

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

die Familie als Keimzelle unserer Gesellschaft will gehegt und gepflegt werden. Dies gilt nicht nur für die internen Beziehungen, sondern auch für die Gestaltung der äußeren Rahmenbedingungen. So begreift der organisierte Sport seit jeher die Familie als eine seiner Kernzielgruppen. Denn wenn es uns gelingt, ganze Familien für den Sport im Sportverein zu begeistern, braucht es uns um die Zukunft nicht bange zu sein.

Doch nutzen wir wirklich alle Ressourcen, um dem Anspruch eines familienfreundlichen Sportvereins gerecht zu werden? Das vorliegende Handbuch will Vereinsvorstände und Übungsleitern dazu ermuntern, ihre bisherigen Konzepte und ihr praktisches Tun kritisch zu hinterfragen und wenn nötig zu optimieren.

Als aufmerksamer Leser werden Sie ganz schnell merken: Bereits mit ganz einfachen Maßnahmen sind die ersten Schritte zu einem familienfreundlichen Sportverein getan. Sie finden hier Beispiele aus der Praxis für die Praxis, erhalten nützliche Organisationstipps oder können - wenn es einmal ganz schnell gehen muss - auf erprobte Stundenbilder im Familiensport zurückgreifen.

Machen Sie es sich zur Aufgabe, in Ihrem Sportverein generationenübergreifend zu denken, zu handeln und zu leben. Mütter, Väter, Töchter und Söhne werden es Ihnen danken!

Mit sportlichen Grüßen



Fred Pretz
Präsident
Sportbund Rheinland



Monika Sauer
Vizepräsidentin Breitensport
Sportbund Rheinland



Rolf Müller
Vorsitzender
Sportjugend Rheinland



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
1 Organisationstipps	4
1.1 Aktionen und Veranstaltungen	4
1.2 Familienfreundlich gestaltete Sportangebote für alle Altersgruppen	6
1.3 Familiensportgruppen	8
1.4 Rahmenbedingungen für einen familienfreundlichen Verein	9
2 Aus der Praxis für die Praxis	12
2.1 Kleine Spiele für die Familien	12
2.2 Arbeitshilfen für Übungsleiter	46
2.3 Stundenbilder Deutsches Sportabzeichen	66
2.4 Stundenbilder Familienschwimmen	70
2.5 Stundenbilder Abenteuersport	79
3 Service und weiterführende Materialien	88
3.1 Sportartspezifische Familiensportangebote	88
3.2 Materialausleihe für Spielfeste	89
3.3 Qualifizierung für den Familiensport	91
3.4 Publikationen zum Familiensport	91
4 Übersichtstabelle zu den Spielen aus Kapitel 2.1 mit übergeordneten Schwerpunkten	92

1 | Organisationstipps

Familienangebote können in jedem Verein ohne großen Mehraufwand integriert werden. Egal, ob Einsparten- oder Großsportverein, in diesem Kapitel findet man verschiedene Bausteine, die aufeinander abgestimmt aber auch einzeln das Vereinsleben für Familien bereichern werden. Je nach Art und Umfang der Familienangebote (Abb. 1) können drei Kategorien unterschieden werden:

1. Aktionen und Veranstaltungen
2. Familienfreundlich gestaltete Sportangebote für alle Altersgruppen
3. Familiensportgruppen

Neben Praxisbeispielen zur Umsetzung solcher Angebote beinhaltet dieses Kapitel auch Tipps zur Gestaltung der Rahmenbedingungen im Sinne eines familienfreundlichen Vereins.

1.1 Aktionen und Veranstaltungen

Gemeinsame Feste, Ausflüge oder sonstige Veranstaltungen fördern das Vereinsleben. In vielen Vereinen gibt es traditionelle Veranstaltungen, die durch kleine Variationen für Familien attraktiv gestaltet werden können. Ziel sollte es sein, verschiedene Aktionen über das Jahr verteilt anzubieten, die entweder gezielt Familien ansprechen oder allen Mitgliedern offen stehen.

Praxisbeispiele: Aktionen und Veranstaltungen

Familienradtour mit der Wäller Skigemeinschaft Bad Marienberg

Einmal im Jahr heißt es Fahrräder satteln und auf zur Familienradtour. Bei den Touren sind attraktive Zwischenstopps und Zielpunkte wie der Dreifelder Weiher selbstverständlich. Weitere Informationen unter www.wsg-badmarienberg.de

Familienausflug des TV Bad Salzig

Groß und Klein gemeinsam on tour, das ist der Familienausflug beim TV Bad Salzig. Egal ob Wanderung mit Grillen, Besuch eines Barfußpfades oder von Ausstellungen – der Spaß und das gemeinsame Erlebnis stehen im Vordergrund. Weitere Informationen unter www.tv-bad-salzig.de

Familien-Sportfest des TuS Friedewald

Unter dem Motto „Spiel ohne Grenzen“ sind die Teilnehmer zu einem bunten Spielfest eingeladen. An verschiedenen Stationen warten spannende Disziplinen auf die Familien: z. B. Chinesenlauf mit Baströckchen, Schnurrbart und Hut, Staffellauf mit einer Kartoffel auf einem Löffel, Familienstaffellauf, bei dem jedes Teammitglied mit einem anderen Transportmittel seine Schnelligkeit unter Beweis stellt. Des Weiteren gibt es Speedsoccer, Torwandschießen, Frisbee-Golf, Schwamm- und Dosenwerfen. Weitere Informationen unter www.tusfriedewald.de



Tip: Statt eines Spielfestes kann man auch ein Familienturnier in einer oder mehreren Sportarten durchführen, z. B. Eltern-Kind-Teams im Beachvolleyball oder Tennis.

Ferien am Ort beim TuS Ahrweiler

Der TuS Ahrweiler bietet eine Ferienaktion für Mitglieder und Nichtmitglieder. Das Programm ist für Kinder im Alter von 10 bis 16 Jahren konzipiert. Sie sollten sportlich interessiert und bereit sein, eine oder zwei Wochen, jeweils von Montag bis Freitag, an Aktionen mit sportlichem Charakter teilzunehmen. Neben der Vorstellung der Sportarten aus den einzelnen Abteilungen sind auch externe Angebote, wie ein Schwimmbadbesuch oder eine Fahrradtour, im Programm. Die Teilnehmer verbringen den Tag zusammen, bekommen ein Mittagessen und schlafen die Nacht zu Hause.

Weitere Informationen unter www.tus-ahrweiler.de oder www.sportjugend.de

Familienfreizeiten beim Andernacher Ski-Club

Egal, ob Familien-Ski-Freizeit oder Vater-/Mutter-Kind-Freizeit, die gemeinsame Zeit von Groß und Klein nimmt einen wichtigen Stellenwert ein. Neben gemeinsamen Spaß im Schnee werden die Kinder tagsüber von einer Skischule betreut, sodass auch die Eltern zum Sport kommen. Auch Nicht-Mitglieder sind herzlich willkommen.

Weitere Informationen unter www.andernacherskiclub.de

Weitere Praxisbeispiele:

Familienwanderung, Familienkarneval, Familiensommerfest, Familienweihnachtsfeier, Familienstammtisch, Familienolympiade, Familiensportshow, Familienausflüge wie Kanu-Tour, Klettern, etc. und Familienaktionen wie Bastelnachmittag, Kegeln, Drachensteigen, etc.

Checkliste für die Organisation von Veranstaltungen

Aufgabe	Zeitpunkt	Verantwortlicher
Zielgruppe, Zeitraum und Veranstaltungsart festlegen	ca. 12 Monate vorher	
Organisationsteam bilden	ca. 12 Monate vorher	
mögliche Kooperationspartner ansprechen	ca. 12 Monate vorher	
Örtlichkeit, Rahmenbedingungen und Logistik anfragen und buchen (Örtlichkeit/Raum, Verpflegung inkl. Helfer, Transport, Programmpunkte, Genehmigungen, Versicherung, Müll, Ortsbesichtigung)	ca. 12 Monate vorher	
Programminhalte festlegen (Sportarten, Spiele, Präsentationen, Auftritte)	ca. 11 Monate vorher	
Kosten/Preis kalkulieren (Zuschüsse berücksichtigen, ggf. Sponsoren suchen)	ca. 11 Monate vorher	
ggf. Vorstandsbeschluss herbeiführen	ca. 11 Monate vorher	
Spielgeräte/Materialien bestellen (Zelt, Theke, Kühlwagen, Bühne, Technik, Bestuhlung, T-Shirts)	4–9 Monate vorher	
Erste Hilfe abklären	8 Monate vorher	
Helfer anfragen (ggf. Sonderurlaub; inkl. Moderation, Gästebetreuung, Fotos, Pressearbeit, Kasse, Verpflegung)	4–8 Monate vorher	
Maßnahme für Zuschüsse voranmelden	ca. 6 Monate vorher	
Ausschreibung verfassen (Beschreibung/Einladung, Anmeldebogen, Anmeldeverfahren)	ca. 6 Monate vorher	
Bewerbung starten	2–6 Monate vorher	
ggf. Anmeldungen entgegennehmen (Anmeldebestätigungen ausstellen, Zahlungseingang überwachen)	ab 6 Monate vorher	
Gäste/Sponsoren einladen	2–3 Monate vorher	
Programmablauf planen	2 Monate vorher	
Helferschulung (Erste Hilfe, Verhaltensregeln, Programmgestaltung, Ansprachen, Örtlichkeiten)	1 Monat vorher	
Verpflegung bestellen	4 Wochen vorher	
Wechselgeld bestellen	4 Wochen vorher	
ggf. Teilnehmerinformation (Programmplan, Zeiten, Kontaktmöglichkeiten, Packliste)	4 Wochen vorher	
Unterlagen vorbereiten (Beschilderung Zuschusslisten, Kopien, Aufgabenverteilung)	2–4 Wochen vorher	
Materialien besorgen (Lebensmittel, Spiel- und Bastelmaterial, Schminkmaterial, Erste-Hilfe-Ausrüstung)	2–4 Wochen vorher	
ggf. Elternabend oder Vortreffen durchführen	2 Wochen vorher	