



# „KLEINE HELDEN“-TRAINING

## Hinweise zu Ablauf und Inhalten

In Zusammenarbeit mit dem Projekt „Kleine Helden Deutschland“ bietet der Berliner Fußball-Verband e. V. allen interessierten Vereinen die Möglichkeit, ein für sie kostenfreies, 90-minütiges Sondertraining zur Stärkung des Selbstbewusstseins von jungen Fußballer/innen zu buchen.

Die Kinder sollten zwischen 9 und 11 Jahre alt sein (C-/D- oder E-Jugend) und die Gruppe nicht mehr als 15 Personen überschreiten. Im Kalenderjahr 2015 haben bereits 20 Termine stattgefunden, an denen erfahrene Gewaltpräventionsexperten die Kinder im selbstbewussten Umgang mit Erwachsenen schulten. Dazu gehört sowohl der gezielte Einsatz der Stimme als auch die Einhaltung von Distanzzonen. Die Kinder lernen dabei, sich auf spielerischer Basis der körperlichen Überlegenheit Erwachsener zu entziehen.

### ABLAUF DES „KLEINE HELDEN“-TRAININGS

Der vereinbarte Termin wird verbindlich, sobald eine Rückmeldung und Bestätigung durch den Berliner Fußball-Verband erfolgt ist. Dieser Ablaufplan richtet sich an Trainer und andere Verantwortliche, die während des Termins anwesend sind. **Wichtig:** Sowohl die Eltern als auch die Kinder selbst sollten im Vorfeld **nicht** über das Gewaltpräventionstraining informiert werden und unvorbereitet in die Situation gehen. Damit v.a. bei den Eltern keine zu große Unsicherheit entsteht, ist es ratsam, dass sich der Trainer/die Trainerin am Tag des „Kleine Helden“-Trainings in deren Nähe aufhält, um ggf. nach Beginn über das Training aufzuklären.

Als Einstieg wird der „Kleine Helden“-Trainer auf den Platz kommen und eines der Kinder auffordern, selbigen mit ihm zu verlassen. Zumeist unter einem Vorwand wie „Bälle holen“ o.Ä.. Interessant ist dabei einerseits das Verhalten der Kinder in Bezug auf fremde Personen und andererseits auch der anwesenden Eltern, die sich eigentlich über den unbekanntem Mann/Trainer wundern und die Situation hinterfragen sollten.

Während der Übungen sind die Kinder beschäftigt, sodass der Trainer der Mannschaft den Eltern am Spielfeldrand den Hintergrund des „Kleine Helden“-Trainings erklären kann. Sollten von Elternteile weitere Fragen bestehen, können diese gern zum Ende der Einheit dem Präventionsexperten / „Kleine Helden“-Trainer gestellt werden.

Auch Trainer/innen haben dabei die Chance bestimmte unangenehme Situationen, die meist auf eine gewisse Distanzlosigkeit von Kindern zurückzuführen sind (u.a. Kinder wollen auf dem Schoß sitzen, darf der Trainer die Duschräume betreten), mit dem „Kleine Helden“-Trainer im Nachgang zu besprechen.

Die Einheiten finden meist im Freien auf der Sportanlage des jeweiligen Vereins statt. Dementsprechend sind die Kinder während des Trainings den Wetterbedingungen ausgesetzt. Für jedes Kind steht bei schlechtem Wetter entsprechende Regenbekleidung zur Verfügung.

Bei Interesse können Sie Ihre Mannschaft hier anmelden: <http://berliner-fussball.de/soziales/kleinehelden/>

Denn Täter suchen Opfer und keine Kleinen Helden!

Berliner Fußball-Verband e. V.

gez. Gerd Liesegang



unterstützt durch:

