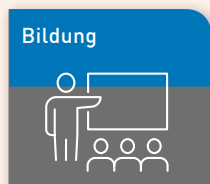


VERBAND



Fortbildung: Resilienz und Nachhaltigkeit im Sport

Landessportbund Sachsen-Anhalt e. V.



Im Rahmen einer zweitägigen Fortbildung brachte der Landessportbund Sachsen-Anhalt die Themen Resilienz und Nachhaltigkeit im Sportkontext zusammen. Dabei wurde diskutiert, wie ein gesunder, verantwortungsvoller Umgang mit Herausforderungen im Vereinsalltag gelingen kann und wie gleichzeitig der Sportverein nachhaltiger gestaltet werden kann – sozial, ökologisch und ökonomisch. Die teilnehmenden Übungsleiter*innen, Vereinsmanager*innen und Engagierten lernten verschiedene praktische Methoden zur Stärkung der eigenen Widerstandskraft kennen und erhielten vielfältige Impulse zur nachhaltigen Vereinsentwicklung.

Unterziele

- Stärkung der Resilienz von Übungsleiter*innen und Vereinsverantwortlichen
- Bewusstseinsbildung für Nachhaltigkeit im Vereinsalltag
- Reflexion des eigenen Handelns und Entwicklung konkreter Ideen für den Vereinsalltag

Zeitaufwand

2 Monate (rund 2 Personentage)

Budget

1.200 Euro (Honorar Referent, Kosten Landessportschule)

Beteiligte

Zwei Mitarbeitende und ein externer Referent

Ansprechperson

Judith Filip
Bildungsreferentin
halle@lsb-sachsen-anhalt.de

Ziele für eine bessere Welt



Vorgehen

1

Terminfindung in Abstimmung mit Zielgruppe und Referent

2

Inhaltliche Gestaltung und methodisch-didaktische Planung

3

Ausschreibung über Website und Netzwerke

4

Durchführung der zweitägigen Bildungsveranstaltung

Lessons Learned

- Die Kombination aus Theorie und Praxis fördert nachhaltiges Lernen.
- Methoden zur Stärkung der Resilienz lassen sich gut auf den Sportkontext übertragen.

Positive Nebeneffekte

- Perspektivwechsel und ein Anstoß zur kritischen Selbstreflexion im Verbandsalltag.
- Austausch mit anderen Vereinen motiviert zur Umsetzung eigener Nachhaltigkeitsmaßnahmen.

Anschrift des Vereins

Maxim-Gorki-Str. 14, 06114 Halle/Saale



Jugendprojekt: Demokratie Werkstatt Lerchenberg

Arc-en-Ciel
Sport- und Kulturverein Mainz e. V.



Das Projekt des Arc-en-Ciel soll Jugendliche (14 bis 17 Jahre) motivieren, sich politisch für ihren Stadtteil zu engagieren. In verschiedenen Modulen setzen die Jugendlichen gemeinsam mit Künstler*innen und Aktivist*innen ihre Forderungen kreativ um mit dem Ziel, eine Agenda mit konkreten Forderungen zu erstellen. Hintergrund ist die beobachtete Politikverdrossenheit unter Jugendlichen und die strukturelle Benachteiligung vieler Jugendlicher, die sich abgehängt fühlen. Soziale Ungleichheit, geringe gesellschaftliche Teilhabe und wachsende Frustration sind die Folge. Die „Demokratie Werkstatt Lerchenberg“ will vorhandene Frustration in neue Motivation umwandeln und Jugendliche dazu ermutigen, sich aktiv für ihren Stadtteil einzusetzen. Im Rahmen des Projekts lernen sie, demokratische Strukturen zu verstehen und für sich zu nutzen. So gewinnen ihre Stimmen an Gewicht und sie können ihre Wünsche und Bedarfe gegenüber politischen Entscheidungsträger*innen klarer und wirkungsvoller zum Ausdruck bringen.

Unterziele

- ➔ Persönliche Kompetenzen stärken, indem Selbstwirksamkeit erfahrbar wird und kritisches, kreatives Denken gefördert wird
- ➔ Förderung der gesellschaftlichen Teilhabe und Partizipation von Jugendlichen (Demokratie als Alltag erleben)
- ➔ Aus der Diversität der Jugendlichen (mit/ohne Migrationshintergrund, Beeinträchtigung, etc.) eine Gemeinschaft formen

Budget

Keine Angabe

Beteiligte

Bildungsreferentin, Jugendliche, ortsansässige Schulen und Schulsozialarbeiter*innen, Künstler*innen und Aktivist*innen, Netzwerk Lerchenberg, Stadt Mainz

Zeitaufwand

3 Jahre mit circa 30 Stunden Projektarbeit pro Woche

Anschrift des Vereins

Rheinallée 1, 55116 Mainz



VEREIN

Vorgehen

1

Vertrauen aufbauen und die Gruppendynamik durch altersgerechte Teamspiele stärken

2

Ideenwerkstatt: Entwicklung von gemeinsamen Projekten und Forderungen für den Stadtteil

3

Stadtteilbegehung: Lerchenberg wird betrachtet: Was fehlt, was stört, was wird sich gewünscht?

4

Kreative Aktionen gemeinsam mit Künstler*innen und Aktivist*innen umsetzen

Ansprechperson

Larisa Skapur
Bildungsreferentint
info@arcenciel.de

Lessons Learned

- ➔ Es braucht viel Zeit und Geduld, um Berührungängste abzubauen und eine echte Gemeinschaft aufzubauen.
- ➔ Verbindlichkeit ist eine Herausforderung – insbesondere in der längerfristigen Zusammenarbeit.
- ➔ Mädchen benötigen „safer spaces“, um sich einbringen zu können.

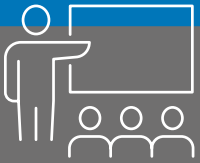
Positive Nebeneffekte

- ➔ Kooperationsanfragen von anderen Vereinen und Institutionen durch gestiegenes Interesse am Projekt
- ➔ Das gute Gefühl, dass wir die soziale Dimension der Nachhaltigkeitsziele erfüllen.



3.3 Hebel 3: Bildung

Bildung



Werte wie Respekt, Toleranz und Fairplay, die im Sport gelebt werden, stehen in enger Verbindung mit Nachhaltigkeit. Vor diesem Hintergrund bieten Sportvereine als außerschulische Bildungsorte ideale Voraussetzungen, um nachhaltiges Denken und Handeln schon bei den Jüngsten zu fördern. Bildung im und durch Sport endet aber nicht in der Jugend – sie begleitet Menschen ein Leben lang. Vom spielerischen Lernen im Kindesalter über die Vermittlung sozialer Kompetenzen in der Jugendarbeit bis hin zur Sensibilisierung von Erwachsenen und älteren Generationen: Sportvereine sind Bildungsräume für alle Altersgruppen. Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) ist das Konzept, das dabei unterstützt, soziale Verantwortung, Umweltschutz und zukunftsfähiges wirtschaftliches Handeln zu vermitteln. Die Deutsche Sportjugend (2025) stellt umfangreiche Informationen und praktische Ansätze bereit, um BNE gezielt im Sport zu verankern.

In der Praxis gibt es bereits einige Vereine, die BNE in ihre Arbeit integrieren: Sie bieten beispielsweise Workshops oder Schulungen zu Themen wie Anti-Rassismus, Kinderschutz, Gesundheit, Demokratie oder Umweltschutz an, organisieren Ferienangebote und Sportevents, bei denen entsprechende Inhalte eingebunden werden, oder erstellen Plakate und digitale Infomaterialien zu nachhaltigem Handeln.

Unsere Umfragen haben ergeben, dass sich viele Vereine allerdings noch weitere Unterstützung wünschen, um Bildung für Nachhaltigkeit tiefer in den eigenen Strukturen zu verankern. Die Landessportbünde und Sportfachverbände spielen dabei eine zentrale Rolle: Denn sie können unterstützen, indem sie Nachhaltigkeit kontinuierlich in ihre Bildungsprogramme aufnehmen. Dies geschieht bereits teilweise – etwa durch regelmäßige Green Meetings, Online-Seminare oder

Fortbildungen, die in der Übungsleiter*innen-/Trainer*innenausbildung anerkannt werden. Der DOSB wiederum bietet den Sportverbänden und Landessportbünden bereits verschiedene Qualifizierungsangebote zu Themen der Nachhaltigkeit an, auch über die DOSB **Führungs-Akademie**.

Über Bildung für nachhaltige Entwicklung können Verbände und Vereine interessierte Mitglieder zu Multiplikator*innen ausbilden, die das Thema in andere Vereine und Gemeinschaften tragen. So wird der Sport zu einer wichtigen Plattform für nachhaltiges Handeln.

Empfehlungen an Sportverbände: Vorbild und Impulsgeber

Vorbild

Was ihr intern bewegen könnt:

- ▶ Bietet euren Mitarbeitenden Fortbildungen zur Nachhaltigkeit an und legt BNE-Ziele für die Personalentwicklung fest (zum Beispiel Anzahl BNE-Zertifizierte Mitarbeitende).
- ▶ Verankert BNE als festen Bestandteil in das Leitbild, die Vereinssatzung oder Strategiepapiere des Verbands.
- ▶ Führt regelmäßige Workshops oder interne Austauschrunden durch, um Wissen und Erfahrungen zu Nachhaltigkeit untereinander zu teilen.

Impulsgeber

Wie ihr eure Mitgliedsvereine unterstützen könnt:

- ▶ Bietet übergreifende und spezifische Fortbildungen oder Seminare für Ehrenamtliche, Trainer*innen und Vereinsverantwortliche zu Themen wie Klimaschutz, Ressourcenschonung und soziale Verantwortung an. Um noch mehr Personen zu erreichen, könnt ihr auch Webinare durchführen.
- ▶ Bietet Informations- und Bildungsmaterialien für die Vereine an. Diese können entweder wertvolle Tipps für die entsprechenden Verantwortlichen beinhalten oder aber den Vereinen für ihre Mitglieder zur Verfügung gestellt werden.
- ▶ Baut ein Netzwerk von Nachhaltigkeitsbotschafter*innen im Sport auf, die Ansprechpersonen für die Vereine sein oder auch als Testimonials/Botschafter*innen in die breite Öffentlichkeit wirken können (vor allem erfolgreiche Athlet*innen).
- ▶ Startet ein Online-Bildungsportal mit gebündelten Informationen zu Nachhaltigkeit im Sport. Auch könnt ihr hier praktische Beispiele und aktuelle Bildungsangebote aufführen.

Empfehlungen an Sportvereine: Vom Einsteiger zum Profi

Einsteiger

Sichert euch schnelle Erfolge

- ▶ Startet mit schnellen Informationsmaßnahmen, wie Plakate oder Aushänge in Vereinsräumlichkeiten, die konkret Themen der Nachhaltigkeit, beispielsweise Gesundheit, Kinderschutz oder Anti-Diskriminierung, thematisieren.
- ▶ Ihr müsst das Rad nicht neu erfinden: Nutzt bereits vorhandenes Material, zum Beispiel von der **Deutschen Sportjugend**, und stellt es euren Mitgliedern und Ehrenamtlichen zur Verfügung.
- ▶ Informiert euch bei Sportverbänden und Landessportbünden über Fortbildungen, die praxisorientiert Hilfestellung für mehr Nachhaltigkeit in eurem Verein geben.

Fortgeschritten

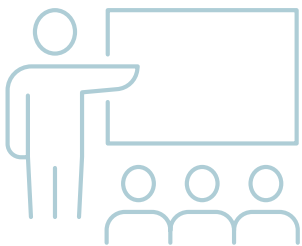
Steigert eure Ambitionen

- ▶ Ermöglicht Trainer*- und Übungsleiter*innen sowie weiteren Ehrenamtlichen die Teilnahme an Online-Workshops oder lokalen Bildungsangeboten zu Nachhaltigkeitsthemen – dazu zählt auch politische Bildung.
- ▶ Veranstaltet jährlich einen „BNE-Tag“, an dem ihr verschiedene Nachhaltigkeitsthemen in Workshops, Aktionen und Vorträge beleuchtet. Bindet hier gezielt die jungen Menschen mit ein.

Profi

Geht auf's Ganze

- ▶ Findet Vorbilder in eurem Verein oder auch in eurer Region, die Botschafter*innen für bestimmte Nachhaltigkeitsthemen sein können.
- ▶ Kooperiert mit Schulen und Kindergärten in eurem Ort und bietet Sportangebote für diese Bildungseinrichtungen an.
- ▶ Ermöglicht euren Ehrenamtlichen oder Mitarbeitenden die Teilnahme an regionalen, nationalen oder sogar internationalen BNE-Veranstaltungen und bringt das Wissen zurück in den Verein.



Damit wird's leichter:

- ▶ Arbeitet mit Schulen, Bildungsinitiativen oder Umweltorganisationen zusammen, um Fachwissen und Ressourcen für eure Bildungsangebote zu nutzen.
- ▶ Denkt dran: Mit euren Sportangeboten und den Werten, die ihr vermittelt, leistet ihr schon einen Beitrag zur Bildung für nachhaltige Entwicklung. Baut darauf auf.
- ▶ In der Aus- und Weiterbildung von Freiwilligen findet das Thema BNE eine immer größere Bedeutung. Informiert euch bei eurem Landessportbund oder der Landessportjugend.
- ▶ Bindet junge Menschen und ihre Ideen mit ein. Sie bringen nicht selten einen soliden Wissensstand mit, vor allem, was den Klimaschutz und die Geschlechtergerechtigkeit betreffen.

**Zu allen weiteren Handlungsempfehlungen, spannenden Erfolgsbeispielen
und praktischen Maßnahmen für Einsteiger und Fortgeschrittene zum
Thema Nachhaltigkeit im Sportverein und -verband kommt ihr hier**



LAG 21
NETZWERK NACHHALTIGKEIT NRW

Breitensport, Umwelt und Nachhaltigkeit

Handlungsempfehlungen für Sportvereine und -verbände – Praxisnah. Inspirierend. Machbar.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Umwelt, Klimaschutz, Naturschutz
und nukleare Sicherheit

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

UNTERSTÜTZT VOM

