den Kindern zu knüpfen, haben wir zu 100 Prozent erreicht», so Vögeli. Und immerhin: Alle Kinder, die nun ins U13-Training des HC Rümlang-Oberglatt kommen – derzeit sechs bis acht – sind aus dem freiwilligen Schulsport.

Spass und Erfolg ebnen den Weg

Lars Hartmann entdeckte seine Leidenschaft für Badminton im freiwilligen Schulsport.

Ball sport lag Lars Hartmann schon immer. Als Primarschüler begeisterte er sich vor allem für Fussball. Doch im freiwilligen Schulsport in seinem Heimatort Benglen (Gemeinde Fällanden, ZH) konnte er noch mehr kennenlernen. Uihockey zum Beispiel und auch Badminton. «Ein Kollege von mir war Schweizer Meister im Badminton», erinnert sich der heute 27-Jährige. «Da wollte ich das auch mal ausprobieren.» Und siehe da: Nach ein paar wenigen Trainings war Lars Hartmann bereits bei den Besseren. «Das war lässig, ganz ohne Druck, du bist einfach hingegangen, weil es dir Spass macht.» Nach zwei Jahren im freiwilligen Schulsport führte ihn sein Weg fast wie selbstverständlich in den Badminton Club Adliswil. Das Erlebnis, immer besser zu werden, beschreibt Lars Hartmann als sehr motivierend. «Wenn dir jemand zeigt, wie es richtig geht, ist das schon was anderes, als wenn du in der Badi Federball spielst.» Als junger Mensch wolle man eben immer Fortschritte erzielen.

Beide Seiten sollten an dieser Entscheidung noch ihre Freude haben. Im Doppel spielte Lars immerhin in der Nati A und war 2009 Mitglied der Meisterschaft. Aktuell bringt er seine Leistungen in der Nationalliga B. In jungen Jahren engagierte er sich bereits als Kassier und im Vorstand des Vereins. «Das musste ich allerdings vorübergehend wieder aufgeben», erzählt Hartmann. Das berufs begleitende FH-Studium, die Arbeit und natürlich das Training beanspruchten seine ganze Zeit. An kleinen Einsätzen wie beim Papiersammeln oder an Turnieren hilft er aber gerne. «Später kann ich mir gut vorstellen, Trainer zu werden», blickt der 27-Jährige voraus.

Wie können freiwilliger Schulsport und Vereine dem Nachwuchs das Beste bieten? «Als Kind ist das Wichtigste der Spass», betont Lars Hartmann. Verschiedene Sportarten zum Schnuppern, das findet er super. Doch auch eine Bezugsperson, die die Verbindung zum Sport oder zum Verein schafft, sei

in den Sportverein

Im Badminton Club Adliswil schaffte er es bis in die Nationalliga A und in den Vorstand.

wichtig. Das kann der Vereinstrainer sein, der einen freiwilligen Schulsportkurs leitet. Eine Idee wäre es aber auch, «einem ganzen Schulsportkurs mal eine Schnupperstunde im Verein zu ermöglichen», schlägt Hartmann vor. «Dann musst du als Jugendlicher nicht allein in einen Club gehen, in dem du niemanden kennst.» Letzteres gilt übrigens nicht nur für die ganz Jungen. «Mir geht es heute noch so», gibt Lars Hartmann freimütig zu. «Ich würde zum Beispiel gerne Tennis ausprobieren. Aber ich habe überhaupt keine Bezugsperson.»

Das Vereinsleben findet Lars Hartmann lässig. «Man ist mit den unterschiedlichsten Leuten verbunden. Egal ob einer Aston Martin fährt oder ÖV, der Status spielt keine Rolle. Du bist einfach ein Badmintonspieler.»

Nachwuchssorgen hat der BC Adliswil derzeit übrigens keine. «Er ist der Badminton Club in der Region mit einem grossen Einzugsgebiet», erklärt Lars

Hartmann. Engagierte Leute wie er werden dafür sorgen, dass diese Strahlkraft erhalten bleibt. Und wer weiss, wenn Lars Hartmann einmal Trainer ist, leitet er vielleicht auch einmal einen Kurs im freiwilligen Schulsport oder das Clubtraining.



Badminton Club Adliswil

Aktivmitglieder: 45

U19: 41

Passive: 37

Team BV Adliswil-Zürich: NLB, 2 x 1. Liga

Team BC Adliswil: 1. Liga / 3. Liga / 4. Liga

Schweizermeister-Titel NLA: 2009

Vize-Schweizermeister NLA: 2008, 2010, 2011



Das Sportamt unterstützt den Sport im schulischen Umfeld

Das kantonale Sportamt fördert den Sport im schulischen Umfeld und unterstützt verschiedene Angebote und Projekte mit Mitteln aus dem kantonalen Sportfonds.

Freiwillige Sportangebote und Projekte zur Sport- und Bewegungsförderung leisten einen entscheidenden Beitrag zum Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler an der Schule. Gemeinsame sportliche Aktivitäten, auch über den Klassenverband hinaus, fördern das Miteinander an der Schule und tragen zu einem guten Lernklima bei.

Deshalb unterstützt das Sportamt:

- **Freiwillige Schulsportkurse – schulsport.zh**
Finanzielle Unterstützung von freiwilligen J+S-Schulsportkursen auf der Volksschulstufe und Sekundarstufe II.
- **Label für Schulen mit sportfreundlicher Schulkultur**
Auszeichnung von Schulen mit sportfreundlicher Schulkultur sowie finanzielle Unterstützung der ausgezeichneten Schulen.
- **Freiwillige Schulsportveranstaltungen**
Finanzielle Unterstützung von regionalen, kantonalen und nationalen, freiwilligen Schulsportveranstaltungen im Kanton Zürich (ausgenommen sind Veranstaltungen, die vom KZS durchgeführt und finanziert werden).
- **Projekte zur Sport- und Bewegungsförderung in schulergänzenden Tagesstrukturen**
Finanzielle Unterstützung von Projekten in der Pilotphase.



Weitere Informationen und Kontakt

Alle Informationen zu den Projekten und Unterstützungsmaßnahmen des Sportamts im Bereich des freiwilligen Schulsports sind unter www.schulsport.zh.ch zu finden. Ausserdem stehen die Mitarbeitenden des kantonalen Sportamts bei Fragen gerne zur Verfügung.

Sportamt des Kantons Zürich, info@sport.zh.ch
043 259 52 52

schulsport.zh

Über das kantonale Förderprogramm schulsport.zh werden freiwillige J+S-Schulsportkurse mit einem Pauschalbeitrag unterstützt. Dieser Beitrag setzt sich zusammen aus dem J+S-Beitrag und einem Beitrag aus dem Sportfonds des Kantons Zürich.

Pro Semester mit mindestens 15 Trainings beträgt der Pauschalbeitrag

- **1050 Franken** bei mindestens 45 Minuten Trainingsdauer
- **1350 Franken** bei mindestens 90 Minuten Trainingsdauer

pro erforderliche Leiterperson und Semester. Der Pauschalbeitrag entspricht bei 15 Trainings **70 Franken pro Lektion** bzw. **90 Franken pro Doppellektion**.



Das Label für Schulen mit sportfreundlicher Schulkultur wird auf Schuljahresbeginn an Schulen der Volksschulstufe im Kanton Zürich vergeben. Bewerbungen können jeweils bis zum 30. April beim Sportamt eingereicht werden.

Impressum

Dieses Dossier ist im März 2014 erschienen.

Herausgeber

Sportkanton Zürich – wir bewegen
www.sportkanton-zuerich.ch

Adressen

Sportamt des Kantons Zürich
Neumühlequai 8, Postfach, 8090 Zürich
Telefon 043 259 52 52, Fax 043 259 52 80
info@sport.zh.ch, www.sport.zh.ch

ZKS – Zürcher Kantonalverband für Sport
Gartenstrasse 10, 8600 Dübendorf
Telefon 044 802 33 77, Fax 044 802 33 78
info@zks-zuerich.ch, www.zks-zuerich.ch

Konzept und Redaktion

Sportamt des Kantons Zürich und
ZKS – Zürcher Kantonalverband für Sport
in Zusammenarbeit mit Viva AG für Kommunikation, Zürich

Fotonachweis

Patrick Gutenberg, Zürich; Seite 4–7
Bildagentur 123rf; Seite 8
Gesundheitsförderung Schweiz; Seite 10
Institut für Bewegungswissenschaften und Sport, ETH Zürich; Seite 11–13
Verein Bewegungskultur, Zürich; Seite 14
Sportamt des Kantons Zürich; Umschlag, Seite 15, 30
Kurt Schorrer, Dübendorf; Seite 16–17, 20–21, 22
ZKS – Kantonalverband Zürich für Sport in der Schule; Seite 18–19
Fussballverband Region Zürich; Seite 24–25
Steffi Vögeli, Handballclub Rümlang-Oberglatt; Seite 26
Lars Hartmann, Badminton Club Adliswil; Seite 28–29

Druck

FO-Fotorotar, Egg/ZH

2014 © Nachdruck der Texte und Grafiken mit Quellenangabe und Belegsexemplar an den ZKS – Zürcher Kantonalverband für Sport und das Sportamt des Kantons Zürich

