

S2

Ausbildungsmodul «Sport mit Übergewichtigen»

Projektleitung	Yolanda Gottardi, Zürcher Kantonalverband für Sport, 044 802 33 71, ygottardi@zks-zuerich.ch
Zielgruppen	Erwachsene
Multiplikator/en	Leitende aus Zürcher Sportvereinen
Setting(s)	Vereine (Freizeit) / Aus- und Weiterbildung für in Sportvereinen Aktive (Leiterausbildung)
Unterstützt von	Zürcher Kantonalverband für Sport (ZKS)



Zusammenfassung

Der Zürcher Kantonalverband für Sport (ZKS) erweitert sein Aus- und Fortbildungsangebot um das Modul «Sport mit Übergewichtigen». In einem eintägigen, sportartenübergreifenden Kurs lernen die Leitenden aus den Vereinen praktische und sportartenunabhängige Inhalte kennen, mittels welcher auch Übergewichtige zu sportlicher Betätigung animiert werden und die Übergewichtigen helfen, ihre physische Leistungsfähigkeit zu steigern. Gleichzeitig sollen die Teilnehmenden dazu animiert werden, vermehrt Übergewichtige für ihr Vereinsangebot zu gewinnen.

Beabsichtigte Wirkungen

Vision	Durch gut ausgebildete Leitende, welche auf die besonderen Bedürfnisse von Übergewichtigen einzugehen verstehen, und durch zielgruppengerechte Sportangebote in den Sportvereinen, werden die Übergewichtigen zu vermehrter sportlicher Aktivität in den Sportvereinen animiert. Die Vereine erschliessen mit den Übergewichtigen ein zusätzliches Segment an Vereinsmitgliedern.
Ziele	<ol style="list-style-type: none">1. Sensibilisierung der Kursteilnehmenden für das Thema Übergewicht.2. Vermittlung von Grundlagenwissen rund um das Thema Übergewicht und zum Sport mit Übergewichtigen.3. Vermittlung von praktischen Inhalten zur Trainingsgestaltung mit Normal- und Übergewichtigen.4. Vermehrte Integration von Übergewichtigen als sportlich aktive Vereinsmitglieder.

Massnahmen

- Ausschreibung und Durchführung Kurs ‚Sport mit Übergewichtigen‘

Rahmenbedingungen für Teilnehmende

- Mitglied eines Zürcher Sportvereins
-

Umsetzung

1. Theorie- und Praxislektionen.
2. Erfahrene Fachpersonen geben ihr Wissen und ihre Erfahrungen an interessierte Leitende weiter.
3. Erfahrungsaustausch unter den Teilnehmenden sowie zwischen den Teilnehmenden und den anwesenden Fachpersonen.

Links für Zusatzinformationen

www.zks-zuerich.ch