

Dr. Klaus Balster

## **Sport- und Vereinsentwicklung 2020 - I** (9.11.2019-6.2.2020)

Exemplarische Aspekte als Orientierungsimpulse für den SSB:

### **DOSB – dsj und Netzwerkpartner**

#### **Fair Play in allen Bereichen Grundlage des Sports**

Nicht um jeden Preis „Lieber die Fair-Play-Medaille als einen herausragenden Platz im Medaillenspiegel“. DOSB Präsident Alfons Hörmann hat das beim Neujahrsempfang des DOSB einmal mehr klargestellt. Nicht von ungefähr nimmt sich der DOSB gerade im Jahr 2020 mit den sportlichen Höhepunkten Olympische und Paralympische Spiele in Tokio ganz explizit der Fragen rund um Fair Play an. Dabei betrifft Fair Play über den Spitzensport hinaus all die vielfältigen Themen in Sportdeutschland, denn Fair Play ist in allen Bereichen die Grundlage des Sports, ohne die er wertlos wäre und seine Daseinsberechtigung verlieren würde.

#### **Deutsche Sportjugend erinnert der Opfer des Nationalsozialismus**

Die Deutsche Sportjugend und die Initiative „!Nie wieder – Erinnerungstag im deutschen Fußball“ stehen für eine Kultur des Verstehens und für ein demokratisches Gemeinwesen, in dem die Würde jedes Menschen geachtet und verteidigt wird. Die Initiative „!Nie wieder – Erinnerungstag im deutschen Fußball“ ist ein Netzwerk, das aus Fangruppen, Fanprojekten, antirassistischen Bündnissen, Amateur- und Profivereinen, der DFL und des DFB sowie zahlreichen Institutionen aus der Zivilgesellschaft besteht. Es organisiert seit 16 Jahren „den „Erinnerungstag im deutschen Fußball“, an den Spieltagen um den 27. Januar. Kernpunkte der Kampagne sind das mitfühlende Erinnern an das unendliche Leid, das Millionen Menschen in der NS-Zeit erfahren mussten, mit besonderem Blick auf die preisgegebenen Mitglieder der Fußballfamilie. Darüber hinaus versteht sich die Kampagne als historischen und politischen Lern- und Aktionsort, wo sich Menschen, die den Fußball lieben, generations-übergreifend, mit klugen und kreativen Aktionen im Stadion und in der Zivilgesellschaft für ein demokratisches, den Menschenrechten verpflichtetes Gemeinwesen engagieren.

#### **Sondermagazin jetzt online lesen**

Das Sondermagazin zum 30-jährigen Jubiläum des Bundesprogramms „Integration durch Sport“, das bereits in der Printversion ein großer Erfolg war, steht ab sofort online zur Verfügung. Das Heft will anregen, über das aktuelle und zukünftige Zusammenleben in Deutschland nachzudenken und zeigt Möglichkeiten auf, die der Sport als sozialer Akteur dabei einnehmen kann.

#### **Praxisleitfaden für Freiwilligendienste im Sport**

Gemeinsam mit dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und den Zentralstellen der Inlandsfreiwilligendienste wurde nun eine Handlungsempfehlung erarbeitet. Diese sollen all diejenigen, die an der Organisation von Freiwilligendiensten beteiligt sind, bei der inklusiveren Ausgestaltung von FSJ und BFD unterstützen. Erschienen ist als Ergebnis eines langen Prozesses u.a. unter Beteiligung der Deutschen Sportjugend. Der Praxisleitfaden Inklusion und Diversität in Freiwilligendiensten richtet sich an Träger\*innen und Einsatzstellen, Zentralstellen und Bundestutorate sowie an politische Akteur\*innen. Neben Ergebnissen einer Befragung von Akteur\*innen finden sich konkrete Handlungsempfehlungen für die Praxis der Freiwilligendienstträger\*innen. Der Praxisleitfaden kann unter <https://pro-fsj.de/de/inklusion> heruntergeladen werden.

### **„Große Stern des Sports“**

Der Verein Pfeffersport aus Berlin erhielt die Auszeichnung in Gold. Er überzeugte mit dem Projekt „Mission Inklusion – ein kompletter Verein betreibt lokale Raumfahrt“. Mitten im bunten Pankow beheimatet, bietet Pfeffersport an mehr als 50 Standorten mit 350 bis 400 Sportgruppen gut 50 verschiedene Sport- und Bewegungsangebote. Dabei gehören Inklusion und Integration für den Verein so selbstverständlich dazu wie zu seiner Heimatstadt – „die gesamte Berliner Vielfalt“ werde abgebildet, so Jörg Zwirn, einer der Geschäftsführer des Vereins.

Mit einer ebenso einfachen wie genialen Idee schaffte es die baden-württembergische Interessengemeinschaft Sport Heddesheim (IGSH) mit Unterstützung der VR Bank Rhein-Neckar auf den zweiten Platz: Mit dem Projekt „Wir arbeiten zusammen!“ baute die IGSH für teilnehmende Vereine ein Servicebüro auf, in dem neben der gemeinsamen Mitarbeiterverwaltung und allgemeinen administrativen Aufgaben die sportliche Entwicklungsplanung für neue übergreifende Sportprojekte übernommen wird. Das Besondere: Die Vereine bleiben dabei komplett selbstständig, die Ehrenamtlichen werden durch den Wegfall der zeitraubenden Bürokratie entlastet und die Mitglieder profitieren von einer besseren Koordination der Angebote. Die Gemeinde Heddesheim unterstützt dieses Projekt und beteiligt sich zum Beispiel durch Bereitstellung der Räumlichkeiten für das Servicebüro.

Unterstützt von der Volksbank Riesa landete der Sportclub Riesa als Dritter auf dem Siegerpodest: Der Verein aus Sachsen hat es sich zum Ziel gesetzt, mehr Bewegung in die Schulen zu bringen. Um Sport und damit verbunden das Bewusstsein für ein aktives, gesundes Leben stärker in den Alltag von Kindern zu integrieren und um junge Talente für den Nachwuchsleistungssport zu gewinnen, wurde das deutschlandweit einzigartige Projekt „Sport ist Klasse“ ins Leben gerufen. In einer Grundschule, einer Oberschule und einem Gymnasium organisiert der Verein für jeden Jahrgang eigene Sportklassen, die zusätzlich zum normalen Sportunterricht zwei bis vier Sportstunden wöchentlich bieten. Eine Vielzahl an qualifizierten Trainer\*innen, Übungsleiter\*innen, Erzieher\*innen, Ehrenamtlichen, Studierenden sowie Sponsoren, Partnern und Helfer\*innen unterstützen den SC Riesa schon seit vielen Jahren.

### **Zeitschrift Leistungssport 1/2020 ist erschienen**

Auch im 50. Erscheinungsjahr wird an der redaktionellen Leitlinie festgehalten und das - der Trainings- und Wettkampfpraxis verpflichtete - Profil weiter geschärft: Im Kern geht es um die Entwicklung der sportlichen Leistung auf der Grundlage des Fair Play, die weitere Qualitätssteigerung und Erhöhung der Wirksamkeit des sportlichen Trainings. Unter Beachtung dieser Prämisse wird die Redaktion im Olympiajahr neben der routinemäßigen Bereitstellung aktueller sportwissenschaftlicher Forschungsergebnisse das Mega-Event Olympische Spiele Tokio 2020 publizistisch begleiten. Dazu wirft in dieser ersten Ausgabe Sabine Krapf einen Blick hinter die Kulissen des facettenreichen Logistik-, Service- und Supportmanagements. Matthias Frosch berichtet über das die Olympischen Spiele flankierende deutsch-japanische Jugendlager. Exemplarisch für eine der erfolgreichsten Sportarten Deutschlands beleuchten Matthias Englert und Tina Schmidt die Olympiavorbereitung des Deutschen Kanu-Verbandes. Schließlich erinnert sich Karl Link, Olympiasieger im Bahnvierer, an die bereits 1964 erstmalig in Tokio ausgetragenen Olympischen Spiele. Darüber hinaus wird über die folgenden praxisrelevanten Themenstellungen berichtet, u.a. informieren Ralf Sygusch/ Martin Muche/Sebastian Liebl/ Wiebke Fabinski und Gudrun Schwind-Gick über „Das Kompetenzmodell für die Trainerausbildung“. Außerdem berichtet Julia Franke über die 35. DOSB-Tagung Sportmedizin im Spitzensport, und in der Rubrik Trainers Digest werden trainingswissenschaftliche, ernährungspraktische und juristische Themen aufgegriffen.

### **Auszeichnung von Sportvereine mit dem „Grünen Band“**

Das „Grüne Band für vorbildliche Talentförderung im Verein“ ist der bedeutendste Förderpreis im deutschen Nachwuchsleistungssport, den die Commerzbank und der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) seit 34 Jahren gemeinsam vergeben. Auch 2020 werden insgesamt 50 Vereine für ihre exzellente Nachwuchsarbeit ausgezeichnet. Vereine oder Vereinsabteilungen können sich bis zum 31. März 2020 über ihren Spitzenverband bewerben.

## **16. Mitgliederversammlung des DOSB**

Die Integrität des Sports und die Situation der Trainer\*innen in Sportdeutschland waren die Schwerpunktthemen der 16. Mitgliederversammlung des DOSB. Bundesinnenminister Horst Seehofer stellte einen neuen „Goldenen Plan“ für Sportstätten in Aussicht.

### **Jugendstrategie der Bundesregierung**

Die Jugendstrategie der Bundesregierung hat sich zum Ziel gesetzt, nicht mehr über die Köpfe von Jugendlichen hinweg Politik zu machen. "Es braucht mehr Politik für, mit und von Jugend", das ist das Credo der jüngst vom Bundeskabinett erstmals in der Geschichte beschlossenen und von Bundeskanzlerin Angela Merkel sowie Bundesjugendministerin Franziska Giffey vorgestellten Jugendstrategie der Bundesregierung. 163 Maßnahmen aller Ministerien werden darin aufgelistet. Diese Maßnahmen wirken sich entweder direkt auf Jugendliche aus oder sollen die Rahmenbedingungen für sie verbessern. Dabei finden sämtliche Politikfelder Beachtung, auch solche, die direkt oder indirekt Berührungspunkte zum Sport aufweisen. Das ist gut und richtig so, denn politische Entscheidungen haben Auswirkungen auf Jugendliche und junge Erwachsene in ihren Lebensräumen, auch im Sport(verein). Ganz egal, ob es um den Sportstättenbau, den Ausbau von Ganztagschulen, die Rahmenbedingungen für Freiwilligendienste, den digitalen Alltag oder um Maßnahmen zum Klimaschutz geht. Es bleibt zu hoffen, dass die Jugendstrategie der Bundesregierung mehr als nur ein politischer Aufschlag ist. Er sollte eine Fortsetzung und vor allem Verstetigung finden. An dem Ansatz, Politik nicht über die Köpfe der jungen Menschen hinweg zu machen, muss sich die Bundesregierung künftig messen lassen. Aktuelle Fragestellungen gäbe es genug.

### **20 Jahre Deutsches Sport & Olympia Museum**

Im November 2019 feierte das Deutsche Sport & Olympia Museum die Eröffnung einer neuen Sonderausstellung und das Jubiläum. Das Museum hat sich zur Aufgabe gemacht, den Sport sichtbar zu machen und die Olympischen Werte zu vermitteln. Dazu zählen inter-nationale Freundschaft, Höchstleistung und Respekt. Das Deutsche Sport & Olympia Museum ist zu einem kulturellen Hotspot und einer zentralen Begegnungsstätte des deutschen Sports entwickelt. Im Rahmen der Feierstunde wurde auch eine Sonderausstellung eröffnet: „Aus der Tiefe des Raumes: 20 Jahre – 20 Objekte“. Damit präsentiert das Museum 20 ausgewählte Schätze aus dem Depot, die für Besucher\*innen sonst nicht zugänglich sind. Rund 100.000 einzigartige Exponate, die die Sporthistorie anschaulich dokumentieren, wurden im Laufe der Jahre zusammengetragen. 20 davon erhalten nun in der Sonderausstellung bis zum 5. Januar 2020 einen besonderen Platz im Museum.

### **Fair Play Preis des Deutschen Sports**

Für den Fair Play Preis des Deutschen Sports werden Favoriten gesucht. Bis 31. Dezember können online Vorschläge eingereicht werden. Beispiele für besonders vorbildliches Verhalten sind gefragt, denn der DOSB und der Verband Deutscher Sportjournalisten (VDS) nehmen noch bis Ende des Jahres ( 31. Dez. 2019) Nominierungen für den Fair Play Preis des Deutschen Sports 2019 entgegen. Mit dem Preis werden sowohl Einzelaktionen als auch dauerhaftes Engagement ausgezeichnet, Personen und Mannschaften können ebenso nominiert werden wie Vereine oder Initiativen. online unter [fairplay.dosb.de](http://fairplay.dosb.de) oder über [info@fairplaypreis.de](mailto:info@fairplaypreis.de)

### **Rheinland-Pfalz erhält Projektzuschlag beim DOSB-Innovationsfonds**

Der Innovationsfonds des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) fördert seit dem Jahr 2007 gezielt Projekte seiner Mitgliedsorganisationen. Der Schwerpunkt in diesem Jahr liegt auf dem Thema Personalentwicklung, für den sich auch der LSB Rheinland-Pfalz erfolgreich beworben hat. Mit dem Match-Quality-Index (MQI) bietet der Landessportbund ein Tool zur digitalen Vereinsberatung. Auf der Grundlage von vermuteten Bindungs- und Rekrutierungsproblemen im Bereich der Ehrenamtlichkeit in Sportvereinen wurde auf Initiative des LSB und des Sportbundes Pfalz im Rahmen des DOSB-Innovationsfonds ein landesweites Vorhaben bewilligt und finanziell unterstützt. Mit einer Online-Befragung sollen Infos über die Kombination aus Motiven von ehrenamtlich Engagierten und deren späteren Nutzenerfahrungen gegeben werden, um in einem weiteren Schritt Aussagen über die Zufriedenheit mit dem Ehrenamt,

Einbindung in die Organisation und die Fortführung des Amtes zu geben. Der MQI im Sportvereinswesen wurde in einer Arbeitsgruppe um Prof. Dr. Eike Emrich an der Universität des Saarlandes entwickelt und wissenschaftlich geprüft. Mit dem Projekt „Digitale Vereinsberatung“ werden wissenschaftliche Erkenntnisse in der Praxis angewendet und getestet.

### **Fachkonferenz „Sport und Politik im Quartier“**

Die Deutsche Sportjugend, der DOSB und die Landessportbünde sind neben weiteren Akteur\*innen aus Sport, Politik und Institutionen der politischen Bildung Mitglieder dieses Netzwerks. Die Grundannahme war, dass der Sport allgemein und der Sportverein im Speziellen vor allem in den eigenen Strukturen „als Sozialraum“ agieren. Dabei sind sie eng verflochten mit weiteren Akteur\*innen in der Kommune, in der Region, im Quartier, „im Sozialraum“. Sport und Sportvereine sind aus beiden Perspektiven „Orte der Demokratie“. Sportvereine und politische Einrichtungen sind dabei Partner in einem gemeinsamen Spiel vor Ort, der sich sowohl im städtischen wie auch ländlichen Raum verorten lässt; also im Quartier.

### **Transparenzregister: Keine Gebühren für Vereine**

Der DOSB hat in einem Schreiben an die Mitgliedsorganisationen darüber informiert, dass für die Eintragung im sogenannten Transparentregister keine Gebühren fällig werden.

### **Memorandum Schulsport**

Das „Memorandum Schulsport“ wurde im November 2019 in einer aktualisierten Fortschreibung der (Fach-) Öffentlichkeit vorgestellt. Unter der Federführung des Deutschen Sportlehrerverbandes (DSLTV), hatten daran zuvor auch Verantwortliche aus der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft (dvs), dem Fakultätentag Sportwissenschaft (FSW) und dem DOSB mitgewirkt: Mit dieser Fortschreibung wird ein wichtiges Signal zur weiteren Förderung des Schulsports in Deutschland u.a. gegenüber der Bildungspolitik und der Wissenschaft – aber nicht zuletzt auch zur Stärkung aller Sportlehrkräfte, die Kindern und Jugendlichen ein bewegtes Leben mit Sport anbahnen, gesetzt. Das jetzt neu gefasste „Memorandum Schulsport“ geht zurück auf seinen Vorgänger aus dem Jahre 2009. Die Fortschreibung des „Memorandum Schulsport“ besteht nach einer kurzen Vorbemerkung weiterhin aus vier Teilen, die jeweils zukunftsweisend aktualisiert wurden: (1.) Ausgangslage des Schulsports, (2.) Ausrichtung des Schulsports, (3.) Akzente der Sportlehrkräftebildung und Schulsportforschung mit je weiteren Untergliederungen sowie (4.) einem Abschnitt als „Aufruf zum Handeln – Forderungen“. Diese Forderungen beinhalten einen konkreten Handlungsbedarf zur Verbesserung der Situation des Schulsports. Der Aufruf zum Handeln richtet sich demzufolge vornehmlich an politische Entscheidungsträger auf Bundes- und Länderebene, aber auch mit kommunaler Zuständigkeit. Dabei sind ferner die Hochschulen und die Sportorganisationen aufgefordert, den Prozess zur Verbesserung und damit zur Zukunftsfähigkeit des Schulsports in Deutschland zu sichern und mit je eigenen Beiträgen nachhaltig zu unterstützen.

### **Umgang mit sexualisierter Gewalt im Fußball**

Vom 11. bis 13. November 2019 fand die 17. Bundeskonferenz der Koordinationsstelle Fanprojekte bei der Deutschen Sportjugend (KOS) in Zusammenarbeit mit der Kompetenzgruppe Fankulturen und Sportbezogene Soziale Arbeit (KoFaS) und der Friedrich-EbertStiftung statt. U.a. wurde auch der vom Netzwerk gegen Sexismus und sexualisierte Gewalt neu erstellte Handlungsleitfaden zu dem Themenbereich vorgestellt.

### **Mitmachen beim bewegten Vorlesetag**

Der jährliche Vorlesetag der Stiftung Lesen (am 15. Nov.) stand unter dem Motto „Bewegung und Sport“. Darum sollten möglichst viele Vorleseaktionen für Kinder stattfinden. Die Deutsche Sportjugend unterstützte den diesjährigen Vorlesetag und bringt Vorlesen in Bewegung. Vorlesen schafft auf der einen Seite Bewegungsanlässe; auf der anderen Seite wird Kindern ein bewegter Zugang zur Welt der Bücher und Geschichten, der Sprache und des Lesens eröffnet. Ideen, wie dies beispielsweise im Verein oder auch in der Kita gelingen kann, gibt es unter [www.dsj.de/kinderwelt](http://www.dsj.de/kinderwelt).

### **Zeitschrift Leistungssport: Training und Wettkampf**

Die aktuelle, für dieses Jahr letzte Ausgabe der DOSB-Zeitschrift Leistungssport ist erschienen und greift eine Vielzahl trainings- und wettkampfrelevanter Frage- und Themenstellungen auf. Den Einstieg bildet die Rubrik Trainerforum, in der das vielfältige Aufgaben- und Anforderungsspektrum des Trainers im Nachwuchs- und Hochleistungs-bereich thematisiert wird. Es geht um zentrale Fragen der Training- und Wettkampfplanung, -durchführung, -auswertung und -steuerung und aller damit zusammenhängender Aspekte. Der Brennpunkt dieser Ausgabe widmet sich dem Placebo-Effekt. Schon ein altes Sprichwort besagt, dass der Glaube Berge versetzen kann. Zahlreiche Beispiele dafür finden sich im Leistungssport, wenn von Athletinnen und Athleten oder Mannschaften nicht für möglich gehaltene Leistungen abgerufen werden. Kann eine Erklärung für dieses Phänomen derzeit dem Placebo-Effekt zugeschrieben werden? Jan Mayer thematisiert die Wirkungsmechanismen des Placebo-Effekts. Ferner findet man weitere Beiträge.

### **Bundesweiten Vorlesetag steht unter dem Motto „Sport und Bewegung“**

Der bundesweiten Vorlesetag am 16. November ist eine gemeinsame Initiative der Wochenzeitung „Die Zeit“, der Stiftung Lesen in Mainz und der Deutsche Bahn Stiftung. Ebenso engagiert sich erstmalig die Deutsche Sportjugend im Deutschen Olympischen Sportbund. 2019 nimmt der Aktionstag „Sport und Bewegung“ auf, weil sie wichtig für die gesunde körperliche und kognitive Entwicklung von Kindern sind. Auf der Website [www.vorlesetag.de](http://www.vorlesetag.de) gibt es für alle Interessierten passende Leseempfehlungen und Bewegungsspiele.

### **30 Jahre Mauerfall – Die verbindende Kraft des Sports**

Mit seiner verbindenden Kraft ist dem Sport die Vereinigung in Sportdeutschland weit besser und schneller gelungen als in anderen Teilen der Gesellschaft, so DOSB-Präsident Alfons Hörmann in der DDSB-Presse. Sport hat eine gemeinsame Sprache und die gleichen Regeln – über alle Länder- und regionalen Grenzen hinweg. Und mit dieser besonderen, verbindenden Kraft ist die Vereinigung in Sportdeutschland dann tatsächlich auch weit besser und schneller gelungen als in anderen Teilen der Gesellschaft. Natürlich hat auch im Sport längst nicht alles wunschgemäß geklappt. Es gab und gibt vereinzelt immer noch Grenzen im Denken und Handeln, und deshalb müssen, Hörmann weiter, bis heute und wohl auch weiter an der Einheit unseres Landes arbeiten.

## **Landessportbund – Sportjugend NRW und Netzwerkpartner**

### **Die NRW Sport-Staatssekretärin schreibt an FV und Bünde**

Andrea Milz hat in einer E-Mail im Jan. 2020 an die FV und Bünde zentrale Vorhaben genannt, u.a. die Umsetzung des Programms „Moderne Sportstätte 2022, die Umsetzung der landesweiten Aktionspläne „Sport und Inklusion und „Schwimmen lernen, die fortlaufende Optimierung von „Sportplatz Kommune“, der Abschluss des kommunalen Pilotprojekts „Sicherheit im Sport“, die Weiterentwicklung der NRW-Sportschulen, die Umsetzung des neuen Konzepts zur Talent-sichtung und Talentförderung, das Vorantreiben unseres Prä-ventionsprojektes

### **NRW-Regierung hofiert die Gaming-Industrie**

Nordrhein-Westfalen profiliert sich als E-Sport- und Gaming-Standort, angetrieben von der schwarz-gelben Landesregierung: Für eine neue Stiftung, die E-Sport-Talente fördern soll, hat die Staatskanzlei 200.000 Euro Startkapital spendiert, berichtet der Deutschlandfunk am 18.1.20. CDU-Politiker Liminski, in der Staatskanzlei zuständig für Medien, bekräftigt: „Wir führen in Deutschland eine intensive Debatte über die Definition von Sport, aber ich glaube, die Realität ist längst weiter. Tausende junge Menschen machen E-Sports und leben da Werte, die auch im traditionellen Sport gelebt werden: Leistungsbereitschaft, Teamfähigkeit, Fitness. Und das sind Dinge, die wir aus unserer Sicht als Beitrag zur Gesellschaft ansehen und es ist gut, dass die E-Players-Foundation den Spieler als Ganzes in den Blick nimmt und damit auch zum Ausdruck bringt: E-Sports ist nicht nur Zocken, sondern E-Sports ist Sport, in dem Sinne, als

dass Leistung gebracht werden soll, als dass Exzellenz entwickelt werden soll, als dass gewonnen werden soll und Spitze erreicht werden soll.“

### **LSB NRW Broschüre „Hier gibt es Geld!“**

Welche konkreten Fördermittel abrufbar sind und welche Anträge dafür benötigt werden, erläutert eine neue handliche Klein-Broschüre des LSB.

### **Düsseldorf 2023 Austragungsort für TAFISA World Congress**

Der Weltverband für Breitensport (TAFISA) hat entschieden, den World-Congress 2023 in Düsseldorf auszutragen. Dadurch werden auch wichtige Impulse für den Breitensport in NRW erwartet.

### **LSB NRW – Neue Zertifikate für Vereinsmanager**

Acht neue Zertifikate geben ab 2020 Vereinsmitarbeitern flexibel und schlank neue Optionen für ihre Ausbildung zum Vereinsmanager.

### **Bericht im Sportausschuss des Landtages NRW zur Gewalt gegenüber Schiedsrichter**

Kein drastischer Anstieg!. In der Spielzeit 2018/2019 gab es 447 Gewaltvorfälle, bei denen Schiedsrichter Opfer waren in 200000 Spielen. In der Saison davor waren es nur sieben Fälle weniger gewesen. Die Daten stammen vom WDFV.

### **Internationalen Kongress Nachwuchsförderung NRW 2019**

Dieser findet am 27. und 28. April 2020 an der Deutschen Sporthochschule Köln statt und befasst sich mit der Thematik „Erkennen - Fördern - Steuern“.

### **Tagungsbroschüre von der 7. NRW-Nachhaltigkeitstagung 2019**

Die Tagungsbroschüre „Neue Impulse für ein nachhaltiges Nordrhein- Westfalen“ von der 7. NRW-Nachhaltigkeitstagung am 3. Juli 2019 in Bonn liegt nun vor.

### **Programm „Sportplatz Kommune“ in NRW**

Das Programm „Sportplatz Kommune - Kinder- und Jugendsport fördern in NRW“ wächst: 47 neue Projekte kommen in den Jahren 2020/2021 hinzu und werden jeweils mit bis zu 15.000 Euro pro Jahr vom Land Nordrhein-Westfalen gefördert. Die von einer Jury ausgewählten Standorte haben mit Konzepten zur Förderung des Kinder- und Jugendsports vor Ort in Kita, Schule und Sportverein überzeugt. Bis 2022 sollen bei „Sportplatz Kommune“ insgesamt bis zu 150 Städte und Gemeinden in Nordrhein-Westfalen mit Fördermitteln für Kinder- und Jugendsportprojekte ausgestattet werden.

### **Vorstandswahlen und Programmausrichtung bei der SJ NRW**

Der bisherige Vorsitzende Jens Wortmann (Coesfeld) ist als Vorsitzender einstimmig bestätigt worden. Zu seinen angekündigten Zielen in der vierjährigen Amtszeit gehören unter anderem eine neue Nachfolgestrategie für das im Jahr 2022 planmäßig endende Programm "NRW bewegt seine KINDER!" sowie eine klare Positionierung zum Schutz der gesellschaftlichen Werte, zu mehr Demokratie und Respekt und einer größeren Berücksichtigung des Themas Nachhaltigkeit.

### **Eine Broschüre der EnergieAgentur.NRW.**

Das neue Förderprogramm „Moderne Sportstätte 2022“ sorgt für erhöhten Informationsbedarf, wie sich Sportanlagen aller Art energieeffizient und klimafreundlich ausrichten lassen. Darauf geht die Broschüre ein und stellt die verschiedenen technischen Maßnahmen wie beispielsweise Umrüstung auf LED-Beleuchtung, nachhaltige Bauweise und den Aufbau von Photovoltaik-Anlagen dar. Diese werden anhand ausgewählter Praxisbeispiele aus ganz Nordrhein-Westfalen veranschaulicht. Genauer beleuchtet werden auch übergreifende Themen wie die Entwicklung eines Energiekonzepts für Kommunen, Sportvereine und Sportbünde, die Verbesserung des Nutzerverhaltens oder die Ausrichtung eines passenden Wettbewerbs

### **Handlungsprogramm zum Thema „Lernen und Bewegung“**

Das Land NRW hat ein großes Handlungsprogramm zum Thema „Lernen und Bewegung“ initiiert. An unterschiedlichen Standorten und unterschiedlichen Regierungsbezirken wird an diesem Thema gearbeitet. Die allerneuesten Lehrpläne zum Sport beinhalten das Thema „Lernen und Bewegung“ auch verpflichtend. „Bis das aber endgültig in der Praxis angekommen ist, wird noch viel Wasser den Rhein runter fließen“, so Prof. Neuber in einem ARD-Gespräch im Nov. 2019. Aufgabe der Zukunft in der Schule wird es sein, kognitionspsychologische Befunde in didaktische Fragen zu übersetzen.

## Sonstiges

### **Sportwissenschaftsstudie zum Intervalltraining**

Der mdr berichtet im Februar über ein Erfolgsmodell auch für Kinder der Uni Halle-Wittenberg und Medical School Berlin. Demnach kann hochintensives Intervalltraining - HIT – die Gesundheit von Kindern schon nach wenigen Monaten verbessern. Wie gut das bei Erwachsenen funktioniert ist bereits untersucht, so die Forschenden. Beim Intervalltraining geht es nicht darum, sich sehr lange, sondern in kurzer Zeit möglichst intensiv zu bewegen. Drei Monate lang gab es zu Studienzwecken im Sportunterricht der Drittklässler deshalb Trainingseinheiten mit Musik und Choreografien, Zirkeltraining (auch als Kreistraining bekannt), Staffelspiele – also immer kurze, intensive Einheiten, die von Erholungsphasen unterbrochen wurden. Bereits nach diesen drei Monaten konnten die Sportwissenschaftler positive Effekte messen. Sowohl in der Ausdauerleistungsfähigkeit als auch beim Blutdruck zeigten sich signifikante Verbesserungen, die sogar über den Versuchszeitraum hinweg wirkten.

### **Special Olympics 2023 in Berlin**

Mit einem Festakt startete die operative Phase der weltweit größten Sportveranstaltung für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung in Berlin 2023. „Die Mission der Special Olympics-Bewegung ist es, die Diskriminierung von Menschen mit geistigen Behinderungen zu beenden und eine vollständig inklusive Welt für alle zu schaffen“, so Dr. Timothy Shriver, Vorsitzender von Special Olympics. Die World Games werden geleitet von der transformativen Vision der Special Olympics Athlet\*innen, einen neuen Standard für inklusives Management zu setzen. Sie werden auch aufzeigen, welche außergewöhnlichen Ergebnisse möglich sind, wenn wir uns dafür entscheiden, Menschen mit geistigen Behinderungen einzubeziehen.“

### **Modellprojekt „MIA – Mehr Inklusion für Alle“ kommt zum offiziellen Abschluss**

Nach drei intensiven und erfolgreichen Jahren findet das von der Aktion Mensch Stiftung geförderte Modellprojekt „MIA – Mehr Inklusion für Alle“ des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) nun seinen offiziellen Abschluss. Zehn Jahre nach der Ratifizierung der UN-Behindertenrechtskonvention in Deutschland sind im Laufe des Projekts wertvolle Erkenntnisse für die weitere Arbeit im Themenfeld „Inklusion im und durch Sport“ gewonnen worden. Dabei haben bundesweit zehn teilnehmende Modellregionen den „Index für Inklusion im und durch Sport“ erstmals unter wissenschaftlicher Begleitung in der Praxis durchlaufen. Dabei blicken die Beteiligten auf eine Vielzahl an unterschiedlichen Maßnahmen im Projektzeitraum vom 1. Februar 2017 bis 31. Januar 2020 zurück. Die Ergebnisse aus den zehn Modellregionen wurden bereits im Rahmen einer Abschlussveranstaltung vorgestellt. Hierzu gibt es eine ausführliche Dokumentation.

### **FDP-Bundestagsfraktion fordert einen Ehrenamts-Check**

Damit sollen künftig alle Gesetzesvorhaben daraufhin überprüft werden, welche Auswirkungen sie auf das Ehrenamt haben. Ziel ist, Auflagen abzubauen und unnötige Bürokratie zu vermeiden. Das Thema soll auf Antrag der FDP in der letzten Januarwoche im Bundestag debattiert werden. „Bei neuen Gesetzen wird vielfach nicht oder nicht ausreichend darauf geachtet, welche enormen Auswirkungen sie auf das Ehrenamt haben“, erklärt Grigorios Aggelidis, familienpolitischer Sprecher der FDP-Bundestagsfraktion. Der niedersächsische

Abgeordnete aus Neustadt am Rübenberge ist zudem Mitglied im Unterausschuss bürger-schaftliches Engagement und selbst seit Jahren ehrenamtlich tätig.

### **„Welchen Sport treiben wir in Zukunft?“**

Noch steht nicht fest, welcher sportliche Trend sich in diesem Jahr durchsetzen wird. Ist es Glide Fit, eine Kombination von Funktions- und Balancetraining, bei der der Sportler auf einem Board auf dem Wasser steht und dort Stabilitätsübungen macht? Oder das Achtsame Laufen, das Lauftraining mit Meditationselementen verbindet? Gute Chancen hat angeblich auch Gin Yoga. Ein Gin Tonic vor dem Training soll während der Yoga-Sequenzen seine muskelent-spannende Eigenschaft entfalten und Muskeln und Gelenke beweglicher machen.

Diese drei Sportarten zählen laut den Veranstaltern der internationalen Sportfachmesse ISPO zu den acht wichtigsten Fitness-Trends des Jahres 2020. Mit dabei ist ein Team vom Lehrstuhl Sportwissenschaft der Universität Würzburg, um mit einigen der Aussteller über den Innova-tionsgehalt ihrer Neuheiten zu diskutieren. Darüber hinaus wird das Würzburger Bewegungs-labor mit seinen Leistungen für die Trendforschung und innovative Produktentwicklung vorge-stellt.

Trendforschung bildet seit einiger Zeit einen Schwerpunkt am Würzburger Lehrstuhl Sport-wissenschaft. „Wir möchten wissen, welche Geräte und Bewegungstrends Trainierende und Gesundheits-, aber auch Freizeitsportler besonders herausfordern und deshalb einschlägige Bildungswirkungen haben können“, erklärt Professor Harald Lange, Inhaber des Lehrstuhls für Sportwissenschaft. Aus diesem Grund hat Lange vor einiger Zeit das Projekt zur Evaluation von Sporttrends und Bewegungsgeräten ins Leben gerufen. Mittlerweile kooperieren die Wissen-schaftler mit zahlreichen Erfindern und innovativen Firmen aus der Sport- und Gerätebranche. Das Würzburger Bewegungslabor bietet Entwicklern und Anwendern von innovativen Sport-geräten, aber auch Wissenschaftlern, Trainern, Therapeuten, Erziehern und Lehrern einen inspirierenden Innovationsraum, in dem sie mit dem Thema „Sich-Bewegen“ experimentieren können. „Wir verstehen die rasanten Veränderungen in unserer Bewegungspraxis vor allem im Gesundheits-, Freizeit- und Trendsport auch als Gradmesser, um gesellschaftliche Trends zu identifizieren“, erklärt Lange. Zusätzlich werfen neue Technologien, neue Anforderungen und neue Bedürfnisse der Bewegungspraxis immer wieder Fragen nach neuen Methoden und Vermittlungskonzepten für die optimale Anwendung auf.

### **Das ist ein Armutszeugnis für den Sport“**

Der Fußball könne nicht unpolitisch sein, sagte Gundolf Walaschewski, Präsident des Fußball- und Leichtathletik-Verbandes Westfalen (FLVW) im Deutschlandfunk am 19.1.20. „Wir sind Teil dieser Gesellschaft, wir handeln und agieren in dieser Gesellschaft mit deutlichen Folgen auch für die Gesellschaft und dann können wir nicht so tun, als wenn uns das nichts angehe.“ „Der Sport ist nicht unpolitisch“, sagte der Sportfunktionär. „Alles, was bei Großereignissen passiert, hat unmittelbar mit der Politik zu tun. Es gibt keine WM, EM oder Olympische Spiele, die nicht sehr deutlich auch eine politische Implikation haben.“

Walaschewski kritisierte auch, dass bei den Landesverbands- und Regionalkonferenzen mit dem DFB, politische Fragen, wie die Lage der Arbeitsmigranten in Katar nie angesprochen werden. Es gehe immer nur um den Sport, um das „großartige Ereignis einer Fußball-Welt-meisterschaft, egal unter welchen Bedingungen“. Walaschewski stellte deswegen auch in Frage, ob die deutsche Fußball-Nationalmannschaft überhaupt zur WM nach Katar fahren sollte, sofern sie sich qualifiziere. „Wenn Bayern München nach Katar fährt und sich um die Verhältnisse im Sport und der Gesellschaft nicht kümmert, dann ist das ein Armutszeugnis für den Sport“ Würde er solche Entscheidungen treffen, würde er öffentlich dazu auffordern, Sportgroßereignisse nicht immer in autokratische Länder und Staaten zu vergeben, die die Meinungsfreiheit auf allen Ebenen unterdrücken.

Bei den Sportfunktionären müsste diesbezüglich eine Bewusstseinsänderung eingefordert werden. Er habe für seine Positionen nur wenige Mitstreiter, sagte er im Df. „Das Gros der Funktionäre ist froh, wenn es mit diesen Fragen nichts zu tun haben muss.“



### **Neue Ausgabe der ehemaligen Zeitschrift „Sportwissenschaft“**

Das vierte und letzte Heft des Jahrgangs 2019 der Zeitschrift „German Journal of Exercise and Sport Research“ (früher „Sportwissenschaft“) ist erschienen. Das neue Heft wird eingeleitet mit zwei so genannten Übersichtsbeiträgen. Im ersten geht es um die Partizipation von Menschen mit Behinderung im organisierten Sport. Im zweiten wird eine systematische Übersicht zur mentalen Stärke im Sport vorgelegt. Danach folgen zwei Kurzbeiträge: zum Gehverhalten und zur sitzenden Lebensweise von Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen sowie zur „Genauigkeit der optischen Herzfrequenz- und Entfernungsmessung eines Fitness-Trackers und die daraus folgende Nutzung im sportlichen Training“.

### **BAP 2.0 - neue Bewegungsimpulse für Sport und Pflege**

„Sie möchten älteren Menschen in ambulanten Pflegediensten oder stationären Alteneinrichtungen mit Ihrem Sport- und Bewegungsangebot ein Lächeln auf die Lippen zaubern? Ihren Verein um diese Zielgruppe erweitern? Dann machen Sie es wie die über 100 Sportvereine, die sich im Rahmen des Projektes „Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste“ auf den Weg gemacht haben und sichern Sie sich im Rahmen von BAP 2.0 eine Projektförderung in Höhe von bis zu 1.000 Euro pro neuem Bewegungsangebot. Neben der reinen finanziellen Förderung warten viele weitere spannende Vorzüge wie kostenfreie und zielgruppenspezifische Qualifizierungen auf unsere BAP 2.0 Projektpartner.“

### **Hochschule Koblenz untersucht "Bäderleben" in Deutschland**

„Bäderleben“ ist ein Forschungsprojekt der Hochschule Koblenz. Es soll eine gesicherte Datenbasis zur Bäderinfrastruktur in Deutschland schaffen. Neben der Datenerhebung will das Projekt des Rheinahrncampus Remagen eine Strategie zur Datenaktualisierung testen, die auf der Mitwirkung der verschiedenen Akteurinnen und Akteure basiert. Das Projekt leitet Prof. Dr. Lutz Thieme: „Bäder sind zentrale Orte unseres Zusammenlebens. Daher werden wir demnächst die Nutzerinnen und Nutzer der Bäder um ihre Mithilfe bei der Datenaktualisierung bitten“. Weitere Informationen zu den Zielen und Inhalten des Forschungsprojektes sind im Internet unter [www.baederleben.de](http://www.baederleben.de) abrufbar. Dort findet sich auch ein kurzer Animationsfilm, der erklärt, wie die verschiedenen Interessengruppen vom Schwimmverein bis zum Stadtrat von dem Projekt „Bäderleben“ profitieren.

### **Sportwissenschaftler „Sportvereine passen nicht mehr in den Zeitgeist“**

Sportvereine müssten sich modernisieren, um gegen die Fitnessclubs zu bestehen. Das sagte der Göttinger Sportwissenschaftler Arne Göring im Sender WDR 5 (im Jan.). Sportvereine passten nicht in den Zeitgeist, trotzdem sollten wir für die Erhaltung kämpfen. Sie leisteten gerade in ländlichen Regionen viel für die gesellschaftliche Entwicklung und das soziale Miteinander. Deshalb seien sie nicht wegzudenken. Die Vereine könnten derzeit aber nicht von einer neuen Sportbegeisterung innerhalb der Gesellschaft profitieren, so Göring. Bürgerinnen und Bürger wollten Sportangebote flexibel und unverbindlich wahrnehmen. Eine Einbindung in feste Strukturen von Raum und Zeit stehe dem entgegen. Um weiterhin bestehen zu können, müssten sich Sportvereine mit diesen Veränderungen auseinandersetzen. Dorfvereine könnten zum Beispiel fusionieren, um Probleme gemeinsam zu lösen. Man müsse Sport neu denken und nicht nur in wettkampfbezogenen Angeboten, empfiehlt er.

### **Warum das High Five Erfolg verspricht**

Der Tagesspiegel berichtet in einem interessanten Artikel vom 7.1.2020, warum das Abklatschen für die Athleten so wichtig ist. Er bezieht sich dabei auf wissenschaftliche Studien der Universität Berkeley. Psychologen belegen nämlich, dass Mannschaften, die öfter High Fives austauschen, sind auch erfolgreicher. High five ist eine Geste, bei der zwei Personen jeweils eine Hand heben, um sie in die erhobene Hand des Gegenübers zu schlagen. Eigentlich tun es fast alle Athleten: Eiskunstläufer genauso wie Turner, und Curler genauso wie Tennis-spieler (vor allem im Doppel). Ebenso reichhaltig sind die Formen des High Five: Es gibt das Low Five, den Faust-Klatscher, das Einander-an-die-Brust-Hüpfen, den Po-Klatscher, das High Ten, das Low Ten, den Patscher mit Eishockey-Handschuhen und natürlich zahllose Abwandlungen von all dem. Es ist die natürlichste Form des Jubels. Doch für die Sportler geht die Bedeutung des High Five weit über die kurzfristige

Freude hinaus. Die Geste ist also nicht nur ein spontanes Ritual, sondern auch fest in den Ablauf der Sportinszenierung integriert. Die Psychologen erklären es so: „Wir Menschen kommunizieren über Berührungen und fühlen uns sicher durch Berührungen. Für ein Leben ohne Berührungen sind wir nicht gemacht, darum sind sie auch so wichtig für Sportler.“ Natürlich haben viele Berührungen zwar keine direkte Ursache für einen Sieg, aber sie zeigen, wie gut es um das soziale Gefüge in einer Mannschaft bestellt ist.

### **Beiträge Sport-quergedacht**

„Zur Verantwortung des Sports und der Berichterstattung in der massenmedialen Kommunikation“ von Helmut Digel (03.12.2019)

Im Gastbeitrag beschäftigt sich Prof. em. Dr. Albrecht Hummel „Deutschland lernt (wieder) Schwimmen“ (Dez.2019).

Das Berufsbild „Trainer“ von Helmut Digel (Nov. 2019).

„Streitkultur im Sport“ von Ewald Walker (Nov.. 2019).

„Populismus im Anti-Doping-Kampf“ von Helmut Digel (Okt. 2019)

„Ehrenamtliche Führungsarbeit, die unverzichtbar ist“ von Helmut Digel (Okt. 2019)

„Sport und Sexualität“ von Helmut Digel (Okt. 2019)

„Ist das Memorandum Schulsport“ Herbst 2019 – Ein Dokument ohne Wert?“ , fragt Helmut Digel zu recht in seiner Streitschrift (30.12.2019).

Er resümiert:“ Gewiss ist es schwierig angesichts der Kulturhoheit der Bundesländer und angesichts der Unabhängigkeit der einzelnen Bundesländer in Bezug auf die Entwicklung des Schulsports ein bundesweites Memorandum Schulsport zu verabschieden, mit dem man eine Betroffenheit aller Verantwortlichen des deutschen Schulsports erreichen kann. Will man dies, so muss man zu allererst die Kultusminister aller Bundesländer und die kommunalen Spitzenverbände mit ins Boot holen und sie auch mit festen Terminvorgaben verpflichten. Man muss aber auch konkrete Fakten und Ross und Reiter benennen. Damit schafft man sich gewiss auch Feinde. Doch nur auf diese Weise kann dem Schulsport auch wirklich geholfen werden. In welchen Bundesländern finden 3 Stunden Sportunterricht pro Woche wirklich statt? An wieviel Grundschulen im jeweiligen Bundesland arbeiten ausgebildete Sportlehrerinnen und Sportlehrer? Wie viel Mittel für die Beschaffung von Sportgeräten stehen den Schulen in den einzelnen Bundesländern tatsächlich zur Verfügung? Wie viel Schulsporthallen sind marode und deshalb renovierungsbedürftig? Wo soll in den einzelnen Bundesländern zukünftiger Schwimmunterricht stattfinden? Nur wenn man die Antworten auf diese Fragen kennt, lassen sich operationalisierbare Ziele benennen, Zeitpunkte für die Überprüfung der angestrebten Ziele festlegen und die notwendigen Konsequenzen diskutieren, wenn die Ziele nicht erreicht werden. Ein pseudowissenschaftliches Geplänkel mit einem fragwürdigen Sprachgebrauch führt uns gewiss nicht weiter. Die zukünftigen Schülergenerationen haben angesichts der bestens begründeten pädagogischen Bedeutung des Schulsports eine bessere schulische Realität des Sports in den öffentlichen Schulen verdient.“

### **WHO Studie: Mehr als 80% der Jugendlichen bewegen sich zu wenig**

Laut der jüngst veröffentlichten WHO Studie bewegen sich 80% der Jugendlichen weniger als eine Stunde pro Tag und verfehlen damit die entsprechende Empfehlung der WHO. Der Bewegungsmangel hat direkte negative Auswirkungen auf den Gesundheitszustand der Jugendlichen. Die in der Zeitschrift „The Lancet Child & Adolescent Health“ veröffentlichte Studie basiert auf Datenerhebungen von 1,6 Millionen Schüler\*innen im Alter von 11 bis 17 Jahren in den Jahren 2001 bis 2016. Die Forscher sehen die digitale Revolution als einen der Hauptgründe für die geringe körperliche Aktivität junger Menschen. Diese Revolution habe die Verhaltensweisen von Jugendlichen so verändert, dass diese jetzt mehr saßen und weniger aktiv seien. Die Studie weist deshalb auf den dringenden Handlungsbedarf hin, die körperliche Aktivität von Jungen und Mädchen zu erhöhen. Die Autor\*innen empfehlen: • Die schnelle Erhöhung und Förderung wirksamer Programme und Projekte • Den Ausbau multi-sektoraler und vernetzter Maßnahmen in Bildung, Stadtplanung und Verkehrssicherheit.

### **EU-Sportministerrat verabschiedet zwei Schlussfolgerungen**

Im November 2019 nahm der EU-Rat Bildung, Jugend, Kultur und Sport (EYCS) zwei Schlussfolgerungen zum Thema Sport an: · „Bekämpfung von Korruption im Sport“ · „Schutz von Kindern im Sport“

### **Broschüre über Kirche und Sport**

Unter dem Titel „Zwischen Himmel und Erde bewegen“ haben die Beauftragten für „Kirche und Sport“ der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau und der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck jetzt eine 36-seitige Broschüre mit „Gelungenen Beispielen von Kirche und Sport“ (so der Untertitel) herausgegeben. Das sehr übersichtlich in Wort und Bild aufgemachte Heft enthält insgesamt 16 Praxisideen, die jeweils auf nur zwei Seiten prägnant vorgestellt werden. Am Ende rundet ein Essay über „Sport als Raum der Eigenleistung“ die Publikation ab.

### **Goldener Plan „Barrierefreie Sportstätten“**

Der Deutsche Behindertensportverband fordert einen goldenen Plan „Barrierefreie Sportstätten“ zum strukturierten Abbau des Mangels an barrierefreien Sportstätten. „Unüberwindbare Hürden sind in der Praxis viel zu häufig noch Sportstätten, die nicht barrierefrei sind und somit das wohnortnahe Sporttreiben für Menschen mit Behinderung einschränken. Diese Barrieren müssen abgebaut werden: Im öffentlichen Raum, in Sportstätten – und auch in den Köpfen“, betont DBS-Präsident Friedhelm Julius Beucher am Tag der Menschen mit Behinderung (3.12.). In einem neuen Positionspapier zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention im und durch Sport hat der DBS Forderungen aufgestellt, die in der Praxis dazu beitragen sollen, dass alle Menschen gleichermaßen nach ihren individuellen Wünschen und Voraussetzungen selbstbestimmt und gleichberechtigt an Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten teilhaben können.

### **Medienpaket zum Thema körperliche Aktivität von Kindern und Eltern**

Unter dem Motto „Zeit für Bewegung“ gibt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) ein Medienpaket zum Thema körperliche Aktivität von Kindern und Eltern heraus.

### **Kölner Abend der Sportwissenschaft:**

Die Deutsche Sporthochschule Köln und die Gesellschaft der Freunde und Förderer luden am 4. Dezember 2019 zum nächsten Kölner Abend der Sportwissenschaft mit folgendem Thema ein: Wie viel Sport steckt im „eSport“?

### **Projektvorschläge für Erasmus+Sport einreichen**

Die Europäische Kommission ruft dazu auf, Erasmus+ Projektvorschläge im Sport einzureichen. Einsendeschluss ist der 2. April 2020.

Erasmus+ ist das Programm der Europäischen Kommission für allgemeine und berufliche Bildung, Jugend und Sport. Für den Sportteil des Programms im Jahr 2020 sind insgesamt 57,6 Millionen Euro vorgesehen – die höchste Fördersumme seit Bestehen des Programms. Beratung: Tel: +32 2 738 03 20 oder unter [bold@euoffice.eurolympic.org](mailto:bold@euoffice.eurolympic.org).

### **50 Jahre Kinder- und Jugendsportkultur im Überblick**

„Kinder- und Jugendsportkultur (1968-2018)“ lautet der Titel des Buches von Prof. Werner Schmidt, das jetzt als Band 8 der Reihe „Kinder – Jugend – Sport – Sozialforschung“ erschienen ist, die ebenfalls von ihm herausgegeben wird. Die einzelnen Kapitel lauten der Reihe nach so: Gesellschaftliche Veränderungen (1), Vom spielenden zum sportiven Kind (2), Lern- und Bildungsprozesse im Sport (3), Zum Motorik-, Gesundheits- und Aktivitäts-status von Heranwachsenden (4), Internationale Entwicklungen: Der Blick über den Zaun (5), Neue Herausforderungen: Inklusion, Integration, sexualisierte Gewalt (6) und schließlich Zusammenfassung: Ergebnisse und Handlungsempfehlungen (7).

### **Ab wann Sport der Gesundheit nicht mehr nutzt**

Dass Sport gesund hält, haben zahlreiche Studien belegt. Das Problem: "Der Begriff Sport wird oft falsch verstanden", sagt der Würzburger Kardiologe und Vizepräsident des Bayerischen Sportärzteverbandes (BSÄV), Dr. Christian Rost. Statt um die Gesundheit gehe es immer mehr um

Leistung, Druck und Wettkampf. Auch im Breitensport. Was aber können Sport und Sportmedizin wirklich? Rost stellt u.a. fest das regelmäßige, körperliche Training für Muskeln, Gelenke oder Organe positiv ist, es wirkt lebensverlängernd. Allerdings gibt es Erkrankungen, bei denen man mit Sport oder Bewegung vorsichtig sein oder darauf verzichten muss – etwa bei einer Herzmuskelentzündung oder bei Fieber. Insofern gilt: Sport ist gesund, aber es gibt ein "Aber" für Patienten. Und Extremsport wie beispielsweise Ultraläufe oder Maximalbelastungen in großer Hitze können gefährlich sein. Nach Rost gibt es eine Dosis, ab der Sport keinen gesundheitlichen Zusatznutzen bringt. z.B., wenn man jeden Tag eine Stunde intensiv trainiert, kann das noch positiv sein. Über diese Stunde hinaus, sieht man keinen gesundheitlichen Nutzen mehr. Um gesund und fit zu sein, um Gewicht zu reduzieren oder Bluthochdruck vorzubeugen, braucht die Allgemeinbevölkerung körperliche Bewegung – keinen Leistungssport. Wir müssen vor allem darauf achten, mehr Sport und Bewegung in den Alltag zu integrieren. Ohne Leistungsdruck.

### **Bringt der Spitzensport eindimensionale Persönlichkeiten hervor?**

In der Neuen Zürcher Zeitung vom 20. Nov. spricht Sebastian Bräuer mit dem Psychologen Daniel Birrer über das Thema. Birrer stellt fest, dass Sportler besonders gefährdet sind, psychisch zu erkranken, weil der Spitzensport eindimensionale Persönlichkeiten hervor bringt. „Sie fokussieren sich stark auf den Sport, um ihren Selbstwert zu festigen. Um ihr Pensum zu bewältigen, trainieren sie, Müdigkeit zu missachten“. Nach Birrer lässt sich das verhindern, wenn man ihnen einen Ausgleich bietet, was ihnen Spaß macht, welche Werte ihnen im Leben wichtig sind und was ihnen guttut. Ob es Hobbys gibt, die sie zwischenzeitlich aufgegeben haben. Oder einfach, wie sie ihren Selbstwert außerhalb des Sports festigen können. Birrer hält trotzdem Sport auch auf höchstem Niveau für eine wunderbare Sache. „Allerdings befinden sich die Sportlerinnen und Sportler manchmal in einer Negativspirale. Sie fingen einst an, weil es ihnen Spaß machte. Dann merkten sie, dass sie gut sind, machten immer mehr, und der Spaß ging verloren. Es ist wichtig, solche Negativspiralen zu durchbrechen. Die Sportler sollten wieder lernen, die Gegenwart bewusst zu erleben und den Moment zu genießen. Das ist auch im Spitzensport möglich“.

### **Neue EU-Studie zum Schutz von Kindern im Sport**

Die lang erwartete Mapping-Studie über den Schutz von Kindern im Sport wurde nun von der Europäischen Kommission veröffentlicht. Erste Ergebnisse wurden auf Konferenz „Safeguarding Children in Sport“ der finnischen Ratspräsidentschaft im Rahmen der Europäischen Woche des Sports 2019 präsentiert. Die Studie wurde von der Sport Unit der Europäischen Kommission in Auftrag gegeben und von Ecorys in Zusammenarbeit mit der Thomas-More-Universität erstellt. Sie bietet einen gesamt-europäischen Überblick über empirische Erkenntnisse zur Gewalt gegen Kinder im Sport und analysiert, wie das Schutzniveau auf nationaler und internationaler Ebene durch Rechtsinstrumente und politische Initiativen erhöht werden soll.

### **Immer mehr Kinder leiden an Kopfschmerzen**

Seit Jahren klagen immer mehr junge Menschen über Beschwerden, suchen aber nur selten Ärzte auf. Das kann fatale Folgen haben. Nach Schätzungen der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft hat etwa jedes zehnte Kind Migräne. „Mehr als zwei Drittel aller Schulkinder haben regelmäßig Kopfschmerzen“, berichtet die Dresdner Neurologin Gudrun Goßrau. Der Anteil der Kinder und Jugendlichen mit Kopfschmerzen nehme seit Jahren zu. Auch eine im Juni veröffentlichte Studie des Deutschen Kinderschmerzentrums an der Vestischen Kinder- und Jugendklinik Datteln (Nordrhein-Westfalen) zeigte, dass chronische Kopfschmerzen bei Schülern weit verbreitet sind. Mehr als jeder vierte Schüler (27 Prozent) berichtete, mindestens einmal im Monat Kopfschmerzen zu haben. Mädchen waren mit 35 Prozent viel häufiger betroffen als Jungen (18 Prozent).

### **Bundesländer finanzieren wissenschaftliche Nachwuchsleistungssport-Projekte**

Die Bundesländer werden ab 2020 gemeinsam wissenschaftliche Projekte im Nachwuchsleistungssport am Institut für Angewandte Trainingswissenschaft (IAT) unterstützen. Damit wird ein weiterer Meilenstein der 2018 gemeinsam mit dem Bund geschlossenen Bund-Länder-Vereinbarung zur Neustrukturierung des olympischen und paralympischen Leistungssports und der Spitzensportförderung erreicht.

### **Sport macht auch die Stammzellen mobil**

Seit einigen Jahren belegen wissenschaftliche Studien: Von einem angepassten, sanften Training könnten möglicherweise viele Leukämiepatienten profitieren. „Ruhe ist für Leukämiepatienten nach unserem heutigen Kenntnisstand immer noch gut und sehr wichtig“, so Prof. Bloch von der Deutschen Sporthochschule Köln in der Zeitschrift „Gesundheit adhoc“ im Febr. „Aber inzwischen wissen wir eben auch, dass eine gewisse körperliche Belastung notwendig ist, damit im Körper wichtige Umwandlungs- und Umbauvorgänge in Gang gesetzt werden.“ Der Sportmediziner und sein Team erforschen derzeit, auf welche Weise Sport sogar kurz vor und nach einer Stammzelltransplantation hilfreich sein kann. Welches und wie viel Training für Krebspatienten am besten ist, wollen Bloch und sein Team in den nächsten Jahren weiter erforschen. „Sport ist ein Stimulus, der wie ein Polymedikament wirkt“, sagt der Wissenschaftler. Um die verschiedenen Einzelwirkungen gezielt nutzen zu können, müsse man die Dosis-Wirkungs-Beziehungen allerdings sehr genau kennen. „Unser Ziel ist es, das Potenzial der Sporttherapie in der Prähabilitation, in der unterstützenden Therapie und in der Rehabilitation voll auszuschöpfen.“

### **Was bringt die gesunde Lebensweise konkret?**

Gesunder Lebensstil im mittleren Alter bringt später bis zu zehn krankheitsfreie Jahre mehr, so eine Studie der Harvard University. Wer im mittleren Alter halbwegs gesund lebt, zögert typische Alterserkrankungen um Jahre hinaus, wie nun eine großangelegte Studie belegt. Demnach erkaufen sich Männer um die 50 damit später im Schnitt 7,6 Jahre längere Freiheit von Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Krebs, bei Frauen sind es sogar zehn Jahre. Dafür reicht es schon aus, nicht zu rauchen, regelmäßig Sport zu machen, sich gesund zu ernähren und Übergewicht zu vermeiden. Sport und gesunde Ernährung sind entscheidend dafür, wie lange wir leben und vor allem, wie gesund wir im Alter sind – so viel ist altbekannt. So wirkt Bewegung nicht nur Übergewicht und Herz-Kreislauf-Problemen entgegen, sie schützt auch das Gehirn. Mehrere Studien haben zudem gezeigt, dass vor allem im mittleren Alter die Weichen gestellt werden: Selbst wer erst mit 40 bis 60 Jahren zu einer gesünderen Lebensweise wechselt, kann sein Leben noch signifikant verlängern.

### **Modellfortbildung bei „Bewegung gegen Krebs“**

Der Deutsche Behindertensportverband (DBS) hat eine Modellfortbildung für Übungsleiter\*innen im Projekt „Bewegung gegen Krebs“ angeboten. Während früher die Meinung bestand, dass für Krebspatient\*innen körperliche Ruhe für die Genesung besonders wichtig wäre, sind heute die positiven Auswirkungen von körperlicher Aktivität in der Prävention, Therapie und Nachsorge von Krebserkrankungen nachgewiesen.

