

SCHÄTZE SPORT = PRIZE*SPORT

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

MOTTO: Alleine starten, gemeinsam ankommen...

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

Trümpfe:

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

Vorwort

Leistungs- & Breitensport streben (wie Arm & Reich) aufgrund traditioneller Regeln auseinander. Im Leistungssport gilt wie im Kapitalismus Konkurrenzkampf. Es gilt „Höher-schneller-weiter“ und „the winner takes it all.“

Im Breitensport ist spielerische Kooperation, Schaffens- und Bewegungsfreude Trumpf. Erfolge werden geteilt.

Durch **Schätze-Regeln**** werden gemeinsame Wettbewerbe mit Leistungs-, Breiten-, Behinderten- und Neu-Sportlern möglich. Neben Freude und Spannung gibt es allerdings auch „Nebenwirkungen“:

- Deutliche Leistungssteigerungen ohne Druck.
- Deutlich weniger Verletzungen durch trainierte Selbsteinschätzung.
- Deutlich weniger Verwaltungsaufwand von Wettbewerben.

Auszeichnungen Stand 2019

- LSV Schleswig-Holstein: Umwelt- & Breitensportpreis

- Gesundheitstag S-H:

Best-Practice-Project Gewaltprävention & Gesundheitsbildung in einer Grundschule

Gründe, die Menschen von traditionellen Wettbewerben fern halten:

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

Wie entmachten Schätze-Regeln diese (Ab)Gründe?

- Es zählt nicht die Norm (Fremdeinschätzung) sondern die Selbsteinschätzung.
- Kleiner werdende Abstände zwischen langsamen und schnellen Läufern motiviert alle. Schnelle wollen Langsame einholen und Langsame wollen nicht eingeholt werden.
- Letzter werden im traditionellen Sinne ist nicht mehr möglich.
- „Handycaps“ für Geübte bzw. „Advantages“ für Ungeübte erzeugen zusätzliche Spannung.
- Teamsport-Beispiel: Neben gelbe/rote Karten für Foul gibt es „Blauen Karten“ für gefoulte Spieler. Wird dieser Spieler ein weiteres Mal gefoult, bekommt sein Team einen „Schmerzstoß“ (Schmerzensgeld), beim Fußball z. B. einen 16-Meter, beim Handball 8-Meter usw.

Vorteile und Folgen:

- Einfache, faire Regeln.
- Auch ein Ungeübter kann durch Glück gewinnen.
- Kleine Flächen für geistige und technische Wettbewerbe.
- Wenig Zeitaufwand, da z. B. viele Athleten gleichzeitig agieren.
- Menschen kommen sich - im wahrsten Sinne des Wortes - laufend näher.
- Erfahrungen: ALLE, die sich bisher nach diesen Regeln bewegten, wurden besser.
- Verletzungen: Sehr selten. Gute Selbsteinschätzung ist die beste Prävention!
- Die Schätze-Regeln sind auf geistige Wettbewerbe (z. B. Klassenarbeiten) übertragbar.
- Durch richtige Selbsteinschätzung wachsen Selbstbewusstsein + Selbstsicherheit.
- In Gruppen wächst Harmonie, Teamgeist und „Leistung ohne Druck“ ... einfach spielerisch.
- Super geeignet für Betriebs-/Schulwettbewerbe, als Rahmenprogramm für Messen, Konzerte, Kongresse, Events, Partys ...**

* Wertschätzung, Würdigung

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

NICHT Normen sondern persönliche ZIELE sind maßgebend.

„Menschen sind zielstrebige Wesen, doch streben viele zu viel und zielen zu wenig!“

© 2001 Schätze-Regeln/Konzept: Beratung und Organisation:

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

24768 Lotsenstation 2 0151-26188988 holger@lotsenstation.de www.lotsenstation.de