



Mannschaftssport - (Über)-Lebenstraining für Ihr Kind

19 Oktober, 2017 - 01:59

Mannschaftssport - (Über)-Lebenstraining für Ihr Kind

Die meisten Kinder können sich in der Gruppe gut bewegen, das beweisen sie schon beim Spiel im Kindergarten. Um die Fähigkeit, sich einzugliedern zu fördern, eignen sich Mannschaftssportarten ganz ausgezeichnet. Kinder lernen im Team zu bestehen, gemeinsam Erfolge zu feiern und Niederlagen zu verkraften.



© scarlett - Fotolia.com

Was Kinder beim Sport im Team lernen, kommt ihnen für den Rest ihres Lebens zugute. Spätestens beim Eintritt ins Berufsleben ist Teamgeist ausgesprochen wichtig. Neben den Fähigkeiten, die Kinder im Mannschaftssport lernen und der Entwicklung der sozialen Kompetenzen, entstehen hier oft auch neue Freundschaften außerhalb des Klassenverbandes. Zusammen mit guten Freunden macht der Mannschaftssport dann gleich doppelt so viel Spaß.

Wie Ihr Kind vom Mannschaftssport profitiert

Fußball, Handball, Volleyball oder Hockey. Bei jeder Art von Mannschaftssport lernen Kinder viel über sich und andere. Sie entwickeln soziale Kompetenzen und die Fähigkeit, im Team zusammen etwas zu bewirken. Der Erfolg eines Teams stellt sich nur dann ein, wenn alle zusammenhelfen und an einem Strang ziehen. Erst dann spüren Kinder auch den „Kick“, den ein gemeinsam errungener Sieg auslösen kann – geteilte Freude ist doppelte Freude. Was dieses Motto wirklich bedeutet, erfahren die Kinder in genau diesem Moment.

Gerade für wenig ehrgeizige Kinder ist Sport in der Mannschaft oft optimal. Es geht nicht nur um einen selbst, sondern um das ganze Team, jedes Mitglied will seinen Beitrag zum Sieg leisten.

Mannschaftssport stellt hohe Anforderungen an Geist und Körper. Jeder einzelner Spieler muss ständig präsent sein, die gegnerische Mannschaft beobachten und mit den Spielern des eigenen Teams in Kontakt bleiben, um gemeinsam die richtigen Aktionen zu starten und das Spiel in die richtige Richtung, nämlich die des eigenen Sieges zu bringen.

Durch den Zusammenhalt im Team und die geteilten Gefühle, sowohl wenn es um Siege als auch, wenn es um Niederlagen geht, schweißt zusammen. Innerhalb der Mannschaft entstehen oft enge Freundschaften, die sich in ihrer Intensität und Qualität von den Schulfreundschaften unterscheiden können. Es gibt gemeinsame Interessen und Ziele und so auch immer interessante Gesprächsthemen.



Nicht jedes Kind ist ein Teamplayer

So positiv und erstrebenswert es ist, dass Kinder im Mannschaftssport Teamgeist lernen, so ist doch nicht jedes Kind dafür geeignet. Denn um seinen Platz in einem Team zu finden und dauerhaft einnehmen zu können, braucht es ein gewisses Maß an Selbstbewusstsein und Durchsetzungsvermögen. Kinder, die sehr schüchtern und zurückhaltend sind, können deshalb innerhalb einer Mannschaft leicht ins Hintertreffen kommen. Bringen sie aufgrund von fehlendem Selbstbewusstsein keine entsprechenden Leistungen im Team, werden sie eventuell ausgegrenzt - und damit wird das, was das Spiel im Team für das Kind so wertvoll machen kann, zur Qual.

Wenn Ihr Kind also keinen Spaß daran hat, in einem Mannschaftssport zu spielen, dann sollten Sie es nicht dazu zwingen. Auch Einzelsportarten sind gut fürs Selbstvertrauen, das Training erfolgt in der Regel ebenso innerhalb einer Gruppe.

Vorsicht vor zu viel Ehrgeiz

Ihr Sohn spielt im Fußballverein? Das ist toll, doch sollten Sie eines bedenken: Je älter die Kinder werden, umso höher werden die Anforderungen bei den Spielen. Oft schlägt der gesunde Stolz der Eltern (vor allem die Väter sind „gefährdet“) in nackten Ehrgeiz um. Das Team - und damit auch das eigene Kind - sollen unbedingt zu den Gewinnern gehören. Vergessen Sie nicht, dass es für Ihr Kind hauptsächlich um Sport und Spaß gehen soll (zumindest solange es noch ein Kind ist) und setzen Sie es nicht unter Druck. Besonders den Vergleich mit anderen Kindern, die besser spielen als das eigene, sollten Sie unterlassen.

Mannschaftssport - nur was für Jungen?

Dass Jungs Teil einer Fußball- oder Handballmannschaft werden, ist nichts ungewöhnlich. Die meisten Jungen spielen irgendwann einmal in ihrem Leben in einem Team. Anders sieht es mit Mädchen aus. Sie wählen häufig Sportarten wie Reiten oder Turnen. Zwar gibt es auch hier ein Miteinander, doch das richtige Teamspiel wie in einer Mannschaft tritt hier in den Hintergrund. Besonders das gemeinsame Gefühl des Sieges entgeht den Mädchen dadurch oft. Ermuntern Sie Ihre Tochter also, sich ebenfalls für einen Mannschaftssport zu interessieren, sei es nun Fußball, Handball oder die Volleyballmannschaft. Ist Ihre Tochter reitbegeistert, bietet sich auch das Voltigieren in der Gruppe als ausgezeichneter Teamsport an. Gerade in Mannschaftssportarten lernen viele Mädchen das Durchsetzungsvermögen, das sie später im Beruf brauchen.

Davon, Teil eines Teams zu sein, profitiert jedes Kind. Allerdings gehen persönliche Vorlieben vor. Denn nur dann, wenn Ihr Kind Spaß an dem Sport hat, den es betreibt und ihm die Art der Bewegung leicht fällt, ergibt sich ein positiver Effekt für seine Entwicklung.



Artikel bewerten

(adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});



Autor

Redaktion Vaterfreuden.de

Quellen-URL:

<http://www.vaterfreuden.de/vaterschaft/erziehungsfragen/mannschaftssport-%E2%80%93-%C3%BCber-lebenstraining-f%C3%BCr-ihr-kind>