

## JUGENDSPORT: GANZ SPIELERISCH ZUR LEICHTATHLETIK

Leichtathletik – man denkt an Maßband und Stoppuhr, an hartes und oft eintöniges Training. Das muss nicht sein. Für die jüngsten Altersklassen hat der Leichtathletik-Verband ein neues Wettkampf-System entwickelt, das den Bedürfnissen der Kinder gerecht wird: Die Kinder-Leichtathletik.

## Das Stadion als Abenteuerparcours

Schon lange vor dem Einsatz hüpfte das kleine Mädchen im grünen Trikot von einem Bein aufs andere, der ganze Körper vibriert. Es klatscht in die Hände, feuert den Mannschaftskollegen lautstark an, der gerade unter den Hürden durchgeschlüpft ist, nun den Slalom durch die Pylonen absolviert, über Stangen springt, durch einen Fahrradreifen schlüpft, schließlich mit letzter Kraft zurückläuft und das schon aufgeregt wartende Mädchen mit einer Rolle vorwärts ins Rennen schickt. Der Vorsprung ist leicht geschmolzen, nebenan kommt die Mannschaft in den weißen Hemden auf, es wird spannend, brutal eng, doch es reicht. Und die Kinder in den grünen Trikots lassen sich feiern, von den Mamis und Papis, die sie in den letzten drei Stunden begleitet haben durch einen Wettkampf, bei dem es schließlich nur Sieger gibt.

Aber ist das noch die Leichtathletik, wie wir sie kennen? Muss man da nicht lernen, geradeaus zu laufen, mit aufrechten Oberkörper und stampfenden Schritten wie ein Usain Bolt? Muss man nicht, nicht als Kind! Hans Katzenbogner hat das schon vor knapp 20 Jahren gesagt. Der Mann war Zehnkämpfer, Grundschullehrer im Kreis Freising. Und wollte den Sport revolutionieren. Mit seiner „Spiel-Leichtathletik“, mit Bananenkisten, Reifen, Ringen, Bällen, Pylonen den Kindern die Bewegungserfahrungen zurückgeben, die sie in unserer modernen Zeit nicht mehr finden. Der Phantasie waren keine Grenzen gesetzt. Aber Katzenbogner. Er war zwar gerne gesehen als Referent bei Fachtagungen, seine Idee aber hat sich nicht durchgesetzt. Bis jetzt.

Katzenbogner war seiner Zeit wohl etwas voraus, seit diesem Jahr ist das, was er einst postulierte, leicht abgeändert als „Kinder-Leichtathletik“ das Trainingskonzept für Kinder, verpflichtend für alle Vereine des DLV. Und das ist gut so, sagt Andreas Streng. Dem Gymnasiallehrer aus Markt Schwaben war es schon lange ein Dorn im Auge, dass „Kinder bei Wettkämpfen so viel rumstehen, lange auf ihren Einsatz warten müssen. Leichtathletik hat doch mit Bewegung zu tun.“ Als Trainer der LG Sempt hat er schon vor drei Jahren begonnen, eine andere Form der Leichtathletik für die Region Wendelstein zu



Staffeln, Hindernisse und jede Menge Begeisterung: Die Kinder-Leichtathletik will den Bedürfnissen der Kleinsten gerecht werden.

entwickeln, „angepasst an das Alter der Kinder. Und den Zeitgeist.“ Was wollen Kinder? „Wetteifern, sich messen, aber auch Spaß finden, Freude und Freunde.“ Am besten im Team. Nicht den Leistungssport der Erwachsenen nachahmen.

Nun gibt es Zielweitsprung und Stabsprung, Hindernis-Sprintpendelstaffel, Hochweitsprung und Medizinballstoßen, das ganze Stadion ist eine Art Abenteuerparcours mit Pylonen, Stangen, Hindernissen, Fahrradreifen, bunten Flaggen und Markierungen. „Viele spielerische Komponenten sind dabei“, sagt Streng, wichtig sind ihm Staffeln, „aber alles soll auch zielführend sein.“ Hin zur „richtigen“ Leichtathletik, die für die Kinder dann mit 13, 14 beginnt. Ein wesentlicher Aspekt bei der Kinder-Leichtathletik ist, dass bei den

Kleinsten der U8 und U10 nicht die individuelle Leistung gewertet wird, sondern die der Mannschaft. „Der Teamgeist ist, was die Kinder begeistert“, glaubt Iris Urban, beim bayerischen Landesverband zuständig für das neue Ressort Kinder-Leichtathletik.

Druck haben die Kinder genug, sagt Regine Uhl. Sie ist Mutter und Trainerin, kennt beide Seiten. Sport, findet sie, soll Ausgleich sein zum Schulstress, der gerade bei den Zehnjährigen in den Zwang ausarte, unbedingt den Übertritt ins Gymnasium schaffen zu müssen. Ihr geht es beim Training nun nicht darum, Top-Athleten zu züchten, sondern Spaß an der Bewegung zu vermitteln. Und Werte. „Teamgeist“ nennt sie an vorderster Stelle, musste aber auch schon erfahren, dass das nicht jeder so sieht:

„Eine Mutter hat ihr Kind deswegen rausgenommen, weil die Einzelleistung nicht mehr zählt.“

Absurd findet das Andreas Streng. „Gerade in dem Alter sind es doch die Akzelerierten, die alles gewinnen.“ Und den Spätentwicklern Spaß und Motivation nehmen. „Bei der Kinder-Leichtathletik können sich die Schwächeren auch in der Gruppe verstecken, weil schlechtere Leistungen aus der Wertung fallen und somit den Erfolg der Mannschaft nicht gefährden.“ So sind sie akzeptiert, bleiben länger dabei und genießen das Gruppenerlebnis. Auch wenn sie nie der große Athlet werden.

„Ich sehe das als Chance für die Leichtathletik“, sagt Streng. Wobei sich die Lage beim Nachwuchs keineswegs dramatischer darstellt als in anderen Sportarten. „Bei den



FOTOS: HÜBNER

Jüngsten haben wir gar keine Probleme“, beteuert Regine Uhl. Schwierig sei, die Jugendlichen über die Pubertät hinaus beim Sport zu halten. Das ist nicht nur bei der Leichtathletik so, die aber in der Medienpräsenz noch deutlicher zurückgefallen ist im Vergleich zum Fußball. Wen kennen die Kids noch? Usain Bolt vielleicht. Aber deutsche Athleten? „Vorbilder finden sie vor allem in den erfolgreichen Sportlern des eigenen Vereins“, glaubt Uhl.

Am wichtigsten aber ist einfach der Spaß. Und den vermittelt die Kinder-Leichtathletik. In kleinen Gruppen ziehen die Kinder von Station zu Station, gefragt sind Vielseitigkeit, koordinative Fähigkeiten, die man sich früher beim Baumklettern oder Indianerspielen erwarb. Auch darauf zielt die Kinder-Leichtathletik mit ihren viel-

fältigen Übungen, die viel mit Bewegungserziehung zu tun haben und Spielraum für eigene Ideen lassen. Nach rund drei Stunden ist der Wettkampf, der sich früher über den ganzen Tag hinzog, beendet. „Die Kinder haben das Gefühl, wirklich was gemacht zu haben, sind dauernd beschäftigt und am Ende ziemlich fertig“, sagt Streng.

Haben aber immer noch die Kraft, beim abschließenden „Grand Prix“, in dem auf dem Hindernisparcours noch mal alle Teams gegeneinander antreten, das Letzte aus sich rauszuholen. Schließlich fallen die Kinder ausgepumpt, aber überglücklich in die Arme ihrer Eltern. Und die strahlenden Gesichter zeigen, dass Andreas Streng recht hat, wenn er sagt: „So ein Wettkampf, das ist kein toter Tag mehr.“ Sondern ein echtes Highlight für die Kids.

## IRIS URBAN VOM BLV ÜBER DIE EINFÜHRUNG DER KINDER-LEICHTATHLETIK

## „Nicht immer nur das Gleiche“

Iris Urban ist im Bayerischen Leichtathletik-Verband als Bildungsreferentin zuständig für die Kinder-Leichtathletik.

■ Frau Urban, plagen die Leichtathletik Nachwuchs-sorgen?

Nicht mehr und nicht weniger als in anderen Sportarten auch.

■ Also ist das Konzept der Kinder-Leichtathletik nicht deswegen eingeführt worden?

Eigentlich setzen wir mit der Kinder-Leichtathletik da an, wo wir die Probleme gar nicht haben. Die größeren Sorgen, was die Drop-Out-Quote betrifft, haben wir in der Pubertät.

■ Die Kinder-Leichtathletik ist seit diesem Jahr

deutschlandweit verpflichtend. Warum eigentlich erst jetzt? Es gab doch schon vor gut 15 Jahren einen gewissen Hans Katzenbogner mit der „Spiel-Leichtathletik“, einem ganz ähnlichen Konzept. Richtig, die Kinder-Leichtathletik ist auch ganz eng mit dem Namen Katzenbogner verknüpft. Damals aber haben sich seine Ideen noch nicht durchgesetzt, die Lobby dafür war noch nicht stark genug.

■ Hat die Konkurrenz durch die anderen Sportarten nun ein Umdenken bewirkt?

Darum geht es nicht. Es gibt mehrere Gründe. Studien belegen, dass das Interesse für gewisse Dinge wie auch Sportarten und Disziplinen

etwa sieben Jahre anhält, ohne langweilig zu werden. Wenn nun Kinder mit acht oder sogar schon sechs Jahren in die Leichtathletik eingestiegen sind, haben sie bis 14 eigentlich nur immer das Gleiche gemacht. Geradeaus laufen, springen und Ball werfen. So ist es schwierig, die Kinder auf Dauer bei der Stange zu halten.

■ Ist Leichtathletik zu langweilig für unsere modernen Kinder?

Nein, glaube ich nicht. Aber man hat festgestellt, dass die Wettkämpfe nicht altersgerecht waren, es gab Kinder, die körperlich und kräftemäßig einfach überfordert waren. Außerdem haben wir durch das Geradeaus-Laufen, Geradeaus-Springen und Geradeaus-Werfen wenig koor-

dinative Fähigkeiten der Kinder abgefragt. Durch die Kinder-Leichtathletik wird nun in den Vereinen vielseitiger trainiert. Mit der Kinder-Leichtathletik wollen wir die Jüngsten aber schon auch auf die Disziplinen, die sich in der Jugend kaum mehr von der Leichtathletik der Erwachsenen unterscheiden, vorbereiten.

■ Und die Kids früher in den Verein holen?

Durch Kinder-Leichtathletik haben wir nun die neue Altersgruppe U8, die gab es bisher nicht. Dort gibt es ganz eigene, kindgerechte Disziplinen. Bei U8 und U10 ausschließlich im Team. Wir bieten damit den Kindern auch ein intaktes soziales Umfeld, das in manchen Familien so leider nicht mehr gegeben ist.

■ Gibt es von Leistungs-fanatikern auch Kritik am neuen Konzept?

Die, die kritisieren, waren noch nicht bei einem Wettkampf dabei oder nicht auf unseren Info-Veranstaltungen. Wenn sie den Spaß der Kinder gesehen haben, sind sie überzeugt.

■ Steht die deutsche Leichtathletik damit vor einer guten Zukunft?

Ganz wichtig ist, dass dieses neue System auch in den Schulen Einzug hält. Wenn Kinder dabei Spaß haben, kommen sie auch in den Verein. Der Vorteil ist, dass bei der Kinder-Leichtathletik auch Freunde mitgebracht werden können, man muss nicht Mitglied sein, um in einer Gruppe mitmachen zu können.



Wer den Spaß der Kinder sieht, ist schnell überzeugt.

## TIPPS, TRENDS UND INFOS

## Kinder-Leichtathletik

Mit der Einführung eines neuen Wettkampfsystems möchte der Deutsche Leichtathletik-Verband künftig nicht nur wieder mehr Kinder für die Leichtathletik begeistern, sondern auch Leichtathletik mit System anbieten. Systematisch, zielführend und dabei fördernd und fordernd soll vor allem die Vielfältigkeit der Leichtathletik kindgerecht vermittelt werden. Mittel- und langfristig sollen auf dieser Grundlage die späteren Disziplinen vorbereitet werden.

## Größere Vielfalt

Fred Eberle, im Deutschen Leichtathletik-Verband zuständig für Lehre und Ausbildung, über die Kinder-Leichtathletik: „Dieses neue System ist abwechslungsreicher und breiter angelegt als einzelne Disziplinen im Laufen, Springen und Werfen bisher. So gab es bislang im Bereich Werfen nur den Schlagballwurf. Jetzt soll es Werfen mit mehreren Geräten wie Bällen, Stäben, Heulern oder Reifen geben. Das neue System ist vielfältiger und damit kindgerechter. Kindern, die vier oder fünf Jahre bei Kreismeisterschaften oder Bundesjugendspielen immer dasselbe machen, wird es langweilig und sie verlassen die Sportart. Der Drop-Out im Jugendalter ist die logische Folge. Mit dem neuen System wollen wir dieser Entwicklung entgegenwirken.“

## Große Auswahl

Für die Kinder-Leichtathletik gibt es ein breites Spektrum an Übungen und Wettbewerben. Aus diesem Angebot stellen Veranstalter ihr Programm zusammen. Verbindlich ist die Durchführung je einer Lauf-, Sprung- und Wurfdisziplin für jeden Wettkampftag. Empfohlen werden für einen Wettkampftag drei bis vier Disziplinen in der Altersklasse U8, vier bis fünf Disziplinen in der U10 sowie vier bis sechs Disziplinen bei der U12. Während die U8 und U10 ausschließlich Teamwettbewerbe vorsieht, ist in der U12 auch eine Einzelwertung möglich. Infos unter [www.blv-sport.de](http://www.blv-sport.de)

## Gemischte Teams

Die Teams in der Kinder-Leichtathletik sind stets gemischt, Mädchen und Buben bilden ein Team, das aus mindestens sechs bis maximal elf Teilnehmern besteht. Es können auch Startgemeinschaften für die jeweilige Veranstaltung gebildet werden. Dabei können sich auch einzelne Kinder anschließen, auch Schulmannschaften dürfen teilnehmen.

## JUGENDSPORT

Die Jugendsportseite erscheint alle drei Wochen am Freitag. Autor ist Reinhard Hübner, für Tipps, Infos und Anregungen erreichbar unter 08031/42657 oder [Huebner-Rosenheim@t-online.de](mailto:Huebner-Rosenheim@t-online.de)