Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 10 (2008)
Heft: 3

Artikel: Wer sucht, der findet
Autor: Padlina, Oliver / Dössegger, Alain / Hofmann, Tina
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-991610

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: 16.07.2025

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

Wer sucht, der findet

Ein Sportarten-Kompass, Videoclips und Texte sowie eine Vereinsdatenbank: dies die neuesten Errungenschaften des Sportprogramms von Jugend und Sport auf der Internetplattform www.feelok.ch. Diese drei Elemente sollen Jugendliche dabei unterstützen, den für sie richtigen sportlichen Weg herauszufinden. Und nicht nur das.

Text: Oliver Padlina, Alain Dössegger, Tina Hofmann, Fotos: Daniel Käsermann

▶ Einer grossen Herausforderung haben sich das ganze Team des Ressorts «Bewegung und Gesundheit» der Eidg. Hochschule für Sport Magglingen EHSM und zahlreiche weitere beteiligte Institutionen gestellt. Das neue Sportprogramm strebt nämlich an, Wissenschaftlichkeit mit Informationen und Emotionen sowie praktischen, nützlichen Instrumenten zu verknüpfen. Dabei wird die Wissenschaftlichkeit mit dem neu entwickelten Sportarten-Kompass (siehe Abb. 1) garantiert: Dort können die Jugendlichen herausfinden, welche Sportarten aufgrund ihres persönlichen Profils für sie besonders geeignet sind.

Jugendliche anziehen

Um der ganzen Angelegenheit etwas Würze zu verleihen, wird jede einzelne Sportart von Jugend+Sport in bewegten Bildern vorgestellt: Ein Videoclip und textliche Informationen zeigen den Jugendlichen, was hinter der Sportart steckt (siehe Abb. 2). Zurzeit können Clips und Infos von folgenden Sportarten betrachtet werden: Baseball/Softball, Basketball, Eishockey, Fechten, Fussball, Handball, Judo, Karate, Korbball, Orientierungslauf, Mountainbike, Radsport: Strasse, Schwimmen, Speedskating, Squash und Tischtennis. Diese Dienstleistung ist ständig im Aufbau, und bis im Jahr 2010 sollen Informationen über sämtliche Sportarten von J+S zur Verfügung stehen.

Wenn es dann konkret an die Umsetzung gehen soll, können Jugendliche, die sich für eine Sportart (neu) interessieren, in der Sportvereindatenbank herausfinden, ob es einen passenden Verein in ihrer Nähe gibt, den sie aufsuchen können.

Um sicherzustellen, dass die Inhalte des Sport- und Bewegungsprogramms auch die Jugendlichen aus der Romandie erreichen, arbeiten feelok und ciao.ch eng zusammen, um die übersetzten kulturell angepassten Inhalte im bewährten Webangebot von ciao zu integrieren. Die neue «rubrique Sport et mouvement» ist direkt unter www.ciao.ch/f/sport-et-mouvement oder indirekt unter www.ciao.ch zugänglich. Vergleichbare Lösungen für die italienische Schweiz werden zurzeit noch abgeklärt.

Das Bewegungsprogramm

feelok bietet zahlreiche andere Funktionen, die zum Ziel haben, das Bewegungsverhalten der Zielgruppe zu fördern: Dazu gehört der beliebte Bewegungstest, mit dem die Jugendlichen herausfinden können, ob sie sportliche oder eher gemütliche Typen sind, mit dem elektronischen Spiel Dartfit – die Bewegungsscheibe von feelok – können sie spielerisch geeignete Übungen für eine kurze bewegte Pause einlegen, und mit der Rubrik «Tanze mit den Starbugs» erleben die jungen Besucher/-innen die Musik als Medium, um mit Spass ins Schwitzen zu kommen.

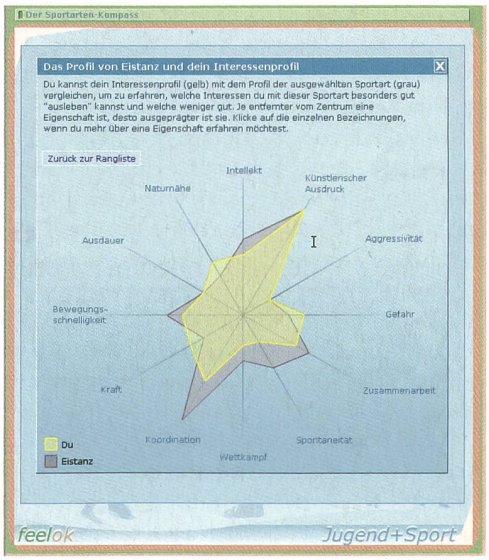

Abbildung 1: Mit dem Sportarten-Kompass können die Jugendlichen ihr Interessenprofil mit jenem der Sportarten von J+S vergleichen.

Abbildung 2: Professionelle Clips und Texte motivieren die Jugendlichen, die dargestellten sportlichen Aktivitäten zu testen.

Ausgewählte Highlights

feelok bietet zahlreiche moderne, interaktive Funktionen an, die die Bearbeitung der jeweiligen Inhalte erleichtern. Dazu gehören zum Beispiel:

- Der Interessenkompass von Erwin Egloff, mit dem man herausfinden kann, welche Art von Tätigkeiten und Berufen zur beantwortenden Person passen. Die kontextabhängige Verlinkung mit der Datenbank von www.berufsberatung.ch ermöglicht zudem, über zahlreiche Berufe detaillierte Informationen zu erhalten (www.feelok.ch/job.htm).
- Das Leiterspiel des Cannabisprogramms ermöglicht, auf spielerische Art das Thema des Cannabiskonsums für eine vertiefte Diskussion einzuführen (www.feelok.ch/cannabis.htm).
- Das Money-Spiel ist das Instrument, mit dem die Jugendlichen berechnen können, wie teuer das Rauchen ist und was sie sich leisten könnten, wenn sie mit dem Rauchen aufhören würden (www.feelok.ch/rauchen_allg.htm).
- Das Spiel der Lebensmittelpyramide, mit dem die Jugendlichen ihr Wissen im Bereich Ernährung testen und verbessern können (www.feelok.ch/e1.htm).
- Die psychologischen Tests des Stressprogramms, mit denen die Jugendlichen ihr Stressrisiko erfassen und Tipps erhalten können, wie mit Stress und Problemen umzugehen (www.feelok.ch/S_Tests.htm).

Das Bewegungs- und Sportprogramm ist ein Projekt, dessen Entwicklung im Jahr 2004 begonnen hat und stets gewachsen ist. An diesem Projekt sind mehrere Ressorts und viele Personen beteiligt, die seine Realisierung ermöglicht haben.

Bereits Ende 2005 wurde das Bewegungsprogramm als Produkt des Ressorts «Bewegung und Gesundheit» (EHSM) in feelok integriert. Eine erste Sektion spricht körperlich ungenügend aktive Jugendliche an, um sie zu mehr Bewegung und Sport zu motivieren beziehungsweise sie dabei mit konkreten Tipps zu unterstützen. Die zweite Sektion richtet sich an Lehrpersonen: Kurze Videosequenzen, verbunden mit didaktischen Anregungen, ermutigen die Lehrkräfte im Unterricht kurze, aktive Bewegungsspiele einzuplanen und durchzuführen. Alle erwähnten Tools findet man direkt unter www.feelok.ch/be.htm.

Gesund in elf Dimensionen

feelok läuft seit 1999. Seit damals konnte das Projekt ein beeindruckendes institutionelles Netzwerk aufbauen. Das Hauptprodukt, nämlich die Internetplattform www.feelok.ch, konnte in einem ausgereiften didaktischen Konzept und kohärenten jugendgerechten Design elf Dimensionen der Gesundheitsförderung und Prävention in einem multimedialen Paket integriert werden. Unter den 15 institutionellen Partnern, die für die Qualität und Aktualität der Inhalte verantwortlich sind, zählen neben dem Bundesamt für Sport renommierte Institutionen wie die Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme, die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung und die Stiftung Berner Gesundheit.

Die inhaltliche Breite von feelok umfasst folgende verhaltensrelevante Dimensionen: Alkohol, Arbeit, Bewegung, Cannabis, Ernährung, Sexualität, Rauchen, Selbstvertrauen, Stress und Suizidalität und wurde Anfang 2008 mit dem Thema «Sport» erweitert.

Über diese wissenschaftlich fundierte Intervention, deren Trägerschaft beim Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich liegt, wurden bis heute zehn Studien durchgeführt, die unterschiedliche Aspekte der Internetplattform untersucht haben.

Ein viel genutztes Tool

Besonders gut eignet sich feelok für den Einsatz in der Schule. Ein Handbuch und zahlreiche Arbeitsblätter erleichtern die Arbeit der Lehrpersonen, wenn sie feelok mit ihren Schülern/-innen verwenden. Um Informationen zu vermitteln, verwendet feelok eine Reihe didaktischer Ansätze, die das Programm abwechslungsreich gestalten. Neben Texten werden die Inhalte mit Spielen, Animationen, Tests, Diskussionsforen sowie mit Videos und Assistenten vermittelt. Deswegen eignet sich das Tool sowohl für Jugendliche, die komplexe Inhalte verstehen können, als auch für jene, die Mühe haben, Texte zu lesen.

Und die Statistiken geben feelok recht: Die Website wird täglich rund 1200 Mal besucht, drei Viertel der Besucher/-innen sind Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren, 60 Prozent kommen aus dem Setting Schule, und fast 80 Prozent beurteilen die Inhalte und Funktionen der Intervention positiv. //

Ganz herzlichen Dank für die Unterstützung an Brian Martin, Gerda Jimmy, Thomas Suter, Rainer Benz und Ellen Leister für die Realisierung des Bewegungsprogramms beziehungsweise Martin Jeker, Alain Dössegger (Projektleiter des Sportprogramms), Stephan Toggweiler, Jürg Schmid, David Egli, René Hagi und Matthias Zurbriggen für die Entwickung des Sportprogramms. Ganz herzlichen Dank auch an alle J+S-Coaches, die mit ihrer Arbeit zur Realisierung der Sportvereindatenbank einen wesentlichen Beitrag geleistet haben.

Das Sport- und Bewegungsprogramm besuchen

Besuchen Sie auch das Sport- und Bewegungsprogramm von feelok und entdecken Sie, was diese Intervention anzubieten hat:
www.feelok.ch

SwissTool Spirit

Huntsman Lite

Hunter

SwissMemory

VICTORINOX

CH-6438 Ibach-Schwyz, Switzerland
Tel. +41 (0)41 81 81 211, Fax +41 (0)41 81 81 511
info@victorinox.ch, www.victorinox.com

Die moderne homöopathische Alternative.

Bitte fragen Sie Ihre Fachperson oder lesen Sie die Packungsbeilage.
Erhältlich in Apotheken und Drogerien. ebi-pharm ag - 3038 Kirchlindach.

10 Jahre

Feiern Sie mit! Nebst einem Wettbewerb mit exklusiven Preisen, präsentieren wir Ihnen unsere neue Kundenzeitung „Floortec Tipp" mit vielen interessanten Themen rund um Sport, Gesundheit und Sportböden. Melden Sie sich gleich jetzt für den Newsletter an und erfahren Sie mehr.

Floortec Sport- und Bodenbelagssysteme AG

Floortec AG, Kriens, Schachenstrasse 15a, 6010 Kriens
Tel. 041 329 16 30, kriens@floortec.ch

Floortec AG, Mühlethumen, Bächelmatt 4, 3127 Mühlethurnen
Tel. 031 809 36 86, m.wenger@floortec.ch

Floortec AG, Aarburg, Christelirain 2, 4663 Aarburg
Tel. 062 791 12 63, r.bechtold@floortec.ch

Indoor Sportböden
Outdoor Sportböden
Kunstrasen-Systeme

FLOOR TEC

www.floortec.ch