

Partizipation & Mitbestimmung

Freizeitmaßnahmen sind geeignet, um Kindern und Jugendlichen Beteiligung und Mitbestimmung zu ermöglichen. Sie entwickeln Beteiligungsinteresse, Selbständigkeit und -verantwortung, mit der Zielsetzung demokratische Entscheidungsprozesse sichtbar, erlebbar und nachvollziehbar zu machen. Dabei sollte auf die Schaffung günstiger Lerngelegenheiten geachtet werden (z.B. Selbstversorgung, attraktives Umfeld, Infrastruktur vor Ort, motivierte Betreuer).

Partizipation als Chance für die Kinder

Mit Hilfe von altersgemäßen Methoden, wie Spielen und andere Aktionsformen werden Kinder und Jugendliche zur Erweiterung ihres Selbstbildes und ihrer persönlichen Grenzen angeregt bzw. ermuntert. Durch konkrete Selbsterfahrungen sowie positive Rückmeldungen durch die Gruppe und den Betreuer werden dabei zentrale Aspekte der Persönlichkeitsentwicklung angesprochen, wie z.B.:

- Selbstvertrauen
- Mut und Entschlossenheit
- Motivation
- Selbsteinschätzung und Selbstannahme
- Konzentration und Aufmerksamkeit
- Geborgenheit in der Gruppe („Wir-Gefühl“) und Vertrauen
- Teamfähigkeit und Problemlösungskompetenz
- Verantwortungsgefühl für sich selbst und für die Gruppe

Partizipation als Chance für die Vereine

Die konkrete Praxis bietet viele Gelegenheiten, um „step by step“ ein Mehr an Beteiligung zu ermöglichen. Sieht der Verein die Beteiligung und Mitbestimmung seiner Mitglieder im positiven Sinne und nicht im Sinne von „Einmischen“, ergeben sich viele Vorteile und Chancen.

Kinder haben eine genaue Vorstellung, was sie in ihrer Freizeit bzw. während der Übungsstunde erleben möchten. Also warum nicht die Kinder mitentscheiden lassen?

Durch Übernahme kleinerer Aufgaben wie z. B. der Erwärmung, Einüben eines Tanzes aber auch Backen eines Kuchens für das Vereinsfest oder kreieren eines Vereinslogos, entwickeln die Kinder und Jugendlichen Verantwortungsgefühl.

Durch angemessene Anerkennung ihrer Leistung erleben sie, dass es auch Spaß machen, kann sich für eine Sache zu engagieren.

Genau davon lebt ein Verein:

- Eine gute Nachwuchsarbeit ist ohne Partizipation nicht möglich.
- Die Identifikation mit der Gruppe und dem Verein wächst.
- Mitgliederfluktuation nimmt ab.
- Ehrenamtliche Mitarbeiter werden gewonnen.

⇒ **Attraktives Angebot + engagierte Mitarbeiter = steigende Mitgliedszahlen**

Partizipation & Mitbestimmung

Das bedeutet für die Betreuer:

„Soviel Freiheit wie möglich und so viele Grenzen wie nötig“

Partizipation, die auf aktive Beteiligung und selbstkritische Mitwirkung an Entscheidungsprozessen zielt, setzt ein Selbstverständnis der Betreuer voraus, welches durch einen demokratisch-partnerschaftlichen Leitungsstil mit folgenden Prinzipien gekennzeichnet ist:

- Hole die Teilnehmer dort ab, wo sie stehen und setze Dich mit ihnen in Bewegung
- Gebe ausreichend Raum für Entscheidungen
- Betone die Stärken
- Erkenne den Einzelnen an
- Fördere die Zusammenarbeit
- Setze notwendige Grenzen
- Mache dich als Betreuer entbehrlich
- Trage alle Entscheidungen und Prozesse mit Humor

Wichtig ist vor allem, dass bereits bei einer Vorbesprechung abgeklärt wird, welche Angelegenheiten vom Betreuersteam alleine entschieden werden, bei welchen die Teilnehmer mitbestimmen und welche sie in eigener Zuständigkeit entscheiden und durchführen können. Natürlich können sich diese „Grenzziehungen“ im Rahmen einer Freizeit in Richtung zusätzlicher Mitbestimmungsmöglichkeiten verschieben. Auf jeden Fall vermieden werden sollte allerdings die nachträgliche Beschränkung von zugestandenen Entscheidungsbefugnissen bzw. die Rücknahme von Kompetenzen. Also lieber am Anfang die „Zügel etwas straffer in der Hand halten“, um sie allmählich zu lockern. Und nicht zuletzt verlangt ein demokratisch-partnerschaftlicher Leitungsstil auch ein gewisses Maß an anerkannter Autorität. Autorität bedeutet jedoch nicht die Ausübung von Macht, sondern ergibt sich aus Überzeugungskraft, die das entsprechende Vertrauen ausstrahlt.

Allgemeine methodische Hinweise

Selbstaktives Lernen gewinnt immer mehr an Bedeutung. Offene Lernräume spielen dabei eine ebenso wichtige Rolle wie partizipatorische Bildungsprozesse. In diesem Sinne wird die Querschnittsfunktion des Themenbereiches Partizipation als grundlegende Methode für die Vermittlung der Inhaltsbereiche im Zusammenhang mit „Nachhaltigen Lebensstilen“ deutlich.

Bei der Auswahl der Spiele und Übungen muss immer auch das Alter und der Entwicklungsstand der Kinder und Jugendlichen berücksichtigt werden. Der Betreuer sollte ein Gefühl für die Stimmung in der Gruppe und des Einzelnen entwickeln.

Im Anschluss an die einzelnen Spiele bzw. Aktionen sollte eine kurze Auswertung (Reflexion) in der Gruppe erfolgen.

Mögliche Leitfragen sind:

- Was habt Ihr bei dem Spiel empfunden bzw. beobachtet?
- Gab es Schwierigkeiten? Habt Ihr neue Eindrücke bekommen?
- War das Spiel anregend oder eher ermüdend?
- War die Zeit für das Spiel ausreichend?
- Was hat Euch an diesem Spiel gefallen und was nicht?
- Was würdet Ihr anders machen?

Partizipation & Mitbestimmung

Die im Folgenden vorgestellten Übungen entstammen dem Bereich der Erlebnispädagogik und dienen dazu, innerhalb von Gruppen eine offene Gesprächs- und Vertrauenskultur aufzubauen. Dabei sind die Förderung von Ich-Stärke und Wir-Gefühl wesentliche Kennzeichen einer unterstützenden Atmosphäre, die von Akzeptanz, Respekt und gegenseitiger Hilfe getragen wird.

Als Vorbereitung auf die einzelnen Übungen sind so genannte „Eisbrecherspiele“ geeignet, die vor allem auch die eventuelle Scheu vor körperlicher Nähe abbauen helfen wie z.B. „Fangspiele“, aber auch kleine Spiele und „energetische“ Übungen zur Einstimmung und Auflockerung. Dem natürlichen Bewegungsdrang der Kinder sollte dabei entsprochen werden.

Partizipation & Mitbestimmung

Spielideen zur Einstimmung und Auflockerung

| | |
|---------------|----------------------|
| Ziele: | Einstimmung |
| Zeitbedarf: | ca. 3-5 Minuten |
| Gruppengröße: | beliebig |
| Ort: | drinnen oder draußen |

Ra-ka-rö

Ein Bewegungsgesang im Kreis und in drei Strophen. Es geht dreimal drei Schritte nach rechts, zzgl. ein Zwischenschritt, dann dreimal drei Schritte nach links (ebenfalls mit Zwischenschritt). Auf die ersten drei Schritte werden jeweils die Silben „Ra“, „Ka“, „Rö“ gesprochen. Bei der ersten Strophe berührt man sich mit den Händen auf den Nachbarsschultern, bei der zweiten Strophe mit den Händen auf den Nachbarsknien, bei der dritten mit den Händen auf den Nachbarsknöcheln.

Taka Taka Tan

Alle TN stehen im Kreis und sprechen gemeinsam und schwungvoll hintereinander weg:

- 1) Taka-taka-tan
- 2) tan-tan-tan
- 3) Taka-taka-tan, taka-taka-tan
- 4) Tan

Bei 1) und 3) wird mit den Händen auf die Oberschenkel geklopft, bei 2) und 4) wird für jedes „tan“ einmal in die Hände geklatscht.

Ein Gewitter zieht vorüber

Alle sitzen im Kreis. Der Betreuer gibt nacheinander verschiedene Impulse herum, die im Kreis der Reihe nach weitergegeben werden. Ist das erste Signal wieder angekommen, wird das zweite Signal herumgeschickt usw. Die TN müssen darauf achten, dass sie selbst ein Signal so lange weitermachen, bis das nächste bei ihnen angekommen ist. Und hier die fünf verschiedenen Signale, die dann auch in umgekehrter Reihenfolge wieder abgebaut werden, so dass es sich wirklich wie ein vorüberziehendes Gewitter anhört. Handflächen aneinander reiben - mit den Fingern schnippen - langsam in die Hände klatschen - mit den Händen auf die Oberschenkel klopfen - mit den Händen auf die Oberschenkel klopfen und mit den Füßen trampeln.

Energiekreis

Alle TN stehen im Kreis. Die Hände werden mit den Handflächen nach oben zeigend seitlich ausgestreckt, wobei die linke Hand unter und die rechte auf der Nachbarshand „liegt“. Die Energie fließt, indem ein TN seine rechte Hand auf die linke Hand des Nachbarn schlägt. Dieses „Signal“ wird dann möglichst schnell weitergegeben, bis es wieder den Ausgangspunkt erreicht hat. Man kann das Signal

Partizipation & Mitbestimmung

dadurch verstärken, dass man etwas laut in den Kreis hineinruft („Hopp“). Ein TN kann auch in der Mitte stehen und die Zeit für eine Runde stoppen (24 TN brauchen ca. 8 Sek.).

Gefühlstheater

| | |
|---------------|-------------------------|
| Ziele: | Einstimmung |
| Zeitbedarf: | mind. 10 Minuten |
| Ort: | drinnen und draußen |
| Gruppengröße: | beliebig |
| Vorbereitung: | Karten beschriften (A4) |

Die Gruppe wird in zwei Mannschaften geteilt. Abwechselnd bekommt eine Gruppe ein Gefühl auf einer Karte gezeigt, welches pantomimisch dargestellt werden soll. Die andere Mannschaft hat die Aufgabe, dass dargestellte Gefühl zu erraten. Beispiele für Gefühle: Wut, Angst, Trauer, Freude, Einsamkeit, Eifersucht/Neid, Liebe, Arroganz, Stolz etc.

Blinder Zahlensalat

| | |
|---------------|------------------------------------------------------|
| Ziele: | Einstimmung, Vertrauen, Kooperation |
| Zeitbedarf: | ca. 3-5 Minuten |
| Ort: | drinnen und draußen |
| Gruppengröße: | beliebig |
| Material: | evtl. Augenbinden oder Tücher, Absperrband oder Seil |

Die TN versammeln sich in der Mitte eines Raumes oder draußen innerhalb eines per Seil oder Band „abgesteckten“ Terrains (z.B. zwischen Bäumen, möglichst in Hüfthöhe) und gehen langsam, mit geschlossenen Augen, ohne zu sprechen, die Arme auf Brusthöhe nach vorne gestreckt umher. Nach ca. 15 Sek. teilt die Spielleitung mit, dass alle TN eine Zahl ins Ohr geflüstert bekommen. Die Aufgabe besteht darin, sich - ohne zu sprechen - richtig sortiert, der Reihe nach aufzustellen.

Tanz der Vampire

| | |
|-------------|------------------------|
| Ziele: | Einstimmung, Vertrauen |
| Zeitbedarf: | ca. 5-10 Minuten |
| Ort: | drinnen und draußen |

Partizipation & Mitbestimmung

| | |
|---------------|------------------------------------------------------|
| Gruppengröße: | beliebig |
| Material: | evtl. Augenbinden oder Tücher, Absperrband oder Seil |

Alle TN haben die Augen verbunden (geschlossen) und wandeln schweigend umher. Ein TN wird heimlich zum Vampir erklärt (leichter Schlag auf den Kopf). Wenn sich zwei TN berühren, gehen sie schweigend weiter, nur der Vampir schreit laut auf, wenn er auf jemanden trifft. Dieser wird dann ebenfalls zum Vampir. Treffen Vampire aufeinander sind sie erlöst.

Spielideen zum Thema Vertrauen

Blind führen

| | |
|---------------|----------------------------------|
| Ziele: | Vertrauensbildung, Verantwortung |
| Zeitbedarf: | ca. 5 Minuten |
| Ort: | Waldstück, Wiese, Parkanlage |
| Gruppengröße: | beliebig |
| Material: | evtl. Augenbinde |

Es werden Pärchen gebildet. Eine/r bekommt die Augen verbunden und wird vom anderen geführt. Der Führende hat die Verantwortung dafür, dass die blinde Person sich sicher fühlt und sich nicht verletzt. Man erkennt den Erfolg an der Haltung des Blinden (locker oder verkrampt). Man kann an den Schultern führen, die Hand halten oder sich nur an den Fingerspitzen berühren. Nach ca. 5 Minuten ist Rollenwechsel. Diese Übung kann auch barfuss durchgeführt werden (Boden von scharfen Gegenständen befreien!).

Kippen

| | |
|---------------|---------------------|
| Ziele: | Vertrauensbildung |
| Zeitbedarf: | ca. 5 Minuten |
| Ort: | drinnen und draußen |
| Gruppengröße: | beliebig |

Auch hier werden wieder Pärchen gebildet. Man stellt sich hintereinander auf. Die vordere Person steht „stocksteif“ und lässt sich nach hinten fallen. Die hintere Person steht im sicheren Ausfallschritt und hält die vordere Person. Die hintere Person muss das Vertrauen erst aufbauen. Man fängt also zunächst in Höhe des Schultergürtels an, die kippende Person zu halten und kann dann, ein sicheres Gefühl vorausgesetzt, die „Fallstrecke“ verlängern.

Partizipation & Mitbestimmung

Pendeln

| | |
|---------------|--------------------------------|
| Ziele: | Vertrauensbildung, Kooperation |
| Zeitbedarf: | ca. 5 Minuten |
| Ort: | drinnen und draußen |
| Gruppengröße: | 8-10 TN |

Das Pendeln ist von der Art her ähnlich wie das Kippen. Nur wird man nicht von einer Person gehalten, sondern von mehreren, die Schulter an Schulter im Kreis stehen. Optimal sind 8-10 Personen im Kreis. Die Haltenden müssen wieder auf den Ausfallschritt achten (stabiler Stand) und darauf, dass die Hände zum Abfedern nach vorne gebeugt sind. Wer in der Mitte steht, sollte wieder „stocksteif“ bleiben und kann bei einem sicheren Gefühl die Augen schließen.

Holzfäller

| | |
|---------------|--------------------------------------------|
| Ziele: | Selbstvertrauen, Mut, Gruppenverantwortung |
| Zeitbedarf: | ca. 5 Minuten |
| Ort: | drinnen und draußen |
| Gruppengröße: | mind. 20 TN |
| Material: | Augenbinden |

Alle stehen mit verbundenen Augen im Raum oder auf einer abgegrenzten Fläche. Es gibt je nach Gruppengröße 6-8 Holzfäller, die aber keine Augenbinden umhaben. Die Blinden sind Bäume, die von den Holzfällern gefällt werden. Die Holzfäller tippen einen Baum nach dem anderen an und transportieren ihn auf den Holzstapel (eine vorbereitete Fläche). Wer als Baum angetickt wurde, lässt sich stocksteif nach hinten fallen und wird in stocksteifer Haltung (Körperspannung!) abtransportiert.

Spielideen zum Thema Kooperation

Schlangengrube

| | |
|---------------|--------------------------|
| Ziele: | Kreativität, Kooperation |
| Zeitbedarf: | mind. 10 Minuten |
| Ort: | drinnen und draußen |
| Gruppengröße: | mind. 8-10 TN |

Partizipation & Mitbestimmung

| | |
|-----------|--------|
| Material: | Stühle |
|-----------|--------|

So viele Stühle wie Teilnehmer werden in eine lange Reihe gestellt. Jede/r stellt sich nun auf einen der Stühle. Ab nun darf der Boden nicht mehr berührt werden, da man sich auf einer schmalen Brücke über einer Schlangengrube befindet (ansonsten droht ein Handicap, z.B.: Augen verbunden, Luftballon zwischen die Knie). Die TN erhalten die Aufgabe, sich nach bestimmten Vorgaben zu sortieren (z.B. nach Körpergröße, Geburtsdatum, Schuhgröße u.a.).

Blindes Seilquadrat

| | |
|---------------|----------------------------------------------------------|
| Ziele: | Kreativität, Kooperation |
| Zeitbedarf: | mind. 10-15 Minuten |
| Ort: | drinnen und draußen |
| Gruppengröße: | mind. 8-10 TN |
| Material: | (Kletter-)Seil oder Absperrband, Augenbinden oder Tücher |

Ein langes Seil oder Absperrband (aus dem Baumarkt!) (bei 10 TN mind. 12 Meter) wird zu einem Ring zusammengeknotet. Die Spieler stellen sich mit dem Seil/Band in der Hand im Kreis auf und verbinden sich die Augen. Die Aufgabe besteht nun darin, sich als Gruppe mit dem Seil/Band in der Hand in Form eines Quadrats oder Dreiecks aufzustellen.

Quadrat im Kreis

| | |
|---------------|----------------------------------------------|
| Ziele: | Kreativität, Kooperation |
| Zeitbedarf: | ca. 15- 30 Minuten |
| Ort: | drinnen und draußen |
| Gruppengröße: | mind. 8-10 TN |
| Material: | (Kletter-)Seil oder Absperrband, Augenbinden |

Es werden zwei Seile nebeneinander gelegt. Der Spieler, der das Seil berührt wird blind (Augenbinde). Sobald der erste Spieler das Seil berührt, werden alle anderen Spieler stumm. Die Aufgabe besteht darin, aus dem einen Seil einen Kreis zu bilden und aus dem zweiten Seil ein Quadrat, das den Kreis mit seinen Ecken berührt.

Partizipation & Mitbestimmung

Spinnennetz

| | |
|---------------|-----------------------------------------------------------|
| Ziele: | Kreativität, Kooperation |
| Zeitbedarf: | ca. 15- 30 Minuten |
| Ort: | draußen |
| Gruppengröße: | mind. 6-8 TN |
| Material: | (Kletter-)Seil oder Absperrband, Augenbinden, Luftballons |
| Vorbereitung: | Netz knüpfen |

Mit Hilfe von Seil oder Absperrband wird zwischen zwei Bäumen, Pfosten etc. ein Netz mit 6-8 „Löchern“ (je nach Zahl der TN) geknüpft. Die Aufgabe besteht darin, die gesamte Gruppe durch das Netz auf die andere Seite zu bringen, ohne dieses zu berühren. Dabei darf jedes Loch nur einmal passiert werden. Berührt ein TN das Netz, müssen alle TN wieder auf die Ausgangsseite zurück.

Polarexpedition

| | |
|---------------|----------------------------------------------|
| Ziele: | Kreativität, Kooperation |
| Zeitbedarf: | ca. 15- 30 Minuten |
| Ort: | drinnen und draußen |
| Gruppengröße: | mind. 8-10 TN |
| Material: | (Kletter-)Seil oder Absperrband, Augenbinden |

Die Spieler stehen nach einem Flugzeugabsturz über dem Polarmeer auf einer Eisscholle (leere Getränkekiste, Teppichfliese, Stuhl). Ziel des Spiels ist es, dass alle TN sich auf die Rettungsinsel (vier zusammengestellte Tische o.ä.) retten sollen. Niemand soll zurückbleiben. Die Eisschollen sind gleichmäßig im ganzen Raum verteilt. Eine Eisscholle darf nur bewegt werden, wenn niemand darauf steht. Wer den Boden (eiskaltes Wasser) berührt, bekommt ein Handicap (Augen verbunden, Luftballon zwischen die Knie, o.ä.). Für jede/n, der sich auf die Rettungsinsel gerettet hat, verschwindet die zuletzt betretene Eisscholle. Es sind also immer so viele Eisschollen im Spiel wie Spieler.

Säuresee

| | |
|-------------|--------------------------|
| Ziele: | Kreativität, Kooperation |
| Zeitbedarf: | ca. 10-15 Minuten |
| Ort: | Draußen |

Partizipation & Mitbestimmung

| | |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Gruppengröße: | mind. 8-10 TN |
| Material: | 30 m langes (Kletter-)Seil, Fallschirm oder weiteres Seil (ca. 20 m), „Schatz“ |

Der Fallschirm wird auf dem Boden ausgebreitet bzw. das 20 m lange Seil wird an den enden zusammengeknotet und vor einem Baum als Kreis ausgelegt. Dies symbolisiert den Säuresee. In die Mitte des Sees wird der Schatz gelegt. Aufgabe der Gruppe ist es nun, den Schatz mit Hilfe des 30 m langen (Kletter-)Seils aus der Mitte des Sees zu bergen. Dabei darf der See nicht berührt werden. Einziges Hilfsmittel ist der Baum.

Die gängigste Lösung besteht darin, ein Ende des Seils am Baum zu befestigen und das andere Ende durch die Gruppe so straff zu halten, dass eine Person am Seil über den See entlang hangeln und den Schatz bergen kann.

Heißer Draht

| | |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ziele: | Kreativität, Kooperation |
| Zeitbedarf: | ca. 15 Minuten |
| Ort: | drinnen und draußen |
| Gruppengröße: | mind. 8-10 TN |
| Material: | ca. 3 m langes Seil oder Absperrband, ein ca. 2 m langes und mind. 20 cm breites stabiles Brett oder eine Klappbank |

Der „Heiße Draht“ wird zwischen zwei Bäumen, der Wand und einem Pfeiler etc. ca. in einer Höhe von 1,50 m -2 m gespannt. Die Aufgabe der Gruppe besteht darin, alle Mitglieder über den Draht von der einen auf die andere Seite zu bringen, ohne diesen zu berühren. Als einziges Hilfsmittel steht das Brett bzw. die Bank zur Verfügung.

Die Lösung besteht darin, das Brett als „Lift“ zu nutzen, d.h. eine Person steht/kniet auf dem Brett und wird von der Gruppe langsam hochgehoben bis sich das Brett knapp unterhalb des Drahtes befindet. Jetzt kann die Person einen Schritt über den Draht ganz an das Ende des Brettes machen. Danach wird sie langsam wieder zu Boden gelassen und ist auf der anderen Seite.

Quellen:

NEUERBURG, H.-J. (2003): Partizipation und Mitbestimmung im Kinder- und Jugendreisen. Mitplanen - Mitentscheiden - Mitgestalten, hrsg. vom Bundesforum Kinder- und Jugendreisen, Berlin (Bezug: Sport mit Einsicht e.V. 4,- € inkl. Versandkosten)