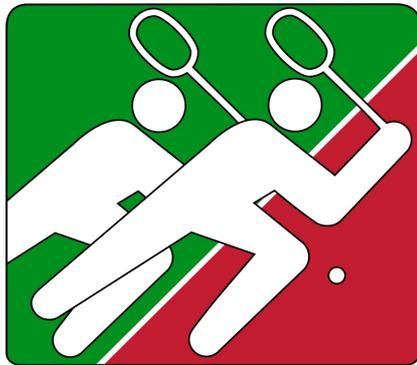


Leistungssport- Förderkonzept SQUASH



erstellt und vorgelegt von:

Lars Schweinitz
Landestrainer SLV NRW
Diplomtrainer des DOSB
latzi@onlinehome.de



0 Vorbemerkungen

Die Organisations- und Führungsstruktur des Fachverbandes

Das innerhalb des SLV NRW für den Leistungssport zuständige Gremium ist der Verbandsausschuss Leistungssport (VA-L).

Der VA-L ist als Fachgremium seit der Satzungsrevision des SLV NRW im Jahr 1992 satzungsmäßig verankert.

Die Aufgaben und Kompetenzen des VA-L ergeben sich aus der Satzung. Dort heißt es:

"Der VA-L vertritt den Spitzensport des Landesverbandes. Er regelt dessen Belange in Anlehnung an Konzeptionen des Deutschen Squash Rackets Verbandes e.V. (DSQV), des Deutschen Sportbundes e.V. (DOSB) und des LandesSportBundes Nordrhein-Westfalen e.V. (LSB). Die Betreuung und Entsendung von Landeskader-athleten zu nationalen wie internationalen Veranstaltungen zählt - evtl. in Kooperation mit dem hauptberuflich tätigen Verbandstrainer- zu seinen zentralen Aufgaben. Darüber hinaus organisiert der VA-L die Landesleistungsstützpunkte."

Insoweit obliegt die fachliche Arbeit im Leistungssport und deren Verwaltung dem VA-L. Aufgrund der innerverbandlichen Vernetzung arbeitet der VA-L mit den für die Bereiche Trainerausbildungen, Lehrerfortbildungen, Schulsport und allgemeine Jugendarbeit zuständigen Gremien eng zusammen.

Die einzelnen Aufgabenbereiche des VA-L werden in der Geschäftsordnung näher beschrieben. Hierzu zählen u.a.:

- Vorlage eines Etatvorschlags für Präsidium und Jugendvorstand des SLV NRW zwecks Beschlussfassung bei Jugendvoll- und Mitgliederversammlungen,
- Verwaltung des genehmigten Etats,
- Beaufsichtigung von leistungssportlich orientierten Veranstaltungen auf Landesebene,
- Kaderberufung und Nominierung von Spielern zu nationalen wie internationalen Veranstaltungen,
- Ahndung von Fehlverhalten,
- Beantragung, Verlängerung und Verwaltung von Landesleistungsstützpunkten,
- Einsatz von Honorartrainern an Stützpunkten, zu Lehrgängen und Wettkampfveranstaltungen,
- Durchführung von Trainingslehrgangsmaßnahmen im Leistungssport,
- Durchführung von Maßnahmen zur Talentsuche und -förderung,
- Durchführung weiterer Maßnahmen im Rahmen des Förderkonzepts Leistungssport des LSB,
- Entwicklung und Durchführung eines kindgerechten Wettkampfsystems und
- Fortschreibung des Leistungssportstruktur- und -entwicklungsplans.

Unter weiteren Maßnahmen im Rahmen des Förderkonzepts sind beispielhaft zu verstehen:

- Maßnahmenplanung für Kaderathleten unter besonderer Berücksichtigung der sportlichen, sozialen und schulpädagogischen Bedürfnisse,
- sportmedizinische Betreuung der Kaderathleten und
- Durchführung von Anti-Dopingmaßnahmen sowie Dopingkontrollen.

Die Durchführung der Aufgaben obliegt im Wesentlichen dem Referenten für Spitzen- und Leistungssport (Landesverbandstrainer). Diese Stelle ist hauptamtlich besetzt.

Die personelle Besetzung des VA-L ist durch die Geschäftsordnung geregelt.



Dem VA-L gehören an:

- der durch das Präsidium bestellte Vorsitzende;
aktuell Herr Friedhelm Janssen
- der Vize-Präsident Sport des SLV NRW;
derzeit Herr Michael Gellings
- der Landesverbandstrainer;
aktuell Herr Lars Schweinitz.
- ein Mitglied des Jugendausschusses des SLV NRW;
aktuell Herr Stefan Leifels
- eine Aktivensprecher(in);
aktuell Frau Simone Korell,
- ein aus der Mitgliederversammlung gewählte(r) Beisitzer(in);
aktuell Herr Ralf Brandt, (gewählt bei der MGV vom 03.07.2009)

Auf Einladung des VA-L können zu einzelnen Tagesordnungspunkten einer Sitzung Gäste zwecks beratender Funktion hinzugezogen werden. Im Besonderen können dies sein:

- der Verbandsarzt und Doping-Beauftragte des SLV NRW;
aktuell Herr Dr. Scheel
- der Lehrwart des SLV NRW;
aktuell Herr Lars Schweinitz.



1 Einleitung

Grundlage für das Leistungssport-Förderkonzept ist der „Leistungssportstruktur- und entwicklungsplan SQUASH“, der am 30.11.2008 vom Präsidium des SLV NRW verabschiedet wurde. Der SLV NRW ist im Förderkonzept Leistungssport des LSB seit 1992 dabei.

In der jüngeren Vergangenheit (bis etwa 2007) sind viele neue Projekte und Maßnahmen begonnen worden. U.a. ein 2005 entwickeltes Jugendförderkonzept, das aber nicht umgesetzt wurde. Alle Projekte und Maßnahmen haben das eine Ziel: die Verbesserung der sportlichen Leistungsfähigkeit der Kaderspieler im SLV NRW. Nicht nur im Squash in NRW macht man sich darüber Gedanken. Auch in vielen anderen Sportarten in und außerhalb NRWs wird ebenfalls versucht mit umsetzbaren Konzepten dieses Ziel zu erreichen.

Die Ideen zum Leistungssport-Förderkonzept sind als Übersicht in einer Mind-Map dargestellt. Die einzelnen Schwerpunkte werden dann jeweils erläutert, denen sich dann jeweils Vorschläge zur weiteren Steigerung des Nutzens und Verbesserung der Effektivität anschließen.

Das Leistungssport-Förderkonzept wird nicht starr bleiben, sondern ständig fortgeschrieben und weiter entwickelt.

Ein wichtiger Leitgedanke, eingebracht mit dem folgenden Zitat:

SCHIFFBAU

„Wenn Du ein Schiff bauen willst,
dann trommle nicht Männer und Frauen zusammen
um Holz zu beschaffen, Aufgaben zu vergeben und Arbeiten einzuteilen,
sondern lehre sie die Sehnsucht nach dem weiten, endlosen Meer.“

Antoine de Saint-Exupéry

Das heißt im übertragenen Sinn für unseren Leistungssport Squash :

SQUASHSPIEL

„Wenn Du SQUASH weiterentwickeln willst,
dann trommle nicht Männer und Frauen zusammen
um Spieler und Finanzen zu beschaffen, Aufgaben zu vergeben und Arbeiten einzuteilen,
sondern lehre sie die Sehnsucht nach Erfolg
und die Faszination dieser einmaligen Sportart.“



2 Eckpunkte für ein Leistungssport-Förderkonzept in NRW

Nach olympischen Spielen wird sehr viel Know-How darauf verwendet herauszufinden, warum etwas gut oder weniger gut gelaufen ist. Dabei wird auch gerne über den eigenen Tellerrand geschaut um neue Ideen zu sammeln. Hier folgen nun einige Analysen und wichtige Aussagen. Da sich alle Aussagen auf Spitzenverbände beziehen, in unserem Fall wäre das der DSQV, sind nicht alle gleichermaßen für unseren Verband erfüllbar. Aber sie geben eine gute Richtung vor.

2.1 Wege zum Erfolg

Forderungen des Instituts für Angewandte Trainingswissenschaft (IAT):

- Leistungsorientierte Verbandsstrukturen schaffen
- Trainingskonzepte auf die Weltspitze ausrichten
- Trendwende in der Nachwuchsentwicklung erreichen
- Leistungsfördernde professionelle Infrastruktur schaffen
- Fachkompetenz der Trainer sicherstellen
- Trainingssteuerung auf der Basis von Trainer-Betreuungssystemen organisieren
- Wirksamkeit der wissenschaftlichen Unterstützung erhöhen
- Den Anti-Doping-Kampf forcieren

Hans-Martin Stork vom OSP-Westfalen steuert auch noch einige Punkte bzw. Forderungen bei:

- Defizit in der Übergangsgestaltung vom Juniorenbereich in den Elitebereich
- Defizit an Innovation, Experimentierfreudigkeit, Risikobereitschaft, Neugierde – stattdessen Konzeptgläubigkeit, Regelorientierung)
- Defizit an Förderung von Eliten und High Potentials – stattdessen Orientierung an internationaler Mittelmäßigkeit
- Defizit an Ergebnis- bzw. Erfolgsorientierung – stattdessen vorgelagerte Belohnung
- Defizit an Selbstständigkeit, Mündigkeit, Durchsetzungsfähigkeit auf personeller Ebene – stattdessen Mentalität zur Überversorgung und Alimentierung
- Defizit an Zielvorgaben und operativ definierten Zielvereinbarungen mit Kontrolle

Die oben genannten recht allgemeinen Punkte lassen sich mit konkreteren Aussagen belegen:

- Die Qualität der eingesetzten Trainer muss möglichst qualitativ sein
- Die Einführung eines leistungssportlichen „Brain-Train“ (= Austausch- und Trainee-Programm) für Sportler und Trainer
- Die Zusammenarbeit und Aufgabenverteilung der Heim- und Landeshonorartrainer unter einem verantwortlichen Cheftrainer muss verbessert werden
- Eine regelmäßige Leistungs- und Trainingsdiagnose und Trainingssteuerung muss etabliert werden.
- Verwendung der neuesten sportwissenschaftlichen Erkenntnisse und damit eine regelmäßige Fortbildung der Trainer
- Eine Konzentration der Talente und High Potentials in einer Trainingsstätte um die Qualität des Trainings deutlich zu steigern



- Verstärkung der individuellen Trainingssteuerung
- Eine strengere Auslese und Konzentration auf die Begabtesten
- Eine frühzeitige und systematische Turnier- und Trainingsplanung
- Einbindung der deutschen/nordrhein-westfälischen Spitzenspieler in das Training
- Eine Verstärkung der mentalen Ausbildung der Sportler
- Eine systematische Talentsichtung und Talentauswahl aufbauen
- Weg von der einfältigen „Immer früher, immer mehr“-Strategie

Bei einigen dieser Punkte sind wir in NRW schon auf einem guten Weg. Bei anderen Punkten müssen die Bemühungen verstärkt werden.

Zum Abschluss dieses Abschnitts zwei Zitate des IAT:

„Offenbar ist es in einer ganzen Reihe von Sportarten möglich, innerhalb eines Vierjahreszyklus vom Jugendlichen/Junior mit hohem Ausgangsniveau bis zur Weltspitze vorzuarbeiten.“

„Erfolg oder Misserfolg in einer Sportart entscheidet sich bereits bei der Leistungs- und Trainingsplanung“

Anmerkung: Hier haben wir in Deutschland und in NRW noch viel Potential. Wir müssen dabei aber berücksichtigen, dass unsere Maßstäbe, Trainer und Spieler, auf das Erreichen der Weltspitze ausgerichtet sind. „Wenn ich nicht die Nummer eins werden will, dann werde ich dieses Ziel auch nie erreichen.“

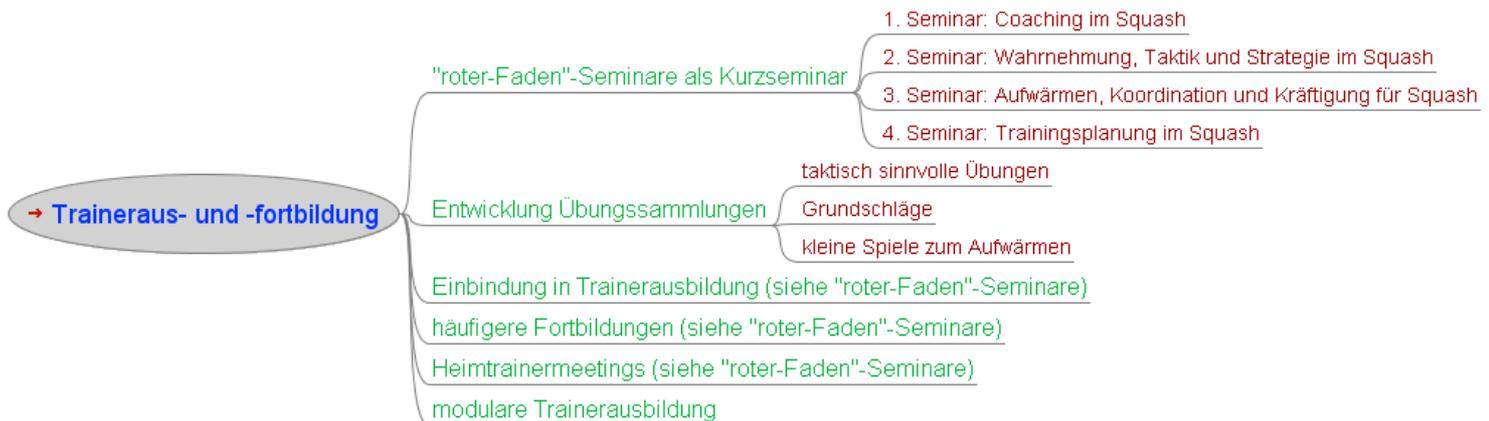


3 Leistungssportförderkonzept



Diese Aufstellung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und wird beschrieben und weiterentwickelt.

3.1 Traineraus- und -fortbildung



Ist-Stand:

Die modulare Trainerausbildung ist recht gut angelaufen. Es gehen aber nur wenige der ausgebildeten Trainer in die kontinuierliche Arbeit mit Jugendlichen. Die Aktivierung junger Nachwuchstrainer sollte noch verstärkt werden.

Aufgabe:

Entwicklung von Fortbildungsseminaren, die die Qualität der Trainer steigert und gleichzeitig als Erfahrungsaustausch zwischen den Trainern dient. In diesem Zusammenhang können dann z.B. Sammlungen von Übungen gemeinsam erarbeitet werden. Gleichzeitig soll der Kontakt zu den Heimtrainern aufgebaut und gepflegt werden.

Aufgaben/Forderungen für 2009/2010:

Ein weiteres Trainermodul in 2009, sowie 4-5 Trainermodule in 2010.

Entwurf von „roter-Faden“-Seminaren.

Durchführung eines leistungssportlichen „Brain-Train“ für Sportler und Trainer (z.B. während der DEM 2010).



3.2 DSQV -Turniere



Ist-Stand:

Alle oben aufgeführten Punkte/Maßnahmen werden/wurde schon durchgeführt. Allerdings mit unterschiedlicher Intensität und Nachdruck. Eine elektronische Athletenakte wurde für jeden erfassten Sportler angelegt.

Aufgabe:

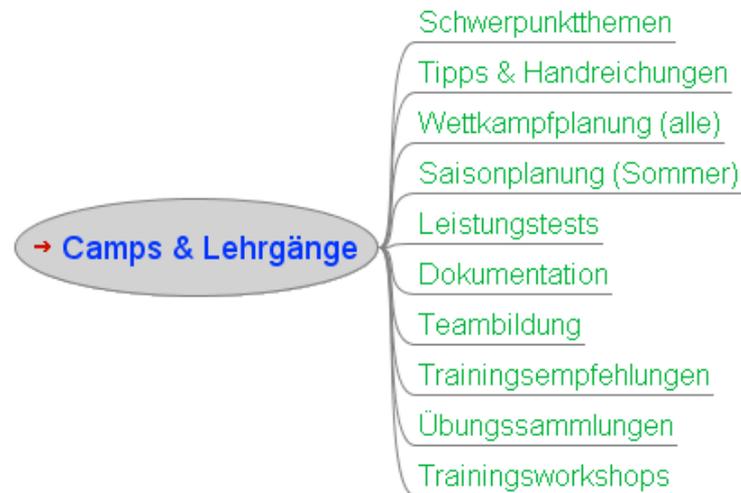
Um die Erkenntnisse der DSQV-Turniere besser nutzbar zu machen, müssen alle Punkte verstärkt berücksichtigt werden. Insbesondere die kontinuierliche Durchführung aller Maßnahmen muss erreicht werden. Ebenso muss der Anteil der schriftlich festzuhaltenden Informationen erhöht werden. Die Mitarbeit der Kaderspieler ist logischer Weise erforderlich und muss aktiv abgefragt werden. Sollte hier keine Bereitschaft bestehen, dann müssen Konsequenzen folgen. (→genauer, welche ...!)

Aufgaben/Forderungen für 2009/2010:

- Coach-Meetings zur Besprechung der bisher nur unzureichend umgesetzten Punkte.
- Verpflichtende Führung von Trainingstagebüchern der Athleten, die die Leistungssportförderung anstreben.
- Schriftliche Zielvereinbarungen für jede Saison (gelten auch als Ausschlusskriterium)



3.3 Camps & Lehrgänge



Ist-Stand:

Trainingscamps und auch Lehrgänge werden seit mehr als zwei bzw. drei Jahren nur noch vereinzelt durchgeführt. In den durchgeführten Camps und Lehrgängen sind Schwerpunkthemen kaum auszumachen. Eine Wettkampfplanung und/oder Saisonplanung findet kaum statt. Im Sommer finden auch keine regelmäßigen Leistungstests statt. Aus diesen Daten und den Informationen im Sommercamp wurden immer Trainingsempfehlungen erstellt. Dies fehlt jetzt komplett. Die Teambildungsmaßnahmen haben im Wesentlichen im Sommercamp stattgefunden. Auch das wird durch den Wegfall des Sommercamps nicht mehr geleistet.

Aufgabe:

Regelmäßige Trainingsmaßnahmen müssen, verpflichtend für die Leistungssportkonzeptteilnehmer (= Kaderspieler), wieder durchgeführt werden. Als Ergänzung zu den Trainings-Camps sollen Trainings-Workshops dienen. Die Trainingsempfehlungen sollen wieder dokumentiert werden, Leistungstests deutlich ausgeweitet und regelmäßig der Leistungsstand bzw. die Leistungsentwicklung überprüft werden. Eine grobe Wettkampf- und Saisonplanung soll zudem die Effektivität erhöhen.

Aufgaben/Forderungen für 2009/2010:

Trainings-Workshops für TOP-Spieler während der NRW JRLT

- Samstagmorgen vor Beginn mit 3 - 4 Spielern (U15 - U19)
- 2 Stunden Training und Besprechung
- dann spielen sie noch die Rangliste

Handbuch SQUASH erweitern.

Wettkampf- und Saisonplanung planen und besprechen.

Durchführung eines leistungssportlichen „Brain-Train“ für Sportler und Trainer (z.B. während der DEM 2010).



3.4 Turnierbesuche



Ist-Stand:

Mit Ausnahme der DSQV Jugendturniere müssen alle Turnierbesuche selbst organisiert werden. Die Turnierbesuche sind bisher auf freiwilliger Basis. Nur zu den DSQV Jugendturnieren erfolgt eine Nominierung anhand der Kaderlisten. Diese sind aber zu weit gefasst und eine „Qualifizierung“ stellen sie nicht dar. Für alle anderen Turniere ist gar keine Qualifizierung erforderlich.

Aufgabe:

Festlegung eines TOP-Teams. Auswahl geeigneter DSQV Ranglisten-Turniere (D/H), NRW Ranglisten-Turniere (D/H) und internationaler Turniere, bei denen die Teilnahme für das TOP-Team verpflichtend sein soll. Dies müsste nach Alter und Kader gestaffelt werden. Weitere Turniere könnten mit organisatorischer Unterstützung durch den SLV NRW besucht werden.

Aufgaben/Forderungen für 2009/2010:

- TOP-Team festlegen (Kaderkriterien überarbeiten)
- Pflichtturniere NRW festlegen (ca. 4)
- Pflichtturniere DSQV festlegen (nur die in NRW, ca. 3)
- Angebot internationaler Jugendturniere (Niederlande, Belgien, Deutschland = ca. 4-6)
 - dabei jeweils Betreuung während der Spiele, keine Anreise, keine Verpflegung, ...
 - verpflichtend für TOP-Team



3.5 Ligaspielbetrieb



Ist-Stand:

Die Bundesliga, NRW-Liga und auch die Jugendliga sind sehr unterschiedlich in der Leistungsstärke besetzt. Der Zeitaufwand für die Spitzen-Jugendlichen ist sehr hoch bei sehr unterschiedlichem Nutzen für die Spieler.

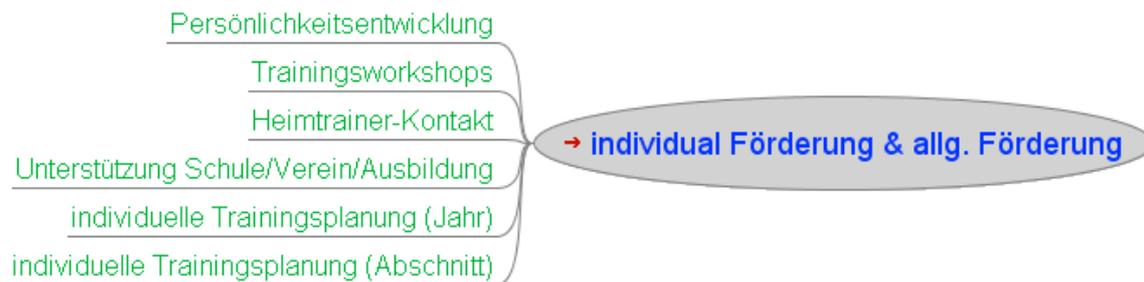
Aufgabe:

Schaffung von weiteren Angeboten für die Top-SpielerInnen.

Aufgaben/Forderungen für 2009/2010:

Etablierung zusätzlicher Events (wie z.B. ARGE-Alp Cup) oder eines Bundesliga/NRW-Liga Auswahlteams.

3.6 individuelle Förderung & allgemeine Förderung



Ist-Stand:

Derzeit findet eine individuelle Förderung nur auf Nachfrage und nur eingeschränkt statt.

Aufgabe:

Erweiterung in diesem Bereich .

Aufgaben/Forderungen für 2009/2010:

Heimtrainerkontakte: Brain-Train-Meetings (Erfahrungsaustausch)
 Trainings-Workshops
 Auswahl-Training durch Landestrainer für TOP-Team



3.7 Landesleistungsstützpunkte (LLStP) / BLStP



Ist-Stand:

Derzeit findet praktisch kein Training an anerkannten Standorten statt. Der an Krefeld angegliederte BLStP ist durch mangelndes Interesse der NRW Spieler wieder nach Mülheim umgezogen.

Aufgabe:

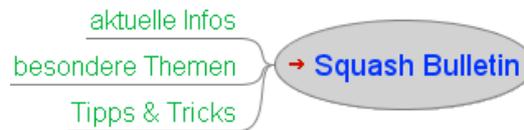
Konzentration der Sportler auf max. drei Standorte:.. Zwei feste Orte, möglichst in Anbindung an die BLStPs und ein alternierender Standort als LLStP on Tour. Die Teilnahmekontrollen müssen lückenlos erfolgen. Der Charakter des Trainings muss stärker einer Sichtung mit anschließenden „Hausaufgaben“ entsprechen. In enger Abstimmung mit den Trainern und individuellen Zielvereinbarungen wird das Training, besonders das Heimtraining, viel effektiver.

Aufgaben/Forderungen für 2009/2010:

Konzentration auf wenige Standorte im regelmäßigem Rhythmus
 Pflichtveranstaltung für Kadernspieler.
 Trainingskonzeption für die Stützpunkte erarbeiten.
 Regelmäßiger Gedankenaustausch (Leiter/Trainer/Landestrainer).
 BLStP in das Konzept integrieren, also z.B. LLStP eng angliedern



3.8 Squash Bulletin



Ist-Stand:

Derzeit gibt es keine regelmäßigen Informationen für die Kaderspieler.

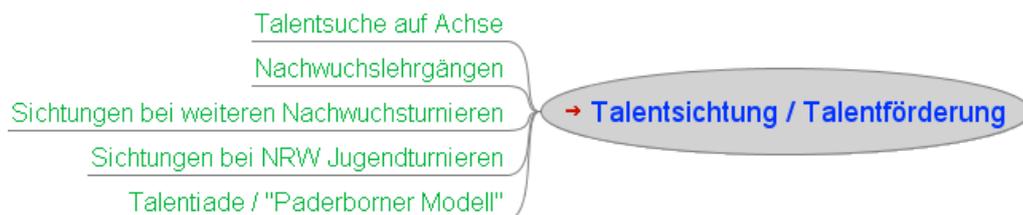
Aufgabe:

Sammlung interessanter Infos, Tipps und Tricks. Diese den Spielern als Newsletter zur Verfügung stellen.

Aufgaben/Forderungen für 2009/2010:

Kader-Trainings-Newsletter einrichten und regelmäßig erweitern bzw. auffrischen.

3.9 Talent-Scouting / Talent-Förderung (Talent-Forcing?)



Ist-Stand:

Es gibt derzeit faktisch nur eine offizielle und koordinierte Maßnahmen der Talentsichtung im Landesbereich des SLV NRW (TS/TF Projekt in Paderborn). Derzeit läuft es weitgehend nach dem Zufallsprinzip. Die Nachwuchs-Lehrgänge waren ein Schritt in die richtige Richtung. Sie werden aber schon seit drei Jahren nicht mehr durchgeführt.

Aufgabe:

Sichtungen bei den Turnieren verbessern. Zentrale und dezentrale Sichtungsmaßnahmen organisieren. Einheitliche Sichtungskriterien aufstellen. Verstärkung der begonnenen Schulsportmaßnahmen und Initiierung von weiteren TS/TF Projekten.

Aufgaben/Forderungen für 2009/2010:

„NRW-Talentscouting on Tour“ durchführen – als Sichtungsveranstaltungen an den LLStPs.
TS/TF Informationsveranstaltung durchführen und Vereine gezielt ansprechen.



3.10 Internetportal



Ist-Stand:

Informationen werden zur Verfügung gestellt. Teilweise aber mit großer Verspätung oder nur für Insider leicht zu finden. Die vorhandenen Trainingstipps sind eher für den Breitensport nutzbar.

Aufgabe:

Die Leistungsfähigkeit des Internets besser nutzen und einer möglichst breiten Öffentlichkeit zugänglich machen. Einen Blog einrichten und darüber interessante Infos und Tipps transportieren.

Aufgaben/Forderungen für 2009/2010:

- Blog einrichten (Nutzer und Gestalter dazu vorher gewinnen).
 „Info-Container“ in den Web-Auftritt einbauen
- Trainingstipps
 - Trainingspläne von den Lehrgängen
 - Informationen

Haan, im September/Oktober 2009



Kurzfassung – Aufgaben – Leistungssportförderkonzept

Traineraus- und -fortbildung

Ein weiteres Trainermodul in 2009, sowie 4-5 Trainermodule in 2010.

Entwurf von „roter-Faden“-Seminaren.

Durchführung eines leistungssportlichen „Brain-Train“ für Sportler und Trainer (z.B. während der DEM 2010).

Camps & Lehrgänge

Trainings-Workshops für TOP-Spieler während der NRW JRLT (Samstagmorgen vor Beginn mit 3 – 4 Spielern (U15 – U19), 2 Stunden Training und Besprechung, dann spielen sie noch die Rangliste)

Handbuch SQUASH erweitern.

Wettkampf- und Saisonplanung planen und besprechen.

Durchführung eines leistungssportlichen „Brain-Train“ für Sportler und Trainer (z.B. während der DEM 2010).

DSQV –Turniere

→Coach-Meetings zur Besprechung der bisher nur unzureichend umgesetzten Punkte.

→Verpflichtende Führung von Trainingstagebüchern der Athleten, die die Leistungssportförderung anstreben.

→Schriftliche Zielvereinbarungen für jede Saison (gelten auch als Ausschlusskriterium)

Turnierbesuche

TOP-Team festlegen (Kaderkriterien überarbeiten)

Pflichtturniere NRW festlegen (ca. 4)

Pflichtturniere DSQV festlegen (nur die in NRW, ca. 3)

Angebot internationaler Jugendturniere (Niederlande, Belgien, Deutschland = ca. 4-6)

- dabei jeweils Betreuung während der Spiele, keine Anreise, keine Verpflegung, ...

- verpflichtend für TOP-Team

Ligaspielbetrieb

Etablierung zusätzlicher Events (wie z.B. ARGE-Alp Cup) oder eines Bundesliga/NRW-Liga Auswahlteams.

individuelle Förderung & allgemeine Förderung

Heimtrainerkontakte: Brain-Train-Meetings (Erfahrungsaustausch)

Trainings-Workshops

Auswahl-Training durch Landestrainer für TOP-Team

Landesleistungsstützpunkte (LLStP) / BLStP

Konzentration auf wenige Standorte im regelmäßigem Rhythmus

Pflichtveranstaltung für Kaderspieler.

Trainingskonzeption für die Stützpunkte erarbeiten.

Regelmäßiger Gedankenaustausch (Leiter/Trainer/Landestrainer).

BLStP in das Konzept integrieren, also z.B. LLStP eng angliedern

Squash Bulletin

Kader-Trainings-Newsletter einrichten und regelmäßig erweitern bzw. auffrischen.

Talent-Scouting / Talent-Förderung (Talent-Forcing?)

„NRW-Talentscouting on Tour“ durchführen – als Sichtungveranstaltungen an den LLStPs.

TS/TF Informationsveranstaltung durchführen und Vereine gezielt ansprechen.

Internetportal

Blog einrichten (Nutzer und Gestalter dazu vorher gewinnen).

„Info-Container“ in den Web-Auftritt einbauen

- Trainingstipps

- Trainingspläne von den Lehrgängen

- Informationen

- *Genauere Erläuterungen zu den einzelnen Punkten befinden sich im Leistungssportförderkonzept -*

Lars Schweinitz – Landestrainer SLV NRW – Diplomtrainer des DOSB

latzi@onlinehome.de