

Erfolgserlebnisse für alle Kinder: Kinder wollen sportlich sein

Der Beitrag zu einer positiven Persönlichkeitsentwicklung im und durch den Schulsport ist ein Dauerthema für Sportpädagoginnen und -pädagogen. Dabei steht die Förderung des Selbstkonzepts im Fokus.



In der entwicklungspsychologischen und sportwissenschaftlichen Forschung wird angenommen, dass das physische Selbstkonzept («Ich bin körperlich stark») für Kinder und Jugendliche von zentraler Bedeutung ist und für die Ausbildung des generellen Selbstkonzepts eine grosse Rolle spielt (vgl. [Conzelmann et al. 2011](#), S.41). Wenn ein Kind gerne sportlich wäre, im Sportunterricht aber jede Woche schlechte Resultate erbringt, wirkt sich das negativ auf sein Selbstbewusstsein aus.

Sportliche Erfolgserlebnisse fördern das Selbstbewusstsein

Umgekehrt bedeutet dies, dass man durch sportliche Erfolgserlebnisse das Selbstbewusstsein junger Menschen stärken kann. Ausschlaggebend sind zudem Zufriedenheit mit dem Aussehen, Vertrauen in das eigene Können, Sicherheit im Auftreten und Umgang mit dem eigenen Körper sowie soziale Aspekte z.B. Zugehörigkeit (vgl. [J+S Ausbildungsteam 2020](#), pdf, S. 5).

Damit der Schulsport sein Potenzial entfalten kann, sollte er möglichst allen Kindern und Jugendlichen Erfolgserlebnisse ermöglichen, welche die Freude an der Bewegung wecken und somit für ein nachhaltiges Interesse an sportlichen Aktivitäten entscheidend sind (vgl. [D-EDK 2015](#), S. 2).

Erfolgslebnisse ermöglichen



Freude wecken



Selbstwertgefühl stärken

Gute Aktivitäten – Fördern bei Jugend+Sport

Viele der Inhalte des Handlungsbereichs Fördern im J+S-Ausbildungsverständnis kommen in den Lösungsvorschlägen dieses Schwerpunktes vor.

Insbesondere das Umsetzen der Handlungsbereiche *Selbstwert stärken*, *Respektvollen und fairen Umgang fördern*, *Vielfalt leben* und *Teamgeist fördern* haben einen positiven Einfluss auf das Wohlbefinden leistungsschwacher Schüler/-innen.

Mehr erfahren

- Überblick verschaffen:
 - Video [Lebenskompetenzen](#)
 - Erklärvideo «[Fördern](#)»
- Vorbereiten: Über die [Onlineplattform](#) auf das Modul Fortbildung vorbereiten.
- [Kartenset bestellen](#): Handlungsfelder und -empfehlungen
- Thema vertiefen: Mit dem [Onlinekurs](#)

Quelle: Rafael Bühlmann, Sportlehrer, Gründer FunFit, J+S-Experte Schulsport



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO