

Kindersport im Visier

Andre Agassi wettet darauf, dass sein ungeborener Sohn eines Tages den noch nicht gezeugten Sohn von Pete Sampras im Tennis schlagen wird. Stopfmaterial fürs Sommerloch oder Tatsache?

Die Sportler und Sportlerinnen werden immer jünger. Viele Eltern unterstützen ihre Wunderkinder aus Ehrgeiz und in Hinblick auf die zu erwartenden Sponsorengelder. Doch wer vertritt die Rechte dieser Kinder, die mit fünf, sechs Jahren schon auf Hochleistung gedrillt werden?

Kinder wollen leisten und zeigen uns stolz ihre Fortschritte. Sie haben Spaß an kleinen Wettkämpfen und besonders an ihren Erfolgen. Das macht es leicht, sie zu motivieren. Beste Voraussetzungen also für ein sportliches Training mit groß angelegten langfristigen Zielen. Dazu kommt noch, dass von der motorischen Entwicklung her die optimale Lernphase im Alter von etwa acht bis elf Jahren liegt. Kinder lernen in diesem Altersabschnitt neue Bewegungsabläufe besonders leicht und schnell.

Sobald das Längenwachstum einsetzt, fangen die Schwierigkeiten an: Die Hebelverhältnisse der Extremitäten verändern sich, und die Jugendlichen können ihre Arme und Beine nicht mehr wie vorher koordinieren, dazu kommen das erwachende Interesse für das andere Geschlecht, die zunehmende Bedeutung der "Clique" und die Phase des Protests gegen die Erwachsenen.

Eine schwierige Zeit, in der der Sport durchaus gute Hilfe leisten könnte. Bewegung unterstützt die Jugendlichen dabei, sich im nicht mehr völlig vertrauten Körper wieder zurechtzufinden, lässt sie Gleichaltrige mit ähnlichen Interessen treffen und kann ein Ventil für angestaute Aggressionen sein.

Leider vertrauen zu viele Eltern unseriösen Trainern und Trainerinnen, was die sportliche Karriere ihrer Sprößlinge betrifft. Mütter oder Väter hören nur zu gerne, wie das Talent ihres Kind betont wird. Aber sobald ein Trainer oder eine Trainerin vorschlägt, das Kind solle die Abendschule besuchen oder die Schule verlassen, um sich besser auf das Training konzentrieren zu können, sollten sämtliche Alarmglocken schrillen. Eine ordentliche Ausbildung muss das feste Standbein eines Sportlers oder einer Sportlerin sein. Denn der Weg nach oben ist steil und steinig, und auch wer es geschafft hat, kann noch abstürzen.

Welche Mutter, welcher Vater möchte seinem Kind heute nicht alle Möglichkeiten offen halten und es optimal fördern? Nur: Der Sport ist ein hartes Geschäft, und das beginnt bereits damit, dass sich die Sportvereine immer jüngere Kinder "angeln", damit sie keine Nachwuchsprobleme haben. Die Vereine erfüllen zweifelsohne eine wertvolle Aufgabe, indem sie Kindern und Jugendlichen eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung anbieten. Wer in einem Verein mitarbeitet, weiß auch, dass das alles eher als ein Honigschlecken ist: Sporthallen, Meisterschaften, Trainer und Trainerinnen, Dresses müssen organisiert und bezahlt werden, und nicht zuletzt wird die

steuerrechtlich einwandfreie Führung eines Vereins durch stets neue Bestimmungen immer schwieriger.

Jeder Verein ist auf Sponsoren angewiesen, ganz egal, wie groß oder wie klein er ist. Wo wenig Geld da ist, fehlen in der Regel leider auch die gut ausgebildeten Trainer und Trainerinnen. Am ehesten wird dann beim Kindertraining gespart, weil es keine großartigen Lorbeeren einbringt.

Aber: Im Kindesalter werden die Grundlagen für die spätere Entwicklung im psychischen wie im motorischen Bereich gelegt. Trainieren Kinder schlecht, wirkt sich das aus: Fehlbelastungen und zu hohe Trainingsumfänge führen zu Verletzungen und Spätschäden am Bewegungsapparat.

Unzureichend ausgebildete Trainer und Trainerinnen oder solche unter starkem Erfolgszwang neigen dazu, die aus dem Profisport überlieferten Trainingsmethoden einfach auf die Kinder anzuwenden. Kinder sind jedoch nicht kleine Erwachsene, und die Wachstumsprozesse im Körper eines Kindes verlangen gezieltes Training und eine breite motorische Grundausbildung als wirksamen Schutz vor Verletzungen und eventuellen Folgeschäden.

Die Kinder müssen auch die Möglichkeit haben, Bewegungen einfach auszuprobieren und ihre Grenzen kennenzulernen. Schaffe ich den Aufstieg am Tau? Trau ich mich über den Schwebebalken? Wie schnell kann ich laufen? Im täglichen Leben haben die Kinder heute diese Möglichkeiten nicht mehr: Normierte Spielplätze, auf denen die Kinder unter den Habichtsaugen übervorsichtiger Mütter und Väter an den verschiedenen Geräten fast zwingend vorgegebene Bewegungen ausführen, dienen nicht unbedingt der Entwicklung eines gesunden Körper- und Selbstbewußtseins.

Eine weit verbreitete Unart besonders unter (schlechten?) Trainern ist außerdem das wilde Machogehabe auf dem Sportplatz oder in der Halle. Niemand wird gerne angeschrien oder mit Flüchen bedacht. Warum also sollten Trainer sich Kindern gegenüber so daneben benehmen? Außerdem sind Trainer und Trainerinnen immer Vorbilder, und dessen sollten sie sich bewusst sein.

Was können die Eltern also tun, um ihren Kindern zu einem gesunden sportlichen Training zu verhelfen, das ihnen Spaß macht?

Auf jeden Fall sollten sie mit gutem Beispiel vorangehen und sich mit ihren Kindern auf möglichst vielfältige Weise bewegen.

Dann sollten sie in den Vereinen dafür sorgen, dass qualifizierte Personen das Kindertraining übernehmen und ihnen nicht irgendwelche Sponsoren dazwischenreden, weil sie frühzeitig Erfolge sehen wollen.

Außerdem sollten Eltern ihren Kindern den Rücken stärken, damit sie sich auch von dem geliebten Trainer nicht anbrüllen lassen.

Und die Eltern in erster Instanz sind gefordert, wenn die Kinder zu einem Wettkampf gefahren werden müssen und wenn ein Verein Unterstützung braucht!

Patrizia Gozzi Buca

