

Schulärztlicher Dienst

Bewegungsangebote des Schul- und Sportdepartements der Stadt Zürich

Neben dem Angebot des Schulärztlichen Dienstes an Bewegungsförderungskursen für Kinder mit wenig Bewegungserfahrung bietet das Sportamt der Stadt Zürich Kindern aller Altersstufen diverse freiwillige Schulsportangebote an. In den kostenlosen Schulsportkursen, welche direkt im Schulkreis angeboten werden sowie in den Semesterkursen mit Kostenbeteiligung können verschiedenste Sportarten ausprobiert werden. Zusätzlich gibt es in jedem Schulkreis sogenannte «offene Turnhallen» (z.B. «Spiel + Sport»). Kinder können dort ohne Anmeldung an Sonntagen Bewegung und Sport erleben.

Mehr Informationen finden Sie unter:

www.stadt-zuerich.ch/schularzt

www.sportamt.ch

Unterstützt durch:



schulsport.zh

Kostenloser Bewegungskurs für Kindergartenkinder

«MiniFit» 2019/20

Mit Spiel und Spass die Freude an Bewegung entdecken



«MiniFit»

Bewegungskurs für Kindergartenkinder

Regelmässige Bewegung ist für die gesunde Entwicklung von Kindern von grosser Bedeutung. Der Schulärztliche Dienst der Stadt Zürich bietet deshalb den kostenlosen Bewegungskurs «MiniFit» an. Er findet einmal pro Woche in einer Turnhalle in Ihrer Nähe statt und wird von einer Fachperson für Bewegung im Kindesalter geleitet. Bei «MiniFit» geht es hauptsächlich darum, dass Kinder die Freude an Bewegung entdecken und erfahren. Der Kurs ist deshalb auch besonders für Kinder mit wenig Bewegungserfahrung oder Übergewicht geeignet.

Inhalt und Ziel des Kurses

«MiniFit» zeichnet sich durch ein vielseitiges Programm aus. Jede Stunde ist einheitlich aufgebaut und beinhaltet ein Einwärmenspiel, einen Übungsblock und zum Abschluss eine kurze Sequenz von Körperwahrnehmungs- und Entspannungsübungen. Die verschiedenen offenen und angeleiteten Sequenzen erlauben es, auf die Bewegungsbedürfnisse der Kinder einzugehen und ihnen ihrem Entwicklungsstand entsprechend Erfolgserlebnisse zu ermöglichen.

Die Leitung der Bewegungskurse übernehmen ausgebildete Sportlehrpersonen oder «J+S-Kindersport»-Leitende

Besuch durch die Fachverantwortliche Bewegung

Die Angebotsleiterin des Schulärztlichen Dienstes besucht den Bewegungskurs mindestens einmal jährlich und steht nach dem Besuch für Fragen Ihrerseits zur Verfügung.

Elternbesuchsstunde

Im Rahmen des Bewegungskurses «MiniFit» findet eine Besuchsstunde statt. Am Elternanlass erfahren Sie, wie Sie mit regelmässiger Bewegung die Entwicklung Ihres Kindes positiv beeinflussen können. Zudem erhalten Sie die Möglichkeit Ihr Kind beim Turnen zu beobachten, sich mit anderen Eltern auszutauschen und Fragen zu stellen.

Kosten

Keine! Trotzdem sind regelmässiges und pünktliches Erscheinen sowie eine rechtzeitige Abmeldung obligatorisch.



Kurse

Die Kursorte und Durchführungszeiten sind abhängig vom jeweiligen Schulhaus. Detaillierte Angaben finden Sie auf nachstehender Liste.

WICHTIG: auch Kinder aus anderen Schulhäusern dürfen an den Kursen teilnehmen!

Schule Altstetterstrasse

Turnhalle Schule Altstetterstrasse
Altstetterstrasse 171, 8048 Zürich
Dienstag, 16:15 – 17:15 Uhr

Schule Auhof

Turnhalle Schule Auhof
Herzogenmühlestrasse 53, 8051 Zürich
Freitag, 15:30 – 16:30 Uhr

Schule Grünau

Turnhalle Schule Grünau
Grünauring 26, 8064 Zürich
Mittwoch, 16:00 – 17:00 Uhr

Schule Im Isengrind

Turnhalle Schule Im Isengrind
Wolfswinkel 3, 8046 Zürich
Mittwoch, 16:00 – 17:00 Uhr

Schule Kugeliloo

Turnhalle Schule Kugeliloo
Maienstrasse 7-11, 8050 Zürich
Donnerstag, 16:00 – 17:00 Uhr

Schule Probstei

Turnhalle Schule Probstei
Stettbachstrasse 88, 8051 Zürich
Dienstag 15:45-16:45 Uhr

Schule Sihlfeld

Turnhalle Schule Sihlfeld
Sihlfeldstrasse 165, 8004 Zürich
Montag, 16:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung

Interessiert? Klären Sie mit der für Ihr Schulhaus zuständigen Schulärztin, Ihrem Kinderarzt oder der Lehrperson, ob die Teilnahme Ihres Kindes am «MiniFit» sinnvoll ist.

Bitte melden Sie Ihr Kind mit dem beigefügten Anmeldealon an. Ihre Unterschrift gilt als definitive Anmeldung.

Weitere Fragen?

Stadt Zürich
Schulärztlicher Dienst
Sabrina Edler
Telefon 044 413 86 70
bewegung.sad@zuerich.ch