

# Polysportivität – der Weg in das sportliche Mittelmass?

Roland Sieghartsleitner, Claudia Zuber, Marc Zibung & Achim Conzelmann

## Einleitung & Fragestellung

Im Allgemeinen wird den Inhalten im Kinder- und Jugendtraining eine hohe Bedeutung für die Entwicklung sportlicher Talente zugeschrieben. Kontroverse Ansichten bestehen dabei jedoch zur Breite der Ausrichtung: soll auf eine Sportart spezialisiert oder besser polysportiv ausgebildet werden (Côté, Lidor & Hackfort, 2009)?

Die Relevanz von sportartspezifischem Training für Erfolge im Höchstleistungsalter konnte im Schweizer Fussball bereits nachgewiesen werden (Zibung & Conzelmann, 2013). Aufbauend interessiert die Frage, ob auch die Entwicklung einer hohen Leistungsfähigkeit im späten Nachwuchsalter diesen Prinzipien folgt. Weisen dementsprechend U-Nationalspieler mehr sportartspezifische Trainingserfahrung als Juniorenspitzenfussballer mit niedrigerem Leistungsniveau auf?

## Methode

290 Juniorenspitzenfussballer wurden retrospektiv zu ihrem Sportverhalten bis zum Alter von zwölf Jahren befragt (darunter 57 U-Nationalspieler; 19.7%). Die Variablen „Clubtraining“ (CT), „freier Fussball“ (FF), „weiterer Sport“ (WS) (jeweils Umfänge) sowie das „Eintrittsalter in den Clubfussball“ (EA) wurden einer hierarchischen Clusteranalyse zugeführt. Im Anschluss wurde berechnet, mit welcher Wahrscheinlichkeit die Spieler einzelner Cluster in Nachwuchsnationalmannschaften übertreten (Angaben in Prozent; vgl. LICUR-Methode; Zibung & Conzelmann, 2013).

## Resultate

Insgesamt konnten fünf Cluster identifiziert werden (vgl. Abb. 1 / Tab. 1). „Späteinsteiger“ mit geringem Trainingsaufwand finden selten Zugehörigkeit zu einer U-Nationalmannschaft (8.2%;  $p < .05$ ), während „Vollblutfussballer“ mit hohem sportartspezifischem Trainingsumfang (CT und FF) überzufällig häufig (40.0%;  $p < .05$ ) zu U-Nationalspielern werden. Zwischen diesen Extremen findet man „Clubfussballer“ (30.4%), „Durchschnittliche“ (17.0%) und „Polysportive“ (16.7%), deren Wahrscheinlichkeit für U-Nationalmannschaftsaufgebote nicht signifikant vom Zufall abweicht.

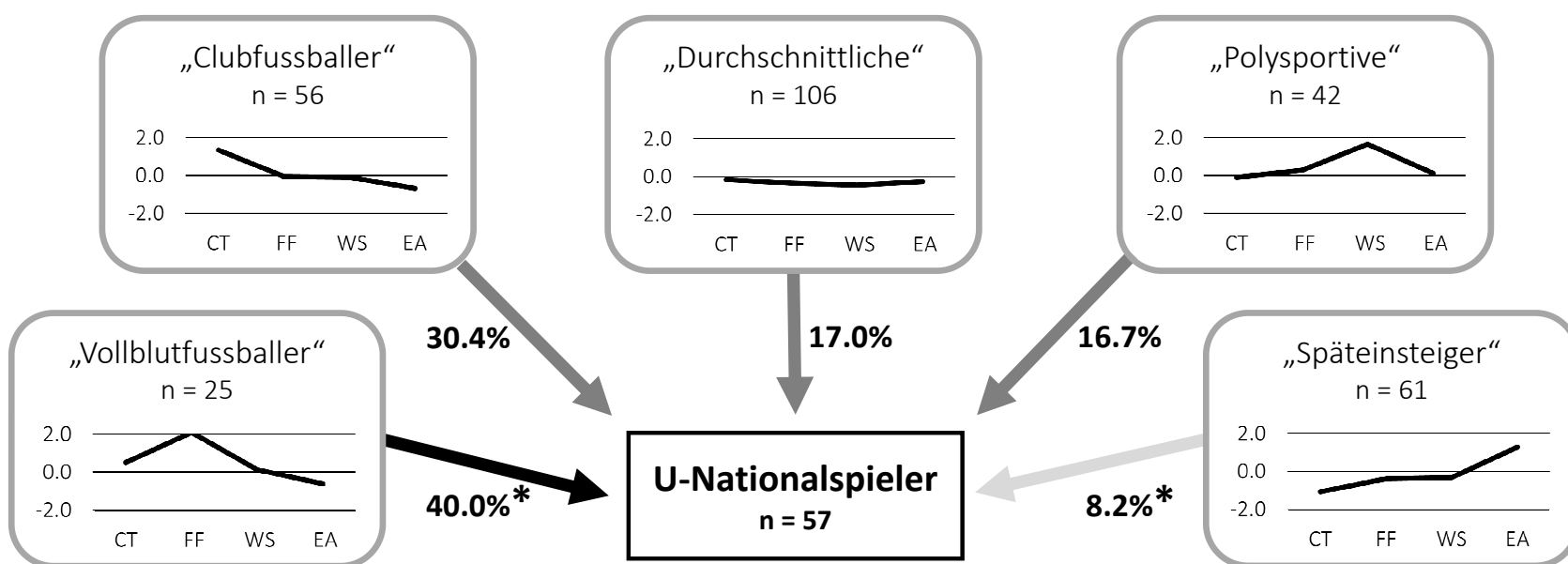


Abb. 1: Clusterkonstellationen für 290 Juniorenspitzenfussballer. Die Variablen sind jeweils z-standardisiert, wodurch positive Werte einen überdurchschnittlichen Trainingsumfang bzw. ein späteres Einstiegsalter darstellen (\*  $p < .05$ ; CT = „Clubtraining“, FF = „Freier Fussball“, WS = „weiterer Sport“, EA = „Einstiegsalter Club“).

## Konklusion

Das vorliegende Ergebnis unterstreicht die Relevanz sportart-spezifischer Trainingsgestaltung im Kindes- und Jugendalter. Wenngleich andernorts für polysportive Entwicklungsphasen argumentiert wird (u.a. Côté, Lidor & Hackfort, 2009), scheinen die vorliegenden Daten dieser Sichtweise zu widersprechen.

Dadurch soll aber keinesfalls zugunsten eines monoton gestalteten Nachwuchstrainings argumentiert werden. Talententwicklung erfordert offensichtlich einen sportartbezogenen Fokus, im Rahmen der Möglichkeiten gilt es aber wohl eine grosse Variationsbreite auszuschöpfen (z.B. Trendformen der Sportart, Positionswechsel etc.), sowie die Bedeutung unterschiedlicher Settings zu berücksichtigen (z.B. „angeleitet“ vs. „nicht-angeleitet“; Côté & Erickson, 2015).

## Literatur

- Côté, J., Lidor, R. & Hackfort, D. (2009). ISSP position stand: To sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 7-17.
- Côté, J. & Erickson, K. (2015). Diversification and deliberate play during the sampling years. In J. Baker & D. Farrow (Hrsg.), *Routledge Handbook of Sport Expertise* (S. 305-316). Florence: Routledge.
- Zibung, M. & Conzelmann, A. (2013). The role of specialisation in the promotion of young football talents: A person-oriented study. *European Journal of Sport Science*, 13(5), 452-460.

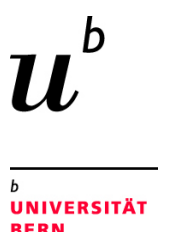
Tab. 1: Mittelwerte für die fünf identifizierten Cluster bzw. die gesamte Stichprobe.

Cluster	Clubtraining (h)	Freier Fussball (h)	Weiterer Sport (h)	Einstieg Club (Alter)
Cluster 1 "Vollblutfussballer"	1304	4258	1969	5.5
Cluster 2 "Clubfussballer"	1602	1989	1737	5.4
Cluster 3 "Durchschnittliche"	1072	1695	1360	5.9
Cluster 4 "Polysportive"	1091	2359	3593	6.4
Cluster 5 "Späteinsteiger"	743	1645	1493	7.9
Alle Cluster	1128	2058	1837	6.3



Das Projekt «Talentselektion und Talentförderung im Schweizer Fussball» wird vom Schweizerischen Fussballverband finanziert.

Universität Bern  
Institut für Sportwissenschaft  
Bremgartenstrasse 145  
CH - 3012 Bern



roland.sieghartsleitner@ispw.unibe.ch