

**Meike Breuer & Lars Klewe**

## Mentoring im Sport mit Kindern & Jugendlichen – Pilotstudie *bewegtes ICH*

### Summary

The aim is to design and evaluate the mentoring program *bewegtes ICH* which provides an innovative access to movement, active games and sports for children and adolescents. Thereby using the mentor's experience represent the basis for motivation- and learning processes for the mentee. High flexibility and effectiveness of this method is demonstrated by aiming at a heterogeneous target group. National and international studies which investigate mentoring programs found positive effects on school context, health and social life. First results of our individual case study indicate its feasibility and the acceptance among the subjects.

### Zusammenfassung

Das Projekt *bewegtes ICH* stellt für Kinder und Jugendlichen mit besonderen Bedürfnissen und Einschränkungen einen innovativen Zugang zu Bewegung, Spiel und Sport dar. Dabei bedient es sich dem methodischen Ansatz, den Erfahrungsvorsprung des Mentors<sup>1</sup> gewinnbringend für den Mentee zu nutzen. In Einsatzfeld von Bewegung und Sport zeigen sich die hohe Flexibilität der Methode und ihre Wirksamkeit in der Anwendung bei der heterogenen Zielgruppe. Ähnliche nationale und internationale Studien legen positive schulische, gesundheitsbezogene und soziale Effekte nahe. Erste Ergebnisse der Einzel-

---

<sup>1</sup> Aus Gründen der Lesbarkeit wird im Text das generische Maskulinum verwendet. Selbstverständlich sind hiermit beide Geschlechter gemeint.

fallstudie *bewegtes ICH* belegen einerseits die Umsetzbarkeit und andererseits die Akzeptanz bei den Probanden.

**Schlagworte:** Mentoring, Bewegungsfreude, Bewegungsförderung, Heterogenität, Barrieren