



Programm FAF KIDS Schuljahr 2022/23.

1. **Parcours:** Entdecke deine Möglichkeiten – Mit Parcours sich selbst erfahren!
Dauer: Ab 6x á 60 - 90 Minuten
Gruppengröße: Bis 18 Kinder
Alter: 1. – 10. Klasse
Voraussetzung: Sporthalle

Pädagogische & Motorische Lernbereiche:

**#Selbstwirksamkeit #Eindruck #Soziales Miteinander #Wagnissituationen meistern
#Perspektivübernahme #Selbstwahrnehmung #Emotionale Bewältigungskompetenz
#Selbststeuerung #Sensomotorik #Koordinative Fähigkeiten
#Gesundheitsprävention**

Parcours dient der Befähigung der Schüler sich sicher und verantwortungsbewusst durch die Hinführung zu erlebnisorientierten Bewegungsaktionen über Bewegung und mit individuell-originellen oder gemeinsamen Problemlösungen ihrem Traum von Freiheit und Abenteuer selbstbestimmt zu nähern. Die pädagogischen Ziele im Parcours sind direkt verbunden mit den sportlichen Zielen. Kinder sind Entdecker ihrer Umwelt. Im Rahmen des Parcours-Trainings werden Kinder vor neue spannende Aufgaben gestellt, die Mut, eine gute Selbsteinschätzung sowie das Erproben neuer Bewegungen erfordert. Dabei stehen der eigene Weg und die individuelle kreative Problemlösung im Mittelpunkt.

Die im Parcours erworbene Resilienz lässt sich auf andere Lebensbereiche (z.B. Schule) übertragen, da die Kinder ein Selbstbewusstsein entwickeln, selbst schwierige Aufgaben SELBSTSTÄNDIG meistern zu können.

Darüber hinaus lernen die Kinder in der Gruppe zu kooperieren, zu kommunizieren und die Perspektive anderer zu übernehmen um somit gemeinsam die besagten Erfolgserlebnisse zu gestalten.

2. **Kinderyoga:** Entdecke deine Kraft – Mit Kinderyoga spielerisch zu mehr Ruhe, Konzentration und Ausgeglichenheit!
Dauer: Ab 6x á 60 Minuten
Gruppengröße: Bis 12 Kinder

Alter: 1. – 8. Klasse

Voraussetzung: Keine

Pädagogische & Motorische Lernbereiche:

**#Selbstwirksamkeit #Eindruck #Soziales Miteinander #Perspektivübernahme
#Selbstwahrnehmung #Emotionale Bewältigungskompetenz #Ausdruck durch
Bewegung #Selbststeuerung #Gesundheitsprävention**

Gerade Kinder sind heutzutage immer mehr Belastungen ausgesetzt: Schulstress, erhöhter Medienkonsum, Bewegungsmangel, motorische Unruhe und natürlich die Nachwirkungen der Corona Pandemie etc. – Kinderyoga bietet hier eine spielerische und kindgerechte Möglichkeit, dazu beizutragen, die Körperwahrnehmung zu erhöhen, die Entspannungsfähigkeit zu verbessern und insgesamt mehr Ausgeglichenheit und Konzentration zu kultivieren. Die Förderung geschieht hier auf allen Ebenen: motorisch, kognitiv und sozial. Im Kinderyoga gibt es keine Leistungsvergleiche und dadurch auch keinen Leistungsdruck. Die Kinder lernen spielend und selbstständig durch Beobachtung und Wiederholung.

Darüber hinaus lernen die Kinder in der Gruppe zu kooperieren, zu kommunizieren und die Perspektive anderer zu übernehmen, um somit gemeinsam die besagten Erfolgserlebnisse zu gestalten.

3. **Life Kinetic (Zertifiziert):** Das Bewegungsprogramm zur Gehirnentfaltung

Dauer: Ab 6x á 60 Minuten

Gruppengröße: Bis 16 Kinder

Alter: 1. – 10. Klasse

Voraussetzung: Keine

Pädagogische & Motorische Lernbereiche:

**#Selbstwirksamkeit #Eindruck #Soziales Miteinander #Perspektivübernahme
#Selbstwahrnehmung #Koordinative Fähigkeiten #Sensomotorik**

Life Kinetik ist das Tool um eure Kinder spielerisch zu mehr Körperbeherrschung, Wahrnehmung und kognitiven Fähigkeiten zu verhelfen. Nicht nur die Fußballprofis von Borussia Dortmund können davon ein Lied singen. Menschen aller Altersklassen profitieren von diesem einzigartigen Training, das nicht nur Spaß macht, sondern sogar wissenschaftlich nachgewiesen folgende Punkte nachweislich stärkt – und das nicht nur auf dem Sportplatz sondern insbesondere in der Schule und im Alltag.

- + Zunahme der Kreativität beim Lösen von Aufgaben
- + Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit
- + Verbesserung der Wortflüssigkeit
- + Verbesserte Signalverarbeitung und Entscheidungsfindung
- + Verbesserung der Koordinati

4. **Heidelberger Ballschule (Zertifiziert):** Das ganzheitlich, nachhaltige Bewegungsprogramm
- Dauer:** Ab 6x á 60 Minuten
- Gruppengröße:** Bis 16 Kinder
- Alter:** 1. – 8. Klasse
- Voraussetzung:** Halle/im Sommer draussen

Pädagogische & Motorische Lernbereiche:

**#Selbstwirksamkeit #Eindruck #Soziales Miteinander #Perspektivübernahme
#Selbstwahrnehmung #Emotionale Bewältigungskompetenz #Leistung erfahren
#Selbststeuerung #alle motorischen Fähigkeiten #Spielfähigkeit**

Vielseitigkeit ist Trumpf!

Die Heidelberger Ballschule (Das Original seit 1998) kommt an deine Schule. Die Ballschule wurde 1998 von Prof. Dr. Klaus Roth vom Institut für Sport und Sportwissenschaft der Universität Heidelberg gegründet. Aus einem ursprünglich zur Talentförderung gedachten Programm ist quasi ein „Kindersportangebot für alle“ geworden.

Die Ballschule beruht auf aktuellen sportwissenschaftlichen Erkenntnissen und folgt nicht dem Anything-Goes-Motto „Hauptsache Sport“. Ihre Grundphilosophie basiert vielmehr konsequent auf vier zentralen Gütesiegeln, die als unverzichtbare, nicht austauschbare Bausteine für alle kindgerechten Förderprogramme anzusehen sind.

Die heutige Kinderwelt büßt leider immer mehr von ihrer ursprünglichen Bewegungsfreudigkeit ein. Die gute alte Straßenspielkultur sucht man heute häufig vergebens. Aus bewegungsscheuen Kindern werden nachgewiesenermaßen jedoch eines Tages bequeme Erwachsene. Mit der Ballschule haben wir ein Tool, das eure Kids sowohl im sozialen Bereich, kognitiven als auch psychomotorischen Bereich ganzheitlich fördert und ihnen die Freude an der Bewegung in seiner reinsten Form vermittelt. Denn gut dosierte körperliche Aktivitäten sind der Motor für die gesamte Persönlichkeitsentwicklung.

5. **Juggern:** FUN FUN FUN mit pädagogischem Mehrwert
- Dauer:** Ab 6x á 60 Minuten
- Gruppengröße:** Bis 16 Kinder
- Alter:** 1. – 10. Klasse
- Voraussetzung:** Halle oder Sportplatz oder Pausenhof mit Begrenzung

Pädagogische & Motorische Lernbereiche:

#Alle motorischen Fähigkeiten #Selbstwirksamkeit #Eindruck #Soziales Miteinander #Perspektivübernahme #Selbstwahrnehmung #Emotionale Bewältigungskompetenz #Ausdruck durch Bewegung #Selbststeuerung #Wagnissituationen meistern #Wettkämpfen

Juhu...es kann losgehen. Die ungehemmte Neugierde verwandelt sich in Respekt vor dem, was gleich kommt. Mir gegenüber warten in vierzig Meter Entfernung fünf Spieler, welche bereit sind, alles zu geben und uns gleich entgegen zu stürmen. Der Läufer in der Mitte schaut mich an und fragt: Rechts bereit? Ich nicke (...) Laut ruft der Spielleiter „Drei, zwei, eins – JUGGER!“ Beim Jugger geht es nicht um Kraft, sondern um schnelle Reaktionen und Teamgeist. Es geht um Flinkheit, Geschicklichkeit und gleichzeitig geht es um Orientierung, Kommunikation im Team und um taktische Manöver. Man könnte Juggern auch als eine Mischung aus Fechten, Schwertkampf, kurzen Sprints und taktischem Teamsport beschreiben. Juggern schult damit nicht nur die eigene Schnelligkeit, Schnellkraft, Reaktionsfähigkeit und Orientierung, sondern allen voran auch die Teamfähigkeit und Kommunikation mit anderen. Jugger ist wie eine einzigartige Symbiose aus Einzelsport und Teamsport und bedient darüber hinaus alle pädagogischen Perspektiven.

6. HIPHOP & Dance for FansAG (i.W.S. Tanz Ag's): We like to move it!!!

Dauer:	Ab 6x á 60 Minuten
Gruppengröße:	Bis 16 Kinder
Alter:	1. – 10. Klasse
Voraussetzung:	Klassenzimmer

Pädagogische & Motorische Lernbereiche:

**#Koordinative Fähigkeiten #Selbstwahrnehmung #Selbstwirksamkeit #Eindruck
#Soziales Miteinander #Emotionale Bewältigungskompetenz #Ausdruck durch
Bewegung**

In unserer Tanz AG gehen wir immer mit dem herrschenden Zeitgeist und greifen die Impulse der „jungen Generation“ auf, um Partizipation im Ganzttag zu leben und „Flow Erleben“ zu kreieren. Dabei geht es um Rhythmik, Kreativität und Bewegungskontrolle. Darüber hinaus sind die Kinder aktiv in den Gestaltungsprozess integriert und können und sind somit Teilhaber am Schaffungsprozess unterschiedlicher Choreografien. In einigen Tanz AG's werden wir zudem das hochsensible Thema Medien Kompetenz mitaufgreifen um den verantwortlichen Umgang mit den Sozialen Medien und den Upload von Content darin thematisieren. Unsere Tanz AG's fördern die Persönlichkeitsentwicklung, sowie kreative Fähigkeiten von Kindern und leisten damit einen Beitrag zur ganzheitlichen Lernentwicklung. Durch die Teilnahme kann die Akzeptanz des eigenen Körpers gestärkt werden und so das Selbstwertgefühl und das Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten gefördert werden.

7. Sport AG:	Basics are the Basics – and you can not beat the Basics
Dauer:	Ab 6x á 60 Minuten
Gruppengröße:	Bis 16 Kinder
Alter:	1. – 10. Klasse
Voraussetzung:	Turnhalle

Pädagogische & Motorische Lernbereiche:

**#Koordinative Fähigkeiten #Konditionelle Fähigkeiten #Spielfähigkeit
#Motorische Handlungsfähigkeit #Selbstwahrnehmung #Selbstwirksamkeit
#Eindruck #Soziales Miteinander #Emotionale Bewältigungskompetenz
#Perspektivübernahme**

In unserer Tanz AG gehen wir immer mit dem herrschenden Zeitgeist und greifen die Impulse der „jungen Generation“ auf, um Partizipation im Ganztage zu leben und „Flow Erleben“ zu kreieren. Dabei geht es um Rhythmik, Kreativität und Bewegungskontrolle. Darüber hinaus sind die Kinder aktiv in den Gestaltungsprozess integriert und können und sind somit Teilhaber am Schaffungsprozess unterschiedlicher Choreografien. In einigen Tanz AG's werden wir zudem das hochsensible Thema Medien Kompetenz mitaufgreifen um den verantwortlichen Umgang mit den Sozialen Medien und den Upload von Content darin thematisieren. Unsere Tanz AG's fördern die Persönlichkeitsentwicklung, sowie kreative Fähigkeiten von Kindern und leisten damit einen Beitrag zur ganzheitlichen Lernentwicklung. Durch die Teilnahme kann die Akzeptanz des eigenen Körpers gestärkt werden und so das Selbstwertgefühl und das Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten gefördert werden.

8. Slack Line AG:	Finde deine Balance
Dauer:	Ab 6x á 60 Minuten
Gruppengröße:	Bis 16 Kinder
Alter:	1. – 10. Klasse
Voraussetzung:	Turnhalle

Pädagogische & Motorische Lernbereiche:

**#Sensomotorische Kompetenzen #Koordinative Fähigkeiten #Konditionelle Fähigkeiten #Motorische Handlungsfähigkeit #Selbstwahrnehmung
#Selbstwirksamkeit #Eindruck #Soziales Miteinander #Emotionale Bewältigungskompetenz #Perspektivübernahme**

Das das Slacklines ein wertvoller Sport für Geist und Körper ist, wird in den letzten Jahren zunehmend bekannt. Das Slacklines ist ein Trendsportart, der **Muskulatur, Gleichgewicht, Motorik/Koordination und Konzentration trainiert**. Zudem wird durch schnell eintretende Erfolge der **Ehrgeiz geweckt** weiter zu machen.

Für Schulkinder mit Schwierigkeiten in der Schule sind die Erfolge häufig ein positives Erlebnis, das diesen bei der weiteren Entwicklung hilft. **Selbstvertrauen** spielt hier eine sehr große Rolle. Und dieses wird gerade durch Erfolge und positive Erlebnisse gestärkt. Auch das **soziale Miteinander ist ein starker Faktor** beim Slacklines. Gemeinsam macht der Sport einfach wesentlich mehr Spaß. Und so spielt die soziale Komponente automatisch eine Rolle beim Slacklines. Konkurrenz und Druck erleben Kinder schon ausreichend viel in unserer gehetzten schnellen Welt. Beim Slacklines finden wir eine Auszeit zu diesem allgegenwärtigen Leistungsdruck. Ein Ausgleich der sowohl unsere motorischen Fähigkeiten als auch unsere

zwischenmenschlichen Kompetenzen fördert und darüber hinaus auch die intrapersonelle Wahrnehmung stärkt.

9. **Funino (Fußball) AG:** Der Volkssport
Dauer: Ab 6x á 60 Minuten
Gruppengröße: Bis 16 Kinder
Alter: 1. – 10. Klasse
Voraussetzung: Turnhalle

Pädagogische & Motorische Lernbereiche:

**#Gesellschaftliche Teilhabe #Spielfähigkeit #Koordinative Fähigkeiten
#Konditionelle Fähigkeiten #Motorische Handlungsfähigkeit
#Selbstwahrnehmung #Selbstwirksamkeit #Eindruck #Soziales Miteinander
#Emotionale Bewältigungskompetenz #Perspektivübernahme #Wettkampf**

„Alles was ich über das Leben gelernt habe, hat mir der Fußball beigebracht“ – dieses Zitat eines ehemaligen Fußballers beschreibt in unseren Augen sehr gut, was die Sportart No. 1 in Deutschland für Potentiale mitbringt. Natürlich spielt der Trainer hier eine große Rolle. Deswegen sind unsere Übungsleiter nicht nur lizenzierte Fußballtrainer und Pädagogen, sondern haben darüber hinaus auch einen nachhaltigen Auftrag: Den Fußball als sinnvolle Methode zur Schulung von Lebenskompetenzen zu nutzen. Dabei greifen wir auf das Konzept Funino bzw. Minifußball zurück. Ziel dieser Weiterentwicklung ist es, Kindern durch mehr Ballaktionen mehr Erfolgserlebnisse zu generieren. Darüber hinaus entwickeln Kinder die gesamte Bandbreite an koordinativen Fähigkeiten, stärken ihre kognitiven Fähigkeiten, da sie ständig neue Spielsituationen beurteilen müssen und trainieren ihre Spielintelligenz.

10. **Gesundheitsaktivierung AG:** Spielerische Prävention
Dauer: Ab 6x á 60 Minuten
Gruppengröße: Bis 16 Kinder
Alter: 1. – 10. Klasse
Voraussetzung: Turnhalle

Pädagogische & Motorische Lernbereiche:

**#Psychosoziale Ressourcen #Sensomotorik #Koordinative Fähigkeiten
#Konditionelle Fähigkeiten #Motorische Handlungsfähigkeit
#Selbstwahrnehmung #Selbstwirksamkeit #Eindruck #Soziales Miteinander
#Emotionale Bewältigungskompetenz #Perspektivübernahme**

Gerade Kinder sind heutzutage immer mehr Belastungen ausgesetzt: Schulstress, erhöhter Medienkonsum, Bewegungsmangel, motorische Unruhe und natürlich die Nachwirkungen der Corona Pandemie etc. – diese Risikofaktoren wirken sich nachweislich negativ auf die körperliche Gesundheit von Kindern aus. Daher möchten wir mit dieser AG explizit eine

Möglichkeit zur Prävention schaffen und die Widerstandsressourcen der Kinder sowohl hinsichtlich psychosozialer Ressourcen als auch auf motorischer Ebene stärken. Durch entwicklungsgerechte Spiel- und Übungsformen sollen in dieser AG Handlungswissen und Effektwissen anhand freudbetonter Methoden vermittelt werden und dazu beigetragen werden, dass Kinder eine Grundlage für ein gesundheitsorientiertes Bewusstsein entwickeln.