Sportschulen und Leistungssport Leichtathletik:

Häufige Fragen und Antworten

In welchem Alter macht der Besuch einer speziellen Schule Sinn?

Das ist von Sportart zu Sportart verschieden! Fürs Kunstturnen mit frühem Höchstleistungs-Alter gelten hier beispielsweise ganz andere Erfordernisse, als für die Leichtathletik mit spätem Höchstleistungs-Alter. In der Leichtathletik beginnt man später als in vielen anderen Sportarten mit grossen Trainingsumfängen im Bereich des sportartspezifischen Trainings. Der sportartspezifische Trainingsaufwand von Leichtathleten im Alter von unter 14jährigen ist selten grösser als 4x2 = 8 Stunden pro Woche. Dies ist auch gerechtfertigt, weil die hohe Trainings-Intensität sowie die Gelenkbelastung durch den Tartan die zeitmässige Belastbarkeit limitieren. Jedoch machen zusätzliche Trainingseinheiten z.B. im konditionellen Bereich durchaus Sinn.

Von Swiss Olympic empfohlen wird der Besuch eines speziellen Sportschul-Angebots ab einem wöchentlichen Trainigsaufwand von 10 Stunden. In den allermeisten Fällen lässt sich ein hierzulande üblicher Stundenplan bis zur 9. Klasse gut mit einem ambitionierten LA-Training verbinden. Sofern der Verein aber mehr Trainingsmöglichkeiten anbietet, so kann durchaus auch schon in diesem Alter der Besuch einer Sportklasse eine Möglichkeit sein. Das Problem ist eher, dass die Vereine/Trainer zu den in Sportschulen üblichen Freistunden am Vor- oder Nachmittag kein Training anbieten (können). Jedoch sind diese Möglichkeiten auch in der Leichtathletik tendenziell steigend. Und einige wenige der Sportschulen bieten sogar gewisse Trainings an.

Das Zeitproblem stellt sich häufig zum Zeitpunkt unmittelbar nach Ende der obligatorischen 9 Schuljahre. Die Ausbildung verlangt hier auf einen Schlag mehr Zeit und parallel dazu sollte auch der leichtathletik-spezifische Trainingsaufwand gesteigert werden. Deshalb sind eher zu diesem Zeitpunkt die Sportschul-Angebote eine sinnvolle Möglichkeit.

Welche Arten von Sportschul-Angeboten gibt es?

Einerseits gibt es Label-Schulen von Swiss Olympic, andererseits unzählige weitere Angebote an Sportförderschulen sowie Sportklassen in "normalen Schulen".

Swiss Olympic Partner Schools : Das sind die meisten "Sport-Schulen". Diese haben eine Funktion als RAHMEN, als Teil der UMFELDOPTIMIERUNG. Sie bieten den Sportlern etwas mehr und vor allem (sport)günstig optimierte Freizeit und Urlaubs-Regelungen. Im besten Fall unterstützen sie die Athleten mit Stützunterricht für verpasste Schulzeit. Diese Schulen bieten aber in der Regel kein integriertes Zusatztraining für Leichtathleten an. Somit obliegt das Training nach wie vor den Vereinen und Stützpunkten.

Schulen mit dem Label "Sport School" : Diese Schulen haben die Aufgabe der schulischen und konditionellen Ausbildung. Der technische Bereich liegt aber in den allermeisten Fällen noch immer in den Händen der Vereinstrainer und Leistungszentren. Nur die NET in Kreuzlingen bietet als schweizweit einzige Sport School auch spezifisches LA-Training an.

Weitere Schulen : Zahlreiche weitere Schulen haben zudem Erleichterungen für Sporttalente eingeführt, die aber nicht in das von Swiss Olympic überprüfte Sortiment gehören.

Sportfreundliche Lehrbetriebe: Es gibt zunehmend auch sportfreundliche Lösungen für Athleten, die anstatt einer gymnasialen Laufbahn eine Lehre machen möchten. So existieren unter anderem in den Kantonen Bern, Zürich und im Thurgau sehr gute Lösungen mit Ausrichtung auf eine kaufmännische Ausbildung. Doch auch handwerkliche Lehren kann man mit dem Sport kombinieren. Vorreiter hierfür sind z.b. die Lehrwerkstätten Bern.

Wer SOLL in eine Sportschule/Sportklasse besuchen?

Athleten mit einem hohen Leistungspotenzial sowie einem massiv erhöhten Trainingszeit-Bedarf. Als erstes muss ein hinreichender Nachweis des Potenzials gezeigt werden, was unter anderem (aber nicht nur) durch eine im nationalen Kontext ansprechende Wettkampfleistung passieren muss. Die Schweizer Bestenliste hilft bei der Einschätzung der eigenen Leistung. Wer sich ungefähr in den national besten 3% seiner Disziplin in seiner Kategorie bewegt, ist in den meisten Fällen genügend qualifiziert. Mit dieser Voraussetzung in Kombination muss der sportliche Sinn, die Trainingsmöglichkeit sowie die Bereitschaft des Athleten nachweisbar sein. Berücksichtigt man den Zeitaufwand in den Disziplinen unserer Sportart sind daher Mehrkämpfer und Mittel-/Langstreckenläufer sicher am ehesten zu den geeigneten Kandidaten zu zählen.

Wer DARF in eine Sportklasse/Sportschule?

Das ist eben nicht überall gleich! Bei den Swissolympic-Labelschulen ist es relativ klar vorgegeben. Bei den anderen Schulen setzt die Schule selbst die Entscheidungskriterien. Wichtig ist in jedem Fall ein gutes Dossier, das Auskunft über das Leistungspotenzial, die vorgesehenen Trainingsmöglichkeiten sowie eine langfristige Planung beinhalten.

Es ist festzustellen, dass sich viele Schulen an den Swissolympic Talentcards orientieren, welche den Verantwortlichen eine sportartübergreifende Vergleichbarkeit der Leistungsniveaus der verschiedenen Sportarten erlauben (sollten!). Der Inhaber einer Talentcard -in der LA sind dies etwa 350 AthletInnen- hat somit oftmals die grössten Chancen auf einen Platz an einer Sportschule.

Falsch ist übrigens die Vorstellung, dass der Verband den Zulassungsentscheid bestimmen kann! Es kommt aber gelegentlich vor, dass Sportschulen beim Verband zwecks Potenzialbeurteilung oder Erfragung Kaderzugehörigkeit nachfragen. Insofern hat der Verband also bestenfalls ein indirektes Mitbestimmungsrecht.

Wie beurteilt man, ob jemand talentiert genug ist?

Zumindest jede/r Swissolympic Talentcard-Inhaber müsste übers nötige Talent verfügen.

Bei den anderen (insbesondere den unter 15jährigen): ob jemand ein sportschultaugliches Talent ist, sollten vor dem Beantragen unbedingt unabhängige Fachpersonen mitbeurteilen, beispielsweise Trainer eines Leistungssportzentrums. Nur zu oft sind Eltern und Heimtrainer sehr enthusiastisch und

beurteilen die Ausgangslage zu optimistisch. Deshalb sollte in jedem Fall die Meinung von Szenekennern ausserhalb der Vereins- und Familiengrenze zu Rate gezogen werden. Ausserdem kann es für die objektive Beurteilung helfen, die Leistung des jugendlichen Athleten in der gesamtschweizerischen Bestenliste nachzuschauen und sie zur Gesamtzahl der registrierten Athleten in Relation zu setzen. Als Faustregel kann man schauen, ob man in den besten 3% seiner Disziplin-Kategorienbestenliste ist (...von unteren Kategorien bereinigt und nicht bei unter 200 Resultat-Athleten).

Was umfasst das unterstützende Angebot einer Sportschule/Sportklasse?

Eine Sportschule ist nicht dazu da, um gute Sportler zu produzieren! Sie sind in den meisten Fällen nicht an der Ausbildung der Physis direkt beteiligt, sondern sind einfach ein wichtiger Teil der Umfeld-Optimierung. In der Sportschule selber wird man nicht zu einem leistungsstärkeren Sportler; diese Aufgabe der sportlichen Ausbildung obliegt in der Schweiz dem Verein. Die Kernaufgabe der Schule ist die Vorbereitung aufs Berufsleben - und im Fall von Sportschulen: geeignete Zeit-Freiräume und Umfeldoptimierungen für den Sport zu schaffen. Viele Schulen bieten Trainingszeitfenster und teilweise sogar Infrastruktur für ein Konditionstraining. Uns sind zwei Schulen bekannt, die sogar eigene spezifische Leichtathletik-Trainings anbieten: die NET Kreuzlingen und die Sportschule Appenzellerland.

Was ist bei der Wahl der Sportschule generell zu beachten?

Man soll sich für das individuell geeignetste Angebot bezüglich Trainingsgüte und Zeit-Ort-Management entscheiden. Bei dieser Wahl spielt nicht nur der Leistungskatalog und die geografische Nähe der Institutionen eine Rolle, sondern auch Güte und Nähe der leichtathletischen Trainingsmöglichkeiten (Leistungszentrum, Stützpunkttraining oder starke Trainingsgruppe). Anzustreben sind möglichst kurze Transferzeiten zwischen den drei Hauptlebensbereichen Wohnen - Schule/Arbeit - Training.

Wo gibt’s Sportschulen und Sportklassen in meiner Nähe?

Das kann man in der Broschüre "Schulangebote für Sporttalente" nachlesen.

Wie steht es mit Sport-Schulangeboten in meiner Nähe, die aber nicht in meinem Kanton sind? Bezahlt hier mein Kanton das Schulgeld?

Folgende 15 Kantone haben eine interkantonale Vereinbarung abgeschlossen und bezahlen Angebote in einem der genannten anderen Kantonen: AR, BE, GL, GR, LU, NW, OW, SG, SH, SZ, TG, UR, VS, ZG, ZH sowie das Fürstentum Liechtenstein. In den anderen Kantonen ist es in der Regel nicht unterstützt. Mehr zur Vereinbarung und welche Kantone aktuell bei der Vereinbarung mitmachen gibts hier.

Gibt Swiss Athletics Geld-Zuschüsse ans Schulgeld von Sportklassen/Sportschulen?

Nein.

Was ist von der Idee zu halten, sich vom obligatorischen Schulsport dispensieren lassen zu wollen?

Das halten wir nur in Ausnahmefällen für angebracht. Der obligatorische Schulsport bis rauf zum Gymnasialschulsport folgt einem mehrjährig angelegten und ganzheitlich durchdachten Lehrplan. Hier werden für die Jugendlichen wichtige Bewegungsgrundlagen aus verschiedenen Sportarten vermittelt und das schadet keinem Leichtathleten! Ein Spitzenathlet braucht ein breites Bewegungsrepertoire, um auf neue Trainingsreize schneller anzusprechen und Bewegungsabläufe schneller zu lernen.

Flexibilität erwarten wir aber von den Schulsportverantwortlichen unbedingt, wenn es darum geht vor wichtigen Wettkämpfen wie nationale Meisterschaften oder Qualifikationswettkämpfen den Stoffplan für die betroffenen Athleten entsprechend flexibel anzupassen und dann beispielsweise einen geplanten Ausdauertest in der Folgewoche nachholen zu lassen. Unsere Erfahrung zeigt übrigens, dass häufig die "falschen" Athleten (mindestens Stufe Swiss Athletic Talent sollte man hierfür schon sein) ein Dispensationsgesuch stellen, aber interessanterweise die allermeisten unserer besten Nationalkader-Athleten nie ein solches Gesuch stellten! Etwas differenziert stehen wir hingegen dem Berufsschul-Sport gegenüber, da hier der gesteigerte Trainingsaufwand nach dem 16. Altersjahr einem viel höheren Arbeitszeit-Pensum als im Gymer gegenübersteht. Auch ist die Qualität hier in vielen Fällen eher mässig, was aber tendenziell eher an den anderen Berufsschülern als an den Lehrern liegt.

Zusammenstellung: Isidor Fuchser / David Zumbach / Peter Haas