



Dominic Ullrich, Fred Eberle, Peter Wastl

KINDERLEICHTATHLETIK ■ ■ ■ ■ ■
GRUNDLAGENTRAINING ■ ■ ■ ■ ■

AUFBAUTRAINING ■ ■ ■ ■ ■
LEISTUNGSTRaining ■ ■ ■ ■ ■



Strukturwandel in der Leichtathletik

Foto: Imago

Veränderte gesellschaftliche Rahmenbedingungen

„Die traditionelle Leichtathletik, wie wir sie seit Jahrzehnten kennen, sieht sich zunehmend mit den Einflüssen veränderter gesellschaftlicher Rahmenbedingungen konfrontiert. Neben der lange Zeit dominierenden Leistungsorientierung gewinnen andere Sinngebungen und veränderte, mehr auf soziale Interaktion zielende Trainingsinhalte und Wettkampf-formen an Bedeutung. Erkennbar sind diese Entwicklungen unter anderem an veränderten Lehrplänen für das Unterrichtsfach Sport an den Schulen sowie an der Einführung neuer Wettkampfangebote.“ (DLV-Arbeitsgruppe Meisterschaftssystem 2013) Weitere Merkmale veränderter Rahmenbedingungen sind die deutlich gewachsene Konkurrenz durch

andere Sportarten, die schulpolitische Entwicklung (Einführung von Ganztagsunterricht und G8-Ausbildung) sowie veränderte Ausbildungsziele in der Sportlehrerausbildung an Hochschulen. Die veränderten Rahmenbedingungen (s. auch Beitrag „Die Leichtathletik auf dem Prüfstand“ ab Seite 25) erfordern qualifizierte Trainer im Nachwuchsbereich, die neben fachspezifischen Kenntnissen vor allem eine erhöhte pädagogische Handlungskompetenz und damit ein alters- und entwicklungsgemäßes, zeitgemäßes Sportangebot zur Verfügung stellen können, das Heranwachsende nachhaltig positiv beeinflusst bzw. in der Leichtathletik oder im Sport allgemein prägt. Die notwendigen Entwicklungsperspektiven der Leichtathletik wurden bereits Anfang der 1990er-Jahre formuliert und

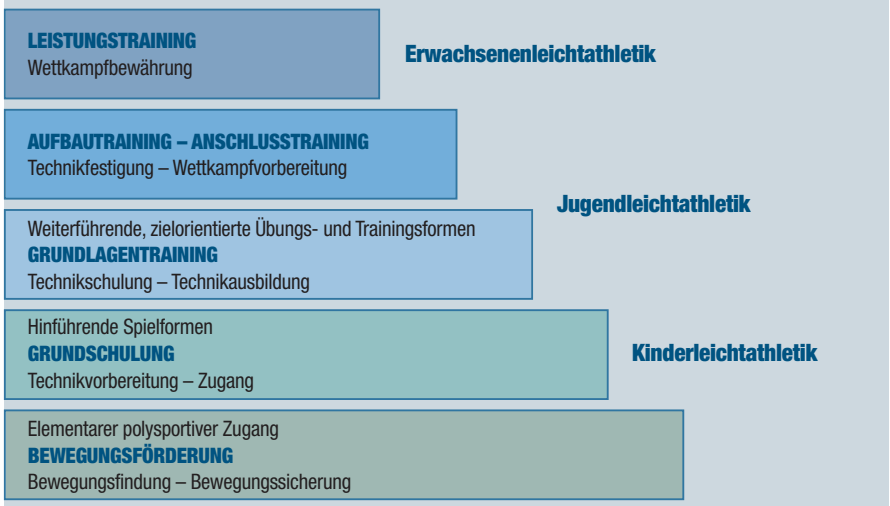
angestoßen. Der damalige DLV-Präsident Helmut Digel sprach 1992 von „zwingend notwendigen neuen Formen der Präsentation der Kinder- und Jugendleichtathletik“ sowie von der „Neugestaltung der Bundesjugendspiele und bestehender Wettkampfkonzeppte“. Die hierfür notwendigen Ausbildungsangebote (s. auch „Das Kind im Mittelpunkt“ ab Seite 56) stellen somit Aufgabenreiche für die Lehre im DLV dar und sind damit auch eine wesentliche Teilperspektive für einen erfolgreichen Strukturwandel in der deutschen Leichtathletik.

Entwicklungsgemäße motorische Ausbildungsstufen

Das in der Öffentlichkeit wahrgenommene Bild der Leichtathletik ist stark vom Leistungssport geprägt. Um sportliche

1 ABBILDUNG

Leichtathletische Ausbildung in Stufen



nach DLV-Arbeitsgruppe Meisterschaftssystem 2013

Höchstleistungen zu ermöglichen, müssen bereits in frühen Jahren durch entwicklungsgemäße motorische Ausbildungsstufen Grundlagen und Voraussetzungen geschaffen werden (s. Abb. 1). Beginnend mit einem elementaren polysportiven Zugang über eine allgemeine Bewegungsförderung, die motorische, psychische und kognitive Anreize gibt sowie erste koordinative Bewegungserfahrungen ermöglicht, wird in der weiterführenden Ausbildungsstufe der Grund-

schulung (Kinderleichtathletik) eine vielseitige psychomotorische Basis als spielerischer Zugang und als Technikvorbereitung für das anschließende Grundlagentraining gegeben. Im folgenden Grundlagentraining (beginnende Jugendleichtathletik) steht dabei die Weiterführung von zielorientierten Übungs- und Trainingsformen im Mittelpunkt, die die leichtathletischen Grundtechniken vorbereiten.

DLV-Wettkampf- und Trainingskonzept für den Nachwuchs

Die beschriebene Argumentation führte zur Veränderung nicht nur der Trainingsinhalte und -angebote im DLV. Im Zuge dieser Änderungen wurden daher zum einen die Altersklassenbezeichnungen international angepasst. Zum anderen wurde grundsätzlich zwischen Kinder- und Jugendleichtathletik unterschieden. Der Kinderleichtathletik wurden eigene alters- und entwicklungs-

2 ABBILDUNG

Entwicklungsphasen als Grundlage für das DLV-Nachwuchswettkampf- und Trainingskonzept

Alter	U8		U10	U12	U14	U16	U18	U20	
m.	Vorschulalter	frühes Schulkindalter		spätes Schulkindalter		erste puberale Phase	zweite puberale Phase		Beginn Erwachsenenalter
w.	Vorschulalter	frühes Schulkindalter		spätes Schulkindalter		erste puberale Phase	zweite puberale Phase		Beginn Erwachsenenalter
physiolog. Entw.	Längenwachstum			Breitenwachstum Kraftzuwachs bei geringer Größen- & Gewichtszunahme		Längenwachstum/veränderte Proportionen, Gewichtszunahme		Breitenwachstum/veränderte Proportionen	
								ausgeprägter Muskelzuwachs	
						hormonelle Instabilität		hormonelle Stabilisierung	
psychosoz. Entw.	Bewegungsfreude, Lernbereitschaft, geringe Konzentration	verbesserte Konzentrations-, Differenzierungs-, Wahrnehmungsfähigkeit		Verbesserung Wahrnehmungsfähigkeiten		erhöhter Intellekt/ beginnende Abgrenzung zur Erwachsenenwelt		psychische Ausgeglichenheit/ verbesserte Lernbereitschaft	
motorische Entw.	gute Trainierbarkeit, Koordination		bestes motorisches Lernalter			Abnahme koordinativer Leistungsfähigkeit		zweites motorisches Lernalter	
						gute Trainierbarkeit			
Kinderleichtathletik Kinderdisziplinen					Jugendleichtathletik Jugenddisziplinen				

nach DLV, 2010

1

Disziplingangebot der Kinderleichtathletik im DLV als Vorbereitung auf die Altersklasse U14

		U8 w/m 6/7 Jahre	U10 w/m 8/9 Jahre	U12 w/m 10/11 Jahre	U14 w/m 12/13 Jahre
LAUF	zum Sprint	30 Meter	40 Meter	50 Meter	75 Meter
	zum Hürdensprint	Hindernissprint-Staffel	Hindernissprint-Staffel	Hindernissprint-Staffel	60 Meter Hürden
	zur Rundenstaffel			6 x 50 Meter	4 x 75 Meter Staffel
	zum Dauerlaufen	Team-Biathlon	Team-Biathlon	6 x 800 Meter Stadioncross	6 x 800 Meter/800 Meter/2000 Meter/Cross
WURF	zum Schlagwurf	Schlagwurf	Schlagwurf	Schlagwurf	Ball-/Speerwurf
	zum Kugelstoß	beidarmiges Stoßen	Medizinball-Stoßen	Stoßen	Kugelstoß
	zum Diskuswurf	Drehwurf	Drehwurf	Drehwurf	Diskus-/Hammerwurf
	zum Weitsprung	Zielweitsprung	Weitsprungstaffel	(Additions-)Weitsprung	Weitsprung
SPRUNG	zum Hochsprung	Hoch-Weitsprung I	Hoch-Weitsprung II	(Scher-)Hochsprung	Hochsprung
	zum Dreisprung	Einbein-Hüpfer-Staffel	Wechselsprünge	Fünfsprung	
	zum Stabhochsprung	Stabsprung	Stab-Weitsprung I	Stab-Weitsprung II	Stabhochsprung

nach DLV, 2013

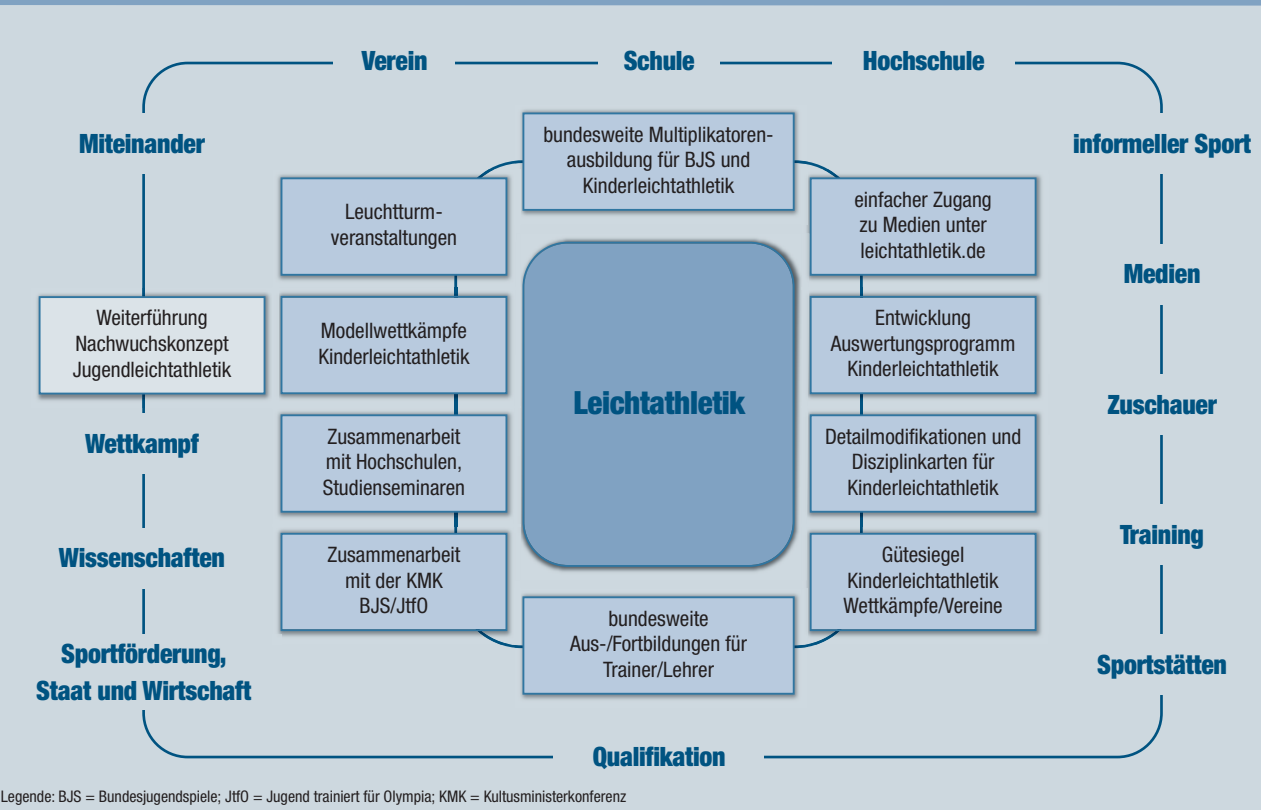
gemäß Wettkaupfangebote zugeordnet, die alle Disziplingen der Leichtathletik kindgemäß abbilden und damit die spätere Jugendleichtathletik grundlegend, vielseitig und langfristig motivierend vorbereiten (s. Tab. 1). Mit Blick auf die psychosoziale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen wird mit der Entscheidung des DLV zur Teamleichtathletik in dieser Altersphase eine wesentliche Motivlage eben dieser jungen Leichtathleten berücksichtigt: Das Sporttreiben der Kinder muss vor allem Spaß machen und sollte möglichst innerhalb einer Gruppe, also mit Freunden stattfinden (vgl. dazu WEINECK; 2002, WIAD 2000, Veltins-SPORTSTUDIE; 2001, LINDEMANN; 1997, KURZ; 1996, HUMMEL; 1998). Daher beinhaltet die Kinderleichtathletik seit diesem Jahr vor allem Teamwettbewerbe, in welche die „klassischen Disziplingen“ wie 50-Meter-Sprint, Ballwurf, Hoch- und Weitsprung in der Altersklasse U12 (zehn- und elfjährige Kinder) fest integriert sind. Die Wettkämpfe sollen vorrangig als Mehrkampf angeboten werden. Für die gesamte Kinderleichtathletik gilt

das Prinzip der Vielseitigkeit, mit dem Ziel, einer zu frühzeitigen Spezialisierung vorzubeugen. Des Weiteren gilt das Prinzip der zunehmenden Individualisierung, das in der Altersklasse U12 den Übergang zur individualisierten Jugendleichtathletik sichern soll (s. Tab. 1). Nachdem bereits das 1993 eingeführte „ergänzende DLV-Wettkampfprogramm“ nur unzureichend umgesetzt wurde, wurde auf Initiative des Bundesausschusses Jugend und des Auftrags des DLV-Präsidiums eine Arbeitsgruppe „Nachwuchskonzept“ gebildet. Diese DLV-Fach- und Expertengruppe hat seit 2008 das Disziplingenangebot und deren Wettkampfprinzipien sowie -umsetzungen der Kinderleichtathletik erarbeitet und in zahlreichen, wissenschaftlich begleiteten Modellwettkämpfen erprobt. Dabei wurden notwendige Partner wie beispielsweise die Kultusministerien und Hochschulen der Länder eingebunden, um die Leichtathletik zukünftig einheitlich in Schulen und Vereinen anbieten zu können. Weitere Teilperspektiven in der Umsetzung sind vor allem die verstärkte Multiplikation der Fachinhalte, die Aus- und

Fortbildung von Trainern und Lehrern sowie die Unterstützung von Ausrichtern mit geeigneten Medien und Materialien als Hilfestellungen zur Wettkampforganisation (s. auch Beitrag „Praktische Tipps für Veranstalter“ ab Seite 36). Mit der Einführung der „neuen“ Kinderleichtathletik im Jahr 2012 und der Umsetzungsphase 2013 stehen jetzt für die DLV-Arbeitsgruppe „Meisterschaftssystem“ weitere strukturelle Veränderungen vor allem für die Jugendleichtathletik an. **Leichtathletik im Schulsport** Leichtathletik hat als Grundlagensportart weiterhin auch im Schulsport eine erhöhte Bedeutung, wenn auch die aktuellen Lehrpläne mit ihren veränderten fachdidaktischen Konzepten verstärkt kompetenz- und prozessorientiert sind und nicht mehr Sportarten beinhalten, sondern in Bewegungsfeldern (Laufen, Springen und Werfen) und pädagogischen Leitbildern vermittelt werden (Mehrperspektivität). Hier liegt einerseits die Chance einer künftigen zeitgemäßen Form unserer Sportart mit erweiterten Zugängen zur

3

Strukturwandel der Leichtathletik durch Vernetzung



nach DLV, 2013

Leichtathletik, andererseits aber auch die Schwierigkeit des sich vergrößernden Abstands zur außerschulischen Sportwelt. **Leichtathletik in der Sportlehrerausbildung** Die an den Schulen sich abzeichnende Entwicklung findet auch ihren Niederschlag in der Sportlehrerausbildung an den Hochschulen. So zeigt sich eine deutliche Reduktion der sportpraktischen (insbesondere der sportartorientierten) Inhalte in den Studien- und Ausbildungsplänen. In allen sportwissenschaftlichen Studiengängen wird eine Tendenz erkennbar, die sportartorientierte Praxisausbildung (also auch die Ausbildung in der Sportart Leichtathletik) in Bezug auf den Umfang zu reduzieren. Zusätzlich versteht sich die Sportpraxis eher als sportartenübergreifende oder als reflektierte Praxis unter mehrperspektivischen Gesichtspunkten. Beide Entwicklungen führen dazu, dass die Grundlagensportart Leichtathletik an Bedeutung verliert und in ihrem Kern nicht mehr entsprechend repräsentiert wird.

Strukturwandel durch Vernetzung und Dialog Die beschriebene Problematik kann durch einen ständigen Dialog der Hochschulen mit den jeweiligen Sportfachverbänden möglicherweise umgangen werden, wenn sich in der Fachdidaktik das Konzept „Erziehung zum und mit Sport“ im Gegensatz zum Konzept der „Erziehung durch Bewegung“ (Bewegungsfelder, z. B. Laufen, Springen, Werfen) durchsetzt. Um in einen Dialog der Sportverbände mit den Hochschulen zu treten, hat der Deutsche Leichtathletik-Verband bereits seit mehr als zehn Jahren das Konzept des DLV-Hochschultags (s. auch www.leichtathletik.de/hochschultag) erarbeitet und gemeinsam mit zahlreichen universitären Einrichtungen umgesetzt. In Bezug auf die Leichtathletik geht es bei diesem Projekt vor allem um

- die Darstellung der Leichtathletik als Basissportart sowie
- die Unterstützung und Ergänzung der Ausbildungsinhalte der Leichtathletik für Studierende und
- die Vermittlung sportartenübergreifender Impulse durch die Leichtathletik.

Diese beschriebene Partnerschaft zwischen dem Verband und den Hochschulen steht exemplarisch für zahlreiche weitere notwendige Partnerschaften der Leichtathletik, beispielsweise mit Kultus- und Bildungsministerien (Verantwortung für Schulen und Kindertagesstätten), den Wissenschaften, der Wirtschaft sowie den Medien (s. Abb. 3). Auch einzelne DLV-Landesverbände können Partner von Kultusministerien werden. So werden in Kooperation mit den jeweiligen Bezirksregierungen Lehrerfortbildungen für unterschiedliche Schulstufen durchgeführt, in denen die zuvor genannten Ziele (Leichtathletik als Basissportart, Ergänzung der Ausbildungsinhalte usw.) berücksichtigt werden. Dies vermag die Stellung der Grundsportart Leichtathletik zu stärken und kann helfen, die Leichtathletik in der Ganztagesförderung zu positionieren. Durch die Vernetzung aller Aufgabebereiche und Perspektiven der Leichtathletik mit allen genannten Partnern (s. Abb. 3) sind ein erfolgreicher Strukturwandel und damit die Zukunft und die Bedeutung der Leichtathletik gesichert. ■