



KJSNRW – Ferienvielfalt

Die Kinder & Jugend Sportschule NRW bietet, neben einer vielfältigen Kursprogramm, während der Ferien erlebnisorientierte Ferienwochen in Kooperation mit der Ganztagsbetreuung der Grundschulen an.

Die Bandbreite unseres Angebotes ist riesig, reicht von „klassischen Ballsportarten (Tennis, Handball, Fußball, Tischtennis...) über musisch-künstlerische Angebote (Breakdance, Hip Hop, Schauspiel, Musical, Latin Aerobic for School, ...) bis hin zu speziellen themenorientierten Ferienwochen, deren Inhalte und Sportarten zum Großteil eigens von uns konzipiert und auf die Bedürfnisse von Kindern angepasst wurden (Fit and Food, Bauen und Bewegen, Olympische Spiele, Weltrekorde der Tiere, Ritterspiele, ...).



Viele Ferienwochen - eine Herangehensweise:

Bewegung, Spaß und Werte wie Fairness und gegenseitiger Respekt stehen im Mittelpunkt unseres Handelns. Wir führen die Kinder langsam an komplexe Aufgaben und Bewegungen heran, stärken Selbstvertrauen und den Glauben in die eigene sportliche Leistungsfähigkeit. Während unserer Ferienwochen werden die Kinder ganztägig betreut. Um eine gute Betreuung gewährleisten zu können, sollten die einzelnen Gruppen eine Größe zwischen 12 bis 16 Kinder haben.

Übersicht

Spiel & Sport in den Ferien

Basketball	3
Flagfootball	4
Fußball	4
Handball	4
Inliner	4
Erlebnissport.....	5
Parkour.....	5
Rund um den Ball	5
Slackline	6
Tennis	6
Tischtennis	6
Trampolin	7
Waveboard.....	7

Musisch-künstlerische Ferienangebote

Breakdance	8
Cheerleading	8
Dance für Kids	9
Hip Hop	9
Latin Aerobic for School	9
Musical (König der Löwen, Dschungelbuch, Rock It).....	10
Schauspielwerkstatt (Shakespeare, Rapunzel, Schneewitch, Der gestiefelte Kater, Aschenbrödel)	11

Themenorientierte Ferienangebote

Bauen und Bewegen	12
Entspannung mit dem kleinen Drachen.....	12
Fit and Food.....	13
Kölsche Fußballart	13
Mission Impossible	13
Olympische Spiele	14
Ritter + Ritterspiele	14
Rollen + Räder mit unterschiedlichen Spezialisierungen	14
Sportcaching	15
Laufen, Springen, Klettern, Schaukeln und Fliegen. Beweg dich wie ein Superheld!.....	15
Weltrekorde der Tiere	15
Zirkus.....	16



Spiel & Sport in den Ferien

Unter Erlebnisorientierung verstehen wir, Schüler in dem Lernprozess zu unterstützen, dass Verantwortung und getätigte Entscheidungen in einer Gruppe für sie selbst, sowie für andere Teilnehmer, eine große Rolle spielen. Wir stoßen individuelle und gruppenspezifische Prozesse an, vermitteln spielerisch Spaß an Sport und Bewegung und stellen Werte wie Fairness und Mannschaftsgeist in den Mittelpunkt unserer Arbeit mit den Schülern.

Somit stehen bei unseren erlebnisorientierten Bewegungsangeboten SPIEL & SPORT in den Ferien nie nur Sieg oder Niederlage im Fokus.

Dieser generelle Bewegungsansatz geht weit darüber hinaus, einfach nur Grundfertigkeiten innerhalb der einzelnen Sportarten zu vermitteln. Diese werden stattdessen in vielen Turnier- und Spielformen scheinbar nebenbei trainiert. So fordern und fördern wir Kinder stetig nach individuellem Können.

Die Kinder & Jugend Sportschule NRW bietet zahlreiche Ferienwochen in unserem SPIEL & SPORT Bereich an, immer in Kooperation mit der Ganztagsbetreuung der Grundschulen.

Wir richten uns bei unserem Angebot nach den Wünschen und Gegebenheiten der einzelnen Schulen und können so passend zugeschnittene Ferienwochen anbieten.

Basketball

Basketball zählt nicht umsonst zu den beliebtesten Sportarten weltweit, wahrscheinlich gibt es kaum ein Land, in dem nicht unzählige Basketballkörbe in Gärten oder Einfahrten, an Garagendächern oder auf Freiplätzen hängen. Das hat viele gute Gründe, denn Basketball ist einerseits ganz simpel (der Ball muss in den Korb), andererseits hochkomplex in den einzelnen Bewegungsaspekten des Sports (Werfen, Fangen, Rennen, Passen, Rückwärts, Vorwärts, Seitwärts, usw.). Es kann allein, zu zweit oder

in großen Teams gespielt werden. Ganz wichtig, die Körpergröße ist längst nicht so entscheidend wie allgemein angenommen. Denn unterschiedliche Positionen erfordern unterschiedliche Fähigkeiten. Optimal also für eine Ferienwoche, bei der Spaß, Bewegung, und Erfolgserlebnisse im Mittelpunkt stehen.

Flagfootball

Flag Football ist die kindgerechte Vorstufe des American Football, wird (meistens) im 5 gegen 5 gespielt und verzichtet auf Körperkontakt. Der Vorteil: die vielfältigen und hochkomplexen Bewegungselemente des American Football werden übernommen, Protektoren oder Schoner um Verletzungen zu vermeiden werden aber nicht benötigt. So kann Flag Football fast überall spontan gespielt werden. Vielfältige Bewegungsformen, der komplizierte Umgang mit

einem Ei-förmigen Ball sowie Fangen und Passen werden so ganz konkret geschult. Teamgeist, Mannschaftsgedanke und Fairness entwickeln sich scheinbar wie von selbst, durch die kontaktlosen Spielzüge wird die individuelle Entwicklung der Kinder innerhalb des sozialen Umfelds unterstützt. Eine Ferienwoche die bleiben, wird, denn die Kinder lernen ein Spiel lieben, dass sie auch im Anschluss leicht mit Freunden spielen können.

Fußball

Es ist sicher nicht nötig Fußball als Sportart und die Faszination die dahintersteckt vorzustellen. Es lohnt sich aber einen Blick auf die Aspekte zu werfen, auf die wir in unserer Ferienwoche besonderen Wert legen. Teamfähigkeit, Gruppendynamik, individuelle Bewegungs- und Technikförderung.

Schritt für Schritt und aufbauend auf der jeweiligen Könnensstufe der Kinder. Zudem vermitteln wir, wie die Kinder kleine Spiele und abwechslungsreiche Turniere selbst organisieren können und dabei ausge-

glichene Mannschaften zustande bekommen, auch ohne Schiedsrichter. Denn gepfiffen wird in Eigenregie, ohne dass Streit entsteht. Auch das will gelernt sein. So geben wir den Kindern in dieser Woche ein umfassender Einblick in die Vielfältigkeit des Fußballspiels gegeben werden. Die täglichen Einheiten werden anfangs von einer lebhaften Regelkunde und einer abschließenden Nachbesprechung eingrahmt. Zusätzlich wollen wir die Ferienwoche durch einen Stadionbesuch des 1.FC Köln abrunden.

Handball

Mannschaftsspieler aufgepasst! Handball ist ein Klassiker, und jeder der es schon unter fachkundiger Anleitung spielen konnte, der kennt die Faszination, die der Sport ausübt. Schnelligkeit, Präzision, Körpereinsatz, Fairness und Mannschaftsgeist – Gründe gibt es viele, die Handball so einzigartig machen. Wir bringen den Kindern Schritt für Schritt die Grundtechniken und wichtigen Fertigkeiten bei. Und natürlich wird viel aufs Tor geworfen und gespielt. Handball ist nämlich nicht umsonst einer der

traditionsreichsten Sportarten in Deutschland. In unserer Ferienwoche vermitteln wir diese tolle Mannschaftssportart durch kindgerechte Spiel- und Übungsformen. Fang- und Wurfspiele, wie Brettball oder Hütchenball, spielen dabei eine zentrale Rolle. Auch auf die Regelkunde kann, falls gewünscht, verstärkt eingegangen werden. Eine zentrale Rolle unserer Arbeit bilden auch die sozialen Aspekte, wie Teamfähigkeit und Fairness.

Inliner

In unserer Inliner Ferienwoche lernen die Kids sicher auf Rollen zu fahren, zu bremsen und zu fallen. Dazu gehört natürlich die Schutzausrüstung, bestehend aus Helm, Ellbogen-, Handgelenks- und Knieschützern. Zu Beginn jeder Einheit wird diese Schutzausrüstung richtig und fest angelegt, so dass die Kinder ein Gespür für die Wichtigkeit erhalten und lernen, die Ausrüstung selbständig anzuziehen. Danach wird gemeinsam losgerollt. Die Kids lernen neben den Sicherheitsbestimmungen auch viele Spielformen auf Inlinern kennen,

Feuer, Wasser, Blitz; Gruppenslalom oder Zombie Ball sind nur einige Beispiele.

Bevor diese Spiele aber umgesetzt werden können, gibt es viel zu lernen: Die Grundstellung muss sitzen, Fallen auf Knie, Ellbogen und Handballen muss gelernt werden, Bremsstechniken, Kurvenfahrten und Umspringen sind Pflichtübungen für Inliner.

Anspruchsvoll? Auf jeden Fall. Aber das macht auch die Faszination vom Inlinefahren aus.

Erlebnissport

In dieser Ferienwoche, die wir als Teil der Erlebnispädagogik verstehen, steht für Schüler die Möglichkeit im Fokus sich selbst in herausfordernden Situationen und die Dynamik einer Gruppe kennenzulernen. In vielen spannenden Spielen stehen Stichworte wie Vertrauen, Kooperation, Sinneswahrnehmung und Problemlösung im Mittelpunkt. Einzel und als Gruppe, natürlich verbunden mit Bewegung und Spaß.

In der Erlebnispädagogik geht es vorrangig um konkrete und gemeinsame Erfahrungen in einer Gruppe. Wir leiten Kinder dazu an, Aufgabenstellungen in einer Gruppe zu lösen, um so ein besseres Verständnis von Gruppenkonflikten und der eigenen Rolle und Verant

wortung zu entwickeln.

Unser bewegungsorientierter Ansatz verhilft den Kindern dabei zu einem positiven Körpergefühl. Sie lernen Aggressionspotential zu reflektieren und gemeinsam nach neuen Wegen zu suchen, dieses zu bewältigen. So steigert Kids Aktiv Selbstvertrauen und lässt persönliche Initiative bei den Schülern zur Entfaltung kommen. Für die Kinder bedeutet das in der Praxis sie haben jede Menge Spaß, sie wagen und riskieren, übernehmen Verantwortung und bauen Vertrauen auf. (Das schafft individuelle und gemeinschaftliche Erfolgserlebnisse und Kinder sammeln viele neue Erfahrungen.)

Parkour

Unsere Ferienwoche Parkour stellt das komplexeste und vielseitigste Sportgerät überhaupt in den Mittelpunkt: den eigenen Körper.

Denn Parkour ist eine Trendsportart, bei der die Überwindung von Hindernissen mithilfe des kürzesten oder des effizientesten Weges von „A“ zum selbstgewählten Ziel „B“ im Vordergrund steht. Der Sportler, genannt der Traceur (französisch: „der den Weg ebnet“) überwindet dabei alles, was ihm an Hindernissen in den Weg kommt. In einer urbanen Umgebung werden Pfützen, Papierkörbe, Bänke, Blumenbeete und Mülltonnen ebenso wie Bauzäune oder Mauern übersprungen und überklettert. Die Hindernisse selbst dürfen jedoch nicht verändert werden. In unserer Ferienwoche üben wir Parkour hauptsächlich in der Sporthalle aus. Dabei dienen Sportgeräte und Wände als optimale Hinder-

nisse, gleichzeitig kann durch Matten optimal für die Sicherheit der Kinder gesorgt werden.

Überhaupt geht es beim Parkour nicht darum, sich selbst gefährlichen oder waghalsigen Situationen auszusetzen. Die Philosophie von Parkour beinhaltet es vielmehr, die Voraussetzungen für eine Technik abzuschätzen und dabei immer im Auge zu behalten, ob man diese Voraussetzungen erfüllt und die Situation gefahrlos meistern kann.

Traceure verstehen Parkour nicht nur als Sportart, sondern als kreative Kunst, die hilft, eigene und fremde Grenzen mithilfe des eigenen Körpers und des Verstandes zu überwinden, ohne dabei andere mit dem eigenen Können beeindrucken zu wollen. So werden eigene Kräfte und mentale Grenzen erprobt, trainiert und erweitert.

Rund um den Ball

Der Name ist Programm, die Ferienwoche richtet sich an begeisterte Ballspieler. Im Laufe der Woche stehen sowohl die „großen Sportspiele“ wie Basketball oder Handball als auch neue, teilweise selbst kreierte Spiele, wie Zombieball, Dodge Ball oder Variationen des Völkerballs im Mittelpunkt. Natürlich werden die Wünsche der Kinder mit aufgenommen und über zu wenig Bewegung hat ganz sicher noch niemand in diesem Kurs geklagt.

Durch die Vereinfachung der Sportspiele können wir zudem altersgerecht vermitteln, wie sich theoretische Begriffe wie Fairness und Teamgeist im Rahmen der Spiele in die Praxis umsetzen lassen. Also, liebe Ball- und Bewegungskünstler: Ihr seid herzlich Willkommen bei unserer Ferienwoche, die euch richtig fordern wird. Bei der ihr aber Ballspiele und Umgang mit eurem Lieblings-Sportgerät auf völlig neue Art und Weise kennenlernt.

Slackline

Die Ferienwoche Kids Aktiv mit dem Schwerpunkt Slackline stellt ein unglaublich vielseitiges und anspruchsvolles Sportgerät in den Mittelpunkt, das Kindern jede Menge Spaß bereitet. Ähnlich dem Seiltanz wird auf einem Gurtband balanciert, das zwischen zwei Befestigungspunkten gespannt ist. Im Gegensatz zum fest gestrafften Seil verhält sich die Slackline aber dynamisch und gibt unter Belastung nach, je nachdem wie fest sie gespannt wurde. Das erfordert ein ständiges aktives Ausgleichen der Eigenbewegung.

Die Anforderungen an die Kinder beim „Slacken“ sind ein Zusammenspiel aus Balance, Konzentration und Koordination. Schrittweise lernen sie so

sich selbst, ihren Körper und die Slackline zu beherrschen. Die Schwierigkeit kann von ganz einfach (bodennah) schier unbegrenzt gesteigert werden. Profis springen, schlagen Räder oder laufen mit verbundenen Augen über die Line.

Mut, Teamfähigkeit und gegenseitiges Vertrauen werden besonders gut geschult. Denn ohne gegenseitige Hilfestellung geht am Anfang gar nichts. Und auf ein wackelndes Band zu steigen erfordert eine gehörige Menge Selbstüberwindung. Die Kinder machen so wertvolle Erfahrungen mit sich und als Gruppe und lernen gleichzeitig, wie und wo sie die Slackline als faszinierendes Sportgerät benutzen können und dürfen.

Tennis

Tennis haben wir neu in unser Ferienprogramm aufgenommen. Heute wissen wir: es war höchste Zeit dafür! Denn die Tennis-Ferienwoche ist ein absoluter Erfolg.

Natürlich steht wie bei allen unseren Kursen Bewegung im Mittelpunkt. Wir schulen schrittweise den Umgang mit Schlägern und Bällen und führen die Kinder nach und nach in kleinen Spiel- und Wettkampfformen an das Spiel heran. Das macht allen Spaß.

Der „Gentleman-Sport“ eignet sich dabei natürlich

hervorragend, um Werte wie Fair-Play, gegenseitigen Respekt und den Umgang mit Sieg und Niederlage zu thematisieren.

In unserer Ferienwoche achten wir darauf, dass nicht mehr als 16 Kinder in eine Gruppe kommen, da jedes Kind sonst zu wenig Spielzeit bekommt.

Alle Kinder die Lust daran haben sich richtig auszupowern, die gerne spielen, den Umgang mit Schlägern und ihr Ballgefühl schulen wollen, die sind hier richtig.

Tischtennis

Tischtennis ist eine der schnellsten Ballsportarten überhaupt. Dazu kommt noch der Schläger, Tischtennis erfordert also zudem eine höchst präzise Hand-Auge-Koordination. Das sind die beiden wichtigsten Gründe, warum Tischtennis so fasziniert. Und die den Sport gleichzeitig so kompliziert und abwechslungsreich machen. Wir vermitteln Tischtennis in allen seinen Facetten: dazu gehören natürlich die Grundtechniken, aber auch Angriffs- und Abwehrverhalten, also taktische Elemente. Einzel- und Gruppenspiele stehen auch auf dem

Programm. Denn wer die Grundtechniken beherrscht, der möchte sie natürlich auch anwenden. Immer wieder stehen Spielformen wie Rundlauf, Championsleague, Einzel- und Doppelspiele auf dem Programm. Die Ferienwoche bietet die Möglichkeit, spielerisch auf die Regelkunde einzugehen. Und eines ist klar: nach der Ferienwoche werden es ältere Geschwister, Eltern, Großeltern und andere Freunde und Verwandte schwer haben, unseren Teilnehmern an der Platte noch etwas vorzumachen.

Trampolin

Spielerisch vermitteln wir die Grundtechniken, die für das Springen notwendig sind. Dabei steht natürlich, von Beginn an, der Spaß im Vordergrund. Auch beim Trampolinspringen bilden soziale Aspekte wie Rücksichtnahme und gegenseitiges Vertrauen das Fundament unserer Arbeit in der Vermittlung dieser tollen Sportart. Durch abwechslungsreiche Spielformen schaffen wir es alle Kinder gleichermaßen einzubinden, egal welche turnerischen Vorerfahrungen sie in den Kurs

mitbringen. Trampolinspringen ist ganzheitliches Training auf höchstem Niveau, da alle Muskelgruppen angesprochen werden. Das verbessert die Koordination im Allgemeinen, Körperbewusstsein und Haltung der Kinder werden ganz speziell entwickelt.

Ein weiterer ganz wichtiger Aspekt des Trampolinspringens ist das Erleben von Schwerelosigkeit während unserer Ferienwoche, was die Tiefensensibilität (kinästhetische Wahrnehmung) der Kinder sehr gut schult.

Waveboard

Waveboard-Fahren ist eine neue Trendsportart und bei Kindern sehr beliebt. Mit diesem Skateboard-ähnlichen Sportgerät lässt sich das Fahrverhalten eines Snowboards oder eines Surfboards auf Asphalt nachahmen. Das macht nicht nur Spaß, sondern ist eine sehr komplexe Bewegungsschulung für Kinder. Die wellenförmige Fortbewegung erfordert Gleichgewicht, Geschicklichkeit, Koordination und Mut. Kinder lernen so spielerisch ihre eigenen Fähigkeiten auf dem Waveboard realistisch einzuschätzen und schrittweise zu verbessern.

Selbstverständlich wird von den Betreuern der Ferienwoche Waveboard sehr viel Wert auf die Sicherheit, die richtige Schutzausrüstung und das Erlernen von plötzlichen Stops gelegt. Im Laufe der Woche lernen die Kinder, eingeteilt nach Könnensstufen, alle benötigten Grundtechniken. Weiterführend werden sie spielerisch an immer komplexere Bewegungsabläufe auf dem Waveboard herangeführt. Dazu gehören spannende Hindernisparcours sowie coole Tricks, die bei einer Funsportart natürlich nie fehlen dürfen.



Musisch – künstlerische Ferienangebote

Tanz, Gesang, Schauspiel – und das alles kombiniert. Unsere Ferienwochen im musisch-künstlerischen Bereich sind abwechslungsreich und höchst anspruchsvoll für Körper und Geist. Unsere Kursleiter, allesamt Spezialisten in ihren Fachgebieten, vermitteln dieses Lebensgefühl und sind in der Lage Kindern in den einzelnen Disziplinen unzählige Tricks, Tipps und Übungen beizubringen, um Kinder in die Lage zu versetzen, sich selbst künstlerisch ausdrücken zu können und einen eigenen Stil zu entwickeln.

Die Kinder & Jugend Sportschule NRW bietet zahlreiche Ferienwochen im musisch-künstlerischen Bereich an, immer in Kooperation mit der Ganztagsbetreuung der Grundschulen.

Wir richten uns bei unserem Angebot nach den Wünschen und Gegebenheiten der einzelnen Schulen und können so passend abgestimmte Ferienwochen anbieten.

Breakdance

Tanz, Kreativität, Ausdruck und Lebensgefühl. Das macht Breakdance aus. Aber was haben Respekt und Teamgeist damit zu tun? Das und vieles Mehr vermitteln wir den Kindern beim Breakdance. Entstanden als tänzerische Ausdrucksform aus der Hip Hop – Bewegung heraus, wird Breakdance heute überall auf der Welt getanzt und entwickelt sich stetig weiter. Natürlich lehren wir die Grundmuster und geben viele Tipps, wie beispielsweise Tricks und Freezes am besten ausgeführt werden.

Es gibt aber unzählige Bewegungen sich tänzerisch im Breakdance auszudrücken somit sind Kreativität und eigenes Mitwirken der Kinder ausdrücklich erwünscht. Die Kinder brauchen keine Vorerfahrung und bekommen einen Einblick in die Geschichte, die Fachsprache und die Bedeutung von Respekt und Teamgeist im Breakdance.

Abgerundet wird das ganze Programm mit einer Aufführung für alle Fans und Eltern am Ende der Woche.

Cheerleading

Was unter Formationen und Stunts zu verstehen ist, lässt sich noch erahnen, aber Motions und Ripples? Alles Fachausdrücke, die jedem Cheerleader wohl bekannt sind. Wir füllen diese Begriffe mit Inhalt und vermitteln die Grundlagen des Cheerleading-Tanzes. Denn ohne Grundlagen, keine einstudierte Aufführung. Und da soll es schließlich hinführen. Jeder hat seine Aufgabe und seine Funktion im Team aber am Ende geht es nur gemeinsam.

Auch das wird vermittelt, ganz nebenbei. Vertrauen in die Partner, loslassen können, gegenseitige Unterstützung, im wahrsten Sinne des Wortes.

Den Kindern werden die Grundlagen des Cheerleading-Tanzes während der Ferienwoche praktisch und theoretisch beigebracht. Denn ohne Grundlagen, keine Aufführung. Und die ist natürlich das Highlight am Ende der Woche – eine einstudierte Choreographie vor Eltern und Freunden.

Dance for Kids

Wir bringen in unserer Dance for Kids Ferienwoche alle noch kleineren aber trotzdem tanzbegeisterten Mädchen und Jungen dazu, die Lust am Tanzen aktiv zu erleben. Deshalb richtet sich diese Ferienwoche insbesondere an Kinder der 1. Und 2. Grundschulklassen. Hier legen wir besonderen Wert darauf, den Kindern spielerisch die Freude am Tanzen zu vermitteln.

Altersgerecht werden mit den kleineren Schülern

Taktübungen durchgeführt, die sie auf Tänze vorbereiten. Sie erlernen einfache Schritte und Tänze mit vielen Wiederholungen, die Spaß und Sicherheit bringen. Natürlich wird alles am Ende zu einer Choreographie zusammengeführt, so dass am Ende die große Tanzaufführung steht. Das will keiner verpassen, Eltern, Großeltern, Geschwister und Freunde sind herzlich eingeladen.

Hip Hop

Hip Hop als tänzerische und musikalische Ausdrucksform wird in dieser Ferienwoche auf viele unterschiedliche Arten vermittelt und Kindern nähergebracht. Coole Moves, Schrittkombinationen, unterschiedliche Tempi. Der Tanz ist ganzheitlich, der gesamte Körper ist gefordert und natürlich spielt auch das Zusammenspiel mit dem Geist eine ganz wichtige Rolle. Die Kids lernen es ausgehend von erlernten Basisschritten

selbst neue Ausdrucksformen zu kreieren und so alle Bereiche des Hip Hop selbst kennenzulernen. Darin unterstützen sie unsere tanzbegeisterten Kursleiter und helfen mit vielen Ideen und Tricks.

Auch die Hip Hop Ferienwoche endet mit einer Choreographie. Komplex, temporeich, anspruchsvoll – und ziemlich cool. Ist doch klar!

Latin Aerobic for School

Zumba hat sich in den letzten Jahren zur Trendsportart im Bereich Tanz gemausert. Diese Ferienwoche nimmt viele Anleihen an Zumba, entwickelt den Tanz jedoch weiter, um ihn kindgerechter zu machen. Bewegung macht Spaß, und hier wird sich ohne Ende bewegt. Es darf also geschwitzt werden. Das wird von der Musik noch tatkräftig unterstützt. Kraftvolle Latino-Rhythmen und internationale Beats gemischt mit exotischen Klängen. Die

Bandbreite ist enorm, genauso wie die einzelnen Bewegungen und Tänze. So wie das Gruppenerlebnis als wilde Tanzformation. Alle Schritte, alle Formationen enden in einer Aufführung für alle Eltern, Großeltern und Freunde am Ende der Woche. Denn wer eine Woche lang schwitzt, der hat es verdient, dass ihm am Ende laut zugejubelt wird. Zumba macht Spaß, Latin Aerobic for school noch viel mehr.

Musical

Tanz, Gesang und das Zusammenspiel von unterschiedlichen Schauspielcharakteren – Musical ist die Königsdisziplin. Und dementsprechend herausfordernd für die Darsteller. Aber Spaß und kontinuierliches Lernen in den unterschiedlichen Disziplinen sind garantiert. Eine gelungene Aufführung entsteht nur, wenn alle einzelnen Charaktere ein Gesamtes ergeben. Und jeder Einzelne ist genauso wichtig, denn nur so werden Stücke facettenreich. Wir trainieren mit den Kindern, geben Tipps für Gesang, studieren Bewegungen und Tänze und lernen gemeinsam die Texte. Das ist die Faszination Musical und das steht bei unserer Ferienwoche im Fokus.

Aber was wäre eine Musicalaufführung ohne eigens von den Kindern gebastelte Masken und Kulissen? Die werden auch von den Kids hergestellt und am Ende der Woche vor Eltern, Freunden und Betreuern in einer großen, bunten Musical - Aufführung präsentiert.

Aktuell bieten wir drei unterschiedliche Musical-Ferienwochen an:

König der Löwen

Der junge Löwe Simba muss nach dem Tod seines Vaters aus seinem Königreich fliehen, da ihn sein böser Onkel Scar für den Tod des Vaters verantwortlich macht. Simba flieht und wird – völlig erschöpft – von Timon und Pumbaa, einem Erdmännchen und einem Warzenschwein gerettet und aufgenommen. Mit ihnen als dicke Freunde an der Seite kehrt Simba nach Jahren in sein einstiges Königreich zurück, trifft seine alte Freundin Nala wieder und versucht sein Königreich zu retten. Wird es dem kleinen Löwen gelingen?

Dschungelbuch

Der Panter Bagirah lebt in einem abenteuerlichen Dschungel und trifft dort eines Tages auf einen kleinen Jungen namens Mogli. Mogli ist in Gefahr, denn der Tiger Shirkan, der böse Herrscher des Dschungels duldet keine Menschen. Bagirah muss Mogli retten, dabei erleben die beiden viele spannende Abenteuer.

Rock It

An der besten Musikschule der Welt – Amadeus – können Träume wahr werden. Julia, die begnadete Klavierspielerin möchte mit ihrer neu gegründeten Band einen Musikwettbewerb gewinnen. Doch der Weg zum Sieg ist steinig und steckt voller (böser) Überraschungen. Kann Julia ihren Traum Wirklichkeit werden lassen?

Schauspielwerkstatt

Nach dem großen Erfolg unserer Musickurse begibt sich die KJS jetzt auf neue Wege. Mit unseren Schauspielkursleitern haben wir das Konzept der Schauspielwerkstatt entwickelt. Ziel der Schauspielwerkstatt ist es, den Kindern den Spaß an der Schauspielerei zu vermitteln.

Sie bietet Kindern die Möglichkeit, kontinuierlich und spielerisch die Welt des Schauspiels zu erleben und zu entdecken. Musikalität, Bewegung und Zusammenspiel werden gefördert wobei der Schwerpunkt auf das darstellende Spiel gelegt wird. Dies ermöglicht den Kindern eine ganzheitliche Ausdrucksschulung und fördert die Persönlichkeitsentwicklung.

Neben dem Spaß am Schauspielen haben die Kinder einen Freiraum für spielerisches Erkunden. Dabei lernen sie Verantwortungsbewusstsein und Selbstbeherrschung.

Die Ferienwochen sind den Gruppen angepasst und beinhalten altersgerechte Spiele und Übungen. Durchgeführt wird die Schauspielwerkstatt von Studenten verschiedener Schauspielschulen, Musicaldarstellern und Schauspielern.

Derzeit bieten wir 5 verschiedene Schauspiel-Ferienwochen an:

Shakespeare

Im Jahr 2014 wäre Shakespeare 450 Jahre alt geworden. Doch, keine Angst, es folgt keine wissenschaftliche Abhandlung über den geheimnisvollen Dichter. Wir nehmen dieses Jahr lediglich zum Anlass, den Kindern eines der faszinierendsten Stücke der Weltliteratur in eigens abgewandelter, kindgerechter Form näherzubringen: Romeo und Julia gegen den Rest der Welt.

Zwischen Menschen und Monstern herrscht Streit, denn die eine Gruppe traut der anderen nicht. Das Menschenmädchen Julia und das junge Monster Romeo kümmern das nicht, sie wollen Freunde sein. Das sorgt für Ärger. Werden sich die beiden gegen den Rest der Welt durchsetzen können?

Rapunzel

Rapunzel fristet ein trauriges und einsames Leben in einem kargen Turmzimmer, gefangengenommen von der bösen Zauberin Gothel. Nur Gothel kann den hohen Turm, der weder Türen noch Treppen besitzt verlassen, an den langen Haaren Rapunzels klettert sie herunter. Doch eines Tages verirrt sich ein Prinz, kommt zu dem mysteriösen Turm und hört die Worte der bösen Zauberin: „Rapunzel, Rapunzel – lass dein Haar herunter“.

Schneewitchen

Schneewitchen ist mit ihrer Schönheit der bösen Königin ein Dorn im Auge. Deshalb soll sie weg. Doch der fiese Plan der Königin scheitert, Schneewitchen wird von den sieben Zwergen gerettet. Doch die Gefahr ist längst nicht gebannt.

Der gestiefelte Kater

Der Müllersohn ist verzweifelt: Sein Vater ist gestorben und alles was er erben soll ist ein kleiner, verlauster Kater. Er beschließt, dass der Kater ihm nichts nützt, außer wenn er sich Handschuhe aus dem Kater fertigen lässt. Doch plötzlich ertönen die Worte des Katers: „Töte mich nicht um ein paar schlechte Handschuhe zu kriegen – schenk mir ein paar Stiefel, dann soll dir bald geholfen sein.“

Der schlaue Kater bekommt die Stiefel, und der Müllersohn erlebt unglaubliche Abenteuer.

Aschenbrödel

Info folgt in Kürze.

Romeo & Julia gegen den Rest der Welt

Info folgt in Kürze.



Themenorientierte Ferienangebote

Bauen und Bewegen

Oft bleibt Schülern heutzutage wenig Zeit, Dinge selbst zu entwickeln, zu gestalten und auszuprobieren. In dieser Ferienwoche ist das anders. Wir stellen mit den Schülern Sportgeräte selbst her, anschließend werden diese selbstverständlich ausprobiert und in vielen Spielen getestet. Das fördert Kreativität und Eigeninitiative, denn es geht nicht darum gekaufte Geräte durch selbstgebaute zu ersetzen. Vielmehr soll alten, gebrauchten oder scheinbar nutzlosen Dingen neues sportliches Leben eingehaucht werden. Eines sehen wir dabei

immer wieder: Bewegung macht mit selbst konstruierten und gebauten Sportgeräten am meisten Spaß.

Die Kinder durchleben so eine aktive Zeitreise des Sports. Denn Sportgeräte und Sportarten entwickeln sich über die Jahre und Jahrzehnte. Fußballle sah beispielsweise vor 70 Jahren anders aus als heute. Sie wurden auch anders produziert. Die „Bespielbarkeit“ war eine andere.

Entspannung mit dem kleinen Drachen

In der Ferienwoche „Entspannung mit dem kleinen Drachen“ geht es darum, Kindern verschiedene Entspannungstechniken zu vermitteln und diese während der Woche aktiv anzuwenden. Es gibt Phasen in der Entwicklung von Kindern, in denen sich beispielsweise ein sehr durchgetakteter (Schul) Alltag, der wenig Raum für kreative Erholung und Rückzugsmöglichkeiten bietet, Stress erzeugt, und sich damit negativ auf die Entwicklung von Kindern auswirkt. Entspannungstechniken helfen dabei, das innere Gleichgewicht wiederherzustellen.

In der Ferienwoche werden unter anderem Fantasiereisen, autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Sinnes- und Stillespiele, etc. als pädagogische Mittel eingesetzt, um gemeinschaftlich

Erholung und Ruhe, sowie eine seelische und körperliche Kräftigung zu erzeugen. Die Techniken werden natürlich altersgerecht angewendet, „der kleine Drache“ ist dafür das wiederkehrende Sinnbild, das den Kindern hilft, die Techniken selbst anzuwenden. Bewegung spielt bei der Entspannung auch eine wichtige Rolle. So werden Lauf-, Reaktions- und Fangspiele punktuell eingesetzt, um das optimale Zusammenspiel von Bewegung und Entspannung für die Kinder herzustellen.

Auch die Kreativität wird in dieser Ferienwoche gefördert. Das Erfinden eigener Geschichten mit dem kleinen Drachen sowie die Visualisierung der eigenen Mitte sind Methoden, die einerseits entspannen und andererseits die Fantasie kreativ anregen.

Fit and Food

Ernährung und Sport sind zwei unverzichtbare Säulen einer gesunden Lebensweise. Theoretisch weiß das jeder. Nur haben gesunde Lebensmittel bei Kindern oft den Ruf, nicht besonders lecker zu sein. Das Thema gesunde Ernährung generell reizt Kinder auch nicht oft vom Hocker. Das ändern wir in dieser Ferienwoche, indem wir anschaulich, mit Spaß und ohne erhobenen Zeigefinger den Kindern Lebensmittel und Ernährung näherbringen. So erklären wir Grundnahrungsmittel, erspielen die Zutaten für Obstsalat, durchlaufen Bananenparcours und lernen, wie Gemüse angebaut wird. Die Arbeit von Fischern, Metzgern und Bäckern lässt sich wunderbar in Spielform entdecken. Auch Sportspiele können mit dem Thema Ernährung verbunden werden,

Kölsche Fußballart

Köln kann als Sportstadt auf eine lange Erfolgsgeschichte zurückblicken. Vor allem im Fußball, hatte man doch über Jahrzehnte zwei Fußballvereine, den FC und die Fortuna im bezahlten Fußball, direkt vor der Haustür. So sind in dieser Zeit viele Geschichten und Legenden entstanden, die von Generation zu Generation weitergetragen werden. Auch die Jüngsten sollen in diese besondere Köl-

Mission Impossible

Spaß, Action, knifflige Aufgaben und Bewegung. Mit diesen Stichworten lässt sich unsere Ferienwoche Mission Impossible gut zusammenfassen. Eingebettet in eine Geschichte müssen die Kinder verschiedene Aufgaben als ganze Gruppe, in kleinen Teams und alleine lösen. Diese kleineren Missionen bauen aufeinander auf, die einzelnen Spiele und Aufgaben haben unterscheiden sich dabei thematisch um die Woche möglichst abwechslungsreich zu gestalten. Beispiele? Innerhalb der Mission, die Feuerwehr zum Thema hat, müs-

Pflaumensammeln und Obst-Memory sind zwei Klassiker dieser Ferienwoche, die Kindern ganz unverkrampt verdeutlicht, welche Zutaten wichtig für eine gesunde und leckere Ernährung sind.

Ein Höhepunkt ist sicher der Ausflug auf einen BIO-Bauernhof. Hier bekommen die Kinder alles ganz genau erklärt, dürfen mithelfen, ausprobieren und selbständig erkunden.

Das absolute Highlight ist aber natürlich das Ende der Ferienwoche, wenn die Eltern kommen, und der von den Kindern selbst erspielte und zubereitete Obstsalat gemeinsam gegessen wird. Selten hat der so gut geschmeckt. Er ist ja auch schließlich selbst gemacht.

sche Fußballkultur eintauchen und die Geheimnisse und Erfolgsrezepte von Poldi und Co. hautnah beim Spielen erfahren. Höhepunkt ist ein Besuch im Rheinenergiestadion, bei dem man die heiligen Orte eines Stadions, wie beispielsweise die Kabinen und vieles mehr bestaunen kann.

Wir freuen uns auf eine spannende Woche, die garantiert nicht nach 90 Minuten zu Ende ist.

sen die Kinder Koordinations-, Bewegungs- und Kooperationsspiele bewältigen, alle haben letztlich eine Rettung als zentrales Ziel. Aus dem Dschungel müssen sich die Kinder mit Hilfe von Fang-, Versteck- und Stillespielen befreien. So kommen die Kinder Spiel für Spiel ihrer Mission Impossible näher. Und vielleicht ist diese Mission, wenn alle zusammenhalten, am Ende gar nicht so unmöglich, wie es zu Beginn vielleicht den Anschein hatte.

Olympische Spiele

Seit der Antike gibt es die Olympischen Spiele, bis heute sind sie das größte Sportereignis der Welt. Die Kinder erleben antike olympische Sportarten wie Wagenrennen, Ringen und Stadionlauf. Dabei bewegen sie sich spielerisch und lernen ganz nebenbei viel über die Geschichte der Olympischen Spiele. Ein aktiver Zugang zu Olympia wird den Kindern mit dem Besuch des Sport & Olympiamuseums ermöglicht, in dem sie sich an zahlreichen interaktiven Stationen ausprobieren können und auch eine interaktive Zeitreise in die Antike unter-

nehmen. Ebenso lernen die Kinder Olympische Symbole (Ringe, Eid) kennen, sowie den Team- und Fairnessgedanken, der sie im Laufe der Woche quer durch alle Sportarten begleiten wird. Das Basteln der Siegerkränze, Medaillen und Länderfahnen sowie die Abschlusskämpfe der selbst ausgewählten Disziplinen bilden den Höhepunkt der Olympischen Woche, bei der, getreu dem Olympischen Motto, eines im Vordergrund steht: „Dabei sein ist alles.“

Ritter + Ritterspiele

Die Ritterferienwoche lässt die Kinder in die Welt der Ritter im Mittelalter eintauchen. So erhalten sie einen umfassenden Einblick in das Leben der tollkühnen Krieger, in denen es nicht nur um Krieg und Waffen ging. Vielmehr wird geklärt, wer und was Ritter eigentlich waren und wie man überhaupt ein Ritter werden konnte. Das Gleiche gilt natürlich für die Burgfräuleins. So erfahren die Kinder beim Basteln von Helmen und Schildern viel über die Bedeutung von Wappen und der Erziehung in dieser

Zeit. Auch die Ausbildung zu einem Ritter und das Training, das nötig war um die schwere Rüstung überhaupt tragen zu können, werden in „alten“ Spielen neu ausprobiert. Sich gegenseitig zu messen, aber auch miteinander zusammenzuarbeiten, war damals wie heute eine Herausforderung. Um Geschichte möglichst nah und echt zu erleben, ist der Höhepunkt und Abschluss der Woche eine Führung durchs Stadtmuseum, bei der man sogar eine alte Ritterrüstung ausprobieren kann.

Rollen + Räder

Unsere Ferienwoche Rollen + Räder bringt den Kindern viele tolle Trendsportarten näher, sei es auf Rädern, Fahrradfahren oder BMX, oder auf Rollen, Inliner, Waveboard und Skateboard. All diese Sportarten und Sportgeräte erfordern ein Höchstmaß an Koordination, Geschicklichkeit und Mut. Dabei lernen die Kinder ihre eigenen Fähigkeiten auf den einzelnen Sportgeräten realistisch einzuschätzen und schrittweise zu verbessern.

Zu Beginn steht die Vermittlung der jeweiligen Grundtechniken, wobei die Kinder nach Könnensstufen eingeteilt werden. Anfahren, Geradeausfahren, Kurvenfahren, Abbremsen, richtig fallen, die eigene Geschwindigkeit einschätzen und kontrollieren, nur wer die Basics draufhat, ist auch sicher unterwegs. Und natürlich ist das Erlernen einer sicheren und be-

herrschbaren Fortbewegung gerade bei Funsportarten elementar wichtig.

So schulen wir in vielen Geschicklichkeitsübungen und Hindernisparcours Gleichgewichtssinn, Ganzkörperkoordination und stärken das Selbstvertrauen der Kids, da sie ihre eigenen Fähigkeiten in kleinen Lernschritten zusehends verbessern. Auch Teamfähigkeit und gegenseitige Hilfe(stellung) werden in unserer Ferienwoche geschult.

Ein Höhepunkt ist der gemeinsame Ausflug in die Abenteuerturnhalle Kalk. Hier können die Kinder mit dem Sportgerät ihrer Wahl ihr Können im Skatepark unter professioneller Anleitung zeigen und verbessern. „Kicker“, „Slides“, „Pipes“, alles was coolen Funsportlern Spaß macht ist vorhanden, die Techniken dafür lernen die Kids bei uns.

Sportcaching

Man könnte es wohl auch so nennen, wie man es früher einmal genannt hat: Schnitzeljagd. Und trotzdem würde man es das nur zum Teil treffen. Denn Sportcaching ist mehr als eine klassische Schnitzeljagd. Aber das Prinzip ist ganz ähnlich. Kinder müssen in der Gruppe knifflige Aufgaben und Rätsel lösen, müssen versteckte Hinweiskarten finden, müssen Aufgaben meistern usw. Und sie müssen schnell sein, und lange Distanzen zurücklegen. Körper und Geist werden also spielerisch aufs Höchste beansprucht. Wir legen in unserer Ferienwoche besonders viel Wert auf den sportlichen Teil des Cachings. Bewegung, Geschicklichkeit, Koordinati-

on, alles wird verlangt. Spaß steht dabei trotzdem im Vordergrund und auch die Faszination die von der guten, alten Schnitzeljagd ausgeht kommt nicht zu kurz. Für Abwechslung sorgen viele Variationen: Sportcaching mit Verbrecherjagd, basierend auf einer Krimigeschichte; Sportcaching zum Thema Ferien; Sportcaching mit Gruselspielen. Langweilig wird es nie, und am Ende des Tages werden in großen Pressekonferenzen die Ergebnisse des Tages verkündet. Die tapferste und schnellste Gruppe, oder die Ehrung der besten Detektive. Man könnte es also Schnitzeljagd nennen, aber das würde es wirklich nur unzureichend treffen.

Superhelden: Laufen, Springen, Klettern, Schaukeln und Fliegen. Beweg dich wie ein Superheld!

Ziel dieser Ferienwoche ist es, Kindern zu kreative Bewegungsformen zu animieren. Dabei orientieren wir uns an bekannten Superhelden und steigern somit die Motivation der Kids. Jeder Tag dieser Superheldenferienwoche steht im Zeichen der speziellen Fähigkeiten eines Helden.

Die Superfähigkeiten sind laufen, springen, landen, klettern, fliegen, rollen und balancieren. Zusätzlich sind Kommunikation und Kooperation wichtige Aspekte der

für unsere Superhelden.

Die Superfähigkeiten werden durch Elemente aus den Trendsportarten Parkour und Bouldern vermittelt sowie durch Übungen aus der Erlebnispädagogik ergänzt. Höhepunkt der Ferienwoche ist ein Ausflug in das Boulderplanet, Hier können die Kinder ihre zuvor erlernten Superfähigkeiten in einem eigens für Sie gestalteten Bereich ausprobieren und verfeinern können.

Weltrekorde der Tiere

Wenn man an Weltrekorde und außergewöhnliche Leistungen im Rahmen des Sports denkt, so denkt man meistens an aktuelle Sportstars wie den jamaikanischen Sprinter und zur Zeit schnellsten Menschen der Welt, Usain Bolt, oder an legendäre Weltrekorde wie den von Reinhold Messner, der es als erster Mensch geschafft hat, den Mount Everest ohne Sauerstoffgerät zu besteigen. Es gibt aber Lebewesen, die noch viel außergewöhnlichere Rekorde aufstellen: Die Tiere.

In dieser Ferienwoche tauchen wir mit den Kindern ein in die Welt der tierischen Rekorde: Welches Tier ist das Schnellste? Welches das Kräftigste? Welches Tier kann am besten klettern? Und welches kann am höchsten und am weitesten springen? Wir finden Antworten und vergleichen diese mit den Rekorden der Menschen. Natürlich nicht in der Theorie, sondern in der Praxis! Unser

Dschungel wird die Sporthalle sein, unsere Steppe der Schulhof. Überall wird gelaufen, geklettert, gesprungen, geschlichen, wie die Tiere es tun.

In der allmorgentlichen „tierischen Pressekonferenz“ erzählt ein Tier von seinem Rekord und gibt so das Leitthema des Tages vor. Natürlich müssen Tiere aber auch zusammenleben und sich gegenseitig helfen um zu überleben. Auch diesem sozialen Miteinander werden wir mit den Kindern nacheifern, in tierischen Kooperations- und Mannschaftsspielen.

Unser Weg durch die tierischen Rekorde führt uns natürlich auch in den Kölner Zoo, wo echte Rekordhalter besucht werden. Zudem veranstalten wir eine große Tierolympiade zum Ende der Woche, in der sich die Kinder mit den Rekorden der Tiere messen. Und bei der viele Fans herzlich Willkommen sind.

Zirkus

In unsere Zirkusferienwoche integrieren wir alle typischen Elemente einer Zirkusaufführung. Clownerie, Akrobatik, Jonglage, Tanz und Zauberei, wir entführen die Kinder in die Welt der Künstler und Artisten.

Künstlerischer Ausdruck wird mit Bewegungselementen spielerisch kombiniert, individuelle Vorlieben der Kinder werden dabei berücksichtigt. So darf jedes Kind selbstverständlich frei wählen, welche Zirkusnummer es bei der großen Premiere am Ende der Woche aufführen möchte.

Es wird aber nicht nur für die Aufführung geübt, zum Zirkus gehört viel mehr. Eintrittskarten und

Werbeplakate müssen gestaltet werden, die Aufführung muss geplant werden und eine Menge darf natürlich auch nicht fehlen.

Die Zirkusaufführung wird das Highlight – für Kinder, Eltern und Betreuer. Die Gäste haben Eintrittskarten dabei, das Zelt duftet nach Popcorn, zwei Zirkusdirektoren leiten galant durchs Programm. Traumhafte Tänzer, schwindelfreie Akrobaten, tollpatschige Clowns und furchtlose Tierdompteure.

Unsere Ferienwoche Zirkus beinhaltet Bewegung, künstlerische Entfaltung und viel Abwechslung für alle Kinder.