

## Projektbericht zum Mikroprojekt

**Mitgliedsorganisation und Verein:**

Hessischer Kegler- und Bowlingverband e. V. (HKBV)  
Kegelsportverein Wetzlar e.V. (KSV Wetzlar)

**Projekt durchgeführt von:** (Angaben der/des Freiwilligen)

---

Name: **Felix Janson** (mit Johanna Theiß und diversen Helfern aus der Jugendabteilung des KSV)

Männlich  Weiblich

Adresse: Weingartenstraße 55

35584 Wetzlar

Alter: 18 Jahre

in (Einrichtung/Ort/Bundesland): Kegelsportverein Wetzlar e.V. / Wetzlar / Hessen

Thema: **Aufbau einer Nachwuchsgruppe für Kinder bis 14 Jahre**

**Zeitraum des Projektes (Datum):**

Projektplanung ab 19.08.2013

Durchführung nach Bewilligung ab 02.09.2013

Vorläufiger Abschluss (wegen Abrechnung bis 10.12.2013) 30.11.2013, Projekt wird fortgeführt

---

**I. Thematische Schwerpunkte und Ziele des Mikroprojektes (bitte ankreuzen):**

- |                                                                |                                                          |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Öffentlichkeitsarbeit                 | <input type="checkbox"/> Umweltbildung                   |
| <input checked="" type="checkbox"/> Sportliche Jugendbildung   | <input checked="" type="checkbox"/> soziale Integration* |
| <input type="checkbox"/> Außersportliche Jugendarbeit          | <input type="checkbox"/> Erlebnispädagogik               |
| <input checked="" type="checkbox"/> Veranstaltungsorganisation | <input type="checkbox"/> Medienkompetenz                 |
| <input type="checkbox"/> Sonstiges: _____                      |                                                          |

\* darunter zählen Projekte, die sich Menschen mit erschwerten Zugangsbedingungen widmen (etwa mit körperlicher und seelischer Beeinträchtigung, ggf. mit Migrationshintergrund, etc.)

## Mitgliedsorganisation und Verein: HKBV / KSV Wetzlar

### II. Ablauf des Mikroprojektes:

(Bitte hier das Projekt hinsichtlich seiner Ziele und Ergebnisse beschreiben; ggf. weitere Blätter benutzen):

#### a) Was sollte erreicht werden? (Ziele und Schwerpunkte)

Gewinnung, Motivation und Heranführung der Jugendsprecher/vertreter und diverser jugendlicher Mitglieder der Jugendabteilung an ehrenamtliches/freiwilliges Engagement. Themenfelder Selbstwirksamkeit, Teilhabe und Kommunikation durch selbständige und eigenverantwortliche Planung und Durchführung eines Projektes zur:

- Aufbau einer neuen Jugendgruppe, im Speziellen zur Vorbereitung einer Mädchen- und Jungenmannschaft in der Altersklasse U14.
- Vorbereitung der Jugendlichen auf Wettkämpfe/Meisterschaften
- Erlernen von Teamfähigkeiten und sozialen Kompetenzen
- Unseren Kegelsport bei Jugendlichen bekannter machen (Öffentlichkeitsarbeit)

#### b) Was wurde dafür getan? (Aktivitäten zur Umsetzung)

Meine Jugendsprechervertreterin Johanna Theiß und Ich suchten die August-Bebel-Gesamtschule in Wetzlar Niedergirmes auf und stellten in den dortigen 5. Klassen unseren Sport vor, erläuterten unser Projekt und boten kostenlose Kegelsporttrainingseinheiten an. Im Rahmen dieses Trainings Vereins schauten wir gemeinsam mit älteren und erfahreneren Jugendlichen (Alter: 15 bis 18 Jahre) nach den „Neuen“ und trainierten diese. Dabei stand uns unser neuer C-Trainer Jannis Janson (22 Jahre) mit der Planung und Durchführung der Trainingseinheiten zur Seite und die Kegelsportanlage (mit vier Bahnen) wurde vom KSV kostenfrei zur Verfügung gestellt. Im Rahmen dieses Projektes wurde nach Beratungen mit unserem Trainer und dem Vorstand des Vereines verschiedene Ausstattungsgegenstände angeschafft, durch die das Lehren der richtigen Kegeltechnik unterstützt und veranschaulicht werden sollte. Die Anwendung wird im Folgenden beschrieben (siehe hierzu auch die als Anlage beigefügten Bilder):

Mit Hilfe von kleinen Gummifußabdrücken konnten wir den Jugendlichen die Richtige Schrittfolge für den Anlauf veranschaulichen und diese konnten sich an diesen orientieren um den richtigen Anlauf lernen zu können. Weiterhin wurden mit Hilfe von kleinen Gummibällen im Vorraum Übungen für den richtigen Anlauf gemacht, die jeder Jugendliche auch problemlos zu Hause üben kann.

Da es beim technisch korrekten Anlauf auch darauf ankommt sich zu Bücken wurde eine Hochsprungleine angeschafft und dahingehend umfunktioniert (z.T. in kostenfreiem Eigenbau), dass die Jugendlichen bei ihrem Anlauf unter diesem Hindernis bewegen mussten. Auf diese Weise konnte erreicht werden, dass sich die Jugendlichen automatisch aufgrund des optischen Hindernisses bückten. Dabei bestand jedoch zu keiner Zeit Verletzungsgefahr, da es sich um eine Hochsprungleine aus Gummi handelt, die einfach nachgibt, falls man dagegen kommt.

Um die richtigen Aufsatzpunkte für die Kugelabgabe lehren zu können, wurde zur Unterstützung auf schmale Gummifläßen zurückgegriffen. Mit Hilfe dieser Fläßen konnte der Aufsatzbereich seitlich optisch eingegrenzt werden. Auf diese Weise konnte optisch eine Eingrenzung stattfinden, ohne dass ein falscher Aufsatz zu Beschädigungen oder Verletzungen führen kann.

Natürlich wurde auch vor dem Training mit den Jugendlichen ein gemeinsames Aufwärmprogramm durchgeführt. Ihnen wurde dabei verdeutlicht, dass es besonders wichtig ist

Förderprogramm Engagement und Freiwilligenarbeit  
mit jungen Menschen im Sport (EuFiS)



sich aufzuwärmen um Verletzungen vorzubeugen und sich auf den späteren Sport einzustimmen. Von den älteren Jugendlichen wurden den „Neuen“ verschiedene allgemeine Lockerungsübungen gezeigt sowie spezielle Übungen durchgeführt, um sich für den Kegelsport vorzubereiten und aufzuwärmen.

**c) Was wurde erreicht? (Erfahrungen und Ergebnisse)**

Zusammenarbeit zwischen Jugendsprecher, Jugendsprechervertreterin, diversen Mitgliedern des Jugendausschusses und der Jugendabteilung (Jugendstruktur im KSV Wetzlar) in sportlichem Kontext. Stärkung der Eigenverantwortung (Selbstwirksamkeit) durch Aufbau einer jüngeren Gruppe (Teilhabe) mit Werbung für die Freiwilligenarbeit im KSV bei den Mitgliedern der Jugendgruppe (Kommunikation).

Es konnten einige Jugendliche für die Kegelsport-AG gewonnen werden. Diese haben Interesse an unserem Sport und sind sehr fleißig und lernbegierig. Sie beherrschen inzwischen bereits die Grundzüge des Anlaufs. Wir können mit ihnen bereits beginnen sie gezielt in die bei Wettkämpfen geforderten Gassen (links / rechts) spielen zu lassen. Ebenfalls beginnen sie bereits das Abräumspiel zu trainieren. Wenn sie weiterhin so fleißig trainieren, können sie -wenn sie möchten- teilweise bereits bei den nächsten Meisterschaften im Frühjahr 2014 in der Altersklasse U 14 teilnehmen, hierzu hat der Vereinsvorstand seine (finanzielle) Unterstützung bereits zugesagt.

Die Jugendlichen kommen regelmäßig und gerne zu uns. Sie haben unseren Kegelsport für sich entdeckt und haben Spaß daran in unserer Jugendgruppe diese Randsportart zu betreiben. Derzeit beginnen wir mit der Integration in die bestehende Jugendabteilung.

**d) Was wurde für zukünftige Projekte gelernt? (Schlussfolgerungen und Perspektiven)**

Optimierungspotentiale bei der Planung des Projektes und der Kommunikation untereinander wurden erkannt und sollen künftig berücksichtigt werden.

Trainingsansätze und -aspekte aus diesem Projekt sollen künftig auch im allgemeinen Jugendtraining des KSV Wetzlar einfließen.

Steigerung der Teilnehmerzahl durch höhere Anzahl anzusprechender Jugendlicher (zunächst Ausweitung auf 6. Klassen). So soll trotz begrenzter Ressourcen durch die Vier-Bahnenanlage unter Berücksichtigung einer durchschnittlich anzunehmenden Ausfall-/Krankheitsquote eine planmäßig effizientere Auslastung erfolgen.

Mitgliedsorganisation und Verein: HKBV / KSV Wetzlar

III. Übergreifende Fragen zum Mikroprojekt – bitte ankreuzen, wo zutreffend:

a) **Integration:**

- Kinder/Jugendliche mit Migrationshintergrund wurden in der Planung mitgedacht, angesprochen, eingeladen und/oder haben teilgenommen.
- Mögliche Ursachen für die (mangelnde) Beteiligung von Kindern/Jugendlichen mit Migrationshintergrund wurden im Rahmen der Auswertung diskutiert.
- Sonstiges: \_\_\_\_\_

b) **Geschlechtergerechtigkeit:**

- Jungen und Mädchen wurden schon bei der Planung des Projekts gleichermaßen mitgedacht.
- Das Projekt war konkret auf Mädchen und weibliche Jugendliche ausgerichtet.
- Das Projekt war konkret auf Jungen und männliche Jugendliche ausgerichtet.
- Mögliche Ursachen für die (mangelnde) Beteiligung von Jungen und/oder Mädchen wurden im Rahmen der Auswertung diskutiert.
- Sonstiges: \_\_\_\_\_

c) **Beteiligung:**

- Das Projekt konnte selbst ausgesucht und geplant werden.
- Andere Kinder und Jugendliche wurden an der Planung aktiv beteiligt.
- Andere Kinder und Jugendliche konnten mitbestimmen und sich am Projekt aktiv beteiligen.
- Sonstiges: \_\_\_\_\_

Wetzlar, 6. Dezember 2013

Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Freiwilliger

\_\_\_\_\_  
Unterschrift & Stempel des Sportvereins, –  
verbands, der das Projekt begleitet hat

Anlagen: 2 Blätter mit insgesamt 17 Photos vom Projekt