



**Kanton Zürich  
Sportamt**

# **sportwoche.zh**

**Leitfaden für Organisatoren**



# Sportwochen – eine gute Sache

Sportwochen sind polysportive Lager für Kinder mit Übernachtung zu Hause. Sie sind ein ideales Ferienangebot in einer Gemeinde oder Region und werden gemeinsam mit den lokalen Sportvereinen und -anbietern organisiert. Die Nachfrage nach sportlichen Betreuungsangeboten in den Schulferien ist gross. Kinder lernen während einer Woche neue Sportarten kennen und Eltern sind froh, dass ihren Kindern in den Ferien ein attraktives Programm geboten wird. Die lokalen Vereine und Sportanbieter haben durch ihr Mitwirken am Sportprogramm die Möglichkeit, sich zu präsentieren und dadurch neue Mitglieder zu finden.

Das Sportamt unterstützt Organisationen, die eine Sportwoche gemäss dem vorliegenden Leitfaden durchführen in den ersten drei Jahren mit einer Defizitgarantie bis Fr. 2000 pro Jahr. Zudem stellt das Sportamt verschiedene Vorlagen sowie Kommunikationsmittel für Organisatoren von Sportwochen zur Verfügung.

Diese Broschüre enthält praktische Tipps für den Aufbau einer Sportwoche. Das kantonale Sportamt verfügt über langjährige Erfahrung in der Organisation von Sportlagern für Kinder und Jugendliche und steht bei Fragen gerne zur Verfügung.

**Viel Erfolg bei der Durchführung der Sportwoche!**

# Weshalb?

- **Kinder können unter kompetenter Leitung verschiedene Sportarten ausprobieren und die ortsansässigen Sportvereine und -anbieter kennen lernen.**
- **Sportwochen bieten eine sinnvolle Beschäftigung in den Schulferien.**
- **Lokale Sportvereine und -anbieter können sich präsentieren und neue Mitglieder finden.**
- **Sportwochen ergänzen das bestehende Ferien- und Sportangebot.**
- **Sportwochen können als Betreuungsangebot für Kinder berufstätiger Eltern gestaltet werden.**

# Für wen?

Sportwochen richten sich an Kinder aus der Gemeinde oder Region. Über die genaue Zielgruppe (Alter/Schulklassenstufe, Einzugsgebiet, Anzahl Teilnehmende) entscheidet der Träger. Bei der Programmgestaltung und Betreuung müssen die unterschiedlichen Bedürfnisse je nach Alter der Teilnehmenden berücksichtigt werden.

# Wer organisiert diese?

## Trägerschaft

Eine Trägerschaft sichert die lokale Verankerung und die wiederholte (z.B. jährliche) Durchführung der Sportwoche. Mögliche Träger sind:

- Stelle in der Gemeindeverwaltung oder der Schule, z.B. Jugendarbeit, Sportkoordinator/in, Schulleitung, Tagesstrukturen
- Interessengemeinschaft oder Vereinigung der lokalen Vereine
- Sportverein
- Elternvereinigung
- weitere lokale Akteure, z.B. gemeinnütziger Verein, für die Organisation der Sportwoche gegründeter Verein

## Projektleitung Sportwoche

Bei der Trägerschaft ist ein Projektleiter/in für die Sportwoche angesiedelt. Diese/r koordiniert die Organisation der Sportwoche.

## Sportvereine und Sportanbieter

Die Sportvereine aber auch private Sportanbieter (z.B. Tanz- oder Kampfsportschulen) aus der Gemeinde oder Region haben eine tragende Rolle. Sie gestalten mit ihren Leitenden die Sportblöcke. Ein Verein oder Sportanbieter ist für einen halben oder ganzen Tag zuständig. Je mehr Vereine und Sportanbieter mitmachen, desto geringer wird der Aufwand für diese (z.B. kürzere Einsatzzeit, kleinere Gruppen) und desto abwechslungsreicher wird das Programm.

# Wer leitet diese?

Die Anzahl Leitende wird in Abhängigkeit der Anzahl Kinder sowie bei Sportleitenden abhängig von Sportart und Inhalt eines Sportblocks gewählt.

- **Eine Hauptleiterperson** (ev. = Projektleitung)  
Sie ist die hauptverantwortliche Person vor Ort und ist jeden Tag anwesend. Die Hauptleiterperson ist Ansprechperson für die Eltern und Vereine vor Ort, koordiniert das Tagesprogramm und unterstützt die anderen Leiterpersonen.
- **Wochenleiterpersonen**  
Sie unterstützen die Hauptleitung, v.a. vor, zwischen und nach den Sportblöcken sowie bei Zwischenfällen. Sie sind ebenfalls jeden Tag anwesend.
- **Sportleitende aus Sportvereinen und von Sportanbietern**  
Sie organisieren und leiten die Sportblöcke tages- oder halbtagesweise. Die Sportleitenden sollten idealerweise eine J+S-Kindersport Anerkennung (5- bis 10-Jährige) sowie eine J+S-Ausbildung in ihrer Sportart (falls über 10-Jährige teilnehmen) besitzen. Zusätzlich können auch Jugendliche als Hilfsleitende eingesetzt werden.
- **ev. Betreuungspersonen**  
Je nach Bedarf (ev. reicht Betreuung durch Wochenleiterpersonen) werden zusätzliche Betreuungspersonen (z.B. über den Mittag) beigezogen. Diese brauchen keine sportspezifische Ausbildung. Es können auch Jugendliche eingesetzt werden.

# Wie organisieren?

Die Fäden der Organisation laufen bei der Projektleitung der Sportwoche zusammen. Für die Planung einer Sportwoche soll als erstes abgeklärt werden, wie das bestehende Feriensportangebot optimal ergänzt werden kann. Zeitraum, Durchführungsort und Zielgruppe (Alter der Kinder, Einzugsgebiet) sollen definiert werden. Weitere Aufgaben sind z.B. Infrastruktur und Verpflegung organisieren, Wochenleitende und Sportvereine und -anbieter rekrutieren, Wochenprogramm erstellen, Kommunikation, Teilnehmeradministration etc.

In der Aufgaben-Checkliste sind die Aufgaben detailliert aufgeführt.

## Infrastruktur

Je nach Sportart sind unterschiedliche Sportanlagen notwendig, z.B. Sporthalle, Schwimmbad, Kletter-/Boulderwand, Skaterpark, Fussballplatz, Tennisplatz. Als Richtwert braucht es pro 24 Kinder eine Sporthalle, d.h. ab 49 Kinder eine Dreifachhalle.

Für das Mittagessen und die Betreuungszeiten vor und nach dem Sportprogramm sind geeignete Räumlichkeiten notwendig, z.B. Schulmensa, Hortküche, Saal, Foyer oder Eingangsbereich einer Turnhalle.

## Verpflegung

Das Mittagessen kann in einer in der Nähe gelegenen Mensa einer Schule, Firma etc., über den Hort, durch den Elternverein oder durch einen Catering-Dienst organisiert werden. Zu beachten sind ein kindergerechtes und gesundes Menu und genügend Platz. Zusätzlich sind Zwischenverpflegungen sinnvoll.

## Kommunikation

Ein Informations-Flyer mit Anmeldeformular wird erstellt und frühzeitig, idealerweise über die Schulen, an alle Kinder der Gemeinde oder Region verteilt. Zusätzlich können weitere Kommunikationskanäle (z.B. online, Plakate etc.) genutzt werden.

## Teilnehmeradministration

Nach der Ausschreibung der Sportwoche treffen die Anmeldungen der Teilnehmenden ein. Diese werden in eine Teilnehmerliste eingetragen, je nach Anzahl Anmeldungen wird eine Warteliste geführt. Eine Anmelde-Bestätigung sowie die Rechnung für den Teilnehmerbeitrag werden versendet. Ungefähr drei Wochen vor der Sportwoche werden den Teilnehmenden detaillierte Informationen zur Sportwoche zugestellt.

## Wochenprogramm und Leitende

Jeden Vor- und Nachmittag finden zwei- bis dreistündige Sportblöcke statt. Diese werden morgens und abends durch eine Auffangzeit ergänzt, in welcher die Kinder betreut werden. In der Mittagspause essen alle Kinder gemeinsam. Die Erfahrung zeigt, dass für viele Eltern die Betreuung zu Randzeiten und über Mittag ein Mehrwert bedeutet.

Die nachfolgende Abbildung zeigt ein mögliches Wochenprogramm.

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.00 - 09.00	Eintreffen der Kinder / Betreuung				
09.00 - 10.30	<b>Kennenlernspiele</b>	<b>Turnsport</b>	<b>Tischtennis</b>	<b>Volleyball</b>	<b>Unihockey</b>
10.30 - 11.00	Pause				
11.00 - 12.00	<b>Kennenlernspiele</b>	<b>Turnsport</b>	<b>Tischtennis</b>	<b>Volleyball</b>	<b>Unihockey</b>
12.00 - 13.30	Mittagessen				
13.30 - 14.30	<b>Tanzen</b>	<b>Handball</b>	<b>Fussball</b>	<b>Orientierungslauf</b>	<b>Schlussveranstaltung</b>
14.30 - 15.00	Pause				
15.00 - 16.00	<b>Tanzen</b>	<b>Handball</b>	<b>Fussball</b>	<b>Orientierungslauf</b>	<b>Schlussveranstaltung</b>
					Abschluss
16.00 - 17.00	Betreuung / Verabschieden der Kinder				

### Sportblöcke

Für die Gestaltung der Sportblöcke (z.B. 9.00 - 12.00 und 13.30 - 16.00 Uhr) werden Sportvereine und -anbieter angefragt. Mitwirkende Vereine und Sportanbieter gestalten den Inhalt ihrer Sportblöcke und organisieren genügend geeignete Sportleitende. Die Leitenden führen ein Sportprogramm in ihrer Sportart durch, wobei der Inhalt dem Alter der Kinder, der Gruppengrösse etc. angepasst ist. Der Spass am Sport steht im Vordergrund.

### Betreuung

Vor und nach den Sportblöcken sowie über Mittag und in den Pausen werden die Kinder durch Wochenleiter- sowie ev. Betreuungspersonen betreut. In den betreuten Zeiten am Morgen und Abend können kleine Spiele, freies Spielen (z.B. mit Spielkiste) oder ein ausgleichendes Programm wie Malen und Basteln organisiert werden.

## Finanzielles

Die Durchführung einer Sportwoche kann erfahrungsgemäss kostendeckend erfolgen. Zusätzliche Kosten entstehen für die Planung und Organisation sowie Administration im Vorfeld der Sportwoche.

Idealerweise ist die Projektleitung bei der Trägerschaft angestellt und kann ihre Aufgabe bei der Sportwoche innerhalb ihrer Anstellung wahrnehmen.

Die Vorlage «Budget» enthält mögliche Einnahmen und Ausgaben inkl. mögliche Entschädigungen.

## Subventionsmöglichkeiten

### Bund

Bei Einhalten der Standards von Jugend und Sport (J+S) können Bundesbeiträge ausgelöst werden. Eine Unterstützung ist unter folgenden Voraussetzungen möglich:

- Mind. 12 Teilnehmende zwischen 5 und 20 Jahren
- Leitende mit gültiger J+S-Anerkennung: Anzahl Leitende ist abhängig von der Anzahl Teilnehmenden, dem Alter der Teilnehmenden sowie der Sportart
- Mind. 2 Einheiten Sport à mind. 2 Stunden pro Tag
- Mind. 4 aufeinanderfolgende Tage Lagerdauer

Der J+S-Beitrag beträgt Fr. 6.50 (bei mind. 5 Stunden Sport täglich) pro Teilnehmer und Tag.

Die Sportwoche muss über die Gemeinde bei J+S angemeldet werden, diese Aufgabe übernimmt der J+S-Coach der Gemeinde.

Weitere Informationen unter [www.zh.ch/sport](http://www.zh.ch/sport) > Kinder- und Jugendsport > Sportlager organisieren

und [www.jugendundsport.ch](http://www.jugendundsport.ch) → Infos für Kurs- und Lagerorganisatoren

### Kanton

Das Sportamt des Kantons Zürich unterstützt Sportwochen in den ersten drei Durchführungsjahren mit einer Defizitgarantie bis Fr. 2000. Weitere Informationen sowie die Bedingungen zur Unterstützung befinden sich auf Seite 9 sowie auf der Webseite [www.zh.ch/sportwoche](http://www.zh.ch/sportwoche).

### Gemeinde/Schule

Die Gemeinde und/oder Schule des Durchführungsorts und/oder Einzugsgebiets können Sportwochen unterstützen. Die benutzte Infrastruktur, z.B. Sporthalle, kann kostenlos oder zu einem stark reduzierten Tarif zur Verfügung gestellt werden. Zudem kann die Gemeinde resp. Schule die personellen Aufwände für Projektleitung und ev. Haupt- und Wochenleitende übernehmen. Dadurch leistet die Gemeinde einen Beitrag zur Sportförderung für die eigene Bevölkerung.

# Worauf achten?

## Qualität

Für die sportspezifische Qualitätssicherung dienen J+S-Standards (siehe S. 7). Hinsichtlich der Qualitätsanforderungen in den Betreuungszeiten ist eine Absprache mit pädagogischen Fachpersonen empfehlenswert.

## Prävention

Wertvolle Programme wurden zum Schutz von Kindern im sportlichen Umfeld entwickelt, z.B. VERSA zur Verhinderung sexueller Ausbeutung von Kindern im Sport und «cool and clean» als nationales Präventionsprogramm im Sport. Diese sind zu berücksichtigen.

Weiter sollen Vorkehrungen zum Vorgehen bei Zwischenfällen und Störungen (z.B. Unfall, auffällige Kinder) gemacht werden.

## Erfahrungen teilen

In verschiedenen Gemeinden gibt es bereits Sportwochen. Einige dieser Organisatoren von Sportwochen stellen sich gerne zur Verfügung, ihre Erfahrungen zu teilen.

### Statements von Sportvereinen von bereits durchgeführten Sportwochen

«Die Kinder waren motiviert und hatten viel Spass.»

«Es war sehr interessant, den vielen verschiedenen Kindern unsere Sportart zu zeigen.»

«Die Sportwoche war von A bis Z gut organisiert.»

«Das war eine coole Woche. Wir unterstützen diese gute Sache gerne.»

### Statements von Eltern von bereits durchgeführten Sportwochen

«Meinem Sohn hat es sehr gefallen, dass er verschiedene Sportarten ausprobieren durfte.»

«Speziell gut fand ich, dass meine Tochter jeden Tag zufrieden und glücklich von den Erlebnissen des Tages erzählt hat.»

«Toll, dass die Kinder über den ganzen Tag betreut waren. Die Stimmung beim Abholen war immer sehr positiv. Ganz herzlichen Dank!»

«Mein Sohn hat die Sportwoche sehr genossen und kam jeden Abend mit leuchtenden Augen nach Hause.»

# Unterstützung durch das Sportamt

Das Sportamt begleitet Träger beim Aufbau einer Sportwoche und stellt das «Unterstützungspaket sportwoche.zh» zur Verfügung.

Alle Informationen dazu befinden sich auf der Webseite [www.zh.ch/sportwoche](http://www.zh.ch/sportwoche).

## Unterstützungs-Paket sportwoche.zh

### Informationen

1. Vorliegender Leitfaden «sportwoche.zh»
2. Aufgaben-Checkliste

### Vorlagen

1. Finanzielles
  - A Budget (Excel)
2. Gestaltung Wochenprogramm
  - A Wochenprogramm (Excel)
  - B Kontaktliste Vereine/Sportanbieter/Institutionen (Excel)
  - C Information Vereine/Sportanbieter (Word)
3. Teilnehmeradministration
  - A Teilnehmerbestätigung (Word)
  - B Lagerregeln und Vorbereitungsblatt Teilnehmende (Word)
  - C Teilnehmerinfo (Word)
4. Wochenleitende/Betreuung
  - A Information Wochenleitende/Betreuung (Word)

### Zusätzliche Vorlagen auf Anfrage

- a Anfrage Sporthalle (Word)
- b Anfrage Verpflegung (Word)
- c Anfrage Vereine/Sportanbieter (Word)
- d Liste Teilnehmerdetails (Excel)
- e Anfrage Betreuung (Word)

### Weitere Angebote

- Beratung und Begleitung beim Aufbau der Sportwoche
- Gestaltung des Flyers im InDesign und Übernahme des Drucks des Flyers
- T-Shirt für alle teilnehmenden Kinder sowie für Wochenleitende (mit Aufdruck des sportwoche.zh-Logos)

### Zusätzliche Angebote auf Anfrage

- Übersicht von Links zu Lehrmitteln

### Finanzielle Unterstützung

Das Sportamt des Kantons Zürich unterstützt Sportwochen in den ersten drei Durchführungsjahren mit einer Defizitgarantie bis Fr. 2000 pro Jahr, wenn die Sportwoche gemäss vorliegendem Leitfaden durchgeführt wird.

# Nützliche Links

## [zh.ch/sport](http://zh.ch/sport)

Das kantonale Sportamt ist zuständig für die Sportförderung im Kanton. Es bietet u.a. Beratung und Information zu Sportanliegen und Sportprojekten.

## [jugendundsport.ch](http://jugendundsport.ch)

J+S ist das nationale Sportförderungsprogramm. Es regelt u.a. Ausbildung und finanzielle Unterstützung für Sportangebote für Kinder und Jugendliche in 70 Sportarten.

## [jugendsportcamps.ch](http://jugendsportcamps.ch)

Kostenlose Webplattform für Feriensportlager für Kinder und Jugendliche zur Verfügung gestellt durch das Sportamt des Kantons Zürich

## [fitforkids.ch](http://fitforkids.ch)

Die Webplattform fitforkids.ch bietet den Organisatoren die Möglichkeit einer einfachen und modernen Vernetzung von Sportangeboten und könnte als Anmeldetool für Sportwochen eingesetzt werden.

## [mobilesport.ch](http://mobilesport.ch)

Online-Plattform mit praxisnahen Informationen, Übungen und Anleitungen für Trainerinnen und Trainer.

## [feriennet.ch](http://feriennet.ch)

Umfassende, komplett webbasierte Software für die Administration von Ferienangeboten  
Zuständig ist die Pro Juventute.

## [sport-net.ch](http://sport-net.ch), [sportnetzwerk.ch](http://sportnetzwerk.ch), [campbook.ch](http://campbook.ch)

Internetplattformen mit Leiterbörsen

## [coolandclean.ch](http://coolandclean.ch)

«cool an clean» ist das nationale Präventionsprogramm im Sport und unterstützt Lagerleitende, fairen und sauberen Sport auf spielerische Art zu thematisieren.

## [www.zss.ch/praevention/versa](http://www.zss.ch/praevention/versa)

VERSA ist eine unabhängige Anlaufstelle für Sportorganisationen zur Prävention sexueller Ausbeutung von Kindern und Jugendlichen.

## [jugendleiter.projuventute.ch](http://jugendleiter.projuventute.ch)

Die Pro Juventute Jugendleiter Beratung steht unter 058 618 80 80 rund um die Uhr als vertrauliche Erstanlaufstelle für Jugendleiter zur Verfügung.



Sportamt des Kantons Zürich  
Neumühlequai 8  
Postfach  
8090 Zürich  
Telefon +41 43 259 52 52  
[info@sport.zh.ch](mailto:info@sport.zh.ch)  
[www.sport.zh.ch](http://www.sport.zh.ch)

Dezember 2019