

Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport

Handlungsempfehlungen, Umsetzungsbeispiele



EHSM

Eidgenössische
Hochschule
für Sport
Magglingen

Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport

Handlungsempfehlungen, Umsetzungsbeispiele

Lea Cermusoni, Bundesamt für Sport (BASPO),
im Auftrag der Laureus Stiftung Schweiz
30.04.2021

Inhaltsverzeichnis

1. Zusammenfassung und Empfehlungen	2
2. Ausgangslage	4
3. Gestaltung und Umsetzung von (passenden) Bewegungsangeboten - Direkte Mädchenförderung	5
3.1 Handlungsbedarf	6
3.2 Wirkungsebenen	8
3.2.1 Wirkungsebene «Übergeordnete Projektunterstützung»	10
3.2.2 Wirkungsebene «Freiwilliger Schulsport und schulische Tagesstrukturen»	11
3.2.3 Wirkungsebene «Übergänge im Lebenslauf»	14
3.2.4 Wirkungsebene «Spiel- und Sportentwicklung, Angebotsentwicklung»	15
3.2.5 Wirkungsebene «Frühförderung»	20
3.2.6 Wirkungsebene «Jugend- und Quartierarbeit und Bewegungsförderung»	23
3.2.7 Wirkungsebene «Events, Lager und Schnupperangebote»	27
3.2.8 Wirkungsebene «Bewegungsräume öffnen»	29
4. Beeinflussung zentraler Faktoren - Indirekte Mädchenförderung	30
4.1 Sensibilisierung	30
4.1.1 Schwerpunkte	31
4.1.2 Mögliche Zielgruppen und Akteure	32
4.2 Ehrenamt und Führung	38
4.3 Engagement in der Forschung und Evaluation	41
5. Checkliste «Prüfung Förderprojekte»	43
6. Literatur- und Abbildungsverzeichnis	44

1. Zusammenfassung und Empfehlungen

Zusammenfassung. Die Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport ist komplex und bietet in vielen Bereichen und auf mehreren Ebenen Potential, ebenso wie die Notwendigkeit, besondere Aufmerksamkeit und Unterstützung zu erhalten. Aufbauend auf den Erkenntnissen aus dem Grundlagenbericht (Cermusoni, 2020) arbeitet der vorliegende Bericht die *Gestaltung und Umsetzung von (passenden) Bewegungsangeboten* als direkten Hebel und die *Beeinflussung zentraler Faktoren* der Mädchen- und Frauenförderung im Sport als indirekten Hebel auf.

Als direkter Hebel (*Gestaltung und Umsetzung von (passenden) Bewegungsangeboten*) beschreibt der Bericht acht Wirkungsebenen (z.B. «Freiwilliger Schulsport und schulische Tagesstrukturen» oder «Übergänge im Lebenslauf»). Diese zeigen auf, in welchem Rahmen die Förderung von Mädchen und jungen Frauen möglich und sinnvoll ist sowie welche Projekte es in der Schweiz bereits gibt.

Das Kapitel der *Beeinflussung der zentralen Faktoren* verdeutlicht ergänzend den indirekten Hebel: Unter *Sensibilisierung diverser Akteure und Zielgruppen* werden Schwerpunkte (u.a. der Austausch und die Vernetzung relevanter Stakeholder) und Möglichkeiten aufgezeigt. Analog dazu zeigt das Unterkapitel *Ehrenamt und Führung*, dass bspw. Frauen in Führungsrollen vernetzt und unterstützt und Ausbilderinnen und Ausbilder weitergebildet werden können und sollen. Anschliessend wird dargelegt, dass eine zielgerichtete *Evaluation* der eigenen Projekte sinnvoll ist und es werden Werkzeuge präsentiert, mit denen die Evaluation durchgeführt werden kann. Zum Schluss werden *Forschungslücken* thematisiert.

Die Gestaltung von Bewegungsangeboten, die Sensibilisierung der Akteure, das Ehrenamt und die Führung sowie die Forschung und Evaluation *greifen* optimalerweise *ineinander*. Sie unterstützen Mädchen, junge Frauen sowie die im Sportsystem vertretenen Akteure in ihrer sportlichen Aktivität, ihrer Entwicklung und Haltung *ganzheitlich* und beeinflussen sie positiv.

Empfehlungen. Bewegungs- und Sportangebote (im Sinne des direkten Hebels) sprechen Mädchen und junge Frauen am wirkungsvollsten und in direktester Form in ihrer Aktivität an.

Die Unterstützung von niederschweligen Projekten,

- in welchen verschiedene Organisationen kooperieren (wie bspw. Schule, Verband, Verein oder Kanton)
- die neben der Bewegungs- oder Sportaktivität auch andere Ebenen ansprechen (bspw. Einbezug von Junior-Coaches, Sensibilisierungsmassnahmen),

ist besonders zu empfehlen, um die Nachhaltigkeit des Bewegungs- und Sportverhaltens sowie des Ehrenamtes bestmöglich sicherzustellen.

Unabhängig einer spezifischen Ausrichtung auf eine der Wirkungsebenen, ergeben sich folgende, übergreifende Handlungsempfehlungen:

- Ein besonderer Fokus ist auf Mädchen und junge Frauen mit Migrationshintergrund zu legen. Dies kann sich in einem Angebot speziell für diese Zielgruppe äussern wie auch in der Sicherstellung der Erreichung dieser Zielgruppe im Rahmen eines Angebots für alle Mädchen und junge Frauen.
- Es ist von Vorteil, bestehende und künftige Projekte zu evaluieren, wenn nötig Anpassungen vorzunehmen und im Sinne des Wissensaustauschs die Erkenntnisse daraus zu teilen.
- Des Weiteren lohnt sich eine stärkere Vernetzung und Kooperation mit Partnern, die ebenfalls in der Förderung von Mädchen und jungen Frauen engagiert sind.
- Wo sinnvoll, empfiehlt sich weiter Junior-Coaches (siehe Kapitel «Ehrenamt und Führung») einzubeziehen und die Stimmen der Zielgruppe abzuholen.

Grundsätzlich ist jegliche Unterstützung wertvoll. Dabei ist aber zu empfehlen, das Ziel und die Möglichkeiten der Unterstützung vorweg zu reflektieren, denn die Priorisierung sollte sich danach ausrichten. Um die Evaluation und den Entscheid für eine Unterstützung von Projekten zu erleichtern, kann die Checkliste «Prüfung Förderprojekte» (Kapitel 5.) beigezogen werden.

2. Ausgangslage

Die Förderung von Mädchen und jungen Frauen in ihrer Bewegungs- und Sportaktivität und in ihrem ehrenamtlichen Engagement im Sport in der Schweiz ist nach wie vor notwendig. Dies zeigen aktuelle Erkenntnisse. Wie der Grundlagenbericht «Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport – aktueller Stand und Handlungsbedarf» vom Januar 2020 (Cermusoni, 2020) aufzeigt, bewegen sich Mädchen im Vergleich zu ihren männlichen Gleichaltrigen weniger häufig und intensiv und sind im Sport sowie insbesondere in Sportvereinen unterrepräsentiert. Gemäss dem neusten Bericht «Sport Schweiz 2020» (Lamprecht, Bürgi & Stamm, 2020) haben Frauen in ihrer Sporttätigkeit aufgeholt, insbesondere der Anteil Frauen, der über 3 Stunden pro Woche Sport treibt.¹

Die Gründe dafür, dass sich Mädchen weniger bewegen als Knaben und in Vereinen unterrepräsentiert sind, sind vielfältig. Mädchen werden anders sozialisiert und unterstützt als Knaben. Ebenso weichen Bedürfnisse, Präferenzen und Motive der Mädchen und jungen Frauen oftmals von denjenigen der Knaben und jungen Männer ab. Die Passung der Bedürfnisse der Mädchen und jungen Frauen und der bestehenden Angebote ist momentan nicht ausreichend gegeben. Der Zugang zum und die Teilhabe am Sport ist für Mädchen daher oftmals hindernisreich. Dies ist insbesondere für Mädchen mit Migrationshintergrund der Fall.

Die spezifische Förderung von Mädchen benötigt Ressourcen, bringt jedoch auch positive Entwicklungen und Potential mit sich. Werden Mädchen und junge Frauen zu sportlichen Bewegungsaktivitäten ermuntert und im Sport gefördert, so können ihre Gesundheit und ihre Persönlichkeitsentwicklung gefördert werden. Ein Beitrag zu deren lebenslangen Bewegungs- und Sportverhalten wird dadurch angestrebt. Durch die Förderung kann weiter das Ziel einer besseren Vernetzung zwischen verschiedenen Organisationen, Sportanbietern, Verbänden, Vereinen und unterschiedlichen Zielgruppen verfolgt werden. Es können neue Mitglieder, Trainerinnen, Funktionärinnen und Ehrenamtliche gewonnen werden. Eine gesellschaftliche Entwicklung wird angestossen und integrative Organisationen werden unterstützt.

Die Förderung bezieht sich einerseits auf einer qualitativen Ebene auf die Gleichberechtigung zwischen Mann und Frau im Kontext Sport sowie auf die Persönlichkeitsentwicklung der Mädchen. Andererseits bezieht sie sich auf einer quantitativen Ebene auf eine höhere Teilnahmequote der Mädchen und jungen Frauen am Sport.

Der vorliegende Bericht «Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport - Handlungsempfehlungen, Umsetzungsbeispiele» stützt sich auf den oben genannten Grundlagenbericht und leitet daraus Handlungsempfehlungen ab. Ziel ist es, aufzuzeigen, in welchen Bereichen und Formen die Förderung von Mädchen und jungen Frauen gezielt unterstützt werden kann. Um einerseits einen Beitrag zu deren lebenslangen Bewegungs- und Sportverhalten zu leisten und andererseits das Sportsystem und die Haltung der darin vertretenen Akteure offener und chancengleicher zu gestalten.

Der Bericht beschreibt Mädchenförderung auf direktem und indirektem Wege²: Die Gestaltung und Umsetzung von Bewegungsangeboten als direkte Möglichkeit der Mädchenförderung und die Sensibilisierung, das Ehrenamt und Führung sowie das Engagement in der Forschung/Evaluation als indirekte und flankierende Massnahmen.

Gemäss Wunsch der Stiftung werden die Bewegungsangebote (direkte Mädchenförderung) ausführlich beschrieben. Es wird ein Bezug zum Grundlagenbericht hergestellt und es werden Schwerpunkte aufgezeigt, welche bei der Mädchenförderung zu berücksichtigen sind. Innerhalb dieser Schwerpunkte werden - wenn vorhanden - bestehende Projekte vorgestellt und Anregungen vorgebracht, was darüber hinaus unterstützt oder berücksichtigt werden könnte.

Die Abschnitte Sensibilisierung, Ehrenamt und Führung und Engagement in der Forschung/Evaluation liefern ergänzende Informationen, Möglichkeiten, Netzwerke und Schwerpunkte.

¹ Die jüngste Gruppe, die in diese Resultate einbezogen wurde, beschreibt 15-24-Jährige, der spezifische «Kinder- und Jugendbericht» ist noch ausstehend. Dieser ist nach der Veröffentlichung zu konsultieren, um genauere Aussagen über die Entwicklung von Mädchen und jungen Frauen in ihrer Sportaktivität machen zu können.

² Im Rahmen des Grundlagenberichts wurde geprüft, welcher Handlungsbedarf aus den beschriebenen Erkenntnissen resultiert. Mit Hilfe einer qualitativen Inhaltsanalyse dieses Handlungsbedarfs wurden im vorliegenden Bericht verschiedene Handlungsfelder ausgearbeitet.

3. Gestaltung und Umsetzung von (passenden) Bewegungsangeboten - Direkte Mädchenförderung

Die Forschungsgrundlage zeigt, dass ein Sportangebot für Mädchen und junge Frauen attraktiv und bedürfnisgerecht erscheinen muss, um sie dafür zu gewinnen und optimal abzuholen. Ausserdem muss ihnen der Zugang und die Teilhabe erleichtert werden (vgl. Grundlagenbericht 2020). Deshalb spielen die Rahmenbedingungen eine entscheidende Rolle - d.h. wie und in welcher Form ein Angebot organisiert, gestaltet und umgesetzt wird.

Das Ziel eines Angebots muss es einerseits sein, für Mädchen passende Bewegungsräume, -angebote und geschlechtsunabhängige Sportmöglichkeiten zu schaffen und zu öffnen. Dies, damit die Sportpartizipation von Mädchen nicht stereotypisch vorbestimmt oder eingeschränkt wird. Andererseits soll ein Angebot Mädchen in ihrem Selbstwert, ihrer Selbstwirksamkeit, Selbst- und Körperwahrnehmung sowie Mut stärken und so ihr persönliches Wachstum unterstützen.

Deshalb sollen in Bezug auf den Handlungsbedarf und die Bewegungsangebote folgende Leitfragen beantwortet werden:

- *Innerhalb welcher Felder ist es besonders interessant, Mädchenförderung zu unterstützen und welche Projekte und Programme engagieren sich in diesen Bereichen?*
- *Welche Zielgruppen können innerhalb der Förderung von Mädchen und jungen Frauen spezifisch unterstützt werden?*
- *Welche Besonderheiten gilt es zu beachten, wenn die Sichtbarmachung der Mädchenförderung kommuniziert werden soll?*
- *Welche Rahmenbedingungen unterstützen die Bewegung von Mädchen und jungen Frauen? Wie können sich Angebote entwickeln?*
 - *Welche Zeiten und Räumlichkeiten charakterisieren ein attraktives Angebot für Mädchen? Wie wird das Angebot gestaltet?*
 - *Welche infrastrukturellen Begebenheiten begünstigen die Förderung von Mädchen und jungen Frauen?*
 - *Welche Sportarten sind attraktiv für Mädchen?*
 - *Wann sind geschlechtergetrennte bzw. gemischte Angebote geeignet?*
 - *Wie zeichnen sich günstige Trainingsgruppen aus?*
 - *Was zeichnet Leitende aus? Welche Haltung zeichnet sie aus?*
- *Was soll im Rahmen von Mädchen resp. Familien mit Migrationshintergrund besonders beachtet werden?*
- *Wie können Eltern einbezogen und informiert werden?*

Wichtig zu erinnern ist, dass ein Bewegungsangebot immer den direktesten Hebel der Sportförderung bietet. In diesem Sinne ist es in einem ersten Schritt von Bedeutung, dass das entsprechende Angebot überhaupt geschaffen wird. Um ein neues Angebot zu schaffen oder ein bestehendes anzupassen oder zu unterstützen, braucht es die Motivation zu reflektieren, welche Präferenzen und Motive Mädchen mitbringen. Dabei ist es zielführend, bei der Konzeption und Umsetzung von Bewegungs- und Sportangeboten die Bedürfnisse der Zielgruppe (Mädchen) zu erfragen, zu berücksichtigen oder sie, wenn möglich, mitbestimmen zu lassen.

Insbesondere in Regionen mit geringer Angebots- oder Vereinsdichte und/oder vielen Vereinen, die nur eine Sportart/Disziplin anbieten, sind die Überprüfung einer vorhandenen Angebotsstruktur, die lokale Vernetzung und die Schaffung passender Angebote zentral.

3.1 Handlungsbedarf

Aktuelle Befunde zeigen auf, dass die Angebotsstruktur ein möglichst vielfältiges, wo möglich **polysportives Sportangebot** und verschiedene Erprobungsphasen diverser/neuer Sportarten zulassen muss. In der Praxis wissen es Mädchen zu schätzen, wenn ein Angebot über den Sport hinausgeht und **weitere Aktivitäten** und den **Austausch** mit Gleichaltrigen zulässt. Sie bevorzugen es, ein Angebot mit den Freundinnen zu besuchen.

Niederschwelligkeit³ ist wichtig, um den Zugang so einfach wie möglich zu gestalten. Gleichzeitig sollten die Mädchen motiviert werden, ein längerfristiges Commitment zum Sport aufzubauen.

Mädchen wünschen sich das **Erbringen von Leistung**, jedoch möchten sie ohne Leistungsdruck Sport machen, sich sportlich entwickeln und selbstwirksam erleben können. Dagegen ist es wichtig, dass Mädchen, die kein Interesse an einer Teilnahme an Wettkämpfen haben, ein Raum für sportliche Betätigung geöffnet wird, der nicht an eine Leistungserbringung in Wettkampfform gekoppelt ist.

Durch das Anbieten von, bei Mädchen weniger verbreiteten **Sportarten** (bzw. Sportarten, die alternative Bewegungsqualitäten wie Kraft und Wettkampf in Ergänzung zu Ästhetik und Kooperation erfordern), werden (traditionelle) Geschlechterstereotypen aufgebrochen. Dennoch werden über «klassische» Mädchensportarten⁴ (viele) Mädchen erreicht.

Positive Effekte werden erzielt, wenn die Mädchen in den Angeboten **partizipativ eingebunden** werden (wo möglich auch in einer Hilfsleitenden-Funktion). So wird nachhaltiges, lebenslanges Bewegen erzielt. Angebote rein für Mädchen sind auf Grundlage der aktuellen Erkenntnisse lohnend.

In der Praxis zeigte sich ebenfalls, dass **funktionale und sichere Sporträumlichkeiten** und -anlagen, die Austausch und Erholung ermöglichen, erwünschte Rahmenbedingungen sind. Das Angebot sollte in Nähe oder guter Anbindung an den **Wohnort oder die Schule** zu fixen Zeiten unter der Woche oder aber auch am Wochenende stattfinden und von kompetenten, vertrauensvollen **Leitenden** geführt werden. Sind diese Leitenden weiblich und/oder mit Migrationshintergrund, wird dabei auch eine gewisse Vorbildfunktion und Glaubwürdigkeit ausgestrahlt. Im gleichen Zug werden Frauen in ihren Führungsfähigkeiten gestärkt.

Ebenfalls sind in der Förderung von Mädchen und jungen Frauen grundlegend der Einfluss des Alters und der familiären, regionalen und kulturellen Herkunft auf das Bewegungsverhalten mitzudenken:

Die Förderung des Bewegungs- und Sportverhaltens im **frühen Lebensalter** hat positive Effekte auf lebenslanges Sporttreiben und einen aktiven Lebensstil. Befunde aus der Forschung legen nahe, dass gerade im Kindesalter die Aufnahme einer sportlichen Aktivität wichtig resp. gesundheits- und entwicklungsrelevant ist (vgl. u.a. Klostermann & Nagel, 2011). Breite und frühe Sportmöglichkeiten schaffen eine sportliche Begeisterung und Bindung, wenn der Fokus in der Pubertät und im Erwachsenenalter aufgrund fehlender Zeit nur noch auf wenigen Sportarten liegt. Wie nationale Kennzahlen zeigen (Lamprecht, Fischer, Wiegand & Stamm, 2015), scheiden in der Pubertät - insbesondere zwischen 14-20 Jahren - viele junge Frauen aus dem Sport aus. Auch bei Jugendlichen im Allgemeinen ist ein Rückgang der Sportaktivität zu verzeichnen. Aus diesen Gründen ist es interessant, wenn Mädchen in jedem Alter eine passende Möglichkeit aufgezeigt wird, um den Einstieg in den Sport zu finden.

Die familiäre Situation und/oder der Migrationshintergrund beeinflussen das Bewegungs- und Sportverhalten resp. die Möglichkeiten und Unterstützung. Gut abgestützte Befunde (z.B. Burrmann, 2005; Lamprecht et al., 2015) zeigen, dass die sozioökonomische Situation einer Familie ein Hindernis beim Zugang zum Sport darstellen kann. Zudem zeigt die Wissenschaft auf, dass die Gruppe der Inaktiven bei Mädchen und jungen Frauen mit Migrationshintergrund grösser ist, als die Gruppe der Mädchen und jungen Frauen ohne Migrationshintergrund. Es ist deshalb besonders relevant, sie im Speziellen zu berücksichtigen (ebd.). Deshalb werden auf einigen Wirkungsebenen Projekte für

³ Optimale Rahmenbedingungen wie bspw. niedrige Kosten und Beiträge, freigiebigere Erwartungen an regelmässige Teilnahme und Freiwilligenarbeit, etc. können die Niederschwelligkeit begünstigen.

⁴ wie bspw. Tanzen, Turnen, Schwimmen, Reiten, Fussball, Volleyball. Dabei sind auch funktionalistische, expressive, beliebte Sportarten oder -formen wie Yoga, Pilates oder Gruppenfitness zu beachten.

Mädchen mit Migrationshintergrund beschrieben. Die grosse Heterogenität dieser Gruppe muss dabei berücksichtigt und die unterschiedlichen Bedürfnisse dieser Zielgruppe abgeholt werden. Ansatzpunkte interkultureller Vereine könnten hier Unterstützung bieten.

Massnahmen müssen auch im Rahmen der **regionalen Herkunft** mitgedacht werden. Wie statistische Erkenntnisse zeigen (Lamprecht et al., 2015), ist ein besonderes Augenmerk auf die Romandie und das Tessin zu legen, wo sich Mädchen und junge Frauen weniger bewegen als in der Deutschschweiz.

3.2 Wirkungsebenen

Aus diesem Handlungsbedarf resultierend werden folgende Wirkungsebenen vorgeschlagen:⁵

- ❖ Übergeordnete Projektunterstützung 
- ❖ Freiwilliger Schulsport und schulische Tagesstrukturen 
- ❖ Übergänge im Lebenslauf 
- ❖ Spiel- und Sport- sowie Angebotsentwicklung 
- ❖ Frühförderung 
- ❖ Jugend- und Quartierarbeit und Bewegungsförderung 
- ❖ Schnupperangebote, Events und Lager 
- ❖ Bewegungsräume öffnen 

Die Wirkungsebenen sind Felder, in welchen Schwerpunkte bei der Mädchenförderung gesetzt werden können. Zu jeder Ebene werden stichwortartig die wichtigsten Punkte festgehalten und bestehende Projekte aus der Schweiz genannt.⁶ Dabei können die beschriebenen Projekte teilweise auch mehreren Ebenen zugeordnet werden. Innerhalb einiger Wirkungsebenen werden auch geschlechtsunspezifische Projekte beschrieben, um bei mangelnden Projekten mögliche Projektpartner aufzuzeigen.

Unterstützung

Die Projekte können, je nach Wünschen, Bedürfnissen und Möglichkeiten der Stiftung, unterschiedlich unterstützt werden. Es wird angeregt, sich Gedanken zu machen, welche Zielgruppe als Schwerpunkt unterstützt werden und welche Art der Förderung geschehen soll.

Mögliche Zielgruppen:

- Mädchen mit Migrationshintergrund
- Weibliche Kinder und Kleinkinder
- Weibliche Jugendliche
- Familienstrukturen⁷ (z.B. Mutter - Tochter)

⁵ Alle genannten Faktoren des Handlungsbedarfs, wie Präferenzen, Motive, Alter und Herkunft sind nicht bei allen Wirkungsebenen gleichermassen relevant. Auch können sie immer zusammenwirken und eine Wirkungsebene sowie ein Sportverhalten prägen. Die Intersektionalitätsforschung ist sich dahingehend einig, dass die verbreitete Sportabstinenz von Mädchen und Frauen (mit Migrationshintergrund) durch ein Zusammenspiel verschiedener aus- und abgrenzender Mechanismen verursacht werden. Diese entstehen durch die Wechselwirkungen und Verwobenheit verschiedener Differenzierungsmerkmale wie bspw. das Geschlecht, die Ethnizität oder eine körperliche oder geistige Behinderung (Adler Zwahlen, 2018).

⁶ Diese Projekte wurden aufgrund ihrer inhaltlichen Ausrichtung ausgesucht. Die Projektleiterinnen und -leiter wurden teilweise von uns kontaktiert und Details erfragt, jedoch nicht auf ihre Wirkung hin evaluiert, da dies den zeitlichen Rahmen überschritten hätte. Es soll aufgezeigt werden, welche Projekte inhaltlich exemplarisch für die Laureus Stiftung nach Prüfung ihrerseits unterstützungswürdig sein könnten und, dass diese Projekte in inhaltlich wertvollen Themengebieten arbeiten.

⁷ Werden mehrere Familienmitglieder angesprochen, erhöhen sich die Chancen, dass die Mädchen oder sogar noch weitere Personen dem Sport erhalten bleiben. Steht die Familie hinter einem Engagement, stehen die Chancen besser für ein längeres Engagement.

Mögliche Arten der Förderung:

- Bestehende Projekte unterstützen⁸
- Bestehende Projekte bei ihrer inhaltlichen oder regionalen Weiterentwicklung unterstützen
- Konkrete Aktionen/Events der Projekte unterstützen
- Sub-/Zusatzprojekte unterstützen
- Projekte, die noch nicht angelaufen sind, prüfen oder diese für konkrete Unterstützungsideen anfragen
- Ein neues Projekt schaffen

Ebenfalls lohnend wäre die Ausschreibung zur Eingabe von konkreten Projektideen bei der Stiftung selbst.

Sichtbarkeit

Wie insbesondere im Rahmen der Mädchenförderung erkennbar wurde (Cermusoni, 2020), ist die **Sichtbarkeit** der Mädchensportangebote oder -projekte äusserst relevant.⁹ Einerseits, um dem Projekt die nötige Aufmerksamkeit zu verschaffen und einzelne Angebote oder Programme für ihre Zielgruppe überhaupt ersichtlich zu machen. Andererseits, um die Vernetzung unter den Projekten zu erleichtern. In erster Linie sind Angebote selbst die beste Werbung. Es ist jedoch wichtig, diese kommunikativ zu begleiten, d.h. gelungene Umsetzungsbeispiele zu präsentieren und die mediale Präsenz zu erhöhen.

U.a. ist bei der **Kommunikation** zu beachten,

- dass gerade bei Mädchen Botschafterinnen oder Projektpatinnen eine Identifikation stiften. Positive Beispiele sollten hervorgehoben werden. Dies kann auch mit Kampagnen unterstützt werden.¹⁰
- dass eine passende Bildsprache verwendet wird: Es soll ein Umfeld gezeigt werden, welches Mädchen anspricht und mit welchem sie sich identifizieren können: persönlich, freudig und sympathisch, nicht martialisch; soziale Aspekte werden hervorgehoben, stereotypische Rollenbilder und Sprache werden vermieden (bspw. Fokus auf Fähigkeiten und nicht auf Aussehen).
- dass sowohl bestehende, als auch neue Social Media-Kanäle und Plattformen¹¹ genutzt werden.
- dass kultursensibel kommuniziert wird, wenn dies die Zielgruppe voraussetzt. Eine wichtige Voraussetzung dafür, dass Mädchen und Eltern mit Migrationshintergrund die Bewegungsangebote überhaupt erst wahrnehmen, ist die Visibilität und Kommunikation nach aussen. Z.B. durch mehrsprachige Angebotsflyer in Schulen oder auf der Webseite. Wenn Flyer in mehreren Sprachen erhältlich sind und auf der Webseite heruntergeladen werden können, werden sprachliche Hürden bei Migrantenfamilien zumindest bei der Informationsvermittlung überwunden.

⁸ Beispielsweise Unterstützung von Ressourcen, Kommunikation, Übersetzungsleistungen, Aus- und Weiterbildung von Leitenden, Sensibilisierungsmaterial oder Fachreferentinnen. Ebenfalls ist auch die Unterstützung von Mitgliederbeiträgen oder Sportmaterial für Mädchen und Familien lohnend, die ansonsten dies nicht bezahlen könnten.

⁹ Sichtbar für Mädchen, junge Frauen, Schulen sowie für die breite Öffentlichkeit, etc.

¹⁰ Beispiel Kampagne «fastHer, strongHer, smartHer» von Swiss Olympic: [Swiss Olympic - Frau und Spitzensport](#)

¹¹ Beispielsweise erstes Schweizer Magazin für Frauensport: [Sportlerin, das Schweizer Magazin für den Frauensport \(sportlerin-magazin.ch\)](#)

3.2.1 Wirkungsebene «Übergeordnete Projektunterstützung»



Diverse Akteure unterstützen Projekte der Mädchenförderung im Sport, indem sie zum einen Teil selbst Projekte aufbauen und zum anderen Teil Projekteingaben Dritter subventionieren.

Projektvorschläge



Organisator: Sportamt Kanton Zürich

Thematik: Projektunterstützung im Bereich «Sportförderung von Mädchen und jungen Frauen»

Ort: Kanton Zürich

Zielgruppe: Mädchen und junge Frauen im Kanton Zürich

Sportart: diverse

Informationen/Kontakt¹²

Das kantonale Sportamt Zürich entwickelt und unterstützt Sportangebote spezifisch für Mädchen und junge Frauen. Dies mit dem Ziel, den Anteil an Mädchen und jungen Frauen in Sportarten, in welchen er tief ist, zu erhöhen. Das Projekt wurde über 4 Jahre gutgeheissen, soll aber Projekte darüber hinaus unterstützen.

Diverse Foci (bspw. Schulsport, Vereinssport, niederschwellige Angebote) werden verfolgt und befinden sich in der Massnahmenplanung. Im Verlauf dieses Jahres sollen diese ausformuliert und mit der Umsetzung begonnen werden.



Organisator: Stadt Genf

Thematik: Projektunterstützung im Bereich «Sportförderung von Mädchen und jungen Frauen»

Ort: Stadt Genf

Zielgruppe: Mädchen und Frauen in der Stadt Genf

Sportart: diverse

Informationen/Kontakt¹³

Die Stadt Genf subventioniert Projekte im Rahmen der Förderung des Frauen- und Mädchensports. Diese können aktuell eingereicht werden und sich bspw. in den Bereichen der Eröffnung einer Frauenmannschaft, der Unterstützung für Trainings oder für spezifisches Projektmaterial ansiedeln.



Organisator: lab7x1, Innovationslabor des Bundesamtes für Sport BASPO

Thematik: Täglich Sport und Bewegung für alle (u.a. Projektunterstützung im Bereich «Sportförderung von Mädchen und jungen Frauen»)

Ort: Punktuelle Pilotversuche, Schweizweit

Zielgruppe: in der Schweiz wohnhafte Personen, 0-99 Jahre (u.a. Mädchen und junge Frauen in der Schweiz)

Sportart: Bewegung und Sport, diverse

Informationen/Kontakt¹⁴

Um Bewegung und sportliche Aktivität möglichst überall und für alle zu ermöglichen und im Alltag zu etablieren, hat das Bundesamt für Sport BASPO ein eigenes Labor aufgebaut. «Hier sammeln wir innovative und durchaus auch schräge Ideen, testen sie mit unterschiedlichsten Praxisversuchen und entwickeln daraus wirksame Massnahmen, die Menschen bewegen (Christoph Conz).» U.a. sollen auch Projekte im Bereich «Förderung von Mädchen und jungen Frauen» ausgetestet und unterstützt werden.

¹² Mädchensportförderung - Stadt Zürich (stadt-zuerich.ch); Kontakt: Sportamt Kanton Zürich, Rebekka Rohrer, Projektleiterin; rebekka.rohrer@zuerich.ch

¹³ Soutien au sport féminin | Ville de Genève - Site officiel (geneve.ch)

¹⁴ Das Innovationslabor lab7x1 (admin.ch); Kontakt: BASPO, Christoph Conz, Verantwortlicher Labor Breitensport; lab7x1@baspo.admin.ch

3.2.2 Wirkungsebene «Freiwilliger Schulsport und schulische Tagesstrukturen»



Sportsettings erreichen Mädchen auf unterschiedliche Weise, d.h. Mädchen und junge Frauen werden je nach Setting unterschiedlich gut erreicht und gebunden.

Gemäss schweizerischen Untersuchungen werden Mädchen besonders über Angebote des freiwilligen Schulsports (FS) gewonnen (Lamprecht et al., 2015). Durch seine Angebotsform erreichen Angebote des FS insbesondere sportlich-inaktive Mädchen, Mädchen mit Migrationshintergrund, Mädchen im kritischen Alter (14-19 Jahre) und Nicht-Vereinsmitglieder (die den Vereinssport nicht kennen, trauen, bezahlen können oder nicht interessiert daran sind).

Die Einbindung in die (schulische) Tagesstruktur, die Anbindung an vertraute Strukturen (Schule), die niedrigen Kosten und die terminierte Dauer¹⁵ gewährleistet eine gewisse Niederschwelligkeit. Ausserdem können durch die Schule alle Kinder erreicht werden.

Aus diesem Grund empfiehlt sich im Rahmen dieser Wirkungsebene die Unterstützung, (Weiter-) Entwicklung oder Adaption eines Freiwilligen Schulsports-Angebots, welches direkt auf Mädchen ausgerichtet ist:

- Der Kurs richtet sich ausschliesslich an Mädchen; Mädchen sollen unter sich Sport treiben können.¹⁶
- Eine Möglichkeit ist es, Sportarten zu wählen, welche seltener von Mädchen besucht werden. So können die Mädchen davon profitieren, wenn sie diese unter sich ausüben können. Die andere Möglichkeit besteht darin, Sportarten anzubieten, welche Mädchen öfters ausüben als Knaben (Tanzen, Yoga, etc.), um damit mehr Mädchen für das Angebot/ den Kurs zu gewinnen.
Auch ist ein Mix aus verschiedenen Sportarten (polysportives Angebot), bspw. Ballsportarten, Fitness und Tanz, etc. vorstellbar.
- Das Angebot erfolgt über den Mittag oder anschliessend an den Unterricht, auch die Wochenenden oder Schulferien bilden eine Möglichkeit. Es ist jedoch eine gewisse Regelmässigkeit vorzuziehen.
- Je nach Sportart und nach Bedürfnis und in Absprache mit den teilnehmenden Mädchen, können sie für ein Event wie bspw. ein Turnier angemeldet werden. Dies mit dem Gedanken, ein mögliches Ziel zu bieten, auf welches hintrainiert wird. Jedoch soll die Teilnahme freiwillig sein und keine Verpflichtung darstellen, da die Bewegung an sich im Zentrum stehen soll.
- Es ist sinnvoll, wo möglich, ältere Mädchen als Hilfsleiterinnen (Junior-Coaches) einzubinden.
- Es ist zu prüfen, ob eine Ausschreibung alle Kinder (und Eltern) erreicht (detaillierter siehe Wirkungsebene «Frühförderung»).

Die Kurse an sich tragen bereits zur Bewegungsförderung bei. Um eine nachhaltige Wirkung zu erzielen, ist eine weitere Überlegung, die Verbindung zu einem Verein/lokalen Sportangebot zu schaffen, in welchem die Mädchen weiterhin und längerfristig Sport ausüben können.

¹⁵ Bei Mädchen mit einkommensschwachem Elternhaus und/oder Migrationshintergrund haben sich niederschwellige und kultursensible Angebote bewährt (z.B. kostengünstig; es sind keine grossen sportlichen oder sprachlichen Voraussetzungen/Können nötig; ohne strikte Bekleidungsregeln oder benötigtes spezifisches Sportmaterial (vgl. Braun & Finke, 2010). Den Eltern kommen vertraute Personen, Orte und Lehrer und Lehrerinnen in Schulnähe entgegen, erleichtern so Mädchen den Zugang zum Sportangebot und gewährleisten den Rückhalt der Familie.

¹⁶ Studien im Fussball haben gezeigt, dass Mädchen, welche sich als sportlich definieren, gemischtgeschlechtliche Angebote bevorzugen, da sie sich dadurch schneller verbessern. Jedoch bevorzugt der Grossteil der Mädchen reine Mädchenangebote. Dies ist mit den Bedenken verbunden, von den Knaben gehänselt zu werden und, dass diese die Aktivität dominieren (bspw. keine Ballabgabe an die Mädchen, etc.) (Casey et al., 2014). Aus diesem Grund werden hier reine Mädchenangebote vorgeschlagen. Jedoch ist es wichtig, dass weiterhin beide Möglichkeiten bestehen, um die Bedürfnisse aller Mädchen zu decken (siehe auch Grundlagenbericht, Exkurs «Reflexive Koedukation»). Gerade für Mädchen mit Migrationshintergrund können mädchenexklusive Angebote den Zugang erleichtern. Bei gemischten Kursen, welche schnell gefüllt sind, kann in Betracht gezogen werden, gleich viele Plätze für Mädchen sowie für Knaben zu reservieren.

Projektvorschläge



Mädchenfussball «Girls Only»

Organisator: Schweizerischer Fussballverband SFV

Thematik: Freiwilliger Schulsport und Verein, unterstützt durch den Verband

Ort: Schweizweit

Zielgruppe: Schulpflichtige Mädchen

Sportart: Fussball

Informationen/ Kontakt¹⁷

Eingebettet im Projekt «Doppelpass», welches noch in Entwicklung ist, möchte der SFV künftig die Kooperation zwischen der Schule und dem Verein stärken. In diesem Kontext sollen in Zukunft Angebote im Freiwilligen Schulsport Fussball unterstützt und insbesondere «Girls only» Angebote intensiviert werden. Voraussichtlich sollen diverse Mentorinnen und Mentoren in den unterschiedlichen Regionen über die Angebote informieren, diese fördern und Unterstützung bieten. Durch Hilfeleistungen wie bspw. Materialpackages, einer Broschüre mit methodischen Tipps und Spielsammlungen inkl. mädchenspezifischen Hinweisen, einem Manual zur Unterstützung beim Administrationsprozess sowie persönlicher Unterstützung des SFV sollen die «Girls Only»-Angebote gefördert werden. Dabei wird auch die Möglichkeit der Einbindung eines Junior-Coaches sowie die Verknüpfung durch einen «Event» mit einem Verein (bspw. mit einem Schnuppertraining) angedacht. Die Lancierung dieses Projekts findet voraussichtlich in diesem Jahr statt.

Wertvolles Know-How ist ebenfalls bei Vorläufer-Projekten vorhanden, welche ebenso Angebote des Freiwilligen Schulsports mit dem Verein verknüpft haben. Dies sind die Projekte «Kick-It» der Stiftung IdeeSport und das Nachfolgeprojekt «Girls Wanted» der Stiftung Raumfang¹⁸. Sie stellten das Ausprobieren der Sportart sowie ein erleichterter Zugang in den Fokus und versuchten mit Begleitmassnahmen wie Schnuppertrainings oder Turnieren eine Brücke zwischen Freiwilligem Schulsport und Sportvereinen zu schlagen. Dabei wurden aktive Juniorinnen im Oberstufenalter als Hilfsleiterinnen engagiert und mit einem Beitrag entschädigt. Sie wurden so befähigt, Verantwortung zu übernehmen und als Vorbilder zu fungieren.

Gedanken zu möglicher Erweiterung: Dieses Projekt fokussiert sich auf Fussball. Eine Zusammenarbeit mit anderen Sportarten, Verbänden oder mit Schulen kann angedacht oder es können bestehende Angebote des Freiwilligen Schulsports gefördert werden, indem bspw. ein Dachprojekt geboten wird, eine Incentivierung, bei welchen sich Schulen mit FS-Angeboten für Mädchen anschliessen und dafür Unterstützung, Material, Wettbewerbe, o.ä. erhalten können.



Boxtraining für Mädchen in Zürcher Schulen

Organisator: Sportamt Zürich, Zürcher Boxverband

Thematik: Lektionen im regulären Schulsport (und Verein)

Ort: Stadt Zürich

Zielgruppe: 13-15-jährige, schulpflichtige Mädchen

Sportart: Boxen

Informationen/ Kontakt¹⁹

Monika Hofmann bietet in Zusammenarbeit mit dem Sportamt Zürich und dem kantonalen Boxverband für Stadtzürcher-Schulen Boxlektionen für 13-15-jährige Mädchen an. Dabei kann aus 2 Modulen gewählt werden: Ein klassisches Boxtraining und/ oder eine Theorie-Lektion, die die Hintergründe und Geschichte des Boxens erklärt und Vergleiche zwischen Amateur- und Profiboxen erläutert. Die Schulen können diese kostenfrei buchen. Die Lektionen finden im regulären Turnunterricht statt. Motivierten Mädchen werden Boxvereine und –trainings in der Nähe aufgezeigt, um so ein nachhaltiges Interesse und längerfristiges Engagement fürs Boxen zu pflegen. Die Boxvereine werden von Monika Hofmann für den Umgang mit den jungen Mädchen geschult. Start des 3-Jahres-Projekts wäre der

¹⁷ Kontakt: SFV, Claudia Furger, Projektleiterin; furger.claudia@football.ch

¹⁸ [Projektbeschreibung – Raumfang](#); [Kurzbeschreibung Freiwilliger-Schulsport Mädchenfussball Allgemein.pdf \(raumfang.ch\)](#);

Kontakt: Verein Raumfang, Sevin Satan, Projektleiter; sevin@raumfang.ch, 076 573 15 05

¹⁹ Kontakt: Monika Hofmann, Projektleiterin; monika.hofmann@izfg.unibe.ch

Januar dieses Jahres (2021) gewesen und findet nun statt, sobald ausreichende Lockerungen umgesetzt wurden.

Gedanken zu möglicher Erweiterung: Verläuft die Pilotphase positiv, könnte das Projekt auf weitere Kantone ausgedehnt werden.



GE DÉCOUVRE le mercredi - Activités extrascolaires

Organisator: Kantonales Amt für Kultur und Sport Genf

Thematik: Auserschulische Kurse zum Kennenlernen des Sports

Ort: Kanton Genf

Zielgruppe: Schulpflichtige Mädchen und Knaben des Kantons Genf, insbesondere aus sozioökonomisch schwächer gestellten Familien

Sportart: diverse

Informationen/ Kontakt²⁰

Das Programm «GE DÉCOUVRE le mercredi» («Ich entdecke den Mittwoch») des Kantons Genf bietet für alle Schulkinder zwischen 4-16 Jahren im ganzen Kanton im Bereich Kultur, Ausdruck, Umwelt und Sport jeden Mittwoch Kurse ausserhalb der Schule an. Die Lokalitäten, in welchen die Kurse stattfinden, befinden sich grösstenteils in Quartieren, in welchen Kinder wohnen, die aus sozioökonomisch schwächer gestellten Haushalten/Familien kommen. Die Infobroschüren werden an alle Familien von Schulkindern in Papierform nach Hause geschickt. Eine Anmeldung per Telefon ist möglich, um auch Familien abzuholen, die wenig Internetaffinität besitzen.

Die Kurse bieten Interessierten danach auch die Anbindung an einen Verein oder ein anderweitiges Sportangebot, sollen aber in erster Linie eine preiswerte Möglichkeit darstellen, Sport zu betreiben oder kennenzulernen. Die Projektleitung steht im Austausch mit den Familien und versucht aktuelle Bedürfnisse aufzunehmen. Wo sie Bedarf sehen, werden für Mädchen wie Knaben gleich viele Plätze reserviert. Für Mädchen bieten sie momentan Selbstverteidigungs- und Fussballkurse an. Die Entwicklung weiterer Angebote ist möglich. Darüber hinaus beschäftigt sich das Projekt damit, eine sichere Sportmöglichkeit für transsexuelle Kinder zu bieten.

²⁰ [GE DÉCOUVRE le mercredi - Activités extrascolaires | ge.ch](https://www.ge.ch/decouvre); Kontakt: Amt für Kultur und Sport, Julie Sauter; julie.sauter@etat.ge.ch

3.2.3 Wirkungsebene «Übergänge im Lebenslauf»



Wie im vorherigen Schwerpunkt gezeigt, stellt gerade die Verbindung von Schule (v.a. Angebote des FS) und Vereinssport oder anderen (kommerziellen) Sportangeboten eine potenzielle Brücke dar, um Jugendliche über das Schulalter hinaus zu lebenslangem Sporttreiben zu motivieren. Denn das Ausscheiden aus sportlichem Engagement ist besonders bei Übergängen im Lebenslauf zu beobachten. Daher stellt sich die Frage, wie das Sportsystem befähigt werden kann, junge Frauen (14-20 Jahre), in einer Zeit, in der sie andere Prioritäten haben und sich körperlich stark entwickeln, zum Sport zu motivieren und mit attraktiven Angeboten zu versorgen:

- Um einem frühen und akzentuierten Dropout der Mädchen entgegenzuwirken, ist es wichtig, die Mädchen noch in der Schule für Sportaktivitäten zu gewinnen, die niederschwellig fortgesetzt werden können oder Angebote anzubieten, die in diesen Lebensjahren besonders attraktiv sind.
- Das Einbinden/-bauen von Sport in Tagesstrukturen und in die Jugend- oder Quartierarbeit (siehe Wirkungsebene «Jugend- und Quartierarbeit und Bewegungsförderung») erleichtert Mädchen den Zugang.
- In diesem Alter relevant ist der Übergang von der obligatorischen Schule zur Berufsschule, dem Gymnasium oder später der Universität. Dabei ist der Handlungsbedarf bei Mädchen, welche Berufsschulen besuchen, höher als bei solchen an Gymnasien (Bringolf-Isler, Probst-Hensch, Kayser & Suggs, 2016; Lamprecht, Fischer & Stamm, 2014).

Projektvorschlag



Bewegungsförderung junger Frauen - Machbarkeitsstudie und mögliches Folgeprojekt

Organisator: Swiss Academy for Development (SAD), Biel

Thematik: Erkenntnisse zur Erhöhung des Sport- und Bewegungsverhaltens junger Frauen in der Berufsschule

Ort: Schweizweit

Zielgruppe: Junge Frauen in der Berufsschule im Alter von 15-19 Jahren

Sportart: diverse

Informationen/Kontakt²¹

Diese Machbarkeitsstudie wird für ein Projekt (oder Massnahmen) zur Bewegungsförderung junger Frauen im Berufsschulbereich mit Unterstützung des BASPO durchgeführt. Sie soll den Bedarf an und die Relevanz von Bewegungsförderung von 15-19-jährigen Mädchen in der Berufsschule bestätigen resp. ergänzen. Es werden Bedürfnisse, Interessen und Motivation der Anspruchsgruppe eruiert und Gelingensbedingungen und Herausforderungen für ein künftiges Projekt definiert.

Aus den Erkenntnissen soll ein Nachfolgeprojekt entstehen, welches ein Brückenangebot schaffen und evaluieren möchte.

Das Projekt beabsichtigt, jungen Frauen im Berufsschulbereich das erforderliche Wissen, die Fähigkeiten und Strategien zu vermitteln, mit welchen sie Motivation, Werte und Verhaltensweisen entwickeln können, um ihr Bewegungsverhalten zu verbessern. Dies geschieht mit erleichtertem Zugang zu Sportvereinen via Berufsschulsport; mit der Schaffung von ziel- und bedürfnisgerechten Angeboten und mit in Sport & Spiel ausgebildeten Sportlehrpersonen und Vereinstrainerinnen und -trainern.

²¹ [Home - Swiss Academy for Development \(sad.ch\)](http://Home-SwissAcademyforDevelopment.sad.ch), [Move Plus! Machbarkeitsstudie - Swiss Academy for Development \(sad.ch\)](http://MovePlus!Machbarkeitsstudie-SwissAcademyforDevelopment.sad.ch); Kontakt: SAD, Corinne Dietiker, Projektleiterin; dietiker@sad.ch

3.2.4 Wirkungsebene «Spiel- und Sportentwicklung, Angebotsentwicklung»



Der Sportverein nimmt eine wichtige Rolle im organisierten Sporttreiben resp. in der Integration und Sozialisation von Kindern und Jugendlichen ein. Ihm fällt ein besonderes Gewicht der Förderung zu. Vereine bieten Kindern und Jugendlichen ein sinnvolles Freizeitangebot und ermöglichen ihnen psychische und physische Entwicklung. Nationale Statistiken belegen, dass Mädchen in Vereinsangeboten (von J+S) untervertreten sind (Mitgliedergewinnung und -Bindung) (Lamprecht et al., 2015). Oftmals sind junge Frauen und Frauen vermehrt in freien Aktivitäten und privat-kommerziellen Einrichtungen zu finden (Raibaud, 2017).

Dementsprechend muss in Bezug auf Bedürfnisse, Präferenzen, Alter und Rahmenbedingungen überlegt werden, wie engagierte Vereine mit ihren Angeboten mehr Mädchen ansprechen oder passendere Angebote schaffen können. Dies mit dem Ziel, sie lange an sich zu binden.

Da gewisse Vereine schon sehr ausgelastet sind und nicht viele Ressourcen zur Verfügung stehen haben, stellt sich die Frage, wie Angebote, Strukturen und Wettkampfformen weiterentwickelt oder angepasst²² werden können. Oder wie, bei grosser Nachfrage Wartelisten abgebaut werden können, um allen Kindern und insbesondere den Mädchen einen chancengleichen Zugang zum (Vereins-)Sport zu ermöglichen und gleichzeitig ihre Bewegungszeit zu erhöhen.

Zu den Hürden beim Vereins-eintritt haben sich beispielsweise die Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen EHSM und der Schweizerische Fussballverband SFV zusammen Gedanken gemacht (Rüeger, Hintermann, Romann & Kern, 2020).²³ In der nebenstehenden Tabelle verschriftlichen sie einige Lösungsansätze, die aufzeigen sollen, wie möglichst viele Kinder ressourcenoptimierend bewegt werden können.

Abbildung 1. Lösungsansätze und ihre spezifischen Vorteile zum Abbau von Wartelisten und zur Überwindung von Hürden beim Vereinseintritt. Aus Rüeger et al., 2020.

Lösungsansätze	Vorteile
Flexible Wettkampfformate	• Erhöhte Partizipation • Flexible Teamgrössen • Flexible Teilnahme am Wettspielbetrieb
Zusammenarbeit zwischen Vereinen	• Reduzieren von Wartelisten durch Gruppierungen • Unterstützung von kleineren Vereinen
Polysportives Angebot (Sportkindergarten)	• Bewegungs- und Teamerfahrungen sammeln • Kennenlernen von anderen Sportarten • Grundlage für lebenslangen Sport legen
Organisation des Trainingsplatzes	• Optimale Ausnutzung der Infrastruktur • Flexible Trainingsorganisation
Trainings ohne Garderobennutzung	• Optimalere Ausnutzung der Infrastruktur • Flexible Trainingsorganisation
Ausdehnung der Trainingszeiten	• Nutzung des Hauptplatzes • Optimalere Ausnutzung der Infrastruktur • Nutzung der Schulanlage
Pooltraining	• Erhöhung der Teilnehmerzahl • Flexible Trainingsorganisation (Material, Auf- und Abbau der Felder) • Flexibler Einsatz der Trainer möglich • Flexibles Engagement der Teilnehmer
Nutzung des Hauptplatzes	• Flexibler Trainingsbetrieb (zeitgleiche Trainings möglich) • Optimale Nutzung der Infrastruktur • Platzbeleuchtung
Kooperation Verein und Schule	• Nutzung der schulischen Infrastruktur • Angebot über Mittag oder direkt nach der Schule möglich • Einsatz von Sportlehrern • Zusammenarbeit mit J+S Schulsport und freiwilligem Schulsport
1418coach	• Interesse wecken für spätere Trainertätigkeiten im Verein • Ausbildung und Betreuung von jungen Trainern • Grösseres Angebot für Vereinsmitglieder • Vermitteln von Autonomie und Zugehörigkeit • Langfristige Bindung an den Verein
Trainer- und Elternpool	• Flexible Trainingsleitung • Einbindung von Eltern (Hilfsleiter oder Betreuung an Spielen) • Aufwand der Trainer verringern • Bessere Aufgabenverteilung
Spieltraining (Football for Fun)	• Niederschwelliges Trainingsangebot • Flexibles Engagement der Teilnehmer • Erweitertes Angebot für Vereinsmitglieder

²² Kinderfussball: «play more football» – Kleinfeldspiele im Vormarsch » mobilesport.ch

²³ Kinderfussball : Hürden beim Vereinseintritt » mobilesport.ch

Daraus lassen sich u.a. folgende Schlüsse für die Förderung der Bewegung von Mädchen in diesem Kontext ableiten:

- Die Erweiterung eines Angebots in Vereinen und anderen kommerziellen Sportanbietern durch Angebote, die weder einen enormen Trainingsaufwand noch eine zwingende Wettkampfteilnahme erfordern und ohne Leistungsorientierung ausgeübt werden können. Dies auch mit dem Gedanken, den Dropout zu minimieren. Gerade bei Jugendlichen kann so die Ausscheidung aus dem Sportsystem durch Frust, mangelndes Können oder keiner Leistungsorientierung vermieden werden.
- Trainingsgruppen mit durchgängigeren Grenzen unter verschiedenen Mannschaften/Gruppen unterschiedlicher Leistungsorientierung/unterschiedlicher Ambitionen erleichtern den Zugang und verhindern einen Dropout.
- Innerhalb des Vereins oder übergreifend über die Gemeinde könnten Koordinatorinnen und Koordinatoren helfen, Abteilungen aus- oder aufzubauen und Mädchen bspw. bei altersbedingtem Wechsel in die nächst höhere Kategorie zu unterstützen und sicherzustellen, dass sie in ihrem Stammverein und im gewohnten Umfeld verbleiben können.
- Es ist wichtig, sichere und geschützte Orte und Angebote zu schaffen: Sportanlagen werden je nach Setting und Sportart unterschiedlich (Häufigkeit, saisonale Auslastung, benötigtes Material) beansprucht. Jedes Setting benötigt unterschiedliche Sportanlagen. Wertvoll ist folglich, wenn die Bedürfnisse von Mädchen und jungen Frauen im Rahmen der Sportstättenbenutzung und des Sportstättenbaus mitgedacht werden²⁴: Beispielsweise, dass die Anlagen gut beleuchtet und der Weg dahin gut erreichbar und sicher ist.

Je mehr Freiräume der Öffentlichkeit zur Verfügung stehen, resp. je mehr Bewegungsmöglichkeiten angeboten werden, desto eher besteht Raum für eine spezifische Förderung, wie die Mädchenförderung. Auch die Nutzung von bestehenden Sporthallen ist dabei wichtig. Eine breite und multifunktionale Nutzung der verschiedensten Räume ist wichtig, damit das Angebot vielfältig oder eben Mädchenspezifisch gestaltet werden kann.²⁵ Hier braucht es neben den klassischen Sporthallen auch kleinere Räume (für Gymnastik, Tanz, Entspannung, Yoga, Pilates, Fitness). Solche Räume haben einen Mehrfachnutzen. Wenn keine kleinen Räume in der Turnhalleninfrastruktur vorhanden sind, kann auch auf Singsäle und Kirchengemeinderäume ausgewichen oder es können leerstehende Industrie- und Fabrikgebäude genutzt werden. Die Garderoben/Duschräume können ohne Geschlechterbezeichnung gekennzeichnet werden, damit sie flexibel genutzt werden können. Also keine Geschlechter-Piktogramme, sondern nur Zahlen (Stichwort «Universelle Garderoben und Toilettenanlagen»).

- Dem sozialen Miteinander soll mehr Raum gegeben werden. Der Teamgedanke und die sozialen Beziehungen fördern.
- Frühes Einbinden und Ausbildung von Junior-Coaches (siehe auch Kapitel «Ehrenamt und Führung»), um Vorbilder zu schaffen und den Jugendlichen Autonomie und Zugehörigkeit zu vermitteln.
- Für weibliche Trainingsgruppen Trainerinnen einsetzen.
- Um Mädchen und Frauen (mit und ohne Migrationshintergrund) ganzheitlich und längerfristig in Sportvereine zu integrieren, sollte ihnen die Möglichkeit gegeben werden, bei vielfältigen Gelegenheiten partizipieren zu können. Das heisst, alle vier Integrationsdimensionen (Esser, 2009) zu stärken. Damit sind gemeint: Gelegenheiten um a) vereinsspezifische Gepflogenheiten und Sportregeln zu erlernen und sich danach zu verhalten; b) Freundschaftsbeziehungen aufzubauen; c) vereinspolitisches Interesse zu entwickeln, an der Vereinspolitik zu partizipieren und ehrenamtliche Tätigkeiten zu übernehmen; d) Zugehörigkeitsgefühl und Identifikation mit dem Team oder dem Verein zu stärken. Die verschiedenen Lebenslagen, kulturellen Spezifika, Körperlichkeit und Bewegung von Mädchen und Frauen (ohne und mit Migrationshintergrund; umfassend: Adler Zwahlen, Weigelt-Schlesinger & Schlesinger, 2017) gilt es zu berücksichtigen.

²⁴ Die Modellvorhaben Freiraumentwicklung vom ARE (Bundesamt für Raumentwicklung) lanciert, mit der Mitwirkung von ASTRA, BAFU, BAG, BASPO, BLW, SECO, sollen wegweisend in diese Richtung eine Wirkung zeigen können: <https://www.are.admin.ch/are/de/home/raumentwicklung-und-raumplanung/programme-und-projekte/modellvorhaben-nachhaltige-raumentwicklung.html>.

Als Beispiel zu privatwirtschaftliche Spezialisten für die Gestaltung von Bewegungsräume, Infrastruktur und Sportanlagen: [BPM Sports – Unser Herz schlägt für den Sport. Und deshalb machen wir Sport möglich. \(bpm-sports.ch\)](https://www.bpm-sports.ch)

²⁵ Beispielsweise in Schulen, die über den Mittag freie Kapazitäten haben.

Strukturelle und konzeptionelle Vorzüge von interkulturellen Frauenvereinen mit Bewegungsangeboten oder Einrichtungen der Jugendsozialarbeit können helfen, niederschwellige Angebote zu schaffen.

- Regelmässiger Austausch mit Eltern und Besuche von Sportstätten können diese beruhigen und Hindernisse für den Sport von Mädchen abbauen. In diesem Zusammenhang könnten Vereine, Schulen, etc. auch generationsübergreifende Veranstaltungen durchführen, die Eltern und Kinder zusammenbringen.
- Im Verein Vorbilder schaffen, Frauen als «Aushängeschilder» verwenden und ihre sportlichen Leistungen entsprechend würdigen.
- Die Zusammenarbeit zwischen lokalen Vereinen gleicher oder verwandter Sportarten, welche Ressourcen teilen können, fördern. Gemeinsam Mädchenmannschaften anmelden oder Angebote schaffen.
- Erkenntnisse unter den relevanten Sportanbietern austauschen.

Projektvorschläge

Diverse Verbands- und Vereinsprojekte bestehen, um Mädchen spezifisch in ihren Bedürfnissen abzuholen und neue Angebote zu schaffen:



Playmakers

Organisator: SFV

Thematik: Mädchenfreundliches Training für Kinder

Ort: Schweizweit

Zielgruppe: 5-8-jährige Mädchen

Sportart: Fussball

Informationen/ Kontakt²⁶

Die UEFA hat in Zusammenarbeit mit Disney das Programm «UEFA Playmakers» lanciert. Ziel ist, auf Forschung gestütztes, Mädchenspezifisches und kinderfreundliches Fussballtraining für Mädchen von 5-8 Jahren ohne spezifische Fussballerfahrung anzubieten. Dabei soll spielerisch mit Hilfe der Disney-Geschichten «Die Unglaublichen 2» und «Die Eiskönigin 2» als didaktische Grundlage (auf dem Platz und Zuhause) Fussball kennengelernt werden und in einem positiven und sicheren Umfeld Freundschaften mit anderen Teilnehmerinnen geschlossen werden.

Ca. 30 Trainingszentren in der Schweiz sollen mind. 3 Jahre 2 Blöcke an 8 bis 10 Trainings anbieten (30 Anfängerinnen pro Standort). Das Material wird von der UEFA und dem SFV zur Verfügung gestellt und ein/e für den Standort verantwortliche/r Trainerin oder Trainer ausgebildet. Das Bestreben ist es, dass möglichst viele Mädchen den Weg in den Vereinsfussball finden.

Projektstart soll Frühling 2021 sein.



Golf4Girls

Organisator: Swiss Golf

Thematik: Bedürfnisgerechte Förderung von Mädchen im Golfsport

Ort: diverse

Zielgruppe: 7-12-jährige Mädchen

Sportart: Golf

Informationen/ Kontakt²⁷

Der Golfverband betreibt das Programm «Golf4Girls» zur Förderung von 7-12-jährigen Mädchen, um den Bedürfnissen von Mädchen gerecht zu werden und die Zielgruppe Mädchen langfristig im Golfsport zu fördern. Dazu bieten sie Daycamps, Sommercamps, Turniertage, Spezialprogramm bei

²⁶ [Playmakers | UEFA.com](#), Analog in England: [The FA Shooting Stars programme launches](#);

Kontakt: SFV, Gaëlle Thalmann, SFV-Projektleiterin; playmakers@football.ch, 031 950 82 89

²⁷ [Förderprogramme / Swiss Golf](#), Kontakt: Swiss Golf, Claudia Wörrle-Krakau, Projektleiterin; claudia.woerrle-krakau@swissgolf.ch

Ladiesturnieren sowie eine Teilnahme mit der Mutter, Grossmutter oder einer anderen weiblichen verwandten Person bei der Girls Generations Championship.



Girlsping

Organisator: Girls Ping (in Kooperation mit Swiss Table Tennis)

Thematik: Mädchengerechtes Training für Mädchen mit unterschiedlichen Ambitionen

Ort: u.a. Uster, ZH

Zielgruppe: Mädchen diversen Alters

Sportart: Tischtennis

Informationen/ Kontakt²⁸

Das Projekt wurde basierend auf einer Maturarbeit gestartet. Die Arbeit ging der Frage nach, wieso Tischtennis so wenig Mädchen anzieht und diese nicht behalten kann. So entstand ein fixes Trainingsteam, welches nur aus Mädchen besteht und in welchem sich Nachwuchsspielerinnen, aktive Spielerinnen sowie Trainerinnen engagieren. Dabei wird Wert daraufgelegt, den Wünschen der Mädchengruppe zu entsprechen, unter sich Fortschritte zu erzielen und voneinander zu lernen. Mit Clubtrainings, regionalen Trainings, Trainingswochenenden/Events sowie dem Leistungsstrainings-Projekt des Verbandes «Little Tokyo» werden sämtliche Interessen, Könnensniveaus und Motivationen abgedeckt.



Basketball Club Femina²⁹

Organisator: BC Femina

Thematik: Integration von Migrantinnen

Ort: Bern

Zielgruppe: Junge Migrantinnen und asylsuchende junge Frauen

Sportart: Basketball

Informationen/ Kontakt³⁰

Dieser mit dem Integrationspreis der Stadt Bern ausgezeichnete Berner Basketballverein fördert soziale Integration von jungen Migrantinnen und asylsuchenden Mädchen und jungen Frauen. Der Club startete ein Integrationsprojekt, welches als Schweizer good-practice-Beispiel für die Förderung von Integration und Freiwilligentätigkeit im Rahmen des EU-Projektes SIVSCE genannt wird (Piatkowska, Perényi & Elmoose-Østerlund, 2017) und Trainings innerhalb eines unterstützenden Umfelds mit Frauenmannschaften und Trainerinnen gewährleistet. Zusätzlich werden kostenfreie Trainings in Zusammenarbeit mit Schulen (u.a. im Rahmen des Freiwilligen Schulsports) angeboten.

Die Bedürfnisse der Migrantinnen (bspw. Kosten, Niederschwelligkeit, etc.), werden berücksichtigt. Des Weiteren besitzt der Verein eine Integrationsverantwortliche, welche sich dieser Themen annimmt. Das Angebot ist ausschliesslich für Frauen und Frauen werden in der zentralen Funktion als Trainerinnen sichtbar eingesetzt. An einem gemeinsamen Workshop mit Trainerinnen, Mitgliedern und Eltern wurde ein integrationsförderliches Leitbild ausgearbeitet.



Fast and female SUI

Organisator: Swiss Cycling

Thematik: Erhöhung des Frauenanteils im Radsport

Ort: diverse

Zielgruppe: Fahrradbegeisterte Frauen, sozioökonomisch-benachteiligte junge Frauen

Sportart: Radfahren

Informationen/ Kontakt³¹

²⁸ <http://www.girls-ping.ch/index.html>; Kontakt über Webseite

²⁹ Als Ergänzung folgendes Projekt aus dem Ausland:

Das französische Projekt von «Elan sportif», welches Boxtrainings für Mädchen aus benachteiligten Nachbarschaften anbietet. [Gender equality in sports \(coe.int\)](#), S. 22

³⁰ [Femina Integrationsprojekt - BC FEMINA BERN](#); Kontakt: info@bcfeminabern.ch, 078 904 20 25; Sarah Wieland & Lara Zambaldi, Integrationsverantwortliche BC Femina; sarah.mila.wieland@gmail.com & lara.zambaldi@hotmail.com

³¹ [FAST AND FEMALE – Das Förderprogramm für Velofahrerinnen](#); Kontakt: Swiss Cycling, Natalie Müller Projektleitung; info@fastandfemale.ch

#fastandfemaleSUI ist ein Förderprogramm von Swiss Cycling, welches das Ziel hat, die Präsenz von Frauen im Radsport auszubauen und Einstiegshürden abzubauen. Im Hinblick auf die Strassen-Radsport-Weltmeisterschaften 2024 sollen mehr Frauen für den Radsport begeistert, Selbsttherausforderung unterstützt sowie Talent identifiziert und gefördert werden. Schirmherrin ist Bundesrätin Viola Amherd.

Der Aufbau einer Community, Trainingsmöglichkeiten für Velofahrerinnen aller Niveaus, der Abbau von Einstiegshürden durch Ausbildung, Schnuppertage, Workshops und Trainingslager sollen verfolgt werden. Zudem geht es um die Koordination und den Aufbau von Breitensport-Events an der Top Tour, der Talentidentifikation, –testung und –förderung und die Kommunikation über Frauenradsport.

Gedanken zur möglichen Erweiterung: Kooperation im Rahmen eines spezifischen Angebots, -trainings oder Events für Mädchen (Fokus Jugend, nicht Erwachsenenalters).

SAM Ride, Verein Social Art Movement³² in Kooperation mit fastandfemaleSUI

Es besteht das Bestreben, in einem Projekt sozioökonomisch benachteiligte junge Frauen im Radfahren zu fördern. Der Verein SAM betätigt sich im Weiteren in den Schwerpunkten psychische Gesundheit, Migration und Bewegung.



Shuttle time für Mädchen

Organisator: Swiss Badminton

Thematik: Mädchengerechtes Training für Mädchen mit Migrationshintergrund

Ort: schweizweit

Zielgruppe: Mädchen mit Migrationshintergrund/ asylsuchende Mädchen

Sportart: Badminton

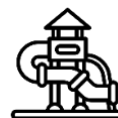
Informationen/ Kontakt³³

Der Badminton-Verband strebt ein Projekt zur Förderung von Mädchen mit Migrationshintergrund an. Ihr internationales Programm «It's Shuttle Time» soll auf Mädchen angepasst werden und Mädchen mit Migrationshintergrund eine Möglichkeit bieten, kostenlos den Sport im Verein kennen zu lernen und sich regelmässig zu bewegen.

³² [Home | Social Art Movement](#); Kontakt: Verein Social Art Movement, Sarah Markwalder, Projektleiterin; verein.socialart@gmail.com

³³ Kontakt: Swiss Badminton, Jessica Widmer, Hauptverantwortliche Gleichstellung und Frauenförderung sowie Projektleiterin; jwidmer@swiss-badminton.ch

3.2.5 Wirkungsebene «Frühförderung»



Vor dem Hintergrund der anhaltenden Geschlechterunterschiede im Bewegungsverhalten von Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist die Sozialisation zum Sport in der Kindheit (einschliesslich Kleinkindalter) und Jugend für Mädchen (wie auch Knaben) richtungsweisend. Durch Sozialisation zum Sport findet der frühe Erwerb von vielfältigen Bewegungsformen, sportbezogenen Einstellungen und Orientierungs- und Handlungsmustern statt. Ausserdem entwickeln sich Körperbewusstsein und Selbstvertrauen und die physische und psychische Gesundheit werden gefördert. Dies macht sowohl ein anhaltender aktiver Lebensstil als auch die Rückkehr nach einem Dropout wahrscheinlicher (vgl. u.a. Brettschneider & Brandl-Bredenbeck, 2002; Klostermann & Nagel, 2011; Lamprecht et al., 2015).

Wie Studienerkenntnisse zeigen, nehmen sportliche Aktivitäten (mittlerer bis hoher Intensität) bereits früh in der Kindheit kontinuierlich ab. Dies beginnt bei den Mädchen schon ein paar Jahre früher als bei den Knaben. Daraus lässt sich schliessen, dass Bewegungsangebote und -interventionen schon vor der Pubertät ansetzen sollen (Farooq et al., 2020). Es wird erhofft, dass durch eine Förderung über Spielgruppen, Elternabende, Gemeinden, usw. Mädchen zielgerichteter und nachhaltiger erreicht werden.

- Geschlechtsunspezifische Projektideen für Mädchen können adaptiert resp. ausschliesslich für Mädchen umgesetzt werden. Unseres Erachtens nach ist es in diesem Alter nicht zwingend nötig, diese Angebote geschlechtsspezifisch zu gestalten. Zentraler ist, dass sichergestellt wird, dass Mädchen (und ihre Eltern, insbesondere die Mütter) teilnehmen und so Zugang finden. Das heisst es ist zu prüfen, wie der Anteil Mädchen/Knaben ist und wo es nötig ist, die Verteilkanäle, Ansprechpersonen und Werbung/Informationen gezielt auf Mädchen und ihre Eltern auszurichten. Dabei kann es interessant sein, mädchenspezifische Projekte oder Events anzubieten.
- Um Mädchen und vor allem Eltern mit Migrationshintergrund zu erreichen, sollte überprüft werden, ob sie die entsprechenden Informationen erhalten (Informationsflyer in verschiedenen Sprachen, nicht nur digitale Informationen, etc.). Es ist wichtig, Eltern einzubeziehen. Bei älteren Mädchen kann das bedeuten, die Eltern zu informieren, Fragen zu beantworten, sie zuschauen zu lassen und an Festen und anderen Aktivitäten einzubinden.
Bei jungen Mädchen können sie motiviert werden, sich mitzubewegen, um dadurch die Beziehung und das Vertrauen zwischen Mädchen und Elternteil zu stärken. Durch positive Erfahrungen sowie die Weitergabe von Wissen und Können innerhalb der Lektionen durch die leitende Person können Eltern in ihren Überzeugungen, Einstellungen und Bedeutung bzgl. des kindlichen Sporttreibens sensibilisiert werden (siehe auch Grundlagenbericht, Kapitel «Familiäre Herkunft» und «Theoretische Zugänge»; siehe diesen Bericht, Kapitel «Sensibilisierung, Eltern und Erziehungsberechtigte»). Um einer «komplexen Mehrfachproblematik»³⁴ vorzubeugen, kann es sinnvoll sein, die Familien/Mädchen direkt nach ihren Verbindlichkeiten im Alltag zu fragen, um so eine passende Trainingszeit zu ermitteln.
- Leitende Personen von Angeboten explizit für Mädchen mit Migrationshintergrund haben idealerweise selbst einen Migrationshintergrund und sprechen vorteilhafterweise mehrere Sprachen. Sie haben einen Ausbildungskurs zur Thematik «kulturelle Vielfalt im Sport» besucht oder weisen entsprechende Qualifizierungen vor und haben eine kultursensible Haltung, Erfahrung und Motivation. Sie informieren die Frauen und Mädchen über die Wichtigkeit und den Nutzen von sportlicher Betätigung im Alltag (z.B. dass es üblich ist, dass man in der Schweiz schwimmen lernt und kann; dass Bewegung bei Menstruationsbeschwerden förderlich ist).³⁵ Die leitende Person organisiert Gemeinschaftsaktionen.
- Das Erlernen von vielzähligen Bewegungsformen und das Ausprobieren polysportiver Angebote sind in diesem Alter vorteilhaft.

³⁴ Darunter versteht man, dass junge Migrantinnen bspw. verhindert sind einen Deutschkurs zu besuchen, weil sie auf ein Geschwisterkind aufpassen oder den Haushalt machen müssen (Büchi & Koch, 2014). Gerade bei jungen Musliminnen erhöhen sich familiäre und haushaltsbezogene Verpflichtungen ab der Pubertät (Boos-Nünning & Karakaşoğlu-Aydin 2005; Walseth & Strandbu 2014; Zender 2015).

³⁵ Dies stärkt das Selbstvertrauen, insbesondere um ihre Sportaktivitäten gegenüber den Eltern zu rechtfertigen, falls diese dagegen sind. Zudem werden dadurch typische bewegungsorientierte Normen und Werte des Aufnahmelandes vermittelt.

- Auch hier ist das Einbeziehen von Junior-Coaches sinnvoll.
- Die Vernetzung mit Beratungsstellen, kommunalen Vereinen, Schulen, dem Kanton, etc. sowie die Vernetzung zwischen den einzelnen Projekten/Sportangeboten kann von Vorteil sein, damit das Bewegungsverhalten langfristig Bestand hat.

Projektvorschläge

Folgende Projekte fördern das Bewegungsverhalten von jungen Kindern, sind also per se nicht geschlechtsspezifisch und bedienen verschiedene Altersgruppen. Im Projekt «Open Sunday» ist ein Mädchenspezifisches Projekt in Vorbereitung.



A Halle was fägt / MiniMove

Organisator: Verein Chindaktiv resp. Stiftung Idéesport

Thematik: Offene Bewegungsräume für Kleinkinder

Ort: schweizweit

Zielgruppe: Kinder von 0-6 resp. von 2-5 Jahren

Sportart: polysportiv

Informationen/ Kontakt^{36/ 37}

Das Projekt «A Halle was fägt» bietet offene Turnhallen an den Sonntagen («Kinderspielplätze») während des Winterhalbjahres für Kinder von 0-6 Jahren. Es wird von der Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt und fördert den Einbezug freiwillig engagierter Personen aus der Gemeinde, bietet Familien einen Treffpunkt und bildet die Standortleitenden jährlich weiter. Die Zusammenarbeit auf kommunaler und kantonaler Ebene mit weiteren Organisationen wird angestrebt (z.B. Frauen-, Eltern- oder Turnverein, Schule, etc.)

«MiniMove» bietet ebenfalls während des Winterhalbjahres offene Sporthallen und ein kostenloses Bewegungsprogramm für Kinder von 2-5 Jahren. Neben Spiel und Spass steht die Förderung der motorischen Fähigkeiten im Fokus. Besonderen Wert wird auf das Erreichen von sozioökonomisch benachteiligten Familien gelegt. Die Turnhalle soll auch Begegnungsraum für die Eltern in den entsprechenden Quartieren sein und sie in Kontakt mit anderen Eltern sowie Schlüsselpersonen (von Beratungsstellen) bringen. Erwachsene Leitende werden unterstützt durch von IdéeSport ausgebildete Jugendliche³⁸.



MiTu - Miteinander Turnen

Organisator: Sport Union Schweiz

Thematik: Integration durch Turnen im Vorschulalter

Ort: schweizweit

Zielgruppe: Kinder von 3-5 Jahren

Sportart: polysportiv

Informationen/ Kontakt³⁹

Das von der Laureus Stiftung und des BASPO unterstützte Projekt setzt sich für Integration im Vorschulbereich ein und nutzt das bisherige MuKi, VaKi, ElKi-Turnen zu integrativen Zwecken. Die lokal, regional und national vernetzten Vereine (in Zusammenarbeit mit Gemeinden und Fachstellen), welche einen MiTu-Anerkennung haben, unterstützen Familien mit Migrationshintergrund, mit Kindern mit Beeinträchtigung sowie sozial benachteiligte Familien dabei, durch Bewegung und Spiel am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Das Angebot mit Leitenden, die auf Vielfalt sensibilisiert worden sind, richtet sich an Kinder im Alter von 3-5 Jahren. Sehen Sie in diesem Kontakt auch die Verbindung von Bewegung und Sprache als Projektbeispiel.⁴⁰

³⁶ Kennzahlen (gemäss eigenen Angaben): 78 Hallen in 8 Kantonen, <https://www.chindaktiv.ch/>; Kontakt: Natasha Lee Fokas, Präsidentin Verein «Chindaktiv»; praesidium@chindaktiv.ch

³⁷ Kennzahlen (gemäss eigenen Angaben): 190 Veranstaltungen, 21 873 Teilnahmen, 105 Nationalitäten; **MiniMove – IdéeSport** (ideesport.ch); Kontakt: Jana Köpfli, Programmverantwortliche MiniMove; jana.koepfli@ideesport.ch, 062 296 10 15

³⁸ **Coachprogramm – IdéeSport** (ideesport.ch)

³⁹ **MiTu Miteinander Turnen** (mitu-schweiz.ch), Kontakt: Sport Union Schweiz; info@mitu-schweiz.ch; 041 262 13 26

⁴⁰ **FoSS - Projekte - Ohne Bewegung keine Sprache** (kit.edu)



OpenSunday

Organisator: Stiftung Idéesport

Thematik: Offene Bewegungsräume für Kinder

Ort: schweizweit

Zielgruppe: Kinder von 6-12 Jahren, Kinder mit einer Behinderung oder aus sozial benachteiligten Schichten

Sportart: polysportiv

Informationen/ Kontakt⁴¹

Das auch im Bericht «Gender equality in sports»⁴² des Europarats als good practice erwähnte Projekt «OpenSunday» bietet Kindern im Primarschulalter von 6-12 Jahren ein offenes und polysportives Spielprogramm, welches u.a. das Ziel verfolgt, das Angebot für Kinder mit einer Behinderung zu öffnen. Die teilnehmenden Mädchen sind oftmals aus sozioökonomisch eher schwächer gestellten Familien und/oder mit Migrationshintergrund.

«Sportheldinnen-Veranstaltung 2021»⁴³

Das im Rahmen der übergeordneten Unterstützung von Mädchensportprojekten beim Sportamt Zürich eingegangene Projekt will die Motivation von Mädchen für mehr Sport und Bewegung erhöhen. Dies wird durch die Teilnahme weiblicher Vorbilder (Spitzen- und Leistungssportlerinnen) im Rahmen der Stadtzürcher «OpenSunday-Angebote» angestrebt.

⁴¹ Kennzahlen (gemäss eigenen Angaben): 24 039 Teilnahmen, 48 Projekte mit 685 Veranstaltungen, Mädchenanteil 42%, OpenSunday – IdéeSport (ideesport.ch), Kontakt: Samuel Sigrist, Programmverantwortlicher OpenSunday; samuel.sigrist@ideesport.ch, 062 296 10 15

⁴² Gender equality in sports (coe.int)

⁴³ Kontakt: Anes Gracic, Projektleiterin; anes.gracic@ideesport.ch

3.2.6 Wirkungsebene «Jugend- und Quartierarbeit und Bewegungsförderung»



Da Mädchen niederschwellige Angebote besonders schätzen, besteht bei lokalen Angeboten, deren Fokus über den Sport hinausgeht, eine interessante Hebelwirkung. Dabei können verschiedene Anbieter zusammenwirken. Insbesondere die Vernetzung von lokalen Sportanbietern ist in diesem Falle wichtig. Diese kann Schulen (siehe «Freiwilliger Schulsport»), Vereine (siehe «Spiel-Sportentwicklung, Angebotsentwicklung»), wie auch Angebote durch weitere Organisationen, Jugendtreffs, Interkulturelle Vereine, etc. beinhalten. Der Gewinn der Jugendarbeit kann sein, dass nicht nur die Bewegung an sich gefördert wird, sondern auch Austausch und Beziehungen im Fokus stehen, sie keinen Leistungszielen unterworfen ist und somit den Bedürfnissen von Mädchen gerecht wird.⁴⁴

- Wichtig ist, dass Mädchen die lokalen Angebote kennen. Hier ist eine Zusammenarbeit mit den kantonalen Sportkoordinatoren und -koordinatorinnen möglich.
- Neben der Bewegung wird Raum für das Erleben von sozialem Austausch geschaffen. Themen, welche die Mädchen in ihrer körperlichen und psychischen Entwicklung beschäftigen (Gesundheit und Gesundheitsprävention, Ausbildung/Beruf, soziale und romantische Beziehungen, etc.), können angesprochen werden. Leistungssport steht nicht im Zentrum.
- Das gemeinsame, selbst mitbestimmbare Erlebnis unter Gleichaltrigen wird angestrebt.
- Auch Jugendliche mit bescheidenen finanziellen Mitteln sollen daran teilnehmen können.

Projektvorschläge⁴⁵

Als Beispiel für Jugendarbeit:

Sporttreff Girls only

Organisator: Stadt Winterthur, Jugendarbeit Oberwinterthur

Thematik: Jugendarbeit und Bewegungsförderung

Ort: Winterthur

Zielgruppe: Mädchen und junge Frauen der 5-8. Klasse

Sportart: polysportiv

Informationen/ Kontakt⁴⁶

Exemplarisch für Jugendarbeitsangebote für Mädchen bietet der «Sporttreff Girls Only» 5.-8.Klässlerinnen einmal wöchentlich ein polysportives Indoor- oder Outdoor-Sportprogramm an, welches kostenfrei und ohne Anmeldung besucht werden kann. Die Mädchen bestimmen mit, welche Sportarten oder Bewegungsformen ausgeübt werden. Der Abend wird mit gemeinsamem Kochen und Beisammensein beendet. Solche Angebote finden sich auch in anderen Städten/Kantonen.

⁴⁴ Das von der Laureus Stiftung unterstützte Programm «DanceQweenz» kann hier verortet werden.

⁴⁵ Als Ergänzung zwei Projekte aus dem Ausland:

- Das dänische Projekt «The SheZone association», welches soziale Aktivitäten und Bewegung für muslimische Frauen kombiniert.
- Das englische Projekt «The Widening Access through Sport (WATS) programme», das Mädchen von ethnischen Minoritäten im Rahmen von Bildung und Bewegung unterstützt.

Gender equality in sports (coe.int), resp. S.24, resp. S.25

⁴⁶ <https://stadt.winterthur.ch/themen/leben-in-winterthur/freizeit-und-sport/sport/schulsport/vor-nach-dem-unterricht/girls-only>;
Kontakt: Sportamt Winterthur, Schulsport, Gabi Regli, Projektleiterin; gabriela.regli@win.ch, 052 267 40 15



Spezifische Projekte:

Roundabout

Organisator: Roundabout Schweiz

Thematik: Jugendarbeit und Bewegungsförderung durch Tanz

Ort: Deutschschweiz

Zielgruppe: Mädchen und junge Frauen von 8-20 Jahren

Sportart: Tanzen

Informationen/ Kontakt⁴⁷

Das nationale Streetdance-Netzwerk siedelt sich zwischen offener Jugendarbeit und Bewegungsförderung an. Dabei bietet es Mädchen und jungen Frauen zwischen 8-20 Jahren Streetdance-Tanzgruppen resp. ein niederschwelliges Tanzangebot. Ungefähr 100 solcher Gruppen gibt es in der Schweiz mit über 1000 Teilnehmerinnen und freiwillig engagierten Gruppenleiterinnen. Die Gruppen sind jeweils ins nationale Netzwerk eingebettet, welches für die Gesamtkoordination, Identifikation und die Leiterinnenschulung zuständig ist. Sie werden von einer kantonalen Leiterin betreut. Vor Ort wird die Gruppe durch eine Partnerorganisation wie bspw. einer Jugendorganisation unterstützt. Nebst den wöchentlichen Trainings ist ebenfalls ein Teil gemütlicher Austausch und Beisammensein geplant (ein Beispiel dafür, wie das Projekt in eine Jugendarbeit einer Stadt eingebettet ist⁴⁸).



Y.E.S. Starke Mädchen® - Trainings fürs Leben

Organisator: Y.E.S. Starke Mädchen®

Thematik: Bewegungsförderung, Empowerment und Persönlichkeitsentwicklung

Ort: Deutschschweiz

Zielgruppe: Mädchen und junge Frauen von 5-15 Jahren

Sportart: Polysportiv

Informationen/ Kontakt⁴⁹

Die Organisation bietet Tageskurse sowie Wochen- und Ferienkurse für Mädchen von 5-15 Jahren in Zürich, Meilen, Rapperswil-Jona, Chur, Davos und Bern an. Die Inhalte gehen dabei über die Bewegung hinaus und bestehen u.a. aus Yoga, Kraftspielen, Tanzen, Singen, Entspannung, Meditation und Gesprächsrunden unter Mädchen. Dies mit dem Ziel, die Gesundheit, die Kraft, die Selbstverantwortung sowie die Konzentration und das Selbstvertrauen zu stärken.

Gedanken zu möglicher Erweiterung: Es kann interessant sein, die Zusammenarbeit bspw. bei der Neuerschliessung weiterer Standorte dieser Projekte im oder über den Kanton hinaus zu fördern. Oder bei den kostenpflichtigen Angeboten die Kosten für Mädchen, die sich das Angebot ansonsten nicht leisten könnten, zu übernehmen.



Longboard Girls Crew Switzerland

Organisator: Longboard Women United Switzerland

Thematik: Einführung der Mädchen in den Skatesport

Ort: offen

Zielgruppe: Mädchen und junge Frauen

Sportart: Skate- und Longboard

Informationen/ Kontakt⁵⁰

Das Projekt «Longboard Girls Crew Switzerland» will mit kostenlosen Workshops Mädchen und junge Frauen für das Skate- und Longboarden gewinnen. Auch dieses Projekt wurde im Rahmen der Mädchensportprojekte des Sportamts Zürich eingereicht und hat noch nicht gestartet.

⁴⁷ Roundabout – Roundabout-Network (roundabout-network.org), Kontakt: Roundabout Schweiz, Désirée Aebersold, nationale Leitung roundabout; info@roundabout-network.org, 031 300 58 60

⁴⁸ Mädchenangebote | Jugendinfo Winterthur - Jugendinfo Winterthur

⁴⁹ Starke Mädchen – Das Training fürs Leben (starke-maedchen.ch); Kontakt: Evelyne Lüscher, Geschäftsführerin und Gründerin, info@starke-maedchen.ch, 077 409 84 34

⁵⁰ Kontakt: Annina Brühwiler, Projektleiterin, anninabruehwiler@bluewin.ch



Flag21@YOGA

Organisator: FLAG21

Thematik: Bewegungsförderung von jungen Migrantinnen

Ort: Genf

Zielgruppe: Junge Migrantinnen und Asylsuchende

Sportart: Yoga

Informationen/ Kontakt⁵¹

Die Genfer Vereinigung FLAG21 bietet integrative, niederschwellige und kostenlose Lauftrainings für Migrantinnen und Migranten an. Sie unterstützt darüber hinaus die Gesundheitsförderung, das soziale Miteinander und die Vernetzung seiner Teilnehmenden. Momentan ist ein Projekt angedacht zur spezifischen Förderung von jungen Frauen und Frauen. Es soll niederschwellig im öffentlichen Raum durch FLAG21 und später bei/mit Partnerorganisationen Yoga für Migrantinnen angeboten werden.

Nachfolgende Projekte sind **geschlechtsunspezifisch**, haben jedoch teilweise schon Mädchenspezifische Projekte angedacht oder bieten Potential in diesem Bereich:



Gorilla

Organisator: Schtifti Foundation

Thematik: Gesundheit und Bildung durch Bewegung

Ort: Schweizweit

Zielgruppe: Schülerinnen und Schüler, Lehrlinge, Arbeitnehmende

Sportart: Freestyle Sportarten

Informationen/ Kontakt⁵²

Dieses Gesundheits- und Bildungsprogramm setzt sich für die Themen Bewegung (durch Freestylesport), ausgewogene und saisonale Ernährung und Nachhaltigkeit ein. Es bietet Tages-, Halbtages- und Themenworkshops für Oberstufen, Lehrlingsbetriebe, Gymnasien und Unternehmen an. Zudem werden ein Schulprogramm mit Unterrichtslektionen nach Lehrplan 21 sowie Weiterbildung für Lehrpersonen angeboten.

Gedanken zu möglicher Erweiterung: Eine Zusammenarbeit im Rahmen eines Mädchenspezifischen Workshops könnte bereichernd sein.

Das Programm ist nicht geschlechtsspezifisch, hat jedoch, im Rahmen der Mädchensportprojekte des Zürcher Sportamts, ein **Projekt «Für mehr weiblichen Freestylesport in Zürich»**⁵³ eingereicht. Dieses verfolgt das Ziel, über verschiedene Social-Media-Kanäle Mädchen und junge Frauen für verschiedene Freestylesportarten zu begeistern.



MidnightSports

Organisator: Stiftung Idéesport

Thematik: Öffnung von Bewegungs- und Begegnungsraum

Ort: schweizweit

Zielgruppe: Jugendliche von 13-17 Jahren

Sportart: polysportiv

Informationen/ Kontakt⁵⁴

Das Programm⁵⁵ öffnet jeweils schweizweit an Samstagabenden des Winterhalbjahres kostenlos Sporthallen für Jugendliche im Alter von 13-17 Jahren. Das Ziel ist es, ein Ort zu bieten, wo sich

⁵¹ FLAG21 - HOME; Kontakt: Elise Delley; Projektleiterin; elise.delley@flag21.ch

⁵² Kennzahlen (2019, gemäss eigenen Angaben): Bewegen von rund 70'000 Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsene, davon gut 4500 an GORILLA Workshops, GORILLA - SCHTIFTI FOUNDATION; Kontakt: Rahel Reich, Projektleiterin; rahel.reich@schtifti.ch, 044 421 30 22

⁵³ Kontakt: Joritz de Groot, Projektleiter; joritz.degroot@schtifti.ch

⁵⁴ Kennzahlen (gemäss eigenen Angaben): 99 MidnightSports-Projekte national, 1740 Veranstaltungen pro Saison, 84 191 Teilnahmen, 87% der Jugendlichen nehmen mehrmals teil, MidnightSports – IdéeSport (ideesport.ch); Kontakt: Bettina Heim, Nationale Programmverantwortliche MidnightSports & EverFresh; bettina.heim@ideesport.ch, 062 296 10 15

⁵⁵ Dieses wird ebenfalls im Bericht des Europarats (siehe Projekt «OpenSunday») als good practice erwähnt.

Jugendliche der Oberstufe bei Spiel, Sport und Musik treffen können, ohne unter dem Druck zu stehen, sportliche Leistungen erbringen zu müssen. Jugendliche Coachs und junge Erwachsene sind für die Organisation und Durchführung zuständig und gestalten den Abend nach ihren Bedürfnissen/Vorstellungen.

Das Programm erreicht besonders Mädchen, die eher physisch inaktiv sind, aus sozialökonomisch schwächer gestellten Familien kommen und/oder einen Migrationshintergrund haben.



Selbstverteidigung

Organisator: Pallas

Thematik: Stärkung von und Gewaltprävention bei Mädchen und Frauen

Ort: schweizweit

Zielgruppe: Alle Mädchen und Frauen (Frauen mit Gewalterfahrungen, Seniorinnen, Frauen mit einer Behinderung, etc.)

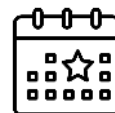
Sportart: Selbstverteidigung

Informationen/ Kontakt⁵⁶

Die «Schweizerische Interessengemeinschaft Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen» bietet generationsübergreifend Kurse an, in welchen Mädchen und Frauen (Frauen mit Gewalterfahrungen, Seniorinnen, Frauen mit einer Behinderung, etc.) lernen, sich selber zu verteidigen. Trainerinnen werden von der Organisation selber ausgebildet. An dieser Organisation ist besonders der Faktor der Gewaltprävention hervorzuheben, auch wenn nicht direkt auf die Bewegungsförderung abgezielt wird.

⁵⁶ Pallas III Selbstverteidigung für Frauen; Kontakt: Romy Bucher, Administration, 079 646 85 45

3.2.7 Wirkungsebene «Events, Lager und Schnupperangebote»



Um eine nachhaltige Wirkung zu erzielen, ist es sinnvoll, dass Mädchen Sportaktivitäten mehrmals besuchen/daran teilnehmen. Das erlaubt, eine Faszination am Sport zu entwickeln und dadurch nachhaltiges Sporttreiben zu fördern.

Um Freude, Emotionen und Neugierde (auf Mehr) zu entwickeln, kann es interessant sein, animierende Angebote wie Events, Lager oder Schnuppertage oder -turniere ⁵⁷ anzubieten. Polysportive Sportlager und Events können motivieren, Sportarten längerfristig auszuüben resp. in ein längerfristiges Angebot zu wechseln. Darüber hinaus können - analog zur Wirkungsebene Jugendarbeit - weitere soziale Aktivitäten angeboten werden. Dabei gilt es zu beachten, diese mit vor- oder nachhergehenden Sportaktivitäten (Trainings/ Vorbereitung) zu verbinden.⁵⁸

Projektvorschläge

Event



Swiss Girls Cup

Organisator: Swiss Girls Cup

Thematik: (Inter-)nationales Turnier

Ort: Bern

Zielgruppe: Mädchen und junge Frauen aus der ganzen Schweiz zwischen 5-19 Jahren

Sportart: Fussball

Informationen/ Kontakt⁵⁹

Der «Swiss Girls Cup» ist ein Fussballturnier mit reinen Mädchen-Teams (5-19-Jährige) aus der Schweiz und Gästeteams aus dem Ausland. Der Cup findet über 2 Tage verteilt statt. Die Mädchen und jungen Frauen übernachten vor Ort und erleben ein Rahmenprogramm.

Als Beispiel für Schnuppertage und Camps diverser Sportvereine/ -verbände:



Swiss Snowboard Girls Camp

Organisator: Swiss Snowboard

Thematik: Camp

Ort: Laax

Zielgruppe: Mädchen und junge Frauen bis zu 16 Jahren

Sportart: Snowboard

Informationen/ Kontakt⁶⁰

Swiss Snowboard bietet für unter 16-Jährige Mädchen Snowboard Camps an, in diesem Jahr mit einer Half Pipe Edition. Diese werden von Schweizer Spitzensnowboarderinnen geleitet.

Girlsday Unihockey

Organisator: Floorball Zürich Lioness

Thematik: Schnuppertag

Ort: Zürich

Zielgruppe: Schülerinnen der Primarstufe

Sportart: Unihockey

Informationen/ Kontakt⁶¹

⁵⁷ Beispiel für Vereinsschnuppertrainings zur Rekrutierung von Mädchen im Breitensportfussball: Projekt «Bring a friend» des SFV, [Schweizerischer Fussballverband - Bring a friend \(football.ch\)](http://www.sfv.ch/bring-a-friend)

⁵⁸ Die von der Laureus Stiftung angebotenen «Laureus Girls in Sport Camps» kann man auf dieser Wirkungsebene wie auch auf der Wirkungsebene «Jugendarbeit» verorten.

⁵⁹ Kennzahlen (gemäss eigenen Angaben): 2020 mit 80 teilnehmenden Mädchenmannschaften, ca. 1'000 teilnehmende Mädchen; [Swiss Girls Cup \(swiss-girls-cup.ch\)](http://www.swiss-girls-cup.ch); Kontakt: 079 428 44 61, smeister13@bluewin.ch

⁶⁰ [Swiss Snowboard Girls Camp | Snowboard | Swiss Ski \(swiss-ski.ch\)](http://www.swiss-snowboard.ch)

⁶¹ [Floorball Zurich Lioness: Girlsday \(floorball-lioness.ch\)](http://www.floorball-zurich.ch); Kontakt: Fadri Depeder; 079 413 04 44

Schülerinnen der Primarstufe dürfen kostenlos an diesem Trainings-Schnuppertag des Unihockeyclubs teilnehmen.

Girls-Kick Camp

Organisator: FCZ Frauen

Thematik: Kontakt zur Sportart durch Lager

Ort: Zürich

Zielgruppe: Mädchen und junge Frauen zwischen 9-14 Jahren

Sportart: Fussball

Informationen/ Kontakt⁶²

Der FC Zürich Frauen bietet fussballbegeisterten Mädchen von 9-14 Jahren in regelmässigen Abständen einwöchige Camps an. Diese stehen allen Mädchen offen, ob bereits Mitglied in einem Verein oder nicht.

Mädchenunspezifisch bestehen Organisationen, welche sich dem Anbieten von Lagern widmen, die allen Kindern und Jugendlichen ein Kennenlernen von Sportarten möglich machen:



MS Sports Lager

Organisator: MS Sports

Thematik: Sportangebot durch Lager

Ort: schweizweit

Zielgruppe: Kinder zwischen 6-15 Jahren, insbesondere auch Kinder mit einer Behinderung und Kinder aus sozial benachteiligten Familien

Sportart: polysportiv

Informationen/ Kontakt⁶³

MS Sports bietet in allen Regionen der Schweiz eine hohe Anzahl an Sportlagern und Events an. Darüber hinaus unterstützen sie Projekte in Zusammenarbeit mit der Organisation insieme und dem Verein Förderung von Kids und Sport (VFKS), um Kindern mit einer Behinderung und Kindern aus sozial benachteiligten Familien eine Teilnahme an den Camps zu ermöglichen.



RägiCamp

Organisator: RägiCamp

Thematik: Kennenlernen von Sportarten und lokalen Vereinen durch Sport- und Freizeitangebote

Ort: Region Furttal

Zielgruppe: Schülerinnen und Schüler der Region

Sportart: polysportiv

Informationen/ Kontakt⁶⁴

Das «RägiCamp» bietet Kindern und Jugendlichen der Region Furttal teilweise unbekannte Sport- und Freizeitangebote an. Durch die Angebote sollen sie Möglichkeiten erhalten, Kontakt zu Vereinen zu knüpfen, diese kennenzulernen und zum Beitritt ermutigt zu werden. Vor allem soll das Camp ein Ausprobieren der Sportarten erlauben. Die Angebote bestehen aus Sportaktivitäten, die mehrheitlich in der Region ausgeübt werden können. Mithilfe von Trendsportangeboten sollen auch ältere Jugendliche zur Teilnahme motiviert werden.

Gedanken zu möglicher Erweiterung: Es könnte interessant sein, in Zusammenarbeit eine Angebotsmöglichkeit spezifisch für Mädchen zu schaffen.

⁶² [girlskick-Camp - FCZ](#); Kontakt: Pascal Troentlé, Projektleiter; pascal.troentle@fcz.ch

⁶³ Kennzahlen 2021 (gemäss eigenen Angaben): 348 Camps an 227 Standorte, ca. 14'000 Kinder; <https://www.mssports.ch/home/>; Kontakt: MS Sports, 041 260 33 67, info@mssports.ch

⁶⁴ [RägiCamp – Das Sport- und Freizeitcamp im Furttal](#). (raegicamp.ch); Kontakt: Sekretariat Rägi Camp; sekretariat@raegicamp.ch, 079 101 64 51

3.2.8 Wirkungsebene «Bewegungsräume öffnen»



Über informelles und nicht-organisiertes Sporttreiben und Sporttreiben im öffentlichen Raum bestehen keine detaillierten Zahlen. Es gibt jedoch Hinweise, dass diese Art von Aktivitäten gerade von Mädchen sehr geschätzt werden. Besonders im Rahmen eines einfachen Einstiegs in Sportarten – was während der laufenden COVID-19-Pandemie speziell wichtig erscheint. Durch die oftmals starke Auslastung von Indoor-Sportanlagen ist es interessant, Sporttreiben im öffentlichen Raum zu unterstützen. Erkenntnisse zeigen allerdings, dass zugängliche Sportplätze einer Stadt oder eines Dorfes oftmals vor allem von Männern genutzt werden. Frauen berichten dabei über das Gefühl von Unsicherheit und Belästigung. Deshalb ist die Wiederaneignung des öffentlichen Raumes durch die Frauen zu unterstützen (Raibaud, 2017).

Projektvorschlag



Active City

Organisator: RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung

Thematik: Niederschwellige Bewegungsangebote im öffentlichen Raum

Ort: zurzeit Kloten und Winterthur

Zielgruppe: Gesamte Bevölkerung

Sportart: polysportiv

Informationen/ Kontakt⁶⁵

Active City bietet in Zusammenarbeit mit lokalen, kantonalen und nationalen Partnern unter der Trägerschaft der Schweizerischen Gesundheitsstiftung RADIX kostenlose Sport- und Bewegungsangebote im öffentlichen Raum an. Diese richten sich an die gesamte Bevölkerung und finden während mehreren Wochen in Zusammenarbeit mit Sportvereinen und lokalen Sportanbietern im Sommer statt. Die Vernetzung innerhalb der Gemeinde soll gestärkt werden. Interessierte Gemeinden werden bei der Implementierung und Umsetzung unterstützt und die ersten zwei Durchführungsjahre werden durch RADIX mitfinanziert.

Gedanken zu möglicher Erweiterung: Auch in diesem Angebot bietet sich die Adaption auf ein Mädchenspezifisches Angebot an. Darüber hinaus könnte sichergestellt werden, dass die Überführung in ein längerfristiges Angebot geschaffen wird, damit die sportliche Betätigung auch in den Wintermonaten aufrecht erhalten bleibt.



Weitere potentielle Partner aller Wirkungsebenen

- Hebammenpraxen, Mütter-Väterberatung, Kindergärten, (Hoch-)Schulen, Tagesmütter/ Tageseltern- vereine
- Vereine, (Sport-, Jugend- & Frauen-) Verbände, Swiss Olympic
- Kommunale, städtische oder kantonale Sportämter/ Sportförderung/ Sportfachstellen, Sportkoordinatoren, Arbeitsgemeinschaft Schweizer Sportämter
- Gesundheitsförderung Schweiz, BAG, BSV, BASPO (Labor Breitensport), Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Mann und Frau, Kantonale Gleichstellungsbüro, Interdisziplinäres Zentrum für Geschlechterforschung (IZFG) der Uni Bern

⁶⁵ Active City – Sport und Spass für alle. Draussen, gemeinsam und kostenlos! | Active City; Kontakt: Trägerschaft RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung, Gabriela Widmer, Projektleiterin; widmer@radix.ch, 044 575 67 72; Stadt Winterthur, Marina Glanzmann, Projektleiterin; marina.glanzmann@win.ch, 044 267 40 13

4. Beeinflussung zentraler Faktoren - Indirekte Mädchenförderung

Um ein ganzheitliches Bild aufzuzeigen, soll neben den konkreten Bewegungsangeboten auch die indirekte Förderung von Mädchen und jungen Frauen aufgezeigt werden. Hier werden die Themen der Sensibilisierung, des Ehrenamtes und der Führung sowie der Forschung und Evaluation angesprochen.

4.1 Sensibilisierung

Um die Bedeutung der Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport zu erhöhen und die Problematik auf unterschiedlichen Ebenen aktiv anzugehen, müssen die relevanten Stakeholder und Schlüsselpersonen mit an Bord geholt werden. Dazu braucht es eine gezielte Sensibilisierung, Information und Weiterbildung. Relevante Stakeholder, welche die Sportstruktur sowie das Bewegungs- und Sportverhalten der Mädchen beeinflussen, sind u.a. Verbände und Vereine mit Führungskräften, Vorsitzenden, Trainingsleitenden aber auch Kantone, Gemeinden und Bund sowie Bildungsinstitutionen, Eltern und wichtige Bezugspersonen der Mädchen und jungen Frauen.

Darüber hinaus dienen Mädchen und Frauen einander als Vorbilder (insbesondere die älteren den jüngeren) und sind ebenfalls im Rahmen einer Sensibilisierung mitzudenken. Gerade Sportlerinnen mit Migrationsgeschichte fällt als potenzielle Multiplikatorinnen eine Vorbildfunktion zu.

Wie im vergangenen Kapitel «Bewegungsangebote» bereits erwähnt, ist es am wirkungsvollsten, wenn die Sensibilisierung im Kontext der Bewegungsangebote selbst passiert. Das heisst, direkte Angebote fördern und die gewünschte Infrastruktur bereitstellen. Nicht minder zentral ist es, die Anbieter, Organisationen, etc. zu ermutigen, sich zu vernetzen, sich auszutauschen, Wissen und Erkenntnisse zu teilen/zur Verfügung zu stellen und Aus- und Weiterbildung im Thema Mädchenförderung zu fördern, sodass diese Aspekte im Folgenden ausgeführt werden. Dennoch greifen beide Herangehensweisen ineinander.

Im Rahmen der Sensibilisierung sollen folgende Leitfragen beantwortet werden:

- *Wie können
...Kinder, Schülerinnen sowie Lernende und Studierende,
...Lehrpersonen, Dozierende, Schulleitungen, Rektorinnen und Rektoren sowie Schulbehörden
und Hochschulrätinnen und -räte,
...Eltern und Erziehungsberechtigte,
...Verbände und Vereine,
...und Kantone und Ämter
für Mädchenförderung im Sport sensibilisiert, informiert und zum Handeln ermutigt werden?*

4.1.1 Schwerpunkte



Austausch und Netzwerk: Wie die verschiedenen Projekte im Rahmen der Bewegungsangebote zeigen, ist das Interesse für Mädchen, passende Sportangebote zu schaffen, vorhanden. Eine Vernetzung zwischen Interessengruppen findet jedoch nur schleppend statt. Daher muss die Verbindung zwischen den Projekten, Programmen und Organisationen geschaffen werden, damit neue Ideen geschaffen sowie Erkenntnisse und Ressourcen geteilt werden können. Wenn die Lücken und Erfahrungen geteilt werden, kann auch Unterstützung gezielter stattfinden.

Dabei wäre ein Austauschgefäss sinnvoll, um den Mädchen und jungen Frauen im Breitensport gerecht zu werden. Zu spezifischen Themen sind auch Netzwerktagungen, Symposien oder Workshops vorstellbar. Dabei sind Programmleitende, Verbände, Swiss Olympic, Gesundheitsorganisationen, Kantone, Konferenz der kantonalen Sportbeauftragten (KKS), Schweizerischer Verband für Sport in der Schule SVS, Hochschulen etc. zu involvieren.

In der Schweiz und international gibt es verschiedene Netzwerke (siehe auch Kapitel «Ehrenamt und Führung»), welche sich diesen Themen widmen. Hier einige Beispiele:

CH:

- **Helvetia rennt**⁶⁶ - Projekt für Chancengleichheit im Sport für mehr Mitbestimmung von Frauen.
- **Swiss Olympic** - Frauen und Spitzensport (fastHER, smartHER, strongHER)⁶⁷ - Aufarbeitung frauenspezifischer Themen innerhalb des (Spitzen-)Sports.

International:

- **Frauenstiftung Filia**⁶⁸ - Projektförderung von und für Mädchen, ausgewählt durch Mädchenbeirat (junge Frauen zwischen 14-24 Jahren).
- **Deutscher Olympischer Sportbund DOSB Gleichstellung**⁶⁹ - Fachbereich mit dem Ziel der Förderung und Gleichstellung aller Geschlechter im Sport.
- **International Association of Physical Education and Sport for Girls and Women IAPESGW**⁷⁰ - Vereinigung zur Entwicklung, Vernetzung, Forschung innerhalb der Themenfelder des Sportunterrichts und des Sports.
- **International Working Group on Women and Sport IWG**⁷¹ - Grösstes Netzwerk zum Thema "Empowerment" von Frauen und Mädchen im Sport und Gleichstellung.
- **Sportanddev.org**⁷² - Vernetzung der Gemeinschaft des Sports und der Entwicklungsarbeit, um Wissen zu teilen, good practice aufzubauen und Partnerschaften zu fördern.
- **Internationales Olympisches Komitee IOK/IOC**⁷³ - Informationen und Projekte des IOK im Rahmen der Gleichstellung der Geschlechter im Sport.



Zur Verfügung stellen von Wissen – Informationsmaterial und Lehrmittel: Durch den Austausch sollen u.a. Wissen und Erkenntnisse geteilt werden, um limitiert zur Verfügung stehende Ressourcen zu entlasten. Zum Beispiel durch das Teilen von Kennzahlen zum Bewegungsverhalten von Mädchen, inhaltlichem oder organisatorischem Know-How zu Bewegungsangeboten, Merkblättern mit Praxisbeispielen oder Lehrmitteln für Bildungs- und Ausbildungsinstitutionen, etc.

⁶⁶ [Helvetia rennt \(helvetia-rennt.ch\)](http://helvetia-rennt.ch)

⁶⁷ [Swiss Olympic - Frau und Spitzensport](https://www.swissolympic.ch/frauen-und-spitzensport)

⁶⁸ [Filia die Frauenstiftung \(filia-frauenstiftung.de\)](http://filia-frauenstiftung.de)

⁶⁹ <https://gleichstellung.dosb.de/>

⁷⁰ [IAPESGW – International Association of Physical Education and Sport for Girls and Women](http://www.iapesgw.org)

⁷¹ [IWG \(iwgwomenandsport.org\)](http://iwgwomenandsport.org)

⁷² sportanddev.org

⁷³ [Gender Equality in Sport \(olympic.org\)](http://www.olympic.org/gender-equality)



Aus- und Weiterbildung: Das Hauptziel ist es, ein sicheres, positives sowie sensibilisiertes Umfeld für Mädchen und Frauen im Sport zu schaffen. Mädchen und junge Frauen selbst sollen dadurch eine sportpositive Kultur und sportpositive Werte erleben. Einerseits sollen Mädchen gezielt zum Sport motiviert werden und andererseits sollen sie und ihre engen Bezugspersonen ermutigt werden, ihre persönlichen Einstellungen, Verhaltensmuster und Attributionen bezüglich Körper, Gesundheit und Freizeit zu reflektieren.⁷⁴

4.1.2 Mögliche Zielgruppen und Akteure

In allen drei Schwerpunkten können unterschiedliche Zielgruppen anvisiert werden und gleichzeitig Akteurin und Akteur werden. Die Erweiterung der Möglichkeiten für Mädchen im Sport soll einerseits durch alle sportrelevanten Akteurinnen und Akteure bottom-up erfolgen, indem sie eine diversitätssensible Haltung leben. Andererseits sollen Fachstellen, Dachverbände, Kantone, etc. top-down Anreize und Impulse setzen.



Bildungseinrichtungen

Ein wichtiger Stakeholder, welcher Einfluss auf die Sportstrukturen und direkt auf die Mädchen und ihr Bewegungs- und Sportverhalten hat, sind Bildungseinrichtungen.⁷⁵ Sie beeinflussen Mädchen und junge Frauen (sowie auch Knaben und junge Männer),

- dadurch, wie sie sich und ihre Sportangebote organisieren und gestalten (Bewegungsangebote im Kindergarten, Schulsport, Freiwillige Schulsportangebote, Universitätssport, Studiengänge für Sport und Bewegung).
- in dem Ausmass, wie es ihnen gelingt, ihre Schülerinnen und Schüler (SuS) allgemein, insbesondere aber Mädchen und junge Frauen, mit der Geschlechterthematik in Kontakt zu bringen und sie dafür zu sensibilisieren. Zudem besitzen die Bildungseinrichtungen Einfluss, besonders bis zum Ende der obligatorischen Schulzeit, weil sie alle Kinder und Jugendlichen erreichen und direkt mit den Eltern der Kinder und Jugendlichen kommunizieren können.

Forschung und Praxis indizieren, den Fokus auf die Überzeugungen und Einstellungen der wichtigsten Sozialisationspersonen in Bildungseinrichtungen (bspw. Lehrpersonen, Schulleiterinnen und Schulleiter, Dozentinnen und Dozenten, etc.) zu legen. Das heisst, diesen eine offene, um Gleichbehandlung bemühte, empathische und selbstreflektierte Haltung zu vermitteln.

Möglichkeiten:

- *Praxis im Schulhaus.* Neben der Promotion von Bewegungsangeboten für Mädchen in den Schulen: Absprachen zur gemeinsamen Nutzung von Bewegungsräumen⁷⁶ und –materialien auf dem Schulhausareal; Ausbildung von «Schulhofmentorinnen und -mentoren» für Bewegung in der Pause (Vorbildwirkung älterer Schüler auf jüngere), etc. Mädchen in die Umsetzung von Projekten, in Entscheidungsprozesse und ganz allgemein in technische und administrative Aufgaben einbeziehen.
- *Leitbild & Qualitätssicherung.* Mädchen- und Frauenförderung sind Bestandteil des Qualitätsanspruches und der Qualitätssicherung von Schulen: im Leitbild verankern und entsprechend evaluieren. Thema bei der internen Schulentwicklung einbeziehen.

⁷⁴ Beispielsweise: Online-Selbstlernkurs «Rolle(n) vorwärts: Geschlechtergerechtigkeit im Sport», FUMA Fachstelle Gender & Diversität NRW: Online-Weiterbildung zu Geschlechterstereotypen, Homo- und Transfeindlichkeit, Gleichstellung etc. für im Sport Tätige (Trainer*innen, Funktionär*innen, etc.) <https://fumadigital.de/enrol/index.php?id=181>

⁷⁵ Darunter sind Kindergärten, Krippen, Primar- und Oberstufenschulen, Hoch- und Berufsschulen sowie weitere schulische Tagesstrukturen zu verstehen.

⁷⁶ Zum Beispiel : Filles et foot – la fin du hors-jeu! <https://www.2e-observatoire.com/fille-et-foot/>

- *Ausbildung künftiger Lehrpersonen.* In der Sportausbildung von Studierenden inhaltlich auf das Thema «Mädchen- und Frauenförderung» eingehen. Das Thema an den Pädagogischen Hochschulen in der Aus- und Weiterbildung von Lehrpersonen platzieren, damit Lehrpersonen sensibilisiert werden und ihr Wissen in der Praxis anwenden und eine offene Haltung vorleben können.⁷⁷ SuS durch Sensibilisierung auf Sozialisationseffekte bzw. bewegungsbezogene Einstellungen, Verhaltensweisen, etc. auf die Thematik aufmerksam machen und darüber hinaus traditionelle Rollen, Zuschreibungen, Erwartungen und Wissen durch ein reflektiertes Sportartenverständnis und eine Sportangebotsweiterung oder –anpassung aufbrechen. Weiter soll Offenheit für Strategien des bewegten Lernens im Schulalltag gefördert werden.
- *Aus- und Weiterbildung Schulleitende.* In der Aus- und Weiterbildung von Schulleitenden inhaltlich auf das Thema «Mädchen- und Frauenförderung (im Sport)» eingehen.
- *Aus- und Weiterbildung Allgemein.* Fokusthema Mädchen mit Migrationshintergrund, um kulturelle Vorurteile über Mädchen im Sport zu ändern.
- *Weiterbildung.* Fort- und Weiterbildung können direkt in den Bildungseinrichtungen oder über die «Arbeitsgruppe Dozierende Bewegung und Sport» (DOBS) oder den «Schweizerischen Verband für Sport in der Schule» SVSS⁷⁸ anvisiert werden. Beispielsweise im Rahmen einer bewegungsfreundlichen Schule.
- *Lehrmittel.* Die Bedeutung von Lehrmitteln und den darin gezeigten Vorbildern im Sportunterricht analysieren und wenn möglich die Lehrmaterialien genderneutral gestalten. Ein Lehrmittel zur Thematik «Mädchenförderung im Sport» entwickeln, das den Lehrpersonen Ideen für einen möglichst gendergerechten Unterricht bietet. Dabei geht es um Themen wie Selbstwert stärken, Herausforderungen entsprechend den Fähigkeiten stellen, sich trauen und reflexive Koedukation.

⁷⁷ Punktuelle Beispiele aus dem Hochschulkontext: Ringvorlesung «Sport und Geschlecht», Universität Bern, Vorlesungen «Vielfalt leben» und «Gender im Sport», EHSM

⁷⁸ Arbeitsgruppe Dozierende Bewegung und Sport (DOBS) [DOBS-PEPS.ch](https://dobs-peps.ch) (dobs-peps.ch); Schweizerischer Schulsportverband, [SVSS - ASEP - ASEF - SVSS](https://svss-asep-asef-svss.ch)



Eltern und Erziehungsberechtigte

Eltern, Erziehungsberechtigte oder andere enge Bezugspersonen spielen zu Beginn des Lebens eine entscheidende, sozialisierende Rolle. Dementsprechend bedeutend ist ihr Einfluss auf das Bewegungs- und Sportverhalten der Mädchen. Befunde weisen auf die Wichtigkeit hin, dass die Eltern ein Bewusstsein für den Sport, dessen Organisationsformen und Effekte auf die physische und psychische Gesundheit ihrer Kinder entwickeln (u.a. Hayoz, 2017; Kleindienst-Cachay, 2007). Analog den Lehrpersonen sollen auch sie für Zuschreibungen und Erwartungen sowie traditionelle Rollen im Kontext von Mädchen und Bewegung sensibilisiert werden. Ebenso dafür, dass sie positive Auswirkungen und Vorbildcharakter auf die Mädchen haben und wie sie diese optimal in ihrem Sporttreiben unterstützen können.

Einerseits sollen die Eltern dazu motiviert und dabei unterstützt werden, ihre Kinder in ihrem Bewegungsverhalten zu unterstützen.

Möglichkeiten:

- *Übersichtsmaterial.* In Settings wie Spielgruppen, Kindergärten, KiTa's und Schulen und solchen von kommerziellen Anbietern können Merkblätter zur Thematik der Mädchen⁷⁹ oder Übersichtsmaterialien wie «Spielplätze in der Stadt», «Sportvereine und ihre Angebote⁸⁰», «Kinderläufe in der Region», o.ä. entwickelt und beworben werden.⁸¹ Insbesondere Eltern mit Migrationshintergrund (siehe Kapitel «Bewegungsangebote - Frühförderung») könnten so erreicht werden.
- *Information relevanter Stellen.* Weiter werden auch Hebammenpraxen, Mütter und Vater-Beratungsstellen, Schulen, Tagesmütter und Pro-Juventute-Elternbriefe mit Informationen versorgt.
- *Einbinden in den Sport.* Eltern werden aktiv in den Sportsettings eingebunden (bspw. als Trainerinnen, etc.).

Andererseits gilt es auch, ihnen zu zeigen, wie ein bereits aktives Kind optimal unterstützt und gefördert wird.

Möglichkeiten:

- *Elternarbeit.* Dabei stellen Schulen, Vereine und Verbände Flyer, Videos und Unterlagen bereit⁸², die an Elternabenden oder Generalversammlungen diskutiert werden. Einige Verbände sind hier bereits tätig⁸³, unterstützt in der Vergangenheit durch eine Kampagne von Swiss Olympic.

⁷⁹ z.B. Basisempfehlungen für kindliche und eigene Aktivitätsumfänge für ein gesundes Aufwachsen; Strategien der Herausbildung intrinsischer Motivation bei Kindern zum Bewegungsaktiv-Sein; Wissen um die Vorbild-Rolle der Familie bzgl. adäquatem Bewegungsverhalten ihrer Kinder und praktischen Unterstützungsleistungen, Wissen um gemeinsame Bewegungsideen zuhause und draussen, Wissen um die Wirkung von Kinderbewegungsangeboten von Sportvereinen oder anderen Anbietern, Wissen um den begrenzten Umfang an Bewegungsaktivitäten in KiTa und KiGa sowie in elterlicher Betreuung, Verständnis als «Türöffner» für ausserfamiliäre Bewegungsaktivitäten (Sportverein, Spielplatz, Bäder, Spielgruppen etc.), Wissen um die Erwartungen und Zuschreibungen von geschlechtsspezifischer Sozialisation.

⁸⁰ Die Organisation Feel Ok bietet einen Sportartenkompass an: <https://www.feelv6.ch/tools/sib/>

⁸¹ Das Projekt «Purzelbaum Schweiz» ist im Rahmen der Bewegung und Gesundheit in Schweizer Kindergärten, KiTa, Spielgruppe und Primarschulen unterwegs. [Purzelbaum Schweiz](#) | [RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung](#)

⁸² Mit Inhalten wie bspw. respektvolle und faire Umgangsformen auf und neben dem Feld der Kinder und Eltern; Erwartungen an und im Verein (bspw. an Mithilfe), Wissen um Motivation, Freude, Freies Entdecken, individuelle Fortschritte und Wachstum der Kinder; Wissen um Ernährung und Regeneration, etc.

⁸³ Beispiele: [Schweizerischer Fussballverband - Laura und Simon \(football.ch\)](#); [Laura und Simon \(football.ch\)](#); [Fussball: Eltern-Kind-Beziehung im Sport » mobilesport.ch](#); [Eltern | SwissTennis](#); [us_br_ju_foe_eltern_asgelternhandbuch_d.pdf \(swissgolf.ch\)](#)



Verband und Verein

Der Verein und dementsprechend die Verbände nehmen eine Schlüsselfunktion in der Bewegungs- und Sportförderung sowie in der sozialen Integration ein. Aus dieser Erkenntnis wünschen Forschung und Praxis, dass Vereine/Verbände über die Thematik der Förderung von Mädchen und Frauen informiert und dafür sensibilisiert werden und ein Bewusstsein dafür entwickeln. Vereine/Verbände sollen (selbst)kritisch hinschauen, die Bedürfnisse von Mädchen mitdenken und dementsprechend handeln. Bedeutend ist, dass sie den Nutzen, der eine soziale Integration von Mädchen und jungen Frauen mit sich bringt, erkennen und praktisch anwenden. Insbesondere Swiss Olympic⁸⁴, Bund und Kantone nehmen für Verbände resp. Vereine eine beratende Funktion ein.

Möglichkeiten:

- **Kultur.** Eine integrationsfördernde Verbands- und Vereinskultur, integrationsfördernde Verbandsstrategien und Projekte sind dabei entscheidend.⁸⁵ Sensibilisierungsevents⁸⁶ oder – öffentlichkeitsarbeit⁸⁷ können zusätzlich unterstützen.
- **Wissensteilung & Vernetzung.** Im Rahmen bestehender Mädchenförderungsprojekte und -konzepte könnten Verbände resp. Vereine voneinander profitieren. Da u.a. durch die momentane Pandemie andere Prioritäten vorherrschend sind, kann es hilfreich sein, gute Verbandsprojekte zu vernetzen, finanziell zu unterstützen und Wissen (sportartspezifische Frauenanteile, Kennzahlen und Erkenntnisse) zu teilen, damit auch andere Verbände und Vereine ohne grossen Aufwand davon profitieren und für sich adaptieren können. Daher scheint eine Plattform zu Gunsten der Wissensteilung sinnvoll. Es können Synergien entstehen, Ressourcen geteilt und Doppelspurigkeiten vermieden werden.
- **Reflexion.** Zudem wird bei den Verbänden ein Bewusstsein geschaffen, dass die qualitative und quantitative Förderung der Sportlerinnen und ihres Kaders (Trainerinnen und Trainer, Funktionärinnen und Funktionäre, etc.) sowie deren Sensibilisierung (siehe auch «Ehrenamt und Führung») nötig ist.⁸⁸ Nötig ist ebenfalls die Gleichbehandlung der «Frauenabteilung» bspw. hinsichtlich Trainingszeiten, Trainingshallen, Ausrüstung, Material und Preisgelder. Dabei ist zu reflektieren, wie Angebote, Strukturen und Regelwerke funktionieren und ob diese die Förderung von Mädchen und Frauen begünstigen oder behindern. Verbände werden ermutigt

⁸⁴ Swiss Olympic ist momentan neben dem Projekt «Frauen und Spitzensport» daran, seine Möglichkeiten zur Mädchen- und Frauenförderung zu beleuchten und stellt somit ein wertvoller potentieller Partner dar. Projektleiterin ist Maja Neuenschwander. Kontakt: maja.neuenschwander@swissolympic.ch

⁸⁵ Beispielsweise:

- Motivation oder Anreize schaffen, Strategien zur interkulturellen Öffnung zu entwickeln resp. Diversity Management zu betreiben und Unterstützungs- und Beratungsleistungen anzubieten. Implementierung des Themas in den Verbands- und Vereinszielen und der Vereinskultur, z.B. durch Traktandieren in Generalversammlungen/ Vorstandssitzungen oder Verankerung im Leitbild.
- Optimalerweise wird bei Verbänden und Vereinen das Bewusstsein geschaffen, dass die soziale Integration von Mädchen und jungen Frauen gewinnbringend für den Verband/Verein und ein gesellschaftlicher Beitrag ist. Und dass damit neue Sichtweisen, andere Handlungsmuster und Empathie gefördert werden. Es ist von Vorteil, wenn Verbände Ansprechpersonen für die Thematik haben. Ein Amt/Posten resp. eine zuständige Person sollte geschaffen werden welche für die Thematik der chancengleichen Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Ehrenamt und bezahlten Positionen verantwortlich ist und diese vorantreibt.
- Selbstverständlichkeit der sozialen Integration von Mädchen und jungen Frauen als langfristiges Ziel, ohne dabei Verbände und Vereine unter Druck zu setzen.
- Die Motive der Geselligkeit und des Austauschs, der Gemeinnützigkeit und Solidarität sowie der Gesundheit können neben dem Sport in den Fokus rücken und kommen gleichzeitig den Sportmotiven von Mädchen und Frauen entgegen.
- Orientierung am Leitfaden «Kulturelle Vielfalt im Sport» oder dem Projekt «Offensive zur interkulturellen Öffnung von Münchner Sportvereinen»

⁸⁶ Als sportartspezifisches Beispiel: [UN Weltmädchentag | Weltmädchenfussballtag \(here2play.ch\)](https://www.here2play.ch/); Frauenstadtrundgang «Ghupft wie gsprunge»; FCZ-Museum, Sonderausstellung «Eine eigene Liga! 50 Jahre Frauenfussball in der Schweiz», bis März 2021

⁸⁷ Beispiele: <https://www.bravestories.de/>; <https://20x20.ie/>

⁸⁸ Analysieren, wie hoch der Frauenanteil ist und in welchen Funktionen sie tätig sind. Frauen auch in der Verbandsführung Verantwortung übertragen, Kandidaturen fördern und dies nach aussen sichtbar machen.

zu überprüfen, ob/wo sie im Rahmen der Mädchenförderung Entwicklungspotential haben und ob/wo sie gewisse Strategien, Projekte, Brückenangebote zu Schulen dazu verfolgen könnten.



Bund, Kantone und Gemeinden

Analog zu Verbänden und Vereinen sollen Kantone, Gemeinden und bspw. Sportämter informiert, sensibilisiert und befähigt werden. In wissenschaftlichen Untersuchungen hat sich ebenfalls gezeigt, dass sie die Wichtigkeit einer gezielten Angebotsförderung für Mädchen und Unterstützungs- und Beratungsleistungen kennen und sich ihrer vernetzenden Rolle bewusst sein sollten.

Das Ziel ist es zu informieren, sensibilisieren und aktivieren, damit sie

- passende Angebote kennen und befähigt werden, solche im Sportbereich zu fördern.
- Unterstützungs- und Beratungsleistungen für Schulen, Vereine und andere Dienstleister im Sportkontext anbieten können.
- motiviert werden, Strategien zur interkulturellen Öffnung zu entwickeln resp. Diversity Management zu betreiben.
- relevante Organisationen und Stellen (verschiedener Settings) kennen, zwischen denen Vernetzungen schaffen und deren Austausch fördern. Der Austausch mit Jugendlichen, Eltern, Vereinen und Schulen wird gefördert, damit die Aktivitäten und die Bedingungen, unter denen sie ausgeübt werden, so gut wie möglich auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten werden können.
- strukturelle Ressourcen und bessere Rahmenbedingungen für Vereine schaffen/bereitstellen, um sie in dem Vorhaben der sozialen Integration von Mädchen und jungen Frauen zu unterstützen (bspw. die Schaffung von neuen Angeboten, Freihalten von Hallenzeiten für Mädchengruppen (mit Migrationshintergrund), Koordination Sportanlagen).

Möglichkeiten:

- *Ressourcen und Rahmenbedingungen.* Verbesserung des Freizeitsportangebots und Einrichtung von Zeitfenstern für teilweise selbstorganisierte Aktivitäten für Mädchen/ Frauen; Infrastruktur zur Verfügung stellen (vor allem ausserhalb der «Stosszeiten»). Separate, für Frauen reservierte Kurse und Zeitfenster anbieten, wobei die Möglichkeit der Teilnahme an gemischtgeschlechtlichen Aktivitäten erhalten bleiben soll. Bereitstellung von Betreuung und Aktivitäten für Kinder, während die Erwachsenen an ihrer gewählten Sportart teilnehmen.
- *Leitbild & Qualitätssicherung.* In Sportfachstellen und Sportämtern von Kantonen und Gemeinden ist die Frauenförderung Bestandteil des Leitbildes (Qualitätsanspruch) und ist inhaltlich sowie in der Organisationsstruktur sichtbar und umgesetzt.⁸⁹ Bei Sportförderprogrammen wird hingeschaut, was für Mädchen besonders unterstützend ist. Mittels Bildungseinrichtungen und dem freiwilligen Schulsport werden Bewegungsangebote gefördert.
- *Kulturelle Spezifika.* Berücksichtigung spezifischer ethno-kultureller und/oder religiöser Merkmale in Übereinstimmung mit der nationalen Gesetzgebung und Integrationspolitik. Mit anderen Worten, die Möglichkeit prüfen, spezifische Anforderungen zu erfüllen, wie z. B. die

⁸⁹ Wie beispielsweise die Stadt Genf: Umfassender Aktionsplan zur Förderung des Frauensports. Mit vielfältigen Massnahmen wie Sensibilisierung der Öffentlichkeit, finanzielle Unterstützung von Frauensport, Bekämpfung von Sexismus und sexueller Gewalt im Sport, Abbau von Geschlechterstereotypen, etc. <https://www.geneve.ch/fr/actualites/dossiers-information/genre-sports/plan-action-2018-2025>; Genre et sports: Actions de sensibilisation | Ville de Genève - Site officiel ([geneve.ch](https://www.geneve.ch)). Als Ergänzung aus dem Ausland: Ein Leitfaden zum Gender Mainstreaming für die lokale Sportpolitik aus Spanien, welcher Fälle von Diskrimination beschreibt, Instrumente zur Verfügung stellt, diese zu identifizieren und Ratschläge für die Entwicklung einer öffentlichen Sportpolitik unter Berücksichtigung von Gender- und Gleichstellungsaspekten gibt: [Gender equality in sports \(coe.int\)](https://www.coe.int/t/t20/EGP/EGP_Sports/Gender_equality_in_sports.pdf), S. 21

Bereitstellung von Trainingszeiten, -räumen und Trainerinnen nur für Frauen sowie die Möglichkeit, ein Kopftuch zu tragen.

- *Innovation.* Neuartige Pilotprojekte (in Bereichen wie Stundenplan, Transport und Art der Aktivitäten) ausprobieren und entwickeln, um den Zugang von Mädchen und Frauen zu körperlicher Aktivität und Sport zu fördern.
- *Aus- und Weiterbildung Jugend und Sport.* Jugend und Sport und der Erwachsenensport Schweiz setzen Akzente für die Förderung von Mädchen in der Aus- oder Weiterbildung und Wissensbereitstellung.
- *Aus- und Weiterbildung J+S-Schulcoaches/Schulsportverantwortliche.* In der Aus- und Weiterbildung von J+S-Schulcoaches/Schulsportverantwortlichen wird inhaltlich auf das Thema «Mädchen- und Frauenförderung» eingegangen. Es ist Bestandteil der Ausbildung.
- *Aus- und Weiterbildung J+S-Schulsport.* In der Aus- und Weiterbildung von J+S-Schulsport (Freiwilliger Schulsport) wird inhaltlich auf das Thema «Mädchen- und Frauenförderung» eingegangen. Es ist Bestandteil der Ausbildung.
- *Aus- und Weiterbildung Sportkoordinatorinnen und -koordinatoren.* In der Sportkoordinatorinnen- und -koordinatorenausbildung wird inhaltlich auf das Thema «Mädchen- und Frauenförderung» sowie auf die Schaffung bedarfsorientierter Sport- und Bewegungsangebote eingegangen. Es wird auch vermittelt, dass das Optimieren der Rahmenbedingungen für das individuelle Sporttreiben wichtig ist, z.B. die dazu nötigen Bewegungsräume zu erhalten.
- *Austausch & Vernetzung.* Austausch über kantonale und bundesweite Austauschgefässe und Foren, bspw. an der Konferenz der kantonalen Sportbeauftragten (KKS).
- *Lehrmaterial.* Die Plattform «mobilesport» kann als Medium zur Förderung der Thematik eingesetzt werden.⁹⁰

⁹⁰ Wie sie bereits eingesetzt wurde: [Mädchenförderung im Sport \(mobilesport.ch\)](https://mobilesport.ch)

4.2 Ehrenamt und Führung

Für eine stärkere Einbindung im Sport sind Mädchen nicht nur in ihrer sportlichen Aktivität zu fördern, sondern auch in ehrenamtlichen (und entlohten) Tätigkeiten bspw. im Trainingsbetrieb, in der Vereinsführung und in weiteren Führungspositionen - dies in Vereinen und Verbänden, wie in anderweitigen sportlichen Organisationen. Dadurch sollen sie in ihren Führungsqualitäten gestärkt werden. Frauen werden so in Vorbildfunktionen sichtbar gemacht und es wird sichergestellt, dass ihre spezifischen Bedürfnisse mitgedacht werden.

Betrachtet man Kennzahlen, sind Leiterinnen in Sportangeboten generell untervertreten, insbesondere in Angeboten für Jugendliche (siehe Grundlagenbericht, Kapitel «Ehrenamtliche Tätigkeit»). Ein früher Einstieg und Einbindung in die Tätigkeit als (Hilfs-)Leiterin, auch vor dem Alter von 18 Jahren, ist sinnvoll. Darüber hinaus ist ihr Verbleib in ehrenamtlicher Tätigkeit anzustreben.

Im Rahmen des Ehrenamts und der Führung sollen folgende Leitfragen beantwortet werden:

- *Wie können mehr Mädchen, junge und ältere Frauen in der Ausbildung und in ihren Führungsrollen erreicht, vernetzt und unterstützt werden?*

Schwerpunkte

Es ist u.a. zentral, bestehende und künftige Ausbilderinnen und Ausbilder entsprechend in Themen der Frauenförderung zu bilden, das Ausbildungsangebot für unter 18-Jährige auszubauen, wo nötig Ausbildungsangebote anzupassen, um (zukünftigen) Leiterinnen besser zu entsprechen und Unterstützung in Führungsrollen anzubieten.



Aus- und Weiterbildung von Ausbilderinnen und Ausbildern: Hand in Hand mit den Inhalten der Sensibilisierung geht es darum, professionelle und ehrenamtliche Trainerinnen und Trainer und Leiterinnen und Leiter für die Fragen der Gleichstellung und des Genders im Sport zu sensibilisieren. Sie sollen sich ihrer Rolle bewusst werden, traditionelle Rollenbilder, Zuschreibungen und Erwartungen aufzubrechen. Einerseits durch die Sensibilisierung für Effekte der familiären Sozialisation (bspw. bewegungsbezogene Einstellungen, Verhaltensweisen, welche Kindern mitgegeben werden), für unterschiedliche Sportmotive, etc. Andererseits durch die Vermittlung eines egalitären/gleichberechtigten Sportartenverständnisses und durch eine mögliche Erweiterung der Sportangebote.

Folgendes Wissen und Handlungskompetenzen werden in der Ausbildung von Leiterinnen und Leitern sowie Ausbilderinnen und Ausbildern und im nahen Sportumfeld weitergegeben:

- Es sollen Bedingungen geschaffen werden, die den Aufbau von Selbstvertrauen und einer Vorliebe für Sport fördern.
- Es soll mehr Wert auf Selbstverbesserung und Kompetenzentwicklung und weniger auf Vergleich und Wettbewerb gelegt werden. Im Rahmen von digitalen Lernbausteinen, Unterrichtshilfen oder ganzen Modulen und Weiterbildungen können Leiterinnen und Leiter und das weitere sportnahe Umfeld der Mädchen an der Basis erreicht werden.
- Frauenspezifisches Wissen wie u.a. anatomischer, physiologischer wie aber auch kommunikativer⁹¹ oder psychologischer Natur (bspw. Menstruation, Schwangerschaft) in Verbindung mit Sport wird dabei thematisiert.

⁹¹ Beispiel "Empowering Coaching" (Duda, 2013): [The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching™: Setting the stage for the PAPA pro \(tandfonline.com\)](https://www.tandfonline.com)



Anpassung der Ausbildungsangebote für Trainerinnen: Wie die Kennzahlen zeigen (siehe Grundlagenbericht, Kapitel «Ehrenamtliche Tätigkeit») sind Frauen in Bewegungsangeboten als Trainerinnen weniger häufig zu finden als Männer. Dies könnte u.a. daran liegen, dass strukturelle Hürden bestehen.⁹² Dabei ist es zentral, Frauen beim Einstieg sowie dem Verbleib in der Trainerinnenlaufbahn zu unterstützen.

Ansatzpunkte wären dabei,

- Ausbildungskurse so anzubieten, dass sie für Frauen mit Familien oder aktive Sportlerinnen zeitlich und örtlich flexibel gestaltet sind: Flexiblere Module an mehreren Tagen, wenige Tage am Stück, Theorieteile online, damit eine Teilnahme mit Übernachtung zu Hause möglich ist.
- die Sprache genderinklusiv anzupassen.
- Frauen mehrmals aktiv für Assistenzen, Trainerinnen- und Expertinnenaufgaben anzufragen. Dies, weil sich Frauen oftmals erst melden, wenn sie sich gut/kompetent genug fühlen oder sich gar nicht erst melden.
- sie in ihren Laufbahnen seitens des Vereins oder Verbands aktiver zu begleiten.
- junge Frauen abzuholen, solange sie aktive Sportlerinnen sind und sie zu diesem Zeitpunkt für die Leitungsposition zu sensibilisieren.
- Trainerinnen- und Trainer-Tandems zu ermöglichen.
- über die Entlohnung Attraktivität, Wertschätzung und die Wahrnehmung dieser Rollen zu steigern.
- in Sportsettings mit wenigen Trainerinnen ihre Bedürfnisse, Motive und Gründe (je nach Altersgruppe) für oder gegen eine ehrenamtliche Tätigkeit zu beleuchten und die Zielgruppe dabei in die Umsetzung von Projekten und Entscheidungsprozessen einbeziehen.



Vernetzung und Unterstützung in Führungsrollen: Führungsrollen können vielfältig ausfallen und von Funktionen in ehrenamtlicher bis zu professioneller Kapazität reichen. Diese sind jedoch zu unterscheiden, da sie andere Voraussetzungen, Motivationen, Kompetenzen und Entlohnung voraussetzen. Von der Vernetzung⁹³ und der Unterstützung in diesen Funktionen können Frauen profitieren. Vernetzung soll mit dem Ziel geschehen, mehr Frauen auf bezahlter oder unbezahlter Basis in verschiedene Aufgaben von Organisationen, welche körperliche Aktivitäten und Sport organisieren, zu berufen.

In der Schweiz unterstützen in dieser Thematik u.a. die Netzwerke «sporti{f}»⁹⁴ und «shesports»⁹⁵ Frauen, die beruflich oder privat im Sport engagiert sind.

- Unterstützen können dabei bspw. Netzwerke, Mentoring Programme für Trainerinnen⁹⁶, Workshops für künftige und bisherige Frauen in ehrenamtlicher oder professioneller Vorstandsfunktion oder die Ausbildung von «peer leaders»⁹⁷.

⁹² Neben der Tatsache, dass oftmals in vielen Sportarten weniger Mädchen und Frauen sportlich aktiv sind, die dann später Leiterinnen werden.

⁹³ Vernetzung der Frauen untereinander sowie der Vereine und Verbände, um bessere Konditionen bieten zu können.

⁹⁴ [sporti{f} – sportif](#)

⁹⁵ [She Sports Switzerland – We Are Your Team](#)

⁹⁶ Beispielsweise bietet die UEFA sowie auch der SFV ein Mentoring Programm an. Der SFV bis auf Stufe Breitensport. International gibt es ebenfalls Netzwerke für weibliche Coaches, bspw. [Female Coaching Network | The Leading Global Community of Female Coaches Who Support, Drive and Influence Real Change in Sports Diversity](#)

⁹⁷ Am Beispiel des «European Us Girls» Projekt, finanziert durch die European Union's Erasmus+ Programme, welches die Idee verfolgt, dass Organisationen freiwillige «peer leaders» ausbilden sollen, um die Möglichkeiten und Teilnahme von Frauen und Mädchen zwischen 13-30 Jahren mit weniger Chancen im Sport zu erhöhen und ihnen den Zugang zu erleichtern. Die E-Learning Plattform schult die Organisationen und Projektleitenden, welche Frauen als sogenannte «peer leaders» einsetzen möchten, um in einem Programm, Projekt, o.ä. die physische Aktivität von Mädchen und Frauen zu erhöhen. Der Fokus liegt dabei auf der Kommunikation und Ausbildung: <http://europeanusgirls.eu/>



Jugend-Coaches (1418coach): 1418coach ist ein vom Sportamt Zürich⁹⁸ initiiertes Projekt, das darauf abzielt, Hilfsleiterinnen und -leiter unter 18 Jahren auszubilden. Dabei soll das Finden und Binden von ehrenamtlichen Leiterinnen und Leitern gefördert werden. Jugendliche zwischen 14-18 Jahren werden an Leitertätigkeiten herangeführt und sie lernen, in ihrem Verein Mitverantwortung zu übernehmen. So soll dem frühzeitigen Ausscheiden von Jugendlichen aus den Vereinen entgegengewirkt und eine langfristige Bindung an den Sportverein geschaffen werden.

Bereits in etlichen Kantonen finden 1418coach oder ähnliche Ausbildungen statt, und Hilfsleitende werden in ihren Vereinen eingesetzt. Ausbildungsinhalte, sofern nicht an das 1418coach Projekt gekoppelt, sowie Subventionen für den Einsatz der Hilfsleitenden, sind kantonal geregelt. Der Bund prüft zurzeit ob das 1418coach Projekt in seiner jetzigen oder in einer abgeänderten Form künftig schweizweit vernetzt und in die Kaderbildung integriert werden kann. Dabei wird auch geprüft, ob die Zielgruppe der Hilfsleitenden von den 14-18-Jährigen auf Eltern und Erziehungsberechtigte ausgedehnt werden soll.

Mit dem Gedanken Mädchen und junge Frauen längerfristig an den Sport zu binden, ihnen andere Funktionen als die der Sportlerin zu bieten, einem Dropout vorzubeugen und um das Ehrenamt möglichst früh zu fördern, ist es sinnvoll, niederschwellige Leitungsfunktionen anzubieten, die mit wenig Verantwortung und Aufwand verbunden sind.

- Dies sollte bei möglichen Bewegungsangeboten mitgedacht werden und wenn möglich und sinnvoll einen Jugend-Coach/ oder Eltern-Coach eingebunden werden.
- Auch innerhalb deren ein Schwerpunkt für die Mädchen und Frauen (Mütter) gesetzt werden und diese gezielt angesprochen und medial anvisiert werden.

⁹⁸ [1418coach | Kanton Zürich \(zh.ch\)](https://www.1418coach.ch/)

4.3 Engagement in der Forschung und Evaluation

Wissenschaftliche Erkenntnisse in der Thematik der Förderung von jungen Frauen und Mädchen an sich sowie der Bericht «Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport – Aktueller Stand und Handlungsbedarf» indizieren, dass bestehende Wissenslücken wissenschaftlich aufzuarbeiten und forschungsmethodische Mängel anzugehen sind.

Im Rahmen des Engagements in der Forschung und Evaluation sollen folgende Leitfragen beantwortet werden:

- *Mit welchen Hilfsmitteln können Projekte evaluiert werden?*
- *Mit welchem theoretischen Ansatz können Projekte evaluiert werden?*
- *Welche förderungsbezogenen Problemstellungen existieren?*

Schwerpunkte

In erster Linie ist es aus Perspektive der Stiftung sinnvoll, die eigenen oder künftigen Projekte für Mädchen jeweils zu **evaluieren** und aus diesen Erkenntnissen zu lernen und ggf. die Projekte dahingehend zu verbessern oder zu erweitern. Daraus können auch Schlüsse gezogen werden, welche Projekte künftig zu unterstützen sind.

Wenn diese Evaluationen von der Stiftung selbst oder von Mitgliedern der Fachgruppe durchgeführt werden möchten, können unterstützend folgende Unterlagen konsultiert werden:

- Wirkevaluation von Interventionen - Leitfaden für Projekte im Bereich Bewegung, Ernährung und psychische Gesundheit⁹⁹
- Kriterien zur Projektbeurteilung – European Quality Instrument for Health Promotion (EQUIHP)¹⁰⁰
- Kostenloses Tool «Sprint» zur Umfrageerstellung sowie Fragekatalog und Guide¹⁰¹
- Verhaltensökonomischer Leitfaden für Gesundheitsförderungs- und Präventionsmassnahmen¹⁰²

Soll die Evaluation professionell durchgeführt werden, so kann der Ansatz der «Contribution Analysis» (Mayne, 2008) empfohlen werden, welcher bspw. auch für die Wirkevaluation von J+S so verwendet und beschrieben wurde.¹⁰³

Ebenfalls ist es sinnvoll, Erkenntnisse zu teilen und publik zu machen (siehe Kapitel «Sensibilisierung – Schwerpunkte «Austausch und Netzwerk & Zur Verfügung stellen von Wissen»).

Folgende weiterführende Forschungsfragen/ -themen bieten sich an:

Unterrepräsentanz und -engagement im organisierten Sport:

- Gelingensbedingungen zur Erhöhung des Frauenanteils im organisierten Sport: Bedingungen, die zu einer erhöhten Vertretung der Frauen in den verschiedenen Gremien des organisierten Sports führen.

⁹⁹ https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publikationen/diverse-themen/arbeitspapiere/Arbeitspapier_046_GFCH_2019_02_-_Wirkungsevaluation_von_Interventionen.pdf

¹⁰⁰ [European Quality Instrument for Health Promotion \(EQUIHP\) \(europa.eu\)](https://europeanqualityinstrument.europa.eu/)

¹⁰¹ [SPRINT - Das Umfragetool \(feel-ok.ch\)](https://www.feel-ok.ch/)

¹⁰² [Verhaltensökonomie und Nudging \(admin.ch\)](https://www.admin.ch/gov/de/verhaltensökonomie)

¹⁰³ [Evaluation \(admin.ch\)](https://www.admin.ch/gov/de/evaluation)

- Kenntnisse zu förderlichen strukturellen Aspekten auf Verbands- und Vereinsebene (und deren Nutzung sowie Wissensteilung). Simultane Verknüpfung von Daten auf Mitglieder-, Vereins- und/oder Verbandsebene (quantitativ und qualitativ).¹⁰⁴
- Strukturelle Bedingungen, die das ehrenamtliche Engagement von Frauen mit Migrationshintergrund begünstigen.
- Analysen im Rahmen des Programms J+S, Evaluationsdaten der Teilnehmenden von Kursen gemäss Nationaler Datenbank.
- Kenntnisse zu spezifischen Bedürfnissen und Motiven von Mädchen im Sport sowie Sportstrukturen, differenziert nach Sprachregion (Romandie, Tessin).
- Kenntnisse über attraktive Angebotsgestaltung.
- Erhöhung der Bewegungszeit von Mädchen und jungen Frauen im Kinder-, KiTa-, Familien- und Schulalltag.
- Kennzahlen und Kenntnisse zur Nutzung des informellen und kommerziellen Sports von Mädchen und dessen Potenzial in der Mädchenförderung.
- Grossflächige Evaluation bestehender good-practice Beispiele.
- Vergleich von internationalen/europäischen Diversitätsförderungsprojekten und -strukturen in Bezug auf Schweizerische.
- Weiterführend: Generierung von Wissen um Ansätze wie Intersektionalität/ Querdiskriminierung (z.B. Mädchen und junge Frauen mit Behinderungen).

Benachteiligung in der sportbezogenen Persönlichkeitsentwicklung:

- Faktoren zur effektiven Weiterentwicklung von Bildungseinrichtungen zu Mädchen- und frauenspezifischen Themen.
- Kenntnisse zur effektiven Umsetzung der Mädchenförderung im Schulsport.

Wissen über frauenspezifische Leistungsoptimierung

- Weitere Kenntnisse zu bio-psycho-sozialen Entwicklungen im Leistungs- und Spitzensport sowie zu frauenspezifischen Themen wie der Einfluss von Schwangerschaft, Hormonhaushalt, Menstruationszyklus auf Training und Wettkampf (die meisten Studien wurden mit Männern durchgeführt - anthropometrische, psychische, biomechanische, medizinische Unterschiede verunmöglichen eine direkte Überführung der Resultate von Männern auf Frauen).



Weitere potentielle Partner bei Forschungs- und Evaluationsfragen

- BASPO, EHSM
- PH Fachhochschule Nordwestschweiz
- Institut für Sportwissenschaft, Universität Bern
- Interdisziplinäres Zentrum für Geschlechterforschung, Universität Bern
- Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung
- Interface, etc.

¹⁰⁴ Beispielsweise:

- Fakten über Anzahl Mitarbeitende (ehrenamtlich, hauptamtlich, in Führungspositionen),
- Prozesse zur Rekrutierung und Haltung von aktiven und ehrenamtlichen Mitgliedern
- Kommunikationswege
- Thematisierung in Gremiumssitzungen
- Praktiken/Prozesse betreffend Haltung/Einstellungen
- Machtkonstellationen von Akteuren in Zusammenhang mit Stellenbesetzung/Arbeitsalltag und Förderung von Frauen in Verbänden/Vereinen sowie als Aktive
- Kenntnisse zu Mitgliedern/Ehemaligen über Bedürfnisse in Bezug auf verschiedene Funktionsrollen, deren Attraktivität und Wahrnehmung
- Motive und Gründe für ehrenamtliche Tätigkeiten verschiedener Ziel- und Altersgruppen, welche nur wenige Trainerinnen ausweisen: insbesondere von 17-25-Jährigen und von älteren Frauen
- Kenntnisse über ehemalige Mitglieder in Sportvereinen im Alter 15-25 Jahre (Dropout nach: Alter, Nutzergruppe bei J+S, Wettkampfausrichtung, Übergängen, z.B. obligatorische Schule zu Berufs- und Hochschulen/ Beruf).
- Auswirkung von verschiedenen Wettspielformaten mit Anpassung von Material, Feldgrösse, Umgebung bei Frauen

5. Checkliste «Prüfung Förderprojekte»

Nachfolgend finden sich Kriterien und Fragestellungen, welche die Laureus Stiftung künftig bei der Prüfung von Projekten im Rahmen der Förderung von Mädchen und jungen Frauen unterstützen sollen.

Kriterien	Was gilt es zu prüfen?
Zielgruppe	• Befasst sich das Projekt mit der Förderung des allgemeinen Sport- und Bewegungsverhaltens und/oder der sozialen Integration von Mädchen und jungen Frauen? • Welche Zielgruppe innerhalb der Mädchen und jungen Frauen soll mit dem Projekt erreicht werden?
Bedürfnisorientierung und Innovation	• Wird die Relevanz für die Förderung von Mädchen und jungen Frauen begründet? • Richtet sich das Angebot nach den Bedürfnissen und Motiven der Mädchen und jungen Frauen resp. der spezifischen Zielgruppe? Bedient es eine Lücke in der Förderung dieser Zielgruppe? • Bringt das Projekt innovative Ansätze im Rahmen der Förderung von Mädchen und jungen Frauen mit sich?
Rahmenbedingungen	• Welche Sportart wird für das Projekt gewählt? Sollen Mädchen eine neue Sportart erlernen, durch eine, bei ihnen populäre, Sportart zum Sport finden oder soll ihre polysportive Ausbildung gefördert werden? • Ist die gewählte Lokalität/Infrastruktur sowie Uhrzeit passend (Erreichbarkeit, Sicherheit)? • Kann das Angebot ausschliesslich von Mädchen besucht werden oder sind alle Geschlechter zulässig? • Werden Eltern in das Angebot, wenn sinnvoll, eingebunden? • Wird auf kulturelle Spezifika von Mädchen und jungen Frauen mit Migrationshintergrund Rücksicht genommen?
Leitende	• Wer leitet das Angebot? Ist die leitende Person für das Angebot sinnvoll ausgebildet und hat sie eine offene Haltung? • Wenn angezeigt, agiert die leitende Person / die Organisation im Schnittfeld von Sport und Integration (weites Tätigkeitsfeld, z.B. Sportverein, Asylzentrum, Hochschule, Stiftung)? • Können, wenn sinnvoll, Hilfsleitende (Jugendliche) einbezogen werden?
Nachhaltigkeit	• Ist das Projekt längerfristig an- oder darauf ausgelegt, nachhaltige bewegungsfördernde Massnahmen zu fördern?
Sensibilisierung	• Passiert im Rahmen des Angebots eine über den sportlichen Aspekt hinausgehende Sensibilisierung für die Thematik der Förderung von Mädchen und jungen Frauen?
Kommunikation	• Wird darauf geachtet, dass das Projekt in seiner Kommunikation alle Mädchen resp. die gewünschte Zielgruppe in ihrer Kommunikation erreicht? • Wird darauf geachtet, dass die Kommunikation für Mädchen attraktiv ist? • Wird darauf geachtet, dass kultursensibel kommuniziert und dadurch Mädchen und Familien mit Migrationshintergrund erreicht werden?
Partner	• Werden relevante Partnerorganisationen miteinbezogen/berücksichtigt, die dem Projektsteller hilfreich sein können?
Evaluation/ Wissenteilen	• Wird das Projekt evaluiert und die Erkenntnisse an der Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport interessierten Personen öffentlich zugänglich gemacht?

6. Literatur- und Abbildungsverzeichnis

Literaturverzeichnis

- Adler Zwahlen, J. (2018). *Soziale Integration von Menschen mit Migrationshintergrund im organisierten Vereinssport* (Dissertation, Universität Bern).
- Adler Zwahlen, J., Weigelt-Schlesinger, Y. & Schlesinger, T. (2017). Analyse von Grenzziehungsprozessen von Migrantinnen beim Zugang zum Sport in interkulturellen Vereinen. *Freiburger Zeitschrift für Geschlechterstudien*, 23(2), 69-90.
- Braun, S. & Finke, S. (2010). *Integrationsmotor Sportverein. Ergebnisse zum Modellprojekt „spin – sport interkulturell“*. Wiesbaden, Deutschland: Springer VS.
- Brettschneider, W.-D., Kleine, T. & Brandl-Bredenbeck, H. (2002). "Jugendarbeit in Sportvereinen – Anspruch und Wirklichkeit" - Eine Evaluationsstudie zur Leistungsfähigkeit der Sportvereine in Nordrhein-Westfalen. *Spektrum der Sportwissenschaft* 14(1), 81-100.
- Bringolf-Isler B., Probst-Hensch, N., Kayser, B. & Suggs, S. (2016). *Schlussbericht zur SOPHYA-Studie*. Basel, Schweiz: Swiss Tropical and Public Health Institute.
- Boos-Nünning, U. & Karakaşoğlu-Aydin, Y. (2005). *Viele Welten leben. Zur Lebenssituation von Mädchen und jungen Frauen mit Migrationshintergrund*. Münster, Deutschland: Waxmann.
- Büchi, S. & Koch, M. (2014). Stress mit der Gesundheit. Gesundsein in der Migration zwischen gesellschaftlich verlangter und verunmöglichter Gesundheit. In: Passagen, Forschungsbereich Migration und Geschlecht (Hrsg.), *Vielfältig alltäglich – Migration und Geschlecht in der Schweiz* (S. 106–134). Zürich, Schweiz: Seismo.
- Burrmann, U. (2005). Zur Vermittlung und intergenerationalen "Vererbung" von Sport(vereins)engagements in der Herkunftsfamilie. *Sport und Gesellschaft*, 2 (2), 125-154.
- Casey, M., Telford, A., Mooney, A., Harvey, J., Eime, R. & Payne, W. (2014). Linking secondary school physical education with community sport and recreation for girls: a process evaluation. *BMC Public Health*, 14(1). doi: 10.1186/1471-2458-14-1039
- Cermusoni, L. (2020). *Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport – Aktueller Stand und Handlungsbedarf*. Magglingen, Schweiz: Bundesamt für Sport BASPO.
- Duda, J. (2013). The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching™: Setting the stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 311-318. doi: 10.1080/1612197X.2013.839414
- Esser, H. (2009). Pluralisierung oder Assimilation? Effekte der multiplen Inklusion auf die Integration von Migranten. *Zeitschrift für Soziologie*, 38(5), 358-378. doi: 10.1515/zfsoz-2009-0502
- Farooq, A., Martin, A., Janssen, X., Wilson, M. G., Gibson, A. M., Hughes, A. & Reilly, J. (2020). Longitudinal changes in moderate-to-vigorous-intensity physical activity in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Obesity Reviews*, 21(1), 1-15.
- Hayoz, C. (2017). *Zur Bedeutung der familialen Sozialisation für die Sportpartizipation Jugendlicher und junger Erwachsener* (Dissertation, Universität Bern).
- Kleindienst-Cachay, C. (2007). *Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund im organisierten Sport. Ergebnisse zur Sportsozialisation – Analyse ausgewählter Maßnahmen zur Integration im Sport*. Hohengehren, Deutschland: Schneider.
- Klostermann, C. & Nagel, S. (2011). Sport treiben ein Leben lang? *Sportwissenschaft*, 41(3), 216.
- Lamprecht, M., Bürgi R. & Stamm, H.-P. (2020). *Sport Schweiz 2020: Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung*. Magglingen, Schweiz: Bundesamt für Sport BASPO.
- Lamprecht, M., Fischer, A. & Stamm, H.-P. (2014). *Sport Schweiz 2014: Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung*. Magglingen, Schweiz: Bundesamt für Sport BASPO.
- Lamprecht, M., Fischer, A., Wiegand, D. & Stamm, H.-P. (2015). *Sport Schweiz 2014: Kinder- und Jugendbericht*. Magglingen, Schweiz: Bundesamt für Sport BASPO.
- Mayne, J. (2008). *Contribution analysis: An approach to exploring cause and effect*, (ILAC Brief No. 16). The Institutional Learning and Change Initiative.
https://cgspace.cgiar.org/bitstream/handle/10568/70124/ILAC_Brief16_Contribution_Analysis.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Piatkowska, M., Perényi, S. & Elmoose-Østerlund, K. (2017). *Promoting social integration and volunteering in sports clubs: Lessons from practice*. Odense, Dänemark: University of Southern Denmark
- Raibaud, Y. (2017). *Analyse des facteurs influençant les pratiques sportives des femmes en Ville de Genève*. https://www.geneve.ch/sites/default/files/fileadmin/public/Departement_1/Autres_fichiers/dossier-info-genre-sports/VdG-EnqueteGenreSports-RapportMandat23022017-VF.pdf
- Rüeger, E., Hintermann, M., Romann, M. & Kern, R. (2020). *Kinderfussball: Hürden beim Vereinseintritt*. <https://www.mobilesport.ch/fussball/kinderfussball-huerden-beim-vereinseintritt/>
- Walseth, K. & Strandbu, A. (2014). Young Norwegian-Pakistani woman and sport: How does culture and religiousity matter? *European Physical Education Review* 20(4), S. 489-507.
- Zender, U. (2015). Willst du auch noch Fussball spielen, wenn du verheiratet bist? Sportengagements von Jugendlichen mit Migrationshintergrund im Kontext geschlechtstypischer Lebenslagen. In U. Burrmann, M. Mutz & U. Zender (Hrsg.), *Jugend, Migration und Sport* (S. 265-290). Wiesbaden, Deutschland: Springer VS.

Abbildungsverzeichnis

Alle Symbole sind frei auf flaticon.com verfügbar.

Icon Hand-Mädchen, Künstler/in Freepik
 Icon Schulhaus, Künstler/in Freepik
 Icon Brücke, Künstler/in Freepik
 Icon Bälle, Künstler/in Pause08
 Icon Spielplatz, Künstler/in surang
 Icon 4 Häuser, Künstler/in surang
 Icon Kalender, Künstler/in Iconixar
 Icon Rad, Künstler/in Freepik
 Icon Hände, Künstler/in Freepik
 Icon Austausch, Künstler/in prettycons
 Icon Buch und Lampe, Künstler/in Freepik
 Icon Ausbildung, Künstler/in Freepik
 Icon Globus, Künstler/in Freepik
 Icon Eltern, Künstler/in Freepik
 Icon Verband, Künstler/in Freepik
 Icon Amtshaus, Künstler/in itim2101
 Icon Buch, Künstler/in Zlatko Najdenovski
 Icon Trainerin, Künstler/in Mavadee
 Icon 3 Frauen, Künstler/in Freepik
 Icon Spielerin mit Ball, Künstler/in Freepik