



WORKSHOPLEITFADEN

SPORT & MENSCHENRECHTE



#RadAndRollAgainstHate

RKB „Solidarität“ Deutschland 1896 e. V.

Sport & Menschenrechte: Ein Workshopleitfaden

Erschienen im Rahmen des Projekts „Rad & Roll Against Hate“ (2023)



VORWORT

Liebe Sportfreund:innen und ehrenamtliche Trainer:innen,

ich freue mich, euch unsere Workshopanleitung für Menschenrechtsbildung vorzustellen! Diese entstand im Rahmen des RKB-Projekts „Rad & Roll Against Hate“, mit dem wir uns gegen Rechtsextremismus und Menschenfeindlichkeit im Sport positionieren. Der Leitfaden soll euch dabei unterstützen, Übungsmodule, Trainingslager, Gruppenstunden oder andere gemeinsame Momente in Räume für den Austausch und die Stärkung von Menschenrechten zu verwandeln. Als engagierte Ehrenamtliche seid ihr Wegbereiter:innen für eine Gemeinschaft, die auf dem Respekt von Menschenrechten aufbaut. Die Anleitung bietet praktische Umsetzungsideen, um Menschenrechte im sportlichen Alltag lebendig zu vermitteln.

Mehr Infos und Anregungen findet ihr unter rkbsoli.org/rad-and-roll-against-hate



Lasst uns gemeinsam die Menschenrechtsbildung in unserem besonderen Sportverband beginnen; einem Verband, der seit seiner Gründung immer auch für die Idee steht, dass Sport mehr als nur Bewegung ist, dass es also nicht nur um Rekorde und Höchstleistungen geht. Das zeigt auch der Blick in ein Kapitel unserer Vergangenheit, das der Arbeiterolympiaden, mit denen sich die Solijugend auf dem Jugendlager 2023 auseinandergesetzt hat. Mehr dazu und zu den weiteren Ergebnissen unseres Projektes findet ihr auf unserer Internetseite – als Anregung und Unterstützung für die Arbeit in eurem Verein, denn euer Engagement ist der Schlüssel zu einer solidarischeren Welt!

Herzliche Grüße und Frisch auf,
Tobias Köck

Vizepräsident RKB „Solidarität“ Deutschland 1896 e. V.

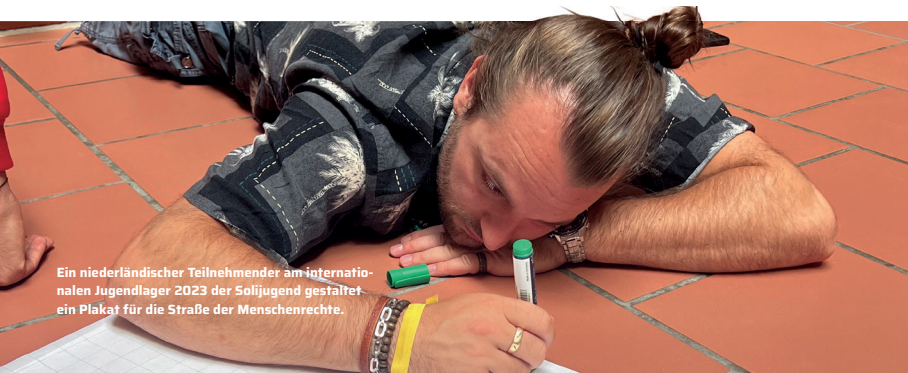
EINLEITUNG

Der in dieser Handreichung präsentierte Workshop wurde für die 59. Internationalen Jugendbegegnungen unseres eigenständigen Jugendverbandes, der Solijugend, im Jahr 2023 entwickelt und getestet. Wir möchten uns bei Amnesty International Schweiz für die Bereitstellung des Esperanzaspiels bedanken.

Der Workshop ist in verschiedene Abschnitte unterteilt, die auch einzeln funktionieren. Er kann also vollständig oder nur in Teilen durchgeführt werden, je nach verfügbarer Zeit. Somit kann die Gesamtdauer des Workshops flexibel zwischen 2 und 5 Stunden variiert werden.

Wir sind gespannt auf euer Feedback und eure Erfahrungen mit dem Workshop. Teilt uns gerne mit, was gut funktioniert hat und wo noch Verbesserungspotenzial besteht.

Schickt einfach eine E-Mail an info@rkbsoli.org



Ein niederländischer Teilnehmer am internationalen Jugendlager 2023 der Solijugend gestaltet ein Plakat für die Straße der Menschenrechte.

EINSTIEG IN DEN WORKSHOP

Um euren Workshop einzuleiten, bieten sich je nach Gruppenzusammensetzung Kennenlernspiele und/oder Energizer an.

Ein Vorschlag ist das „Sportnamenspiel“: Alle Teilnehmenden stellen sich im Kreis auf. Die erste Person nennt ihren Namen und fügt eine typische Sportbewegung hinzu. Die nächste Person wiederholt den Namen und die Sportbewegung der vorherigen Person und fügt ihren eigenen Namen mit einer neuen Bewegung hinzu. Ähnlich wie bei „Ich packe meinen Koffer“ wird die Liste von Namen und Bewegungen also immer länger. Das Ziel ist, eine ganze Runde ohne Fehler zu schaffen. Teilnehmende können ermutigt werden, kreative Sportbewegungen zu erfinden. Der Fokus liegt hier auf Spaß und der Herstellung einer lockeren Atmosphäre.

Sollte eure Gruppe sich noch nicht kennen, empfehlen wir als Einstieg ein Kennenlernbingo. Kopiert dazu einfach unsere Vorlage. Die Aufgabe der Teilnehmenden ist dabei, Personen zu finden, die den Anforderungen in den Kästchen entsprechen. Für jedes Kästchen soll eine Person gefunden werden, die dann in dem entsprechenden Kästchen unterschreibt. Wer als Erste:r alle Kästchen ausgefüllt hat, ruft laut „Bingo!“ Denkt daran, dass das Ziel des Spiels ist, die anderen Teilnehmenden kennenzulernen.

KENNELERNBINGO: Finde jemanden, der:die ...

... mehr als zwei Sprachen spricht.	... schon einmal an einer Demo teilgenommen hat.	... das gleiche Lieblings-schulfach hat wie du.	... Mitglied in einer Gewerkschaft ist.
... sich für Kunst/Kultur interessiert	... findet, dass Kommunikation auch ohne Sprache funktioniert.	... denselben Sport wie du betreibt.	... sich schon einmal mit Menschenrechten auseinandergesetzt hat.
... in einem Land war, in dem du noch nie warst.	... schon einmal umgezogen ist.	... schon einmal wählen gegangen ist.	... sich sozial engagiert (Verein, Partei, Schule, Religionsgemeinschaft...)
... Traumberuf / Traumstudium / Traumausbildung gefunden hat	... schon die Auswirkungen des Klimawandels spürt	... sich für Geflüchtete einsetzt	... Ideen hat, wie eine gute zukünftige Welt aussehen kann

ESPERANZA - DAS SPIEL

Um einen spielerischen Zugang zum Thema Menschenrechte zu ermöglichen, empfehlen wir das Esperanzaspiel von Amnesty International Schweiz. Das Ziel des Spiels ist, dass die Teilnehmenden erkennen, warum Menschenrechte im Alltag für jede Person von Bedeutung sind. Dabei erarbeiten sie gemeinsam mit den anderen Teilnehmenden Regeln für ein friedliches Zusammenleben und erwerben Fähigkeiten zur konstruktiven Problemlösung und Konfliktbewältigung. Das Spiel erleichtert eine Annäherung an die Idee der Menschenrechte.

Im zweiten Teil unseres Workshops könnt ihr auf den Erfahrungen des Esperanzaspiels aufbauen und euch eingehender mit der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte auseinandersetzen. Für das Spiel benötigt ihr etwa 2 bis 2 ½ Stunden. Natürlich könnt ihr euch für die verschiedenen Phasen des Spiels auch mehr Zeit nehmen. Plant außerdem genügend Pausen ein. Die verschiedenen Teile des Esperanzaspiels können flexibel an eure Bedürfnisse angepasst werden.

Hinweis: Während des Spiels ist es wichtig, auf die Teilnehmenden zu achten. Besonders bei Personen mit Flucht- oder anderen Gewalterfahrungen könnten durch das Spiel bestimmte Gefühle und Reaktionen ausgelöst werden. Als Moderator:innen steht es euch frei, jederzeit in Diskussionen einzugreifen und sicherzustellen, dass sich alle wohl und sicher fühlen.



Teilnehmende des internationalen Jugendlagers 2023 der Solijugend während des Esperanzaspiels.

Das Esperanzaspiel mit Anleitung sowie allen Hinweisen zu benötigten Materialien und eurer Vorbereitung findet ihr auf der Website von Amnesty International Schweiz.

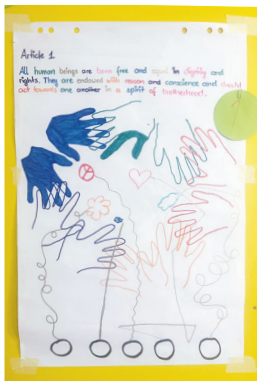
<http://tinyurl.com/Esperanzaspiel>



BENÖTIGTE MATERIALIEN:

- 1 x Allgemeine Erklärung der Menschenrechte pro Teilnehmer:in
- 2 x Flipchartpapier pro Kleingruppe
- Textmarker in verschiedenen Farben
- Bastelpapier in verschiedenen Farben
- Klebestift
- Kreppllebeband

Natürlich könnt ihr eurer Kreativität freien Lauf lassen und euren Teilnehmenden beliebig weiteres Bastelmaterial wie z. B. farbige Fäden, Klebepunkte, Luftballons oder Ähnliches zur Verfügung stellen.



EURE EIGENE STRASSE DER MENSCHENRECHTE

Dieser Workshop-Teil kann entweder direkt im Anschluss an das Esperanzaspiel oder als eigenständiger Workshop durchgeführt werden. Hierbei geht es darum, dass sich die Teilnehmenden gezielt mit den Inhalten und Hintergründen der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte auseinandersetzen. Das Ziel besteht darin, dass die Teilnehmenden über die verschiedenen Menschenrechte informiert werden und ein Bewusstsein dafür entwickeln, dass diese Rechte auch in ihrem eigenen Lebensumfeld eine wichtige Rolle spielen.

Die Idee für diesen Workshop-Teil entstand in der Vorbereitung des internationalen Jugendlagers 2023 der Solijugend in Hirschaid, in der Nähe von Nürnberg. Dort existiert eine „Straße der Menschenrechte“, die als Mahnmal für die vielfältigen Verletzungen von Menschenrechten weltweit dient und dazu aufruft, sich für die Stärkung von Menschenrechten einzusetzen. Mit diesem Workshop könnt ihr auf einfache Weise eure eigene „Straße der Menschenrechte“ gestalten und euch so intensiv mit den verschiedenen Menschenrechten auseinandersetzen. Für diesen Workshopteil solltet ihr, inklusive Pausen, etwa 1 ½ bis 2 Stunden Zeit einplanen.

**Artikel 1 der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte.
Gestaltet durch Teilnehmende des internationalen Jugendlagers 2023 der Solijugend.**

Zu Beginn des Workshops könnt ihr allen Teilnehmenden ein Exemplar der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte (AEMR) aushändigen und ihnen einige Minuten Zeit zum Lesen geben.

Wenn ihr bereits das Esperanzspiel gespielt habt, könnt ihr direkt fortfahren. Solltet ihr mit diesem Workshop-Teil beginnen, empfehlen wir einen inhaltlichen Einstieg. Folgende Infos könnt ihr für diesen Einstieg nutzen: Die AEMR wurde 1948 von den Vereinten Nationen verabschiedet und legt grundlegende Standards für den Schutz und die Würde aller Menschen fest. Sie umfasst 30 Artikel, die elementare Rechte und Freiheiten für jeden definieren. Als Reaktion auf die Grausamkeiten des Zweiten Weltkriegs betont sie die universelle Bedeutung von Rechten, unabhängig von Herkunft, Religion oder Geschlecht. Ihr Ziel ist, dass alle Menschen gleichermaßen Respekt und Schutz erfahren. Die Erklärung hebt wichtige Rechte wie das Recht auf Leben, Freiheit und Sicherheit sowie soziale und wirtschaftliche Rechte hervor. Sie dient als Leitfaden für weltweit anerkannte Rechtsnormen und bildet die Grundlage für eine gerechtere und menschenwürdigere Gesellschaft. Ihr Kerngedanke ist, dass alle Menschen gleich an Würde und Rechten geboren sind und diese gleichermaßen genießen sollen. Dieses Dokument fördert das Bewusstsein für die Bedeutung von Menschenrechten und strebt eine bessere Welt für alle an.

Keine Sorge, wenn ihr euch nicht als Expert:innen für das Thema Menschenrechte fühlt. Falls ihr Fragen nicht beantworten könnt, könnt ihr das offen sagen und der Gruppe anbieten, die entsprechenden Antworten bis zum nächsten Treffen zu recherchieren.

Im nächsten Schritt teilt ihr die Teilnehmenden in Kleingruppen auf und verteilt die einzelnen Artikel der AEMR an diese Kleingruppen. Ziel ist, dass am Ende jede Kleingruppe mindestens eines der 30 Menschenrechte bearbeiten kann.

Auf dem Jugendlager 2023 konnten wir 30 Kleingruppen bilden; da ihr bestimmt mit weniger Teilnehmenden arbeitet, bekommen eure Gruppen also mehr als nur einen Artikel. Aus zeitlichen Gründen macht es deshalb Sinn, eine Auswahl unter den Artikel zu treffen.

Hierbei ist wichtig: **Die Menschenrechte sind unteilbar!** Das bedeutet, dass alle Menschenrechte gleich wichtig sind und kein Menschenrecht allein, ohne die anderen verwirklicht werden kann. Verzichtet also darauf, „Lieblingsmensenrechte“ auszusuchen oder sogar „Rankings“ zu erstellen. Am besten lasst ihr eure Gruppe einfach auslösen, mit welchen Artikeln sie sich beschäftigen. Wir empfehlen pro Gruppe nicht mehr als drei Artikel.

Für die folgende Aktivität benötigt jede Gruppe ein Flipchartpapier und Textmarker. Die Teilnehmenden haben jetzt etwa 20 bis 30 Minuten Zeit, sich intensiver mit einem bestimmten Menschenrecht (oder mehreren) auseinanderzusetzen.

Zur Unterstützung können folgende Leitfragen verwendet werden:

- Welchen konkreten Schutz bezweckt dieses Menschenrecht?
- In welchen Situationen ist es besonders relevant?
- Wie betrifft mich dieses Menschenrecht direkt in meinem Leben?

Die Ergebnisse können auf dem Flipchart festgehalten werden. Die Art und Weise, wie diese Phase gestaltet wird – sei es durch individuelle Arbeit, Gruppendiskussionen oder Schreibgespräche – liegt in eurer Hand als Moderator:in. Schließlich kennt ihr eure Gruppe am besten.



Zum Einstieg in das Thema Menschenrechte könnt ihr auch Erklärvideos einsetzen. Wir empfehlen euch ein Video von Amnesty International Schweiz.

<http://tinyurl.com/MenschenrechteKurzErklaert>

Nach Ablauf der Zeit geht es darum, die „Straße der Menschenrechte“ zu gestalten. Dafür erhält jede Gruppe ein neues Flipchartpapier sowie Bastelmaterial und Stifte. Die Aufgabe besteht darin, das jeweilige Menschenrecht kreativ auf dem Flipchart darzustellen. Plant dafür je nach Gruppe zwischen 20 und 40 Minuten ein. Nach Abschluss dieser Phase stellen alle Gruppen ihre Plakate vor, die jeweils ein Menschenrecht veranschaulichen. Erinnert sie dabei erneut an die Leitfragen, die sie bei der Auseinandersetzung mit dem Menschenrecht unterstützt haben.

Nach den Präsentationen können die Plakate an einer geeigneten Stelle aufgehängt werden – und schon habt ihr eure eigene „Straße der Menschenrechte“. Falls nicht genügend Platz zum Aufhängen vorhanden ist, können auch normale DIN-A4-Papiere statt großen Flipcharts verwendet und später aufgehängt werden. Die Aktion eignet sich besonders gut als Auftakt für eine mehrtägige Veranstaltung, auf der die „Straße der Menschenrechte“ dann ein bleibender Bestandteil ist.

Alternativ zur „Straße der Menschenrechte“ können die Teilnehmenden das jeweilige Menschenrecht auch in anderer Form präsentieren, zum Beispiel durch spontane Theaterstücke, Pantomime oder andere kreative Darstellungsarten. Das ist besonders hilfreich, wenn wenig Zeit zur Verfügung steht oder kein Platz für Plakate vorhanden ist.

Denkt auch hier immer daran, genug Pausen einzuplanen und falls nötig mit einem Energizer wieder Begeisterung und Konzentration zu fördern.

WEITERE IDEEN UND ANREGUNGEN

Natürlich gibt es zahlreiche weitere Methoden und Wege, sich in Vereinen mit dem Thema Sport und Menschenrechte zu beschäftigen: Ein Vorschlag von uns wäre, euer Vereinsfest oder eine andere Veranstaltung zu nutzen, um einen „Tag der Menschenrechte“ zu gestalten.

Startet den Tag mit einer kurzen Einführung zum Zweck der Aktion und betont dabei die Bedeutung der Menschenrechte im Kontext des Sports. Erläutert, wie dieser Tag genutzt werden kann, um die Verbindung zwischen Menschenrechten und Sport zu erkunden.

Teilt die Teilnehmer:innen anschließend in Gruppen auf und gebt ihnen die Aufgabe, Ideen zu sammeln, wie sie die Verbindung zwischen Sport und Menschenrechten sehen. Jede Gruppe soll darlegen, wie der Sport zur Förderung oder Beeinträchtigung der Menschenrechte beitragen kann. Leitet dann eine offene Diskussion über Probleme im Zusammenhang mit Menschenrechten im Sport ein. Ermutigt die Teilnehmenden dazu, konkrete Beispiele zu nennen.

Im Anschluss daran sollen sie auch positive Beispiele teilen, in denen der Sport zur Durchsetzung von Menschenrechten beiträgt. Fordert die Teilnehmenden auf, darüber nachzudenken, was Menschenrechte speziell für ihren Verein bedeuten. Jede Gruppe kann ihre Gedanken präsentieren und darüber diskutieren, wie der Verein noch stärker zur Umsetzung von Menschenrechten beitragen kann. Teilt die Teilnehmenden erneut in Gruppen auf und bittet sie, ihren „idealen Verein“ zu entwerfen, der auf die Stärkung von Menschenrechten ausgerichtet ist. Jede Gruppe darf ihre Vision präsentieren und Ideen zur Umsetzung vorstellen.

Schließt den Workshop mit einer kurzen Zusammenfassung der besprochenen Punkte ab und betont die Wichtigkeit, die gewonnenen Erkenntnisse in die Vereinspraxis zu integrieren. Ermutigt die Teilnehmenden, konkrete Handlungsschritte zu formulieren. Bittet die Teilnehmenden dann um Feedback zum Workshop und dazu, wie sie die erworbenen Erkenntnisse im Verein umsetzen möchten. Die Workshop-Ergebnisse könnten beispielsweise bei der Jahresversammlung des Vereins vorgestellt und gemeinsam diskutiert werden.

Hinweis: Stellt sicher, dass der Workshop eine offene und respektvolle Atmosphäre fördert, in der alle Teilnehmenden ihre Meinungen frei äußern können. Am wichtigsten ist es, konkrete Schritte zu identifizieren, um Menschenrechte aktiv im Sportverein zu unterstützen und zu fördern.

IHR SEID AUF DER SUCHE NACH WEITEREN INFOS UND MATERIALIEN? HIER ENTLANG!

Wenn ihr euch intensiver mit dem Thema Menschenrechtsbildung im Sport beschäftigen möchtet, legen wir euch drei Organisationen besonders ans Herz.

DEUTSCHES INSTITUT FÜR MENSCHENRECHTE

„Das Deutsche Institut für Menschenrechte ist die unabhängige Nationale Menschenrechtsinstitution Deutschlands. Das Institut unterstützt Bildungsakteur:innen dabei, Menschenrechte zu verankern und sowohl die schulische als auch außerschulische Menschenrechtsbildung zu gestalten.“*

Insbesondere für die Arbeit in eurem Sportverein ist das Online-Handbuch für Menschenrechtsbildung namens „Kompass“ ein äußerst hilfreiches Werkzeug. Hier findet ihr zahlreiche weitere Methoden für Angebote der Menschenrechtsbildung in euren Vereinen und könnt euch eingehend über die Menschenrechtsbildung in Sportvereinen informieren.

www.institut-fuer-menschenrechte.de



ZENTRUM FÜR MENSCHENRECHTE UND SPORT

Der 2020 gegründete Verein „Zentrum für Menschenrechte und Sport“ widmet sich der Förderung von Menschenrechten im Bereich des Sports sowie der Umsetzung von Menschenrechten durch sportliche Aktivitäten. Als Ansprechpartner und Fachstelle setzt sich das Zentrum (...) für Bildungsinitiativen ein, die die Integration von menschenrechtsbezogenen Bildungsmaßnahmen im Sport vorantreiben.*

Auf seiner Website bietet das Zentrum fundierte Einführungen zum Thema Menschenrechte im Kontext des Sports sowie zahlreiche nützliche weiterführende Links. Eine empfehlenswerte Anlaufstelle, um sich einen ersten Überblick über dieses Thema zu verschaffen.



menschenrechte-sport.org

*Selbstbeschreibung

JUGENDABTEILUNG DES EUROPARATS

Die Jugendabteilung des Europarats engagiert sich aktiv für die Förderung der Menschenrechtsbildung in der Jugendarbeit auf europäischer Ebene. Für eure Vereinsarbeit möchten wir speziell auf den Compass-Trainingskurs aufmerksam machen: Mit Hilfe der Unterstützung des Europarats habt ihr die Möglichkeit, regionale oder landesweite Kurse zur Menschenrechtsbildung in der Jugendarbeit zu organisieren. Dabei stellt der Europarat nicht nur Methodensammlungen und Bildungsmaterialien zur Verfügung, sondern bietet auch einen Pool erfahrener Trainer an, die für Workshop-Moderationen gebucht werden können. Durch das Europäische Jugendwerk des Europarats besteht zudem die Chance, finanzielle Fördermittel für eure Vorhaben zu erhalten. Die beiden Europäischen Jugendzentren in Straßburg und Budapest sind eine exzellente Wahl, um Workshops mit europäischen Partnerorganisationen an einem faszinierenden Ort zu veranstalten.

www.coe.int/en/web/youth



IMPRESSUM:

HERAUSGEBER:

RKB „Solidarität“ Deutschland 1896 e. V.
Fritz-Remy-Straße 19
63071 Offenbach am Main
www.rkbsoli.org
Social Media: @rkb.solidaritaet

WORKSHOPERARBEITUNG:

Géraldine Cromvel
Marius Schlageter
Tilmann Ziegenhain

REDAKTION:

Marius Schlageter
Tilmann Ziegenhain

LAYOUT:

Mathias Haas

COVERFOTO:

Jean-Baptiste Burbaud | pexels.com

Mit Dank an Amnesty International Schweiz für die Erlaubnis, das Esperanzaspiel für diese Broschüre zu verwenden.

Entstanden im Rahmen des Projekts
„Rad & Roll Against Hate“ (2023)



Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern
und für Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

