

# PFiFF - Sportkonzept zur Förderung der Selbstregulation von Kindern

PFiFF ist ein Sportkonzept, das vom Badischen Sportbund Nord in Zusammenarbeit mit dem Verein Spiel und Sport plus zur Förderung der Selbstregulation von Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter entwickelt wurde und gemeinsam mit den beiden weiteren baden-württembergischen Sportbünden Badischer Sportbund Freiburg und Württembergischer Landessportbund umgesetzt wird.

Seit einigen Jahren erfahren die Selbstregulation und die dafür entscheidenden exekutiven Funktionen aufgrund ihrer immensen Bedeutung für das Sozial- und Lernverhalten eine hohe Aufmerksamkeit in der bildungspolitischen Landschaft. An mehreren Stellen findet sich die Thematik in den Bildungsplänen des Landes Baden-Württemberg wieder. Da der Sport zur Förderung der Selbstregulation prädestiniert ist, bietet PFiFF sowohl die Chance das eigene Vereinsangebot zu erweitern als auch in Kooperation mit Kindergärten und Grundschulen diese bei der Umsetzung des Bildungsplans zu unterstützen.



Weitere Informationen zu PFiFF und zur Selbstregulation-Förderung durch Bewegung Spiel und Sport finden Sie auf der Homepage des Vereins ([www.spielsportplus.de](http://www.spielsportplus.de)) und auf den Homepages der Sportbünde.

Ansprechpartnerin Badischer Sportbund Nord:

Eva Zimmermann

Mail: [e.zimmermann@badischer-sportbund.de](mailto:e.zimmermann@badischer-sportbund.de)

Fon: 0721/1808 - 31

Fax: 0721/1808 - 28

[www.badischer-sportbund.de](http://www.badischer-sportbund.de)



Ansprechpartner Badischer Sportbund Freiburg:

Jens Scheuer

Mail: [j.scheuer@bsb-freiburg.de](mailto:j.scheuer@bsb-freiburg.de)

Fon: 0761/15246 - 18

Fax: 0761/15246 - 31

[www.bsb-freiburg.de](http://www.bsb-freiburg.de)



BSB  
Badischer Sportbund Freiburg e.V.

Ansprechpartner Württembergischer Landessportbund:

Ralf Kramer

Mail: [ralf.kramer@lssa.de](mailto:ralf.kramer@lssa.de)

Fon: 07432/9821 - 17

Fax: 07432/9821 - 16

[www.wlsb.de](http://www.wlsb.de)



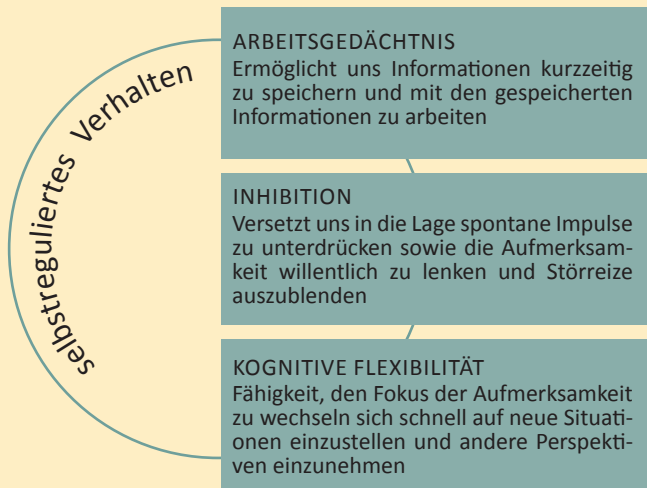
PFiFF



BSB  
Badischer Sportbund Freiburg e.V.

## Was ist Selbstregulation?

Selbstregulation ist die Fähigkeit, das eigene Denken und somit die Aufmerksamkeit, das Verhalten und die Emotionen gezielt steuern zu können. Grundlage für die Selbstregulation sind die exekutiven Funktionen des Stirnhirns (Inhibition, Arbeitsgedächtnis und kognitive Flexibilität). Diese Fähigkeit ist mitentscheidend für eine positive Entwicklung der Kinder und Jugendlichen in der Schule und im Leben. Die Gehirnforschung konnte nachweisen, dass Bewegung, Sport und Spiel sich in hervorragender Weise eignen, um die Selbstregulation und die exekutiven Funktionen zu schulen.

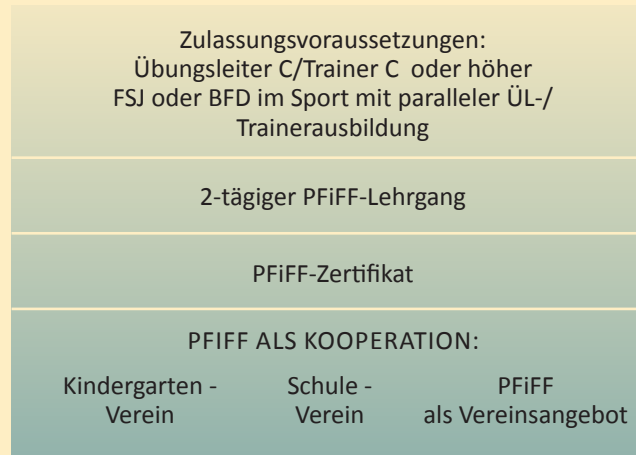


## Wer darf PFiFF anbieten?

Mitgliedsvereine der drei Sportbünde dürfen Sportangebote unter der geschützten Marke PFiFF anbieten. Voraussetzung, um PFiFF in das Vereinsangebot aufzunehmen, ist ein qualifizierter Übungsleiter/Trainer, der über ein PFiFF-Zertifikat verfügt. Zum Erwerb dieses Zertifikates bieten die Sportbünde in Baden-Württemberg Lehrgänge an. Der Einsatz von PFiFF außerhalb eines Mitgliedsvereins der drei Sportbünde ist explizit ausgeschlossen.

Termine der Lehrgänge finden Sie auf den Homepages der Sportbünde.

## Der Weg zum PFiFF-Angebot



## Was kann ich mit dem PFiFF-Zertifikat machen?

Gemeinnützige Sportvereine können mit PFiFF-zertifizierten Übungsleitern PFiFF in drei Feldern anbieten.

## PFiFF als Kooperationsprogramm mit Kindergärten oder Schulen

Begeistern und motivieren Sie Kinder zum lebenslangen Sporttreiben und ebnen Sie ihnen den Weg zum Vereinssport. Bereichern Sie das Angebot und präsentieren Sie Ihren Sportverein als Bildungspartner in Kindergärten und Grundschulen. Die Sportbünde fördern mit Mitteln des Landes Baden-Württemberg diese Kooperationen. Über die genauen Formalitäten erkundigen Sie sich bei Ihrem jeweiligen Sportbund.

## PFiFF als Vereinsangebot

Erweitern Sie Ihr Vereinsangebot mit einer innovativen und besonderen Maßnahme. Bieten Sie PFiFF als Kurs, Regelangebot oder Element in Kindersportgruppen an. Einzige Voraussetzung ist die Qualifizierung durch ein PFiFF-Zertifikat. Eine Beantragung ist nicht notwendig.

## PFiFF-Zertifikatslehrgang

### TEILNAHMEVORAUSSETZUNG:

- Übungsleiter oder Trainer mit gültiger Lizenz (mindestens C-Niveau).
- FSJ- bzw. BFD-Leistende im Sport in Baden-Württemberg in einer ÜL- oder Trainerausbildung.

### ZIEL:

- Die Teilnehmenden lernen, Bewegungseinheiten so zu gestalten, dass sie die Selbstregulation und exekutiven Funktionen gezielt fördern.

### INHALTE:

- Neuronale Grundlagen zum Lernen.
- Wissenschaftliche Erkenntnisse zur Bedeutung, Testung und Förderung der Selbstregulation und der exekutiven Funktionen.
- Der Einfluss körperlicher Aktivität auf das Gehirn, auf exekutive Funktionen und Selbstregulation.
- Anpassungen und Regeländerungen bekannter Übungs- und Trainingsformen.
- Jede/r erfolgreiche Absolvent/in des Lehrgangs erhält ein PFiFF-Zertifikat (Gültigkeit 4 Jahre).
- Zwischen den PFiFF-zertifizierten Übungsleitern und den Sportbünden wird eine Vereinbarung über die Nutzung der Wort-Bild-Marke PFiFF geschlossen.

### ORT:

- Sportschulen der drei Sportbünde in Baden-Württemberg.

