

# Vielfalt erleben – Vielfalt leben: Vertrauen aufbauen und pflegen

Der fünfte Beitrag der Serie «Vielfalt erleben – Vielfalt leben» unterstützt Sie dabei, Vertrauen in der Sportgruppe aufzubauen und zu pflegen. Spielerisch bewegt und durch gemeinsames Reflektieren des Erlebten. Vertrauen ist eine wichtige Grundlage für soziale Interaktionen zwischen Kindern und Jugendlichen. Es ermöglicht individuelles Zugehörigkeitsgefühl in der Gruppe, das Einhalten von Regeln und den Mut, sich in die Gruppe einzubringen. Der Beitrag enthält Bewegungsaktivitäten, die positive Erlebnisse und Emotionen hinsichtlich verschiedener Facetten von Vertrauen ermöglichen: Verlässlichkeit, Rücksichtnahme, Kooperation, Sicherheitsgefühl, Körperkontakt, Verantwortung und Hilfsbereitschaft.

**Autorin:** Jenny Adler Zwahlen, Dr. phil., Wissenschaftliche Mitarbeiterin, Fachstelle Integration und Prävention, Bundesamt für Sport BASPO

Was ist wichtig, damit alle Kinder und Jugendliche unterschiedlicher Herkunft bei sportlichen Aktivitäten Spass haben, sich beim Bewegen sicher fühlen und aktiv teilnehmen können? *Eine* Voraussetzung ist das gegenseitige Vertrauen und ein Vertrauen förderliches Klima in einer Sportgruppe. Doch gegenseitiges Vertrauen ist nicht per se gegeben; insbesondere, wenn Kinder und Jugendliche neu dazukommen.

Vertrauen aufbauen ist ein interaktiver, fortlaufender Prozess über die Zeit. Förderlich sind einerseits häufige Begegnungen und Kommunikation (siehe [Beitrag zur Sprachenvielfalt](#)) zwischen zwei oder mehreren Kindern, Jugendlichen und Lehrperson(en) im Rahmen von Bewegungsaktivitäten. Andererseits braucht es kontinuierlich positive Erfahrungen und die Gewissheit, dass

- Vertrauen auf Gegenseitigkeit beruht, z.B. dass ich Hilfe erhalte, wenn ich etwas nicht gut kann;
- jede/-r Verantwortung für meine Sicherheit übernimmt, damit ich mich nicht verletze;
- jede/-r Rücksicht auf meine Ängste nimmt;
- ich mich ehrlich einbringen darf – egal wie ich spreche, aussehe oder woher ich komme; und davon ausgehen kann, dass das alle anderen auch tun.

Wenn Kinder und Jugendliche Vertrauen gewinnen oder schenken, ist entscheidend, dass dieses Vertrauen nicht missbraucht wird. Erwartungsenttäuschungen sollten vermieden werden, und die Vertrauenswürdigkeit immer wieder bestätigt werden. Dadurch sind Kinder und Jugendliche eher bereit, miteinander zu kooperieren, verlässlich, rücksichtsvoll und verantwortungsbewusst zu handeln. Es lohnt sich also, das gegenseitige Vertrauen zu fördern und zu pflegen.

## Wie können Sie als Lehrperson ein Vertrauen förderliches Klima schaffen?

Indem Sie Kindern und Jugendlichen während und nach der Bewegungsaktivität Zeit und ein Vertrauen förderliches Klima anbieten, um sich miteinander über das Erlebte entlang der [oben genannten Facetten](#) auszutauschen (siehe auch Mehr zum Thema). In einem Vertrauen förderlichen Klima wird:

- ...beobachtet, zugehört und nachgefragt. Somit lernen sich alle besser kennen und gegenseitige Unsicherheiten werden verringert. Zudem werden neu Dazugekommene durch die bestehende Sportgruppe eher als vertrauenswürdig wahrgenommen.
- ...zu einer achtsamen Kommunikation angeregt und alle dürfen sich selbst sein. Alle können sich trauen, über ihre Emotionen, Schwächen und Fehler zu sprechen – ohne Angst in irgendeiner Weise beschämt, ausgelacht, ausgegrenzt oder bestraft zu werden.
- ...jede Stimme willkommen geheissen. Oftmals erlebten Kinder und Jugendliche aus Migrantenfamilien, dass ihre Gefühle oder Wünsche nicht ernst genommen und Gedanken entwertet wurden (speziell für Migrationsgrund «Flucht» siehe [hier](#)). Zum Beispiel weil sie ihre eigene Sprache haben, nicht über alles reden, Körperkontakt meiden oder ihr gewohntes (Schutz-)Verhalten zeigen.

## Stehaufmännchen



**Spielziel:** Verlässlichkeit üben, Verantwortung übernehmen, Sicherheitsgefühl aufbauen

**Anzahl Teilnehmende:** 6+

**Alter:** 5+

**Dauer:** 10' (1' pro Frage)

**Material:** evt. Matten

6er-Gruppen bilden. Die Gruppenmitglieder stellen sich Schulter an Schulter auf und bilden einen engen Kreis. Ein Kind oder Jugendliche/r stellt sich in die Mitte und macht sich steif wie ein Brett. Die-/derjenige in der Kreismitte lässt sich beliebig in eine Richtung fallen. Die anderen fangen das Brett sicher an den Schultern auf und geben der/dem Gefallenen möglichst schnell Sicherheit, indem

sie «Ich halte dich!» rufen. Dann stellen sie das Brett wieder auf. Nun Rollenwechsel, sodass jede und jeder einmal «Stehaufmännchen» sein darf.

Diskutiert gemeinsam das Erlebte nach der Übung. Machen Sie den Kindern und Jugendlichen danach bewusst, dass sie sich gegenseitig in vielerlei Hinsicht vertrauen (können)!

**Bemerkung:** Für diese Übung braucht es Mut. Führen Sie deshalb das Spiel langsam und sorgfältig ein. Begleiten Sie die Übung, indem Sie verbalisieren, was gerade passiert.

### Mögliche Fragen:

- Wie hast du dich beim Fallenlassen gefühlt?
- Wer hatte am Anfang etwas Angst?
- Wann musstest du Verantwortung übernehmen und verlässlich sein?
- In welchen Alltagssituationen könnt ihr euch auf die anderen verlassen und fühlt euch sicher? Wo (noch) nicht?

### einfacher

- Die Gruppe steht nah zusammen. Die-/derjenige in der Mitte macht kleine Bewegungen.
- Bildet Gruppen aus Teilnehmenden mit ähnlicher Grösse und ähnlichem Gewicht.
- Bildet 3er-Gruppen. Die-/derjenige in der Mitte lässt sich nur vorwärts oder rückwärts fallen. Die anderen fangen sie/ihn sicher auf und bringen sie/ihn wieder zur Mitte.

### schwieriger

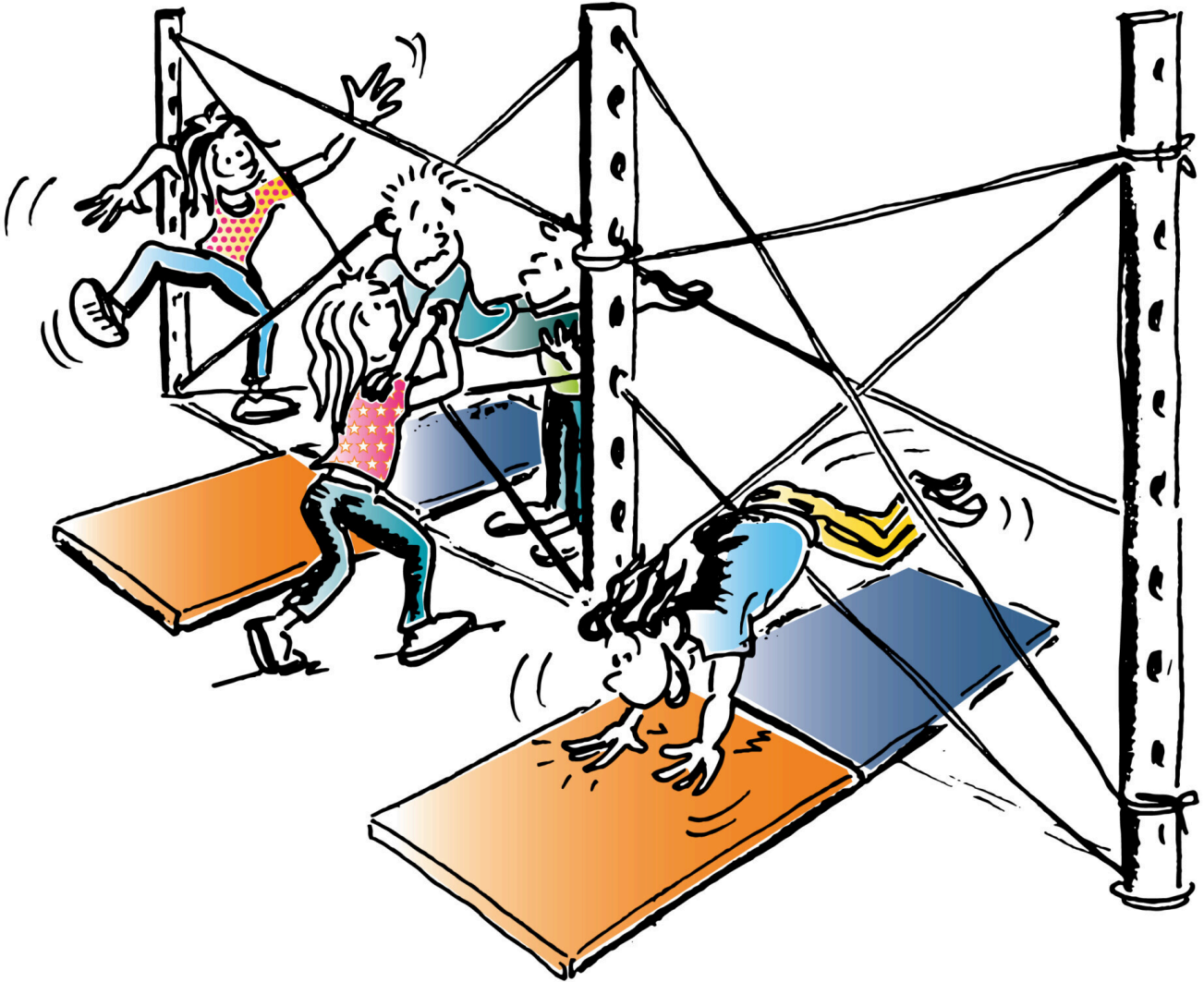
- Die-/derjenige in der Mitte hat die Augen geschlossen oder lässt sich in die Richtung fallen, von der sie/er gerufen wird.
- Das «Stehaufmännchen» stets in Bewegung halten und immer weiterreichen.
- Keine Begleitung durch Kommunikation.
- Übung **«Rückwärtsfall»**: Vom Schwedenkasten fallen lassen.

### Impulse

- Das Sicherheitsgefühl der Kinder wächst, wenn sie wissen, dass sie gehalten werden und andere Verantwortung für sie übernehmen.
- Verlässlichkeit erhöht die Chance, dass sich Kinder und Jugendliche auch auf eher riskante Übungen und solche mit ungewissem Ausgang einlassen.
- Die Kinder oder Jugendlichen lernen, Verantwortung abzugeben, für andere zu übernehmen und dass Vertrauen nicht missbraucht werden darf.
- Mit dem Gefühl von Verlässlichkeit und Sicherheit eines Kindes/Jugendlichen ist sorgsam umzugehen, damit das Vertrauen nicht darunter leidet.

- Es verbindet und stärkt das gegenseitige Vertrauen, wenn man seine Angst äussert, die Ängste anderer kennt und respektiert.
- Je mehr die Übung durch Sie angeleitet und begleitet wird, desto mehr Orientierung und Sicherheit erhalten die Kinder und Jugendlichen.

## Spinnennetz



**Spielziel:** Hilfsbereitschaft lernen, Kooperation üben

**Anzahl Teilnehmende:** 6-20

**Alter:** 12+

**Dauer:** 20-30'

**Material:** 2 Volleyball- oder Reckstangen oder Baumstämme (draussen), ca. 20 – 30 m langes Seil oder mehrere Sprungseile, 4 kleine Matten

Zwischen 2 Pfosten (oder Bäumen) wird mit Schnüren ein grosses Netz geknüpft (Höhe bis 2m). Die Löcher (so viele wie Teilnehmende) sind so gross, dass ein Kind bzw. ein/e Jugendliche/r hindurch kommt, ohne das Netz

mit dem Körper zu berühren. 2 Löcher im Netz sind konstruiert, dass ein Kind nur mit Hilfe der anderen durchkommt. Zu Beginn finden sich alle Kinder/Jugendlichen auf einer Seite des Spinnennetzes. Nun sollen sie alle einzeln das Netz durchqueren ohne es zu berühren. Die anderen dürfen helfen. Schafft es jemand nicht, startet die ganze Gruppe neu. Am Ende der Übung wird das Erlebte gemeinsam reflektiert.

## Mögliche Fragen

- Hat das Spiel bei euch das Gefühl ausgelöst, gebraucht zu werden? Falls nein: Weshalb nicht?
- Hättet ihr die Übung auch alleine lösen können?
- Wie habt ihr zusammengearbeitet?
- Wie hättet ihr eure unterschiedlichen Ideen und Fähigkeiten besser miteinander verbinden können, um die Aufgabe zu lösen?

## einfacher

- 2 bis 4 Netzberührungen sind erlaubt.
- Bei Netzberührungen gibt es einen Strafpunkt.

## schwieriger

- Eine bestimmte Zeit vorgeben.
- Das Netz schwieriger knüpfen.

## Impulse

- Kinder und Jugendliche erkennen, dass bestimmte Aufgaben nur durch zielführende Kooperation gemeinsam gelöst werden können («Eine/r für alle – alle für eine/n», pdf) bzw. manche Übungen nur gemeinsam funktionieren (pdf). Ein solches Erlebnis stärkt das Zusammengehörigkeitsgefühl und ist handlungsleitend für andere Übungen oder Spiele, die man nur durch Teamwork erfolgreich meistern kann.
  - Machen Sie den Kindern und Jugendlichen bewusst, dass sie trotz ihren unterschiedlichen Fähigkeiten etwas Wichtiges verbindet: die Bereitschaft zum Helfen und Kooperieren.
-





**Spielziel:** Körperkontakt zulassen, Rücksichtnahme üben

**Anzahl Teilnehmende:** 8-15

**Alter:** 8+

**Dauer:** 20'

**Material:** evt. Matten, 1 grosse Decke

Die Kinder bzw. Jugendlichen bilden 2 Linien und stehen sich im Abstand von 0,5m gegenüber. Nun legen sie ihre Unterarme im Reissverschlussystem ineinander. Die Handflächen zeigen nach oben. Ein Kind bzw. ein/e

Jugendliche/r steigt auf ein Kastenteil, das etwa die Höhe des «Förderbands» hat (ausgestreckte Hände) und legt sich vorsichtig auf die Hände und Arme der anderen. Jetzt wird die «Last» eine bestimmte Strecke getragen und auf einem zweiten Kastenteil wieder herabgelassen. Das Förderband läuft solange, bis alle transportiert wurden. Danach wird gemeinsam diskutiert.

**Bemerkung:** Legt eine Decke über die Hände, um den direkten Körperkontakt zu verringern

## Mögliche Fragen

- Wie nah darf euch jemand kommen? Wissen die anderen warum? Erklärt es euch, wenn ihr möchtet.
- Haben die anderen deine Grenzen bzgl. Körperkontakt wahrgenommen, respektiert und darauf Rücksicht genommen?
- Als du transportiert wurdest: Hast du den anderen vertraut, dass sie dich nicht fallen lassen oder unsanft berühren?

## einfacher

- Nur Gegenstände transportieren
- Strecke verkürzen
- Nur die kleinsten und leichtesten Kinder bzw. Jugendlichen transportieren
- Ein Kind bzw. ein/e Jugendliche/r legt sich auf eine Decke, die am Boden liegt. Die anderen greifen den Deckenrand, heben das Kind oder die/den Jugendlichen hoch und transportieren die Last eine bestimmte Strecke.

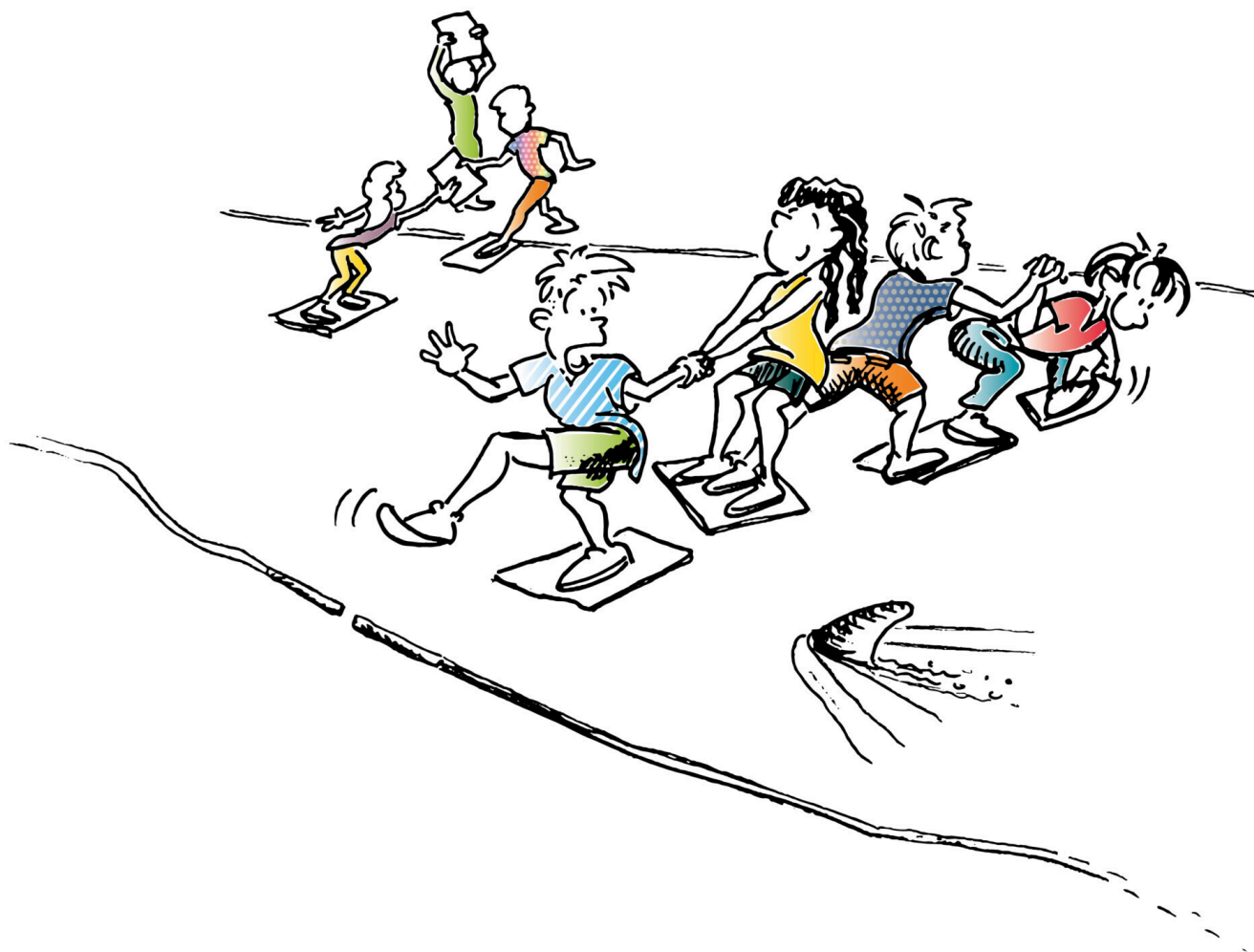
## schwieriger

- Förderband auf dem Boden:
  - Alle legen sich mit etwas Abstand bäuchlings auf eine Mattenbahn. Ein Kind oder ein/e Jugendliche/r legt sich in gestreckter Haltung bauchoben quer über die anderen. Diese transportieren durch das Drehen ihrer Körper die/den oben Liegende/n bis ans Ende der Reihe. Dort angekommen legt sich der/die Transportierte wieder in die Reihe und die/der Nächste wird vom Anfang der Reihe befördert.
  - Auf dem Rücken liegend mit gestreckten Armen transportieren

## Impulse

- Thematisiert körperliche Grenzen: Welche Berührungen tolerieren die Kinder und Jugendlichen (nicht)? Wie können mit Unterschieden betreffend Körpernähe gemeinsame Aufgaben bewältigt werden?
- Der Umgang mit körperlicher Nähe ist individuell und situativ abhängig. Welche Ursachen hat es, dass einzelne Kinder oder Jugendliche mehr körperliche Nähe zulassen als andere? Kennen alle voneinander die jeweiligen Bedürfnisse hinsichtlich des Körperkontaktes und was dahintersteckt, dann fördert dies das gegenseitige Vertrauen.
- Ist der Umgang mit Angst oder Unwohlsein achtsam und rücksichtsvoll, erfahren Kinder/Jugendliche, dass sich Körperkontakt im Rahmen der Bewegungsaktivität nicht bedrohlich anfühlt. Das schärft das Vertrauen ineinander.

## Flussüberquerung



**Spielziel:** Hilfsbereitschaft lernen, Kooperation üben

**Anzahl Teilnehmende:** 6-20

**Alter:** 8+

**Dauer:** 20'

**Material:** 2 lange Seile oder Klebeband, Bretter, Pappe, Teppichfliese, pro Person ein Tischset oder Ähnliches (Grösse ca. 40 x 30 cm)

Die Lehrperson steckt mit Seilen oder Klebeband einen breiten Fluss ab (je nach Gruppengrösse, ca. 1,5 m pro Teilnehmer/in). Die Gruppe befindet sich an einem Ufer und soll nun den Fluss überqueren und das andere Ufer erreichen. «Schwimmen» und Springen sind nicht erlaubt. Einziges Hilfsmittel ist pro Kind bzw. Jugendliche/r ein Brett, mit dem sie auf dem Fluss gehen können. Achtung: Über dem Fluss weht ein starker Wind, der das Brett sofort wegweht (die Lehrperson nimmt das Brett aus dem Spiel), wenn es nicht von einem Kind bzw. einer/ einem Jugendlichen berührt wird. Der Fluss selbst darf nicht berührt werden, weil es dort gefährliche Fische gibt. Wenn jemand dennoch in den Fluss tritt oder das Wasser berührt, muss die ganze Gruppe wieder zurück und die Übung neu beginnen. Sie bekommt alle verlorenen Bretter zurück. Am anderen Ufer werden die gemachten Erfahrungen besprochen.



## Mögliche Fragen

- Seid ihr mit eurer Flussüberquerung zufrieden?
- Was konnten einzelne Gruppenmitglieder nicht? Wie habt ihr ihnen geholfen?
- Wer hatte welche Rolle?
- Wie habt ihr euch abgesprochen?
- Welche Fähigkeiten sind wichtig, um diese Aufgabe als Team zu lösen? (In der Vorbesprechung, in der Durchführung, einzelne Rollen, Wichtigkeit aller Teammitglieder ...)

## Variationen

- In die Mitte des Flusses kleine Inseln (Bretter) legen, die der Gruppe die Überquerung erleichtern.
- Zwei Gruppen bilden. Welche Gruppe ist schneller am Ziel?

## Impulse

- Helft ihr euch gegenseitig und wiederholt sich eure Hilfsbereitschaft, dann entsteht Erwartungssicherheit bei anderen Kindern bzw. Jugendlichen («Wenn ich ihr/ihm helfe, wird sie/er mir wahrscheinlich auch helfen»). Das fördert das gegenseitige Vertrauen.
  - Bei diesem Spiel werden die Kinder und Jugendlichen in Situationen gebracht, die sie nur durch Absprache und Kooperation meistern können. Meistens gilt: Je besser die Kooperation, desto besser das Ergebnis.
  - Indem man füreinander eintritt und Mitverantwortung übernimmt, lernen Kinder und Jugendliche Vertrauen zu schenken und bauen dadurch eine enge Bindung zueinander auf.
-

## Lustige Kette



**Spielziel:** Rücksichtnahme üben

**Anzahl Teilnehmende:** 6-24

**Alter:** 8+

**Dauer:** 15-20'

**Material:** evt. Luftballons oder Bälle

6-8er-Gruppen bilden. Alle Mitglieder einer Gruppe stellen sich nebeneinander in einer Reihe auf. Abwechslungsweise schaut je ein Kind bzw. ein/e Jugendliche/r nach vorne bzw. nach hinten. Nun bücken sich alle, überkreuzen die Arme, strecken die Hände durch die gegrätschten Beine und greifen so die Hände der Nachbar/innen. In der Gruppe wird eine Bewegungsform (vorwärts, rückwärts oder seitwärts gehen) bestimmt. Wer an einem Kettenende steht, bestimmt die Route seiner Gruppe. Achtet darauf, dass jede/r, die Hände der Nachbar/in fest genug halten kann oder nicht stolpert. Die Kette soll ja nicht reißen! Zum Schluss besprechen alle das Erlebte.

### Mögliche Fragen

- Für wen war das Spiel (nicht) lustig?
- Was gefällt euch am meisten: am Anfang, mittendrin oder am Ende der Kette zu sein?
- In welcher Situation habt ihr Rücksicht auf jemanden genommen und warum?
- Wollte jemand von euch einmal die Kette reißen lassen?

## Variationen

- Kleine Hindernisse in die Route einbauen und überwinden.
- Eine Stafetten-Strecke aufbauen. Welche Gruppe erreicht das Ziel als erste?
- Reihenweise in der Gruppe aufstellen und an den Händen festhalten. Einen Ballon (oder Ball) zwischen die Knie klemmen. Fällt ein Ballon zu Boden, geht es zurück an den Start.
- In einer Kolonne aufstellen und jeweils einen Ballon (oder Ball) zwischen eigenem Bauch und dem Rücken des davorstehenden Kindes bzw. der/des Jugendlichen einklemmen.

## Impulse

- Die Kinder/Jugendlichen erfahren, dass sie trotz unterschiedlicher Voraussetzungen respektiert werden. Sie fühlen sich ernst genommen und lernen, dass sie gemeinsam viel erreichen können.
- Lachen während des Spielens verbindet!
- Nimmt jemand unzureichend Rücksicht, kann dies ein Kind bzw. ein/e Jugendliche/r als Vertrauensverlust und -bruch empfinden. Dies schwächt das Sicherheitsgefühl und gefährdet den Zusammenhalt.

## Mehr zum Thema

### Verwendete Literatur

- Alkemeyer, T. (2008): Sport als soziale Praxis. In: K. Weiß & R. Gugutzer (Hrsg.): *Handbuch Sportsoziologie*. Schorndorf: Hofmann, 152-160.
- Braun, S. (2010). Gemeinschaftsbeziehungen, Vertrauen und Reziprozitätsnormen – zur Reproduktion von „bonding social capital“ in freiwilligen Vereinigungen. In: Matthias Maring (Hrsg.): Vertrauen – zwischen sozialem Kitt und der Senkung von Transaktionskosten, Schriftenreihe des Zentrums für Technik- und Wirtschaftsethik am Karlsruher Institut für Technologie Band 3, 223-238.
- Hartmann, M. & Offe, C. (2001). *Vertrauen: die Grundlage des Zusammenhalts*. Frankfurt/New York: Campus Verlag.
- Janssens, J., & Verweel, P. (2014). The significance of sports clubs within multicultural society. On the accumulation of social capital by migrants in culturally « mixed » and « separate » sports clubs. *European Journal of Sport and Society*, 11, 35-58.
- Meier, H. (2022). Vertrauen im Sport – mehr als nur ein No-Look-Pass. In: M.K.W. Schweer (Hrsg.) *Facetten des Vertrauens und Misstrauens*. Springer VS: Wiesbaden, 307-329.
- Schwaller, A. (2001). Vertrauen als Basis erfolgreicher Führung. Blog-Beiträge der Trainerbildung Schweiz (TBS) bei mobilesport.

### Vertrauen förderndes Klima

- Walton, C.C., Purcell, R., Pilkington, V. et al.(2023).Psychological Safety for Mental Health in Elite Sport: A Theoretically Informed Model. *Sports Med*.
- Edmondson, A. (2024). Psychological Safety. The Leader's Tool Kit for Building

## Alle Inhalte der Serie

### Integration Vielfalt erleben – Vielfalt leben!

Um den chancengleichen Zugang und die Partizipation aller Menschen zu fördern, setzt sich das Bundesamt für Sport seit 2008 für die Integration im Sport ein. Seitdem hat sich einiges getan! Unter dem Namen «Kulturelle Vielfalt im Sport» hat sich die Thematik bei J+S in der Grundausbildung und Weiterbildung verankert. Und für J+S-Leitende sowie Sportlehrpersonen entstand diverses Informations- und Unterstützungsmaterial. Dieser Artikel weist insbesondere Sportlehrpersonen, J+S-Leitenden, Trainerinnen und Trainern einen Weg, wie sie kulturelle Vielfalt in Ihren Bewegungs- und Sportangeboten fördern und leben können. Um den chancengleichen Zugang und die Partizipation aller Menschen zu fördern, setzt sich das Bundesamt...



### Vielfalt erleben – Vielfalt leben Gemeinsame Aktivitäten fördern Integration

Um den Umgang mit kultureller Vielfalt innerhalb einer Sportgruppe zu fördern, liefern wir themenspezifische Bewegungsaktivitäten im Rahmen einer losen Beitragsserie. Vielfalt begegnet Ihnen jeden Tag, so auch bei gemeinsamen Bewegungsaktivitäten mit Kindern und Jugendlichen, die unterschiedliche geistige und körperliche oder soziale Voraussetzungen mitbringen oder unterschiedlicher Herkunft sind. Auf letzteres bezieht sich kulturelle Vielfalt. Um den Umgang mit kultureller Vielfalt innerhalb einer Sportgruppe zu fördern, liefern wir themenspezifische Bewegungsaktivitäten...



## **Vielfalt erleben – Vielfalt leben Spiele zum Kennenlernen und willkommen heissen**

Das ist der Startschuss zur Beitragsserie «Vielfalt erleben – Vielfalt leben» mit themenspezifischen Bewegungsaktivitäten. Hier weisen wir Ihnen einen Weg, wie Sie spielerisch bewegt neu zugezogene Kinder und Jugendliche (insbesondere mit Migrationshintergrund) in eine bestehende Gruppe aufnehmen und willkommen heissen können. Der erste Kontakt in der Anfangsphase entscheidet oft, ob Interessierten das Bewegungsangebot oder der Sportunterricht gefallen hat und sie gerne wiederkommen. Das ist der Startschuss zur Beitragsserie «Vielfalt erleben – Vielfalt leben» mit themenspezifischen Bewegungsaktivitäten. Hier...



## **Vielfalt erleben – Vielfalt leben Rituale und Gewohnheiten**

In diesem zweiten Teil der Beitragsserie «Vielfalt erleben – Vielfalt leben» mit themenspezifischen Bewegungsaktivitäten stehen gesellschaftliche Rituale, Bräuche, Gewohnheiten und Symbole im Zentrum. Häufig besteht unter Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit unterschiedlicher Herkunft eine gewisse kulturelle Distanz zu bestehenden Ritualen, Bräuchen, Gewohnheiten und Symbolen oder unterschiedliches Wissen darüber. Dies kann im (Sport-)Alltag Missverständnisse oder Ablehnung auslösen und darüber hinaus



Anlass für Konflikte sein. In diesem zweiten Teil der Beitragsserie «Vielfalt erleben – Vielfalt leben» mit themenspezifischen Bewegungsaktivitäten stehen...



## Vielfalt erleben – Vielfalt leben Werte und Regeln

Im dritten Beitrag der Serie «Vielfalt erleben – Vielfalt leben» mit themenspezifischen Bewegungsaktivitäten weisen wir Ihnen einen Weg, wie Sie spielerisch bewegt Kinder und Jugendliche für Werte und Regeln beim gemeinsamen Sporttreiben sensibilisieren können. Dabei geht es einerseits darum, ein Bewusstsein für die Vielfalt an Spiel- und Verhaltensregeln zu schaffen. Andererseits soll Sie der Beitrag dazu motivieren, positive Werte im Sport (z.B. Respekt, Fairplay, Gleichbehandlung) zu thematisieren und aktiv zu fördern. Im dritten Beitrag der Serie «Vielfalt erleben – Vielfalt leben» mit themenspezifischen Bewegungsaktivitäten weisen wir...

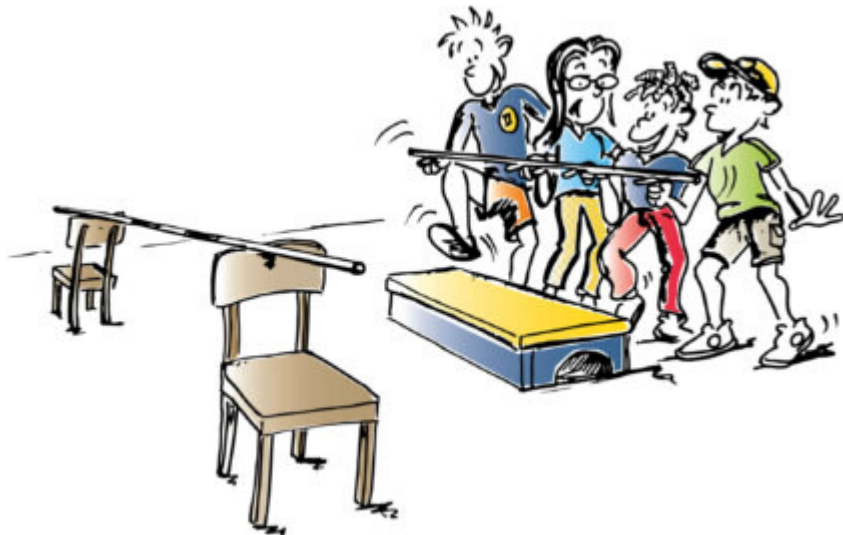


## Vielfalt erleben – Vielfalt leben Bewegung und Begegnung mit Sprachenvielfalt

Der vierte Beitrag der Serie «Vielfalt erleben – Vielfalt leben» fokussiert auf die Sprachenvielfalt und



unterschiedliche Sprachvoraussetzungen in Sportgruppen. Lehrpersonen und Leiter/-innen erhalten wertvolle Inputs, mit denen sie verschiedensprachigen Kindern und Jugendlichen beim gemeinsamen Sporttreiben den Zugang zu Sportaktivitäten, die Teilhabe und die dafür wichtige Kommunikation untereinander fördern. Wir stellen dazu passende Bewegungs- und Sportaktivitäten vor und regen zur Reflexion in der Sportgruppe an. Bei den Aktivitäten geht es auch darum, eine gemeinsame Sprache anzuwenden, eine sprachensible Umgebung sowie den Spracherwerb bei Kindern und Jugendlichen zu fördern. Der vierte Beitrag der Serie «Vielfalt erleben – Vielfalt leben» fokussiert auf die Sprachenvielfalt und...



## Vielfalt erleben – Vielfalt leben Vertrauen aufbauen und pflegen

Der fünfte Beitrag der Serie «Vielfalt erleben – Vielfalt leben» unterstützt Sie dabei, Vertrauen in der Sportgruppe aufzubauen und zu pflegen. Spielerisch bewegt und durch gemeinsames Reflektieren des Erlebten. Vertrauen ist eine wichtige Grundlage für soziale Interaktionen zwischen Kindern und Jugendlichen. Es ermöglicht individuelles Zugehörigkeitsgefühl in der Gruppe, das Einhalten von Regeln und den Mut, sich in die Gruppe einzubringen. Der Beitrag enthält Bewegungsaktivitäten, die positive Erlebnisse und Emotionen hinsichtlich verschiedener Facetten von Vertrauen ermöglichen: Verlässlichkeit, Rücksichtnahme, Kooperation, Sicherheitsgefühl, Körperkontakt, Verantwortung und Hilfsbereitschaft. Der fünfte Beitrag der Serie «Vielfalt erleben – Vielfalt leben» unterstützt Sie dabei, Vertrauen in...





Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**