

## „Mit 66 Jahren, da fängt der Tauchsport an?“

### Sportliche Ausrichtung der Fachsportarten im Alter

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“  
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

**Claudia von Parzotka-Lipinski**

**08.08.2020**

**Online-Seminar**

LANDESPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



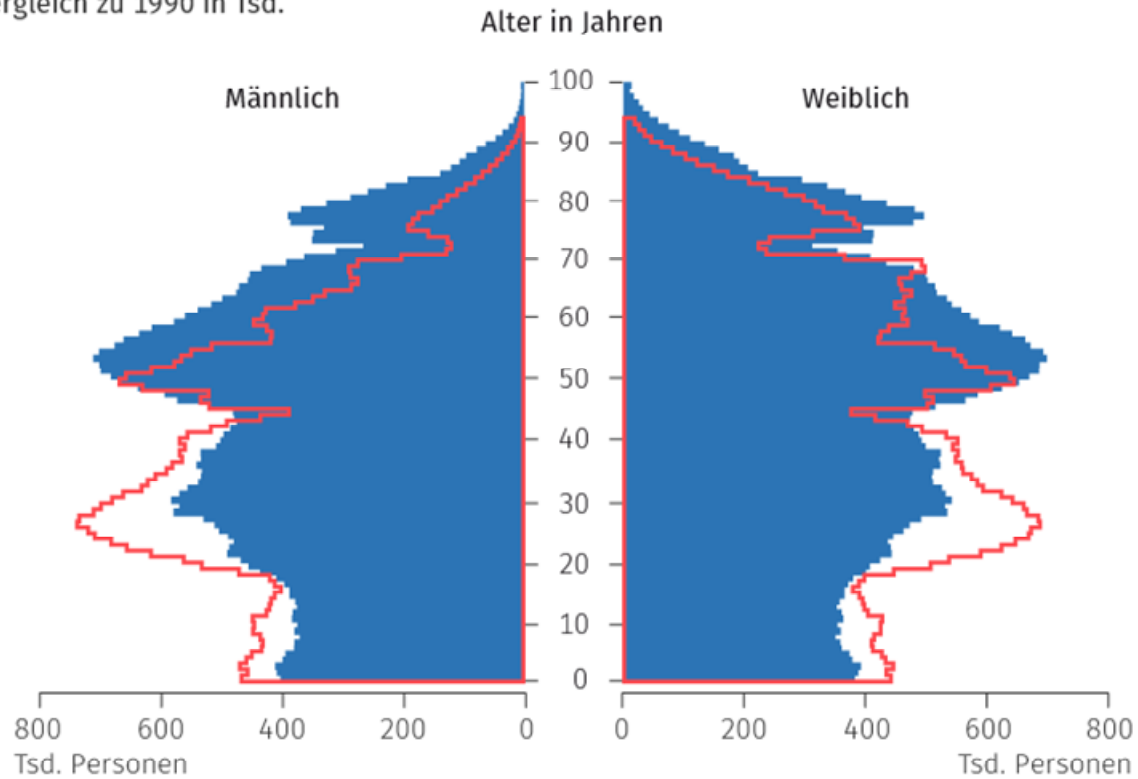
Staatskanzlei  
des Landes Nordrhein-Westfalen



- **Grundlagen**
- **Zahlen Daten Fakten**
- **Altersentwicklung im TSV NRW**
- **Vielfalt und Besonderheiten der Zielgruppe  
(Motivation/Motive)**
- **Herausforderungen/Konsequenzen**
- **Angebotsgestaltung**



## Altersaufbau der Bevölkerung 2018 im Vergleich zu 1990 in Tsd.



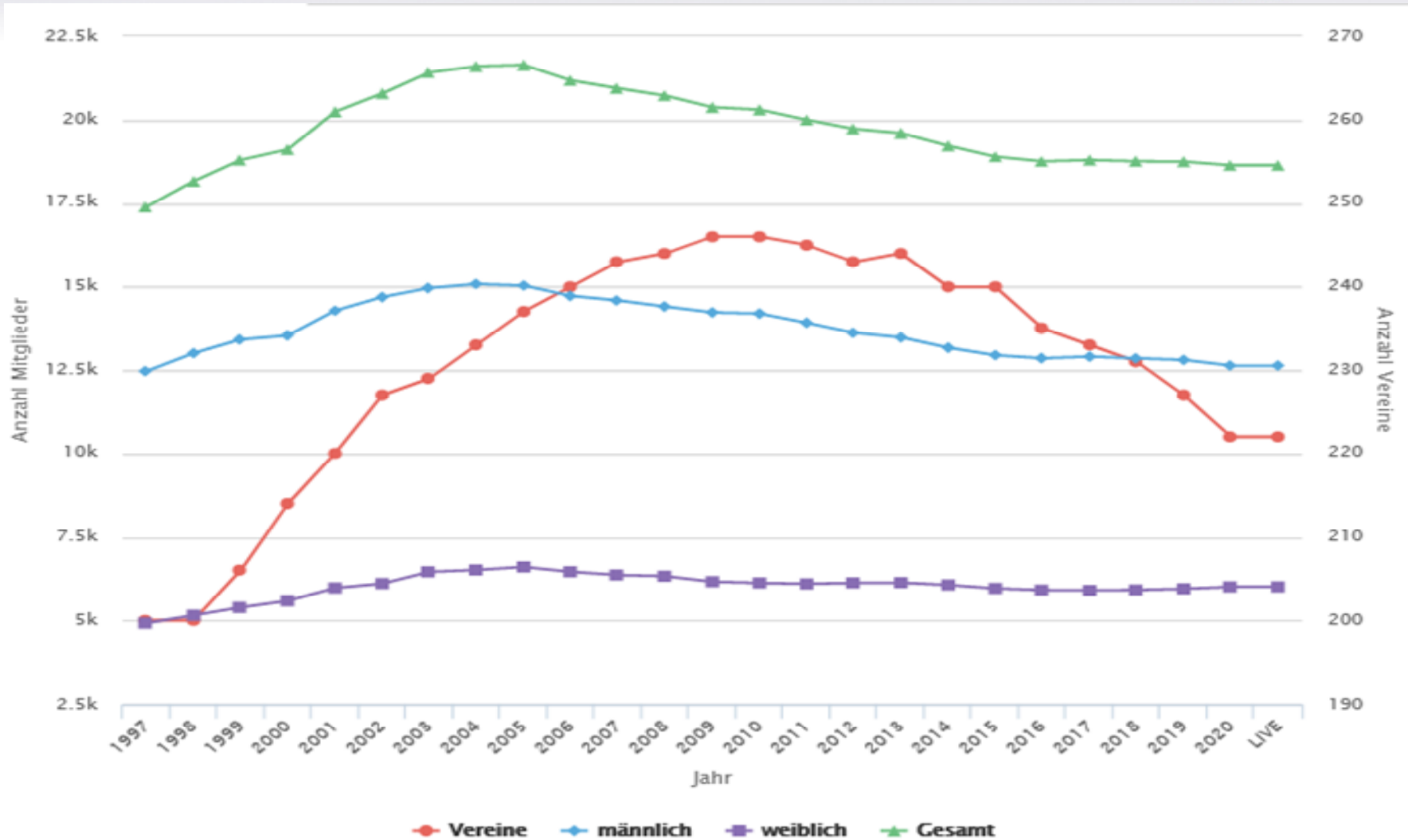
■ Bevölkerung 2018 — Bevölkerung 1990

© Statistisches Bundesamt (Destatis), 2019

## Prognose 2040 Deutschland

- **82,1 Mill. Menschen**
- **45,8 Mill. 20 – 66 Jahre**
- **21,4 Mill. 67 und älter**

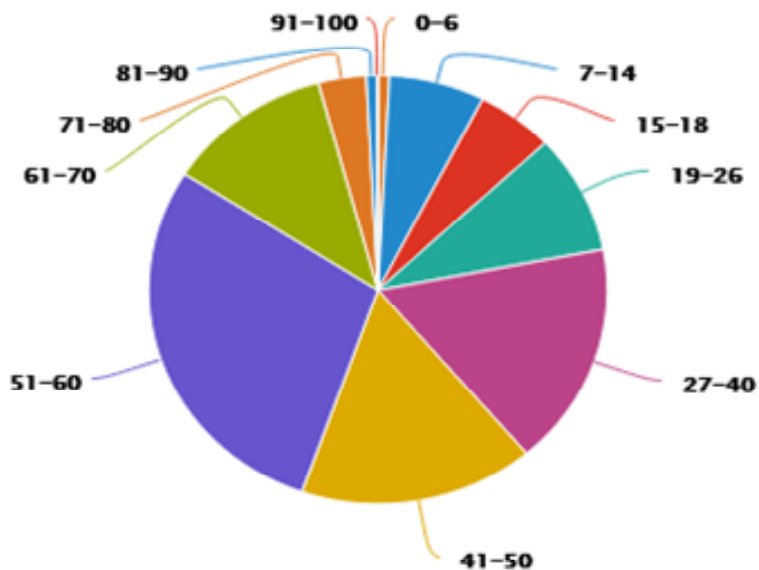
# ANZAHL DER MITGLIEDER – TSV NRW



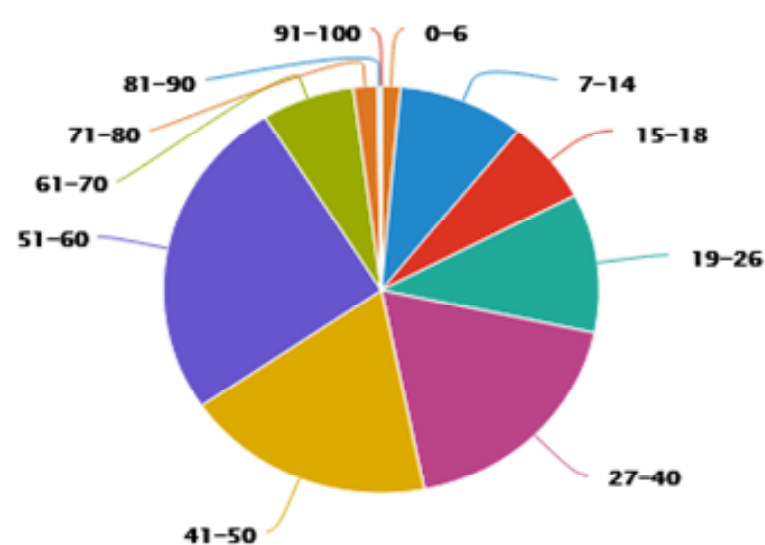


2020

männlich



weiblich



Altersgruppen anpassen Exportieren

| Geschlecht | 0-6 | 7-14 | 15-18 | 19-26 | 27-40 | 41-50 | 51-60 | 61-70 | 71-80 | 81-90 | 91-100 |
|------------|-----|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| männlich   | 102 | 852  | 690   | 1.135 | 2.123 | 2.098 | 3.623 | 1.485 | 427   | 97    | 4      |
| weiblich   | 86  | 562  | 395   | 659   | 1.108 | 1.115 | 1.539 | 412   | 106   | 17    | 1      |

= individuelle und gesellschaftliche Vorstellungen vom:

Altern = Prozess des Älterwerdens,

Alter = Zustand des Altseins,

älteren Menschen = soziale Gruppe

- Vielzahl von Altersbildern
- unterscheiden sich nach Lebensbereichen
- betonen unterschiedliche Aspekte bzw. Eigenschaften des Altseins, des Älterwerdens oder älterer Menschen als Gruppe
- mal positiv(er), mal negativ(er) – je nach Kontext







- Assoziation des Älterwerden häufig mit der Zunahme von körperlichen Einbußen, Vergesslichkeit und sozialen Verlusten
- aber auch:  
Zuschreibung des Attributes „Weisheit“

## Altersbilder als kollektive Deutungsmuster

- vor allem in öffentlichen Debatten
- Beispiel.: die Deutung des Alters als Rückzug/Verfall oder aber als aktives Alter
- gesellschaftlichen Altersbilder  
→ auch Altersstereotypen

## Altersbilder als individuelle Vorstellungen und Überzeugungen

- entstehen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund
- beruhen zugleich auf persönlichen Erfahrungen

Die geburtenstarken Jahrgänge kommen ins bzw. sind im Rentenalter. Dabei haben sie gute Chancen, sich noch länger **fit zu fühlen**, nach dem **Motto: 60 sein, wie 50 aussehen und sich wie 40 fühlen**.

60jährige gehen auf Partnersuche, 70jährige in die Hörsäle der Universitäten, 80jährige zu Rockkonzerten. Viele sind ausgesprochen lebenslustig, gesundheitsbewusst, aktiv, setzen sich neue Ziele und stehen mitten im Leben. Dabei ist der **Wunsch, die eigene Balance und Lebensqualität zu verbessern, besonders wichtig**.

aus „50plus: Starke Lebensmitte - Menschen 50plus und ihre Marktmacht“ von Hans-Georg Pompe.



Fotos:LSB NRW

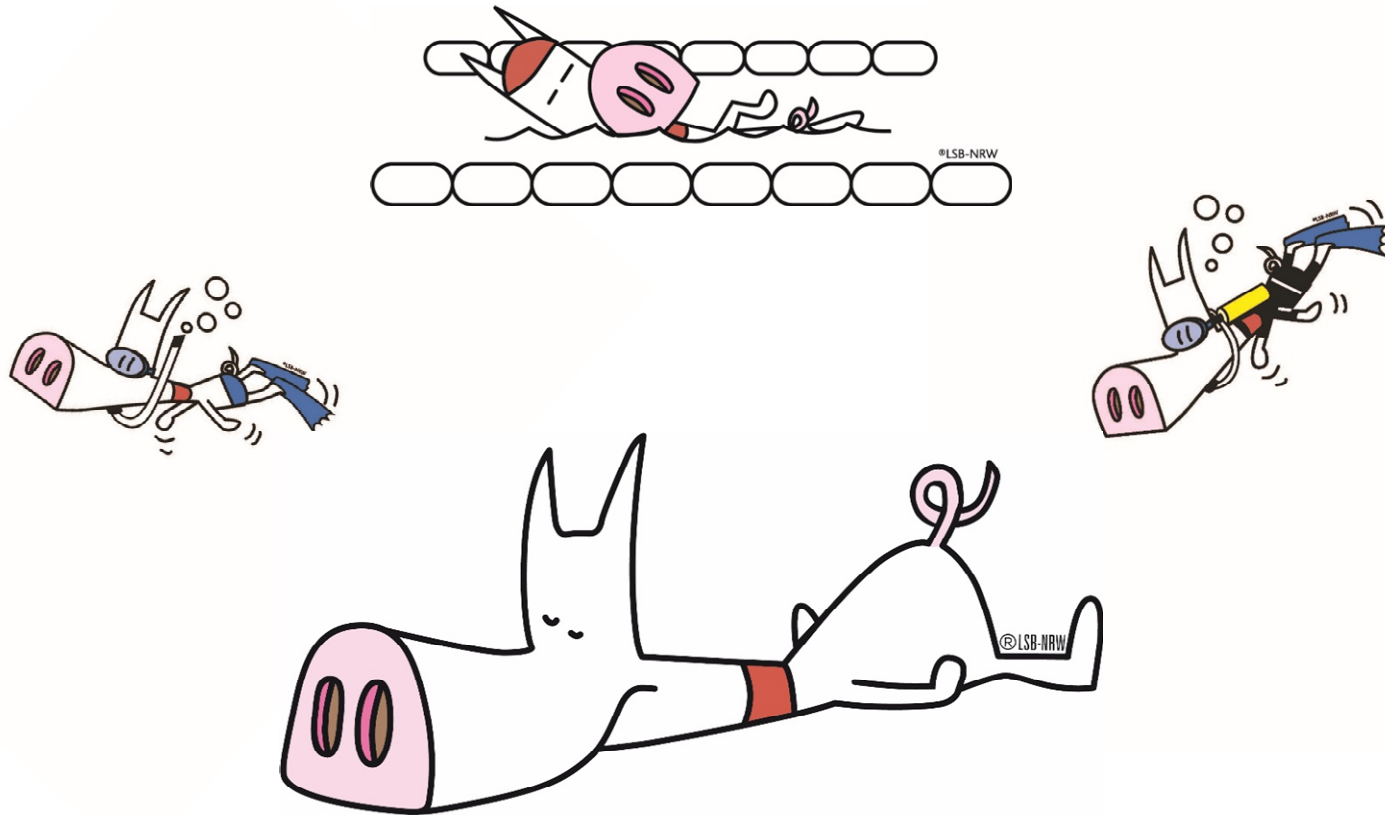


- Gesellschaftliches Phänomen (Zeitgeist)
- Lebensgefühl
- lebensphasenübergreifend
  
- „Sport für Alle“
- Angebote interessenbezogen, d.h. auch lebensphasenübergreifend
- Leistungsniveau an TNI angepasst
- Spiele und Sportarten modifiziert

**...trägt zur Lebensfreude und Lebensqualität,  
Gesundheit, körperlichen Wohlbefinden und  
Fitness, Zufriedenheit, Mobilität, Geselligkeit  
und Teilhabe in jedem Alter bei!**

## Paradox:

- „Versportlichung der Gesellschaft“
- Wunsch nach körperlicher Aktivität und Attraktivität beeinflusst Freizeit- und Urlaubsverhalten
- Bewegungsarmut/-mangel im Alltag, im Beruf durch Sitzen,
- Anforderungsdichte/Zeitmangel
- „erleichternde“ Technik = „Bewegungsverhinderungsgesellschaft“



→ unterschiedliche **Motivation**, Sport zu treiben, sich (mehr) zu bewegen:

- Spaß an Sport und Bewegung
- Leistung
- Freizeit
- „Lifestyle“
- aus Vernunftgründen
- gesellschaftlicher Druck
- gesundheitliche Aspekte, „über Rezept“
- Ausgleich zum Alltag
- Freunde/-innen treffen, soziale Kontakte
- Ästhetische Gründe („schöner Körper“)



- Die Bedeutung von Bewegung, Sport und (körperlicher) Aktivität bei den Älteren steigt.
- Rund eine Million Vereinsmitglieder (20% der Vereinsmitgliedschaft in NRW) sind über 50 Jahre.
- Im TSV NRW sind 41% der Vereinsmitglieder über 50 Jahre
- kontinuierlich steigende Mitgliederzahlen in den Altersgruppen 60+
- Ältere = Zielgruppe mit Zukunftsperspektive
- trotz hoher Zuwachsraten und steigender Bewegungsaktivität besteht Entwicklungsbedarf

# ANGEBOTSGESTALTUNG FÜR DIE ZIELGRUPPE ERWACHSENE/ÄLTERE



- „neue“ Altersverteilung führt zur Anpassung der Angebotsstruktur im Sportverein
  - Anpassung von Sport- und Bewegungsangeboten an die unterschiedlichen Bedürfnisse und Motive der Erwachsenen
  - vom klassischen Seniorensport hin zu bedarfsgerechten vielfältigen Angeboten für Ältere
  - spezielle Angebotsformate für Frauen
- verschiedene Motive für die jeweiligen Zielgruppen
  - Gesundheit, Wellness, körperliche Fitness
  - Mobilität, Selbstständigkeit und Lebensqualität
- alltagsnahe Bewegungs- und Sporträume
  - Alltagsaktivitäten werden gezielt zur Bewegungsförderung vor Ort eingesetzt!

„Es ist nicht nur eine Frage wie **alt** man wird...

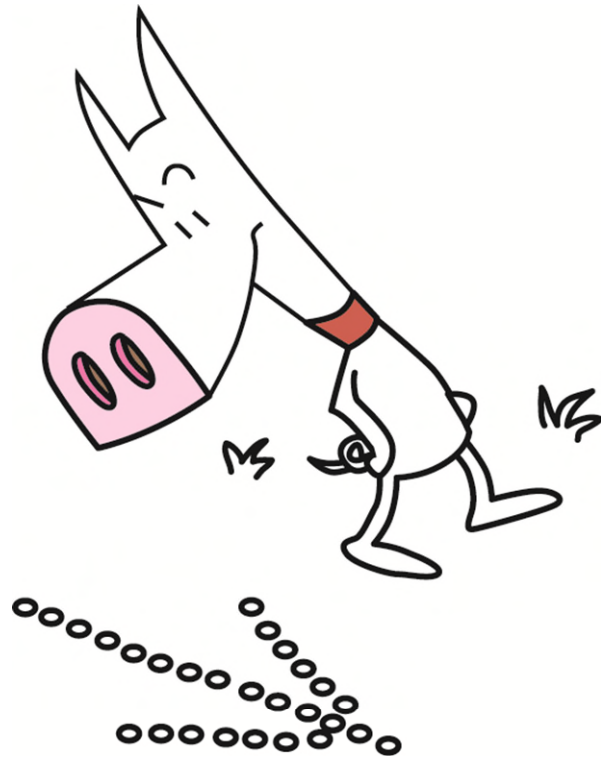
...sondern **wie** man alt wird.“

- **Wie „alt“ ist dein Verein?**
  - **Wie sieht eure Altersverteilung aus?**
- **Welche Bedeutung hat die Thematik für deinen Verein?**
- **Ist mein Verein für dieses Thema sensibilisiert?**
- **Habt ihr Angebote für unterschiedliche Zielgruppen?**
- **Habt ihr eure Mitglieder schon einmal befragt?**
- **Habt ihr Kooperationen?**
- **Wie werbt ihr für neue Zielgruppen?**
- **Wie siehst du deinen Verein?**

# DER LSB-SCHWEINEHUND



viele weitere Motive in der  
Bilddatenbank des LSB NRW  
oder auf Anfrage verfügbar



## Workshop Teil 2