

OLYMPISCHE REGELN UND FAIRPLAY

Der Olympische Eid

Das olympische Versprechen wird bei der Eröffnungsfeier der Olympischen Spiele von einer Athletin oder einem Athleten des Gastgeberlandes stellvertretend für alle teilnehmenden Athletinnen und Athleten abgegeben. In diesem Versprechen verpflichten sich die Sportlerinnen und Sportler, die olympischen Regeln zu beachten und faire Wettkämpfe auszutragen. Seit den Olympischen Spielen von Sydney im Jahr 2000 versprechen die Sportlerinnen und Sportler zudem, auf Doping und Drogen zu verzichten.

Fairplay

Fairness geht immer vor!

Beim Fußball zum Beispiel geht es immer wieder hart zur Sache. Ohne Fair Play würden vermutlich viele Fußballerinnen und Fußballer auf Krücken herumgehen. Wie grundsätzlich im Zusammenleben von Menschen sind Achtung und Respekt gegenüber der Konkurrenz auch im Sport von größter Bedeutung. Wer ein Fußballspiel der UEFA Champions League verfolgt, wird im Laufe des Spiels immer wieder den Begriff „Respect“ zu sehen bekommen (u. a. Trikot, Bandenwerbung, Fernsehwerbung). Sport bietet die Möglichkeit, sich mit vielen Menschen im fairen Wettkampf zu messen. Deshalb ist es notwendig, dass sich alle an die sportlichen Regeln halten. Siege im Sport dürfen nicht durch Unsportlichkeit, Regelbruch oder Manipulation errungen werden!

Für 6–10-Jährige

Regeln in der Schule

Sag „Entschuldigung“, wenn du jemanden versehentlich angestoßen hast.

Komm pünktlich in die Schule.

Räume deinen Platz auf, bevor der Unterricht beginnt.

Material: Schwarzer Filzstift, DIN-A4-Blatt, Buntpapier für Sprechblasen, Uhu, Plakatpapier (mind. DIN A3)

1. Schreibe Regeln, die es in der Schule gibt, zunächst auf ein DIN-A4-Blatt und wähle anschließend die drei wichtigsten Regeln aus.
2. Schneide nun Sprechblasen aus Buntpapier aus, die du auf das Plakat klebst.
3. Schreibe in jede Sprechblase eine Regel.
4. Entweder hängst du das Plakat auf oder du lässt es auf dem Tisch liegen, sodass es deine Klassenkameraden sehen können.
5. Schau dir eure Sprechblasen an. Vergleiche und schau, welche Regeln deine Klassenkameraden gefunden haben. Sprecht darüber in der Gruppe.

Regeln in der Schule sind wichtig, damit der Schulbetrieb funktioniert und ein gutes Miteinander möglich ist. Manchmal vergisst man, weshalb eine Regel gilt. Jeder, der eine Regel, egal ob alt oder neu, durchsetzen möchte, sollte diese begründen können. Erwachsene wie Kinder sollten immer nachfragen: „Wozu ist die Regel gut?“

Regeln begründen

Für jede Regel gibt es Begründungen. Kennst du diese?

1. Arbeitet zu zweit. Sucht euch auf euren Plakaten je eine Sprechblase mit einer Regel aus.
2. Ein Kind liest die Regel vor, das andere fragt: „Wozu ist die Regeln gut?“
3. Das erste Kind muss sich eine Begründung einfallen lassen und diese unterhalb der Sprechblase dazuschreiben.
4. Anschließend tauscht ihr.

Regeln schaffen Klarheit und sind für ein gutes Miteinander notwendig. Regeln sind für etwas gut, müssen jedoch auch gut begründet sein. Streiche mit einem roten Stift die Begründungen durch, die du nicht gut findest.

- Weil das immer schon so war!
- Weil mir das so gefällt!
- Weil das für uns alle ein Kompromiss ist.
- Weil wir auf die gute Laune von dieser Person angewiesen sind.
- Weil das gerecht ist und Frieden schafft.
- Weil ich das so bestimme, keine Diskussion!

Regeln im Sport

1. Welche Prinzipien sollten immer auf dem Sportplatz oder bei Sportwettkämpfen eingehalten werden? Kreuze die richtigen Antworten an.
 - Die anderen respektieren
 - Sich für den Stärksten halten
 - Wissen, wie man schummelt
 - Viel trainieren
 - Die Regeln nicht befolgen
 - Um jeden Preis gewinnen
 - Seine schlechte Laune zeigen
 - Drogen nehmen
 - Ruhig bleiben
 - Teamgeist haben
 - Die Gegner beneiden
 - Ein schlechter Verlierer sein
2. Diese Prinzipien sind auch im Alltag sehr nützlich. Unterstreiche alle Prinzipien **rot**, die dir am wichtigsten erscheinen.
3. Was sind die Hauptregeln in dem Sport, den du trainierst?

Für 11–14-Jährige

Fairplay

Sehen wir uns dieses Wort doch mal genauer an, um es zu verstehen. Du hast sicher bemerkt, dass es nicht Deutsch ist. Vielleicht kennst du das englische Wort «play», was «spielen» oder «Spiel» bedeutet? Auch das Wort «fair» kommt aus dem Englischen. Es ist ein Adjektiv, das man mit «schön», aber auch mit «ehrlich», «gerecht» und «loyal» übersetzen kann.

Wenn man «fair» und «play» verbindet, ergibt das «schön/ehrlich + spielen». Eine Fairplay-Athletin bzw. ein Fairplay-Athlet bleibt bescheiden, auch wenn sie/er siegt. Sie/Er hält die Regeln ein, bringt ihren/seinen Gegnerinnen und Gegnern Respekt entgegen und gibt seine Niederlage zu – also genau das Gegenteil einer schlechten Verliererin bzw. eines schlechten Verlierers!

Pierre de Coubertin ist überzeugt, dass Sport nicht nur für die (körperliche und mentale) Gesundheit gut ist, sondern auch für das Leben in Gemeinschaft. Aus diesem Grund soll der Olympismus mehrere Grundwerte kultivieren:

Höchstleistung

Sportlerinnen und Sportler sollen ihr Bestes geben und stets versuchen, sich zu übertreffen. Es geht nicht unbedingt darum, zu gewinnen, sondern man soll Fortschritte machen, sich weiterentwickeln.

Respekt

Da wir alle gleich sind, hat jeder Mensch ein Anrecht auf Respekt.

Freundschaft

Sie ist unverzichtbar, um die Harmonie und das Verständnis zwischen den Menschen zu fördern.

Alle diese Prinzipien sind in der Olympischen Charta aufgeführt, einem Dokument, in dem die Regeln und grundlegenden Prinzipien der Olympischen Bewegung festgelegt sind. Gemäß dieser Charta „muss jeder Mensch die Möglichkeit zur Ausübung von Sport ohne Diskriminierung jeglicher Art und im

olympischen Geist haben; dies erfordert gegenseitiges Verstehen im Geist von Freundschaft, Solidarität und Fairplay“.

Aufgabe 1: Arbeitet zu zweit. Mach mit deinem Klassenkameraden oder deiner Klassenkameradin Kreise um alle Wörter, die sich auf Fairplay beziehen.

SOLIDARITÄT IMPULSIVITÄT HÖFLICHKEIT BÖSGLÄUBIGKEIT GROSSZÜGIGKEIT EIFERSUCHT

ENGAGEMENT KALTBLÜTIGKEIT RECHTSCHAFFENHEIT DOPING LOYALITÄT RÜCKSICHT

RASSISMUS GEGENSEITIGE HILFE TÄUSCHUNG FREUNDSCHAFT AUSDAUER TAPFERKEIT

SELBSTLOSIGKEIT SEXISMUS BESCHEIDENHEIT REIZBARKEIT VERTUSCHUNG EITELKEIT

INTOLERANZ GUTES BENEHMEN BETRUG NARZISSMUS VERBITTERUNG WÜRDE

Aufgabe 2: Wähle zwei Wörter aus und erkläre ihre Bedeutung mit deinen eigenen Worten.

1. _____

2. _____

Aufgabe 3: Unterstreicht die zwei Wörter der Liste, die euch am schwierigsten erscheinen. Suche mit deinem Teamgefährten/deiner Teamgefährtin ihre Bedeutung im Lexikon.

1. _____

2. _____

Teste dich selbst!

Verhältst du dich im Sport und im Leben „fairplay“? Um es zu erfahren, mache diesen Test!

1. Du nimmst an einem Ausdauerlauf teil. Was für ein Glück, du bist ganz vorne! Der Sieg ist in greifbarer Nähe. Aber direkt hinter dir fühlt sich ein Klassenkamerad nicht gut.
 - a) Du informierst deinen Lehrer oder deine Lehrerin und läufst weiter.
 - b) Du hältst an, um ihm zu helfen.
 - c) Du läufst weiter und machst dich über ihn lustig.

2. Ein neuer Schüler/eine neue Schülerin kommt in deine Klasse. Er/Sie nervt dich. Und außerdem verbringen deine besten Freunde/Freundinnen viel zu viel Zeit mit ihm/ihr und scheinen dich zu vergessen.
 - a) Am Anfang schmollst du, aber später beschließt du, auch mit ihm/ihr abzuhängen.
 - b) Du bist nett zu ihm/ihr, schließlich könntest auch du einmal ein neuer Schüler/eine neue Schülerin in einer Klasse sein.
 - c) Du wirst wütend und beschließt, keine Zeit mehr mit der Neuen/dem Neuen und deinem Freundeskreis zu verbringen. Du wartest, bis deine Freundinnen und Freunde feststellen, dass du damit ein Problem hast.

3. Du spielst gerne Karten. Und du spielst wirklich gut. Aber während einer Partie ziehst du schlechte Karten und machst einige Fehler. Du verlierst ...
 - a) Du forderst, dass du eine neue Karte ziehen darfst, denn so viel Pech ist nicht gerecht!
 - b) Du akzeptierst, dass du verloren hast. Schließlich hast du trotzdem Spaß gehabt und beim nächsten Mal wirst du wieder gewinnen.
 - c) Du schmeißt deine Karten auf den Boden und beschuldigst die anderen, geschummelt zu haben.

Ergebnis

Mehrheitlich A

Du bist dir manchmal nicht sicher, welche Haltung du einnehmen sollst, aber du bist auf dem richtigen Weg. Noch eine kleine Anstrengung, du hast es fast geschafft!

Mehrheitlich B

Fairplay ist deine zweite Natur. Herzlichen Glückwunsch! Entspannt bleiben und die Dinge von ihrer positiven Seite sehen – das könnte dein Leitspruch sein!

Mehrheitlich C

Ups, du denkst zuerst an dich und verlierst leicht die Beherrschung ... das ist nicht sehr „fairplay“. Wenn du spürst, dass du in die Luft gehen wirst, nimm dir eine oder zwei Minuten Zeit, um dich zu beruhigen und die Spannung abzubauen. Deine Freundinnen und Freunde werden dir sehr dankbar sein.

Würdest du gerne in jeder Situation ruhig und höflich bleiben, eine faire Spielerin bzw. ein fairer Spieler und guter Kumpel sein, aber ... es gelingt dir nicht immer? Keine Sorge, das ist völlig normal. Wie alles andere im Leben kann man Fairplay lernen!

Hier 5 Ratschläge, um dir zu helfen, deine «fairplay Einstellung» zu kultivieren:

1. Lerne dich besser kennen, verstehe, was dich wütend oder nervös macht.
2. Gib dir Zeit – selbst, wenn es nur 30 Sekunden sind –, um nachzudenken, bevor du redest oder handelst.
3. Nach einer Niederlage, einem Misserfolg, atme tief durch, um deine Emotionen oder deine Wut zu beruhigen.
4. Drück auf die «Pause-Taste» und gewinne Abstand: Oft sieht man die Dinge nur aus seiner eigenen Perspektive. Versuche, dich in die Haut deines Gegenübers (Teamgefährtin/-gefährte, Gegnerin/Gegner, Klassenkameradin/-kamerad, Eltern, Lehrkräfte ...) zu versetzen, um die Dinge anders zu sehen und zu relativieren.
5. Man kann nicht jeden mögen. Doch man kann höflich und korrekt sein, das kostet nichts, kann aber viel bewirken!