



Jahresbericht Offene Kinder- und Jugendarbeit 2013

Ein Bericht freier und kommunaler Träger in Ludwigshafen

"Sport, Spiel, Bewegung" - Gesundheitsbewusste Angebote
in der Kinder- und Jugendarbeit



Ludwigshafen
Stadt am Rhein

Impressum

Herausgeber: AG-Jugendhilfeplanung

Stefan Gabriel
Ökumenische Fördergemeinschaft
Ludwigshafen GmbH
Zedernstraße 2
67065 Ludwigshafen

Peter Edel
Hans-Werner Eggemann-Dann
Stadtverwaltung Ludwigshafen
Bereich Jugendförderung und
Erziehungsberatung
Westendstraße 17
67059 Ludwigshafen

Auflage: 300 (Stand September 2014)

Mit freundlicher Unterstützung durch:



Inhalt

Dekan Alban Meißner	
Vorwort	4
Peter Edel	
1 Rückblick	5
Hans-Werner Eggemann-Dann	
2 Einleitung	7
Ralf Kissel	
3 Bericht der Ludwigshafener Sportjugend	9
Elke Sigmundczyk/Gabi Berger	
4 Yoga für Kinder im Spielraum Froschlache	11
Susanne Pradler	
5 Sport und Bewegung im Ludwig-Frank-Haus	13
Olaf Steffens	
6 Die Heidelberger Ballschule in der Spielwohnung Oggersheim	15
Stephanie Damboer	
7 Hüpf dich fit und autogenes Training Herbstferienprogramm in der JFS Ruchheim	17
Jochen Walther	
8 Mixed-Turnier im Willi-Graf-Haus	19
Isolde Müller	
9 Jugendhaus Bliesstraße "Wer rastet der rostet"	21
Marion Niklaus	
10 HipHop und Kraftraum-Training in der JFS Melm	23
Barbara Lalli	
11 Reitsport auf der Jugendfarm	26
Birgit Scheuermann	
12 Schwimmkurs der Jugendräume Rheingönheim in Kooperation mit dem Spielraum Froschlache	29
Ibrahim Yetkin	
13 Open Sport im Treff International	31
Nicole Kempf	
14 Lauftreff Free-Run mit der Realschule Plus am Ebertpark	33
Peter Edel	
15 Jugendförderung in Ludwigshafen Öffnungszeiten, Besucher, Personal im Jahr 2013	35

Vorwort

Alban Meißner

Dekan des Katholischen Stadtdekanats Ludwigshafen am Rhein



Mit diesem gemeinsamen Jahresbericht über die Offene Kinder- und Jugendarbeit in der Stadt Ludwigshafen liegt auch für 2013 wieder ein eindrucksvolles Zeugnis gelungenen Miteinanders von Kommune und Freien Trägern vor. Alleine dieser Bericht zeigt schon, dass in Ludwigshafen kein Nebeneinander, sondern ein Miteinander aller Einrichtungen gelebt wird, die sich mit Offener Kinder- und Jugendarbeit befassen. Nutznießer dieser Situation sind die Kinder und Jugendlichen, die unsere Einrichtungen in Anspruch nehmen und dort vielfältige Hilfe und Unterstützung erhalten.

Das alles ist nicht selbstverständlich, und so bedanke ich mich für dieses gute Miteinander in der Arbeit für und an den Kindern und Jugendlichen bei allen daran Beteiligten.

Der inhaltliche Schwerpunkt des diesjährigen Berichts liegt auf den Gebieten Spiel-Sport-Gesundheit. In der Offenen Kinder- und Jugendarbeit ist dies ein sehr wichtiger Aspekt. "Der Bolzplatz ist unser zusätzlicher Sozialarbeiter" – so äußert sich der Leiter einer unserer Einrichtungen gerne. Zahlreiche Geräte nehmen uns im Alltag die Mühe der körperlichen Betätigung ab. Die Evolution dagegen lässt sich mehr Zeit als die technische Entwicklung. Deshalb ist unser Körper auf zusätzliche Bewegung angewiesen. Hinzu kommt der soziale Aspekt von Spiel und Sport: die Chance zur Integration von Jugendlichen ist nirgends so hoch wie in diesem gemeinsamen Miteinander. Das Spiel ist absichtslos, aber nicht sinnlos. Wer mit mir spielt, schätzt und achtet mich. Nicht die Aufgabe, eine von außen auf mich zukommende Pflicht steht im Vordergrund, sondern alleine der Spaß, die Freude. Sie ist der eigentliche Zweck. Wer mit mir spielt, teilt mir dadurch mit: Ich habe etwas beizutragen zu deiner Freude. Ich weiß, dass auch du mir Freude bereiten kannst. Ich genieße das Zusammensein mit dir.

Das ist die Basis für ein gelungenes Miteinander, ohne Ansehen von Herkunft und Äußerlichkeiten. In Spiel und Sport zu investieren ist eine Investition in die Zukunft, in physischer wie in sozialer Hinsicht.

Ich bedanke mich vor allem auch bei all denen, die Tag für Tag mit den Kindern und Jugendlichen arbeiten für ihr großes Engagement, ihre Kreativität und ihre Sorge um die Kinder und Jugendlichen, und für die Loyalität zu den jeweiligen Trägern. Ich wünsche Ihnen allen noch viel Freude bei Ihrer Arbeit.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Alban Meißner', written in a cursive style.

Rückblick

Peter Edel, Abteilungsleiter im Bereich Jugendförderung und Erziehungsberatung der Stadt Ludwigshafen am Rhein

Einrichtungen der Offenen Kinder- und Jugendarbeit sind direkt und unmittelbar mit Folgen gesellschaftlicher Entwicklungen konfrontiert. Auf diese Entwicklungen müssen sowohl Konzepte, als auch die daraus resultierenden Angebote abgestimmt werden. Im Rahmen einer Arbeitsgruppe wurden über das gesamte Jahr relevante Themen bearbeitet. Unter reger Beteiligung der Mitarbeiter wurden für Themen wie Soziokulturarbeit, Kooperationen mit Schulen, offene Kinderarbeit als familienunterstützende Angebote, internationale Jugendarbeit, Gender- und interkulturelle Arbeit, Medienbildung, Beteiligung und Inklusion in der Kinder- und Jugendarbeit, Empfehlungen erarbeitet, die in die aktuelle Fortschreibung des Teilplanes "Offene und verbandliche Kinder- und Jugendarbeit" mit einfließen.

Weitere bestimmende Themen für die Jugendförderung waren in 2013, neben dem Alltag der Offenen Kinder- und Jugendarbeit unserer Einrichtungen, die Weiterentwicklung des Übergangs Schule/Beruf, Zusammenarbeit mit Schulen (insbesondere Ganztagschulen), internationale Jugendarbeit und Soziokulturarbeit.

Jugendberufshilfe

2013 wurde mit Jobcenter und Agentur für Arbeit ein Arbeitsbündnis "Jugend und Beruf" geschlossen. Zielsetzung ist, die über die Träger verteilten Ressourcen für die Arbeit mit Jugendlichen sinnvoll miteinander zu verknüpfen und für die Jugendlichen wirksam werden zu lassen. Mittelfristig soll dadurch die berufliche Integration junger Menschen in Ausbildung oder Arbeit gefördert und somit die Reduzierung der Jugendarbeitslosigkeit erreicht werden.

IFS – Integrierte Förderstrukturen in Rheinland-Pfalz

Anknüpfend an das "Arbeitsbündnis Jugend und Beruf" der BA und des BMAS zielt das Projekt auf eine Verbesserung der Zusammenarbeit zwischen Jobcentern, Jugendämtern und Arbeitsagenturen in Ludwigshafen. Das Projekt IFS bietet eine bedarfsorientierte Beratung und Begleitung des lokalen Aufbaus von Kooperationen. Durch eine Befragung der Mitarbeiter von Agentur und Jobcenter im U25-Bereich und den zuständigen Mitarbeitern in der Jugendhilfe wurde die Situation analysiert und bei einer gemeinsamen Veranstaltung vorgestellt. Darauf aufbauend erarbeiten Arbeitsgruppen Lösungsvorschläge für die nähere konkrete Zusammenarbeit.

Für die Fortführung des Berufslostenprojektes an der IGS Edigheim und Realschule+ am Ebertpark konnten die notwendigen Mittel akquiriert werden und somit der Bestand bis zum 30.06.2014 gesichert werden.

Next Level – statt Schule

In der 9. Klasse stehen die Schülerinnen und Schüler an der Schwelle zu einem neuen Lebensabschnitt, sie sind auf dem Weg in die Erwachsenenwelt. Dafür müssen sie sich in vielerlei Hinsicht entscheiden. Gute, richtige und tragfähige Entscheidungen gelingen aber nur, wenn ich mit mir "klar" bin, das heißt, ich weiß was ich will, was ich kann und wo meine Entwicklungsfelder liegen, vor allem wenn ich ein Ziel habe. In einer Auseinandersetzung mit sich selbst, den Wünschen, Träumen, Stärken und Bedarfen, konnten in Kooperation mit dem Hackmuseum, in einem anregenden Setting in den Räumen des Museums andere Zugänge zu den Jugendlichen geschaffen werden.

Kooperation mit Schule

Kooperationen zwischen Einrichtungen der Offenen Kinder- und Jugendarbeit und Schulen haben für alle Beteiligten einen hohen Stellenwert. Neben Projektarbeit und Sozialem Kompetenztraining nehmen Angebote unserer Einrichtungen für Ganztagschulen immer mehr zu. Unter anderem sind Vereinbarungen der IGS Edigheim mit der Jugendfarm und der JFS Melm und der Schlossschule mit dem Abenteuerspielplatz, der JFS Ernst Bloch und der JFS Melm zu nennen.

Kommune goes international

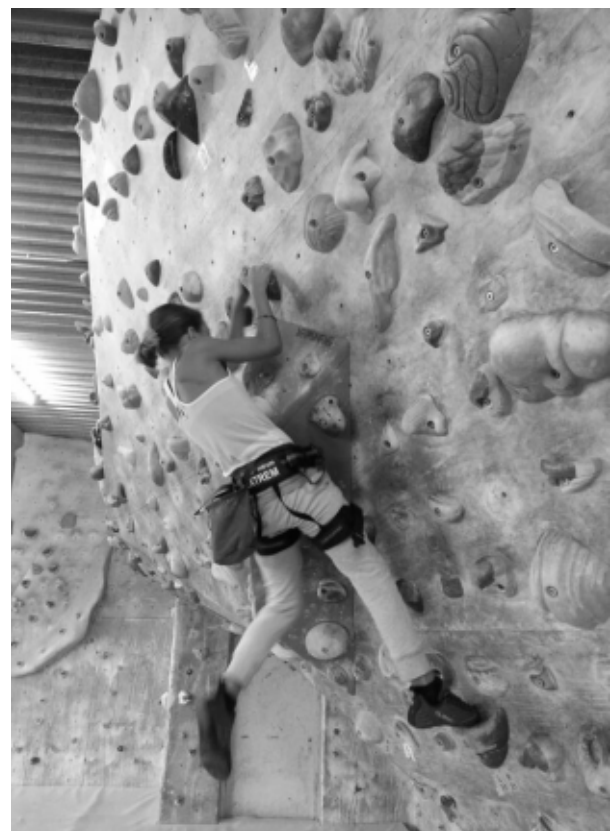
In den vergangenen Jahren wurde an dieser Stelle schon im Rahmen von Kommune goes international (KGI) über die Entwicklung der Internationalen Jugendarbeit berichtet. In 2013 fand zum ersten Mal ein Jugendaustausch (mit Gegenbesuch) mit der Partnerstadt Gaziantep statt. Der Treff International und das Jugend- und Stadtteilzentrum Pfingstweide sind inzwischen lokale Schwerpunkteinrichtungen für grenzüberschreitende Jugendarbeit, die mit zusätzlichen Mitteln ausgestattet sind.

Veränderung in der Trägerlandschaft

Die Ökumenische Fördergemeinschaft GmbH vereinbarte mit dem Protestantischen Kirchenbezirk Ludwigshafen eine Geschäftsbesorgung, welche neue Zuständigkeiten und Verantwortungsbereiche der beiden Offenen Jugendeinrichtungen Treff International und Evangelische Jugendfreizeitstätte Gartenstadt regelt. Die Trägerschaft bleibt nach wie vor beim Protestantischen Kirchenbezirk Ludwigshafen. Die Ökumenische Fördergemeinschaft übernimmt seit dem 1. Januar 2013 die Verantwortung hinsichtlich Teile der Dienstaufsicht, der gesamten Fachaufsicht, der Vertretung nach "Außen", der konzeptionellen Weiterentwicklung sowie die Bewirtschaftung des Sachkostenbudgets.

Jugendjury

2013 trat die BASF mit der Idee einer Jugendjury an das Dezernat/Jugendförderung heran. Die Vorstellung war und ist dabei, dass Jugendliche Projekte planen und entwickeln und sie zwecks Finanzierung einer Jury vorstellen. In einer gemeinsamen Projektgruppe wurden die konzeptionellen Grundlagen für die Durchführung 2014 erarbeitet.



Einleitung zum Jahresbericht 2013

"Sport, Spiel, Bewegung" - Gesundheitsbewusste Angebote in der Kinder- und Jugendarbeit

Hans-Werner Eggemann-Dann, Leiter des Bereichs Jugendförderung und Erziehungsberatung der Stadt Ludwigshafen am Rhein

Der 13. Kinder- und Jugendbericht der Bundesregierung von 2009 hatte das Schwerpunktthema "Mehr Chancen für gesundes Aufwachsen" Gesundheitsbezogene Prävention und Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe.

Dieser Trend, die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen stärker unter einem körpernahen und Gesundheitsaspekt zu betrachten, deckt sich mit ähnlichen Tendenzen in den sozialen Angeboten für Erwachsene.

Dabei wird Gesundheit nicht als das Gegenteil von Krankheit betrachtet, sondern jeder Mensch bewegt sich beständig auf einem Kontinuum zwischen den Polen Krankheit und Gesundheit. Ein erheblicher Teil der gesundheitlichen Nöte und Probleme von Menschen hängt zusammen mit den Aspekten:

- Bewegung
- Ernährung
- Soziales Umfeld
- seelisch, geistige Entspannung (Umgang mit Stress)

Ein Großteil der in Deutschland lebenden Kindern und Jugendlichen wächst gesund und unter gesundheitsfördernden sozialen Rahmenbedingungen auf. Allerdings hängt (auch psycho-soziale) Gesundheit und Wohlbefinden junger Menschen in hohem Maße mit ihren gesellschaftlichen Chancen zusammen. Alle uns bekannten Untersuchungen und Daten zeigen, dass soziale Benachteiligung und Armut besonders unter Mädchen und Jungen mit Migrationshintergrund, in hohem Maße mit gesundheitlichen Belastungen verbunden sind. Besonders differenziert stellt der 13. Kinder- und Jugendbericht die gesundheitliche, einschließlich der psychosozialen Situation von Kindern und Jugendlichen dar und leitet daraus auch Forderungen für Teilhabe und Beteiligung Jugendlicher bei Hilfeangeboten, niederschwellige Zugänge zu

Unterstützungssystemen und sozialräumlichen Perspektiven der Gesundheitsförderung und Prävention ab.

Die körperliche, seelische, geistige Gesundheit ist sozusagen Ausdruck des Verhältnisses von Ressourcen und Risiken. Es scheint mir ein durchaus kreativer und produktiver Blick zu sein, die Lebenssituation junger Menschen nicht nur unter den Aspekten von Bildung und Erziehung zu sehen, sondern einen körpernäheren Blick zu gewinnen, der eng verbunden ist mit dem Thema Gesundheit. Nur zu leicht neigen wir dazu, bestimmte Probleme junger Menschen und Heranwachsender als Ausdruck mangelnder Anstrengungsbereitschaft, Bequemlichkeit etc. einzuordnen.

Die 25 Kinder- und Jugendeinrichtungen der Stadt Ludwigshafen sowie die Jugend- und Straßensozialarbeit sind ein wichtiges Angebot insbesondere für Kinder- und Jugendliche, die unter verstärkten gesellschaftlichen Risiken aufwachsen.

Verglichen mit der hohen Bedeutung, die kognitive Leistungsbereiche in den Schulen haben, kommt die Bedeutung körpernaher Anregung, ja eines Bewusstseins für die hohe Bedeutung von Körper und Bewegung, auch des Zusammenspiels von Körper, Geist und Seele leicht zu kurz.

Die Vielfalt von Herangehensweisen in den Kinder- und Jugendeinrichtungen zeigt, wie sehr unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dieses Thema verstanden haben und sich ihm mit großer Behutsamkeit und Kompetenz annähern. Dabei geht es nicht nur um die unterschiedlichen sportlichen Angebote, sondern auch Tanz und Ernährung, Meditation und Entspannung haben dabei Bedeutung.

So gibt es im Spielraum Froschlache eine Tradition mit Kinderyoga, bei dem das Zusammenspiel von Körper, Seele und Geist auch über ritualisierte Angebote gefördert wird.

Das Ludwig-Frank-Haus der Bürgerinitiative Ludwigshafen legt unter anderem großen Wert auf Angebote im Freien, auf Freizeiten, im Wald und in der Natur.

Die Spielwohnung Oggersheim hat Mitarbeiter spezifisch qualifiziert. Das Modell der Heidelberger Ballschule ist eine wissenschaftlich entwickelte Methode, die unterschiedliche Formen der Arbeit mit dem Ball nutzt, um Integration, Motorik und sozialen Zusammenhalt vielseitig, entwicklungsbezogen und mit viel Spaß zu fördern. Wir betrachten diese Zusammenarbeit zwischen dem Fachbereich Sport der Uni Heidelberg und der Spielwohnung Oggersheim als vorbildlich.

Auch in der Jugendfreizeitstätte Ruchheim wird der Dreiklang von Bewegung - Ernährung - Entspannung sowie einer sozial stabilisierenden Umgebung für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen gesehen.

Ich habe immer wieder Gelegenheit, das hohe Niveau und die große Fairness bei Fußballturnieren in den Jugendfreizeitstätten zu beobachten. Hier ist das Willi-Graf-Haus mit seinem Mixed-Turnier und seiner Aktivität im Rahmen des Sport AK's vorbildlich.

Der Jugendclub Bliessstraße hat mit dem "Sportpass" eine Anregung geschaffen, Körpergefühl und soziale Kompetenz zu verknüpfen, aber auch mit dem Projekt "Pflanzen - Ernten - Essen" Ernährungsweisen bewusst zu machen.

Im Treff Internation gibt es mit dem Boxen im Rahmen von "Open Sport" ein un-

gewöhnliches Angebot, das Jungen und Mädchen gleichermaßen entspricht.

Die Jugendfreizeitstätte Melm nutzt soziokulturelle Tanzangebote wie "Hip-Hop" in diesem Kontext. Die Angebote des Kraftraums sind ein Beispiel für angemessenes Fit-Sein, aber ermöglichen auch die kritische Auseinandersetzung mit körperlichen Rollenbildern. Abschließend berichten die Straßensozialarbeiterin Nicole Kempf sowie der Schulsozialarbeiter Wolfgang Koberstein über den Lauftreff "Free-Run". Auch dieser ist Teil des Projektes "Open Sport Ludwigshafen". In Zusammenarbeit mit der Realschule Plus am Ebertpark ist es hier gelungen, die erfolgreiche Teilnahme an den Ludwigshafener Stadtläufen vorzubereiten.

Obwohl insgesamt die gesundheitliche Situation von Kindern und Jugendlichen in Deutschland gut ist, leiden ca. 20% von ihnen unter besonderen gesundheitlichen Belastungen. Es gibt bei diesen Kindern eine Tendenz von mehr chronischen als akuten Erkrankungen und es tritt eine Verschiebung von überwiegend körperlichen zu mehr psychisch und sozial bedingten Erkrankungen auf.

Dieser Jahresbericht zeigt, dass die Einrichtungen der Kinder und Jugendarbeit in Ludwigshafen sich diesen Problemen stellen. Wir unterstützen es ausdrücklich, sich in diesem Feld weiter zu qualifizieren und die Angebote diesen Bedürfnissen und Belastungen noch stärker anzupassen.



Bericht der Ludwigshafener Sportjugend

Ralf Kissel, Ludwigshafener Sportjugend

Von A wie Aikido, B wie Badminton, über F wie Fußball, R wie Radsport, T wie Tennis und Turnen bis hin zu W wie Wassersport: In der Sportstadt Ludwigshafen stellen die Vereine, in enger Zusammenarbeit mit der Stadtverwaltung, aber auch den Schulen, seit vielen Jahren ein vielfältiges Angebot für Kinder und Jugendliche zur Verfügung.

Neben anderen Akteuren gehört hierzu auch die offizielle Vertretung der Jugendsportler, die Ludwigshafener Sportjugend (LSJ) als Dachverband. Sie ist die Jugendorganisation des Ludwigshafener Sportverbandes (LSV). Diesem ist sie formell angegliedert, verfügt aber über eine eigene Satzung und verwaltet ihre Finanzen selbständig in enger Absprache mit der Stadtverwaltung. Alle Kinder und Jugendlichen sind über die 136 Ludwigshafener Sportvereine Mitglieder in der LSJ. Das bedeutet eine Zahl von immerhin 13.000 Jugendsportlerinnen und -sportlern bis 18 Jahre. Nimmt man alle finanziell zuschussfähigen Sportlerinnen und Sportler bis 26 Jahre dazu, sind das 19.000 Sportlerinnen und Sportler.

Die LSJ als Dachverband der Jugendabteilungen wird von einem ehrenamtlichen Jugendausschuss geleitet, der regelmäßig tagt. Sie entsendet auch Vertreter in die Vorstandssitzungen des LSV. Jährlich findet eine Vollversammlung aller Ludwigshafener Jugendabteilungen statt. Die Sportjugend ist auch stimmberechtigtes Mitglied im Stadtjugendring und somit an der Arbeit im Jugendhilfeausschuss beteiligt. Sie nimmt so aktiv am jugendpolitischen Diskurs der Stadt teil.

Die Hauptarbeit der LSJ besteht in drei Funktionen:

Zum einen unterstützt sie die Jugendabteilungen der Vereine in vielfältiger Weise finanziell. Entsprechend einem verbindlichen Genehmigungsschlüssel werden auf Antrag Maßnahmen der Jugendabteilungen der Vereine gefördert. Dies reicht von Ausrichtung von Turnieren, über Freizeiten bis hin zu Weihnachtsfeiern. Im Jahr 2013 konnten bei-

spielsweise 105 Maßnahmen unterstützt werden, die über 4300 Kindern und Jugendlichen zugute kamen. Es wäre wünschenswert, wenn möglichst viele Vereine diese Möglichkeit wahrnehmen würden, um eine möglichst große Bandbreite an sportlichen Aktivitäten abzubilden. Alle relevanten Informationen und Antragsformulare finden Sie im Internet unter www.sportjugend-lu.de

Zum Jahresende ehrt die Ludwigshafener Sportjugend im Rahmen einer besonderen Veranstaltung fünf Nachwuchsmannschaften und fünf herausragende Einzelsportler mit einer Urkunde und einer nicht unerheblichen finanziellen Unterstützung. Eine Jury der LSJ prüft die eingereichten Vorschläge und Präsentationsmappen und wertet diese aus. So wurde im letzten Jahr zum Beispiel eine sehr gelungene Kooperation vom ABC Ludwigshafen und dem Kinderhort Madenburg in Mundenheim prämiert. Die Kinder wurden durch diese Aktion spielerisch, aber gezielt in den Bereich des Sports eingeführt, was ihnen neben viel Freude auch Selbstbewusstsein und Anerkennung vermittelte.

Als Dachverband versteht sich die LSJ als logistische Unterstützung der Vereine und insbesondere ihrer Jugendabteilungen. Denn es versteht sich von selbst, dass die Hauptaktivitäten "vor Ort", in den Vereinen stattfinden; sei es in Form von strukturiertem Training unter fachlicher Anleitung, der Teilnahme an Wettkämpfen, aber auch von Freizeitlagern oder mehrtägigen Ferienprogrammen. Hier wird sehr oft Vorbildliches geleistet.



Sport hat so eine zentrale Bedeutung im Bereich der Freizeitgestaltung der Kinder und Jugendlichen und wird gerade in Zeiten wirtschaftlicher Engpässe und sozialen Ungleichgewichten zu äußerst günstigen Bedingungen von den Vereinen angeboten.

Die Vorteile der Jugendarbeit im Sport sind vielfältig. Heranwachsende lernen soziales Verhalten und Teamfähigkeit im Mannschaftssport und in der Rücksichtnahme auf Trainingspartner. Interkulturelle Toleranz und Respekt werden in einem angeleiteten Selbstfindungsprozess ebenso gestärkt wie Selbstbewusstsein durch Leistung aber auch die Fähigkeit, mit Niederlagen umzugehen. Durch regelmäßiges Training an bestimmten Terminen und Orten erfahren die Kinder und Jugendlichen eine selbständige Strukturierung ihrer Freizeit, die auch in anderen Lebensbereichen, wie etwa der Schule, wichtig ist.

In den letzten Jahren wurde das Augenmerk zudem immer mehr auf die gesundheitspolitischen Aspekte gelegt, denen eine wichtige Rolle durch Prävention (Stichwort zum Beispiel Übergewicht und die Folgen) zukommt. Auch im Bereich der Inklusion von beeinträchtigten Jugendsportlern wird von zahlreichen Akteuren auf vielfältige Weise Wichtiges geleistet.

Der Bereich Sport ist somit ein zentraler Bereich der sozialen Jugendarbeit und es sei abschließend angemerkt, dass sportliche Aktivität im Verein eine sehr niedrighschwellige Möglichkeit darstellt, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen und so zu einem Heranwachsenden der aktiven Bürgergesellschaft zu werden.



Yoga für Kinder im Spielraum Froschlache

Elke Sigmundczyk, Gabi Berger, Spielraum Froschlache

Das Wort "Yoga" kommt aus der Gelehrtensprache Sanskrit, ca. 600 v. Chr. Eine seit vielen Jahren ganzheitliche Übungsmethode für Erwachsene. Heute aber weiß man, dass auch Kinder durch Yoga eine wundervolle Unterstützung erfahren.

Das Wort wird von dem Wort: "Yuj" abgeleitet, das "verbinden" bedeutet. Yoga schafft eine Verbindung von Körper, Geist und Seele. Im Kinderyoga wird vor allem auf spielerische Übungen und nicht auf Kraft- und Ausdauertraining Wert gelegt. Grundsätzlich gibt es keine Wertung – es gibt kein "Richtig" oder "Falsch". Durch die Yogaübungen wird der Energiefluss in unseren fein- und grobstofflichen Kanälen, wie Nervenbahnen, Lymph- und Blutgefäßen angeregt. Wir trainieren die Muskulatur, der Körper bleibt geschmeidig und wir bekommen ein Verantwortungsbewusstsein für unseren Körper. Durch Nachspüren und Wahrnehmungsübungen lernen

die Kinder, ihren Körper neu zu spüren und zu fühlen.

Im Spielraum Froschlache, einer offenen Einrichtung für Kinder zwischen 6 und 14 Jahren, ist die wöchentliche Yogastunde ein festes Angebot für Kinder und wird seit 2008 regelmäßig angeboten. Wer Lust und Laune hat, trägt sich in unsere Teilnehmerliste, die an der Eingangstür hängt, ein. In unserem Übungsraum ist eine maximale Teilnehmerzahl von 10 Kindern möglich.

Der Toberaum wird für den Yogaunterricht umgestaltet. Um Achtsamkeit zu erreichen wird die Raummitte mit Blumen oder mit ein paar Edelsteinen oder einer Wasserschale mit einer Kerze geschmückt. Auch ein dezenter Duft wird als sehr angenehm empfunden (da er bis vor einer halben Stunde noch der Toberaum war).



Aufbau einer Kinderyogastunde

- Begrüßungsritual
- Bewegungsspiel
- kurze Entspannung
- Übungsreihe
- Endentspannung
- Abschiedsritual

Zur Grundausstattung gehört, dass eine Yogamatte vom Spielraum für jedes Kind gestellt wird.

Begrüßungsritual / Abschiedsritual

Am Anfang und am Ende der Stunde im aufrechten Sitzen wird das Singen von "Om" zum Begrüßungsritual. Oder das Falten von Händen in Gebetshaltung vor dem Herzen und das Verneigen mit dem Gruß "Namaste". Die Kinder wissen jetzt: die Yogastunde beginnt jetzt offiziell.

Bewegungsspiel

Das können Spiele aus den unterschiedlichen Spieltätigkeiten sein, zum Beispiel: Wahrnehmungsspiele, Lern-, Rate-, Tanz- oder Sportspiele. Gespielt als Einzel- oder Paarspiel, Kreis- oder Gruppenspiel.

Kurze Entspannung

Zur Körperentspannung liegt der Körper auf dem Rücken, beide Arme und Beine vom Körper gut weggespreizt. "Shavasana" - Den Kindern wird der Rhythmus von Anspannung und Entspannung erklärt und mit verschiedenen Übungen immer wieder gezeigt.

Übungsreihe

Die Übungsreihe sollte Elemente der Dehnung und Kräftigung enthalten. Der Atem der Kinder wird spielerisch bewusst gemacht, denn der Atem ist wichtig für die Versorgung des Körpers. Das seelische Befinden wird durch die Atmung beeinflusst und gesteuert. Haben wir dieses Wechselspiel erkannt, können wir lernen, bewusst den Atem zu nutzen.

Die Übungsaufgaben werden oft in Yoga-Spielgeschichten eingebunden. Selbst während der Yogastunde höre ich des öfteren: "Das macht unser Mathematiklehrer auch mit uns." Es folgt eine Übung (Massage der Ohren) zur Förderung der Konzentration. Eine andere Übung, "asana" (der Baum), fördert den Gleichgewichtssinn. Diese ist eine Herausforderung für Kinder unter 7 Jahren, wird jedoch durch kontinuierliches Üben einfach besser.

Die Endentspannung

Dies sind Entspannungsübungen, in einer Traumgeschichte oder Traumreise erzählt.

Zu Beginn haben wir das Yogaangebot als Versuch gesehen, im hektischen Einrichtungsalltag Ruhepunkte zu setzen. Inzwischen können wir bei Kindern, die kontinuierlich und regelmäßig üben, Fortschritte in ihrer Entwicklung (Konzentration, Verhalten etc.) beobachten.

Sport und Bewegung im Ludwig-Frank-Haus der BIL e.V.

Susanne Pradler, Ludwig-Frank-Haus

Für eine ganzheitliche kindliche Entwicklung sind Bewegung, Spiel und Sport elementare Voraussetzungen. Auch werden durch sie die motorischen, kognitiven und sozialen Kompetenzen von Kindern und Jugendlichen gefördert.

In unserer täglichen Arbeit erleben wir immer wieder, dass Kinder und Jugendliche zu viel Zeit am PC verbringen, unregelmäßig und ungesund essen – sich einfach zu wenig bewegen. Viele Kinder leiden unter Konzentrationsschwierigkeiten. Deshalb haben wir es uns im Ludwig-Frank-Haus zur Aufgabe gemacht, regelmäßige Bewegungsangebote in den täglichen Ablauf einzubauen.

Da unsere Einrichtung wenig Raum für sportliche Betätigungen bietet, nutzen wir bei allen Witterungsbedingungen unser Außengelände.

Täglich initiieren wir eine Bewegungseinheit auf dem Hof, in Form von Ball- und Fangspielen. Hierbei sind die Pädagoginnen und Pädagogen nicht nur Anleiterinnen und Anleiter, sondern aktive Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Zusätzlich haben wir die Möglichkeit, freitags die Turnhalle der Luitpold Grundschule zu nutzen. Hier können wir zwei Stunden Sport- und Spieleangebote machen. Unser Fokus liegt hier nicht nur auf der Förderung von Koordination und Motorik, sondern auch auf der positiven Entwicklung des Gruppenprozesses. Wir unterstützen die Kinder, den Ablaufplan in der Gruppe gemeinsam zu planen und auf einen gemeinsamen Nenner zu kommen.

Oft stellen wir fest, dass sich Kinder bewusst aus solchen Angeboten herausziehen, sei es weil sie übergewichtig sind, motorische Defizite haben oder sich vor der Gruppe schämen. Um diese Kinder in den Prozess einzubeziehen, werden von ihnen verstärkt Vorschläge realisiert.

Zudem wollen wir solche Kinder über niederschwellige, nicht leistungsorientierte Angebote ermutigen, sich neuen Herausforderungen zu stellen. Dazu bieten wir zu den körperlich anstrengenden Aktivitäten auch Einheiten an, die die Auge-Hand Koordination schulen. Dies erfolgt über einen Minigolf Parcours oder ein Billard-Angebot sowie Brain-Gym-Übungen.



Auch bei den Kinderfreizeiten steht die Bewegung im Vordergrund. Neben ausgedehnten Wanderungen auf Waldwegen gehen wir auch querfeldein. Dies stellt eine besondere Herausforderung dar, da im Wald verschiedene Hindernisse von unterschiedlicher Schwierigkeit überwunden werden müssen.

Wichtig in unserer täglichen Arbeit ist es, den Kindern durch die eigene positive Einstellung Freude an Bewegung zu vermitteln, die kognitiven und motorischen Fähigkeiten zu verbessern und damit das Selbstwertgefühl zu steigern. Hierbei machen wir den Kindern deutlich, dass Bewegung nicht gleich Leistungssport bedeutet. Mit einem hohen Maß an Empathie setzen wir uns mit ihren Befürchtungen und Ängsten auseinander und entwickeln gemeinsam Strategien, diese zu überwinden.

Durch diese Haltung erfahren wir im Ludwig-Frank-Haus einen erheblichen Zulauf bei den Angeboten in der Turnhalle. Mittlerweile gehört es für die Kinder zu einem festen Programmpunkt, auf den sich alle freuen.

Auch ist das Wetter für die Kinder lange kein Bewegungshindernis mehr. Außerdem nehmen wir im täglichen Betrieb wahr, dass sich Kinder häufiger an Gruppenaktivitäten beteiligen, die vorher oft auf die Pädagogin-



nen und Pädagogen fixiert waren. Die Entscheidungsfindungen verlaufen demokratischer und harmonischer. Es gibt nur selten "Bestimmer" und daraus resultierenden Streit.

Diese Entwicklung zeigt uns, dass wir im Ludwig - Frank - Haus auf einem guten Weg sind, langfristig eine gruppendedynamische Stärkung zu erzielen.



Die Heidelberger Ballschule in der Spielwohnung Oggersheim

Olaf Steffens, Spielwohnung Oggersheim

Die Spielwohnung Oggersheim ist eine Offene Kindereinrichtung in Räumlichkeiten der Langgewann-Grundschule. Zielgruppe sind Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 12 Jahren. Kooperationen mit der Schule und eine Mutter-Kind-Gruppe sind weitere Angebote der Einrichtung.

Bewegungs- und Aktionsspiele haben in der Spielwohnung Oggersheim schon seit ca. 2005 einen festen Platz in der Angebotsstruktur der Einrichtung. Hierbei steht besonders die spielerische Heranführung und Umsetzung des Themas "Teamfähigkeit" mit den Teilbereichen "Selbst- und Fremdeinschätzung", "Kommunikation", "Integration", "Absprachen", "Zuhören", "Hilfe", "Selbstorganisation", "Kontakt", "Konflikt" und "Reflexion" im Mittelpunkt.



Einer der Grundgedanken bei der Beschäftigung und Umsetzung mit diesem komplexen Themenfeld waren Beobachtungen von kontinuierlich zunehmenden Auffälligkeiten und Defiziten in den oben genannten Bereichen bei vielen Kindern im Umfeld der Spielwohnung und der damit verbundene Versuch, diesen Entwicklungen gezielt entgegenzusteuern und Hilfestellungen anzubieten.

Die Basis bei den Bewegungs- und Aktionsspielen bilden hierbei Spiel- und Bewegungsformen aus den Bereichen "kooperative Abenteuerspiele", der "Erlebnispädagogik" und des "Sozialkompetenz- und Teamtrainings".

Durchgeführt werden die Spiele jeweils montags und donnerstags eine Stunde in der Sporthalle der Grundschule Langgewann oder im Freien auf dem Schulgelände. Zudem finden größere Spielaktionen unter dem von der Spielwohnung entwickelten und ausgearbeiteten Begriff "Abenteuerteam" vor allem im Rahmen des Osterferienprogramms der Einrichtung sowie als übergreifendes, mehrtägiges Thema während der jährlichen Herbstfreizeit statt.

Angeleitet werden die Bewegungs- und Aktionsspiele von Olaf Steffens, der sich in diesem Bereich spezifisch qualifiziert hat. Zudem wird das Angebot von Praktikantinnen und Praktikanten unterstützt. Die Umsetzung während der Ferienprogramme sowie bei Freizeiten findet gemeinsam mit Kolleginnen des Teams der Spielwohnung sowie mit Honorarkräften statt.

An den Spielen nehmen Kinder und Jugendliche im Alter von sechs bis sechzehn Jahren aus der Spielwohnung und des Langgewann Hortes teil. Bei Freizeiten und Ferienprogrammen sind es ausschließlich Kinder und Jugendliche aus der Einrichtung.

Die Ballschule

Eine Kooperation zwischen der Ballschule Heidelberg, der damit verbundenen Umsetzung der Inhalte und Konzepte, und der Spielwohnung Oggersheim besteht seit 2009. Durchgeführt werden diese "Ballschulstunden" an zwei Nachmittagen, jeweils eine Stunde in der Sporthalle der Grundschule Langgewann in Oggersheim. Es nehmen daran Kinder (aufgeteilt in zwei Altersgruppen) im Alter von 6 bis 14 Jahren aus der Spielwohnung sowie Kinder aus dem Langgewann Hort teil. Durchschnittlich besuchen die Ballschulstunden acht bis zwölf Kinder. Das Angebot ist freiwillig und wird von einer Gruppe von ca. 35 Kindern teils im Wechsel, teils kontinuierlich wahrgenommen und im Rahmen des Wochenplans der Spielwohnung angeboten.

Was ist die Ballschule?

Die Kinderwelt ist heute vielfach keine Bewegungswelt mehr. Das Konzept der Ballschule ersetzt die frühere Straßenspielkultur. Im Mittelpunkt stehen die Prinzipien, die entwicklungsgemäß, vielseitig und freudbetont sind. Die Kinder spielen und üben mit vielen verschiedenen Bällen, Schlägern oder sonstigen Sportgeräten und erwerben ganz nebenbei das "ABC" des Spielens. Es steht dabei das vielseitige Spielen, das Erlernen spielübergreifender Fähigkeiten und Fertigkeiten mit dem Ball und die soziale Einbindung in Sportspielgruppen im Vordergrund.

Was will die Ballschule?

Die Ballschule Heidelberg ist ein innovatives, wissenschaftlich überprüftes Kindersportangebot für alle. Der immer weiter zunehmende Bewegungsmangel hat zahlreiche negative Konsequenzen. Die motorischen Fähigkeiten unserer Kinder haben in den letzten Jahrzehnten stark nachgelassen, mehr als 15 % der Heranwachsenden sind überge-

wichtig und Experten befürchten viele weitere gesundheitliche Beeinträchtigungen und Risiken für das Erwachsenenalter. Zudem fördert Bewegung die kognitive Leistungsfähigkeit und Ballspiele liefern ideale Lerngelegenheiten für die emotionale und psychosoziale Entwicklung.

Umsetzung

Einer der Bausteine ist hierbei das "ABC für Spielanfänger" der Ballschule. Es orientiert sich dabei in einer einzigartigen Weise an aktuellen bewegungs- und trainingswissenschaftlichen Modelvorstellungen und beruht auf drei methodischen Grundkomponenten: einem spielerisch-situationsorientierten, einem fähigkeitsorientierten und einem fertigkeitenorientierten Zugang. Geschult wird dementsprechend der Umgang mit generellen Taktik-, Koordinations- und Technikbausteinen. Erstellt wurde dieses Konzept vom Direktor des Instituts für Sport und Sportwissenschaft, Prof. Dr. Klaus Roth und des Sportwissenschaftlers und Trainers an der Uni Kiel, Dr. Christian Kröger.

Die Sport- und Bewegungsangebote werden von den Kindern gerne und gut angenommen. Das rege Interesse der Kinder und sichtbare Erfolge, zum Beispiel bessere motorische Koordination, bestätigt uns in der Fortführung dieser Angebote.



Hüpf dich fit und autogenes Training

Herbstferienprogramm in der JFS Ruchheim

Stephanie Damboer, Jugendfreizeitstätte Ruchheim

Das Bundesministerium für Gesundheit führt zum Thema Kindergesundheit mehrere relevante Faktoren für eine gesunde Kinderentwicklung auf: Bewegung, Entspannung, nährstoffreiche Nahrung, frische Luft, Sonne sowie eine emotional und sozial stabile Umgebung. Während des Herbstferienprogramms in der Jugendfreizeitstätte Ruchheim lernten Kinder, was es heißt, gemeinsam vitamin- und mineralstoffreiches Essen zuzubereiten, sich mittels Autogenem Training und Fantasiereisen zu entspannen sowie Freude an der Bewegung und an sportlicher Aktivität in der Gruppe und an der frischen Luft zu erfahren.

Die drei Module: Ernährung, Bewegung und Entspannung wurden kombiniert innerhalb einer Woche für 20 Kinder angeboten und durchgeführt:

- Montags: "Hüpf dich fit", "Vitamin-ABC" und "Fantasiereise"
- Dienstags: Waldwanderung
- Mittwochs: Ballspiele, „gesunde Leckereien“ und Autogenes Training
- Donnerstags: Schwimmen

Entspannung

Autogenes Training und Fantasiereise

Bei der Fantasiereise handelt es sich um gelenkte Tagträume, in denen Kinder lernen, in ihrer Fantasie Vorstellungen zu assoziieren und zu entwickeln, mitunter auch um Probleme zu lösen und Ziele zu erreichen. Oft sollen sie helfen, Stress abzubauen, ein inneres Gleichgewicht herzustellen und Fantasie und Kreativität zu fördern.

Das Autogene Training wurde in den zwanziger Jahren des vorigen Jahrhunderts von dem Berliner Arzt Johannes Schultz ent-

wickelt. Obwohl sehr bekannt in der Behandlung Erwachsener, wird das Autogene Training bei Kindern noch nicht oft eingesetzt. Beim Autogenen Training lernt der Patient, sich innerhalb von kurzer Zeit sehr tief zu entspannen. Dies geschieht autosuggestiv mit einer Reihe von Übungen. Sitzend oder liegend stellt sich das Kind vor, wie sein Körper schwer und warm wird. Der Atem geht gleichmäßig und tief, das Herz schlägt in ruhigem Rhythmus. Körper und Geist fallen in einen Zustand von innerer Ruhe und Geborgenheit. Dieses Gefühl tiefer Entspannung wird als sehr angenehm erlebt und wirkt sich positiv auf den Alltag aus, weil Stress-Situationen mit mehr Gelassenheit begegnet wird. Vor dem Einschlafen geübt ist das Gefühl tiefer Entspannung die Brücke, über die der Patient in den Schlaf gleiten kann.

Bewegung

Schwimmen, Ball- und Hüpfspiele an der frischen Luft und Waldwanderung

Körperlichen Zivilisationskrankheiten vorbeugen mittels körperlicher Aktivität, aber auch schon bestehende Leiden zurückzudrängen; sanfter Sport kann heilsame Prozesse im Körper anstoßen, Krankheitsverläufe regelrecht umkehren und wie Balsam für die Psyche wirken.

Vor allem auch an der frischen Luft, im Tageslicht. Hüpf- und Ballspiele auf dem Vorplatz der Einrichtung, eine Waldwanderung sowie ein Ausflug ins Salinarium wurden angeboten und gerne angenommen.

Ernährung

Vitamin-ABC und gesunde Leckereien

Für eine optimale kindliche Entwicklung ist eine gute Ernährung eine wichtige Voraussetzung. In der Kindheit wird der Grundstein gelegt für die Körpersubstanz, deren Zusammensetzung bis ins hohe Alter von Bedeutung bleiben wird.



Beim Vitamin-ABC sind die Kinder der Frage nachgegangen welche wertvollen Vitamine im Obstsalat mit Nüssen versteckt sind. Außerdem, für was Vitamin A, B-Vitamine und C eigentlich gut sind, beziehungsweise für welche körperlichen Vorgänge sie verantwortlich sind.

Während den "gesunden Leckereien" bereiteten die Kinder Gemüse und Salat zu. Auch hier wurde der Frage nachgegangen, welche Mineralstoffe und Vitamine das zubereitete Essen enthält und für was die Nährstoffe gut sind. Saisonal und abwechslungsreich auf dem Teller sollte es sein.

Es lässt sich festhalten, dass die Kinder der JFS Ruchheim an den spielerisch aufgebauten Einheiten zu den Themen Ernährung und Bewegung Interesse und Freude hatten und beide Bausteine sich in den Alltag der JFS integrieren ließen: saisonales, regionales Kochangebot und Bewegungseinheiten auch im Außenbereich.

Mit den stressreduzierten Bausteinen wurden nicht alle Kinder erreicht und das Angebot wurde nicht in den Alltag der JFS integriert. Alle drei Themen, vereint in einer Gesundheitswoche, sind erneut für die Sommerferien geplant.



Mixed-Turnier im Willi-Graf-Haus

Jochen Walther, Willi-Graf-Haus

Es ist November, Soccer-Halle Ludwigshafen. Das 10. Mixed-Turnier des AK Sport steht an. Ungeduldig, "bereits mit den Hufen scharrend", sitzen 30 Kinder aus 5 verschiedenen Kinder- und Jugendeinrichtungen auf dem Boden und lauschen den Einführungsworten durch die Turnierleitung. Einige der Jungs und Mädchen waren schon letztes Mal dabei gewesen, andere wissen noch nicht so genau, was jetzt auf sie zukommt. Heute werden sie nicht wie sonst mit ihren Freunden und Bekannten im Team sein, sondern mit fremden Kindern aus anderen Häusern.

Gleich wird's losgehen! Endlich, die Teams werden zugeteilt, der Promi-Mannschaftsname und der Trainer gelost (man will ja schließlich wissen, ob man für Juve oder Real spielt) und das erste Spiel aufgerufen.

Was jetzt passiert, lässt sich am ehesten mit dem ersten Sportunterricht in einer neuen Klasse beschreiben, wenn Fußball gespielt wird. Die "Super-Kicker" und Straßenfußballer in einem Team finden sich ganz schnell, man hat sich gesehen und kann gleich gut miteinander. Doch was ist das? Der etwas bewegungsfaule Kollege aus dem Haus XY, der die ganze Zeit nur in der Abwehr



rumsteht, hat eben einen gefährlichen Konterball des Gegners kompromisslos weggedroschen und damit unseren Rückstand verhindert. "Respekt, Burak, astrein, Alter."

Auch die Mädchen, die 2012 über 50% der Beteiligten ausmachten, zeigen was sie drauf haben. Die lassen sich nämlich meistens nicht so einfach ausspielen. Im Gegenteil, die nehmen den "Super-Stars" sogar gelegentlich die Bälle ab und schießen auch Tore. Da muss so mancher umdenken lernen.

Der Wettbewerb verläuft spannend. Ständig kommen Kinder zur Turnierleitung und stellen Fragen wie: "Was passiert wenn wir das nächste Spiel gewinnen, und 'Bayern' sein nächstes Spiel verliert?", "wer ist im Moment erster ... ?"



Am Ende kommt dann die Auflösung. Der Jubel braust auf, wenn im Rahmen der Siegerehrung alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre Medaillen bekommen, wobei die erst- und zweitplatzierte Teams natürlich Gold und Silber erhalten. Aber so wichtig ist das letztlich gar nicht, ich habe auch schon erlebt, dass die Medaillen getauscht wurden; "die bronzene ist schöner!"

Abschließend möchte ich noch erwähnen, dass alle Kinder- und Jugendeinrichtungen herzlich eingeladen sind, an dieser Veranstaltung teilzunehmen. (Die Einladung erfolgt regelmäßig durch das Protokoll des Sport-AK.)

Jedes Jahr dabei waren bisher der Abenteuerspielplatz (Oggersheim), die Spielwohnung Oggersheim, das Jugend- und Stadtteilzentrum Pfingstweide und das Willi-Graf-Haus (Friesenheim). Gelegentlich beteiligt waren der Spielraum Froschlache, der Treff International (Hemshof), die Jugendfarm Pfingstweide, die Ludwig-Wolker-Freizeitstätte (Süd), die ev. Jugendfreizeitstätte Gartenstadt, die Jugendfreizeitstätte Melm und die Jugendfreizeitstätte Edigheim. Ein großes Dankeschön gebührt an dieser Stelle der Jugendförderung der Stadt Ludwigshafen für die Übernahme der Kosten (Hallenmiete und Medaillen).



Jugendclub Bliesstraße "Wer rastet der rostet"

Isolde Müller, Jugendclub Bliesstraße

Ein altes Sprichwort sagt: "Wer rastet, der rostet!"

Wir sind überzeugt: Bewegt sich der Körper, bewegt sich der Geist! Ausreichende Bewegung fördert die Durchblutung und regelt somit die wichtige Versorgung des Körpers mit Sauerstoff. Des Weiteren stehen körperliche Aktivität und geistige Leistungsfähigkeit in engem Zusammenhang.

Der Mangel an Bewegung hat aus verschiedenen Gründen in den letzten Jahren zugenommen. Fernsehen, Computerspiele und Chatten fallen sofort ein. Viele Kinder und Jugendliche sitzen täglich viel zu viel, was gravierende Auswirkungen auf ihre Gesundheit, ihr Gewicht und ihre Motorik hat. Sportunterricht in der Schule reicht nicht aus, und nicht jedes Kind besucht einen Sportverein. Gerade Kinder haben ein sehr großes Bedürfnis sich körperlich zu erproben. Sie wollen "in action" sein.

In der Bayreuther Straße und Bliesstraße bieten die großen Innenhöfe noch Möglichkeiten für Spiele wie Verstecken oder Räuber und Gendarm. Die Frankenthaler Straße, Valentin-Bauer-Straße und Deutsche Straße sind stark verkehrsbelastet. Spielen vor der Haustür geht für viele unserer jüngeren Besucherinnen und Besucher nicht. So spielen auch städtebauliche Maßnahmen eine Rolle, dass Bewegungsräume für das Ausleben von Bewegung und Spielen im Freien verloren gegangen sind.

Projekt "Sportpass"

Bewegung ist in unserem Arbeitsschwerpunkt "Ausflüge" ein wichtiges Auswahlkriterium. Unser einjähriges Projekt "Sportpass" begann im Februar 2013 mit dem Motto "Immer in Bewegung bleiben" und hatte folgende Ziele:

- Spaß an Sport
- Teilhabe und Kennenlernen von unterschiedlichen sportlichen Aktivitäten

- Abbau von Schwellenängsten bezüglich sportlicher Angebote
- Soziale Kompetenzen stärken: Einen toleranten Umgang miteinander einüben, das Kooperieren in der Gruppe als positives Erleben wahrnehmen, Rücksicht auf andere im Team nehmen (niemand ist perfekt), und gemeinsame Erfolgserlebnisse als persönliche Bereicherung erleben
- Selbstwertgefühl steigern durch Erfolgserlebnisse und die erfahrene Anerkennung in der Gruppe
- Körpergefühl zulassen: Positive Körperwahrnehmung, an Grenzen kommen, diese gegebenenfalls überschreiten, sich fallen lassen und wieder aufstehen
- Frustrationstoleranz erhöhen: nicht gleich aufgeben, wenn etwas nicht funktioniert, sondern dranbleiben, Stress aushalten

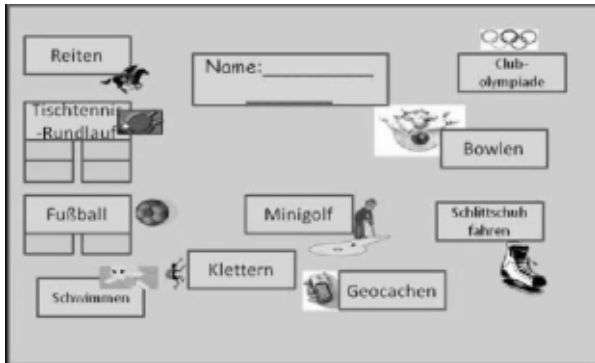
Zielgruppe des Projekts waren alle Clublerinnen und Clubler.

Planung

Für unseren Sportpass bieten wir breitgefächerte unterschiedliche Aktivitäten mehrmals im Jahr an. Um die Teilhabe an unseren Angeboten sicherzustellen, halten wir die Kosten für die Teilnehmenden so gering, dass eine Teilnahme für alle gewährleistet ist. Die Kosten sprengen unseren Etat. Deswegen ist die Durchführung nur mit Hilfe von Spenden finanzierbar. Ein kostenloser Eintritt in den Holiday Park im darauf folgenden Frühjahr ist Anreiz, durchzuhalten und an allen Angeboten teilzunehmen.

Ablauf

Alle Teilnehmenden erhalten einen Sportpass. Auf der Vorderseite befinden sich ein Foto, der Name und die Unterschrift des Jungen oder Mädchens. Jede Teilnahme wird mit einem Stempel bestätigt.



Angebote

Im Rahmen der fortlaufenden Sportangebote hat Schwimmen für alle Altersgruppen einen besonderen, beliebten Stellenwert. Durch unser regelmäßiges Schwimmtraining wurden in diesem Jahr 21 Schwimmabzeichen erreicht. Wir hoffen sehr, dass der Eintrittspreis des Freibades Willersinn für unsere Kinder und Jugendliche erschwinglich bleibt. Tägliches Sportangebot ist Tischtennisspielen. Außerdem haben wir eine Mädchen- und Jungenfußballmannschaft. Einige Angebote wie Minigolf und Bowling spielen werden zu Fuß angelaufen.

Auf Wunsch einiger Jugendlichen wird beim nächsten Sportpass 2014/15 Kanufahren angeboten. Frau Karzenburg wird als Fortbildung einen Grundkurs "Kanu fahren mit Kindern und Jugendlichen" belegen. Somit können wir dieses erlebnispädagogische Angebot selbst durchführen.

Wer in Bewegung bleiben will, wird bei einem Stillstand oder Stau immer nach Lösungen suchen, damit es weiter gehen kann, mit dem Körper wie mit dem Geist.



Der Mensch ist, was er isst!

Unser Gartenprojekt Pflanzen-Ernten-Essen soll Stadtkindern den Kreislauf der Natur nahebringen, Wissen über regionales Obst und Gemüse und dessen Anbau vermitteln, und sie sollen den Gaumenkitzel spüren, dass gesunde Ernährung schmeckt.

Unser Nachbar, der Betriebshof Mitte, stellt uns ein großes Beet zur Verfügung. Dieses bepflanzen wir mit regionalen Gemüse- und Obstsorten.

1. Schritt:

Mit den Teilnehmenden besprechen und entscheiden wir, was gesät und gepflanzt werden soll. Dann werden Pflanzenschilder gebastelt.

2. Schritt:

Mit Samen, Setzlingen und Gießkannen geht es am 4. April los. Erdbeeren, Knoblauch, Lauch, Kartoffeln, Radieschen, Möhren, Kohlrabi, Himbeeren, ... Basilikum, Majoran, ... Tomaten, Kürbis, Zucchini, ... und ein Säulenapfelbäumchen.

"Essbares Paradies" nennt eine 12-Jährige unseren kleinen Garten.

3. Schritt:

Pflegen und Gießen

4. Schritt:

Ernten, Zubereiten und Essen

Allen Teilnehmenden macht das Gärtnern viel Spaß. Manche sehen bestimmte Obst- oder Gemüsesorten zum ersten Mal. Sie trauen sich auch mal, etwas auszuprobieren, was sie sonst nicht essen oder nur aus der Dose kennen.

Die Schließzeiten des Betriebshofes schränken unser gärtnerisches Engagement leider sehr ein. Die meisten Kinder und Jugendliche aus der Valentin-Bauer-Siedlung können erst ab 16 Uhr im Club sein. Dafür brauchen wir für 2014 eine Lösung.

HipHop und Kraftraum-Training in der JFS Melm

Marion Niklaus, Jugendfreizeitstätte Melm

Sportarbeit mit Jugendlichen ist einer der besonderen Schwerpunkte der Jugendfreizeitstätte Melm. Orientiert am Zeitgeist und an den Bedürfnissen und Fähigkeiten der Jugendlichen ausgerichtet, verändern sich die Sportangebote recht häufig. Ziel der Sportarbeit ist, die Interessen der Jugendlichen sowohl im alltäglichen offenen Angebot als auch in gesonderten Angeboten und Veranstaltungen zu fördern. Die Einrichtung und das Außengelände bieten uns viele Möglichkeiten der sportlichen Freizeitgestaltung.

Viele unserer Besucher haben eine niedrige Frustrationstoleranz, wenig Geduld und ein geringes Selbstwertgefühl. Die meisten gehören keiner Clique an und sind Einzelgänger. Auf diese Konstellation von Eigenschaften versuchen wir, mit adäquaten Angeboten zu reagieren. So müssen relativ schnell Teilergebnisse und Erfolge für die Jugendlichen spürbar sein, auf die sie stolz sein können. Hierin unterscheidet sich das Angebot von dem klassischer Vereine.

Wir haben uns für 3 Angebote entschieden, die wir vorstellen möchten:

HipHop

Unsere HipHop-Gruppe besteht seit Anfang 2012. Mit anfänglichen Schwierigkeiten von Zickenterror bis Mobbing hat sich die Gruppe aber 2013 stabilisiert und ist zu einer Gruppe zusammengewachsen. Dieser Teilprozess ist der wichtigste und gleichzeitig schwierigste im Aufbau einer Gruppe. Beim eigentlichen Tanztraining geht es darum, Neues auszuprobieren, Talente zu fördern und ihnen die Möglichkeit zu geben, in einem geschützten

Rahmen unter Gleichaltrigen eigene Fähigkeiten zu entdecken und positive Gruppenerfahrung zu erleben.

Im Grundsatz orientiert sich die Arbeit an den Stärken der Teilnehmerinnen, nicht defizitär orientiert, sondern ressourcenorientiert zu wirken ist Ziel der Arbeit. Die Gruppe hatte bereits zwei Auftritte. Diese Erfahrung ist für viele einzigartig, sich in einer ungezwungenen Atmosphäre auf einer Bühne zu präsentieren bleibt für alle ein unvergessliches, einprägsames Erlebnis.

Mindestens genauso wie das Training schätzen die Teilnehmerinnen die Gemeinschaft. Auf die Frage hin, warum sie HipHop machen, kommt neben der Aussage, dass es ihnen Spaß macht, immer der Zusatz: "Weil wir eine Gemeinschaft sind ... weil wir vor dem Training schon was zusammen machen ... weil wir gemeinsame Aktionen machen".

Nicht zu unterschätzen ist das Gefühl, zu einer Gemeinschaft zu gehören und sich von anderen Besuchern abgrenzen zu können. Im Sinne von: Wir können was ...

Lob und Anerkennung, sowie der schnelle Erfolg beim Erlernen von neuen Moves sind enorm wichtig.



Kraftraumtraining

Pädagogischer Rahmen: Kraftraum light oder Kraftraum+?

Unser Kraftraum als solcher (als Kraftraum light) bietet bereits ein gutes Setting, um die Aspekte Fitness, Gesundheit, Ernährung und Rollenverhalten zu thematisieren. Die Sportgeräte erfordern per se die individuelle Auseinandersetzung mit Stärke/Schwäche, Leistungsbereitschaft/Bequemlichkeit, etc. Die Assoziation mit überhöhten Rollenbildern ist offensichtlich. Doch der Wille zum Training gründet in der Regel auf einer individuellen Unzufriedenheit und dem Wunsch zu (körperlicher) Veränderung.

Daher sind Fragestellungen unumgänglich und akzeptiert: "Was soll sich denn verändern und weshalb? Was willst du trainieren, wozu? Was kannst du schon? Was fällt dir schwer?" Im Alltag weichen die Jugendlichen da eher aus. In unserem Kontext sind sie ein Ausdruck von Ernst nehmen und Wertschätzung. Im Idealfall findet über das Training hinaus eine ernste und oft erste Auseinandersetzung mit Gewohnheiten (Essen), Risiken (Übergewicht, Einnahme von Anabolika) und Wünschen statt.

Eine weitergehende, gruppenrelevante Bedeutung erhält unser Kraftraum (Kraftraum+) durch die Kombination:

- Einer Zugangsbeschränkung durch das Mindestalter von 15 Jahren
- Die Erfordernis einer Trainingsberechtigung (= Kraftraumschein)
- Die Erwartung an eine hohe Verantwortungsbereitschaft

Neben dem Mindestalter von 15 Jahren, ist es notwendig eine Trainingsberechtigung (= Kraftraumschein) zu erhalten (Handhabung der Geräte, Einweisungen in Übungen, Gefahren sowie Verletzungsmöglichkeiten, etc). Doch nicht alle erhalten diese Berechtigung automatisch und sofort. Die Entscheidungsgrundlage gründet im (gegenseitigen) Vertrauen und der Fähigkeit/Bereitschaft, Verantwortung für den Kraftraum, deren Nutzer und sich selbst zu übernehmen. Um das zu entscheiden, muss man sich kennen und gemeinsame, positive Erfahrungen gemacht haben! Es ist in jedem Einzelfall eine transparente Teamentscheidung, ein Aushandlungsprozess. Oft an Bedingungen und Absprachen geknüpft. Beides fordert und fördert eine Kultur der Ernsthaftigkeit und der gegenseitigen Wertschätzung. Die Jugendlichen wollen gefordert werden! Sie suchen das. Die Aufnahme in das Kraftraumteam ist erstrebenswert, weil nicht selbstverständlich. So erklärt sich unter anderem die zusätzliche Kraftraumnutzung trotz einer Mitgliedschaft in einem kommerziellen Studio.



Fußballtraining

Turniere und Training haben eine lange Geschichte in der JFS Melm: Das traditionelle Sommerturnier, an dem Mannschaften von Jugendeinrichtungen aus der Stadt Ludwigshafen und Umgebung teilnahmen, wurde fast zwanzig Jahre lang regelmäßig ausgetragen, letztmalig im Sommer 2011.

Im darauf folgenden Jahr kam erstmals, seit den 90er Jahren, kein Turnier zustande. War es in den Jahren zuvor die Regel, dass man Einrichtungen absagen musste, da zu viele Teilnehmer sich beworben hatten, stellte das Jahr 2012 eine Zäsur da. Lediglich drei Anmeldungen lagen bis eine Woche vor Turnierbeginn vor. Ein ähnliches Bild zeigte sich im letzten Jahr.

Eng verknüpft mit dem "Heim-Turnier", fand das Training mit Besuchern der JFS Melm statt. Neben der Vorbereitung auf das Traditionsturnier, nahm die "JOZE-Mannschaft" auch an verschiedenen anderen Turnieren teil.

In der ersten Jahreshälfte 2012 war noch nicht abzusehen, dass das Turnier nicht stattfinden konnte. Der Trainingsbetrieb am Donnerstag war so gut besucht, dass häufig "11 gegen 11" auf dem Großfeld gespielt werden konnte.

Mit dem Nichtzustandekommen des Turniers – kurz vor den Sommerferien – kamen immer weniger Jugendliche zum Training. Nachfragen seitens der Mitarbeiter ergaben, dass ein Teil der Spieler sich in Fußballvereinen angemeldet hatte und die dortigen Trainingszeiten nicht mit dem Training im JOZE vereinbaren konnten, ein anderer Teil fand durch Ganztagschule und erhöhten Lernaufwand ebenfalls keine Zeit mehr, am Trainingsbetrieb teilzunehmen. So gingen die rückläufigen Anmeldungen zum Turnier einher mit der Auflösung der Trainingsgruppe. Im Frühjahr 2014 plant die JFS Melm einen neuen Versuch, den Trainingsbetrieb wieder aufzunehmen. Ein Turnier im Sommer ist allerdings nicht geplant.



Reitsport auf der Jugendfarm

Barbara Lalli, Jugendfarm

Warum ist der Reitsport auf der Jugendfarm wichtig?

Reiten ist Sport!! und noch viel mehr ...

Zuerst einmal gehen wir davon aus, dass Sport im engeren Sinne physische Wirkung auf den Wachstums- und Reifungsprozess eines Menschen hat. Gerade in der heutigen Zeit ist es allgegenwärtig, dass sich Kinder und Jugendliche zu wenig bewegen und oft schon im jugendlichen Alter Haltungsschäden und Übergewicht zu beobachten sind.

Die psychische Wirkung schließt Prozesse ein, die das Kanalisieren und Kompensieren von angestauten Aggressionen, den Aufbau eines positiven Körperbildes und Körperbewusstseins ermöglichen. Genauso werden Eigeninitiative, Eigenverantwortung, Kreativität und zielorientiertes Handeln gefördert.

Die soziale Wirkung beinhaltet den Erwerb von sozialen Kompetenzen, durch Sport. Wohlbefinden, Geborgenheit, Vertrauen und Spaß, aber auch Durchsetzungsvermögen, Konfliktfähigkeit und Problemlösungsverhalten werden gefördert. Beim Sport besteht Chancengleichheit unabhängig von der Herkunft, und das Miteinander mit ganz unterschiedlichen Menschen fördert die Toleranz.

Die Sportart Reiten ist für viele Betrachter erst einmal kein Sport, da davon ausgegangen wird, dass das Pferd sich bewegt und der Reiter, ähnlich wie auf einem Stuhl, getragen wird. Doch, schon in der "Vollendeten Reitkunst" steht: "Reiten ist nicht schwer - solange man nichts davon versteht"!

Denn gerade das Reiten ist eine hochkoordinative Sportart und gerade als Gesundheitssport besonders interessant:

- weil die Rumpfmuskulatur und die Wirbelsäule gestärkt werden
- weil Reiten die Haltung fördert
- weil die Schwingungen des Pferderückens in angenehmer Weise auf die Wirbelsäule des Menschen übertragen werden
- weil Reiten der Entspannung dient und zum Stressabbau führt
- weil das Herz- und Kreislaufsystem und die Atmung moderat gefördert werden
- weil Reiten in der freien Natur und an der frischen Luft stattfindet
- weil es trotz gewisser gesundheitlicher Beschwerden ausgeübt werden kann
- weil eine gewisse Ausdauer nötig ist beziehungsweise erreicht wird
- weil die Fähigkeit eingeübt wird, Bewegung und Handlung auch mit hoher Geschwindigkeit auszuführen
- weil die Skelettmuskeln durch Anspannung und Entspannung gestärkt werden

Gerade das Medium Pferd hat viele Vorteile:

- weil der Mensch sich gerne mit lebendigen Wesen umgibt
- weil der Umgang mit dem Pferd einfach Spaß macht und zum Durchhalten und Dranbleiben anspornt
- weil durch die rhythmische Bewegung des Pferdes vor allem Bauch- und Rückenmuskulatur des Reiters optimal trainiert und die Körperhaltung verbessert wird
- weil das Pferd unmittelbar auf den Menschen reagiert und sein Verhalten spiegelt
- weil Reiten für alle Altersgruppen geeignet ist und dies ein Leben lang ausgeübt werden kann
- weil Kommunikation im Kontakt mit dem Pferd nicht an Sprache gebunden bleibt, sondern persönliche Begegnung erlaubt

Bewegung - unverzichtbarer Bestandteil der Erziehung und Bildung

Bewegung, Spiel und Sport gehören zu den unverzichtbaren Bestandteilen von Erziehung und Bildung.

So ist aus anthropologischer Sicht der Mensch ein auf Bewegung und Erfahrung angelegtes Wesen, das des Einsatzes aller Sinne bedarf, um sich ein Bild über die Welt und sich selbst in ihr zu machen. Aus entwicklungspsychologischer Sicht benötigt das Kind vielfältige Gelegenheiten zum Explorieren und Erkunden seiner dinglichen und

räumlichen Umwelt über Spiel und Bewegung. Aus lernpsychologischer und neurophysiologischer Sicht bilden Wahrnehmung und Bewegung die Grundlage kindlichen Lernens. In der Auseinandersetzung mit dem Pferd müssen die Kinder und Jugendlichen

- sich ausdrücken und empfinden (expressive/impressive Funktion)
- sich verständigen (kommunikative Funktion)
- sich körperlich anstrengen (adaptive Funktion)
- sich vergleichen und messen (komparative Funktion)
- ihre Umwelt erkunden (explorative Funktion)
- ihre Umwelt gestalten (produktive Funktion) vgl. Kretschmer 1981

Das Reiten eröffnet neue Bewegungsdimensionen

Gerade der Umgang, das Bewegen mit und auf dem Pferd kann den Kindern und Jugendlichen neue Dimensionen einer kaum mehr bekannten Lebenswelt vermitteln. Das Pferd vermittelt Bewegungsdimensionen, die keine andere Sportart bieten kann, wie Schwung, Dynamik, Stärke und Eleganz. Die Ansprüche an Koordination sind hoch, denn neben motorischer Lern- und Steuerungsfähigkeit, situativer Umstellungs- und Anpassungsfähigkeit werden Gleichgewicht, Rhythmusgefühl, Reaktionsvermögen und visuelle Orientierungsfähigkeit im hohen Maße entwickelt. Wie in keiner anderen Sportart werden derart viele muskuläre Ansprüche auf einmal gestellt, wird – neben dem Geist – der gesamte Körper gefordert.

Die Ausbildung der Sinnesqualitäten, wie Geruchs-, Tast-, Gehör-, Gesichts-, Bewegungs- und Gleichgewichtssinn sind Grundvoraussetzungen um sich in der Welt zielgerichtet zu orientieren, Lernvorgänge zu ermöglichen und Individualität auszubilden. Beim Reiten werden Grundlagen geschaffen, die die Kinder und Jugendlichen in ihrer Gesamtheit erfassen.

Ein Beitrag sowohl zur Gesunderhaltung, aber auch des gefühlsmäßigen Wohlbefindens wird geleistet. Auch die als schwierig erlebte Pubertät kann gerade bei Mädchen durch den Partner Pferd, durch seine emotionale Zuneigung stark abgeschwächt werden.

Warum ist das Tier - hier das Reitpferd - in der pädagogischen Arbeit der Jugendfarm so wertvoll?

Nutztiere schaffen einen besonderen Erfahrungsrahmen. Kinder und Jugendliche entwickeln durch den Beziehungsaufbau emphatisches Verhalten. Einige grundlegende Elemente für den Einsatz von Pferden:

- das Kind kann auf unterschiedliche Art und Weise Kontakt aufnehmen (beobachten, streicheln, versorgen)
- Pferde schaffen durch ihre authentisches Leben eine Atmosphäre, in der Vertrauen wachsen kann
- im Umgang werden Verlässlichkeit und Verantwortung ausgebildet
- Pferde setzen klare Signale und somit direkte Grenzen
- Pferde haben einen hohen Aufforderungscharakter
- sie wecken Neugier und regen die Aufmerksamkeit an, sie können das Kind aus der Isolation holen, können trösten aber auch motivieren
- Pferde sind vorurteilsfrei, ein nonverbaler Dialog ist möglich und besonders wichtig
- Der Umgang mit dem Pferd fördert Respekt vor dem Lebewesen, Rücksichtnahme, Einfühlungsvermögen und Verantwortungsgefühl
- Tätigkeiten wie die Versorgung, Pflege und Reiten des Pferdes sind nicht aufgesetzt, sondern ist "Lernen in echt"

Der Reitbereich der Jugendfarm ist so konzipiert, dass Basiskompetenzen vermittelt und eingeübt werden. Hier nur ein kurzer Überblick:

- Teamfähigkeit - jedes Pferd hat ein Team, die Reitergruppe bildet die große Gruppe, die miteinander an der Umsetzung der nötigen Versorgung und Pflege zusammenarbeitet
- Konfliktlösungsfähigkeit - es wurden z.B. Umgangskriterien von den Kindern überlegt, die Mobbing und Ausgrenzung verhindern sollen
- Leitungskompetenz – ältere Kinder helfen den "Anfängern" im Umgang mit den Pferden, ältere Reiter und Reiterinnen übernehmen die Longenausbildung der Neuen

- Organisationsfähigkeit – die Kinder und Jugendlichen müssen mit Infotafeln, Reit- und Ausmistlisten umgehen lernen, sie müssen den Ablauf für sich strukturieren, organisieren und planen
- Selbständigkeit – der Reitunterricht stellt Aufgaben, die selbständig gelöst werden müssen, die Reitprüfungen "Kleines Hufeisen" oder "Reitabzeichen" erfordern auch ein selbständiges Aneignen von Wissen
- Flexibilität – sich auf neue Situationen einstellen, z.B. wenn das Pferd anders reagiert als erwartet
- Leistungsbereitschaft – das Pferd und das Reiten basiert auf Zuverlässigkeit, Ausdauer, die Fähigkeit mit Stress oder Angst umzugehen lernen aber auch mit Belastbarkeit und Disziplin
- Handwerkliche, technische, sprachliche, kreative Kompetenzen - beim Hufschmied helfen, Protokolle bei der Reitersitzung führen, Artikel über den Reitbereich für die Jufa-Zeitung schreiben
- Partizipation und Mitbestimmung – die Reitersitzung als wichtiges Gremium, viele Reiterinnen helfen ehrenamtlich im Jufaalltag und sind später auch im Vorstand des Jufaverieines aktiv

Anhang

Wissenschaftliche Bestätigung durch FN – Studie

In einer quantitativen Studie (FN) der deutschen Reiterlichen Vereinigung sollte die Fragestellung beantwortet werden, inwieweit Reitsport zu einer positiven charakterlichen und sozialen Entwicklung von Menschen führt. Offenbar fördert der "Coach Pferd" diese positiven Charaktereigenschaften: führungs- und durchsetzungsstark, zielstrebig, begeisterungsfähig, wettbewerbs- orientiert, belastbar und strukturiert – bei diesen Eigenschaften wiesen Reiter höhere Ausprägungen aus als Nicht-Reiter.

Durch das Hobby Pferd fühlten sich die Reiter und Reiterinnen auch ausgeglichener und zufriedener. Auch zeigte sich, dass Attribute wie naturverbunden, ehrgeiziger, gesellig und stabil stärker ausgeprägt sind. Weniger ausgeprägt sind Attribute wie still und ruhig, sowie nervös und ängstlich.

Reiten hat nicht nur einen Einfluss auf die zeitlich überdauernde Komponente der Persönlichkeit sondern darüberhinaus auch situative, sogenannte State-Komponenten: Reiten führt dazu, dass sich der Reiter sowohl gutmütiger als auch strenger (Interaktion mit dem Pferd), sowie ausgeglichener und weniger skeptisch fühlt. (FN-11.2012)



Schwimmkurs der Jugendräume Rheingönheim in Kooperation mit dem Spielraum Froschlache

Birgit Scheuermann, Jugendräume Rheingönheim

Im Rahmen des Ferienprogramms, das die Jugendräume Rheingönheim regelmäßig anbieten, stellte das Team fest, dass einige der Kinder und Jugendlichen nicht oder nur sehr schlecht schwimmen konnten. Dies bedeutete, dass sie, wenn überhaupt, nur mit einem Erwachsenen und dann auch nur im flachen Wasser baden gehen konnten. Das war für alle Beteiligten nicht sehr befriedigend.

Im Vorjahr hatten die Jugendräume mit dem Schwimmtraining für Schwimmer, das die Einrichtung mit Cansu Akbay als Trainerin anbieten konnte, sehr gute Erfahrungen gemacht. Die Teilnehmer an diesem Training konnten während des gesamten Zeitraums lernen, ihren Schwimmstil zu verbessern, lernten andere Schwimmarten und spezielle Fertigkeiten (Rollwende, Startsprung, Streckentauchen, Atemtechnik, Delphin-Schwimmen ...).

Die zwei Monate, in denen Frau Akbay bei uns ihr Zwischenpraktikum absolvierte, wollten wir nun nutzen, um einen Schwimmkurs anzubieten. Von den Kolleginnen des Spielraum Froschlache hatten wir die Info, dass es dort auch einige Kinder gab, die ebenfalls nicht schwimmen konnten. So beschlossen wir, gemeinsam einen Schwimmkurs anzubieten. Von den Jugendräumen Rheingönheim waren 10 Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren angemeldet, vom Spielraum Froschlache kamen 6 Kinder von 6 bis 10 Jahren dazu. Allerdings waren nicht immer alle angemeldeten Kinder am Start, sodass wir auf eine durchschnittliche Teilnehmerzahl von etwa 10 kamen.

Ziel des Kurses war, die Kinder ans Wasser zu gewöhnen, ihnen Schwimmen beizubringen (Brust-, Rücken- und Freistilswimmen) und möglichst das Seepferdchen-Abzeichen mit ihnen zu machen. Den Eintritt ins Hallenbad Süd zahlten die Kinder selbst.

Wir trafen uns zu 8 Terminen immer montags um 16.15 Uhr im Hallenbad Süd; der Kurs begann nach Umziehen und Duschen um 16.30 Uhr mit Aufwärmspielen im Wasser. Diese sind sinnvoll, um Verletzungen der Muskulatur zu vermeiden und um den Kindern, die noch großen Respekt vorm Wasser haben, die Angst zu nehmen.

Danach wurden am Beckenrand Vereinzelungsübungen gemacht, beispielsweise Brust- und Kraulbeinschlag und -armzug geübt. Die gleichen Übungen wurden dann im Nichtschwimmerbecken mithilfe von Schwimmbrettern durchgeführt.



Im Idealfall waren 3 bis 4 erwachsene Personen mit den Kindern im Wasser, sodass auch ausreichend Sicherheit gewährleistet war und die Kindern immer genug Unterstützung bekamen. Zum spielerischen Ausklang machte die Gruppe zusammen immer noch einige Spiele im Wasser, beispielsweise mit einem großen Wasserball, mit Wasserbombentieren oder mit Tauchringen.

Schon nach 2 Trainingsterminen waren die meisten Kinder so weit, dass wir mit ihnen ins Schwimmerbecken gehen konnten. Dort verstärkt sich nämlich der Effekt, dass die Kinder schwimmen lernen, relativ schnell, weil sie mit den Füßen nicht mehr den Boden berühren und deshalb nicht mehr "schummeln" können, das heißt, sie "müssen" schwimmen. Bei den meisten konnten wir dann auch recht schnell gute Fortschritte beobachten: sie waren dann in der Lage, erst einmal eine halbe Bahn und bald schon eine ganze Bahn (25 m) durchzuschwimmen. Mit denen konnten wir dann auch beginnen, Sprünge vom Beckenrand beziehungsweise vom Startblock, Tief- und Streckentauchen und spezielle Atemtechnik zu üben, zum Beispiel 3er- bzw. 5er- Armzug beim Kraulen. Allerdings waren die meisten Kinder schneller in der Lage, Brust- als Freistilswimmen zu lernen.

Eine Mitarbeiterin blieb bei den Kindern, die noch nicht so fit waren im Nichtschwimmerbecken und übte mit ihnen weiter oder machte Spiele im Wasser.



Leider war die Arbeitssituation Spielraum Froschlache in diesem Zeitraum durch Krankheiten etwas dezimiert, sodass die Froschlache-Kinder nur an fünf der eigentlich acht Terminen teilnehmen konnten. Dies und die Tatsache, dass sie deutlich jünger waren als die Rheingönheimer, führte dazu, dass sie leider kein Seepferdchen-Abzeichen machen konnten. Von den Rheingönheimer Kindern machten zum Abschluss des Kurses fünf das Seepferdchen-Abzeichen (25 m Schwimmen, ein Sprung ins tiefe Becken und einen Ring aus dem Flachwasser holen) und waren darauf unglaublich stolz. Auch wenn es mit dem Schwimmen nicht bei allen gleich schnell und gleich gut klappt: die Kinder ohne Seepferdchen-Abzeichen haben wenigstens die Angst vorm Wasser verloren und Spaß an der Bewegung im Wasser gewonnen.

Open Sport im Treff International

Ibrahim Yetkin, Treff International

Im Treff International spielte Sport schon immer eine bedeutende Rolle. Ein weiterer wichtiger Schritt in Richtung einer bedarfsorientierten Sportangebots für Jugendliche im Hemshof gelang uns mit der Teilnahme an dem Projekt "Open Sport Ludwigshafen". Unseren Beitrag bei diesem Projekt möchten wir hiermit vorstellen.

Projekt "Open Sport Ludwigshafen" (OS:LU)

Das Projekt "Open Sport Ludwigshafen" hat das Ziel, Jugendliche an Sport und Bewegung heranzuführen sowie Integration zu fördern. Beginn des Projektes war 2012 und es ist auf drei Jahre angelegt. Das Projekt wird gefördert und unterstützt durch die Stadt Ludwigshafen, die Sportjugend des Landesportbundes Rheinland-Pfalz, die Leitstelle Kriminalitätsprävention Rheinland-Pfalz so-

wie das Ministerium für Integration, Familie, Kinder Jugend und Frauen. Die Initiatoren des Projekts stammen aus dem AK "Öffentlicher Raum Nördliche Innenstadt" des Kriminalpräventiven Rates der Stadt Ludwigshafen.

Beim Forum der Sportjugend "Hey Mädels wir suchen Euch" am 16.09.2013 in der Volkshochschule Ludwigshafen wurde das Projekt von den Kooperationspartnern erfolgreich präsentiert. Es gab bereits Anfragen aus zwei anderen Einrichtungen, die uns anschließend um Unterstützung und Beratung hinsichtlich der Umsetzung eines ähnlichen Angebots baten.

Im Rahmen des Projekts bietet der Treff International an zwei Tagen in der Woche ein Boxangebot für Mädchen und Jungen an. Hierdurch werden hauptsächlich Jugendliche, die wenig an Sport interessiert sind, an sportliche Aktivitäten herangeführt und zum



regelmäßigen Training motiviert. Zwei der Jungs, die über dieses Projekt zum Boxsport fanden, sind mittlerweile beim nahegelegenen Boxverein "Boxring Ludwigshafen" angegliedert und haben sich insofern integriert und sportlich verbessert. Insbesondere die Aussage eines dieser Jugendlichen ist beispielhaft: "Ehrlich gesagt, am Anfang war es so anstrengend, dass ich dachte, ich komme nie wieder, aber dann hat mich der Ehrgeiz gepackt." Er hat auch das Rauchen stark eingeschränkt und ließ sich von uns hinsichtlich gesunder Ernährung beraten. Auch viele der anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Projekts fragen nach Ernährungstipps, da sie bemerken, dass die Ernährung sich auf die körperliche Leistungsfähigkeit auswirkt. Viele Jugendliche, insbesondere die Mädchen, finden in der Trainerin oft auch ein Vorbild.

In das Projekt "OS:LU" wurde auch das regelmäßige Fußballangebot freitags in der Halle mit eingegliedert. Bei vielen Jugendlichen ist ein Bewegungsdefizit zu erkennen und sie nehmen das Angebot gerne an. Mit den Jugendlichen wurden auch einige Fußballturniere besucht. Dabei war sicherlich das Highlight die Teilnahme am Fußballtur-

nier der "Ich-kann-was"-Initiative von der Telekom in Berlin. Wir stellten fest, dass dadurch das Gruppengefühl und die Solidarität untereinander gefördert wurden - auch peer-group-übergreifend.

Unserer Einschätzung nach trägt Sport wesentlich zur Gesundheitsförderung bei. Er verbessert sowohl das eigene Körpergefühl als auch die Selbstreflexion im Hinblick auf Gewichtsprobleme, Konditionsprobleme (verursacht unter anderem durch Rauchen/Shisha) und Ernährungsgewohnheiten. Wichtig für die Jugendlichen ist es aber auch, Vorbilder zu haben, die sich mit der Thematik selbst befassen und dies auch vorleben. Sportliche Betätigung führt nachweislich auch zu besseren kognitiven Leistungen und stärkt Durchhaltevermögen und Selbstdisziplin.

Im Jahre 2013 wurden im Treff International ca. 50 Jugendliche über die Sportangebote angesprochen und erreicht. Zudem wurde auch mehrmals eine sportrechtliche Beratung, zum Beispiel im Hinblick auf Vereinswechsel, Fristen, Mitgliedschaften im organisierten Sport angefragt. Die Unterstützung diesbezüglich wurde gerne angenommen.



Lauftreff Free-Run mit der Realschule Plus am Ebertpark

Nicole Kempf, Straßensozialarbeit Ludwigshafen (Region Mitte-Nord)

Der Lauftreff "Free-Run" ist Teil des Projektes "Open Sport Ludwigshafen" (OS:LU) und wird in Kooperation zwischen der Schulsozialarbeit der Realschule Plus am Ebertpark und der Straßensozialarbeit Mitte-Nord der Stadt Ludwigshafen am Rhein durchgeführt.

Das Projekt OS:LU wurde auf Initiative des Rates für Kriminalitätsverhütung ins Leben gerufen und hat sich zum Ziel gesetzt, in der nördlichen Innenstadt mehr niederschwellige und kostenfreie sportliche Angebote für junge Menschen zu schaffen. Im Zuge dessen wurde das Angebot "Free-Run" im April 2012 vorab von OS:LU initiiert.

Die Laufgruppe trifft sich jeden Mittwoch um 16.00 Uhr auf dem Pausenhof der Realschule Plus am Ebertpark. Das Lauftraining erfolgt dann im Ebertpark.

Bei schlechten Wetterverhältnissen und auch im Hinblick auf das anvisierte Sportabzeichen findet zudem auch Sportunterricht in der Turnhalle der Schule statt (zum Beispiel gymnastische Übungen, isometrische Sportübungen etc.). Außerdem wird auf die individuellen Interessen der Teilnehmer und Teilnehmerinnen eingegangen (zum Beispiel Judo, Fallübungen, Basketball, Parcours). Hier dürfen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dann als Co-Trainer agieren und den anderen ihre Begeisterung für ihren Sport näherbringen.

Unser Ziel für 2014 ist, für die Teilnahme an öffentlichen Laufveranstaltungen, wie zum Beispiel dem Ludwigshafener Stadtlauf zu trainieren. Zudem ist angedacht, im Sommer das Sportabzeichen abzulegen.

Obwohl die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Lauftreffs körperlich stark gefordert werden, zeigen sie nicht nur in den rein physischen Bereichen Erfolge, sondern

freuen sich auch über deutliche Fortschritte in den Bereichen Ressourcenorientierung, Selbstvertrauen, Durchhaltevermögen, Teamfähigkeit, Akzeptanz, Toleranz, Verantwortungsgefühl sowie Selbstreflexion.

Die Laufgruppe umfasst eine Anzahl von ca. 12 bis 16 Stammteilnehmern. Hinzu kommen noch Jugendliche (ca. 30 Personen), die nur ab und zu beim Training mitmachen. Das Alter der Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie deren Nationalitäten sind breit gefächert.

Durch die Teilnahme an den Ludwigshafener Stadtläufen im Juni 2012 sowie im August 2013 konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihr Können unter Beweis stellen und waren im Anschluss sehr stolz auf sich und ihre Leistung.

Besonders erfreulich ist, dass im letzten Jahr einer unserer Teilnehmer den ersten Platz in seiner Altersklasse erlangen konnte.



Neben dem Lauftraining sowie dem Training in der Turnhalle bieten wir immer an einem Tag in den Ferien ein Klettertraining an. Zudem wurde im Sommer 2013 in den Sommerferien eine eintägige Kanutour durchgeführt.

Erfreulich ist außerdem, dass innerhalb der letzten zwei Jahre ein gutes Netzwerk an Fachkräften entstanden ist, das den Lauftreff zusätzlich mit seinen Kenntnissen und seinem Wissen als Kooperationspartner unterstützt. Hierzu zählen unter anderem der Pfälzische Verein für Soziale Rechtspflege Vorderpfalz e.V., die Jugendberufshilfe der Stadt Ludwigshafen, die Caritas sowie einige Sportlehrerinnen und -lehrer der Realschule Plus am Ebertpark.



Ansprechpartner für den Lauftreff "Free-Run" sind Wolfgang Koberstein, Schulsozialarbeit, Realschule Plus am Ebertpark und Nicole Kempf, Straßensozialarbeit Ludwigshafen (Region Mitte-Nord)



Jugendförderung in Ludwigshafen

Öffnungszeiten, Besucher, Personal im Jahr 2013

Peter Edel, Abteilungsleiter im Bereich Jugendförderung und Erziehungsberatung der Stadt Ludwigshafen am Rhein

Besucherkzusammensetzung

Im Bereich Jugend und junge Erwachsene beträgt der männliche Anteil 66,6 %, der weibliche liegt bei 33,4 %. Die Bandbreite bewegt sich zwischen 5% Besucherinnen im Jugendtreff Westend und 57,4 % in den Jugendräumen Rheingönheim.

Die Zahlenerfassung beschränkt sich auf die "stationären" Angebote der Jugendförderung. Kontakte der Straßensozialarbeiter und der Jugendberufshilfe sind nicht berücksichtigt.

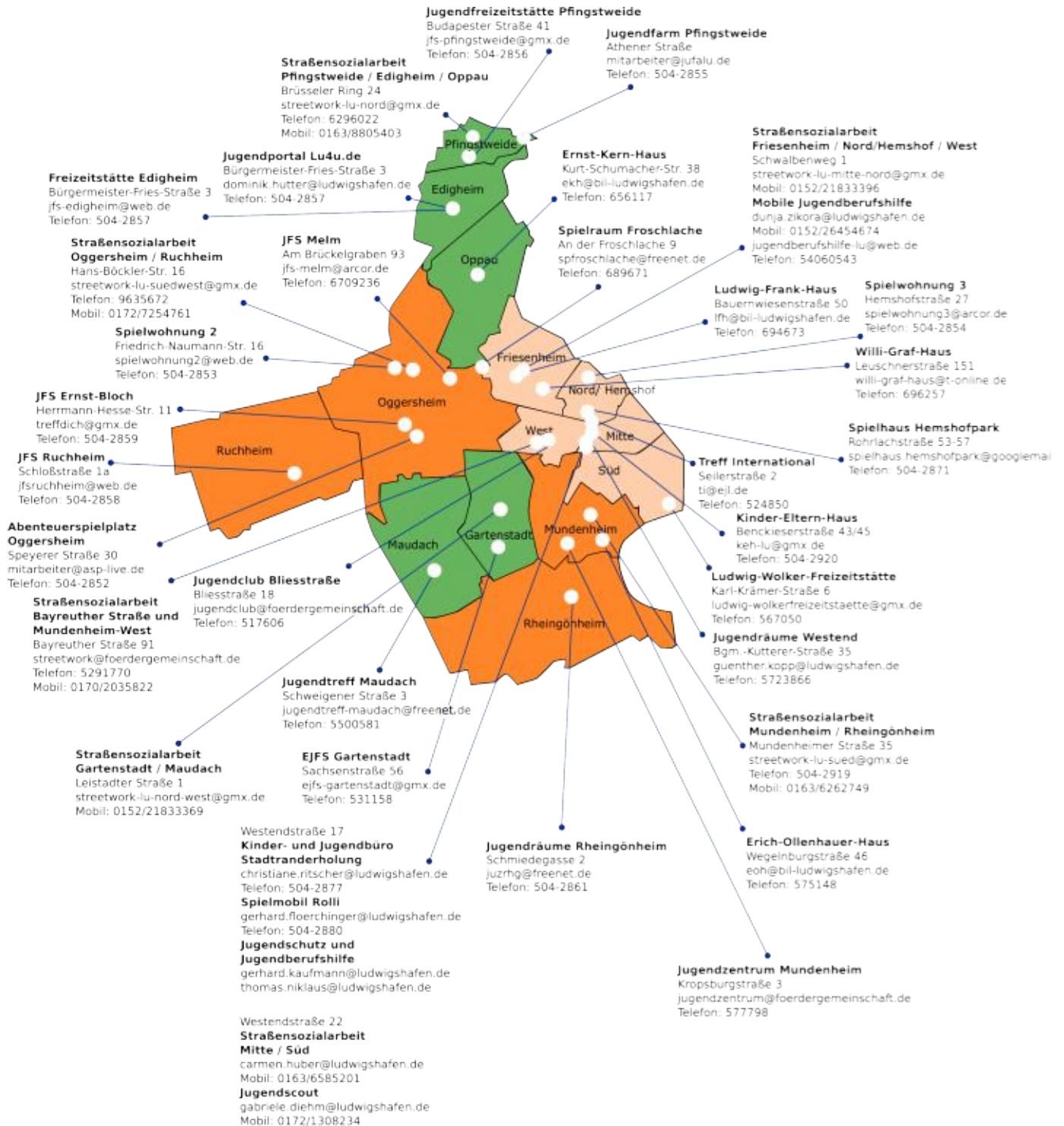
Im Kinderbereich sind 49,6 % der Besucher Mädchen. Hier bewegt sich der Anteil der Mädchen zwischen 37 % in der Ludwig-Wolker-Freizeitstätte und 55% in der Spielwohnung Oggersheim.

Region	Nord	Mitte	Süd/West	Gesamt
Öffnungszeiten Offener Betrieb	141	166,5	175	482,5
Öffnungszeiten außerhalb des Offenen Betriebes	74	106	147,25	327,25
Öffnungszeiten gesamt	215	272,5	318,5	806
Besucherzahl Offene Angebote	1826	1487	1668	4981
Besucherzahl Gruppenangebote	421	755	657	1833
Personal	21,1	24,3	25,6	71

Region Nord: JSZ Pfingstweide, Jugendfarm Pfingstw., JFS Edigheim, Ernst-Kern-Haus, Ev. JFS Gartenstadt, JT Maudach

Region Mitte: Ludwig-Frank-Haus, Willi-Graf-Haus, Jugendclub Bliesstraße, Spielwohnung Hemshof, Treff International, Spielhaus Hemshofpark, Kinder-Eltern-Haus, Jugendtreff Westend, Ludwig-Wolker-Freizeitstätte

Region Süd/West: Spielraum Froschlache, JFS Melm, Spielwohnung Oggersheim, JFS Ernst Bloch, JFS Ruchheim, JUZ Rheingönheim, Abenteuerspielplatz, Erich-Ollenhauer-Haus, JUZ Mundenheim



2013 Offene Kinder- und Jugendarbeit in Ludwigshafen

