

# Der Betriebssport

## Was ist Betriebssport und was sind seine Ziele

Betriebssport ist die regelmäßige, sportliche Betätigung in Betriebssportgemeinschaften bzw. Betriebssportvereinen. Er übernimmt wichtige soziale Aufgaben, in dem er die Betriebssportgemeinschaft fördert und die Integration von Bevölkerungsgruppen, wie Aus- oder Übersiedler, ausländische Mitbürger und Arbeitslose erreicht. Die Angebote des Betriebssports decken sich nicht mit denen der herkömmlichen Sportvereine. Der Betriebssport ergänzt nur deren Angebote und bietet dem Menschen eine weitere Möglichkeit zur Freizeitgestaltung.

## Betriebssport ist Breitensport

Breitensport ist wettkampforientierter Sport auf einer gemäßigten Leistungsebene. Daher schließen sich Breiten- und Wettkampfsport nicht gegenseitig aus. Der Breitensport richtet sich an Menschen, für die das Sporttreiben eine angenehme Form der Freizeitaktivität darstellt. Neben Leistungsanreizen wirken sich im Breitensport auch noch andere Motivationen wie z.B. Wohlbefinden und Zusammengehörigkeitsgefühl gleich Gesinnter aus. Betriebssport vermittelt auch weniger Talentierten, Älteren und Untrainierten Freude und Vergnügen am Sport.

## Betriebssport ist Freizeitsport

Freizeitsport im Betriebssport ist die sportliche Betätigung aus Spaß an der Bewegung, am Spiel, im Interesse körperlicher Fitness, in neuen Formen oder mit vereinfachtem Regelwerk.

## Betriebssport ist Gesundheitssport

Gesundheitssport gewinnt auch im Betriebssport zunehmend an Bedeutung. Er ist nicht mit "normalen" Sportformen zu vergleichen. Im Gesundheitssport soll vorhandene Gesundheit durch Sport gefestigt oder verloren gegangene Gesundheit durch zweckgerichtete Übungen teilweise oder ganz wieder gewonnen werden. Das gilt für präventive ebenso wie für rehabilitative Bereiche. Das Ziel des betrieblichen Gesundheitssportes liegt darin, die Lebensqualität des Menschen durch Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und damit auch durch Zunahme des Selbstbewusstseins zu erhöhen. Die Durchführung von Gesundheitssport setzt die Betreuung durch speziell geschulte Übungsleiter voraus. Der Betriebssport hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Gesundheitssport besonders zu fördern.

## Inhalte der „Betrieblichen Gesundheitsförderung“

***Gesundheit wird von Menschen dort geschaffen, wo sie wohnen, leben, arbeiten und lernen!***

Diese Aussage ist für den organisierten Sport zum strategischen Leitbild geworden: die Menschen in ihrer Lebens- und Arbeitswelt aufzusuchen und dort – im Sinne der Gesundheitsförderung – aktiv zu werden!

## Gesundheitsförderung – ein Segment der Personalentwicklung

Betriebswirtschaftliche Entscheidungen werden an ihrem Beitrag zur Produktivität und Wirtschaftlichkeit des Unternehmens gemessen. Im Zeitalter der Globalisierung und sich rasant wandelnder Märkte sind nicht nur ein hoher technologischer Standard der Produktionsmittel und eine flexible Arbeitsorganisation entscheidende Wettbewerbsfaktoren, sondern ebenso der Arbeitnehmer, der den Druck zur permanenten Veränderung und Anpassung mit

tragen muss.

**Unternehmen denken um!**

## **Gesundheit - Wohlbefinden - soziale Kompetenz**

gewinnen mehr an Bedeutung. Neben der beruflichen Bildung gelten soziale Kompetenzen, körperliche und psychische Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter/innen und ihre Zufriedenheit am Arbeitsplatz als Faktoren für die Leistungsfähigkeit des Unternehmens.

### **Strategiewechsel der Unternehmen!**

Investitionen in die Gesundheit der Mitarbeiter/innen sind Investitionen in die Zukunft des Unternehmens. Produktivität, Gesundheit und Anerkennung der Mitarbeiter/innen sind eng verbunden.

### Definition Gesundheit

"Gesundheit ist der Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheiten und Gebrechen." (WHO 1949)

"Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Lebensumstände und ihre Umwelt zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen." (WHO 1986)

### Vorteile für den Arbeitnehmer

- ➔ Stressabbau
- ➔ Steigerung der Belastbarkeit
- ➔ Steigerung des Wohlbefindens
- ➔ Reduzierung von Risikofaktoren
- ➔ Abnahme von Rückenschmerzen
- ➔ Höhere Motivation – mehr Freude an der Arbeit
- ➔ Verbesserung des Betriebsklimas durch häufige soziale Kontakte zu Kollegen und Vorgesetzten.
- ➔ Stärkung des Herz – Kreislauf Systems durch Ausdauer

### Vorteile für den Arbeitgeber

- ➔ Rückgang des Krankenstandes
- ➔ Rückgang der Kosten
- ➔ Weniger Fluktuation
- ➔ Arbeitnehmer identifizieren sich mit dem Unternehmen
- ➔ Erhöhung der Produktivität
- ➔ Verbesserung der Produktqualität
- ➔ Verbesserung de Betriebsklimas
- ➔ Verbesserung des Unternehmen - Images