

# SCHÄTZE SPIELE = PRAISE\*GAMES

Eine zukunftsweisende Denk-Sport-Bewegung = A New Brain-Sport-Movement

**MOTTO: Allein starten, gemeinsam ankommen ...**

**... alle werden besser und Sieger gibt es auch!**

**Trümpfe:**

**Fairness & Teamgeist & Gesundheit & Freude & Freundschaft & Leistung durch Leichtigkeit**

## Vorwort

Wie Arm und Reich streben Leistungs- & Breitensport aufgrund unfairer Regeln auseinander. Im Leistungssport gelten Konkurrenz-Kampf fördernde Regeln. Es gilt „höher-schneller-weiter“ und „the winner takes it all.“ Im Breitensport geht es vorrangig um Bewegungsfreude und Gemeinschaft. Durch **Schätze-Regeln\*\*** werden gemeinsame Wettbewerbe mit Leistungs-, Breiten-, Behinderten- und Neu-Sportlern möglich. Neben Freude und Spannung gibt es auch „**Nebenwirkungen**“:

- a. **Deutlich weniger Verletzungen durch trainierte Selbsteinschätzung.**
- b. **Durch Einzel- und Teamwertungen werden Erfolge fair geteilt.**
- c. **Deutlich weniger Verwaltungsaufwand von Wettbewerben.**
- d. **Deutliche Leistungssteigerungen bei allen, ohne Druck.**

## Auszeichnungen Stand 2021

- LSV Schleswig-Holstein: Umwelt- & Breitensportpreis

- Gesundheitstag S-H:

Best-Practice-Project Gewaltprävention & Gesundheitsbildung in einer Grundschule

## Gründe, die Menschen von traditionellen Wettbewerben fernhalten:

- a. Es zählt die Norm, also die Fremdeinschätzung.
- b. Bei Wettläufen wird der Abstand zwischen Schnellen und Langsamen stetig größer. Dies langweilt Schnelle und frustriert Langsame.
- c. Angst, Letzter zu werden, „nur“ hinterher zu laufen, sich zu blamieren.
- d. Demotivierender Schulsport- bzw. Bundesjugendspiel-Regeln.
- e. Wartezeiten zwischen Wettbewerben & Siegerehrungen.
- f. Keine Chancen, um z. B. durch Glück zu gewinnen.

## Wie entmachten Schätze-Regeln diese (Ab)Gründe?

1. Es zählt nicht die Norm (Fremdeinschätzung) sondern die Selbsteinschätzung.
2. Kleiner werdende Abstände zwischen langsamen und schnellen Läufern motiviert alle. Schnelle wollen Langsame einholen und Langsame wollen nicht eingeholt werden.
3. Letzter werden im traditionellen Sinne ist nicht mehr möglich.
4. „Handycaps“ für Geübte bzw. „Advantages“ für Ungeübte erzeugen zusätzliche Spannung.
5. Auch für Mannschaftssportarten gibt es neue, faire Regeln. Beispiel: Neben gelbe/rote Karten für Foulspieler gibt es „blaue Karten“ für gefoulte Spieler. Wird ein solcher noch einmal gefoult, bekommt sein Team einen „Schmerz-Stoß“ (Schmerzensgeld), beim Fußball z. B. einen 16-Meter, beim Handball 8-Meter usw.

## Vorteile und Folgen:

- A. Einfache, faire Regeln.
- B. Ungeübte können durch Glück gewinnen.
- C. Kleine Flächen für geistige und technische Wettbewerbe.
- D. Wenig Zeitaufwand, da z. B. viele Athleten gleichzeitig agieren.
- E. Menschen kommen sich - im wahrsten Sinne des Wortes - laufend näher.
- F. Erfahrungen: ALLE, die sich bisher nach diesen Regeln bewegten, wurden besser.
- G. Durch gute Selbsteinschätzung kaum noch Verletzungen. Beste Prävention!
- H. Die Schätze-Regeln sind auf geistige Wettbewerbe (z. B. Mathe, Sprache, ...) übertragbar.
- I. Durch richtige Selbsteinschätzung wachsen Selbstbewusstsein + Selbstsicherheit.
- J. In Gruppen wächst Harmonie, Teamgeist und „Leistung ohne Druck“ ... einfach spielerisch.
- K. **Super geeignet für Betriebs-/Schulwettbewerbe, als Rahmenprogramm für Messen, Konzerte, Kongresse, Events, Parties ...**

\* Loben, wertschätzen, würdigen

\*\* Geistige und körperliche Leistungen kommen mit Menschlichkeit in Harmonie.

NICHT Normen, sondern persönliche Einschätzungen += ZIELE sind maßgebend.

© 2001 (Urfassung) Schätze-Regeln/Konzept: Beratung und Organisation:

Holger Thiesen, Architekt, Lebenslotse, Erfinder, Harmonie- & Fairnesstrainer

**24768 Lotsenstation 2** 0151-26188988 [holger@lotsenstation.de](mailto:holger@lotsenstation.de) [www.lotsenstation.de](http://www.lotsenstation.de)