

# STARKE SPIELE – STARKE KINDER



**Broschüre und Spielesammlung für das  
Kinder- und Jugendtraining**

# **STARKE SPIELE STARKE KINDER**

Petra Bergmann  
Sabine Bertram

## **IMPRESSUM**

### **Herausgeberin:**

Sportjugend Hessen  
im Landessportbund Hessen e.V.  
Otto-Fleck-Schneise 4  
60528 Frankfurt am Main  
[www.sportjugend-hessen.de](http://www.sportjugend-hessen.de)

### **Autorinnen:**

Petra Bergmann, Sabine Bertram

### **Tipps 15**

ISBN: 978-3-944479-94-1

### **Fotos:**

©2xSamara.com-Fotalia.com (3x), ©hwahl3-Fotalia.com (1x), ©robhainer-Fotalia.com (1x), ©caltanaka-Fotalia.com (1x)

### **Satz:**

Thomas Wex, [www.wexdtp.de](http://www.wexdtp.de)

### **E-Book-Produktion:**

Fleet Street Press GbR, 60437 Frankfurt

© Sportjugend Hessen, März 2014

# INHALT

---

## **Einleitung**

## **Danksagung**

## **Kindeswohl im Sport**

### **Kindeswohl - Informationen**

Kindeswohlgefährdung – was ist das?

Besonderheiten im Sport

Was tue ich bei einem Verdacht oder wenn ich von einer Gefährdung erfahre?

### **Prävention im Sport**

#### **Mädchen und Jungen stärken**

Kinderrechte

Mitbestimmung und Partizipation

Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

#### **Starke Spiele - Starke Kinder**

Konzeption der Spiele

Themenfelder

## **Spielesammlung**

- 1 Grenzen erkennen, setzen und verteidigen
- 2 Emotionen wahrnehmen, einsortieren und zeigen
- 3 Sprache und Stimme einsetzen
- 4 Stärke und Kräfte messen
- 5 Helfen und helfen lassen

## **Anhang**

10 Spielregeln für ein respektvolles und aufmerksames Miteinander

Verhaltenskodex zum Kindeswohl

Verhaltensregeln zum Kindeswohl

## Literaturverzeichnis

## EINLEITUNG

---

Kinder und Jugendliche kommen in den Sportverein, weil sie dort „Spaß haben“ und Freunde treffen oder finden möchten. Sie wollen sich austoben, ausprobieren, ihre (körperlichen) Grenzen ausloten und ihre Kräfte messen.

Spiel, Sport und Bewegung bieten dabei nicht nur ein großes Erlebnispotenzial, sondern haben eine herausragende Bedeutung für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Der Sport im Verein ist ein wichtiges Erfahrungsfeld in der Sozialisation von Kindern und Jugendlichen und unterstützt den Kompetenzerwerb und die Herausbildung einer „eigenständigen“ Persönlichkeit.

Die körperliche und emotionale Nähe, die durch Sport entstehen kann, ist wichtig für die Förderung des sozialen Miteinanders, das Gefühl dazu zu gehören, sich gegenseitig zu helfen und Teamgeist zu entwickeln.

Diese körperliche und emotionale Nähe beinhaltet jedoch auch ein Risiko für Grenzüberschreitungen, sexualisierte Übergriffe und Gewalt. Kinder und Jugendliche sind hierbei auf besonderen Schutz und Fürsorge angewiesen. Sportvereine übernehmen hier Verantwortung für die ihnen anvertrauten Kinder und Jugendlichen. Dazu gehört auch der Schutz vor Vernachlässigung, Misshandlung oder sexueller Gewalt sowie vor gesundheitlichen Beeinträchtigungen und vor Diskriminierungen aller Art. Wenn Sportvereine eine Kultur des Hinsehens leben, wird es einfacher, Grenzverletzungen innerhalb und außerhalb des Sports wahrzunehmen. Trainer und Übungsleiter<sup>1</sup> können

bei Sorgen und Problemen Ansprechpartner für Kinder und Jugendliche sein und sie im sportlichen Miteinander in ihren Selbstbehauptungsfähigkeiten stärken. Die Stärkung von Kindern ist dabei ein wichtiger Bestandteil des aktiven Kinderschutzes, der im Sport spielerisch in Training und Übungsstunde umgesetzt werden kann.

## DANKSAGUNG

---

Danken möchte ich den beiden Autorinnen Petra Bergmann und Sabine Bertram sowie der hessischen Ju-Jutsu Jugend. Durch ihr Engagement, ihre Zusammenarbeit und die Begeisterung dafür, Kinder zu stärken und den Kinderschutz im Sportverein zu unterstützen, haben sie diese Veröffentlichung zu dem gemacht, was sie ist: eine lebhafte, praxisorientierte Arbeitshilfe für Übungsleiter/innen und Trainer/innen im Sport, die konkrete Anregung und Impulse liefert, um Kinder und Jugendliche im Sport in ihren Selbstbehauptungsfähigkeiten zu stärken.

Katja Köhler-Nachtnebel

Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern viel Erfolg bei der Anwendung und Umsetzung im eigenen Sportverein oder Sportverband.

Katja Köhler-Nachtnebel	Vorstand der Sportjugend Hessen für Kindeswohl im Sport
Sebastian Stumm	Vorstand Hessische Ju-Jutsu Jugend
Petra Bergmann	Trainerin B Gewaltprävention und Kursleiterin im DJJV
Sabine Bertram	Sportjugend Hessen, Jugendbildungsreferentin für Soziale Kompetenzen und Erziehung im Sport

### Zu den Autorinnen

Petra Bergmann: Trainer C Ju-Jutsu, Trainer B Gewaltprävention, Kursleiterlizenzen Frauen- und Kinder-Selbstverteidigung, Jugendleiterin, Vereinstrainerin (Ju-

Jutsu), Referentin Hessischer Ju-Jutsu Verband. Außerdem selbstständige Trainerin mit Kursangeboten zum Thema Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung.

Kontakt: [www.sicher-selbst-bewusst.de](http://www.sicher-selbst-bewusst.de)

Sabine Bertram: Referentin für Soziale Kompetenzen und Erziehung im Sport bei der Sportjugend Hessen. Schwerpunkte: Konzeption und Durchführung von pädagogischen Seminaren in der Übungsleiter- und Traineraus- und fortbildung. Kontakt: [SBertram@sportjugend-hessen.de](mailto:SBertram@sportjugend-hessen.de), Tel. 0 69.67 89 310, [www.kindeswohl-im-sport.de](http://www.kindeswohl-im-sport.de)

## KINDESWOHL IM SPORT

---

Diese Broschüre soll einen Beitrag zu mehr Sicherheit und Sensibilität im Umgang mit dem Thema Kindeswohlgefährdung leisten, um Kinder und Jugendliche im Sportverein (und darüber hinaus) noch besser schützen zu können. Sie liefert notwendige Informationen zum Thema Kindeswohlgefährdung, Möglichkeiten der Prävention und gibt konkrete Hinweise für den Fall der Fälle. Der Schwerpunkt dieser Broschüre liegt auf dem Präventionsbereich „Kinder und Jugendliche stärken“.

Viele Präventionsmaßnahmen zielen darauf ab, ein Aufmerksamkeitssystem im Verein zu schaffen sowie die Prävention fest in den eigenen Strukturen zu verankern. Adressaten sind dabei in erster Linie Erwachsene (Trainer, Übungsleiter, Eltern, Vereinsvorstände u. a.).

Das große Potenzial des Sports zur Stärkung von Jungen und Mädchen in ihren Selbstbehauptungsfähigkeiten sowie der Möglichkeit, mit Kindern und Jugendlichen im sportlichen Miteinander über Themen wie Grenzen oder Emotionen ins Gespräch zu kommen, stellt meist einen zweiten Schritt dar, der sich aus der Beschäftigung der Erwachsenen mit dem Thema ergibt. Oftmals entstehen dann bei Trainern und Übungsleitern Fragen wie „Was kann ich denn konkret tun, um die Kinder darin zu stärken, Nein zu sagen?“ oder „Wie kann ich denn einem Kind zeigen, dass ich ansprechbar bin, wenn es Probleme hat?“ oder aber „Welche Übungen kann ich machen, um sie zu stärken?“. Hierzu gibt es viele Konzepte, die jedoch meist erfordern, dass für mehrere Wochen zum Thema Selbstbehauptung gearbeitet wird und