

„Sportangebot für Jugendliche mit Übergewicht“

In der Schweiz sollen möglichst breitflächig niederschwellige Bewegungsgruppenangebote spezifisch für Kinder und Jugendliche mit Übergewicht oder Adipositas aufgebaut werden. Mit diesem erprobten Angebot bieten wir das Konzept, die Kursplanung mit allen Materialien, Einführung und Coaching der Kursleitenden sowie den Qualitätszirkel dazu an.

Die Bewegungskurse finden wöchentlich statt und werden durch spezifisch geschulte Bewegungsfachpersonen (Sportlehrpersonen, Bewegungspädagogen/innen und J+S-Leitende) erteilt. Das Training ist alltagspraktisch ausgerichtet. Eine Sammlung von zielgruppenspezifischen Unterrichtseinheiten für 30 Lektionen ist für das Anspruchsniveau Oberstufe (Sekundarstufe I) konzipiert und auf ein Jahr ausgerichtet. Im Bewegungsangebot wird punktuell und auf spielerische Weise Wissen zur gesunden Ernährung und zum Wohlbefinden vermittelt. Zur Vertiefung des Themas Ernährung werden jährlich zwei Ernährungs-events mit einer gemeinsamen Mahlzeit durchgeführt.

Mit Qualitätszirkeln, unter der Leitung von ausgewiesenen Fachpersonen des Fachverbandes akj, werden regelmässig Probleme in der praktischen Umsetzung und einzelne Fälle diskutiert und gemeinsam nach Lösungen gesucht.

Ziele

Die Kantone respektive die Bewegungsfachpersonen, welche für das Sportangebot eingesetzt werden,

- vermitteln Freude an der Bewegung und Erfolgserlebnisse und unterstützen damit die Förderung des Selbstvertrauens.
- unterstützen das Entdecken und Erfahren bekannter sowie neuer Übungen und Sportarten.
- bieten Kontakt zu Gleichaltrigen, die ebenfalls von Übergewicht betroffen sind.
- ermöglichen den Transfer in den Alltag durch die entsprechende Ausrichtung des Unterrichts.
- motivieren zur Teilnahme an weiteren Sportangeboten (Schulsportkurse, Turn- oder Sportverein etc.) und streben so eine langfristige Bewegungsförderung an.

Zielgruppe / Setting / Multiplikatoren

Zielgruppe

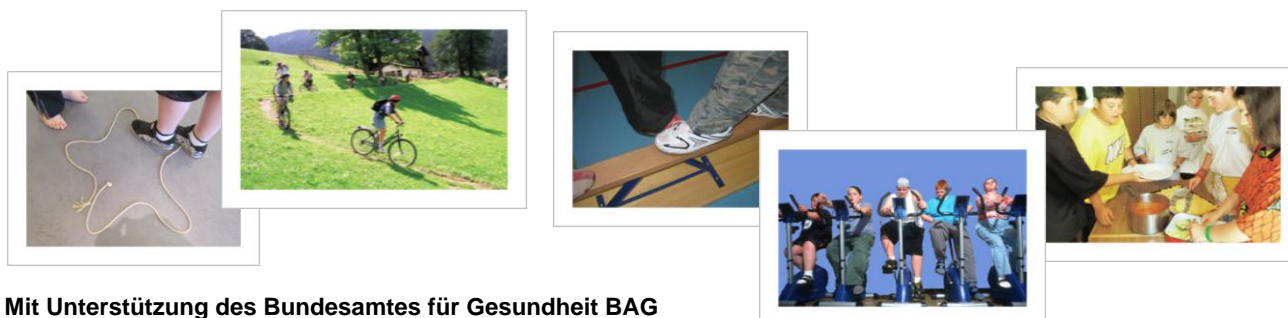
Jugendliche mit Übergewicht oder Adipositas (Sekundarstufe I, 11 - 16 Jahre, Übergewicht BMI zwischen 90. und 97. Perzentile, Adipositas BMI > 97. Perzentile).

Setting / Organisation

Schulen und ihre Bewegungsfachpersonen und Ernährungs-/Hauswirtschaftsfachpersonen in Zusammenarbeit mit akj und den kantonalen Verantwortlichen (Sportamt, Gesundheitsamt, Schulgesundheitsdienste, Schulen, ärztliche Grundversorger) im Rahmen des freiwilligen Schulsports.

Multiplikatoren

Fachpersonen aus dem Bereich Bewegung (Sportlehrpersonen, Bewegungspädagogen/innen und J+S-Leitende) in Zusammenarbeit mit Ernährungs-/Hauswirtschaftsfachpersonen.



Unser Angebot

akj unterstützt die Kantone in der Organisation und Umsetzung des Angebots. Dazu gehören:

- Die Schulung für Bewegungsfachpersonen
- Die Durchführung der Angebote in mehreren Regionen des Kantons
- Die Durchführung von Qualitätszirkeln
- Das Bereitstellen von Materialien wie
 - Leitfaden für die Umsetzung in den Kantonen
 - Factsheet für Kantone, Präsentation für Kantone
 - Flyer für Jugendliche, Information für Eltern und Lehrpersonen
 - Textbausteine für Berichterstattung in den Medien
 - Sammlung zielgruppenspezifischer Unterrichtseinheiten (30 Lektionen)
 - Unterlagen für die Durchführung des Ernährungsevents
 - Weitere nützliche Informationen und Materialien nach Bedarf, auch kantonsspezifisch (z.B. Informationen über Lager, Therapieangebote, weitere gesundheitsrelevante Themen etc.)

Kosten

Die Kosten werden je nach Kanton und Struktur etwas variieren. Geschätzt wird ein Aufwand von:

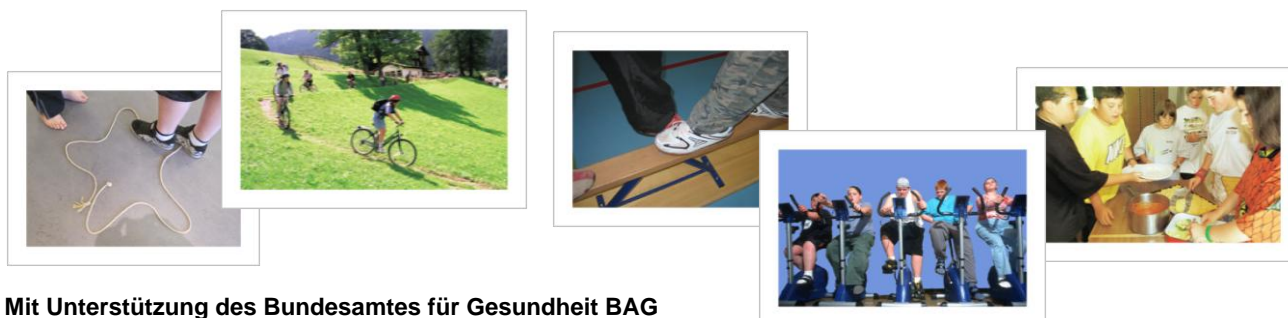
- pro Schulung: CHF 2'000.00
- pro Kursangebot pro Jahr: CHF 5'500.00

Es werden mehrere Kursangebote pro Kanton angestrebt.

Kontakt

Fachverband Adipositas im Kindes- und Jugendalter akj

Geschäftsstelle
Gubelhangstrasse 6
8050 Zürich
Tel 044 251 54 45
info@akj-ch.ch
www.akj-ch.ch



Mit Unterstützung des Bundesamtes für Gesundheit BAG