

"Im Sportverein lernt man auch grundlegende Werte wie Fairness und Respekt!"

familiiii | Seite 59 | 4. Oktober 2022
Auflage: 75.000 | Reichweite: 217.500

SPORTUNION Österreich

„Im Sportverein lernt man auch grundlegende Werte wie Fairness und Respekt!“

Peter McDonald, Präsident der SPORTUNION Österreich, spricht im Interview über die Vorteile des Vereinssports und darüber, wie Familien die Vereinsaktivitäten der Kids bestmöglich in den Familienalltag integrieren.

Warum ist Sport für Kinder so wichtig?

Bewegung ist für eine optimale Entwicklung des Nerven-, Immun- und Herz-Kreislauf-Systems bei Kindern notwendig. Am Aufbau von Knochen und Muskeln, an der Förderung der Wahrnehmung, der kognitiven Fähigkeiten, der Koordination, der Entwicklung der Psyche und am sozialen Erleben ist Bewegung beteiligt. Mit den im Kindesalter erworbenen „Bewegungsfähigkeiten“ werden die biologischen, psychosozialen und kognitiven Grundlagen für ein aktives und gesundes Leben geschaffen.

Welche Vorteile bietet konkret der Vereinssport?

Sportvereine nehmen nicht nur die Rolle des Sportanbieters ein, sondern sind oft erste außerschulische Sozialinstanz nach der Familie, die lebenslang zur Verfügung steht. In diesem, oft familiären Umfeld, werden auch grundlegende Werte wie Fairness oder ein respektvoller Umgang miteinander vermittelt. Bei verschiedenen gemeinsamen Aktivitäten finden Menschen zueinander, soziale Beziehungen und Freundschaften entstehen. Diese Gemeinschaft ist auch der Grund, warum zahlreiche junge SportlerInnen motiviert bleiben. Sport ist nicht umsonst die beste Lebensschule für unsere Kleinen.

Welche Sportarten sind für welches Alter empfehlenswert?

Ein spezifisches Trainingsprogramm sowie Spezialisierungen auf bestimmte Sportarten sind im Kindergarten und Volksschulalter nicht notwendig. Das Bewegungskönnen eines Kindes entsteht durch Ausprobieren, Wiederholen und Variieren. Bewegung soll in diesem Alter in erster Linie Spaß und Freude machen – und das passiert, wenn damit auch Lob und Anerkennung, also ein Erfolgserlebnis verbunden ist, wenn Bewegungslernen auf spielerische Art und Weise entstehen kann bzw. selbst entdeckt werden darf und wenn innerer Antrieb und Neugierde geweckt werden. Vor allem sollte darauf geachtet werden, dass Kinder vielfältige und unterschiedliche Bewegungserfahrungen sammeln. Ebenso relevant ist für

Kinder (Bewegungs-)Zeit im Freien und in der Natur zu verbringen.

Verein klingt oft nach Leistungsdruck, was manche Familien auch abschreckt. Was empfehlen Sie Eltern, die ihre Kinder nicht zu „Sportstars“ machen wollen?

Nach einer Umfrage der Statistik Austria üben 91,7 % der Personen, die zumindest einmal pro Woche im Verein sportlich aktiv sind, nur Freizeitsport aus, 3,6 % nur Leistungssport und 4,8 % Leistungs- und Freizeitsport. Da ein überwiegender Anteil der Sportvereine Angebote im Freizeit- und Hobbysport anbietet, empfehlen wir Eltern mit den jeweiligen Vereinen in der Nähe Kontakt aufzunehmen, um die gegenseitigen Bedürfnisse kennenzulernen. Sollte nach einer gewissen Zeit im Verein doch der Wunsch entstehen, in den Wettbewerbsbetrieb zu schnuppern, gibt es beispielsweise mit LATUSCH sowie mit anderen Programmen die dafür nötigen Angebote.



Peter McDonald,
Präsident der SPORTUNION Österreich, ein Sportdachverband der Österreichischen Bundes-Sportorganisation mit rund 670.000 Mitgliedern und über 4.400 Vereinen österreichweit.

Manche Eltern sorgen sich darum, dass die Aktivität im Verein zur lästigen Pflicht im ohnehin schon durchgetakteten Alltag wird. Wie lässt sich der Sportverein optimal ins Familienleben integrieren?

In einer oft schon sehr dicht gedrängten Woche der Kinder ist einerseits wichtig zu beachten, dass auch immer wieder Phasen benötigt werden, die nicht verplant sind, um Spielraum für Kreativität, Spontaneität und Erholung zu ermöglichen. Andererseits sind wir davon überzeugt, dass Bewegung der Ausgleich ist, den Kinder benötigen, um neue Energie zu gewinnen und gestärkt durch den Alltag zu schreiten. Neben der richtigen Mischung aus Freizeit und verplanter Zeit ist Regelmäßigkeit eine besonders wichtige Komponente für Kinder, die Orientierung, Sicherheit und Beständigkeit vermittelt. Als besonders vorteilhaft hat sich gezeigt, als gesamte Familie Teil des Sportvereins zu werden und somit als Elternteile nicht nur Vorbild zu sein, sondern auch diese gemeinsame Zeit als Familienzeit wahrzunehmen. ●

Infos über die Sportunion Österreich: Hier findest du deinen Verein in deiner Umgebung: <https://sportunion.at/vereine/>