



SPORT
KINDER
BERLIN



Kontakt

SPORTKINDER BERLIN e.V.
Celsiusstr. 57 | 12207 Berlin
(030) 984 3286-0
info@sportkinder-berlin.de
www.sportkinder-berlin.de



Leitfaden

für die Durchführung des
„Juniorcoach“-Konzeptes

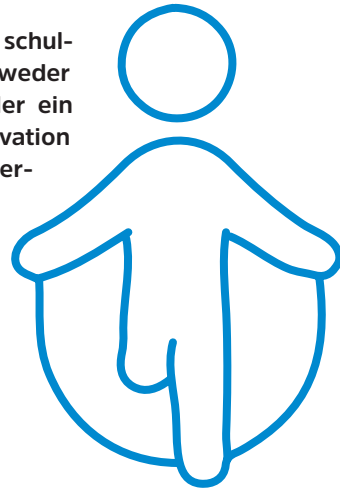
Vorwort

Es ist wissenschaftlich belegt, dass Bewegung nicht nur auf die motorische, sondern auch auf die kognitive Entwicklung von Kindern enormen Einfluss hat. In den vergangenen 30 Jahren hat sich die durchschnittliche motorische Leistungsfähigkeit von Kindern deutlich verschlechtert. Fast jedes zehnte Vorschulkind in Deutschland ist übergewichtig, rund jeder fünfte Schulanfänger weist Koordinationsstörungen auf. Die jährlichen Einschulungsuntersuchungen in Berlin bestätigen diesen bundesweiten negativen Trend.

Wir verfolgen das Ziel, durch Sport und Bewegung die Gesundheit, Bildung und Integration von Kindern (Altersgruppe 1-12 Jahre) zu fördern – unabhängig von ihrer sozialen und kulturellen Herkunft. Das Bewegungsverhalten von Kindern wird sich jedoch nur nachhaltig positiv verändern, wenn wir die Gesundheitsförderungsprozesse als übergreifenden Lernzyklus gestalten.

Durch unsere Arbeit als „Bewegungscoach“ im Alltag einer Grundschule sehen wir stetig die Notwendigkeit, für mehr und kontinuierliche Bewegung.

Für ein flächendeckendes, nachhaltiges und schulübergreifendes Bewegungsangebot ist entweder mehr qualifiziertes Personal erforderlich oder ein Bewegungskonzept, das die intrinsische Motivation fördert, um die Schülerinnen und Schüler dauerhaft „in Bewegung“ zu halten. Das Konzept des Juniorcoaches setzt genau hier an.



Projektziel

Ziel des „Juniorcoach“-Konzeptes ist es, dauerhaft und nachhaltig mehr Bewegung im Schulalltag zu etablieren.

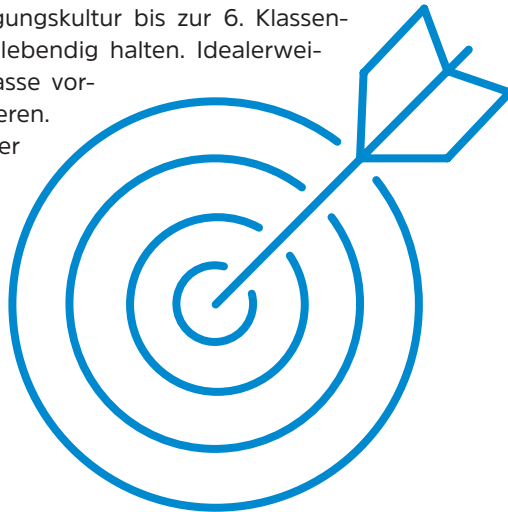
Die Juniorcoaches erlernen die Umsetzung niederschwelliger Bewegungsangebote. Diese können sie mithilfe einfacher geeigneter Methoden in Klassen selbstständig umsetzen. Durch die angeleiteten Bewegungspausen der Juniorcoaches wird die Aufnahmebereitschaft der Kinder erhöht und der präventive Gesundheitsgedanke hinsichtlich der Bewegungsförderung gestärkt.

LEITFADEN FÜR DIE DURCHFÜHRUNG DES „JUNIORCOACH“-KONZEPTE

Die „Juniorcoaches“ sollen in der Lage sein, ihre Bewegungsangebote, flexibel auf die Erfordernisse des Schulalltags anzupassen, wie z.B. Angebote innerhalb des Schulgebäudes, auf dem Schulhof oder dem Sportplatz, je nach Möglichkeit und Bedarf. In den höheren Klassenstufen kann ein Juniorcoach auch eingesetzt werden, um in SAPH-Klassen für die Teilnahme von Bewegungsangeboten zu motivieren. Durch den hohen Grad an Flexibilität soll der Einsatzbereich des Juniorcoaches größtmöglich sein und kann sich somit an die unterschiedlichen Bedürfnisse der Schule anpassen.

Ziel des „Juniorcoach“-Konzeptes ist es, eine „Bewegungskultur“ zu schaffen, die die intrinsische Motivation der Kinder erhöht, um regelmäßige Bewegung im Schulalltag zu integrieren.

Der Juniorcoach soll sein Wissen von Klassenstufe zu Klassenstufe weitertragen und somit die Bewegungskultur bis zur 6. Klassenstufe (womöglich darüber hinaus) lebendig halten. Idealerweise sind zwei Juniorcoaches pro Klasse vorhanden, um Ausfälle zu kompensieren. Mit dem „Juniorcoach“ soll darüber hinaus die Attraktivität der Tätigkeit der Übungsleiter:innen im organisierten Sport gestärkt werden.



Projektrahmen

- Teilnahme der Grundschule am Projekt „Juniorcoach“ und Ausführung durch einen Bewegungscoach
- Durchführung von Bewegungseinheiten / Bewegungspausen in den Klassen (idealerweise 3. Klassenstufe)
- Wöchentliche Ausbildungseinheiten von ca. 45 Minuten in insgesamt ca. 16 Einheiten
- Ausstattung des Juniorcoaches mit Kleidung zur Erkennbarkeit (zur Unterstützung des Selbstbewusstseins des Juniorcoaches sowie optischen Signalwirkung)
- Ausstattung des Juniorcoaches mit dem „Juniorcoach Pass“ (nach absolvierter Ausbildung durch den Bewegungscoach) (Fotoaufnahme des Kindes für Pass erforderlich)
- Kontinuierliche Begleitung und Qualitätssicherung des Juniorcoaches durch den Bewegungscoach (mindestens 1x pro Quartal)

Umsetzung

Im Rahmen der Projektarbeit des Bewegungscoaches an der jeweiligen Schule werden die Rahmenbedingungen für die Durchführung der Juniorcoachausbildung besprochen. Gemeinsam mit der Schulleitung werden die Möglichkeiten und Wünsche der Zusammenarbeit erörtert.

Anfangs gilt es, die Vernetzung mit den Lehrkräften der jeweiligen Klassen herzustellen. Es werden die geeigneten Schüler:innen (ca. 2 pro Klasse) ausgewählt und die möglichen Zeitlinien für die Ausbildungszeiten eingeplant. Idealerweise werden die Ausbildungszeiten so vereinbart, dass angehende Juniorcoaches aus mehreren Klassen parallel an der Ausbildung teilnehmen. Ob die Ausbildung während oder nach dem regulären Schulunterricht stattfindet, wird mit der Schule individuell vereinbart.



Am Anfang der Ausbildung erhalten die Kinder zwei Übungsblätter mit insgesamt zehn abgebildeten Sportübungen, zur Orientierung und Hilfestellung. Später, wenn sich die Übungen automatisiert haben, werden die Übungsblätter seltener benötigt. Weitere Übungsblätter für ein größeres Bewegungsangebot werden im Laufe der kontinuierlichen Begleitung und im Rahmen der Qualitätssicherung ergänzt.

Sobald der „Juniorcoach“ die Sportübungen und die Methodik durch den Bewegungscoach vermittelt bekommen hat, kann er, zunächst unter Aufsicht des Bewegungscoach, die Übungen vor der Klasse präsentieren.

Ein Bewegungscoach steht für Rückfragen und Unterstützungsbedarf zur Seite. Hat der Juniorcoach die nötige „Reife“ für die selbständige Durchführung der Übungen erreicht, bekommt er durch den Bewegungscoach den „Juniorcoach Pass“. Nun ist er in der Lage, die Übungen eigenständig zu präsentieren.

Skills...

... die der „Juniorcoach“ während der Ausbildung erlangt und während der Prüfung beweist:

1. Korrekte Ausführung von verschiedenen Bewegungen/ Übungen
2. Vermittlung von Bewegungsabläufen
3. Auftreten & Präsenz vor einer Gruppe
4. Feedback annehmen und umsetzen



Begleitung

Um die Arbeitsqualität des „Juniorcoaches“ zu sichern und ggf. zu verbessern ist ein regelmäßiger Besuch an der Schule durch den Bewegungscoach notwendig. Dieser sollte mindestens 1x im Quartal stattfinden.

Im Rahmen der Begleitung können dem „Juniorcoach“ neue Fertigkeiten vermittelt werden, so dass sein Angebotspektrum kontinuierlich wächst und keine Langeweile aufkommt.

Dieses Konzept wurde durch die Sportkinder Berlin e.V. (Autoren Björn Nickel & Benjamin Jeremias) erstellt und wurde im Rahmen des Projektes „Spandau-Mitte bewegt sich!“ initiiert.