

Saarbrücker Zeitung

[Home](#) > [Saarland](#) > [Fabienne Döringer: Soziale Medien fördern Lust am Sport](#)

Neues Forschungsprojekt

Warum Sportunterricht nicht ausreicht, um Kinder zum Sport zu motivieren

Interview | **Saarbrücken** · Dr. Fabienne Döringer, ehemalige Leistungsturnerin beim TV Kirrberg in Homburg, hat an der Universität Saarbrücken Sportwissenschaft studiert und in Mainz promoviert. Sie erforscht, wie man Kinder für lebenslanges Sporttreiben begeistern kann.

13.08.2025 , 08:00 Uhr · 26 Minuten Lesezeit



Kinder, die im Sportunterricht die Möglichkeit erhalten, neue und nicht alltägliche Sportarten auszuprobieren, zu denen sie vorher keinen Zugang hatten, treten danach oft einem Sportverein bei. Das hat ein Forschungsprojekt gezeigt.

Foto: Getty Images/StockPlanets



Von Martin Lindemann
Reporter

Der Leistungssport in Deutschland leidet unter Nachwuchsproblemen, die Medaillenausbeute deutscher Sportler bei

internationalen Wettkämpfen lässt seit Jahren zu wünschen übrig. Dr. Fabienne Döringer, ehemalige Leistungsturnerin beim TV Kirrberg in Homburg, hat an der Universität [Saarbrücken](#) Sportwissenschaft studiert und an der Uni Mainz promoviert. In ihrer Doktorarbeit hat sie neue Wege der Talentsuche beschrieben.



Bildergalerie
Tiere des Tages

Foto: Waltraud Grubitzsch

Bilderstrecke zuletzt aktualisiert: 13.08.2025

Haben Kinder keine Lust mehr am Sport?

DÖRINGER Kinder lassen sich fast immer für Sport begeistern. Es muss nur gelingen, sie zu motivieren. Wie das zu schaffen ist, haben meine Kollegen und ich in unserem Forschungsprojekt „Mein Sport – probieren, trainieren, ein Leben lang“ gezeigt, das wir in 14 Schulen mit Ganztagsbetreuung in Rheinland-Pfalz in den dritten und vierten Klassen durchgeführt haben. Während im Sportunterricht in der Regel immer die fünf gleichen Sportarten im Vordergrund stehen – Fußball, Basketball, Volleyball, Leichtathletik und Turnen – haben wir ein sogenanntes Sportarten-Karussell angeboten.

Was ist darunter zu verstehen?

DÖRINGER Das Sportarten-Karussell ermöglicht es Mädchen und Jungen, 23 verschiedene Sportarten ausprobieren, darunter American Football, Skaten, Hockey, Frisbee, Football ohne Körperkontakt oder das Ballspiel Roundnet. Wir hatten beispielsweise auch festgestellt, dass sich viele Mädchen auf der Internet-Plattform Tiktok gerne kurze Tanzvideos anschauen und diese dann nachtanzen. Zum Sportarten-Karussell gehört daher auch Tanzen. Wir bieten bewusst verschiedene Tanzstile an, zum Beispiel Hip-Hop, Breakdance oder moderner Tanz.

Heißt das, soziale Medien können dabei helfen, Kinder zum Sporttreiben zu motivieren?

DÖRINGER Ja. Aber auch die Ninja-Warrior-Shows im Fernsehen, bei denen die Teilnehmer einen Hindernisparcours bewältigen mussten, haben viele Kinder begeistert. Wir haben daher in den Schulen solche Parcours aufgebaut, die die Kinder mit großem Spaß und Ehrgeiz gemeistert haben. Vor allem die nicht alltäglichen und neuen Sportarten im Sportarten-Karussell, zu denen die Kinder vorher keinen Zugang hatten, wollten die meisten unbedingt ausprobieren.

Bilderstrecke zuletzt aktualisiert: 13.08.2025

Reicht der herkömmliche Sportunterricht aus, um Kinder dazu zu bewegen, einem Sportverein beizutreten?

DÖRINGER Ich befürchte nein. Nicht wenige Kinder haben im Sportunterricht in der Schule schlechte Erfahrungen mit Sport gemacht, beispielsweise beim Turnen. Das Karussell ist eine sehr gute Möglichkeit, ihnen wieder Lust und Spaß an sportlicher Betätigung zu vermitteln. Das gilt auch für die Mädchen und Jungen, die im Verein eine Enttäuschung erlebt haben, zum Beispiel weil sie mit dem Trainer nicht klargekommen sind oder man ihnen schon früh zu verstehen gegeben hat, dass sie nicht gut genug seien, obwohl sie großen Spaß am Sport haben.

Hat das Sportarten-Karussell Kinder motiviert, einem Sportverein beizutreten?

DÖRINGER Das ist tatsächlich der Fall. Viele der Kinder, die in der Schule am Karussell teilgenommen haben, haben sich danach in einem Sportverein zumindest zu einem Schnuppertraining angemeldet. Wir wissen allerdings noch nicht, wie viele dabei bleiben und sich als Talent erweisen werden. Das werden wir im Rahmen unseres Forschungsprojekts beobachten. Da alle Kinder angegeben haben, dass ihnen das Projekt Spaß gemacht hat und sie wieder teilnehmen würden, bin ich zuversichtlich, dass das Sportarten-Karussell in Zukunft zur Talentfindung und -förderung beitragen kann.

Was läuft denn schief im Schulsport?

DÖRINGER Leider ist der Sportunterricht in den vergangenen Jahren in den Stundenplänen immer unwichtiger geworden. Die Leistungsansprüche sind zurückgefahren worden, sodass die Leistungsfähigkeit der Talente oft gar nicht mehr erkannt wird. Wir haben in unserem Forschungsprojekt jedoch festgestellt, dass die meisten Kinder Leistung zeigen wollen. Mädchen wie Jungen finden es schön, wenn sie für ihr sportliches Können Anerkennung bei ihren Mitschülern oder Vereinskameraden finden.

Wie kann man denn sportliches Talent erkennen und frühzeitig fördern?

DÖRINGER Wir wissen heute, dass die Ergebnisse der Talenttests nicht immer aussagekräftig sind, was spätere Karrieren betrifft. Uns ist außerdem klar geworden, dass ein Teil der Kinder ein klar strukturiertes Training bevorzugt, das stets vorhersehbar abläuft, während andere Kinder sich viel Abwechslung im Training wünschen. Gute Trainer haben ein Bewusstsein für diese verschiedenen Typen von Kindern und berücksichtigen das im Training. Ein guter Trainer erkennt auch Kinder, die nur wenig können, aber unbedingt Sport treiben wollen, sowie Kinder, die bereits viel können und unbedingt Erfolg haben wollen.



Die Sportwissenschaftlerin Dr. Fabienne Döringer erforscht, wie man Kinder fürs Sporttreiben motivieren kann.

Foto: privat

Wie sieht das optimale Training für junge Talente aus?

DÖRINGER Weltklasesportler haben sich oft erst spät auf ihre Paradedisziplin spezialisiert und viele Jahre lang auch in anderen Sportarten trainiert. Nur in wenigen Sportarten, zum Beispiel dem Gerätturnen, ist eine frühe Spezialisierung erforderlich. Ansonsten ist eine breit angelegte sportliche Ausbildung die beste Möglichkeit, Talente optimal zu fördern.

Eine solche Vielfalt ist auch für Kinder zu empfehlen, die in keiner sportlichen Disziplin als talentiert oder sogar als unsportlich gelten. Wenn sie vieles ausprobieren können, finden sie schließlich die Sportart, die am besten zu ihnen passt, und bleiben dann auch oft dabei.

Nichtschwimmerquote steigt

Nur 35 Minuten Zeit - Schwimmunterricht wird auch an Saar-Schulen zur Herausforderung



Neueröffnung

So gut ist die neue Kletterhalle der Superlative bei Metz



Viel diskutiertes Thema

Zu wenig Schulsport? Dieses Projekt ermöglicht mehr Sport und Bewegung in der Schule



Gibt es in den Sportvereinen diese vielseitige Ausbildung?

DÖRINGER Kinder und ihre Eltern, die Wert darauflegen, finden in der Regel passende Angebote. Allerdings ist die Unterstützung des Elternhauses für eine optimale Förderung absolut notwendig, erfordert aber von den Eltern einen hohen Aufwand. Kinder, die regelmäßig in Vereinen Sport treiben, sind meist schon früh auf eine bestimmte Sportart festgelegt und bleiben dieser treu. Das trifft auf etwa 75 Prozent der Jungen zu, von denen viele von früh an auf Fußball fokussiert sind, weil es der Vater will oder in der Familie Tradition hat. Doch nicht alle Kinder fühlen sich dabei wohl. Einige Vereinssportler sind in andere Sportarten gewechselt, nachdem sie unser Sportarten-Karussell ausprobiert hatten.

Sie haben im Rahmen Ihres Forschungsprojekts eine enge Zusammenarbeit zwischen den Schulen und den Sportvereinen organisiert. Hat das funktioniert?

DÖRINGER In unserem Fall sogar sehr gut. Die Kooperation war wichtig, damit die Kinder nach dem Sportarten-Karussell sofort mit einem Schnuppertraining in einem Verein beginnen konnten. Insgesamt jedoch kollidieren die Nachmittagsangebote der Ganztagschulen in der Regel mit den Kerntrainingszeiten der Sportvereine. Selbst wenn es Kooperationen zwischen Schulen und Sportvereinen gibt, sind oft keine Übungsleiter oder Trainer zur gewünschten Zeit verfügbar. Und immer öfter fehlt es an Sportstätten und Hallenzeiten. Der Sport fällt dann aus – auch für die größten Talente.