

10


SCHRIFTENREIHE
FÜR ANGEWANDTE
TRAININGSWISSENSCHAFT

IAT®



Antje Hoffmann/ Juliane Wulff (Hrsg.)

Die Spitze im Blick

Tagungsband zum gleichnamigen Nachwuchsleistungssport-Symposium vom 8.-10. Mai 2017 in Leipzig

MEYER
& MEYER
VERLAG

Inhalt

	Seite
Vorwort	7
Grußworte	11
Olav Spahl	
Nachwuchsleistungssportkonzept 2020 – Halbzeitstand	20
Antje Hoffmann	
Talentauswahl und Talententwicklung. Wissen schafft Leistung?!	32
<hr/>	
<i>Schlaglichter Talentauswahl</i>	
Edith Schulze, Sepp Buchner, Christian Käding, Sascha Kreibich & Bruno Tsafack	
Technikbewertung für das Nachwuchstraining im Skispringen und in der Nordischen Kombination sowie in weiteren Sportarten	46
Katrin Altmann	
Bedeutung und Berücksichtigung der biologischen Reife und anthropometrischer Leistungsvoraussetzungen im Nachwuchsleistungssport	56
Nico Walter & Andreas Lau	
Einschätzung von psychischen Faktoren im Boxen und Umfeldfaktoren in der Leichtathletik	70
Ronny Fudel & Frank Hamann	
Bedeutung der Vielseitigkeit im Nachwuchstraining	84
Claudia Adermann	
Trainings- und Leistungsdokumentation im Modernen Fünfkampf	101
<hr/>	
<i>Talentauswahl und -entwicklung aus verschiedenen Blickwinkeln</i>	
Bernhard Peters & Ole Kappmeier	
Bedeutung der Persönlichkeitsentwicklung in der Talentauswahl und -entwicklung – habe ich da als Trainer Einfluss?	109
Juliane Wulff	
FAQ Nachwuchsleistungssport – ein problembezogenes Instrument des Wissensmanagements	121
Maud Butter	
Talentauswahl und -entwicklung an der Palucca Hochschule für Tanz Dresden	128

Ralf Doyscher, Bernd Wolfarth & Cornelius Kraus	
Funktionelle Tests zur Beurteilung von Leistungsfähigkeit und Verletzungsrisiko im Nachwuchsleistungssport	139
Thomas Albeck	
Talentauswahl und -entwicklung bei RasenBallsport Leipzig	146
<hr/>	
<i>Nähkästchen mit Spitzensportlern und -trainern</i>	
Nähkästchen Ringen	
„Ich wollte unbedingt ein Trikot mit einem Adler haben“	157
Nähkästchen Hockey	
„Nicht gesetzt zu sein, führt auch dazu, dass man das eigene Spiel verbessern muss“	168
Nähkästchen Eisschnelllauf	
„Ich war immer trainingsfleißig“	179
Nähkästchen Dreisprung	
„Für mich ist es dann ein erfolgreicher Wettkampf, wenn ich mit meiner Leistung zufrieden bin“	190
Nähkästchen Kanurennspорт	
„Wenn ich Rennen nicht gewonnen habe, habe ich sie im Kopf verloren“	202
<hr/>	
<i>Schlaglichter Trainierbarkeit</i>	
Thomas Dreißigacker, Jelena Braun & Christian Otto	
Trainierbarkeit von Ausdauer bei Kindern und Jugendlichen	213
Uwe Wenzel	
Schnelligkeitstraining: Schneller werden durch reaktive Sprünge!	225
Karin Knoll & Ingo Sandau	
Techniktraining im Eiskunstlauf und im Gewichtheben	242
Francisco J. Vizcaya	
Entscheidungstraining im Nachwuchsleistungssport	257

Vorwort

Talente erkennen, entwickeln und in die Weltspitze führen: vom 8.-10. Mai tauschen sich mehr als 350 Nachwuchsleistungssportexperten¹ aus ganz Deutschland in Leipzig zu Talentauswahl und -entwicklung aus. Eingeladen zum Nachwuchsleistungssport-Symposium unter dem Motto „Die Spalte im Blick“ hatten das Institut für Angewandte Trainingswissenschaft (IAT) und der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB). IAT und DOSB knüpften mit der Veranstaltung an das erste gemeinsame Symposium 2013 an – damals wurden aus dem Forschungsstand und den Praxiserfahrungen mit den „Leipziger Positionen“ zunächst die Anforderungen an eine erfolgreiche Identifikation und Entwicklung von talentierten Sportlern, aber auch an eine wirksame Förderung und Umfeldgestaltung formuliert. Im Ergebnis sind die „Leipziger Positionen“ in das Nachwuchsleistungssportkonzept 2020 des DOSB und die Nachwuchsleistungssportkonzeptionen zahlreicher Spaltenverbände und Landessportbünde eingeflossen.

Wir freuen uns, den Nachwuchstrainern und allen anderen im Leistungssport Tätigkeiten nun den Tagungsband zu unserem Nachwuchsleistungssport-Symposium 2017 vorlegen zu können. Denn an den Anforderungen hat sich seit 2013 wenig geändert – deren Umsetzung stellt für die Sportpraxis eine große Herausforderung dar. Deshalb ging es beim diesjährigen Symposium u. a. darum, die in den letzten vier Jahren entwickelten Lösungsansätze für Fragen der Talentidentifikation und -entwicklung vorzustellen. In Projekten wie *DELTA – Deutschland entwickelt Talente* und *Gemeinsam an die Skispitze* hat das IAT in enger Zusammenarbeit mit den kooperierenden Spaltenverbänden und weiteren Partnern sportartspezifische und sportartübergreifende Lösungen erarbeitet. Ziel war dabei, sportartspezifisch möglichst alle Leistungsvoraussetzungen zu identifizieren und fundiert einzuschätzen. Denn das Entwicklungspotenzial eines Athleten kann erst dann beurteilt werden, wenn alle relevanten Merkmale in der aktuellen Ausprägung und der Entwicklungsperspektive komplex in die Betrachtung einfließen können. Diese Herangehensweise ist auch Voraussetzung, um langfristig wirksame Trainingsschwerpunkte zu setzen und diese auf den Entwicklungsstand der Sportler abzustimmen.

Speziell für Nachwuchstrainer, für die diese Aspekte in der täglichen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen eine wichtige Rolle spielen, hat das IAT wissenschaftliche Erkenntnisse entsprechend den Bedürfnissen der Praxis aufbereitet. Im Rahmen des Symposiums wurde ein neues Transferformat vorgestellt, die FAQ (frequently asked questions) Nachwuchsleistungssport. Diese häufig gestellten Fragen sind in neun Kategorien unterteilt und so aufbereitet, dass sie Ergebnisse rund um die Themen Talentauswahl und -entwicklung direkt und anschaulich an Nachwuchstrainer vermitteln. Nähere Informationen zum Hintergrund und zu Inhalten der FAQs sind im

1 Anmerkung zum Sprachgebrauch: Im Folgenden wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit in der Regel nur die männliche Form verwendet, die jedoch die weibliche mit einschließt.

Beitrag von Juliane Wulff nachzulesen. Die FAQs stehen als Broschüre oder einzeln zum PDF-Download online unter <http://nwls.sport-iat.de/> zur Verfügung. Weitere Beiträge sind geplant, Interessierte können zudem auf der Website Fragen einreichen, die im Rahmen dieser Reihe beantwortet werden sollen.

Der Tagungsband zum Symposium besteht aus fünf Teilen:

- der Einführung in die Thematik,
- dem Themenblock Talentauswahl,
- der Talentauswahl und -entwicklung aus verschiedenen Blickwinkeln,
- dem Themenblock individuelle Karriereverläufe sowie
- dem Themenblock Trainierbarkeit.

Im ersten Teil erfolgt eine *Einführung in die Thematik* durch Olav Spahl und Antje Hoffmann. Während DOSB-Ressortleiter Olav Spahl mit dem Halbzeitstand des DOSB-Nachwuchsleistungssportkonzepts 2020 aus sportpolitisch-struktureller Sicht einleitet, skizziert Antje Hoffmann den Status quo der *Talentauswahl und -entwicklung* aus trainingswissenschaftlicher Sicht und die Anforderungen an die wissenschaftliche Unterstützung im Nachwuchsleistungssport.

Im dritten Teil betrachten die Autoren die *Identifikation und Entwicklung von Talenten aus verschiedenen Blickwinkeln*. Ganz konkrete Empfehlungen für Trainer kommen vom HSV-Sportdirektor Bernhard Peters und von Ole Kappmeier, die sich Fragen wie: „Wie kann ich als Trainer die Persönlichkeitsentwicklung meine Sportler beeinflussen?“ oder: „Ist es Talent oder Fleiß und Willensstärke?“ widmen. Einen Blick über den Tellerrand gewährt Maud Butter mit ihrem Beitrag zur Talenterkennung und -entwicklung an der renommierten Palucca Hochschule für Tanz Dresden. Sportmediziner Ralf Doyscher, Charité Berlin, informiert über den sportartspezifischen Nutzen funktioneller Tests, um das Verletzungsrisiko bei Nachwuchssportlern zu beurteilen und deren Belastbarkeit zu sichern. Thema des Beitrags von Thomas Albeck ist die aktuell so erfolgreiche Talentauswahl und -entwicklung bei RB Leipzig.

Die Teile zwei und fünf sind den Themenblöcken *Talentauswahl* und *Trainierbarkeit* gewidmet. Zu beiden Schwerpunkten gab es beim Symposium mehrere Schlaglichtvorträge und dazugehörige Diskussionsforen, die für den Tagungsband jeweils zu einem thematischen Beitrag zusammengeführt wurden. Im Themenblock *Talentauswahl* werden Ergebnisse aus den Projekten „Gemeinsam an die Skisippe“ und „DELTA“ zur Berücksichtigung von Psyche, Anthropometrie, Technik und allgemeiner Athletik in Auswahlprozessen sowie aus dem Land Brandenburg zur individuellen Entwicklungsdokumentation vorgestellt. Der Themenblock *Trainierbarkeit* umfasst Beiträge zum Ausdauer-, Schnelligkeits-, Technik- und Taktiktraining im Nachwuchsleistungssport. Dagegen ist es dem KINGS-Projektteam unter Leitung von Urs Granacher bedauerlicherweise nicht möglich gewesen, einen Beitrag zur Trainierbarkeit von Kraft für diesen Tagungsband fertigzustellen.

Die *individuellen Karriereverläufe* erfolgreicher Athleten waren Thema der „Nähkästchen“ im Rahmen des Symposiums, welche, wie schon vor vier Jahren, wieder ein Highlight der Veranstaltung waren. Die Gespräche mit Dreisprung-Europameister Max Heß mit seinem Trainer Harry Marusch, Jenny Wolf – mehrfache Weltmeisterin und nun Nachwuchstrainerin im Eisschnelllauf, Ringer-Weltmeisterin Aline Focken mit Trainer Patrick Loës, Kanurennsport-Olympiasieger Max Hoff mit Trainer Arndt Hanisch und Hockey-Nationalspieler Tom Grambusch mit Trainer Valentin Altenburg wurden für dieses Buch in Form von Interviews in Teil 4 aufbereitet. Jeweils am Ende eines jeden Interviews finden sich die Einschätzungen der Spitzenathleten, welche Eigenschaften ein Talent in ihrer Sportart ausmachen.

Mit diesem Tagungsband liegt zusammen mit der Publikation zum Nachwuchsleistungssport-Symposium 2013 nunmehr ein umfassender Überblick zur Talentauswahl und -entwicklung im deutschen Sport vor. Wir sind uns bewusst, dass damit keinesfalls alle Fragen der im Nachwuchsleistungssport verantwortlichen Trainer beantwortet sind. Diesen ist in kleineren themenspezifischen Workshops und Fortbildungen vertieft nachzugehen, um sie in weiteren sportartspezifischen und -übergreifenden Projekten zu einer Lösung zu überführen. Auch die FAQ-Reihe wird weiterhin genutzt, um Fragen von Trainern aufzugreifen und zu beantworten. Der Bedarf der Sportpraxis an kontinuierlicher trainingswissenschaftlicher Unterstützung wird auch in Zukunft hoch bleiben – nicht zuletzt aufgrund der PotAS-Anforderungen, die im Bereich des Nachwuchsleistungssports an die Verbände gestellt werden.

Dass sich mit Zusammenhalt, Kompetenz, Leidenschaft und Engagement viel erreichen lässt, hat nicht zuletzt unser Symposium gezeigt. Unser Dank gilt deshalb allen Referenten für ihre inhaltlichen Beiträge, dem DOSB, dem Bundesministerium des Innern, dem Freistaat Sachsen und der Stadt Leipzig sowie den Sponsoren Cosmed, customed, Dorner, ST Innovation und Median für die finanzielle Unterstützung sowie den unzähligen haupt- und ehrenamtlichen Helfern für ihren unermüdlichen Einsatz. Ein besonderes Dankeschön möchten wir unseren Kolleginnen und Kollegen vom IAT, insbesondere aus dem Fachbereich Information Kommunikation Sport sowie dem Direktorat, aussprechen. Ohne sie alle wäre unser Nachwuchsleistungssport-Symposium und auch dieser Tagungsband nicht möglich gewesen.

Leipzig, Oktober 2017

Antje Hoffmann

stellv. Direktorin

Fachbereichsleiterin

Nachwuchsleistungssport

Juliane Wulff

Projektleiterin „DELTA“

stellv. Fachbereichsleiterin

Nachwuchsleistungssport

Institut für Angewandte Trainingswissenschaft