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

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 51 (1994)

Heft: 7

Artikel: Kinder im Rudersport

Autor: Fischer, Franz

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-993521

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: 14.07.2025

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

Sport mit Kindern

Kinder im Rudersport

Franz Fischer, J+S-Fachleiter Rudern

Seit dem 1. Juli ist das J+S-Alter offiziell auf 10 Jahre festgelegt. Verschiedene Sportarten, wie Rhythmische Gymnastik, Eislaufen, Kunstturnen und andere mehr können von dieser Neuerung profitieren, andere hingegen werden mit neuen Herausforderungen konfrontiert. Sind die andern J+S-Fächer aber überhaupt für den Kindersport geeignet? Diese Frage wird auch im Rudersport diskutiert.

Im folgenden Bericht sollen einige Themen-Bereiche wie Betreuung, Bewegungsfreude, «Wasserplatz» und Material behandelt und dadurch zu einigen Diskussionen Anlass geben.

Kinder wollen spielen
Können sie dies beim Rudern?
Kinder wollen sich bewegen
Können sie dies beim Rudern?
Kinder wollen Sport treiben, aber unbelastet
Können sie dies beim Rudern?
Kinder wollen handeln
Können sie dies beim Rudern?
Kinder wollen leisten, aber spielend
Können sie dies beim Rudern?
Kinder suchen Abwechslung
Finden sie dies beim Rudern?
Kinder zeigen grosse Entwicklungsunterschiede
Kann der Rudersport diesem Faktor gerecht werden?
Kinder können und dürfen konditionell belastet werden. Es sind aber keine kleine Erwachsene
Kann der Rudersport dies richtig ausnützen?

Dieser Tatsachen- und Fragenkatalog könnte noch beliebig erweitert werden. Anhand der vier Themen-Bereiche sollen einige Fragen beantwortet werden.

Kindertrainer – eine sehr anspruchsvolle Aufgabe

Rudern als Wettkampfsport betrieben ist sehr trainingsintensiv. Neben dem konditionellen Bereich muss ganzjährig, vor allem im Jugendbereich, an der Technik gefeilt werden. Eine Verbesserung aber tritt nur ein, wenn auch der Trainer das Team regelmässig auf dem Wasser begleitet und betreut. Vom Trainer wird deswegen eine grosse Präsenz verlangt.

In vielen Klubs besteht aus diesem Grunde ein Betreuer-Problem. Traditionellerweise arbeitete und arbeitet der Trainer mit Jugendlichen auf das Ziel hin, mit Erfolg Wettkämpfe zu bestreiten. Ziele dieser Art können recht gut überprüft und angepasst werden. Im Breitensport geht es auch um Leistung, die aber nicht mit Zeit und Rang gemessen wird. Dazu haben noch andere Bereiche (Erlebnis, soziale Faktoren, usw.) eine ganz bedeutende Rolle. Für den Trainer stehen also Aufgaben ganz anderer Art im Vordergrund. In nochmals eine andere Richtung geht die Aufgabe des «Kinder-Betreuers». Die Anforderungen an diese Person sind auf seine Art überaus anspruchsvoll. Er muss die wichtigsten Grundsätze der Entwicklung des Kindes im psychologischen und biologischen Bereich kennen.

Trainings und Spiele auf und im Wasser mit Ruderbooten und anderen Hilfsgeräten können nur während den Sommermonaten durchgeführt werden. Aus Sicherheitsgründen werden Anfängerkurse nur im Sommer ausgeschrieben. Wollen die Schüler nach der Einführung weiter trainieren, sind für die restliche Jahreszeit Alternativprogramme gefragt. Von diesem Trainer wird also ein grosses polysportives Know-how verlangt. Kann und will das der Klub? Will das auch der Schüler wirklich?

Viele Sportarten haben die Möglichkeit vom Freien in die Halle zu wechseln. Allgemeine und sportartspezifische Plauschwettkämpfe sind jederzeit irgendwo machbar. Im Rudersport hingegen können momentan erst 13jährige richtige Rennen bestreiten. Am 25. September findet in Richterswil, seit längerer Zeit erstmals wieder, ein Ruder-Plauschwettkampf für die Anfänger statt. Hier sind gegenüber andern Sportarten sicher beträchtliche Unterschiede feststellbar.

Für Kinder dieser Altersstufe spielt der Trainer aber auch im sozialen Bereich eine bedeutende Rolle. Auch für diese doch sehr wichtige Aufgabe muss der Trainer vorbereitet werden. Das J+S-Sportfach versucht durch verschiedene Themenbereiche diesen Anforderungen im Leiterkurs 1 gerecht zu werden. Zukünftig soll die Entwicklung des Kindes im Zentrum dieser Ausbildung stehen. Es besteht aber keine spezielle Ausbildung nur für die Kinderstufe.

Gibt es denn überhaupt auch genügend interessierte Leiter, die bereit sind, dieses spielerische, aber doch sehr anspruchsvolle Kindertraining zu übernehmen? In den vergangenen Aus- und Fortbildungskursen wurde dieses Thema sehr intensiv besprochen. Es hat sich gezeigt, dass es kaum Leiter gibt, die

Rudern ist ein Mannschaftssport.

sich ausschliesslich nur mit Kindern beschäftigen, da in den allermeisten Klubs die Anfängerausbildung die Altersstufen 13 bis 15/16 Jahre umfasst. Sollten sich zufällig doch jüngere für den Anfängerkurs interessieren, so werden sie, sofern genügend Platz und Infrastruktur vorhanden ist, auch aufgenommen. Bestätigt wurden diese Aussagen anlässlich des Seminars, Rudern in der Schule. An einigen Schulen wird die Sportart angeboten, aber erst auf der Oberstufe.

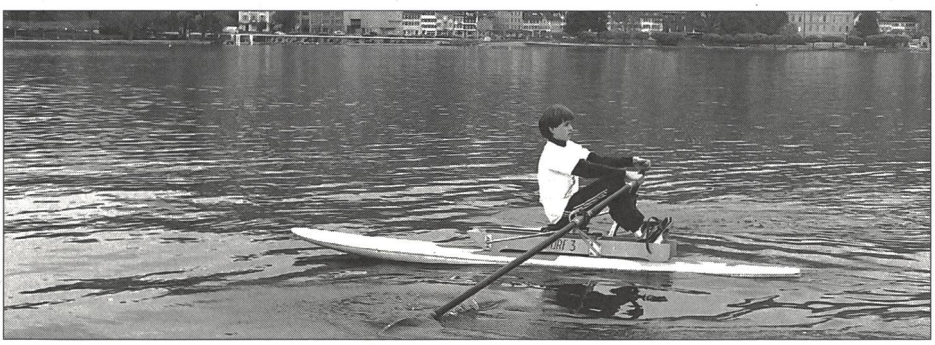
Wasser und Boot – ideal für Bewegungsfreude

Um die Bewegungsfreude der Kinder zu stillen, sind Wasser und Boot ideal. In dieser Hinsicht hat der Rudersport sicher viele Vorteile. Nur schon das Wasser allein löst bei den allermeisten Kindern Freude und Plausch aus. Mit dem Surfskiff, dem Kinder-Einer und anderen Booten sind Spiele verschiedenster Art möglich. Dank der Robustheit dieser Geräte können die Schüler auch von den Booten springen, wieder neu auf- oder einsteigen, usw. Andere Spielgeräte sind mit dem Einer gut kombinierbar. Rudern kann aber auch im Erlebnis-Bereich einiges bieten. Durch die Ausfahrten im Skiff oder im Mannschaftsboot lernen die Schüler Naturgegebenheiten (Pflanzen-, Tierwelt, usw.) kennen, die sie an Land kaum wahrnehmen könnten. Mit diesen Ruderbooten ist es leicht möglich an irgendeinem Ort anzulegen, und einige gemütliche Stunden beim «Bräteln» und Spielen verbringen.

Sollten die Wetter- oder Windverhältnisse kein Wassertraining zulassen, so kann jeder Klub von seinem Bootshaus und dem Bootslagerplatz am Wasser profitieren. Viele Spiele mit und ohne Ball sind dann durchführbar. Durch den Einbezug all dieser Möglichkeiten können den Kindern viele abwechslungsreiche Trainings geboten werden, und alles ist immer mit «action» verbunden.

Der Anfänger braucht ruhige Gewässer

Um ein kindergerechtes Training durchführen zu können, muss ein richtiger Wasserplatz vorhanden sein. Vor allem für die ersten Lektionen ist ein ruhiges, wenn möglich stehendes Gewässer gefragt. Ein Ruderklub an einem See ohne offiziellen Schiffsverkehr kann diese Anforderungen meist ohne grosse Probleme erfüllen. Bei diesem idealen Umfeld lernen die Kinder die Grundbewegungen in sehr kurzer Zeit. Nur die plötzlich ändernden Wetterverhältnisse können dem Trainer hie und da einen Strich durch das geplante Training machen.



Surfskiff für den Einstieg ins Rudern.

Eingeschränkt sind die Vereine an den grossen Schweizer Seen. Zum einen verursachen die grossen Personenschiffe doch einen recht beträchtlichen Wellengang, der erst nach langer Zeit zum Erlahmen kommt. Zum andern wollen die Freizeit-Kapitäne die Freiheiten auf dem Wasser ausnützen und nehmen nicht immer die notwendige Rücksicht auf die Ruderer. Dies erfordert vom Klub jeweils einen zusätzlichen Aufwand (mehr Betreuer, Einstieg im Mannschaftsboot, usw.), um trotzdem das gesteckte Ziel erreichen zu können.

Noch schwieriger kann sich diese Situation bei Ruderklubs an Flüssen auswirken. So sind auf dem Rhein zum Beispiel klare Grenzen vorgegeben. Kinder sind körperlich kaum stark genug, um trotz der Strömung die Ruderbewegung richtig lernen zu können. Zudem verursacht der Bootsverkehr einen zusätzlichen Risikofaktor im Sicherheits-Bereich. Aus diesem Grunde ist es mehr als verständlich, dass verschiedene Vereine, Jugendliche erst ab der Altersstufe 14 in Anfängerkurse aufnehmen.

Die körperliche Konstitution spielt sicher beim Anfänger in verschiedener Hinsicht eine nicht zu unterschätzende Rolle. Dieses Manko kann nicht immer durch entsprechendes Rudermaterial wettgemacht werden.

Kindermaterial – teure (zu teure) Anschaffung

Um mit den Kindern ein altersgemässes Training durchführen zu können, ist entsprechendes Bootsmaterial eine unabdingbare Notwendigkeit. Aus diesem Grund ist der Bootspark in einigen Klubs ergänzt worden. Waren vor Jahren noch vorwiegend Boote für den Breiten- und Wettkampfsport zu finden, so stehen heute auch Surfskiffs, Kinder-Einer und andere Boote im Bootshaus. Mit wenig Aufwand kann eine Surfskiff-Armada angeschafft werden. Diese sind für den Einstieg sicher gut geeignet, weil damit der Bewegungsablauf ohne Erschwernisse erlernt werden kann. Um aber das beste Lernalter auszunützen, ist in Kürze ein Wechsel in ein richtiges Boot notwendig, weil erst dann der ganz wichtige Faktor Gleichgewicht zum Tragen kommt. Der Rudersport ist ganz allgemein ein Mannschaftssport. Um diesem gerecht zu werden, müssen noch weitere Kinderboote gekauft werden. Aus finanziellen Gründen ist es aber kaum möglich, den Bootspark mit kindergerechten Booten zu vervollständigen.

Wie bereits erwähnt, kann man mit den Kindern nur während der Sommermonate (Sicherheitsgründen) auf dem Wasser spielen und trainieren. In den Vereinen diskutiert man deshalb die Frage, ob sich der grosse Aufwand für die jeweils kurze Benützungszeit lohnt.

Schlussfolgerungen

Kinderrudern ist unter bestimmten Voraussetzungen möglich. Der Klub muss vom Grundgedanken, bereits Kinder in den Rudersport einzuführen, überzeugt sein.

Der Klub muss die entsprechenden Betreuer finden.

Der Klub und J+S müssen diese Leiter auf die Aufgabe so vorbereiten, damit
- die Kinder ihre Bewegungsfreude auch wirklich ausleben können,
- das beste Lernalter ausgenützt werden kann,
- den entwicklungsbiologischen und -psychologischen Unterschieden Rechnung getragen wird.

Der Klub muss ein geeignetes Ruderrevier finden, damit die Kinder ohne Fremdeinflüsse das Ruder-ABC erlernen können.

Der Klub muss das notwendige Rudermaterial anschaffen, um die Ruderbewegung kindergerecht einführen zu können.

Der Klub muss ...

Der Klub muss ...

Zum jetzigen Zeitpunkt können und wollen nur wenige Klubs in der Schweiz diese Aufgabe in die Praxis umsetzen. Weitere Diskussionen unter Trainern und Klubs sind notwendig. Erfahrungen im kleinen Rahmen müssen gesammelt werden. Gedankenaustausch mit andern Sportarten können neue Ideen zünden. Die nächsten Jahre erst werden zeigen, in welche Richtung sich das Thema, Kinder im Rudersport, entwickeln wird. ■