

# AUF DIE PLÄTZE, FERTIG, LOS!



11 Tipps für den erfolgreichen Einstieg von Mädchen und Frauen mit Fluchtgeschichte in den Sportverein



## SICHEREN RAUM SCHAFFEN

Ob traumatische Erfahrungen, religiöse Gründe oder der Wunsch, nicht um einen Platz kämpfen zu müssen: Vieles spricht für ein Sportangebot in einem geschützten und geschlossenen Raum. Überlege mit deiner Gruppe, wann und wie der Sport auch in der Öffentlichkeit oder im Rahmen eines Wettkampfs stattfinden kann.

SPORTHALLE

## TEILNAHME BRAUCHT VERTRAUEN

Vertrauensaufbau und persönliche Ansprache sind notwendig, um Teilnehmerinnen zu gewinnen. Besuche sie und stelle dich und dein Angebot persönlich vor. Mache dein Training über Unterkünfte sowie Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter bekannt. Ein Flyer in verschiedenen Sprachen kann hilfreich sein, reicht jedoch nicht aus.

## IMMER AM START

Das Training sollte regelmäßig und verlässlich stattfinden sowie gut erreichbar sein. Zu Beginn kann es wichtig sein, deine Teilnehmerinnen abzuholen. Unabhängig von der Teilnehmerinnenzahl und dem Wetter gilt: Eine Vertrauensperson ist immer anwesend und leitet das Training.

## TAKTISCHE VORBEREITUNG

Welche Sportart möchtest du anbieten? Willst du Teilnehmerinnen mit Fluchtgeschichte für ein bestehendes Team gewinnen oder ein neues Angebot schaffen? Mache dir bewusst, was und wen du erreichen möchtest. Bringe Kreativität und einen langen Atem mit.

## FAMILIE IM BLICK

Habe nicht nur deine Zielgruppe im Blick, sondern auch das familiäre Umfeld. Du möchtest ein Angebot für Mädchen organisieren? Die Eltern müssen damit einverstanden sein. Du möchtest Frauen zum Training einladen? Eventuell benötigen sie eine Kinderbetreuung, um teilnehmen zu können.

## FLEXIBLE GESTALTUNG FÜR ALLE BEDÜRFNISSE

Die Anzahl der Teilnehmerinnen schwankt? Organisiere das Training so, dass du auf eine variable Gruppengröße vorbereitet bist. Einige Teilnehmerinnen kommen zu spät? Kein Problem, sie steigen einfach ein. Gerade wenn der Sport im Verein noch ungewohnt ist, hilft es, wenn das Training einem regelmäßigen Ablauf folgt. Konkrete Trainingstipps für vielfältige Gruppen findest du mithilfe des QR-Codes auf dem Trainingshandbuch.

## NEBENBEI NOCH DEUTSCH LERNEN

Sprache ist eine Herausforderung, aber kein Hindernis. Kommuniziere klar und mit viel Körpersprache. Binde Teilnehmerinnen ein, die dich unterstützen und komplexe Dinge übersetzen können.

## COACH, ICH HABE EINE IDEE!

Lass deine Sportlerinnen selbst entscheiden. Wollen sie gemeinsam eine andere Sportart ausprobieren? Können Jungs und Männer mitmachen? Binde sie in die Trainingsgestaltung ein und unterstütze ihre Vorhaben. Stell gemeinsame Regeln auf. Wer mitredet und mitbestimmt, fühlt sich wertgeschätzt, gut aufgehoben und hat Lust auf mehr.

## AUF ZU EINER NEUEN WELT: BREITENSPIEL!

Möchten die Sportlerinnen an einem Wettkampf teilnehmen oder Teamkolleginnen kennenlernen, die in Deutschland aufgewachsen sind? Wo wird leistungsorientiert trainiert, wo locker gemeinsam gespielt? Wie melde ich mich in einem Verein an? Was bedeutet „Ehrenamt“? Hilf deinen Spielerinnen dabei, die spannende Welt des Breitensports zu entdecken. Am Ende gewinnen dabei alle!

## NACHSPIELZEIT

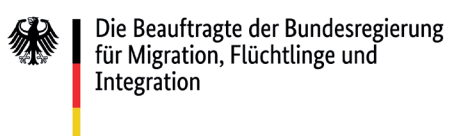
Deine Tätigkeit als Trainerin oder Trainer beginnt und endet nicht mit deiner Präsenz auf dem Platz. Die Vorbereitung und die gemeinsame „Nachspielzeit“ sind genauso wichtig wie das Training selbst: Was gibt es Neues? Welche Themen beschäftigen die Teilnehmerinnen? Bringe Zeit und Neugier mit und habe ein offenes Ohr.

## DAS TEAM HINTER DEM TEAM

Alles ganz schön viel Arbeit? Mache sie nicht alleine. Suche dir Unterstützung bei Personen, die für deine Sportlerinnen eine wichtige Rolle spielen, z.B. Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter, Eltern, etc. Du bist eine Frau und kennst die Welt und den Alltag der Teilnehmerinnen? Umso besser! Falls nicht, suche dir eine Unterstützerin, der deine Gruppe vertraut und die das Angebot begleiten kann.



Gefördert durch:



deutsche kinder- und jugendstiftung

www.dkjs.de/willkommen-im-fussball  
www.dfl-stiftung.de/willkommen-im-fussball