



forum für sport

19. FORUM: wertvoller Sport

Nr.	Titel	WS-Leiter/in	Workshop-Beschrieb - Informationen	Stufe
Laufen, Springen, Werfen				
1	Wetteifern im Team	Stefan Bichsel	Bis ins Erwachsenen-Alter zeigt sich, dass in Gruppenwettkämpfen die Werte «Wetteifern und sich gegenseitig anspornen» in besonderer Weise gelebt werden können. Im Workshop lernen wir andere als die bekannten Disziplinen des Kids Cup Team kennen. Spass und Emotionen sind (auch unter uns) garantiert...	Alle Zyklen
Bewegen an Geräten				
2	Helfen und sichern im Geräteturnen	Christine Zimmermann	Ausschreibung folgt	Zyklus 2 – S2
3	Bewegungsgeschichte – Drei freche Mäuse	Simone Sturm	Der mehrperspektivische Bewegungs- und Sportunterricht bietet einen Mehrwert für die Schülerinnen und Schüler. Hier wird eine Möglichkeit aufgezeigt wie die pädagogische Perspektive «Ausdruck» konkret im Unterricht auf Zyklus 1 thematisiert werden kann. Anhand der Geschichte von den «3 frechen Mäusen» erhalten die Teilnehmenden praxisorientierte und stufengerechte Ideen wie sie Bilderbücher phantasievoll mit Bewegungen verbinden können. Eine Dokumentation mit den Ideen wird abgegeben.	Zyklus 1
4	Wagnis, Herausforderung, Fairness – Ninja Warrior im Unterricht gestalten	Tom Brack	Ninja Warrior begeistert durch die elementaren Bewegungsformen Klettern, Springen und Balancieren. In einer praxisnahen Demolektion erlebst du, wie sich herausfordernde Parcours und abwechslungsreiche Stationen auch mit wenig Vorbereitungszeit und ohne Ausräumen des kompletten Geräteraums im Unterricht realisieren lassen. Mit einfachen Kniffen werden die Bewegungsaufgaben individualisierbar – so können sich alle entlang ihrer eigenen physischen und psychischen	

			Grenzen hangeln. Anders als in der TV-Show scheidest du aber nicht mit nassen Füßen aus. In einem fehlertoleranten Klima gehst du eigene Wege, sammelst neue Erfahrungen und misst dich in fairen Wettkämpfen – auch wenn nicht immer für alle dieselben Regeln gelten.	
Darstellen und Tanzen				
5	Tanz-Choreografien gemeinsam entwickeln – spielerisch und strukturiert	Sabrina Jud	Tanz im Sportunterricht kann durch gemeinsames Gestalten und Choreografieren das Gefühl von Zugehörigkeit, Wertschätzung, Kompetenz und Ausdrucksstärke fördern. Im Workshop erproben wir, wie sich Choreografien spielerisch und zugleich strukturiert entwickeln lassen. Als Beispiel dient uns der Zeitgenössische Tanz, der mit seiner grossen Vielfalt an Bewegungsmöglichkeiten besonders geeignet ist und sich leicht an unterschiedliche Alters- und Leistungsstufen anpassen lassen.	Zyklus 3 & Sek 2
6	Choreo erfinden-leicht gemacht	Pam Battanta	Wie lassen sich kleine Alltagsideen und Bewegungen in lebendige, humorvolle und kreative Choreografien verwandeln? Zum Tanzen braucht es kein festes Bewegungsrepertoire – vielmehr entsteht Tanz aus Inspiration und dem gemeinsamen Gestalten. Wenn alle Stimmen der Gruppe ins Choreografieren einfließen, wächst eine Vielfalt, die weit über das hinausgeht, was eine einzelne Person erfinden könnte. Entdecke spielerische Methoden, mit denen du deine Klasse ermutigen kannst, eigene Choreografien zu entwickeln – leicht, überraschend und voller Freude.	Alle Stufen
7	Hip-Hop & Breaking – Tanzideen mit Groove	Pascale Altenburger & Philippe Dick	Streetdance im Unterricht – Einfach, zugänglich, wirkungsvoll - Einfache Moves, grosser Effekt: Die Schüler:innen lernen unkomplizierte Tanzschritte, die sofort Spass machen und für alle machbar sind. - Breaking-Elemente als Würze: Kleine, spektakuläre Bewegungen bringen Abwechslung und Ausdruckskraft.	Alle Stufen

			So erleben die Schüler:innen Hip-Hop und Breaking als kreatives Ausdrucksmittel, stärken ihr Selbstvertrauen und haben gemeinsam Spass.	
8	Musicaldance im Sportunterricht	Franziska Flückiger	Tanzen ist nur was für Mädchen? - Zum Glück ein veraltetes Klischee! In diesem praxisnahen Workshop entdecken Lehrpersonen, wie Musicaldance als bewegungsfreudiges und kreatives Element im Sportunterricht eingesetzt werden kann. Im Fokus steht die Freude und das Erlernen von Tanzroutinen aus bestehenden Musicals. Nebst Stil und Technik wird besonders Wert auf Ausdruck, Präsenz und Musikalität gelegt. Ziel ist es, 2-3 Choreografien einzustudieren, die mit den SuS an einem Schulfest aufgeführt werden können.	Zyklus 2 & 3
9	Jonglieren und andere Kunststücke	Mike Aebischer	Wie lernt man Jonglieren mit zwei oder drei Bällen? Wie sieht ein möglicher Aufbau aus? Welche Aufgaben und Herausforderungen stellen wir Kindern, welche schon mit drei Bällen jonglieren können? Welche weiteren Kunststücke mit Spielobjekten wie Yoyo, Kendama, Diabolo, Pedalo bieten sich an?	Zyklus 2 – Sek 2

Spielen

10	Burner Games® – kleine Spiele mit grossem Spassfaktor	Muriel Sutter	Die Burner Games orientieren sich an der Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen und verbinden Spass, Spannung, Bewegung und Team Spirit. Schnelligkeit, Kraft und Ausdauer werden ebenso gefördert wie Sozialkompetenz, Selbstvertrauen und Freude am Bewegen. In diesem Kursmodul wird eine Auswahl brandaktueller Spielideen praktisch vermittelt und gemeinsam erlebt. Es braucht keine Vorkenntnisse – Lehrpersonen aller Stufen sind willkommen und finden problemlos Anschluss. Stufenspezifische Hinweise werden als Kommentar direkt vor Ort vermittelt. Neues Programm 2025!	Alle Stufen
----	--	---------------	--	-------------

Bewegen im Wasser

12	Erscheinungsformen im Schwimmen	Andrea Wirz	Du lernst die Erscheinungsformen im Schwimmen kennen und erleben. Eine Auswahl an good practice dazu werden präsentiert und geübt. Dabei wird die	Zyklus 2 – S2
----	--	-------------	---	---------------

			vorhandene Infrastruktur möglichst mitberücksichtigt.	
13	SLRG WK Pool	Nora Linder	Neu ist es möglich, den SLRG WK Pool am BVSS-Forum zu absolvieren. Dieser dient zur Auffrischung der SLRG Brevets Basis und Plus Pool. Je nach Stufe wird der WK mit einem entsprechenden Leistungsnachweis abgeschlossen. Der Kurs dauert 2 ¼ Stunden und deckt somit die Zeit von zwei Workshops am BVSS Forum ab. Es werden Inhalte aus der SLRG-Grundausbildung im Bereich Prävention, Retten, Schwimmen, Tauchen und erste Hilfe repetiert. Leistungsnachweise WK Pool: https://www.slrq.ch/de/kurse/wiederholungskurse/wk-pool Achtung: Teilnehmende können entweder den SLRG WK oder ein MF von J&S besuchen. Beides ist nicht möglich! Für diesen WK fallen zusätzlich die SLRG-Gebühren von 30.- an. Diese werden direkt im Kurs einkassiert. Für Fragen steht Nora Linder nora.linder@phbern.ch zur Verfügung.	Alle Zyklen

Weitere Themen				
14	Fokus Wahrnehmung – Bewegen in heterogenen Klassen	Judith Sägesser	In diesem Workshop steht die Wahrnehmungsfähigkeit der Kinder im Mittelpunkt. Sie eröffnet einen besonderen Zugang zum Bewegungslernen. Durch die Analyse und das gezielte Ansprechen zentraler Wahrnehmungsbereiche (taktil-kinästhetisch, vestibulär, visuell und ergänzend auditiv) lassen sich Bewegungsangebote besser an die individuellen Voraussetzungen von Kindern mit und ohne Beeinträchtigungen anpassen. Eine differenzierte Sicht auf Wahrnehmung unterstützt zudem das Verständnis für einzelne Schüler:innen – auch im Kontext der natürlichen Heterogenität im Zyklus 1, etwa bei nicht neurotypischer Wahrnehmung (z. B. ASS, ADHS). Ziel ist es, Bewegungsangebote für das gemeinsame Lernen und Bewegen in	

			vielfältigen Klassen zu entwickeln. Dabei werden auch inklusionsdidaktische Modelle (Würfelmodell nach Eckhart, 2019; 6+1-Modell nach Tiemann, 2013) einbezogen.	
15	Vielfalt bewegt	Stefan Häusermann	Die Teilnehmenden erhalten einen Überblick über das Kartenset «Vielfalt bewegt – Inklusion im Sport». Vertieft werden u.a. die Handlungsfelder «Bewegungsbeziehungen gestalten» sowie «Anpassungen arrangieren». Dabei werden praktische Beispiele durchgeführt und aufgezeigt, wie ein «Leistungssog durch Vielfalt» entstehen kann. Im Fokus stehen Kinder und Jugendliche mit Beeinträchtigung und /oder sozio-emotionalen Entwicklungsstörungen. Herausforderungen und Unsicherheiten werden auf dem Hintergrund der Praxisbeispiele und der eigenen Erfahrungen diskutiert.	Zyklus 2-3
16	Seilkonstruktionen im Wald	Alexandra Stuber	Knoten, Klettern, Konstruieren, Schaukeln und Schwingen Mit selbst gebauten Seilkonstruktionen erleben die Kinder den Bewegungsraum Wald vielseitig und perspektivenreich. Einfache Grundknoten stellen die Basis vieler aufbauender und herausfordernder Seilkonstruktionen dar. Der Workshop gibt einen Einblick in den Aufbau einfacher Seilbrücken und Schaukelgeräte.	Zyklus 1
17	Active School	Andrea Nadenbousch und Stefan Valkanover	Wie intensiv soll Sportunterricht sein? Der Workshop setzt bei ersten Befunden des Projektes «Active School» an, die zeigen, dass im Sportunterricht auf der Sek I im Kanton Bern die effektive Bewegungszeit durchschnittlich unter 60 % liegt. Wir nehmen diesen Befund zum Anlass, die Kompetenzorientierung und die pädagogischen Perspektiven des Lehrplans im Kontext von Bewegungsempfehlungen für Jugendliche kritisch zu beleuchten. Ziel des Workshops ist es, reflexiven Sportunterricht zu fördern, der	Alle Stufen

			bewegungsintensive Lernzeiten mit bewusst gestalteten Reflexionsphasen verbindet. Anhand praxistauglicher Beispiele zeigen wir, wie Lernaufgaben so gestaltet werden, dass Kompetenzaufbau und Körperaktivität einander wechselseitig stärken. Dabei machen wir die unterschiedlichen Positionen zwischen Lehrplanvorgaben und Ansprüchen der Gesundheitsförderung (u. a. 50 % mittlere und hohe Intensität) sichtbar und diskutierbar.	
18	Draussen lernen	Joel Krebs	In diesem Workshop laden wir dich ein, gruppendynamische Prozesse spielerisch zu erleben und zu reflektieren. Anhand kooperativer Outdoor-Spiele erfährst du, wie Schüler:innen ihre Teamfähigkeit, Kommunikation und Problemlösekompetenzen erweitern können. Gemeinsam erproben wir Spiele, die Kreativität, Vertrauen und Verantwortungsbewusstsein fördern – und nutzen dabei die Natur als inspirierenden Lern- und Erfahrungsraum. Als Teilnehmende schlüpfst du in unterschiedliche Rollen, erhältst praxisnahe Inputs und entwickelst Ideen, wie diese Methoden in den Unterricht integriert werden können.	alle Stufen
Jugend und Sport				
19	J+S Modul Fortbildung Allround		Dieser Workshop ist obligatorisch für Teilnehmende, welche im Rahmen des Forums das Modul Fortbildung Kindersport absolvieren wollen. Es werden die theoretischen Grundlagen vermittelt und in der Praxis vertieft. Es müssen noch zwei weitere Workshops aus dem gesamten Angebot gewählt werden. Der Workshop wird bei wenigen Anmeldungen mit einem Workshop aus dem Zyklus 1 zusammengelegt.	Zyklus 1 & 2
20	J+S Modul Fortbildung Schulsport	Werner Gäggeler	Dieser Workshop ist obligatorisch für Teilnehmende, welche im Rahmen des Forums das Modul Fortbildung Schulsport absolvieren wollen. Es werden die theoretischen Grundlagen	Zyklus 2 - S2

			vermittelt und in der Praxis vertieft. Es müssen noch zwei weitere Workshops aus dem gesamten Angebot gewählt werden.	
21	J+S-Einführungskurs Schulsport	Sabrina Hofer	Der Einführungskurs vergibt die J+S-Schulsportanerkennung, die zum Leiten von subventionierten J+S-Kursen in weit mehr als 40 <u>Nicht-Sicherheitssportarten</u> berechtigt. Deshalb sind nur Personen zugelassen, die über eine abgeschlossene pädagogische Ausbildung und über eine Lehrbefähigung im Sport (oder eine J+S-LeiterInnenanerkennung in einer anderen Sportart) verfügen. "Lehrbefähigung im Sport" bedeutet, dass das Fach "Bewegung und Sport" im Rahmen der (Hochschul-)Ausbildung besucht und abgeschlossen wurde. Bitte beachte, dass die Anmeldung zum Kurs erst dann als definitiv gilt, wenn die entsprechenden Nachweise (z.B. "Lehrdiplom" mit Sport) per E-Mail an sport.bsm@be.ch geschickt und bestätigt wurden. Die Anzahl Plätze für diesen Kurs ist beschränkt (Priorität nach Eingang und Vollständigkeit der Nachweise). Nach der verpflichtenden Theorie- und Praxislektion muss zum Schluss noch ein dritter Workshop aus dem Angebot des Forums ausgewählt und besucht werden.	Zyklus 2- S2

HINWEISE:

- Zeitrahmen: 75'-WORKSHOPS

- Wer im Rahmen des Forums seine Weiterbildungspflicht bei J+S erfüllen will, muss sich für den entsprechenden Workshop (19–21) anmelden.
- Drei Workshops können besucht werden.