

## Hochleistungssport:

# Auswirkungen auf die körperliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen

Edda Weimann

Kinder und Jugendliche durchlaufen in den ersten Jahren ihrer Sportlerkarriere eine Phase ihrer körperlichen und geistigen Entwicklung, die für ihre weitere Persönlichkeitsentfaltung prägend ist. Diese Phase ist durch eine intensive körperliche Beanspruchung gekennzeichnet. Trotzdem werden in den seltensten Fällen Pädiater in die Betreuung von Kindern und Jugendlichen auf ihrer Sportlerlaufbahn mit eingebunden.

Der Hochleistungssport steht auch im Hinblick auf Kinder immer wieder im Mittelpunkt des Medieninteresses. Besondere Aufmerksamkeit wird aufgrund ihres offensichtlichen Einflusses auf die Entwicklung von jungen Athleten Sportarten wie dem Kunstturnen sowie der rhythmischen Sportgymnastik gewidmet.

Kann man jedoch überhaupt davon sprechen, daß Hochleistungssport für Kinder und Jugendliche gesund ist? Dieser Frage soll im folgenden nachgegangen werden.

### Einflußfaktoren

Auf den jugendlichen Sportler wirken unterschiedliche Einflußfaktoren ein. Dies sind speziell die körperliche Beanspruchung durch das Training, das mit der ausgeübten Sportart assoziierte Verlet-

zungspotential, die Ernährung bzw. das Ernährungsverhalten der Athleten sowie die Beeinflussung der Pubertätsentwicklung und des Wachstumsverlaufs durch den Hochleistungssport.

### Nihil sine labore

Nihil sine labore: Vor einem Preis steht erst einmal der Fleiß. Daher wird der junge Athlet mit einer Vielzahl von Erwartungen konfrontiert. Dies sind zum einen die eigenen Ambitionen, die Erwartungen der Eltern und der Leistungsanspruch der Trainer.

Ausgewogener Leistungssport hat durchaus positive Auswirkungen auf die Persönlichkeitsentwicklung: Er vermittelt ein hohes Selbstwertgefühl und definiert eine positive Rolle des Athleten in der Gesellschaft, was in der heutigen Zeit als wertvoller Umgebungsparemeter zu betrachten ist. Daher weisen Leistungssportler Eigenschaften auf, die bei den Altersgenossen kaum zu finden sind. Es sind dies enorme Leistungsbereitschaft und große Selbstdisziplin, da sie gleichzeitig den schulischen Anforderungen und der zeitlichen Beanspruchung durch das Training gerecht werden müssen.

Auch im Sport findet man geschlechts- und rollenspezifisches Verhalten: Die meisten Mütter von Jungen sehen den Zweck des Trainings darin, daß sich ihre Söhne körperlich verausgaben und „abreagieren“. Hingegen sehen die Mütter von Athletinnen den Sport ihrer Töchter eher karriereorientiert. Eine Athletenlaufbahn beginnt



Abb. 1: Turnerin während einer Wettkampfabübung.

### Inhalt:

Androgenresistenz:

2, 13  
2582 X  
- Beil. von  
ZB MED