

**Zeitschrift:** Mobile : die Fachzeitschrift für Sport  
**Herausgeber:** Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule  
**Band:** 11 (2009)  
**Heft:** 6

**Artikel:** "Das Prägealter positiv beeinflussen"  
**Autor:** Bignasca, Nicola  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-992057>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 04.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# «Das Prägealter positiv beeinflussen»

Kurz vor Veröffentlichung der Broschüre «Theoretische Grundlagen» haben wir mit dem verantwortlichen J+S-Fachleiter gesprochen. Über die Visionen und deren Umsetzung.

Interview: Nicola Bignasca; Foto: Ueli Käzig

**Was ist neu am Lehrmittel?** Christoph Nützi: Es ist eine Zusammenstellung von bekanntem Stoff, der auf den heutigen wissenschaftlichen Stand gebracht wurde. Die Leiterperson findet die aktuellen und wesentlichen Erkenntnisse für die Stufe der 5- bis 10-jährigen Kinder. Auf der sogenannten Leiterseite findet sie das Basiswissen, das auf den folgenden Seiten mit ergänzenden Informationen vertieft wird. Die Aufteilung in «Psyche» und «Physis» und die Vorstellung der Inhalte nach einem einheitlichen Raster ist neu.

**Was ist über diese Altersstufe bekannt?** Einiges, so zu Beispiel: Zu viele Kinder waren noch nie im Wald. Sehr viele Kinder üben den Sport an nur einem Ort an. Die Einstiegssportart ist für Knaben ganz klar Fussball und Turnen für Mädchen. Knaben lieben Fussball,

aber bestimmt nicht alle sind für Fussball geeignet. Es ist nicht «ihre» Sportart. Wir wissen, dass die Kinder immer früher in einen Verein eintreten. Mit 12/13 Jahren hat die Hälfte der Kinder den Verein bereits verlassen, um nur im besten Fall in einen anderen Verein zu wechseln. Viele steigen aus dem Sport aus und verfallen in die Inaktivität mit allen negativen Auswirkungen, die wir kennen.

**Das relativiert also die Wichtigkeit der Einstiegssportart...** Anscheinend ist sie nicht besonders wichtig, weil sie eher zufällig gewählt wird. Das kann an der Popularität der Sportart liegen oder dem örtlichen Vorhandensein des Angebots, an persönlichen Beziehungen, am Interesse der Eltern etc. Die Folge daraus: Wenn ein Kind zufällig die Einstiegssportart gewählt hat, und es stellt fest, dafür nicht ge-

eignet zu sein, besteht die Gefahr, dass es «aus dem Sport aussteigt». Wir müssen deshalb alles daran setzen, dass es nicht aufgehört Sport zu treiben, sondern die Sportart zu wechseln. Dafür müssen wir aber dem Kind die Angebote aufgezeigt und vorgestellt haben. Auf der anderen Seite müssen wir die Schwelle zum Wechsel so tief wie möglich halten.

*... und hier kommt «J+S-Kids» zum Zug.* Genau. In diesem Einstiegsalter müssen die Kinder verschiedene Angebote ausprobieren können, idealerweise auch verschiedene Anbieter kennenlernen, um dann selber auswählen zu können. Das können wir vor allem in diesem Alterssegment mit dem neuen Produkt «J+S-Kids», seinen Rahmenbedingungen und seinen finanziellen Anreizen erreichen. Die Anforderungen der Politik und die gesellschaftlichen Probleme müssen dabei berücksichtigt werden: die Kinder gesundheitlich fördern, Übergewicht reduzieren, zunehmende Inaktivität bekämpfen.

*Wie sehen die Rahmenbedingungen konkret aus?* Bei J+S-Kids geben wir Inhaltliches vor. Die Hauptsportart darf höchstens 50 Prozent des Angebotes füllen, mindestens 25 Prozent sollen Schnupperangebote sein mit dem Ziel, Sportarten zu entdecken. Die restlichen Trainings dürfen der Hauptsportart verwandte Angebote sein.

Die zweite Vorgabe betrifft den Umgebungswechsel: 25 Prozent des Angebotes müssen an einem anderen Ort stattfinden. Kinder müssen sehen, dass Sport überall betrieben werden kann und nicht nur auf dem Fussballplatz, in der Sporthalle oder im Schwimmbad. Die Kinder erhalten dadurch die Möglichkeit, verschiedene Angebote und Umgebungen kennenzulernen, viele Sinneseindrücke wahrzunehmen.

*Inwieweit können diese Vorgaben die Vereine überfordern?* Das hören wir immer wieder. Man kann J+S-Kids als Chance oder als Problem sehen. Wir haben die einmalige Chance, motorische Fähigkeiten vielseitig zu fördern, wenn wir inhaltliche Vorgaben machen. Die Vielseitigkeit der Ausbildung wird in Zukunft dazu führen, dass wir weniger Aussteiger und motorisch besser ausgebildete Kinder haben werden, welche die Alltagssituationen besser bewältigen können. Wir streben die Polysportivität an, aber wir sprechen immer nur von der Altersstufe 5- bis 10-Jährige. Die Spezialisierung kann neben J+S-Kids in zusätzlichen Trainings geschehen. Für diejenigen, die keine Spezialisierung suchen, bietet J+S-Kids die Grundlage, um irgendeine Sportart wählen zu können und Alltagssituationen zu bewältigen.

*Eine grosse Herausforderung für Vereine.* In der Tat. Es ist uns bewusst, dass es mit organisatorischem Mehraufwand verbunden ist und es eine Öffnung im Denken über die eigene Sportart hinaus braucht. Wir haben kein Interesse daran, wenn ein Verein die Ausbildung in seinem Fach so gut macht, aber die Kinder, die aus ihm austreten, den Sport verlassen. Es ist wichtig, dass sich die Vereine ihrer gesellschaftlichen Verantwortung bewusst sind. Und für diese Arbeit sollen sie auch gut entschädigt werden. Deshalb wird Kids auch höher entschädigt als die Angebote für 10- bis 20-Jährige. Ganz einfach, weil die gesellschaftliche Aufgabe in diesem Prägealter wichtig ist. Und zwar über die eigene Vereinsgrenze hinaus. Das Kind ist per Zufall in einem Verein und dann fünf Jahre später bei einem anderen Verein. Aber es soll beim anderen Verein von der guten Ausbildung im Einstiegsverein profitieren, sich gut fühlen und nicht nichts tun.

*Ein Verein will neu bei J+S-Kids mitmachen. Wie muss er vorgehen?* Das hängt von den lokalen Verhältnissen und von den sportartspezifischen Zielsetzungen ab. Wichtig ist, dass die Kinder in diesem Alter technisch-motorische Fortschritte machen, Lust haben sich zu bewegen, Erfolgserlebnisse und Freude haben. Wenn sie von einer kompetenten Leiterperson unterrichtet werden, dann sind diese Ziele realistisch. Der Verein soll entscheiden, ob er eine bestehende Leiterperson im Bereich Kids weiterbilden oder besser eine externe Verstärkung suchen will. Gute Beispiele sind lokale Bewegungs- und Sportnetze, in denen Leiterpersonen aus verschiedenen Anbietern den Unterricht gestalten.

*Können Kids-Leiterpersonen mit der Zeit das ganze Ausbildungspaket unterrichten?* Ja, es gibt schon heute gute Beispiele. Ich denke an Leiterpersonen im Fach Kinderturnen. Sie erfüllen einen grossen Anteil der Anforderungen von «J+S-Kids». Aber die vielseitige Ausbildung bleibt innerhalb des Faches «Turnen». Wir brauchen eine Erweiterung im Bereich von Schnupperangeboten, damit die Kinder später auch zu einem Judo- oder Schwimmverein wechseln können. Diese Öffnung braucht zwar Zeit, aber sie ist unbedingt nötig. Das Kind und die Förderung seines ganzen Potenzials stehen im Vordergrund. Und nicht die Elite-Förderung innerhalb des Vereins.

*Wie beschreiben Sie das Anforderungsprofil einer Kids-Leiterperson?* Sie muss Kinder mögen, sie gut anleiten können und über Fachkompetenz im Bereich Sport und Bewegung verfügen. Dann ist sie als Kids-Leiterperson bereits geeignet. Der persönliche Bezug ist eminent wichtig. Die Inhalte kann sie problemlos lernen.

*Zurück zum Lehrmittel J+S-Kids. Wie wird es eingeführt?* Die Absolventen von Einführungs- und Leiterkursen werden mit dem Lehrmittel ausgebildet. Die Leiterpersonen, die bisher ausgebildet wurden, werden diesen Stoff in den Weiterbildungsmodulen vertiefen.

*Wie soll die Leiterperson das Lehrmittel nutzen?* Beim Theorie-Lehrmittel bin ich überzeugt, dass der einfach gehaltene Stoff auch als Nachschlagewerk dienen kann. In wenigen Minuten kann man wichtige Prinzipien sowohl über die Psyche als auch über die Physis in Erinnerung rufen. Das Praxis-Lehrmittel dient jenen, die immer wieder nach neuen Ideen suchen. Insbesondere, um das Prinzip der Vielfältigkeit und des Umgebungswechsels umzusetzen. ■



Christoph Nützi ist Fachleiter «J+S-Kids». Kontakt: christoph.nuetzi@baspo.admin.ch