

DIE FÜNF LERNGRUPPEN

ENTDECKER UND EINSTEIGER

Wer eine neue Sportart entdeckt, bezeichnen wir als «Entdecker» bzw. «Einsteiger». Sie beginnen meistens nicht bei null, sondern bringen aus dem Alltag oder aus anderen Sportarten bereits einen bestimmten Erfahrungsschatz an Bewegungen mit. Auf F1 Stufe liegt das Augenmerk hauptsächlich auf dem Entdecken der Spielformen sowie Erwerben und Festigen der Bewegungsgrundformen Gleiten, Springen, Drehen, Balancieren, Rhythmisieren, Werfen, Fangen, Kämpfen und so weiter. Bei der spezifischen technischen Entwicklung steht das Erlernen der exakten Motorik und Handlungen in Bezug auf die einzelnen Skills im Vordergrund.

Methodische Konsequenzen

Entdecker und Einsteiger müssen bezüglich ihres Bewegungsrepertoires individuell erfasst und angemessen in die neue Sportart eingeführt werden. Spielformen sind zentrale didaktische Aspekte der Ausbildung. Zudem müssen die ersten Erfahrungen in einem sicheren Umfeld erfolgen und mit positiven Erlebnissen verbunden sein.

FORTGESCHRITTENE

Die Mitglieder dieser Lerngruppe zeichnen sich in ihrer Sportart bereits durch einen guten Leistungsstand und eine umfassende Sicherheit in der Bewegungsübung aus. Fortgeschrittene können die Bewegungs- und Spielformen anwenden und nehmen meist auch schon an Wettkämpfen teil. Ab der Phase F3 beginnt das sportartspezifische Engagement in organisierten Breiten- oder Leistungssport.

Methodische Konsequenzen

Fortgeschrittene sollen in der Lage sein, ihre erworbenen Fähigkeiten in verschiedensten Situationen anzupassen. Die Anforderungen in Übungs- und Spielformen müssen variieren und somit verschiedene Herausforderungen (Zeit, Raum, Regeln, Zusatzaufgaben etc.) an die Spieler stellen.

TALENTE

Talente können die Bewegungs- und Spielformen spezialisieren, ausserdem bringen sie überdurchschnittliche Fähigkeiten mit. Sie können mit weniger Aufwand gleiche Leistungen erbringen, verfügen über eine aussergewöhnliche Lernfähigkeit sowie eine schnelle Auffassungsgabe. Zudem besitzen sie eine enorme intrinsische Motivation. Talentierte Athleten/-innen sind psychisch und physisch

Lerngruppe	Lernstufe	Methodik
ENTDECKER	ENTDECKEN	ANIMIEREN
EINSTEIGER	ERWERBEN	FESTIGEN
FORTGESCHRITTENE	ANWENDEN	VARIIEREN
TALENT	SPEZIALISIEREN	PERFEKTIONIEREN
KÖNNER	GESTALTEN	ERGÄNZEN

Methodisches Konzept, Quelle: Eigene Darstellung in Anlehnung (Birrer et al., 2016)

belastbar und haben «gute Gene». Sie benötigen für Ihre strukturierten sowie freien Trainingsaktivitäten ein leistungsförderndes Umfeld.

Methodische Konsequenzen

Das Ziel in der Arbeit mit den Talenten ist es, ihr bisher gezeigtes Entwicklungspotenzial und ihre Lernfähigkeit zu bestätigen. Durch ein gesteigertes Trainingsvolumen und ein höheres persönliches Engagement sollen die Talente ihr Potential steigern und nun auch Leistungsziele erreichen können. Die Talente sollen durch entsprechend anspruchsvolle Trainingsgestaltung auch ihr Engagement, ihre Motivation sowie ihre mentalen und persönlichen Eigenschaften unter Beweis stellen können. Eine hohe Betreuungsqualität durch Klub/Verband ist in dieser Phase ein weiterer Schlüsselfaktor.

KÖNNER

Sie sind die Besten ihrer Sportart und werden hier als Könnern bezeichnet. Könnern sind in der Lage, auch anspruchsvolle Bewegungsformen individuell auszugestalten und qualitativ höchsten Ansprüchen zu genügen. Sie verfügen über einen reichen Erfahrungsschatz, den sie – nicht nur in Wettkämpfen - vielfältig und gezielt nutzen können.

Methodische Konsequenzen

Mit Könnern zu arbeiten stellt hohe Anforderungen an die Trainingsleitung. Die Besten ihres Fachs können in der Regel das eigene Bewegungsverhalten bereits sehr gut reflektieren. Deshalb sind sehr verschiedene Rückmeldungen erforderlich, die von den Trainern eine hohe Sportartkompetenz verlangen. Da sich die Athleten/-innen auf einem höheren Leistungsstand befinden als ihre Coaches, können ihnen die Bewegungselemente oft nicht mehr vorgezeigt werden. Deshalb müssen andere methodische Wege gefunden werden, um ein gutes Training oder eine qualitativ hochstehende Ausbildung zu gewährleisten. Auch der Erfahrungsaustausch unter den Könnern muss spezifisch gefördert und ausgewertet werden.

