

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule  
Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 46 (1989)

**Heft:** 11

  

**Artikel:** Ohne Ende der Spezialisierung kein Ende der Misere

**Autor:** Dieter, Rolf

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-992862>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**





## Kinder- und Jugendsport: Wird der Nachwuchs überfordert?

# Ohne Ende der Spezialisierung kein Ende der Misere

*Rolf Dieter Beinhoff veröffentlichte in der Frankfurter Allgemeinen Zeitung den folgenden Artikel, der betroffen macht. Bei uns sind sich die Experten schon lange einig, dass allzufrühe Spezialisierung abzulehnen ist. Wie steht es aber in der Praxis? Ist die Situation auch so gravierend?*

Ohne Gummistrümpfe am Knie darf sich die 15 Jahre alte Sabine im Sportunterricht nicht mehr bewegen. Bestimmte Übungen darf sie gar nicht ausführen. In letzter Zeit musste ihr der Arzt die Teilnahme am Sportunterricht sogar für längere Zeit verbieten. Dabei macht Sabine der Sportunterricht Spass, gehört sie nicht zu der grossen Zahl der Schüler, die sich drücken. Das ist in der Hauptschule keine Seltenheit: Fast 50 Prozent der Schülerinnen und Schüler der Klassen 8 und 9 verweigern mit fadenscheinigen Entschuldigungen die Teilnahme am Sportunterricht. Was ist los mit Sabine? Durch eine einseitige sportliche Betätigung über viele Jahre, in ihrem Fall war es Handball, sind ihre beiden Knie lädiert. Die Bänder sind ausgeleiert, die Knorpel geschädigt und die Schleimhäute ständig gereizt. Die Belastung im Handballtraining, die Wettkämpfe in den Vereins- und Schulmannschaften im Handball haben die bewegungsbegabte Sabine schon im jugendlichen Alter fast zum Sport-Invaliden gemacht.

Die Zukunft sieht düster aus für Sabine. Selbst wenn sie keinen Sport mehr treibt, werden die Schmerzen bleiben, und die Angst vor stärkeren Behinderungen in der Zukunft wird wachsen. Bei Physiotherapeuten und Orthopäden wird Sabine in den kommenden Jahren Stammgast sein. Wie aber kommt es, dass immer mehr bewegungsbegabte Jugendliche schon mit 14 bis 16 Jahren folgenschwere Dauerschäden an Muskeln, Sehnen und Knochen haben?

Die von vielen Pädagogen, Eltern und Trainern geforderte und geförderte frühzeitige Spezialisierung ist eine der wesentlichen Ursachen dieser Entwicklung. Aber es schreit niemand auf, wenn viele Wettkämpfe nach Erwachsenen-Regeln in der Schule, im Verein und in den Verbänden immer häufiger schon im Kindesalter stattfinden. Verbandsfunktionäre und ihre Trainer haben die Mitgliederzahlen und die vermeintliche Leistungsförderung im Auge, die Pädagogen folgen blind dem Trend, und den Orthopäden bringt diese Entwicklung Geld in die Kassen. Merkt keiner, dass Leistungssteigerungen im Schüleralter schon bei jugendlichen Leistungsabfall, Dauerschäden und die Aufgabe des Sports zur Folge haben? Erkennt man nicht, dass durch die einseitige Belastung bestimmter Muskeln, Sehnen, Knochen, Gelenke und nicht zuletzt durch die Härte des Wettkampfes die Schüler dauerhaft geschädigt werden? Die in der Wachstumsphase notwendigen Entwicklungsreize, auch durch sportliche Betätigung,

müssen den ganzen Körper erfassen, müssen ausgewogen sein: Stützen, Hangeln, Klettern, Balancieren, Werfen, Laufen, Springen an und mit verschiedenen Sportgeräten – die Vielseitigkeit fördert die Entwicklung, garantiert den notwendigen Wechsel von Anspannung und Entspannung. Es ist allerhöchste Zeit zur Umkehr. Wie aber kann und soll dies geschehen? Die vielseitige Arbeit der Kinderturnabteilungen kann mit einigen Ergänzungen als Vorbild dienen. Die Arbeit, die in den echten Turnabteilungen der Vereine für Kinder im Alter von drei bis fünf Jahren geleistet wird, muss bis zum zwölften Lebensjahr fortgesetzt werden. Turnen mit und an Geräten, Laufen, Springen und Werfen sollten im Mittelpunkt der Vereinsarbeit und des Sportunterrichts in den Grundschulen stehen. Der Erwerb solcher Grundfertigkeiten, zusammen mit Rhythmusschulung und einem Ausdauertraining, muss verbindlich für alle Schüler und Jugendlichen bis zum vierzehnten Lebensjahr und möglichst darüber hinaus werden.

Die Verbände sollten schnellstens auf Turniere sogenannter Mini-Mannschaften verzichten und das Teilnehmeralter für internationale Vergleiche auf 18 Jahre heraufsetzen. Denn die Brutalisierung des Sportes hat auch bei Schülern und Jugendlichen in einem Masse zugenommen, die beängstigt. Der Wettkampfsport trägt an dieser Entwicklung ein gerüttelt Mass an Mitschuld. Wer die Jugendlichen zum Sport hinführen will, muss mit der frühen Spezialisierung Schluss machen. Besonders bedauerlich ist die Haltung der Kultusbürokratie fast aller Bundesländer. Die Ausbildung der Sportlehrer im Grundschulbereich ist völlig unzureichend, und die Ausgebildeten werden noch nicht einmal eingestellt. Nur wenn die für den Sport Verantwortlichen in Schule, Vereinen und Verbänden den Mut zu Änderungen aufbringen, werden der Sport und seine Organisationen ihrer sozial- und gesundheitspolitischen sowie der pädagogischen Aufgabe gerecht.

Leistungsrückschritt, Leistungsstillstand, Frühschäden und Verweigerung im Sport sollten als Signal für ein radikales Umdenken verstanden werden. Es ist fünf Minuten vor zwölf. Dies sollten alle Verantwortlichen erkennen. Für Sabine und die vielen anderen Sabinen ist es bereits fünf Minuten nach zwölf. ■

