

# De impact van racisme en discriminatie met je team bespreken





## Inleiding

In deze gids worden een aantal activiteiten voorgesteld die je kunt gebruiken om je spelers te informeren en kennis bij te brengen over zaken zoals racisme en discriminatie. Hierdoor kun je racistisch en discriminerend gedrag proactief aanpakken en reduceren.

NB: de verstrekte uitgangspunten bieden een overzicht en een algemene aanpak van racismevraagstukken. Om deze effectief toe te passen, moet je je aanpak aanpassen en structuren op een manier die past bij de cultuur en feitelijke situatie van je team.

## Activiteiten om het bewustzijn van je spelers op het gebied van racisme en discriminatie te vergroten

### Paardenrennen

#### Procedure

- Teams van ongeveer 4 spelers met 1 bal en 1 “paard” (een kegel of iets anders waartegen gegooid kan worden) per team.
- Teams staan naast elkaar en stellen zich op bij hun honk van waaruit ze gooien.
- Het “paard” begint op ongeveer 5 meter afstand van de “startlijn”. Een lijn van 8 markers geeft de “stappen” aan die het paard kan doen.

#### Doel:

- De eerste spelers van het team gooien de bal. Als zij hun paard raken dan kan het een stap dichtbij de finish komen. De speler pakt dus de kegel, plaatst deze een “stap” naar voren, pakt de bal en brengt deze terug naar de volgende persoon in het team. Als het paard niet geraakt wordt, wordt alleen de bal mee teruggenomen.
- Het paard dat als eerste de finish bereikt, heeft gewonnen.
- Speel na de beschouwing en zonder discriminatie een 2e ronde.

#### Variaties:

- 1 team krijgt een kleinere kegel of bal; bijvoorbeeld iedereen die in januari, februari of maart geboren is, moet in dit team spelen.
- Tijdens het hele spel discrimineert de trainer een ander team door te zeggen dat scores vanwege twijfelachtige redenen niet gelden.

#### Discussie:

- Hoe was het spel?
- Was het eerlijk? Waarom niet?
- Hoe heb ik deze twee teams behandeld? (Discriminatie)





- Hoe voelde het om zonder reden gediscrimineerd te worden? (Racisme)
- Wie heeft zoiets in het echt meegemaakt?

## Bal verplaatsen

Procedure:

- Stel teams van 3 à 4 samen.
- 2 kegels op 5 meter afstand voor elk team.
- 1 bal per team.

Doel:

- De bal van kegel A naar kegel B en terug verplaatsen (1 punt).
- Het team dat de meeste manieren voor verplaatsing bedenkt, wint.
- De bal mag de grond niet raken.
- Elk team mag een bepaalde manier om de bal te verplaatsen maar eenmaal toepassen.
  - Indien relevant: Na een signaal van de coach kunnen ze elkaar niet meer nadoen.

Variaties:

- Geen contact met handen, armen, benen, voeten, etc. toegestaan.
- De bal moet altijd aangeraakt worden door ten minste 2 (3, 4) spelers.
- De bal moet altijd de grond raken.

Discussie:

- Was het leuk om iets nieuws te proberen?
- Had je gedacht dat er zoveel manieren zouden zijn om een bal te verplaatsen?
- Zijn er in je dagelijkse leven ook dingen die mensen anders doen? (bijv. lopen, praten, geloven)
- Waarom denk je dat dat goed kan zijn? (Interessant, verschillende oplossingen voor verschillende mensen, etc.)
- Tolerantie betekent het toestaan, aanvaarden en zelfs waarderen van verschillende mensen en verschillende manieren om iets te doen.

## Stippenoefening – Afleren: Vooroordelen doorbreken, gemeenschapsgevoel creëren

Procedure

- Breng stippenstickers aan op het voorhoofd van de spelers. Gebruik 4 verschillende kleuren zodat er 4 groepen gevormd worden – een grote groep, middelgrote groep, en twee personen alleen (als je wilt, kun je verschillende kleuren trainingsshirts gebruiken).
- Vraag de spelers om groepen te vormen.





- Geef de aanzet tot een gesprek en vraag de spelers om hun gevoelens over de oefening te delen. Gebruik de volgende vragen:
  - Wat is er gebeurd?
  - Vraag wat ze vonden van de manier waarop ze in groepen onderverdeeld werden.
  - Vraag degenen die alleen waren ingedeeld wat ze daarvan vonden.
  - Vraag de leden van de grote groepen of ze degenen die alleen waren, gevraagd hebben om bij hun groep aan te sluiten.
  - Vertel ze dat je ze de opdracht gegeven hebt om groepen te vormen. Niet om groepen per kleur te vormen.
  - Bespreek met de groep hoe ze kunnen voorkomen dat mensen uitgesloten worden en wat ze moeten doen om hen op te nemen in de groep.

Je kunt een video van de activiteit hier bekijken:

<https://www.youtube.com/watch?v=ioa6UvmMZPw&t=129s>

Doel:

- Mensen helpen begrijpen en ontdekken hoe onbewuste vooroordelen zich openbaren.
- Discriminatie en uitsluiting onderzoeken en het effect dat dit op personen heeft.
- Onderzoeken hoe personen zouden kunnen worden “gegroepeerd” op basis van dingen (bijv. de kleur van de stip op hun huid) waarover zij geen controle hebben en die slechts één aspect van hun persoonlijkheid zijn.
- Het belang bespreken van iedereen in de groep opnemen en hoe je dit kunt doen.
- Teambuilding stimuleren.



