

## Die Idee von b:all inclusive

Im Projekt denken wir Sport mit Demokratie neu zusammen. Kinder und Jugendliche spielen Basketball und erleben dabei in speziell entwickelten Übungen demokratische Grundwerte und reflektieren anschließend im Team gemeinsam ihre Erfahrungen.

Die Demokratie-Basketball-Übungen regen zur Auseinandersetzung mit den demokratischen Grundwerten von Freiheit, Gleichheit, Solidarität und Vielfalt an – im Basketballteam und in der Gesellschaft.

**b:all inclusive** nutzt die Ressourcen des Teamsports, indem eine Verbindung zwischen der Lieblingssportart der Kinder und Jugendlichen – Basketball – und Demokratiebildung geschaffen wird.

## Unser Ziel ist: Demokratie und Sport verbinden

### Projektlaufzeit

1.1.2021 – 31.12.2025

### Zielgruppe

Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 18 Jahren, die Basketball spielen

### Bisherige Projektpartner

Basketball Club Dresden e.V.  
Basketball Club Vogtland e.V.  
Basketballclub Zwickau e.V.  
Bautzen Tigers e.V.  
BC Ottendorf-Okrilla e.V.  
Görlitzer BC Squirrels e.V.  
Leipzig Lakers e.V.  
Niners Chemnitz e.V.  
SV Bad Dübener e.V.

### Kooperationen & Unterstützung

Deutscher Basketball Bund e.V. | Basketballverband Sachsen e.V. | John-Dewey-Forschungsstelle für die Didaktik der Demokratie an der TU Dresden (JoDDiD) | Netzwerk für Demokratie und Courage e.V.

## Kontakt:

# ANDEMOS

Institut für angewandte Demokratie- und Sozialforschung e.V.

**anDemos -  
Institut für angewandte Demokratie-  
und Sozialforschung e.V.**

Berliner Straße 26, 01067 Dresden

### Projektleitung

Dr. Julia Schulze Wessel

### Projektkoordination

Steve Bittner | Tel: 0159/04814092

Mail: [ballinclusive@andemos.eu](mailto:ballinclusive@andemos.eu)

Web: <https://andemos.eu/projekte/ball-inclusive>



# DEMOKRATIE (BASKETBALL-)SPIELEND ERLEBEN



Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

Gefördert durch

WELTOFFENES  
SACHSEN

STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES  
UND GESELLSCHAFTLICHEN  
ZUSAMMENHALT

Freistaat  
SACHSEN

**ANDEMOS**  
Institut für angewandte Demokratie-  
und Sozialforschung e.V.

## Was ist b:all inclusive?

**b:all inclusive** ist ein Projekt, das Demokratiebildung mit Sport verbindet. Das Projekt wird von einem inklusiven Demokratieverständnis getragen, das auf den Grundpfeilern Freiheit, Gleichheit, Solidarität und Vielfalt ruht.

**b:all inclusive** richtet sich an Kinder und Jugendliche, die Basketball spielen. Im Rahmen eines Demokratietrainings werden die Ressourcen des Teamsports genutzt, um Demokratieerlebnisse anzustoßen und diese gemeinsam im Team zu reflektieren. Ein Demokratietraining besteht aus drei jeweils speziell entwickelten Demokratie-Basketball-Übungen, die thematisch aufeinander abgestimmt sind.

## Basketball als Medium der Demokratiebildung

Im Projekt bleiben die Kinder und Jugendlichen in ihrer vertrauten Umgebung: mit ihrem Basketballteam und ihren Trainer:innen in der Sporthalle. Wir knüpfen an den Stärken, Kompetenzen und Interessen der Kinder und Jugendlichen an und nutzen die Ressourcen, die das Basketballtraining zur Verfügung stellt. Demokratiebildung gestalten wir dadurch niedrigschwellig und barrierearm und erreichen so viele verschiedene Menschen.

## Demokratietraining

Die Demokratietrainings werden gemeinsam von Basketballtrainer:innen und Politikwissenschaftler:innen konzipiert. Sie bestehen aus aufeinander aufbauenden Basketballübungen, die so verändert sind, dass demokratische Werte erlebbar werden. Die Übungen rufen Dilemmata hervor, erfordern Entscheidungen und regen dazu an, sich gegenüber anderen Mitspieler:innen verhalten zu müssen.

Wie wägen die Basketballer:innen ab: Helfen sie einander oder spielen sie für sich? Stellen sie als kleineres Team faire oder unfaire Regeln für die größere Gruppe auf?

Wie entscheiden sie sich, wenn sie vor ein sportliches Dilemma gestellt werden? Wie erleben die Spieler:innen den Unterschied, wenn sie entweder Regeln selbst aufstellen oder wenn diese für sie festgelegt werden?

Nach den jeweiligen Übungen reflektieren die Kinder und Jugendlichen ihr Handeln und Erleben. Wie haben sie Situationen wahrgenommen? Warum haben sie sich so entschieden und nicht anders? Und was bedeutet das gerade Erlebte für ihr Miteinander im Team und für das Zusammenleben in der Gesellschaft?

Die Demokratietrainings regen auch dazu an, über das Basketballteam, seine Werte und das Miteinander nachzudenken. Sowohl Stärken und Ressourcen als auch nicht besprochene Herausforderungen und Konflikte können thematisiert werden. So stärkt **b:all inclusive** die demokratischen Handlungskompetenzen von Kindern, Jugendlichen und Trainer:innen.

## Nachhaltigkeit

Die beteiligten Trainer:innen lernen durch **b:all inclusive** eine Vielzahl neuer Übungen kennen und können ausgewählte Demokratie-Basketball-Übungen oder ganze Demokratietrainings mit ihren Spieler:innen selbstständig wiederholen. Dadurch können sie Schwächen des Teams begegnen und die Ressourcen stärken. Der Ansatz von **b:all inclusive** ist auch übertragbar auf andere Teamsportarten wie Fußball, Handball und Volleyball.

## Das Handbuch „Demokratietraining im Basketball. Spielend Demokratie erleben“

Das Handbuch von **b:all inclusive** „Demokratietraining im Basketball. Spielend Demokratie erleben“ finden Sie auf unserer Projektseite ([www.andemos.eu/projekte/ball-inclusive](http://www.andemos.eu/projekte/ball-inclusive)).

Dort werden die theoretischen Grundlagen des Projekts erklärt, die **b:all inclusive**-Übungen beschrieben und grafisch dargestellt, Möglichkeiten der Reflexion aufgeführt sowie Beispiele für Demokratietrainings mit verschiedenen thematischen Schwerpunkten vorgestellt.



## Videoportrait „EINFACH GUT GEMACHT“



## Der Mehrwert für den Vereinssport

### 1. Kinder/Jugendliche:

- ▶ Demokratische Handlungskompetenzen werden erworben, vertieft und erweitert.
- ▶ Das Demokratietraining stärkt die Konfliktbereitschaft und fördert demokratische Aushandlungsprozesse, ermöglicht Selbstwirksamkeitserfahrungen und die Erfahrung solidarischen Miteinanders.

### 2. Team:

- ▶ Das Basketballteam wird zum Nachdenken über eigene Wünsche, Stärken, Schwächen und Werte angeregt.
- ▶ Das Demokratietraining öffnet Räume für Kommunikation über bisher Unausgesprochenes und schafft Zeit zum Reflektieren über Erlebtes.

### 3. Basketballtrainer:innen:

- ▶ Die Trainer:innen bilden sich hinsichtlich demokratischer Grundwerte weiter.
- ▶ Die Basketballtrainer:innen lernen ihr Team auf eine andere Weise, aus einer neuen Perspektive kennen und können die Erkenntnisse in den Trainingsalltag integrieren.

### 4. Sportverein:

- ▶ Die demokratische Kultur im Verein wird gefördert.
- ▶ Die in den Demokratietrainings erworbenen demokratischen Handlungskompetenzen bereiten die Kinder und Jugendlichen auf ein Engagement auf der Vereinsebene vor (Ehrenamt).

**Das Projekt b:all inclusive schließt mit seinem innovativen Ansatz an der Leerstelle von Sport als unmittelbare Methode der Demokratieerfahrung und Demokratieflexion an.**

**Das Projekt versteht sich als Ergänzung zu den bisherigen Ansätzen der Demokratiebildung im Sport.**

Interesse am Projekt oder an einem Demokratietraining in Ihrem Verein oder Verband?  
Dann freuen wir uns auf Ihre Kontaktaufnahme.