



BADISCHE SPORTJUGEND FREIBURG



JUGEND IN
BEWEGUNG



JUGEND IN BEWEGUNG

Eine Präventionsmaßnahme
für Multiplikator*innen im Jugendbereich
in Südbaden.



„JUGEND IN BEWEGUNG“ ...

- soll Multiplikator*innen
(Lehrer*innen, Übungsleiter*innen, Elternvertreter*innen,
Sozialarbeiter*innen, Schulsozialarbeiter*innen, Erzieher*innen ...)
- in bzw. aus freien, öffentlichen sowie privaten Trägern,
Schulen und Sportvereinen
- in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Gesundheit
- aus- und fortbilden



ZIELE DER FORTBILDUNGSREIHE

- Einblick, Impulse, Informationen, Wissen und Anregungen in die Thematik von Jugendhilfe & Bewegung | Gesundheit | Ernährung | Sport geben
- Multiplikator*innen schulen und sensibilisieren und damit einen Beitrag zur Gesundheitsförderung sozial benachteiligter Jugendlicher in Südbaden leisten

und dabei gleichzeitig

- die Bedarfe und Wünsche der Zielgruppen erfassen
- diese direkt in den zweiten Tag des Projekts einbeziehen & berücksichtigen
- Plattform für (kritischen) Austausch und Vernetzung zwischen Teilnehmer*innen, aber auch zur bsj oder Referent*innen



ZIELGRUPPEN DER FORTBILDUNGSREIHE

- Multiplikator*innen
Sozialpädagog*innen, Lehrer*innen, Elternvertreter*innen,
Übungsleiter*innen, Sozialarbeiter*innen, Erzieher*innen, ...
- Eltern
(über die Multiplikator*innen)
- Jugendlichen | junge Erwachsene
(im Alter von 12-27 Jahren)
- Gemeinde | Stadt | Kommune
Bürgermeister, Schulleitung, Ärzte, Jugendorganisationen, Vereine, ...)
in Südbaden vom Bodensee bis Rastatt|Baden-Baden)



GEPLANTE UMSETZUNG

- zwei Fortbildungstagen (unter der Woche)
vielfältig gestaltet mit:
 - frontalen Fachvorträgen
 - interaktiven Workshops
 - theoretischem Input
 - praktische Ideen und Anregungen
 - direkte praxisnahe Umsetzung der Teilnehmer*innen
- im Abstand von etwa 8-12 Wochen
- Teilnehmerzahl: 20 – 40 Personen
- „Mitgestaltung“ des zweiten Fortbildungstage
 - Bei einem Workshop an Tag 1 erarbeiten die Teilnehmer*innen, wo Wünsche, Bedarf und Interessen der Zielgruppen liegen
 - Ziel ist, dies für den zweiten Fortbildungstag aufzunehmen und umzusetzen

Geplante Terminoptionen: Tag 1: 15.Oktober 2016 (Offenburg)
Tag 2: 26.November 2016 (Offenburg)



INHALTE DER FORTBILDUNGSREIHE

• **SPORTLICHE AKTIVITÄT & JUGENDLICHE**

- Die (bio-psycho-sozialen) Wirkungsweisen von Bewegung | sportlicher Aktivität
- Aktuelle Zahlen & Fakten (Wie gesund | sportlich | aktiv sind Jugendliche?)
- Warum kann Bewegung | Sport positives bewirken? Und in welchen Bereichen?
(Körpergefühl | -bewusstsein, psychomotorische Fähigkeiten & Ausdauer, Stress- & Aggressionsabbau, soziales Gefüge | Teamwork, Erfolgserlebnisse, Selbstbewusstsein, ...)

• **BESONDERHEITEN DER ZIELGRUPPE | JUGENDPHASE**

- (körperliche) Veränderungen im Jugendalter
- Identitätsbildung
- Entwicklungsstufen
- Wie bekomme ich Jugendliche zur Bewegung | Sport? Wie motiviere ich Jugendliche?
- Umgang mit ... : Frustration & Aggression, Motivation & Durchhaltevermögen, Heterogene Gruppen, „auffällige“ Jugendliche | psychische Störungen, Gruppenzwang, ...

• **PRAKTSICHE IDEEN | BEISPIELE | ANREGUNGEN**

- Welche Projekte gibt es (von den Teilnehmenden) | best practice
- Sportpraktische Ideen: Bewegte Pause, New Games, Spiele für den Alltag, Trendsportarten, Spiele mit begrenzten Mitteln | Alltagsmaterialien, „Rangeln & Raufen“, ...



VORLÄUFIGES PROGRAMM

TAG 1	
08.15 – 08.30 Uhr	Ankommen & Begrüßung
08.30 – 10.00 Uhr	Fachvortrag: „Jugendliche & Bewegung“ (aktuelle Zahlen/Fakten)
KAFFEEPAUSE	
10.30 – 11.30 Uhr	Sportpraxis – Sportideen zur Förderung der sozialen Kompetenzen (I) (unter Berücksichtigung von „Besonderheiten“ (z.B. heterogene Gruppen, Motivation, ...))
11.30 – 12.30 Uhr	Sportpraxis – Sportideen zur Förderung der sozialen Kompetenzen (II) (unter Berücksichtigung von „Besonderheiten“ (z.B. heterogene Gruppen, Motivation, ...))
MITTAGSPAUSE	
13.30 – 15.00 Uhr	Schwierigkeiten Besonderheiten der Zielgruppe & Umgang (Workshop Austausch)
15.00 – 16.00 Uhr	Austausch Bedarfserhebung (Wünsche für Tag 2)
16.00 – 16.15 Uhr	Gemeinsamer Abschluss

VORLÄUFIGES PROGRAMM

TAG 2	
08.15 – 08.30 Uhr	Ankommen & Begrüßung
08.30 – 09.30 Uhr	„kreative Sportpraxis“ – praktische Anregungen, Spiele & Übungen für jede Gruppe, unterschiedlichste Situationen & Bedingungen und mit begrenzten Mitteln
09.30 – 10.30 Uhr	Vortrag II: „Biologische, psychologische und soziale Wirkungsweisen von Sport“
KAFFEEPAUSE	
10.45 – 12.45 Uhr	Workshops (Änderungen vorbehalten!): <ol style="list-style-type: none"> (1) Körpergefühl (Psycho)Motorik (2) Stress Frustration Aggression (3) Motivation Durchhaltevermögen (4) Erfolgserlebnisse Selbstbewusstsein Identitätsbildung
MITTAGSPAUSE	
13.45 – 14.45 Uhr	Sportpraxis (Trendsportarten)
14.45 – 15.45 Uhr	Workshop Austausch <ul style="list-style-type: none"> - Welche Projekte gibt es bereits in welchen Einrichtungen?! - Kooperationen vorstellen (<i>best practise</i>) - Kooperationen anstoßen (Schule / Verein)
15.45 – 16.15 Uhr	Gemeinsamer Abschluss

KONTAKTDATEN

Interesse? Anregungen? Kritik? (An)fragen?



Tabea Fuchs

Badische Sportjugend
im Badischen Sportbund Freiburg e.V.

Wirthstraße 7, 79110 Freiburg

Tel.: 0761 - 15246-39 (Di-Fr)

Mail: fuchs@bsj-freiburg.de

