

Konzept - Landesradsportkader Niederösterreich

Organisation und Training für Kaderathleten U13 bis Junioren



Kurzbeschreibung

Um im heutigen Leistungs- und Hochleistungssport bestehen zu können, ist eine professionelle Ausbildung im Jugendbereich unumgänglich. Hier müssen alle Grundlagen gelegt und Voraussetzungen geschaffen werden, die es braucht, um später erfolgreich zu sein. Nebenbei müssen aber auch Faktoren berücksichtigt werden, die es den jugendlichen LeistungssportlerInnen ermöglichen erstens, im Sinne einer optimalen Belastungsverträglichkeit diesen Sport körperlich gesund auszuüben und auch nach ihrer sportlichen Karriere ohne gesundheitliche Beschwerden zu leben. Zweitens, psychisch eine individuelle Persönlichkeit zu entwickeln, um sich aus ihrem Willen heraus für diesen Sport zu entscheiden, denn nur so ist eine nachhaltige Motivation möglich. Und drittens eine Schul- oder Berufsausbildung abzuschließen, denn der (Hoch)Leistungssport ist nur ein kleiner Teil des Lebens.

Der Landeskader soll als Kompetenzzentrum dienen und den AthletInnen dieses professionelle Umfeld bieten. Er soll ihnen einerseits Trainingsmöglichkeiten und Zugang zu Zubringerleistungen bereitstellen und andererseits eine Anlaufstelle für Vereinstrainer und Personen des persönlichen Umfelds sein.

Projektbegründung

Die Nachwuchsarbeit im österreichischen Mountainbikesport wird durch Vereine und Leistungssportschulen geleistet. Vor allem im Osten Österreichs ist diese Arbeit durch die geringe Anzahl an Vereinen mit Nachwuchsarbeit sehr ortsbezogen, kleinräumig und individuell. Nur eine kleine Auswahl an NationalkaderathletInnen erhält die Möglichkeit übergeordnet und gemeinsam mit anderen AthletInnen zu trainieren. Ebenso kleinräumig ist die Vernetzung der TrainerInnen.

Um dies zu verbessern werden durch die 2016 veröffentlichten „ÖRV-Trainingsrichtlinien Nachwuchs“ die Rahmenbedingungen für ein übergeordnetes Ausbildungssystem festgelegt und anhand von 6 Modulen skizziert. Der hier vorgestellte Landeskader soll Modul 3 (Regionale Nachwuchsmodelle) und Modul 4 (Landeskader) umsetzen. Da die Vereinsdichte in Ost-Österreich gering ist, macht es Sinn diese beiden Module zusammenzufassen.

Modul 3 - Regionale Nachwuchsmodelle (Kinder/Jugendliche ab 11 Jahren, U13, U15 & U17):

Vereinsübergreifende Zusatzbetreuung der Nachwuchstalente einer Region in Training und Wettkampf als Impulssystem für die weitere Arbeit in den Vereinen. Vorbereitende Techniks Schulung in der allgemeinen Athletik. In Lehrgängen radspartenübergreifendes Techniktraining.

Modul 4 – Landeskader: (Jugendliche ab 13 Jahren, U15 & U17):

Landesweite Zusatzbetreuung der Nachwuchstalente eines Bundeslandes in Trainingskursen (mit radspartenübergreifenden Trainingsschwerpunkten) und ausgewählten hochwertigen Wettkämpfen. Überprüfung der Nachwuchssportler im Hinblick auf die Leistungssporttauglichkeit unter Berücksichtigung des biologischen Alters und Testung motorischer Fähigkeiten. (ÖRV, 2016, S. 9)

Vision

Der Landeskader bietet seinen AthletInnen Zugang zu professioneller Unterstützung in allen für den Wettkampfsport relevanten Bereichen. Das betrifft einerseits Unterstützung und Beratung im sportlichen Training in den Kompetenzbereichen der Kadertrainer (Kernbereiche wie Ausdauer, Kraft & Fahrtechnik), sowie andererseits die Zusammenarbeit mit sportartaffinen Personen aus den Bereichen Sportpsychologie, Physiotherapie, sowie der Sportmedizin und Leistungsdiagnostik.

Durch die Implementierung eines österreichweiten vom ÖRV vorgegeben Testsystem können und werden anhand von Tests entwicklungsgemäße Standards regelmäßig überprüft und bieten damit Referenzwerte für eine nationale Vergleichbarkeit.

Durch die schon in jungen Jahren professionelle Unterstützung der SportlerInnen, werden entsprechend der aktuellen wissenschaftlichen Auffassung von Nachwuchsleistungssport, in einem ganzheitlichen Trainingskonzept die wichtigen Grundlagen für eine langfristige Leistungsentwicklung gelegt. Der Landeskader dient als übergeordnete Kompetenz-, Anlauf- und Vermittlungsstelle für SportlerInnen, VereinstrainerInnen & Personen des persönlichen Umfelds. Im Großen und Ganzen werden den SportlerInnen Trainingsmöglichkeiten, -ideen und -inhalte vermittelt, die sie im Privat- und Vereinstraining umsetzen können, sollen und müssen.

Für die Koordination ist ein Landeskadertrainer vorgesehen, der die Leitung übernimmt und in Zusammenarbeit mit dem LRV-Sportausschuss, sowie Kompetenzpersonen der jeweiligen Sparten die inhaltliche Umsetzung organisiert. Inhaltlich betrifft dies vor allem die Kadernominierung, Trainingskurse und die Organisation der Leistungstests.