



DIPLOMARBEIT

Titel der Diplomarbeit

Der Einfluss des Schulwechsels auf Drop Out und
Bindung im Kinderhochleistungssport am Beispiel von
Mädchen im Kunstturnen

Verfasserin

Sabine Hirsch

angestrebter akademischer Grad

Magistra der Philosophie (Mag.phil.)

Wien, im Dezember 2011

Studienkennzahl lt. Studienblatt: A 190 482 362
Studienrichtungen lt. Studienblatt: UF Bewegung und Sport
UF Russisch

Betreuerin: Ass. Prof. Mag. Dr. Rosa Diketmüller

VORWORT

Meine Tätigkeit als Trainerin und Landesfachwartin im Kunstturnen der Frauen stellte mich schon des Öfteren vor die Frage, welche schulischen Möglichkeiten nach der Volksschule für unsere jungen Leistungssportlerinnen in Wien angeboten werden und welche von diesen die Beste Variante sei, um Schule und Leistungssport für Zehn bis Vierzehnjährige gut zu verbinden.

Viele Eltern haben um meine Meinung zum Schulwechsel ihrer Tochter gebeten, was mich dazu animierte diese Arbeit in Angriff zu nehmen, um in Zukunft Eltern und Turnerinnen besser beraten zu können und um nach der intensiven Beschäftigung mit diesem Thema ein fundiertes und hilfreiches Statement abgeben zu können. Weiters motivierte mich die Analyse von Leistungssportsystemen aus anderen Ländern mit Vergleich zur Wiener Situation, um daran anknüpfend Möglichkeiten zu überlegen, wie junge Leistungssportlerinnen im Übergang zwischen Schulsystemen optimal unterstützt werden können.

Danksagung

Mein Dank gilt an dieser Stelle jenen Personen die mich bei meiner Arbeit unterstützt haben und in den vielen Jahren meines Studiums immer mit positiver Energie an meiner Seite standen.

Ich möchte mich für die große Geduld von Ass. Prof. Mag. Dr. Rosa Diketmüller bedanken, die mich im Rahmen der Betreuung dieser Diplomarbeit mit vielen fachlichen und inhaltlichen Tipps unterstützt hat.

Außerdem danke ich all jenen Kunstturnerinnen, die mir ihre Wochenpläne zur Verfügung gestellt und damit eine wesentliche Grundlage für meine Arbeit geleistet haben.

Ein ganz besonderer Dank gilt meinen Eltern Elisabeth und Alois Hirsch, die immer an mich geglaubt haben, mir meine Ausbildung und mein Studium ermöglicht und mich jahrelang positiv motiviert und unterstützt haben.

Außerdem möchte ich diese Arbeit meinen verstorbenen Großeltern Maria und Franz Hauk widmen, die immer mit Rat und Tat an meiner Seite standen.

ABSTRACT

Kunstturnen ist eine sehr trainingsintensive Sportart, die an die Sportlerinnen sehr hohe Anforderungen stellt. Aufgrund der komplizierten Bewegungsabläufe ist ein früher Trainingsbeginn die Voraussetzung für Erfolg in diesem Leistungssport. Es hat sich gezeigt, dass gerade im Überstieg zwischen Primar- und Sekundarstufe (also von den Volks- in die Hauptschulen bzw. Gymnasien) ein hoher Drop Out im Kunstturnen der Mädchen zu verzeichnen ist. Die vorliegende Arbeit geht daher der Frage nach, warum der Übergang so schwierig ist (Situation in Österreich), wie man in anderen Ländern damit umgeht und welche Vor- und Nachteile die verschiedenen Überstiegsmodelle im Leistungssport haben.

Der Blick soll vorab daher auch auf die Lebenswelt von Kunstturnerinnen gerichtet werden, in der Mädchen einerseits Spaß und Freude an ihrem Sport haben und andererseits auch mit Ängsten, Zwang und Druck umgehen müssen. Wesentlich im Leben einer Kunstturnerin sind ihre Eltern - deren Einstellung und Interesse zum Sporttreiben ihrer Tochter - so wie auch ihre Trainer/innen.

Bindung, Drop Out und Karriereende sind wichtige Themen im Leistungssport und werden in dieser Arbeit näher betrachtet und beschrieben. Wesentliche Aspekte wie die Rolle der Eltern in der Karriereentscheidung, Bindungsprozesse und deren Merkmale und Faktoren, die den Drop Out beeinflussen, werden aufgezeigt und dargestellt.

Neben dem Training ist es für die jungen Sportlerinnen wichtig die Schule gut zu schaffen und die Doppelbelastung aus Schule und Sport gut zu bewältigen. Die genauere Betrachtung verschiedener Schulmodelle in Wien gibt Aufschluss über schulische Belastungen von Leistungssportler(inne)n und die Wochenpläne von zehn bis elfjährigen Wiener Kunstturnerinnen werden gegenüber gestellt und analysiert.

Um Leistungssport und Schule gut zu vereinbaren und Probleme zu vermeiden, sollte der Schulwechsel von Primarstufe in die Sekundarstufe I gut überlegt und vorbereitet werden. Durch Beratung von Seiten des Verbandes und der Vereine können Eltern die beste Möglichkeit finden den Leistungssport ihrer Kinder auch im schulischen Bereich gut zu unterstützen.

Ein Vergleich der Schulsysteme und der schulischen Möglichkeiten für Leistungssportler/innen in Deutschland, Österreich und der Schweiz zeigt die Bedingungen für junge Sportler/innen in diesen Ländern auf und stellt sie einander gegenüber.

Artistic gymnastics is a sport in which it is necessary to train much and very hard, and it demands a lot from athletes. Because of the complicated moves the gymnasts have to begin very early with their training, in order to be successful in this high-performance sport.

Especially in the transition stages from primary to secondary education the Drop Out rate of female gymnasts is significantly high. The paper starting point is Austria's unique issue with school transitions and their effect on gymnasts. In a second step, a comparison with Germany and Switzerland identifies characteristics of our system. Lastly, a more specific look at high performance sport school models and their approach to managing transition challenges is taken.

This paper gives an insight in the world of gymnasts, in which the girls on the one hand have fun and enjoy their sport, yet on the other hand they have to deal with anxiety, compulsion and pressure. The parents – their engagement and their interest in the sport – and the trainers are essential for the gymnasts.

Bonding, drop out and the end of the career are important topics in high-performance sports. This paper investigates these issues and analyzes them. Important aspects like the role of the parents in career decisions, the bonding process and their characteristics and elements, which influence the drop out are shown and critically discussed.

For young athletes it is important to master academic education and manage the strain and sport well. If we look more closely at the different types of schools in Vienna, we can see the strain from school for the high-performance athletes. Weekly reports from Viennese gymnasts aged ten and eleven will be compared to each other and discussed.

To arrange the high-performance sport with school and to avoid problems, school transitions from primary to secondary education need to be prepared and considered well. Parents receive advice of the Viennese federation and the clubs to find the best options for their kids to support them in making the right school choices.

A comparison of the school systems and the possibilities of school for high-performance athletes in Germany, Austria and Switzerland shows the conditions for young athletes in these countries.

Inhaltsverzeichnis

1. EINLEITUNG.....	1
2. KINDERHOCHLEISTUNGSSPORT	3
2.1. Früher Einstieg in den Leistungssport.....	3
2.2. Positive Aspekte des Kinderhochleistungssports.....	6
2.3. Negative Aspekte des Kinderhochleistungssports.....	7
3. DIE WELT DER MÄDCHEN IM KUNSTTURNEN	8
3.1. Turnerinnen zwischen uneingeschränktem Spaß und notwendigen Investitionen	9
3.1.1. Freude und Spaß am Turnen.....	9
3.1.2. Ängste, Zwang und Druck.....	10
3.2. Motivation und Vertrauen	13
3.2.1. Was Mädchen zum Kunstturnen motiviert	14
3.2.2. Vertrauen – ein wichtiger Faktor für eine erfolgreiche Zusammenarbeit im Kunstturnen	16
3.3. Trainer/innen im Kunstturnen	17
3.4. Eltern im Kunstturnen.....	20
4. DROP OUT UND BINDUNG	22
4.1. Karriereübergänge.....	22
4.1.1. Bindung und Sportfreude	22
4.1.2. Merkmale des Bindungsprozesses	23
4.2. Karriereende und Drop Out	24
4.2.1. Modelle	25
4.2.1.1. Das Modell der Karriereentscheidung	25
4.2.1.2. Das Modell des freiwilligen Rückzugs	26
4.2.2. Faktoren, die den Drop Out beeinflussen	26
4.3. Die Rolle der Eltern in der Karriereentscheidung.....	27
4.3.1. Eigene sportliche Aktivität	28
4.3.2. Emotionale Unterstützung	29
4.3.3. Instrumentelle Unterstützung.....	29
4.3.4. Bewertungsunterstützung	29
5. SCHULE UND ZEITLICHE INVESTITIONEN	30
5.1. Situationsbeschreibung – eigene Erfahrung	31
5.2. Doppelbelastung.....	32

5.3. Stress und Bewältigung.....	33
5.3.1. Belastungen in der Lebenswelt von Kindern.....	33
5.3.1.1. Familie	34
5.3.1.2. Bildung.....	35
5.3.2. Der Sport als Einflussfaktor in der Stressbeziehung.....	35
5.4. Soziale Unterstützung durch Eltern, Freunde und Trainer/innen.....	36
5.4.1. Soziale Unterstützung durch die Eltern.....	37
5.4.2. Soziale Unterstützung durch Gleichaltrige bzw. Freunde	37
5.4.3. Soziale Unterstützung durch Trainer/innen.....	38
5.5. Kurzer Überblick über das Schulsystem in Österreich.....	38
5.5.1. Allgemein bildende höhere Schule – AHS	39
5.5.2. Hauptschule.....	40
5.5.3. Neue Mittelschule	40
5.5.4. Spezielle Schulformen für Leistungssportler/innen in Wien	41
5.5.4.1. Realgymnasium für Leistungssportler/innen Maroltingergasse.....	41
5.5.4.2. Realgymnasium für Leistungssportler/innen Karajangasse	42
5.6. Anforderungen aus Schule und Leistungssport	43
5.6.1. Umfang der schulischen Anforderungen in der AHS Unterstufe und in der Hauptschule	44
5.6.2. Umfang der schulischen Anforderungen in den speziellen Schulformen für Leistungssportler/innen.....	46
5.6.4. Unterschiede zwischen den schulischen Umfängen in den verschiedenen Schultypen	47
5.6.5. Umfang der leistungssportlichen Anforderungen	48
5.6.5.1. Jahrespläne	49
5.6.5.2. Wochenpläne und zeitliche Beanspruchung.....	53
5.6.5.2.1. Ein Vergleich der Gesamtbelastung von zehn und elfjährigen Wiener Kunstturnerinnen	54
6. PROBLEME UND LÖSUNGSVORSCHLÄGE	62
6.1. Die Schulwahl und der Schulwechsel	63
6.2. Die Gesamtbelastung aus Leistungssport und Schule	64
6.3. Beratung und Unterstützungsmöglichkeiten durch den Wiener Fachverband für Turnen	65
6.4. Fazit und Ausblick	65
7. LEISTUNGSSPORT UND SCHULE IN DER SCHWEIZ UND IN DEUTSCHLAND	66
7.1. Schweiz	67
7.1.1. Kurzer Überblick über das Schulsystem in der Schweiz	67
7.1.2. Schulische Möglichkeiten für Leistungssportler/innen in der Schweiz	68
7.1.2.1. Swiss Olympic Sport Schools	69
7.1.2.2. Swiss Olympic Partner Schools	70
7.2. Deutschland.....	70
7.2.1. Kurzer Überblick über das Schulsystem in Deutschland.....	70
7.2.2. Schulische Möglichkeiten für Leistungssportler/innen in Deutschland.....	72
7.2.2.1. Eliteschulen des Sports	72

8. VERGLEICH DER SCHULISCHEN MÖGLICHKEITEN FÜR LEISTUNGSSPORTLER/INNEN IN ÖSTERREICH, DER SCHWEIZ UND IN DEUTSCHLAND	73
9. CONCLUSIO	76
Literaturverzeichnis	77
Abbildungsverzeichnis.....	80
Tabellenverzeichnis.....	81
Lebenslauf	82

1. EINLEITUNG

Kunstturnen ist eine sehr zeit- und trainingsintensive Sportart und Mädchen müssen sehr früh eine leistungssportliche Karriere einschlagen, um in dieser Sportart erfolgreich sein zu können. Cogan und Vidmar (2000, S.12) stellen fest, dass ein früher Einstieg in das Kunstturnen notwendig ist, um den hohen Anforderungen gerecht zu werden. Diese frühe Spezialisierung erfordert einen Trainingsbeginn mit fünf bis sechs Jahren.

Die Welt der Mädchen im Kunstturnen ist eine sehr spezifische. Auf der einen Seite stehen Freude und Spaß am Sport und andererseits müssen die Mädchen aber auch in sehr jungen Jahren bereits mit Ängsten, Zwang und Druck umgehen. Die Frage der Besonderheit der Sportart und welche Aspekte für Training und soziales Umfeld wichtig sind, soll in dieser Arbeit näher beleuchtet und aufgezeigt werden.

Die Bindung an eine Sportart ist ein sehr wesentlicher Aspekt, um Sportler/innen zum Erfolg und an die Spitze zu bringen bzw. zu führen. Laut Jäger (2008, S.4-6) haben situative und personale Merkmale einen wesentlichen Einfluss und eine große Bedeutung für die Bindung von Sportler(inne)n an den Sport. Durch die nähere Betrachtung von Bindungsprozessen, Karriereende und Drop Out soll den Fragen nachgegangen werden, warum die Bindung an den Sport wesentlich ist und worin die Ursachen für Karriereende und Drop Out zu sehen sind. Außerdem soll herausgefunden werden, welche Faktoren den Drop Out beeinflussen und welche Rolle die Eltern in der Karriereentscheidung ihrer Kinder spielen. Es gilt zu bestätigen, dass Eltern die Karriere ihrer Kinder beeinflussen und dass die Bindung an den Leistungssport ein Prozess ist, der sich aus verschiedenen Faktoren zusammensetzt.

Ein wesentlicher Aspekt im Leben eines Leistungssport treibenden Kindes ist die Schule und deren Bewältigung, trotz der enormen zeitlichen Beanspruchung aus dem Sport. Nach Brettschneider (2001, S.234-236) haben junge Leistungssportler/innen mit enormen Belastungsumfängen zu kämpfen. Neben der Belastung aus der Schule von rund 30-35 Stunden müssen die Sportler/innen eine zusätzliche Trainingsbelastung von 15 Stunden und mehr verkraften. Durch die Analyse von Fallbeispielen zehn bis elfjähriger Wiener Kunstturnerinnen, die verschiedene Schulmodelle besuchen, soll die zeitliche Beanspruchung der Mädchen aufgezeigt und die Gesamtbelastungen verglichen werden. Damit soll der Frage nachgegangen werden, welche Belastungen junge Turnerinnen zu verkraften haben und ob Mädchen in Schultypen für Leistungssportler/innen Vorteile gegenüber jenen haben, die eine Regelschule besuchen.

Ein weiterer Aspekt dieser Arbeit ist die Unterstützungsmöglichkeit des Wiener Fachverbandes für Turnen für Eltern und Kunstturnerinnen, damit einer unglücklichen Schulwahl und damit einem Drop Out bzw. Karriereende entgegen gewirkt werden kann.

Der Vergleich der Schulsysteme und Möglichkeiten für Leistungssportler/innen mit Deutschland und der Schweiz, wirft Fragestellungen auf, inwiefern die Systeme in Wien positiv zu bewerten sind und ob Wiener/innen gute Möglichkeiten im Leistungssport aus schulischer Sicht eröffnet werden.

Für die Bearbeitung des Themas wurden hermeneutische und dokumentenanalytische Methoden verwendet. Dokumente aus den verschiedensten Teilbereichen wurden miteinander verglichen und als Basis für die Themenformulierung und Diskussion der Fragestellungen eingesetzt.

Am Beginn der Arbeit wird die spezielle Konstellation „Kind im Hochleistungssport“ beleuchtet und näher betrachtet. Aufgrund der Analyse der Literatur werden der frühe Einstieg in den Leistungssport sowie positive und negative Aspekte für Leistungssport treibende Kinder dargestellt.

Im dritten Kapitel wird auf die Sportart Kunstturnen und deren Besonderheiten näher eingegangen. Die Beschreibung der Lebenswelt der Kunstturnerinnen zwischen Spaß und Freude auf der einen Seite und Zwang, Angst und Druck auf der anderen Seite ist ein wesentlicher Teil dieses Kapitels. Außerdem wird aufgezeigt, dass Motivation und Vertrauen zwei sehr wichtige Aspekte im Kunstturnen für Mädchen sind. Weiters werden Trainer/innen und Eltern genauer betrachtet, die eine wesentliche Rolle für die jungen Kunstturnerinnen spielen.

Kapitel vier beschäftigt sich mit Drop Out und Bindung im Sport. Karrierenübergänge, wesentliche Aspekte des Karriereendes und auch die wichtige Rolle der Eltern in der Karriereentscheidung werden aufgezeigt und näher betrachtet.

Das nächste Kapitel der Arbeit beschreibt die Umfänge der schulischen Belastung von jungen Leistungssportler(inne)n in den verschiedenen Schultypen und beleuchtet die Doppelbelastung der Kinder. Der Vergleich von einigen Fallbeispielen gibt Aufschluss über die Gesamtbelastung von Wiener Kunstturnerinnen, die in unterschiedlichen Schulen die fünfte Schulstufe besuchen und besucht haben. Belastung in Schule und Training werden aufgeschlüsselt und miteinander verglichen. Außerdem wird auf Stress und dessen

Bewältigung näher eingegangen und die Möglichkeiten der sozialen Unterstützung durch Eltern, Freunde und Trainer/innen werden dargestellt.

Das sechste Kapitel beschäftigt sich mit den Problemen, die aus den vorangegangenen Kapiteln resultieren. Das Problem der Schulwahl und des Schulwechsels wird ebenso näher betrachtet als auch jenes der Doppel- bzw. Gesamtbelastung für die Kunstturnerinnen. Außerdem werden Unterstützungsmöglichkeiten durch den Wiener Fachverband für Turnen aufgezeigt.

In den letzten beiden Kapiteln der Arbeit werden einerseits die Schulsysteme in Deutschland und der Schweiz näher betrachtet und andererseits werden die schulischen Möglichkeiten für junge Leistungssportler/innen in diesen beiden Ländern aufgezeigt. Der Vergleich aller drei Staaten im letzten Kapitel gibt einen Überblick über die schulischen Möglichkeiten für Leistungssportler/innen in den einzelnen Ländern.

2. KINDERHOCHLEISTUNGSSPORT

Der Kinderhochleistungssport ist ein sehr heikles Thema, zu dem sich in der Literatur viele verschiedene Ansichten und Meinungen finden. Mit dieser Arbeit sollen Probleme identifiziert und mehrere Studien und Zugänge verschiedener Autor(inn)en dargestellt werden. Positive und negative Aspekte des Kinderhochleistungssports werden aufgezeigt und geben einen Gesamtüberblick über die verschiedenen Betrachtungsweisen der Autor(inn)en.

Eine Klärung, ob es nun mehr positiv oder negativ für ein Kind ist Leistungssport zu betreiben, kann es aufgrund der verschiedenen Ansichten nicht eindeutig geben. Meiner Meinung nach kann und wird sich jede/r eine eigene Meinung bilden, das Resümee hängt jedoch stark davon ab, wie professionell und pädagogisch wertvoll Trainerinnen und Trainer das Trainings- und Wettkampfumfeld gestalten, wie sie die Kinder betreuen und welche Perspektiven ihnen in „ihrer“ Welt auch jenseits des Hochleistungssports eröffnet und ermöglicht werden.

2.1. Früher Einstieg in den Leistungssport

Joch (1997, S.250) meint, dass aus der Sicht des Bewegungslernens – je nach Sportart - eine rechtzeitige Spezialisierung von Vorteil ist. Joch bewertet ein „zu spät“ in diesem Zusammenhang insgesamt negativer als ein „zu früh“.

Beim Kunstturnen spricht für einen frühen Einstieg in den Leistungssport, dass Kleinwüchsigkeit und ein geringes Körpergewicht von Vorteil sind. Anders verhält es sich zum Beispiel beim Kugelstoßen, das ein hohes Körpergewicht, eine große Körpergröße und ein großes Kraftpotential fordert.

Aus psychologischer Sicht erklärt Joch (1997, S.251), dass im Kindes- und frühen Jugendalter eine größere Risikobereitschaft existiert und es zum Beispiel im Kunstturnen sehr wichtig ist, schon im Kindesalter Vertrautheit mit den spezifischen Anforderungen der Sportart und den speziellen Bewegungsabläufen zu erfahren.

Aus lerntheoretischer Sicht ist dazu zu sagen, dass nicht in jedem Alter Kinder und Jugendliche gleich gut lernen können. Zwischen dem zehnten und zwölften Lebensjahr ist es erforderlich die sportmotorischen Techniken zu erlernen, die später im Hochleistungssport benötigt werden. Eine Entscheidung für einen frühen Trainingsbeginn, deutlich vor dem 10. Lebensjahr, ist auch bei der Talentförderung bedeutend.

Eine Begründung für den frühen Trainingseinstieg aus trainingswissenschaftlicher Sicht liegt in der Entwicklung der koordinativen Fähigkeiten. Deren Ausbildung ist im hohen Maße an die Reifeentwicklung des Gehirns gebunden und es kann daher mit dem Training schon zwischen dem sechsten und siebenten Lebensjahr begonnen werden.

Zusammenfassend wird resümiert, dass ein früher Trainingsbeginn angestrebt werden sollte und es Indikatoren dafür gibt, dass ein späterer Einstieg häufig erfolglos bleibt. Dies trifft natürlich nicht auf alle Sportarten in gleicher Weise zu. (Joch, 1997, S. 249 -259)

Der frühe Beginn ist ein typisches Merkmal im Kunstturntraining der Mädchen. Das sportartspezifische Training beginnt hier bereits im Alter von sechs Jahren oder sogar noch früher. Cogan und Vidmar (2000, S.106-107) sowie Frei, Lüsebrink, Rottländer und Thiele (2000, S.11-12) führen als Begründung die hohen Anforderungen im Kunstturnsport an, die für die Kinder später nicht mehr zu bewältigen sein würden. Diese sind in den komplizierten Bewegungsabläufen, den langen Entwicklungsphasen der Elemente und auch in dem sehr frühen Leistungshöhepunkt zu sehen. Außerdem können Jugendliche die kunstturnspezifischen konditionellen und koordinativen Grundlagen und Anforderungen kaum noch aufbauen oder nachholen.

In der Literatur finden sich noch weitere Aspekte, die für einen frühen Einstieg in den Leistungssport sprechen.

Cogan und Vidmar (2000, S.12) stellen fest, dass eine frühe Spezialisierung und eine intensive Vorbereitung und Training für die jungen Turnerinnen notwendig sind, um ihre

meistens sehr hoch gesteckten Ziele zu erreichen. Diese sind zumeist Wettkampfübungen, die einen internationalen Erfolg zulassen würden und welche viel Training und jahrelange Arbeit erfordern. Je früher der Zugang zur Sportart erfolgt, desto unproblematischer ist es für die jungen Sportlerinnen die komplexen Übungsverbindungen zu erlernen und damit bekommen sie die Möglichkeit, diese in kompletten, den Regelwerk entsprechenden, hochwertigen Übungen im Wettkampf zu zeigen. Nur damit ist ein internationaler Erfolg überhaupt möglich.

Nach Frei et al. (2000, S.106-107) haben Kinder einen sehr großen Bewegungsdrang, der kunstturnspezifisch genutzt werden kann. Eine frühe Bindung an das Kunstturnen verhindert auch Orientierungen zu anderen Sportarten oder Interessen. In der frühen Kindheit existiert deutlich weniger Konkurrenz aus anderen Sportarten, da in diese zumeist viel später auch eingestiegen werden kann. Ein Wechsel vom Kunstturnen in eine andere Sportart ist meistens problemlos, da die Kinder eine sehr gute, insbesondere koordinative Grundlage für andere Sportarten vorweisen können.

Arkaev und Suchilin (2004, S.35) belegen einen frühen Trainingseinstieg mit Ergebnissen aus der Statistik. Im Kunstturnen brauchen Mädchen vom Einstieg in den Leistungssport bis zum Erreichen der höchsten Turnkategorie fünf bis sieben Jahre und acht bis zehn Jahre um Top Resultate zu erreichen.

Die Pubertät beginnt bei diesen Mädchen relativ spät zwischen dem 15. und 18. Lebensjahr. Weinmann (2000, Abs. 9-12) gibt an, dass sowohl der Pubertätsverlauf als auch der Wachstumsschub bei Kunstturnerinnen verzögert ist. Bei den Mädchen ist der Menarcheneintritt zur Normalbevölkerung, der bei 12,6 Jahre liegt, um ungefähr 2,5 Jahre verzögert. Diese späte Pubertät hängt laut Weinmann mit dem relativen Östrogenmangel bei einer verminderten Knochendichte und einer erhöhten Frakturneigung zusammen. Kunstturnerinnen bilden in dieser Hinsicht allerdings eine Ausnahme, da sie aufgrund der kraftvollen Sprünge beim Bodenturnen über einer über der Norm liegende Knochendichte verfügen. Auch Brüggemann, Krahl, Eckhardt, Fröhner, Lohrer und Teiss (2000, S.148-151) bestätigen in ihrer Studie, dass bei Kunstturnerinnen eine Reifeverzögerung nachzuweisen ist. Diese ist demnach besonders auf die Belastung und eine Ernährungslimitierung zurückzuführen.

Kunstturnerinnen können nach den aktuellen Wettkampfbestimmungen das erste Mal in dem Jahr bei Olympischen Spielen starten, in dem sie 16 Jahre alt werden. Um die biologischen Möglichkeiten der Turnerinnen optimal zu nutzen und damit sie erfolgreich an ihren ersten

Olympischen Spielen (die auch ihre letzten sein könnten) teilnehmen können, müssen die Kunstturnerinnen im Alter von 14 Jahren die meisten der hoch komplizierten Elemente, die sie später in internationalen Wettkämpfen brauchen, bereits beherrschen.

In den darauffolgenden zwei Trainingsjahren werden diese nur noch ausgefeilt und bei Wettkämpfen stabilisiert. Die einfache Rechnung ergibt, dass das optimale Einstiegsalter aus Sicht des Hochleistungssports für Kunstturnerinnen bei fünf bis sechs Jahren liegt.

2.2. Positive Aspekte des Kinderhochleistungssports

Nach der Aussage des Deutschen Sportbundes (1983, S. 7) ist der Kinderhochleistungssport grundsätzlich als positiv zu bewerten. Für die Entwicklung eines Kindes ist es notwendig Anforderungen an das Leistungsvermögen zu stellen. Die jungen Leistungssportlerinnen und Leistungssportler haben außerdem einen Anspruch darauf, in allen Lebensbereichen ihre besonderen Begabungen zu entfalten.

Ein pädagogisch professioneller Leistungssport kann bei Kindern zu sozialem Handeln anregen und Gemeinschaftserlebnisse schaffen. Die geistige, körperliche und seelische Entwicklung wird dadurch gefördert. Sport gilt als sinnvolle Freizeitgestaltung und erweitert für die Kinder den Erfahrungs- und Erlebnisraum. Außerdem kann der Leistungssport bei Kindern das Selbstbild und Lebensbild positiv beeinflussen und ihnen Erfahrungen des eigenen Wertes und Könnens vermitteln.

Nach Dietrich (1985, S.169) bietet der Sport den Kindern eine Chance für eine sinnvolle Freizeitgestaltung, schafft außerdem eine Vielfalt von sozialen Kontakten und ist auch ein sehr wichtiger Faktor für die Persönlichkeitsentwicklung.

Rieder (1998, S.182-183) erklärt, dass die Chancen für die meisten Sportarten positiv für den Kinderhochleistungssport scheinen. Hochleistungssport bei Kindern bei hohem Antriebsniveau wird als positiv gesehen, wenn psychologische Beratung und Vermittlung von Grundlagenwissen gewährleistet ist. Außerdem muss umso mehr pädagogisch-psychologischer Aufwand betrieben werden, je früher das Einstiegsalter, je problematischer die Sportart und je höher der Trainingsaufwand ist. Es muss auch Ziel sein den Kindern höchste Qualität des sportartspezifischen Trainings zu bieten.

Scholten (1983, S. 9) meint zum Thema der positiven Aspekte des Kinderhochleistungssports, dass die Teilnahme an Wettkämpfen in hohem Maße befriedigen kann. Durch Leistung lernen die Kinder sich selbst kennen und sie gewinnen an Selbstbestätigung und Selbstvertrauen. Die Konfrontation mit anderen, die auf der gleichen Ebene bzw. am

gleichen Niveau stehen, erschließt den Kindern ein Stück ganz besondere Lebenserfahrung. Einen besonders intensiven sozialen Kontakt erfahren die jungen Leistungssportler/innen durch das Anfeuern ihrer Teamkolleg(inn)en, und den Emotionen bei Erfolg oder Misserfolg – sowohl des eigenen als auch dem der Teamkolleg(inn)en.

2.3. Negative Aspekte des Kinderhochleistungssports

In der Literatur findet man die verschiedensten negativen Aspekte des Kinderhochleistungssports.

Bremer (1986, S.6) meint, dass gerade im Kinderhochleistungssport frühe Frustrationen nicht aufgefangen werden können. Dies führt bei den Kindern zu einem geringen Selbstvertrauen wodurch die Motivation für den Sport verschwindet und nicht selten ein plötzlicher und unerwarteter Abbruch des Trainings erfolgt.

Brettschneider und Richartz (1996, S.6) erklären in ihrem Artikel, dass der Leistungssport im Kindes- und Jugendalter zu emotionaler Verarmung und so zum Verlust sozialer Beziehungen und intellektueller Verkümmern führt. Sie meinen, dass die jungen Leistungssportlerinnen und Leistungssportler dadurch ihre Kindheit und Jugend verlieren.

Aus der Sicht von Carl (1978, S.176) ist zu bemerken, dass zehn- bis dreizehnjährige Kinder, die täglich bis zu vier Stunden trainieren, hohe Defizite in den Bereichen Freizeit, Sozialkontakte, schulischen Leistungen und häuslichen Tätigkeiten empfinden. Es besteht die Gefahr, dass es eventuell zu Fehlentwicklungen in der psychischen Entwicklung der Kinder kommt.

Den jungen Leistungssportler(inne)n fehlt durch das sportliche Training und die hohen zeitlichen Belastungen der notwendige Freiraum, um Erfahrungen in den unterschiedlichen Lebensbereichen sammeln zu können.

Zusammenfassend sei gesagt, dass es aufgrund der verschiedenen Standpunkte in der Literatur keine eindeutige Aussage gibt, ob der Leistungssport für die kindliche Entwicklung eher positiv oder negativ einzuordnen ist.

Es ist festzuhalten, dass es sowohl positive als auch negative Erfahrungen für Kinder im Leistungssport gibt. Diese sind von der jeweiligen Situation, dem sozialen Umfeld und den pädagogischen Fähigkeiten der Trainer/innen abhängig. Die Sportler/innen blicken dementsprechend positiv oder negativ auf ihre sportliche Karriere in jungen Jahren zurück.

3. DIE WELT DER MÄDCHEN IM KUNSTTURNEN

Im folgenden Kapitel dieser Arbeit wird die Welt der kunstturnenden Mädchen genauer beschrieben und dargestellt. Einerseits wird die Motivation der Turnerinnen, warum sie so jung ein solch intensives, komplexes und auch oft sehr anstrengendes Training auf sich nehmen, beschrieben, andererseits werden ihre Ängste und ihre Furcht aufgezeigt bzw. auch welche Rolle die Trainer/innen und die Eltern in dieser ganz eigenen Welt des Kunstturnens spielen.

Cogan und Vidmar (2000, S. 174-175) meinen, dass der Sport das Zentrum im Leben von Hochleistungskunstturnerinnen wird bzw. ist. Die Mädchen können einfach nur essen, schlafen und Kunstturnen *leben*. Viele Turnerinnen sind bereit ihre Kindheit und Jugendaktivitäten auf zu geben, um die Ziele zu erreichen, die sie sich selbst gesetzt haben. Daher ist es für die Turnerinnen auch sehr wichtig, Aktivitäten zu finden, die sie entspannen und die sie gemeinsam mit der Familie oder Freunden setzen können. Es muss bewusst werden, dass es ein Leben nach dem Kunstturnen gibt und dass niemand bis an sein Lebensende Kunstturnerinnen bleiben kann.

In Cogan und Vidmar (2000, S. 4-5) beschreibt eine Turnerin außerdem ihren Sport so, dass irgendetwas so faszinierend am Kunstturnen ist, dass es sehr schwer ist, wenn man einmal damit begonnen hat wieder auf zu hören. Die Turnerinnen müssen durch Angst und Nervosität während eines Wettkampfes, weil auf der anderen Seite die Faszination Ziele zu erreichen und neue Elemente zu lernen so groß und intensiv ist.

Nadia Comaneci (2004, S. 16), eine der erfolgreichsten rumänischen Turnerinnen und Schützling von Bela Karolyi, einem der erfolgreichsten Kunstturntrainer aller Zeiten, beschreibt ihre Welt in der Turnhalle wie folgt: „When I stepped into the gym, I knew I fit into that world – or that I wanted to.“

3.1. Turnerinnen zwischen uneingeschränktem Spaß und notwendigen Investitionen

3.1.1. Freude und Spaß am Turnen

Für die meisten Mädchen ist das Kunstturnen fast ausschließlich positiv besetzt. Sie sind mit viel Freude bei der Sache und hoch motiviert. Was den Mädchen am Turnen Spaß macht, variiert von Turnerin zu Turnerin.

Es gibt viele Aspekte, die den Mädchen Spaß am Kunstturnen machen: Zum einem sind das Aspekte, die *den Körper und die Bewegung* betreffen. Dabei geht es für die Mädchen um verschiedene *Facetten von Leistung und Erfolg* und außerdem entstehen verschiedene soziale Beziehungen, die für die Turnerinnen sehr bedeutend sind.

Das *Bedürfnis nach Bewegung* und die *Freude an körperlicher Betätigung* ist für viele Turnerinnen ein wichtiger Punkt für ein positives Gefühl im Kunstturnen. Hier lassen sich zwei Bereiche differenzieren: Die Akrobatik und der gymnastische Bereich. Auf der einen Seite haben die Mädchen Spaß an der Athletik und andererseits an der Ästhetik und der Eleganz.

Natürlich haben hierbei verschiedene Turnerinnen auch verschiedene Präferenzen. Viele finden auch das *hohe Maß an Körperkontrolle* faszinierend, die Fähigkeit selbst komplizierteste Bewegungen mit einer hohen Präzision ausführen zu können.

Ein weiterer Faktor, warum Mädchen diesen Sport gerne ausüben, ist die *körperliche Verausgabung*. Die erfolgreiche Auseinandersetzung mit harten oder auch angstbesetzten Anforderungen und die damit einhergehende körperliche Verausgabung hinterlässt ein Gefühl der Zufriedenheit.

Spaß am Turnen hat man natürlich auch dann, wenn man *Erfolg* hat - der Einsatz muss sich auf eine bestimmte Weise auch lohnen. Hierbei sind nicht nur die großen Erfolge bei Wettkämpfen, sondern vor allem die kleinen Erfolgserlebnisse im Training zu erwähnen. Diese ergeben sich im Zusammenhang mit dem *Erlernen neuer Elemente*. Nicht nur das Erlernen neuer Teile macht den Turnerinnen Spaß, sondern es ist auch deren Kombination und Aneinanderreihung zu Verbindungen und ganzen Übungen motivierend.

Leistung zu erbringen ist mit persönlicher Befriedigung verbunden und für einige Turnerinnen ist auch das Gefühl *etwas Besonderes zu sein*, das heißt auch etwas Besonderes zu leisten, von großer Bedeutung.

Ein wesentlicher Aspekt für den Spaß am Turnen sind die *sozialen Beziehungen*. Vor allem die Beziehung zu den Trainingspartnerinnen und jene zu den Trainer(inne)n stehen hier im Vordergrund und sind besonders intensiv. Vernachlässigen sollte man auch die Bedeutung der Aktiven des anderen Geschlechts nicht. (Frei et al., 2000, S.99-101)

Zusammenfassend belegen die Studien, dass Turnerinnen an verschiedenen Aspekten des Kunstturnens sehr viel Spaß haben und die Sportart eine Vielzahl unterschiedlicher Anreize eröffnet.

3.1.2. Ängste, Zwang und Druck

Häufig haben Trainer/innen sehr hohe Erwartungen und ein sehr hohes, oft unrealistisches Anspruchsniveau, das enormen Druck auf ihre Schützlinge erzeugt. Vor allem in der Wettkampfbetreuung liegt eine zentrale Schwierigkeit darin, dass die Trainer/innen den Erfolgsdruck nicht ungefiltert an die Turnerinnen weitergeben sollten.

Auch im Trainingsalltag spielen der Erfolg und der damit verbundene Druck eine wesentliche Rolle, der durch den wesentlich spannungsgeladeneren und damit sicher schwieriger zu bewältigenden Wettkampf noch verschärft wird.

Enttäuschungen auf Seite der Turnerinnen und der Trainer/innen sind vorprogrammiert. Ein Misserfolg im Wettkampf ist den Mädchen meist nicht egal, da zur Unzufriedenheit mit der Leistung zusätzlich die Enttäuschung und Kritik der Trainer/innen hinzukommt. Die Turnerin erhält oft von der oder dem Trainer/in keinerlei Unterstützung, obwohl sie sich nicht gut fühlt. Die Trainer/innen leben oft ihre Emotionen aus und überlassen die Turnerin sich selbst.

So zitiert Frei et al. (2000, S.125) eine Turnerin:

Das war auf Wettkämpfen, da hab ich mich immer so einsam gefühlt, wenn die Trainer/in einfach weggegangen ist... (Frei et al., 2000, S.125)

In Erfolgssituationen freuen sich die Trainer/innen mit den Athletinnen mit, mit Misserfolgen müssen die Mädchen oft alleine fertig werden.

Eine Turnerin meinte außerdem:

...aber dann, wenns mal nicht klappt, dann meckert die Trainer/in gleich rum,... Das macht einen ja auch als Turnerin fertig im Wettkampf, da angemekert zu werden. Ich würd es besser finden, wenn die Trainer/in das halt ordentlich sagt, im gemäßigten Ton, also nicht gleich rummeckert. (Frei et al., 2000, S.126)

Natürlich sind auch die Turnerinnen an fehlerfreien Übungen interessiert. Oft empfinden Trainer/innen das Versagen ihrer Turnerinnen als persönliche Beleidigung und lassen sie das auch spüren. Die Turnerinnen brauchen keinen zusätzlichen Dämpfer von der oder dem Trainer/in, es wäre für sie hier eher wichtig, dass ihnen über die erlebte Enttäuschung hinweg geholfen wird, sie aufgebaut und für das Kommende motiviert werden.

Auf Grund der besonderen Trainer/in – Turnerin – Konstellation sind bestimmte Gefahren vorhanden, vor allem die des Machtmissbrauchs von Trainer(innen)seite.

Den Turnerinnen ist es generell nicht möglich, sich ihren Trainerinnen und Trainern gegenüber in vergleichbarer Weise zu verhalten. Ein reziprokes Verhalten würde vermutlich als grobe Unhöflichkeit gewertet.

Auch Angst macht den Kunstturnerinnen beim Training schwer zu schaffen. Die Mädchen haben insbesondere Angst vor Unfällen und Verletzungen. Die Angst kommt meistens dann auf, wenn neue, schwierige turnerische Elemente erlernt werden müssen. Dann sind sich die Mädchen oft nicht sicher, ob sie diese schon schaffen können, vor allem wenn sie diese ohne Hilfestellung üben müssen.

Die Turnerinnen leben auch mit der Angst vor den Trainer/innen selbst. Das Bild der schreienden und schlecht gelaunten Trainer/innen hält sich hartnäckig im Kunstturnen. Negative Schlagzeilen, vor allem aus den ehemaligen Ostblockländern, erwecken oft einen negativen Eindruck der Sportart.

Mayer (1995, S.4) schreibt in seinem Artikel über die brutalen Vorgehensweisen eines rumänischen Trainers, der zu einer achtjährigen Haftstrafe, wegen Körperverletzung mit tödlichem Ausgang, verurteilt wurde. In diesem Artikel wird das brutale Verhalten dieses Trainers gegenüber den Turnerinnen geschildert und laut Mayer (1995, S.4) gehören

„körperliche Züchtigung und Prügel im rumänischen Turnsport zum guten Ton.“
(Mayer, 1995, S.4)

Lischka (1999, S.26) erschüttert mit seinem Artikel über sowjetische Turnerinnen und beschreibt ebenfalls die gewalttätigen, teilweise auch sexuellen Übergriffe von Trainer(inne)n.

Diese negativen Schlagzeilen über die Sportart und vor allem die starke Abhängigkeit der Mädchen von oft männlichen Trainern wirft und warf einige Schatten auf das Kunstturnen. Probleme und Gewalt werden in den letzten Jahren kaum an die Öffentlichkeit getragen.

Tränen sind oft der einzige Weg der Mädchen, um mit Angst und Druck umgehen zu können. Es kommt dann in der Trainingssituation zu einer gespannten Atmosphäre, die Turnerinnen werden entmutigt und eingeschüchtert und können dann das Training nur noch stumm und marionettenhaft absolvieren.

In der Literatur finden sich dazu - aus pädagogischer Sicht – ebenfalls sehr erschütternde Aussagen über die Trainingsgepflogenheiten von Trainer(inne)n, die in einer Interviewstudie von Weischenberg (1996, S.340) meinen: „Man müsse sie runterputzen, um sie dann wieder aufzurichten.“ Man müsse „Druck machen, soviel das Kind verträgt“.

Der Druck auf die Turnerinnen kann sehr groß werden. Die Mädchen stehen unter Druck den hohen Erwartungen ihrer Trainer/innen und ihrer Eltern gerecht zu werden und setzen sich selbst oft sehr hohe Ziele, die sie erreichen wollen.

Kathy Johnson meint in Ryan (1996, S.138) zum Thema Druck im Training und Wettkampf: “We find places to put the pressure when we can’t fit it in the gym anymore.”

Dies ist eine Aussage, die zum Nachdenken anregt, da die Turnerinnen oft nicht die Möglichkeit finden mit jemanden über den Druck und ihre Ängste zu sprechen. Typische Strategien des Umgangs sind in der Folge Verdrängung, um mit den Situationen umgehen zu lernen.

Für viele Turnerinnen ist das Verlieren bei einem Wettkampf eine Tragödie, als ob sie einen Teil von sich selbst verlieren würden. Zudem müssen sie zusätzlich mit der Kritik der Trainer/innen und oft auch der Eltern umgehen.

(Weischenberg, 1996, S.338-341; Frei et al., 2000, S.125 – 127; Ryan, 1996, S.122-140)

Nadia Comaneci (2004, S. 42) meint zum Thema Zwang und Druck im Kunstturnen, dass man ein Kind nicht zu etwas zwingen kann, das so komplex wie Turnen ist. Es ist nur möglich, solche komplizierten Elemente zu erlernen, wenn die Turnerin auch bereit dazu ist und es möchte. Sie selbst hatte sich diesen Weg gewählt und es war genau das, was sie sich wünschte und machen wollte. Sie hatte jederzeit die Möglichkeit die Turnhalle zu verlassen und nach Hause zu gehen.

Zu dieser Aussage möchte ich anmerken, dass der Eindruck von Nadia Comaneci eine Erinnerung aus der Kindheit ist und sie in dieser Zeit vermutlich nicht genau wusste was in der „Erwachsenenwelt“ wirklich passierte. Es ist anzunehmen, dass es für sie nicht ganz so einfach gewesen wäre aus der Turnhalle hinauszuspazieren. Vermutlich hingen vor allem nach den ersten Erfolgen sehr viele Hoffnungen und Erwartungen von Eltern und auch dem Trainer an dieser außergewöhnlichen Karriere.

3.2. Motivation und Vertrauen

Die Frage der Motivation bei Kunstturnerinnen ist vor allem für ihre Trainer/innen sehr wichtig. Natürlich sind die Mädchen nicht immer gleich motiviert.

Ein großer Teil der Primärmotivation muss aber von den Turnerinnen selbst kommen, die die Trainer/innen nach Bedarf unterstützen, aufrechterhalten und manchmal, wenn es notwendig ist, diese auch reduzieren können. Aus Trainer(innen)sicht kann Motivation nicht hergestellt werden, sondern man muss als Trainer/in mit der vorhandenen Motivation umgehen. (Frei et al., 2000, S. 216)

Bela Karolyi, der langjährige amerikanische und davor auch rumänische Nationaltrainer, meint zum Thema Motivation:

Es liegt ganz klar auf der Hand, dass die Turnerin die wichtigste Person ist und wir sie nur beeinflussen. Wir können schließlich kein totes Objekt motivieren. Die Turnerin ist das Subjekt, welches es zu motivieren gilt. Sie ist bis zu einem gewissen Grade motivierbar und der Trainer hat den Auftrag, sie zu führen und zu motivieren. Er verteilt die richtige Dosis und stimmt die Motivationsanteile fein aufeinander ab. (Fassbender, 1988, S.24)

Laut Krech, Crutchfield, Livson, Wilson und Parducci (1997, S.48-49) sowie Zimbardo (1983, S.371) geben in der menschlichen Motivation soziale Verstärker wie Äußerungen der Zustimmung oder verbales Lob Anreize zu größeren Anstrengungen. Vor allem Eltern und Lehrer/innen benutzen soziale Verstärker, um ihre Kinder und Schützlinge zu motivieren. Ein Hauptanreiz für harte Arbeit scheint soziale Anerkennung zu sein. Lob verliert allerdings seinen Anreizwert, wenn es zu regelmäßig ausgesprochen wird. Das Motivationsniveau für den Menschen bestimmt sich nicht durch die absolute Menge der Anerkennungen, des Lobs oder der Belohnungen, sondern durch die Größe der Menge im Vergleich zu jener, die in der Vergangenheit erfahren wurde bzw. was in der Zukunft erwartet werden kann.

Zusammenfassend ist anzumerken, dass Trainer/innen ein gutes Gefühl entwickeln müssen, wann Lob und Anerkennung bzw. positive Verstärkung im Training wie auch im Wettkampf wichtig sind und wann nicht. Wie die Literatur bestätigt, ist ein Zuviel und auch ein Zuwenig für die Turnerinnen nicht optimal und kann zu einem Motivationsverlust führen. Die

Trainer/innen müssen die Turnerinnen so beeinflussen und die positive Anerkennung so dosieren, dass die Mädchen dadurch einen Anreiz bekommen, hart zu arbeiten.

3.2.1. Was Mädchen zum Kunstturnen motiviert

Studien von Frei et al. (2000, S.101-103) und Weischenberg (1996, S.332-335) zufolge betreiben Kunstturnerinnen den Leistungssport als allererstes deswegen, weil es ihnen großen Spaß macht. Der Spaß definiert sich für die Turnerinnen über verschiedene positive Aspekte in ihrem Trainings- und Wettkampfalltag, die im Folgenden näher erläutert werden.

Beide Studien bestätigen, dass die Mädchen es toll finden, mit vielen verschiedenen Elementen konfrontiert zu werden und immer wieder neue Elemente zu schaffen, obwohl es oft nicht leicht ist, sich dazu zu überwinden. Es gefällt ihnen nach erfolgreichen Wettkämpfen von Trainer(inne)n, Eltern und Bekannten gelobt zu werden. Die Mädchen möchten gerne erfolgreich sein und bei großen Wettkämpfen gute Platzierungen erreichen. Einige der Kunstturnerinnen finden die leistungssportliche Betätigung auch einen guten Zeitvertreib. Die Kinder betreiben den Leistungssport nicht nur weil es ihnen so großen Spaß macht, sondern der Wunsch nach Erfolg spielt eine nicht zu unterschätzende Rolle. Der Spaß und die Erfolge sind ungefähr gleich wichtig.

Nach Frei et al. (2000, S.101) liegen der Karriere einer Turnerin Kosten-Nutzen-Rechnungen zu Grunde. Fragen wie - was hat man bisher investiert, hat man erreicht, was man erreichen wollte und könnte - kommen auf. Zur Verwirklichung der angestrebten Ziele werden negativ empfundene Aspekte als notwendige Investitionen angesehen. Die Turnerinnen sind bereit, für das Erreichen ihrer Ziele auch Dinge in Kauf zu nehmen, die ihnen keinen oder nur wenig Spaß machen. Hier lässt sich eine gewisse Grundeinstellung der Turnerinnen erkennen.

Frei et al. (2000, S.102) stellt in ihrer Studie weiters dar, dass Kunstturnerinnen außerordentlich diszipliniert sein müssen. Es zwingt sie niemand zum Turnen und es ist ihre freie Entscheidung, ob sie das alles auf sich nehmen wollen oder nicht. Allerdings stellt sich damit auch die grundsätzliche Frage, wann eine Entscheidung noch als *frei* einzuordnen ist und wann nicht mehr. Die Frage nach der Selbst – bzw. Fremdbestimmung ist nicht leicht zu beantworten und kann hier nur angedeutet werden.

Für Bela Karolyi in Fassbender (1988, S.22) liegt am Beginn einer Turnkarriere die Motivation im Wesentlichen im Spiel begründet. Die Trainer/innen müssen den Geschmack nach Erfolg stetig nähren und die Mädchen sollten sich körperlich frei entfalten können.

Die Kinder sollen erfahren, wie es ist, besser zu sein als alle anderen, wie es ist Erste zu sein. Im Laufe der Entwicklung, wenn die Turnerinnen sieben bis acht Jahre alt sind, können laut Karolyi in Fassbender (1988, S.22) die Trainer/innen beginnen den Turnerinnen bewusst werden zu lassen, was das Annehmen von Herausforderungen bedeutet und so können sie sie den Geschmack von Erfolg auskosten lassen.

Die Wünsche und das Verlangen eine gute Athletin zu werden, wird immer stärker und es rückt für das Kind in den Vordergrund, dass sie die Beste sein will. Bela Karolyi in Fassbender (1988, S.22) meint, dass Trainer/innen genau diese Mädchen erkennen müssen, die ein großes, natürliches Verlangen haben eine Gewinnerin zu sein. Der sportliche Erfolg macht die Mädchen stolz und mit dem Stolz kommt auch das Motiv.

Es gibt im Wettkampfsport laut Bela Karolyi in Fassbender (1988, S.23) starke Phasen der Motivation und auch Phasen geringer Motivation. Die starken Motivationsphasen liegen vor allem in der Vorwettkampfzeit, wenn die Kinder vom Wettkampf träumen. Die Phasen sehr geringer Motivation findet man vor allem im Anschluss an die Wettkampfsaison. Das Ziel ist für die Kinder erreicht und sie sind müde und ausgelaugt.

Als Trainer/in kann die Athletinnen auch demotivieren mit Aussprüchen wie in Fassbender (1988, S.22): „Was ist das für ein Blödsinn, den du da machst. Du bist nutzlos!“

Für eine Turnerin ist es motivierend und hilfreich, wenn die Eltern am Sport interessiert sind und ihre Töchter in ihrem Tun unterstützen. Die Turnerinnen brauchen jemanden der die harte Arbeit anerkennt und sie lobt. Es ist für die Turnerinnen außerdem sehr wichtig, dass sie die Eltern auch im Wettkampf begleiten, und unterstützen und ihre Anerkennung zeigen. (Karolyi, 1994, S.9)

Das Beispiel der Olympiasiegerin Shannon Miller in Atlanta 1996 im Kunstturnen zeigt, dass ihr verschiedene Dinge geholfen haben besonders motiviert zu sein und sie so den Glauben an den Erfolg nie verloren hat. Für sie spielte dabei Musik eine bedeutende Rolle. Was auch immer sie gehört hat, es musste laut sein und der Rhythmus war für sie etwas, das sie vorwärts trieb und motivierte.

Shannon fand es außerdem sehr wichtig, etwas Neues zu lernen. Sie liebte es verschiedene Kurse in der Schule zu besuchen, einen neuen regenerativen Sport zu erlernen oder ein neues Element zu probieren.

Weiters war es für sie sehr bedeutend, dass sie Zeit mit Freunden verbrachte. Zusammen trainieren, einen Film sehen oder lernen. Das Zusammensein mit guten Freunden gab ihr große Motivation.

Mit Freunden und der Familie zu sprechen war für sie außerdem ein Schlüssel zum Erfolg. Es half ihr über alle möglichen Dinge zu sprechen und alle Menschen, die eine Turnerin unterstützen, geben eine bestimmte Perspektive in einer bestimmten Situation und helfen Motivation zu finden.

Für Shannon war es außerdem wichtig die Monotonie des Alltags zu brechen. Sie versuchte immer wieder ihre Pflichten nicht auf die gleiche Weise zu absolvieren, sondern immer neue Wege zu gehen. (Miller, 1998, S. 16-20)

3.2.2. Vertrauen – ein wichtiger Faktor für eine erfolgreiche Zusammenarbeit im Kunstturnen

Kunstturnerinnen schenken in der Regel ihren Trainer(inne)n großes Vertrauen, wenn sie bei der Durchführung bestimmter Elemente auf ihre Hilfestellung angewiesen sind. Es kommt vor, dass ein Mädchen einen Übungsteil nicht alleine turnen möchte bzw. sich nicht traut, jedoch mit der Hilfestellung des Trainers oder der Trainerin keine Probleme hat, ein bestimmtes Element zu turnen.

Weischenberg (1996, S.320-322) zeigt andererseits auf, dass das Vertrauensverhältnis der Turnerinnen zu ihren Trainer(inne)n oft nicht ganz gegeben ist, da die Mädchen trainingsbedingte Enttäuschungen herunterzuschlucken und schweigen, anstelle sich den Trainer(inne)n in einem Gespräch anzuvertrauen. Sie haben Angst davor ihre Gedanken und Anliegen mitzuteilen, um vor allem ihre Trainerin oder ihren Trainer nicht zu verärgern. Die Beziehung zwischen Trainer(inne)n und Trainingspartnerinnen lassen ein besonderes soziales Klima entstehen.

Shannon Miller (1998, S. 47-49), erklärt, dass ihr Trainer für sie sehr wichtig war, er wusste genau wann er sie puschen und unterstützen sollte und wann er sie besser alleine lies. Sie vertraute ihm, bis sich vor den Olympischen Spielen 1992 Zweifel auftaten. Sie fing an über die Konsequenzen ihrer Handlungen nachzudenken, sie fühlte sich nicht bereit für den großen Wettkampf, sie war frustriert und sie weinte.

Sie war zu diesem Zeitpunkt, mit fünfzehn Jahren, auch in einem schwierigen Alter und versuchte Steve herauszufordern. Shannon war damals sehr ängstlich, vor allem dann, wenn es um neue Elemente ging. Steve hatte es schwer, sich auf sie einzustellen und weiterhin das Beste aus ihr herauszuholen. Es dauerte einige Zeit bis Shannon bewusst wurde, was für sie wichtig ist und es wurde ihr klar, dass sie unbedingt an der nächsten Weltmeisterschaft teilnehmen wollte, um so auch ihre Chance auf die Olympischen Spiele zu

wahren. Mit diesen Zielen vor Augen kam auch das Vertrauen zu ihrem Trainer wieder und so konnte Shannon sich optimal auf ihre kommenden Wettkämpfe vorbereiten.

Für Shannon ist es generell wichtig, dass die Trainer/innen hinter ihren Schützlingen stehen und dass alle die gleichen Ziele verfolgen und sich gegenseitig vertrauen.

Nadia Comaneci (2004, S.31-38) beschreibt ihre Trainer Marta und Bela Karolyi, als Personen, die ihr Leben zuerst gänzlich kontrollierten. In jungen Jahren war für sie dieses *behütet sein* sehr wichtig und sie halfen ihr damit, eine Weltklasse-Turnerin zu werden. Sie wusste als Kind, dass ihre Trainer auf ihrer Seite waren und sie spürte die *Wärme ihres Lächelns*, was für sie ein enormer Rückhalt war und großes Vertrauen in ihre Trainer/innen ermöglichte.

3.3. Trainer/innen im Kunstturnen

Trainer/innen haben über ihre sportliche Aufgabe hinaus eine pädagogische Verantwortung für die Gegenwart und Zukunft der ihnen anvertrauten Kinder. Es ist wichtig, dass sie Kenntnisse über die besonderen psychischen, sozialen und biologischen Entwicklungsprobleme der Kinder besitzen und sie diese in der Betreuung anwenden können. Probleme des Leistungssports mit Kindern kann man generell nicht nach allgemeinen Regeln bewältigen, den Trainer(inne)n muss bewusst sein, dass es gilt, die Belastungsgrenzen und die Leistungsmöglichkeit jedes einzelnen Kindes zu erkennen und zu berücksichtigen. (Deutscher Sportbund, 1983, S.8)

Im Kunstturnen der Mädchen spielen die Trainer/innen eine sehr bedeutende Rolle. Kunstturnerinnen können ohne erfahrene Trainer/innen nicht erfolgreich sein. Der Job von Kunstturntrainer(inne)n ist es, den Turnerinnen zu helfen, ihr maximales Potential auszuschöpfen. Manchmal ist das eine sehr schwierige Sache, eine Turnerin dazu zu bringen und zu motivieren, noch härter und exakter zu arbeiten, vor allem dann, wenn ein neues Element erarbeitet wird.

Trainer/innen müssen das Gleichgewicht zwischen Herausforderung und Unterstützung der Turnerinnen finden und halten. Es ist wichtig ein sehr gutes Verhältnis zu ihren Schützlingen aufzubauen und es braucht einen gewissen Respekt und eine offene Kommunikation zwischen Turnerinnen und Trainer(inne)n. (Cogan & Vidmar, 2000, S.125-126)

Jaycie Phelbs beschreibt in Cogan und Vidmar (2000, S.126) ihre Trainerin folgendermaßen: "She [coach] believed in me and pushed me when I needed to be pushed. She was a friend as well as a coach."

Cogan und Vidmar (2000, S.126) stellen fest, dass es für eine erfolgreiche Zusammenarbeit im Kunstturnsport sehr wichtig ist, dass die Turnerinnen ihren Trainer(inne)n vertrauen. Eine gute Trainerin oder ein guter Trainer wird von ihren bzw. seinen Turnerinnen kein Element verlangen, das sie bzw. er nicht zuerst gut vorbereitet hat. Es ist außerdem für beide Seiten sehr wichtig, dass eine Kommunikation möglich ist – ein/e Trainer/in kann nur dann auf Probleme eingehen, wenn sie bzw. er diese auch kennt und mitgeteilt bekommt.

Shannon Miller, eine der besten amerikanischen Turnerinnen, beschreibt ihre Beziehung zu ihrem Trainer wie folgt:

My coach never stressed winning so much. He would always tell me before the meet to go out there and hit my routines and to `have fun out there.` He never walked away. Whether I did really well or did really bad, he was by my side the entire time. That told me that he really cared about me not just about winning.
(Cogan und Vidmar, 2000, S.126)

Diese Aussage von Shannon Miller zeigt, dass die Turnerin ein gutes Verhältnis zu ihrem Trainer hatte, er war immer für sie da und unterstützte sie sowohl nach gelungen als auch nach schlechten Wettkämpfen.

Nach Cogan und Vidmar (2000, S.127) können Trainer/innen eine Turnerin auch hart vorwärts treiben und die Trainingsintensität so hoch ansetzen, dass es für sie nur schwer möglich ist das geforderte Pensum zu schaffen. In solchen Situationen ist es wichtig, dass Trainer/innen positiv und enthusiastisch auf ihre Turnerinnen wirken, ihnen, wenn Probleme bestehen, zuhören und dabei die Tatsache berücksichtigen, dass die Mädchen auch mit Druck im alltäglichen Leben konfrontiert sind. Eine erfolgreiche Zusammenarbeit am Belastungslimit kann es nur dann geben, wenn die Turnerinnen ihre Probleme und Beschwerden mit den Trainer(inne)n besprechen und diese für ihre Schützlinge die richtige Dosis an Belastung finden.

Aus einer ähnlich aufwendigen Sportart, dem Eiskunstlaufen, beschreibt der russische Meister und Olympiasieger Evgenij Pluschenko (Pluschenko 2007, S.105) die Trainer Athleten Beziehung im Sport so, dass Trainer/in und Sportler/in zwei Profis sind, die einander sehr gut verstehen und kennen müssen. Es können keine Ergebnisse erzielt werden, wenn die Trainerin oder der Trainer seiner oder seinem Sportler/in diktieren und nicht darauf hören was ihre Schützlinge sagen. Pluschenkos Trainer Aleksej Mischin wusste genau, wann er ihn im Training mehr belasten konnte und wann nicht bzw. wann es Zeit war

eine Pause zu machen. Wenn Evgenij Pluschneko um eine Pause bat, war es klar, dass diese wirklich notwendig war.

Weiters beschreibt Frei et al. (2000, S.203-206) die zentrale Bedeutung der Trainer/innen im Kinder- und Jugendhochleistungssport. Er oder sie bekleidet eine lenkende, ordnende und strukturierende Rolle in der Lebenswelt Kunstturnen.

Wichtig ist auch eine enge Zusammenarbeit mit den Eltern, die sich aber nicht auf das Training sondern auf den Zuständigkeitsbereich der Eltern bezieht. Es ist wesentlich, dass die Eltern zu Hause auch die Meinung der Trainer/innen vertreten, dass Probleme im Vorfeld ausdiskutiert werden und ein gemeinsamer Weg gegangen wird. Die Trainer/innen sind ein wichtiger Knotenpunkt und Vermittler zwischen Turnerinnen, Eltern und auch Lehrer(inne)n.

Frei et al. (2000, S.211) beschreibt Trainer/innen als *Mädchen für alles*, sie haben gerade im Kunstturnen nicht nur ihre Trainerfunktion, sondern müssen sich auch um Tätigkeiten wie der Planung und Durchführung von Showwettkämpfen, Aquirierung von Sponsoren zur Finanzierung von Trainingslagern oder neuen Geräten, Organisation von Trainingslagern und vieles mehr, kümmern. Die Trainer/innen nehmen diese zusätzlichen Tätigkeiten in Kauf, weil sie sich der Sache Kunstturnen verpflichtet fühlen und ihren Beruf lieben. Die Tätigkeitsfelder von Trainer(inne)n sind weit gestreut und gehen weit darüber hinaus, was die eigentliche Trainertätigkeit betrifft und sie können damit einen persönlichen Sinn verknüpfen.

Vor allem in Österreich, wo es kaum hauptamtliche Kunstturntrainer/innen gibt, sind diese für viele verschiedene Aufgaben verantwortlich, die sie größtenteils ehrenamtlich durchführen. In diesem Fall trifft folgende Aussage eines Trainers in Frei (2000, S.211) zu: „Trainer ist eine Berufung, kein Beruf, genau wie Arzt.“

Dies ist vor allem dahingehend zu interpretieren, dass es in einigen Ländern wie in Österreich in dieser Sportart kaum hauptamtliche Trainertätigkeit gibt und viele Trainer/innen aufgrund ihrer Liebe zum Sport und den Turnerinnen die Trainerposition bekleiden und außerdem viele zusätzliche Aufgaben erledigen. Im Gegensatz dazu gibt es viele Länder, wie zum Beispiel Amerika oder aber auch teilweise Deutschland oder die Schweiz, wo es fast ausschließlich hauptamtliche Systeme gibt, in denen die Trainer/innen nur der Trainertätigkeit nachkommen können und für andere Tätigkeiten von einem Trainer(innen)team und Manager(inne)n unterstützt werden.

3.3. Eltern im Kunstturnen

Die Rolle der Eltern im Kunstturnen der Mädchen ist eine ganz besondere und eine nicht zu unterschätzende. In der Literatur sind verschiedene Aussagen zu diesem Thema zu finden, wobei es positive als auch negative Sichtweisen gibt, die im folgenden Kapitel zusammengefasst dargestellt werden.

Eltern von kunstturnenden Mädchen sind diejenigen, die ihren Töchtern diesen Leistungssport ermöglichen und diese in ihrem Tun unterstützen. Sie stellen den Kindern die gebrauchten Ressourcen wie Nahrung, Kleidung und Geld zur Verfügung, sie geben ihnen die für sie sehr wichtige emotionale Zuwendung und versuchen gleichzeitig das Familienleben aufrecht zu erhalten. Es wird versucht das Familienleben mit dem Leistungssport treibenden Kind in Einklang zu bringen, was oft sehr schwierig ist und für die Familie einige Abstriche bedeutet.

Viele Eltern geben an, den Sport nicht unbedingt für ihre Kinder ausgesucht zu haben, sondern dass sich aus einem zweimaligen Kinderturnen pro Woche sehr schnell und ohne viel dazu beigetragen zu haben ein Training sechs Mal pro Woche entwickelt hatte. Oft erfolgt der Einstieg ins Kunstturnen über die Motivation, dass das Kind Bewegung machen soll ohne jeglichen Gedanken an Leistungssport. Somit beschreiben viele Eltern einen Prozess des Hineinwachsens in den Leistungssport, der von ihnen nicht gesteuert wurde und wird. Für viele der Eltern ist es kein Ablauf bewusst gefällter, aufeinander aufbauender Entscheidungen, sondern eine Entwicklung, die sie oftmals wenig beeinflussen konnten und die schleichend erfolgt ist. (Frei et al., 2000, S.158-196)

Im Kunstturnen der Mädchen findet man Eltern mit drei unterschiedlichen Zugängen,

- Eltern, die mit einem positiven Einfluss auf die Leistungssport treibenden Kinder wirken,
- Eltern, die Druck auf die Kinder ausüben und
- Eltern, die der Leistungssport gar nicht interessiert.

Die erste Kategorie Eltern versucht ihre Mädchen in allen Belangen zu unterstützen, Siege zu feiern und sie nach Niederlagen oder in schweren Zeiten wieder auf zu bauen. Die Eltern sind im Leistungssport involviert und bauen eine Beziehung auf, die die ganze Familie in die sportliche Tätigkeit eines Kindes einbindet. Der Sport wird mitgelebt, aber niemals als selbstverständlich empfunden und die Turnerin wird nicht gezwungen und gepuscht weiter zu machen und weiter zu trainieren, wenn diese das nicht möchte.

Die zweite Kategorie Eltern unterstützt in selben Maße wie auch die erste Kategorie, nur bindet diese sich oft zu viel in das sportliche Geschehen ein, so dass die Mädchen am weiterem Sporttreiben die Lust verlieren und oftmals mit dem Sport aufhören, sobald sie dies selbst entscheiden können und dürfen. Die Eltern möchten in diesem Falle natürlich auch nur das Beste für ihr Kind, können aber durch den eigenen Ehrgeiz getrieben oft nicht mehr unterscheiden, ob sie oder das Kind den Sport lieben und ausüben wollen. Sie sehen die Möglichkeit, die dem Kind geboten wird und möchten nicht, dass sie diese nicht nutzen. In so einem Fall spürt das Kind den Druck der Eltern und kann dem oft nicht standhalten, was der Turnerin oftmals jeglichen Spaß am Sporttreiben raubt. Dies führt in vielen Fällen zum Abbruch der Turnkarriere, weil die Kinder dem Leistungsdruck der Eltern nicht mehr gerecht werden und ihm auch nicht mehr standhalten möchten.

Die letzte Kategorie sind jene Eltern, die gar nicht im Leistungssport involviert sind und dies als Sache der Kinder sehen. Sie unterstützen ihre Mädchen nicht im Wettkampf und interessieren sich offensichtlich nicht für das Training oder die gebrachte Leistung. Viele Turnerinnen fühlen sich dadurch nicht beachtet und übergangen.

Wie man an diesen drei Elterntypen sehen kann, ist weder das *zu viel* involviert sein, noch das *zu wenig* eine günstige Konstellation für die Kunstturnerinnen. Eltern müssen einen Mittelweg finden, auf der einen Seite unterstützend eingreifen und bei negativen Erlebnissen verständnisvoll und helfend reagieren und auf der anderen Seite sich aber nicht zu viel einmischen. Es ist eine Gratwanderung zwischen Unterstützung und puschen. Für die Eltern ist es eine schwierige Aufgabe die richtige Dosierung zu finden.

(Cogan & Vidmar, 2000, S.111-124)

Zusammenfassend ist zu sagen, dass Mädchen im Kunstturnen viel Spaß und Freude an ihrem Sport haben, aber auch mit Ängsten, Zwang und Druck konfrontiert werden, die im Leistungssport, egal in welchem, nicht wegzudenken sind.

Entscheidend in der Entwicklung der Turnerinnen sind der Rückhalt und die Unterstützung ihrer Eltern sowie auch das Vertrauen, die Unterstützung und die gute Zusammenarbeit mit ihren Trainer(inne)n. Ein sehr unterstützendes soziales Umfeld, sowie Spaß und Motivation der Turnerinnen sind die Voraussetzungen zur erfolgreichen Ausübung dieses Leistungssports.

4. DROP OUT UND BINDUNG

Das Kapitel *Drop Out und Bindung* beschreibt Merkmale eines Bindungsprozesses und beschäftigt sich intensiv mit Karriereende und den Faktoren die den Drop Out beeinflussen. Außerdem soll auf die Rolle der Eltern in der Karriereentscheidung eingegangen werden.

4.1. Karriereübergänge

Würth (2001, S. 111) beschreibt die sportliche Karriere als einen Entwicklungsprozess, der durch gleitende Phasenübergänge gekennzeichnet ist. Diese Übergänge sind im Kinder- und Jugendsport vor allem innerhalb der sportlichen Laufbahn als auch bei der Beendigung der Karriere von großer Bedeutung.

Phasenübergänge im Kinder- und Jugendsport werden bei Würth (2001, S.111) folgendermaßen definiert:

Als Phasenübergang (Transition) wird der Zeitraum verstanden, in dem junge Sportlerinnen und Sportler von einer sportlichen Entwicklungsphase in die nächste Phase aufsteigen. (Würth, 2001, S.111)

So werden laut Würth (2001, S.111) zwei Phasenübergänge festgelegt: Jener vom Beginn zur Entwicklung und der zweite von der Entwicklung zu Meisterschaft. Der letzte Phasenübergang ist der Ausstieg aus dem Sport, der in jeder Phase erfolgen kann.

Im Kinder- und Jugendsport spielen vor allem die Eltern in der Gestaltung des sportlichen Umfelds eine entscheidende Rolle. Die Eltern haben einen entscheidenden Einfluss darauf, ob ihre Kinder den Schritt in die nächste Entwicklungsphase schaffen und meistern, oder ob sie sich aus dem Sport zurückziehen.

4.1.1. Bindung und Sportfreude

Besonders charakteristisch für die Freude am Sporttreiben ist die Phase des Beginns. Die Motivation für Kinder, eine sportliche Aktivität über einen längeren Zeitraum aufrecht zu erhalten, holen sie sich vorrangig über die Freude an der Bewegung. Sie ist eine wichtige Voraussetzung für die Ausübung einer bestimmten Sportart und sichert das dabei bleiben über mehrere Jahre. Die Sportfreude wird aber auch durch die extrinsische Anerkennung und durch das Erleben von Herausforderungen bestimmt.

Charakteristisch für den Übergang in die Entwicklungsphase ist, dass erste Qualifikationen und Sichtungen anstehen, die für das Kind neue Herausforderungen bedeuten. Die Kinder können dann eine hohe Anerkennung von außen erwarten, sollten sie diese Herausforderungen erfolgreich meistern. Vor bzw. nach einem anstehenden Karriereübergang ist die Sportfreude besonders groß, natürlich nur dann, wenn die Aufgaben erfolgreich bewältigt wurden. (Würth, 2001, S. 115)

4.1.2. Merkmale des Bindungsprozesses

Es ist wichtig den Bindungsprozess der jeweiligen Sportler oder Sportlerinnen an die gewählte Sportart zu betrachten, um eine Aussage über den Ausstieg aus oder das Dabeibleiben im Training machen zu können. Hier haben personale und situative Merkmale eine besondere Bedeutung und einen entscheidenden Einfluss. Die situativen Faktoren setzen sich aus Lebensstilfaktoren (z.B. Gewohnheiten, passives und aktives Freizeitverhalten), Strategien zur Verhaltensänderung (z.B. Kosten-Nutzen Einschätzung, Zielsetzungen, soziale Unterstützung) und Aspekte des Sports (z.B. Intensität, Bequemlichkeit) zusammen. Zu den personalen Merkmalen zählen psychische Faktoren (z.B. Persönliche Einstellung, Selbstmotivation) und biomedizinische Faktoren (z.B. Fitnesswerte, Gesundheitsstatus).

Alle Faktoren stehen in einer komplexen Wechselwirkung zueinander. Es ist sehr individuell wie stark die einzelnen Faktoren auf die einzelnen Sport treibenden Personen Einfluss nehmen. Entscheidende Einflussfaktoren auf das Bindungsverhalten von Sportler(inne)n an eine sportliche Aktivität sind die soziale Unterstützung, realistische Zielsetzungen, Motive und Anreize und Erwartungen an den Sport.

Die Bindung muss man als kontinuierlichen Prozess sehen und begreifen, dass alle Faktoren einer stetigen Veränderung unterworfen sind.

Der Bindungsprozess wird vorrangig von acht Merkmalen bestimmt:

1. *Physische Merkmale* sind sehr stabile Eigenschaften einer Person. Hierzu zählen Größe, Gewicht, Alter, Geschlecht und der aktuelle Gesundheitszustand.
2. *Psychische Merkmale* sind auch sehr stabile Merkmale einer Person. Selbstbewusstsein, Selbstmotivation, Problemlösungsfähigkeit, und Introvertiertheit bzw. Extrovertiertheit zählen zu diesen Merkmalen, die sich nur bedingt beeinflussen lassen.

3. *Merkmale der Trainingsvorbereitung* gelten als relativ stabil und beinhalten Gefühle und Gedanken, die dazu führen eine sportliche Aktivität zu beginnen. Dazu gehört die Einschätzung zu sportlicher Aktivität allgemein und die zu der eigenen Leistungsfähigkeit.
4. Als *Merkmale des Lebensstils und der Lebensgewohnheiten* bezeichnet man das persönliche Gesundheitsverhalten, die aktuellen Lebensumstände und Erfahrungen mit sportlichen Aktivitäten. Diese Faktoren sind einschneidend, wenn sie sich verändern, sie sind aber prinzipiell als relativ stabil zu sehen.
5. *Merkmale des sozialen Kontexts* werden durch die sozialen Einflüsse in der unmittelbaren Trainingsumgebung bestimmt. In diesem Zusammenhang sind die Trainingspartner/innen und der oder die Trainer/in im Training selbst wichtig.
6. *Merkmale der Trainingsdurchführung* sind situative Merkmale. Hier stehen der Spaß an der sportlichen Bewegung und das damit verbundene emotionale Erleben im Vordergrund. Zusätzlich zählen Dauer, Häufigkeit, Intensität und das Erreichen von Trainingszielen zu diesen Merkmalen.
7. Die *Merkmale des professionellen Kontext des Trainings* sind ebenfalls in die Kategorie der situativen Merkmale einzuordnen. Merkmale des Trainingsprogramms selbst, die Kompetenz und die Umgangsformen der Übungsleiterin oder des Übungsleiters, die örtlichen Gegebenheiten der Trainingstätten und auch die individuelle Bewertung der sportlichen Handlungen durch die oder den Sportler/in zählen zu diesen Merkmalen.
8. *Der Abbruch der sportlichen Aktivität* wird durch Handlungen beeinflusst, die eine Aufgabe des sportlichen Einsatzes zur Folge haben. Er wird durch personale und situative Faktoren bestimmt.

(Jäger, 2008, S. 4-6)

4.2. Karriereende und Drop Out

Drop Out im Kinder- und Jugendsport definiert Würth folgendermaßen (2001, S.123):

Der Terminus Dropout im Kinder- und Jugendsport beschreibt den vorzeitigen, das heißt vor dem Erreichen der sportlichen Leistungsgrenze erfolgten Abbruch der sportlichen Karriere. Von Dropout ist dann zu sprechen, wenn der Athlet vor dem Abbruch mindestens ein Jahr in der Sportart, aus der der Ausstieg erfolgt, an regelmäßigem Training teilnahm und wettkampfsportlich aktiv war. Nach

erfolgtem Dropout ist der Athlet in dieser Sportart nicht mehr oder maximal auf freizeitsportlichem Niveau aktiv. (Würth, 2001, S.123)

Es gibt laut Würth (2001, S.123) zwei Erklärungsmodelle für das Karriereende, die im folgenden Abschnitt näher beleuchtet werden.

Diese Modelle basieren auf der Annahme, dass die Entscheidung auf einer Kosten-Nutzen Analyse beruht. Es werden die positiven bzw. die negativen Konsequenzen und Begleiterscheinungen, die die sportliche Betätigung mit sich bringt, gegeneinander abgewogen, ob die Beziehung im Sport aufrecht gehalten oder abgebrochen wird. Außerdem wird in diese Entscheidungsfindung das Angebot an Alternativen zur sportlichen Aktivität mit einbezogen.

4.2.1. Modelle

4.2.1.1. Das Modell der Karriereentscheidung

Es wird in diesem Modell von der Annahme ausgegangen, dass der Aufrechterhaltung des Sporttreibens eine Kosten-Nutzen-Bilanz zu Grunde liegt. Die Wahrscheinlichkeit eines Karriereabbruchs ist dann gegeben, wenn die Attraktivität anderer Möglichkeiten wie z.B. andere Hobbys oder Partnerschaft, höher eingeschätzt wird bzw. wenn eine negative Bilanz zu verzeichnen ist.

Die wichtigste These dieser Theorie ist, dass der Mensch Beziehungen nach dem Prinzip der Kosten und des Nutzens analysiert. Ein wesentlicher Punkt ist außerdem die Attraktivität anderer Beziehungen. Es wird abgewogen, ob sich die Aufrechterhaltung einer Beziehung lohnt oder ob diese aufgegeben wird, weil eine andere attraktiver geworden ist.

Es existieren auch Fälle, wo die Kosten-Nutzen Analyse keine Entscheidungsgrundlage bietet, da die Entscheidung aufgrund von subjektiv nicht beeinflussbaren Konstellationen bereits gefallen ist. Dies sind z.B. zu hohe finanzielle Belastungen, Verletzungen oder der Ausschluss aus der Trainingsgruppe von anderen Personen, wie z.B. dem oder der Trainer/in. (Würth, 2001, S.124-125)

4.2.1.2. Das Modell des freiwilligen Rückzugs

Im Gegensatz zum ersten Modell werden hier finanzielle Anforderungen und Verletzungen als kontrollierbare sportbezogene Faktoren gesehen, die nicht unbedingt zum Abbruch der Sportkarriere führen müssen.

In diesem Modell wird außerdem der natürliche Entwicklungsprozess der jungen Sportler/innen hervorgehoben. Die Veränderung der persönlichen Bedürfnisse und das Streben nach Unabhängigkeit können ebenfalls wichtige Faktoren für eine Entscheidung gegen den Leistungssport sein. (Würth, 2001, S.125-127)

In Abbildung 1 wird grafisch festgehalten, welche Faktoren dafür ausschlaggebend sind, dass sich eine Sportlerin oder ein Sportler zum Drop Out entscheidet. Zu einer Kosten-Nutzen-Analyse führen sportbezogene Faktoren, umweltbezogene Faktoren und entwicklungsbezogene Faktoren, die wiederum zum Drop Out führen können.

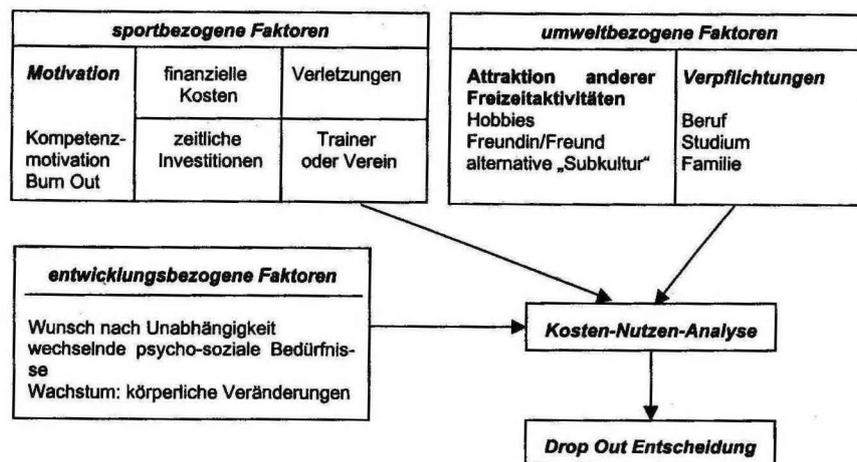


Abb. 1. : Modell der Einflussfaktoren auf den freiwilligen Rückzug aus dem Sport (Würth, 2001, S.126)

4.2.2. Faktoren, die den Drop Out beeinflussen

Würth (2001, S.127-128) stellt fest, dass für ein Karriereende oft ähnliche Faktoren eine Rolle spielen wie bei einer Fortsetzung der Karriere, wobei die Faktoren in einer anderen qualitativen Ausprägung bzw. Gewichtung vorliegen. Er unterscheidet sportbezogene und umweltbezogene Faktoren. Die Angst vor Verletzungen, fehlende Erfolgserlebnisse, fehlende sportliche Kompetenz und fehlendes Geld können als sportbezogene Faktoren gesehen werden. Andere Aktivitäten und Interessen außerhalb des Sports sind außerdem Motive für einen Abbruch der Leistungssportkarriere und werden als umweltbezogene

Faktoren bezeichnet. Diese Gründe, die nicht im Sport zu suchen sind, spielen auch eine wesentliche Rolle in der Entscheidung für oder gegen das Fortführen des Sporttreibens.

Nach Würth (2001, S. 129-130) haben Personen mit einer hohen Aufgabenorientierung, jene die ihre eigenen Fertigkeiten verbessern wollen, auch eine vermehrte Anstrengungsbereitschaft und somit auch eine höhere Persistenz zum Sporttreiben. Außerdem spielt auch eine hohe Wettkampforientierung, nämlich der Wunsch der Athlet(inne)n besser zu sein als andere, eine wesentliche Rolle.

Würth (2001, S.130-131) meint, dass Drop Out vor allem dann begünstigt wird, wenn die Sportler/innen ein niedriges sportliches Selbstkonzept (Kompetenz) besitzen, eine wenig ausgeprägte Aufgabenorientierung und eine hohe Wettbewerbsorientierung haben. Zusätzlich werden die Sportler/innen durch Faktoren wie mangelnde Erfolge, Verletzungen und Verlust der Sportfreude beeinflusst. Dazu ist zu erwähnen, dass natürlich demgegenüber attraktive Verhaltensalternativen stehen, die den Athletinnen und Athleten die Entscheidung für den Sport ebenfalls erschweren. In der Abbildung 2 ist zusammengefasst, wie auch in diesem Kapitel beschrieben ist, welche Beweggründe eine Sportlerin bzw. ein Sportler aufgrund der Kosten-Nutzen-Analyse hat, um seine Karriere entweder fort zu setzen oder aber auch abzubrechen.

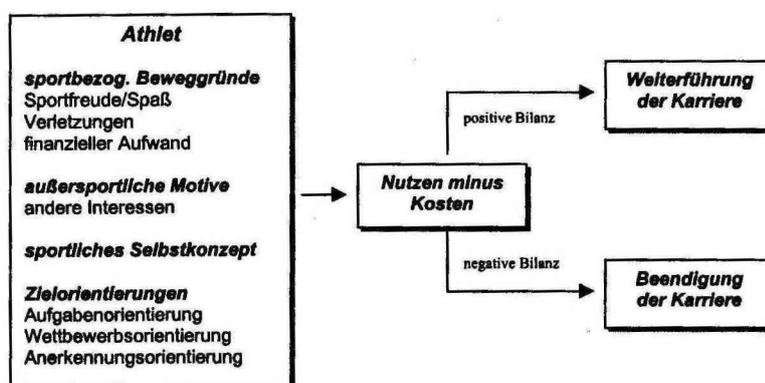


Abb. 2.: Einflussfaktoren der Kosten-Nutzen-Analyse im Rahmen der Karriereentscheidung auf Seiten des Athleten (Würth, 2001, S.131)

4.3. Die Rolle der Eltern in der Karriereentscheidung

Eltern können in einem großen und entscheidenden Maße dazu beitragen, dass ihre Kinder bzw. die jungen Sportler/innen ihre Karriere frühzeitig beenden oder aber auch fortführen bzw. sind sie entscheidend beim Erstkontakt mit dem Sport.

Ein wichtiger Punkt ist die Einschätzung der Eltern über die sportlichen Fähigkeiten ihrer Kinder. Sie stellen eine wesentliche Informationsquelle für die Kinder dar, wenn es für diese darum geht, ihre eigenen Fähigkeiten einzuschätzen. Ein weiterer wichtiger Faktor ist nicht nur die Einschätzung, sondern auch die Erwartungshaltung der Eltern gegenüber dem Sporttreiben der Kinder. Diese können auf einer allgemeinen Basis liegen (z.B. dass das Kind ein erfolgreicher Sportler wird) oder können ganz konkret sein, wie zum Beispiel der Gewinn eines bestimmten Wettkampfes.

Eltern geben ihren Kindern außerdem Rückmeldungen zu ihrem Sporttreiben. Die Kinder bekommen verschiedenste Rückmeldungen über ihre sportlichen Leistungen von ihren Eltern, die entweder positiv aber auch negativ sein können. Zum einen spiegelt sich positives Feedback in der Bekräftigung gezeigter Leistungen und Anfeuerung wider. Das negative Feedback äußert sich meistens durch Korrekturen, sarkastische Bemerkungen und Schimpfen über nicht entsprechende Leistungen. (Würth, 2001, S.75-77)

Weiters meint Würth (2001, S.77-78), dass die Eltern den Leistungsdruck auf ihre Kinder erhöhen. Dieser wird in drei Bereiche eingeteilt: die Aufrechterhaltung der Karriere, die Teilnahme an Wettkämpfen und ein bestimmtes Leistungsniveau.

In den folgenden Kapiteln wird beschrieben, welchen weiteren Einfluss die Eltern auf das Sporttreiben ihrer Kinder und auf das Beenden oder Fortsetzen der sportlichen Karriere haben.

4.3.1. Eigene sportliche Aktivität

Die eigene sportliche Aktivität der Eltern ist ausschlaggebend für die sportliche Zukunft bzw. Entwicklung ihrer Kinder. Eltern sind nicht nur für den Erstkontakt mit dem Sport verantwortlich sondern haben auch eine nicht zu unterschätzende Vorbildwirkung für ihre Kinder.

In der Literatur findet man einen positiven Zusammenhang zwischen der sportlichen Aktivität der Eltern und der Kinder. Welche sportliche Aktivität ausgeübt wird, steht weder bei den Eltern noch bei den Kindern im Vordergrund (z.B. individuell gestalteter Freizeit- oder Gesundheitssport oder organisierter Vereinssport).

Dem Verhalten von Eltern gegenüber dem Sporttreiben der Kinder kann Modellcharakter zugeschrieben werden. Außerdem kann man in der Literatur nachlesen, dass geschlechtsspezifische Modellwirkungen auftreten. Töchter sprechen generell eher auf das Modellverhalten ihrer Eltern an als Söhne. Für Burschen stehen mehrere Rollenmodelle im Sport zur Verfügung und daher sind die Eltern nur eine von vielen. Bei Mädchen ist eine starke Orientierung an den Eltern zu sehen, sie sind ihre primären Bezugspersonen.

Eltern sorgen auch als positive Verstärker dafür, dass ihre Kinder sportliche Aktivitäten aufnehmen. Eltern haben somit sowohl in aktiver Form (als Quellen positiver Verstärkung) als auch in passiver Form (als Modell) einen großen Einfluss darauf, ob ihre Kinder im Sport aktiv sind oder nicht. (Würth, 2001, S.62-68)

4.3.2. Emotionale Unterstützung

Die emotionale Unterstützung der Athlet(inne)n durch ihre Eltern ist enorm wichtig und bezieht sich vor allem auf positive Wertschätzung und Ermunterungen von dieser Seite. Junge Sportler/innen, die ihre Karriere frühzeitig beenden, erfahren durch die Eltern zu wenig Ermunterung bzw. fühlen entweder übermäßigen oder zu geringen Druck. Hierbei kann man verschiedene Arten des Drucks unterscheiden: den Druck zu trainieren, den Druck durch überzogene Erwartungen oder durch Kritik. Auch die Unsicherheit der elterlichen Unterstützung spielt hier eine wesentliche Rolle und kann zum Ausstieg aus dem Sport führen. (Würth, 2001, S. 132-133)

4.3.3. Instrumentelle Unterstützung

Ein weiterer wichtiger Punkt ist die so genannte instrumentelle Unterstützung der Eltern. Oft kann das Aufrechterhalten des Sporttreibens nur dann gewährleistet werden, wenn die Eltern die Fahrdienste zum Training übernehmen. Berufliche Verhinderungen der Eltern und das „Nicht-Führen-Können“ zum Sport, können ebenfalls Gründe für den Ausstieg der Kinder bzw. Jugendlichen aus dem regelmäßigen Training sein.

Außerdem darf man die finanzielle Unterstützung der Eltern beim Sport nicht unterschätzen. Die Kinder sind von der Überzeugung der Eltern abhängig, dass sie ihr Geld gut und sinnvoll investieren. Diese Komponente der Unterstützung wurde bis jetzt noch nicht genauer untersucht, es gibt aber erste Hinweise dafür, dass eine fehlende finanzielle Unterstützung der Kinder auch zu einem Drop Out führen kann. (Würth, 2001, S:133-134)

4.3.4. Bewertungsunterstützung

Mit der Einschätzung der sportlichen Leistungsfähigkeit bzw. der sportlichen Kompetenz der Eltern gegenüber ihren Kindern, geben sie den jungen Sportler(inne)n wichtige Anhaltspunkte für die eigene Bewertung ihrer sportlichen Fähigkeiten. Rückmeldungen über

die aktuelle sportliche Leistung können direkt bei der Ausübung des Sports (z.B. durch Zurufe im Wettkampf) im positiven oder auch im negativen Sinne oder aber auch nach der sportlichen Aktivität erfolgen. Diese Rückmeldungen können ebenfalls als Bewertungsunterstützung bezeichnet werden. Sind die Eltern von dem Sporttreiben ihres Kindes überzeugt, so können sie mit dieser Einstellung das Selbstbewusstsein der jungen Athlet(inne)n stärken und den Karriereverlauf begünstigen. (Würth, 2001, S.84, S.118)

Abbildung 3 zeigt, wie das Elternverhalten ein Karriereende oder aber auch eine Weiterführung der Karriere ihrer Kinder beeinflussen.

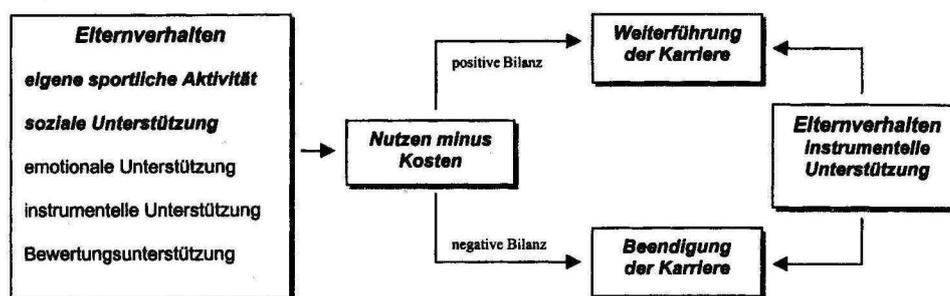


Abb. 3.: Hypothetisches Bedingungsgefüge des elterlichen Einflusses auf die Karriereentscheidung der Athleten im Kinder und Jugendsport (Würth, 2001, S.135)

Zusammenfassend ist festzuhalten, dass die Entscheidung für die Beendigung einer Leistungssportkarriere ein Prozess ist, der verschiedene Merkmale vorweisen kann und der einer Kosten-Nutzen Analyse der Sportler/innen zu Grunde liegt. Auch die Bindung an den Leistungssport ist als Prozess zu sehen, der sich aus den verschiedensten Faktoren zusammensetzt und einer stetigen Veränderung unterworfen ist.

Weiters ist festzuhalten, dass Eltern eine entscheidende Rolle sowohl im Bindungsprozess als auch in der Drop Out Frage spielen, weil sie durch ihre Unterstützung und ihren Einfluss auf die Leistungssport treibenden Kinder an einer Karriereentscheidung maßgeblich beteiligt sind.

5. SCHULE UND ZEITLICHE INVESTITIONEN

Im folgenden Kapitel werden die Belastungen und Bewältigungsmöglichkeiten sowie auch die soziale Unterstützung für die Sportler/innen durch Eltern, Freunde und Trainer/innen genauer betrachtet. Außerdem gibt es einen Einblick in das Österreichische Schulsystem,

um im weiteren Verlauf der Arbeit einen Vergleich zu den Schulsystemen der Schweiz und Deutschland herzustellen zu können.

Aufgrund von Dokument- und Studentafelanalysen werden in diesem Kapitel die verschiedenen Schulmodelle für Leistungssportler/innen in Wien und die Anforderungen aus Schule und Leistungssport beschrieben, dargestellt und verglichen.

Mit Hilfe von Fallbeispielen von Wochenplänen von einigen elfjährigen Kunstturnerinnen, die unterschiedliche Schultypen besuchen, wird die Gesamtstundenbelastung dargestellt und die Unterschiede der zeitlichen Umfänge in den verschiedenen Schultypen aufgezeigt und verglichen.

5.1. Situationsbeschreibung – eigene Erfahrung

An dieser Stelle der Arbeit möchte ich meine langjährige Erfahrung als Trainerin zum Thema Schulwechsel einbringen, damit nicht ausschließlich Aussagen aus der Literatur verarbeitet werden und ein Bezug zur aktuellen Situation in Wien hergestellt werden kann.

Ich trainiere seit ca. zehn Jahren mit Mädchen, derzeit zwischen sechs und sechzehn Jahren fünf bis sechs Mal pro Woche, im Kunstturnen. Seit 2007 übe ich das Amt der Landesfachwartin für Kunstturnen Frauen aus und bin damit für diesen Leistungssport in Wien verantwortlich. Aufgrund dessen interessiert mich die Situation in Wien besonders und vor allem die schulischen Möglichkeiten, die junge Sportlerinnen in Wien haben. Als Trainerin hatte ich in der Vergangenheit bereits einige Schulwechsel von der Volksschule in eine weiterführende Schulform (AHS, HS, NMS) zu verkräften. Manche waren sehr problematisch und endeten mit dem Ausstieg aus dem Leistungssport, andere waren eher unproblematisch. Es war zu erkennen, dass Mädchen in den herkömmlichen Schulformen ohne Unterstützung des Leistungssports größere Probleme hatten, als jene die eine besondere Schulform nutzten.

Die ersten Probleme ergaben sich in den herkömmlichen Schulformen mit den Stundenplänen und dem Nachmittagsunterricht, der besucht werden musste und daher zumindest ein Training in der Woche für diese Mädchen ausfiel. In manchen Schulen konnte eine Regelung gefunden werden, dass die Turnerinnen nicht in jeder Nachmittagseinheit anwesend sein mussten, dies war aber nur in wenigen Schulen möglich.

Weiters gab es anfänglich vor allem Probleme mit den Zielen und dem Ehrgeiz der Mädchen und Eltern in der Schule.

In einem Fall waren für Eltern und auch die Turnerin nur herausragende Leistungen in der Schule akzeptabel. Dieser selbst auferlegte Druck machte sich auch im Training stark bemerkbar. Trainingsabsagen wegen Lernen und schlechte Noten brachten nicht nur für das Kind enorme Probleme, sondern erzeugten klarerweise auch Panik bei den Eltern. Es ging soweit, dass das Mädchen mit dem Sport aufhören wollte, weil sie ihrer Meinung nach der Doppelbelastung nicht gewachsen war. Viele Gespräche mit den Eltern und dem Kind und die gemeinsame Erarbeitung von realistischen Zielen in Schule und Sport führten zu einem positiven Abschluss des Schuljahres bzw. auch des Turnjahres. Vor allem das Erkennen, dass gute Schulnoten zwar wichtig sind, ein Zeugnis aber nicht ausschließlich ausgezeichnet sein muss, hat im Kind und auch bei den Eltern viel bewirkt.

Dies war nicht die einzige negative Erfahrung punkto Leistungsanforderungen in einer höheren Schule und Vorstellungen von Eltern und Kindern. Immer wieder gab und gibt es Eltern und Turnerinnen, die die Latte anfangs sehr hoch legen.

Es wurden sehr viele Trainingseinheiten wegen dem Lernaufwand abgesagt, zwischenzeitlich gab es auch die Überlegung mit dem Leistungssport aufzuhören. Im Laufe des Schuljahres normalisierte sich meistens die Einstellung der Eltern und ein Nebeneinander von Schule und Sport wurde möglich.

Meiner Erfahrung nach haben die Mädchen in einer auf den Leistungssport abgestimmten Schulform am wenigsten bzw. keine Probleme Schule und Sport nebeneinander gut zu schaffen. Die Eltern sind zumeist von Anfang an positiv auf diese Schulform eingestellt, wissen um die Doppelbelastung ihrer Töchter und agieren verständnisvoll und ohne Panik auf Schulnoten. Die Turnerinnen können aufgrund der Schulform alle Trainingseinheiten besuchen und dank der positiven Einstellung und Unterstützung ihrer Eltern das Schuljahr gut und ohne große Probleme bewältigen.

5.2. Doppelbelastung

Nach Brettschneider (2001, S.234-236) haben jugendliche Leistungssportler/innen mit enormen Belastungsumfängen zu tun. Zu 30-35 Stunden Unterricht in der Schule kommen, in Abhängigkeit der Sportart und des Alters, noch 15-30 Stunden Training pro Woche. Außerdem kommen zum wöchentlichen Unterricht und zum Training noch einmal ungefähr 10-15 Stunden Fahrzeit dazu. Man kann also von einer 60-80 Stundenwoche reden.

Für die Kinder und Jugendlichen ist nicht nur der Umfang der Belastung das Problem, sondern auch die durch Doppelbelastung von Schule und Training resultierende

Zerstückelung des Alltags bzw. die Rhythmisierung des Tagesablaufes. Die Athlet(inn)en gehen normalerweise dann zum Training wenn sich ihre nicht Sport treibenden Altersgenossen mit Freunden treffen. Tatsache ist, dass junge Leistungssportler/innen so gut wie keine Zeit für sich selbst haben. Es ist allerdings auch erwiesen, dass die Athlet(inn)en mit der wenigen freien Zeit, die sie haben, sehr sinnvoll und ökonomisch umgehen.

Nach Frei et al. (2000, S.114-115) empfinden die jungen Turnerinnen die Doppelbelastung sehr wohl als anstrengend. Aber auch hier differieren die Aussagen. Es gibt Mädchen die sich durch die Schule nicht übermäßig oder gar nicht belastet fühlen bzw. auch jene die das Gefühl haben, nicht zu wissen, wie sie alles schaffen sollen. Hier spielt auch das Alter der Turnerinnen eine Rolle, denn mit zunehmendem Alter erhöhen sich sowohl die schulischen als auch die sportlichen Anforderungen. Mädchen, denen das Lernen generell leicht fällt, fühlen sich dabei deutlich weniger belastet.

5.3. Stress und Bewältigung

Nach Gogoll (2004, S.53) werden Kinder und Jugendliche in westlichen Industriegesellschaften mit vielfältigen Anforderungen aus ihrer physisch-materiellen und sozialen Umwelt konfrontiert. Stress entsteht, wenn Stressoren als bedrohlich, schädlich oder verlustreich gelten.

Mögliche Stressquellen sind zum Beispiel historisch neuartige Belastungen, die sich im Zuge von gesellschaftlichen Veränderungen in verschiedenen typischen Lebensbereichen von Kindern und Jugendlichen ergeben. Wesentlich sind hier außerdem die physischen, psychischen und sozialen Anpassungsanforderungen, die typisch für die Kindheits- und Jugendphase sind.

5.3.1. Belastungen in der Lebenswelt von Kindern

Gogoll (2004, S.56-58) meint, dass es vor allem von der individuellen Ausprägung und Qualität der Handlungskompetenzen und des Selbstbildes abhängt, ob Kinder und Jugendliche ihre Entwicklungsaufgaben produktiv lösen oder ob sie diese als Bedrohung und Quelle permanenten Stresses wahrnehmen.

Welchen Entwicklungsstand Selbstbild und Handlungskompetenzen eines Individuums dabei haben, wird durch die sozialen und materiellen Lebensbedingungen bestimmt, nicht nur über physische Mechanismen vermittelt. Zunehmend ungünstigere Rahmenbedingungen für den

Aufbau und die Entwicklung zentraler Handlungskompetenzen und eines realistischen Selbstbildes schaffen veränderte institutionelle, organisatorische und soziale Kontexte der Sozialisation. Es wird damit zusätzlich sehr schwierig, eine Lösung für die lebensphasenspezifischen Entwicklungsanforderungen zu finden. Eine Reihe weitere Stressoren wurden durch die durch den gesellschaftlichen Modernisierungsprozess eingeleiteten Veränderungen im Familien- und Bildungsbereich geschaffen.

Die Rahmenbedingungen und Ablaufmuster des Aufwachsens von Kindern und Jugendlichen wurden durch die Modernisierungsprozesse der vergangenen drei Jahrzehnte fundamental verändert. Kindheit und Jugend als Phase im menschlichen Lebenslauf wurden entstrukturiert und kindliche und jugendliche Lebensformen haben sich pluralisiert. Außerdem bewirkte in den wichtigsten Sozialisationsinstanzen der Heranwachsenden der ökonomische und soziokulturelle Wandel grundlegende Veränderungen.

5.3.1.1. Familie

Gogoll (2004, S.59-60) beschreibt, dass traditionelle Sozialformen und Bindungen durch den Modernisierungsprozess zersetzt werden. Dies zeigt sich besonders deutlich in der Veränderung von Familienformen. Die innerfamiliären Beziehungsstrukturen und auch die äußere Form der Institution Familie wandeln sich, dies zeigt sich in den Eltern-Kind-Beziehungen sowie auch auf der Paar- bzw. Elternebene.

Es hängt von der Qualität und dem Klima der Partnerbeziehung der Eltern ab, ob Heranwachsende ihre Familie als Quelle von stressreichen Erfahrungen erleben oder nicht. Ständige Streitigkeiten bis zum Abbruch der Partnerschaft durch Trennung und Scheidung stellen für die Kinder und Jugendlichen eine sehr starke psychische und soziale Belastung dar. Der Wandel der Eltern-Kind-Beziehung kann zu einer stressreichen Familienkonstellation beitragen, denn Kinder und Jugendliche sind auf eine funktionierende Eltern-Kind-Beziehung angewiesen, wenn sie keinen Schaden in ihrer körperlichen, sozialen und psychischen Entwicklung nehmen wollen.

Es ist offenbar sehr schwierig geworden günstige, Rahmenbedingungen für Eltern-Kind-Beziehungen zu schaffen, dies zeigt sich zum Beispiel am Erziehungsstil der Eltern. Untersuchungen haben gezeigt, dass sich das Erziehungsverständnis verändert hat. Das Verhältnis der Eltern zu ihren Kindern ist partnerschaftlicher und liberaler geworden. Ein hohes Maß an psychischer, kommunikativer und sozialer Kompetenz der Eltern ist für einen anspruchsvollen Erziehungsstil unbedingt erforderlich. Es kommt hier zu einer Kluft zwischen

einem hochgesteckten Erziehungsanspruch und der Umsetzung in das Alltagsleben und in das alltägliche Erziehungsverhalten. Nicht nur die Eltern können mit dem Erziehungsanspruch überfordert werden, sondern auch die Kinder die zu früh Verantwortung für sich selbst und ihre sozialen Beziehungen übernehmen müssen. Die Kinder und Jugendlichen müssen mit ihren emotionalen Problemen zurechtkommen und auch alleine ihre Hausaufgaben bewältigen ohne auf die Hilfe ihrer Eltern zurückgreifen zu können.

5.3.1.2. Bildung

Nach Gogoll (2004, S.61-62) sind die Bildungsansprüche in den letzten Jahren enorm gestiegen. Eine Matura ist eine notwendige Voraussetzung, um überhaupt am Arbeitsmarkt eine Chance zu haben einen Ausbildungs- oder Berufspatz zu bekommen. Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem schulischen Erfolgsniveau und dem gesellschaftlichen Statusniveau. Sobald Eltern und auch ihre Kinder das erkennen, wird die Bewältigung der schulischen Leistungsanforderungen zu der anspruchsvollsten und auch für die Zukunft des Kindes folgenreichsten Entwicklungsaufgabe in seinem Leben.

Aufgrund dessen üben die Eltern oftmals einen enormen Druck auf ihre Kinder aus. Dieser lastet meistens während der gesamten Schulzeit auf den Kindern und hört erst dann auf, wenn die berufliche Platzierung erfolgt ist.

Kinder und Jugendliche in höheren Schulformen sind oft überfordert. Sie können elterlichen und schulischen Leistungsanforderungen nicht entsprechen und es werden dann durch schlechte Schulnoten familiäre Konflikte ausgelöst.

Es kommt generell zu einer Verlängerung der Bildungszeit und somit auch zu einer Verlängerung der ökonomischen Abhängigkeit von den Eltern. Es kann dadurch zu einem Spannungsverhältnis zwischen ökonomischer Abhängigkeit und früher Selbständigkeit kommen, da die Jugendlichen nicht selbständig und autonom entscheiden können, da sie in finanzieller Abhängigkeit zu den Eltern stehen.

5.3.2. Der Sport als Einflussfaktor in der Stressbeziehung

Gogoll (2004, S. 73-76) beschreibt, dass der Sport eine Vielzahl von physischen, sozialen und psychischen Ressourcen positiv beeinflussen kann. Sportive und sportunabhängige psychische Ressourcen können erworben und gestärkt werden. Er trägt außerdem dazu bei, dass eine größere Zufriedenheit mit dem eigenen Körper erfahren wird und es gelingt ein

positives Selbstwertgefühl und Selbstwirksamkeitserwartungen aufzubauen. Grundlegend für die Veränderungen des Selbstwertgefühls durch Sport ist die physische Leistungsfähigkeit, sie wird durch die Sportaktivität des Menschen ausdifferenziert und aktiviert. Über sportliche Bewegungen und vermittelte Leistungserfahrungen kommt es zu einer Stärkung der psychischen Ressourcen.

Sport kann auch als soziale Ressource genutzt werden und ermöglicht eine Vielzahl an Sozialkontakten und Sozialbeziehungen. Durch die sportliche Aktivität können die Sporttreibenden ein soziales Netzwerk mit Trainer(inne)n und Sportpartner(inne)n aufbauen, das in Stresssituationen verschiedene Unterstützungsleistungen bieten kann. Sport vermittelt auch positive Freundschaftsbeziehungen mit Unterstützungspotentialen die in sportunabhängige Lebensbereiche weitergeführt werden.

Sport kann auch den familiären Zusammenhalt stärken, indem Eltern und Kinder gemeinsam Sporttreiben. Der Sportverein bietet vor allem sozial integrative Leistungen. Es ist möglich durch die kontinuierliche Beziehung zu anderen Personen soziale Ressourcen zu stärken und aufrecht zu erhalten.

Sportliche Aktivität kann außerdem als Bewältigungsstrategie angesehen werden und zielt vor allem auf die Regulation der emotionalen Reaktionen im Stressgeschehen ab. Im Vordergrund stehen dabei nicht die Beseitigung oder Verminderung der stressreichen Person-Umwelt-Transaktion, sondern auf die durch deren Bewertung ausgelösten emotionalen Reaktionen. Nach Gogoll (2004, S.76) sind die negativen Emotionen, die mit der problematischen Person-Umwelt-Transaktion verbunden sind, durch den Sport zu verbessern.

5.4. Soziale Unterstützung durch Eltern, Freunde und Trainer/innen

Brettschneider und Richartz (2001, S.234-235) und Richartz und Brettschneider (1996, S.85-86) meinen, dass die wichtigsten Unterstützungsquellen für leistungssportliche Kinder und Jugendliche jene sind, die für sie die größte emotionale Bedeutung haben. Ein wichtiger Schutzfaktor für die Abpufferung negativer Effekte der Doppelbelastung Schule und Sport ist das soziale Netzwerk in das die Sportler/innen integriert sind. Eltern, Freunde und Trainer/innen haben somit eine zentrale Bedeutung. Eine gemeinsame Unterstützungsbasis ist am nachhaltigsten für die Entwicklung und Stabilität der Leistungssportkarriere und wirkt sich auch auf die nachsportliche Karriere aus.

5.4.1. Soziale Unterstützung durch die Eltern

Nach Brettschneider und Richartz (2001, S.235-236) ist das Elternhaus ein wichtiges Stützsystem für leistungssportlich aktive Kinder. Die Leistungssportkarriere der jungen Sportler/innen bekommt vor allem dann eine sehr positive Unterstützung, wenn die Erwartungen der Eltern hinsichtlich der Erfolge im Leistungssport, aber auch in der Schule ausbalanciert und realistisch sind. Es existieren aber auch Risiken, die für die Beziehungen zwischen Eltern und Kindern entstehen können, vor allem wenn es zu Erwartungs-enttäuschungen kommt.

Nach Richartz und Brettschneider (1996, S.86) verändert sich das Verhältnis zwischen Eltern und Kindern in der Adoleszenz. Die Kinder haben vor der Pubertät schon Schwellensituationen überschritten und es sind bereits die ersten Entwicklungs- und Ablösungsschritte vollzogen, wie zum Beispiel der Eintritt in den Kindergarten, der Schulbeginn und der erste Urlaub mit einer Kindergruppe. Im System der Familie entsteht mit dem Eintritt in die Adoleszenz ein spürbarer Veränderungsdruck. Die Jugendlichen möchten ihr Leben immer mehr selbst bestimmen und die Selbständigkeit wächst.

Brettschneider und Richartz (2001, S.236) meinen, dass der Schlüssel für einen vernünftigen Leistungssport auf alle Fälle das Elternhaus bleibt. Es ist die wichtigste Stützquelle für junge Athlet(inn)en im Prozess der Bewältigung ihrer enormen Belastungen aus Training und Schule. Die Eltern bleiben für die meisten jungen Leistungssportler/innen die wichtigsten Bezugspersonen, vor allem bei Fragen die über den Sport hinausgehen und die zukünftige Lebensplanung betreffen.

5.4.2. Soziale Unterstützung durch Gleichaltrige bzw. Freunde

Brettschneider und Richartz (2001, S. 235) beschreiben, dass die „peers“ der Gleichaltrigen emotionale Unterstützung in leistungssportspezifischen Problemsituationen gewähren, sie helfen bei der Lösung jugendtypischer Entwicklungsaufgaben und leisten einen Beitrag zur Entwicklung sozialer Fähigkeiten. Die „peer groups“ sind allerdings nicht nur Orte des Vertrauens und der Unterstützung, sondern diese Beziehungen führen auch zur Entstehung von Konflikten, Konkurrenz und die Rebellion gegen die Erwachsenenwelt.

Nach Richartz und Brettschneider (1996, S.130) bilden sich bereits vor der Adoleszenz dauerhafte und auch flüchtige Kontakte zu Gleichaltrigen. Dies ist ein wichtiges Erfahrungsfeld in der Entwicklung sozialer Bedürfnisse und der kindlichen Erprobung.

In der Adoleszenz ist der Aufbau neuer Beziehungen zu Gleichaltrigen eine wichtige Entwicklungsaufgabe, die synchron zur Ablösung von den Eltern stattfindet. Die Jugendlichen verbringen sehr viel Zeit mit Peers, sie suchen Orientierung und Unterstützung bei Freunden und erproben die Balancierung von Vertrauen und Konkurrenz.

Nach Brettschneider und Richartz (2001, S.235) ist dies auch für die Gruppe der sportlichen Talente zutreffend. Männliche Athleten nutzen ihren Freundeskreis vor allem dazu, Probleme und Spannungen in der Gruppe abzufedern oder auch zu verdrängen und um gemeinsame Aktivitäten durchzuführen. Sportlerinnen oder weibliche Jugendliche wenden sich an ihre beste Freundin, um in einem vertrauensvollen Gespräch emotionale Unterstützung zu bekommen. Dieser soziale Rückhalt bei Freunden ist kein zeitkonstanter Faktor, im Laufe des Jugendalters entstehen dann gegengeschlechtliche und Liebesbeziehungen. Hier bilden Leistungssportler/innen keinerlei Ausnahme und sie verhalten sich so wie andere Jugendliche.

5.4.3. Soziale Unterstützung durch Trainer/innen

Nach Brettschneider und Richartz (2001, S.236) erfahren die Trainer/innen eine hohe Wertschätzung und auch Vertrauen, wenn es um ihre Kompetenz über alle sportlichen Belange ihrer Athlet(inn)en geht. Die Athlet(inn)en vermissen aber bei den Trainer(inne)n eine Rücksichtnahme auf ihre Freizeitbedürfnisse und schulischen Belange.

Den Autoren zu folge sind Trainer/innen zwar in der Lage ihre Schützlinge zu Weltmeistern zu machen, die jungen Sportler/innen können aber nicht auf pädagogische und psychologische Hilfe und Unterstützung nach dem Sport hoffen.

Die Athlet(inn)en bekommen oft kein Programm zum Abtrainieren und fühlen sich nach dem Ausstieg aus dem Leistungssport fallen gelassen und nicht mehr beachtet. So wird hier im gesamten Entwicklungsprozess eine wichtige soziale Ressource nicht genutzt.

5.5. Kurzer Überblick über das Schulsystem in Österreich

In Österreich dauert die allgemeine Schulpflicht insgesamt neun Jahre. Mit dem Erreichen des sechsten Lebensjahres tritt das Kind in die Volksschule oder Grundschule ein, die vier Jahre dauert. Danach hat der bzw. die Schüler/in die Wahl zwischen Allgemein bildender höherer Schule (AHS), Hauptschule oder Kooperativer Mittelschule (KMS) und seit dem

Schuljahr 2008/2009 besteht auch die Möglichkeit der neuen Mittelschule (NMS). (Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport, 2011, S.3)

Abbildung 4 zeigt eine schematische Darstellung des österreichischen Schulsystems.

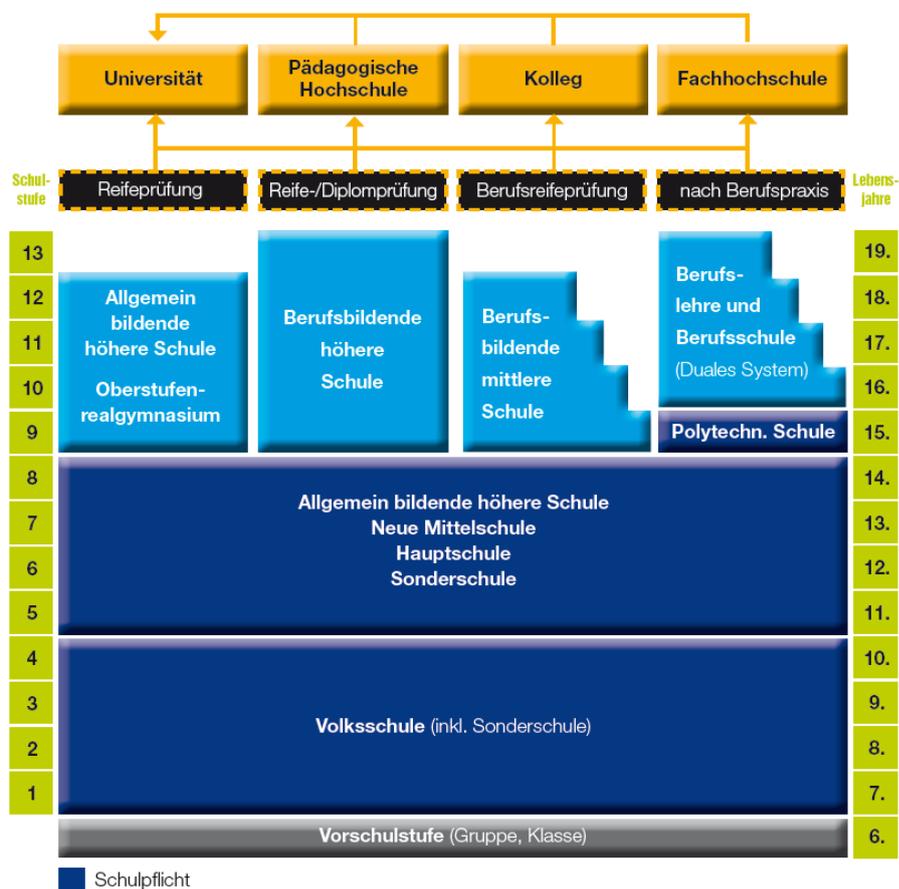


Abb. 4.: Schematische Darstellung des österreichischen Schulsystems (Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport, 2011, S. 2)

5.5.1. Allgemein bildende höhere Schule – AHS

Grundsätzliches Ziel der allgemeinbildenden höheren Schule ist die Schaffung von Voraussetzungen für ein Universitätsstudium und die vertiefende und umfassende Allgemeinbildung. Die AHS gliedert sich in Unterstufe (vier Jahre - Sekundarstufe I) und Oberstufe (vier Jahre – Sekundarstufe II).

Schüler/innen, die die vierte Klasse der Volksschule erfolgreich in den Fächern Deutsch, Lesen und Mathematik (gute und sehr gute Leistungen) abgeschlossen haben, können in die erste Klasse AHS aufgenommen werden. Tendenziell besuchen höher begabte Kinder nach der Volksschule ein Gymnasium, wobei Schuler/innen am Land, wegen der weiten Entfernungen, häufiger eine Hauptschule besuchen.

In der AHS Unterstufe werden in der fünften und sechsten Schulstufe die gleichen Fächer wie in der Hauptschule unterrichtet.

Ab der siebenten Schulstufe gibt es eine Gliederung in drei verschiedene Ausbildungsrichtungen:

- Das klassische Gymnasium, diesen Schultyp findet man heute nur noch selten, dient vor allem der humanistischen Allgemeinbildung und es werden hier Latein und Altgriechisch unterrichtet. Heute überwiegen die Schulen die einen „Neusprachlichen“ Zweig anbieten und ab der 3.Klasse eine moderne Sprache (vor allem Italienisch, Französisch und Spanisch) anbieten.
- Das Realgymnasium ist für jene eingerichtet, die naturwissenschaftlich interessiert sind und bietet Unterricht in Darstellende Geometrie, mehr Mathematik und Naturwissenschaften an.
- Das wirtschaftskundliche Gymnasium bietet einen zusätzlichen Schwerpunkt in Chemie, Wirtschaftskunde und Psychologie und Philosophie an.

(Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport, 2008, Abs. 1-9)

5.5.2. Hauptschule

Die Hauptschule soll eine grundlegende Allgemeinbildung vermitteln und den Grundstein für einen Besuch einer mittleren bzw. höheren Schule legen. Außerdem soll sie die Schüler/innen je nach Fähigkeit, Neigung, Begabung und Interesse auf das Berufsleben vorbereiten und durch die Verbindung von Praxis und Theorie wird eine solide Basis für den weiteren Schul- und Berufsweg für die Schüler/innen geschaffen werden.

In den Gegenständen Deutsch, Englisch und Mathematik erfolgt eine Einstufung der Schüler/innen in drei Leistungsgruppen, wobei die erste Leistungsgruppe nach dem selben Lehrplan unterrichtet wird, wie in den Allgemein Bildenden Höheren Schulen. Damit ist, bei entsprechendem Lernerfolg, der Übertritt von Hauptschule in die Unterstufe der AHS jederzeit möglich. (Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport, 2008, Abs. 1-4)

5.5.3. Neue Mittelschule

Im Jahre 2008/2009 wurde in Österreich ein neues Schulkonzept realisiert. Mit der Neuen Mittelschule wurde eine gemeinsame Schule für 10- 14 Jährige geschaffen, die einen

individualisierten Unterricht auf breiter und rechtlich gesicherter Basis ermöglichen soll. Die Schüler/innen haben genügend Zeit ihre Entscheidung über ihre weitere Schullaufbahn, ihren Interessen und Begabungen entsprechend, im Alter von 14 Jahren, also am Ende der Sekundarstufe I zu treffen.

Für die Neue Mittelschule gilt grundsätzlich der Lehrplan der AHS Unterstufe und auch die österreichischen Bildungsziele und Bildungsstandards sind für diese Schulen bindend. (Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport, 2010, S.2-3)

5.5.4. Spezielle Schulformen für Leistungssportler/innen in Wien

Derzeit gibt es in Wien zwei Unterstufenrealgymnasien für Leistungssportler/innen. Standorte sind der 17. Bezirk in der Maroltingergasse und der 20. Bezirk in der Karajangasse. Beide Schulen sind darauf ausgelegt junge Leistungssportler/innen zu unterstützen und ihnen Rahmenbedingungen für den erfolgreichen Schulabschluss neben dem Leistungssport zu ermöglichen

5.5.4.1. Realgymnasium für Leistungssportler/innen Maroltingergasse

Das Realgymnasium in der Maroltingergasse bietet einen Schulversuch für junge Leistungssportler/innen im Alter von 10-14 Jahren. Ziel dieses Schulversuches ist die optimale Förderung von Leistungs- und Spitzensportler(inne)n in sportlicher und schulischer Hinsicht für die Altersgruppe der 10-14 Jährigen. Wichtig ist außerdem eine Übertragung der positiven Tendenzen aus dem Leistungssport in die Gesellschaft.

Seit dem Schuljahr 2009/2010 wird die Unterstufe als „Neue Wiener Mittelschule“ geführt. Der Unterricht wird nach dem AHS - Lehrplan nach dem Modell der „Neuen Wiener Mittelschule“ gestaltet. (Schulleistungssportzentrum Wien-West, 2011, Abs. 1)

Dieses neue pädagogische Konzept der „Neuen Wiener Mittelschule“ bietet den Schüler(inne)n die besten Möglichkeiten für ihre persönliche und schulische Entwicklung. Die Unterrichtszeit in diesem Schulmodell ist von 8.00 – 15.30. Die Sportler/innen der verschiedenen Sportarten werden in den Klassen gemeinsam unterrichtet.

Pro Jahrgang ist eine Stunde Lerncoaching im Stundenplan für alle Unterstufenschüler/innen verankert. In dieser Stunde, die vom Klassenvorstand geleitet wird, sind die Inhalte sehr unterschiedlich angesiedelt und können den Schüler(inne)n eine Hilfestellung zum Planen

und Organisieren (Trainingsbuch, Lernplan), zum selbstständigem Lernen, für die Kommunikationsschulung und zum Selbstmanagement bieten. Außerdem wird in dieser Stunde mit den Schüler(inne)n ein individueller Lehrplan erstellt.

Der Unterricht in den Schularbeitsfächern Mathematik, Deutsch und Englisch wird in Kernkursen und Leistungskursen abgehalten. Sowohl in den Kernkursen als auch in den individuellen Leistungskursen steht eine zweite Lehrperson für Teamteaching zur Verfügung.

Bei langen Absenzen oder Problemen in den Pflichtfächern haben die Sportler/innen die Möglichkeit an zusätzlichen, regelmäßigen Förderstunden teilzunehmen.

(Schulleistungssportzentrum Wien-West, 2011, # Schlüsselkonzepte)

Die Voraussetzung für eine Aufnahme in das Unterstufenrealgymnasium ist die sportliche Qualifikation. Das Ziel ist ausschließlich der Hochleistungssport. Von den Sportpartnern, den einzelnen Verbänden, muss eine sportliche Expertise (Erfolge, Trainingsumfang und Prognose) vorgelegt werden, um die sportliche Eignung der Sportler/innen und die Unterstützung des Verbandes zu bescheinigen.

Außerdem müssen sich alle Anwärter/innen einen sportmotorischen und sportmedizinischen Aufnahmetest unterziehen, der positiv zu absolvieren ist. (Schulleistungssportzentrum Wien-West, 2011, Abs. 2)

5.5.4.2. Realgymnasium für Leistungssportler/innen Karajangasse

Mit diesem Unterstufenrealgymnasium für Leistungssportler/innen wird den jungen Spitzensportler(inne)n ein Schulmodell geboten, das nach dem Lehrplan eines Unterstufenrealgymnasiums geführt wird. Diese Schulform nimmt auf die psychologischen und physiologischen Anforderungen an die heranwachsenden Leistungssportler/innen bedacht und gewährt Freistellungen für Wettkämpfe, Training und Trainingslager.

Im Unterricht „Bewegung und Sport“ stehen der Ausgleich von Defiziten sowie die Verbesserung der Koordination und der motorischen Grundlagen im Vordergrund. Es werden hier allgemein sportliche Elemente erarbeitet.

Die Entsendung zu Wettkämpfen und die Planung sowie Durchführung des Trainings obliegt den Fachverbänden bzw. den Vereinen. (Brigittenauer Gymnasium, 2011, # URG)

Die Grundlage für die Aufnahme in die erste Klasse der Unterstufe ist das Zeugnis der vierten Klasse Volksschule. Außerdem ist eine sportliche Qualifikation, mit dem eindeutigen Ziel des leistungssportlichen Trainings und der Ausübung eines Leistungssports, die durch

den jeweiligen Verband bestätigt wird, notwendig. (Brigittenauer Gymnasium, 2011, # Aufnahmebedingungen)

Beide Schulformen für Leistungssportler/innen wurden und werden von leistungssportlich aktiven Wiener Kunstturner/innen besucht. Derzeit, im Schuljahr 2011/2012, besuchen fünf Kunstturner/innen des Wiener Landeskaders die Unterstufe in der Maroltingergasse.

Die Vorteile dieser Schulformen sind meiner Meinung nach darin zu sehen, dass in der Unterstufe meist kein Nachmittagsunterricht stattfindet und die Kinder ohne Einschränkungen trainieren können. Außerdem gibt es problemlos Schulfreistellungen für Wettkämpfe und Trainingslager, die in Regelschulen nicht immer möglich sind. Die Schulen sind auf Sportler/innen eingestellt und es ist sowohl der Schulleitung als auch den Lehrer(inne)n bewusst, dass die Kinder viel Zeit für den Sport aufwenden. Die Rücksichtnahme bei Hausaufgaben und Schularbeitsterminen auf den Leistungssport ist ebenfalls ein großer Vorteil. Diese Punkte sind für eine Bewältigung von Schule und Leistungssport für die Wiener Kunstturner/innen und auch für deren Eltern eine große Hilfe. Beide Schulen gehen auf die speziellen Bedürfnisse von leistungssportlich aktiven Kindern ein und unterstützen ihren Schulalltag neben dem Training.

Als negativen Aspekt sehe ich die große Distanz der Schule zu den Trainingstätten der Kinder. Die meisten Kunstturner/innen haben einen weiten Anfahrtsweg in die Schule und außerdem auch ins Training. Durch die langen Fahrtzeiten geht viel Zeit für die Kinder verloren, die sie für Hausübungen oder aber auch Training sinnvoller nutzen könnten. Ein Schulstandort in der Nähe des Wiener Leistungszentrums wäre für die Kunstturner/innen ein großer Vorteil.

Außerdem ist das System der Maroltingergasse im Vergleich zu den anderen beschriebenen Schulformen, wie im Kapitel 5.6.1. dargestellt, jenes mit der meisten Wochenstundenanzahl pro Schuljahr in der Unterstufe. Daher ist hier der schulische zeitliche Aufwand für die Sportler/innen am größten, was aus meiner Sicht nicht als ideal eingestuft werden kann.

5.6. Anforderungen aus Schule und Leistungssport

Laut des allgemeinen Teils des Lehrplanes der allgemein bildenden höheren Schule - Unterstufe des Bundesministeriums für Unterricht und kulturelle Angelegenheiten nennen die Stundentafeln Unterrichtsgegenstände und geben das Stundenausmaß dieser an. Sie definieren die Freiräume für schulautonome Maßnahmen und sind maßgebend für den

zeitlichen Umfang des Kernbereichs. (Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport, 2011, S.1)

5.6.1. Umfang der schulischen Anforderungen in der AHS Unterstufe und in der Hauptschule

Für die AHS Unterstufe gibt es für jeden AHS Typ eine spezielle Studententafel. In diese Arbeit wird nur die Studententafel des Realgymnasiums herangezogen.

Tab. 1: Studententafel Realgymnasium

Pflichtgegenstände	Klassen und Wochenstunden ¹⁾				Summe Unterstufe	Lehrverpflichtungsgruppe
	1. Kl.	2. Kl.	3. Kl.	4. Kl.		
Religion	2	2	2	2	8	(III)
Deutsch	4	4	4	4	16	(I)
Lebende Fremdsprache	4	4	3	3	14	(I)
Geschichte und Sozialkunde		2	2	2	6	(III)
Geographie und Wirtschaftskunde	2	1	2	2	7	(III)
Mathematik	4	4	4	3	15	(II)
Geometrisches Zeichnen				2	2	(III)
Biologie und Umweltkunde	2	2	2	2	8	III
Chemie				2	2	(III)
Physik		1	2	2	5	(III)
Musikerziehung	2	2	2	1	7	(IVa)
Bildnerische Erziehung	2	2	2	2	8	(IVa)
Technisches Werken ²⁾	2	2	2	2	8	IV
Textiles Werken ²⁾						
Leibesübungen	4	4	3	3	14	(IVa)
Verbindliche Übung						
Berufsorientierung			× ³⁾	× ³⁾	× ³⁾	III ⁴⁾
Gesamtwochenstundenzahl	28	30	30	32	120 ^{**}	

Quelle: Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport (2003, S. 3)

Die Tabelle 1 zeigt die Studententafel für das Realgymnasium Unterstufe. Es sind die Gesamtstundenzahl und die Stundenanzahl der Pflichtfächer in den einzelnen Schulstufen (5.-8.) zu sehen. Die Gesamtstundenzahl über alle vier Unterstufenjahre beträgt im Realgymnasium 120 Wochenstunden, in der ersten Klasse 28 Stunden, in der zweiten und dritten Klasse 30 und in der vierten Klasse 32.

Die Studententafel der Hauptschule in Tabelle 2 zeigt die gleiche Anzahl an Gesamtstunden wie im Realgymnasium, nämlich 120 Stunden. Diese Gesamtstundenanzahl ist ein wenig anders auf die einzelnen Schulstufen aufgeteilt als im Realgymnasium. In der ersten Klasse beträgt die Pflichtstundenanzahl 29, in der zweiten und dritten Klasse jeweils 29,5 und in der

vierten Klasse, sowie im Realgymnasium auch, 32. Die Gesamtsumme und somit die Gesamtbelastung der Schüler/innen ist in Hauptschule und Realgymnasium gleich, wenn auch die Verteilung der Pflichtfächer geringfügig unterschiedlich sind.

Tab. 2: Stundentafel Hauptschule

Pflichtgegenstände	Klassen und Wochenstunden ¹⁾				Summe
	1. Kl.	2. Kl.	3. Kl.	4. Kl.	
Religion	2	2	2	2	8
Deutsch	5	4	4	4	17
Lebende Fremdsprache	4	4	3	3	14
Geschichte und Sozialkunde	–	2	2	2	6
Geographie und Wirtschaftskunde	2	1	2	2	7
Mathematik	4	4	4	4	16
Geometrisches Zeichnen	–	–	–	2	2
Biologie und Umweltkunde	2	2	1	2	7
Chemie	–	–	–	2	2
Physik	–	1	2	2	5
Musikerziehung	2	2	1	1	6
Bildnerische Erziehung	2	2	2	1	7
Technisches Werken ²⁾	2	1	2	2	7
Textiles Werken ²⁾					
Ernährung und Haushalt	–	1,5	1,5	–	3
Leibesübungen	4	3	3	3	13
Verbindliche Übung					
Berufsorientierung	–	–	× ³⁾	× ³⁾	× ³⁾
Gesamtwochenstundenzahl	29	29,5	29,5	32	120⁴⁾

Quelle: Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport (2010, S. 3)

Sowohl im Realgymnasium als auch in der Hauptschule ist es möglich ein leistungssportliches Training neben der Schule zu schaffen. Der Nachteil in diesen Schulformen ist darin zusehen, dass sich ein Nachmittagsunterricht oft nicht vermeiden lässt und dieser dann teilweise das Training einschränkt. Schulfreistellungen für Wettkämpfe und Trainingslager sind nicht immer möglich.

Meine Erfahrung mit diesen Schultypen hat gezeigt, dass die meisten Schulen versuchen die Sportler/innen zu unterstützen und meistens können für auftretende Probleme Lösungen gefunden werden. In seltenen Fällen ist die Schule nicht am Leistungssport ihrer Schüler/innen interessiert.

5.6.2. Umfang der schulischen Anforderungen in den speziellen Schulformen für Leistungssportler/innen

Tab. 3: Studentafel der Neuen Wiener Mittelschule für Leistungssportler/innen in der Maroltingergasse

Fach	Wochenstunden				Gesamt
	1. Kl.	2. Kl.	3. Kl.	4. Kl.	
Religion	2	2	2	2	8
Deutsch	4	4	4	4	16
Lebende Fremdsprache	4	4	3	3	14
Geschichte u. Sozialkunde	-	2	2	2	6
Geographie u. Wi.Ku.	2	1	2	2	7
Mathematik	4	4	4	3	15
Geometrisches Zeichnen	-	-	-	2	2
Biologie	2	1	2	2	7
Chemie	-	-	-	2	2
Physik	-	1	2	2	5
Musikerziehung	2	2	1	1	6
Bildnerische Erziehung	2	2	2	1	7
Technisches Werken	2a	2a	2a	-	6a
Textiles Werken	2a	2a	2a	-	6a
Bewegung und Sport	6	6	5	5	22
Lerncoaching	1	1	1	1	4
	31	32	32	32	127

Quelle: Schulleistungssportzentrum Wien-West (2011, # Schulische Ausbildung)

In Tabelle 3 ist die Gesamtwochenstundenanzahl und die jeweilige Stundenanzahl der Pflichtfächer der Neuen Wiener Mittelschule für Leistungssportler/innen in der Maroltingergasse zu sehen. Diese beträgt insgesamt 127 Stunden, wobei die erste Klasse 31 Schulwochenstunden und die zweite bis zur vierten Klasse jeweils 32 Wochenstunden aufzuweisen haben.

Im Vergleich dazu ist in Tabelle 4 die Studentafel des Unterstufenrealgymnasiums für Leistungssportler/innen in der Karajangasse zu sehen. Die Gesamtstundenanzahl beträgt in dieser Schule 117 Stunden, um 10 Stunden weniger, als in dem vergleichbaren Modell in der Maroltingergasse. In den einzelnen Schulstufen sind hier in der ersten Klasse 28 Stunden, in der zweiten und vierten Klasse 30 Stunden und in der dritten Klasse 29 Stunden vorgeschrieben.

Der Stern in der Tabelle bei Biologie und Umweltkunde und Physik in der zweiten Klasse kennzeichnet je eine Stunde Biologie und Physik ergänzt durch eine Stunde fächerübergreifendes Labor.

Tab. 4.: Studentenafel Realgymnasium für Leistungssportler/innen Krajangasse

	1. Kl.	2 Kl.	3. Kl	4. Kl	Summe
Religion	2	2	2	2	8
Deutsch	4	4	4	4	16
Lebende Fremdsprache	4	4	3	3	14
Geschichte und Sozialkunde/politische Bildung	0	2	2	2	6
Geographie und Wirtschaftskunde	2	1	2	2	7
Mathematik	4	4	4	3	15
Geometrisches Zeichnen	0	0	0	2	2
Biologie und Umweltkunde	2	2*	2	2	8
Chemie	0	0	0	2	2
Physik	0	1*	2	2	5
Musikerziehung	2	2	2	1	7
Bildnerische Erziehung	2	2	2	2	8
Technisches/Textiles Werken	2	2	2	2	8
Motorische Grundlagen	4	4	3	3	14
	28	30	29	30	117

Quelle: Brigittenaue Gymnasium (2011, # Studentenafel URG)

5.6.4. Unterschiede zwischen den schulischen Umfängen in den verschiedenen Schultypen

Die Gesamtwochenstundenanzahl für Schüler/innen in einem Realgymnasium und in einer Hauptschule über die 5.-8. Schulstufe ist mit 120 Schulstunden gleichgesetzt und es variieren lediglich die Wochenstunden pro Schulstufe ein wenig, wobei mit Ernährung und Haushalt in der Hauptschule ein zusätzliches Pflichtfach angeboten wird. Es werden manche Nicht-Schularbeitsfächer in diesen Schultypen unterschiedlich gewichtet, dies ist aber für die Gesamtbelastung der Schüler/innen nicht von Bedeutung.

Im Gegensatz zu den Regelschulen haben die beiden Schulmodelle für Leistungssportler/innen in der Maroltingergasse und der Karajangasse in Wien eine sehr unterschiedliche Anzahl an Wochenstunden und Gesamtstunden. Festzuhalten ist, dass der Schulversuch in der Maroltingergasse mit Abstand, nämlich um zumindest sieben Gesamtwochenstunden über die vier Unterstufenjahre, die größte Gesamtbelastung für die Schüler/innen aufweist.

Die großen Unterschiede der beiden Modelle für Leistungssportler/innen liegen vor allem an den zusätzlichen Turnstunden und in einer Stunde Lerncoaching pro Jahrgang, die der Schulversuch in der Maroltingergasse verpflichtet eingeführt hat.

Der Schulleiter dieses Modells erklärt (Mail, 22.7.2011)¹, dass durch die vermehrte Turnstundenanzahl die Leistungssportler/innen die Möglichkeit bekommen sollen allgemeine Grundlagen auf höchstem Niveau auszubilden, damit auch der von vielen Trainer(inne)n forcierten Spezialisierung, ohne Berücksichtigung wesentlicher Grundlagen, entgegen gewirkt werden kann.

In beiden Schulformen wird der Nachmittagsunterricht vermieden, was dem Training der Sportler/innen zugutekommt. Dies kann ich auch aus eigener Erfahrung mit meinen Athletinnen bestätigen.

Außerdem ist ein großer Vorteil der beiden Modelle für Leistungssportler/innen darin zu sehen, dass die Athlet/innen für Wettkämpfe und Trainingslager von der Schule freigestellt werden können und die Sportler/innen dadurch keine enormen Nachteile gegenüber den Klassenkolleg(inn)en hinnehmen müssen. Durch die Unterstützung im Lerncoaching und im Förderunterricht ist das Versäumte, wenn notwendig, für die Schüler/innen leicht nachzuholen.

Prinzipiell ist festzuhalten, dass für eine Turnerin, die in Wien die Unterstufe einer Regelschule besucht keine enormen Nachteile gegenüber den Turnerinnen festzustellen sind, die ein Modell für Leistungssportler/innen besuchen. Das Modell in der Maroltingergasse ist für Kunstturnerinnen wahrscheinlich die ungünstigste Variante, da die zusätzlichen Turnstunden eher eine zusätzliche Belastung für die Mädchen darstellen, als einen wesentlichen Vorteil.

Es ist weiter anzumerken, dass die Sportler/innen in einer Regelschule mit Nachmittagsunterricht konfrontiert sind und es nicht immer möglich ist, mit der Schule diesbezüglich für alle Beteiligten eine zufriedenstellende Lösung zu finden.

5.6.5. Umfang der leistungssportlichen Anforderungen

Nach Richartz und Brettschneider (1996, S.56-58) widmen jugendliche Athlet(inn)en einen erheblichen Teil ihrer Zeit dem Leistungssport. Diese Zeit widmen sie vor allem dem Training und Wettkampf und natürlich fallen, so wie in der Schule, auch hier Fahrzeiten an. Einen zusätzlichen Zeitaufwand haben die jungen Sportler/innen durch sportärztliche Untersuchungen, Physiotherapie und ähnliches zu verkraften. In jeder Sportart gibt es einen spezifischen Rhythmus, der durch Wettkämpfe, Höhepunkte und Pausenzeiten geprägt ist.

¹ Das e-Mail vom Schulleiter der Maroltingergasse vom 22.7.2011 liegt aus Datenschutzgründen bei der Autorin auf.

5.6.5.1. Jahrespläne

Im Kunstturnen ist es im Allgemeinen so, dass es zwei Wettkampfperioden gibt und das Jahr doppelt periodisiert wird, es existieren zwei Wettkampfhöhepunkte bzw. zwei Saisonen.

Ein Jahreszyklus in der Sportart Kunstturnen kann nach Richartz und Brettschneider (1996, S.56) folgendermaßen aussehen:

Tab. 5: Jahreszyklus und Trainingsumfänge in der Sportart Kunstturnen

Monat	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.	Jän.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli
Trainingsphase	Vorbereitungsphase 1			WK-Phase 1	Überg. Phase 1	Vorbereitungsphase 2			WK-Phase 2		Überg.-phase	
Dauer	12 Wochen			6 Wochen	4 Woch.	10 Wochen			12 Wochen		4 Woch.	

Trainingsumfang: Altersklasse 13/14; 7-9 Einheiten pro Woche; 22-26 Std. pro Woche

Quelle: mod. nach Richartz und Brettschneider (1996, S. 56)

Die Tabelle 5 zeigt die Einteilung des Trainings- und Wettkampfjahres von Athlet(inn)en im Kunstturnen. Man kann eine Doppelperiodisierung mit zwei Wettkampfphasen erkennen, die zum einen vom November bis in den Dezember reicht und zum anderen von April bis Juni andauert. In den übrigen Monaten befinden sich zwei Vorbereitungsphasen als auch zwei Übergangsphasen. In jeder der Phasen werden unterschiedliche Trainingsschwerpunkte gesetzt bzw. erfolgt in den Wettkampfphasen eine intensive Wettkampfvorbereitung.

Nach Richartz und Brettschneider (1996, S.58) sind die Unterschiede in der Periodisierung der einzelnen Sportarten auf die großen Differenzen bei den Trainingsumfängen zurück zu führen. Es stehen 10-13 Trainingswochenstunden im Volleyball den bis zu 22-26 Stunden im Turnen gegenüber. Bei den Sportspielen macht der Umfang des Trainings höchstens die Hälfte der schulischen Zeitanforderung aus, bei den Turner(inne)n reicht das Trainingspensum fast an die Zahl der Schulstunden heran. Die Anzahl der wöchentlichen Trainingseinheiten steigen in allen Sportarten mit dem Trainings- und Wettkampfalter.

Richartz und Brettschneider (1996, S.58) stellen fest, dass sich aus dem Trainingsumfang, der Jahresperiodisierung und der Zahl der Trainingseinheiten wichtige Konsequenzen für die Struktur und das Ausmaß der wöchentlichen Belastung ergeben.

In Österreich liegt der Saisonhöhepunkt derzeit für 10-14-jährige Mädchen bei den Österreichischen Schülermeisterschaften im Juni jedes Jahres. In dieser Altersgruppe

kommt es aber meistens auch zu einer Doppelperiodisierung des Sportjahres, da die talentierten österreichischen Turnerinnen ab dem 12. Lebensjahr auch an den österreichischen Staatsmeisterschaften im Herbst teilnehmen dürfen und die 10-12 jährigen Kunstturnerinnen verschiedene nationale und internationale Wettkämpfe in dieser Zeit bestreiten können. Die erste Wettkampfperiode des Turnjahres erstreckt sich von Oktober bis November, die zweite von April bis Juni.

Die Abbildungen 5 und 6 zeigen den Jahresplan einer in der Saison 2006/2007 elfjährigen Wiener Turnerin. Dieses Mädchen hatte zwei Saisonhöhepunkte, mit den Österreichischen Staatsmeisterschaften im Herbst, die zu dieser Zeit auch für 10 und 11 Jährige offen ausgeschrieben waren, und den Österreichischen Schülermeisterschaften im Juni. Da sie außerdem in dieser Saison Mitglied des österreichischen Nachwuchskaders war, hatte sie zusätzlich einige Trainingslager zu absolvieren. Wie schon in der Tabelle 5 zu sehen war, können wir auch in Abbildung 5 und 6 in der ersten sowie in der zweiten Periode eine Wettkampfphase, eine Übergangsphase und eine Vorbereitungsphase erkennen. Vergleichen wir die Tabelle 5 nach Richartz und Brettschneider (1996, S.56) mit dem Jahresplan der Wiener Turnerin so lassen sich die gleichen Phasen erkennen, die aber in beiden Fällen unterschiedlich lang dauern. Dies hängt vor allem von der Dauer der Wettkampfphasen ab, die in beiden Fällen 6-12 Wochen dauern. Die jeweiligen Wettkampftermine bestimmen die Wettkampfphase.

Meine persönlichen Periodisierungen und Jahresplanungen und auch jene aus der Literatur sollen einen Einblick in die Belastungsintensitäten im Verlauf eines Sportjahres für die Kunstturnerinnen geben. Es ist zu erkennen, wann die Mädchen intensive Belastungszeiten durch Wettkampftermine und Trainingslager haben und wann Pausen bzw. leichte Belastungen auf die Turnerinnen zukommen. Dies ist ein Gesamtüberblick über ein ganzes Turnjahr, im folgenden Kapitel werden die Wochenpläne und die zeitliche Beanspruchung der Mädchen in einer Woche genauer durchleuchtet und aufgezeigt.

Jahresplan 2006/2007

Übergangsphase 1	1	24.07. - 30.07.
	2	31.07. - 06.08.
	3	07.08. - 13.08.
	4	14.08. - 20.08.
	5	21.08. - 27.08.
	6	28.08. - 03.09.
	7	04.09. - 10.09.
	8	11.09. - 17.09.
	9	18.09. - 24.09.
	10	25.09. - 01.10.
	11	02.10. - 08.10.
	12	09.10. - 15.10.
	13	16.10. - 22.10.
	14	23.10. - 29.10.
	15	30.10. - 05.11.
	30	
	31	04.-09.08. Nationalkadertrainingslager Linz
	32	
	33	
	34	19.08.-27.08. Trainingslager Tenero
	35	28.08.-01.09. Trainingslager Schönbrunn
	36	Schulbeginn
	37	
	38	
	39	
	40	07.10. Wiener LM
	41	14.10. Burgenländische LM Mattersburg
	42	
	43	
	44	03.-05.11. ÖM Lustenau
Vorbereitungsphase 1 9 Wochen		
Wettkampfphase 1 8 Wochen		

16	06.11. - 12.11.																
17	13.11. - 19.11.																
18	20.11. - 26.11.																
19	27.11. - 03.12.																
20	04.12. - 10.12.																
21	11.12. - 17.12.																
22	18.12. - 24.12.																
23	25.12. - 31.12.																
24	01.01. - 07.01.																
25	01.01. - 07.01.																
26	08.01. - 14.01.																
27	15.01. - 21.01.																
28	22.01. - 28.01.																
29	29.01. - 04.02.																
30	05.02. - 11.02.																
45	46	47	48	49	50	51	52	1	2	3	4	5	6	7			
11.+12.11. Nationalkader St.Pölten		25.11. Alpen Adria Cup Klagenfurt		01.-03.12. Vienna Sport Festival Schauturnen		07.-10.12. Nationalkadertrainingslager Linz		Weihnachtsferien		Weihnachtsferien Trainingslager Linz 02.-04.01.		ASKÖ Bundeskader 20.-21.01. St.Pölten		Nationalkadertrainingslager 26.- 28.01. Linz 27.01. Physiotherapie Schönbrunn		Semesterferien	
Wettkampfphase 1 8 Wochen		Übergangsphase 2 4 Wochen				Vorbereitungsphase 2a 7 Wochen						FREI					

Abb.5.: Jahresplan 2006/2007 einer elfjährigen Wiener Turnerin – 1.Semester

	12.02.-18.02.	30	7			
	19.02.-25.02.	31	8			
	26.02.-04.03.	32	9			
	05.03.-11.03.	33	10			
	12.03.-18.03.	34	11		Nationalkadertrainingslager 16.-19.03. Innsbruck	
	19.03.-25.03.	35	12		ASKO Bundeskader 24.+25.03. St.Pölten	
	26.03.-01.04.	36	13			
	02.04.-08.04.	37	14		Trainingslager Schönbrunn 02.-07.4. 10.04. Landeskadertraining	
	09.04.-15.04.	38	15			
	16.04.-22.04.	39	16		22.04. WFT Cup	
	23.04.-29.04.	40	17			
	30.04.-06.05.	41	18			
	07.05.-13.05.	42	19		13.05. Wiener Schülermeisterschaften	
	14.05.-20.05.	43	20		20.05. Landeskadertraining	
	21.05.-27.05.	44	21			
Vorbereitungsphase 2b 8 Wochen						Wettkampfphase 2 10 Wochen

	21.05.-27.05.	44	21			
	28.05.-03.06.	45	22		28.05. Landeskadertraining 02.-03.06. ASKÖ Bundesmeisterschaften Klagenfurt	
	04.06.-10.06.	46	23		08.-10.06. Schüler ÖM Traun	
	11.06.-17.06.	47	24			
	18.06.-24.06.	48	25			
	25.06.-01.07.	49	26			
	02.07.-08.07.	50	27			
	09.07.-15.07.	51	28			
	16.07.-22.07.	52	29			
	23.07.-29.07.	1	30			
	30.07.-05.08.	2	31		Trainingsbeginn neue Saison	
	06.08.-12.08.	3	32			
	13.08.-19.08.	4	33		19.-25.08. ASKO Bundeskadertrainingslager	
	20.08.-26.08.	5	34			
	27.08.-02.09.	6	35		27.-31.08. Trainingslager Schönbrunn	
Wettkampfphase 2 10 Wochen				Übergangsphase 3 Wochen	Ferien 4 Wochen	Vorbereitungsphase 1 5 Wochen

Abb. 6.: Jahresplan 2006/2007 einer elfjährigen Wiener Turnerin – 2.Semester

5.6.5.2. Wochenpläne und zeitliche Beanspruchung

Generell ist hier festzuhalten, dass die Wochenbelastungen der Turnerinnen sehr stark differieren. Hier kommt es auf die Fahrzeiten von und zur Schule und Training an bzw. der gesamten Trainingsbelastung die altersentsprechend unterschiedlich ist.

Nach den Untersuchungen von Frei et al. (2000, S.116-117) ist die Woche für Kunstturnerinnen stark verplant. Die Mädchen haben schulische Verpflichtungen zwischen 28 und 35 Stunden in der Woche und trainieren zusätzlich zwischen 24 und 30 Stunden. Zuzüglich der Fahrzeiten ist das ein Gesamtumfang von 55-60 Stunden in der Woche. Zumeist ist der Sonntag der freie Tag für Regeneration und private Unternehmungen. Teilweise haben die Mädchen die Möglichkeit, zwei Mal am Tag zu trainieren, dies ist aber nur dann möglich wenn die schulischen Verpflichtungen entsprechend organisiert werden können. Die Woche einer Kunstturnerin bietet kaum noch freie Zeit für andere Aktivitäten, wie in der Abbildung 7 zu erkennen ist.

Zeit	Aufstehen	Aufstehen	Aufstehen	Aufstehen	Aufstehen
6.00-7.00	Aufstehen	Aufstehen	Aufstehen	Aufstehen	Aufstehen
7.00-8.00	Fahrtzeit	Fahrtzeit	Fahrtzeit	Fahrtzeit	Fahrtzeit
8.00-9.00	Schule	Schule	Schule	Training	Schule
9.00-10.00	Schule	Schule	Schule	Schule	Schule
10.00-11.00	Schule	Schule	Schule	Schule	Training
11.00-12.00	Schule	Schule	Schule	Schule	Mittagessen/ Freizeit
12.00-13.00	Fahrtzeit	Fahrtzeit	Fahrtzeit	Mittagessen	Mittagessen
13.00-14.00	Mittagessen	Mittagessen	Fahrtzeit	Mittagessen	Schule
14.00-15.00	Hausaufgaben	Hausaufgaben	Hausaufgaben	Schule	Schule
15.00-16.00	Fahrtzeit	Fahrtzeit/ Freizeit	Fahrtzeit	Schule	Schule
16.00-17.00	Training	Training	Training	Training	Training
17.00-18.00	Training	Training	Training	Training	Training
18.00-19.00	Training	Training	Training	Training	Training
19.00-20.00	Fahrtzeit	Fahrtzeit	Fahrtzeit	Fahrtzeit/ Freizeit	Abendessen
20.00-21.00	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Fahrtzeit/ Freizeit	Freizeit
21.00-22.00	Hausaufgaben	Hausaufgaben	Hausaufgaben	Hausaufgaben	Freizeit

Abb. 7.: Exemplarische Tagesabläufe von Kunstturnerinnen an verschiedenen Trainingszentren (Frei et al, 2000, S.116)

Auf der anderen Seite sprechen Arkaev und Suchilin (2004, S.181-183) im Hochleistungssport von einer wesentlich höheren zeitlichen Trainingsbelastung. Die Mitglieder der russischen Nationalmannschaft haben ihren Trainingstag auf drei Einheiten geteilt mit einem Umfang von 7,5 Stunden pro Tag, das sind insgesamt 45 Stunden Training pro Woche. Wie

man sieht weitaus höher als die Belastungen aus der Studie von Frei. Die schulischen Anforderungen werden auf Lernzeiten am Abend konzentriert, das heißt die Mädchen machen die Schule in dieser Variante extern und haben auch hier keine zusätzlichen Fahrzeiten bzw. sind auch hier Wohn- und Trainingsstätte an einen Ort konzentriert. Ein vom zeitlichen Aufwand optimales Konzept, das aus den Mädchen Vollprofis im Leistungssport Kunstturnen macht.

Der Tagesablauf dieser Mädchen sieht folgendermaßen aus:

6.45	Aufstehen, Morgentoilette
07.30 - 09.00	Erste Trainingseinheit
09.05 - 09.35	Frühstück
09.35 - 10.50	Pause
11.00 - 14.30	Zweite Trainingseinheit
14.40 - 15.15	Mittagessen
15.15 - 16.45	Pause
17.00 - 19.30	Dritte Trainingseinheit
19.40 - 20.10	Abendessen
20.10 - 23.00	Lernzeit und Freizeit
23.00	Zu Bett gehen

In Wien gibt es für junge, schulpflichtige Sportlerinnen keine Möglichkeit den Sport professionell aus zu üben. Schule und Leistungssport müssen nebeneinander herlaufen und vereinbart werden. Leider ist es bis jetzt auch noch nicht gelungen ein Schulsystem zu schaffen in dem die Turnerinnen die Möglichkeit haben zwei Mal am Tag zu trainieren. Diese Möglichkeit bieten in Wien zwei Schulen ab der Oberstufe an, also ab dem 14. Lebensjahr. Für die Sportart Kunstturnen sowie auch für viele andere Sportarten, die einen sehr frühen Einstieg in den Leistungssport haben, scheint dies, meines Erachtens, schon sehr bzw. zu spät zu sein.

5.6.5.2.1. Ein Vergleich der Gesamtbelastung von zehn und elfjährigen Wiener Kunstturnerinnen

In diesem Kapitel werden Fallbeispiele von Wochenplänen von insgesamt sechs zehn bis elfjährigen Wiener Kunstturnerinnen beschrieben, die zu diesem Zeitpunkt die fünfte

Schulstufe besucht haben oder sie noch besuchen. Durch eine Dokumentenanalyse werden die Belastungsumfänge von Mädchen in Wien im Kunstturnen näher betrachtet und dargestellt. Die Auswahl dieser Fallbeispiele wurde aufgrund der Zugehörigkeit zu einem Kader (National- oder Regionalkader) und aufgrund des besuchten Schultyps durchgeführt.

Mit der Darstellung der Wochenbelastungen dieser Mädchen soll aufgezeigt werden, in welchem Schultyp und für welche Turnerin die Wochenbelastung am größten ist und ob dies mit den aus der Literatur aufgezeigten Belastungen vergleichbar ist bzw. übereinstimmt. Ziel dieses Vergleichs ist die Darstellung und Beschreibung der Gesamtbelastungen aus Schule und Leistungssport für diese jungen Leistungssportlerinnen in den einzelnen Schulformen.

Zwei der Mädchen, deren Wochenpläne im Anschluss aufgezeigt werden, haben im September 2011 in die fünfte Schulstufe gewechselt. Eine der Beiden ist Mitglied des österreichischen Nachwuchskaders im Kunstturnen, besucht ein Realgymnasium in Niederösterreich und betreibt zusätzlich noch Eiskunstlaufen als zweite Sportart. Die zweite Turnerin ist Mitglied des Wiener Anschlusskaders und besucht das Unterstufenrealgymnasium in der Maroltingergasse, das als Neue Mittelschule geführt wird.

Drei der Mädchen besuchten im Schuljahr 2008/2009 die erste Klasse eines Realgymnasiums bzw. die Unterstufenrealgymnasien für Leistungssportler/innen in der Maroltingergasse und der Karajangasse in Wien und waren zu dem Zeitpunkt Mitglieder des Wiener Landeskaders. Eine der ausgewählten Turnerinnen besuchte im Schuljahr 2006/2007 die erste Klasse einer Hauptschule in Niederösterreich und war damals auch Mitglied des österreichischen Nachwuchskaders.

Bis auf eine der Turnerinnen, die verletzungsbedingt ihren Rücktritt bekannt geben musste, sind noch alle Mädchen im Kunstturnen aktiv.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
6.15 Aufstehen, Frühstück					
7.10 Fahrt zur Schule 30min.					
8.00-12.40 Schule 5h	8.00-13.35 Schule 6h	8.00-11.45 Schule 4h	8.00-13.35 Schule 6h	8.00-13.35 Schule 6h	Fahrt 35min.
Fahrt + Essen 45min.		Fahrt 20min. Mittagessen Pause			
13.30-15.00 Training Eis 1,5h	Fahrt + Essen 45min.	Fahrt 30min.	Fahrt + Essen 1h	Fahrt + Essen 45min.	Fahrt 35 min.
Fahrt 45 min.	14.30-15.30 Training Eis 1h	14.00-15.40 Schule 2h		14.30-15.00 Training Eis 0,5h	13.40 zu Hause Mittagessen
Pause	Fahrt 45 min.	Fahrt 1h 15min.	15.00-18.00 Training Turnen 3h	Fahrt 45 min.	
17.00-20.00 Training Turnen 3h	16.30-20.00 Training Turnen 3,5h	17.30-18.30 Training Ballett 1h		Fahrt 1h	16.30-20.30 Training Turnen 4h
Fahrt 45min. 20.45 zu Hause		Fahrt 30min.	19.00-20.00 Training Turnen 1h	19.00 zu Hause	
	Fahrt 45min. 20.45 zu Hause	Fahrt 45min. 20.45 zu Hause		Fahrt 45 min. 21.15 zu Hause	

Abb. 8: Wochenplan einer zehnjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2011/2012 ein Realgymnasium in Niederösterreich besucht

Abbildung 8 zeigt den Wochenplan einer zehnjährigen Kunstturnerin die in Niederösterreich ein Realgymnasium besucht. Das Mädchen betreibt außer dem Kunstturnen als weitere Sportart Eiskunstlaufen. Die Kunstturnerin besucht 29 Stunden die Schule, trainiert im Kunstturnen 18,5 Stunden und hat zusätzlich 3 Stunden Eislaufttraining in der Woche. Dies führt zu einer Gesamttrainingsbelastung von 21,5h. Die Fahrtzeiten zur und von der Schule bzw. zum und vom Training betragen insgesamt 15h und 45min. Insgesamt bedeutet dies für das Mädchen eine Gesamtbelastung von 66 Stunden und 15 Minuten.

In Abbildung 9 ist der Wochenplan einer elfjährigen Turnerin zu sehen, die im Schuljahr 2008/2009 die erste Klasse eines Realgymnasiums besuchte. Die Gesamtschulstundenanzahl in einer Woche betrug für dieses Mädchen 30 Stunden, also eine Stunde mehr als für die Turnerin in Abbildung 8. Die Trainingsbelastung war zu diesem Zeitpunkt mit 15 Stunden in der Woche geringer als vergleichsweise bei der anderen Turnerin. Außerdem absolvierte die Turnerin zusätzlich noch eine Stunde und 15 Minuten Geigenunterricht. Daraus haben sich für diese Turnerin eine Gesamtstundenzahl von Training und Schule von insgesamt 45

Stunden und einen Gesamtgeh- und Fahrzeitaufwand von sieben Stunden und 50 Minuten ergeben. Insgesamt lag die Gesamtbelastung der Turnerin bei 52 Stunden und 50 Minuten.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
6.45 Aufstehen, Frühstück					
7.25 zur Schule gehen 20min.					
8.00 -13.40 Schule 6h	8.00 -13.40 Schule 6h	8.00 -13.40 Schule 6h	8.00 -13.40 Schule 6h	8.00 -13.40 Schule 6h	
					Mittagessen Fahrt 20 min.
Zu Fuß 20min. Mittagessen Fahrt 20 min.	Zu Fuß 20min. Mittagessen Fahrt 20 min.	Mittagessen in der Schule Pause	Mittagessen in der Schule Zu Fuß 20 min.	Zu Fuß 20 min. Mittagessen Fahrt 20 min.	14.00-17.00 Training. 3h
15.15-15.45 Geige Fahrt 30 min.	15.00-18.00 Training 3h	Zu Fuß 20 min. Pause Fahrt 20 min.	Pause Fahrt 20 min.	15.00-18.00 Training 3h	
16.30-19.30 Training 3h		16.30-19.30 Training. 3h	16.45-17.30 Geige Fahrt 20 min 18.00 zu Hause		Fahrt 20 min. 18.30 zu Hause
Fahrt 20 min. 20.00 zu Hause		Fahrt 20 min. 20.00 zu Hause			

Abb. 9: Wochenplan einer elfjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2008/2009 ein Realgymnasium besuchte

Im Vergleich zu den beiden Gymnasiastinnen steht in Abbildung 10 der Wochenplan einer elfjährigen Wiener Kunstturnerin, die im Schuljahr 2006/2007 eine Hauptschule in Niederösterreich besuchte. Die Gesamtsschulstundenanzahl für diese Turnerin betrug in diesem Schuljahr 32 Stunden. Die Turnerin hatte um zwei bis drei Stunden mehr Schulbelastung zu verkraften als die Mädchen im Realgymnasium. Im Gegensatz dazu hat das Mädchen 17 Stunden und 45 Minuten im Training verbracht. Ihr Geh- bzw. Fahrzeitaufwand vom Wohnort zur Schule und wieder retour betrug für die ganze Schulwoche eine Stunde und 30 Minuten, wobei hier festzuhalten ist, dass die Schule sehr nahe an ihrem Wohnort lag. Der Gesamtaufwand der Geh- und Fahrzeit zum Training und zurück zum Wohnort ist wesentlich höher mit sechs Stunden und 20 Minuten in der Woche, als jener zu und von der Schule. Insgesamt hatte die Turnerin Geh- und Fahrzeiten von sieben Stunden und 50 Minuten in der Woche zu verkraften. Die Belastung aus Training und Schule betrug insgesamt 49 Stunden und 45 Minuten, wobei die Gesamtaufwand der Turnerin in diesem Schuljahr in einer Woche bei 57 Stunden und 35 Minuten lag.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
7.00 Aufstehen, Frühstück					
7.30 zur Schule gehen 10min.					
7.55 -13.30 Schule 6h	7.55 -13.30 Schule 6h	7.55 -13.30 Schule 6h	7.55 -13.30 Schule 6h	7.55 -13.30 Schule 6h	
					Mittagessen
					Fahrt 1h
Zu Fuß 10min.	Mittagspause 30min.	Zu Fuß 10min.	Zu Fuß 10min.	Zu Fuß 10min.	
Mittagessen Pause	14.00-15.45 Schule 2h	Mittagessen Pause	Mittagessen Fahrt 15 min.	Mittagessen Pause	14.00-17.00 Training 3h
Fahrt 20min.		Fahrt 20min.	15.00-18.00 Training 3h		
16.00-19.00 Training 3h	Fahrt 1h	16.00-19.00 Training 3h	15.00-18.00 Training 3h	Fahrt 15 min.	Fahrt 1h 18.00 zu Hause
	16.45-19.30 Training 2h 45min.		Fahrt 15 min. 18.30 zu Hause		
Fahrt 20min. 19.30 zu Hause	Fahrt 1h 20.45 zu Hause	Fahrt 20min. 19.30 zu Hause		18.00-21.00 Training 3h	
				Fahrt 15 min. 21.30 zu Hause	

Abb. 10: Wochenplan einer elfjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2006/2007 eine Hauptschule besuchte

Im Vergleich zu den drei Mädchen in der Regelschule sind in Abbildung 11, 12 und 13 die Belastungen der Turnerinnen zu sehen, die eine Schulform für Leistungssportler/innen besuchen bzw. besuchten.

Die Abbildung 11 zeigt den Wochenplan einer zehnjährigen Kunstturnerin, die in diesem Schuljahr die erste Klasse des Realgymnasiums in der Maroltingergasse besucht, das derzeit als Neue Mittelschule geführt wird. Das Mädchen hat insgesamt 31 Stunden Schule pro Woche und die Trainingsstunden dieser Turnerin betragen 17 Stunden 30 Minuten. Das bedeutet für sie einen Gesamtaufwand von Training und Schule von 48 Stunden und 30 Minuten. Für Geh- und Fahrzeiten von und zur Schule bzw. von und zum Training muss die Schülerin aufgrund der weiten Distanzen mit 12 Stunden und 45 Minuten sehr viel Zeit in öffentlichen Verkehrsmittel bzw. dem Auto verbringen. Der Gesamtaufwand für diese Turnerin beträgt somit 61 Stunden und 15 Minuten.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag		
6.15 Aufstehen, Frühstück							
6.55 zur Schule fahren 55min.							
8.00-14.40 Schule 7h	8.00-13.45 Schule 6h	8.00-13.45 Schule 6h	8.00-13.45 Schule 6h	8.00-13.45 Schule 6h	Fahrt 30 min.		
					9.00-13.00 Training 4h		
	Fahrt 35 min.	Fahrt 35 min.	Fahrt 35 min.	Fahrt 35 min.	Fahrt 30 min. 13.45 zu Hause		
	Mittagessen Pause	Mittagessen	Mittagessen Pause	Mittagessen Pause	Mittagessen		
Fahrt 30 min.	Freier Nachmittag						
Mittagessen						Mittagessen Pause	Mittagessen Pause
Fahrt 35 min.						Fahrt 35 min.	Fahrt 35 min.
16.30-19.30 Training 3h	16.30-20.00 Training 3,5h						
Fahrt 30 min. 20.15 zu Hause						16.30-19.30 Training 3h	16.30-20.30 Training 4h
	Fahrt 30 min. 20.45 zu Hause						
				Fahrt 30 min. 21.15 zu Hause			

Abb. 11: Wochenplan einer zehnjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2011/2012 das Realgymnasium für Leistungssportler/innen (NMS) in der Maroltingergasse besucht

Die Abbildung 12 zeigt den Wochenplan eines Mädchens, das ebenfalls das Schulmodell in der Maroltingergasse besucht hat, allerdings im Schuljahr 2008/2009. Die Turnerin hatte in ihrem ersten Schuljahr insgesamt 30 Stunden in der Schule und zusätzlich zwei Stunden Legasthenieunterricht zu absolvieren. Ihre Trainingsstunden betragen 12 Stunden pro Woche, das heißt das Mädchen hatte einen Gesamtaufwand von Training und Schule von insgesamt 44 Stunden. Für Geh- und Fahrzeiten von Wohnort zur Schule und retour musste die Sportlerin drei Stunden und 20 Minuten aufwenden, von Wohnort zum Training und retour drei Stunden und 30 Minuten. Dies macht einen Gesamtaufwand für Geh- und Fahrzeiten von sechs Stunden und 50 Minuten. Der Gesamtaufwand dieser Turnerin betrug 51 Stunden und 30 Minuten in der Woche.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
6.30 Aufstehen, Frühstück					FREI
7.00 Fahrt zur Schule 50min.					
8.00-13.40 Schule 6h	8.00-13.40 Schule 6h	8.00-13.40 Schule 6h	8.00-13.40 Schule 6h	8.00-13.40 Schule 6h	
Fahrt 20 min.	Mittagessen in der Schule	Fahrt 20 min.	Fahrt 20 min.	Fahrt 20 min.	
Mittagessen		Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	
15.00-18.00 Training 3h		15.00-18.00 Training 3h	15.00-18.00 Training 3h	15.00-18.00 Training 3h	
	15.30-17.10 Legasthenie 2h				
	Fahrt 50 min. 18.15 zu Hause				
Fahrt 50 min. 19.00 zu Hause		Fahrt 50 min. 19.00 zu Hause	Fahrt 50 min. 19.00 zu Hause	Fahrt 50 min. 19.00 zu Hause	

Abb. 12: Wochenplan einer elfjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2008/2009 das Realgymnasium für Leistungssportler/innen in der Maroltlingergasse besuchte

Die Abbildung 13 stellt den Wochenplan einer elfjährigen Kunstturnerin dar, die im Schuljahr 2008/2009 das Unterstufenrealgymnasium in der Karajangasse besucht hat. Sie absolvierte in diesem Schuljahr 30 Stunden pro Woche in der Schule, ihre Trainingsstunden beliefen sich auf 15 Stunden. Insgesamt musste die Turnerin einen Aufwand von Schule und Training von 45 Stunden in der Woche bewältigen. Die Geh- und Fahrzeiten zur und von der Schule betragen sieben Stunden und 30 Minuten, jene zum und vom Training acht Stunden und 20 Minuten. Insgesamt hatte die Schülerin einen Aufwand von 15 Stunden und 50 Minuten an Geh- und Fahrzeiten zu meistern. Der Gesamtaufwand an Wochenstunden waren für diese Sportlerin 60 Stunden und 50 Minuten.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
6.00 Aufstehen, Frühstück					FREI
7.00 zur Schule fahren 45min.					
8.00-13.40 Schule 6h	8.00-13.40 Schule 6h	8.00-13.40 Schule 6h	8.00-13.40 Schule 6h	8.00-13.40 Schule 6h	
Fahrt 45 min.					
Mittagessen Pause	Mittagessen Pause	Mittagessen Pause	Mittagessen Pause	Mittagessen Pause	
Fahrt 50 min.					
16.30-19.30 Training 3h	16.30-19.30 Training 3h	16.30-19.30 Training 3h	16.30-19.30 Training 3h	16.30-19.30 Training 3h	
Fahrt 50 min. 20.30 zu Hause					

Abb. 13: Wochenplan einer elfjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2008/2009 das Realgymnasium für Leistungssportler/innen in der Karajangasse besuchte

In Tabelle 6 wird die Gesamtbelastung aller Turnerinnen in den einzelnen Bereichen aufgeschlüsselt und miteinander verglichen. Die schulische Belastung in den verschiedenen Schultypen unterscheidet sich nur wenig voneinander. Die Mädchen besuchen zwischen 29 und 32 Stunden die Schule. Große Unterschiede zeigen sich in den Fahrzeiten von und zur Schule bzw. auch von und zur Trainingsstätte und teilweise auch in der Trainingsbelastung. Auf Grund dessen differiert auch die Gesamtbelastung der einzelnen Turnerinnen. Vor allem die Optimierung der Fahrzeiten, also die Nähe von Wohnort, Trainingsstätte und Schule ist in Wien besonders schwierig. Außerdem befinden sich der Wohnort und die Schule von zwei Kunstturnerinnen in Niederösterreich und die Trainingsstätte in Wien, was die Fahrzeiten zusätzlich erhöht. Wege von bis zu einer Stunde stehen auf der Tagesordnung und belasten die jungen Sportlerinnen zusätzlich.

Tab. 6: Schematische Darstellung der Gesamtwochenstundenbelastung und Aufschlüsselung in die Teilbereiche

	Gesamtbelastung	Schulstunden	Trainingsstunden	Schul- + Trainingsstunden	Fahrt- und Gehzeiten
Turnerin 1 Realgymnasium 2011/12	66h 15min.	29h	21,5h	50,5h	15h 45min.
Turnerin 2 URG / NMS Maroltingerg, 2011/12	61h 15min.	31h	17,5h	48,5h	12h 45min.
Turnerin 3 URG Karajangasse 2008/09	60h 50min.	30h	15h	45h	15h 50min.
Turnerin 4 Hauptschule 2006/07	57h 45min.	32h	17h 45min.	49h 45min.	8h
Turnerin 5 Realgymnasium 2008/09	51h 50min.	30h	15h	45h	6h 50min.
Turnerin 6 URG Maroltingerg. 2008/09	51h 30min.	32h	12h	44h	6h 50min.

Die dargestellte Gesamtstundenbelastung der Kunstturnerinnen beträgt zwischen 66 Stunden und 15 Minuten und 51 Stunden und 30 Minuten. Sie liegen größtenteils im Bereich von jenen 55-60 Stunden Gesamtbelastung pro Woche, die Frei et al. (2000, S.116-117) aufgrund ihrer Studie angibt. Es ist allerdings anzumerken, dass die Wochenbelastung einer der Turnerinnen den angegebenen Wert deutlich übersteigt.

Die Analyse der Wochenpläne und auch die Recherche in der Literatur zeigt, dass die Trainingswoche für eine Kunstturnerin sehr stark verplant und strukturiert ist, damit ein leistungssportliches Training auf hohem Niveau überhaupt möglich ist.

Zusammenfassend kann man feststellen, dass junge Kunstturnerinnen sehr hohe zeitliche Beanspruchungen aus Schule und Leistungssport zu verkraften haben. Für sie ist es ein

gutes Tagesmanagement äußerst wichtig, damit sie dieses enorme Pensum in der Woche erfüllen zu können. Eltern aber auch Freunde und Trainer/innen sind wichtige Unterstützer für die Kinder im Leistungssport und helfen den Trainingsalltag gut zu bewältigen. Aus der Literatur geht hervor, dass vor allem die Unterstützung aus dem Elternhaus ein wesentlicher Faktor ist, um den Leistungssport neben der Schule gut zu schaffen.

Die Analyse der Stundentafeln und der Schulstundenbelastungen zeigt, dass die verschiedenen Schultypen in Österreich bzw. die Schulformen für Leistungssportler/innen eine annähernd gleiche Belastung aufweist. Es konnte allerdings festgestellt werden, dass die schulische Belastung in einer Schulform für Leistungssportler/innen am höchsten ist, was im Vorfeld nicht zu erwarten war und auch nicht als optimal anzusehen ist.

Grundsätzlich ist zu sagen, dass es in Wien keine optimale Schulform für die 5.-8. Schulstufe für Kunstturnerinnen gibt und die optimale Lösung für Mädchen im Kunstturnen noch nicht gefunden ist.

Durch die Analyse der Fallbeispiele von mehreren Kunstturnerinnen konnten die hohen Gesamtbelastungen der Sportlerinnen bestätigt werden, die auch in der Literatur zu finden sind. Die Belastungsunterschiede sind im Wesentlichen durch die unterschiedlich langen Fahrzeiten und teilweise durch die Trainingsstundenanzahl zu erklären. Eine Schule zu besuchen, die in der Nähe des Wohnortes und vielleicht auch der Trainingsstätte liegt bedeutet eine wesentliche Belastungsreduzierung für die Mädchen.

Außerdem ist zu sehen, dass die Trainingsbelastung der sechs Wiener Kunstturnerinnen zwischen zehn und elf Jahren teilweise sehr unterschiedlich ist. Dies ist darauf zurückzuführen, dass die Mädchen in ihrer Altersklasse bereits sehr unterschiedliche Leistungsniveaus haben. Jene Turnerinnen, die einen österreichischen Nachwuchskader angehören, trainieren durchschnittlich mehr Stunden pro Woche als im Vergleich jene Mädchen die Mitglied in einen Regionalkader sind.

Ergänzend ist anzumerken, dass alle sechs Mädchen aus heutiger Sicht, den Übertritt in die weiterführende Schule problemlos gemeistert haben und lediglich eine der Sportlerinnen ist aufgrund einer langwierigen Verletzung nicht mehr im Kunstturnern aktiv.

5. PROBLEME UND LÖSUNGSVORSCHLÄGE

Die Analyse der Gesamtbelastung der Kunstturnerinnen, jene der Stundentafeln und die Betrachtung der Rahmenbedingungen für junge, Leistungssport treibende Kunstturnerinnen

haben einige Probleme und Diskussionspunkte aufgeworfen, die in diesem Kapitel genauer beleuchtet werden sollen.

Auf die Problematik des Schulwechsels und der Schulwahl und das Problem der hohen Gesamtbelastung der Sportlerinnen soll näher eingegangen werden. Außerdem werden Unterstützungsmöglichkeiten des Wiener Fachverbandes für Turnen für Eltern und Sportlerinnen aufgezeigt und Lösungsvorschläge für die Zukunft dargestellt.

6.1. Die Schulwahl und der Schulwechsel

Mit dem Umstieg aus der Volksschule in eine höhere Schule stehen Eltern vor einem großen Entscheidungsproblem. Wohin soll denn das Kind geschickt werden, welche ist eine gute Schule und wird das Kind den Ansprüchen dort gerecht werden?

Für alle Eltern ist dies eine schwierige Entscheidung, aber noch viel mehr stehen Eltern vor diesem Problem, wenn ihre Kinder leistungssportlich aktiv sind. Wird das Kind weiterhin Zeit für den Leistungssport haben? Kann es Schule und Sport nebeneinander schaffen? Welche Schule ist die geeignete Wahl? Ist es vielleicht besser, wenn das Kind den Leistungssport aufgibt?

Alle diese Fragen gilt es für Eltern zu überlegen und diskutieren und dann zu entscheiden was das Beste für ihr Kind ist bzw. ist in dieser Entscheidung auch die Meinung des Kindes sehr bedeutend.

Das generelle Problem des Schulwechsels ist aber vor allem für die Schüler/innen nicht zu unterschätzen. Braun (2002, S.25-26) gibt an, dass sich durch den Schulwechsel von der Volksschule in eine weiterführende Schule vor allem die Schulgröße und die Leistungsanforderungen sehr stark für die Kinder verändern. Zumeist wechseln die Kinder in größere weiterführende Schulen, dort werden sie mit einer höheren Schüler(innen)anzahl im gleichen Jahrgang konfrontiert mit denen sie zurechtkommen müssen.

Auf der anderen Seite beschreibt Braun (2002, S.26), dass die Zielsetzungen der weiterführenden Schulen im Gegensatz zu den Volksschulen fach- und leistungsorientiert sind und damit wird in diesen mehr Wert auf die Fähigkeiten und Noten gelegt.

Kinder in der Volksschule erleben und empfinden weniger Leistungsdruck und Stress, sie wachsen in einer geschützten und kindzentrierten Umgebung auf und wechseln mit dem Schulübertritt in eine weiterführende Schule, die für die Kinder eine leistungsorientierte und unpersönliche Umwelt darstellt.

Weiters müssen die Schüler/innen mit sozialen Veränderungen durch den Schulwechsel zurechtkommen und neue Beziehungen mit Lehrer(inne)n und auch ihren Mitschüler(inne)n eingehen. Die Kinder treffen in der weiterführenden Schule auf ein ganz neues System, in dem sie in fast jeder Unterrichtsstunde auf eine/n andere/n Lehrer/in treffen. Im Gegensatz dazu werden sie in der Volksschule im Idealfall vom ersten Schultag bis zum Ende der vierten Klasse von einer Lehrerin bzw. einem Lehrer unterrichtet. Durch diese Tatsache ergibt sich in der Volksschule eine viel engere Beziehung zu den jeweiligen Lehrer(inne)n als in der weiterführenden Schule, die hier weniger intensiv ist. (Braun, 2002, S. 26-27)

Nach Braun (2002, S.27) verändert sich auch die Rolle der Schüler/innen durch den Schulwechsel. Die Kinder sind vor dem Übertritt in eine weiterführende Schule die ältesten, kennen die Schulkolleg(inn)en, die Regeln der Schule und fühlen sich in der Umgebung wohl. In der weiterführenden Schule sind sie Fremde, außerdem die jüngsten, kennen wenige Schulkolleg(inn)en und müssen sich an ihre neue Umgebung erst gewöhnen.

Der Schulübertritt stellt nicht für alle Kinder ein Problem dar, sondern wird auf verschiedene Art und Weisen verkraftet und erlebt. Die Schwierigkeit des Schulwechsels hängt vor allem vom Geschlecht, den Verhaltensschwierigkeiten der Schüler/innen in der Volksschule, dem sozialen Status und der schulischen Leistungsfähigkeit der Kinder ab. (Braun, 2002, S. 28-29)

Diese angeführten Probleme und Neuerungen betreffen alle Kinder die vor einem Schulwechsel stehen, diejenigen, die sich zusätzlich noch im Leistungssport befinden und ca. 10-15 Stunden pro Woche Training zu absolvieren haben, müssen die neuen Gegebenheiten zusätzlich zur leistungssportlichen Belastung verkraften und damit umgehen lernen.

6.2. Die Gesamtbelastung aus Leistungssport und Schule

Die Gesamtbelastung von jungen Kunstturnerinnen in Leistungssport und Schule ist, wie in Kapitel fünf aufgezeigt wurde, enorm und nur mit genauer Planung und Unterstützung möglich. Die Darstellung der Wochenpläne zeigt, dass die jungen Wiener Leistungssportlerinnen eine Gesamtwochenstundenbelastung von mindestens 51 Stunden und 30 Minuten verkraften müssen, wobei die Höchststundenanzahl beachtliche 66 Stunden und 15 Minuten beträgt. Allein die Stundenanzahl, die sich aus Schulstunden und Trainingsstunden ergeben, übersteigt mit 44 bis 50,5 Stunden jene einer Arbeitswoche eines durchschnittlichen Erwachsenen, die zumeist mit 38,5 Stunden geregelt ist.

Aufgrund dieser Fakten ist, wie auch in den Kapiteln vier und fünf dargestellt, ein gut funktionierendes soziales Umfeld und ein interessiertes und unterstützendes Elternhaus, sowie eine auf den Leistungssport abgestimmte Schulwahl mitentscheidend für eine erfolgreiche Karriere im Leistungssport.

6.3. Beratung und Unterstützungsmöglichkeiten durch den Wiener Fachverband für Turnen

In Wien ist die Situation derzeit so, dass ein Großteil der erfolgreichsten Wiener Kunstturnerinnen gemeinsam im Wiener Kunstturnleistungszentrum trainieren, die von qualifizierten Leistungszentrumstrainer(inne)n betreut werden. Beratende Funktion für Eltern, denen mit ihren Töchtern ein Schulwechsel bevorsteht, trägt fast ausschließlich der Wiener Fachverband für Turnen bzw. die Landesfachwartin für Kunstturnen und auch die jeweiligen Zentrumstrainer/innen.

Die Zusammenarbeit mit den Schulen für Leistungssportler/innen in der Maroltingergasse und Karjngasse funktioniert sehr gut. Informationsabende der Schulen und Erfahrungsberichte von anderen Eltern und auch Trainer(inne)n helfen hier bei der Schulwahl. Die Eltern werden von der Landesfachwartin rechtzeitig darüber informiert wie die Aufnahmeverfahren in den jeweiligen Schulen ablaufen und sie bekommen außerdem über e-Mail alle wichtigen Informationen weitergeleitet. Bei Fragen stehen sowohl die Landesfachwartin als auch die Schule zur Beratung zur Verfügung.

Prinzipiell ist zu sagen, dass keine der beiden Schulen eine optimale Wahl für leistungssportlich ambitionierte Kunstturnerinnen ist. Es besteht keine Möglichkeit bereits ab der fünften Schulstufe an Vormittagen zu trainieren, was aufgrund der Intensität der Sportart eine wünschenswerte Entwicklung wäre. Diese Schulformen werden erst ab der Oberstufe angeboten. Außerdem ist vor allem in der Maroltingergasse der schulische Umfang für die Mädchen am größten und daher ist diese Schule nicht als optimal an zu sehen, da das oberste Ziel sein muss, die zeitliche Belastung für die jungen Sportlerinnen zu minimieren.

6.4. Fazit und Ausblick

Fazit ist, dass es in Wien für Kunstturnerinnen keine optimale Lösung für Unterstufenschülerinnen gibt. Die Eltern, Trainer/innen und auch der Verband müssen sich immer mit den Schulen arrangieren. Die Kooperation kann natürlich auch mit Schulen ohne Sonderform

für Leistungssportler/innen eingegangen werden. Viele der Kunstturnerinnen in Wien besuchen keine Schulform für Leistungssportler/innen sondern wählen oft eine Schule nahe am Wohnort, damit sich zumindest die schulisch bedingten Fahrzeiten in Grenzen halten.

Außerdem ist zu bemerken, dass es derzeit keine Möglichkeit gibt eine Schule für Leistungssportler/innen in der Nähe des Kunstturnleistungszentrums zu besuchen. Es gibt auch in Wien, wie in vielen anderen Bundesländern bereits installiert, keinen Olympiastützpunkt oder eine Landessportschule, die mehrere Sportarten unter einem Dach zusammenfasst und an die eine medizinische Betreuung, Physiotherapie sowie auch psychologische Betreuung und ein Schulsystem gekoppelt sind.

Ein Ziel für den Wiener Fachverband für Turnen muss es sein, eine Kooperation mit einer Schule in der Nähe des Leistungszentrums einzugehen und hier eine Zusammenarbeit zu forcieren.

Seit März 2011 arbeiten in Wien das erste Mal drei Sportarten unter einem Dach nebeneinander und es ist hier die Chance zu sehen gemeinsam mit dem Wiener Radsportverband und dem Wiener Leichtathletikverband vermehrt zu kooperieren und gemeinsame Projekte eventuell auch auf medizinischer, physiotherapeutischer, psychologischer und schulischer Ebene auf die Beine zu stellen.

Es liegt an den Verbänden, die Bedingungen für ihre Athlet(inn)en zu verbessern und somit auch die Schulwahl zu erleichtern, damit den Sportler(inne)n eine leichtere und gute Schullaufbahn gewährleistet werden kann.

7. LEISTUNGSSPORT UND SCHULE IN DER SCHWEIZ UND IN DEUTSCHLAND

Folgendes Kapitel soll einen kurzen Einblick in die Schulsysteme der Schweiz und von Deutschland geben und zeigt außerdem die schulischen Möglichkeiten von Leistungssport treibenden Kindern in diesen beiden Ländern für die 5.-8.Schulstufe auf. Die Betrachtung ist daher wesentlich, damit im letzten Kapitel der Arbeit ein Vergleich zwischen Deutschland, der Schweiz und Österreich hergestellt werden kann.

Es wird deshalb auf die Schweiz und auf Deutschland näher eingegangen, weil beide Nationen erfolgreicher im Kunstturnsport einzustufen sind als Österreich, was vermuten lässt, dass beide Länder auch im System Schule und Leistungssport bessere Möglichkeiten bieten als Österreich bzw. Wien. Andere Nationen würden dieses Kriterium auch erfüllen, es

hat sich aber der Zugriff auf Informationen in anderen Ländern als eher schwierig erwiesen und die gemeinsame Sprache hat die Recherchen außerdem vereinfacht.

7.1. Schweiz

7.1.1. Kurzer Überblick über das Schulsystem in der Schweiz

Die Hauptzuständigkeit für Bildung in der Schweiz liegt bei den Kantonen, wobei das Bildungssystem dezentral organisiert ist. Es gibt auf nationaler Ebene kein Ministerium für Bildung und Erziehung. Durch die unterschiedlichen Sprachen und Kulturen in der Schweiz gibt es mit diesem System eine gute Möglichkeit für ein funktionierendes Schulsystem.

Einheitlich ist das Schuleintrittsalter, der Beginn und die Dauer des Schuljahres und die Dauer der obligatorischen Schulfrist, die neun Jahre dauert, geregelt. Alles andere, wie zum Beispiel Schulgesetze, wird in jedem Kanton und auch in jeder Gemeinde autonom geregelt.

(Swissworld, 2011, #Bildung)

Das Schulsystem für die sechs bis Vierzehnjährigen, das in dieser Arbeit von besonderem Interesse ist, unterteilt sich in der Schweiz in die Primarstufe bzw. Primarschule und die Sekundarstufe I.

Der Besuch der Primarschule ist obligatorisch und umfasst die Alterstufen von etwas sechs bis dreizehn Jahren, das heißt sie wird von Kindern der Klassen eins bis fünf oder sechs besucht. Die Lehrpläne werden von den einzelnen Kantonen festgelegt und sind daher sehr unterschiedlich. Die allgemeinen Ziele der Primarschule sind die Entwicklung sportlicher und musischer Fähigkeiten, sowie das Verantwortungsbewusstsein gegenüber ihrer Mitmenschen, der Umwelt, der Gesellschaft und sich selbst und die Entfaltung intellektueller und schöpferischer Fähigkeiten. (Schweizer Medieninstitut für Bildung und Kultur, 2011, #Primarschule, #Lerninhalte)

Die Sekundarstufe I ist für alle Schüler obligatorisch, folgt auf die Primarstufe und dauert meist drei Jahre (7.-9.Schulstufe). Die Schüler(innen) sind meistens zwischen 12 und 15 Jahre alt und sie vermittelt eine Allgemeinbildung. Sie bereitet außerdem auf den Übertritt in eine der weiterführenden Schulen der Sekundarstufe II vor, wie Fachmittelschulen oder Maturitätsschulen. (Schweizer Medieninstitut für Bildung und Kultur, 2011, #Sekundarstufe I)

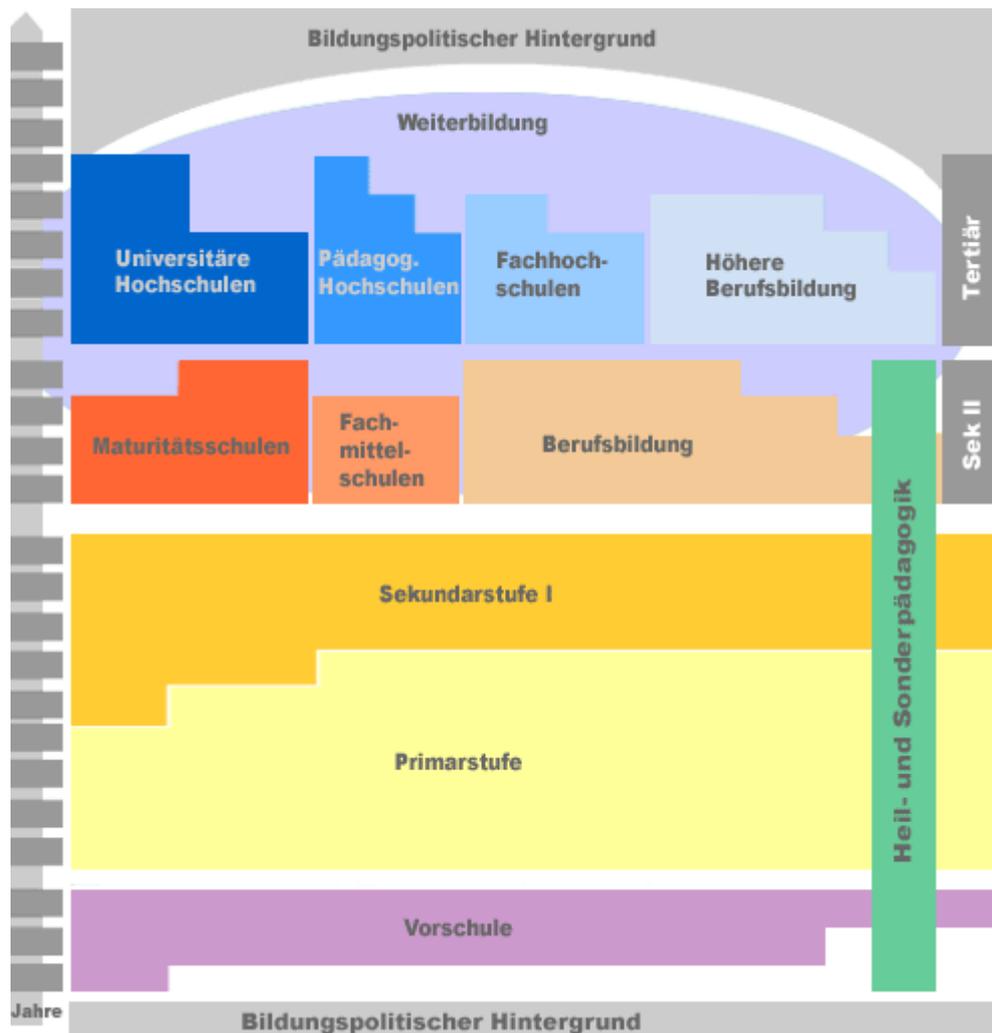


Abb. 14: Schematische Darstellung des Bildungssystems in der Schweiz (Schweizer Medieninstitut für Bildung und Kultur, 2011, #Bildungssystem Schweiz)

Die Abbildung 14 zeigt eine schematische Darstellung des Schulsystems in der Schweiz. Zur Verdeutlichung der Beschreibung sind hier die Primarstufe, die Sekundarstufe I und auch die Sekundarstufe II graphisch dargestellt.

7.1.2. Schulische Möglichkeiten für Leistungssportler/innen in der Schweiz

Die Unterstützung von jungen Sportler(inne)n geht vorrangig von Swiss Olympic, dem Dachverband des Schweizer Sports, der sich auf nationaler und internationaler Ebene für dessen Interessen einsetzt, aus. Swiss Olympic fördert nicht nur den Leistungssport,

sondern unterstützt auch Aktivitäten des Breitensports und sorgt für die Verankerung der olympischen Werte in der Öffentlichkeit.

Für Athlet(inn)en, die auf die olympischen Spiele und auf den internationalen Leistungsvergleich hinarbeiten, wurden effiziente Förderungs- und Unterstützungsaktivitäten entwickelt. (Swiss Olympic, 2008, Abs. 1-4)

Eine koordinierte Schulausbildung ist Voraussetzung für einen erfolgreichen Leistungssport für Nachwuchssportler/innen. Swiss Olympic setzt sich in diesem Zusammenhang für eine nachhaltige und zielgerichtete Entwicklung von Ausbildungsangeboten in der Schweiz ein. Für die Athlet(inn)en sollen damit flexible und bedürfnisgerechte Ausbildungsmöglichkeiten geschaffen werden, damit die Sportler/innen auch schon während der sportlichen Laufbahn frühzeitig auf einen erfolgreichen Berufseinstieg vorbereitet werden.

Daher werden von Seiten von Swiss Olympic seit 2004 Qualitätslabel an Bildungsinstitutionen mit offiziell anerkannten Ausbildungsabschlüssen vergeben, die eine ganzheitliche Entwicklung im sportlichen als auch im schulischen Bereich ermöglichen.

Schulen, die mit einem Label ausgezeichnet sind, werden als Kompetenzzentren mit einer leistungssportlichen Grundhaltung bezeichnet, die individuelle Fördermaßnahmen, flexible Stundentafeln und eine sehr gute Infrastruktur anbieten. Es gibt zwei unterschiedliche Typen von Label-Schulen in der Schweiz. Die „Swiss Olympic Sport Schools“ und die „Swiss Olympic Partner Schools“. Die „Swiss Olympic Partner Schools“ integrieren die jungen Leistungssportler/innen in den regulären Schulunterricht, wobei die „Swiss Olympic Sport Schools“ für ein ganzheitliches, sportförderndes Umfeld in speziellen Sportklassen stehen.

Swiss Olympic ist es ein großes Anliegen jungen Leistungssportler(inne)n differenzierte Bildungsangebote und optimale Rahmenbedingungen für ihre Weiterentwicklung in beiden Bereichen zu ermöglichen. (Swiss Olympic, 2010, S.2)

7.1.2.1. Swiss Olympic Sport Schools

Die Swiss Olympic Sport Schools vereinen Trainingsstätte, Schule und Wohnen unter einem Dach. Aufgrund eines flexiblen Bildungsangebotes und einer ausgewogenen Zeitplanung können soziales Umfeld, Schule und Sport altersgerecht und optimal aufeinander abgestimmt werden. Ein Internatsbetrieb, spezielle Sportklassen und qualifizierte Trainer/innen ermöglichen den jungen Athlet(inne)n eine Sportausübung und Ausbildung in einem einmaligen, den Leistungssport fördernden Umfeld.

In den Swiss Olympic Sport Schools steht ein Koordinator zur Verfügung, der die Sportler/innen in ihrem Zeitmanagement unterstützt. Er arbeitet außerdem eng und systematisch mit der Bildungsinstitution, den Sportpartnern (dem heimischen Sportklub oder dem nationalen bzw. regionalen Sportverband) und den Athlet(inn)en zusammen.

Derzeit gibt es in der Schweiz fünf Schulen, die das Label „Swiss Olympic Sport School“ tragen. An eine Schule kann jeweils für vier Jahre ein Label vergeben werden. Regelmäßige Kontrollen stellen den geforderten Qualitätsstandard sicher.

Diese Schulen sind vorrangig Schulen für die Sekundarstufe I und II teilweise auch für die Primarstufe. In diesen Schulen werden Sportler/innen in vielen verschiedenen Sportarten betreut wie z.B. Kunstturnen, Leichtathletik, Schi Alpin, Snowboard, Fußball uvm.

(Swiss Olympic, 2010, S.4-10)

7.1.2.2. Swiss Olympic Partner Schools

Derzeit gibt es in Deutschland 36 Swiss Olympic Partner Schools, die den Sportler(inne)n gewährleisten, dass sowohl schulische Leistungsziele erreicht werden als auch genügend zeitliche Ressourcen für ein gezieltes Leistungstraining zur Verfügung stehen. Das Angebot dieser Schulen erstreckt sich über die ganze Schweiz und ist vor allem für Schüler/innen der Sekundarstufe I und II ausgelegt. Diese Schulen führen entweder spezielle Sportklassen oder die Sportler/innen werden in die Regelklassen, also in den normalen Unterricht, integriert. Ein/e Koordinator/in hilft die optimale Abstimmung von Sport, sozialem Umfeld und Schule zu finden und steht auch als Ansprechpartner für alle beteiligten Personen zur Verfügung. Zeitliche Interessenskonflikte können somit minimiert werden und die Athlet(inn)en können sich ganz auf den Sport und die Schule konzentrieren. Außerdem bieten Swiss Olympic Partner Schools Stütz- und Nachhilfeunterricht an.

(Swiss Olympic, 2010, S.11)

7.2. Deutschland

7.2.1. Kurzer Überblick über das Schulsystem in Deutschland

Das Bildungssystem in Deutschland folgt einem bundesweit gültigen Grundgerüst und die Zuständigkeit für die Bildung liegt bei den einzelnen Ländern. Die allgemeine Schulpflicht ist

größtenteils einheitlich auf neun bzw. zehn Jahre geregelt. Außerdem besteht eine anschließende Teilzeitschulpflicht oder auch Berufsschulpflicht von drei Jahren.

Das deutsche Schulsystem ist in einen Primarbereich (die ersten vier bis sechs Schulstufen, abhängig vom Land), in einen Sekundarbereich I und Sekundarbereich II gegliedert. Die allgemeine Schulpflicht ist in der Regel mit dem 15. Lebensjahr beendet und damit auch die Sekundarstufe I. Nach Absolvierung der Sekundarstufe I beginnt der Übergang in die Sekundarstufe II, die nicht mehr für alle deutschen Schüler/innen obligatorisch ist.

Danach existiert ein tertiärer Bereich, der Hochschulen und Einrichtungen umfasst, die für Absolventen der Sekundarstufe II Studiengänge mit Hochschulzugangsberechtigung anbieten. (Sekretariat zur Ständigen Konferenz der Kultusminister, 2010, S.34-40)

Abbildung 15 stellt das deutsche Schulsystem graphisch dar und gibt einen Überblick über die schulischen Möglichkeiten und Bildungswege in Deutschland.

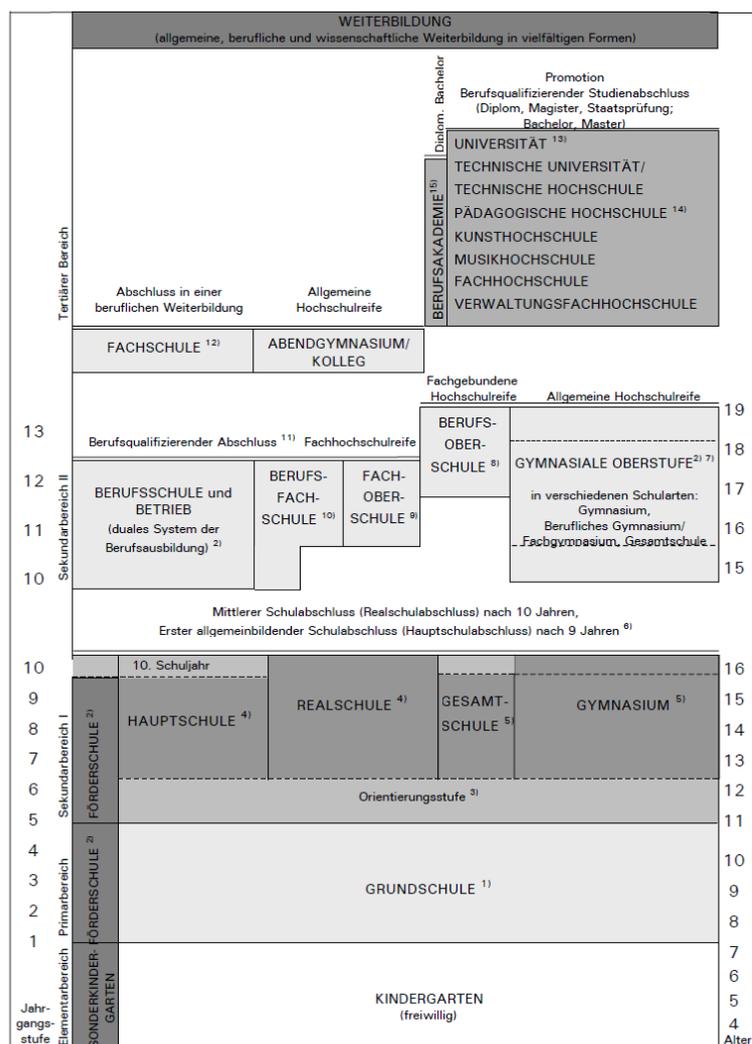


Abb. 15: Schematische Darstellung des Bildungssystems in Deutschland (Sekretariat zur Ständigen Konferenz der Kultusminister, 2010, S.38)

7.2.2. Schulische Möglichkeiten für Leistungssportler/innen in Deutschland

7.2.2.1. Eliteschulen des Sports

Der Deutsche Olympische Sportbund (2011, #Hintergrund) gibt an, dass insgesamt 39 Eliteschulen des Sports in Deutschland existieren. Eliteschulen des Sports sollen talentierte Nachwuchssportler/innen unter dem Leitsatz „Weltmeister werden und den Schulabschluss schaffen“ fördern. Im Verbundsystem Schule, Sport und Wohnen soll gewährleistet werden, dass die schulische Bildung und die sportliche Ausbildung parallel gut bewältigt werden können. Training und Schule werden koordiniert und aufeinander abgestimmt und die Sportler/innen werden in eigenen Sportlerklassen unterrichtet.

Der Titel für die Schule „Eliteschule des Sports“ wird alle vier Jahre, im olympischen Zyklus, durch den Deutschen Olympischen Sportbund vergeben.

Die Anforderungen und Zielstellungen stimmen für alle Schulen weitgehend überein und die Schulen müssen verschiedene Qualitätskriterien erfüllen, um als Eliteschule des Sports bezeichnet werden zu können.

Als ein Qualitätskriterium für die Eliteschulen des Sports nennt der Deutsche Olympische Sportbund als erstes die sehr gute sportliche Ausbildung. Leistungsstarke Trainingsgruppen, hochwertige und flexibel verfügbare Trainingstätten, hochqualifizierte Trainer/innen sowie die Wissenschaftliche Unterstützung seitens des zugehörigen Olympiastützpunktes in den Bereichen Sportmedizin, Sportpsychologie und Trainingswissenschaften sind von großer Bedeutung.

Als ein weiteres wichtiges Kriterium ist die Koordination und das Management des Zeitbudgets zu sehen. Schule und Lernen, Freizeit, Training und Wettkampf sowie das Wohnen müssen im Jahres- und Wochenverlauf gut auf einander abgestimmt sein. Es werden, soweit es möglich ist, alle Bereiche auch räumlich gebündelt. Möglichkeiten des täglichen Vormittagstrainings werden geschaffen und im Rahmen einer flexiblen Schullaufbahn ist es möglich Unterrichtszeiten, Prüfungszeiten als auch Ferien- und Schulzeiten zu verschieben. (Deutscher Olympischer Sportbund, 2010, S.14-19)

8. VERGLEICH DER SCHULISCHEN MÖGLICHKEITEN FÜR LEISTUNGSSPORTLER/INNEN IN ÖSTERREICH, DER SCHWEIZ UND IN DEUTSCHLAND

Nachdem die Schulsysteme der einzelnen Länder aufgezeigt und alle schulischen Möglichkeiten dargestellt wurden, soll in diesem Kapitel ein Vergleich gemacht werden bzw. herausgefunden werden in welchem Land es die Besten oder gute Möglichkeiten für Leistungssportler/innen gibt. In Österreich wird vorrangig auf die Situation in Wien eingegangen.

Grundsätzlich ist zu den einzelnen Schulsystemen, der in dieser Arbeit näher betrachteten Ländern, anzumerken, dass der Wechsel vom Primarbereich in die Sekundarstufe I zu unterschiedlichen Zeitpunkten stattfindet. In Österreich erfolgt der Schulwechsel generell von der vierten in die fünfte Schulstufe, wie auch in ein paar Regionen in Deutschland. Die Schüler/innen in der Schweiz und in einigen deutschen Bundesländern haben erst in der fünften oder sechsten Schulstufe den Schulwechsel zu verkraften.

Außerdem ist festzustellen, dass es sowohl in der Schweiz als auch in Deutschland ein jeweils sehr einheitliches und flächendeckendes System für Leistungssportler/innen gibt, in dem spezielle Schulen für Leistungssportler/innen über das ganze Land verteilt, angeboten werden. In Österreich gibt es kein einheitliches und bundesländerübergreifendes System mit einheitlichen Kriterien. Es existieren Schulversuche die meistens auf bestimmte Sportarten und Standorte ausgerichtet sind und größtenteils, erst ab der Oberstufe, also der neunten Schulstufe, fördern und unterstützen.

In Wien stehen jungen Leistungssportler(inne)n zwei unterschiedliche Systeme zur Verfügung (vgl. Kapitel 5.5), die darauf ausgelegt sind die Sportler/innen schon ab der fünften Schulstufe zu unterstützen. Diese sind aber nicht auf die Nähe von Sportstätte, Wohnen und Schule ausgelegt. Für einige der dort geförderten Sportarten ist eine Zusammenführung von Sportstätte und Schule bereits geschehen, nicht aber für den Bereich des Kunstturnens.

Verbundsysteme mit integriertem Wohnort, Schule und Sportstätte gibt es in Wien keine. In anderen Teilen Österreichs werden in diversen Landessportzentren Internatsysteme zur Förderung von jungen Sportler(inne)n angeboten.

Im Vergleich zur Situation in Wien kann nach den Recherchen festgestellt werden, dass es sowohl in Deutschland als auch in der Schweiz einheitliche Systeme gibt, die Wohnort, Schule und Trainingsstätte vereinen. Diese werden für die Sekundarstufe I als teilweise auch schon im Primarbereich eingesetzt und unterstützen unter ganz speziellen Kriterien Leistungssport treibende Kinder. (vgl. Kapitel 7.1.2. und 7.2.2.)

Welches System für junge Leistungssportler/innen als gut bzw. vorteilhaft einzustufen ist, könnte aufgrund der Darstellung der Möglichkeiten in den verschiedenen Ländern an dieser Stelle nur vermutet werden. Als Tatsache ist festzuhalten, dass die Sportart Kunstturnen für Mädchen bzw. Frauen sowohl in Deutschland als auch in der Schweiz weitaus erfolgreicher betrieben wird als in Österreich.

Zur Illustration des Leistungsniveaus der drei Länder werden im Folgenden die Ergebnisse der letzten Weltmeisterschaft von Tokio 2011 kurz dargestellt.

Deutschland belegte im Teamfinale Platz sechs und konnte außerdem die Silbermedaille im Gerätefinale am Sprung gewinnen. Die beste Mehrkämpferin dieses Landes belegte Rang zehn.

Die Schweiz konnte in der Teamqualifikation den 18. Rang erturnen. Die beste Mehrkämpferin dieses Landes belegte in der Endwertung Rang 16.

Österreich durfte bei dieser Weltmeisterschaft kein Team an den Start bringen, da die Qualifikation dafür im Vorfeld nicht erreicht wurde. Es waren drei Einzelturnerinnen für Österreich im Teilnehmerinnenfeld des Mehrkampfes. Die beste österreichische Mehrkampfleistung brachte im Endergebnis Rang 69. (Federation Internationale de Gymnastique, 2011, #(AG)Turn-WM Tokio)

9. CONCLUSIO

Diese Arbeit gibt Einblick in die Welt des Kunstturnens und zeigt die Besonderheit der Sportart auf, die vor allem in der frühen Spezialisierung und der Kompliziertheit der Sportart zu sehen ist. Große Trainingsbelastungen und Umfänge, Ängste, Zwang und Druck stehen dem Spaß am Erlernen von Elementen und der Freude am Turnen gegenüber.

Trainer/innen und Eltern haben einen großen Einfluss auf eine erfolgreiche leistungssportliche Karriere eines Kindes und vor allem die positive Einstellung der Eltern zum Sport ihres Kindes ist basal für einen erfolgreichen Verlauf.

Die Entscheidung für ein frühzeitiges Karriereende liegt zumeist einer Kosten-Nutzen-Analyse zugrunde, wobei die Sportler/innen abwägen, ob die positiven oder die negativen Konsequenzen und Begleiterscheinungen, die die sportliche Betätigung mit sich bringt, überwiegen. Allerdings sind die Eltern in die Karriereentscheidung sehr stark involviert, indem sie den Erstkontakt herstellen und außerdem den Kindern Rückmeldungen über ihr Sporttreiben geben. Eltern spielen somit im Bindungsprozess an den Sport als auch bei einem Karriereende eine wichtige Rolle.

Fallbeispiele von zehn und elfjährigen Wiener Kunstturnerinnen zeigen in dieser Arbeit auf, dass die jungen Leistungssportlerinnen eine enorme Gesamtbelastung aus Schule und Leistungssport zu verkraften haben. Ein gutes Zeitmanagement und die Unterstützung durch Eltern, Trainer/innen und Gleichaltrige sind für die Mädchen ebenso wichtig, wie ein ruhiger und gut überlegter Schulwechsel. Dieser bringt für jedes Kind viele Veränderungen mit sich, die neben dem Leistungssport besonders schwierig zu verkraften sind. Eine gute Information von Seiten des Verbandes kann für Eltern und Turnerinnen eine Hilfe sein, einen Schulwechsel aufgeschlossen und ohne Probleme gegenüber zu stehen.

Die Überlegung, dass Schulsysteme für Leistungssportler/innen eine bessere Möglichkeit bieten als Regelschulen wurde nach genauer Betrachtung für Wien nicht bestätigt. Die Möglichkeit in Wohnortnähe eine Schule zu besuchen ist meistens die bessere Lösung als eine Schule für Leistungssportler/innen, die weit von Wohnort und Trainingsstätte entfernt ist. Die Gesamtbelastung steigt mit den längeren Fahrzeiten stark an, da die Schulstundenanzahl zu den Regelschulen kaum unterschiedlich und teilweise sogar höher ist.

Somit kann hier festgehalten werden, dass es in Wien kein optimales Schulsystem für Kunstturnerinnen gibt. Ein Wunsch für mich als Landesfachwartin wäre es, mit einer Schule in der Nähe des Leistungszentrums zu kooperieren, um vor allem die Fahrtzeiten für unsere

Kunstturnerinnen gering zu halten. Es wäre für unsere Sportart außerdem wünschenswert ein Schulsystem ab der fünften Schulstufe zu schaffen, das auch ein Training am Vormittag ermöglichen würde.

Im Vergleich zu Wien wurden in dieser Arbeit die Schulsysteme der Schweiz und Deutschland dargestellt. Es ist festzustellen, dass die Systeme in diesen beiden Ländern flächendeckender und einheitlicher gestaltet sind als jene in Wien bzw. in Österreich. Die Möglichkeit Schule, Wohnort und Trainingsstätte zu vereinen, ist dort ebenso mit Internaten und Halbinternaten gelungen, wie das bereits bestehende Angebot auch Trainingseinheiten am Vormittag abzuhalten.

Zusammenfassend ist zu sagen, dass zehn und elfjährige Kunstturnerinnen in Wien eine große Gesamtbelastung aus Schule und Training zu verkraften haben. Ob die Kinder eine erfolgreiche Leistungssportkarriere durchlaufen, hängt von vielen Faktoren ab und kann von vielen Seiten positiv unterstützt werden. Prinzipiell würde ich sagen, dass nicht allein ein Schulwechsel für den Drop Out und ein Karriereende verantwortlich sein kann, es hängt von vielen Dingen auch im Training und in der Familie ab, ob ein Mädchen die Gesamtbelastung gut verkraftet und im Leistungssport erfolgreich ist und glücklich wird. Eine Schule zu finden, die den Mädchen die Möglichkeit bietet diese neben dem Leistungssport gut zu schaffen und zu bewältigen, muss oberstes Ziel sein. Dies ist die Grundvoraussetzung für eine lang andauernde Sportkarriere und wirkt einem frühzeitigen Drop Out entgegen.

Literaturverzeichnis

- Arkaev, L. & Suchilin, N. (2004). *How to create champions. The Theory and Methodology of Training Top-Class Gymnasts*. Oxford. Meyer & Meyer.
- Braun, M. (2002). *Von der Volksschule in die weiterführende Schule. Der bevorstehende Übertritt aus der Sicht von Kindern und Eltern*. Diplomarbeit, Universität Wien.
- Bremer, D. (1986). Wettkampfsport im Grundschulalter. *Leistungssport*, 2, 5-10.
- Brettschneider, W-D. & Richartz, A. (1996). Jugendliche im Leistungssport – Entwicklung im Spannungsfeld von Schule und Sport. *Leistungssport*, 5, 6-10.
- Brettschneider, W-D. (2001). Ein schwieriger Spagat: Jugendliche zwischen Hochleistungstraining und Schulkarriere. In H. Digel (Hrsg.), *Spitzensport. Chancen und Probleme*. (S. 231-239). Schorndorf. Hofmann.
- Brigittenauer Gymnasium (2011). *URG für Leistungssport*. Zugriff am 19. April 2011 unter http://www.grgorg20.asn-wien.ac.at/a_sportorg/index_sportorg.html
- Brüggemann, G-P., Krahl, H., Eckhardt, R., Fröhner, G., Lohrer, H. & Theiss, P. (2000). *Belastungen und Risiken im weiblichen Kunstturnen. Teil 1: Aus der Sicht von Biomechanik und Sportmedizin*. (Schriftenreihe des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, 101). Schorndorf: Hofmann.
- Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport. (2003, 13.Juni). *Änderung der Verordnung der allgemein bildenden höheren Schulen*. Zugriff am 21. Juli 2011 unter http://www.bmukk.gv.at/medienpool/9431/VO_LP_AHS03.pdf
- Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport. (2008, 13. März). *Allgemeinbildende höhere Schulen*. Zugriff am 18. Juli 2011 unter <http://www.bmukk.gv.at/schulen/bw/abs/ahs.xml>
- Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport. (2008, 13. März). *Hauptschulen*. Zugriff am 18. Juli 2011 unter <http://www.bmukk.gv.at/schulen/bw/abs/hs.xml>
- Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport. (2010, 21.Juli). *Studentafeln Hauptschule*. Zugriff am 21. Juli 2011 unter <http://www.bmukk.gv.at/medienpool/868/studentafel.pdf>
- Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport. (2010, September). *Die Neue Mittelschule*. Zugriff am 18. Juli 2011 http://www.neuemittelschule.at/fileadmin/user_upload/pdfs/folder.pdf
- Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport. (2011, 8.Februar). *Bildungswege in Österreich*. Zugriff am 18. Juli 2011 unter http://www.bmukk.gv.at/medienpool/17295/bw_dt_10.pdf
- Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport. (2011). Allgemein bildende höhere Schule (Allgemeiner Teil). Zugriff am 22. Juli 2011 unter http://www.bewegung.ac.at/uploads/media/Allgemein_bildende_hoehere_Schule-Allgemeiner_Teil.pdf

- Carl, K. (1978). Talentförderung – Leistungsentwicklung. Probleme einer frühen Spezialisierung im Training. In E. Hahn, G. Kalb & L. Pfeiffer, *Kind und Bewegung*. (Schriftenreihe des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, 19, S.173-180). Schorndorf. Hofmann.
- Cogan, K. & Vidmar, P. (2000). *Sport Psychology Library: Gymnastics*. Morgantown: Fitness Information Technology, Inc.
- Comaneci, N. (2004). *Letters to a young gymnast*. New York. Basic Books.
- Deutscher Olympischer Sportbund. (2011, 7.Juli). *Eliteschule des Sports*. Zugriff am 15.Juli 2011 unter <http://www.dosb.de/de/eliteschule-des-sports/>
- Deutscher Olympischer Sportbund. (2010). *Qualitätskriterien für das Prädikat „Eliteschule des Sports“*. Zugriff am 15.Juli 2011 unter http://www.dosb.de/fileadmin/Bilder_allgemein/Qualitaetskriterien_EdS_082010.pdf
- Deutscher Sportbund. (1983). Pro + Kontra. Kinder im Leitungssport. Grundsatzerklärung des Deutschen Sportbundes. *Sportpädagogik*, 7, 7-8.
- Dietrich, K. (1985). Leistungssport für Kinder? Kinder für den Leistungssport! *Sportunterricht*, 34, 169-176.
- Fassbender, A. (1988). Motivationsförderung von Kunstturnerinnen in den USA. Ein Interview mit Bela Karolyi. *Leistungssport*, 1, 20-32.
- Federation Internationale de Gymnastique (2011, 16.Oktober). *Results WCh Tokyo 2011*. Zugriff am 1.Dezember 2011 unter <http://www.gymmedia.de>
- Frei, P., Lüsebrink, I., Rottländer, D. & Thiele, J. (2000). *Belastungen und Risiken im weiblichen Kunstturnen. Teil 2: Innensichten, pädagogische Deutungen und Konsequenzen*. (Schriftenreihe des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, 102). Schorndorf: Hofmann.
- Gogoll, A. (2004). *Belastbarer Geist – gefährdeter Körper: Sport, Stress und Gesundheit im Kindes- und Jugendalter*. Schorndorf. Hofmann.
- Jäger, D. (2008). *Dropout-Problematik mit Schwerpunkt im (weiblichen) Kunstturnen. Studienarbeit*. Norderstaedt. Grin Verlag.
- Joch, W. (1997). *Das sportliche Talent*. Aachen. Meyer und Meyer.
- Karolyi, B. & Richardson, N. (1994). *Feel no fear. The Power, Passion, and Politics of a Life in Gymnastics*. New York. Hyperion.
- Krech, D., Crutchfield, R., Livson, N., Wilson jr., W. & Parducci, A. (1997). *Grundlagen der Psychologie. Studienausgabe*. Augsburg. Bechtermünz Verlag.
- Lischka, L. (1999). Olympiasiegerinnen waren Sex-Sklavinnen der Trainer. *Kurier*, 25.6.1999, S.26.
- Mayer, G. (1995). Rumänien: Tränen und Hiebe. Haftstrafe für brutalen Turntrainer. *Standard*, 7.2.1995, S.4.

- Miller, S. (1998). *Winning every day. Gold medal advice for a happy, healthy life!* New York. Bantam Books.
- Pluschenko, E. (2007). *Drugoe Show*. Moskau. Rosman.
- Плющенко, Е. (2007). *Другое Шоу*. Москва. ЗАО «РОСМЕИ-ПРЕСС»
- Richartz, A. & Brettschneider, W-D. (1996). *Weltmeister werden und sie Schule schaffen*. (Schriftenreihe des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, 89). Schorndorf: Hofmann.
- Rieder, H. (1998). Pro und Kontra „Kinderhochleistungssport“ aus der Sicht der Hochbegabtenforschung. In R. Daus, E. Emrich & C. Igel (Hrsg.). *Kinder und Jugendliche im Leistungssport*. (Schriftenreihe des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, 95, S.180-185). Schorndorf. Hofmann.
- Ryan, J. (1996). *Little girls in pretty boxes. The making and breaking of elite gymnasts and figure skaters*. New York: Warner Books.
- Scholten, J. (1983). Kinder im Hochleistungsturnen. *Sportpädagogik*, 5, 9-11.
- Schulleistungssportzentrum Wien-West. (2011). *Unterstufenrealgymnasium*. Zugriff am 20. Juli 2011 unter http://www.slszwienwest.at/slsz/index.php?option=com_content&view=article&id=9&Itemid=9
- Schweizer Medieninstitut für Bildung und Kultur (2011, Juli). *Bildungssystem Schweiz*. Zugriff am 14.Juli 2011 unter <http://bildungsszene.educa.ch/de/schweizerische-bildungssystem>
- Sekretariat zur Ständigen Konferenz der Kultusminister (KMK). (2010, 14. Oktober). *Darstellung der Kompetenzen, Strukturen und bildungspolitischen Entwicklungen für den Informationsaustausch*. Zugriff am 18. Juli .2011 unter http://www.kmk.org/fileadmin/doc/Dokumentation/Bildungswesen_pdfs/aufbau_und_verwaltung.pdf
- Swiss Olympics (2008, 10.November). *Swiss Olympic Statement*. Zugriff am 14.Juli 2011 unter http://www.swissolympic.ch/desktopdefault.aspx/tabid-3402//4237_read-25027/
- Swiss Olympic (2010, November). *Schulangebote für Sporttalente 2010/2011*. Zugriff am 19.April 2011 unter http://www.swissolympic.ch/Portaldata/41/Resources/05_ausbildung_schule/schulangebot/Broschuere_Schulangebote.pdf
- Swissworld (2011, 14.Juli). *Schweizerisches Bildungswesen*. Zugriff am 14.Juli 2011 unter <http://www.swissworld.org/de/bildung/?gclid=CKiVru7RgKoCFYEo3wodek2tzw>
- Weinmann, E. (2000, September). *Hochleistungssport. Auswirkungen auf die körperliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen*. Zugriff am 25. September 2011 unter <http://www.kindergynaekologie.de/html/kora9.html>
- Weischenberg, K. (1996). *Kindheit im modernen Kinderhochleistungssport*. Frankfurt am Main: Lang.
- Würth, S. (2001). *Die Rolle der Eltern im sportlichen Entwicklungsprozess von Kindern und Jugendlichen*. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Zimbardo, P.G. (1983). *Psychologie*. Augsburg. Weltbild Verlag.

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1.: Modell der Einflussfaktoren auf den freiwilligen Rückzug aus dem Sport (Würth, 2001, S.126).....	26
Abb. 2.: Einflussfaktoren der Kosten-Nutzen-Analyse im Rahmen der Karriereentscheidung auf Seiten des Athleten (Würth, 2001, S.131).....	27
Abb. 3.: Hypothetisches Bedingungsgefüge des elterlichen Einflusses auf die Karriereentscheidung der Athleten im Kinder und Jugendsport (Würth, 2001, S.135)	30
Abb. 4.: Schematische Darstellung des österreichischen Schulsystems (Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport, 2011, S. 2)	39
Abb. 5.: Jahresplan 2006/2007 einer elfjährigen Wiener Turnerin – 1.Semester.....	51
Abb. 6.: Jahresplan 2006/2007 einer elfjährigen Wiener Turnerin – 2.Semester.....	52
Abb. 7.: Exemplarische Tagesabläufe von Kunstturnerinnen an verschiedenen Trainingszentren (Frei et al, 2000, S.116).....	53
Abb. 8.: Wochenplan einer zehnjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2011/2012 ein Realgymnasium in Niederösterreich besucht.....	56
Abb. 9.: Wochenplan einer elfjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2008/2009 ein Realgymnasium besuchte	57
Abb. 10.: Wochenplan einer elfjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2006/2007 eine Hauptschule besuchte	58
Abb. 11.: Wochenplan einer zehnjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2011/2012 das Realgymnasium für Leistungssportler/innen (NMS) in der Maroltingergasse besucht	59
Abb. 12.: Wochenplan einer elfjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2008/2009 das Realgymnasium für Leistungssportler/innen in der Maroltingergasse besuchte	60
Abb. 13.: Wochenplan einer elfjährigen Kunstturnerin, die im Schuljahr 2008/2009 das Realgymnasium für Leistungssportler/innen in der Karajangasse besuchte	60
Abb. 14.: Schematische Darstellung des Bildungssystems in der Schweiz (Schweizer Medieninstitut für Bildung und Kultur, 2011, #Bildungssystem Schweiz)	68
Abb. 15.: Schematische Darstellung des Bildungssystems in Deutschland (Sekretariat zur Ständigen Konferenz der Kultusminister, 2010, S.38).....	71

Tabellenverzeichnis

Tab. 1.: Stundentafel Realgymnasium	44
Tab. 2.: Stundentafel Hauptschule	45
Tab. 3.: Stundentafel der Neuen Wiener Mittelschule für Leistungssportler/innen in der Maroltingergasse	46
Tab. 4.: Stundentafel Realgymnasium für Leistungssportler/innen Krajangasse	47
Tab. 5.: Jahreszyklus und Trainingsumfänge in der Sportart Kunstturnen	49
Tab. 6.: Schematische Darstellung der Gesamtwochenstundenbelastung und Aufschlüsselung in die Teilbereiche	61

Lebenslauf

Angaben zur Person

Sabine Hirsch
Herzmanovsky-Orlandog.5/19/22
1210 Wien
Österreich
2. März 1975
Handy: 0680 3150396
sab.hirsch@gmail.com



Arbeitserfahrung

seit 09/2009: Phönix Realgymnasium 1100
Wien - Lehrerin für Bewegung und Sport

09/2004 - 12/2009 : Gesundheits- und Krankenpflegeschule 1150
Wien – Vortragende für das Unterrichtsfach Ergonomie und
Körperarbeit

08/2007 - 09/2009: WAT Sport Ottakring 1160 Wien - Sekretärin

Trainererfahrung

09/2002 - 06/2006 : Trainerin im Kunstturnen der Mädchen bei
der Sportunion Leopoldau

seit 07/2006: Trainerin im Kunstturnen der Mädchen beim WAT –
Athletics

seit 07/2008: Trainerin für den Wiener Landeskader im
Kunstturnen der Mädchen

Schul- und Berufsbildung

1981 – 1994
Volksschule und Realgymnasium Wien 21 und 17

1994 Matura am Realgymnasium Wien 17

Seit 1995 Studium Bewegung und Sport und Russisch an der
Universität Wien

Persönliche Fähigkeiten und Kompetenzen

Muttersprache

Deutsch

Fremdsprachen

Russisch
Englisch

Soziale Fähigkeiten und Kompetenzen

Staatlich geprüfte Trainerin im Kunstturnen (2000)
Staatlich geprüfte Lehrwartin Leichtathletik (1999)
Fachwartin für Frauenturnen im Wiener Fachverband für Turnen
(seit 2007)

**Organisatorische
Fähigkeiten und
Kompetenzen**

**Technische Fähigkeiten
und Kompetenzen**

Führerschein

Ehemalige Leistungssportlerin (Stabhochsprung – 3 Fache
Vizestaatsmeisterin, 5 Fache Wiener Meisterin, CSIT
Vizeweltmeisterin 2008, mehrmalige Wiener Meisterin im
Hochsprung und in der 4x100m Staffel)

Teamfähig, Kontaktfreudig
Erfahrung als Trainerin im Kunstturnen und in der Leichtathletik -
Trainingsplanung und Steuerung
Erfahrung mit der Organisation von Trainingslagern und
Wettkämpfen im In- und Ausland

Word, Excel, Powerpoint
Photoshop

B

Ich erkläre, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig verfasst habe
und nur die ausgewiesenen Hilfsmittel verwendet habe. Diese Arbeit
wurde weder an einer anderen Stelle eingereicht noch von anderen Personen
vorgelegt.

Wien, 11.12.2011

.....