

Was man unter Sport verstehen kann

1

In Deutschland betätigen sich ca. 40 Millionen Menschen sportlich, davon sind im DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) im Jahr 2016 fast 27,3 Millionen Menschen in Vereinen organisiert. In 15 von 16 Landesverfassungen der Bundesrepublik Deutschland ist der **Sport als Staatsziel** normiert. Dies zeigt die wichtige gesellschaftliche Bedeutung des Sports auf.

Staatsziel Sport

Der DOSB möchte erreichen, dass das Staatsziel Sport in das Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland mit folgender Formulierung aufgenommen wird:

„Der Staat schützt und fördert die Kultur und den Sport.“

Gründe:

1. Sport ist die **größte Bürgerbewegung Deutschlands**.
2. Sport hilft bei der **Integration**.
3. Sport kann **Werte vermitteln**.
4. Sport sorgt für **Chancengleichheit** bei Männern und Frauen.
5. Erfolgreiche Sportler repräsentieren Deutschland und tragen so zur **Identifikation** der Bürger mit ihrem Land bei.
6. Der organisierte Sport ist ein **wichtiger Wirtschaftsfaktor** geworden.
7. Sport **übernimmt öffentliche Aufgaben**, z.B. in der Gewaltprävention.
8. Sport hat eine **wichtige Bedeutung für die Gesundheit**.

(vgl. Positionspapier des DOSB, 2006)

Fußball-Weltmeisterschaften oder Olympische Spiele sind große mediale Ereignisse, die jeweils von Hunderten von Millionen Zuschauern auf der ganzen Welt verfolgt werden. Im Sommer 2016 liefen z. B. in England auf 8 verschiedenen BBC-Kanälen parallel Übertragungen der Olympischen Spiele in Rio. Mehrere TV-Kanäle zeigen in Deutschland Sport rund um die Uhr an 7 Tagen in der Woche, und die großen Fußballklubs in Europa verfügen sogar über eigene TV-Kanäle, allerdings häufig im pay-TV-Modus. Der deutsche Fußballstar und Weltmeister Mesut Özil bringt es 2016 auf insgesamt 30,3 Millionen Facebook-Follower. Er soll sich den Medien nach um einen neuen Vertrag bei seinem Klub Arsenal London bemühen, der ihm 300000 Euro pro Monat an Gehalt bringen soll. Fast wöchentlich wird in den Medien über Dopingskandale berichtet. Der Sport ist heute ein globales Kulturphänomen mit gleichzeitig wichtiger politischer und wirtschaftlicher Bedeutung.

1.1 Sport ist nicht gleich Sport

Sport findet auf verschiedene Art und Weise und in verschiedenen Organisationsformen statt. Er wird betrieben in örtlichen Vereinen, in Parks auf Slacklines oder bei Lauftreffs, als Schnupperkurs

beim Tauchen im Urlaub, im Schnee auf den Pisten, im Bob im Eiskanal, als Yoga oder Tai-Chi, mit Pistolen oder Pfeil und Bogen, an Volkshochschulen, ohne Trainer, mit Trainer, in Fitnessstudios, am Schachbrett, in Kampfsportarten, auf dem Wasser, als Koronarsport, als Wellnessangebot in Touristenhotels, als Alterssport, auf dem Rücken von Pferden, in der Formel 1, beim Dartspiel, Betriebs- oder Gesundheitssport, im Strafvollzug, als Schulsport, bei der Polizei und Feuerwehr oder mit Geflüchteten – das Wachstum und die Verschiedenartigkeit des Sports in dieser Richtung scheinen fast unbegrenzt zu sein.

Einige dieser Erscheinungsformen des Sports haben sich erst in den letzten 20–30 Jahren entwickelt. So gewann z. B. der **Gesundheitssport** erst in den 80er- und v. a. 90er-Jahren des letzten Jahrhunderts immer mehr an Bedeutung. Das Spektrum an **Motiven und Sinnmustern** für die Menschen Sport zu treiben, ist sehr groß. Mit den Sinnmustern wird deutlich gemacht, welchen Sinn der Einzelne in seinem Sport sieht und wozu das Sporttreiben für den Einzelnen in einer Gesellschaft gut ist. Motive können u. a. sein:

- das Leistungsmotiv,
- das Gesundheitsmotiv,
- die Geselligkeit,
- die Fitness,
- das Naturerlebnis,
- die Abenteuerlust oder
- die Individualität.

Da sich die Sinnzuschreibung für ihre sportlichen Betätigungen von Mensch zu Mensch stark unterscheidet, ist selbst bei homogenen Gruppen wie Leistungssportlern, Gesundheits- oder Fitnesssportlern und Bundesligafußballern dieser subjektive Sinn nicht gleich. Es gibt eben auch Sportarten, an denen sich die Geister scheiden. Was für den einen *der Sport* schlechthin ist, kann und darf ein anderer als *Nicht-Sport* bezeichnen.

Der Sport hat sich in der Geschichte schon immer weiterentwickelt, indem er auf den gesellschaftlichen Wandel reagiert und sich darauf eingestellt hat. Somit unterliegen Sportdefinitionen ebenso wie die Gesellschaft ständigen Veränderungen.

1.2 Wie kann man Sport definieren?

Die folgenden zwei Definitionen sollen dies veranschaulichen:

Definition 1: „Sport als Leibesübung ist im Lebensbereich zweckfreien Tuns ein von Wertgefühl und Festlichkeit erfülltes, natur- und kampffrohes, verfeinert und typisiert geregeltes Vervollkommnungstreben. Der Gegner im Sport ist Freund als Träger der vergleichbaren Wettbewerbsleistung.“

Definition 2: „Sport ist ein kulturelles Tätigkeitsfeld, in dem Menschen sich freiwillig in eine Beziehung zu anderen Menschen begeben mit der bewussten Absicht, ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten insbesondere im Gebiet der Bewegungskunst zu entwickeln und sich mit diesen anderen Menschen auf Grundlage der gesellschaftlich akzeptierten ethischen Werte nach selbstgesetzten oder übernommenen Regeln zu vergleichen.“ (Quelle: www.claustiedemann.de [Zugriff 04.07.2019])

Die erste Definition von *Carl Diem*, einem der Begründer der Sporttheorie, stammt aus dem Jahr 1949. Die zweite Theorie von 2016 hat *Claus Tiedemann* formuliert, ein Sportprofessor aus Hamburg. Zwischen beiden Definitionen liegen über 60 Jahre.

Dazu schreibt das Sportwissenschaftliche Lexikon: „Aufgrund des großen Bedeutungsgehalts in der Umgangssprache ist eine präzise Abgrenzung des Begriffs nicht möglich. (...) Das Begriffsverständnis

nis unterliegt deshalb historischen Wandlungen und ist nicht für alle Zeiten festlegbar.“ (Röthig, 1992, S. 338)

Diese beiden Definitionen zeigen auch, dass es eine einheitliche Definition nicht geben kann, da es *den Sport* auch nicht gibt.

1.3 Welche Sportbereiche kann man unterscheiden?

Die meisten Sportarten / Disziplinen kann man in Anlehnung an *Hottenrott / Neumann 2016* folgenden Sportbereichen zuordnen:

1. Leistungssport

Beim Leistungssport handelt es sich um eine in vielerlei Hinsicht intensive und professionelle Sportausübung mit dem persönlichen Ziel, optimale bzw. maximale Wettkampfleistungen zu erzielen. Weitere Kennzeichen:

- sehr hoher Trainingsaufwand (15–40 Std. / Woche)
- Saisonperiodisierung / Zyklierung
- sehr hoher persönlicher Einsatz / Motivation
- sehr hohe Trainingsintensität
- sehr hohe Leistungsbereitschaft
- sehr hohe Sportartspezialisierung
- **Sport dominiert fast alle Bereiche des täglichen Lebens**
- Beachtung einer gesunden Lebensführung (z. B. Verzicht auf Alkohol, Zigaretten, Drogen, ...)
- starke Beachtung von sportgerechter Ernährung
- Betreuung durch lizenzierte Trainern, Physiotherapeuten, Sportpsychologen etc.
- u. U. Landeskader- oder Bundeskadermitglied der Sportart
- ausgearbeitete schriftliche Trainingspläne
- u. U. sehr hohe finanzielle Vergütung

2. Breiten- und Freizeitsport

Den Breiten- und Freizeitsport kennzeichnet ein wettkampfungebundener Sport. Es existiert allerdings in populären Sportarten wie Fußball, Handball oder Tischtennis auch ein für diese Sportarten sehr bedeutsamer Wettkampfbereich. Die Teilnahme am Wettkampf und der Leistungsvergleich spielen für die Sportler eine wichtige Rolle, sind z.T. sogar ihre Hauptmotive. Weitere Kennzeichen:

- begrenzter Trainingsaufwand (Trainingshäufigkeit)
- u. U. kein Trainer vorhanden
- häufig noch Trainer ohne Lizenz
- kein Betreuersteam vorhanden
- keine oder kaum Trainingspläne vorhanden
- z. T. unregelmäßige Trainingsteilnahme / Wettkampfteilnahme
- gesunde Lebensführung häufig nur zweitrangig
- **tägliches Leben wird nicht oder selten durch den Sport dominiert**
- sportgerechte Ernährung spielt eine untergeordnete / keine Rolle
- keine Kaderzugehörigkeit (Landes- oder Bundeskader der Sportart)
- keine oder nur geringfügige finanzielle Vergütung

Dass die Zuordnung nicht immer einfach ist, soll folgendes Beispiel verdeutlichen. Seit ein paar Jahren gibt es eine Gruppe von sog. „Freizeitsportlern“ im mittleren Alter (ca. 35–65 Jahre), welche in ihrer Sportart sehr engagiert und zielstrebig trainiert. Im Mountainbikebereich trainieren diese Sportler z. B. täglich und bereiten sich nach genau festgelegten Trainings- und z. T. auch Ernährungsplänen konzentriert auf bestimmte Wettkämpfe vor. Fahrleistungen liegen dabei nicht selten um 15000–20000 Kilometer pro Jahr. Hier sind sehr viele Ähnlichkeiten bzw. Parallelen zum Leistungssport vorhanden.

3. Fitnesssport

Der Fitnesssport ist gegenwärtig die stärkste Strömung im Sport, insbesondere in den kommerziellen Fitnessstudios. Man kann darunter alle Sportarten zusammenfassen, die

- zum körperlichen und
- zum geistigen Wohlbefinden beitragen.

Einen inhaltlichen Schwerpunkt bilden die Ausdauerbelastungen wie Radfahren, Walking, Nordic Walking, Joggen und Schwimmen, einen weiteren Schwerpunkt sanfte Formen des Bodybuildings mit dem Ziel der Figurformung, Krafttraining, Beweglichkeits- und Koordinationstraining.

Nach Vorstellungen des DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) sollte die Fitness durch regelmäßiges, maßvolles und freudvolles Training, möglichst in Sportvereinen, betrieben werden.

4. Extremsport

Hierzu zählen Sportarten, bei denen die Sportler ganz bewusst und gezielt sowohl körperlich als auch psychisch **Grenzelastungen** suchen. Hierzu zählen z. B. Base-Jumping, Parkour, Canyoning, das Race Across America, der Transeuropalauf, Freeclimbing, Eisklettern oder Paragliding.

5. Gesundheitssport

Beim Gesundheitssport handelt es sich um eine aktive, regelmäßige und systematische Belastung mit dem Ziel, die menschliche Gesundheit psychisch, körperlich und sozial zu fördern, zu erhalten und wiederherzustellen. Man verfolgt beim Gesundheitssportler **zwei Hauptziele**:

1. Eine **Gesundheitswirkung** – körperlich und psychosozial, d. h., durch Sporttreiben in der Gruppe verbessert sich auch das Selbstbewusstsein.
2. Eine **Verhaltenswirkung** – man möchte eine langfristige Bindung des Menschen an den gesundheitsorientierten Sport erreichen.

Dazu machen viele im DOSB organisierte Vereine seit Beginn der 1990er-Jahre Gesundheitssportangebote, meistens in Kursform, mit eigens dafür ausgebildeten **Präventionsübungsleitern**. Der Anteil der Vereine, welche sich in besonderer Weise im Gesundheitssport z. B. in Baden-Württemberg engagieren, liegt bei etwas über 25%. Von insgesamt ca. 11400 Sportvereinen bieten ca. 2900 Gesundheitssportangebote an.

6. Rehasport

Das Ziel des Rehasportes ist es, den Menschen nach überstandener Erkrankung die Wiedereingliederung in die Beschäftigung oder ein „normales“ Leben zu ermöglichen, Beispiel: Koronarsportgruppen (Herzsportgruppen).

7. Integrationssport

Darunter versteht man den Sport von Menschen mit Migrationshintergrund. Aufgrund ihrer politischen und religiösen Neutralität sind Sportvereine grundsätzlich offen für alle Menschen, gleich welcher Nationalität, Hautfarbe oder Glaubensrichtung sie sind. Die Regeln des Sports sind universell und Sprachprobleme können durch Gestik und Mimik überwunden werden. Hier wird die soziale