

Leichtathletik-Verband Rheinland



Nachwuchs-Förderkonzept U16 und jünger

Stand: September 2018

Inhalt:

Seite 2	Inhaltsverzeichnis
Seite 3	Einleitung und Übersicht
Seite 4	Struktur der Talent-Förder-Gruppe (M/W U16)
Seite 6	Ansprechpartner und Regionale Aufteilung der P-Kader
Seite 7	Fachliche Qualifikation und Aufgaben der Trainer, Zeitliche Vorgaben
Seite 8	Inhalte der Trainingsmaßnahmen
Seite 9	Qualifikationsnormen
Seite 10	Heimtrainer der Athleten
Seite 10	Athleten der Fördergruppen

Einleitung

Seit 1995 ist der Leichtathletik-Verband Rheinland in der Sichtung und Förderung der Altersklassen U16 und jünger tätig. Damals mehr oder weniger als vereinsübergreifendes Trainingsprojekt geplant, entwickelte sich schnell eine dauerhafte und erfolgreiche Serie von Maßnahmen, die bei den Athleten und Trainern gut ankommen und neben dem Trainingseffekt auch viele soziale Kontakte und Wissenserweiterungen ermöglichen.

Im Jahr 2010 wurde das aktuelle Konzept verabschiedet. Um Schritt zu halten mit neuen Entwicklungen und die Attraktivität für Athleten und Trainer zu gewährleisten, haben wir immer wieder neue Aspekte in unsere Arbeit einfließen lassen.

Mit dieser Broschüre möchten wir uns nicht nur vorstellen und auf uns aufmerksam machen, sondern auch einen Einblick geben, was notwendig ist, um bei uns dabei zu sein, was wir tun und welche Ziele wir verfolgen. Transparenz ist uns wichtig.

Mit unserer Arbeit möchten wir jungen, leistungsorientierten Menschen die Möglichkeit geben, sich im Sport zu entwickeln und zu lernen, dass Selbstdisziplin, Einsatzbereitschaft und Willenskraft zielführend sind und diese Eigenschaften sich auch im späteren Leben positiv auswirken werden.

Förderung der Landeskader unterhalb der Bundeskader

Förderebene	Altersklassen	Zuständigkeit	Leitung
LSB/-LVR-D-Kader	U23 m/w Jugend U20/18	LSB/LVR	Beauftragter für Leistungssport
Talent-Förder-Gruppe	m/w Jugend U16	LVR	Vorsitzender des Beirates Jugend- und Schulsport, Beauftragter für Talentsichtung und -förderung
P-Kader	m/w Jugend U14	LVR	Vorsitzender des Beirates Jugend- und Schulsport, Beauftragter für Talentsichtung und -förderung

Struktur der Talent-Förder-Gruppe

- Leitung: Vorsitzender des Beirates Jugend- und Schulsport
Beauftragter für Talentsichtung und -förderung
- Altersklasse: M/W 14 und 15
- Förderbereiche: Mehrkampf und Lauf
- Gruppengröße: ergibt sich aus der Anzahl der Athleten mit erreichten Qualifikationsleistungen.
Die Gruppengröße sollte im Mehrkampf 15 nicht überschreiten, im Bereich Lauf kann die Gruppe auch größer sein, das Maximum sollten 20 Athleten liegen
- Mitarbeiter:
- Mehrkampf: je 1 Trainer männlich und 1 Trainer weiblich
 - Lauf: 1 Trainer für den gesamten Kader
 - Physiotherapeut
 - Externe Trainer / DLV-Trainer / Top-Athleten als Gäste
 - Die Verbandstrainer sollen die Maßnahmen nach Möglichkeit fachlich unterstützen
- Aufnahmekriterien:
- für den Bereich Mehrkampf
- Nachweis der Qualifikationsnorm im 7- bzw. 9-Kampf, im Blockwettkampf
oder
 - Nachweis einer D-Kader-Norm für die Altersklasse M/W14
oder
 - LVR-Bestenlisten-Platzierungen in mindestens drei Disziplinblöcken (Sprint/Hürden – Lauf – Sprung – Mehrkampf) mit der kumulierten Punktzahl der Qualifikationsleistung des entsprechenden Mehrkampfes plus 3 Prozent
- Für den Bereich Lauf
- Nachweis der Qualifikationsnorm auf einer Laufstrecke von 800 bis 3.000 Meter (Bahnwettbewerbe)
oder
Nachweis der DM-Norm bzw. Teilnahme an der DM Blockwettkampf Lauf in der Altersklasse M/W14
- Allgemeine Kriterien
- Ausgefüllter Talent-Erfassungsbogen (TEB)
 - Perspektive als Ergebnis der Auswertung des TEB
 - Zustimmung des Heimtrainers

 - Die TFG-Trainer können, wenn die maximale Gruppengröße nicht erreicht ist, bis zu drei Athleten benennen, die diese Kriterien nicht erfüllen, von denen sie aber glauben, dass sie durch ihre Fähigkeiten für den Kader geeignet sind.

 - Ein/e Athlet/in kann nur Mitglied in einem Kader sein, das bedeutet entweder Mehrkampf oder Lauf

Ende der Leistungsnachweismöglichkeit:

1. Wochenende im Oktober des laufenden Jahres

Benennungszeitpunkt: ca. 15. Oktober des laufenden Jahres für die neue Saison

Zusammenstellung: Die TFG-Leitung und die TFG-Trainer schlagen die Athleten der TFG vor, der Beitrag Jugend bestätigt diesen Vorschlag

Umfang der Maßnahmen:

- 1 Maßnahme mit Übernachtung für alle Talent-Förder-Gruppen
- 4 Tagesmaßnahmen
- Blockspezifische Maßnahmen im Frühling und Sommer
- Vorbereitung zur DM Jugend U16 (Einzel und Blockwettkampf)
- Begleitung bei höherwertigen Meisterschaften (soweit erforderlich oder erwünscht)

Trainingsinhalte:

- Training nach dem Rahmentrainingsplan Grundlagentraining
- das Training findet jahreszeitbezogen statt
- Jokerelemente aus anderen Sportarten werden eingebunden
- DLV-Kader-Test
- Die TFG Trainer teilen die Trainingsinhalte ca. zwei Wochen vor der Maßnahme den Heimtrainern mit.

Gentlemen`s Agreement: Mit jedem Athlet sollten folgende Maßnahmen vereinbart werden: Antidoping-Erklärung, Führen eines Trainingstagebuchs

Steigerung der Attraktivität für Athleten und Heimtrainer:

Die Heimtrainer werden gemeinsam mit den Athleten zu den Maßnahmen eingeladen. Den Heimtrainern wird auf Antrag die Teilnahme als Fortbildung für Ihre Übungsleiterlizenz anerkannt.

Die Sensibilisierung der Heimtrainer für Grundlagen wie Beweglichkeit, mögliche Testserien, alternative Trainingsmethoden sind Ziele der Maßnahmen.

Es sollen Berichte über die Maßnahmen auf der Internetseite des Landesverbandes und der Facebook-Seite der TFG und ggf. in der lokalen Presse erstellt werden.

Die Unterstützung bei der Teilnahme an Deutschen Meisterschaften wird den Athleten und Heimtrainern angeboten.

Ansprechpartner der Nachwuchsförderung U16/U14

TFG Mehrkampf – männlich und TFG Lauf:
Jörg Klein Tel: 0170 /721 8827

Mail: joerg.klein@lvrheinland.de

TFG Mehrkampf – weiblich:
Alexandra Wehler Tel: 0160/182 9828

Mail: alexandra.wehler@lvrheinland.de

Perspektivkader West:
Melanie Schröter Tel: 0177/490 1881

Mail: melanie.schroeter@lvrheinland.de

Perspektivkader Nord:
Marcel Kirstges Tel: 0176/5462 7757

Mail: marcel.kirstges@lvrheinland.de

Perspektivkader Ost:
Julia Franz Tel: 0170/281 2171

Mail: julia.franz@lvrheinland.de

Perspektivkader Süd:
Björn Hahn Tel: 0160/752 2504

Mail: bjoern.hahn@lvrheinland.de

Beauftragter für Jugend- und Kinderfragen:
Vorsitzender des Beirates Jugend- und Schulsport
Gregor Blanke Tel: 0171/520 1918

Mail: gregor.blanke@lvrheinland.de

Beauftragter für Jugendwettkampfwesen:
Achim Bersch Tel: 0171 /271 2092

Mail: achim.bersch@lvrheinland.de

Fachliche Qualifikation der Trainer

- B-Trainer-Ausbildung oder mehrjährige Erfahrung im Altersbereich der zu betreuenden Gruppen
- Kenntnis und Arbeitsweise nach dem Rahmentrainingsplan Grundlagentraining unter besonderer Berücksichtigung der Pädagogik im Nachwuchstraining.

Aufgaben der TFG -Trainer und Perspektivkader-Trainer

- Planung der Maßnahmen (Termine festlegen, Hallen und/oder Stadien buchen, Essen)
- Einladung der Athleten
- Vorbereitung der Maßnahmen (Trainingsinhalte festlegen, Materialien besorgen)
- Festlegen der Programme und Mitteilung an die Heimtrainer möglichst 14 Tage im Voraus
- Durchführung der Maßnahmen
- Nachbereitung (Teilnehmerlisten Athleten und Trainer, Einschätzung der Athleten,...)
- Kontaktpflege zu den Heimtrainern
- Beobachten der Bestenlisten
- Beobachten der Rheinland-Meisterschaften der entsprechenden Altersklassen
- Aktive Teilnahme an der Talentiade
- Führen von Statistiken über TFG-Athleten (Talent-Erfassungsbogen)
- Interner Austausch im LVR-Trainerteam
- Teilnahme an Trainersitzungen

Zeitliche Abläufe

Die Terminplanung aller Fördermaßnahmen ist dem LVR-Rahmenterminplan anzupassen, dass bedeutet, dass an Meisterschaftswochenenden keine Fördermaßnahmen stattfinden dürfen.

Die Trainingstage sollen hauptsächlich im Winter stattfinden, die letzte Maßnahme der Perspektiv-Kader soll im Sommer stattfinden.

Inhalte der Trainingsmaßnahmen (Auswahl) der Talent-Förder-Gruppe

1. sportliche Inhalte

konditionelle und koordinative Tests
Inhalte des Rahmentrainingsplan GLT
Koordinatives Training
Kräftigungstraining
Grundtechnik der Disziplinen
Inhalte aus anderen Sportarten
Videoauswertung

2. überfachliche Inhalte

LVR Nachwuchskonzept
Verbandsstruktur
Ernährungsberatung
Anti-Doping
Körperlehre
Lerntechniken

3. interaktive Inhalte

Kennenlernen
Zielabsprachen
Wettkampfvorbesprechung
Wettkampfnachbesprechung

4. persönlichkeitsfördernde Inhalte

Motivation/Willenskraft
Interviews
Wettkampfvorbereitung

Qualifikationsnormen für die Förderkader U16 und U14

Qualifikationsnormen für die Aufnahme in die Talent-Förder-Gruppe:					
Bereich 1.1: Mehrkampf männlich		BWK Sprint	BWK Lauf	BWK Wurf	9-Kampf
M14 => M15	Qualifikation TFG	2.550	2.500	2.450	4.500
M13 => M14	Qualifikation TFG	2.250	2.225	2.200	
M12 => M13	Qualifikation PK	2.000	1.975	1.950	
Bereich 1.2: Mehrkampf weiblich		BWK Sprint	BWK Lauf	BWK Wurf	7-Kampf
W14 => W15	Qualifikation TFG	2.400	2.350	2.350	3.250
W13 => W14	Qualifikation TFG	2.300	2.250	2.250	
W12 => W13	Qualifikation PK	2.100	2.100	2.050	
Bereich 2.1: Lauf männlich		800 m	2.000 m	3.000 m	
M14 => M15	Qualifikation TFG	2.18,00	6.52,00	10.45,00	
M13 => M14	Qualifikation TFG	2.28,00	7.20,00	11.30,00	
M12=> M13	Qualifikation P-Kader	2.37,00	7.45,00		
M11=> M12	Qualifikation P-Kader	2.45,00	8.05,00		
Bereich 2.2 - Lauf weiblich		800 m	2.000 m	3.000 m	
W14 => W15	Qualifikation TFG	2.33,00	7.40,00	12.00,00	
W13 => W14	Qualifikation TFG	2.38,00	8.00,00	12.30,00	
W12 => W13	Qualifikation P-Kader	2.42,00	8.20,00		
W11 => W12	Qualifikation P-Kader	2.50,00	8.35,00		

Heimtrainer der Athleten

Die Heimtrainer werden gemeinsam mit ihren Athleten zu den Maßnahmen der Talent-Förder-Gruppen und den Perspektiv-Kadern eingeladen.

Wir möchten den Heimtrainern unsere Inhalte vorstellen und sicherstellen, dass die Trainer gemeinsam mit ihren Athleten diese in den Trainingseinheiten des Vereins weiterführen.

Die Zusammenarbeit mit den Heimtrainern ist uns wichtig, weil wir dort auch gemeinsame Inhalte und Wettkampfziele besprechen und festlegen können.

Natürlich greifen wir gerne Anregungen und Inhaltsvorschläge der Heimtrainer für unsere Maßnahmen auf.

Gleichzeitig bieten wir Heimtrainern die Möglichkeit, mit ihrer Teilnahme Fortbildungsstunden für die Verlängerung ihrer Lizenz zu sammeln.

Volle Tage belohnen wir mit 6 Lerneinheiten, halbe Tage mit 3 Lerneinheiten. Mit zweieinhalb Tagen (innerhalb von vier Jahren) kann man somit seine Lizenz komplett verlängern lassen.

Athleten der Fördergruppen

Du bist Mitglied unserer Fördergruppen? Herzlichen Glückwunsch!

Wir bieten dir einige Möglichkeiten, deine guten Leistungen weiter zu verbessern. Unsere Trainingsangebote sollen das Vereinstraining ergänzen.

Du hast im Kader die Möglichkeit, mit den Besten deines Jahrgangs gemeinsam zu trainieren und sie besser kennen zu lernen.

Wir erwarten von dir, dass Du regelmäßig am Vereinstraining und am Kadertraining teilnimmst.

Die Meisterschaften und Vergleichskämpfe des Landesverbandes haben für dich Priorität im Terminkalender.

Du hast eine positive Einstellung und Bereitschaft zum Leistungssport und führst einen dementsprechenden Lebensstil.

Dein Ziel ist die erfolgreiche Teilnahme an Deutschen Meisterschaften der Jugendklassen und du trittst für einen sauberen Sport ohne illegal unterstützende Mittel und Methoden ein.