



---

## **Prüfungskriterien / Merkblatt**

### **1. Formale Kriterien**

#### **Zielgruppen & Antragsberechtigte**

- SchülerInnen, Lehrpersonen, Schulleitungen, ganze Schulen in der Schweiz
- Dipl. Instrukto:ren der SKEMA Kampfkunstakademien in der Schweiz

#### **Art der Unterstützung**

Die projektbezogenen Finanzhilfen des Fördervereins SKEMA unterstützen vor allem die Begleitung der SKEMA Kampfkünste und Materialkosten. Doppelfinanzierungen und Gewinnfinanzierungen werden nicht unterstützt.

### **2. Inhaltliche Kriterien**

#### **Körperliche Entwicklung (Muskeln, Knochen, Gelenke, Haltung)**

- Haltungs-, Koordinations- und Kräftigungstraining
- Kräftigung des Skelett-, Bindegewebe- und Muskelapparats
- Kontrollierte Mehrbelastung bei Landungen von Sprüngen (für Stabilisierung der Knochenmasse)

#### **Mentale Entwicklung (Aufmerksamkeit, mentale Ausdauer, Merkfähigkeit, Ausdruck)**

- Die auszuführenden Bewegungen müssen die Konzentrationsfähigkeit fördern und fordern
- Erfahrung, dass ausdauerndes Arbeiten an der Bewegung zum Erfolg führt
- Komplexe Bewegungen im 3-dimensionalen Raum
- Förderung der Merkfähigkeit
- Gefühle und Geisteshaltungen wie Stärke, Dynamik, Klarheit, Aufrichtigkeit und Selbstsicherheit müssen verstanden und erfüllt werden können.

#### **Soziale Entwicklung (Teamfähigkeit, Rücksicht, Integration, gemeinsames Erarbeiten)**

- Gruppentraining
- Synchron auszuführende Übungen
- Zurückstecken eigener vordergründiger Interessen
- Konstruktiver Umgang mit Niveau-Unterschiede
- Der Stärkere hilft dem Schwächeren

#### **Programm**

- Das Projekt umfasst das SKEMA-Trainingsprogramm.

### **3. Projektmanagement**

- Das Projekt enthält eine Planung mit Projektzielen & Projektaktivitäten
- Das Projekt sieht eine Evaluation vor: Ergebnisse und Wirkungen des Projekts werden dokumentiert und ausgewertet
- Die Antragsstellenden verfassen einen Schlussbericht zuhanden des Fördervereins

### **4. Projektunterstützungsleistungen**

- Zur Projektunterstützung gehört eine inhaltliche Beratung
- Eigen- oder Drittmittel sind auszuweisen

### **5. Zahlungsmodus**

- Die Auszahlung erfolgt nach Gutheissung des Betrages
- Am Projektabschluss ist eine Abrechnung & ein Schlussbericht beizulegen