



# Physis 1

## Mannschaftsspiele - Weiterbildung 1 Jugendsport

<b>Ziel</b>	Vertiefung, Ergänzung und Erweiterung von fachspezifischen Kompetenzen im Bereich der physischen Vorbereitung
<b>Inhalt</b>	Trainingsprinzipien der Konditionsfaktoren, ihre Bedeutung, Trainierbarkeit, und praktische Trainingsmethoden
<b>Methoden und Sozialformen</b>	Frontal- und Gruppenunterricht, Partner- oder Gruppenarbeit, Referate, Selbststudium, individuelle Vorbereitungsarbeiten
<b>Lehrmittel</b>	J+S-Handbuch der betreffenden Sportarten, Kursleiterdossier, Videobeispiele
<b>Zielpublikum</b>	J+S-Leiterinnen und -Leiter Baseball/Softball, Basketball, Korbball (Turnsport), Faustball (Turnsport), Handball, Landhockey, Eishockey, Inlinehockey (Rollsport), Hornussen, Rollhockey (Rollsport), Rugby, Schulsport, Streethockey, Tchoukball, Turnen (Turnsport), Unihockey, Volleyball und Wasserball (Schwimmsport) Jugendsport
<b>Allgemeine Zulassungsbedingungen</b>	Gemäss Art. 21 der Verordnung des VBS über Sportförderprogramme und -projekte (VSpoFöP)  Die Empfehlung erfolgt durch den zuständigen J+S-Coach.
<b>Sportartspezifische Zulassungsbedingungen</b>	J+S-Leiteranerkennung Baseball/Softball Jugendsport, Basketball Jugendsport, Korbball (Turnsport) Jugendsport, Faustball (Turnsport) Jugendsport, Handball Jugendsport, Landhockey Jugendsport, Eishockey Jugendsport, Inlinehockey (Rollsport) Jugendsport, Hornussen Jugendsport, Rollhockey (Rollsport) Jugendsport, Rugby Jugendsport, Schulsport Jugendsport, Streethockey Jugendsport, Tchoukball Jugendsport, Turnen (Turnsport) Jugendsport, Unihockey Jugendsport, Volleyball Jugendsport oder Wasserball (Schwimmsport) Jugendsport Die Anerkennung der zugelassenen Sportart muss im Status «gültig» oder «weggefallen» sein.
<b>Dauer</b>	2 Tage
<b>Angebotsform</b>	Blockmodul
<b>Qualifikation</b>	Modul bestanden: Die Leiterperson hat das Modul vollständig besucht, die geforderten Leistungen erbracht und wird als fähig erachtet, ihre Funktion selbständig auszuüben.
<b>Zusatz</b>	Das bestandene Modul vergibt den Anerkennungszusatz «Physis».
<b>Weiterbildungspflicht</b>	J+S-Leiterpersonen unterstehen der Weiterbildungspflicht gemäss Art. 28 des VSpoFöP.

BASPO  
2532 Magglingen



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO