

# Lockdown: Aktionen, Projekte und Ideen im Überblick



Hier findet ihr eine aktuelle Übersicht über die Angebote, Ideen und Projekte des Landessportbundes und des NWJVs zum Thema Sport im Lockdown. Mit dem Mauszeiger könnt ihr auf die Kästen klicken und ihr werdet zur entsprechenden Seite mit weiteren Infos weitergeleitet.



€ Für dieses Projekt könnt ihr Gelder und Zuschüsse beantragen  
LSB SJ Ein Projekt des Landessportbundes und der Sportjugend NRW

Legende:

+ Dieses Projekt könnt ihr mit euren Kooperationspartnern zusammen durchführen  
NWJV Ein Angebot oder Projekt des NWJVs (bzw. auch des DJBs)

## Hier bekomme ich Hilfe:

**NWJV** persönliche und allgemeine Beratung durch den NWJV  
Natürlich stehen die Angestellten und Fachkräfte und Experten in der Geschäftsstelle allen allgemeinen und spezielle Fragen zu den gewohnten Geschäftszeiten zur Verfügung.

**LSB SJ** **technischer Support bei Online-Live-Sport-Angeboten:**  
Wenn ein Verein online Sporteinheiten durchführen möchte und dabei technischen Support benötigen sollte, sind „Freiwillige im Sport“ gerne bereit auszuhelfen!

**LSB SJ** **Kostenlose Krisen-Beratung:**  
Im Rahmen einer 6-stündigen Vereinsberatung können Vereinsvorstände und/oder Jugendvorstände aktuelle Probleme des Vereins erörtern sowie intensiv und lösungsorientiert besprechen – dies ist aktuell auch in digitaler Form möglich.

**LSB SJ** **Digitaler Vereinstalk:**  
Informationen zu aktuellen Themen durch Expert/innen und Austausch mit anderen Vereinen.

**LSB SJ** **Online-Qualifizierungsangebote:**  
Nicht nur in Zeiten von Corona ist Onlinelernen eine Möglichkeit flexibel zeit- und ortsabhängig zu lernen. Der LSB bietet verschiedene Qualifizierungsangebote an, die vollständig oder teilweise digital absolviert werden können.

**LSB SJ** **FAQs für Sportvereine:**  
Der LSB hat allgemeine Fragen zum Sportbetrieb sowie der Vereinsführung und weitere Fragen in einer umfangreichen FAQ-Liste beantwortet.

**LSB SJ** **Materialien zur Initiative #trotzdemSPORT:**  
Hier sind die verschiedenen Materialien zur Initiative #trotzdemSPORT zusammengestellt, die ihr für die eigene Presse- und Öffentlichkeitsarbeit nutzen könnt.

## Hier bekomme ich Ideen und Inspiration:

**NWJV** Trainingsvideos des NWJV und weitere Inspiration speziell für Judoka

**LSB SJ** **Best Practice-Beispiele aus dem Verbundsystem:**  
Die Stadt- und Kreissportbünde haben eine Vielzahl an Sonderangeboten verwirklicht, um ihre Vereine, dessen Mitglieder und die Bürger der Stadt bzw. des Kreises zu unterstützen und in Bewegung zu halten.

**LSB SJ** **Best Practice-Beispiele aus den Sportvereinen:**  
Die NRW-Sportvereine waren bereits während des ersten Lockdowns im vergangenen Frühjahr tätig. Auch jetzt werden viele kreativ, um ihre Mitglieder zu unterstützen und in Bewegung zu halten.

**LSB SJ** **Bewegungs-, Spiel und Sportangebote für Jugendliche:**  
Hier findet ihr eine Übersicht aller Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote für Jugendliche, um #trotzdemSPORT machen zu können.

**LSB SJ** **Bewegungsangebote für Kinder:**  
Hier findet ihr eine Übersicht kreativer Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote für Kinder, die Sportvereine ihren jüngsten Vereinsmitgliedern anbieten können.

## Hiermit habe ich keine/wenig Arbeit:

**NWJV** Online-Trainingsangebote des NWJV (Online-Live-Training)

**LSB SJ** Online-Trainingsangebote des Sportbildungswerk NRW

**LSB SJ** **Adventskalender mit Kibaz und Jolinchen:**  
Adventskalender für Kinder, die spielerisch und einfach in Bewegung bleiben wollen. Ideal auch für Zuhause.

**LSB SJ** **Vereinswettbewerb #trotzdemSPORT**  
Attraktiver Wettbewerb für Teams, Mannschaften und Sportgruppen, um gemeinsam und dennoch jeder für sich zu trainieren. Es winken auch Preisgelder für die aktivsten Teams in Höhe von 1.000 Euro.

Nutze alle deine Kommunikationskanäle, um deine Mitglieder über dieses Angebot zu informieren.

## Hier kann ich selbst aktiv werden:

**NWJV** **DJB @ Home Aktionen:**  
+ Die Vereine wollen gerade ihren jungen Judoka während des Lockdowns etwas bieten. Wie wäre es mit einer Judo-Safari, einem Ippon Girls-Lehrgang oder einem Pentathlon zu Hause? Kein Problem!

**NWJV** **Taiso für Zuhause**  
Taiso ist das ideale Zuhause-Training. Mit zahlreichen Videos kann man sich auf der DJB-Trainingsplattform Taiso-Trainings zusammensetzen

**NWJV** **Give-aways für die Mitglieder**  
Wie wäre es mit einigen praktischen Give-Aways für die Mitglieder? Mit dem Judo-is-my-home-Shirt fühlen sich die Mitglieder auch im Lockdown dem Judo verbunden.

€ **Online Sportangebote selbst anbieten:**  
LSB SJ Wir empfehlen den Vereinen Live-Online-Angebote durchzuführen. Die Bindung zu den Kindern und Jugendlichen durch Live-Angebote sind am intensivsten, da vor und nach dem Training ein direkter Austausch mit dem/r bekannten Trainer/in oder Übungsleiter/in stattfinden kann. (Förderung: 4 x 300 €)

+ **Sport-Ralley für Schulen**  
LSB SJ Die für Schulen und ihre Kooperationspartner entwickelte Biparcours APP von „Bildungspartner NRW“ ist ein tolles Werkzeug für die Erstellung von bewegungsorientierten Parcours auf dem Schulgelände, die z. B. mit Quizelementen oder Challenges verbunden werden können. (noch keine Verlinkung vorhanden)

€ **Sport im Park: Winter-Edition:**  
LSB SJ Im Rahmen einer Winteredition von „Sport im Park“ soll es Bürger/innen ermöglicht werden, unter Einhaltung der Coronaschutzverordnung, unverbindliche und kostenfreie Bewegungsangebote in öffentlichen Grünanlagen oder an anderen öffentlichen Orten zu besuchen.

€ **Bewegung aus der Tüte:**  
Sportvereine packen eine Advents- oder Neujahrstüte für Familien mit Kindern. (Förderung: 400 € oder 800 €)

€ **Actionbound**  
LSB SJ In der Coronazeit bietet sich für Vereine auf jeden Fall diese digitale Schatzsuche an! Das Abenteuer kann im Team oder alleine auf dem Smartphone gespielt werden. Hier kann man aktiv und kreativ werden, gemeinsam Neues erkunden und dabei lernen. (Förderung: 100 €)

€ **QR-Code Familienralley:**  
LSB SJ Ihr werdet praktisch angeleitet und unterstützt, eine QR-Code Familienralley selbst vor Ort anzulegen. Die Ralley besteht aus ca. 10 Bewegungsstationen im Stadtteil, Park, ... Verbunden sind diese Stationen per QR-Code. So können sich Familien unabhängig von bestimmten Zeiten selbst auf die Suche nach den Codes machen und witzige Bewegungsaufgaben bestmöglich lösen. (Förderung: 400 €)

€ **Stadt-Ralley**  
LSB SJ Wir laden dazu ein, eine Stadtrallye zu organisieren und so Vereinsmitglieder und ihre Familien an die frische Luft zu bringen, ihre Orientierung zu schulen und ihnen Herausforderungen in Form von verschiedenen Bewegungsaufgaben zu geben. Der Verein organisiert ausgewählte Kleingeräte. (Förderung: 200 €)

€ **Geocaching**  
LSB SJ Mit der Familie oder alleine: Hauptsache raus! Hier geht es um ein gemeinsames Erlebnis, es ist keine Challenge. Man benötigt nur ein Smartphone und eine App, die kostenlos heruntergeladen werden kann.

€ **Weihnachtsmarkt @ home:**  
LSB SJ Vereine ersetzen die Weihnachtsfeier oder den gemeinsamen Besuch des Weihnachtsmarktes. Förderung: 100 € oder 200 €