



Adoleszenz

- Die Geschlechtsreifung ist weitgehend abgeschlossen, der zweite Gestaltwandel beendet.
- Die wesentliche Entwicklungsaufgabe besteht in der **Identitätsbildung**, zu der die Angebote im Sportverein Unterstützung leisten können.
- Junge Menschen müssen die eigene **körperliche Erscheinung** akzeptieren lernen. Dabei helfen Körpererfahrungen im Sport, Übungen, in denen sich der Körper ausdrücken und präsentieren kann, in denen mithilfe des Körpers etwas geleistet wird, in denen der Körper
- wahrgenommen und gefühlt werden kann, in denen Kontakte mit anderen Körpern hergestellt werden.
- Neue und reifere **Beziehungen zu Gleichaltrigen** müssen hergestellt werden. Es gibt viele Anlässe in der Sportstätte, während außersportlichen Veranstaltungen (wie Festen und Fahrten oder bei der Zusammenarbeit im Jugendvorstand), in denen Kontakte erprobt, gefestigt, gelöst werden können.
- Es wird erkannt, welche Personen eher sympathisch, welche eher unsympathisch empfunden werden und woran das liegt und das Geschick, mit anderen Menschen klar zu kommen, wird erprobt und gefördert. Selbstverständlich gehören dazu auch Liebes- und Partnerbeziehungen, die sich im Sportverein aufbauen und entwickeln können.
- Die **emotionale Unabhängigkeit** von Eltern und Erwachsenen wird in diesem Altersabschnitt wichtig, der Sportverein hilft sozusagen beim Erwachsen werden.
- Die Fähigkeit zu formalen Denkopoperationen und problemlösendes Denken sind vorhanden, die Klärung eigener Werte und Moralvorstellungen und das Nachdenken über sich selbst nimmt einen größeren Raum ein. Dadurch wird bei vielen Jugendlichen eine größere Bereitschaft und Fähigkeit zur Verantwortungsübernahme erkennbar, freiwilliges bürgerschaftliches Engagement wird jetzt aktuell.
- Die zunehmende Denkfähigkeit und emotionale Selbstständigkeit lässt ab diesem Alter selbstbestimmten Leistungssport mit der Möglichkeit, das eigene Training mitzugestalten, zu.



Vom Knäuel zur Entwicklung