

1 Lehrmittel Erwachsenensport Erwachsenensport Schweiz esa



Inhaltsverzeichnis

Einleitung	2
Erwachsenensport Schweiz esa – das Programm	3
Ausbildungsprogramm esa	4
Partnerorganisationen	4
Ausbildungsstruktur	4
esa-Leitende	5
Tätigkeitsbild	5
Lehrmittel esa	6
Kernkonzepte im Unterrichtsmodell	7
Aufbau des Lehrmittels esa	8
Verwendete und weiterführende Literatur	9

Einleitung

Liebe esa-Leiterinnen, liebe esa-Leiter

Herzliche Gratulation zu Ihrem Engagement bei Erwachsenensport Schweiz esa! Sie tragen aktiv dazu bei, dass zwei Drittel der Schweizer Bevölkerung in ihrer Freizeit regelmässig Sport treiben. Sport hat in unserer Gesellschaft an Bedeutung gewonnen. Und das ist gut so. Denn Sport steigert die Lebensqualität, fördert die physische und psychische Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Zudem kann der Sport das soziale Umfeld erweitern. Als Leiterinnen und Leiter sind Sie wichtige Botschafter der Inhalte des Programms esa.

Ihre Aufgabe ist anspruchsvoll. Die Gruppe der Erwachsenen zeichnet sich durch grosse Unterschiede aus. Sie umfasst Menschen mit verschiedensten Lebensläufen, Voraussetzungen, Interessen und Bedürfnissen. Damit Sie die Erwachsenen darin unterstützen können, ein Leben lang Sport zu treiben, ist es wichtig, deren Beweggründe und Voraussetzungen zu kennen. Dank Ihrer Erfahrung sind Sie in der Lage, differenzierte, motivierende und auf das Zielpublikum zugeschnittene Sportangebote in einem sicheren Umfeld durchzuführen.

«Erwachsenensport Schweiz esa» ist ein auf den Breiten- und Freizeitsport ausgerichtetes Sportförderprogramm des Bundes. Durch das nahtlose Anknüpfen an das Programm Jugend+Sport vervollständigt es die lebenslange Sportförderung. In Zusammenarbeit mit Partnerorganisationen strebt es einheitliche Qualitätsstandards in der Aus- und Weiterbildung von Leitenden an. esa setzt schweizweit neue Impulse und schafft optimale Rahmenbedingungen für Bewegung und Sport bei Erwachsenen.

Das Bundesamt für Sport BASPO hat mit Partnern das vorliegende Lehrmittel konzipiert. Es dient Ihnen als Umsetzungs- und Orientierungshilfe bei Ihrer Tätigkeit. Sportwissenschaftliche Erkenntnisse und erwachsenenbildnerische Aspekte wurden darin aufgearbeitet und verständlich dargestellt. Darüber hinaus zeigt es Ihnen, wie Sie Ihr Angebot ideal positionieren und welche Sicherheitsaspekte Sie berücksichtigen müssen. Selbstverständlich dürfen Sie die Inhalte des Lehrmittels nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen im Unterricht anpassen.

Die esa-Leitung dankt Ihnen für Ihr Interesse und Engagement im Dienst der Sport treibenden Erwachsenen und wünscht Ihnen bei der Umsetzung der Programminhalte viel Spass und Erfolg.



Matthias Remund
Direktor Bundesamt für Sport BASPO



Pierre-André Weber
Chef Jugend- und Erwachsenensport

Erwachsenensport Schweiz esa – das Programm

Erwachsenensport Schweiz esa ist ein auf den Breiten- und Freizeitsport ausgerichtetes Förderprogramm des Bundes. In Zusammenarbeit mit Partnerorganisationen strebt es einen einheitlichen Qualitätsstandard in der Aus- und Weiterbildung von Leitenden an. Dadurch werden optimale Rahmenbedingungen für die sportliche Aktivität im Erwachsenenalter geschaffen.

Sportförderprogramm

Die Abkürzung esa steht für Erwachsenenensport Schweiz, Sport des adultes Suisse, Sport per gli adulti Svizzera und bleibt daher für alle Landessprachen gleich.

Der Breiten- und Freizeitsport charakterisiert sich durch eine hohe Fluktuation, Offenheit und Flexibilität. Er gehört zur normalen Alltagskultur und hat keinen Anspruch auf Exklusivität und Prestige wie der Spitzensport.¹

Die vielfältigen Bedürfnisse der Zielgruppe Erwachsene fordern ein ebenso vielfältiges Sportangebot. Die einen wollen beispielsweise ihre Figur oder ihre Leistungsfähigkeit verbessern, andere nützen die sportliche Aktivität, um mit Freunden zusammen zu sein. Einige treiben regelmässig Sport, andere nur dann, wenn es ihnen gerade optimal in den Tagesplan passt. Diese unterschiedlichen Ausrichtungen bedingen eine grosszügige Auswahl an Sportangeboten.

Breiten- und Freizeitsport

esa orientiert sich an folgenden Zielsetzungen:

Partnerschaftliche Förderung

Im Sinne des Subsidiaritätsprinzips unterstützt das BASPO die Partnerorganisationen des Erwachsenenensports. Es unterstützt deren Ausbildungsangebot inhaltlich mit Ausbildungsgrundlagen, strukturell und finanziell. Mit den zur Verfügung stehenden Ressourcen koordiniert und fördert esa die Aus- und Weiterbildung von Leiterpersonen.

Unterstützung der Ausbildung

Effizienz und hohe Qualität

Durch die Zusammenarbeit mit Ausbildungsanbietern des Schweizer Sports und die Nähe zu Jugend+Sport werden bestehende Ressourcen genutzt und gefördert. So wird möglich, dass die Aus- und Weiterbildung von Leitenden effizient organisiert und in hoher Qualität durchgeführt wird.

Bedürfnisorientierte Inszenierung

Die Inhalte der drei esa-Broschüren zu den andragogischen, sportmotorischen und methodischen Konzepten liefern Anhaltspunkte für zielgruppenorientierte Sportangebote. Sie sollen die Bewegungsaktivität der Bevölkerung erhalten und fördern.

¹ Digel & Schulke. Aus: Lamprecht & Stamm, 2002, S. 59.

Ausbildungsprogramm esa

Das Programm esa strukturiert sich auf verschiedenen Aus- und Weiterbildungsebenen, die vom BASPO und den Partnerorganisationen verantwortet werden. Vereine, Clubs, Unternehmen usw. führen die Sportangebote durch.

Partnerorganisationen

Partnerschaftsvereinbarungen

Dies können Gesellschaften (Juristische Personen oder Rechtsgemeinschaften) nach Schweizerischem Obligationenrecht mit Sitz in der Schweiz sein. Entsprechende Ausbildungsanbieter werden vom Bundesamt für Sport BASPO über Partnerschaftsvereinbarungen als Partnerorganisationen im Programm esa anerkannt. Die Vereinbarung regelt die gegenseitigen Rechte und Pflichten innerhalb des Programms Erwachsenensport Schweiz esa.

Partner führen gemäss Partnervereinbarung mit dem BASPO Aus- und Weiterbildungen durch und werden durch dieses mit Teilnehmerbeiträgen entschädigt.



Logo esa: «Erwachsenensport Schweiz esa» ist eine durch das Bundesamt für Sport BASPO geschützte Marke. Sie steht für Bewegungs- und Sportangebote mit zielgruppenorientierter Ausrichtung, die durch ausgebildete esa-Leiterinnen durchgeführt werden.

Ausbildungsstruktur

Die esa-Ausbildungsstruktur und der dazu gehörende Leitfaden ist auf folgender Webseite zu finden: www.erwachsenen-sport.ch

Tätigkeitsbild

esa-Leitende haben ihre Ausbildung bei einer vom BASPO anerkannten Partnerorganisation absolviert und die Qualifikation als «Leiter Erwachsenensport» erhalten. Sie identifizieren sich mit dem Programm esa, der eigenen Institution und arbeiten ehrenamtlich und/oder kommerziell. Ihre Aufgabe ist die verantwortungsvolle Durchführung von Sport- und Bewegungsangeboten in ihren Fachbereichen. Ihre Teilnehmenden sind erwachsene Personen, die in Gruppen (z. B. Vereinsgruppen, Mannschaften, freie Gruppen) oder als Einzelpersonen unterrichtet werden.

Identifikation

Dank der spezifischen Grundlagenausbildung im Erwachsenensport und ihrer sportlichen Fachausbildung bereiten Leitende fachspezifische Inhalte erwachsenengerecht auf und sorgen für zielgruppenorientierte Bewegungs- und Sportangebote. In ihrer Funktion als Leitende in der Erwachsenenbildung bilden sie sich selbstständig weiter und besuchen periodisch eine vom BASPO anerkannte Weiterbildung (WB).

Zielgruppenorientierte Angebote

Kompetenzen

Um die verantwortungsvolle Rolle als Erwachsenensportleiterin erfüllen zu können, sind bestimmte Kompetenzen gefordert (vgl. esa, Broschüre 3). Kompetenzen sind Fähigkeiten und Fertigkeiten, um bestimmten Anforderungen gerecht zu werden. Sie stellen die Verbindung zwischen Wissen und Können her.

Die Leitenden im Erwachsenensport:

- greifen auf ihre Erfahrung in Bewegung und Sport zurück.
- planen ein Sportangebot oder einen Kurs und führen die einzelnen Sportaktivitäten oder Lektionen durch und werten sie aus.
- organisieren, führen und begleiten ihre Teilnehmenden im Angebot.
- sorgen für ein lernförderndes, erwachsenengerechtes und partnerschaftliches Ambiente.
- gewährleisten die Sicherheit während des Angebotes.
- stellen die Bewegungsausführung (Qualität) und die angepasste Belastung (Quantität) sicher, um die körperliche Leistungsfähigkeit zu fördern.
- positionieren ihre Angebote auf dem Markt und in ihrem Umfeld und vermarkten sie entsprechend.

Lehrmittel esa

Einheitliche Verständigung Das vorliegende Lehrmittel dient als Referenzwerk für die Leitertätigkeit im Erwachsenensport Schweiz esa. Es bietet Orientierungs- und Umsetzungshilfen für Leitende von Sportangeboten mit Erwachsenen und bezieht sich auf die «Kernkonzepte für Unterricht und Training» des Bundesamts für Sport BASPO (vgl. Abb. 3). Sie wurden entwickelt, um die theoretischen Grundlagen im Sport- und Bewegungsunterricht zu vereinheitlichen und Kerninhalte für die Ausbildung zu schaffen. Die Kernkonzepte sollen beitragen, Begrifflichkeiten und Strukturen abzugleichen und damit im Bereich der Weiterbildung auch über die Grenzen der Sportarten und Institutionen hinaus für ein besseres gemeinsames Verständnis zu sorgen. Auf diese Weise wird ermöglicht, dass die erworbenen Kompetenzen in den verschiedenen Ausbildungen gegenseitig anerkannt werden können.

Kernmodell Das Lehrmittel baut auf den Kernkonzepten auf und bildet die erste Hülle. Bei Bedarf können weitere Schalen ergänzt werden, z. B. Fach- oder Speziallehrmittel.

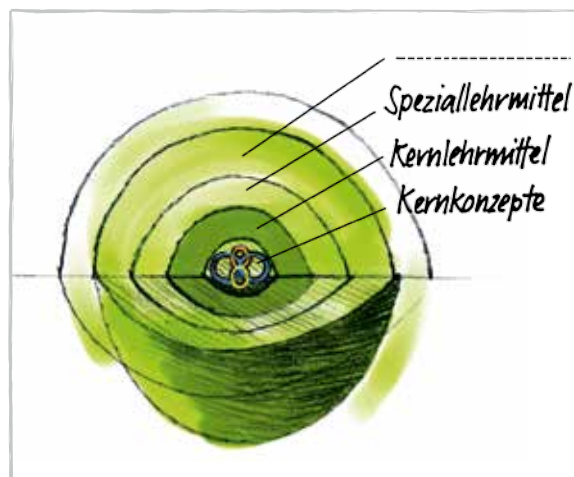


Abb. 1: Kernmodell.
Aus: Kernkonzepte für Unterricht
und Training, 2008

Zur Entstehungsgeschichte der «Kernkonzepte»

1998 publizierte der Schweizerische Interverband für Skilauf (SIVS), seit 2002 SWISS SNOWSPORTS, das Kern-Lernlehrmittel Schneesport Schweiz – Die Kernkonzepte (Autoren: Riet Campell, Pius Disler, Arturo Hotz und Urs Rüdisühli).

2000 adaptierte Jugend+Sport diese Vorlage als Kernlehrmittel Jugend+Sport für die Leiter-Ausbildung in allen Sportarten der Institution.

Die überarbeitete Fassung im Jahr 2008 wurde mit den Themen «Menschenbild» und «Rollenverständnis» sowie einem Modell im methodischen Konzept ergänzt. Das ehemalige «thematische Konzept» heisst neu «sportmotorisches Konzept» und enthält neben zusätzlichen Themen ebenfalls ein neues Modell.

Kernkonzepte im Unterrichtsmodell

Die drei Kernkonzepte bilden zusammen ein übergeordnetes Modell – das Unterrichtsmodell. Es stellt den Ausbildungskern aller Programme des BASPO dar und beinhaltet die Bestandteile, die für einen erfolgreichen Unterricht notwendig sind: das andragogische (bei J+S pädagogische), sportmotorische und methodische Konzept. Die Achterschlaufen zeigen in ihren fließend ineinander übergehenden Verlaufskurven, dass erfolgreicher Unterricht erst möglich ist, wenn alle drei Konzepte optimal zusammenwirken.

Der gemeinsame Kern

Die drei Konzepte orientieren sich an den Fragen wozu, was und wie.

«**Wozu**» beinhaltet die Frage nach der übergreifenden Zielsetzung des Unterrichts (andragogische Dimension). Die blaue Schlaufe symbolisiert die Kooperation zwischen den Lehr-Lern-Partnern.

Wozu?

«**Was**» bestimmt den Inhalt (sportmotorische Dimension). Es stellt die sportartübergreifende Struktur der Leistungsanteile dar.

Was?

«**Wie**» zielt auf die optimale methodische Aufbereitung und die passende Vermittlungsform (methodische Dimension).

Wie?

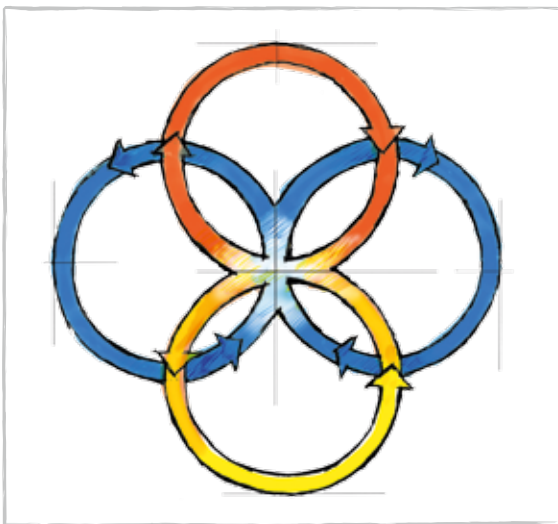


Abb. 2: Das Unterrichtsmodell.
Aus: Kernkonzepte für Unterricht
und Training, 2008.

- Das andragogische Konzept – Wozu?
- Das sportmotorische Konzept – Was?
- Das methodische Konzept – Wie?

Aufbau des Lehrmittels esa

Das Lehrmittel esa setzt sich aus sechs Broschüren zusammen.

Die erste Broschüre informiert über das Programm Erwachsenensport Schweiz esa und das Lehrmittel esa. Die zweite Broschüre fokussiert die Zielgruppe Erwachsene. Die nächsten drei Broschüren bilden die Kernkonzepte ab. In der Lehrmittelstruktur sind diese getrennt, im praktischen Unterricht ist eine solche abstrakte Trennung nicht möglich. Dies erklärt, warum sich Themen in den einzelnen Broschüren teilweise berühren. Die Broschüre 3 orientiert sich am andragogischen Konzept – dem Austausch zwischen Leitenden und Teilnehmenden. Die Broschüre 4 befasst sich mit dem eigentlichen Unterrichtsgegenstand, der sportmotorischen Leistung und ihren Bestandteilen. In der Broschüre 5 geht es im methodischen Konzept darum, wie die Inhalte zielgruppenorientiert und erwachsenengerecht vermittelt werden können. Zum Schluss gibt Broschüre 6 eine einfache Anleitung für die Vermarktung eines Sportangebotes. Die wichtigsten Aspekte zur Sicherheit sind Gegenstand der Zusatzbroschüre der bfu.

Nr./Broschürentitel	Inhalt
1 Erwachsenensport Schweiz esa	Information über das Programm Erwachsenensport Schweiz esa, die Anforderungen an esa-Leitende, das Lehrmittel esa.
2 Die Zielgruppe der Erwachsenen	Auseinandersetzung mit der Zielgruppe Erwachsene, Entwicklung von Erwachsenen, Charakterisierung von Sporttypen.
3 Das andragogische Konzept	Auseinandersetzung mit dem andragogischen Konzept, Leitende und Teilnehmende im Dialog, Umgang mit Erwachsenen.
4 Das sportmotorische Konzept	Auseinandersetzung mit dem sportmotorischen Konzept, körperliche Voraussetzungen und Inhalte beim Sporttreiben.
5 Das methodische Konzept	Auseinandersetzung mit dem methodischen Konzept, Hilfen für die Umsetzung von Sportangeboten.
6 Marketing von Sportangeboten	Hilfsmittel für das Lancieren von Sportangeboten.

Verwendete und weiterführende Literatur

- Bundesamt für Sport BASPO (Hrsg.) (2008). *Kernkonzepte für Unterricht und Training*. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.
- Lamprecht, M. & Stamm, H. (2002). *Sport zwischen Kultur, Kult und Kommerz*. Zürich: Seismo.
- Erwachsenensport Schweiz esa. (2009). *Kompetenzprofil. Erwachsenensport-Leitende*. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.
- Campell, R., Disler, P., Hotz, A., Rüdisühli, U. (1998). *Kern-Lernlehrmittel «Schneesport Schweiz – Die Kernkonzepte»*. Uttigen: Schweizerischer Interverband für Skilauf (SIVS). Magglingen: Eidgenössische Sportschule Magglingen (ESSM).

Autoren: Corinne Spichtig, Oliver Studer
Didaktische Begleitung: Walter Mengisen, Markus Wolf
Fachliche Beratung: Urs Rüdisühli
Redaktion: Ueli Känzig

Foto: Ueli Känzig
Layout: Lernmedien EHSM

Ausgabe: 2017, 3., aktualisierte Auflage

Herausgeber: Bundesamt für Sport BASPO
Internet: www.baspo.ch, www.erwachsenen-sport.ch
Bezugsquelle: www.basposhop.ch
Bestell-Nr. 30.001.100 d

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung oder Verbreitung jeder Art – auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers und unter Quellenangabe gestattet