

Dieter Augustin / Winfried Joch

Redaktion

Jugendleichtathletik

Arbeitsbericht des
Internationalen DLV-Fortbildungskongresses
„**Jugendleichtathletik**“
vom 4. bis 6. Dezember 1987
am Fachbereich der Universität Mainz
in Zusammenarbeit mit dem
Bundesinstitut für Sportwissenschaft in Köln



Schors-Verlag Niedernhausen/Taunus 1988

Inhaltsverzeichnis

Geleitwort des DLV-Lehrwartes Prof. Dr. Winfried Joch	11
Vorbemerkungen der Redaktion	13

GRUNDSATZREFERATE

Leitung: <i>Prof. Dr. Herbert Hopf</i>	15
<i>Bernhard Schäfers</i> Jugend heute	16
<i>Günter Becker</i> Leichtathletik-Jugend heute	21

THEMENBEREICH 1

Leichtathletik attraktiver machen – Teil 1: Athlet – Trainer – Verein Leitung: <i>Rüdiger Nickel</i>	27
<i>Volker Rittner</i> Aktive, Übungsleiter, Trainer – Zum sozialen Wandel von Betreuungsleistungen im organisierten Sport	28 X
<i>Jürgen Mallow</i> Unterschiedliche Zuständigkeiten des Trainers gegenüber dem Athleten bei wechselndem Leistungsvermögen	31
<i>Hans-Gerhard Sack</i> Anwendung des Konzepts des Assessment-Centers auf die Personalauswahl und -entwicklung von Trainern und Übungsleitern im Deutschen Leichtathletik-Verband	38
<i>Holger Kranz</i> Darstellung des Modells Gelnhausen	49

THEMENBEREICH 1

Leichtathletik attraktiver machen – Teil 2: Schulsport Leitung: <i>Prof. Hermann Salomon</i>	51
<i>Ulrich Schütte</i> Leichtathletik in der Schule: Überlegungen – Trends – Literatur	52
<i>Wolfgang Söll/Ute Kern</i> Hat die Leichtathletik in der Schule noch eine Chance?	62
<i>Werner Gosewinkel</i> Vielfalt und Übungsformen des Laufens im Rahmen des Schulsportunterrichtes	69
<i>Wilhelm Brodbeck</i> Drehwurfschulung mit dem Gymnastikreifen	73

<i>Gertrud Übbing</i> Projekt Zehnkampf in der Schule – Bericht über Planung und Durchführung des Projekts „Zehnkampf unter erleichterten Bedingungen“ im Rahmen einer Projektwoche	75
<i>Hermann Salomon</i> Leichtathletik in den Schulen von Rheinland-Pfalz – Vom Lehrplan zum Schulplan –	83
<i>Heiner Liewald</i> Der Stellenwert der Leichtathletik im Sportunterricht der Gymnasien unter Berücksichtigung von Wettkämpfen	92

THEMENBEREICH 1

Leichtathletik attraktiver machen – Teil 3: Wettkämpfe – Normen – Neue Wege Leitung: <i>Dietrich Kayser, Prof. Willi Petter</i>	99
<i>Willi Petter</i> Leichtathletik attraktiver machen – ein Versuch theoretischer Vorüberlegungen	100
<i>Dietrich Kayser</i> Leichtathletik attraktiver machen durch neue Leistungsanreize, mehr Transparenz und bessere Visualisierung bei Wettkämpfen	108
<i>Dieter Massin</i> Attraktive Jugendleichtathletik-Veranstaltungen: Erfahrungen mit der „Mammutiade“	111
<i>Wilhelm Brodbeck/Peter Wastl</i> unter Mitarbeit von <i>Walburga Beines, Sabine Braun und Thomas Hörter</i> Vorschläge für attraktive und variantenreiche Wettkampfformen in der Leichtathletik: Springparcours und Leichtathletik-Biathlonstaffel	122
<i>Rolf W. Krempel</i> Neue Wege, vertiefte Selbsterfahrung, neue Attraktivität?	127

THEMENBEREICH 2

Rahmentrainingspläne – Teil 1: Grundlagentraining Leitung: <i>Wolfram Ruth</i>	135
<i>Ulrich Becker</i> Die zentrale Rolle des Rahmentrainingsplanes „Grundlagentraining“ in der Ausbildung des jugendlichen Leichtathleten	136
<i>Klaus Oltmanns</i> Die Umsetzung des Rahmentrainingsplanes in die Praxis: Exemplarische Darstellung des Schwerpunktes „Werfen“	145

<i>Detlef Klaar</i>	
Erfahrungen mit dem Rahmentrainingsplan in der Übungsleiterausbildung	154
THEMENBEREICH 2	
Rahmentrainingspläne – Teil 2: Aufbautraining	
Leitung: <i>Wolfram Ruth</i>	157
<i>Herbert Czingon</i>	
Gemeinsame Ziele und Strukturen des Rahmentrainingsplanes „Aufbautraining“	158
<i>Hannelore Keydel</i>	
Vorstellung des RTP-Sprint	163
<i>Henning von Papen</i>	
Der Rahmentrainingsplan für das Aufbautraining im Block „Lauf“	169
<i>Herbert Czingon</i>	
Der Rahmentrainingsplan für das Aufbautraining: Sprung	177
<i>Eva Wilms</i>	
Rahmentrainingsplan „Wurf“	180
<i>Wolfgang Bergmann</i>	
Rahmentrainingsplan „Mehrkampf“	187
THEMENBEREICH 3	
D- und C-Kader: Erfassung – Betreuung – Förderung	
Leitung: <i>Wolfram Ruth</i>	191
<i>Frank Hensel</i>	
Erfassung – Betreuung – Förderung dargestellt am Beispiel des Berliner Leichtathletik-Verbandes	192
<i>Heinz-Dieter Antretter</i>	
Athletenförderung am Beispiel des Fußball- und Leichtathletik-Verbandes Westfalen e.V.	196
<i>Peter Holz</i>	
Die Förderung der Nachwuchskader am Beispiel des LV Württemberg	200
<i>Ulrich Becker/Hubert Funke</i>	
D-Kader-Förderung in der Leichtathletik Ergebnisse einer Befragung von D-Kader-Trainern	216
<i>Hannelore Keydel</i>	
Die Förderung der Nachwuchskader im DLV	227
THEMENBEREICH 4	
Trainingsmethodik – Teil 1: Trainingsmethodik 1	
Leitung: <i>Prof. Heinz Oberbeck</i>	233
<i>Karen und Alfons Sonneck</i>	
Hammerwerfen für Mädchen und Frauen	234

<i>Gereon Eyting</i> Dreisprung für Mädchen	244
<i>Martin Hillebrecht</i> Methodik des Stabhochsprungs für Frauen	247

THEMENBEREICH 4

Trainingsmethodik – Teil 2: Trainingsmethodik 2 Leitung: <i>Prof. Dr. Dieter Augustin</i>	253
<i>Rudolf Peukert / Gerd Schröter</i> Koordinative Ausbildung – wichtiger Bestandteil des leichtathletischen Nachwuchstrainings in der DDR	254
<i>Karl-Peter Knebel</i> Trainingsmethodische Hinweise zur Vermeidung von Schäden am Stütz- und Bewegungsapparat im Krafttraining mit Kindern und Jugendlichen	264
<i>Lyle Sanderson</i> Das Training von Ben Johnson	276
<i>Heinz Oberbeck</i> Mentales Training jugendlicher Leichtathleten	277
<i>Thomas Kurschilgen</i> Kurzdarstellung des Modellversuchs „Stabhochsprung Wattenscheid“	282

THEMENBEREICH 5

Psychologische Fragestellungen in Training und Wettkampf Leitung: <i>Heinrich Langenkamp</i>	291
<i>Heinrich Langenkamp</i> Zu Fragen der Vermittlung psychologischer Inhalte, Erkenntnisse und Erfahrungen	292
<i>Matthias Schmole</i> Das psychologische Potential des jugendlichen Leichtathleten – Eine Untersuchung mit Hilfe eines projektiven Verfahrens (PTS)	298
<i>Erwin Hahn</i> Streßbelastung im Training bei Jugendlichen	309
<i>Karsten G. Jung</i> Individuelles Leistungsstreben und soziale Bezugsnormen bei jugendlichen Leichtathleten	319
<i>Adolf Beier / Manfred Müller / Johannes Wunderlich</i> Einige Überlegungen zur Bedeutung des sportspezifischen Leistungsmotivs – untersucht im Rahmen einer Talentförderungsmaßnahme	327

THEMENBEREICH 6

Internationale Jugendleichtathletik

Leitung: *Prof. Dr. Norbert Müller*

337

Frédéric Aubert

Die Gestaltung des Hürdentrainings im Jugendalter

338

Ortwin Scheible

Das Mittelstrecken-Training talentierter Nachwuchsläuferinnen

343

Lyle Sanderson

Die systematische Entwicklung des Talents im Siebenkampf

354

Hansruedi Kunz

Zehnkampftraining bei talentierten Jugendlichen

362

Hans Bodo Merckwirth

Nachwuchsentwicklung im Sprung

(verdeutlicht am Beispiel des Weitsprungs der Männer)

367

Walter Abmayr/Sarah Walubengo

Jugendleichtathletik in Kenia

374

THEMENBEREICH 7

Belastung des Bewegungsapparates

Leitung: *Prof. Eberhard Müller*

383

Peter Stehle/Alfred Söhngen/Ekkehardt Hille

Die Differentialdiagnose des Fersenschmerzes beim jugendlichen Läufer

384

Klaus Jung

Belastungsprobleme am sogenannten passiven Bewegungsapparat bei jugendlichen Langstreckenläufern

391

Winfried Banzer/Ulrich Wendland

Primäre, sekundäre, tertiäre Prävention – ein Modell zur Prophylaxe von Fehlbelastungsfolgen und Funktionsstörungen am Bewegungsapparat

400

Karl-Peter Knebel

Muskeldehnung aus trainingsmethodischer Sicht – Sinn und Unsinn des Stretchings

407

Hans-Martin Sommer/Charlotte von Rohrscheidt/Donaldo Arza

Leistungssteigerung und Prophylaxe von Überlastung und Verletzung des Haltungs- und Bewegungsapparates im Sport durch alternative Gymnastik

414

Lutz Meissner

„Stretching“ – Funktionelle Gymnastik – Stabilisation und Mobilisation

420

THEMENBEREICH 8

Freie Vorträge

Leitung: *Prof. Dr. Winfried Joch*

429

Margaret Weissenborn

Sportselektion in Polen und in der Sowjetunion

430

Peter Tschiene

Zum Problem der Normen und Kontrollwerte der komplexen Leistungsfähigkeit jugendlicher Leichtathleten

439

Ulrich Wendland/Winfried Banzer

Beurteilung individueller Entwicklung bei Nachwuchssportlern

444

Hans Martin Stork

Was ist modellhaft und übertragbar an den Modellversuchen Leichtathletik Bochum/Wattenscheid und Dortmund

451

Winfried Joch

Neue Wege in der Talentförderung

460

Herbert Hopf

Marathonlauf im Kindes- und frühen Jugendalter oder das Dilemma der Jugendleichtathletik

467

Emil Hofmann/Dragan Milanović

Die Auswirkungen eines spezifischen Trainings auf die Veränderungen von ausgewählten motorischen Eigenschaften bei Teilnehmern der Leichtathletikschule im Schüleralter

480

Johannes Peil

Medizinische Betreuung von Spitzensportlern unter besonderer Berücksichtigung des Wasser- und Elektrolythaushaltes im intra- und extrazellulären Milieu

485

LITERATURVERZEICHNIS

492

REFERENTENVERZEICHNIS

502

TEILNEHMERVERZEICHNIS

504