

# Gelingende demokratische Partizipation in der Sportpraxis

Erforderliche Kompetenzen und Prozesse



Entscheidungsspielraum

Umsetzung Verantwortung übernehmen  
 Initiieren Arrangieren  
 Partizipationsförderung  
 Informieren Eigeninitiative  
**Mitbestimmung**  
 Fremdbestimmung  
**Selbstbestimmung**  
 Aushandlungsprozess **Praxis**  
 Gemein Sinn Vertrauen  
**Interessen vertreten** Dialog  
 Selbstorganisation Problemlösefähigkeit

Fehlerfreundlichkeit

Damit die zentralen Aussagen sowie anwendungsbezogene Praxisbeispiele auf den ersten Blick deutlich werden, finden sich in den Ausführungen zwei verschiedene Formen von Merkkästen:



Das Ausrufezeichen fasst **zentrale Aussagen** zur erfolgreichen demokratischen Partizipation in der Sportpraxis zusammen.



Die Puzzleteile erklären **Praxisbeispiele** zur Verdeutlichung der Theorie.

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>4</b>
<b>1 Einleitung</b>	<b>5</b>
<b>2 Kompetenzen von Multiplikator/innen zur demokratischen Partizipation</b>	<b>6</b>
<b>2.1 Partizipationsförderliche Haltung</b>	<b>7</b>
2.1.1 Rollenverständnis und Machtabgabe	
2.1.2 Vertrauen	
2.1.3 Freiwilligkeit und Geduld	
2.1.4 Ergebnisoffenheit	
2.1.5 Fehlerfreundlichkeit	
<b>2.2 Pädagogisch-didaktische Fähigkeiten zur demokratischen Partizipationsförderung</b>	<b>9</b>
2.2.1 Balance zwischen Fremd-, Mit- und Selbstbestimmung	
2.2.2 Grundlagenmodell zur didaktischen Umsetzung von demokratischer Partizipation	
<b>3 Prozesse der demokratischen Partizipation</b>	<b>16</b>
<b>3.1 Partizipationsmöglichkeiten bei Gesprächskreisen</b>	<b>16</b>
<b>3.2 Partizipationsmöglichkeiten beim Auf- und Abbau</b>	<b>19</b>
<b>3.3 Partizipationsmöglichkeiten bei Übungen</b>	<b>20</b>
<b>3.4 Partizipationsmöglichkeiten bei Spielen</b>	<b>23</b>
<b>3.5 Partizipationsmöglichkeiten bei Pausen</b>	<b>26</b>
<b>4 Zusammenfassung</b>	<b>28</b>
<b>Literatur</b>	<b>30</b>

# Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,



**Jan Holze**  
Deutsche Sportjugend  
1. Vorsitzender



**Kirsten Hasenpusch**  
Deutsche Sportjugend  
Vorstandsmitglied

die Förderung von demokratischer Partizipation im gemeinnützigen, organisierten Kinder- und Jugendsport, insbesondere für junge Menschen mit Migrationshintergrund, Fluchterfahrung, Behinderung und Bildungsbenachteiligung, gilt als Grundstein für die Vermittlung demokratischer Werte. Aus dem Förderprogramm ZI:EL+ (2016-2018) entstand daher die vorliegende Broschüre, die mit Beispielen aus der Sportpraxis die Potenziale und Umsetzungsmöglichkeiten von gelingender demokratischer Partizipation aufzeigt. Dabei gilt es, vor allem junge Menschen zu erreichen, die noch nie oder nur selten die Gelegenheit der Mitbestimmung und Entscheidung, der Mitsprache und Aus handlung sowie für Mitgestaltung und eigenes Engagement bekommen haben. Für eine gleichberechtigte Teilnahme am Sport und an der Gesellschaft ist die Förderung von demokratischer Partizipation unerlässlich.

Deshalb sieht die dsj es als eine ihrer Kernaufgaben an, junge Menschen zur Demokratie zu befähigen. Die Sportpraxis bietet hierfür ein geeignetes Feld, da der Sport zu den beliebtesten Freizeitaktivitäten von jungen Menschen gehört. Insbesondere die Zielgruppe der jungen Menschen mit erschweren Zugangsbedingungen ist am ehesten über empathische Multiplikator/innen in der Sportpraxis zu erreichen, die über entsprechende demokratische Kompetenzen verfügen. **Wenn junge Menschen demokratische Partizipation in vielfältigen Situationen in der Sportpraxis erfahren und lernen, können sie langfristig für ein freiwilliges ehrenamtliches Engagement qualifiziert und gewonnen werden.**

Aufbauend auf der einführenden Broschüre „Der vielschichtige Partizipationsbegriff“ soll diese weiterführende Handreichung insbesondere die Multiplikator/innen darin unterstützen, demokratische Partizipation in ihrer Sportpraxis zielgerichtet umzusetzen. Zu diesem Zweck sollen zunächst die dazu erforderlichen Kompetenzen von Multiplikator/innen dargestellt werden. In einem weiteren Schritt wird der Fokus auf die konkreten Prozesse der demokratischen Partizipation in sportpraktischen Angeboten gelegt, indem verschiedene Partizipationsmöglichkeiten für die eigene Umsetzung vorgestellt werden.

Wir bedanken uns recht herzlich bei der Universität Osnabrück und dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend sowie allen weiteren Personen, die dazu beigetragen haben, diese Arbeitshilfe zu verwirklichen, und wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und viele Anregungen und Impulse bei der Arbeit mit dieser Broschüre.

Mit freundlichen Grüßen

Jan Holze

Kirsten Hasenpusch

# 1 Einleitung

Seit der UN-Kinderrechtskonvention haben alle Kinder und Jugendliche ein **Recht auf demokratische Partizipation**. Selbst wenn sie einige Kompetenzen noch nicht erworben haben, ist ihnen dieses Recht als Grundprinzip in allen Lebensbereichen und damit auch im gemeinnützigen, organisierten Sport einzuräumen. Die entsprechenden Kompetenzen zur demokratischen Partizipation eignen sich Kinder und Jugendliche an, indem ihnen Mitbestimmung und Entscheidung, Mitsprache und Aushandlung sowie Mitgestaltung und Engagement ermöglicht wird. Deshalb kann demokratische Partizipation nicht früh genug vermittelt und erlernt werden, sie muss allerdings entwicklungsangemessen erfolgen. Dies kann zur **Persönlichkeitsentwicklung** von Kindern und Jugendlichen beitragen. Da demokratische Partizipation nur gelingen kann, wenn sie geübt und durch persönliche Erfahrungen entwickelt wird, richten sich die folgenden Beispiele aus der Sportpraxis sowohl an junge Kinder, die ihre ersten Schritte in der Partizipation erlernen, als auch an junge Menschen, die bisher nicht oder nur selten die Gelegenheit für partizipative Erfahrungen erhalten haben. Auf diese Weise kann demokratische Partizipation durch viele junge Engagierte zum Motor einer funktionierenden **demokratischen Zivilgesellschaft** werden sowie die **Weiterentwicklung des gemeinnützigen, organisierten Sports** auf Vereins- und Verbandsebene fördern (vgl. dsj, 2010, S. 13-20).

In diesem Sinne ist die dsj bestrebt, die persönlichen und gesellschaftspolitischen Potenziale im Kinder- und Jugendsport für alle jungen Menschen und insbesondere für die spezifische Zielgruppe mit erschwerten Zugangsbedingungen zu erfassen und zu nutzen. Im Hinblick auf die Leitbilder, Handlungsfelder und Organisationen des gemeinnützigen, organisierten Kinder- und Jugendsports zeigen sich bereits vielfältige Angebote und Konzepte, die eine demokratische Partizipation fördern. Die Teilnahme der jungen Menschen und speziell der Zielgruppe mit erschwerten Zugangsbedingungen erfolgt jedoch überwiegend über die Sportpraxis im Verein.



Bevor junge Menschen und insbesondere Kinder und Jugendliche mit erschwerten Zugangsbedingungen für ein **freiwilliges ehrenamtliches Engagement** in Gremien, Arbeits- und Projektgruppen oder diversen anderen Funktionen in Sportverbänden und -vereinen gewonnen werden können, sind sie **für die Sportpraxis** in Vereinen zu **begeistern** und zu gewinnen.

Innerhalb der Sportpraxis können Kinder und Jugendliche, u.a. neben einer Talentförderung, demokratische Partizipation erleben und lernen. Dies kann als Einstieg in ein freiwilliges ehrenamtliches Engagement dienen. Um diesen Einstieg allerdings erfolversprechend zu gestalten, sind spezifische **Kompetenzen** in Form von partizipationsförderlichen Haltungen sowie pädagogisch-didaktischen Fähigkeiten auf Seiten der Verantwortlichen unerlässlich (vgl. Kap. 2). Diese gilt es gezielt in den vielfältigen **Prozessen** in der Sportpraxis einzusetzen (Kap. 3). In der Konsequenz können junge Menschen dann umfassende demokratische Handlungskompetenzen entwickeln, die sie langfristig bei weiteren Gelegenheiten zum Engagement im Verein oder Verband gewinnbringend einsetzen können.

## 2 Kompetenzen von Multiplikator/innen zur demokratischen Partizipation

Kinder können und sollten bereits im Vorschul- und Grundschulalter Demokratie leben und lernen. Es spricht also sehr viel dafür, demokratische Partizipation im Sportverein bei Kindern möglichst früh altersadäquat und konsequent umzusetzen. Hierbei kommt den verantwortlichen Multiplikator/innen eine entscheidende Bedeutung zu.

Dies stellt eine hochkomplexe Aufgabe dar, die aber mithilfe entsprechender partizipationsförderlicher Haltungen (Kap. 2.1) und pädagogisch-didaktischer Fähigkeiten zur demokratischen Partizipationsförderung (Kap. 2.2) gut zu meistern ist.



Es liegt in der Hand der Multiplikator/innen, demokratische Partizipation in der Sportpraxis im Verein, aber auch im Rahmen von Gremien oder Arbeits- und Projektgruppen zu fordern und zu fördern.



## 2.1 Partizipationsförderliche Haltung

Es gibt einige entscheidende Einstellungen und Haltungen, die die Multiplikator/innen einnehmen sollten, wenn sie demokratische Partizipation langfristig und zielgerichtet umsetzen möchten (Derecik, Goutin & Michel, 2018; Knauer & Sturzenhecker, 2005). Diesbezüglich ist den Kindern und Jugendlichen allgemein eine **anerkennde und wertschätzende Haltung** entgegenzubringen.



Demokratische Partizipation kann in der Praxis nur dann gelingen, wenn die Multiplikator/innen bereit sind, die Kinder und Jugendlichen bei verschiedenen Aspekten mitbestimmen und entscheiden, mitsprechen und aushandeln sowie mitgestalten und sich engagieren zu lassen.

Speziell sind weitere partizipationsfreundliche Haltungen notwendig, die Multiplikator/innen einnehmen sollten.

### 2.1.1 Rollenverständnis und Machtabgabe

Eine Bereitschaft zur demokratischen Partizipation erfordert auch immer ein Umdenken von einer klassischen Rollenverteilung.



Ein Rollenverständnis, welches demokratische Partizipation fördert und jungen Menschen die Möglichkeit eröffnet, bestimmte Dinge mitzugestalten, mitzudiskutieren und mitzuentscheiden, setzt eine **Abkehr von einem einseitigen Führungsstil** des/der Verantwortlichen voraus.

In der Tradition ist die Sportpraxis vor allem durch die Autorität von Trainer/innen fremdbestimmt – getreu dem Motto: Was die Trainer/innen sagen, ist Gesetz. Es gibt sicherlich viele praktikable Gründe dafür, einen derart regelgeleiteten Trainingsablauf durchzuführen. Auf diese Weise findet aber keine demokratische Partizipation der Mitglieder statt. Damit junge Menschen selbst Verantwor-

tung übernehmen, ist es unerlässlich, dass die **Verantwortlichen ihren Einfluss demokratisch gestalten und den Meinungen und Wünschen der Kinder und Jugendlichen mehr Gehör schenken**. Dies kann dann dazu führen, dass auch die Kinder und Jugendlichen mitunter die Multiplikator/innen bzw. Verantwortlichen langfristig entlasten.

### 2.1.2 Vertrauen

Machtabgabe und ein verändertes Rollenbild haben immer auch mit Vertrauen zu tun.



Es braucht **Vertrauen in die Fähigkeiten der Kinder und Jugendlichen**, dass diese ihre Sportpraxis und damit einhergehend ihren persönlichen Lernprozess selbst gestalten bzw. für ihre Interessen einstehen. Dies gilt umso mehr, je jünger die Kinder bzw. Jugendlichen sind.

Je vertrauensvoller das Verhältnis zwischen Multiplikator/innen und den jungen Sportler/innen ist, desto besser gelingt die Umsetzung und Förderung von demokratischer Partizipation in der Sportpraxis oder auch innerhalb von Gremien. Daher sollte großer Wert auf einen **guten Umgang untereinander und ein angenehmes Gruppenklima** gelegt werden.

### 2.1.3 Freiwilligkeit und Geduld

Ein wichtiges Prinzip einer demokratischen Partizipation sollte sein, dass sie freiwillig geschieht. **Demokratische Partizipation kann von niemandem erzwungen werden**, man kann nur versuchen, die jungen Menschen hierfür zu motivieren. Wenn ein Kind aber z.B. nicht mitentscheiden, mitsprechen oder mitgestalten möchte, sollte dies auch akzeptiert werden. Je nach den Vorerfahrungen der jungen Menschen mit den Möglichkeiten zur Mitbestimmung und Entscheidung, Mitsprache und Aushandlung sowie Mitgestaltung und Engagement kann es durchaus sein,

dass demokratische Partizipationsprozesse **zu Beginn lange Zeit in Anspruch** nehmen. Dann ist es umso wichtiger, **Geduld zu zeigen** und **immer wieder Anreize zu schaffen**, dass Gelegenheiten zur demokratischen Partizipation von den Kindern und Jugendlichen freiwillig wahrgenommen werden.

## 2.1.4 Ergebnisoffenheit

Wenn jungen Menschen echte demokratische Partizipation möglich gemacht werden soll, ist **Offenheit seitens der Multiplikator/innen** ein wichtiges Umsetzungsmerkmal. Indem die Kinder und Jugendlichen persönliche Erfahrungen machen und Bewegungsabläufe, Techniken oder auch das soziale Miteinander mit- und selbstbestimmt erproben, lernen sie.

Demokratische Partizipation führt nicht selten zu Wegen und Möglichkeiten, die von den Multiplikator/innen und Verantwortlichen nicht vorhergesehen waren oder zu neuen Ansätzen in den etablierten Strukturen führen.

Durch eine **prozessoffene Haltung** signalisieren sie aber, dass sie die Interessen und Bedürfnisse der jungen Sportler/innen akzeptieren und dass der Lernprozess unter Umständen auch Umwege beinhalten kann. Dazu gehört auch, dass die

Multiplikator/innen sich selbst und ihre Haltung stets reflektieren und weiterentwickeln.

## 2.1.5 Fehlerfreundlichkeit

Eine offene Haltung der Multiplikator/innen bedeutet, dass die Kinder und Jugendlichen immer mal wieder „Fehler“ machen dürfen, die von den Verantwortlichen ausgehalten werden müssen.

Demokratische Kompetenzen können den jungen Menschen nicht einfach von außen einverleibt werden, sondern sind immer mit einem **Ausprobieren** und mit Umwegen verbunden.

Es sollte der Grundsatz gelten: **„Der Weg ist das Ziel“**. Vermeintliche Fehler sind eine wichtige Quelle für Lernerfahrungen. Das Akzeptieren von Fehlern auf Seiten der Verantwortlichen ermöglicht den Kindern und Jugendlichen, sich in einer angstfreien Atmosphäre auszuprobieren und dadurch eigenständig zu lernen.

Werden diese partizipationsförderlichen Haltungen beherzigt, so ist ein wichtiger Grundstein für eine gelingende Umsetzung von demokratischer Partizipation auf der Ebene der Kompetenzen von Multiplikator/innen gelegt. Für die genaue Umsetzung bedarf es aber zusätzlich noch pädagogisch-didaktischer Fähigkeiten.





## 2.2 Pädagogisch-didaktische Fähigkeiten zur demokratischen Partizipationsförderung

Neben einer entsprechenden Haltung gegenüber den jungen Menschen sollten die Verantwortlichen über das Wissen und das methodische Know-how verfügen, wie genau sich demokratische Partizipation, z.B. in der Sportpraxis, umsetzen lässt. Der Besitz bzw. Erwerb der folgenden pädagogisch-didaktischen Fähigkeiten kann helfen, dass Multiplikator/innen eine demokratische Partizipationsförderung systematisch und zielgerichtet umsetzen (vgl. Kap. 3).

### 2.2.1 Balance zwischen Fremd-, Mit- und Selbstbestimmung

Die Schwierigkeit für die meisten Multiplikator/innen besteht darin, dass Partizipationsaufgaben immer eine Herausforderung für die Kinder und Jugendlichen darstellen, aber zugleich keine Überforderung verursachen sollten.



Damit demokratische Partizipation gelingt, sollten die Multiplikator/innen ihr **Handeln zwischen Fremd-, Mit- und Selbstbestimmung steuern**. Je nach Vorerfahrungen, Gruppenklima und Ziel einer Einheit sollte abgewogen werden, in welchen Situationen Fremd-, Mit- oder Selbstbestimmung angebracht ist.

Insgesamt sollte ein ausgewogenes Verhältnis zwischen diesen drei Handlungsformen angestrebt werden.

### Fremdbestimmung

Eine Fremdbestimmung liegt dann vor, wenn Verantwortliche konkrete Handlungsanweisungen geben, denen die Kinder und Jugendlichen Folge zu leisten haben. So ist es möglich, dass die Verantwortlichen fremdbestimmt über die Ziele, Inhalte und Methoden der Sportpraxis entscheiden. Dies ist im Rahmen von demokratischer Partizipation auch nicht grundsätzlich zu verteufeln. Die jungen Sportler/innen sollten jedoch über die Gründe

einer Fremdbestimmung in der entsprechenden Situation informiert werden, damit sie das notwendige **Wissen** erwerben und sie auf dieser Basis langfristig für ähnliche Situationen ein entsprechendes **Entscheidungs- und Urteilsvermögen entwickeln** können.



Sofern es um die Sicherheit der Kinder und Jugendlichen geht, z.B. beim Geräteeturnen oder Schwimmen, ist jegliches Risiko zu minimieren. Das bedeutet, dass jeder Geräteaufbau und auch die **Aufsicht letztlich immer in der Verantwortung der Trainer/innen, Übungsleiter/innen oder Multiplikator/innen** liegt und damit fremdbestimmt ist. Die Sicherheitsmaßnahmen sollten den Kindern und Jugendlichen daher erklärt werden.

Fremdbestimmung ist unabdingbar bei der Gleichberechtigung aller Beteiligten, die durch die Verantwortlichen verteidigt werden sollte. Es gibt meistens laute und forsche Kinder und solche, die sich nur selten trauen etwas zu sagen – dabei zählt ihre Meinung genauso viel wie die der Lauten. In derartigen Fällen, bei verbalen sowie körperlichen Missachtungen, sollte eine Fremdbestimmung durch die Verantwortlichen zur Wahrung der persönlichen Rechte Einzelner eingesetzt werden.



Auch bei neuen Aufgaben, Spielen oder Bewegungsabläufen ist es durchaus notwendig, dass fremdbestimmt durch die Übungsleiter/innen gehandelt wird und die Regeln erklärt bzw. angeleitet werden. Diese Regeln erweitern langfristig das Repertoire der jungen Sportlerinnen und Sportler und lässt sie ein entsprechendes Entscheidungs- und Urteilsvermögen entwickeln.

Es existieren insgesamt zahlreiche Situationen in der Sportpraxis, in denen eine Fremdbestimmung Teil ist und bleiben muss.



Um gerade jüngere Kinder und solche, die bislang kaum demokratische Partizipationserfahrungen machen konnten, vor Überforderung zu schützen, sollten die Verantwortlichen **entwicklungsangemessen** zunächst mehr **Fremdbestimmung** einsetzen und den jungen Menschen dann **schrittweise mehr Mit- und Selbstbestimmungsmöglichkeiten** erlauben.

Wenn Kinder und Jugendliche erst einmal fremdbestimmt **am Vorbild lernen**, können sie im nächsten Schritt selbst ein Stück weit mehr Verantwortung übernehmen. Daher ist auch die **Fremdbestimmung als ein wichtiger Teil der demokratischen Partizipationsförderung** zu betrachten. Ein wesentliches Ziel demokratischer Partizipationsförderung sollte in diesen Fällen sein, den Weg von der Fremdbestimmung zur Mitbestimmung zu ebnen.

## Mitbestimmung

Eine Mitbestimmung liegt dann vor, wenn Entscheidungen und Aushandlungen gleichberechtigt zwischen den jungen Menschen und den Verantwortlichen erfolgen. Das bedeutet zugleich aber auch, dass bei Abstimmungen jedes Mitglied ungeachtet seiner Position **gleiches Stimmrecht** zugesprochen bekommt. Dies geht aber nur, wenn die Verantwortlichen ihre eigene Macht reduzieren und den Kindern, Jugendlichen und Heranwachsenden ein entsprechendes Vertrauen entgegenbringen.



Durch Mitbestimmung von jungen Menschen können die meisten Zieldimensionen der demokratischen Partizipation erreicht werden und es kann eine echte Demokratie im Kleinen erfahrbar gemacht werden. So haben alle Beteiligten einen Anteil und können ihre eigenen und gruppenspezifischen Interessen vertreten.



Die Multiplikator/innen können junge Menschen zur Mitbestimmung ermutigen, indem sie mit ihnen gemeinsam Regeln aufstellen.



Wenn ein Junge sich bei der/dem Übungsleiter/in beschwert, dass ein Mädchen eine von mehreren aufgebauten Stationen blockiert, kann der/die Übungsleiter/in zunächst fragen, ob der Junge das Mädchen darauf angesprochen hat. Wenn nicht, kann dem Jungen der Impuls gegeben werden, das Mädchen doch einmal darauf anzusprechen und die Situation selbstständig zu lösen.



Insbesondere Kindern und Jugendlichen mit einer Bildungsbenachteiligung oder auch Sprachschwierigkeiten kann in einem Gesprächskreis die Gelegenheit gegeben werden, dass auch sie ihre Meinung in einem geschützten Rahmen äußern können.

Nach und nach können die Handlungsspielräume für die jungen Teilnehmenden dann vergrößert werden. Aber auch hier kann langfristig eine Selbstbestimmung angestrebt werden, die ein wichtiges Ziel für die Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen ist.

## Selbstbestimmung

Selbstbestimmung liegt vor, wenn die Kinder und Jugendlichen verantwortungsvoll im Rahmen einer Gemeinschaft autonom handeln dürfen. Dazu braucht es aber die **Eigeninitiative und Selbstorganisation** einzelner Personen oder auch der gesamten Gruppe.



Sofern die Verantwortlichen den Eindruck haben, dass sie ihren Teilnehmer/innen noch mehr Freiräume überlassen können und diese in der Lage sind, mit dem Freiraum angemessen umzugehen, können sie eine Selbstbestimmung fördern.

Sie können die jungen Menschen darauf hinweisen, dass sie gewisse Entscheidungen selbst treffen bzw. untereinander aushandeln können und sie damit zur Selbstbestimmung ermutigen. Auf diese Weise können die Kinder und Jugendlichen u.a. lernen, **Verantwortung für sich zu übernehmen** und einen **Gemeinsinn zu entwickeln**. Dabei kann es nötig sein, einen Impuls durch die Multiplikator/innen zu setzen – sozusagen eine Fremdaufforderung zur Selbstbestimmung der Kinder und Jugendlichen.

Die Verantwortlichen sind bei der Selbstbestimmung der jungen Menschen aber nicht außen vor. Im Zweifelsfall können sie immer wieder eingreifen und Hilfe leisten und so den Prozess der Selbstbestimmung begleiten. Sie helfen, wenn die Kinder und Jugendlichen nicht weiterkommen oder greifen gegebenenfalls auch wieder fremd- oder mitbestimmt ein, wenn es zu nicht selbst lösbaren Konflikten kommen sollte. Eine Selbstbestimmung kann und sollte auch insbesondere in vermeintlich kleinen, unscheinbaren Situationen gefördert werden, z.B. bei der Wahl eines Trainingspartners. Somit kann die Wichtigkeit der Entscheidung stetig erhöht werden, z.B. bis zu Entscheidungen in Gremien.

Diese Balance zwischen Fremd-, Mit- und Selbstbestimmung in jeder Situation der demokratischen Partizipation ist ein wesentlicher Grundsatz. Sie sollte daher von allen Multiplikator/innen stets berücksichtigt werden. Darüber hinaus benötigen sie aber auch entsprechende Hilfen zur konkreten Umsetzung.

## 2.2.2 Grundlagenmodell zur didaktischen Umsetzung von demokratischer Partizipation

Mithilfe eines Modells zur demokratischen Partizipationsförderung kann es gelingen, Mitbestimmung und Entscheidung, Mitsprache und Aushandlung sowie Mitgestaltung und Engagement systematisch und zielgerichtet umzusetzen (vgl. Derecik, Goutin & Michel, 2018; Derecik, Kaufmann & Neuber, 2013; Messmer, 2013). Dieses Modell ist recht umfangreich und komplex. Deshalb wird es im Folgenden Schritt für Schritt erklärt. Dabei kann nach dem ‚Wo‘, dem ‚Wie‘ und dem ‚Wozu‘ der demokratischen Partizipation unterschieden werden.

### Das ‚Wo‘ – Orte der demokratischen Partizipation

Eine Grundbedingung zur Förderung von Partizipation besteht darin, dass die Multiplikator/innen zunächst erst einmal **erkennen**, in welchen Situationen – also ‚Wo‘ – dies möglich ist. Wir sprechen in diesem Rahmen von sogenannten Orten, die aber nicht räumlich, sondern gedanklich gemeint sind.



Die **Orte der demokratischen Partizipation sind typische Situationen**, die in gewisser Form immer wieder auftauchen und vielfältige Möglichkeiten für Mitbestimmung und Entscheidung, Mitsprache und Aushandlung sowie Mitgestaltung und Engagement bieten.

Die Sportpraxis lässt sich in verschiedene übergeordnete Situationstypen einteilen. Dabei spielt es keine Rolle, ob es sich um eine Mannschafts- oder Individualsportart, um Leistungs- oder Breitensport handelt. Jede Sportpraxis im Verein kann mithilfe der immer wiederkehrenden Situationen sportartenübergreifend beschrieben und analysiert werden: **Gesprächskreis, Auf- und Abbau, Übungen, Spiele** und **Pausen**. Diese Orte können wiederum in vielfältige weitere Situationen bzw. Unter-Orte differenziert werden (vgl. Kap. 3). Innerhalb dieser Situationen kann dann das ‚Wie‘ und das ‚Wozu‘ der demokratischen Partizipation eingesetzt werden.

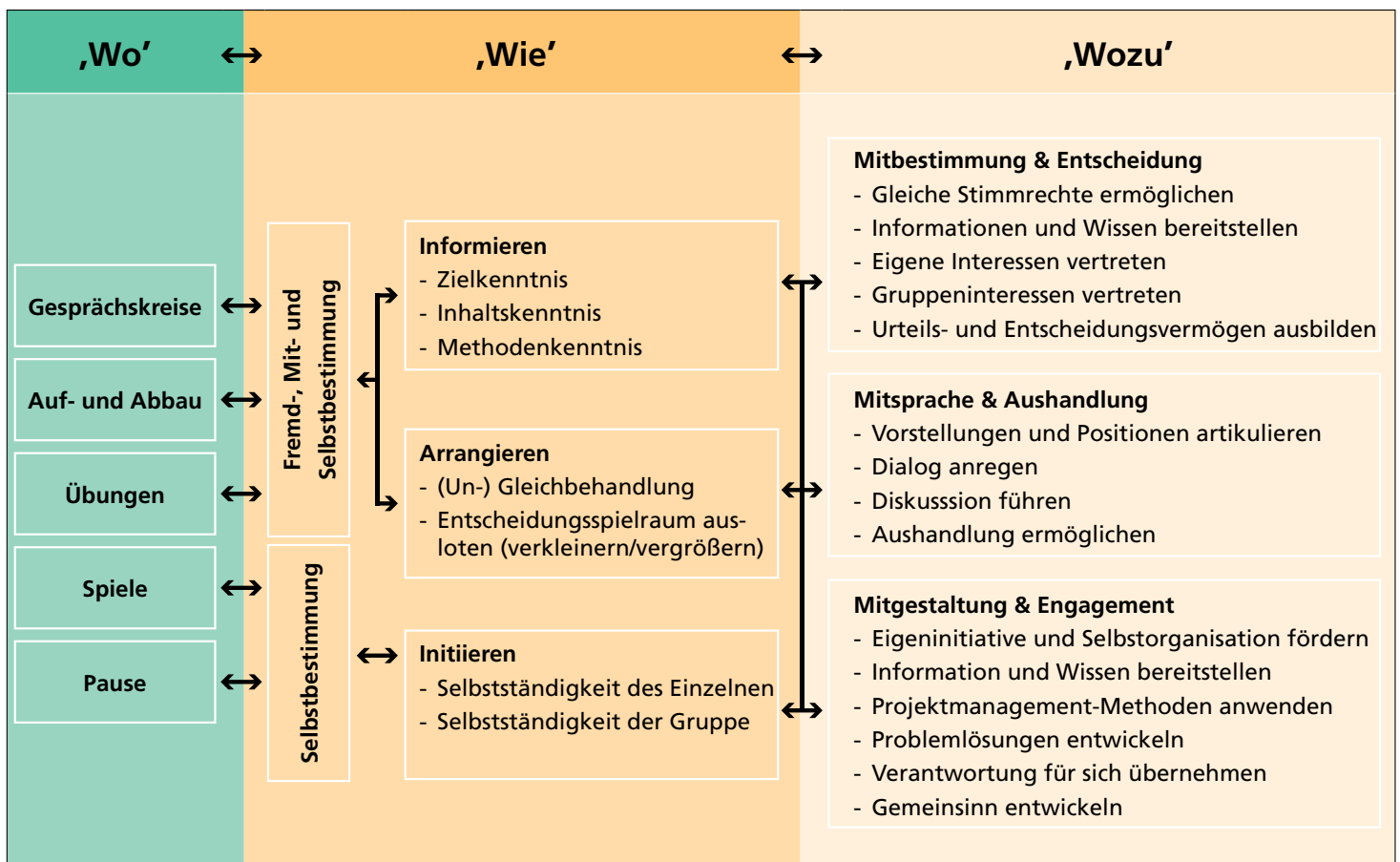


Abb. 1: Grundlagenmodell zur didaktischen Umsetzung von demokratischer Partizipation (nach Derecik, Goutin & Michel, 2018, S. 109).

Ein wesentlicher Grundsatz der Umsetzung und Förderung von demokratischer Partizipation ist die bereits mehrfach erwähnte Balance zwischen den Handlungsformen Fremd-, Mit- und Selbstbestimmung (vgl. Kap. 2.2.1).



Die demokratische Partizipation lässt sich mithilfe der drei Handlungshilfen **Informieren, Arrangieren und Initiieren** zielgerichtet planen und umsetzen.

Zunächst gilt es, die Kinder und Jugendlichen zu **informieren**, um ihnen ein Verständnis über die **Ziele, Inhalte und Methoden** der jeweiligen Übungen und Trainingsformen zu vermitteln. Mit diesem erworbenen Wissen erweitern junge Menschen ihr Repertoire und können ihr gemeinsames Handeln nachvollziehen. Informationen zu den Zielen, Inhalten und Methoden der Sportpraxis sind für Kinder und Jugendliche daher notwendig, damit sie in die Lage versetzt werden, angemessene demokratische Partizipationsprozesse zu erfahren und selbst zu gestalten.



**Informationen und Wissen** stellen eine Grundvoraussetzung für demokratische Partizipationsprozesse dar.

Eine weitere Aufgabe der Verantwortlichen besteht darin, Partizipation zu **arrangieren**, d.h. einheitliche Voraussetzung für alle jungen Teilnehmenden zu schaffen. Dies gelingt durch eine **Gleichberechtigung** aller Mitglieder – z.B. für Mädchen und Jungen, Heranwachsende und Erwachsene, eingeschränkte und forsche Kinder. Dabei sollten alle Kinder und Jugendlichen grundsätzlich erst einmal einer **Gleichbehandlung** unterliegen. Um eine Gleichberechtigung zu gewährleisten, kann es aber auch notwendig sein, dass die Verantwortlichen die Kinder und Jugendlichen **ungleich behandeln** müssen.



Eine Ungleichbehandlung liegt vor, wenn z.B. laute Kinder zur Stille ermahnt werden, damit auch die anderen gleichberechtigt die Möglichkeit bekommen, ihre Meinung zu äußern. Dies kann bedeuten, dass deutlich ältere und erfahrenere Teilnehmende anfangs zur Zurückhaltung gebracht werden müssen. Insbesondere im Zusammen-

hang mit Kindern und Jugendlichen mit erschwerten Zugangsbedingungen ist es daher wichtig, dass die Verantwortlichen die **unterschiedlichen Voraussetzungen berücksichtigen**.

Eine Gleichberechtigung funktioniert umso leichter, je länger man eine Gruppe und die Mitglieder kennt bzw. betreut und je mehr Vorerfahrungen die jungen Sportler/innen bereits mit demokratischen Partizipationsprozessen gemacht haben.

Neben dem pädagogischen Grundsatz der Gleichbehandlung ist es erforderlich, den **Entscheidungsspielraum der jungen Menschen auszuloten** – das bedeutet, ihn situativ **einzuschränken** oder zu **erweitern**. Wenn die Verantwortlichen den Entscheidungsspielraum der Mitglieder vergrößern, bekommt ihre Meinung mehr Gewicht, sodass wir hier von vermehrter Mitbestimmung und Selbstbestimmung reden.



Je eingeschränkter eine Entscheidungsmöglichkeit für die Kinder und Jugendlichen ist, desto mehr ist sie fremdbestimmt. **Je größer** die Multiplikator/innen den **Entscheidungsspielraum** der jungen Sportler/innen in verschiedenen Situationen gestalten, **desto mehr Mit- bzw. Selbstbestimmung** wird den Kindern und Jugendlichen ermöglicht.

Um diesen Spagat zwischen Einschränkung und Erweiterung der demokratischen Partizipationsmöglichkeiten zu schaffen, sollten Verantwortliche darauf achten, die Kinder und Jugendlichen nicht zu über-, aber auch nicht zu unterfordern. Genau hier gilt wieder der Grundsatz der Balance zwischen Fremd-, Mit- und Selbstbestimmung.

Es kann aber auch sein, dass Kinder und Jugendliche den vergrößerten Entscheidungsspielraum, den Multiplikator/innen ihnen offenbaren, nicht wahrnehmen und nutzen können. Dies ist vor allem dann der Fall, wenn sie noch nicht viele Vorerfahrungen mit demokratischer Partizipation gemacht haben bzw. bislang selten mit- oder selbstbestimmen konnten oder aber, wenn sie zu wenig Informationen und Wissen über einen Bereich haben. An dieser Stelle bietet sich ein **Initiieren** an.



**Initiieren** baut auf das Arrangieren auf und meint **Impulse zu setzen, damit junge Menschen Lernprozesse wahrnehmen, die sie ansonsten nicht aus eigenem Antrieb nutzen würden.**

Dieser auf den ersten Blick fremdbestimmte Impuls hilft oftmals, dass die Kinder und Jugendlichen dazu angeregt werden, selbstbestimmt zu handeln und Verantwortung zu übernehmen.



Eine **Initiierung** liegt vor, wenn die Verantwortlichen die jungen Menschen ausdrücklich darauf hinweisen, dass sie z.B. **selbst eine Entscheidung treffen**, selbstständig eine Übung konzipieren oder auch einfach nur eine Pause machen können.

Der Impuls kommt zwar von einem Verantwortlichen, **eine Initiierung zielt aber immer auf eine Selbstbestimmung** der jungen Menschen, die von den jungen Sportler/innen angenommen, aber auch abgelehnt werden darf. Diese **Aufforderung zur Selbständigkeit** kann sich auf eine **einzelne Person**, aber auch auf eine gesamte **Gruppe** beziehen. Auf diese Art und Weise können sowohl motorische Lernziele oftmals besser erreicht werden als auch gezielt diverse Zieldimensionen der demokratischen Partizipation angestrebt werden, die als das ‚Wozu‘ der demokratischen Partizipation bezeichnet werden können.

## Das ‚Wozu‘ – Ziele der demokratischen Partizipation

Demokratische Partizipation kann gezielt eingesetzt werden, um bestimmte Voraussetzungen und Zielsetzungen im Rahmen von Mitbestimmung und Entscheidung, Mitsprache und Aushandlung sowie Mitgestaltung und Engagement zu erreichen. In Bezug auf Mitbestimmung und Entscheidung sollten im Sinne einer politischen Partizipation vor allem **gleiche Stimmrechte** für alle Beteiligten umgesetzt werden. Die jungen Sportler/innen sollten entsprechende Informationen und Wissen erhalten und dadurch ihr **Urteils- und Entscheidungsvermögen** schärfen. Auf dieser Basis kann eine angemessene eigene **Interessenvertretung** sowie die Vertretung der Gruppeninteressen gefördert werden.

### Zieldimensionen von Mitbestimmung und Entscheidung

- Gleiche Stimmrechte ermöglichen
- Informationen und Wissen bereitstellen
- Eigene Interessen vertreten
- Gruppeninteressen vertreten
- Urteils- und Entscheidungsvermögen ausbilden

Darüber hinaus können im Rahmen der Mitsprache und Aushandlung vor allem soziale Kompetenzen gefördert werden. Wenn über ein Thema verhandelt werden soll, müssen alle Beteiligten ihre **Vorstellungen und Positionen** diesbezüglich äußern dürfen. Dies kann in verschiedenen Kommunikationsformen geschehen, beispielsweise in einem **Dialog** oder in einer **Diskussion**, die schließlich zu einer **Aushandlung** also einer Einigung bzw. einem Kompromiss führt.

### Zieldimensionen von Mitsprache und Aushandlung

- Vorstellungen und Positionen artikulieren
- Dialog anregen
- Diskussionen und Debatten führen
- Aushandlungen ermöglichen

Mitgestaltung und Engagement kann in erster Linie durch eine **Eigeninitiative und Selbstorganisation** der jungen Menschen gefördert werden. Wenn Kindern und Jugendlichen entsprechende Informationen und Wissen sowie konkrete Möglichkeiten gegeben werden, können sie eigenständig oder mit Unterstützung der Verantwortlichen eigene kleine Projekte organisieren und Lösungen für auftretende Probleme suchen. In diesem Sinne können sie **Verantwortung für sich selbst übernehmen** und ebenso **Gemeinsinn entwickeln** (Verantwortung für andere).

## Zieldimensionen von Mitgestaltung und Engagement

- Eigeninitiative und Selbstorganisation fördern
- Information und Wissen bereitstellen
- Projektmanagement-Methoden anwenden
- Problemlösungen entwickeln
- Verantwortung für sich übernehmen
- Gemeinsinn entwickeln

Detaillierte Informationen zu den einzelnen Zieldimensionen befinden sich in der Broschüre:



„Der vielschichtige Partizipationsbegriff. Teilnahme und demokratische Partizipation im gemeinnützigen, organisierten Kinder- und Jugendsport“ (dsj, 2018) (<https://www.dsj.de/nc/publikationen/> Kategorie: Junges Engagement.)



# 3 Prozesse der demokratischen Partizipation

Prozesse der demokratischen Partizipation können in allen erdenklichen Situationen des gemeinnützigen, organisierten Sports erfolgen. Dazu zählen z.B. Gremien, Arbeits- und Projektgruppen und die vielfältigen Möglichkeiten in der Sportpraxis. Insbesondere die Zielgruppe der Jugendlichen mit erschwerten Zugangsbedingungen wird jedoch vorrangig über die Sportpraxis in Vereinen zu erreichen sein. Deshalb gilt es, sie über die Sportpraxis abzuholen und ihnen, neben einem adressatenspezifischen Sportangebot, demokratische Partizipation zu ermöglichen. Dies kann sie langfristig an den Sport binden und im Idealfall für ein freiwilliges Engagement motivieren und qualifizieren. Im Folgenden werden daher einige exemplarische Möglichkeiten einer Umsetzung von demokratischer Partizipation in der Sportpraxis beschrieben. Dabei werden die zentralen angesprochenen Ziel-

dimensionen der demokratischen Partizipation angeführt. Diese können gezielt angestrebt werden, aber auch im Sinne einer „Pädagogik des Hinterkopfs“ quasi nebenbei erfolgen. In den meisten Fällen bedingen sie sich aber gegenseitig, z.B. kann eine individuelle motorische Förderung im Sportbetrieb am ehesten durch demokratische Partizipationsprozesse erfolgen.

Während des Sportbetriebs existieren vielfältige Möglichkeiten zur Umsetzung von demokratischer Partizipation. Die Analyse ist dabei sehr kleinschrittig und detailliert, damit sie möglichst vielfältig Anwendung in der Praxis finden kann. Dabei werden Anregungen zur demokratischen Partizipation während Gesprächskreisen (Kap. 3.1), Auf- und Abbau (Kap. 3.2), Übungen (Kap. 3.3), Spielen (Kap. 3.4) und Pausen (Kap. 3.5) geliefert.

## 3.1 Partizipationsmöglichkeiten bei Gesprächskreisen

Gesprächskreise sind in der Sportpraxis in unterschiedlichen Formen zu finden, sie können am Anfang einer Sporteinheit, währenddessen oder auch zum Abschluss erfolgen. In Gesprächskreisen werden grundlegende demokratische Fähigkeiten eingeübt, die vor allem die **sozialen Kompetenzen** fördern. Ohne diese kann eine demokratische Partizipation nicht in einer angemessenen Weise erfolgen. Darüber hinaus dienen Gesprächskreise zur Vermittlung von spezifischen **Informationen** zu Zielen, aber auch zum Auf- und Abbau, zu Übungen, Spielen sowie Pausen. Gesprächskreise bieten daher eine zentrale Gelegenheit zum Einüben von demokratischer Partizipation. Speziell können innerhalb von Gesprächskreisen demokratische Partizipationsmöglichkeiten in den folgenden Unter-Orten bzw. Situationen erfolgen:

### Situationen der demokratischen Partizipation in Gesprächskreisen

- Signal und Ort der Zusammenkunft
- Einführen und Einhalten sozialer Verhaltensregeln
- Einüben von Kommunikationsprozessen
- Kommunikation über Ziele, Inhalte und Methoden

#### 3.1.1 Signal und Ort der Zusammenkunft

Viele Verantwortliche legen fremdbestimmt ein **Signal** fest, z.B. durch eine Trillerpfeife, um die Kinder und Jugendlichen zu versammeln und schaffen damit ein gewinnbringendes Ritual. Als



**Ort der Zusammenkunft** wird häufig der Mittelkreis oder eine Bank genutzt. Oftmals sind diese Rituale den Teilnehmer/innen bekannt. Falls dies einmal nicht der Fall sein sollte, ist es notwendig, die jungen Sportler/innen hierüber zu informieren.

Auch wenn an diesem in der Sportpraxis oftmals durchgeführten, fremdbestimmten Handeln nichts auszusetzen ist, bieten sich hier weitergehende Möglichkeiten zur Mitbestimmung der jungen Menschen.



Der **Entscheidungsspielraum** der Kinder und Jugendlichen kann bei der Festlegung des Signals und des Orts für die Zusammenkunft **vergrößert** werden, indem mit ihnen gemeinsam in einem demokratischen Aushandlungsprozess über den Ort der Zusammenkunft und das Signal für den Gesprächskreis entschieden wird. Dadurch können die jungen Menschen **ihre eigenen Vorstellungen artikulieren** und so ihre **eigenen Interessen vertreten**. Angestrebt wird eine **Vertretung der Gruppeninteressen**.

Eine reine Selbstbestimmung von Ort und Signal durch die Teilnehmer/innen ist ebenso denkbar, allerdings müssen dabei Sicherheitsmaßnahmen berücksichtigt werden, z.B. kann dies nicht im Geräteraum erfolgen. Daher kann eine Selbstbestimmung bei der Festlegung dieser Rituale nur erfolgen, wenn der/die Verantwortliche nicht von seinem Vetorecht Gebrauch machen muss und die Vorschläge der Teilnehmer/innen widerspruchlos annehmen kann.

### 3.1.2 Einführen und Einhalten sozialer Verhaltensregeln

Das Einführen von sozialen Verhaltensregeln ist für die Sportpraxis allgemein und speziell zur Förderung von demokratischer Partizipation unverzichtbar, um ein für alle Teilnehmenden angenehmes und faires Miteinander innerhalb bestimmter Freiräume und Grenzen zu ermöglichen. Dadurch werden die jungen Sportler/innen in die Lage versetzt, einen **Gemeinsinn zu entwickeln**, welcher zentral für alle weiteren Möglichkeiten der demo-

kratischen Partizipation in einer Gruppe ist. Erst auf dieser Basis können weitere Zieldimensionen der demokratischen Partizipation, wie z.B. **gleiche Stimmrechte, Gruppeninteressen vertreten, Dialog** und **Aushandlungen** angestrebt werden.



Ein Einschränken des Entscheidungsspielraums von Einzelnen bezogen auf das Einhalten **sozialer Verhaltensregeln** ist immer gerechtfertigt, wenn es dem **Gemeinsinn** dient. Die Freiheit eines Einzelnen darf und muss eingeschränkt werden, wenn dieser sich nicht an die vereinbarten Verhaltensregeln hält.

Oftmals werden Verhaltensregeln fremdbestimmt seitens der Verantwortlichen eingeführt. Dies macht insbesondere bei jüngeren Kindern Sinn, da sie dies erst noch am Vorbild lernen müssen. Allerdings sollten diese dann über die Gründe dieser Verhaltensregeln **informiert** werden, damit sie ein entsprechendes **Wissen** und in der Konsequenz ein **Urteils- und Entscheidungsvermögen** erwerben können.

Obwohl nicht alle sozialen Regeln verhandelbar und diskutierbar sind, kann eine Erweiterung des Entscheidungsspielraums durch Mitbestimmung der Teilnehmenden bei der Einführung durchaus fruchtbar sein. Dies führt zu einer verstärkten Identifizierung mit den Verhaltensregeln und folglich auch zu einer höheren Verbindlichkeit beim Einhalten dieser. Im Sinne eines demokratischen Verständnisses werden allen jungen Teilnehmenden bei der Mitbestimmung von sozialen Verhaltensregeln **gleiche Stimmrechte** zugestanden, damit wird der **Gemeinsinn** gefördert. Dadurch kann das Artikulieren von Vorstellungen und Meinungen eingeübt und die eigenen Interessen sowie die Interessen der Gruppe vertreten werden. Auch das Urteils- und Entscheidungsvermögen sowie die **Eigeninitiative** der jungen Teilnehmenden können durch die mitbestimmte Erarbeitung der Regeln entsprechend gefördert werden.

### 3.1.3 Einüben von Kommunikationsprozessen

Gesprächskreise eignen sich gerade aufgrund der Schaffung von räumlicher Nähe und Ruhe, um die **Artikulation von Vorstellungen** und die Fähigkeit zur **Diskussion** und zur **Aushandlung** einzuüben. Die Verantwortlichen steuern dabei in der Regel die Art und Weise der ablaufenden Kommunikation. Die Moderation des Gesprächskreises kann fremdbestimmt übernommen werden. Währenddessen können die Verantwortlichen durch Arrangieren und Initiieren von demokratischer Partizipation Mit- und Selbstbestimmung der jungen Sportler/innen ermöglichen. Dies kann durch Fragen an Einzelne oder die Gruppe erfolgen. Die Vorgehensweise richtet sich primär nach dem Entwicklungsstand der jeweiligen Gruppe. Zudem sollten speziell Kinder dazu angeleitet werden, einen konstruktiven Rahmen für Diskussionen oder Dialoge einzuhalten. Dies beinhaltet grundlegende Dinge wie das **Zuhören, Ausreden lassen, Ernstnehmen, Akzeptieren** und **Respektieren** von anderen Meinungen sowie das Reden in angemessener Lautstärke. Am Modell können eine gelungene Gesprächsführung, eine konstruktive Grundhaltung und eine sinnvolle Moderation des Gesprächskreises erlernt werden, sodass der/die Übungsleiter/in hier eine Vorbildfunktion einnehmen sollte. Im Laufe der Zeit und mit immer mehr Erfahrung können die jungen Teilnehmenden ihre Kommunikationsprozesse in **Eigeninitiative und Selbstorganisation** ausüben.

### 3.1.4 Kommunikation über Ziele, Inhalte und Methoden

Gerade zu Beginn einer Saison kann es sinnvoll sein, über langfristige Ziele fremdbestimmt zu **informieren** und dabei Transparenz zu schaffen, damit die jungen Sportler/innen sich daran orientieren können. Ein höherer Grad an demokratischer Partizipation und Identifizierung mit diesen Zielen kann aber erreicht werden, wenn die jungen Teilnehmenden nicht nur über die Ziele informiert werden, sondern diese auch mit dem/der Übungsleiter/in **diskutieren** und **aushandeln** können. Dadurch werden den jungen Teilnehmenden Möglichkeiten zur **Artikulation der eigenen Vorstellungen** zu den Zielen eröffnet. Dabei kann

gewährleistet werden, dass alle Beteiligten die gleichen Stimmrechte erhalten. Außerdem kann hierdurch die Motivation gesteigert werden, da die Interessen der jungen Sportler/innen gehört und bei der Gestaltung der Sportpraxis entsprechend gewürdigt werden. Wenn alle Beteiligten an einem Strang ziehen und die gleichen Ziele verfolgen, schafft dies ein ganz neues und intensives Teamgefühl und damit **Gemeinsinn**. Durch eine zunehmende Mit- oder gar Selbstbestimmung, sowohl bei langfristigen als auch bei kurzfristigen Zielen, können die **Eigeninitiative** gefördert und **Eigeninteressen** vertreten werden.



Vor allem jüngere Kinder trauen sich selten, ihre Wünsche von sich aus zu formulieren. Daher bietet es sich insbesondere in breiten sportlichen Angeboten an, den jungen Sportler/innen Mit- und Selbstbestimmung bei der Wahl der Inhalte und Methoden einzuräumen, damit diese ihre **Interessen vertreten** können.

Die Inhalte und Methoden der Sportpraxis werden oftmals von dem/der Verantwortlichen festgelegt und die jungen Menschen werden über den Ablauf der Einheit informiert. Bei einer fremdbestimmten Information der jungen Sportler/innen über die Inhalte und Methoden der Einheit geht es selten um detaillierte Ausführungen, sondern meist um eine Kurzfassung der Stunde. Die **Kurzinformationen** und der Zugang zum **Wissen** über die anstehenden Inhalte und Methoden führen bei jungen Menschen zu einer Erhöhung der Motivation und der Konzentration sowie zur Bildung eines entsprechenden **Urteils- und Entscheidungsvermögens**.



In einem Mitbestimmungsprozess ist es hilfreich, den Kindern z.B. einige Möglichkeiten vorzustellen, aus denen sie dann mit gleichen Stimmrechten auswählen bzw. die Ideen auch ergänzen dürfen. Dadurch können sie **Mitbestimmung und Entscheidung, Mitsprache und Aushandlung** sowie **Mitgestaltung und Engagement** einüben.

Bei einem Selbstbestimmungsprozess dürfen die Kinder selbst ihre Ideen einbringen und aushandeln. Dadurch lassen sich die **Eigeninitiative und Selbstorganisation** der jungen Menschen fördern.

## 3.2 Partizipationsmöglichkeiten beim Auf- und Abbau

Der Auf- und Abbau von Geräten und Materialien ist ein wesentlicher Teil der Sportpraxis. Er erfordert ein gemeinsames Organisations- sowie Verantwortungsbewusstsein aufseiten der jungen Sportler/innen und kann daher vor allem genutzt werden, um einen **Gemeinsinn** zu fördern. Dabei kann in zwei wiederkehrende Situationen unterschieden werden, in denen demokratische Partizipation gefördert werden kann:

### Situationen der demokratischen Partizipation beim Auf- und Abbau

- Einführung klarer Regeln und Strukturen für den Auf- und Abbau
- Praktizieren des gemeinsamen Auf- und Abbaus

### 3.2.1 Einführung klarer Regeln und fester Strukturen für den Auf- und Abbau

Im Rahmen eines Auf- und Abbaus sind Verhaltens- und Sicherheitsregeln von großer Bedeutung. Generell gilt, dass letztendlich die Verantwortung für die Sicherheit auch bei jeglicher Mit- und Selbstbestimmung der Teilnehmenden bei den Verantwortlichen liegen muss. Bei der Einführung und Etablierung verbindlicher Regeln zum Auf- und Abbau gilt es, einige notwendige Differenzierungen zu realisieren, welche sich nach dem Alter, dem Entwicklungsstand sowie den Vorerfahrungen der jeweiligen Trainingsgruppe richten. Wenn die Verantwortlichen die relevanten **Informationen** über Nutzen, Sinn, Grenzen und Wichtigkeit fester Regeln für einen gemeinsamen Auf- und Abbau den Vereinsmitgliedern näherbringen, kann dies zunächst das **Urteils- und Entscheidungsvermögen** der jungen Sportler/innen fördern, inwiefern sie dabei **Verantwortung für sich selbst übernehmen** und **Gemeinsinn** entwickeln müssen.



Die **Sicherheit** der Teilnehmenden und die Übernahme von **Verantwortung** für die gesamte Gruppe sind beim Auf- und Abbau unbedingt **einzuüben**.

Durch eine gemeinsame Aushandlung und Formulierung von Regeln für den Auf- und Abbau im Dialog mit dem/der Übungsleiter/in steigt die Identifikation mit diesen Regeln, da die Heranwachsenden selbst zu der Ausformulierung beigetragen haben. Ein weiterer positiver Aspekt einer gemeinsamen Einführung von Verhaltensregeln für den Auf- und Abbau liegt in der Stärkung des **Gemeinsinns** und des Zusammenhalts, da gemeinsam **Problemlösungen entwickelt** werden müssen. Der/die Übungsleiter/in ist allerdings aufgrund seiner/ihrer größeren Erfahrung in der Verantwortung unangemessene Regeln zu vermeiden und kann bei solchen ein Vetorecht einlegen und sollte seinen/ihren Standpunkt dabei begründen.

### 3.2.2 Praktizieren des gemeinsamen Auf- und Abbaus

Um die eingeführten Regeln und Strukturen auch tatsächlich einzuhalten, muss der Auf- und Abbau explizit eingeübt und regelmäßig praktiziert werden. Sofern man mit Kindern arbeitet, welche noch nicht über eine hohe Selbstständigkeit verfügen, die Regeln noch nicht verinnerlicht haben und/oder die sicherheitsrelevanten Aspekte noch nicht komplett überschauen (können), bieten sich fremdbestimmte klare Instruktionen und **Informationen** an. Durch ein entsprechendes Wissen lernen die jungen Teilnehmenden die Sicherheitsaspekte zunehmend kennen, um damit in Zukunft auch selbst fähig zu sein, **Verantwortung zu übernehmen** bzw. Entscheidungen diesbezüglich zu treffen. Auch wenn es sich hierbei um Fremdbestimmung handelt, so ist dies doch eine wichtige und notwendige Voraussetzung für spätere mit- oder selbstbestimmte Prozesse.

Ähnlich wie bei der Etablierung von grundlegenden Verhaltensregeln können auch beim Praktizieren des gemeinsamen Auf- und Abbaus die Aufgabenverteilung oder Aspekte der praktischen Organisation in einer Diskussion gemeinsam ausgehandelt werden. Die Vorteile sind die gleichen wie bei einer Mitbestimmung beim Aufstellen von sozialen Verhaltensregeln (Kap. 3.2.1). Bei der praktischen Umsetzung kann durchaus gewinnbringend ein selbstbestimmter Auf- und Abbau arrangiert werden.



1. Der/die Übungsleiter/in erklärt den jungen Teilnehmenden den genauen Ablauf des Auf- und Abbaus sowie explizit die Gründe für die gewählten Sicherheitsmaßnahmen.
2. Wenn er/sie ausreichend Vertrauen in die jungen Teilnehmenden hat, überträgt der/die Übungsleiter/in mehr Verantwortung beim Auf- und Abbau, indem er/sie stückweise daran mitbestimmen lässt.
3. Die jungen Teilnehmenden verinnerlichen die nötigen Sicherheitsvorschriften und ritualisieren den Auf- und Abbau so weit, sodass sie stetig mehr selbstbestimmen

können, bis sie schließlich größtenteils eigenverantwortlich handeln. Dies entlastet die Arbeit der Verantwortlichen, spart zugleich wichtige Übungszeit und schult wichtige Kompetenzen der Kinder und Jugendlichen.

Durch einen selbstständigen Auf- und Abbau können die **Eigeninitiative und Selbstorganisation** gefestigt werden. Dabei wird der **Gemeinsinn** gestärkt sowie das **Urteils- und Entscheidungsvermögen** durch notwendige **Problemlösungen** gefördert. Es kann auch vorkommen, dass die Trainingsgruppe frei entscheiden kann, was und wo sie etwas aufbauen möchte. Damit werden explizit die **eigenen Interessen** bzw. die **Interessen der gesamten Gruppe** vertreten. Eine solche Vorgehensweise stellt besondere Anforderungen an den/die Übungsleiter/in, da er/sie bereit sein muss, Teile seiner/ihrer Macht abzugeben und sich bewusst in den Hintergrund zu rücken, um als stille/r Beobachter/in nur einzugreifen, wenn es nötig wird. Nichtsdestotrotz sollte eine finale Nachkontrolle erfolgen, entweder durch den/die Verantwortliche/n oder in Zusammenarbeit mit einem „Sicherheitsminister“ auf Seiten der jungen Sportler/innen.

## 3.3 Partizipationsmöglichkeiten bei Übungen

Unter Übungen fallen u.a. technische Übungen in Ball- und Mannschaftssportarten wie Dribbeln und Passen oder konkrete Bewegungsausführungen in den Individualsportarten. Aber auch taktische Komponenten können durch Übungen trainiert werden. Nicht selten werden Übungen im Stationsbetrieb ausgeführt. Häufig werden Übungen oder Stationen von den Verantwortlichen vorgegeben, da sie ein konkretes, motorisches, kognitives, affektives oder soziales Ziel verfolgen. Trotz dieser Charakteristika lassen sich bei genauerer Betrachtung in verschiedenen Situationen zahlreiche demokratische Partizipationsmöglichkeiten ausmachen:

### Situationen der demokratischen Partizipation bei Übungen

- Übungsauswahl
- Übungsvariation
- Partner- und Gruppenwahl
- Übungsdauer und -reihenfolge

### 3.3.1 Übungsauswahl

Die Übungsauswahl basiert zumindest bei leistungsorientierten Sportgruppen nicht selten auf den jeweiligen Ideen bzw. Zielen der Übungsleiter/innen. In der Regel gestaltet es sich in diesem Rah-

men auch schwierig, den beteiligten Kindern und Jugendlichen ein ausgedehntes Mit- und Selbstbestimmungsrecht einzuräumen. Dies liegt daran, dass den Trainingsteilnehmenden hier direkt ein gewisses Repertoire an Übungsformen bekannt sein muss, um überhaupt angemessen über Übungen urteilen und entscheiden zu können. Damit die jungen Sportler/innen ein entsprechendes **Wissen** zu den Übungen erhalten und langfristig ein **Urteils- und Entscheidungsvermögen** für eine zukünftige mit- oder selbstbestimmte Übungsauswahl entwickeln können, sollten sie über die Ziele der fremdbestimmt angeleiteten Übungen zumindest informiert werden. Denn nur, wer die Ziele von Übungen kennt, kann auch darüber entscheiden oder sie auswählen. Übungen können aber durchaus auch mit einfachen Mitteln mitbestimmt erfolgen.



Mitbestimmung bei der Übungsauswahl kann ermöglicht werden, indem den jungen Sportler/innen diverse Übungen mündlich vorgestellt oder an Stationen auf Karten zusammengestellt werden. Die Gruppe kann sich auf Basis dieser Sammlung gemeinsam auf geeignete Übungen einigen, die die **Interessen der Gruppe** repräsentieren. Der/die Verantwortliche agiert dabei als Lernbegleiter und arrangiert vor diesem Hintergrund eine entsprechende Lernumgebung.

Die jungen Teilnehmenden werden durch die Aufforderung zur Mitbestimmung zum Mitdenken angeregt, während durch das Einbeziehen ihrer Vorschläge zudem ihre Zufriedenheit und ihre Motivation zur Teilnahme an der Übungsform gesteigert werden. In der Konsequenz können sie langfristig betrachtet auch selbstbestimmt darüber entscheiden, z.B. während einer offenen Aufwärmphase, was sich für welchen Zweck eignet.



Gerade in einem Breitensportlichen Angebot erfolgt häufig ein Aufbau von verschiedenen Stationen. Diese können sehr gut auch den Interessen der einzelnen Kinder oder der jeweiligen Gruppen entsprechend aufgebaut werden, wodurch in einem hohen Maße die Fähigkeit zur **Eigeninitiative und Selbstorganisation** gefördert wird.

### 3.3.2 Übungsvariationen

Übungsvariationen bieten sich generell an, um auf die individuellen Fähig- und Fertigkeiten der Teilnehmenden in der Sportpraxis angemessen einzugehen. Beispielsweise können die Abstände von Hütchen beim Passen verringert, die Spielfelder in Größe, Breite und Form verändert oder anspruchsvollere Alternativ- bzw. Sonderaufgaben für die Fortgeschrittenen einer Gruppe gestellt werden.

Ähnlich wie bei der Übungsauswahl sollte auch hinsichtlich ihrer Variationen eine fremdbestimmte Entscheidung der Übungsleiter/innen immer durch das **Informieren** darüber begleitet werden. Mit gesteigerter Übungserfahrung und immer wieder eingestreuten Differenzierungsmaßnahmen wird das **Urteils- und Entscheidungsvermögen** der Heranwachsenden zunehmend gestärkt. In der Konsequenz werden sie zunehmend in die Lage versetzt, Mitbestimmung bei der Übungsvariation auszuüben, was die Motivation und **Eigeninitiative** deutlich steigert.



1. Übungsvariationen können fremdbestimmt von Seiten der Übungsleiter/innen vorgestellt und den Kindern angeboten werden.
2. Eine Möglichkeit zur mitbestimmten Umsetzung von Übungsvariationen könnte sein, eine Vielzahl an Materialien bereitzustellen bzw. je nach Übung die Bewegungsaufträge möglichst offen zu formulieren. Indem dort verschiedene Möglichkeiten – z.B. in Form von Aufgabenkarten – angeboten werden, aus denen die Kinder und Jugendlichen auswählen können, wird konkret eine praktische Mitbestimmung unterstützt.
3. Sofern die Übungsleiter/innen eine Selbstbestimmung der Heranwachsenden unterstützen wollen, können sie ihnen auch einen Impuls zur individuellen Übungsentwicklung geben, sodass gänzlich eigene Übungsvariationen entstehen.

Insbesondere an Stationen können die Heranwachsenden oft **selbstbestimmt** agieren, wenn sie derartige Angebote bekommen, und sie dürfen somit ihre eigenen Bewegungsinteressen verwirklichen. Dabei können sie diverse **Problemlösefähigkeiten erwerben** und eine **Selbstorganisation** demonstrieren. Außerdem lernen sie **Verantwortung für sich zu übernehmen** und sich gezielt mit ihrem Übungs- und Lernprozess auseinanderzusetzen. Auf diese Weise können sie im Idealfall selbst ihre Schwachstellen verbessern.

### 3.3.3 Partner/innen- und Gruppenwahl

Eine fremdbestimmte Zusammensetzung der Partner/innen bzw. Gruppe kann zu Fairness beitragen, indem allen Kindern und Jugendlichen die gleichen Rechte gewährleistet werden. Durch ein Vertrauen in die Fähigkeiten der Heranwachsenden kann dieser Prozess aber auch durch Mit- oder Selbstbestimmung erfolgen. Dies erfordert insbesondere bei jüngeren Kindern gerade zu Beginn etwas mehr Zeit und Geduld, kann aber enorm dabei helfen, u.a. die **eigenen Interessen und die Gruppeninteressen zu vertreten**, eine **Diskussion** mit einer entsprechenden **Aushandlung** durchzuführen sowie **Selbstorganisation**, **Problemlösefähigkeit** und **Gemeinsinn** zu entwickeln. Falls es dabei zu Konflikten oder unfairen Gruppen kommen sollte, kann dies positiv als eine Gelegenheit zur Thematisierung von Fairness genutzt werden.



Partizipationserfahrene Kinder und Jugendliche besitzen meist eine entsprechende **Urteils- und Entscheidungskompetenz** im Hinblick auf ihre Partner/innen- und Gruppenwahl, weshalb dies auch in den allermeisten Fällen reibungslos in einem Selbstbestimmungsprozess klappt.

### 3.3.4 Übungsdauer und Übungsreihenfolge

Die Dauer der jeweiligen Übung bzw. die Aufenthaltsdauer und -reihenfolge an Stationen kann fremdbestimmt durch den/die Übungsleiter/in festgelegt werden. Im Zweifel kann die Stimmung der Gruppe beobachtet werden und durch Nachfrage in einem Mitbestimmungsprozess kann die Dauer der Übung nach einem kurzen **Dialog** und **Aushandlungsprozess** entsprechend gemeinsam angepasst werden.



Die Festlegung der Übungsdauer und auch der -reihenfolge kann insbesondere an Stationen durchaus selbstbestimmt durch die Gruppe erfolgen. Allerdings sollte ein ungefährender Rahmen gesetzt werden, sodass die Kinder z.B. 30 Minuten Zeit haben, an den verschiedenen Stationen „Kunststücke“ aufzuführen.

Auf diese Weise können die Motivation gesteigert, die **Eigeninitiative** gefördert und vor allem die angestrebten motorischen Ziele von den jungen Sportler/innen selbstbestimmt erreicht werden.



## 3.4 Partizipationsmöglichkeiten bei Spielen

Spiele in jeglicher Form sind in einem Großteil des Sportbetriebs zu finden. Dabei handelt es sich um das Training in klassischen Mannschaftsspielen, aber auch um kleine Spiele zum Aufwärmen oder verschiedene (Spiel-)Variationen, die häufig nicht mehr aus dem Alltag des Sportbetriebs wegzudenken sind. Dementsprechend umfassen die Spiele oftmals einen Großteil der Übungszeit und sollten daher im besonderen Fokus einer demokratischen Partizipationsförderung stehen. Denn auch bei den Spielen gibt es zahlreiche Möglichkeiten, die Mit- und Selbstbestimmung der jungen Teilnehmenden gezielt zu fördern. Dies gilt im Rahmen der Spielauswahl, der Spielregeln, der Spielteilnehmenden sowie der Spieldauer.

### Situationen der demokratischen Partizipation bei Spielen

- Spielauswahl
- Spielregeln
- Spielteilnehmer/innen
- Spieldauer

### 3.4.1 Spielauswahl

Die Spielauswahl und die dazugehörigen Materialien können von dem/der verantwortlichen Übungsleiter/in fremdbestimmt werden, z.B. wenn vorher die gesamte Stunde detailliert geplant wird. Dieses Vorgehen bietet sich u.a. an, wenn die jungen Teilnehmenden einer Trainingsgruppe nur sehr wenige oder keine Spiele kennen, die für die spezifische Situation geeignet wären, wie ein Aufwärmspiel, das schon wichtige Elemente der nachfolgenden Stunde beinhaltet.

Werden die Spiele stets von dem/der Verantwortlichen ausgewählt, wird es nicht lange dauern, bis einige junge Sportler/innen ihren Unmut äußern. Um etwaigen Protesten bei der Spielauswahl entgegenzuwirken und mehr Möglichkeiten zur demokratischen Partizipation einzuräumen, ist eine Mitbestimmung der Kinder und Jugendlichen hilf-

reich. An dieser Stelle lassen sich mehrere Stufen der Mitbestimmung ausmachen, von denen hier einige aufgelistet werden.



1. Die Aufwärmspiele können von dem/der Übungsleiter/in bestimmt werden und die jungen Menschen können zum Schluss der Einheit ihre „Wunschspiele“ äußern und spielen.
2. Es kann über eine Splittung der Stunde in einen von dem/der Verantwortlichen fremdbestimmten und einen durch die jungen Menschen mitbestimmten Teil nachgedacht werden.
3. Der/die Verantwortliche kann verschiedene Spiele vorschlagen und die jungen Menschen wählen sich gleichberechtigt einige daraus aus.
4. Die jungen Menschen schlagen selbst Spiele vor und suchen sich dann eines aus.

Es sind insgesamt viele Möglichkeiten und Variationen bei der mitbestimmten Auswahl der Spiele denkbar. Gemeinsam sind diesen Möglichkeiten, dass sie diverse Zieldimensionen der demokratischen Partizipation fördern, u.a. Vertreten der Gruppeninteressen, Dialog, Aushandlung und gleiche Stimmrechte. Insgesamt kann dieses Vorgehen die **Eigeninitiative und Selbstorganisation** der jungen Menschen immens steigern, da sie ihre **Vorstellungen artikulieren** und so ihre **eigenen Interessen vertreten** können.

Eine selbstbestimmte Auswahl eines Spiels fördert ebenfalls viele dieser Zieldimensionen der demokratischen Partizipation. Die Kinder und Jugendlichen können ermutigt werden, selbst Spiele vorzuschlagen und sich dann für eines bzw. mehrere davon zu entscheiden. Dabei sollte allerdings darauf geachtet werden, dass dieser Prozess nicht zu sehr den zeitlichen Rahmen sprengt, was insbesondere bei jüngeren Kindern vorkommen kann.



Im Sinne einer demokratischen Partizipationsförderung kann es notwendig sein, bei der Spielauswahl **auch Einschränkungen durch die Verantwortlichen** vorzunehmen, um die jungen Menschen nicht zu überfordern.

Es gibt darüber hinaus aber auch noch weitere vielfältige Möglichkeiten der selbstbestimmten Spielauswahl durch die jungen Sportler/innen.



Eine Selbstbestimmung bei der Spielauswahl ist u.a. der Fall, wenn ein Kind Geburtstag hat und sich ein Spiel wünschen darf oder etwa, wenn die Gruppe sich im Rahmen einer Wunschstunde ihre Spiele selbst aussucht.

können diese in einem nächsten Schritt auch von den jungen Teilnehmenden durch Mitbestimmung an die jeweiligen Bedürfnisse und Fähigkeiten der Gruppe angepasst werden. Die Übungsleiter/innen berücksichtigen in diesem Fall u.a. die **Gruppeninteressen** und stärken durch die Vergrößerung des Entscheidungsspielraums die **Selbstorganisation** der Gruppe. Auch hier kann im Rahmen eines **Diskussions- und Aushandlungsprozesses** zunehmend Selbstständigkeit gefördert werden.

Vor allem bei Wunschspielen kann die Benennung der Spielregeln **selbstbestimmt** erfolgen. Diese Vergrößerung des Entscheidungsspielraums fördert die **Eigeninitiative und die Selbstorganisation** der jungen Menschen. Zudem übernehmen sie Verantwortung für die möglichst problemlose Umsetzung des Spiels.

### 3.4.2 Spielregeln

Spielregeln sind elementarer Bestandteil von Spielen und charakterisieren ihren Ablauf. Eine fremdbestimmte Erläuterung ist vor allem bei der Einführung neuer Spiele für die Gruppe unerlässlich, um die Kinder über die neuen Inhalte zu **informieren**. Neben der bloßen Erklärung der Regeln

### 3.4.3 Spielteilnehmer/innen

Ein wesentlicher Aspekt der Spielteilnehmer/innen ist die Mannschaftseinteilung. Diese kann durch diverse Formen fremdbestimmt durch den/ die Übungsleiter/in erfolgen, um Zeit einzusparen oder eine Ungleichbehandlung im Sinne einer Leistungsdifferenzierung vorzunehmen. Die





Mitbestimmung bei der Mannschaftseinteilung kann dazu beitragen, das **Urteils- und Entscheidungsvermögen** hinsichtlich fairer Mannschaftseinteilungen oder des individuellen motorischen Könnens zu schärfen, sofern die entsprechenden **Informationen** dazu geliefert werden. Es gibt aber auch die Möglichkeit, die Gruppe zur Selbstständigkeit zu motivieren.



Der/die Verantwortliche gibt in die Gruppe den Impuls: „Wir brauchen zwei gleich starke Gruppen“, worauf die jungen Teilnehmenden entsprechend reagieren müssen. Auf diese Weise werden der **Gemeinsinn** sowie **Problemlösestrategien** im Hinblick auf faire Gruppen gefördert.

Ein weiterer Aspekt ist die Bestimmung von Positionen bzw. Funktionen im Spiel. Bevor eine Bestimmung erfolgen kann, muss die **Information** über die unterschiedlichen Funktionen gegeben werden. Auch hier kann aufgrund der Unerfahrenheit der Kinder und Jugendlichen oder einer Zeitersparnis eine fremdbestimmte Einteilung vorgenommen werden. In verschiedenen Mannschaftssportarten wie beim Basketball oder Fußball sind die Positionen meist ohnehin festgelegt und werden nur selten in Frage gestellt. Eine Mitbestimmung über die Positionen könnte aber auch in diesen normierten Sportarten Flexibilität und Abwechslung in den Trainingsalltag bringen. Insbesondere bei kleinen Spielen gibt es aber zahlreiche Variationsmöglichkeiten. Eine Möglichkeit zur Mitbestimmung wäre ein **Dialog**, indem die Gruppe gemeinsam mit dem/der Übungsleiter/in die Positionsbesetzungen **aushandelt**. Hierbei würden, bei einer entsprechenden Einforderung der jeweiligen Gruppe, das **Urteils- und Entscheidungsvermögen** geschult und der Grundstein für eine mögliche selbstbestimmte Positionsaufteilung gelegt. Eine solche selbstbestimmte Auswahl fordert **Problemlösestrategien** und fördert gleichzeitig die **Eigeninitiative und Selbstorganisation** der jungen Menschen.

### 3.4.4 Spieldauer

Die Spieldauer wird aus organisatorischen Gründen oftmals von dem/der Übungsleiter/in fremdbestimmt, was auch absolut in Ordnung ist. Je nach Situation kann es aber hilfreich sein, sich ein Stimmungsbild über die gewünschte Spieldauer einzuholen.



Die Spielteilnehmer/innen können **ihre Vorstellungen** zur Spieldauer **artikulieren**, indem sie durch eine kurze Abfrage und Abstimmungsrunde per Handzeichen einbezogen werden. Auf diese Weise wird eine kurze und effektive Entscheidung getroffen und die **Gruppeninteressen werden vertreten**.

Eine Selbstbestimmung über die Spieldauer erfolgt in der Regel in offenen Phasen oder bei Wunschstunden und kann in erster Linie dazu dienen, die eigenen sowie die Gruppeninteressen zu vertreten und die Eigeninitiative und Selbstorganisation zu fördern.



## 3.5 Partizipationsmöglichkeiten bei Pausen

Pausen dienen grundsätzlich der körperlichen Erholung und der Befriedigung von Grundbedürfnissen wie dem Toilettengang oder dem Trinken. Darüber hinaus können sie von den Verantwortlichen auch als rhythmisierendes Element eingesetzt werden, z.B. um verschiedene Phasen der Übungseinheit voneinander zu trennen. Insgesamt existieren bei Pausen verschiedene Situationen, um demokratische Partizipationsprozesse zu ermöglichen.

### Situationen der demokratischen Partizipation bei Pausen

- Pausenzeitpunkt, -häufigkeit und -dauer
- Pausenort
- Pausenmaterialien

Der/die Übungsleiter/in entscheidet meist selbst fremdbestimmt über die Dauer der Pause. Dies schafft eine Orientierung, und jeder/jede Teilnehmer/in kann sich frühzeitig darauf einstellen, wann die Einheit fortgesetzt wird.



Eine Mitbestimmung bei der Dauer der Pause kann erfolgen, wenn der/die Übungsleiter/in sich durch kurze Nachfrage einen Überblick verschafft, ob die Gruppe bereit ist, die Pause zu beenden und weiterzumachen, oder ob sie noch Zeit zur Regeneration benötigt. Auf diese Weise können die jungen Menschen ihre **Vorstellungen artikulieren** und in einem kurzen Abstimmungsprozess für die **Interessen der Gruppe** eintreten.

### 3.5.1 Pausenzeitpunkt, -häufigkeit und -dauer

Der/die Übungsleiter/in kann über den Zeitpunkt und die Häufigkeit der Pause fremdbestimmt entscheiden. Bei Bedarf sollten die jungen Menschen jedoch ihre Pausenbedürfnisse artikulieren dürfen und über den Zeitpunkt der Pause in einem **Aushandlungs- und Diskussionsprozess** mitbestimmen dürfen, da jeder ein individuelles Bedürfnis nach Pause besitzt. Entscheidend ist vor allem, dass durch individuelle Pausen andere Teilnehmende und die Sporteinheit nicht gestört werden.



Ist ein entsprechendes soziales Verhalten in der Gruppe eingeübt und vorhanden, spricht nichts gegen eine Selbstbestimmung der jungen Menschen beim Pausenzeitpunkt und bei der Pausenhäufigkeit. Die Kinder und Jugendlichen übernehmen dann eigenständig **Verantwortung für sich** und tun dies im Einklang mit dem Gemeinwohl für die Gruppe. Sie werden dadurch in ihrer **Eigeninitiative und Selbstorganisation** gefördert.

### 3.5.2 Pausenort

Wenn der Pausenort durch den/die Übungsleiter/in fremdbestimmt festgelegt wird, wird dafür meist explizit eine Bank an der Hallenseite oder eine Matte bereitgestellt. Die Information hierzu muss oftmals nur einmal erfolgen. Der Entscheidungsspielraum der jungen Menschen kann aber auch vergrößert werden, indem sie – in der Regel auch einmalig – über den Pausenort durch eine kurze **Diskussion und Aushandlung** mitbestimmen. Dabei können sie ihre **eigenen Interessen** sowie die **Gruppeninteressen vertreten**. Die Auswahl des Pausenorts kann aber ebenso durch eine Selbstbestimmung der jungen Menschen überlassen werden, sofern die Aufsichtspflicht und die Sicherheitsaspekte nicht vernachlässigt werden.

### 3.5.3 Pausenmaterialien

Der/die Übungsleiter/in kann Materialien, die während der Pause genutzt werden können, fremdbestimmt zur Verfügung stellen. Dies kann von Nutzen sein, wenn ein fachspezifisches Ziel verfolgt werden soll. Beim Basketballtraining können die Basketbälle aus den einzelnen Übungen auch in der Pause zur Verfügung gestellt werden. Der Ent-

scheidungsspielraum der jungen Menschen kann durch eine Mitbestimmung bei der Auswahl der Materialien aber auch vergrößert werden. Dies ist oftmals bei Kindern der Fall, die nachfragen, ob sie sich z.B. aus dem Geräteraum einen Fußball, eine Matte oder ähnliches nehmen dürfen. Es spricht in der Regel nichts dagegen, dies den Kindern und Jugendlichen auch zu gewähren. Dadurch erfahren die jungen Menschen, dass sie ihre **individuellen Vorstellungen artikulieren** dürfen und ihre eigenen bzw. gruppenspezifischen Interessen berücksichtigt werden.



Denkbar ist auch, dass der/die Verantwortliche eine Kiste mit zuvor ausgesuchten Materialien den Kindern für die Pausen zur Verfügung stellt und die Kinder sich dann aus diesen etwas aussuchen dürfen.

Möglich und auch relativ einfach zu handhaben ist eine selbstbestimmte Auswahl der Pausenmaterialien, indem den Kindern und Jugendlichen Zugang zu allen Materialien in der Halle gegeben wird, die sie eigenständig nutzen können. Auch hierbei können sie vor allem ihre **eigenen und gruppenspezifischen Interessen** umsetzen, sofern sie bereits über ein entsprechendes Maß an **Selbstorganisation** verfügen und dabei auf den **Gemeinsinn** achten und alle Materialien wieder zurückräumen. Andernfalls müssen diese Themen bei einer Einführung der Pausenmaterialien thematisiert werden und es muss auf die sozialen Verhaltensregeln hingewiesen werden.



## 4 Zusammenfassung

Die Umsetzung und Förderung von Mitbestimmung und Entscheidung, Mitsprache und Aushandlung sowie Mitgestaltung und Engagement sollte möglichst früh eingesetzt werden.



Wer früh merkt, dass er mit seinen Entscheidungen und Diskussionen etwas **verändern und mitgestalten** kann, entwickelt eher **Interesse an einem Engagement** für die Gesellschaft und den Sport. Dieser Weg führt über viele kleine als positiv eingestufte Erfahrungen im Umgang mit demokratischer Partizipation.

Der gemeinnützige, organisierte Kinder- und Jugendsport bietet aufgrund seiner Beliebtheit bei den jungen Menschen und seinen vielfältigen Möglichkeiten ein ideales Feld zum Erfahren und Einüben von demokratischer Partizipation.

Für die jungen Menschen und insbesondere die Zielgruppen mit erschwerten Zugangsbedingungen ist anzumerken, dass sie in einem ersten Schritt über die Sportpraxis erreicht werden. Es ist wichtig, sie bei diesem Eintritt in den gemeinnützigen, organisierten Sport abzuholen und ihnen dabei Mitbestimmung und Entscheidung, Mitsprache und Aushandlung sowie Mitgestaltung und Engagement zu ermöglichen. Auf diese Weise können junge Menschen zunächst in ihrer **eigenen Lebenswelt erreicht** und somit an demokratische Partizipation herangeführt werden. Damit wäre eine zentrale Voraussetzung geschaffen, junge Menschen für ein weiteres freiwilliges ehrenamtliches Engagement im Sport zu motivieren und zu qualifizieren.



Ein entscheidender Faktor für gelingende demokratische Partizipation (nicht nur) in der Sportpraxis sind die **Kompetenzen der Verantwortlichen**.

Zunächst bedarf es **partizipationsfreundlicher Haltungen** der Multiplikator/innen, wozu ein entsprechendes Rollenverständnis gehört. Den jungen Menschen ist im Allgemeinen eine anerkennende

und wertschätzende Haltung entgegenzubringen. Speziell sollten die Verantwortlichen den Kindern und Jugendlichen Vertrauen und Geduld schenken sowie ergebnisoffen sein, da „Fehler“ im Lernprozess nicht nur toleriert werden sollten, sondern ausdrücklich erwünscht sind.

Im Hinblick auf demokratische Partizipation sind **spezifische didaktisch-methodische Fähigkeiten** unerlässlich. Ein wesentlicher Grundsatz besteht dabei darin, eine Balance zwischen Fremd-, Mit- und Selbstbestimmung zu wahren. Das Modell der demokratischen Partizipationsförderung bietet eine Reihe von Hilfestellungen, indem es systematisch auflistet ‚Wo‘, ‚Wie‘ und ‚Wozu‘ eine demokratische Partizipation in der Sportpraxis erfolgen kann.



Auf der Basis der entsprechenden Kompetenzen von Multiplikator/innen kommt der Gestaltung der **Prozesse der demokratischen Partizipation** eine immense Bedeutung zu.

Die dargestellten Möglichkeiten der demokratischen Partizipation zeigen ein breites Spektrum auf, sie dürfen jedoch keinesfalls als normative Rezepte aufgefasst werden. Vielmehr dienen sie zur Sensibilisierung und müssen entsprechend der situativen Voraussetzungen in der eigenen Praxis ausgelotet und umgesetzt werden. Auch wenn alle Orte der demokratischen Partizipation mit ihren jeweiligen Unter-Orten ein enormes Potenzial für das gesamte Spektrum der demokratischen Partizipationsförderung bieten, lässt sich eine unterschiedliche Schwerpunktsetzung an verschiedenen Möglichkeiten identifizieren. Während die Gesprächskreise sowie der Auf- und Abbau anfangs eher zur Etablierung fester Strukturen durch einen vergleichsweise hohen Anteil an Fremd- und Mitbestimmung gekennzeichnet sind, eröffnen Übungen und vor allem Spiele vielfältige Möglichkeiten zur Mitbestimmung der jungen Menschen. Die Pausen sind dagegen, bei bereits etablierten Regeln und Strukturen, durch vielfältige Gelegen-

heiten zur selbstbestimmten Umsetzung zuvor gelebter und geübter Partizipation gekennzeichnet.

Insgesamt handelt es sich in der Sportpraxis häufig um vermeintlich **einfache und unspektakuläre kleine Wahlmöglichkeiten**, die nur selten eine Umstrukturierung des fachlichen Sportangebots erfordern. **Das Lernen am Modell** kann dabei gerade für jüngere Kinder sowie partizipationsunerfahrene junge Menschen eine notwendige Basis darstellen.



Demnach müssen für eine Erziehung zum demokratischen Handeln geduldig Freiheiten zur individuellen und selbstbestimmten Entfaltung gewährt, ein ergebnisoffenes und ehrliches Aushandeln ermöglicht, aber auch verantwortungsvoll fremdbestimmte Grenzen zur Orientierung gesetzt werden.

Diese notwendige, situations- und entwicklungsorientierte Balance kann als Schlüssel für eine gelingende demokratische Partizipation während den diversen Prozessen in der Sportpraxis bezeichnet werden.



# Literatur

**Derecik, A., Goutin, M.C. & Michel, J. (2018).** *Partizipationsförderung in Ganztagschulen. Innovative Theorien und komplexe Praxisinweise.* Wiesbaden: VS.

**Derecik, A., Kaufmann, N. & Neuber, N. (2013).** *Partizipation in der offenen Ganztagsgrundschule – Pädagogische Grundlagen und empirische Befunde zu Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten (Bildung und Sport, 3).* Wiesbaden: VS.

**Deutsche Sportjugend (dsj) im DOSB e.V. (Hrsg.). (2018).** *Der vielschichtige Partizipationsbegriff. Teilnahme und demokratische Partizipation im gemeinnützigen, organisierten Kinder- und Jugendsport.* Frankfurt am Main: Eigenverlag. [www.dsj.de/fileadmin/user\\_upload/Mediencenter/Publikationen/Downloads/Der\\_vielschichtige\\_Partizipationsbegriff.pdf](http://www.dsj.de/fileadmin/user_upload/Mediencenter/Publikationen/Downloads/Der_vielschichtige_Partizipationsbegriff.pdf)

**Deutsche Sportjugend (dsj) im DOSB e.V. (Hrsg.). (2011).** *Förderung des Engagements benachteiligter Jugendlicher und junger Menschen mit Migrationshintergrund in den Strukturen des organisierten Sports.* Frankfurt am Main: Eigenverlag. [www.dsj.de/fileadmin/user\\_upload/Mediencenter/Publikationen/Downloads/JETST\\_Handlungsempfehlungen.pdf](http://www.dsj.de/fileadmin/user_upload/Mediencenter/Publikationen/Downloads/JETST_Handlungsempfehlungen.pdf)

**Deutsche Sportjugend (dsj) im DOSB e.V. (Hrsg.). (2002).** *Eine Frage der Qualität – Jugendarbeit im Sport.* Frankfurt am Main: Eigenverlag.

**Knauer, R. & Sturzenhecker, B. (2005).** *Partizipation im Jugendalter.* In B. Hafenecker, M. M. Jansen & T. Niebling (Hrsg.), *Kinder- und Jugendpartizipation. Im Spannungsfeld von Interessen und Akteuren* (S. 63-94). Opladen: Budrich.

**Messmer, R. (2013).** *Partizipation im Sportunterricht (SMF-Modell).* In R. Messmer (Hrsg.), *Fachdidaktik Sport* (S. 122-136). Bern: Haupt.

The screenshot shows the website 'Junges Engagement' by Deutsche Sportjugend (dsj). The header includes navigation links for 'Deutsche Sportjugend', 'Handlungsfelder', 'Mediencenter', and 'Verbands- und Verbandservice'. The main banner features a group of young people and the title 'Junges Engagement'. Below the banner, there are several content blocks. The first block is titled 'Junges Engagement im Sport' and contains text about the importance of youth engagement in sports. The second block is titled 'Junges Engagement' and lists various activities and programs. The URL 'www.dsj.de/junges-engagement' is visible at the bottom left of the page.

# Impressum

## Herausgeber / Bezug über

- ▶ Deutsche Sportjugend (dsj)  
im DOSB e.V.  
Otto-Fleck-Schneise 12  
60528 Frankfurt am Main  
  
E-Mail: [bestellungen@dsj.de](mailto:bestellungen@dsj.de)  
[www.dsj.de](http://www.dsj.de)  
[www.dsj.de/ziel](http://www.dsj.de/ziel)  
[www.dsj.de/publikationen](http://www.dsj.de/publikationen)



[www.dsj.de/publikationen](http://www.dsj.de/publikationen)

## Autor/Autorin

- ▶ Prof. Dr. Ahmet Derecik, Lorena Menze  
(beide Universität Osnabrück, Institut für Sport  
und Bewegungswissenschaften, Arbeitsbereich  
Sport und Gesellschaft)

## Redaktion

- ▶ Janine Straub, Matthias Frosch,  
Peter Lautenbach, Jörg Becker (alle dsj),  
Oliver Kauer-Berk

## Gestaltung

- ▶ amgrafik GmbH, Seligenstadt,  
[www.amgrafik.de](http://www.amgrafik.de)  
in Zusammenarbeit mit Jörg Becker und  
Janine Straub

## Marketing/Vertrieb

- ▶ Jörg Becker (dsj)

## Bildnachweis

- ▶ dsj-Fotopool ZI:EL+ und dsj-Juniorteam,  
Sportjugend Hessen, Adobe Stock

## Förderhinweis

Gefördert durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) aus Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundes (KJP) über das Förderprogramm ZI:EL+ „Zukunftsinvestition: Entwicklung jungen Engagements im Sport“.

## Druck

- ▶ Druckerei Michael GmbH, Schnelldorf  
[www.druckerei-michael.de](http://www.druckerei-michael.de)

Diese Broschüre wurde aus Papier hergestellt, das mit dem Blauen Engel „weil aus 100% Altpapier“ gekennzeichnet ist.

## ISBN Nummer

- ▶ 978-3-89152-903-4

## Auflage

- ▶ 1. Auflage, Dezember 2018

## Copyright

© Deutsche Sportjugend, Frankfurt am Main,  
Dezember 2018

Alle Rechte vorbehalten: Ohne ausdrückliche Genehmigung der Deutschen Sportjugend ist es nicht gestattet, den Inhalt dieser Broschüre oder Teile daraus auf foto-, drucktechnischem oder digitalem Weg für gewerbliche Zwecke zu vervielfältigen. **Gerne können die Texte und Tabellen für den Einsatz im Sportverein oder Sportverband genutzt werden.**

„ In die **Zukunft**  
der **Jugend** investieren –  
durch **Sport** „



# MEHR WISSEN!

Stärken Sie Ihre Kompetenz in der  
Kinder- und Jugendarbeit im Sport



**Kontaktadresse**  
**Deutsche Sportjugend**  
**im DOSB e. V.**  
Otto-Fleck-Schneise 12  
60528 Frankfurt am Main  
Tel. 069-6700-335  
Fax 069-6700-1335  
info@dsj.de  
dsj.de

@dsj4sport  
 deutschesportjugend  
#ZIELplus

Mehr Informationen finden Sie auf: [dsj.de/publikationen](http://dsj.de/publikationen)

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

