



Co-funded by
the European Union

Sport Trainers Squared - STS

2022-SCP- 101090926



AUSBILDUNGSPLAN FÜR SPORTTRAINER

FUNDACJA
UKRAINA



symplexis

NGO NEST
Berlin



RTV
SLO

Inhaltsverzeichnis

Einführung in das STS-Projekt.....	7
Der gegenwärtige Bildungslehrplan.....	10
Modul 1 - Einführung in die Methodik der Erziehung durch Sport (ETS) und in die Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten/Flüchtlingen.....	11
Lernziele:	11
Einführung	11
Einheit 1.1 Die ETS-Methodik	12
1.1.1 Was ist die "Erziehung durch Sport"-Methode?.....	12
Was Erziehung durch Sport nicht ist	15
Die Grundprinzipien der ETS	15
Einheit 1.2 Coaching: Grundsätze, Rollen und Verantwortlichkeiten	19
1.2.1 Was ist Coaching?	19
1.2.2 Der Facettenreichtum eines Sporttrainers	21
1.2.3 Der Coach als Quelle der Motivation	24
Wie kann ein Trainer die Motivation der Sportler aufrechterhalten? Hier ein paar Tipps (nach Hinch (2016) und dem M_Coach-Projekt):	25
Zusätzliche Tipps, um die Motivation im Mannschaftssport hoch zu halten:	27
Athleten helfen, ihr volles Potenzial auszuschöpfen	27
1.2.4 Eigenschaften und Merkmale eines erfolgreichen Coaches	29
Einheit 1.3 Coaching von Migranten.....	30
1.3.1 Was ist Inklusion und was sind die Merkmale eines inklusiven Coaches?	30
Was sind die charakteristischen Merkmale eines integrativen Coaches? (Angepasst von Deloitte & Michael Page)	32
1.3.2 Hindernisse bei der Durchführung von Sportaktivitäten mit Migrantenbevölkerung	34
1.3.3 Praktische Tipps zur Einbeziehung von Migranten in sportliche Aktivitäten	36
Besonderer Hinweis auf Frauen und Mädchen mit Migrationshintergrund	39
Aktivitäten	40
Tätigkeit 1	40
Tätigkeit 2	42

Schlussfolgerungen	44
Quiz	44
Weitere Lektüre	45
Referenzen.....	45
Modul 2 - Menschenrechtserziehung und Sport in kulturell vielfältigen Umgebungen	48
Lernziele:	48
Einführung	48
Einheit 2.1 Menschenrechtserziehung.....	49
Einheit 2.2 Sport und sozialer Wandel.....	50
Einheit 2.3 Sport und kulturelle Vielfalt.....	52
SOZIALE EBENE: CHANCEN UND BEDROHUNGEN.....	53
- SPORT-EBENE: CHANCEN UND BEDROHUNGEN	54
Aktivitäten.....	56
Tätigkeit 1	56
Tätigkeit 2	57
Tätigkeit 3	58
Schlussfolgerungen	59
Quiz	59
Weitere Lektüre	61
Referenzen.....	61
Modul 3 - Einfühlungsvermögen bei der Gestaltung und Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten.....	62
Lernziele:	62
Einführung	63
Aktivitäten	72
Tätigkeit 1	72
Tätigkeit 2	74
Schlussfolgerungen	76
Quiz	76
Weitere Lektüre	78
Referenzen.....	78
Modul 4 - Konfliktlösung	80

Lernziele:	80
Einführung	81
Einheit 4.1 Kulturelle Vielfalt in Sportteams verstehen	81
Einführung.....	81
Vorteile der kulturellen Vielfalt in einer Sportmannschaft.....	82
Lektion 4.2 Kommunikationsstrategien in verschiedenen Kulturkreisen	84
Einführung.....	84
BEDEUTUNG DER INTERKULTURELLEN KOMMUNIKATION IM SPORT	84
STRATEGIEN DER INTERKULTURELLEN KOMMUNIKATION.....	84
Lektion 4.3 Kulturelle Kompetenz und Konfliktlösungsmodelle	85
MODELLE FÜR KULTURELLE KOMPETENZ UND KONFLIKTLÖSUNG IN EINER SPORTMANNSCHAFT.....	85
MODELLE DER KONFLIKTLÖSUNG IN EINER SPORTMANNSCHAFT	86
ENTWICKLUNG VON MODELEN FÜR KULTURELLE KOMPETENZ UND KONFLIKTLÖSUNG.....	86
Lektion 4.4 Schaffung eines inklusiven Teamumfelds	87
SCHAFFUNG EINES INTEGRATIVEN TEAMUMFELDS IN EINER SPORTMANNSCHAFT	87
STRATEGIEN ZUR SCHAFFUNG EINES INTEGRATIVEN TEAMUMFELDS	88
UMSETZUNG UND BEWERTUNG VON INTEGRATIVEN TEAMUMGEBUNGEN	88
Aktivitäten	89
Tätigkeit 1	89
Tätigkeit 2	91
Tätigkeit 3	92
Tätigkeit 4	94
Tätigkeit 5	95
Tätigkeit 6	97
Schlussfolgerungen	98
Quiz	99
Glossar	101
Weitere Lektüre	102
Modul 5: Nutzung digitaler Tools und Freiräume zur Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten	104
Lernziele:	104
Einführung	104

Einheit 5.1 Inklusive Sporttraining im Freien und Gestaltung der Umgebung	105
Effektive Nutzung der freien Flächen im Freien:.....	106
Inklusives Design für Sportveranstaltungen im Freien:	107
Maximieren Sie die Vorteile der natürlichen Umgebung:	108
Outdoor-Sitzungen auf unterschiedliche Vorlieben zuschneiden.....	109
Zugang zu lokalen Freiräumen	109
Einheit 5.2 Digitale Integration im Sport für Migranten	111
Digitale Tools für die Planung von Outdoor-Sportarten	111
Einbindung von Online-Ressourcen in das Outdoor-Training.....	113
Digitale Dokumentation.....	115
Aktivitäten	116
Tätigkeit 1	116
Tätigkeit 2	119
Schlussfolgerungen	122
Quiz	123
Referenzen.....	124
Modul 6 - Unterstützung von Migranten bei ihrer Beschäftigungsfähigkeit	125
Lernziele:	125
Einführung	125
Einheit 6.1 Meisterhaftes Coaching.....	126
Einheit 6.2 Im Spiel: Beschäftigungsfähigkeit für Migranten im Sport.....	131
Wie können Coaches Auszubildenden bei ihrer Beschäftigungsfähigkeit helfen?	133
Aktivitäten	134
Tätigkeit 1	134
Schlussfolgerungen	138
Quiz	138
Referenzen.....	139
Anhänge.....	140

Einführung in das STS-Projekt

ZIEL: Ziel dieses Prologs des STS-Lehrplans für Sporttrainer, die mit Migranten und Flüchtlingen arbeiten, ist es, einführende Informationen über das STS-Projekt und seine Ziele zu geben, bevor wir uns mit den Besonderheiten der Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten und Flüchtlingen beschäftigen.

Sport Trainers Squared, auch bekannt als STS, ist ein vom Erasmus+ Programm der Europäischen Union finanziertes Projekt mit einer Laufzeit von zweieinhalb Jahren, von Januar 2023 bis Juni 2025. Insgesamt 6 teilnehmende Organisationen aus ganz Europa (Fundacja Ukraina - Polen, NGO Nest Berlin - Deutschland, L' Orma - Italien, ACD La Hoya - Spanien, Radio Capodistria - Slowenien, Symplexis - Griechenland) haben sich zusammengetan, um ihr Fachwissen, ihre Erfahrung und ihr Wissen zu bündeln und die Bildung im und durch den Sport zu fördern, um Menschen mit Migrationshintergrund zu befähigen, sich stärker im Sport zu engagieren und eine Karriere als Sporttrainer/Coach einzuschlagen und so die Möglichkeit zu erhalten, über den Sportsektor in den Arbeitsmarkt einzutreten. Gleichzeitig werden Sporttrainer durch das STS-Projekt die Möglichkeit haben, ihr Wissen über die effektive Arbeit mit und das Training von Migranten und Flüchtlingen zu erweitern und sie dabei zu unterstützen, selbst als Trainer tätig zu werden.

Die europäische Komponente des Projekts trägt zur Umsetzung einer Reihe lokaler und virtueller Maßnahmen (Forschung und Aktivitäten) in den Partnerländern bei, die es benachteiligten Menschen, die durch Diskriminierung und Ausgrenzung gebunden sind, ermöglichen werden, in einen sich entwickelnden Wirtschaftssektor einzutreten, an dem sie wirklich interessiert sind. Mit diesem Projekt wollen die Partner Einfluss auf die akademische Forschung und politische Veränderungen nehmen, um die Integration ethnischer Minderheiten ganzheitlich und über ihren lokalen Kontext hinaus zu fördern.

Das STS-Projekt zielt hauptsächlich darauf ab:

- a. Identifizieren Sie Methoden und Praktiken, mit denen Migranten auf die Ausbildung zum Sporttrainer vorbereitet werden können, und setzen Sie dieses Wissen in ein Ausbildungsformat um.
- b. Ermitteln Sie das vorhandene Wissen von Sporttrainern in Bezug auf das Training und die Arbeit mit Migranten und entwickeln Sie einen Online-Kurs, der auf ihren Bedürfnissen basiert.
- c. **Befähigen Sie benachteiligte Migranten**, indem Sie sie ermutigen und vorbereiten, selbst Sportlehrer zu werden, indem Sie die ETS-Methode anwenden.

Das STS-Projekt hat sich zum Ziel gesetzt, das Problem der Unterrepräsentation von Menschen mit Migrationshintergrund im Sport in ihren Aufnahmeländern anzugehen, insbesondere in

Bezug auf sportliche Aktivitäten, Mitgliedschaften in Sportvereinen und Engagement bei der Teilnahme an sportlichen Aktivitäten (Schwenzer, 2016). Es hat sich gezeigt, dass insbesondere Frauen mit Migrationshintergrund und Flüchtlinge im Vergleich zu ihren männlichen Kollegen im Sport unterrepräsentiert sind. Diese Unterrepräsentation und Unterbeteiligung von Migrantinnen und Migranten bei sportlichen Aktivitäten, insbesondere in Führungspositionen, hängt nachweislich mit einer Reihe verschiedener Barrieren zusammen, wie z.B. Sprachschwierigkeiten, prekären Lebensbedingungen und Armut, rechtlichen und administrativen Hindernissen, unsicheren Lebensbedingungen, geschlechtsspezifischen oder biografischen Barrieren und, was vielleicht am wichtigsten ist, Gefühlen der Diskriminierung und mangelnder interkultureller Offenheit (Schwenzer, 2016). Daher wird es als notwendig erachtet, die verschiedenen Faktoren zu ermitteln, die die Teilnahme von Migranten an sportlichen Aktivitäten in ihren Aufnahmeländern behindern könnten, um Wege zu finden, diese zu überwinden, und gleichzeitig die Chancen zu erkennen und zu nutzen, Mitglieder dieser Bevölkerungsgruppe zu engagieren und auszubilden, damit sie verantwortungsvolle Positionen und Führungsaufgaben übernehmen können, z. B. als Trainer, Betreuer oder Schiedsrichter.

Zahlreiche Studien haben die Vorteile des Sports für die körperliche und geistige Gesundheit, die Entwicklung zwischenmenschlicher und beruflicher Fähigkeiten (z. B. Stressbewältigung und soziale Kompetenz) und die Bildung neuer Beziehungen und Freundschaften, die später als Unterstützungssysteme dienen können, nachgewiesen. In Bezug auf Migranten hat eine systematische Überprüfung der Forschung die Vorstellung unterstützt, dass Migranten, wenn sie Sport treiben, Aspekte des kulturellen Kapitals erwerben, die in ihrer Heimatkultur geschätzt werden, was ihre Integration weiter fördern kann (Smith, Spaaij & McDonald, 2018). Anders ausgedrückt: **Die Teilnahme an sportlichen Aktivitäten veranlasst die Menschen dazu, sich auf ihre Gemeinsamkeiten und nicht auf ihre Unterschiede zu konzentrieren.**

Sportliche Aktivitäten sind von großer Bedeutung für die Förderung von Bildung und interkulturellem Dialog und können daher auch ein wertvolles Mittel zur Förderung der Integration und der beruflichen Entwicklung sowohl von Migranten als auch von derzeitigen Sporttrainern sein. Daher hat sich das STS-Projekt zum Ziel gesetzt, mit Hilfe der Methodik "Bildung durch Sport", die auf Erfahrungslernen und nicht-formaler Bildung basiert, die Bedürfnisse und Defizite von Sporttrainern und Migranten in verschiedenen europäischen Ländern zu erforschen und anschließend Bildungs- und Trainingsmaterialien zu entwickeln, die sich an beide Zielgruppen richten, mit dem Ziel, den Sportsektor in den beteiligten Ländern nachhaltig zu verändern.

Um dieses Ziel zu erreichen, wurden die Projektaktivitäten in Arbeitspakete gegliedert, die aus den notwendigen Maßnahmen bestehen, die während der gesamten Laufzeit des Projekts durchgeführt werden müssen, um seinen Erfolg zu gewährleisten. Neben den horizontalen Arbeitspaketen, die sich auf das Gesamtmanagement des Projekts, die Qualitätssicherung und

die Verbreitungsaktivitäten beziehen, wurden in zwei Arbeitspaketen, die mit den Aspekten der Forschung und der Entwicklung von Lehrplänen verbunden sind, spezifische Aufgaben im Zusammenhang mit den oben genannten Projektzielen vorgesehen.

So konzentrierten sich die Partner in den ersten 9 Monaten des Projekts auf die Durchführung von Feld- und Sekundärforschung, um die aktuelle Situation von Migranten und Flüchtlingen im Sport in den Partnerländern zu ermitteln, insbesondere im Hinblick auf den aktuellen Wissensstand, Hindernisse und Lücken, bewährte Praktiken und den Bedarf, der angegangen werden muss. Auf der Grundlage dieser doppelten Recherche wurde ein konsolidierter länderübergreifender Bericht erstellt, in dem die wichtigsten Aspekte der Teilnahme von Migranten an sportlichen Aktivitäten in den Partnerländern hervorgehoben wurden, gefolgt von Empfehlungen und Vorschlägen, wie diese Aspekte in den zu entwickelnden Lehrplänen berücksichtigt werden können.

Der vorliegende **Lehrplan für Sportlehrer** ist daher ein direktes Ergebnis dieser Forschung. Er soll den derzeitigen Sporttrainern bei ihrer Arbeit mit Migranten helfen, indem er auf der Grundlage der ETS-Methodik die notwendigen Kompetenzen, Fähigkeiten und Kenntnisse aufzeigt, die in dieser Richtung erworben werden müssen. Der vorliegende Lehrplan für Sporttrainer wird es ihnen ermöglichen, effizient mit Migranten und Flüchtlingen in ihren nationalen Kontexten zu arbeiten, um deren Vertretung im Sportsektor zu verbessern und sie zu ermutigen, sich aktiver im Sport und im Coaching zu engagieren. Das Curriculum wird auch in der Praxis getestet, bevor es für alle zugänglich gemacht wird. Insgesamt 30 Sporttrainer in den 6 teilnehmenden Ländern werden die Gelegenheit haben, die entwickelten Materialien aus erster Hand zu testen und wertvolles Feedback zu geben. Der Lehrplan wird in 7 Sprachen verfügbar sein (EN, PL, DE, IT, SI, ES, GR).

Das STS-Projekt sieht auch die Erstellung eines **Schulungsformats für Migranten** vor, die selbst Sporttrainer werden möchten. Auf der Grundlage der Forschungsergebnisse und der Expertise und des Wissens der Partner wird das zu entwickelnde Schulungsformat Informationen über die Grundlagen der körperlichen Fitness und Erziehung, die Entwicklung von Mentoren- und Kommunikationsfähigkeiten, den Erwerb von Führungsqualitäten und die Motivation von Menschen, die Organisation und das Management von Sportveranstaltungen und -aktivitäten sowie Einblicke in die Mechanismen von Sportvereinen und -organisationen enthalten. Sein Ziel ist es, Migranten zu ermutigen und zu veranlassen, professionelle Sportfunktionen zu übernehmen (Trainer, Ausbilder, Schiedsrichter...), indem ihnen das notwendige Wissen vermittelt wird, um die ersten Schritte in diesem Bereich zu unternehmen. Wie das Bildungsprogramm wird auch das Schulungsformat vor seiner Fertigstellung mit insgesamt 120 Migranten getestet, die sich für den Beruf des Sporttrainers interessieren, und wird ebenfalls in die 6 Partnersprachen übersetzt.

All diese entwickelten Materialien werden dann über eine spezielle STS-Online-Plattform einfach und **frei zugänglich** sein, so dass ein breites Spektrum von Menschen und Organisationen von dem gesammelten Wissen profitieren kann.

Es wird erwartet, dass das STS-Projekt erhebliche **Auswirkungen** auf die direkten und indirekten Gruppen haben wird, die an seinen Aktivitäten beteiligt sind. So werden beispielsweise die Sporttrainer, die den Bildungslehrplan absolvieren, neue Fähigkeiten erwerben, um ihre Arbeit mit Migranten durch die ETS-Methodik zu erleichtern, während die Migranten, die zu Sportlehrern ausgebildet werden, ihre Trainer-, Management- und Führungsfähigkeiten verbessert haben werden. Letztendlich werden sich beide Gruppen beruflich und persönlich weiterentwickeln und gleichzeitig einen Beitrag zur sozialen Eingliederung leisten.

Die teilnehmenden Organisationen werden auch von der Internationalität dieses Projekts profitieren, indem sie ihr Wissen über wichtige soziale Themen erweitern und gleichzeitig die Zusammenarbeit und Kooperation fördern, um sich für benachteiligte und ausgegrenzte Gemeinschaften und Bevölkerungsgruppen einzusetzen. Darüber hinaus werden externe Einrichtungen wie Sportverbände oder Nichtregierungsorganisationen, die über die Webplattform Zugang zu den Projektergebnissen erhalten, in der Lage sein, ihre Effektivität in der Arbeit mit Migranten zu steigern, während die lokalen Gemeinschaften ihr Bewusstsein für die betreffenden Themen schärfen und hoffentlich offener für Vielfalt werden, sich in Richtung Inklusion bewegen und die allgemeinen Vorteile von Bewegung und körperlichem Wohlbefinden fördern werden.

Der gegenwärtige Bildungslehrplan

Der vorliegende Lehrplan wurde vom STS-Konsortium entwickelt, um Sporttrainern und -ausbildern (und anderen Fachleuten im Sportbereich), die bereits mit Migranten und Flüchtlingen arbeiten oder daran interessiert sind, das notwendige Wissen und die Fähigkeiten zu vermitteln, um Sportaktivitäten mit diesen Gruppen besser durchführen zu können. Das Curriculum ist ein direktes Ergebnis der Erfahrungen und Forschungen der Partner. Die behandelten Themen leiten sich aus den identifizierten Bedürfnissen und Lücken ab.

In den folgenden Modulen haben die Lernenden die Möglichkeit, die Methodik "Erziehung durch Sport" und die Grundlagen des Coachings von Migranten kennenzulernen (Modul 1), Menschenrechte und Sport in kulturell vielfältigen Umgebungen (Modul 2), die Bedeutung von Empathie bei diesem Unterfangen (Modul 3), Konfliktlösung (Modul 4), die Nutzung kostenloser und digitaler Hilfsmittel bei der Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten (Modul 5) und die Unterstützung von Migranten bei ihrer Beschäftigungsfähigkeit (Modul 6).

Modul 1 - Einführung in die Methodik der Erziehung durch Sport (ETS) und in die Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten/Flüchtlingen

ZIEL: Das Ziel dieses ersten Moduls des STS-Bildungscurriculums für Sporttrainer, die mit Migranten und Flüchtlingen arbeiten, ist es, einführende Informationen zu den Grundsätzen der ETS-Methodik sowie zu den Grundlagen von Coaching und Training, insbesondere mit Migranten und Flüchtlingen, zu vermitteln.

Lernziele:

Nach Abschluss dieses Moduls verfügen die Lernenden über:

- ✓ wurden in die Grundlagen und Prinzipien der Methodik "Erziehung durch Sport" eingeführt,
- ✓ die Besonderheiten und Grundsätze des Sportcoachings sowie die Aufgaben und Verantwortlichkeiten eines Sportcoaches,
- ✓ erhielten wertvolle Tipps und Anregungen, wie sie Auszubildende motivieren und ihnen helfen können, ihr Potenzial auszuschöpfen,
- ✓ mehr über das Konzept der Inklusion und die Merkmale eines inklusiven Trainers bei sportlichen Aktivitäten zu erfahren,
- ✓ ein tieferes Verständnis für die Hindernisse erlangt haben, auf die sie bei der Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten und Flüchtlingen stoßen könnten, und
- ✓ nützliche und praktische Tipps erhalten, die Sie bei der Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten und Flüchtlingen berücksichtigen sollten.

Einführung

In diesem Einführungsmodul haben die Lernenden vor allem die Möglichkeit, sich mit der Methodik "Erziehung durch Sport" (ETS) vertraut zu machen, die das gesamte Projekt bestimmt. Darüber hinaus bietet dieses Modul einen Einblick in die Grundlagen, die Prinzipien und die Kunst des Coachings, was besonders für weniger erfahrene Coaches/Trainer nützlich sein wird, sowie hilfreiche Informationen und Tipps für die Arbeit und Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten und Flüchtlingen.

Das Modul umfasst also drei aufeinanderfolgende Einheiten, die die oben genannten Themen behandeln - Einheit 1.1: Die ETS-Methodik; Einheit 1.2: Die Kunst des Coachings; Einheit 1.3: Sport mit Migranten & Flüchtlingen, gefolgt von zwei praktischen, praxisnahen Aktivitäten, die den in diesem Modul behandelten Themen entsprechen. Nach den theoretischen und

praktischen Teilen finden die Lernenden ein kurzes Quiz zur Selbsteinschätzung, mit dem sie das in diesem Modul Gelernte überprüfen können. Am Ende dieses Moduls finden Sie auch Literaturhinweise.

Einheit 1.1 Die ETS-Methodik

Zielsetzung

- Einführung der Lernenden in die Methodik "Erziehung durch Sport" (ETS), die dem gesamten Projekt zugrunde liegt.

1.1.1 Was ist die "Erziehung durch Sport"-Methode?

Der Begriff "**Bildung durch Sport**" bezieht sich auf eine *nicht-formale* Bildungsstrategie, die sich auf Körpererziehung und Sport konzentriert. Sie umfasst den Erwerb kritischer Kompetenzen bei Einzelpersonen und Gemeinschaften, um langfristigen gesellschaftlichen Wandel und persönliches Wachstum zu unterstützen (BHCCO, 2019). Darüber hinaus unterstützt Bildung durch Sport die Kultivierung ethischer, moralischer, kultureller und sozialer Fähigkeiten, um das Wachstum auf verschiedenen Ebenen (individuell, beruflich, gesellschaftlich) zu fördern.

Bevor wir uns näher mit der Methode Erziehung durch Sport befassen, ist es wichtig zu klären, was mit dem Begriff "nicht-formale Bildung" gemeint ist. Laut dem COMPASS-Handbuch für Menschenrechtsbildung mit jungen Menschen "bezieht sich **nicht-formale Bildung** auf geplante, strukturierte Programme und Prozesse der persönlichen und sozialen Bildung für junge Menschen, die darauf abzielen, eine Reihe von Fähigkeiten und Kompetenzen außerhalb des formalen Bildungslehrplans zu verbessern. (...) Die Leistungen der nicht-formalen Bildung sind in der Regel schwer zu zertifizieren, auch wenn ihre gesellschaftliche Anerkennung zunimmt. Nicht-formale Bildung sollte auch sein:

- freiwillig
- für jeden zugänglich (im Idealfall)
- ein organisierter Prozess mit pädagogischen Zielen
- partizipativ
- lernerzentriert
- über das Erlernen von Lebenskompetenzen und die Vorbereitung auf eine aktive Staatsbürgerschaft
- auf der Grundlage eines kollektiven Ansatzes, der sowohl individuelles als auch Gruppenlernen beinhaltet
- Ganzheitlich und prozessorientiert
- auf der Grundlage von Erfahrung und Handeln

- die auf der Grundlage der Bedürfnisse der Teilnehmer organisiert werden." (Brander et al., 2020, S. 31).

Die nicht-formale Bildung kann daher einen aufschlussreichen und nützlichen Kontext für die Entwicklung eines Lernumfelds mit Hilfe des Sports bieten, der einen Mehrwert für den Bereich darstellt. Durch nicht-formales Lernen können die Menschen ihre Bedürfnisse erkunden und ihre Erfahrungen austauschen, so dass sie auf eine Art und Weise voneinander lernen können, die ihren Bedürfnissen und Fähigkeiten gerecht wird.

Andererseits kann die Teilnahme am Sport tiefgreifende Auswirkungen auf Sozialisation und Bildung haben. Zahlreiche Studien (z.B. Garcia-Falgueras, 2015; Ruegsegger & Booth, 2018) haben bewiesen, dass **sich Sport und Bewegung sowohl auf die physische als auch auf die psychische Gesundheit positiv auswirken können**. Regelmäßige körperliche Betätigung erhöht die Ausdauer und die Fähigkeit, Gewicht und Körperfett zu kontrollieren, und verbessert die Knochenstärke, das Gleichgewicht und die Flexibilität. Darüber hinaus kann Sport dazu beitragen, das Risiko chronischer Gesundheitsprobleme wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Osteoporose und Alzheimer zu verringern. Darüber hinaus sind die Auswirkungen von Sport auf die geistige und psychische Gesundheit nicht zu leugnen, da er nachweislich Depressionen und Ängste positiv beeinflusst, beim Stressabbau hilft und das Selbstwertgefühl und die Selbstachtung stärkt.

Hartmann & Kwauk (2011) heben auch die sozialen und wirtschaftlichen Vorteile des Sports hervor und betrachten ihn als ein Mittel zur Bekämpfung von Armut, Arbeitslosigkeit und Diskriminierung. Sie plädieren dafür, dass Sport dazu beitragen kann, das Sozialverhalten und den Aufbau sozialer Beziehungen zu verbessern und das Gefühl der Selbstbestimmung und der sozialen Bindung des Einzelnen sowie seine sozialen und beruflichen Fähigkeiten zu stärken. Sport wird daher als ein leistungsfähiges und äußerst erfolgreiches Instrument für Lernen, Bildung und Wachstum angesehen, da er Führungsqualitäten, Werte, soziales Bewusstsein und Lebenskompetenzen fördert.

An dieser Stelle ist es wichtig, eine Unterscheidung zwischen Bildung **für**, **durch** und **mit** Sport zu treffen (Jespersen, 2009).

Bildung für den Sport hat einen technischen Charakter und bezieht sich hauptsächlich auf die Verbesserung von Fähigkeiten und Fertigkeiten im Zusammenhang mit dem Sport selbst. Das Hauptziel der Sporterziehung ist die Entwicklung von Fähigkeiten zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit in einer genau definierten Vielfalt von Wettkampfdisziplinen und Aktivitäten. Für die meisten Sportvereine und -verbände ist die körperliche Leistungsfähigkeit eine Priorität. Folglich ist das Ergebnis einer Sporterziehung die Spezialisierung und Kompetenz des Einzelnen in einem bestimmten Bereich/Sport. Und obwohl die technische Ausbildung im Bereich des Sports wichtig und erforderlich ist, bietet sie nur begrenzte Möglichkeiten für die nicht-formale Bildung.

Erziehung durch Sport verfolgt einen eher funktionalen Ansatz. Sport wird hier als etwas betrachtet, das bestimmte "Funktionen" hat, die für den Einzelnen oder die Gesellschaft von Nutzen sind und Fragen der Gesundheit und des Wohlbefindens ansprechen. Solche Funktionen können sich auf angemessenes Verhalten, vorbildliche Staatsbürgerschaft, einen gesunden Lebensstil sowie auf persönliche Fitness oder öffentliche Gesundheit beziehen. In diesem Zusammenhang kann der Sport auch eine politische Nuance annehmen, indem er als Instrument für Frieden, Integration und öffentliches Wohlergehen dient und körperliche Aktivität mit sozialen Anliegen in Einklang bringt. Diese Strategie steht in engem Zusammenhang mit den jüngsten Kampagnen "Sport für alle". Durch die Teilnahme an verschiedenen Sportarten lernen die Teilnehmer mehr über ein gesundes Leben und werden dadurch stärker für das Thema sensibilisiert. Der Sport dient also einem bestimmten Zweck, der seinen erzieherischen Wert und die zu verwendenden Methoden bestimmt.

Bildung durch Sport ist dagegen ein ganzheitlicheres Konzept, das den Sport als etwas betrachtet, das "den ganzen Menschen betrifft" und "eine Möglichkeit, die eigene Persönlichkeit zu entwickeln" (Jespersen, 2009, S. 436). Die ETS-Methode integriert und implementiert Sportkomponenten zu pädagogischen Zwecken, um ein soziales Problem anzugehen, soziale Fähigkeiten zu fördern und einen dauerhaften sozialen Wandel anzustoßen. Der gesamte Bildungsprozess wird organisiert und geplant, und nach seinem Abschluss werden präzise, praktische und quantifizierbare Ergebnisse erwartet. Die Erziehung *durch* Sport basiert auf den Werten der Selbstverbesserung, der Interaktion mit anderen, des gemeinsamen Feierns und der Anerkennung der eigenen Emotionen sowie der anderer. Durch eine Bewegungskultur kann Bildung vermittelt werden, die Zusammengehörigkeit und Erkundung, Herausforderung und Konfrontation, unsere Vorlieben und Abneigungen lehrt und zu Selbstbestimmung und Veränderung führt. In diesem Sinne entsteht eine *Philosophie des Sports* als eine Methode der körperlichen Interaktion mit menschlichen Beziehungen und dem Sinn des Lebens, die ein Klima des gegenseitigen Respekts und Vertrauens fördert. Im ETS ist Sport ein physisches Mittel, um Menschen zu befähigen und Praktiken zu fördern, die auf einen dauerhaften sozialen Wandel abzielen.

Tabelle 1. Die 3 Arten von Sportunterricht (angepasst von Jespersen, 2009)

	Bildung für Sport	Bildung durch Sport	Erziehung durch Sport
Und warum?	Für die sportliche Aktivität selbst	Für einen guten Zweck	Ein ganzes Leben lang
Und wie?	Durch spezialisierte, fähigkeitsbasierte, technische Aktivitäten	Durch sektorspezifische, funktionale Aktivitäten	Durch kulturelle, existentielle und beziehungsorientierte Aktivitäten
Mit welchem Ziel?	Verbesserte sportliche Fähigkeiten, Wettbewerb, Gewinnen	Besseres Funktionieren, verbessertes soziales	Besser leben, persönliche Entwicklung, soziales Lernen

	Wohlbefinden und Gesundheit	
Ergebnis	Erfolg, fortgeschrittene Fähigkeiten	Ermächtigung, Vertrauen, Solidarität

Aus der Unterscheidung zwischen den drei Formen der Sportpädagogik geht hervor, dass die *Erziehung durch Sport* durch die Nutzung des Sports zur Bewältigung sozialer Probleme gekennzeichnet ist, z.B. durch die Ermutigung und Befähigung von Menschen mit Migrationshintergrund, Sporttrainer zu werden. Aus methodischer Sicht ist ETS lediglich eine Anpassung der körperlichen Aktivität an die Ziele des beabsichtigten Lernvorhabens und zeichnet sich vor allem dadurch aus, dass Sport und körperliche Aktivität in Bezug auf ihren Ausdruck und ihre Darstellung angepasst werden und keine Empfehlungen für Aktivitäten ausgesprochen werden, die den Sport zum Hauptziel machen würden. In diesem Fall dienen körperliche Aktivität und Sport in erster Linie als Instrumente zur Erreichung der Bildungsziele, während der Sport selbst eine untergeordnete Rolle einnimmt.

Was Erziehung durch Sport nicht ist

An dieser Stelle möchten wir klarstellen, was nicht unter Erziehung durch Sport zu verstehen ist, um Missverständnisse zu vermeiden. Zunächst einmal beschränkt sich ETS nicht auf die bloße Ausübung von Sport, bei dem körperliche Leistung und Erfolg die primären Ziele sind. Auch wenn die regelmäßige Ausübung von Sport für den Einzelnen eine Reihe von Vorteilen mit sich bringt, bedeutet dies nicht zwangsläufig, dass er sich als Bürger bildet und entwickelt. Die Durchführung von Sport oder körperlichen Aktivitäten und die Hinzufügung einer Bildungskomponente ist für die ETS erforderlich. Häufig geht es dabei um Sozialisierung, Integration oder Rehabilitation (Andonova et al., 2013).

Ein weiterer Punkt, der die Effektivität des Lernens in der ETS einschränken könnte, ist die Dimension des Wettbewerbs, die, wenn sie als Priorität gesetzt wird, nachteilige Auswirkungen auf die Lernergebnisse haben könnte. Wettbewerb kann oft zu Erfahrungen von hohem Druck, Verletzlichkeit, geringem Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl führen, was möglicherweise auch zu Gewalttaten und Aggressionen führen kann. So etwas widerspricht den Werten der ETS, die sich für die Durchführung von sportlichen Aktivitäten in einem fairen Umfeld einsetzt, die lange genug dauern, damit sich alle wohl und selbstbewusst fühlen, und die auch dauerhafte gegenseitige Bindungen und Beziehungen mit sich bringen (Andonova et al., 2013).

Die Grundprinzipien der ETS

Wie bereits erwähnt, zielt die ETS darauf ab, das persönliche Wachstum der Auszubildenden und Ausbilder (in Bezug auf Einstellungs-, Verhaltens- und Wahrnehmungsveränderungen) sowie die Entwicklung ihrer sozialen Fähigkeiten zu unterstützen. Laut Andonova et al. (2013) können die

genauen Ergebnisse der ETS nicht für jede Situation oder jeden Teilnehmer vorhergesagt werden, da sie sowohl Gruppen- als auch individuelle Lernmöglichkeiten bietet. Das bedeutet, dass die geschaffenen Fähigkeiten entweder während der Reflexionsphase deutlich werden oder, was wahrscheinlicher ist, bei späteren Aktivitäten oder in der realen Welt erkannt werden. Ein Prozess der Selbsteinschätzung beginnt häufig während der körperlichen Aktivität und entwickelt sich im Laufe der Zeit aufgrund neuer Erfahrungen weiter. Daher können die wahren Vorteile von ETS geerntet werden, wenn alle Arten von Entwicklung und Wachstum berücksichtigt werden, auch diejenigen, die bei der Festlegung der Lernziele der Aktivitäten nicht vorgesehen waren. Dieses Verfahren kann auch eine größere Wirkung haben und zur Veränderung der Gesellschaft beitragen.

Im Move & Learn Trainingshandbuch (2013, S. 21) wird behauptet, dass die Methodik der Erziehung durch Sport auf drei Grundprinzipien beruht:

- 1. Bildung durch Sport ist in erster Linie Bildung:** Der erste Grundsatz bei der Umsetzung einer ETS-Methodik und -Aktivitäten ist, dass ETS in erster Linie ein pädagogisches Ziel verfolgt. Das bedeutet, dass der Einzelne bei der Gestaltung von ETS-Aktivitäten in der Lage ist, den pädagogischen Ansatz und seine Vorteile von seinem eigenen Standpunkt aus zu betrachten (z.B. als Sporttrainer/Betreuer) und Chancen und Möglichkeiten zu erkennen, die es ihm ermöglichen, sich bewusster mit den ihm zugrunde liegenden Werten zu beschäftigen. Die Gestaltung einer ETS-Aktivität nach pädagogischen Gesichtspunkten ermöglicht es den Trainern auch, die Übungen an ihre eigenen Zielgruppen und deren Bedürfnisse sowie an das jeweilige Umfeld, in dem sie tätig sind, anzupassen.
- 2. Reflexion ist ein unvermeidlicher und wesentlicher Teil des Lernprozesses:** Dies ist vielleicht das wichtigste Element der ETS, denn es bietet jedem die Möglichkeit, über das gesamte Setting nachzudenken und Verbindungen zur Gesellschaft und zum eigenen Leben herzustellen, zusätzlich zur Reflexion über das eigene Verhalten. Nachdem sie ein strukturiertes ETS-Projekt geplant und/oder daran teilgenommen haben, das sich mit einem sozialen Thema befasst, werden die Teilnehmer gebeten, an einem geführten Reflexionsprozess teilzunehmen, der ihnen die Möglichkeit gibt, das Gelernte zu überdenken und darüber nachzudenken, wie es sie verändert hat oder möglicherweise verändern könnte. Während dieses Reflexions- und Nachbesprechungsprozesses haben die Teilnehmer die Möglichkeit, ihre Erwartungen und ihre Rolle bei den Aktivitäten zu besprechen, konstruktives Feedback zu geben und zu erhalten und ihre Erfahrungen, Gefühle und Beobachtungen in einer offenen und wertschätzenden Atmosphäre zu teilen. Der Reflexionsprozess ist der Ort, an dem das Lernen tatsächlich stattfindet, denn die Teilnehmer können sehen, dass Eigenschaften, Verhaltensweisen und Einstellungen, die wir in "echten" Umständen und im täglichen Leben entdecken, aufgedeckt werden. Diese Zusammenhänge deutlich zu machen, so dass jeder sie verstehen kann, während er sie erlebt, kann den Teilnehmern helfen, ihre Sichtweise auf bestimmte Themen in ihrem

täglichen Leben, wie z.B. Vorurteile und Konfliktlösung, zu ändern - oder zumindest zu beginnen, sie neu zu bewerten. Und da bei der ETS die Lernerfahrung sowohl über den Körper (durch die körperliche Aktivität) als auch über den Geist erfolgt, könnte der Effekt noch stärker und wertvoller sein.

- 3. Die ETS respektiert sowohl die Werte des Sports als auch der nicht-formalen Bildung und der Jugendarbeit.** In diesem dritten Grundsatz, der sich aus den beiden anderen ableitet, wird behauptet, dass die ETS-Methodik die Werte des Sports und der nicht-formalen Bildung zusammenführen und kombinieren kann, um neue Wege des Lernens zu schaffen. Einerseits zeichnet sich der Sport durch Werte wie *Fair Play* (d.h. die Akzeptanz der Regeln und das Spielen nach ihnen), *Teamwork* (d.h. das Team hat Vorrang vor dem Einzelnen) und *Verantwortung* (für sich selbst und andere) aus, die neben den eigentlichen Zwecken, denen sie dienen, zu bedeutenden sozialen Kompetenzen für die Sportler und Auszubildenden führen und die Grundlage für eine demokratische und aktive Bürgerschaft bilden. Andererseits zeichnet sich die nicht-formale Bildung durch Werte wie *aktive Teilnahme*, *Eigeninitiative* und *Einbeziehung aus*, die allesamt eine erfolgreiche Durchführung einer nicht-formalen Bildungsaktivität und die Verinnerlichung einer wichtigen Reihe von sozialen Fähigkeiten und Verhaltensweisen ermöglichen. Wenn diese Werte durch die ETS auf praktische und reflektierende Weise zusammengeführt werden, **"entsteht eine neue Dimension der Entwicklung sozialer Fähigkeiten, da die Lernerfahrung mit einem bewussten persönlichen Reflexionsprozess verbunden wird"** (Andonova et al., 2013, S. 27).

Um den Lernprozess, der durch die ETS stattfinden kann, besser zu verstehen, wäre es sinnvoll, kurz auf **den Erfahrungslernzyklus von Kolb** (Kolb, 1984) einzugehen. Nach Kolb geht es beim Lernen darum, sich abstrakte Begriffe anzueignen, die in einer Vielzahl von Kontexten anpassbar und anwendbar sind. Nach Kolbs Vorstellung dienen neuartige Erfahrungen als Katalysator für die Entstehung neuer Gedanken. In seinen Worten: *"Lernen ist der Prozess, bei dem Wissen durch die Umwandlung von Erfahrungen geschaffen wird"* (Kolb, 1984, S. 38). Seine Theorie des erfahrungsbasierten Lernens besteht aus einem vierstufigen Lernzyklus:

- 1. Konkrete Erfahrung:** Der Lernende trifft auf eine neue Situation/Lernerfahrung. In der ETS bezieht sich diese konkrete Erfahrung auf den Sport/die körperliche Aktivität.
- 2. Reflektierende Beobachtung:** Der Lernende reflektiert die neue Lernerfahrung im Kontext seines Vorwissens und konzentriert sich dabei insbesondere auf Diskrepanzen zwischen Wissen und Verständnis. In der ETS bezieht sich dies auf die Reflexion über die körperliche Aktivität in einem nicht-formalen Bildungsansatz.
- 3. Abstrakte Konzeptualisierung:** Neue Ideen oder Überarbeitungen bestehender abstrakter Konzepte entstehen durch den Reflexionsprozess. Dies bedeutet, dass der Einzelne aus dieser konkreten Erfahrung etwas gelernt hat. In der ETS könnte dies eine neue Sichtweise auf soziale Themen bedeuten, wie z.B. Inklusion, kulturelles Bewusstsein, soziale Kompetenzen, usw.

4. **Aktives Experimentieren:** Das Experimentieren resultiert aus neu entwickelten oder veränderten Ideen. Der Lernende beobachtet, was in seiner Umgebung geschieht.



Dieser Zyklus wiederholt sich immer dann, wenn der Einzelne neue Erfahrungen macht und etwas Neues lernt. Man geht davon aus, dass effektives Lernen erreicht ist, wenn jemand alle 4 Phasen erfolgreich durchlaufen hat.

Bei ETS besteht der Eckpfeiler eines sportbasierten Lernprozesses darin, dass die sportliche Betätigung im Einklang mit anderen Lernaktivitäten im Rahmen der Sozial- und Bildungspolitik durchgeführt wird, wobei jeder Aspekt des Menschen und seiner Umgebung berücksichtigt wird und somit eine vollständige Lernerfahrung über den Sport selbst hinaus geschaffen wird. Im Rahmen des STS-Projekts soll sich diese Philosophie und Methodik des Lernens und der Erziehung durch Sport nicht nur auf die zu entwickelnden Bildungs- und Trainingsmaterialien, sondern auch auf die durchzuführenden Aktivitäten erstrecken. Im Falle dieses Bildungslehrplans erhalten Sporttrainer beispielsweise die Möglichkeit, durch spezielle Aktivitäten und Übungen mehr über soziale Themen wie kulturelles Bewusstsein, Ethik, Empathie, Empowerment und Integration zu lernen. Als Sporttrainer und Coaches, die dieses Curriculum durcharbeiten, werden Sie auch aufgefordert, über die neuen Ideen, die Sie lernen, nachzudenken und mit ihnen zu experimentieren, sie zu erweitern, sie an Ihr Publikum anzupassen und sie sich zu eigen zu machen.

Einheit 1.2 Coaching: Grundsätze, Rollen und Verantwortlichkeiten

Zielsetzung(en)	<ul style="list-style-type: none"> • Besprechung der grundlegenden Aspekte und Prinzipien des Coachings. • Die verschiedenen Rollen eines Trainers und ihre Bedeutung für die Motivation der Athleten zu diskutieren. • Trainern Tipps zu geben, wie sie ihren Sportlern helfen können, ihr volles Potenzial auszuschöpfen.
------------------------	--

In dieser Lektion gehen wir auf die Grundlagen des Coachings ein sowie auf die Rollen, Verantwortlichkeiten und Eigenschaften, die ein Coach haben und kennen sollte.

1.2.1 Was ist Coaching?

Nach Tziortzis (1992) bezieht sich der allgemeine Begriff "Coaching" auf das Konzept des organisierten Trainings zum Zweck der Entwicklung und Verbesserung von Werten. Im Sport bezieht sich der Begriff auf das Konzept der Vorbereitung von Athleten auf die höchsten Trainingsstufen, die nicht nur auf die Verfolgung und Erreichung von Wettbewerbszielen und die Verbesserung der Leistung eines Athleten abzielt, sondern auch auf die Entwicklung seiner Persönlichkeit. Mit anderen Worten: Coaching ist die individuelle Unterstützung eines jeden Teammitglieds, um ihm zu helfen, produktiver zu werden, besser zu kommunizieren, sich neue Fähigkeiten anzueignen und bessere Leistungen zu erbringen oder um ihm zu helfen, Coaches für andere zu werden. Das Ziel des Coachings ist es, jemanden dabei zu unterstützen, seine Fähigkeiten zu verbessern. Dies kann die Moral und die Fähigkeiten der Teilnehmer verbessern und die Neigung bestimmter Sportler zu stressigen oder kontraproduktiven Aktivitäten verringern und so einen positiven Wandel in der Team-/Gruppenkultur bewirken.

Nach dem Coaching-Handbuch von Martin, Carl & Lehnertz (2000) unterliegt das Coaching den folgenden Grundsätzen:

1. **Das Prinzip des Bewusstseins:** Dieses Prinzip besagt, dass ein Trainer direkt mit seinen Auszubildenden interagieren sollte, so dass sie seinen Anweisungen bewusst folgen können. Auf diese Weise können die Teilnehmer die Ziele und das Trainingsprogramm vollständig verstehen, so dass sie ihre Leistung und ihren Erfolg maximieren können. Die Motivation, die entweder von außen (durch den Trainer, Agenten, Fans usw.) oder von innen (durch den Auszubildenden selbst) kommen kann, spielt ebenfalls eine große Rolle bei der Förderung des Bewusstseins.
2. **Das Prinzip der Anschaulichkeit:** Dies bezieht sich auf das Verständnis (seitens der Teilnehmer) der Phänomene und die Aneignung der motorischen Leistungen, die bei

sportlichen Aktivitäten und Übungen erforderlich sind. Dieses Verständnis wird durch den Einsatz visueller (Darstellungen/Reenactments, Videos, Fotos, Zeichnungen an der Tafel usw.) und akustischer Mittel (Einsatz von Sprache, Pfeifen, verbalen Anweisungen usw.) seitens des Trainers erleichtert.

3. **Das Prinzip der Anpassungsfähigkeit:** Dieses Prinzip lenkt die Aufmerksamkeit auf das Gleichgewicht zwischen den Anforderungen des Trainers an die gewünschte Ausführung einer Übung und der Fähigkeit des Teams oder der Teilnehmer, die Übung(en) realistisch auszuführen. Bei der Entwicklung seines Trainingsprogramms muss der Trainer Faktoren wie diese berücksichtigen:
 - a. das Alter der Auszubildenden,
 - b. ihre Gesundheit und körperliche Verfassung,
 - c. ihren Ausbildungsstand und ihr Niveau,
 - d. ihre individuelle Fähigkeit, Aufgaben und Übungen durchzuführen, und
 - e. die Umweltbedingungen auf dem Spielfeld.
4. **Das Prinzip des geplanten Coachings:** Dies bezieht sich auf den Erwerb einer stabilen und guten Leistung durch die Spieler/Trainees, wobei der richtige Einsatz aller Faktoren, die eine Trainingseinheit ausmachen, wie körperliche Kondition, Technik, Taktik, Einzel-/Mannschaftsstrategie usw., erforderlich ist. Bei der Trainingsplanung werden Faktoren wie die Periodizität und das tägliche Training berücksichtigt.
5. **Das Prinzip der Aufwärtsbewegung:** Dieses Prinzip bezieht sich auf die Erzielung einer guten Leistung, die eine kontinuierliche und aufwärtsgerichtete Anstrengung im Training erfordert. Es ist eine bekannte Tatsache, dass sich ein Sportler nicht weiterentwickeln kann, wenn er mit den gleichen Belastungen (z. B. Anstrengung, Intensität, Gewichte usw.) trainiert. Daher müssen die Belastungen in den Trainingsprogrammen erhöht werden, um die Leistung zu verbessern.
6. **Das Prinzip des allgemeinen Coachings:** Dieses Prinzip hat mit der Spezialisierung der Spieler/Athleten zu tun. Bevor sich eine Person auf eine bestimmte Sportart spezialisieren kann, muss sie viele andere Sportarten und Positionen ausüben. Auf diese Weise machen sie andere motorische Erfahrungen, die für ihre ganzheitliche körperliche Entwicklung notwendig sind.
7. **Das Prinzip der Spezialisierung:** Hier weist der Trainer in Zusammenarbeit mit dem Athleten/Spieler die entsprechende Rolle (Spezialisierung) in einer Mannschaft oder einer Sportart zu. In der Regel und vor allem in Mannschaftssportarten folgt diese Spezialisierung auf eine Position (z.B. Outfielder, Center, Quarterback) dem Spieler in seiner weiteren Laufbahn.
8. **Das Prinzip der Personalisierung:** Dieses Prinzip besagt, dass der Trainer, wo und wann immer möglich, ein individuelles Training für jeden Spieler/Trainee durchführen muss. Auf diese Weise versucht der Trainer, die Stärken und Vorzüge eines jeden Trainierenden

hervorzuheben und zu nutzen, während er gleichzeitig versucht, seine Schwächen zu verbessern.

9. **Der Grundsatz der Gleichbehandlung:** Dieser Grundsatz unterstreicht, dass der Führungsstil eines Trainers von einem Geist der Zusammenarbeit, der Leistungsorientierung und der Fairness gegenüber allen Auszubildenden und Athleten geprägt sein sollte, der ihre Unterschiede respektiert, jede Art von Diskriminierung vermeidet und Inklusion und Gleichheit fördert.

Ein Coach verfügt auch über eine Vielzahl von Coaching-/Trainingsressourcen, die zur Effizienz des Trainingsprozesses beitragen und helfen. Nach Patsiaouras (2015) sind drei Arten von Trainingsressourcen zu unterscheiden:

- a. **Organisatorische** Ressourcen, zu denen alle formalen Maßnahmen gehören, die beim Training eingesetzt werden, d.h. die Anfangszeit des Trainings oder des Spiels, das Verhalten der Spieler/Trainees, der Trainingsplan sowie die Art, Dauer und Form der Übungen (Vorbereitungsübungen, Wettkampfübungen usw.).
- b. Informationsmittel, die alle Elemente umfassen, die dem Trainer zur Verfügung stehen, um mit jedem einzelnen Spieler und mit der Mannschaft im Allgemeinen zu kommunizieren. Diese können kinästhetisch (greifbare Anleitungen des Trainers während der Übungen), verbal (Gespräche und Kommunikation vor, während und nach der Trainingseinheit) oder visuell (z.B. Videos, Dias, Anschauen von Spielen von Mannschaften der gleichen oder besseren Kategorie) sein.
- c. **Logistische** Ressourcen, die alle notwendigen Elemente für die ordnungsgemäße Durchführung der Trainingsaktivitäten umfassen (z.B. Bälle, Netze, Trillerpfeifen, weitere Ausrüstung).

1.2.2 Der facettenreiche Charakter eines Sporttrainers

Wie bereits erwähnt, "helfen Sporttrainer Menschen, die Sport treiben, ihr volles Potenzial auszuschöpfen, indem sie eng mit ihnen zusammenarbeiten, um ihre Leistung zu verbessern" (Martens, 2012, S. 54). Die Rolle eines Trainers geht jedoch über die bloße Betreuung und Verbesserung der körperlichen Leistung eines Einzelnen oder einer Mannschaft hinaus. Als Trainer sollte man anerkennen, dass die Entwicklung eines Spielers als "ganze" Person genauso wichtig ist wie seine Leistungen im Spiel. Die Rolle des Trainers umfasst daher die Fähigkeit, Bedürfnisse zu erkennen, die verschiedenen Kontexte zu verstehen und auf das physische und psychische Wohlbefinden zu achten.

Jeder Trainer spielt eine zentrale und einflussreiche Rolle beim Beitrag des Sports zur positiven Entwicklung des Sportlers. Er ist in der Lage, die Bedeutung eines gesunden und aktiven

Lebensstils sowie von Inklusion und Menschenrechten zu fördern. Daher sollten Trainer darauf vorbereitet sein, diese Erwartungen zu erfüllen und den Spielern zu helfen, ihr volles Potenzial auszuschöpfen (Mallett, 2012). Mallett hebt auch hervor, dass das Coaching eine soziale Aktivität darstellt, da es zahlreiche Interaktionen zwischen Trainern und Sportlern, Eltern, Funktionären usw. beinhaltet. Folglich sollten sich Sporttrainer durch Sensibilität und Aufgeschlossenheit gegenüber Unterschieden auszeichnen (z.B. in Bezug auf Fähigkeiten, Religion, Alter, Geschlecht, Ethnie usw.) und sie müssen sich auch der Vielfalt der Bedürfnisse, Ziele und Ambitionen bewusst sein, die zu unterschiedlichen psychologischen und physischen Reaktionen führen.

Die Teilnahme am Sport wird mit positiven Erfahrungen und Ergebnissen in Verbindung gebracht, darunter mehr Selbstvertrauen und akademischer Erfolg. Es wurde jedoch auch mit ungünstigen Erfahrungen und Ergebnissen in Verbindung gebracht, darunter Stress, Burnout, Schulabbruch und geringes Selbstwertgefühl. Die Aufgabe eines Sporttrainers besteht darin, den Sportlern zu helfen, sich auf gesunde Weise zu entwickeln, indem er als Vorbild fungiert und sich auf ihre ganzheitliche Entwicklung konzentriert, um positive Sporterfahrungen zu erzielen. Diese positiven Ergebnisse können sich auf (Mallett, 2012) beziehen:

- **Kompetenz**, die sich auf eine positive Selbsteinschätzung in bestimmten Bereichen (Sport, Bildung, Arbeitsplatz, Gesellschaft) bezieht. Menschen werden eher dazu angetrieben, hart zu arbeiten und nach Großem zu streben, wenn sie glauben, dass sie kompetent sind. In ähnlicher Weise kann das Gefühl des Erfolgs, das mit dem Erreichen eines Ziels für einen Sportler einhergeht, ihn inspirieren und motivieren. Es versteht sich von selbst, dass Trainer eine entscheidende Rolle bei der Förderung des Gefühls der Kompetenz spielen. Eine Beeinträchtigung der Fähigkeit, Kompetenz wahrzunehmen, ist mit einem Rückgang des Wohlbefindens, der Leistung und der Motivation verbunden.
- **Selbstvertrauen**, verbunden mit einem starken Selbstwertgefühl und Selbstwirksamkeit, die die Motivation, die Lernfähigkeit und die Leistung eines Menschen beeinflussen können. Trainer sind in einer guten Position, um Athleten dabei zu helfen, autonomer und proaktiver zu werden. Sie fördern die Widerstandsfähigkeit, eine starke Arbeitsmoral und den persönlichen Antrieb, was zu einem insgesamt positiven Selbstbild führt.
- **Verbundenheit**, verbunden mit einem Gefühl der Zugehörigkeit, ein Gefühl, nach dem jeder strebt. Die Teilnahme am Sport kann den Menschen helfen, ein starkes Gefühl der Teamarbeit und des Zusammengehörigkeitsgefühls zu entwickeln und eine einladende Atmosphäre zu schaffen, die der Entwicklung sozialer und sportlicher Fähigkeiten förderlich ist. Positive Beziehungen zu den Trainern, die durch unterstützende und konstruktive Kritik gefördert werden, begünstigen auch die Freude am Sport und andere positive Ergebnisse, wie z.B. eine verbesserte Leistung.
- **Charakter und Fürsorge**, zwei Eigenschaften, die nicht immer mit Sport in Verbindung gebracht werden, können jedoch durch Sport entwickelt werden. Integrität und moralisches Wachstum sind hier ebenfalls enthalten. Die Bildung eines moralisch einwandfreien Charakters hängt weitgehend von der Fähigkeit ab, andere zu respektieren

und sich in allen Situationen angemessen zu verhalten. Außerdem sind moralisch aufrechte Sportler sensibel für Toleranz gegenüber Vielfalt, Inklusion und gleichen Zugang für alle.

Daher müssen Trainer sowohl in ihrem Verhalten als auch in der Art und Weise, wie sie das Wachstum ihrer Sportler fördern, Vorsicht walten lassen. Der Fokus auf Wachstum motiviert die Spieler, weiter Sport zu treiben, was für die Weiterentwicklung ihrer Fähigkeiten unerlässlich ist. Um all diese positiven Ergebnisse für ihre Schützlinge zu erzielen, übernehmen Trainer mehrere

Rollen:

- **Lehrer/Trainer:** die vielleicht offensichtlichste Rolle, die damit verbunden ist, den Sportlern die notwendigen sportlichen Fähigkeiten und Kompetenzen für die Ausübung einer sportlichen Aktivität zu vermitteln und ihre Fitness zu verbessern. Als Lehrer/Trainer demonstriert der Coach die korrekte Art und Weise der Sportausübung und die zu befolgende Progression, wobei er eine angemessene und verständliche Sprache verwendet und dabei berücksichtigt, dass jeder in seinem eigenen Tempo lernt. Als Lehrer wird vom Trainer auch erwartet, dass er seinen Schülern Anweisungen und Anleitungen gibt, und zwar auf eine strenge, aber faire Art und Weise, die ihre Disziplin und ihr Festhalten an der Praxis fördert. Darüber hinaus fungiert ein Lehrer-Coach auch als Beurteiler der Leistungen seiner Sportler während des Trainings und der Wettkämpfe. Nicht zuletzt wird ein Trainer, ähnlich wie ein Lehrer, als Wissensquelle für die Athleten angesehen und ist dafür verantwortlich, sich über aktuelle Trends und Ergebnisse in seinem Fachgebiet auf dem Laufenden zu halten.
- **Anführer:** Ein Trainer wird oft auch als Anführer gesehen, der dafür verantwortlich ist, Ziele zu setzen und auf die Bedürfnisse der Athleten oder des Teams einzugehen, um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen. Trainer können verschiedene Führungsstile anwenden, wenn sie ihre Athleten betreuen, sei es autoritär (autokratisch - absolute Herrschaft des Trainers), demokratisch (Zusammenarbeit und Kooperation mit den Athleten - Geben-und-Nehmen-Mentalität) oder unterwürfig (dem Athleten die Kontrolle überlassen); viele Trainer verwenden jedoch in der Regel eine Kombination dieser Stile und streben nach optimaler Leistung und Lernen sowie der Maximierung des Potenzials der Athleten (Douge, 2012). Als Führungspersönlichkeit sollte der Trainer auch darauf abzielen, die Entwicklung von Führungsqualitäten bei den Athleten selbst zu fördern. Außerdem wird von einem Trainer erwartet, dass er effektiv mit den Eltern interagiert und mit Funktionären, Unterstützern und Sponsoren umgeht.
- **Organisator:** Die Planung und Durchführung von effektiven Übungen und Trainings, Spielen, Wettbewerben usw. ist ein weiterer wichtiger Teil der Tätigkeit eines Trainers. Manchmal kann dieser Aspekt auch die Verantwortung für die Mittelbeschaffung oder das Sponsoring, die Auswahl von Assistenztrainern und anderem Hilfspersonal oder sogar die Einbeziehung der Eltern/Erziehungsberechtigten in die Aktivitäten umfassen.

- **Vorbild/Mentor:** Einer der vielleicht wichtigsten Aspekte eines Trainers ist es, ein Vorbild für die Athleten und Auszubildenden zu sein, indem er ein bestimmtes soziales oder Verhaltensmodell vorlebt, dem die Athleten folgen sollen. Die Art und Weise, wie sich ein Trainer vor den Athleten verhält, ist ein Vorbild für diese. Auf der anderen Seite kann der Trainer als Mentor Ratschläge erteilen, Streitigkeiten schlichten und, was noch wichtiger ist, die Spieler weiterhin ermutigen, auf sie aufpassen und ihre Fortschritte überwachen. In diesem Sinne kann ein Trainer auch als inoffizieller Psychologe/Berater fungieren, der den Charakter und die Mentalität der Sportler versteht und emotionale Unterstützung bietet.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass ein Sporttrainer ein positives Beispiel für Athleten, Eltern und Gleichaltrige sein muss. Er muss Teams und Einzelpersonen motivieren, Orientierung bieten und letztendlich mehr als nur sportliche Fähigkeiten vermitteln, sondern auch Lebenskompetenzen. Ein erfolgreicher und geschätzter Trainer ist einer, der den Menschen hinter dem Sportler sieht, auf seine Bedürfnisse und Ziele eingeht, allen die gleichen Chancen bietet und jeden mit Respekt, Fairness und Einfühlungsvermögen behandelt.

Es ist wichtig, sich daran zu erinnern, dass die Ansichten eines Coaches über Coaching, auch bekannt als seine Coaching-Philosophie, ein sich ständig weiterentwickelnder Prozess sind, der sich aus den eigenen Lebenserfahrungen, Werten und Prinzipien ergibt (Mallett, 2012). Selbstreflexion und Authentizität stehen im Mittelpunkt dieses Prozesses, während auch ethische Überlegungen berücksichtigt werden sollten, d.h. die akzeptablen und angemessenen Verhaltensweisen unter den jeweiligen Umständen, die einem Verhaltenskodex folgen. Ein weiterer Punkt, der hervorgehoben werden muss, ist die Tatsache, dass Selbstevaluation, lebenslanges Lernen und kontinuierliche berufliche Entwicklung in der Verantwortung der Coaches selbst liegen, und zwar im Rahmen ihres nachhaltigen Wachstums (Mallett, 2012). Dies kann in Form von konstruktivem Feedback, der Teilnahme an Seminaren, Schulungen und Workshops, der Beobachtung der Art und Weise, wie andere Coaches coachen, der Vernetzung und dem Austausch von Erfahrungen und Wissen geschehen.

1.2.3 Der Coach als Quelle der Motivation

Jeder Trainer hat das Glück, neben seiner Leidenschaft für den Sport auch die soziale und emotionale Entwicklung seiner Sportler beeinflussen zu können. Durch ihre Position können Trainer ihren Athleten zeigen, wie man sich gleichberechtigt in Teams einbringt und für den gemeinsamen Erfolg zusammenarbeitet, wie man einander vertraut, ermutigt, versteht und befreundet ist und wie man Teil von etwas ist, das größer ist als man selbst. Um den Sportlern zu helfen, ihr volles Potenzial auszuschöpfen und nicht nur ihre körperlichen, sondern auch ihre geistigen und emotionalen Fähigkeiten zu verbessern, sollte ein Trainer eine **Quelle der Motivation** sein.

Motivation bezieht sich auf den Antrieb einer Person, auf ein Ziel hinzuarbeiten, und ist eine wesentliche Komponente bei der Festlegung und Erreichung unserer Ziele. Motivation treibt das menschliche Verhalten an und fördert die soziale Interaktion und den Wettbewerb. Die Ausdauer bei der Suche nach Bedeutung, Orientierung und einem lebenswerten Leben ist es, was Menschen motiviert (Psychology Today, n.d.).

Menschen haben häufig mehrere Beweggründe für ein bestimmtes Verhalten (Psychology Today, n.d.). Ihre Motive können *extrinsisch* oder *intrinsisch* sein. **Extrinsische Motive** beziehen sich auf externe Faktoren (z.B. andere Menschen, Anreize, Entschädigung), die eine Person zu einem bestimmten Verhalten oder einer bestimmten Leistung anspornen und die positiv (Belohnung) oder negativ (Bestrafung) sein können - das Ziel negativer Anreize ist es, Fehler zu korrigieren; wenn positive Anreize versagen, werden in der Regel negative Anreize eingesetzt. **Intrinsische Motive** beziehen sich auf interne Faktoren, die das Handeln vorantreiben, wobei die Inspiration von innen kommt, weil die Person tatsächlich Freude an dieser spezifischen Aktivität hat. Die intrinsische Motivation gilt als stärker als die extrinsische, weil sie in die eigene Identität integriert ist und die daraus resultierenden Leistungen erfüllender sind.

Es liegt in der Verantwortung der Trainer, diesen inneren Antrieb in ihren Auszubildenden zu entfachen und sie zu inspirieren, jeden Tag ihr volles Potenzial auszuschöpfen. Auf individueller Ebene unterstützt die Motivation die persönlichen Ziele und das Wachstum, während ein Team von hoch motivierten Individuen leistungsfähiger, erfolgreicher, anpassungsfähiger und kreativer ist, was zu einer optimistischen und ehrgeizigen Einstellung für alle führt.

Wie kann ein Trainer die Motivation der Sportler aufrechterhalten? Hier ein paar Tipps (nach Hinch (2016) und dem [M Coach-Projekt](#)):

- ✓ **Beurteilen Sie sich selbst:** Es ist von entscheidender Bedeutung, Ihr eigenes Verhalten als Führungskraft und Trainer zu verstehen, zu unterstützen und zu regulieren, wenn Sie das Verhalten Ihrer Athleten inspirieren, ermutigen und steuern wollen.
- ✓ **Schaffen Sie die richtige Umgebung:** Ein Umfeld, das Vertrauen schafft und in dem die Sportler motiviert sind, hart zu arbeiten. Das kann bedeuten, dass Sie in neue Ausrüstung investieren und mit Ihrem Team auf positive Weise interagieren, indem Sie es wissen lassen, dass Sie die Leidenschaft für den Sport teilen. Das Wichtigste bei der Schaffung eines guten, positiven Teamumfelds ist der Spaß, einer der wichtigsten Aspekte bei der Ausübung des Sports.
- ✓ **Setzen Sie Ziele:** Ein Teilnehmer kann die Lust verlieren, weiterzumachen, wenn er nicht weiß, wohin seine persönliche Entwicklung geht, seine Position im Team oder Ihre Ziele für die Zukunft des Teams. Athleten sollten persönliche Ziele haben, die klar umrissen und in die größeren Teamziele integriert sind. Jemand, der genau weiß, was er anstrebt und warum es so wichtig ist, wird viel motivierter sein, die anstehende Aufgabe zu erfüllen.

- ✓ **Sorgen Sie für eine effektive, wechselseitige Kommunikation:** Vermeiden Sie es, Ärger auszudrücken, und versuchen Sie stattdessen, in einem ruhigen, gleichmäßigen Ton zu sprechen; hören Sie zu und reagieren Sie auf konstruktive, ermutigende Weise. Hören Sie Ihren Teilnehmern zu und führen Sie ein Gespräch in beide Richtungen. Nutzen Sie Fragestrategien, um die Perspektive des Sportlers zu verstehen und Entscheidungen auf der Grundlage seiner Empfehlungen und Ideen zu treffen. Die Spieler werden sich motivierter fühlen, wenn sie sehen, dass Sie versuchen, ihnen zuzuhören.
- ✓ **Machen Sie sich mit Ihren Trainern vertraut:** Machen Sie den Spielern klar, dass Sie jemand sind, dem sie vertrauen und der nicht nur ihr Trainer ist, sondern auch ihre Liebe zum Sport teilt. Steigern Sie die Motivation Ihres Teams, sich auf dem Spielfeld gegenseitig zu verteidigen, indem Sie sich und Ihre Teamkollegen einander näher bringen. Es ist einfacher, einen Sportler in die Übungen einzubinden und ihm zu helfen, seine Ziele zu erreichen, je mehr und besser der Trainer seinen Sportler versteht. Dies fördert das Engagement und die Loyalität der Sportler.
- ✓ **Akzeptieren und respektieren Sie Unterschiede:** Jede Person hat ihre eigenen Ressourcen, Ziele und Bedürfnisse. Als Trainer sollten Sie sich bemühen, mit jedem dieser Spieler in Kontakt zu treten und Ihre Herangehensweise so anzupassen, dass Sie das Beste aus jedem Athleten herausholen. Um dies zu erreichen, ist Kommunikation unerlässlich.
- ✓ **Geben Sie dem Athleten Feedback:** Die Athleten sind neugierig auf ihre Leistung, also geben Sie ihnen regelmäßig ehrliche Kommentare. Das wird die Athleten motivieren und die Moral steigern. Fördern Sie weder Bevorzugung noch den Vergleich eines Sportlers mit einem anderen. Geben Sie dem Team ein hilfreiches und konstruktives Feedback.
- ✓ **Bestrafen Sie Versagen nicht:** Versuchen Sie auch bei Misserfolgen und Enttäuschungen, Ihren Sportlern gegenüber eine positive und unterstützende Haltung einzunehmen, um sie zu inspirieren, sich weiter zu verbessern.
- ✓ **Errungenschaften anerkennen und feiern:** Zeigen Sie den Spielern Dankbarkeit für ihre Leistungen. Das bedeutet nicht unbedingt, dass Sie sie mit einem externen Faktor belohnen müssen. Die Freude darüber, dass sich ihre Bemühungen auszahlen, sollte ausreichen, um die Motivation für weiteres Wachstum aufrechtzuerhalten.
- ✓ **Nutzen Sie Wettbewerbsaspekte:** Eines der wichtigsten Dinge, die Menschen motivieren, ihre Ziele zu erreichen, ist der Wettbewerb. Er befriedigt das Bedürfnis nach Spaß und spornt Ihr Team an, immer besser zu werden und seine Kollegen zu übertreffen. Aber seien Sie vorsichtig - es kommt auf das Gleichgewicht an. Vermeiden Sie es, sich in Gewinner und Verlierer zu verwandeln und zu der Praxis zurückzukehren, Gewinner zu belohnen und Verlierer zu bestrafen.
- ✓ **Respektieren Sie Ihr Team:** Wenn Sie die Freiheit der Athleten respektieren, sich zu äußern und ihre Meinung mitzuteilen, können Sie sicher sein, dass sie Sie im Gegenzug respektieren werden. Vermitteln Sie Ihren Athleten den Eindruck, dass sie als Personen und als Teilnehmer am Sport geschätzt werden.

- ✓ **Seien Sie ein Vorbild für Ihre Athleten:** Seien Sie ein Vorbild für Ihre Athleten. Nicht was Sie sagen, wird sie lehren, sondern was Sie tun. Sie müssen ihnen Ihre eigene Motivation vorleben, wenn Sie wollen, dass sie dasselbe fühlen.
- ✓ **Ermutigen Sie Ihre Sportler:** Meistens reicht es aus, wenn andere wissen, dass Sie als Trainer an sie glauben. Sie können die Motivation eines Spielers stark beeinflussen, wenn Sie an seine Fähigkeiten und seine Fähigkeit, die vorgegebenen Ziele zu erreichen, glauben. Geben Sie Ihren Spielern die Freiheit, ihr persönliches Wachstum selbst in die Hand zu nehmen, weil sie wissen, dass ihr Trainer an ihre Fähigkeit dazu glaubt. Verringern Sie Ihren Bedarf an Mikromanagement und geben Sie den Spielern das Vertrauen, den Erfolg Ihres Teams selbst in die Hand zu nehmen, indem Sie nicht über ihren Schultern schweben.

Zusätzliche Tipps, um die Motivation im Mannschaftssport hoch zu halten:

- ✓ Das Ausmaß, in dem die Wünsche und Anforderungen der Teammitglieder innerhalb der Gruppe erfüllt werden, bestimmt die Motivation des Teams.
- ✓ Eine Mission ist wichtig für das Team, denn sie dient als Grundlage für seine Leistung.
- ✓ Das Team sollte regelmäßig vor Herausforderungen gestellt werden, die sowohl schwierig als auch erreichbar sind, um motiviert zu bleiben.
- ✓ Wenn Teammitglieder glauben, dass sie sich verbessern und ständig neue Fähigkeiten erwerben, sind sie hoch motiviert.
- ✓ Widmen Sie Ihrem Team produktive, hochwertige Zeit.
- ✓ Fördern Sie die Zusammenarbeit zwischen den Teammitgliedern. Ermutigen Sie die Teilnehmer, sich an teambildenden Übungen zu beteiligen und sich gegenseitig besser kennen zu lernen. Spieler, die einen starken Zusammenhalt haben, spornen sich gegenseitig zum Erfolg an!

Athleten helfen, ihr volles Potenzial zu erreichen

Die Möglichkeit, zum Wachstum und zur Entwicklung von Sportlern beizutragen, ist vielleicht eine der großen Freuden, die mit einer Führungsposition wie der des Trainers verbunden sind. Ein beliebter Ansatz, um Ihren Athleten zu helfen, ihr Potenzial auszuschöpfen, ist das **GROW-Modell** (Friesen, 2017), das für steht:

G = Zielsetzung: Der Sportler und der Trainer legen gemeinsam kurz- und langfristige Ziele fest.

R = Realität: Der Coach arbeitet mit dem Athleten zusammen, um die aktuellen Umstände und die Realität, die es gibt, zu untersuchen, sowohl die guten als auch die schlechten.

O = Optionen: Der Coach hilft bei der Festlegung und Bewertung verschiedener Taktiken und Vorgehensweisen, um die gewünschten Ergebnisse zu erzielen.

W = Wille: Dies ist der Punkt, an dem sich der Sportler festlegen muss - was wird getan und bis wann?



Hier finden Sie einige nützliche Tipps und Vorschläge, die Ihnen helfen, ein besserer Coach zu werden und Ihren Auszubildenden zu helfen, ihre Ziele zu erreichen (nach Friesen (2017) und dem [M Coach-Projekt](#)):

- ✓ **Erkennen Sie ihre Einzigartigkeit an:** Jeder Sportler bringt sein Talent auf eine ganz eigene Art und Weise zum Ausdruck, auch wenn er das gleiche Ziel anstrebt. Was für den einen passt, ist für den anderen vielleicht nicht geeignet.
- ✓ **Erkennen Sie, was gut läuft:** Bevor Sie mit dem Coaching beginnen, müssen Sie Ihre Situation, Ihre Stärken und Grenzen sowie die Ihrer Sportler verstehen.
- ✓ **Legen Sie klare, anspruchsvolle Erwartungen und Ziele fest:** Da das Ziel des Coachings darin besteht, dem Athleten zu helfen, besser und erfolgreicher zu werden, ist es wichtig, dass sich beide Parteien darüber einig sind, was Erfolg bedeutet.
- ✓ **Schaffen Sie eine inspirierende Vision für die Zukunft:** Ein Teil der Definition von Erfolg besteht darin, sich eine Zukunft vorzustellen, die die Sportler motiviert. Ein geschickter Trainer wird seinem Team helfen, sein Potenzial zu erkennen und nicht seine Grenzen.
- ✓ **Geben Sie Ihren Sportlern Raum, sich selbst zu entwickeln:** Anstatt ihre Spieler zu führen, sollten Trainer mit ihnen gehen. Ein Sportler fühlt sich gestärkt, wenn er glaubt, dass sein Trainer an ihn glaubt. Und wenn Sie an sie glauben, sagen Sie es ihnen deutlich und oft.
- ✓ **Entwickeln Sie Eigenverantwortung und Engagement:** Unterstützen Sie die Athleten dabei, die Verantwortung für den Coaching-Prozess und das Ziel zu übernehmen; beide müssen entschlossen sein, auf die Verwirklichung des Ziels hinzuwirken.
- ✓ **Bauen Sie Verantwortlichkeit auf:** Sorgen Sie dafür, dass Sie (Trainer) und der Sportler sich gegenseitig für die Einhaltung der festgelegten Ziele und Erwartungen verantwortlich machen. Dies ist die Grundlage für eine erfolgreiche Coaching-Partnerschaft.
- ✓ **Bauen Sie eine entwicklungsorientierte Partnerschaft auf,** bei der die Entwicklung des Athleten an erster Stelle steht. Sekundäre Vorteile wie das Knüpfen engerer Bande im persönlichen und beruflichen Bereich werden dadurch nicht ausgeschlossen.

- ✓ **Fragen Sie, sagen Sie nichts:** Das beste Coaching findet statt, wenn der Coach dem Athleten hilft, herauszufinden und zu verstehen, was er selbst tun kann. Stellen Sie Leitfragen und offene Fragen, um tiefer gehende Antworten zu erhalten.
- ✓ **Hören Sie effektiv zu:** Dies ist wichtig, nachdem Sie offene Fragen gestellt haben. Konzentrieren Sie sich auf die Person und schenken Sie ihr Ihre ungeteilte Aufmerksamkeit. Dazu gehört auch eine aufmerksame Körpersprache, das Stellen von klärenden Fragen und die Wiederholung wesentlicher Aussagen, um sicherzustellen, dass Sie sie verstanden haben.
- ✓ **Seien Sie unvoreingenommen:** Wenn ein Sportler Sie als unvoreingenommen wahrnimmt, wird er sich Ihnen gegenüber nicht öffnen und seine wahren Gefühle und Ideen äußern. Respektieren Sie jede einzelne Perspektive, indem Sie sie ansprechen, anstatt sie zu verwerfen.
- ✓ **Erkennen Sie ihre Perspektive:** Es stimmt, dass unsere Perspektiven je nach kulturellem und persönlichem Hintergrund unterschiedlich sind. Sie können die gewünschte Veränderung sehen, wenn Sie die Dinge aus dem Blickwinkel Ihres Teams betrachten.
- ✓ **Bleiben Sie optimistisch:** Konzentrieren Sie sich darauf, das Ziel der Entwicklung und des Fortschritts zu verfolgen und bleiben Sie dabei positiv.
- ✓ **Beobachten Sie weiterhin Ihre Fortschritte:** Viele talentierte Sportler bleiben hinter ihrem Potenzial zurück, weil ihr Training nicht an ihre sich entwickelnden Fähigkeiten angepasst wird.
- ✓ **Geben Sie positives Feedback:** korrigierend, aber konstruktiv. *Rechtzeitiges* Feedback ist wichtig. Seien Sie *präzise*, wenn Sie beschreiben, was gut funktioniert hat und woran Sie in Zukunft arbeiten müssen. Achten Sie auf das "Was", nicht auf das "Warum" und verzichten Sie auf Urteile. Achten Sie auf die Handlungen, nicht auf die Person. Erklären Sie, was Sie beobachtet haben und wie diese Handlungen die anderen beeinflusst haben. Sprechen Sie aufrichtig und positiv. Vermeiden Sie eine Sprache, die Sarkasmus, Ungeduld, Wut oder Enttäuschung ausdrückt.

1.2.4 Eigenschaften und Merkmale eines erfolgreichen Coaches

Wie wir bisher gesehen haben, ist ein Sporttrainer ein untrennbarer Bestandteil der Sportausübung, da er/sie einen großen Einfluss auf die Athleten haben kann. Die Einstellung und der Trainingsstil eines Trainers spielen eine große Rolle für das Engagement und die Sporterfahrung der Athleten, ihre Entwicklung, Motivation, Leistung und ihr Wohlbefinden. Um negative Erfahrungen für die Athleten zu vermeiden, sollten Trainer ihr Ego hinter sich lassen, wenn sie ihre Athleten trainieren. Sie sollten immer versuchen, eine unterstützende und positive

Einstellung einzubringen, die sich auf die Ziele und Bedürfnisse des Teams oder der Person, die sie trainieren, konzentriert und nicht auf ihre persönlichen Bestrebungen.

Ein guter Trainer sollte *methodisch und engagiert vorgehen, prozessorientiert* sein, ein System mit Zielen und Standards, Feedback und Überwachung schaffen, *partizipative* Feedback-Praktiken anwenden, Feedback willkommen heißen und erwidern, *unvoreingenommen* sein und seine Entscheidungen auf faktische Daten statt auf subjektive Einschätzungen stützen, *sachkundig und qualifiziert* sein - effektive Trainer besitzen sowohl Wissen als auch Expertise in den Bereichen, die sie trainieren. Darüber hinaus ist ein vorbildlicher Trainer *fair und ausgewogen*, er übt konstruktive Kritik und ermutigt. Er ist *flexibel*, zeigt Anpassungsfähigkeit und akzeptiert Veränderungen, um den Bedürfnissen des Spielers/der Mannschaft gerecht zu werden. Ein kompetenter Trainer ist auch *geduldig und tolerant* und hilft den Sportlern, sich weniger ängstlich zu fühlen und mehr Unterstützung zu erhalten, wenn sie Fehler machen, ist aber auch manchmal *hart*, wenn es die Situation erfordert. Und nicht zuletzt sind die besten Trainer *realistisch* und verstehen, dass jeder Sportler seine Grenzen hat und dass nur sehr wenige zum "Michael Jordan" ihres Fachs aufsteigen.

Einheit 1.3 Coaching von Migranten

Zielsetzung(en)	<ul style="list-style-type: none">• Einführung in das Konzept der Inklusion, insbesondere durch Sport, und Diskussion der Eigenschaften eines inklusiven Trainers.• Eine kurze Darstellung der verschiedenen Hindernisse, denen sich Migranten und Flüchtlinge sowie Sportorganisationen, die mit ihnen arbeiten, bei der Durchführung von Sportaktivitäten gegenübersehen.• Den Lernenden nützliche Tipps und Vorschläge an die Hand geben, die sie bei der Durchführung von sportlichen Aktivitäten mit Migrantengruppen berücksichtigen können.
------------------------	--

In dieser Einheit werden wir über das Konzept der Inklusion, einen wichtigen Aspekt der Arbeit mit Migranten, sprechen und einige grundlegende Informationen zur Arbeit und Ausbildung mit Migranten durchgehen. Einige der angesprochenen Themen werden in den folgenden Modulen dieses Curriculums eingehender analysiert.

1.3.1 Was ist Inklusion und was sind die Merkmale eines inklusiven Coaches?

Inklusion wird als ein grundlegendes Menschenrecht betrachtet, das darauf abzielt, alle Menschen zu akzeptieren, unabhängig von ihrer ethnischen Zugehörigkeit, ihrem Geschlecht, einer Behinderung oder anderen Bedürfnissen. Es geht darum, Vorurteile und Intoleranz zu

beseitigen und allen den gleichen Zugang und die gleichen Chancen zu bieten, insbesondere denjenigen, die sonst ausgeschlossen oder ausgegrenzt werden könnten.

Manchmal wird der Begriff "Inklusion" synonym mit dem Wort "Integration" verwendet. Dieses Wort ist jedoch oft negativ besetzt und wird als Assimilation verstanden, wobei von den Migranten erwartet wird, dass sie ihre kulturellen Identitäten und Praktiken aufgeben, um die des Gastlandes zu übernehmen. Im Gegensatz dazu bedeutet *Integration* ein Gefühl des Engagements und der Unterstützung durch andere sowie ein Gefühl der Zugehörigkeit und der Anerkennung und Wertschätzung für das, was man ist. Inklusion bedeutet, dass **die Aufnahmegesellschaft und die Migranten gemeinsam und gleichberechtigt** an allen Aspekten des täglichen Lebens teilhaben und **sich gemeinsam verändern**.

Die Vereinten Nationen (2016; zitiert in UNHR, IOC, & TdH (2018), S.14) bezeichnen soziale Inklusion als "den Prozess der Verbesserung der Bedingungen für die Teilhabe an der Gesellschaft, insbesondere für Menschen, die benachteiligt sind, durch die Verbesserung von Chancen, Zugang zu Ressourcen, Mitsprache und Achtung von Rechten". Eine umfassendere Interpretation von Inklusion sieht sie als einen kollektiven, in beide Richtungen gehenden Prozess, der alle Bürger einbezieht, um ein neues Modell des Zusammenlebens zu schaffen. Es ist wichtiger, diese Vielfalt zum Nutzen der Gemeinschaft als Ganzes zu nutzen, als den Einzelnen zu verändern, zu korrigieren oder anzupassen (Flores-Aguilar et al., 2018).

Wenn sich jeder Mensch wertgeschätzt fühlt, seine Unterschiede gewürdigt werden und seine Grundbedürfnisse befriedigt werden, so dass er in Würde leben kann, kann diese Gesellschaft als sozial inklusiv bezeichnet werden. In einer solchen Gesellschaft kann jeder sein Potenzial voll ausschöpfen. Ziel ist es, alle Formen der Diskriminierung aufgrund von Unterschieden, einschließlich Armut, Ungleichheit, Erniedrigung und Demütigung, zu beseitigen.

Sport wird häufig als Mittel zur sozialen Eingliederung angesehen, da er Menschen aus allen Lebensbereichen zusammenführt und nachweislich dazu beiträgt, viele gesellschaftliche Vorurteile zu überwinden. Sportliche Interventionen können integrative Praktiken unterstützen und ein Forum für soziale Demokratie und eine gemeinsame Sprache bieten. Ebenso stärkt der Sport das Bewusstsein für kulturelle Unterschiede und hilft im Kampf gegen Vorurteile und Abneigung. Letztendlich hat der Sport die Macht, die soziale Ausgrenzung von Einwanderern und Minderheiten zu verhindern und zu beenden.

Es ist von entscheidender Bedeutung, Sport als Eingliederungstechnik zu nutzen, denn er bietet einen Brennpunkt für soziales Engagement, eine Chance, Freundschaften und Netzwerke zu bilden und die soziale Isolation zu verringern (Bailey, 2005). Durch sportliches Engagement und die Entwicklung von Führungsqualitäten können Menschen dazu befähigt werden, ihre Rechte zu erkennen und zu verteidigen, was sie in die Lage versetzt, einen positiven Beitrag zu ihrer Gemeinschaft zu leisten, Zugang zu notwendigen Dienstleistungen zu erhalten und aktiv an Entscheidungsprozessen teilzunehmen.

Die Vorteile der Ausübung von Sport für die körperliche und geistige Gesundheit der Menschen sind bereits bekannt und wurden in diesem Modul bereits kurz besprochen. Ergänzend zu diesen Erkenntnissen deuten neuere Studien (z.B. Knappe et al., 2019a; MOVE Beyond, 2019) darauf hin, dass insgesamt positive Ergebnisse in Bezug auf die körperliche und geistige Gesundheit und das Wohlbefinden von Migranten und Flüchtlingen, die in ihren Gastländern an sportlichen Aktivitäten teilnehmen, beobachtet wurden, die u.a. mit einer besseren Schlafqualität und kardiovaskulären Fitness, Gefühlen der Freude und Verbundenheit, verbesserter Disziplin und Sprachkenntnissen, einem Gefühl der Zielstrebigkeit und Zugehörigkeit, einem gesteigerten Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein sowie reduziertem Stress und Depressionen einhergehen. Eine sehr wichtige Erkenntnis aus der MOVE Beyond-Studie (2019) war, dass **Sport dazu beiträgt, Stereotypen und Vorurteilen entgegenzuwirken, kulturelle Barrieren abzubauen und Ansichten und Einstellungen zu verändern.**

Und genau hier wird deutlich, wie wichtig ein geeigneter Trainer für die Durchführung dieser Sportaktivitäten mit Migranten ist, da seine Rolle bei der Förderung der sozialen Integration von großer Bedeutung ist. Ein inklusiver Coach sollte in der Lage sein, sich in unterschiedliche Perspektiven einzufühlen und diese zu akzeptieren, er sollte in kulturellem Bewusstsein und traumainformierten Praktiken geschult sein und sicher im Umgang mit kultureller Heterogenität und dem Aufbau vertrauenswürdiger Verbindungen sein (Knappe et al., 2019b). Darüber hinaus stellen Morela et al. (2019) fest, dass ein Trainer, der mit Migrantengruppen arbeitet, Fürsorge und Mitgefühl für seine Athleten zeigen sollte, um ihnen zu helfen, sich stärker mit der Gemeinschaft verbunden zu fühlen und eine Atmosphäre zu schaffen, die motivierend ist und ihren Bedürfnissen und Anforderungen entspricht. Ein Coach/Trainer mit diesen Qualitäten kann durchaus selbst ein Flüchtling oder Einwanderer sein, und er sollte die notwendige Ausbildung haben, um dieser Aufgabe gewachsen zu sein. Leider scheint es an Wissen und Ausbildung von Sporttrainern zu mangeln, die ihnen helfen, auf die Bedürfnisse unterprivilegierter Gruppen wie Migranten und Flüchtlinge einzugehen und auf sie zu reagieren (Flores-Aguilar et al., 2018).

Was sind die charakteristischen Merkmale eines integrativen Coaches? (Angepasst von [Deloitte](#) & [Michael Page](#))

- **Verhalten mit Respekt und Fairness:** Inklusive Trainer respektieren die Rechte, den Wert und die Würde jedes einzelnen Sportlers als Mensch und schenken allen Beiträgen die gleiche Aufmerksamkeit und Wertschätzung. Sie zollen allen Menschen ungeachtet ihres Geschlechts, ihrer ethnischen Zugehörigkeit, ihrer Religion oder ihres Handicaps den gleichen Respekt und respektieren das Leistungsniveau und die Ziele jedes einzelnen Sportlers. Sie sprechen inakzeptables Verhalten an und lassen die Menschen so sein, wie sie wirklich sind.
- **Förderung der Zusammenarbeit:** Damit die Zusammenarbeit gelingt, müssen die Teammitglieder bereit sein, ihre Meinungen zu teilen. Coaches, die integrativ sind, sollten eine Atmosphäre schaffen, in der sich jeder in der Gruppe so fühlen kann, wie er ist.

Neben der Schaffung einer gemeinsamen Identität und einer Reihe von Zielen bemühen sie sich auch darum, das Gefühl zu fördern, "ein Team" zu sein, indem sie dafür sorgen, dass alle Teammitglieder die Fähigkeiten und das Fachwissen der anderen respektieren und anerkennen.

- **Emotionale und kulturelle Intelligenz:** Damit ein Coach wirklich inklusiv sein kann, muss er in der Lage sein, viele Standpunkte zu erkennen und zu verstehen, denn das Verständnis für unterschiedliche Kulturen und die Wertschätzung kultureller Vielfalt sind entscheidend. Sie sollten auch offen für neue Ideen sein, Fragen auf respektvolle Weise stellen und die Perspektiven von Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund und aus verschiedenen Kulturen hören.
- **Engagement:** Der Aufbau eines integrativen und vielfältigen Teams erfordert Zeit und Mühe. Inklusionscoaches sollten die ersten sein, die eine Willkommenskultur schaffen, und sie sollten ein starkes Gefühl der persönlichen Verantwortung für den Wandel haben.
- **Neugierde:** Um ihre blinden Flecken zu reduzieren und bessere Entscheidungen zu treffen, zeichnen sich integrative Coaches durch Offenheit und Neugierde aus. Die Fähigkeit von integrativen Führungskräften, respektvoll nachzufragen, anderen aktiv zuzuhören und eine Vielzahl von Ideen zu synthetisieren, ermöglicht ihnen nicht nur den Zugang zu einem breiteren Spektrum an Perspektiven, sondern gibt auch anderen in ihrer unmittelbaren Umgebung das Gefühl, geschätzt, respektiert und vertreten zu werden. Darüber hinaus vermeiden integrative Führungskräfte übereilte Entscheidungen, da sie sich bewusst sind, dass diese oft Vorurteile beinhalten und den freien Austausch von Ideen in ihren Teams behindern könnten.
- **Vorurteile verstehen:** Das Erkennen und Anerkennen von Vorurteilen und Diskriminierung sind die ersten Schritte zu deren Überwindung. Integrationsorientierte Trainer erkennen an, dass jeder ein gewisses Maß an Vorurteilen in sich trägt. Sie arbeiten daran, ihre eigenen Voreingenommenheiten zu erkennen und sich Strategien anzueignen, die verhindern, dass sie ihre Urteile verfälschen.
- **Empowerment und Wachstum:** Menschen mit unterschiedlichen Erfahrungen neigen dazu, unterschiedliche Weltanschauungen zu haben, was ihre Arbeitsweise beeinflussen kann. Ein integrativer Trainer muss dies akzeptieren und flexibel genug sein, um sich auf die Art und Weise einzustellen, wie Sportler ihre Übungen absolvieren.
- **Förderung der geistigen Gesundheit:** Eine Sportmannschaft oder ein Sportverein kann ein unfreundliches Umfeld für Menschen sein, die als "anders" wahrgenommen werden. Die Menschen um uns herum legen vielleicht keinen Wert auf Inklusivität, selbst wenn wir es tun. Obwohl es unmöglich ist, das Verhalten anderer Menschen zu kontrollieren, sollten Trainer sie zweifellos motivieren, sich zu verbessern.
- **Verlässlich:** Integrative Coaches stärken und unterstützen ihr Team nicht nur mit Worten, sondern auch mit Taten. Sie setzen ihren Status und ihre Macht ein, um Möglichkeiten für Fortschritte zu schaffen.

- **Engagiert über Vielfalt und Inklusion sprechen:** Gespräche über Vielfalt und Integration zwingen manche Menschen dazu, aus ihrer Komfortzone herauszutreten. Trotz des Unbehagens führen integrative Coaches die Gespräche weiter, und je öfter sie dies im Laufe der Zeit tun, desto wohler fühlen sich die meisten Menschen.

1.3.2 Hindernisse bei der Durchführung von Sportaktivitäten mit Migrantenbevölkerung

Bevor wir uns einigen konkreten Tipps und Vorschlägen für die Umsetzung von Sportaktivitäten mit Migranten zuwenden, ist es wichtig, zunächst einige der **Barrieren und Hindernisse** zu betrachten, die auf dem Weg dorthin auftreten können, wie im MOVE Beyond-Bericht (2019) beschrieben. Eines der am häufigsten genannten Hindernisse, sowohl für Migranten/Flüchtlinge als auch für Sportorganisationen/Vereine, war die **Sprache**. Die Unfähigkeit von Migranten/Flüchtlingen, die Landessprache zu lesen oder zu sprechen, macht es für sie schwierig, zu lernen, wie sie aktiv werden und sich mit den Sportangeboten oder der Kultur oder den Praktiken der Gruppe, die sie anbieten, vertraut machen können. Auf der anderen Seite fühlen sich auch die Sportorganisationen/-vereine unfähig und unsicher, wenn sie versuchen, in einer anderen, unbekanntem Sprache zu kommunizieren, und es fehlt ihnen sehr oft an geeignetem, sprachkundigem Personal, um dem entgegenzuwirken. Abgesehen von der Sprache behindert auch die **Kultur** oft das Engagement von Migranten in Sportaktivitäten und -vereinen, sei es, weil verschiedene nationale Kulturen aufeinandertreffen und nicht zusammenarbeiten können, oder weil die Sportkultur für viele unangemessene Verhaltensweisen beinhaltet (z.B. Fluchen oder Trinken).

Ein weiteres häufiges Hindernis ist das **mangelnde Engagement** der Migranten/Flüchtlinge. Die praktischen und psychologischen Auswirkungen des Umzugs in ein anderes Land (Verlust von Angehörigen, Stress, Depressionen, unsichere und prekäre Lebensbedingungen, langwierige Asylverfahren usw.) beeinträchtigen die Zeit und den Umfang des Engagements, das Migranten bereit sind, für den Sport aufzubringen. Einfach ausgedrückt: Es ist nicht ihre Priorität. Andere haben vielleicht nicht die geeigneten Unterstützungsnetzwerke, um sich um ihre Kinder zu kümmern, während sie Sport treiben, oder sie sind mit der Art und Weise, wie Sport in einem fremden Land organisiert und durchgeführt wird, sowie mit den Abläufen in Sportvereinen und -organisationen nicht vertraut. Dies kann dazu führen, dass Migranten/Flüchtlinge ein anderes Verständnis, eine andere Denkweise und andere Erwartungen daran haben, was es bedeutet, Mitglied eines Teams zu sein. Außerdem **fehlt es** ihnen oft **an den finanziellen Mitteln**, die sie für sportliche Aktivitäten benötigen, da oft zahlreiche Kosten wie Mitgliedsbeiträge, Ausrüstung, Uniform und Transport anfallen.

Der begrenzte Zugang zu geeigneten Räumen und Einrichtungen für die Ausübung des Sports wird ebenfalls als wichtiges Hindernis angesehen, das es zu überwinden gilt. Die Kosten und die Unerfahrenheit im Umgang mit öffentlichen Verkehrsmitteln werden genannt, da die

Sportstätten manchmal sehr weit entfernt sind. Es wird aber auch das Gefühl der Sicherheit erwähnt - sowohl psychologisch als auch physisch. Die derzeitigen Sporteinrichtungen sind vielleicht nicht immer die ermutigendste Umgebung; gelegentlich wird besondere Kleidung verlangt oder erwartet. Die Einrichtungen können gemischt sein, was die Chancen auf geschlechtsspezifische Aktivitäten verringert. Oder die Orte können für diejenigen, die unter Angst und Stress im Zusammenhang mit der Akkulturation leiden, übermäßig laut und überfüllt sein.

Andere, weniger erwähnte, aber dennoch bestehende Hindernisse haben damit zu tun, dass bestimmte Sportarten, die Flüchtlinge in ihrem Heimatland betrieben haben, in ihrem neuen Gastland entweder *nicht verfügbar oder weniger verbreitet* sind, was dazu führt, dass Migranten/Flüchtlinge kaum eine Chance haben, ein geeignetes Sportangebot in der lokalen Gemeinschaft zu finden. Außerdem haben sie möglicherweise eine *andere Einstellung zum Sport*, wenn sie in ihrem Heimatland keinen Freizeitsport betreiben konnten.

Auf der anderen Seite *scheinen die Sportorganisationen nicht immer bereit zu sein*, ihre Strategien zu ändern, um Migranten besser aufzunehmen. Einige Vereine konzentrieren sich beispielsweise nur auf den Wettbewerb und beschränken die Mitgliedschaft auf die vielversprechendsten Kandidaten, indem sie strenge körperliche Anforderungen und Standards auferlegen. Die Ziele der Vereine sind nicht unbedingt mit der Betonung des Spiels, des Vergnügens und der Beziehungen innerhalb der Organisation vereinbar. Dieser Unwille geht häufig auch mit *Unwissenheit über Migranten* und mangelnden Kenntnissen und Fähigkeiten der Mitarbeiter der Sportorganisationen einher, die sie aufnehmen müssen. In diesem Sinne ist eines der größten Probleme der Sportorganisationen, das richtige Personal zu finden und zu schulen. Doch selbst wenn der Wille vorhanden ist, fehlt es manchmal an spezifischem Wissen, insbesondere in Bezug auf den Umgang mit psychischen Problemen, was dazu führt, dass sich die Beteiligten nicht in der Lage fühlen, Migranten bei ihrem psychosozialen Wohlbefinden zu helfen.

Eine der am häufigsten genannten Herausforderungen für Sportorganisationen bei der Durchführung von Aktivitäten mit Migranten ist die *Sicherung nachhaltiger Mittel* und Finanzierung. Zusätzlich zu den eingeschränkten öffentlichen Mitteln berichten die Akteure, dass die Finanzierung meist projektbezogen ist und dass Initiativen eher aufgegeben werden, wenn es keine unterstützenden Zuschüsse gibt. Wenn dies geschieht, beginnen die Flüchtlinge an den Absichten der beteiligten Organisationen zu zweifeln und zögern, sich zu beteiligen.

Schließlich werden die Dinge kompliziert, wenn Migranten und Flüchtlinge versuchen, bei *offiziellen Wettbewerben im Leistungssport* zugelassen zu werden. Die Sportorganisation benötigt die Erlaubnis von mehreren nationalen Dachverbänden, von denen einer das Heimatland des Flüchtlings ist, das unter Umständen schwer zu erreichen ist. Noch heikler und schwieriger wird die Situation, wenn ein Flüchtling sein Heimatland aus Angst vor Verfolgung verlässt.

Auch wenn die Hindernisse zahlreich und vielschichtig sind, bedeutet das nicht, dass sie nicht überwunden werden können, wenn sowohl Sportorganisationen als auch Migranten zusammenarbeiten, um Maßnahmen zu entwickeln, die auf ihren Bedürfnissen und Fähigkeiten basieren.

1.3.3 Praktische Tipps zur Einbeziehung von Migranten in sportliche Aktivitäten

Trotz aller Unterschiede und eines schwierigen politischen Umfelds haben mehrere europäische Nationen in den letzten Jahren Migranten in ihre Gemeinschaften aufgenommen. Viele Organisationen, Sportteams und Einzelpersonen bemühen sich um die konstruktive Einbeziehung und das Engagement von Flüchtlingen in Gesellschaft und Sport. Der erste Schritt im Integrationsprozess durch den Sport ist die Erkenntnis, dass Migranten Menschen sind und als solche grundlegenden Respekt benötigen und verdienen. Als Sporttrainer oder Sportorganisation sollten Sie sich von Neugier und Interesse leiten lassen, um mehr über ihre Kulturen und Persönlichkeiten zu erfahren. Dabei sollten Sie bedenken, dass die Geschichte dieser Menschen wahrscheinlich eher unangenehm ist und von Ereignissen und schwierigen Situationen geprägt ist, die wir nicht einmal ansatzweise verstehen können. Starke Entschlossenheit und Widerstandsfähigkeit werden Ihnen helfen, auf dem Weg zu einer guten und dauerhaften Veränderung zu bleiben.

In diesem Abschnitt werden einige nützliche Tipps und Taktiken für Trainer, Organisationen oder Sportvereine vorgestellt, wie sie die Arbeit mit Migranten und Flüchtlingen beginnen können, zusammen mit nützlichen Überlegungen, die auf den [Empfehlungen](#) und Ressourcen [des IRTS](#) basieren:

- 1. Informieren Sie sich über die Richtlinien und Vorschriften, die in Ihrem Land gelten:** In manchen Ländern gelten andere Gesetze, Bräuche und Definitionen als in anderen, und zwar aufgrund einer Reihe von Faktoren wie Aufenthaltsdauer, Herkunftsort usw. Informieren Sie sich über die Gesetze in Ihrem Land, in Ihrer Gemeinde und über das Sportsystem.
- 2. Sport ist kein Allheilmittel:** Sport ist keine Lösung für alle auftretenden Probleme, aber er kann ein Mittel sein, um positive Ergebnisse für die Ausübenden zu erzielen. Durch ihre Teilnahme können Migranten, vor allem junge, Werte wie Ethik, Integrität, Respekt, Zusammenarbeit, Loyalität und Hingabe erwerben, lernen, mit Erfolg und Misserfolg umzugehen, sich Ziele zu setzen, hart zu arbeiten, in Gruppen zusammenzuarbeiten, die Ideen anderer zu respektieren und sich an die Regeln zu halten. Das Sporttreiben fördert auch moralische Grundsätze wie Solidarität, Teamwork, Toleranz und Fairness. Darüber hinaus stärkt das Engagement das Gefühl der Akzeptanz und der Einbindung. Daher kann der Sport eine wichtige Rolle bei der Förderung des Engagements von Einwanderern in der Gemeinschaft spielen.

3. **Fokus auf Sport:** Flüchtlinge und Migranten tragen oft ihre Vergangenheit und ihre Geschichten mit sich herum, was ein höheres Risiko für psychische Probleme mit sich bringt. Konzentrieren Sie sich auf Ihre Haupttätigkeit, d.h. Sport oder körperliche Betätigung, aber seien Sie darauf vorbereitet, sie an geeignete Fachleute oder Institutionen zu verweisen, die ihnen bei anderen Schwierigkeiten helfen können.
4. **Seien Sie auf Rückschläge vorbereitet:** Manchmal klappt es trotz aller Bemühungen, die Sie und Ihr Team unternommen haben, einfach nicht, sei es aus internen oder externen Gründen. Sie können nicht jedem helfen und nicht alles erreichen, aber das ist in Ordnung. Anstatt sich über Hindernisse auf Ihrem Weg zu sorgen, feiern Sie Ihre kleinen, aber effektiven Siege und die Wirkung, die Sie im Leben von Migranten erzielt haben.
5. **Holen Sie die Zustimmung Ihres Vereins ein, bevor Sie mit Migranten arbeiten:** Sprechen Sie unbedingt mit Ihrem Verein oder Verband über die Einbeziehung von Migranten und Flüchtlingen, denn sowohl der Vorstand als auch die Vereinsmitglieder sollten dem Gedanken zustimmen. Stellen Sie sicher, dass jeder weiß, was getan werden kann, wie viele Ressourcen zur Verfügung stehen, was angeboten werden kann, wer sich dafür engagieren kann und ob irgendwelche neuen Regelungen sofort umgesetzt werden müssen.
6. **Nehmen Sie Kontakt mit Migrantenorganisationen auf:** Wenn Ihre Organisation/Ihr Verein damit einverstanden ist, Migranten in die Sportaktivitäten einzubeziehen, ist es an der Zeit, den Kontakt herzustellen. In einigen Fällen liegt es vielleicht an Ihnen, die Migranten einzuladen, da sie sich nicht von selbst melden und daher wahrscheinlich nichts von Ihren Aktivitäten erfahren werden. In diesem Fall müssen Sie sich möglicherweise an Agenturen und Institutionen wenden, die Flüchtlinge unterstützen. Finden Sie heraus, welche lokalen Einrichtungen sich mit dieser Arbeit befassen und welche Möglichkeiten und Initiativen es in Ihrer Stadt oder Gemeinde gibt, um Migranten zu helfen. Wenden Sie sich an die Stadtverwaltung, religiöse und Bildungseinrichtungen, Wohlfahrtsverbände und Flüchtlingsinitiativen. Der Aufbau eines Netzwerks von Mitarbeitern, die ein gemeinsames Ziel verfolgen, garantiert die engagierte Beteiligung von Migranten und erleichtert das Fortschreiten, die Ausweitung und die Weiterentwicklung ähnlicher Initiativen in der Zukunft.
7. **Bitten Sie um Hilfe:** Wenn Sie beginnen, sich für Flüchtlinge zu engagieren, kann es einige Herausforderungen geben, z. B. das "Wie" und Finanzierungsfragen. Die Kontaktaufnahme mit Vereinen und Gruppen, die bereits Migranten unterstützt haben, wird Ihnen dabei helfen, die beste Vorgehensweise zu bestimmen. Wenn Sie nicht um Hilfe bitten, werden Sie diese auch nicht erhalten. Die meisten Vereine und Gruppen sind gerne bereit, sich einen Moment Zeit zu nehmen, um ihre eigenen Erfahrungen zu teilen und Ratschläge zu erteilen.
8. **Beginnen Sie mit einfachen und unterhaltsamen Aktivitäten:** Wir empfehlen, relativ einfache Aktivitäten zu finden und zu organisieren, an denen sich jeder anfangs aktiv beteiligen kann. Alles an den Aktivitäten sollte allen Spaß machen und ein

wiederholbares, einfaches Format haben. Denken Sie zum Beispiel an Gesellschaftsspiele oder Tage, die sportlichen Aktivitäten gewidmet sind.

- 9. Schauen Sie nach innen:** Trotz unserer Wahrnehmung, dass wir Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund akzeptieren, kann die Arbeit mit Flüchtlingen anfangs eine Herausforderung sein. Wie bereits erwähnt, sollten Sie einige Zeit damit verbringen, über Ihre eigenen Vorurteile und Vorurteile sowie die der Gesellschaft nachzudenken. Diskutieren Sie diese mit den anderen Clubmitgliedern. Führen Sie Umfragen durch, um mehr über die Sprachen, Kulturen und Religionen der Menschen, mit denen Sie arbeiten, herauszufinden. Seien Sie bereit, aus Ihrer Komfortzone herauszutreten und neue Dinge zu lernen.
- 10. Es gibt keine Einheitsgröße für alle:** Eine Einheitsstrategie wird nicht funktionieren, wenn Sie mit einer Gruppe von Migranten oder Flüchtlingen Sport treiben, denn es gibt verschiedene Untergruppen wie Kinder, Jugendliche, erwachsene Männer und Frauen, Familien, LGBT-Menschen, verschiedene Ethnien und Religionen usw. Um sicherzustellen, dass alle teilnehmen können, sollten Sie flexibel und offen für die Entwicklung von Aktivitäten sein, die auf die Bedürfnisse Ihrer Zielgruppe zugeschnitten sind. Fragen Sie sie, was sie brauchen und was sie gerne tun würden, wenn Sie gemeinsam mit ihnen Aktivitäten entwerfen. Frauen sollten besondere Aufmerksamkeit erhalten und die Möglichkeit haben, in separaten, ausschließlich weiblichen Gruppen zu üben.
- 11. Teilen bedeutet Fürsorge:** Laden Sie die Menschen, mit denen Sie zusammenarbeiten, dazu ein, ein wenig von ihrer Kultur mit Ihnen zu teilen, sobald Sie eine Beziehung zu ihnen aufgebaut haben und sie sich wohlfühlen (z. B. traditionelle Speisen, eine neue Sportart oder einen Tanz). Versuchen Sie, neue Dinge zu lernen und für ihre Ideen und Initiativen offen zu sein.
- 12. Beziehen Sie Migranten und Flüchtlinge mit Aufenthaltsgenehmigung ein und fördern Sie ihre Führungsqualitäten:** Eine gute Idee wäre es, Migranten, die sich bereits gut in den Sportverein, die Organisation oder die lokale Gemeinschaft eingefügt haben, mit Aufgaben zu betrauen. Sie können als Übersetzer, Vorbilder und Ansprechpartner dienen oder Traineraufgaben für Gleichaltrige übernehmen. Durch ihre aktive Teilnahme an diesen Aktivitäten werden sie sich als Teil der Gesellschaft fühlen, in der sie jetzt leben, und die verschiedenen Möglichkeiten entdecken, die sich ihnen bieten.
- 13. Legen Sie gemeinsam einen Verhaltenskodex fest und halten Sie ihn ein:** Definierte Rollen und Regeln für alle Mitglieder des Sportvereins oder der Organisation helfen bei der Anpassung an gesellschaftliche Normen. Die Zusammenarbeit mit Flüchtlingen bei der Entwicklung eines Verhaltenskodex garantiert, dass diese Richtlinien von allen akzeptiert und eingehalten werden. Wenn jedoch Regeln gebrochen werden, ist es wichtig, sich mit dem Verhalten und nicht mit der Person zu befassen und herauszufinden, warum der Vorfall überhaupt stattgefunden hat.
- 14. Hören Sie nie auf zu lernen:** Es mangelt an Wissen und allgemeinem Bewusstsein über die Lebensumstände und Sichtweisen von Flüchtlingen, mit denen wir zu tun haben. Die

Teilnahme an einer Vielzahl von Schulungen, Konferenzen und Workshops wird Ihnen helfen, mehr zu lernen und Ihr Fachwissen in diesem Bereich zu erweitern. Auch Online-Ressourcen können Ihnen helfen, sich weiterzubilden.

- 15. Ein Coach ist in erster Linie ein Rollenmodell:** Wie wir bereits erwähnt haben, färbt die Art und Weise, wie Sie sich verhalten, auf Ihre Auszubildenden und Kollegen ab. Seien Sie auch für Ihre Mitarbeiter und Freiwilligen ein Vorbild, indem Sie sie ermutigen, mehr über das Thema zu lernen.
- 16. Die Sprache ist Teil des Spiels:** Wie im vorigen Abschnitt erwähnt, stellt die Sprache oft ein Hindernis für die Teilnahme von Migranten an sportlichen Aktivitäten in ihrem Gastland dar. Es ist wichtig, dass Sie die Sprache des Gastlandes häufig sprechen, um sie gut zu lernen. Kommunizieren Sie mit Ihren Auszubildenden deutlich und in wenigen Worten in Ihrer Muttersprache. Erkundigen Sie sich, ob sie die Möglichkeit haben, Ihre Sprache zu lernen und seien Sie bereit, einige einfache, aktivitätsbezogene Vokabeln und Sätze in ihrer Sprache zu lernen; setzen Sie bei Aktivitäten beide ein. Auch Ihre nonverbalen Signale und Ihre Körpersprache sind für eine effektive Kommunikation von entscheidender Bedeutung, aber achten Sie darauf, dass Ihre Gesten von anderen verstanden werden.

Besondere Berücksichtigung von Migrantinnen und Mädchen

Wenn sie geschlechtsspezifisch ausgerichtet sind, z.B. durch Programme, die ausschließlich Frauen und Mädchen zugute kommen, oder indem sie ihnen Chancen bieten, die speziell ihre Bedürfnisse und Vorlieben berücksichtigen, dann können sportliche Aktivitäten ihr Potenzial für die soziale Eingliederung tatsächlich entfalten. Laut dem Leitfaden *Inclusion of Migrants in and through Sports* (2012) geht es für Frauen und Mädchen mit Migrationshintergrund, insbesondere aus muslimischen Ländern, bei der Inklusion im und durch Sport um die Einbindung in die Kultur des Aufnahmelandes und in ihre eigene ethnische Gemeinschaft, da sie von dieser stärker eingebunden oder kontrolliert werden. Dies bedeutet, dass Sportaktivitäten, die sich speziell an muslimische Frauen und Mädchen richten, die Möglichkeit berücksichtigen müssen, dass diese Gemeinschaften religiöse oder kulturelle Normen haben, die die Interaktion zwischen Männern und Frauen oder die Entblößung des Körpers einschränken. Die Sportprogramme sollten diese Probleme berücksichtigen und ansprechen, anstatt einfach nur die Einhaltung zu verlangen. Dazu kann es gehören, weibliche Mitarbeiter als Trainerinnen einzustellen, Sport in geschlechtsspezifischen Gruppen anzubieten und Männern den Zugang zu verweigern, damit sie Frauen nicht beim Training zusehen können. Ein weiteres Problem, das berücksichtigt werden muss, ist die Tatsache, dass Migrantinnen abends Hausarbeit verrichten und dass es insbesondere Mädchen verboten ist, lange aufzubleiben.

Es wird also deutlich, dass interkulturelles Wissen bei der Gestaltung und Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten unerlässlich ist, insbesondere wenn religiöse Praktiken und

Traditionen das soziale Verhalten der Menschen stark beeinflussen. Außerdem sollten sportliche Aktivitäten dort durchgeführt werden, wo Migrantinnen sie leicht erreichen und ihren Alltag verbringen können, z.B. in Schulen, Jugendzentren oder religiösen Stätten. Diese Orte sollten allgemein bekannt und von den Familien akzeptiert sein und in ihrer Nähe liegen, um Sicherheit und Vertrauen zu vermitteln.

Das Hauptziel vieler Sportprogramme für Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund sollte darin bestehen, sie mit Gleichaltrigen aus anderen Ländern und Kulturen zusammenzubringen und so das interkulturelle Verständnis zu fördern. Abgesehen davon schafft Sport ein Umfeld für Interaktionen zwischen Menschen, die sonst vielleicht nicht in Kontakt kommen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es bei der Konzeption und Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten wichtig ist, dass der Trainer und/oder die Sportorganisation von den Werten der Inklusion, des Einfühlungsvermögens und des interkulturellen Bewusstseins geprägt ist, um sicherzustellen, dass diese Initiativen auf die tatsächlichen Bedürfnisse der Zielgruppen zugeschnitten sind. Wenn Sie sich der vielen Hindernisse bewusst sind, mit denen diese Bevölkerungsgruppen bei ihrem Versuch, körperlich aktiv zu werden, konfrontiert sind, und ihre Bedürfnisse und besonderen Situationen berücksichtigen, kann dies Ihnen und Ihrer Organisation helfen, die geeigneten Maßnahmen zu planen. Neben der Sensibilisierung für Kultur und Trauma ist es wichtig, dass diese sportlichen Aktivitäten an leicht zugänglichen Orten stattfinden, z.B. in der Nachbarschaft oder in Schulen, um die Teilnahme und das Engagement der Migranten zu erleichtern. Kontinuierliches Training und Lernen sind ebenfalls ein Muss, damit die Beteiligten ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten verbessern können. Weitere Einzelheiten zu den Besonderheiten der Arbeit und der Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten und Flüchtlingen werden in den folgenden Modulen dieses Bildungscurriculums analysiert.

Aktivitäten

Die folgenden Aktivitäten wurden aus dem MOVE & LEARN Handbuch (2013) übernommen. Die Zeiten sind Richtwerte und können - und sollten - natürlich je nach den Zielen und Bedürfnissen der Trainer angepasst werden.

Aktivität 1

Titel der Aktivität	Eine Partie Himmel und Hölle
Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> • Die multikulturellen Facetten des Sports zu verstehen. • Die Beziehungen zwischen Kultur und Sport zu verstehen.

<p>Lernergebnisse</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Diskutieren Sie kulturelle, ethische und menschenrechtliche Fragen aus der Sicht der Teilnehmer. • Untersuchen Sie, wie diese Themen ihr Leben und ihre Entscheidungsprozesse beeinflusst haben.
<p>Dauer</p>	<p>~40 Minuten</p>
<p>Benötigte Materialien/Ausrüstung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zugang zu einem Bereich, in dem die Aktivität durchgeführt werden kann. • Laptop, Projektor, Leinwand/Wand, Flipchart-Papier, Stift und Papiere • Shrek Zwiebel Clip • Wie man Himmel und Hölle spielt Video
<p>Beschreibung der Aktivität</p>	<p><u>Vorbereitung</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Nachdem Sie den Laptop und den Projektor aufgestellt haben, überprüfen Sie, ob die Videos abgespielt werden. • Bereiten Sie das Flipchart für die Zwiebelübung vor. <p><u>Durchführung der Übung</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Zeigen Sie den Teilnehmern das Shrek-Zwiebel-Video. Fordern Sie sie zum Nachdenken auf: Ähnlich wie eine Zwiebel besteht jeder Mensch aus einer Vielzahl von Schichten, die ihn prägen, die ihn im Leben ständig beeinflussen und die seinen Entscheidungsprozess beeinflussen. Die Teilnehmer verwenden die Metapher der Zwiebel, um fünf Minuten lang über sich selbst nachzudenken, über die Schichten, die sie ausmachen, wie sie beeinflusst werden usw. • <u>Übergangsfrage:</u> Bitten Sie die Teilnehmer, ihre erste Erinnerung an Sport oder körperliche Betätigung zu schildern und zu erklären, warum diese Erinnerung bei ihnen hängen geblieben ist (ca. 5 Minuten). • <u>Spielen Sie das Spiel:</u> Bitten Sie die Teilnehmer, entweder in Gruppen oder einzeln ihre Variante des Himmel-und-Hölle-Spiels oder ein ähnliches traditionelles Spiel aus ihrem Land vorzustellen (10-15 Minuten). • <u>Reflektieren Sie:</u> Geben Sie den Teilnehmern ein paar Minuten Zeit, um über Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen den Spielvarianten nachzudenken und zu diskutieren. Nehmen Sie sich danach 10-15 Minuten Zeit, um gemeinsam über die folgenden Fragen nachzudenken:

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Welchen Einfluss hat der Sport auf die Kultur? ○ Welchen Einfluss hat die Kultur auf den Sport? ○ Was sind einige der interkulturellen Aspekte des Sports? ○ Wenn sie möchten, können sie über die Ebenen sprechen, über die sie im ersten Teil nachgedacht haben, und darüber, ob sie Vorurteile ihnen gegenüber festgestellt haben (wie Esel, der über Oger voreilige Schlüsse zieht - "sie stinken", "nicht jeder mag Zwiebeln", usw.). Da es sich hierbei um heikle Informationen handeln könnte und nicht jeder darüber sprechen möchte, ist dieses Thema optional.
Links/externe Ressourcen	<p>Shrek-Zwiebel-Clip https://www.youtube.com/watch?v=zUQ9bjBfiRk Himmel und Hölle https://www.youtube.com/watch?v=Q5eflbt30Cg</p>

Aktivität 2

Titel der Aktivität	Der Tausendfüßler
Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> - Die Idee der Erziehung durch Sport zu präsentieren. - Die Unterschiede zwischen der Erziehung durch, von und für den Sport hervorheben. - Verbesserung der Zusammenarbeit und der Kommunikationsfähigkeiten. - Das Bewusstsein für Diskriminierung schärfen.
Lernergebnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Die körperliche Übung soll die Aufmerksamkeit der Teilnehmer auf die Idee der Erziehung durch Sport lenken, indem sie den Unterschied zwischen der Erziehung für, durch und durch Sport verdeutlicht. • Die Aktivität wird auch dazu dienen, das Thema Vorurteile anzusprechen.
Dauer	~35-40 Minuten
Benötigte Materialien/Ausrüstung	<ul style="list-style-type: none"> • Halstücher oder Schals - so viele wie nötig, je nach Anzahl der Teilnehmer • Ein sicherer Raum für die Durchführung der Aktivität je nach Größe der Gruppe. • Flipchart-Papier und Marker.

Beschreibung der Aktivität

Vorbereitung:

- Markieren Sie den Raum für die Aktivität (falls erforderlich).
- Bereiten Sie die Schals für die Teams vor.
- Erklären Sie die Regeln und lassen Sie sie klar und deutlich formulieren oder auf einem Flipchart aushängen.
- Bereiten Sie Fragen für die Nachbesprechung vor.
- Vorbereitung für den Schiedsrichter.

1st Phase - Einzelspiel: Jede Person erhält einen Schal oder ein Kopftuch. Ihre Aufgabe ist es, es den anderen Teilnehmern wegzunehmen, ohne ihr eigenes zu verlieren. Die Halstücher sollten auf dem Rücken jeder Person in die Hose gesteckt werden, so dass mindestens die Hälfte sichtbar ist, damit die anderen sie fangen können. Das Spiel kann als Aufwärmübung gespielt werden (5 Minuten).

2nd Phase - Teamspiel: Wenn möglich, teilen Sie Ihre Gruppen in Teams von idealerweise 4 Personen auf. Stellen Sie einen Schiedsrichter vor, der die korrekte Durchführung der Übung überwacht und Punkte vergibt. Teilen Sie den Teams mit, dass sie sich wie ein Tausendfüßler verhalten sollen, indem sie sich jeweils an dem Spieler vor ihnen festhalten und sich gemeinsam wie ein Team bewegen. Ihr Ziel ist es, den Schal zu stehlen, den das letzte Mitglied der gegnerischen Mannschaft(en) trägt. Punkte und Siege zählen nur, wenn die Personenketten ungebrochen bleiben. Spielen Sie das Spiel etwa 10 Minuten lang.

3rd Phase - Teamspiel mit einem Twist: Nach einer kurzen Pause, in der jedes Team in Ruhe überlegen kann, wie es gewinnen kann, laden Sie die Teams erneut zum Spiel ein. Diesmal muss der Schiedsrichter jedoch ein oder mehrere Teams offen benachteiligen. Dies kann in vielen verschiedenen Formen geschehen, z.B. indem er den anderen Teams diskrete Gesten wie High Fives gibt, während er das benachteiligte Team ignoriert, dem favorisierten Team Punkte für die Ermutigung anderer und den Teamgeist gibt oder dem diskriminierten Team aus verschiedenen Gründen Punkte abzieht. Die Rolle des Schiedsrichters sollte jemandem zugewiesen werden, der während der gesamten Übung seinen Charakter bewahren kann, um sie realistisch zu gestalten. Es sollte ein allmählicher Übergang von der Unparteilichkeit zur offensichtlichen Bevorzugung einiger Teams bei gleichzeitiger Benachteiligung der anderen Teams stattfinden. Spielen Sie weitere 10 Minuten.

Nachbesprechung & Reflexion: Da diese Übung ein gewisses Maß an emotionalem Einsatz erfordert, sollten die Teilnehmer - insbesondere die des Unterscheidungsteams - genügend Zeit haben, um aus ihrer Rolle herauszukommen und sich zu entspannen. Nehmen Sie sich nach der Übung etwas Zeit, um zu besprechen, was die Teilnehmer gelernt haben und wie sie glauben, dass es auf ihr eigenes Leben und ihre Gemeinschaften zutrifft. Fragen Sie sie auch nach ihren Gefühlen während der Übung, ob und wie es ihnen gelungen ist, zusammenzuarbeiten, auf welche Probleme sie gestoßen sind, wie die Spieler die Diskriminierung oder Bevorzugung, mit der sie konfrontiert waren, empfunden haben usw. (ca. 15 Min.).

Schlussfolgerungen

Während dieses Einführungsmoduls des Bildungscurriculums für Sporttrainer und -coaches, die bereits mit Migranten arbeiten oder daran interessiert sind, mit ihnen zu arbeiten und sie in ihre sportlichen Aktivitäten einzubeziehen, hatten die Lernenden die Möglichkeit, sich mit der Methodik "Bildung durch Sport" und den Prinzipien vertraut zu machen, die die Philosophie dieses Curriculums und des STS-Projekts insgesamt leiten. Natürlich kann die ETS-Methodik auch von den Lernenden und ihren Organisationen genutzt und erweitert werden, um ihren Nutznießern durch Sport wichtige Werte und Lebenskompetenzen zu vermitteln. Darüber hinaus haben wir einige Grundlagen allgemeiner Coaching-Fähigkeiten besprochen, die den Lernenden vielleicht bereits bekannt sind, aber dennoch regelmäßig in Erinnerung gerufen werden sollten. Außerdem haben wir "an der Oberfläche gekratzt", was die Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten und Flüchtlingen mit sich bringt.

Quiz

Frage 1 - Wenn ein Trainer sich ausschließlich darauf konzentriert, die körperliche Leistung der Sportler zu verbessern, nennt man das:

- a. Bildung durch Sport
- b. Erziehung durch Sport
- c. Bildung für Sport
- d. Keiner der oben genannten Punkte

Frage 2 - Ein Coach kann beim Coaching mehrere Rollen einnehmen, zum Beispiel die eines Lehrers, Mentors und Organisators.

- a. Wahr

b. Falsch

Frage 3 - Ein Trainer kann als Motivationsquelle für seine Sportler fungieren, indem er:

- a. Ziele setzen
- b. sich selbst zu bewerten
- c. Versagen nicht bestrafen
- d. Konstruktives Feedback an die Athleten geben
- e. alle der oben genannten Punkte
- f. nichts von alledem

Frage 4 - Eine der größten Herausforderungen bei der Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten ist die Sprache.

- a. Wahr
- b. Falsch

Frage 5 - Was sind einige der charakteristischen Merkmale eines integrativen Coaches?

- a. Das Verständnis von Vorurteilen
- b. Commitment
- c. Emotionale Intelligenz
- d. Alle oben genannten Punkte
- e. Keiner der oben genannten Punkte

Weitere Lektüre

[Ressourcen für den Einsatz von Sport in der Arbeit mit Flüchtlingen](#) von sportanddev.org

Referenzen

Andonova, D., Acs, M., Holmes, D. (2013). *MOVE & LEARN. Trainingshandbuch für nicht-formale Bildung durch Sport und körperliche Aktivitäten mit jungen Menschen*. Internationale Vereinigung für Sport und Kultur. Abgerufen von <https://www.moveandlearn.org/files/Move&Learn.pdf>. Abgerufen am 31/01/2024.

- Bailey, R. (2005). Bewertung der Beziehung zwischen Leibeserziehung, Sport und sozialer Integration. *Educational Review*, 57(1), 71-90.
- Brander, P., De Witte, L., Ghanea, N., Gomes, R., Keen, E., Nikitina, A., Pinkeviciute, J. (2020). *COMPASS-Handbuch für die Menschenrechtsbildung mit jungen Menschen*. 2nd Ausgabe, aktualisiert in 2020. Europarat. Verfügbar unter <https://www.coe.int/en/web/compass>. Abgerufen am 31/01/2024.
- Projekt "Gesunde Gemeinschaften aufbauen, Chancen verändern". (2019). *Was ist Erziehung durch Sport?*. Abgerufen von <https://sportlearning.eu/education-through-sport/>. Abgerufen am 18/12/2023.
- Douge, B. (2012). Coaching-Stile und -Fähigkeiten. In Pyke, F. (2012). *Coaching excellence*. Human Kinetics.
- Flores-Aguilar, G., Hinojosa-Alcalde, I., Hofmann, H., Garcia, J., Llerena, A., Nuber, V., Llanes, M., Rillo-Albert, A., Serra Payeras, P., Solanas, J., Soler Prat, S. (2023). *FUTURE ++ Sport und soziale Eingliederung: Zukunft für Kinder ++*. Abgerufen von https://www.researchgate.net/publication/376716848_FUTURE_Sport_and_Social_Inclusion_Future_for_Children. Abgerufen am 17/01/2024.
- Friesen, W. (2017). *Coaching: Unser Werkzeug, um Menschen zu helfen, ihr volles Potenzial zu erreichen*. Mailing Systems Technology. Abgerufen von <https://mailingsystemstechnology.com/article-4178-Coaching-Our-Tool-to-Help-People-Reach-Their-Full-Potential.html>. Abgerufen am 06/02/2024.
- Garcia-Falgueras, A. (2015). Psychologischer Nutzen von Sport und körperlichen Aktivitäten. *British Journal of Education, Society & Behavioural Science*, 11(4), 1-7.
- Hartmann, D., & Kwauk, C. (2011). Sport und Entwicklung: Ein Überblick, Kritik und Wiederaufbau. *Zeitschrift für Sport und soziale Fragen*, 35(3), 284-305.
- Hinch, W. (2016). *10 wirklich effektive Wege, Ihr Sportteam zu motivieren*. Pitcher. Abgerufen von <https://blog.pitchero.com/10-really-effective-ways-to-motivate-your-sports-team>. Abgerufen am 06/02/2024.
- Jespersen, E. (2009). 17. Erziehung durch Sport: Auf dem Weg zur Anerkennung der populären Praxis. *Sport, Ethik und Philosophie*, 3(3), 426-440.
- Knappe, F., Colledge, F., & Gerber, M. (2019a). Auswirkungen einer 8-wöchigen Bewegungs- und Sportintervention auf Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung, psychische Gesundheit und körperliche Fitness bei männlichen Flüchtlingen in einem griechischen Flüchtlingslager. *Internationale Zeitschrift für Umweltforschung und öffentliche Gesundheit*, 16(20), 3904.
- Knappe, F., Colledge, F., & Gerber, M. (2019b). Herausforderungen bei der Implementierung eines Interventionsprogramms für Bewegung und Sport in einem griechischen Flüchtlingslager: ein Bericht aus der Praxis. *Internationale Zeitschrift für Umweltforschung und öffentliche Gesundheit*, 16(24), 4926.

- Kolb, D. A. (1984). *Erlebnisorientiertes Lernen: Erfahrung als Quelle des Lernens und der Entwicklung* (Bd. 1). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Mallett, C. (2012). Rollen und Verantwortlichkeiten des Coaches. In Pyke, F. (2012). *Coaching Excellence*. Human Kinetics.
- Martens, R. (2012). *Erfolgreiches Coaching* (4th Edition). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martin, D., Carl, K., & Lehnertz, K. (2000). *Schulungshandbuch. Verbindung von Theorie und Aktion*. 2. Auflage, Komotini: ΑΛΦάΒΗΤΟ. [Auf Griechisch].
- Morela, E., Elbe, A. M., Theodorakis, Y., & Hatzigeorgiadis, A. (2019). Sportbeteiligung und Akkulturationsstress von jungen Migranten in Griechenland: The role of sport motivational environment. *Internationale Zeitschrift für interkulturelle Beziehungen*, 71, 24-30.
- MOVE Beyond Projekt. (2019). *Hindernisse und zukünftige Möglichkeiten für Sport- und Nicht-Sport-Organisationen, Sport und körperliche Aktivitäten für die Integration von Flüchtlingen zu nutzen Ergebnisse einer Befragung von Interessengruppen im Rahmen des MOVE Beyond Projekts*. Abgerufen von https://irts.isca.org/pdf/MOVE_Beyond_Barriers_and_Future_Opportunities.pdf. Abgerufen am 26/01/2024.
- Patsiaouras, A. (2015). ΓΕΝΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ [Kapitel]. In Patsiaouras, A. 2015. *Η προπονητική της πετοσφαίρισης* [Undergraduate textbook]. Kallipos, Open Academic Editions. <https://hdl.handle.net/11419/3217>
- Psychologie Heute (n.d.). *Motivation*. Online-Artikel abgerufen von <https://www.psychologytoday.com/us/basics/motivation>. Abgerufen am 06/02/2024.
- Rueggsegger, G. N., & Booth, F. W. (2018). Gesundheitlicher Nutzen von Bewegung. *Cold Spring Harbor Perspektiven in der Medizin*, 8(7), a029694.
- Schwenzer, V. (2016). *Gleicher Zugang für Freiwillige mit Migrationshintergrund zu Sportvereinen in Europa. Eine Basisstudie*. European Sport Inclusion Network. Abgerufen von https://sportinclusion.net/files/ESPIN_Baseline_Study_Equal_access_for_migrant_volunteers_to_sports.pdf. Abgerufen am 19/01/2024.
- Smith, R., Spaaij, R., & McDonald, B. (2019). Integration von Migranten und kulturelles Kapital im Kontext von Sport und körperlicher Aktivität: A systematic review. *Zeitschrift für internationale Migration und Integration*, 20, 851-868.
- Sport Inclusion Network (SPIN) - Einbindung von Migranten in etablierte Sportinstitutionen. (2012). *Inclusion of Migrants in and through Sports; A Guide to Good Practice*. Abgerufen von https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Projetos/Agenda_Europeia_Migracoes/Documentos/inclusion_in_sport_guidelines.pdf. Abgerufen am 02/02/2024.
- Tziortzis, S. (1992). *Training von klassischen Sport-Crossläufen*. Athen: Αυτοέκδοση [auf Griechisch].

Hoher Flüchtlingskommissar der Vereinten Nationen (UNHCR), Internationales Olympisches Komitee (IOC) und Organisation Terre des hommes (Tdh) (2018). Sport for Protection Toolkit: Programming with Young People in Forced Displacement Settings. Abrufbar unter <https://stillmed.olympic.org/media/Document%20Library/OlympicOrg/IOC/What-We-Do/Promote-Olympism/Olympic-Refuge-Foundation/Sport-for-Protection-Toolkit-LowRes.pdf>. Abgerufen am 10/01/2024.

Modul 2 - Menschenrechtserziehung und Sport in kulturell vielfältigen Umgebungen

ZIEL: Das Kapitel vermittelt dem Leser ein grundlegendes Verständnis von Menschenrechten, Sport, körperlicher Aktivität und Bildung, insbesondere der nicht-formalen und informellen Bildung. Darüber hinaus werden praktische Beiträge von Organisationen, die an der Basis tätig sind, über das Potenzial des Sports als Instrument des sozialen Wandels in kulturell

Lernziele:

Nach Abschluss dieses Moduls verfügen die Lernenden über:

- ✓ ein grundlegendes Verständnis für Menschenrechte, Bildung, Sport, körperliche Aktivität und Spiele erlangt,
- ✓ Einblicke in die Analyse der Beziehungen zwischen Menschenrechten, Sport, körperlicher Aktivität, Spielen und Gesellschaft,
- ✓ in der Lage waren, über das Potenzial des Sports als Instrument des sozialen Wandels in kulturell unterschiedlichen Umgebungen nachzudenken.

Einführung

Sport ist ein komplexes und globales Phänomen in einer komplexen und globalen Gesellschaft. Daher spiegelt er viele allgemeinere Trends wider und reproduziert sie, während er eine Vielzahl von Menschen und Organisationen mit den unterschiedlichsten Zielen und Zielbereichen (lokal, regional, national und international) einbezieht. Potenziell kann es ein Instrument zur Förderung des sozialen Wandels sein und viele Vorteile für Einzelpersonen, Gruppen, Gemeinschaften und im Großen und Ganzen auch für die Gesellschaft insgesamt mit sich bringen: aber ist das immer der Fall? Wie kann dieses Ziel erreicht werden?

Kulturelle Vielfalt wird mehr und mehr zu einem Teil unseres täglichen Lebens, in jeder Ecke der Welt. Jeden Tag haben wir mit einer Vielzahl von Menschen zu tun, die in Bezug auf Geschlecht, Alter, Religion, Körperform, Nationalität usw. sehr unterschiedlich sind. Daher wird es immer wichtiger, Gemeinsamkeiten zu finden. Unter vielen Gesichtspunkten können sich Aktivitäten wie Sport, körperliche Betätigung, Spiele, Kunst und Kulinarik als nützlich erweisen, um Menschen

zusammenzubringen und den interkulturellen Dialog und das gegenseitige Verständnis zu fördern. Wie kann dieses Potenzial genutzt werden?

Nach einem Überblick über die Menschenrechte wird in diesem Kapitel die komplexe Dimension des Sports analysiert und es werden nützliche praktische Hinweise gegeben, wie das Potenzial des Sports voll genutzt werden kann, um die gesellschaftliche Entwicklung voranzutreiben.

Einheit 2.1 Menschenrechtserziehung

Zielsetzung	- Um ein grundlegendes Verständnis der Menschenrechte zu erlangen.
--------------------	--

Alle Mitglieder der menschlichen Familie sind gleich an Würde und Bedeutung und verfügen über unveräußerliche Menschenrechte, die auf Freiheit, Gerechtigkeit und Frieden beruhen, ohne jegliche Diskriminierung, unabhängig davon, in welchem Gebiet sie leben oder woher sie kommen. Ausgehend von dieser Präambel wurde die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte 1948 von den Vereinten Nationen (dem wichtigsten internationalen Gremium zur Sicherung des Friedens und der Zusammenarbeit zwischen Nationen, Völkern und Menschen) angenommen, unmittelbar nach dem Zweiten Weltkrieg, einem der dunkelsten Kapitel der Menschheitsgeschichte. Die Erklärung ist die wichtigste Referenz für die Menschenrechte auf der ganzen Welt: Die Menschenrechte sind miteinander verbunden, gleich wichtig und müssen als Ganzes betrachtet werden. Es ist schwierig, ein kompliziertes Konzept wie das "**Recht**" in einfachen Worten zu erklären. Man kann es als eine **Reihe von Regeln betrachten, auf deren Grundlage die Gesellschaft und die Demokratie funktionieren**: Diese Regeln diktiert, was erlaubt und was verboten ist, sie gewähren, definieren oder verringern die Freiheiten des Einzelnen und aller in der Gesellschaft aktiven Akteure.

Es ist schwierig, den Inhalt der **Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte** in dem begrenzten Rahmen dieses Lehrplans zusammenzufassen. Das Dokument hebt jedoch die *Rechte auf Leben, Freiheit, Sicherheit, Gleichbehandlung vor dem Gesetz und bei der Teilnahme am öffentlichen und politischen Leben, Privatsphäre, Privateigentum, Ehre, Ruf, Staatsangehörigkeit, Freizügigkeit, Vereinigung und andere* hervor. Es schützt vor jeder Art von unmenschlicher Behandlung, willkürlicher Gewaltanwendung und jeder Beeinträchtigung der Freiheit und des Genusses der Menschenrechte. Das Dokument schließt auch ausdrücklich die *Freiheit des Denkens, der Meinung, der Religion, der Meinungsäußerung, der Versammlung und der Vereinigung* ein. Keine Diskriminierung aus irgendeinem Grund (Alter, Religion, Nationalität, Sprachen, körperliche Fähigkeiten und jedes andere Merkmal der Person) ist erlaubt. Jeder Mensch hat das Recht auf Arbeit, auf gleiches Entgelt, auf Erholung und Freizeit sowie auf einen angemessenen

Lebensstandard, einschließlich Wohnung, Nahrung, Kleidung, medizinische Versorgung, soziale Dienste und Unterstützung für Eltern. Jeder Mensch hat das *Recht auf Bildung* und auf die Ergebnisse der wissenschaftlichen und technischen Entwicklung. Jeder Mensch hat auch das Recht, *in anderen Ländern Asyl zu suchen und zu genießen, um sich vor Verfolgung oder einer Verletzung der allgemeinen Menschenrechte zu schützen*. In jedem Fall kann es nicht in Anspruch genommen werden, wenn die Verfolgung auf nicht-politische Verbrechen oder Handlungen zurückzuführen ist, die den Zielen und Grundsätzen der Vereinten Nationen zuwiderlaufen. Natürlich hat jeder Mensch auch viele Pflichten und Verantwortlichkeiten, wie zum Beispiel die Achtung des Gesetzes, des Planeten und der Rechte anderer Menschen.

Viele dieser Rechte können auch mit Sport, körperlicher Aktivität und Spiel in Verbindung gebracht werden. Zum Beispiel sind Gesundheit, Sozialisation, Bildung, Vereinigung usw. angeborene Menschenrechte, die auch durch Sport und körperliche Betätigung erreicht und verwirklicht werden können.

Es gibt viele Voraussetzungen, die erfüllt sein müssen, damit alle Mitglieder der Menschheitsfamilie in den vollen Genuss ihrer Menschenrechte kommen können: Die Sensibilisierung ist vielleicht die wichtigste. Daher ist es wichtig, die Bedeutung dieser Menschenrechtserklärung weithin zu verbreiten und hervorzuheben, wie wichtig es ist, nach ihr zu handeln und nicht nur auf dem symbolischen Plan zu bleiben.

Einheit 2.2 Sport und sozialer Wandel

Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> • Die Beziehung zwischen Sport, körperlicher Aktivität, Spielen, Gesellschaft und Menschenrechten zu analysieren. • Die verschiedenen Dimensionen von Sport, körperlicher Aktivität und Spiel zu analysieren.
--------------------	--

Wie bereits erwähnt, leben wir in einer komplexen Gesellschaft und der Sport kann sicherlich als ein komplexes soziales Phänomen betrachtet werden. Verschiedene Organisationen nutzen den Sport als Instrument, um eine äußerst heterogene Palette von Zielen zu erreichen: Einige sind an Wettkämpfen interessiert, andere berücksichtigen den gesundheitlichen Nutzen, einige legen mehr Wert auf den aggregativen Wert und andere werden vom wirtschaftlichen Markt angezogen. Gleichzeitig kann jeder Mensch unterschiedliche Motive und Vorteile in der Teilnahme an Sport- und Bewegungsprogrammen sehen. Es ist schwierig, eine klare und allgemeingültige Definition von Sport und körperlicher Betätigung zu finden, vor allem, weil es verschiedene Standpunkte entlang eines Kontinuums gibt.

Es ist in der Tat möglich, eine Liste von **Konzepten** zu erstellen, die mit Sicherheit im Sport vorhanden sind. Wir werden sechs Elemente und Variablen identifizieren, die im Sport vorkommen und im Folgenden in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt sind:

- ✓ **Wettbewerb**: Er berücksichtigt Punkte und Ranglisten.
- ✓ Die **Ausbildung** konzentriert sich auf drei Hauptelemente: das Erlernen der Ausübung einer Sportart, die Verbesserung der Fertigkeiten und der Technik; die körperliche Ausbildung; der Erwerb neuen Wissens durch nicht-formale Bildung.
- ✓ **Spaß & Freizeit**: spielen, Spaß haben, mit Freunden und Teamkollegen genießen
- ✓ **Gesundheit** ist verbunden mit körperlicher Bewegung, Wohlbefinden des Körpers und einem gesunden Lebensstil.
- ✓ **Die Teilnahme** am Sport ist eine Form der aktiven Staatsbürgerschaft: Durch den Respekt vor Regeln, Schiedsrichtern, Konkurrenten, Verlierern und Gewinnern entwickeln die Sportler staatsbürgerliche Fähigkeiten.
- ✓ Die **Sozialisierung** steht im Zusammenhang mit der aggregativen Dimension des Sports: neue Freunde finden, Erfahrungen und Gefühle teilen, soziale Fähigkeiten verbessern, das soziale Leben verbessern.

Auch hier sprechen wir über Elemente, die sich auf einem Kontinuum befinden, aber es gibt eine Korrelation zwischen diesen Dimensionen und ihren Auswirkungen auf die Gesellschaft sowie mit vielen relevanten universellen Menschenrechten: Wenn die eine oder andere Dimension hervorgehoben wird, kann das Ergebnis eines sportbasierten Projekts sehr unterschiedlich ausfallen. Ein und dasselbe Sportereignis/Projekt kann auch auf verschiedenen Ebenen unterschiedliche Ergebnisse erzielen (z.B. für Einzelpersonen, Gruppen, die Gesellschaft und Territorien: stellen Sie sich einen Marathon vor).

Wie sind diese Elemente mit der Realität verbunden? Wir werden über fünf **Elemente des Sports** nachdenken: das Spiel, die reguläre Saison, das *Training*, den "Champion", den Sportunterricht in der Schule und die Gründe, regelmäßig Sport zu treiben und Sportprogramme durchzuführen.

Während des *Spiels* kann es wichtig sein, zu gewinnen, Spaß zu haben, gut für die Mannschaft zu spielen oder Schiedsrichter, Regeln, Mitspieler und Konkurrenten zu respektieren. Wenn Sie an die *reguläre Saison* denken, kann es wichtig sein, an Meisterschaften und Turnieren teilzunehmen, gute Ergebnisse und relevante Platzierungen in der Endrangliste zu erzielen, Teil einer Gruppe zu sein (Teamkollegen, Vereine...), Spaß zu haben und sich zu amüsieren, regelmäßig körperlich aktiv zu sein und verschiedene Fähigkeiten zu verbessern. Das *Training* kann dazu dienen, körperlich aktiv zu sein und seine Leistung zu verbessern, mit Freunden Spaß zu haben und Zeit zu verbringen, seine Technik(en), Taktik und Fähigkeiten zu verbessern sowie eine gute Kommunikation mit Trainern, Teamkollegen und allen anderen Beteiligten zu pflegen. Außerdem kann ein "*Champion*" auf unterschiedliche Weise wahrgenommen werden: als Sieger, als Athlet, der spektakuläre und mitreißende Leistungen erbringt, als Bezugspunkt und

Unterstützung für Teamkollegen, als Athlet mit außergewöhnlichen körperlichen Leistungen und/oder extrem entwickelten technischen Fähigkeiten.

In der Gesellschaft gibt es viele Gründe, die zur Teilnahme an Sportprogrammen führen können, z.B. um neue Freunde zu finden, einen gesunden Lebensstil zu pflegen, Spaß zu haben, auf dem Spielfeld erfolgreich zu sein oder zu lernen, wie man eine Sportart ausübt. Es gibt auch verschiedene Werte, die durch den Sportunterricht in der Schule geschaffen werden, wie z.B. die Entwicklung des eigenen Körpers und Geistes, die Absolvierung von Lektionen, die verschiedene Werte vermitteln (z.B. Disziplin, Toleranz, Respekt), die Schule attraktiver und unterhaltsamer zu machen, regelmäßig körperlich aktiv zu sein, Freundschaften und den Zusammenhalt der Klassengruppe zu stärken oder Initiative, Selbstwertgefühl und Wettbewerbsgeist zu entwickeln.

Die ausgewählten Elemente können als Beispiele betrachtet werden und viele andere Dimensionen könnten zu jedem Punkt hinzugefügt werden. Entscheidend ist, dass Sie die vielfältigen Dimensionen berücksichtigen, die zwischen Menschenrechten, Sport, körperlicher Aktivität und Gesellschaft bestehen.

Einheit 2.3 Sport und kulturelle Vielfalt

Zielsetzung	✓ Den Lernenden praktische Anregungen zu geben, wie man Sport als Instrument des sozialen Wandels und der Bildung an der Basis in einem kulturell vielfältigen Umfeld einsetzen kann.
--------------------	---

Alle Mitglieder der menschlichen Familie haben viele Gemeinsamkeiten, einschließlich der Gleichheit vor dem Gesetz oder der größeren Menge an Gefühlen und Grundbedürfnissen, aber auch Unterschiede: zum Beispiel Alter, Religion, Geschlecht, Körperform und Fähigkeiten des Körpers selbst, Hautfarbe, Staatsbürgerschaft, Rechtsstatus und so weiter. Wir leben in einer Gesellschaft, in der Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund zusammenleben, wobei alle Mitglieder einer bestimmten Gruppe einige Gemeinsamkeiten, aber auch Unterschiede aufweisen. Einige Phänomene haben die Tendenz, Menschen zu trennen (z.B. die gesprochenen Sprachen), während andere die Menschen leicht zusammenbringen können: z.B. die Kunst (wo die Tendenz, keine Regeln zu haben, es jedem erlaubt, sich auszudrücken), der Sport (durch einheitliche Regeln kann jeder mitmachen) oder die kulinarische Dimension (ausgehend von demselben Bedürfnis/Instinkt wurde eine große Vielfalt an Speisen und Gerichten auf der ganzen Welt geschaffen).

Gleichzeitig muss betont werden, dass Sport nicht "von Natur aus" inklusiv, erzieherisch und zugänglich ist. Ausgehend von einer journalistischen Untersuchung auf der Grundlage von Sekundärforschung, der Analyse bewährter Praktiken, Studienbesuchen, Treffen und Interviews

in verschiedenen Städten (u.a. Triest, Mailand, Verona, Rom, Turin und Florenz) und mit verschiedenen Akteuren, die in den Bereichen Sport, sozialer Wandel, Bildung, Jugend und Graswurzelaktivitäten tätig sind, werden wir eine Karte mit einigen Inputs dazu erstellen, wie Sport als Instrument des sozialen Wandels und der Menschenrechtserziehung in Beziehungen zu Menschen mit unterschiedlichem kulturellem Hintergrund genutzt werden kann. Die Inhalte werden ausgehend von einer an diesen Kontext angepassten SWOT-Analyse bereitgestellt.

SOZIALE EBENE: CHANCEN UND BEDROHUNGEN

Sport kann als ein gesellschaftliches Phänomen betrachtet werden. Er spiegelt und reproduziert viele umfassendere gesellschaftliche Phänomene, von denen einige als positiv (wie das Gefühl der Zusammengehörigkeit, der Sozialisierung usw.), andere hingegen als negativ (wie Rassismus, Diskriminierung, Doping, Geldwäsche usw.) angesehen werden können. Offensichtlich gibt es viele Ausstrahlungen und Verbindungen zu anderen Bereichen der Gesellschaft, z.B. zur Bildung. Sport kann sich als nützliches Instrument erweisen, wenn es darum geht, die Entwicklung von Fähigkeiten, Einstellungen, Wissen und Kompetenzen auf unterschiedliche Weise zu fördern (formale, informelle, nicht formale oder berufliche Bildung).

- ✓ Jede erfolgreiche Politik muss auf einer **sektorübergreifenden (und grenzüberschreitenden) Zusammenarbeit** beruhen: Das bedeutet, dass man sich bei der Arbeit im Sport darüber im Klaren sein muss, was in anderen Bereichen der Gesellschaft geschieht, und dass man sich mit den Bemühungen anderer Akteure (z. B. des öffentlichen Sektors oder der NROs) abstimmen muss.
- ✓ Versuchen Sie, **Partner, Verbündete** und Menschen **zu finden**, die bereit sind, Ihnen zu helfen, und die vielleicht auch in anderen Sektoren, Organisationen und Umgebungen tätig sind. Andere Akteure können Ihre Projekte mit relevanten Kompetenzen, Einstellungen, Erfahrungen und Wissen bereichern. In vielen Fällen sind Menschen mit einem sportlichen Hintergrund in verschiedenen Sektoren tätig (z.B. Ärzte, Politiker, Lehrer, Journalisten...): Versuchen Sie, sie ausfindig zu machen, denn sie können sehr hilfreich sein. Es ist wichtig, Teams zusammenzustellen und den Mitgliedern verschiedene Schulungs- und Ausbildungsmöglichkeiten zu bieten.
- ✓ Es ist auch wichtig, **mit Freiwilligen zu arbeiten**. Sorgen Sie dafür, dass sie sich als Personen, Bürger und Fachleute entwickeln und einen idealen Beitrag zu der Aktivität leisten. Prüfen Sie ihre Erwartungen, weisen Sie sie in ihre Aufgaben ein, stellen Sie sicher, dass sie interessant und machbar sind, überprüfen Sie ihre Fortschritte und werten Sie gemeinsam mit ihnen ihre Erfahrungen aus.
- ✓ Um die Reichweite der Aktivitäten zu verbessern, sollten Sie sich bewusst sein, dass **Kommunikation, Verbreitung und Sensibilisierung** wichtig sind. Seien Sie bereit, mit alten und neuen Medien zusammenzuarbeiten, lokal oder national, Mainstream oder thematisch, privat oder öffentlich. Seien Sie bereit, flexibel und kreativ zu sein: Auch Vereine und Organisationen, die im Spitzensport aktiv sind, könnten ein Interesse daran haben, Menschen

aus gefährdeten, benachteiligten oder Minderheitengruppen einzubeziehen und ihnen Möglichkeiten zu bieten: Je größer die Basis, desto größer die Chancen, neue Champions zu finden und das Niveau zu steigern; je größer die Öffentlichkeit, desto größer die Wirkung der Sportveranstaltungen. Außerdem haben Elitesportvereine oft CSR- oder Stiftungsinitiativen, die im Bereich "Sport für Entwicklung" tätig sind. Wenn möglich, kann es daher eine gute Idee sein, Spitzensportler als Testimonials oder Sprecher zu engagieren. Wenn Sie über Bewusstseinsbildung sprechen, sollten Sie die langfristige Perspektive berücksichtigen: In diesem Rahmen sind junge Menschen eine entscheidende Zielgruppe, da sich in dieser Zeit die Persönlichkeit entwickelt, viele "langfristige" Gewohnheiten erworben werden und die Auswirkungen dieser Aktivitäten auch in der Zukunft sichtbar sein werden: die jungen Führungskräfte von heute werden die Führungskräfte von morgen sein.

Seien Sie sich bewusst, dass Sport eine großartige Möglichkeit ist, ein breites Spektrum von Menschen anzusprechen und dabei viele relevante Barrieren, wie z.B. die Sprache, zu überwinden. Das bedeutet, dass der Sport einen Mehrwert für die Aktivitäten von Organisationen und Akteuren in verschiedenen Sektoren bringen kann: zum Beispiel in der Nothilfe, vor allem in Bezug auf Migranten, Flüchtlinge oder Asylbewerber, sowie im Bildungs- und Sozialbereich insgesamt, z.B. bei der Wiedereingliederung von Menschen nach einer Haftstrafe.

- SPORT-EBENE: CHANCEN UND BEDROHUNGEN

Sport ist ein komplexer und breit gefächelter Bereich, in dem es manchmal schwierig ist, eine genaue Grenze zu körperlichen Aktivitäten, Spielen oder anderen Arten von nicht-formalen und informellen Bildungsaktivitäten zu ziehen. Er spricht Menschen auf vielen Ebenen an (körperlich, emotional, intellektuell, sozial...) und kann unterschiedliche Ausprägungen haben (als Elite-, Breiten- und viele Zwischenvarianten), die mehr oder weniger organisiert sein können (von offiziellen Wettkämpfen, die von Sportinstitutionen organisiert werden, bis hin zu informellen Spielen in einem Park). Jede Person/Gruppe/Organisation kann unterschiedliche Gründe haben, Sport zu treiben: Für die einen sind die Wettkämpfe interessanter, für die anderen der Spaß, für die anderen die Sozialisierung, für die anderen die Bildung und so weiter. Es lohnt sich zu betonen, dass alle Mitglieder einer bestimmten Gruppe, abgesehen von einigen wenigen Dimensionen, sehr unterschiedlich sein können (zum Beispiel können junge männliche Flüchtlinge unterschiedliche Nationalitäten, Alter, Einstellungen zum Sport, Persönlichkeiten, Bedürfnisse usw. haben).

- ✓ Der erste Schritt besteht darin, sich bewusst zu machen, dass wir mit Menschen arbeiten, sei es unter Ihren Teammitgliedern, Ihren Partnern oder Ihrer Zielgruppe(n). Jeder Mensch ist eine Kombination aus vielen Eigenschaften: ein guter Ausgangspunkt ist der Versuch, die unterschiedlichen Bedürfnisse und Erwartungen an Sport und körperliche Aktivität zu verstehen. Berücksichtigen Sie, dass alle Mitglieder der menschlichen Familie viele

Gemeinsamkeiten haben (das Bedürfnis nach Freundlichkeit, nach Akzeptanz, nach Spaß am Sport...), aber auch einige Unterschiede, z.B. bei der zeitlichen Einteilung der Aktivitäten im Laufe des Tages oder bei der Ernährung oder der Kleidung, die je nach Situation verwendet wird. Seien Sie sich außerdem bewusst, dass Menschen, die der gleichen sozialen Gruppe angehören, unterschiedliche Gewohnheiten haben können. Achten Sie darauf, Kalender, Zeitpläne und Aktivitäten richtig zu erstellen und ein sicheres und benutzerfreundliches Umfeld zu schaffen, in dem sich jeder wohl fühlt. Bedenken Sie, dass auch unorganisierte und informelle Aktivitäten ein gutes Potenzial haben können. Legen Sie geeignete Ziele fest und machen Sie Pläne zur Bewertung des Prozesses. Seien Sie flexibel, beharrlich und geduldig: Jeder Mensch hat ein anderes Timing und kann unterschiedliche Wege gehen, um zu den erwarteten Ergebnissen zu gelangen.

- ✓ Auch ein Blick über den Tellerrand ist ein guter Ansatz, ebenso wie die Nutzung bereits bestehender erfolgreicher Modelle. Wenn wir an Sport im Zusammenhang mit der Integration von Migranten und Flüchtlingen denken, stellen wir uns oft Aktivitäten wie Fußball, Mannschaftssportarten im Allgemeinen oder Laufen vor. Wenn wir uns eine Gruppe von Migranten aus bestimmten Ländern vorstellen, können wir uns auch Sportarten wie Cricket oder Tischtennis vorstellen. Wenn wir uns die aktuellen Migrationsströme aus Ländern wie der Ukraine oder Russland ansehen, könnten auch andere Sportarten wie Winter- oder Eissportarten oder Aktivitäten im Synchronschwimmen ein Potenzial darstellen. Nutzen Sie die Vorteile der vielen Möglichkeiten, die öffentliche Räume und Technologien bieten: In vielen Fällen können diese Elemente die Kosten senken und die Wirkung Ihrer Projekte verbessern. Versuchen Sie, nachhaltig zu sein, sowohl in organisatorischer Hinsicht als auch in Bezug auf die Umwelt.
- ✓ Eine Person allein kann selten etwas bewirken. Aber gleichzeitig liegt der Schlüssel zum Erfolg bei vielen Projekten in den beteiligten Personen: Stellen Sie sicher, dass Sie motivierte Menschen engagieren, die sich durch ähnliche Werte und Ansätze auszeichnen wie Sie. Seien Sie sich außerdem bewusst, dass sie viele relevante Kompetenzen, Einstellungen, Kenntnisse und Fähigkeiten in das Team einbringen können, die für den Erfolg Ihrer Aktivitäten notwendig sind. In diesem Zusammenhang können die offizielle Ausbildung und die bisherige Erfahrung vor Ort nützlich sein, ebenso wie der Enthusiasmus und die proaktive Einstellung. Seien Sie bereit, von ihren Erfahrungen sowie von Modellen und Strategien zu lernen, die von anderen Akteuren oder Organisationen, die in ähnlichen Bereichen tätig sind, getestet wurden.
- ✓ Erkennen Sie an, dass es bereits eine große Leistung ist, auch nur für eine Person etwas zu bewirken. Seien Sie sich bewusst, dass Sie manchmal scheitern können: Haben Sie keine Angst, Fehler zu machen, tun Sie Ihr Bestes, um sie zu beheben, und lernen Sie so viel wie möglich aus dem Prozess. Seien Sie mutig, seien Sie proaktiv, erstellen Sie Pläne zur Bewertung der Aktivitäten.

Die letzte Bemerkung mag subjektiv sein: Seien Sie Sie selbst, seien Sie nett, seien Sie höflich, seien Sie respektvoll, glauben Sie an sich selbst und kennen Sie Ihre Grenzen. Aber vor allem: Haben Sie Spaß, lächeln Sie und sorgen Sie dafür, dass es allen Spaß macht.

Aktivitäten

Aktivität 1

Titel der Aktivität	Menschenrechte im Zusammenspiel
Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> • die Teilnehmer für die verschiedenen universellen Menschenrechte zu sensibilisieren • einen Eisbrecher, eine Aufwärmübung und/oder eine Abschlussaktivität zu haben
Lernergebnisse	<ul style="list-style-type: none"> • zu lernen und über die universellen Menschenrechte nachzudenken • Teil des Teams zu sein
Dauer	Von 10 Minuten bis unbegrenzt
Benötigte Materialien/Ausrüstung	<ul style="list-style-type: none"> - kleine Papierbögen - eine Flagge / ein Schal / ein Stück Stoff - einen offenen Raum
Beschreibung der Aktivität	<ul style="list-style-type: none"> - Wählen Sie eine Liste der universellen Menschenrechte aus der Erklärung in einer Menge aus, die der Hälfte der Teilnehmer entspricht. - Drucken Sie ein Blatt mit den Menschenrechten in 2 Kopien in verschiedenen Farben aus (oder fügen Sie verschiedene Symbole hinzu, um die Versionen zu unterscheiden). - Falten Sie die Blätter und bitten Sie die Teilnehmer, zufällig ein Blatt auszuwählen. - Teilen Sie zwei Teams entsprechend der Farbe auf: die beiden Teams sollten die gleiche Anzahl von Mitgliedern haben, jede Person wird ein anderes Menschenrecht repräsentieren, jedes Team sollte aus den gleichen Menschenrechten bestehen. - Geben Sie jedem Teammitglied Zeit, dem Team die Menschenrechte vorzulesen.

	<p>- Stellen Sie die beiden Teams mit ein paar Metern Abstand vor den anderen auf. Ordnen Sie die Teilnehmer nach der spezifischen Anzahl der Menschenrechte.</p> <p>- Stellen Sie sich in die Mitte und halten Sie die Flagge.</p> <p>- Rufen Sie ein Menschenrecht aus: Die beiden Spieler des Teams laufen auf Sie zu, müssen die Flagge fangen und zu ihrem Team zurückbringen, ohne vom Gegner berührt zu werden. Ein Team erhält einen Punkt, wenn der Spieler die Flagge zurückbringt oder wenn der Spieler den Gegner berührt, während er die Flagge zu seinem Team bringt.</p> <p>- Spielen Sie so lange, wie es nötig ist, um eine energiegeladene Atmosphäre zu schaffen. Sorgen Sie dafür, dass die Teilnehmer verstehen, dass es verschiedene Menschenrechte gibt, dass sie gleich wichtig sind und dass es notwendig ist, sie gleichzeitig zu gewährleisten - so wie die Teammitglieder unterschiedlich, aber gleich wichtig sind und es notwendig ist, zusammen zu spielen.</p> <p>Sie können das Spiel ändern (sie können auch Fußball oder eine andere Sportart spielen), Sie können auch diese Teams verwenden und die Teilnehmer am Ende der Aktivität spielen lassen.</p>
--	---

Aktivität 2

Titel der Aktivität	Sport und Gesellschaft
Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> • Analyse der Beziehung zwischen Sport, körperlicher Aktivität, Spielen, Gesellschaft und Menschenrechten • Die verschiedenen Dimensionen von Sport, körperlicher Aktivität und Spiel zu analysieren.
Lernergebnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilisierung der Teilnehmer für die verschiedenen Dimensionen von Sport, körperlicher Aktivität und Spiel. • Den Teilnehmern bewusst machen, dass das Ergebnis je nach Fokus auf eine bestimmte Dimension unterschiedlich ausfallen kann.
Dauer	35' bis 1h30'

Benötigte Materialien/Ausrüstung	Idealerweise ein PC mit Projektor / Leinwand Präsentationsfolien von Einheit 2.2
Beschreibung der Aktivität	<p>- Markieren Sie verschiedene Ecken des Raums mit Zahlen von 1 bis 6.</p> <p>- Zeigen Sie den Teilnehmern die Dias, eines nach dem anderen, und bitten Sie sie, über die Art des Spiels, die reguläre Saison, das Training, den "Champion", den Sportunterricht in der Schule und die Gründe für regelmäßige sportliche Aktivitäten und Sportprogramme zu diskutieren. Sie müssen in die Ecke gehen, die mit ihrer Antwort markiert ist.</p> <p>Zum Beispiel:</p> <p>"Die wichtigsten Taktiken im Training sind: 1. Körperlich aktiv zu sein und die Leistungen zu verbessern, 2. mit Freunden Spaß zu haben und eine gute Zeit zu verbringen, 3. Technik, Taktik und Fähigkeiten zu verbessern, 4. eine gute Kommunikation mit Trainern, Teamkollegen und allen anderen Beteiligten zu haben."</p> <p>Es steht Ihnen frei, alle Folien zu verwenden, einige auszulassen oder neue hinzuzufügen.</p> <p>Stellen Sie sicher, dass Sie eine Nachbesprechung durchführen und über die verschiedenen Dimensionen des Sports nachdenken.</p>

Aktivität 3

Titel der Aktivität	Sport und kulturelle Vielfalt (Hier stehe ich)
Zielsetzung	Den Lernenden praktische Anregungen zu geben, wie man Sport als Instrument des sozialen Wandels und der Bildung an der Basis in einem kulturell vielfältigen Umfeld einsetzen kann.
Lernergebnisse	Sensibilisierung der Teilnehmer für einige relevante Dimensionen der Nutzung von Sport als Instrument des sozialen Wandels in Bezug auf Menschen mit kulturell unterschiedlichem Hintergrund
Dauer	Kann variieren

<p>Benötigte Materialien/Ausrüstung</p>	<ul style="list-style-type: none"> - PC mit Leinwand oder Projektor - Bereiten Sie eine Liste von Aussagen zu verschiedenen Aspekten des Themas vor, die sich für den Beginn einer Diskussion eignen. - Einige Beispiele können sein: <p>"Um eine angemessene integrative Sportaktivität zu leiten, muss man Experte in der jeweiligen Sportart sein".</p> <p>"Die wichtigste Entschädigung für den Freiwilligen ist das Gefühl, hilfreich zu sein".</p> <p>"Ein wettbewerbsbasiertes Modell ist immer falsch."</p> <p>"Alle Flüchtlinge/Migranten haben die gleichen Bedürfnisse."</p> <p>"Alle Menschen, die der gleichen Religionsgruppe angehören, verhalten sich auf die gleiche Weise."</p> <p>"Es ist unmöglich, Menschen aus Ländern zusammenzubringen, die sich derzeit gegenseitig bekämpfen."</p> <p>"Eine einzelne Person kann einen großen Unterschied machen.</p>
<p>Beschreibung der Aktivität</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Markieren Sie eine Seite des Feldes mit "Ich stimme voll und ganz zu" und die gegenüberliegende Seite mit "Ich stimme nicht zu". - Lesen Sie ihnen die Aussagen vor, eine nach der anderen, und bitten Sie sie, sich auf der Linie zu positionieren, je nachdem, wie sehr sie zustimmen.

Schlussfolgerungen

Universelle Menschenrechte, Sport, Gesellschaft und kulturelle Vielfalt sind sehr breit gefächerte Themen; daher könnte der Überblick allgemein erscheinen. Viele Elemente, die in diesem Kapitel auftauchen, werden in anderen Modulen dieses Kurses noch genauer analysiert werden.

Quiz

Bitte markieren Sie die zutreffenden Aussagen in der folgenden Liste:

1. Die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte:

- a. Wird nur in Ländern mit hohem Einkommen angewendet
- b. Umfasst alle Rechte eines jeden Menschen und verbietet jede Art von Diskriminierung
- c. hat 15 Artikel
- d. Wurde nach dem 2nd Weltkrieg geschrieben.

2. Zu den Rechten, die in der Erklärung aufgeführt sind, gehören auch:

- a. Das Recht, ein Smartphone und täglich 500 g Brot zu besitzen
- b. Das Recht auf Ruhe
- c. Das Recht auf gleichberechtigten Zugang zu Technologien
- d. Das Recht auf angemessenen Wohnraum

3. Während der Schulung werden alle Teammitglieder:

- a. Haben die gleichen Bedürfnisse
- b. Lernen Sie auf dieselbe Art und Weise
- c. Sie können verschiedene Leistungen erhalten
- d. Sie werden sich mit der Zeit immer wohler fühlen.

4. Bei der Planung einer sportlichen Aktivität sollten Sie berücksichtigen, dass:

- a. Weibliche und männliche Kinder müssen zusammen spielen.
- b. Migranten haben ähnliche Bedürfnisse und Haltungen.
- c. Jeder Teilnehmer kann unterschiedliche Bedürfnisse und Erwartungen haben.
- d. Ein auf Wettbewerb basierendes Modell ist immer falsch.

5. Eine rundum gelungene integrative sportliche Aktivität:

- a. Wirkt sich nur auf die Teilnehmer und die Zielgruppen positiv aus.
- b. Das muss für die Zuschauer lustig anzusehen sein.
- c. Bezieht alle beteiligten Interessengruppen positiv ein.

d. Ist wirtschaftlich teuer.

Weitere Lektüre

Das Konzept der Europäischen Union für den Sport: <https://sport.ec.europa.eu/>

Menschenrechtsbildung, der Ansatz des Europarates: <https://www.coe.int/en/web/compass>

Thematische journalistische Interviews und Dossiers (in italienischer Sprache):
<https://www.rtvlo.si/radio-capodistria/trasmissione/173250734>

Ansatz der Vereinten Nationen für Sport und Entwicklung: <https://www.sportanddev.org/sport-and-development/uns-perspective-sport-and-development>

Allgemeine Erklärung der Menschenrechte: <https://www.un.org/en/about-us/universal-declaration-of-human-rights>

Referenzen

Saccone, A. (2009). Die Wahrnehmung des Sports bei den Junioren-Volleyballern in Belgrad. *Fizička kultura (2010), vol. 64 iss.2.* pp 42 - 58. Abgerufen von https://www.balcanicaucaso.org/content/download/48366/408898/version/1/file/Antonio_Saccone.pdf.

Saccone, A. (2010). Die Wahrnehmung von Sport unter Schülern eines Gymnasiums in Cluj Napoca. *Konferenz Jugend und Sport, 2010 - Ljubljana.* Retrieved from https://www.fsp.uni-lj.si/mma/book_of_abstracts-b5_pop.pdf/2016042217125933/?m=1461337941.

Treccani Enciclopedia (n.d.). Definition des Wortes "Recht" (auf Italienisch). Abgerufen von <https://www.treccani.it/vocabolario/diritto2/>.

Vereinte Nationen (n.d.). *Allgemeine Erklärung der Menschenrechte.* Abrufbar unter <https://www.un.org/en/about-us/universal-declaration-of-human-rights>.

Modul 3 - Einfühlungsvermögen bei der Gestaltung und Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten

Ziel: Eine der Fähigkeiten, die man sich aneignen kann, um seine Kompetenz in der Arbeit mit gefährdeten Bevölkerungsgruppen zu erhöhen, ist Einfühlungsvermögen bei der Gestaltung und Durchführung von Aktivitäten. Das Ziel dieses Moduls ist es, eine Anleitung zu geben, wie man Kommunikation durch positive Verstärkung, Zuhören und Problemlösung herstellt, indem man Aktivitäten durchführt, die Räume für die Unterstützung und den Austausch von vergangenen Erfahrungen und Wünschen für diejenigen schaffen, die diese vielleicht nicht haben, und diese dann aufbauen oder entwickeln.

Ein einfühlsamer Coach in der Bildung von Migranten zu sein, bedeutet, die besonderen Herausforderungen und Erfahrungen von Migranten zu verstehen und darauf einzugehen. Dazu gehört, dass man ihnen aktiv zuhört, ihre Emotionen anerkennt und auf ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnittene Unterstützung anbietet. Ein einfühlsamer Coach erkennt die kulturellen, sprachlichen und sozioökonomischen Barrieren, auf die Migranten stoßen können, und arbeitet daran, ein sicheres und integratives Lernumfeld zu schaffen. Solche Trainer fördern das Vertrauen und die Beziehung zu ihren Athleten und befähigen sie, Hindernisse zu überwinden und ihre Bildungs- und Sportziele zu erreichen. Darüber hinaus zeigt ein einfühlsamer Trainer kulturelle Sensibilität, Respekt und Offenheit, die für den Aufbau sinnvoller Beziehungen und die Ermöglichung einer effektiven Kommunikation unerlässlich sind. Insgesamt

Lernziele:

Nach Abschluss dieses Moduls werden die Lernenden in der Lage sein:

- ✓ Verstärken Sie positive Verhaltensweisen und ermutigen Sie sie.
- ✓ Stellen Sie ein positives Vorbild dar, das Gefühle ausdrücken kann.
- ✓ Schaffen Sie ein motivierendes Klima, das auf Zuhören ausgerichtet ist und Autonomie, Fähigkeiten und Beziehungen fördert.
- ✓ Willkommene Momente, in denen die Teilnehmer über ihre Situation und Wünsche sprechen und ihre gemeinsame Liebe zum Mannschaftssport teilen können, indem sie sich gegenseitig unterstützen.

Einführung

Die Integration von Zuwanderern durch Sport erfordert Einfühlungsvermögen bei der Planung und Durchführung dieser Veranstaltungen, denn Sport hat die Kraft, die Teilnehmer zu beeinflussen und einzubeziehen.

Da der Sport für die Sozialisierung, die Freizeitgestaltung, die Gesundheit, die Integration und eine bessere Lebensqualität der Bürger von Bedeutung ist, müssen seine Werte in ihrer Gesamtheit hervorgehoben werden; Werte, die sich nicht mit dem bloßen Wettbewerb identifizieren, sondern vielmehr auf Integration, Zusammengehörigkeit, Toleranz, Achtung der Regeln und Gewaltlosigkeit ausgerichtet sind. Ein Trainer muss in der Lage sein zu betonen, wie entscheidend Sport und Sporterziehung sein können, wenn es darum geht, dass vor dem sportlichen Wettkampf der Mensch steht.

Sport macht es einfacher, Integrationsprozesse zu schaffen und Möglichkeiten zur Sozialisierung und zum Aufbau von Beziehungen zu fördern. Er hilft auch beim Aufbau von Netzwerken, denn er bringt Systeme und Organisationen, die sonst vielleicht nur schwer miteinander kommunizieren können oder kein Interesse daran haben, näher zusammen. Für Menschen, die auf die eine oder andere Weise eine schmerzhaftere Vergangenheit haben, an die sie sich erinnern müssen oder die niemand sonst verstehen würde, dient der Sport sowohl als Anziehungsfaktor als auch als Kanal für emotionale Kommunikation. Auch für Trainer ist der Sport ein wichtiges Instrument, und sein Wachstum bietet eine Fülle von Materialien und Idealen zur Förderung der Integration.

Sport hat ein hohes Integrationspotenzial. Ein regelmäßiges und ernsthaftes Engagement für einen Trainer hat Auswirkungen auf das soziale Leben, den Spracherwerb, die Schulbildung, die Gesundheit und sogar die Integration in die Arbeitswelt. Ziel ist es, die Beteiligung der Bevölkerung mit Migrationshintergrund an Bewegungs- und Sportaktivitäten zu erhöhen, in der Überzeugung, dass dies zu einer besseren Integration in die sozialen Strukturen und zu mehr Empathie seitens der Trainer führt, die erfahren haben, was Menschen aus fernen Ländern gemeinsam haben.

Die Darstellung eines positiven Vorbilds, das seine Emotionen ausdrücken kann, kann für Menschen, die etwas Beängstigendes erlebt haben und mit Emotionen wie Wut und Traurigkeit vertraut sind, anregend und motivierend sein; es kann ihnen die Hoffnung geben, in der Welt des Sports jemand zu werden. Für einen Trainer ist das Bewusstsein, ein "Führer" zu sein, indem er positive Verhaltensweisen verstärkt und ermutigt, erklärt, warum ein Verhalten angemessen ist und ein anderes nicht, ein motivierendes Klima schafft, das auf Zuhören ausgerichtet ist und

Autonomie, Fähigkeiten und Beziehungen unterstützt, ebenfalls eine Quelle positiver Gefühle, Motivation und Verstärkung.

Einheit 3.1 Positives Verhalten und Entwicklung von Problemlösung und aktivem Zuhören

Zielsetzung	Positive Verhaltensweisen verstärken und ermutigen und Problemlösung und Coaching entwickeln.
--------------------	---

Eines der mächtigsten Werkzeuge, die einem professionellen Coach zur Verfügung stehen, ist das so genannte **aktive Zuhören** (Bellometti, 2019), d.h. eine freiwillige Anstrengung des Coaches, nicht nur mit den Ohren, sondern mit seinem ganzen Wesen zu "hören". Darüber hinaus ist es unerlässlich, eine klare Vorstellung von Coaching zu haben und durch Studium und Experimentieren theoretische Ansätze, Methoden, Techniken, Ziele und Zwecke zu entwickeln, um ein Coach zu "sein", anstatt Coaching zu "machen".

Um zuhören zu können, muss man zunächst für den anderen verfügbar sein, wer auch immer er sein mag und über welches Problem er auch immer sprechen möchte (natürlich innerhalb der Grenzen einer korrekten Beziehung und Berufsethik). Man muss also aufgeschlossen sein, um zu verstehen, zu akzeptieren und nicht zu urteilen. Der Coach muss darauf achten, die andere Person nicht zu unterbrechen, um seine eigenen Ideen zu äußern oder Ratschläge, Hinweise und Lösungen zu geben, die sich aus der Erfahrung des Coaches ergeben und nicht aus der des Trainees, der oft seine eigenen Ideen, Gefühle und Motivationen zum Thema der Sitzung ausarbeitet und ausdrückt.

Außerdem muss ein Coach, der sich dem Trainee völlig zur Verfügung stellen will, seine eigenen Probleme und Verpflichtungen "vor der Tür" lassen, um eine effektive Sitzung zur Lösung eines Problems zu gewährleisten, das die Person vor ihm als wichtig und "allgegenwärtig" in seiner aktuellen Situation empfindet. Viele Menschen nehmen die Fähigkeit des Zuhörens als selbstverständlich hin und glauben, dass sie einfach nur zuhören, weil sie hören und verstehen, was gesagt wird. **Hören ist eine sensorische Funktion, während Zuhören eine Fähigkeit ist.** Zu den Voraussetzungen für das Zuhören gehören Beobachtung, Bereitschaft und Aufmerksamkeit für die Umgebung (Bellometti, 2019). Wenn man diese Voraussetzungen 'umgesetzt' hat, kann man zu der inneren Haltung des Zuhörens gelangen. **Anderen wirklich zuzuhören ist kein passiver Akt** oder eine **passive** Haltung: die ganze Person ist involviert. Zuhören ist eine andere Art des Sprechens.

Wenn wir von *aktivem, kontextuellem und empathischem* Zuhören sprechen, verwenden wir drei Adjektive, die das Zuhören in der Art und Weise definieren, wie es vom Coach gehandhabt wird, und die verschiedene Aspekte bezeichnen: *die der Beziehung zugrunde liegenden* (Kontext), *die eines Zuhörwerkzeugs* (aktiv) und *die einer Seinsweise (empathisch) des Zuhörens selbst* (Bellometti, 2019). Beim empathischen Zuhören hört man mit den Ohren zu, aber auch, und das ist der wichtigste Aspekt, mit den Augen und dem Herzen. Man entwickelt Empathie mit den Coaches, aber man interpretiert keine Gefühle, man beurteilt kein Verhalten: man nimmt nicht emotional teil, mit anderen Worten, man entwickelt Empathie, nicht Sympathie oder Teilhabe und Teilnahme.

Zuhören ist die Grundlage der Kommunikation; für den Coach ist es das erste, was er üben muss, wenn er lernen will zu kommunizieren, ohne zu vergessen, dass es nicht gelingen kann, anderen zuzuhören, wenn man nicht zuerst lernt, sich selbst wirklich zuzuhören. Emotionen zu entschlüsseln und zu verstehen, wie sie die Beziehungen zu anderen beeinflussen können, prädisponiert uns zu einem authentischeren und professionelleren Zuhören.

Einige Grundsätze, die immer beachtet werden sollten, sind (Bellometti, 2019):

- **Aufmerksamkeit für den anderen:** Mit ganzem Herzen zuhören, was der andere sagt, bedeutet, wirklich präsent zu sein und durch Worte und Gesten die Erfahrung der Person, die vor Ihnen steht, ihre Freude und ihren Schmerz wahrzunehmen. Diese Aufmerksamkeit wird EMPATHIE genannt (etymologisch 'hineinfühlen'). Empathie bedeutet also, sich wirklich auf die andere Person einzustellen, die Dinge aus ihrer Sicht zu sehen, ihren Gefühlen volle Aufmerksamkeit zu schenken und dabei immer man selbst zu bleiben, ohne in die Falle der emotionalen Verstrickung zu tappen.
- **Offen sein für das Unerwartete:** Zuhören bedeutet, alles, was gesagt wird, nicht defensiv zu akzeptieren, oder besser gesagt, bedingungslos zu akzeptieren, auch das Unvorhergesehene; man kann nicht von vornherein wissen, was der andere sagen wird, und man sollte nicht versuchen, es vorherzusagen. Man muss keine Abwehrhaltung einnehmen gegenüber dem, was neu ist und was die eigene Denkweise erschüttert: Eine Beziehung kommt nur zustande, wenn man akzeptiert, dass andere die Dinge anders sehen und verstehen.
- **Sich selbst kennen:** Um den anderen so akzeptieren zu können, wie er ist, ist es unerlässlich, zunächst sich selbst zu akzeptieren, die eigenen inneren Widersprüche und Trennungsgründe zu erkennen, die eigene Wesensart (Stimmung, Charakter, Sensibilität) zu kennen.
- **Das Wissen um den eigenen Zustand:** Die Fähigkeit zuzuhören erhöht sich, wenn man seine eigenen Schwierigkeiten kennt und diese verantwortungsvoll akzeptiert. Andernfalls kommt das Problem des Gesprächspartners zu unserem hinzu und nimmt überhand.

- **Akzeptieren, um zu überwinden:** Man kann nicht wirklich in der Lage sein, anderen zuzuhören und ihre Botschaft zu verstehen, was auch immer es sein mag, wenn man nicht zuerst in der Lage ist, zuzuhören und zu akzeptieren, was in einem selbst vorgeht.

Kommunikation ist ein Instrument, mit dem wir unseren Einfluss auf andere ausüben, Veränderungen in unserer eigenen Einstellung und der anderer bewirken, die Menschen um uns herum motivieren und Beziehungen zu ihnen aufbauen und pflegen können. Kommunikation ist ein wesentlicher Bestandteil unseres täglichen, persönlichen und beruflichen Lebens und ist eine soziale Aktivität. Diese soziale Aktivität findet entweder verbal statt, durch gesprochene Sprache, Lesen und Schreiben, oder nonverbal durch Körpersprache. *Wir kommunizieren, weil wir ein Bedürfnis haben, uns auszudrücken, verstanden zu werden und von anderen zu lernen.* Es ist wichtig, Informationen und Zuneigung miteinander auszutauschen.

Nonverbale Kommunikation:

Viele Botschaften können kommuniziert werden, ohne verbalisiert zu werden. *Eine wichtige Fähigkeit ist es, auf nonverbale Signale zu achten.* Der nonverbale Aspekt des Kommunikationsprozesses ist weitgehend unbewusst und weniger anfällig für Manipulation oder Verschleierung durch den Einzelnen. Eine sorgfältige Beobachtung kann zeigen, wie viele Informationen durch den Gesichtsausdruck vermittelt werden können. Der Tonfall kann nützliche Hinweise für den Umgang mit einer Person in einer schwierigen Situation liefern. Ein guter Zuhörer achtet auf die Intensität, den Rhythmus, das Timbre und den Tonfall der Stimme sowie auf die subtilen Variationen, die diese vermitteln.

Wir kommunizieren, um zu überleben. Vielleicht brauchen wir Hilfe, um etwas Wichtiges herauszufinden oder um jemanden zu warnen. Wir lernen von anderen Menschen, wie man lebt und wie man überlebt. Wir kommunizieren, um unsere Neugierde zu befriedigen. Aber auch, um soziale Strukturen zu schaffen. Um zu bauen, zu zerstören, zu verändern, zu verbessern. In der Dynamik des Kommunikationsprozesses kann eine positive oder negative Stimmung erzeugt werden, auch ohne ein Wort zu sagen.



Quelle: <https://www.battiamoilsilenzio.gov.it/progetto>

Einheit 3.2 Teilen

Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> • Den Lernenden helfen, zu erkennen, warum ein Verhalten angemessen sein kann und ein anderes nicht. • Den Lernenden beibringen, wie man Respekt im Sport erzieht - Respekt für Regeln, Respekt für die Gefühle der Menschen um uns herum und Respekt für die Erfahrungen anderer
--------------------	--

Sport ist einer der wichtigsten Bausteine bei der Entwicklung von Erfahrungen, die junge Menschen brauchen, um sich dem Leben auf einer täglichen Basis zu stellen. Er dient als Lehrmeister, der die Selbstüberwindung fördert.

In jeder Sportart, sei es in der Mannschaft oder im Einzelsport, werden zwischenmenschliche Beziehungen aufgebaut, die auf Respekt beruhen, und das gilt sowohl für die Mannschaftskameraden, den Trainer und andere Mitarbeiter als auch für die Gegner. Das Tragen der Mannschaftsuniform, die Pünktlichkeit bei Verabredungen, das Engagement beim Training oder während eines Wettkampfs, das Gefühl, Teil der Gruppe zu sein: All das sind Haltungen, die im Konzept des Respekts genannt werden und die gerade wegen ihres Wertes der körperlichen Aktivität eine zentrale Rolle für ein gesundes Wachstum in geistiger, psychologischer und verhaltensmäßiger Hinsicht verleihen (MECS, 2020b).

Sport rettet junge Menschen, und das ist wahr! Er bremst ein unkontrolliertes Leben der Exzesse und des Leichtsinns, die oft aufgrund einer unbedachten Analyse der Konsequenzen, die sie mit sich bringen, durchgeführt werden. Aber wie kann man jemandem Respekt beibringen, wenn er Sport treibt?

Wenn das Wort 'Regel' ausgesprochen wird, wird es automatisch mit etwas Strenghem und Langweiligem in Verbindung gebracht, und folglich versucht der Verstand zu rebellieren, zu übertreten.

Durch das Spiel erzieht der Sport die Menschen auf natürliche Weise dazu, für ein gemeinsames Projekt zusammenzuarbeiten und dabei die Bedeutung der Selbstachtung und des Respekts für andere in den Vordergrund zu stellen, ohne dass man sich vor seinen Mitspielern unbesiegbar fühlt, wenn man besser ist, oder besiegt, wenn man langsamer ist oder einen Fehler macht.

Der dem Sport innewohnende Wettbewerb fördert die Werte Ethik und Disziplin, Aufopferung und Hingabe und erweist sich damit als gesunder Wert, der zusammen mit allen anderen zur Definition des "**Fair Play**" beiträgt. Eine Sportart mit Fair Play auszuüben bedeutet, die Möglichkeit zu haben, sich besser kennenzulernen, sich Ziele zu setzen und diese durch Engagement und Konsequenz zu erreichen, sich mit anderen zu integrieren und zu interagieren, Spaß zu haben und seine technischen Fähigkeiten zu demonstrieren (MECS, 2020a).

Deshalb bietet der Sport jungen Menschen die Möglichkeit, sich auf diese Weise zu engagieren und zu wachsen, indem sie Sieg und Niederlage als relevante Erfahrungen akzeptieren, die ihr persönliches Gepäck bereichern und sie darauf vorbereiten, die Erwachsenen von morgen zu werden.

Empathie ist nicht nur die Fähigkeit, sich in andere hineinzuversetzen, sondern auch die *Fähigkeit, den anderen zu verstehen, ohne sich selbst zu verlieren*. Für Coaches wird Empathie daher grundlegend (Moruzzi, 2022) im Sinne von:

- ✓ Sich seiner eigenen Emotionen und der Emotionen anderer bewusst sein.
- ✓ Akzeptieren Sie die Emotionen der anderen.
- ✓ Das Ziel im Auge behalten (auch mit Hilfe des Trainers).
- ✓ Konstruktive und zielgerichtete Kommunikation, um sowohl sich selbst (durch internen Dialog) als auch den Teilnehmern zu helfen, ihren Fokus zu behalten.
- ✓ Seien Sie sich der Wettbewerbsmomente und ihrer besonderen emotionalen Bedeutung bewusst.



Quelle: <https://unsplash.com/it/foto/fotografia-in-scala-di-grigi-di-ragazzi-che-alzano-la-mano-mse1vdzZXjA>

Einheit 3.3 Schaffung eines förderlichen Umfelds

Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> • Einen Raum zu schaffen, in dem die Teilnehmer über ihre Situation und Wünsche sprechen und ihre gemeinsame Liebe zum Mannschaftssport teilen und sich gegenseitig unterstützen können.
--------------------	--

Marco Tullio Tirone und David Livingston schreiben in "Missionary Travels And Researches In South Africa" (1857, S. 413):

"Wenn Einwanderer in Kanada ankommen, suchen sie in der Regel nach Möglichkeiten, Freundschaften zu schließen und Teil der Gemeinschaften zu werden, in denen sie sich niederlassen. Für einige von ihnen ist die Beteiligung am Sport als Sportler, Trainer, Freizeitteilnehmer und als Zuschauer wichtig, um Verbindungen zur Gemeinschaft herzustellen, die Aktivitäten fortzusetzen, die sie vor der Einwanderung genossen haben, und an einem gesunden Lebensstil teilzuhaben. Multikulturalismus ist ein politischer Rahmen, der als Wertschätzung und Toleranz gegenüber Unterschieden und Akzeptanz der Vielfalt sowie der Sprache, Bräuche und Identitäten ethnischer Gruppen beschrieben wird. Dem Rahmen des Multikulturalismus zufolge

kann die Würdigung individueller Bräuche und Vielfalt zur sozialen Eingliederung beitragen".

Der Sport ist daher ein wesentlicher Faktor für die Festigung sozialer Bindungen, ein Weg der Akkulturation durch eine gemeinsame, universelle Aktivität, die ihre Wurzeln in der Vergangenheit junger Menschen mit Migrationserfahrung hat, die in fremden Ländern ankommen und im Sport eine gemeinsame Basis finden, um ihre Träume zu kultivieren und sich mit der Bevölkerung zu konfrontieren, die sie aufnimmt und eine ähnliche Erfahrung mit ihnen teilt.

Viele junge Menschen, die zuwandern, bringen einen kulturell bedeutsamen sportlichen Hintergrund mit, sie interessieren sich sofort für Sport, und auch wenn Fußball der beliebteste ist, ziehen auch viele andere Sportarten ihre Aufmerksamkeit auf sich: Basketball, Volleyball, Boxen, Kricket und Rugby (Mignani, 2023). Migranten stellen eine unerschöpfliche Quelle für sportliche Aktivitäten dar, sowohl auf Amateur- als auch auf professioneller Ebene, und sind daher in der Lage, gute Trainer zu werden, indem sie in der Lage sind, ihre Träume zu verwirklichen, die diese Einheit von ihnen verlangt.

Sporttrainer, die mit Migranten arbeiten, können ihr Einfühlungsvermögen durch verschiedene Methoden verbessern:

- ✓ **Schulung des kulturellen Bewusstseins:** Trainer können eine Schulung absolvieren, um ein tieferes Verständnis für verschiedene Kulturen zu entwickeln, einschließlich derjenigen der Migrantengruppen, mit denen sie arbeiten. Diese Schulung kann den Trainern helfen, kulturelle Unterschiede zu erkennen und zu schätzen und so das Einfühlungsvermögen gegenüber ihren Sportlern zu fördern.
- ✓ **Aktive Zuhörfähigkeiten:** Trainer sollten ihren Sportlern mit Migrationshintergrund aktiv zuhören und dabei nicht nur auf ihre Worte, sondern auch auf ihre Emotionen und Körpersprache achten. Indem sie echtes Interesse und Verständnis zeigen, können Trainer eine engere Verbindung zu ihren Sportlern aufbauen.
- ✓ **Versetzen Sie sich in ihre Schuhe:** Trainer können sich in Empathie üben, indem sie sich in die Lage ihrer Sportler mit Migrationshintergrund versetzen. Dazu gehört es, die Herausforderungen und Hindernisse zu bedenken, mit denen Migranten auf und neben dem Spielfeld konfrontiert sein können, und sich in ihre Erfahrungen einzufühlen.
- ✓ **Bieten Sie personalisierte Unterstützung:** Trainer können Athleten mit Migrationshintergrund auf der Grundlage ihrer individuellen Hintergründe und Bedürfnisse individuelle Unterstützung bieten. Dazu kann es gehören, zusätzliche Hilfe

bei Sprachbarrieren zu leisten, kulturelle Orientierung zu bieten oder auf sozioökonomische Herausforderungen einzugehen, denen sie begegnen.

- ✓ **Förderung der Inklusion:** Trainer können ein einladendes und integratives Umfeld schaffen, in dem sich alle Athleten unabhängig von ihrem kulturellen Hintergrund geschätzt und respektiert fühlen. Dazu gehört es, Stereotypen und Diskriminierung aktiv zu bekämpfen und die Vielfalt innerhalb des Teams zu feiern.

Empathie äußert sich auf verschiedene Weise, unter anderem:

- **Verstehen:** Einfühlsame Trainer haben ein tiefes Verständnis für die Erfahrungen, Emotionen und Perspektiven ihrer Sportler. Sie können die Gefühle ihrer Athleten erkennen und validieren, egal ob es sich um Frustration, Heimweh oder Aufregung handelt.
- **Mitgefühl:** Einfühlsame Trainer sorgen sich aufrichtig um das Wohlergehen ihrer Sportler. Sie zeigen Mitgefühl, indem sie Unterstützung, Ermutigung und Anleitung anbieten, sowohl auf dem Spielfeld als auch außerhalb.
- **Verbindung:** Empathie fördert ein starkes Gefühl der Verbundenheit und des Vertrauens zwischen Trainern und Sportlern. Sie schafft ein Umfeld, in dem sich die Sportler wohl fühlen, wenn sie sich ausdrücken und bei Bedarf um Hilfe bitten können.
- **Flexibilität:** Einfühlsame Trainer sind flexibel und anpassungsfähig in ihrem Ansatz und berücksichtigen die individuellen Bedürfnisse und Umstände ihrer Sportler. Sie sind bereit, ihre Trainingsmethoden anzupassen, um das Wachstum und die Entwicklung ihrer Athleten besser zu unterstützen.

Die **Ergebnisse** der Kultivierung von Empathie im Sportunterricht können erheblich sein:

- **Verbesserte Leistung:** Einfühlsame Trainer können ihre Athleten inspirieren und motivieren, ihr Bestes zu geben. Indem sie die Motivationen und Herausforderungen ihrer Athleten verstehen, können Trainer ihre Coaching-Strategien so anpassen, dass die Leistung optimiert wird.
- **Verbesserte Teamdynamik:** Empathie fördert ein Gefühl der Einheit und Kameradschaft innerhalb des Teams. Die Athleten fühlen sich wertgeschätzt und unterstützt, was zu einem stärkeren Teamzusammenhalt und einer besseren Zusammenarbeit führt.
- **Persönliches Wachstum:** Einfühlsames Coaching kann das persönliche Wachstum und die Entwicklung der Sportler fördern. Es hilft ihnen, sowohl auf dem Spielfeld als auch abseits davon Widerstandsfähigkeit, Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl aufzubauen.
- **Langfristiges Engagement:** Es ist wahrscheinlicher, dass Sportler ihrem Sport treu bleiben und sich engagieren, wenn sie sich von ihren Trainern unterstützt und verstanden fühlen.

<p>Beschreibung der Aktivität</p>	<p>Der erste Teil der Aktivität beginnt mit der Teambildung: Die Teammitglieder werden gebeten, an eine bestimmte Erinnerung aus ihrem Leben zu denken. Sie können sich ein paar Minuten Zeit zum Nachdenken nehmen. Dann wird jeder gebeten, die eine Erinnerung zu nennen, die er gerne noch einmal erleben würde, wenn er in der Zeit zurückgehen könnte.</p> <p>Vielleicht ist nicht jeder gleich bereit, sich zu öffnen. Sie müssen also sicherstellen, dass Sie mit gutem Beispiel vorangehen und dass sich alle Anwesenden wohl fühlen, wenn sie ihre Erinnerungen teilen.</p> <p>Ein kleiner theoretischer Teil umfasst wesentliche Coaching-Fähigkeiten wie Beziehungsaufbau, aktives Zuhören, Kommunikation, kraftvolle Fragen, emotionale Intelligenz und die Fähigkeit, Feedback zu geben (und zu empfangen).</p> <p>Gefolgt von einem Problemlösespiel zur Entwicklung der Problemlösung mit 5 praktischen Beispielen:</p> <p>Schriftliche Analyse</p> <p>Eines der eindrucksvollsten Beispiele für die Umsetzung der Problemlösung in die Praxis ist die schriftliche Analyse. Dazu brauchen Sie nur einen Stift und ein leeres Blatt Papier: Sie müssen nur unser Problem und unsere Fragen dazu zu Papier bringen. Einige mögliche Fragen könnten sein: Warum macht es mir Angst? Welche Gefühle löst dieses Problem bei mir aus? Bin ich der Einzige, dem es so geht? Auf diese Weise werden wir in der Lage sein, unsere Gedanken neu zu ordnen und das Wirrwarr, das unseren Geist beschäftigt, zu entwirren, um die Lösung leichter zu finden.</p> <p>Rollenspiel</p> <p>Ein weiteres praktisches Beispiel sind Rollenspiele. Dies ist eines der am häufigsten verwendeten und effizientesten. Dabei geht es um Strategien, die wir bei der Zusammenarbeit mit einem Team anwenden, vor allem in einem beruflichen Umfeld, um die Inszenierung einer Geschichte, in der die Teilnehmer vor einem Hindernis stehen: Jeder Teilnehmer versucht, das Problem auf eine andere und ganz persönliche Weise zu lösen. Dank des Rollenspiels können Sie sich die Meinungen des gesamten Teams anhören und so alle auf unterhaltsame und motivierende Weise einbeziehen.</p> <p>Technik, wie man sich verschlimmert</p> <p>Eine weitere Möglichkeit, das Problemlösen zu üben, ist die "Schlechter-werden-Technik". Dies ist eine sehr einfache Übung. Stellen Sie sich einfach eine Frage: "Wie könnte ich die Situation noch schlimmer machen?". Ausgehend von dieser einfachen Frage</p>
--	---

	<p>analysieren wir verschiedene fehlgeschlagene Lösungen, um die Situation zu verschlimmern. Auf diese Weise wird eine Art Abneigung gegen Lösungen aktiviert, die zum Scheitern führen würden, was zu einem größeren Bewusstsein und einer höheren Produktivität führt, um die beste Lösung zu finden.</p> <p>Szenariotechnik jenseits des Problems Unter den praktischen Übungen zur Umsetzung der Problemlösung gibt es auch die "Szenario jenseits des Problems Technik", die darin besteht, sich die Situation in dem Moment vorzustellen, in dem das Problem überwunden ist. Durch das Aufstellen von Hypothesen und die Vorstellung einer idealen Situation, in der das Problem überwunden ist, befreit sich der Geist von negativen Gedanken und arbeitet härter an der Verwirklichung dieses Szenarios.</p> <p>Bergsteiger Technik Schließlich gibt es noch die "Aufsteigertechnik", auch "Technik der kleinen Schritte" genannt. Diese Übung besteht darin, die Arbeit mit der Lösung kleinerer Probleme zu beginnen und dann zu größeren Problemen überzugehen. Dies ist eine sehr wichtige Übung zur Problemlösung: Der Verstand ist zu Beginn mit dem Lösen einfacherer Probleme beschäftigt und wird dadurch ermutigt, auch die größeren Probleme zu lösen.</p>
--	---

Aktivität 2

Titel der Aktivität	BE COACH
Zielsetzung	Ein aufgabenorientiertes, motivierendes Klima zu schaffen, das Autonomie, Fähigkeiten und Beziehungen fördert.
Lernergebnisse	<ul style="list-style-type: none"> - Sie wissen, wie man einladend und unaufdringlich ist - Die Fähigkeit, mit Emotionen umzugehen, emotionale Intelligenz und Einfühlungsvermögen zu zeigen - Die Fähigkeit, effektiv zu kommunizieren und aktiv zuzuhören - Flexibilität und Aufgeschlossenheit - Vertrauen in das menschliche Potenzial
Dauer	2 Stunden
Benötigte Materialien/Ausrüstung	Sportgeräte
Beschreibung der Aktivität	<p>Phase 1: Einführung (15 Minuten)</p> <p>In der Aktivität BE COACH wird das Konzept eines motivierenden Aufgabenklimas geklärt und die Bedeutung von Autonomie, Fähigkeiten und Beziehungen für ein effektives Coaching</p>

hervorgehoben. Die Teilnehmer teilen ihre persönlichen Erwartungen und Ziele für die Aktivität mit.

Phase 2: Theorie und Diskussion (30 Minuten)

Es wird erörtert, wie wichtig ein motivierendes Aufgabenklima ist und wie es die Leistung von Sportlern oder Lernenden beeinflussen kann.

Phase 3: Praktische Aktivität - Spiel: "Die Identitätsherausforderung" (60 Minuten)

Ziel des Spiels: Das Spiel zielt darauf ab, die Autonomie, die Entwicklung von Fähigkeiten und die Verbesserung von Beziehungen zu fördern, indem es den Teilnehmern ermöglicht, die Rolle eines Trainers durch die Erfindung einer sportlichen Aktivität zu erkunden und sich damit zu identifizieren.

Die Regeln des Spiels:

- Die Teilnehmer werden in Gruppen von 3-4 Personen eingeteilt.
- Jede Gruppe erhält eine Auswahl an Sportgeräten und eine Liste mit allgemeinen Richtlinien für die Erfindung einer sportlichen Aktivität.
- Jede Gruppe hat die Aufgabe, eine einzigartige Sportaktivität zu erfinden und zu präsentieren, die Elemente wie Herausforderung, Zusammenarbeit und Spaß beinhaltet.

Bei der Gestaltung der Aktivität sollten die Teilnehmer die Grundsätze eines effektiven Coachings berücksichtigen, wie z.B. klare Kommunikation, gegenseitige Unterstützung und Anpassungsfähigkeit an die Bedürfnisse der Gruppe.

Nach einer 30-minütigen Vorbereitungszeit stellt jede Gruppe den anderen Teilnehmern ihre Aktivität vor und erklärt deren Struktur, Regeln und Ziele.

Nach jeder Präsentation ist eine kurze Feedback- und Diskussionsrunde unter den Teilnehmern vorgesehen, die sich auf positive Aspekte und verbesserungswürdige Bereiche konzentriert.

Phase 4: Reflexion und Schlussfolgerung (15 Minuten)

Fazit:

Die BE COACH-Aktivität bietet den Teilnehmern eine interaktive und fesselnde Möglichkeit, die Schlüsselkompetenzen für effektives Coaching zu erkunden und zu entwickeln. Das Spiel "Identitätsherausforderung" ermöglicht es ihnen, theoretische Konzepte in einem praktischen Kontext anzuwenden, wodurch

	Autonomie, Kompetenzentwicklung und verbesserte Beziehungen innerhalb der Coaching-Rolle gefördert werden.
--	--

Schlussfolgerungen

Einfühlungsvermögen ist für einen Coach wichtig. Sie ist eine Schlüsselkomponente der emotionalen Intelligenz. Trainer, die Einfühlungsvermögen zeigen, sind besser in der Lage, auf die Herausforderungen, Sorgen und Bedürfnisse ihrer Sportler oder Kunden einzugehen. Dies kann dazu beitragen, stärkere Beziehungen aufzubauen und den Sportlern zu helfen, ihr Potenzial auszuschöpfen. Es kann Trainern auch helfen, mit Konflikten konstruktiv umzugehen, indem sie die mit Konflikten verbundenen Emotionen erkennen und nach Lösungen suchen, die den Bedürfnissen aller Beteiligten gerecht werden. Es ermöglicht ihnen, stärkere Beziehungen zu den Menschen aufzubauen, die sie betreuen, stressige Situationen und Erfahrungen individuell zu bewältigen und effektiv zu kommunizieren. Empathie kann Coaches auch helfen, andere zu motivieren und eine effektive Führungsrolle zu übernehmen.

Sehr oft sind die kontextuellen Variablen schwer zu kontrollieren. An diesem Punkt ist es wichtig, sich daran zu erinnern, dass wir für die Emotionen, die wir empfinden, verantwortlich sind und dass wir daher letztlich immer selbst entscheiden, wie wir uns verhalten! Daher ist es wichtig, dass wir Emotionen als wertvolle Informationen begreifen, die wir verstehen und modulieren können, um das Beste aus uns herauszuholen und anderen zu helfen. Die emotionale Komplexität des Teams ist in der Tat sehr groß, aber sie hat einen entscheidenden Einfluss auf den Verlauf des Sports.

Zu lernen, das emotionale Klima zu verstehen und mit ihm zu arbeiten, wird somit zu einer wichtigen Fähigkeit für jeden, insbesondere für den Coach, da jeder in einem Team zu einem "gesunden Träger konstruktiver Emotionen" werden kann, der für das Erreichen von Zielen und Erfolg nützlich ist.

Quiz

1) Was ist einer der Hauptgründe, warum die Integration von Einwanderern durch Sport Einfühlungsvermögen erfordert?

- a) Es fördert den Wettbewerb
- b) Es fördert die Sozialisierung und den Aufbau von Beziehungen

- c) Es fördert den Individualismus
- d) Sie konzentriert sich ausschließlich auf die körperliche Gesundheit

2) Welcher der folgenden Punkte wird NICHT als Voraussetzung für effektives Zuhören genannt?

- a) Beobachtung
- b) Bereitschaft
- c) Aufmerksamkeit für die Umwelt
- d) Missachtung der Gefühle des Praktikanten

3) Warum ist Sport laut dem Text so wichtig für die Festigung sozialer Bindungen?

- a) Es fördert die Isolation und Ausgrenzung
- b) Es fördert den Wettbewerb und die Aggression
- c) Sie bietet eine gemeinsame Basis für Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund
- d) Sie fördert Individualismus und Egoismus

4) Was ist das Hauptziel der Aktivität "POSITIV SEIN UND PROBLEMLÖSUNG"?

- a) Negative Verhaltensweisen von Teammitgliedern zu verstärken
- b) Aktives Zuhören und Kommunikation entmutigen
- c) Förderung von Teamarbeit und Problemlösungskompetenz
- d) Betonung von Wettbewerb und Individualismus

5) Warum ist Einfühlungsvermögen dem Text zufolge für Trainer wichtig?

- a) Es hilft Trainern, Konflikte und Herausforderungen zu vermeiden
- b) Sie ermöglicht es Trainern, die Bedürfnisse ihrer Sportler oder Kunden zu ignorieren.
- c) Es ermöglicht Trainern, engere Beziehungen aufzubauen und auf die Bedürfnisse ihrer Sportler oder Kunden einzugehen.

d) Es ermutigt Trainer, sich ausschließlich auf den Wettbewerb und das Gewinnen zu konzentrieren

Weitere Lektüre

EIN MULTIDISZIPLINÄRER ANSATZ: THEORIE UND PRAXIS FÜR JUGENDARBEITER IN DER FLÜCHTLINGSHILFE: https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-2334/YTFR-TOOLKIT.pdf

KREATIVE KOMMUNIKATION: https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-2219/CC_booklet_V1_compressed.pdf

Emotionen & Mannschaftssport (auf Italienisch): <https://www.mental-training.it/emozioni-sport-squadra/#:~:text=Per%20gli%20atleti%20quindi%20diventa%20fondamentale%3A&text=di%20quelle%20altrui.-,Accettare%20le%20emozioni%20degli%20altri,compagni%20a%20mantenere%20questa%20concentrazione.>

Soziale Integration von Asylbewerbern durch Sport: das Beispiel von Polisportiva San Precario (auf Italienisch): <http://dspace.unive.it/bitstream/handle/10579/13670/861063-1214241.pdf?sequence=2>

Die Komfortzone (auf Italienisch): <https://creacoach.it/?cat=-1>

Emotionale Intelligenz: was sie ist und warum sie wichtig ist (auf Italienisch): <https://www.unobravo.com/post/intelligenza-emotiva#:~:text=I%20due%20studiosi%20diedero%20una,pensieri%20e%20le%20proprie%20azioni%20%BB>

Referenzen

Bellometti, S. (2019). L'ascolto attivo come competenza chiave per il Coach. *InCoaching*. Abgerufen von <https://www.incoaching.it/ascolto-attivo/>. [auf Italienisch].

Livingston, D. (1857). *Missionary Travels And Researches In South Africa*. Abrufbar unter <https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.33342/page/n17/mode/2up>.

Mignani, L. (2023). Quali sono gli sport più popolari e praticati al mondo?. *Men's Health*. Abgerufen von <https://www.menshealth.com/it/fitness/sport/a43525706/sport-piu-popolari-praticati-mondo/>. [Auf Italienisch].

Moruzzi, S. (2022). Intelligenza emotiva: cos'è e perchè è importante. *Unobravo*. Abgerufen von <https://www.unobravo.com/post/intelligenza->

Modul 4 - Konfliktlösung

Ziel: Ziel dieses Moduls ist es, Trainern die wesentlichen Kenntnisse, Fähigkeiten und Strategien zu vermitteln, die erforderlich sind, um Konflikte in der dynamischen und druckvollen Umgebung von Sportteams effektiv zu erkennen, zu bewältigen und zu lösen. Am Ende dieses Moduls werden Trainer ein umfassendes Verständnis der verschiedenen Konfliktquellen erlangen, die in einem Sportumfeld auftreten können, angefangen von zwischenmenschlichen Konflikten zwischen Teammitgliedern bis hin zu Streitigkeiten mit Eltern, Administratoren oder anderen Trainern.

Lernziele:

Nach Abschluss dieses Moduls verfügen die Lernenden über:

- ✓ **Entwickeltes Bewusstsein:** Entwicklung eines Bewusstseins für die häufigen Ursachen und Erscheinungsformen von Konflikten im Sportumfeld, um einen proaktiven Ansatz zur Konfliktlösung zu fördern.
- ✓ **Verbesserte Kommunikationsfähigkeiten:** Die Coaches werden mit effektiven Kommunikationstechniken ausgestattet, wobei der Schwerpunkt auf aktivem Zuhören, klarem Ausdruck und der Fähigkeit liegt, konstruktives Feedback zu geben, um Konflikte zu vermeiden und zu lösen.
- ✓ **Aufbau von Beziehungsmanagement-Kompetenzen:** Die Coaches erhalten Werkzeuge, um positive Beziehungen zwischen Teammitgliedern, Mitarbeitern und Interessengruppen aufzubauen und zu pflegen und so eine harmonische und kooperative Teamkultur zu fördern.
- ✓ **Umgesetzte Konfliktlösungsstrategien:** Coaches werden in der Lage sein, eine Reihe von Konfliktlösungsstrategien anzuwenden, einschließlich Mediation, Verhandlung und Moderation, die auf die besonderen Herausforderungen des Sportcoachings zugeschnitten sind.
- ✓ **Geförderter Teamzusammenhalt:** Der Schwerpunkt liegt auf der Rolle der Konfliktlösung bei der Förderung des Zusammenhalts und der Einheit des Teams, was zu einer verbesserten Leistung, Moral und dem allgemeinen Erfolg des Teams führt.
- ✓ **Angesprochene Vielfalt und Einbeziehung:** Erkennen von potenziellen Konflikten, die sich aus unterschiedlichen Hintergründen, Perspektiven und Erfahrungen innerhalb von Sportteams ergeben, und Förderung von Inklusivität und Verständnis.
- ✓ **Vermittelte emotionale Intelligenz:** Förderung der Entwicklung emotionaler Intelligenz bei den Trainern, um sie in die Lage zu versetzen, mit ihren eigenen Emotionen umzugehen und sich in der Gefühlswelt ihrer Athleten zurechtzufinden, um Konflikte effektiv zu vermeiden und zu lösen.

Einführung

Dieses Modul ist speziell auf Sporttrainer zugeschnitten, die mit Sportlern mit Migrationshintergrund arbeiten. Es berücksichtigt die einzigartigen Herausforderungen und Chancen, die kulturelle Vielfalt¹ für ein Team mit sich bringt. Trainer spielen eine wichtige Rolle bei der Schaffung eines integrativen und unterstützenden Umfelds. Dieses Modul zielt darauf ab, Trainern die Fähigkeiten und die kulturelle Kompetenz zu vermitteln, die sie benötigen, um mit Konflikten in einer vielfältigen Teamumgebung umzugehen. Durch eine Kombination aus Schulungen zur kulturellen Sensibilisierung², praktischen Übungen und Fallstudien werden Coaches die Fähigkeit entwickeln, Konflikte zu verstehen, zu bewältigen und effektiv zu lösen und gleichzeitig Einigkeit und gegenseitiges Verständnis zu fördern.

Konfliktlösung ist der Prozess der Beendigung eines Streits und der Erzielung einer Einigung, die alle beteiligten Parteien zufriedenstellt. Da Konflikte ein wesentlicher Bestandteil des menschlichen Lebens sind, zielt eine effektive Konfliktlösung nicht darauf ab, Meinungsverschiedenheiten zu vermeiden. Wie bereits erwähnt, ist die Konfliktlösung ein Weg für zwei oder mehr Parteien, eine friedliche Lösung für eine Meinungsverschiedenheit zwischen ihnen zu finden. Die Meinungsverschiedenheit kann persönlich, finanziell, politisch oder emotional sein. Wenn es zu einem Streit kommt, ist die beste Vorgehensweise oft eine Verhandlung, um die Meinungsverschiedenheit beizulegen.

Während dieses Moduls werden wir verschiedene Aktivitäten und Methoden kennenlernen, um zu lernen, wie man Konfliktlösung in Sportvereinen/Teams/Aktivitäten einsetzt.

Einheit 4.1 Kulturelle Vielfalt in Sportteams verstehen

Einführung

In der Welt des Sports spielt die kulturelle Vielfalt eine entscheidende Rolle für die Leistung und den Zusammenhalt eines Teams. **Kulturelle Vielfalt** bezieht sich auf die Vielfalt der Werte, Überzeugungen, Traditionen und Denkweisen, die innerhalb einer Gruppe von Menschen existieren. In einer Sportmannschaft kann sich diese Vielfalt durch Unterschiede in der

¹ Im Kontext des Sportcoachings bezieht sich kulturelle Vielfalt auf die Anwesenheit von Sportlern mit unterschiedlichem kulturellem Hintergrund in einem Team. Diese Vielfalt kann sowohl Herausforderungen als auch Chancen mit sich bringen, wie z.B. Unterschiede in Kommunikationsstilen, Werten und Perspektiven.

² Kulturelles Bewusstsein bedeutet, die kulturelle Vielfalt innerhalb eines Sportteams zu erkennen und zu verstehen sowie die potenziellen Auswirkungen kultureller Faktoren auf das Verhalten, die Kommunikation und die Leistung von Sportlern. Trainer, die über ein hohes Maß an kulturellem Bewusstsein verfügen, sind besser in der Lage, ein integratives Umfeld zu schaffen und Konflikte sensibel anzugehen.

ethnischen Zugehörigkeit, der Religion, der Sprache, den Bräuchen und vielen anderen Facetten der **kulturellen Identität** manifestieren. In dieser Lektion werden wir die Bedeutung der kulturellen Vielfalt in einem Sportteam untersuchen und herausfinden, warum es wichtig ist, sie zu verstehen. Wir werden uns ansehen, wie Vielfalt das Sporterlebnis bereichern, **die Integration** und den gegenseitigen Respekt **fördern** und die allgemeine Teamleistung verbessern kann.

Vorteile der **kulturellen Vielfalt** in einer Sportmannschaft

Die kulturelle Vielfalt in einem Sportteam bringt eine Vielzahl von Perspektiven, Fähigkeiten und Erfahrungen mit sich, die für den Erfolg des Teams von unschätzbarem Wert sein können. Hier sind einige der wichtigsten Vorteile:

- ✓ **Kreativität und Problemlösung:** Kulturell unterschiedliche Teammitglieder neigen dazu, Herausforderungen auf unterschiedliche Art und Weise anzugehen. Dies kann zu mehr **Kreativität** und Problemlösungskompetenz führen, da jeder Einzelne aufgrund seines **kulturellen Hintergrunds** einzigartige Ideen einbringen kann.
- ✓ **Anpassungsfähigkeit:** Kulturelle Vielfalt fördert die Anpassungsfähigkeit, da die Teammitglieder lernen, die Unterschiede der anderen zu verstehen und zu respektieren. Dies kann besonders in Spielsituationen nützlich sein, in denen eine schnelle Anpassung an Veränderungen der Umgebung oder der Strategie erforderlich ist.
- ✓ **Gesteigerte Leistung:** Die **Einbeziehung** von Menschen aus verschiedenen Kulturen kann die Leistung des Teams verbessern, indem der Pool an Fähigkeiten und Talenten vergrößert wird. Darüber hinaus kann ein vielfältiges Team attraktiver für Sponsoren und Fans mit unterschiedlichem **kulturellem Hintergrund** sein, was zu mehr Unterstützung und Ressourcen für das Team führen kann.
- ✓ **Ermutigung zum Lernen:** Die Interaktion mit Menschen aus anderen Kulturen fördert das Lernen und die persönliche Entwicklung. Teammitglieder können neue Traditionen, Sprachen und Perspektiven kennenlernen, was ihren Horizont erweitert und sie einfühlsamer und verständnisvoller macht.

Kulturelle Vielfalt in einem Sportteam verstehen: Um die **kulturelle Vielfalt** in einem Sportteam optimal zu nutzen, ist es wichtig, die Unterschiede zwischen den Teammitgliedern zu verstehen und zu schätzen. Hier sind einige Strategien zur Förderung von gegenseitigem Verständnis und Respekt:

- ✓ **Bildung und Bewusstsein:** Das Angebot von Bildungs- und Sensibilisierungsmaßnahmen **zur kulturellen Vielfalt** kann den Teammitgliedern helfen, die Unterschiede zwischen den Kulturen besser zu verstehen. Dazu können Workshops, Vorträge oder praktische Aktivitäten gehören, die das interkulturelle Verständnis fördern.

- ✓ **Förderung einer offenen Kommunikation:** Um sicherzustellen, dass sich alle Teammitglieder wertgeschätzt und gehört fühlen, ist die Förderung einer offenen und respektvollen Kommunikation unerlässlich. Dies kann bedeuten, dass Sie klare Kommunikationsregeln aufstellen und alle zur Teilnahme an Diskussionen und Entscheidungen im Team ermutigen.
- ✓ **Vielfalt zelebrieren:** Die Anerkennung und Würdigung der **kulturellen Vielfalt** innerhalb des Teams kann dazu beitragen, das Gefühl der Zugehörigkeit und Kameradschaft zu stärken. Dazu kann es gehören, **kulturelle Feiertage** zu feiern, Veranstaltungen zu organisieren, die verschiedene Traditionen hervorheben, oder einfach die einzigartigen Beiträge jedes Teammitglieds anzuerkennen und zu würdigen.

Kurz gesagt: **Kulturelle Vielfalt** ist ein unschätzbare Vorteil in einem Sportteam. Indem man die Unterschiede zwischen den Teammitgliedern versteht und wertschätzt, kann das Potenzial der Vielfalt maximiert werden, um die Teamleistung zu verbessern, die **Integration** zu fördern und das Sporterlebnis für alle Beteiligten zu bereichern. Der Sport kann Menschen über kulturelle Grenzen hinweg zusammenbringen, aber er kann auch kulturelle Unterschiede hervorheben und verstärken. Kulturelle Vielfalt ist daher zu einem immer wichtigeren Thema in der Welt des Sports geworden.

Trotz des globalen Charakters des Sports gibt es eine große Diskrepanz bei der Vertretung und Einbeziehung verschiedener Kulturen in vielen Sportteams, Führungspositionen und Organisationen. Dies könnte zum Wachstum der jeweiligen Sportarten beitragen, könnte aber auch potenzielle Talente aufgrund ihres **kulturellen Hintergrunds** daran hindern, ihr volles Potenzial auszuschöpfen. Es ist daher von entscheidender Bedeutung, die Hindernisse für die kulturelle Vielfalt im Sport zu untersuchen, die Vorteile eines kulturell vielfältigen Sportumfelds aufzuzeigen und umsetzbare Schritte für Organisationen, Teams und Führungsgremien zu identifizieren, um kulturelle Vielfalt zu fördern und zu erreichen.

In letzter Zeit gab es einige Fortschritte bei Sensibilisierungskampagnen wie der "Kick it Out"-Initiative im englischen Fußball, die das Bewusstsein für Rassismus und Diskriminierung geschärft und gleichzeitig **Vielfalt** und **Integration** gefördert hat. Außerdem werden Trainer, Schiedsrichter und Sportdirektoren geschult, um unbewusste Vorurteile abzubauen und integrative Praktiken zu fördern. Es sind jedoch weitere Untersuchungen erforderlich, um die Nuancen des Problems zu verstehen und die Fortschritte bei diesem Thema zu messen.

Lektion 4.2 Kommunikationsstrategien in verschiedenen Kulturkreisen

Einführung

Effektive Kommunikation ist für den Erfolg eines jeden Sportteams entscheidend, aber wenn es um kulturell vielfältige Teams geht, werden Kommunikationsstrategien noch wichtiger. In dieser Lektion werden wir uns mit kulturübergreifenden Kommunikationsstrategien in einem Sportteam beschäftigen und erfahren, warum es wichtig ist, sie zu verstehen, um die Leistung und den Zusammenhalt eines Teams zu maximieren.

BEDEUTUNG DER INTERKULTURELLEN KOMMUNIKATION IM SPORT

Die interkulturelle Kommunikation in einem Sportteam ist aus mehreren Gründen wichtig:

- ✓ **Zusammenhalt im Team:** Effektive Kommunikation fördert den Zusammenhalt zwischen den Teammitgliedern, unabhängig von ihren **kulturellen Unterschieden**. Wenn die Teammitglieder einander verstehen und gut miteinander kommunizieren, ist die Wahrscheinlichkeit größer, dass sie auf gemeinsame Ziele hinarbeiten und sich gegenseitig unterstützen.
- ✓ **Konfliktvermeidung:** Kulturelle Unterschiede können zu Missverständnissen und Konflikten führen, wenn sie nicht richtig angesprochen werden. Eine klare und respektvolle Kommunikation kann helfen, Missverständnisse zu vermeiden und Konflikte schnell und effizient zu lösen, wenn sie auftreten.
- ✓ **Verbesserte Leistung:** Effektive Kommunikation kann die Teamleistung verbessern, indem sie die Koordination und Zusammenarbeit zwischen den Teammitgliedern erleichtert. Wenn alle Beteiligten ihre Rollen und Verantwortlichkeiten klar verstehen, ist es wahrscheinlicher, dass sie effektiv zusammenarbeiten, um erfolgreich zu sein.

STRATEGIEN ZUR INTERKULTURELLEN KOMMUNIKATION

Im Folgenden finden Sie einige wichtige Strategien zur Erleichterung der interkulturellen Kommunikation in einem Sportteam:

- **Üben Sie aktives Zuhören:** Aktives Zuhören ist in jedem Kontext von grundlegender Bedeutung für eine effektive Kommunikation, aber es ist besonders wichtig in kulturell vielfältigen Teams. Dazu gehört, dass Sie nicht nur auf die gesprochenen Worte achten, sondern auch auf Gestik, Mimik und andere nonverbale Hinweise, die in verschiedenen Kulturen wichtige Bedeutungen vermitteln können.
- **Kommunikationsstil anpassen:** Das Erkennen und Anpassen an den bevorzugten Kommunikationsstil jedes Einzelnen kann helfen, Missverständnisse zu vermeiden und

eine effektivere Kommunikation zu fördern. Manche Kulturen legen beispielsweise Wert auf eine direkte und offene Kommunikation, während andere einen indirekten und diplomatischen Ansatz bevorzugen.

- **Lernen Sie die kulturellen Unterschiede kennen:** Wenn Sie sich die Zeit nehmen, sich über die kulturellen Unterschiede im Team zu informieren, können Sie Missverständnisse und Konflikte vermeiden. Dazu gehört auch, dass Sie sich über Umgangsformen, kulturelle Überzeugungen und Werte sowie die Kommunikationspräferenzen der Teammitglieder informieren.
- **Fördern Sie ein integratives Umfeld:** Die Förderung eines integrativen Umfelds, in dem sich jeder wertgeschätzt und respektiert fühlt, kann eine offeneren und effektivere Kommunikation zwischen den Teammitgliedern erleichtern. Dazu kann es gehören, klare Verhaltensregeln aufzustellen und die Beteiligung aller an Diskussionen und Entscheidungen im Team zu fördern.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die interkulturelle Kommunikation in einem Sportteam **entscheidend** für den Teamerfolg ist. Durch das Verständnis und die Anwendung **effektiver interkultureller Kommunikationsstrategien** können Teams den Zusammenhalt verbessern, **Konflikte vermeiden** und **die Gesamtleistung des Teams steigern**. Indem sie Zeit und Mühe investieren, um sich über kulturelle Unterschiede zu informieren und den Kommunikationsstil nach Bedarf anzupassen, können Teams ein **integrativeres** und **kooperativeres Umfeld schaffen**, in dem sich alle Mitglieder geschätzt und respektiert fühlen.

Einheit 4.3 Kulturelle Kompetenz und Konfliktlösungsmodelle

MODELLE FÜR KULTURELLE KOMPETENZ UND KONFLIKTLÖSUNG IN EINER SPORTMANNSCHAFT

In einem Sportteam spielen kulturelle Kompetenz und Konfliktlösungsmodelle eine entscheidende Rolle bei der Förderung von Harmonie, Zusammenarbeit und der allgemeinen Teamleistung. In dieser Lektion werden wir untersuchen, wie wichtig es ist, kulturelle Kompetenz und Konfliktlösungsmodelle in einem Sportteam zu verstehen, sowie einige Strategien, um diese Fähigkeiten effektiv zu entwickeln.

Kulturelle Kompetenz bezieht sich auf die Fähigkeit, Menschen aus anderen Kulturen zu verstehen, mit ihnen zu kommunizieren und effektiv mit ihnen zu arbeiten. In einem Sportteam, dessen Mitglieder aus verschiedenen Kulturkreisen stammen können, ist kulturelle Kompetenz aus mehreren Gründen entscheidend:

- ✓ **Fördert die Integration:** Starke kulturelle Kompetenz fördert ein integratives Umfeld, in dem sich alle Teammitglieder ungeachtet ihrer kulturellen Unterschiede geschätzt und respektiert fühlen.
- ✓ **Erleichtert die Kommunikation:** Das Verständnis kultureller Unterschiede hilft, die Kommunikation zwischen den Teammitgliedern zu verbessern, was wiederum den Zusammenhalt und die Zusammenarbeit im Team stärkt.
- ✓ **Fördert den gegenseitigen Respekt:** Kulturelle Kompetenz fördert den gegenseitigen Respekt unter den Teammitgliedern, indem sie kulturelle Unterschiede anerkennt und wertschätzt. Dies hilft, Konflikte und Missverständnisse zu vermeiden, die durch einen Mangel an kultureller Sensibilität entstehen können.

MODELLE DER KONFLIKTLÖSUNG IN EINER SPORTMANNSCHAFT

In einem Sportteam ist es unvermeidlich, dass es irgendwann zu Konflikten kommt, die auf unterschiedliche Persönlichkeiten, Meinungen und Arbeitsstile zurückzuführen sind. Daher ist es wichtig, über effektive Konfliktlösungsmodelle zu verfügen, um mit diesen Situationen konstruktiv umzugehen. Einige gängige Konfliktlösungsmodelle sind:

- **Verhandlungsmodell:** Bei diesem Modell arbeiten die am Konflikt beteiligten Parteien zusammen, um eine für beide Seiten vorteilhafte Lösung zu finden. Bei einer Verhandlung geht es im Allgemeinen darum, die Bedürfnisse und Bedenken jeder Partei zu ermitteln und einen Kompromiss zu finden, der beide Parteien zufriedenstellt.
- **Kollaboratives Modell:** Bei diesem Modell arbeiten die am Konflikt beteiligten Parteien zusammen, um die zugrunde liegende Ursache des Konflikts zu ermitteln und eine Lösung zu finden, die diese Bedenken wirksam angeht. Die Zusammenarbeit erfordert ein hohes Maß an offener Kommunikation und Vertrauen zwischen den Parteien.
- **Mediationsmodell:** Bei der Mediation erleichtert eine unparteiische dritte Partei die Kommunikation zwischen den Konfliktparteien und hilft ihnen, eine für beide Seiten akzeptable Lösung zu finden. Der Mediator drängt keine Lösung auf, sondern hilft den Parteien, ihren eigenen Weg zur Konfliktlösung zu finden.

ENTWICKLUNG VON MODELLEN FÜR KULTURELLE KOMPETENZ UND KONFLIKTLÖSUNG

Um kulturelle Kompetenz und Konfliktlösungsmodelle in einem Sportteam zu entwickeln, ist es wichtig, einige **Schlüsselstrategien** zu befolgen:

- **Ausbildung und Schulung:** Die Ausbildung und Schulung in kultureller Kompetenz und Konfliktlösung kann Teammitgliedern helfen, die notwendigen Fähigkeiten zu erwerben,

um in einem kulturell vielfältigen Umfeld effektiv zu arbeiten und mit Konflikten konstruktiv umzugehen.

- **Praxis und Erfahrung:** Praxis und Erfahrung in realen Situationen sind für die Entwicklung von kultureller Kompetenz und Konfliktlösungsmodellen unerlässlich. Dies kann die Teilnahme an Teamaktivitäten beinhalten, die die Zusammenarbeit und effektive Kommunikation fördern, sowie Konfliktmanagement in Echtzeit.
- **Feedback und Bewertung:** Regelmäßige Feedback- und Evaluierungsmöglichkeiten können den Teammitgliedern helfen, Bereiche zu identifizieren, in denen sie ihre kulturelle Kompetenz und Konfliktlösungsfähigkeiten verbessern können. Dazu können Einzel- oder Gruppenfeedback-Sitzungen gehören, aber auch die Überprüfung vergangener Vorfälle, um daraus Lehren zu ziehen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass *kulturelle Kompetenz und Konfliktlösungsmodelle entscheidend für den Erfolg eines Sportteams sind*. Wenn Teams diese Fähigkeiten verstehen und effektiv entwickeln, können sie die Integration fördern, die Kommunikation verbessern und effizienter zusammenarbeiten, um ihre gemeinsamen Ziele zu erreichen.

Einheit 4.4 Schaffung eines inklusiven Teamumfelds

SCHAFFUNG EINES INTEGRATIVEN TEAMUMFELDS IN EINER SPORTMANNSCHAFT

In einem Sportteam ist die Schaffung eines integrativen Umfelds entscheidend für die Förderung des Zusammenhalts, der Zusammenarbeit und der allgemeinen Teamleistung. In dieser Lektion werden wir untersuchen, wie wichtig es ist, zu verstehen, wie man ein integratives Teamumfeld im Sportkontext schafft und welche Strategien es gibt, um dies effektiv zu tun.

Die Bedeutung eines inklusiven Teamumfelds

Die Schaffung einer integrativen Teamumgebung ist aus mehreren Gründen entscheidend:

- ✓ **Es fördert die Vielfalt:** Ein integratives Umfeld fördert die Beteiligung und Zusammenarbeit von Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund, Fähigkeiten und Erfahrungen. Dies bereichert die Vielfalt des Teams und erhöht seine Fähigkeit, Herausforderungen aus verschiedenen Perspektiven anzugehen.
- ✓ **Stärkt den Zusammenhalt des Teams:** Wenn sich alle Teammitglieder wertgeschätzt und respektiert fühlen, ist es wahrscheinlicher, dass sie effektiv auf gemeinsame Ziele hinarbeiten. Ein integratives Umfeld fördert das Vertrauen, die Kameradschaft und die gegenseitige Unterstützung der Teammitglieder.
- ✓ **Maximiert die Leistung:** Ein Team, in dem sich jeder einbezogen und ermächtigt fühlt, ist in der Regel produktiver und erzielt ein höheres Leistungsniveau. Teammitglieder sind

eher bereit, ihre Fähigkeiten und ihr Wissen einzubringen, wenn sie sich von ihren Kollegen geschätzt und unterstützt fühlen.

STRATEGIEN ZUR SCHAFFUNG EINES INTEGRATIVEN TEAMUMFELDS

Im Folgenden finden Sie einige wichtige Strategien zur Schaffung eines integrativen Teamumfelds in einer Sportmannschaft:

- **Ermutigen Sie die Vielfalt:** Die Förderung der Vielfalt innerhalb des Teams ist der erste Schritt zur Schaffung eines integrativen Umfelds. Dazu gehört, dass Sie aktiv Mitglieder mit unterschiedlichem kulturellem, ethnischem, geschlechtsspezifischem und fähigkeitsbezogenem Hintergrund rekrutieren und alle zur Teilnahme an Teamaktivitäten ermutigen.
- **Legen Sie klare Verhaltensnormen fest:** Die Festlegung klarer Verhaltensnormen und Erwartungen an den gegenseitigen Respekt ist für die Schaffung eines integrativen Umfelds von grundlegender Bedeutung. Dazu können Null-Toleranz-Richtlinien für Belästigung, Diskriminierung und ausgrenzendes Verhalten sowie die Förderung einer offenen Kommunikation und Teamarbeit gehören.
- **Fördern Sie die Beteiligung aller:** Es ist wichtig, die Beteiligung aller Teammitglieder an den Entscheidungen und Aktivitäten des Teams zu fördern. Dies kann bedeuten, ein Umfeld zu schaffen, in dem der Beitrag jedes Einzelnen geschätzt wird und in dem er die Möglichkeit hat, seine Ideen und Meinungen frei zu äußern.
- **Bieten Sie Schulungen zur kulturellen Sensibilität an:** Ein kulturelles Sensibilitätstraining kann den Teammitgliedern helfen, die Unterschiede der anderen zu verstehen und zu schätzen. Dazu können Workshops, Vorträge oder praktische Aktivitäten gehören, die das interkulturelle Verständnis und den gegenseitigen Respekt fördern.

UMSETZUNG UND BEWERTUNG VON INTEGRATIVEN TEAMUMGEBUNGEN

Sobald die Strategien zur Schaffung eines integrativen Teamumfelds festgelegt sind, ist es wichtig, sie effektiv umzusetzen und ihre Auswirkungen auf das Team zu bewerten. Einige Möglichkeiten, dies zu tun, sind:

- **Laufende Überwachung und Überprüfung:** Überwachen Sie regelmäßig das Teamumfeld und überprüfen Sie regelmäßig Richtlinien und Praktiken, um sicherzustellen, dass sie relevant und effektiv bleiben.
- **Umfragen und Feedback:** Führen Sie regelmäßig Umfragen unter den Teammitgliedern durch, um ihre Erfahrungen und ihre Zufriedenheit mit der Teamumgebung zu bewerten.

Bitte Sie außerdem um regelmäßiges Feedback, wie die Integration und die Teamarbeit verbessert werden können.

- **Anerkennen und Feiern:** Die Anerkennung und Feier individueller und kollektiver Leistungen innerhalb des Teams kann dazu beitragen, den Zusammenhalt und das Zugehörigkeitsgefühl zu stärken. Dazu können Auszeichnungen, öffentliche Anerkennungen oder besondere Veranstaltungen zur Würdigung von Teamerfolgen gehören.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Schaffung eines inklusiven Teamumfelds für den Gesamterfolg und die Gesundheit eines Sportteams entscheidend ist. Wenn Sie die Bedeutung der Inklusion verstehen und wirksame Strategien zur Förderung der Inklusion umsetzen, können Teams ihre Vielfalt, ihren Zusammenhalt und ihre Gesamtleistung maximieren.

Aktivitäten

Aktivität 1

Titel der Aktivität	Aktivität 1: "Einigkeit durch Sport: Kulturelles Austausch-Turnier"
Zielsetzung	Fördern Sie den Zusammenhalt, das Verständnis und die Teamarbeit unter den Sportlern mit Migrationshintergrund, indem Sie ein Sportturnier veranstalten, das den kulturellen Austausch und die Zusammenarbeit fördert.
Lernergebnisse	<ul style="list-style-type: none"> ● Athleten und Trainer archivieren Inklusion gemeinsam ● Sensibilisierung der Gemeinschaft für das Thema
Dauer	2 Tage
Benötigte Materialien/Ausrüstung	Sportausrüstung (Fußbälle, Basketbälle, etc.) Kegel/Markierungen Team-Trikots oder farbige Lätzchen Whiteboards oder Flipcharts Schreibmaterial (Marker, Kreide) Kulturelle Informationskarten (im Voraus vorbereitet mit grundlegenden Informationen über den kulturellen Hintergrund jedes Teilnehmers)

<p>Beschreibung der Aktivität</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Mannschaftsaufstellung: <p>Teilen Sie die Athleten in gemischte Teams ein und achten Sie darauf, dass in jedem Team Mitglieder mit unterschiedlichem kulturellem Hintergrund vertreten sind.</p> <p>Statten Sie jeden Athleten mit einem farbigen Trikot aus, um sein Team zu repräsentieren.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Auftakt zum Kulturaustausch: <p>Beginnen Sie den Tag mit einem kurzen kulturellen Austausch. Bitten Sie jeden Athleten, eine kulturelle Tatsache oder Tradition aus seiner Heimat zu erzählen.</p> <p>Verwenden Sie Whiteboards oder Flipcharts, um die wichtigsten Informationen über jede Kultur visuell darzustellen.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Turnierregeln und Struktur: <p>Skizzieren Sie die Regeln des Sportturniers und betonen Sie dabei Fairplay, Teamwork und Kommunikation.</p> <p>Strukturieren Sie das Turnier mit Runden- oder K.O.-Phasen, so dass die Teams mehrere Spiele bestreiten können.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Kulturelle Herausforderungen: <p>Führen Sie während des Turniers "kulturelle Herausforderungen" ein. Zum Beispiel müssen die Teams vor einem Spiel eine Frage beantworten oder eine Aufgabe erfüllen, die sich auf eine andere Kultur bezieht, um zusätzliche Punkte zu erhalten.</p> <p>Ermutigen Sie zu positiven Diskussionen und zum Austausch während dieser Herausforderungen.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Überlegungen nach dem Spiel: <p>Moderieren Sie nach jedem Spiel eine kurze Reflexionsrunde, in der die Sportler über ihre Erfahrungen, Herausforderungen und Erfolge sprechen.</p> <p>Verwenden Sie kulturelle Informationskarten, um Gespräche anzuregen und Verbindungen herzustellen.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preisverleihung:
--	---

	Schließen Sie das Turnier mit einer Preisverleihung ab und würdigen Sie dabei nicht nur die sportlichen Leistungen, sondern auch die positive Einstellung, die Teamarbeit und die Bemühungen um den kulturellen Austausch. Verteilen Sie Urkunden oder Medaillen für die Teilnahme.
--	---

Aktivität 2

Titel der Aktivität	Aktivität 2: "Teambildung durch multikulturelle Sportstaffel"
Zielsetzung	Förderung von Teamwork und Kommunikationsfähigkeiten unter Sportlern mit Migrationshintergrund durch eine multikulturelle Sportstaffel, die Elemente aus verschiedenen Kulturen einbezieht.
Lernergebnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung von Teamwork • Sensibilisierung für multikulturelle Sportaktivitäten
Dauer	2 Stunden
Benötigte Materialien/Ausrüstung	<p>Kegel/Markierungen</p> <p>Sportgeräte (Bälle, Schlagstöcke, etc.)</p> <p>Objekte oder Symbole mit kulturellem Bezug (Flaggen, traditionelle Gegenstände usw.)</p> <p>Team-Trikots oder farbige Lätzchen</p>
Beschreibung der Aktivität	<ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsaufstellung: <p>Bilden Sie Teams mit einer Mischung aus Sportlern verschiedener kultureller Herkunft.</p> <p>Weisen Sie jedem Team eine bestimmte Farbe oder ein Symbol zur Identifizierung zu.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Relais-Stationen: <p>Stellen Sie Staffelstationen mit verschiedenen sportlichen Aktivitäten an jeder Station auf.</p> <p>Binden Sie kulturelle Elemente in die Aktivitäten ein (z.B. einen Fußball dribbeln und dabei einen traditionellen Gegenstand balancieren).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kulturelle Herausforderungen:

	<p>Führen Sie an jeder Station "kulturelle Herausforderungen" ein, bei denen die Teams Fragen beantworten oder kulturbezogene Aufgaben lösen müssen, bevor sie zur nächsten Aktivität übergehen können.</p> <p>Verwenden Sie kulturelle Symbole oder Objekte, um jede Herausforderung darzustellen.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Team Rotation: <p>Lassen Sie die Teams an jeder Station rotieren, um sicherzustellen, dass alle Sportler an jeder Aktivität teilnehmen können.</p> <p>Fördern Sie Teamarbeit, Kommunikation und Unterstützung während des Staffellaufs.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nachbesprechung und Reflexion: <p>Versammeln Sie die Teams nach dem Staffellauf zu einer Nachbesprechung.</p> <p>Diskutieren Sie die Herausforderungen, mit denen Sie konfrontiert wurden, die Bedeutung der Teamarbeit und die kulturellen Elemente, die in die Aktivitäten integriert wurden.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kulturelle Feierlichkeiten: <p>Schließen Sie die Veranstaltung mit einer multikulturellen Feier ab, bei der die Athleten traditionelle Snacks, Musik oder Tänze aus ihren Kulturen präsentieren.</p> <p>Schaffen Sie eine integrative Atmosphäre, die gegenseitigen Respekt und Wertschätzung fördert.</p>
--	--

Aktivität 3

Titel der Aktivität	Aktivität 3: "Kulturelle Vielfalt in Sportteams"
Zielsetzung	Die Teilnehmer sollen dazu angeregt werden, über kulturelle Vielfalt und ihre Rolle im Mannschaftssport nachzudenken.
Lernergebnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Kulturelle Sensibilität und Wertschätzung der kulturellen Vielfalt im Sport
Dauer	30 Minuten

Benötigte Materialien/Ausrüstung	<ul style="list-style-type: none"> ● PC mit Internet, Projektor, Stifte, Flipchart ● Fragebogen zur kulturellen Sensibilität, Fallstudien
Beschreibung der Aktivität	<p>Teil 1: Einführung in die kulturelle Vielfalt in Sportteams (10 Minuten)</p> <p>Sportmannschaften sind oft ein hervorragendes Beispiel dafür, wie man mit kultureller Vielfalt umgeht. Mannschaften, die auf professioneller Ebene auf der ganzen Welt spielen, haben oft Spieler mit unterschiedlichen Nationalitäten. Es wurde erforscht, wie man mit kultureller Vielfalt in einer Sportmannschaft umgeht. Ziel dieser Aktivität ist es daher, ein tieferes Verständnis dafür zu erlangen, wie kulturelle Vielfalt in Sportteams gehandhabt wird.</p> <p>Beginnen Sie mit einem kurzen Überblick über die Bedeutung der kulturellen Vielfalt im Sport (2 Minuten).</p> <p>Zeigen Sie Videoclips oder Bilder erfolgreicher diverser Sportteams und heben Sie deren Leistungen hervor (3 Minuten).</p> <p>Besprechen Sie die wichtigsten Punkte mit den Teilnehmern und fordern Sie sie auf, ihre ersten Gedanken und Wahrnehmungen zur kulturellen Vielfalt in Sportteams mitzuteilen (5 Minuten).</p> <p>Teil 2: Aktivitäten zur Erkundung und Wertschätzung verschiedener kultureller Hintergründe (10 Minuten)</p> <p>Verteilen Sie den Fragebogen zur kulturellen Sensibilität an die Teilnehmer (2 Minuten).</p> <p>Bitten Sie die Coaches, den Fragebogen individuell auszufüllen und dabei über ihre eigenen kulturellen Vorurteile und Perspektiven nachzudenken (3 Minuten).</p> <p>Organisieren Sie kleine Gruppen und ermutigen Sie die Trainer, ihre Antworten mitzuteilen, um eine offene Diskussion über kulturelle Unterschiede zu fördern (5 Minuten).</p> <p>Teil 3: Fallstudien und Diskussionen über Herausforderungen und Chancen der Vielfalt (10 Minuten)</p> <p>Präsentieren Sie Trainern Fallstudien, die verschiedene Sportteams mit unterschiedlichen Herausforderungen darstellen (3 Minuten).</p>

	<p>Teilen Sie die Teilnehmer in kleine Gruppen auf und bitten Sie sie, die Fälle zu analysieren und sowohl Herausforderungen als auch potenzielle Chancen zu identifizieren (5 Minuten).</p> <p>Leiten Sie eine Gruppendiskussion ein, in der jede Gruppe ihre Erkenntnisse und Lösungsvorschläge vortragen kann (2 Minuten).</p>
--	---

Aktivität 4

Titel der Aktivität	Aktivität 4: "Effektive Kommunikation im Mannschaftssport"
Zielsetzung	<p>Die Teilnehmer werden aufgefordert, über die Rolle der Kommunikation im Sport nachzudenken.</p> <p>Das Wissen über verschiedene Kommunikationsstile in die Praxis umsetzen.</p>
Lernergebnisse	<ul style="list-style-type: none"> ● Kulturelle Sensibilität und Wertschätzung der kulturellen Vielfalt im Sport
Dauer	45 Minuten
Benötigte Materialien/Ausrüstung	<ul style="list-style-type: none"> ● PC mit Internet, Projektor, Stifte, Flipchart ● Präsentation verschiedener Kommunikationsstile ● Kulturelle Kommunikationsszenarien
Beschreibung der Aktivität	<p>Teil 1: Die Bedeutung einer effektiven Kommunikation in Sportteams (5 Minuten)</p> <p>Führen Sie das Thema ein, indem Sie die Auswirkungen der Kommunikation auf die Teamleistung hervorheben (2 Minuten).</p> <p>Nennen Sie Beispiele für erfolgreiche Sportmannschaften, die ihren Erfolg auf effektive Kommunikationsstrategien zurückführen (2 Minuten).</p> <p>Leiten Sie eine kurze Diskussion über die Erfahrungen der Trainer mit der Kommunikation in ihren Teams ein (1 Minute).</p> <p>Teil 2: Kulturelle Kommunikationsstile und ihre Auswirkungen auf das Coaching (15 Minuten)</p> <p>Geben Sie einen Überblick über die verschiedenen kulturellen Kommunikationsstile, wie z.B. kontextreiche vs. kontextarme</p>

	<p>Kommunikation, direkte vs. indirekte Kommunikation, usw. (5 Minuten).</p> <p>Diskutieren Sie die möglichen Auswirkungen kultureller Kommunikationsstile auf Coaching und Teamdynamik (5 Minuten).</p> <p>Bitten Sie die Trainer, darüber nachzudenken, inwieweit ihr Kommunikationsstil mit dem ihrer Sportler übereinstimmt oder sich davon unterscheidet (5 Minuten).</p> <p>Teil 3: Praktische Übungen und Rollenspiele zur Verbesserung der interkulturellen Kommunikation (25 Minuten)</p> <p>Teilen Sie die Trainer in Paare oder kleine Gruppen ein (2 Minuten).</p> <p>Geben Sie jeder Gruppe ein kulturelles Kommunikationsszenario oder Szenariokarten (5 Minuten).</p> <p>Weisen Sie die Trainer an, die Szenarien im Rollenspiel durchzuspielen und dabei die effektive interkulturelle Kommunikation zu betonen (15 Minuten).</p> <p>Moderieren Sie nach den Rollenspielen eine Nachbesprechung, in der die Coaches über ihre Erfahrungen, Herausforderungen und Strategien zur Überwindung von Kommunikationsbarrieren berichten (3 Minuten).</p>
--	--

Aktivität 5

Titel der Aktivität	Aktivität 5: "Konfliktlösung und kulturelle Konflikte"
Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> • Den Teilnehmern zu helfen, Konfliktlösungsmodelle zu verstehen und zu verstehen, wie sie genutzt werden können, um Konflikte zu entschärfen. • Die Teilnehmer sollen ermutigt werden, ihre kulturellen Konfliktlösungsfähigkeiten zu erproben.
Lernergebnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Kulturelle Sensibilität und Wertschätzung der kulturellen Vielfalt im Sport
Dauer	~60 Minuten

<p>Benötigte Materialien/Ausrüstung</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● PC mit Internet, Projektor, Stifte, Flipchart ● Modelle zur Konfliktlösung ● Fallstudien/Szenarien
<p>Beschreibung der Aktivität</p>	<p>Teil 1: Einführung in die kulturelle Kompetenz und ihre Relevanz für das Coaching (15 Minuten)</p> <p>Beginnen Sie mit einem kurzen Überblick über kulturelle Kompetenz und ihre Bedeutung für das Coaching (3 Minuten).</p> <p>Definieren Sie kulturelle Kompetenz und ihre Schlüsselkomponenten, wie Bewusstsein, Wissen und Fähigkeiten (5 Minuten).</p> <p>Nennen Sie Beispiele von Coaches, die in ihrer Coaching-Praxis erfolgreich kulturelle Kompetenz bewiesen haben (5 Minuten).</p> <p>Eröffnen Sie den Coaches das Wort, um ihre ersten Gedanken und Erfahrungen in Bezug auf kulturelle Kompetenz im Coaching zu diskutieren (2 Minuten).</p> <p>Teil 2: Konfliktlösungsmodelle und ihre kulturellen Aspekte (20 Minuten)</p> <p>Geben Sie einen Überblick über gängige Konfliktlösungsmodelle (z.B. Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument, Interest-Based Relational Approach) (5 Minuten).</p> <p>Diskutieren Sie, wie sich kulturelle Faktoren auf die Konfliktlösung auswirken können, und stellen Sie eine Checkliste vor, die die Trainer berücksichtigen sollten (10 Minuten).</p> <p>Bitten Sie die Coaches um eine kurze Reflexion über ihre eigenen bevorzugten Konfliktlösungsstile und wie sie diese in einem interkulturellen Kontext anpassen könnten (5 Minuten).</p> <p>Teil 3: Fallstudien und Gruppendiskussionen zur Lösung von kulturellen Konflikten (20 Minuten)</p> <p>Teilen Sie die Trainer in kleine Gruppen ein und geben Sie jeder Gruppe eine Fallstudie, die einen kulturellen Konflikt innerhalb einer Sportmannschaft darstellt (5 Minuten).</p> <p>Weisen Sie die Gruppen an, den Fall anhand der zuvor vorgestellten Konfliktlösungsmodelle zu analysieren (10 Minuten).</p>

	Leiten Sie eine Gruppendiskussion ein, in der jedes Team seine Analyse, Lösungsvorschläge und Überlegungen zur kulturellen Kompetenz vorstellt (5 Minuten).
--	---

Aktivität 6

Titel der Aktivität	Aktivität 6: "Förderung der Inklusion im Sport"
Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> • Den Teilnehmern zu helfen, das Konzept der Inklusivität im Sport zu verstehen. • Die Teilnehmer sollen ermutigt werden, ihre Fähigkeiten zur Förderung der Inklusion zu nutzen.
Lernergebnisse	Die Teilnehmer haben die Bedeutung und die Vorteile der Inklusion bei sportlichen Aktivitäten kennengelernt.
Dauer	~60 Minuten
Benötigte Materialien/Ausrüstung	<ul style="list-style-type: none"> • PC mit Internet, Projektor, Stifte, Flipchart
Beschreibung der Aktivität	<p>Teil 1: Die Bedeutung von Inklusion in Sportteams (10 Minuten)</p> <p>Beginnen Sie mit einem kurzen Überblick darüber, warum Inklusivität für Sportteams so wichtig ist (3 Minuten).</p> <p>Nennen Sie Beispiele erfolgreicher Sportteams, die sich für die Inklusion eingesetzt haben, und die positiven Ergebnisse, die sie erzielt haben (5 Minuten).</p> <p>Leiten Sie eine Diskussion über die Erfahrungen und Perspektiven der Coaches in Bezug auf Inklusion in ihrem eigenen Coaching-Kontext ein (2 Minuten).</p> <p>Teil 2: Praktische Tipps für die Förderung der Inklusion (20 Minuten)</p> <p>Präsentieren Sie eine Checkliste mit Schlüsselementen für die Förderung der Inklusivität in Sportteams (5 Minuten).</p> <p>Diskutieren Sie praktische Tipps und Strategien, wie die Förderung einer offenen Kommunikation, die Anerkennung von Vielfalt und den Umgang mit unbewussten Vorurteilen (10 Minuten).</p>

	<p>Fordern Sie die Coaches auf, darüber nachzudenken, wie sie diese Tipps in ihre Coaching-Praxis einbauen können, und ihre Gedanken mit der Gruppe zu teilen (5 Minuten).</p> <p>Teil 3: Gruppenaktivitäten zur Förderung des Zusammenhalts und der Einheit des Teams (25 Minuten)</p> <p>Teilen Sie die Trainer in kleine Gruppen ein (2 Minuten).</p> <p>Stellen Sie Übungen zur Teambildung vor, die die Kommunikation, das Vertrauen und die Zusammenarbeit in unterschiedlichen Teams verbessern sollen (15 Minuten).</p> <p>Leiten Sie nach jeder Aktivität eine Nachbesprechung ein, in der die Trainer ihre Beobachtungen, Erkenntnisse und die Anwendbarkeit der Übungen auf ihre Teams mitteilen können (8 Minuten).</p>
--	---

Schlussfolgerungen

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass kulturelle Vielfalt im Sport nicht nur von Vorteil, sondern auch unerlässlich ist. Sie bringt eine Vielzahl von Perspektiven, Fähigkeiten und Erfahrungen mit sich, die zum Erfolg und Zusammenhalt eines Teams beitragen. Das Verständnis und die Wertschätzung kultureller Vielfalt können zu größerer Kreativität, Anpassungsfähigkeit und allgemeiner Teamleistung führen und gleichzeitig die Integration und den gegenseitigen Respekt unter den Teammitgliedern fördern. Trotz ihrer Bedeutung gibt es jedoch immer noch ein erhebliches Missverhältnis bei der Vertretung und Einbeziehung verschiedener Kulturen in Sportteams und -organisationen. Um diese Hindernisse zu beseitigen und die kulturelle Vielfalt im Sport zu fördern, bedarf es kontinuierlicher Anstrengungen, einschließlich Aufklärung, Sensibilisierungskampagnen und Schulungen, um unbewusste Voreingenommenheit abzubauen und integrative Praktiken bei Trainern, Schiedsrichtern und Sportdirektoren zu fördern. Weitere Forschung ist notwendig, um die Komplexität des Themas zu verstehen und Fortschritte effektiv zu messen.

Eine effektive kulturübergreifende Kommunikation ist für den Erfolg eines Sportteams unerlässlich. Durch die Umsetzung von Strategien wie aktives Zuhören, die Anpassung von Kommunikationsstilen und die Förderung eines integrativen Umfelds können Teams ihren Zusammenhalt verbessern, Konflikte vermeiden und letztlich ihre Gesamtleistung steigern. Kulturelle Unterschiede im Team zu verstehen und zu respektieren ist ein wichtiger Schritt, um ein Umfeld zu schaffen, in dem sich jedes Teammitglied wertgeschätzt und gehört fühlt. Investitionen in kulturübergreifende Kommunikationsfähigkeiten und die Förderung von

Inklusion kommen daher nicht nur der Leistung des Teams zugute, sondern tragen auch zu einer harmonischeren und kooperativeren Teamdynamik bei.

Kulturelle Kompetenz und Konfliktlösungsmodelle sind integrale Bestandteile eines erfolgreichen Sportteams. Kulturelle Kompetenz fördert ein integratives Umfeld, in dem sich die Teammitglieder wertgeschätzt und respektiert fühlen, was eine effektive Kommunikation und den gegenseitigen Respekt unter den verschiedenen Menschen fördert. Das Verständnis und die Umsetzung von Konfliktlösungsmodellen wie Verhandlung, Zusammenarbeit und Mediation sind unerlässlich, um Konflikte konstruktiv anzugehen und den Zusammenhalt des Teams zu wahren. Um diese Fähigkeiten effektiv zu entwickeln, sind Ausbildung, Training, Praxis und Feedback entscheidend. Indem sie in die Entwicklung kultureller Kompetenz und von Konfliktlösungsmodellen investieren, können Sportteams die Zusammenarbeit, die Kommunikation und die Gesamtleistung verbessern und so eine harmonische und produktive Teamdynamik gewährleisten.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Förderung eines integrativen Teamumfelds für den Erfolg und die Einheit eines Sportteams von größter Bedeutung ist. Durch die Förderung von Vielfalt, die Festlegung klarer Verhaltensnormen, die Förderung der Beteiligung aller Mitglieder und die Durchführung von Schulungen zur kulturellen Sensibilität können Teams eine Atmosphäre schaffen, in der sich jeder Einzelne geschätzt und respektiert fühlt. Dieses integrative Umfeld stärkt nicht nur den Teamzusammenhalt, sondern maximiert auch die Leistung, da die Mitglieder eher bereit sind, ihre Fähigkeiten und ihr Wissen einzubringen, wenn sie sich unterstützt fühlen. Durch kontinuierliche Überwachung, Feedback-Mechanismen und die Anerkennung von Erfolgen können Teams die kontinuierliche Verbesserung ihrer integrativen Praktiken sicherstellen und letztlich die Vielfalt, den Zusammenhalt und die Gesamtleistung auf dem Spielfeld oder dem Platz verbessern. Das Verständnis für die Bedeutung der Inklusion und die Umsetzung effektiver Strategien zur Erreichung dieser Ziele sind wesentliche Schritte auf dem Weg zu einer erfolgreichen und harmonischen Dynamik in Sportteams.

Quiz

1. Wie trägt die kulturelle Vielfalt zum Erfolg einer Sportmannschaft bei?

- a) Das Team fühlt sich dadurch besser miteinander verbunden.
- b) Da es Menschen zusammenbringt, hilft es bei der Kommunikation.
- c) Durch das Verständnis und die Wertschätzung der Unterschiede zwischen den Teammitgliedern kann das Potenzial der Vielfalt maximiert werden, um die Teamleistung zu verbessern, die Integration zu fördern und das Sporterlebnis für alle Beteiligten zu bereichern.

d) Durch die Förderung der kulturellen Vielfalt profitieren die Teams von der Motivation ihrer Spieler.

2. Effektive Kommunikation ist in kulturell vielfältigen Sportteams besonders wichtig, da sie den Zusammenhalt, die Zusammenarbeit und die Gesamtleistung des Teams fördert.

- a) Wahr
- b) Falsch

3. Kulturelle Kompetenz bezieht sich auf die Fähigkeit, Kontakte zu knüpfen, zu arbeiten und korrekte Befehle von verschiedenen Menschen zu erhalten. Im Kontext eines Sportteams ist kulturelle Kompetenz unerlässlich, um Wettbewerbe zu gewinnen.

- a) Wahr
- b) Falsch

4. Die Schaffung eines integrativen Umfelds gilt als entscheidend für Sportteams, da es die Vielfalt fördert, den Zusammenhalt des Teams stärkt und die Leistung maximiert.

- a) Wahr
- b) Falsch

5. Warum ist eine kontinuierliche Überwachung bei der Umsetzung und Bewertung von integrativen Teamumgebungen wichtig?

- a) Überwachen Sie regelmäßig das Teamumfeld und überprüfen Sie regelmäßig Richtlinien und Praktiken, um sicherzustellen, dass sie relevant und effektiv bleiben.
- b) Hilft bei der Bewertung ihrer Erfahrungen und ihrer Zufriedenheit mit der Teamumgebung.
- c) Es kann helfen, den Zusammenhalt und das Zugehörigkeitsgefühl zu stärken.
- d) Wenn Sie die Bedeutung von Inklusion verstehen und wirksame Strategien zu ihrer Förderung umsetzen, können Teams ihre Vielfalt, ihren Zusammenhalt und ihre Gesamtleistung maximieren.

Glossar

Kulturelle Vielfalt: Bezieht sich auf das Vorhandensein einer Vielzahl unterschiedlicher Kulturen oder kultureller Identitäten innerhalb einer bestimmten Gruppe, Gemeinschaft, Organisation oder Gesellschaft. Sie umfasst Unterschiede in den Werten, Überzeugungen, Traditionen, Bräuchen, Sprachen und Lebensweisen von Einzelpersonen oder Gruppen mit unterschiedlichem kulturellem Hintergrund. Kulturelle Vielfalt anerkennt und würdigt die einzigartigen Merkmale, Perspektiven und Beiträge verschiedener kultureller Gruppen und fördert gegenseitigen Respekt, Verständnis und Integration. Sie erkennt an, dass Vielfalt die Gesellschaft bereichert, indem sie Kreativität, Innovation und ein breiteres Verständnis der Welt fördert.

Diversität: Bezieht sich auf das Vorhandensein eines breiten Spektrums von Unterschieden zwischen Einzelpersonen oder Gruppen innerhalb eines bestimmten Umfelds, wie z.B. einer Gemeinschaft, Organisation oder Gesellschaft.

Kulturelle Identität: Bezieht sich auf das Gefühl der Zugehörigkeit und Identifikation mit einer bestimmten kulturellen Gruppe oder Gemeinschaft. Sie umfasst die gemeinsamen Überzeugungen, Werte, Traditionen, Bräuche, die Sprache und das Erbe, die den kulturellen Hintergrund und die Zugehörigkeit einer Person oder Gruppe definieren. Die kulturelle Identität wird durch verschiedene Faktoren geprägt, darunter Erziehung, Familie, Bildung, Religion, Nationalität, ethnische Zugehörigkeit und das soziale Umfeld.

Inklusion: Bezieht sich auf die Praxis der Schaffung von Umgebungen, Richtlinien und Systemen, die sicherstellen, dass alle Menschen ungeachtet ihrer Unterschiede die gleichen Möglichkeiten haben, sich zu beteiligen, einen Beitrag zu leisten und dazuzugehören. Es geht darum, die Vielfalt anzunehmen und ein Gefühl der Zugehörigkeit, des Respekts und der Akzeptanz für alle zu fördern, unabhängig von ihrer Ethnie, ihrem Geschlecht, ihrer sexuellen Orientierung, ihrem sozioökonomischen Status, ihrer Behinderung, ihrem Alter oder anderen Identitätsmerkmalen.

Kreativität: Ist die Fähigkeit, originelle Ideen, Konzepte oder Lösungen zu entwickeln, die neu, wertvoll und nützlich sind. Es geht darum, sich von konventionellen Denkmustern zu lösen und neue Möglichkeiten, Perspektiven und Ansätze zur Problemlösung, zum Ausdruck oder zur Innovation zu erkunden.

Kultureller Hintergrund: Bezieht sich auf den kulturellen Kontext, in dem eine Person oder Gruppe aufgewachsen ist und mit dem sie sich identifiziert. Er umfasst eine Reihe von Faktoren, die die Weltanschauung, die Werte, den Glauben, die Bräuche, die Traditionen, die Sprache und die Verhaltensnormen einer Person prägen. Der kulturelle Hintergrund wird von verschiedenen Aspekten der Erziehung und des sozialen Umfelds einer Person beeinflusst, darunter das familiäre Erbe, die Nationalität, die ethnische Zugehörigkeit, die Religion, der sozioökonomische Status, die geografische Lage, die Bildung und die Lebenserfahrung.

Effektive interkulturelle Kommunikationsstrategien: Sind Methoden und Techniken, die eingesetzt werden, um das Verständnis, die Zusammenarbeit und den gegenseitigen Respekt zwischen Personen oder Gruppen mit unterschiedlichem kulturellem Hintergrund zu fördern. Diese Strategien zielen darauf ab, kulturelle Unterschiede zu überbrücken, Missverständnisse zu minimieren und erfolgreiche Interaktionen in unterschiedlichen Kontexten zu fördern.

Konflikte verhindern: Bezieht sich auf proaktive Maßnahmen und Strategien, die eingesetzt werden, um potenzielle Konfliktursachen zu erkennen, anzugehen und zu entschärfen, bevor sie zu größeren Streitigkeiten oder Konfrontationen eskalieren. Es geht darum, zugrundeliegende Spannungen, Missstände oder Auslöser zu identifizieren, die zu Konflikten führen könnten, und präventive Maßnahmen zu ergreifen, um diese effektiv anzugehen.

Die Gesamtleistung eines Teams verbessern: Bezieht sich auf den Prozess der Verbesserung der kollektiven Effektivität, der Produktivität und des Erfolgs einer Gruppe von Einzelpersonen, die zusammen auf gemeinsame Ziele hinarbeiten. Dazu gehört die Identifizierung von Stärken und Schwächen innerhalb des Teams und die Umsetzung gezielter Strategien, um die Leistung zu optimieren und die gewünschten Ergebnisse zu erzielen.

Kollaboratives Umfeld: Ist eine Umgebung oder ein Arbeitsbereich, in dem Einzelpersonen kooperativ, synergetisch und transparent zusammenarbeiten, um gemeinsame Ziele zu erreichen. Sie zeichnet sich durch offene Kommunikation, gegenseitigen Respekt, gemeinsame Entscheidungsfindung und kollektive Problemlösung aus und fördert das Gefühl der Einheit und der gemeinsamen Verantwortung der Teilnehmer.

Weitere Lektüre

<https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1022105/FULLTEXT01.pdf>

<https://www.frontiersin.org/research-topics/56577/cultural-diversity-in-sports-perspectives-on-inclusion-representation-and-context>

<https://www.linkedin.com/pulse/bridging-divides-role-cultural-intelligence-conflict-resolution/>

<https://diversity.med.wustl.edu/resources/strategies-for-effective-communication-across-cultures/>

<https://www.ddiworld.com/blog/how-to-create-an-inclusive-environment>

<https://www.littleleague.org/university/articles/7-ways-coaches-can-create-an-inclusive-environment/>

Modul 5: Nutzung digitaler Tools und Freiräume zur Durchführung von Sportaktivitäten mit Migranten

ZIEL: Menschen, insbesondere Sporttrainern und Migranten, die sich für Sporttraining interessieren, die Fähigkeiten zu vermitteln, digitale Tools für sportliche Aktivitäten zu nutzen und Freiräume zu optimieren, um integrative und zugängliche Sporterlebnisse zu fördern

Lernziele:

Nach Abschluss dieses Moduls verfügen die Lernenden über:

- Gewinnen Sie praktisches Wissen über die kreative Nutzung von Freiflächen für sportliche Aktivitäten, um die Inklusion und Zugänglichkeit für Menschen mit unterschiedlichen Hintergründen zu gewährleisten.
- Förderung der Fähigkeit, Sportveranstaltungen zu konzipieren und anzupassen, die die natürliche Umgebung nutzen, wie z. B. Parks und öffentliche Bereiche, um körperliche Aktivitäten im Freien zu fördern, die den spezifischen Bedürfnissen und Vorlieben der Zielgruppe entsprechen.
- Verbesserte Fähigkeiten zur Förderung von Fair Play, Sportlichkeit, Teamwork und Kommunikation bei sportlichen Aktivitäten im Freien, wobei die Bedeutung dieser Werte für die Förderung eines positiven und integrativen Sportumfelds hervorgehoben wird.
- Entwickelte Kenntnisse in der Nutzung digitaler Tools zur Verbesserung der Planung, Koordination, Durchführung und Dokumentation von Outdoor-Sportaktivitäten.

Einführung

Die Konvergenz von Outdoor-Aktivitäten und digitalen Werkzeugen stellt in der heutigen Landschaft der Sporterziehung einen entscheidenden Punkt dar, der neue Möglichkeiten für integrative und bereichernde Sporterfahrungen bietet. In diesem Modul werden die vielfältigen Dimensionen der Nutzung von Freiräumen im Freien und der Integration digitaler Hilfsmittel in sportliche Aktivitäten umfassend erforscht.

Die Bedeutung der sportlichen Betätigung im Freien geht über die herkömmliche körperliche Betätigung hinaus und umfasst einen ganzheitlichen Ansatz für das Wohlbefinden und den Zusammenhalt der Gemeinschaft. Durch die strategische Identifizierung und Bewertung verschiedener Outdoor-Räume, von Parks bis hin zu offenen Feldern, erhalten die Teilnehmer

Einblicke in die Förderung von Inklusion und Empowerment. Das Verständnis der differenzierten Faktoren, die die Zugänglichkeit in verschiedenen Outdoor-Umgebungen beeinflussen, ist unerlässlich, um einen inklusiven Ansatz für Teilnehmer mit unterschiedlichen Bedürfnissen zu gewährleisten.

Gleichzeitig taucht das Modul in den Bereich der inklusiven Gestaltung von Sportveranstaltungen im Freien ein und legt den Schwerpunkt auf Strategien zur Anpassung von Sportveranstaltungen an die natürliche Umgebung. Ziel ist es, durch die Berücksichtigung der spezifischen Bedürfnisse und Vorlieben der Zielgruppe in der freien Natur ein eindringliches und integratives Erlebnis zu schaffen. Auf diese Weise werden effektive Strategien zur Förderung der Zugänglichkeit und der Teilnahme an Outdoor-Sportarten aufgedeckt, die den Weg für eine harmonische Verbindung von Natur und körperlicher Betätigung ebnen.

Die Erforschung der inhärenten Vorteile von Outdoor-Sportarten in natürlicher Umgebung geht weiter und unterstreicht die psychologischen und physischen Vorteile. Es werden Strategien für die nahtlose Integration von Elementen der Natur in die Sporeinheiten aufgezeigt, die ein tiefes Verständnis dafür vermitteln, wie Aktivitäten im Freien zum Stressabbau und zum allgemeinen Wohlbefinden beitragen.

Die Anpassung der Outdoor-Sitzungen an die verschiedenen Vorlieben ist ein wesentlicher Aspekt. Dabei wird die Anpassung der sportlichen Aktivitäten an die unterschiedlichen Interessen und körperlichen Fähigkeiten der Gruppe betont. Diese Anpassung fördert die Inklusion, indem Sport für alle leicht zugänglich gemacht wird und sichergestellt wird, dass die Outdoor-Aktivitäten bei jedem Teilnehmer auf persönliche Resonanz stoßen.

Parallel zur Erkundung von Außenbereichen erkundet das Modul die digitale Landschaft und erschließt die Kunst der Nutzung digitaler Tools für die Planung, Koordination und Dokumentation von Sportaktivitäten. Der Schwerpunkt liegt auf der Entwicklung von Kenntnissen in der digitalen Planung und der Integration von Technologien zur besseren Koordination und Organisation von Sportaktivitäten.

Die Integration von Online-Ressourcen in das Outdoor-Training wird zu einer strategischen Komponente, die die Nutzung von Freiräumen für sportliche Aktivitäten maximiert. Das Erkennen und Auswählen geeigneter Online-Tutorials und digitaler Leitfäden trägt dazu bei, die Unterrichtsinhalte zu bereichern, dem Einzelnen einen nahtlosen Zugang zu wertvollen Ressourcen zu ermöglichen und eine dynamische Mischung aus traditionellen und modernen Unterrichtselementen zu schaffen.

Einheit 5.1 Inklusive Sporttraining im Freien und Gestaltung der Umgebung

Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Erwerben Sie vielseitige Fähigkeiten, die sowohl die kreative Nutzung von Freiflächen für sportliche Aktivitäten umfassen, die Inklusion und Zugänglichkeit gewährleisten, als auch die Fähigkeit, Sportveranstaltungen zu konzipieren und anzupassen, die die natürliche Umgebung nutzen und so körperliche Aktivitäten im Freien fördern, die auf die unterschiedlichen Bedürfnisse und Vorlieben der Teilnehmer zugeschnitten sind. ➤ Entwickeln Sie umfassende Kenntnisse in der Nutzung digitaler Tools und Ressourcen für die nahtlose Planung, Koordination und Dokumentation von Outdoor-Sportaktivitäten, indem Sie die technologischen Möglichkeiten auf die spezifischen Bedürfnisse und Vorlieben der Zielgruppe abstimmen.
--------------------	--

Sport ist nicht nur eine körperliche Betätigung, sondern birgt auch das Potenzial, Gemeinschaften zu formen, Inklusivität zu fördern und ein Umfeld zu schaffen, das Vielfalt zelebriert. Im Rahmen dieser Einheit werden die tiefgreifenden Auswirkungen des Sports auf das individuelle Wohlbefinden und den Zusammenhalt der Gemeinschaft erforscht. In Anbetracht der unvergleichlichen Kraft des Sports werden in dieser Einheit digitale Hilfsmittel, Unterrichtsstrategien und die natürliche Umgebung im Freien genutzt, um nicht nur die Planung und Koordination von Sportaktivitäten zu verbessern, sondern auch um Inklusion, Barrierefreiheit und die besonderen Bedürfnisse verschiedener Teilnehmer zu fördern.



Die Verschmelzung von digitalem Können und durchdachtem Outdoor-Design verstärkt die Wirkung des Sports und schafft Räume, in denen Fairplay, Teamwork und Kommunikation gedeihen.

Quelle: [Freepik](#)

Die Nutzung der natürlichen Umgebung und digitaler Hilfsmittel für sportliche Aktivitäten im Freien bedeutet, dass mehrere Elemente berücksichtigt werden müssen:

Effektive Nutzung von freien Flächen im Freien:

Die effektive Nutzung von Freiflächen im Freien ist ein Schlüsselement, um sie in die Sportpraxis zu integrieren und so die Inklusion und das Empowerment der Menschen zu fördern. Das Erlernen der Identifizierung und Bewertung verschiedener Außenräume, das Verständnis für Zugänglichkeitsaspekte und die Einbeziehung integrativer Elemente sind entscheidende Aspekte, die zur Maximierung von Freiräumen für sportliche Aktivitäten beitragen. Der Lehrplan zielt darauf ab, das Potenzial von Freiräumen wie Parks, öffentlichen Turnhallen und Wäldern zu erforschen, indem er Einblicke in die Nuancen von Umgebungen im Freien gewährt und sie mit

Elementen ausstattet, die die Inklusion fördern. Diese Erkundung soll Möglichkeiten für leicht zugängliche sportliche Aktivitäten schaffen, insbesondere in Gegenden, in denen der Zugang zu traditionellen Sporteinrichtungen eingeschränkt ist.

Die folgenden Elemente müssen berücksichtigt werden, um Außenbereiche effektiv zu nutzen:

- **Identifizierung verschiedener Außenbereiche:** Es ist von grundlegender Bedeutung, dass Sie lernen, ein Spektrum von Außenbereichen zu identifizieren und zu bewerten, von Parks bis hin zu offenen Feldern, um die Eignung für eine Vielzahl von sportlichen Aktivitäten zu gewährleisten.
- **Überlegungen zur Barrierefreiheit verstehen:** Die Erkundung der verschiedenen Faktoren, die die Zugänglichkeit in verschiedenen Outdoor-Umgebungen beeinflussen, und die Förderung eines integrativen Ansatzes für Teilnehmer mit unterschiedlichen Bedürfnissen ist ein Schlüsselement.

Inklusive Design für Outdoor-Sportarten:

Inklusives Design für sportliche Aktivitäten im Freien ist ein Schlüsselement für die Umsetzung von Strategien, die darauf abzielen, den Lehrplan zu stärken. Es bietet Einblicke in die Art und Weise, wie Sportveranstaltungen im Freien durchdacht an natürliche Umgebungen angepasst, auf unterschiedliche Bedürfnisse zugeschnitten und mit effektiven Zugänglichkeitsstrategien gestaltet werden können. Dieser umfassende Ansatz stellt sicher, dass Freiräume nicht nur zugänglich, sondern auch eindringlich und integrativ sind.

Die folgenden Faktoren sind die wichtigsten, um in diese Richtung zu gehen:

- **Anpassung an die Leinwand der Natur:** Erforschen Sie Strategien für eine durchdachte Anpassung von Sporteinheiten an die natürliche Umgebung, um ein umfassendes und integratives Outdoor-Erlebnis zu schaffen.
- **Strategien für Zugänglichkeit und Teilnahme:** Entdecken Sie wirksame Strategien zur Förderung der Zugänglichkeit, um sicherzustellen, dass Sportveranstaltungen im Freien inklusiv sind und die aktive Teilnahme der Teilnehmer fördern.
- **Inklusive Elemente einbeziehen:** Es ist wichtig, Einblicke in die Gestaltung von Außenbereichen mit Elementen zu gewinnen, die die Inklusion fördern, verschiedene Hintergründe berücksichtigen und eine einladende Sportumgebung für alle gewährleisten.



Maximieren Sie die Vorteile der natürlichen Umgebung:

Die Erforschung der inhärenten Vorteile von Outdoor-Sportarten in natürlicher Umgebung in Verbindung mit der Kunst, maßgeschneiderte Aktivitäten zu entwerfen, die die besonderen Merkmale der Natur nutzen, trägt zu dem übergeordneten Ziel bei, Freiflächen für sportliche Aktivitäten zu maximieren. Durch die nahtlose Einbindung natürlicher Elemente in die Sporeinheiten schafft dieser Ansatz ein umfassendes und ganzheitliches Erlebnis, das mit dem Konzept von Freiräumen wie Parks, öffentlichen Turnhallen und Wäldern in Einklang steht. Es ist erwiesen, dass die Einbeziehung natürlicher Elemente in die sportliche Aktivität zur Freisetzung von Endorphinen und Oxytocin führt und damit zum Stressabbau und zum allgemeinen Wohlbefinden beiträgt.

Nachfolgend finden Sie die wichtigsten Elemente:

- **Psychologische und physische Vorteile:** Erkennen Sie die inhärenten Vorteile von Sport im Freien in natürlicher Umgebung, die nicht nur das körperliche Wohlbefinden, sondern auch die positiven Auswirkungen auf die geistige Gesundheit und das allgemeine Wohlbefinden umfassen.
- **Natürliche Elemente einbeziehen:** Lernen Sie Strategien kennen, wie Sie Elemente der Natur nahtlos in Sportveranstaltungen einbauen können, um ein ganzheitliches Erlebnis zu schaffen, das den unterschiedlichen Bedürfnissen und Vorlieben der Teilnehmer gerecht wird.

Outdoor-Sitzungen auf unterschiedliche Vorlieben zuschneiden

Die Beherrschung der Kunst, Sport im Freien auf unterschiedliche Vorlieben zuzuschneiden, trägt direkt zu dem übergeordneten Ziel bei, das Potenzial von Freiräumen wie Parks, öffentlichen Turnhallen und Wäldern zu erkunden und zu maximieren. Indem man die Fähigkeit entwickelt, die Aktivitäten auf die unterschiedlichen Interessen und körperlichen Fähigkeiten der Gruppe abzustimmen und dafür sorgt, dass die Outdoor-Sitzungen bei jedem Teilnehmer auf persönliche Resonanz stoßen, werden sportliche Aktivitäten für alle leicht zugänglich.

Die wichtigsten Punkte sind die folgenden:

- **Anpassen von Sportsitzungen:** Entwickeln Sie die Fähigkeit, Sporteinheiten individuell zu gestalten, indem Sie die Aktivitäten so anpassen, dass sie den verschiedenen Interessen und den unterschiedlichen körperlichen Fähigkeiten der Gruppe gerecht werden.
- **Persönliche Resonanz sicherstellen:** Erforschen Sie wirksame Strategien, um sicherzustellen, dass Outdoor-Aktivitäten über den physischen Bereich hinausgehen, eine persönliche Resonanz bei jedem Teilnehmer hervorrufen, ein Gefühl der Inklusivität fördern und individuelle Bedürfnisse erfüllen.
- **Entwerfen Sie maßgeschneiderte Aktivitäten:** Lernen Sie die Kunst, sportliche Aktivitäten so zu gestalten, dass sie die Besonderheiten von Außenbereichen nutzen und eine harmonische Mischung aus Natur und körperlicher Betätigung für ein verbessertes Sporterlebnis gewährleisten.

Denn Sport gilt als ein sehr wirksames Mittel zur Integration, da er die Aufnahme von Migranten und Auswanderern in fremden Ländern erleichtert und viele von ihnen dabei unterstützt, Kollegen und Trainer zu finden, die eine ähnliche Leidenschaft teilen, sowie nicht-formale Tipps über die Gemeinschaft und wie man sich fortbewegen kann. Freiräume leisten eine ganz ähnliche Arbeit für Migranten. In Freiräumen lernen Sie Einheimische und Gemeindemitglieder kennen, die ein ähnliches Hobby oder eine ähnliche Leidenschaft teilen. Dies unterstreicht die Bedeutung zugänglicher Freiräume für einen solchen Integrationsprozess. Es ist bemerkenswert, dass einige Länder wie Deutschland, Portugal und Italien, die täglich viele Migranten und Flüchtlinge aufnehmen, bereits viele dieser Freiflächen-Sportanlagen und -Gelegenheiten anbieten, die neu angekommenen Migranten und Flüchtlingen helfen, sich in die Aufnahmegesellschaft zu integrieren.

Zugang zu lokalen Freiräumen

Oft sind wirtschaftliche und sozialstrukturelle Ursachen die Ursache dafür, dass viele Migranten keinen Zugang zum Mainstream-Sport und zu Vereinen und Gesellschaften haben. Es scheint notwendig zu sein, sie vor Ort in ihren jeweiligen Kontexten anzusprechen, da insbesondere

junge Migranten oft nicht über die Mittel verfügen, öffentliche Verkehrsmittel zu nutzen, geschweige denn Vereinsgebühren zu zahlen. In vielen europäischen Ländern haben sich im Laufe mehrerer Migrationswellen städtische Gebiete mit einem sehr hohen Anteil an Migranten und besonders sozial benachteiligten Personen entwickelt.

Diese Sozialräume rücken in den Mittelpunkt der europäischen Debatten über die Eingliederungspolitik, nicht zuletzt aufgrund gewaltsamer sozialer Konflikte, wie sie 2005 in den Pariser Vorstädten und in jüngerer Zeit 2011 in England zu beobachten waren. Diese Viertel werden im öffentlichen Diskurs oft als besonders gewalttätig wahrgenommen und als "Problemviertel" angeprangert. Aus einem dieser Viertel zu stammen, ist oft ein soziales Stigma. Dementsprechend sind solche Viertel ein wichtiger Bereich für Integrationsprojekte. Viele Gemeinschaftsprojekte nutzen den Sport "als Zuckerbrot", wie ein Jugendbetreuer des Cardiff Youth Project in Irland sagte, das damit begann, junge Menschen anzusprechen, indem es Fußball als eines der wichtigsten Instrumente nutzte, um vor allem junge Männer anzuziehen.

Zu den wichtigsten Vorteilen des Zugangs zu lokalen Freiflächen für die Ausübung von Sport gehören:

✓ **Verbesserung der körperlichen Gesundheit:**

- Zugängliche Sporteinrichtungen bieten Auszubildenden mit Migrationshintergrund die Möglichkeit, sich regelmäßig körperlich zu betätigen, was zu einer Verbesserung der allgemeinen Gesundheit und Fitness führt.
- Die Teilnahme am Sport kann dazu beitragen, das Risiko chronischer Krankheiten wie Fettleibigkeit, Diabetes und Herzkrankheiten zu verringern, und fördert Langlebigkeit und Wohlbefinden.

✓ **Steigerung des geistigen Wohlbefindens:**

- Sportliche Aktivitäten in der freien Natur können sich positiv auf die psychische Gesundheit auswirken und Stress, Ängste und Depressionen bei Auszubildenden mit Migrationshintergrund verringern.
- Sport im Freien fördert den Kontakt mit natürlichem Licht und frischer Luft, was die Stimmung verbessern und die Symptome der jahreszeitlich bedingten affektiven Störung lindern kann.

✓ **Soziale Integration und Gemeinschaftsbildung:**

- Offene und zugängliche Sportplätze bieten Migranten die Möglichkeit, mit Anwohnern und anderen Gemeindemitgliedern in Kontakt zu treten und so soziale Verbindungen und ein Zugehörigkeitsgefühl zu fördern.
- Die Teilnahme am Sport mit Menschen unterschiedlicher Herkunft fördert interkulturelles Verständnis, Toleranz und Freundschaft.



Quelle: Bild von katemangostar auf [Freepik](#)

Einheit 5.2 Digitale Integration im Sport für Migranten

Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> ● Sensibilisierung für digitale Tools, die die Nutzung von Sportanlagen im Freien durch Migranten und Einheimische erleichtern können. ● Integration von Online-Tools für den Einsatz im Sportbereich.
--------------------	---

Digitale Tools für die Planung von Outdoor-Sportarten

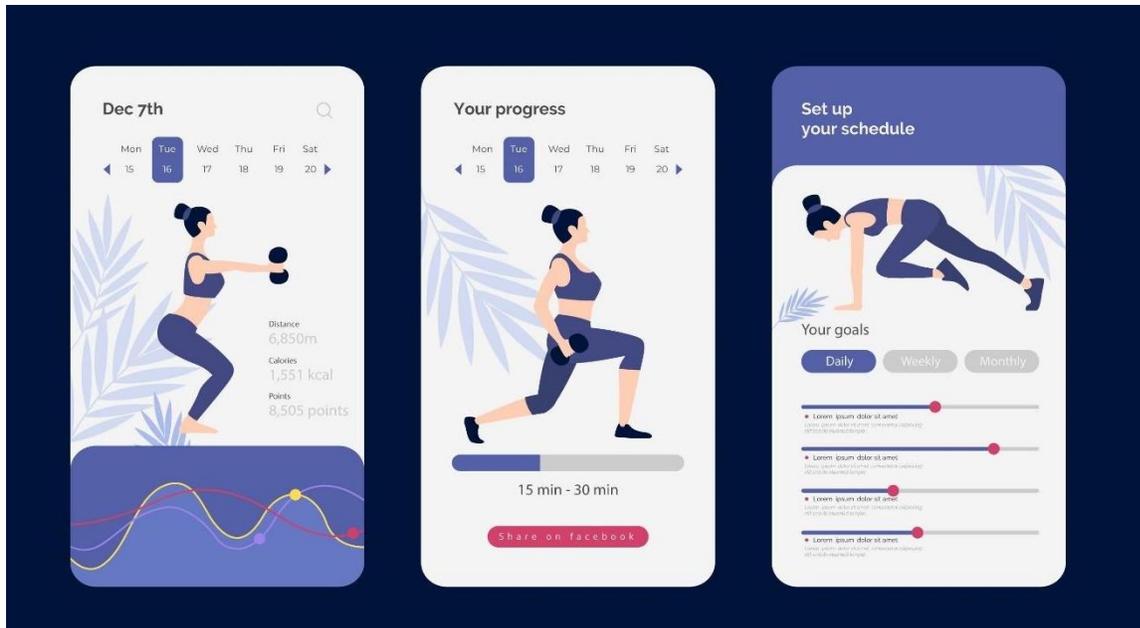
Die Fähigkeit, digitale Tools für die sorgfältige Planung und Organisation von Sportveranstaltungen im Freien zu nutzen, ist in einer zunehmend digitalen Welt von grundlegender Bedeutung. Diese digitale Planungskompetenz, gepaart mit Strategien zur technologischen Integration, gewährleistet die nahtlose Koordination und Organisation von Aktivitäten im Freien.

- **Digitale Planungskompetenz:** Die Nutzung digitaler Tools wird dazu beitragen, Sportveranstaltungen im Freien sorgfältig zu planen und zu organisieren.

- **Technologische Integration für die Koordination:** Die Integration von Technologie für eine bessere Koordinierung und Organisation von Outdoor-Aktivitäten wird die Bemühungen effizienter und leichter zu verwalten machen.

Im Folgenden finden Sie einige digitale Tools, die für die Planung und Verwaltung von Sportaktivitäten verwendet werden können:

- **Clupik:** Dieser Service hilft Sportvereinen, sich dank der Digitalisierung zu verbessern und zu wachsen. Er ermöglicht Ihnen eine eigene Website und eine maßgeschneiderte App für Ihren Verein, in die Sie die Module einbauen können, die Sie für sinnvoll halten. Darüber hinaus bietet er ein Verwaltungstool, mit dem Sie die Verwaltung der Tools und die Kommunikation mit den Mitgliedern zentralisieren können. In einem einzigen Schritt können Sie Ihren Verein zu 100% digitalisieren und dank der umfassenden Lösung alle am Verein beteiligten Akteure (Management, Trainer, Sportler, Eltern, Sponsoren...) miteinander verbinden.
- **ClearEvent:** Diese Plattform bietet Unterstützung bei der Verwaltung von Sportveranstaltungen für die Registrierung, den Ticketverkauf, die Terminplanung und mehr. Sie können Registrierungsformulare und Tickets an die jeweiligen Veranstaltungen anpassen, Aufgaben für Mitarbeiter und Freiwillige verwalten und Selbstbedienungskioske vor Ort für den Verkauf von Online-Tickets bereitstellen.
- **Time.ly:** Time.ly ist eine App zur Planung von Sportveranstaltungen für Veranstaltungsprofis. Mit der Software können Sie Kalender erstellen und anpassen und diese in Ihre Website oder mobile App integrieren, Online-Veranstaltungsanmeldungen und Zahlungen akzeptieren, Teilnehmer verwalten und vieles mehr.



Quelle: [Freepik](#)

Einbindung von Online-Ressourcen in das Outdoor-Training

Die Integration von Online-Ressourcen in das Outdoor-Training trägt wesentlich dazu bei, die Nutzung von Freiräumen für sportliche Aktivitäten zu maximieren. Durch das Erkennen und Auswählen geeigneter Online-Tutorials und digitaler Leitfäden ist es möglich, eine Grundlage für die Bereicherung von Lehrinhalten zu schaffen, die es dem Einzelnen ermöglicht, nahtlos auf wertvolle Ressourcen zuzugreifen. Dieser Ansatz macht sich das Potenzial digitaler Tools zunutze und schafft eine dynamische Mischung aus traditionellen und zeitgemäßen Unterrichtselementen, die den unterschiedlichsten Bedürfnissen gerecht werden.

Die Integration von Online-Ressourcen in sportliche Aktivitäten im Freien wird den folgenden Prozess umfassen:

- ✓ **Identifizierung von Online-Ressourcen:** Erkennen und Auswählen geeigneter Online-Tutorials und digitaler Leitfäden, die auf Outdoor-Sportarten zugeschnitten sind und eine Grundlage für die Bereicherung von Unterrichtsinhalten bieten.
- ✓ **Nutzung digitaler Ressourcen:** Setzen Sie die identifizierten digitalen Ressourcen ein, um Outdoor-Trainingseinheiten zu ergänzen und eine dynamische Mischung aus traditionellen und modernen Unterrichtselementen zu gewährleisten.

Die *Verwendung digitaler Tools spielt eine wichtige Rolle bei der Unterstützung von Trainern, die mit Auszubildenden mit Migrationshintergrund arbeiten*, da sie die Kommunikation, Organisation und Koordination erleichtern. Trainer/Coaches können die digitalen Tools auch nutzen, um sich

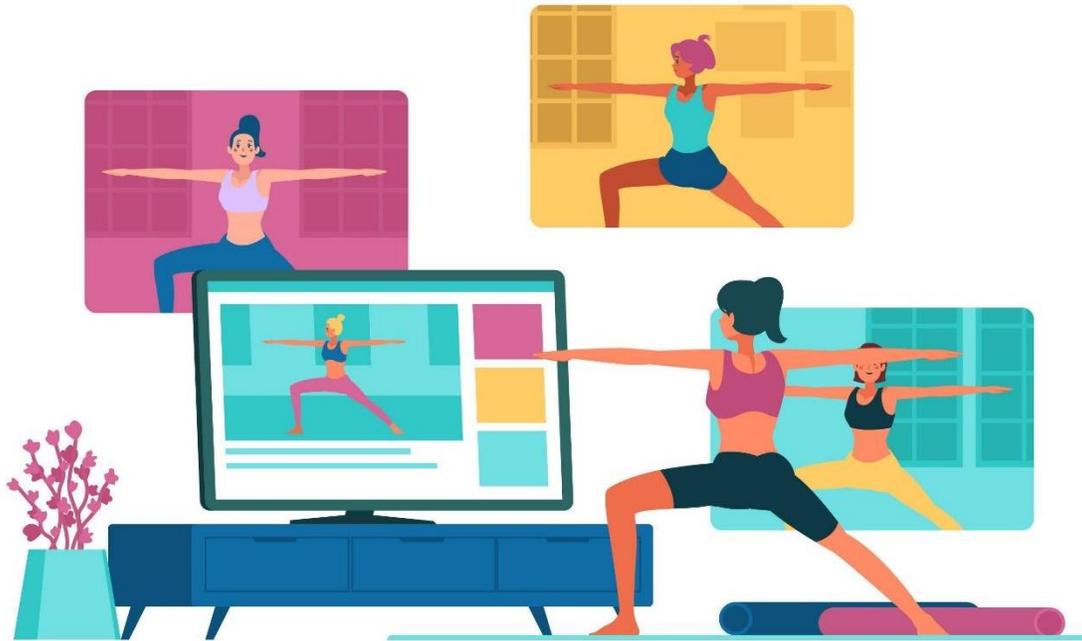
von anderen Trainern inspirieren zu lassen, die ihre Fähigkeiten und Ideen mit ihnen teilen. So können sie ihr Training und ihre Methoden an die Bedürfnisse der Auszubildenden mit Migrationshintergrund anpassen und ein geeigneteres Umfeld schaffen, in dem sich jeder willkommen fühlt.

Auf der anderen Seite *erleichterten digitale Tools den Teilnehmern mit Migrationshintergrund die Teilnahme am Sport*, unabhängig von der Sprache, die sie sprechen oder beherrschen, da sie ihre Fähigkeiten online entwickeln können, indem sie mit mehreren Personen üben und konkretere Beispiele erhalten, auf die sie unabhängig zugreifen können. Dies hat das Potenzial, ihr Selbstvertrauen zu stärken und ihre Lernkurve zu verbessern. Digitale Plattformen ermöglichen es ihnen auch, sich mit anderen Auszubildenden und Trainern zu vernetzen, so dass sie sich als Teil einer unterstützenden Gemeinschaft fühlen.

Wenn die Trainer digitale Tools verwenden, erhalten die Auszubildenden mit Migrationshintergrund personalisiertes Feedback und Anleitung, was ihnen hilft, sich zu verbessern und ihre Ziele zu erreichen. Insgesamt *profitieren sowohl die Coaches als auch die Auszubildenden mit Migrationshintergrund von den digitalen Tools, da sie die Kommunikation reibungsloser, das Lernen zugänglicher und die Unterstützung individueller machen*.

Im Folgenden finden Sie einige Open-Source-Ressourcen, die Sie für Ihre Sportaktivitäten nutzen können:

- [Tutorials Point](#): eine Webplattform, auf der Sie Tausende von verschiedenen Tutorials finden können, darunter Hunderte, die sich mit sportlichen Aktivitäten beschäftigen.
- [YouTube](#): mit der größten Datenbank an Inhalten und Videomaterialien, die für Ihre sportlichen Aktivitäten drinnen und draußen nützlich sind.
- [Das Sportinstitut](#): eine der Plattformen mit mehr Informationen über sportliche Aktivitäten, voller Tutorials und nützlicher Informationen über die Welt des Sports mit integrativen Aktivitäten auch für motorische Behinderungen.



Quelle: [Freepik](#)

Digitale Dokumentation

Die Beherrschung digitaler Werkzeuge gewährleistet eine umfassende Aufzeichnung der sportlichen Aktivitäten im Freien. Die Beherrschung der digitalen Dokumentation trägt dazu bei, flexible und zugängliche Online-Schulungsmodule zu erstellen, die es den Teilnehmern ermöglichen, in ihrem eigenen Tempo zu lernen, die Beschränkungen der traditionellen Präsenzsulung zu überwinden und Personen mit unterschiedlichen Verpflichtungen und Hintergründen gerecht zu werden.

Vorteile für die Trainer und Coaches:

- ✓ **Bessere Kommunikation:** Digitale Tools ermöglichen es den Trainern, effektiver mit Teilnehmern mit Migrationshintergrund zu kommunizieren, Sprachbarrieren zu überwinden und klare Anweisungen und Feedback zu geben.
- ✓ **Effiziente Planung und Organisation:** Online-Plattformen entwickeln die Planung und Organisation von Sportaktivitäten und helfen Trainern dabei, Zeitpläne, Ressourcen und Logistik effizienter zu verwalten.
- ✓ **Erhöhte Reichweite und Wirkung:** Digitale Tools erweitern die Reichweite der Coaches über die physischen Grenzen hinaus und ermöglichen es ihnen, mit Teilnehmern mit Migrationshintergrund an verschiedenen Orten und in verschiedenen Gemeinschaften in Kontakt zu treten.

Der Nutzen und die Vorteile der Nutzung digitaler Tools sind für Migranten vielfältig und lassen sich in fünf Hauptelementen zusammenfassen:

- ✓ **Zugänglichkeit und Inklusivität:** Digitale Tools helfen Migranten, unabhängig von ihrem Aufenthaltsort oder ihrer physischen Anwesenheit Zugang zu sportlichen Aktivitäten zu erhalten. Dies fördert die Inklusion und stellt sicher, dass auch Menschen mit eingeschränkter Mobilität oder begrenzten Ressourcen teilnehmen können.
- ✓ **Sprachunterstützung:** Viele digitale Plattformen bieten mehrsprachige Benutzeroberflächen und Übersetzungsfunktionen an und helfen so, Sprachbarrieren zu überwinden. Dadurch werden Sportprogramme für Migranten, die die Landessprache nicht fließend beherrschen, leichter zugänglich.
- ✓ **Gemeinschaft und Aufbau von Verbindungen:** Soziale Medienplattformen, Online-Aktivitäten und digitale Gemeinschaften bieten Migranten die Möglichkeit, mit anderen Teilnehmern, Trainern und Freiwilligen in Kontakt zu treten und so ein Gefühl der Zugehörigkeit zu entwickeln.
- ✓ **Entwicklung von Trainingsfähigkeiten:** Online-Tutorials, virtuelle Coaching-Sitzungen und interaktive Trainingsprogramme ermöglichen es Migranten, sportartspezifische Fähigkeiten in ihrem eigenen Tempo zu erlernen und zu entwickeln, unabhängig von zeitlichen oder geografischen Beschränkungen.
- ✓ **Kulturelles Bewusstsein und Verzicht auf Diskriminierung:** Digitale Plattformen dienen als Kanäle für die Weitergabe kultureller Traditionen und sportlicher Praktiken und fördern den kulturellen Austausch und das gegenseitige Verständnis zwischen Migranten und lokalen Gemeinschaften.

Aktivitäten

Die folgenden Aktivitäten wurden aus dem MOVE & LEARN Handbuch (2013) übernommen. Die Zeiten sind Richtwerte und können - und sollten - natürlich je nach den Zielen und Bedürfnissen der Trainer angepasst werden.

Aktivität 1

Titel der Aktivität	Sport OnGoing
Zielsetzung	- Entwicklung von Gruppenarbeit, kooperativen Fähigkeiten und Kreativität.

	<ul style="list-style-type: none"> - Die Teilnehmer dazu anregen, über Recycling und die Umwelt nachzudenken
Lernergebnisse	<p>Das Ziel dieser Aktivität ist es, die Teilnehmer dazu zu bringen, ihre Fantasie zu nutzen, um neue Spiele aus recycelten Materialien zu entwerfen, die dann als Teil eines Minispiels oder einer Miniolympiade verwendet werden können.</p> <p>Zu den angesprochenen Themen gehören:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Recycling und die Umwelt - Nachhaltigkeit
Dauer	120 Minuten
Benötigte Materialien/Ausrüstung	<ul style="list-style-type: none"> ● Recycelte Materialien, d.h. Dosen, Flaschen, Papier, Dosen, Toilettenpapierrollen, Kartons. ● Lätzchen ● Schere ● String ● Kleber ● Tesafilm ● Kreide
Beschreibung der Aktivität	<p>Vorbereitung:</p> <p>Recycelte Materialien können entweder gesammelt werden</p> <ul style="list-style-type: none"> - über ein paar Wochen vor der Aktivität - indem Sie die Teilnehmer bitten, ihr Recycling von zu Hause mitzubringen - indem Sie alle Teilnehmer dazu bringen, ihr Recycling in der Woche vor der Aktivität zu sammeln <p>Beschreibung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Teilen Sie die Teilnehmer in gleich große Gruppen von mindestens 3 und höchstens 5 Personen ein. - Geben Sie jeder Gruppe eine Tüte mit wiederverwertbaren Materialien. - Sagen Sie den Teilnehmern, dass Sie alle an Minispielen oder Miniolympiaden teilnehmen werden, die alle einbeziehen und an denen jeder teilnehmen muss.

- Erklären Sie den Teilnehmern, dass sie in ihren Teams ein Spiel oder eine Aktivität mit den bereitgestellten wiederverwertbaren Materialien und anderen Materialien entwickeln müssen und dass dieses Spiel oder diese Aktivität Teil der Minispiele oder der Olympiade sein wird.
- Geben Sie jedem Team 45 Minuten Zeit, um sich eine oder mehrere Aktivitäten auszudenken und sagen Sie ihnen, dass sie sich die Regeln ausdenken sollen, die sie den anderen erklären müssen.
- Mindestens ein Spiel aus jedem Team wird als Teil eines Recycled Mini Games für alle Teilnehmer verwendet.

Variationen:

Eine alternative Version könnte eine Recycling-Olympiade sein, bei der die Teilnehmer olympische Sportarten auswählen müssen, die mit den recycelten Materialien durchgeführt werden können, z. B. Staffeln, Kugelstoßen usw.

Tipps für Trainer:

- Mischen Sie die Gruppen so gut wie möglich, mit unterschiedlichen Fähigkeiten und einer Mischung aus Alter und Geschlecht.
- Möglicherweise müssen Sie einen 'Spiele'-Bereich und ein Zeitlimit für Spiele festlegen.

Brief und Bewertung:

Beginnen Sie damit, die Teilnehmer zu fragen, ob ihnen die Aktivität gefallen hat, und fragen Sie sie, wie sie als Gruppe zusammengearbeitet, ihre Entscheidungen getroffen und die Aufgaben ausgeführt haben. Sprechen Sie dann über die Spiele selbst und die Regeln, die sich die Teilnehmer ausgedacht haben.

- Hatte jeder das Gefühl, einen Beitrag leisten zu können? Wie haben die Gruppen die individuellen Talente ihrer Mitglieder am besten genutzt?
- Hat die Gruppe demokratisch gearbeitet oder gab es einen ernannten "Führer"?
- War es schwer, Spiele zu entwerfen?

	<ul style="list-style-type: none"> - War es einfach, die bereitgestellten recycelten Materialien zu verwenden? - Welche Spiele haben den Leuten am besten gefallen? - Hatte eine Gruppe das Bedürfnis, die Regeln des Spiels zu ändern, nachdem sie es ausprobiert hatte? - Wie inklusiv waren die Spiele? Konnte jeder mitmachen? - Waren die Regeln der einzelnen Spiele 'fair'? - Haben die Gruppen die recycelten Materialien auf eine Art und Weise verwendet, die sie sich vor diesen Spielen nie vorgestellt hätten?
--	---

Aktivität 2

Titel der Aktivität	FRISPEE 10
Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> - Faires Spiel, Sportlichkeit, Teamwork und Kommunikation zu fördern. - Einfühlungsvermögen und Selbstreflexion entwickeln. - Verschiedene Aspekte der Inklusion zu diskutieren.
Lernergebnisse	Diese Aktivität kann entweder mit einfachen Regeln oder mit einem echten Ultimate Frisbee-Spiel gespielt werden. Es hängt von den Fähigkeiten des Moderators und der Teilnehmer ab.
Dauer	90 Minuten
Benötigte Materialien/Ausrüstung	<ul style="list-style-type: none"> - Frisbee (1 pro 3 Teilnehmer) - Lätzchen - Flipchart - Markierungen
Beschreibung der Aktivität	<p>Vorbereitung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Überprüfen Sie die Einrichtungen auf ihre Sicherheit. - Untersuchen Sie das Verhältnis zwischen der Größe des Spielfelds und der Größe der Gruppe. - Fragen Sie die Gruppe, ob sich jemand verletzt hat oder Bedenken hat, das Spiel zu spielen.

Anweisungen:

- Führen Sie die Aktivität ein. Erklären Sie die grundlegenden Techniken von Frisbee, wie Werfen und Fangen.
- Teilen Sie die Teilnehmer in kleinere Gruppen auf und lassen Sie sie mit dem Frisbee üben (10-15 Min.).
- Erklären Sie die Spielregeln: kein Laufen mit der Frisbee, kein Körperkontakt, kein Schiedsrichter (Geist des Spiels, alles muss in der Gruppe besprochen werden), das Team punktet, indem es die Frisbee 10 Mal untereinander weitergibt (dies kann je nach Spielstärke der Gruppe reduziert werden), die Pässe müssen laut gezählt werden, die Frisbee muss innerhalb von 5/10 Sekunden weitergegeben werden, sonst bekommt das andere Team die Frisbee, wenn die Frisbee fällt, bekommt das andere Team sie, eine Übernahme (auch wenn sie danach fällt) ist erlaubt und die Frisbee bleibt bei diesem Team.
- Die erste Runde beginnt. (10/15 Minuten)
- Unterbrechen Sie das erste Spiel und geben Sie die folgenden Anweisungen: zwei neue Regeln, jeder im Team muss die Frisbee mindestens einmal berühren, um zu punkten, kein Hin und Her
- Die zweite Runde wird gespielt. (10/15 Minuten)
- Stoppen Sie das zweite Spiel und geben Sie die folgenden Anweisungen: Verteilen Sie die Rollen an verschiedene Teilnehmer. Die Rollen können z.B. sein: hyperaktiv sein, ein Auge verbinden, nicht interessiert sein, nur die schwache Hand benutzen, so spielen wie vorher.
- Die dritte Runde wird gespielt. (10/15 Minuten)

Nachbesprechung:

- Beginnen Sie damit, herauszufinden, welche Rollen die Teilnehmer hatten und fragen Sie sie, was in den verschiedenen Phasen des Spiels passiert ist. Am einfachsten wäre es, sie zu fragen, ob ihnen das Spiel gefallen hat und wie sie sich gefühlt haben. Bitten Sie die Teilnehmer, bei der Beantwortung der Fragen ihre Rolle zu verraten, wenn sie es nicht selbst tun.
- Sie können die folgenden Fragen stellen: Was haben Sie erlebt? Wie haben Sie reagiert? Was haben Sie gefühlt? Wie

sind Sie mit Ihrer Rolle umgegangen? Haben Sie an andere gedacht? Wie leicht/schwierig war es, Ihre Rolle zu spielen? Wie leicht/schwer fiel es Ihnen, sich mit Ihrer Rolle zu identifizieren?

- Stellen Sie eine Verbindung zum Alltag her, indem Sie fragen, ob die Aktivität ein Spiegelbild der Gesellschaft ist und ob sie in ihrem Alltag ähnlichen Situationen begegnet sind, und geben Sie Beispiele. Haben Sie sich im Spiel anders verhalten als in Ihrem täglichen Leben und können Sie eine Verbindung zwischen der Übung und Ihrer Realität erkennen?
- Der letzte Teil der Nachbesprechung ist die Schlussfolgerung. Welche ersten Schritte könnten Sie unternehmen, um in Ihrem Leben inklusiver zu handeln? Was können Sie als Einzelperson, als Gruppe und als Gesellschaft tun, um inklusiver zu werden?

Variation:

Anstatt 10 Pässe zu spielen, können Sie auch Ultimate Frisbee selbst spielen. Stellen Sie sicher, dass Sie die Regeln studieren und sie auf Ihre Übung anwenden.

Rollen für Ideen der Stufe 3

- hyperaktiv sein
- Verbinden Sie sich ein Auge,
- nicht an dem Spiel interessiert,
- Verwenden Sie zum Werfen und Fangen nur Ihre schwache Hand
- wie gewohnt spielen

TIPs für Moderatoren:

- Sprechen Sie zu Beginn der Nachbesprechung zunächst über den Bezug zur Realität und kommen Sie dann zur Diskussion über die Rollen. Alternativ können Sie auch mit der Diskussion über die Rollen beginnen und dann die Verbindung zum Alltag der Teilnehmer herstellen. Achten Sie darauf, dass es zu Ihrer Zielgruppe passt.
- Üben Sie grundlegende technische Fertigkeiten des Frisbees. Dieser Abschnitt sollte immer durchgeführt werden, damit

	<p>Sie das Fähigkeitsniveau der Teilnehmer einschätzen können.</p> <ul style="list-style-type: none">- Wenn Ihre Gruppe größer als 15 Personen ist, können Sie sie auch in zwei Untergruppen aufteilen, die gleichzeitig auf einem anderen Feld spielen.- Berücksichtigen Sie, dass die Rollen beleidigend sein könnten, und verwenden Sie sie nach eigenem Ermessen.
--	--

Schlussfolgerungen

Dieses Modul stellt eine Reise dar, die das dynamische Zusammenspiel zwischen sportlichen Aktivitäten im Freien und digitalen Tools erforscht und wertvolle Einblicke in das ganzheitliche Potenzial der Sportausbildung bietet. Die Teilnehmer verfügen über ein differenziertes Verständnis der effektiven Nutzung von Außenbereichen und haben sich mit den Feinheiten der Identifizierung und Bewertung verschiedener Umgebungen für integrative Sporterlebnisse befasst. Der Schwerpunkt des Moduls auf inklusivem Design hat die Teilnehmer in die Lage versetzt, Sportveranstaltungen an natürliche Landschaften anzupassen und so eindringliche und zugängliche Outdoor-Aktivitäten zu fördern, die auf unterschiedliche Bedürfnisse zugeschnitten sind.

Darüber hinaus hat die Erforschung der inhärenten Vorteile von Outdoor-Sportarten in natürlicher Umgebung die Perspektive auf die psychologischen und physischen Vorteile erweitert und die Wertschätzung für die tiefgreifenden Auswirkungen der Natur auf das Wohlbefinden erhöht. Die Anpassung von Outdoor-Sitzungen an unterschiedliche Vorlieben hat sich als Eckpfeiler herauskristallisiert, wobei die Teilnehmer die Möglichkeit erhalten, die Aktivitäten individuell zu gestalten und die Inklusion zu fördern, um sicherzustellen, dass der Sport bei jedem Teilnehmer eine persönliche Resonanz findet.

Gleichzeitig hat das Modul die digitale Landschaft erkundet und die Fähigkeiten zur Nutzung digitaler Tools für die umfassende Planung, Koordination und Dokumentation von Outdoor-Sportaktivitäten gefördert. Die Lernenden haben die strategische Integration von Online-Ressourcen in das Outdoor-Training angenommen und das Potenzial der Technologie erkannt, um Lehrinhalte zu bereichern und dynamische Mischungen aus traditionellen und modernen Elementen zu schaffen. Der geschickte Einsatz von digitalen Dokumentationswerkzeugen sorgt für sorgfältige Aufzeichnungen und trägt zur Erstellung flexibler, zugänglicher Online-Schulungsmodule bei.

Im Wesentlichen hat das Modul ein wissenschaftliches Verständnis dafür gefördert, wie die Konvergenz von Outdoor-Räumen und digitalen Tools die Sportbildungslandschaft aufwerten

kann, indem sie Inklusivität, Zugänglichkeit und maßgeschneiderte Erfahrungen für unterschiedliche Teilnehmer fördert.

Quiz

1. Was ist bei der Umsetzung eines inklusiven Outdoor-Sporttrainings für Migranten zu beachten?

- a) Maximierung des individuellen Wettbewerbs
- b) Bereitstellung einer einheitlichen Ausrüstung für alle Teilnehmer
- c) Gestaltung von Räumen, die unterschiedlichen Fähigkeiten gerecht werden
- d) Ausschließliche Konzentration auf Aktivitäten in Innenräumen

2. Warum ist es wichtig, eine einheitliche Ausrüstung für alle Teilnehmer am inklusiven Sporttraining im Freien bereitzustellen?

- a) Um ein Gefühl der Exklusivität zu erhalten
- b) Förderung des fairen Wettbewerbs und der Chancengleichheit
- c) Um bestimmte Gruppen von der Teilnahme abzuhalten
- d) Begrenzung der angebotenen Sportarten

3. Was ist ein wesentlicher Vorteil der Nutzung digitaler Tools bei der Durchführung von Sportaktivitäten für Migranten?

- a) Ausschließlichkeit für bestimmte Teilnehmer
- b) Begrenzter Zugang zu Schulungsressourcen
- c) Bessere Kommunikation und Koordination
- d) Einschränkung der körperlichen Aktivitäten

4. Worauf kommt es bei der Gestaltung von Umgebungen für inklusives Sporttraining im Freien an?

- a) Konzentration auf eine einzige Sportart
- b) Priorisierung nur fortgeschrittener Qualifikationsstufen

- c) Räume schaffen, die unterschiedlichen Fähigkeiten gerecht werden
- d) Ignorieren von Sicherheitsmaßnahmen

5. Welcher vielschichtige Faktor sollte bei der Gestaltung von Umgebungen für inklusives Sporttraining im Freien hervorgehoben werden, um einen ganzheitlichen Ansatz für das Wohlbefinden der Teilnehmer zu gewährleisten?

- a) Einzigartige Konzentration auf die Wettbewerbsfähigkeit
- b) Einhaltung von strengen Trainingsplänen
- c) Ausschluss von Teilnehmern mit unterschiedlichem Kenntnisstand
- d) Achtsame Berücksichtigung der unterschiedlichen körperlichen und geistigen Fähigkeiten.

Referenzen

- Andonova, D., Acs, M., Holmes, D. (2013). *MOVE & LEARN. Trainingshandbuch für nicht-formale Bildung durch Sport und körperliche Aktivitäten mit jungen Menschen*. Internationale Vereinigung für Sport und Kultur. Abgerufen von <https://www.moveandlearn.org/files/Move&Learn.pdf>.
- Dean, J. (2022). Bessere digitale Tools könnten Einwanderern den Zugang zu Sozialleistungen erleichtern. *Cornell Chronicle*. Abgerufen von <https://news.cornell.edu/stories/2022/12/better-digital-tools-could-help-immigrants-access-benefits>.
- UNHCR. (2023). Integration von Flüchtlingen durch die Netzwerkplattform Sport. *The Global Compact on Refugees*. Abrufbar unter <https://globalcompactrefugees.org/good-practices/integration-refugees-through-sport-networking-platform>.

Modul 6 - Unterstützung von Migranten bei ihrer Beschäftigungsfähigkeit

ZIEL: Verbesserung der Beschäftigungsfähigkeit von Migranten und Förderung der sozialen Integration durch den Einsatz von Sport als leistungsfähiges Bildungsinstrument, das die Entwicklung von Fähigkeiten, den kulturellen Austausch und das Engagement in der

Lernziele:

Nach Abschluss dieses Moduls verfügen die Lernenden über:

- ✓ Sie haben sich Kenntnisse in den Bereichen Trainingsplanung, Bewertung von Fähigkeiten und Spielerentwicklung angeeignet.
- ✓ Entwickelte Führungs- und Kommunikationsfähigkeiten für effektives Training und Teammanagement.
- ✓ Er hat sich mit verschiedenen kulturellen Hintergründen im Sportkontext auseinandergesetzt und dabei die Integration gefördert.
- ✓ Aktives Engagement in der Gemeinde durch Sport, Organisation und Förderung von Veranstaltungen für soziale Integration und positiven Wandel.

Einführung

Bessere Jobchancen für Migranten mit Sportunterricht

In einer Welt, in der jeder unterwegs ist, ist es nicht einfach, Migranten an neuen Orten unterzubringen. Und wissen Sie was? Einen Job zu finden, ist ein echter Kampf. Deshalb stellen wir in diesem Modul einen Plan vor, wie wir Migranten die Fähigkeiten vermitteln können, die sie brauchen, und setzen dabei Sport als unsere Geheimwaffe ein. Dabei geht es nicht um den typischen Unterrichtsstoff - es geht um Fähigkeiten aus dem wirklichen Leben wie Coaching, Qualifikationen, Führungsqualitäten und Verständnis für andere Kulturen. Es geht nicht nur darum, einen Job zu bekommen, sondern auch darum, Migranten durch die Magie des Sports das Gefühl zu geben, Teil der Gruppe zu sein.

Wichtige Bewegungen:

- ✓ **Schalten Sie in den Trainermodus:** Tauchen Sie tief in die Welt der Trainer ein - planen Sie tolle Trainingseinheiten, bewerten Sie Fähigkeiten und machen Sie Spieler zu Legenden.
- ✓ **Zeigen Sie Ihr Können:** Wir sind dafür, dass Sie sich als Sporttrainer qualifizieren. Das ist wie eine goldene Eintrittskarte, um sich von der Masse der Bewerber abzuheben.

- ✓ **Führen Sie die Truppe:** Es geht nicht nur um Drills und Taktik. Lernen Sie, wie Sie der Boss sind, Anweisungen geben und eine Stimmung erzeugen, bei der jeder mitmachen will.
- ✓ **Culture Jam:** Jeder Mensch ist anders, nicht wahr? Wir bauen kulturelle Barrieren ab und sorgen dafür, dass sich jeder auf dem Spielfeld zu Hause fühlt.
- ✓ **Spielen Sie für den Block:** Machen Sie sich bereit für Veranstaltungen, die die Gemeinschaft zusammenbringen, nicht nur zum Spaß, sondern um einen echten Einfluss auf den Block zu nehmen.

Machen Sie sich also bereit, denn wir sind dabei, eine Lernreise zu beginnen, bei der es nicht nur darum geht, auf dem Spielfeld zu punkten, sondern auch im Job!

In diesem Modul geht es darum, die Beschäftigungsfähigkeit von Migranten durch die dynamische Welt des Sports zu verbessern. Es geht nicht nur darum, das Spiel zu spielen, sondern auch darum, Migranten mit den Fähigkeiten auszustatten, selbst Sporttrainer zu werden. Von der Vertiefung praktischer Trainerfähigkeiten wie Trainingsplanung und Spielerentwicklung bis hin zum Erwerb anerkannter Qualifikationen, die die Glaubwürdigkeit auf dem Arbeitsmarkt erhöhen, decken wir alle Bereiche ab. Führung und Kommunikation stehen im Mittelpunkt, um sicherzustellen, dass unsere Kursteilnehmer nicht nur effektiv trainieren, sondern auch ein unterstützendes Teamumfeld schaffen können. In Anbetracht der unterschiedlichen Hintergründe konzentrieren wir uns auf die Verbesserung der kulturellen Kompetenz, um die Inklusivität in Sportprogrammen zu fördern. Und das ist noch nicht alles - wir fördern das aktive Engagement in der Gemeinschaft, indem wir Veranstaltungen organisieren, die über das Kicken hinausgehen, eine positive Wirkung haben und ein Gefühl der Zugehörigkeit vermitteln. Es ist mehr als nur ein Modul, es ist ein Handbuch für Migranten, die nicht nur auf dem Spielfeld spielen, sondern auch im Bereich der Sportausbildung und der Beschäftigungsfähigkeit große Erfolge erzielen wollen.

Einheit 6.1 Meisterhaftes Coaching

Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> ● Erwerben Sie Fähigkeiten zur Planung von Trainingseinheiten, zur Beurteilung von Fähigkeiten und zur Entwicklung von Spielern.
Benötigte Materialien/Ausrüstung	A Woman's Goal (Englisch) -Afghanistans Frauenfußball-Nationalmannschaft

In dieser Einheit werden die Teilnehmer in die Feinheiten des Sporttrainings eintauchen und die Grundlagen einer effektiven Unterrichtsplanung erlernen, Techniken zur Bewertung von Fähigkeiten verfeinern und Strategien zur Spielerentwicklung beherrschen. Der Schwerpunkt

liegt dabei nicht nur auf der Praxis, sondern auch auf der Erlangung wichtiger Trainerqualifikationen, um sicherzustellen, dass die Teilnehmer mit den anerkannten Qualifikationen ausgestattet sind, die ihr Ansehen in der wettbewerbsorientierten Sporttrainerlandschaft erhöhen.

In dieser Einheit geht es um die wichtigsten Fähigkeiten und Techniken, die die Trainer und Ausbilder an Migranten weitergeben sollten, die selbst zukünftige Trainer werden wollen:

Diese Fähigkeiten sind (Universidad Europea, 2023):

1. **Anpassungsfähigkeit:** Sie ermöglicht es den Trainern, ihren Trainingsstil an die individuellen Bedürfnisse der Athleten anzupassen.



Quelle: [Freepik](#)

2. **Liebe zum Detail:** Sehr wichtig für eine Führungspersönlichkeit, da sie Ihnen einen sehr umfassenden Blick auf alle Aufgaben ermöglicht. Kann gesteigert werden durch:
 - Nehmen Sie an Aktivitäten teil, die die Konzentration verbessern.
 - Weg vom Bildschirm
 - Entschleunigen und achtsam sein
 - Als Individuum besser organisiert sein
 - Achten Sie auf sich selbst durch Yoga, Meditation oder Entspannung



Quelle: [Freepik](#)

3. Sportartspezifisches Wissen

- Regeln und Strategien: Vergewissern Sie sich, dass Sie die Regeln und Strategien der Sportart(en), die Sie trainieren möchten, genau kennen.
- Taktisches Verständnis: Helfen Sie Migranten, eine strategische Denkweise zu entwickeln, Spieltaktiken zu verstehen und Strategien je nach Kontext anzupassen.

4. Führungsqualitäten und sozialer Einfluss: Kann zwei Hauptaspekte beinhalten, die da wären:

- Sicherstellung einer starken Kommunikationsfähigkeit, um Anweisungen klar zu vermitteln und Sportler zu motivieren.
- Förderung von Führungsqualitäten, wobei die Fähigkeit, ein Team zu inspirieren und zu führen, im Vordergrund steht.



- ### 5. Emotionale Intelligenz:
- Emotionale Unterstützung und Intelligenz werden von Trainern und Managern für Migranten benötigt, die kürzlich ihr Umfeld gewechselt haben und mit bestimmten Barrieren wie Sprache und Kultur konfrontiert sind. Menschen, die sich integrieren wollen, benötigen psychologische Unterstützung, damit sie auf dem Spielfeld erfolgreich sein können. Hinzu kommt, dass Ausbilder und Trainer nicht nur Informationen aus ihren Gehirnen in die Gehirne ihrer Schüler übertragen. So einfach ist das nicht. Bildung ist ein Vorgang, bei dem alle möglichen Überlegungen angestellt werden, was viel Fingerspitzengefühl und die ständige Weiterentwicklung der zwischenmenschlichen Fähigkeiten erfordert. Wer

über umfassende sozio-emotionale Fähigkeiten verfügt, gilt in schwierigen Zeiten als verlässlich.

6. **Kulturelle Kompetenzen:**

- Das Verstehen der kulturellen Aspekte der beteiligten Schlüsselpersonen im Team, wie z.B. Religion, Tradition, Sprache, usw., die den Inklusionsprozess unterbrechen oder Grenzen schaffen können. *Quelle: [Freepik](#)*
- Verbesserte Fähigkeiten in der Kommunikation und im Umgang mit Sportlern aus verschiedenen Kulturkreisen.



Quelle: [Freepik](#)

7. **Qualifikationen und technischer Hintergrund:**

- Beratung von Migranten bei der Erlangung einer gültigen Zertifizierung für ihre Arbeit, wenn sie bereit sind, an den Coaching-Programmen teilzunehmen.
- Proaktiv zu sein und sich ständig weiterzubilden ist von grundlegender Bedeutung, nicht nur um auf dem Laufenden zu bleiben. Es gibt den Trainern auch einen echten Einblick in die wahre Bedeutung ihrer Grundwerte und ihres Geistes, anpassungsfähig und unterstützend zu sein. Dieser aufgeschlossene Ansatz wirkt sich positiv auf ihre Teammitglieder aus und verkürzt die Distanz zwischen ihnen.



Quelle : Freepik

8. **Engagement in der Gemeinschaft und bei Veranstaltungen:** Eine persönliche Beziehung zu den Auszubildenden ist unerlässlich, da es sich nicht nur um einen Job handelt. Sie müssen eine Bindung aufbauen, um Ihre Auszubildenden zu beeinflussen und anzuleiten. Hinzu kommt das Engagement bei Veranstaltungen, das Sie direkt mit den Gruppen und dem Umfeld der Auszubildenden in Verbindung bringt, was eine stärkere emotionale *Bindung* darstellt.
9. **Ethische und rechtliche Erwägungen**
 - Betonen Sie die Bedeutung ethischer Coaching-Praktiken, einschließlich Fair Play und Respekt.
 - Vermitteln Sie ein Verständnis für rechtliche Aspekte des Sporttrainings, einschließlich Sicherheitsmaßnahmen und Compliance.

Quelle: [Freepik](#)



Kurz gesagt, die oben genannten Fähigkeiten spiegeln die Kernziele der Einheit wider und zeigen die wichtigen Fähigkeiten auf, die jeder Trainer haben muss, um eine maximale Wirkung und Spitzenleistung der Spieler zu erzielen. Außerdem unterstützt es die Beziehung zwischen Trainer und Spieler. Diese Fähigkeiten und Tipps sind für die Arbeit mit Migranten von entscheidender Bedeutung, da ihr spezifischer Hintergrund, sei es kulturell oder sprachlich, eine Herausforderung für ihre Effektivität auf dem Spielfeld darstellen kann. Das Vorhandensein dieser Fähigkeiten ist ein Vorteil, der ihre Integration unterstützt und ihnen ein besseres sportliches Umfeld bietet.

Einheit 6.2 Im Spiel: Beschäftigungsfähigkeit für Migranten im Sport

Zielsetzung(en)	<ul style="list-style-type: none"> - Verbessern Sie die Fähigkeiten und Kompetenzen von Migranten in verschiedenen Bereichen des Sporttrainings, einschließlich der Planung von Trainingseinheiten, der Bewertung von Fähigkeiten und der Entwicklung von Spielern, um den Weg für einen erfolgreichen Übergang von Spielern zu Trainern zu ebnet. - Vermitteln Sie Migranten im Sportumfeld unternehmerisches Denken und fördern Sie Kreativität, Proaktivität und Eventmanagement. - Erleichtern Sie den Erwerb von anerkannten Sportzertifikaten und betonen Sie die Bedeutung von Netzwerken und gesellschaftlichem Engagement.
------------------------	--

Sport ist ein mächtiges Instrument zur Entwicklung verschiedener Kompetenzen, die auf dem heutigen Arbeitsmarkt wertvoll sind. Durch sportliche Aktivitäten können junge Menschen (und nicht nur sie) Disziplin, Teamarbeit, Eigeninitiative, Kommunikation, Kooperation, Konfliktlösung und so weiter lernen. Der Einsatz von Übungen, die sich auf die Verbesserung bestimmter Fähigkeiten und Einstellungen konzentrieren, kann den Status der Beschäftigungsfähigkeit eines jungen Menschen erheblich verändern. Im heutigen Europa ist die Beschäftigungsfähigkeit ein Schlüsselthema für eine bessere wirtschaftliche Entwicklung und eine tiefgreifende Lösung der Krisen.

Zu den potenziellen Lernergebnissen gehören Fähigkeiten zur Planung und Organisation und die Fähigkeit, sowohl individuell als auch im Team zu arbeiten. Die Einstellungen, die die potenziellen Lernergebnisse solcher Praktiken kennzeichnen, bestehen aus Innovation, proaktiver Einstellung, Unabhängigkeit und Entschlossenheit, geplante Ziele zu erreichen.

Im Sportbereich ist es unerlässlich, mehrere Aspekte miteinander zu verknüpfen, wenn Sie Trainer werden oder Teilnehmer mit unterschiedlichem Hintergrund befähigen wollen, selbst die Initiative zu ergreifen und Trainer zu werden (startX Simulations, n.d.).

1. **Menschenrechte:** Im Grunde kann jedes der Menschenrechte (bürgerliche und politische Rechte, wirtschaftlich-soziale und kulturelle Rechte und Solidaritätsrechte) leicht mit ETS in Verbindung gebracht werden. Sportliche Aktivitäten bieten Situationen, in denen der Zugang zu diesen Rechten und ihre Vorenthaltung erlebt und verstanden werden können. Die größte Herausforderung besteht darin, ein Verständnis dafür zu schaffen, dass diese Rechte, auch wenn sie im wirklichen Leben nicht für alle zugänglich sind, für jeden Menschen existieren. Eine sportliche Aktivität kann eine reale Situation nachbilden, in der einige Mitglieder der Gemeinschaft bestimmte Rechte nicht wahrnehmen können. Eine weitere wichtige Lernaufgabe besteht darin, den Lernenden verständlich zu machen, dass die Rechte eines Menschen nur von einem anderen gewährt werden können. "Meine Rechte enden dort, wo die Rechte einer anderen Person beginnen".



Quelle: [Freepik](#)

2. **Kulturelle Vielfalt:** Ein diversitätsbewusster Ansatz zielt darauf ab, alle individuellen Hintergründe sichtbar zu machen und sie zu nutzen, um das bestmögliche Ergebnis

innerhalb einer Gruppe zu erzielen - im Grunde die, die nicht mit typischen Zuschreibungen wie Nation, sozialem Status und ethnischer Zugehörigkeit verbunden sind. Daher lässt sich dieses Thema leicht mit einer Diskussion über individuelle Stärken und Schwächen verbinden, indem gezeigt wird, wie Gruppen ihr volles Potenzial ausschöpfen können, indem sie die individuelle und kulturelle Vielfalt schätzen. Das bedeutet nicht, dass individuelle Bedürfnisse Vorrang haben, sondern dass das von Ihnen angebotene Umfeld für alle zugänglich ist. Vielfalt ist eng mit der Art und Weise verbunden, wie Sie Methoden einsetzen und anbieten. Das Ziel ist, diese so offen wie möglich zu gestalten. Die Teilnehmer sollten das volle Potenzial der Gruppe erkennen. In Bezug auf die ETS können Sie die Verbindung von der kleinen Gruppe zur Gesellschaft im Allgemeinen herstellen.

3. **Umwelt und Nachhaltigkeit:** Dieses Thema bietet nicht nur die Verbindung zu der Frage, wie wir die Natur im Sport (miss)brauchen, sondern auch den allgemeinen Zugang zu Umweltthemen, die Sie vielleicht in Ihrem ETS-Umfeld angehen möchten. Sie können eine Verbindung zu einer bewussten Bewertung unserer Auswirkungen auf die Umwelt herstellen. Indem Sie mit Fragen des täglichen Lebens in Bezug auf Lebensmittel, Ressourcen, Abfallmanagement usw. beginnen, können Sie einen Prozess in Gang setzen, der auch zu größeren Rahmen führt.

Die Beschäftigungsmöglichkeiten im Sport sind vielfältig und können unterschiedliche Persönlichkeiten und Charaktere anziehen; nicht alle Menschen müssen Trainer oder Ausbilder werden. Das Ziel ist es, sich auf Ihrem Weg zur Arbeitsfähigkeit im Sportbereich mit Strategien, Techniken, Fähigkeiten und Kompetenzen auszustatten, die Sie dabei unterstützen, in Ihrem Beruf zu brillieren. Darüber hinaus kann Ihnen die Offenheit gegenüber anderen Kulturen und Hintergründen einen gewissen Vorteil und soziale Kompetenz verschaffen. Daher ist es wichtig, dass Sie weiter daran arbeiten, Ihre vorhandenen Kenntnisse und Fähigkeiten zu verbessern und zu erweitern.

Wie können Coaches Auszubildenden bei ihrer Beschäftigungsfähigkeit helfen?

- ✓ **Sportler beraten:** Trainer sollten immer ein offenes Ohr für ihre Athleten haben, insbesondere wenn es um ihr Leben geht und darum, wie dieses ihre Leistung beeinflussen kann. Deshalb beurteilen Trainer Sportler und Spieler und geben ihnen Feedback, wie sie sich verbessern können.
- ✓ **Neue Techniken vorschlagen:** Die Trainer sollten daran denken, ihren Auszubildenden einige Techniken vorzuschlagen, um sie so bei ihrer Beschäftigungsfähigkeit zu unterstützen, insbesondere im Sportbereich.

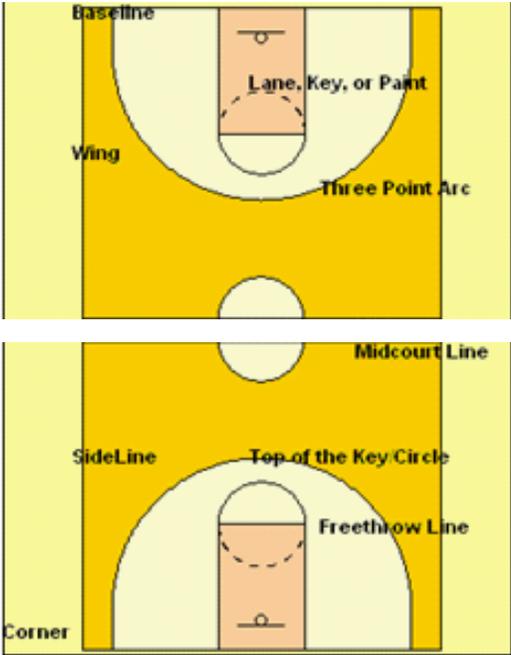
- ✓ **Ein Vorbild sein:** Sporttrainer sollten als Vorbilder für junge Menschen fungieren, insbesondere für solche aus benachteiligten Verhältnissen. Als solche sind sie in der Lage zu zeigen, wie man sich in bestimmten Situationen verhält und wie man sich als Sportler verhält.
- ✓ **Lebensstil-Beratung anbieten:** Als Sporttrainer können Sie zusätzlich zu den Trainingsplänen auch Ernährungs- und Diätpläne für die Sportler erstellen. Darüber hinaus sollten Sie auch bereit sein, Ratschläge für das soziale Leben zu geben und die Teilnehmer oder Sportler zu unterstützen, indem Sie ihnen bei Bedarf Ratschläge geben. Ein Coach sollte auch in der Lage sein, Feedback von seinen Auszubildenden zu erhalten und den Trainingsplan an deren Bedürfnisse und Ziele anzupassen.
- ✓ **Organisation von Wettbewerben und Treffen:** Die Sporttrainer organisieren Veranstaltungen, Wettkämpfe, Teamtreffen und geeignete Wettbewerbe für die Mannschaft oder den Einzelnen, um ihre Fähigkeiten zu testen und auf ihre Ziele hinzuarbeiten. Sie organisieren Treffen mit Eltern, Familienangehörigen und Betreuern, um Auswärtsspiele und Reisen zu Wettkämpfen an anderen Orten zu planen, sowie gesellschaftliche Veranstaltungen, um die Auszubildenden und andere zusammenzubringen, um das Mitgefühl und die Empathie zwischen dem Team zu stärken und die Bedeutung des Arbeitsgeistes zu zeigen.
- ✓ **Bewertung von Sicherheitsrisiken:** Bei der Sicherheit geht es nicht immer um das Feld oder die Umgebung. Es kann auch um das soziale Leben und die Probleme gehen, mit denen die Auszubildenden konfrontiert sein könnten. Jemandem bei seiner Arbeit zu helfen, kann ihm helfen, sich von prekären Bedingungen zu distanzieren.
- ✓ **Erörterung der Beschäftigungsfähigkeit und finanzieller Optionen:** Es ist wichtig, die Situation der Auszubildenden zu kennen, wenn sie dazu bereit sind, und geeignete Lösungen und Alternativen zu finden, um ihre Integration und Beschäftigungsfähigkeit zu gewährleisten.

Aktivitäten

Die folgenden Aktivitäten wurden aus dem MOVE & LEARN Handbuch (2013) übernommen. Die Zeiten sind Richtwerte und können - und sollten - natürlich je nach den Zielen und Bedürfnissen der Trainer angepasst werden.

Aktivität 1

Titel der Aktivität	Ihr Recht auf Gesundheit
Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> ● Zu verstehen, dass Gesundheit ein grundlegendes Menschenrecht ist. ● Erleben Sie die Zusammenhänge zwischen Sport, Menschenrechten und Gesundheit.

	<ul style="list-style-type: none"> • Darüber nachzudenken, wie Sport und körperliche Aktivitäten genutzt werden können, um etwas über das Recht auf Gesundheit zu lernen. • Verstehen, dass der Zugang zur Gesundheit von sozialen, wirtschaftlichen und ökologischen Faktoren beeinflusst wird.
Lernergebnisse	Diese Übung nutzt Basketball, um zu erforschen und zu verstehen, wie andere Menschen von ihren Lebensumständen betroffen sind und wie Dinge für verschiedene Menschen unterschiedliche Dinge bedeuten.
Dauer	70 Minuten (40 Minuten für die Einführung und das Spiel, 30 Minuten für die Nachbesprechung)
Benötigte Materialien/Ausrüstung	<ul style="list-style-type: none"> • Basketballplatz • 2 Basketbälle • Rollenkarten • Spielende Lätzchen x 6 in 3 Farben
Beschreibung der Aktivität	<p>Es gibt 4 Teams mit 5-6 Teilnehmern. Es gibt zwei Schiedsrichter, einen auf jeder Seite. Zwei Teams spielen auf einer Seite des Basketballfeldes mit nur einem Korb. Es gelten die üblichen Regeln für ein einseitiges Basketballspiel (derjenige, der gepunktet hat, darf von der Mitte aus starten, wenn die gegnerische Mannschaft den Ball wegnimmt, muss der Spieler, der den Ball hat, den Ball aus dem Drei-Punkte-Bogen nehmen).</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Jeder Spieler erhält eine Rollenkarte (siehe unten). Sie haben 3 Minuten Zeit, sich vorzustellen, wie diese Person wäre, welche Gefühle sie hätte, wie sie spielen würde, welches Leben sie führen würde usw.). Das Spiel beginnt zur gleichen Zeit auf beiden Seiten des Spielfelds. Das Ziel ist es,</p>

	<p>das Spiel zu spielen und zu gewinnen. Das Spiel dauert 20-30 Minuten. Jede Minute ruft der Spielleiter einen der folgenden Gesundheitszustände aus:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Informationen zu Gesundheitsthemen - angemessene Aufklärung über Gesundheit - angemessener Gesundheitsdienst - medizinische Versicherung - gesunde, qualitativ hochwertige Lebensmittel - sauberes Wasser - ein sicheres und hygienisches Zuhause - gute Umweltbedingungen - gewaltfreies Leben - keine Diskriminierung - Freiheit - geistige und psychische Gesundheit - Sport - gesunde Arbeitsbedingungen <p>Wenn die Person mit der eigentlichen Rolle keinen Zugang hat oder diese Bedingung nicht erfüllen kann, muss sie 30 Sekunden lang stillstehen (sie kann den Ball holen und werfen, sich aber nicht bewegen). Nach 30 Sekunden kann er/sie im Spiel weitermachen. Es ist wichtig zu erklären, dass dieses Element ehrlich gespielt werden sollte. Wenn die Rolle also wahrscheinlich keinen Zugang haben würde, muss der Spieler stehen bleiben.</p> <p>Wenn jemand einen Treffer erzielt, erhält er/sie eine so genannte "Extra-Chance". Die Zusatzchance kann genutzt werden, wenn die angekündigte Bedingung den Spieler einfrieren würde. Wenn ein Spieler eine Extra-Chance hat und die angekündigte Bedingung ihn für 30 Sekunden einfrieren würde, muss er/sie nur beide Hände hochheben und seinen eigenen Namen rufen, um dem Schiedsrichter zu zeigen, dass er/sie eine Extra-Chance aufbraucht. Extra-Chancen können auch an eine andere Person in Not vergeben werden, indem Sie zu der eingefrorenen Person gehen, beide Hände auf ihre Schultern legen und ihren eigenen Namen rufen.</p>
--	---

	<p>Die Rolle des Schiedsrichters: Er identifiziert die Fehler; er notiert und beobachtet die zusätzlichen Chancen. Er/sie notiert, ob ein Spieler ein Tor erzielt und führt Buch über die zusätzlichen Chancen, die Spieler erhalten oder nutzen. Sie erhalten beide einen Notizblock, einen Stift und eine Pfeife.</p> <p>Nachbesprechung: Der Moderator führt vor der Nachbesprechung eine kurze Übung zur Entlastung durch. Für die Nachbesprechung setzt sich die gesamte Gruppe auf den Boden. Der Moderator verwendet die folgenden Fragen für die Nachbesprechung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wie haben Sie sich während des Spiels gefühlt? - Was halten Sie von Ihrer Rollenperson (auf der Rollenkarte)? - Wie ist das Spiel gelaufen? Was ist passiert? - Gab es ein größeres Problem oder einen Konflikt während des Spiels? - Welche Relevanz sehen Sie für Menschenrechtsfragen? - Welche Verbindungen sehen Sie angesichts dieser Übung zwischen Gesundheit und Menschenrechten? - Hatte jeder während der Übung das Recht auf Gesundheit? - Was haben Sie gelernt? - Glauben Sie, dass das Recht auf medizinische Versorgung ein Menschenrecht ist? 				
<p>Tipps für Trainer</p>	<p>Diese Übung kann auch bei anderen Mannschaftsspielen wie Fußball oder Handball eingesetzt werden.</p> <p>Bitte beachten Sie, wie sensibel die Rollen sind und wie unangenehm sie für die Menschen sein können.</p>				
<p>Rollen-Karten</p>	<table border="1" data-bbox="542 1467 1414 1877"> <tr> <td data-bbox="542 1467 951 1675"> <p>Sie sind ein junger Mensch aus Afrika. Sie halten sich illegal im Land auf und arbeiten hin und wieder auf Zeit.</p> </td> <td data-bbox="951 1467 1414 1675"> <p>Sie sind ein junger Mann, der mit 19 Jahren gerade aus einem Waisenhaus gekommen ist. Sie sind im Grunde obdachlos und leben bei Freunden oder auf der Straße. Sie sind immer noch arbeitslos.</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="542 1675 951 1877"> <p>Sie sind ein junger Mensch aus der Gegend und kommen aus sehr armen Verhältnissen. Sie leben bei Ihrer Mutter und müssen etwas arbeiten, um zu Hause zu helfen.</p> </td> <td data-bbox="951 1675 1414 1877"> <p>Sie sind ein wohlhabender junger Mensch aus einer sehr reichen Familie. Sie sind Student, und Ihre Eltern geben Ihnen alles. Sie sind drogenabhängig.</p> </td> </tr> </table>	<p>Sie sind ein junger Mensch aus Afrika. Sie halten sich illegal im Land auf und arbeiten hin und wieder auf Zeit.</p>	<p>Sie sind ein junger Mann, der mit 19 Jahren gerade aus einem Waisenhaus gekommen ist. Sie sind im Grunde obdachlos und leben bei Freunden oder auf der Straße. Sie sind immer noch arbeitslos.</p>	<p>Sie sind ein junger Mensch aus der Gegend und kommen aus sehr armen Verhältnissen. Sie leben bei Ihrer Mutter und müssen etwas arbeiten, um zu Hause zu helfen.</p>	<p>Sie sind ein wohlhabender junger Mensch aus einer sehr reichen Familie. Sie sind Student, und Ihre Eltern geben Ihnen alles. Sie sind drogenabhängig.</p>
<p>Sie sind ein junger Mensch aus Afrika. Sie halten sich illegal im Land auf und arbeiten hin und wieder auf Zeit.</p>	<p>Sie sind ein junger Mann, der mit 19 Jahren gerade aus einem Waisenhaus gekommen ist. Sie sind im Grunde obdachlos und leben bei Freunden oder auf der Straße. Sie sind immer noch arbeitslos.</p>				
<p>Sie sind ein junger Mensch aus der Gegend und kommen aus sehr armen Verhältnissen. Sie leben bei Ihrer Mutter und müssen etwas arbeiten, um zu Hause zu helfen.</p>	<p>Sie sind ein wohlhabender junger Mensch aus einer sehr reichen Familie. Sie sind Student, und Ihre Eltern geben Ihnen alles. Sie sind drogenabhängig.</p>				

	<p>Sie sind eine junge Prostituierte. Sie müssen Ihrem Zuhälter gehorchen. Sie haben keine Ausbildung und kommen vom Lande.</p>	<p>Sie haben gerade die Universität abgeschlossen und haben einen sehr guten Job. Sie verdienen gut und stehen auf eigenen Füßen. Sie sind sehr egoistisch und gemein.</p>
--	---	--

Schlussfolgerungen

Auf dem Weg zur Beschäftigungsfähigkeit als Sporttrainer für Migranten liegt der Schlüssel in einem vielschichtigen Ansatz. Von der Beherrschung der grundlegenden Trainerfähigkeiten bis hin zu unternehmerischen Fähigkeiten spielt jeder Aspekt eine wichtige Rolle. Die Kultivierung eines kulturellen Bewusstseins erweitert die Möglichkeiten, fördert die Integration und stärkt die Verbindungen innerhalb der Sportgemeinschaft. Der Weg in die Zukunft erfordert kontinuierliches Lernen, Anpassungsfähigkeit und das Engagement, nicht nur auf dem Spielfeld, sondern auch in der Gesellschaft etwas zu bewirken. Zusammen bilden diese Elemente einen dynamischen Fahrplan, der Migranten dazu anleitet, nicht nur Trainer zu werden, sondern in der sich ständig weiterentwickelnden Landschaft des Sports zu gedeihen.

Quiz

1. Was ist der Hauptzweck der Einheit, die sich auf die kulturelle Integration und die Beschäftigungsfähigkeit von Sporttrainern für Migranten konzentriert?

- a) Verbessern der Sprachkenntnisse beim Coaching
- b) Entwicklung von fortgeschrittenen Coaching-Techniken
- c) Förderung der Inklusion und des kulturellen Bewusstseins im Sportunterricht
- d) Erkundung der unternehmerischen Möglichkeiten im Sport

2. Warum ist kulturelle Kompetenz wichtig, wenn man als Migrant Sporttrainer wird?

- a) Es hilft dabei, mehr Spiele zu gewinnen

- b) Es erleichtert die effektive Kommunikation mit Sportlern mit unterschiedlichem Hintergrund
- c) Es sichert ein höheres Gehalt als Trainer
- d) Es ist eine Voraussetzung für den Erhalt von Coaching-Zertifizierungen

3. Was ist eine der wichtigsten Fähigkeiten, die in der Einheit für Migranten, die Sporttrainer werden wollen, hervorgehoben wird?

- a) Kochkünste
- b) Effektive Kommunikation über Kulturen hinweg
- c) Fähigkeiten im Bereich Grafikdesign
- d) Fachwissen über Autoreparaturen

4. Was empfiehlt das Referat Migranten, um ihre Beschäftigungsfähigkeit als Sporttrainer zu verbessern?

- a) Konzentrieren Sie sich ausschließlich auf fortgeschrittene Coaching-Techniken
- b) Vermeiden Sie Netzwerkveranstaltungen und gesellschaftliches Engagement
- c) Erwerben Sie anerkannte Coaching-Zertifizierungen und bauen Sie ein starkes Netzwerk auf
- d) Kulturelle Unterschiede ignorieren, um einen universellen Coaching-Ansatz beizubehalten

5. Warum wird im Zusammenhang mit Migranten, die Sporttrainer werden wollen, die Vernetzung betont?

- a) Verbindungen aufbauen und Möglichkeiten für Beschäftigung und Zusammenarbeit schaffen
- b) Um die besten Angebote für Sportausrüstung zu finden
- c) Selbstständige Organisation von Sportveranstaltungen
- d) Um persönliche sportliche *Leistungen* zu präsentieren

Referenzen

2470.media. (2023). *A Woman's Goal (Englisch) -Afghanistans Frauenfußballnationalmannschaft* [Video].
Vimeo. <https://vimeo.com/26467176>

- Andonova, D., Acs, M., Holmes, D., International Sport and Culture Association, Novak, P., Teow, K., Jovanovic, A., Andersen, A. T., Turney, H., Kovac, J., Nosek, T., Matos, H., Batimba, A., Okewale, D., Nastase, C. A., & Sandulescu, I. (2013). Trainingshandbuch für nicht-formale Bildung durch Sport und körperliche Aktivitäten mit jungen Menschen. In L. Foldi (Ed.), MOVE And LEARN. International Sport and Culture Association.
<https://www.moveandlearn.org/files/Move&Learn.pdf>
- Beaumont, L. R. (2023). Schiedsrichter entscheiden, wo Ihre Freiheit endet und meine beginnt. *The Fulcrum*. Abgerufen von <https://thefulcrum.us/referees-decide-where-your-freedom-ends-and-mine-begins>.
- Indeed-Redaktion. (2023). Rollen und Fähigkeiten von Sporttrainern: Ein praktischer Leitfaden. Indeed. Abgerufen von: <https://uk.indeed.com/career-advice/career-development/sports-coach-roles-and-skills>
- startX-Simulationen. (n.d). Top 10 Ausbilder- und Trainerfähigkeiten für 2024. Abgerufen von: <https://web.stratxsimulations.com/recent-posts/top-skills-instructors-trainers-must-have>
- Universidad Europea. (2023). *Sportmanagement-Fähigkeiten: Das Wesentliche*. Abgerufen von: <https://universidadeuropea.com/en/blog/sport-management-skills/>

Anhänge

1. [Das Ziel einer Frau](#)