Gemeinsam zur nachhaltigen und langfristigen Leistungsentwicklung in Baden-Württemberg

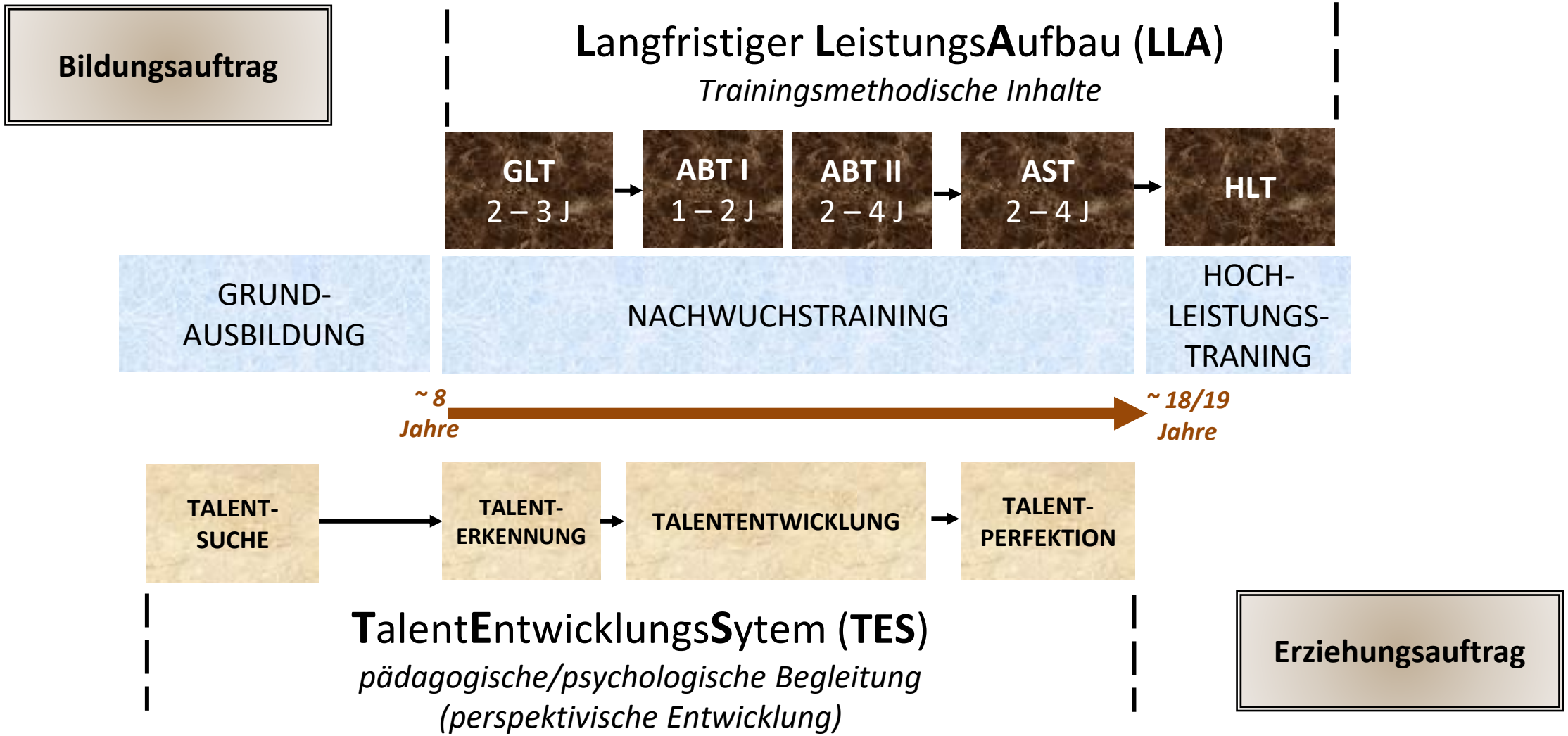
Basisrunde Bezirk Süd-Württemberg

Virtuell, 24.04.2021

Dr. Farshid Shami
Landestrainer
Baden-Württemberg

INHALT

1. BaWü-Leistungssportliches Konzept _*Grundgedanke*_
2. 3-Stufen-Plan zur nachhaltigen und langfristigen Leistungsentwicklung in Baden-Württemberg
3. Vermittlungs- und Umsetzungsstrategie des leistungssportlichen Konzeptes Baden-Württemberg


Bildungsauftrag
Langfristiger LeistungsAufbau (LLA)
Trainingsmethodische Inhalte
GLT
2 – 3 J
ABT I
1 – 2 J
ABT II
2 – 4 J
AST
2 – 4 J
HLT
GRUND-
AUSBILDUNG
NACHWUCHSTRAINING
HOCH-
LEISTUNGS-
TRANING
~ 8
Jahre
~ 18/19
Jahre
TALENT-
SUCHE
TALENT-
ERKENNUNG
TALENTENTWICKLUNG
TALENT-
PERFEKTION
TalentEntwicklungSytem (TES)
pädagogische/psychologische Begleitung
(perspektivische Entwicklung)
Erziehungsauftrag

Vorab das HAUPTPROBLEM im Nachwuchstraining

*„Trotz der immensen Bedeutung des Nachwuchstrainings ist die **Trainingssystematik im Nachwuchsleistungssport** noch immer nicht ausreichend empirisch untersucht oder gar wissenschaftlich fundiert. Gleichwohl wird in der trainingswissenschaftlichen Literatur im Hinblick auf **Struktur, Ziele, Inhalte und Methoden** des Nachwuchstrainings vieles aus dem Hochleistungssport der Erwachsenen abgeleitet und ungeprüft empfohlen“* (Hohmann, 2018).

REGION = Bezirk + LSP(s) + TSP(s)

REGION I
- Bezirk Mittlerer Neckar
- LSP Sindelfingen
- LSP Neckarsulm
- TSP Cannstatt

REGION II
- Bezirk RNO
- TSP Heidelberg

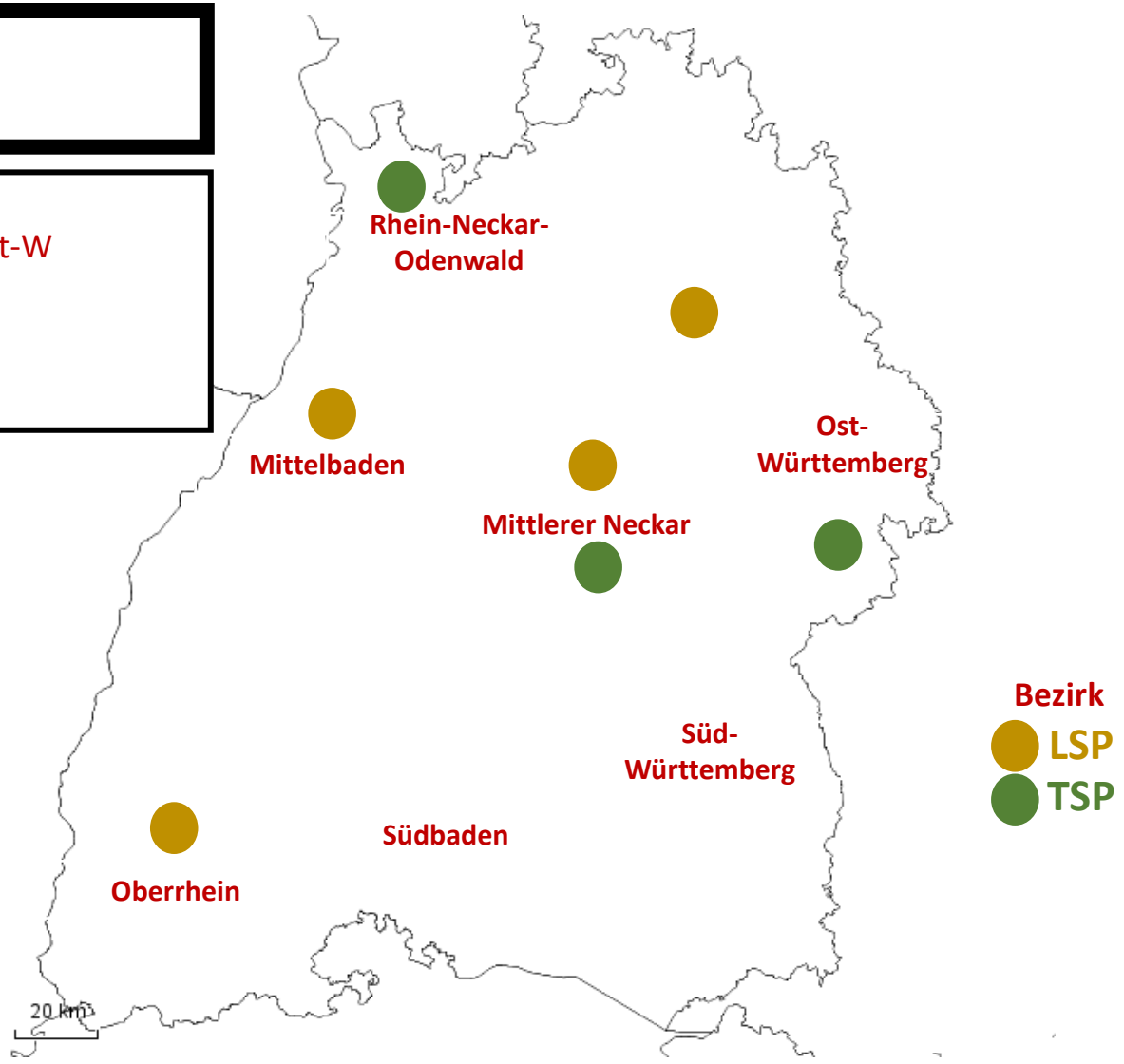
REGION III
- Bezirk Ost-W
- TSP Ulm

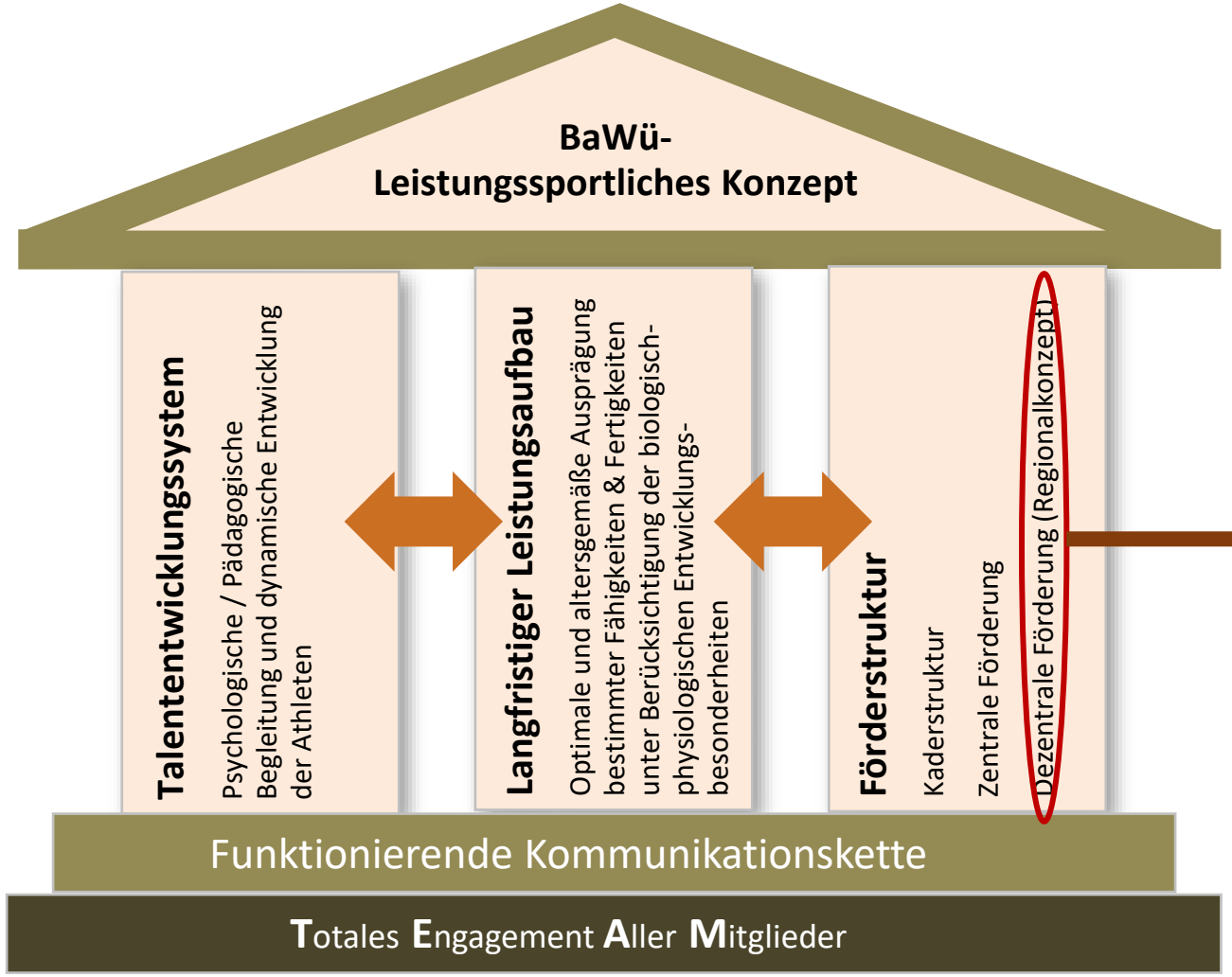
REGION IV
- Bezirk Mittelbaden
- LSP Karlsruhe

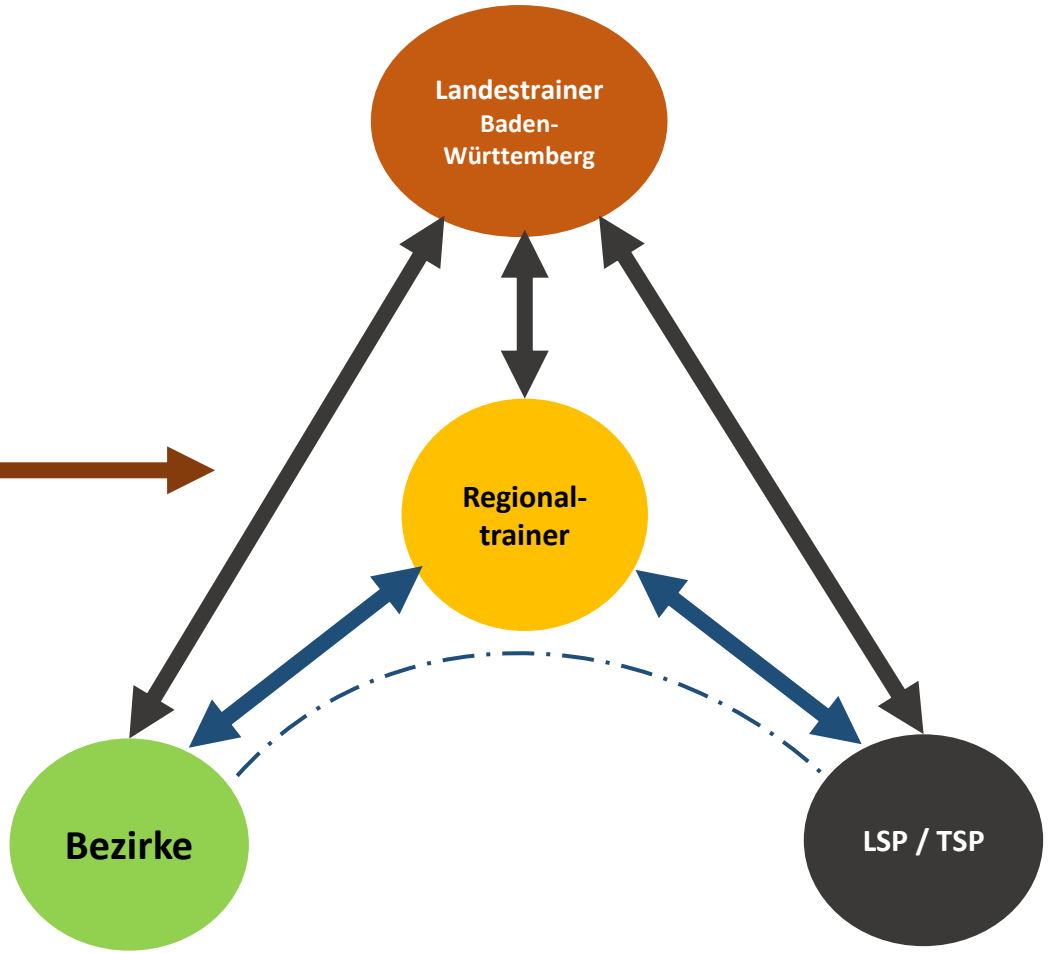
REGION V
- Bezirk Oberrhein
- LSP Freiburg

REGION VI
- Bezirk Süd-W

REGION VII
- Bezirk Südbaden




BaWü-
Leistungssportliches Konzept
Talententwicklungssystem
Psychologische / Pädagogische Begleitung und dynamische Entwicklung der Athleten
Langfristiger Leistungsaufbau
Optimale und altersgemäße Ausprägung bestimmter Fähigkeiten & Fertigkeiten unter Berücksichtigung der biologisch-physiologischen Entwicklungs-besonderheiten
Förderstruktur
Kaderstruktur
Zentrale Förderung
Dezentrale Förderung (Regionalkonzept)
Funktionierende Kommunikationskette
Totales Engagement Aller Mitglieder


Landestrainer Baden-Württemberg
Regional-trainer
Bezirke
LSP / TSP

Regionaltrainer, Bezirk & LSPs/TSPs:
7 RTs, 7 Bezirke, 7 LSPs/TSPs

- Vorbildfunktion
  - Orientierung an dem BaWü-LK
  - Orientierung an den Belastungskennziffern des BaWü-LKs

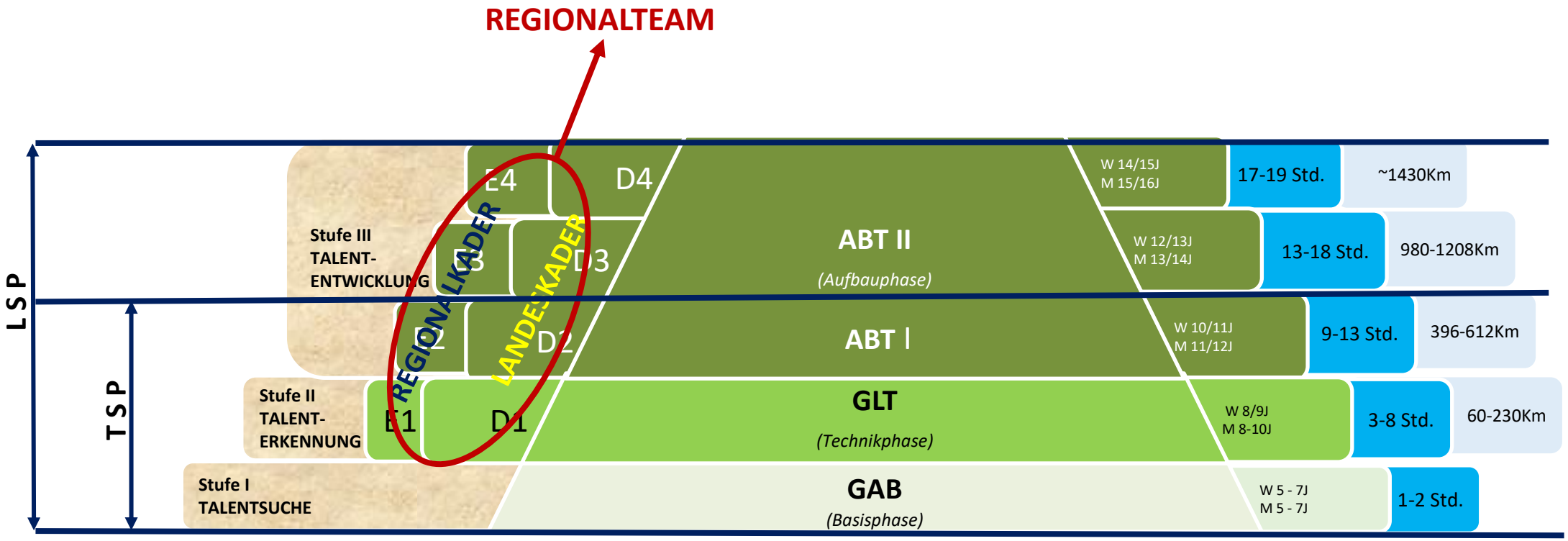
Regionaltrainer -> Koordinator, Konzeptdesigner, Beratung, Evaluation, …

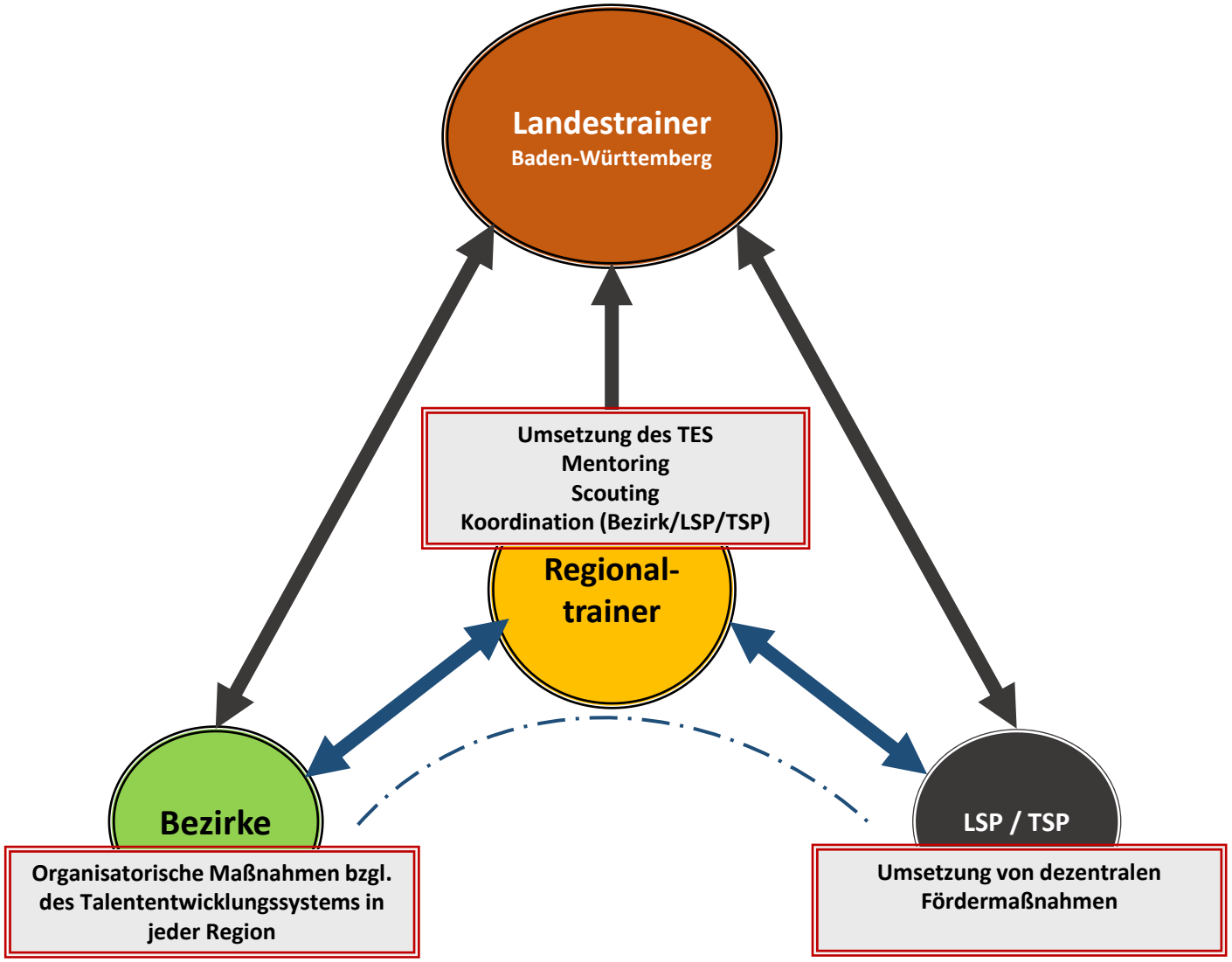
Bezirke:

- ✓ Organisatorische Maßnahmen bzgl. des Talententwicklungssystems in jeder Region
- ✓ Vertrauensaufbau durch ständige Kommunikation sowie gutfunktionierte Kommunikationskette *(LT<-> RT <-> Bezirke <-> Vereine)*
- ✓ Organisation von jährlich zweimal Trainerrunden
- ✓ Organisation von Workshops für die Trainern im Bezirk zur nachhaltigen Ausbildung und Talententwicklung von Schwimmern in GLT- und ABT- Etappen.
- ✓ Aufbau einer Kooperation „Schule-Verein“ gemeinsam mit dem Regionaltrainer, LSP und TSP

LSPs/TSPs:

- ✓ Organisation und Durchführung von Lehrgängen / Wochenendlehrgängen für das Regionalteam *(D1-D4/E1-E4)*
- ✓ Angebot eines Ergänzungstrainings für leistungsorientierte Sportler ab 12J W &13J M (D3/E3/D4/E4) in eigener Region mit Absprache mit den Heimtrainern und dem RT


REGIONALTEAM
LSP
TSP
Stufe III
TALENT-
ENTWICKLUNG
Stufe II
TALENT-
ERKENNUNG
Stufe I
TALENTSUCHE
REGIONALKADER
LANDESKADER
E4
D4
E3
D3
E2
D2
E1
D1
ABT II
(Aufbauphase)
ABT I
GLT
(Technikphase)
GAB
(Basisphase)
W 14/15J
M 15/16J
17-19 Std.
~1430Km
W 12/13J
M 13/14J
13-18 Std.
980-1208Km
W 10/11J
M 11/12J
9-13 Std.
396-612Km
W 8/9J
M 8-10J
3-8 Std.
60-230Km
W 5 - 7J
M 5 - 7J
1-2 Std.


Landestrainer
Baden-Württemberg
Umsetzung des TES
Mentoring
Scouting
Koordination (Bezirk/LSP/TSP)
Regional-
trainer
Bezirke
LSP / TSP
Organisatorische Maßnahmen bzgl. des Talententwicklungssystems in jeder Region
Umsetzung von dezentralen Fördermaßnahmen

- Dezentrale Maßnahme zur Talenterkennung
- Qualifikationsmöglichkeit für die zentrale Landesvielseitigkeitstest
- Voraussetzung für den zentralen Landesvielseitigkeitstest (LVT)

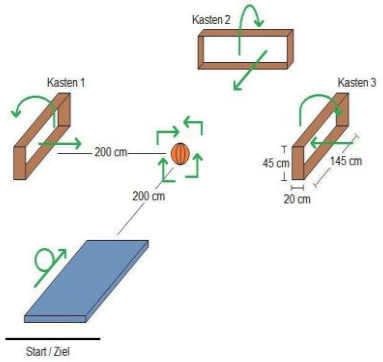
Allg. Ausdauer

Cooper Test (Meter/12‘)

Test in der Sporthalle

Gewandtheit

Kasten-Bumerang-Test



Test in der Sporthalle

Beweglichkeit

Fußgelenk:
Plantar/dorsal
(Goniometer cm)

Hüftgelenk:
Rumpfvorbeuge Kasten (cm)

Schultergelenk:
Waagerecht/Senkrecht (cm)

Test in der Sporthalle

Athletik

Sprungkraft:
Jump&Reach(Cm)
Dreier-hopp beidbeinig

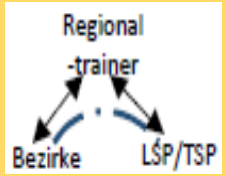
Allg. Kraft:
Klimmzüge (Anzahl)
Liegestütze (Anzahl)
Situps (Anzahl in 30“)

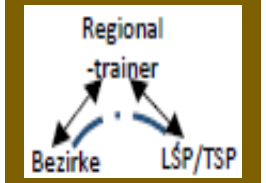
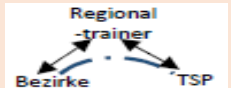
Test in der Sporthalle

Wasser

Wasserbeweglichkeit:
7,5m-Gleiten
15m D-Bewegung (BL&RL)
Beinbewegung:
50m Kraulbeinbewegung
Koordination:
50m Brustschwimmen
Spez. Ausdauer
W/M 8J: -
W/M 9/10J: 200m Kraul
W/M >10J: 400m Kraul

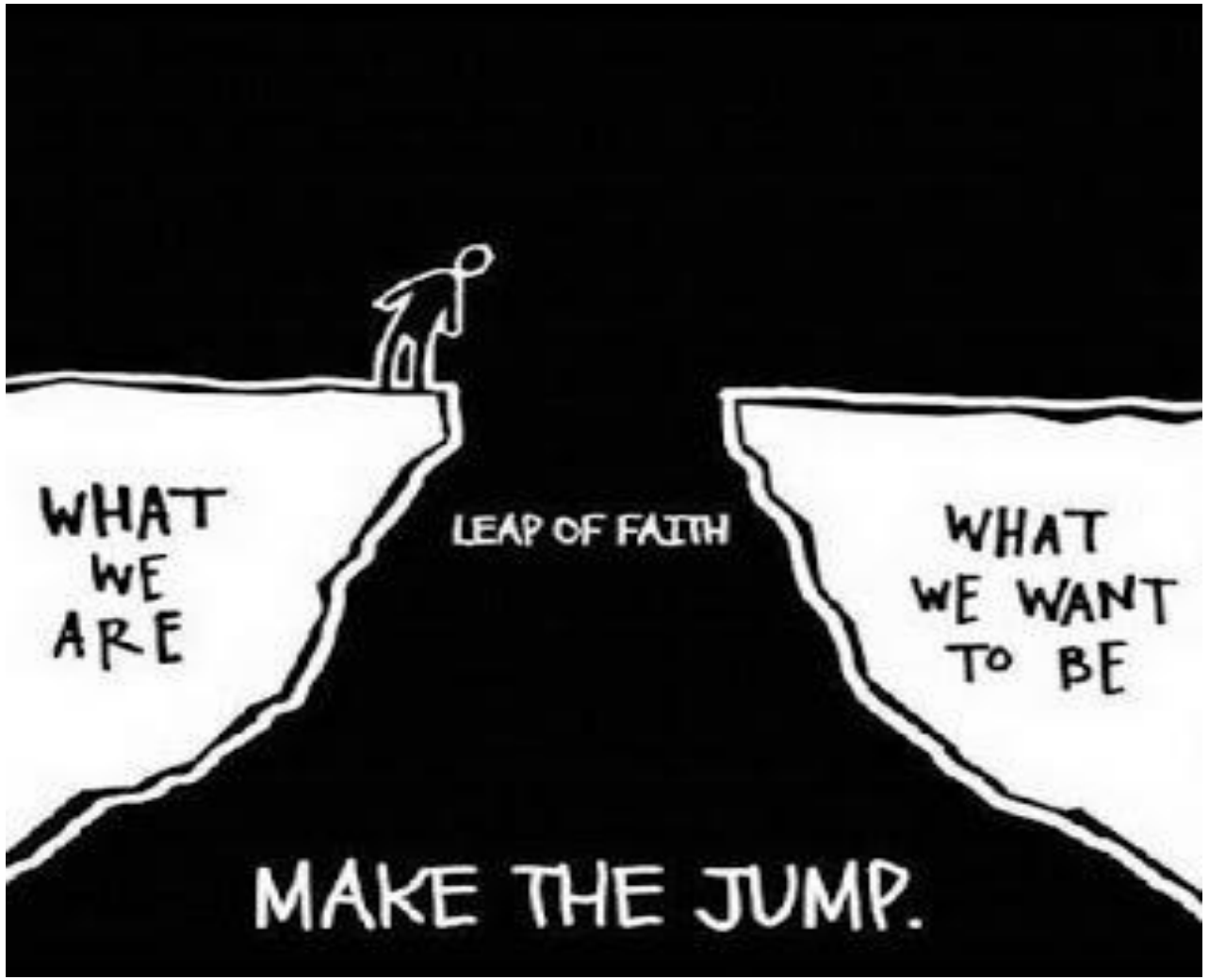
Test in der Schwimmhalle

Talententwicklung	Schwimmvereine *(ABT-2 Trainingsgruppe)*	W 14/15 M 15/16	Regional-trainer <-> LSP	Vertrauensaufbau durch die ständige Kommunikation mit den Vereinen und enge Zusammenarbeit mit ihnen	Regionale Kaderkriterien	BaWü-Kaderkriterien	Mind. 4 WE-LG Ergänzungs-training	TL Lehrgänge WE-LG ÜPW
	Schwimmvereine *(ABT-2 Trainingsgruppe)*	W 12/13 M 13/14			Land-Wasser-Test (LWT) und regionale Kaderkriterien	Zentraler Landes-vielseitigkeitstest (LVT) und BaWü-Kaderkriterien		Lehrgänge Talent-camps ÜPW
	Schwimmvereine *(ABT-1 Trainingsgruppe)*	W 10/11 M 11/12						

	S I C H T U N G						Förderung	
	Wo?	Alter	durch	Mittel	Maßnahme Dezentral	Maßnahme Zentral	Dezentral	Zentral
Talent-erkennung	Schwimmvereine *(GLT-Trainingsgruppe)*	**W** 8/9 **M** 8-10		Vertrauensaufbau durch die ständige Kommunikation mit den Vereinen und enge Zusammenarbeit mit ihnen	Land-Wasser-Test (LWT)	Zentraler Landes-vielseitigkeitstest (LVT) und BaWü-Kaderkriterien	Mind. 4 WE-LG	Lehrgänge Talent-camps ÜPW
	Grundschule *(Schulische Sichtungsgruppe)*			Kooperation mit den Grundschulen in der Region (Win-Win-Situation)				
Talentsuche	Grundschule *(Schulische Sichtungsgruppe)*	6/7-8		Kooperation mit den Grundschulen in der Region (Win-Win-Situation)	Sichtung motorisch begabter Kinder in der 2. & 3. Kl. durch einen Grundschulwettkampf und deren Vermittlung in einen Schwimmverein		AG 1. Kl: Grundfertigkeiten AG 2. Kl: Schwimmenlernen AG 3. Kl: Schwimmenlernen	
	Grundausbildung der Vereine *(Schwimmschulen)*	5-7		Enge Zusammenarbeit mit den vereinen aus der Region	Sichtung motorisch begabter Kinder und deren Vermittlung an die GLT-Gruppe des Vereins		Fördermaßnahmen der Vereine	
	Kindergärten	5/6	Verein (Unterstützung durch Bezirk)	Kooperation mit den Kindergärten vor Ort	Werbung für die Schwimmschule eines Vereins			

„Wer nur das tut, was er immer getan hat,
kriegt weiter das, was er immer gekriegt hat.“
(Mark Twain)

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!



Homepage: www.schwimmen-bw.de
E-Mail: f.shami@schwimmen-bw.de
Tel.: 0711-28077422