

Krönika av Michail Tonkonogi, publicerad 2012-08-13 på www.barntraining.se

Tankar efter OS: hur många svenska ungdomar har berövats chansen att ta en medalj?

Den olympiska elden i London är nu släckt och man kan titta tillbaka på ett fantastiskt OS med många oförglömliga stunder, med vinster och förluster, med storslagna bragder, rekord, glädjetårar och sorgetårar. Inte minst kan man titta tillbaka på de svenska idrottarnas fina prestationer. Förutom alla andra värden så är de svenska idrottarnas bragder i London ovärderliga för att få fler barn och ungdomar i Sverige att ägna sig åt idrotten. De svenska medaljer som tas i OS och andra stora tävlingar skapar hjältar som blir förebilder för flickor och pojkar. Tänk bara hur många töser och knattar som spelar fotboll för att de vill vara som Zlatan och hur många som började med friidrott för att de vill bli som Carolina Klüft. Så de svenska OS-prestationerna är väldigt viktiga även för bredidrott. I detta OS har Sverige tagit fler medaljer än i Peking och vi kommer säkert få höra från en del idrottsbyråkrater inom Sveriges Olympiska kommitté och andra organ om hur nöjda de är med resultaten. Men låt oss nu ta en snabb titt på den stora bilden.



Sverige har tagit ett guld och åtta medaljer sammanlagt, vilket placerar oss på den 37:e plats i medaljligan. Det är inte så svårt att förstå varför länder som USA, Kina och Storbritannien med starka ekonomier och stora befolkningar toppar medaljligan, men hur kan man förklara att länder som Litauen, Rumänien, Kroatien, Vitryssland och Iran slår Sverige. Vitryssland, till exempel, som har lika stor befolkning som Sverige men som har en ekonomi som är en femtedel av den svenska slår Sverige

BARNTRÄNING.SE

ALDERSANPASSAD FYSISK TRÄNING FÖR BARN OCH UNGDOM



med hästlängder och kommer på 26:e plats. Det finns inga belägg för att rumäner, vitryssar eller litauer skulle ha bättre genetiska förutsättningar för att lyckas inom idrotten än svenskar. Hur kan man då förklara att Sverige med dess ekonomiska styrka, fantastiska idrottsanläggningar, frisk och internationellt sätt mycket fysiskt aktiv befolkning underpresterar så enormt och förlorar mot länder som har mycket sämre förutsättningar?



Svaret på frågan är tveklöst komplext, men det finns en aspekt som kan vara intressant att betrakta. Jag minns en tidningsrubrik under OS som löd "Laurell utslagen av en 17-åring". Vår bästa boxningstjej blev slagen av en 17-årig amerikanska som var tekniskt totalt underlägsen Anna Laurell men som helt enkelt var bättre fysiskt. Jag slogs av tanken att det måste ha tagit en hel del tid och träning för amerikanskan (Claressa Shields, som blev OS-mästarinna) att träna upp sin fysik till en sådan nivå. Detta i sin tur förde mina tankar till en svensk lärobok för idrottslärostuderande som jag bläddrade i för några månader sedan. Det handlar om en bok utgiven 1998 och som har blivit något av ett standardverk inom idrottslärostuderingen. Ett citat ur denna bok (Nordlund et al. 1998) tycker jag säger ganska mycket "...speciell styrke- och konditionsträning före 14-17 årsåldern (den lägre siffran gäller flickor) inte bör förekomma, eftersom tillväxt av styrka och kondition är biologiskt betingat". Man menar alltså att man inte får träna fysik förrän man är 17 år om man är kille eller 14 år om man är tjej. Jag har en känsla av att Claressa Shields och hennes idrottslärare och tränare inte har läst den fina svenska boken. Förmodligen har inte heller den 15-åriga OS-mästarinna Kyla Ross eller någon annan av de många fantastiska unga idrottarna som vann OS-medaljer i London läst den. För hade de gjort det så skulle de inte ha en chans att bli bra i sina idrotter.



BARNTRÄNING.SE

ALDERSANPASSAD FYSISK TRÄNING FÖR BARN OCH UNGDOM



Den ovannämnda boken tycker jag speglar väldigt bra den andan som präglade och i stor utsträckning präglar än idag den svenska synen på fysisk aktivitet för barn och ungdomar. Många årskullar av våra idrottslärare och tränare har indoktrinerats i tanken att det är först när man är vuxen som man kan börja träna. Det är ganska troligt att många talangfulla barn och ungdomar i vårt land som hade potential att bli riktigt duktiga inom någon idrott har helt enkelt berövats denna chans eftersom man av okunskap underlätit att ge de rätt träning i rätt ålder. Väntar man tills man är 17 år gammal med att börja träna kondition och styrka så har tåget gått för länge, länge sedan. De OS-medaljer som vi missar idag är, åtminstone till en del, priset för den okunskap och, framförallt, politisk korrekthet som har fått råda i Sverige under de senaste decennierna. När så kallade "experter" får utforma rekommendationer utan att man frågar de vilka vetenskapliga rön som rekommendationerna bygger på så är det barn och unga som får betala priset. Ännu värre blir det om dessa "rekommendationer" blir politisk korrekta och minsta försök att skapa debatt kan utlösa ett drev och sätta en karriär på spel. Det är hög tid för den svenska idrotten i dess breda bemärkelse att börja bygga sin verksamhet på kunskap och vetenskap. Vi har levt allt för länge i övertygelsen att vi är bäst på allt bara för att vi är det. Andra länder har för länge sedan gått ikapp och förbi oss. Vi är inte längre bäst på varken idrott, sjukförsäkringar eller biltillverkning, men när det gäller idrott så går det i alla fall att rätta till det bara man låter kunskapen och inte de politisk korrekta mantran råda.