

News

Oktober 2018

Was benötigt ein junges Sporttalent, damit es den Sprung an die internationale Spitze in seiner Sportart schafft? Wir haben darüber mit dem Trainer des Jahres 2008 Leo Held gesprochen und berichten über seine Erfahrungen und Erkenntnisse als ehemaliger Nationaltrainer Judo. Für ihn sind Trainer in erster Linie Begleiter und Unterstützer für den Prozess hin zum Erfolg zuständig. Ausserdem nimmt Fussballexperte Peter Knäbel das Nachwuchsförderprogramm Footeco unter die Lupe und gibt Auskunft, worauf er in seiner Rolle als Sportvater besonders Wert gelegt hat. Wir wünschen Ihnen eine spannende Lektüre.

«Athletinnen und Athleten befähigen, erfolgreich zu sein.»

Einer breiten Öffentlichkeit bekannt wurde Leo Held als erfolgreicher Trainer von Judoka Sergei Aschwanden, der bei den Olympischen Spielen in Peking 2008 die Bronzemedaille gewann. Held ist heute unter anderem Coach und Supervisor und leitete das Olympic Coach Programm von Swiss Olympic für London 2012, Sochi 2014 und Rio de Janeiro 2016. Damit ein Trainer die Athleten erfolgreich begleiten kann, sieht Held eine funktionierende und respektvolle Beziehung zu den Sportlern als zentrales Element. Dabei müsse man mehrere Rollen einnehmen. Manchmal sei man der klassische Trainer – einer der den Trainingsplan schreibt, die Übungen ansagt. Teilweise müsse man jedoch auch die Rolle eines Beraters einnehmen, aber meistens Coach sein. Ein Coach stelle die richtigen Fragen, damit sich die Athleten reflektieren können. Der Coach erkläre, weshalb der Trainingsschwerpunkt Sinn mache, damit die Athleten ein Verständnis dafür aufbringen können. Mit der Reflexion von individuellen Erfolgen sollen Athleten lernen, etwas Eigenes zu entwickeln, das sie weiterbringt. Natürlich müsse die Fachkompetenz bei Trainern gegeben sein. Aber man müsse als Trainer eben auch fähig sein, einen langfristigen Prozess zu begleiten.

Selbstverantwortung und Unternehmertum

Held verlangt von den Athleten Selbstverantwortung. Und er spricht davon, dass auch schon junge Talente eigene Unternehmer sein müssen. «Ich frage einen Athleten zuerst, was er denn erreichen möchte und was zum Beispiel Weltklasse-Athleten hätten, was er noch nicht habe?» Daraus entsteht meist eine ganze Liste von Elementen, an denen man arbeiten kann. Nun stellt sich die Frage, was der Athlet denn «unternehmen» wird, um selbst dorthin zu kommen. Und hier braucht es wieder den Coach, der Wege aufzeigt, der Inputs liefert und Vorschläge macht. Als «Jungunternehmer» muss aber das Nachwuchstalente entscheiden, ob es diesen Weg gehen möchte. Und junge Athletinnen und Athleten müssen sich wie ein Chef eines Start-ups Gedanken machen, wer und was ihnen auf dem Weg an die Spitze helfen kann. Sie brauchen Unterstützer, Dienstleister, Investoren.

Sporteltern sind wichtiger Teil des ganzen Systems

Eltern von talentierten Athletinnen und Athleten funktionieren in einem erfolgreichen System gemäss Leo Held wie Subunternehmer. Zu Beginn sind sie meist Finanzierer. Sie sind aber auch wichtige Zuhörer und sollten Verständnis für die Bedürfnisse der Athleten zeigen. Damit das System «Athleten-Unternehmen» funktionieren kann, müssen zwischen allen Beteiligten, vor allem zwischen Athlet, Trainer und Eltern, die Rollen geklärt sein. Hier wünscht sich der frühere Judo-Nationaltrainer auch von Seiten der Eltern Offenheit zum Gespräch und eine gewisse Aktivität auf die Trainer zuzugehen, Fragen zu stellen und konstruktive Kritik zu üben. «Nur eine transparente und offene Kommunikation kann dazu führen, dass die Rollen geklärt sind und alle optimal im Sinne des jungen Talents zusammenarbeiten. Halt so wie in einem Unternehmen auch.»



Leo Held
Trainer des Jahres 2008
Teamchef Judo Olympische Spiele 2000, 2004 und 2008
Diplomtrainer Judo
Supervisor und Coach

«Footeco» auf dem Prüfstand



Peter Knäbel, Mitinitiant von Footeco Zürich, dem Nachwuchsförderprogramm des Fussballverbandes für 11 bis 14-Jährige

Peter Knäbel war von 2009 bis 2014 Technischer Direktor des Schweizerischen Fussballverbandes. Seit einigen Jahren ist er Fussball-Experte beim Schweizer Fernsehen und seit April Technischer Direktor beim FC Schalke 04.

Bei Footeco spricht man von einer neuen Ausbildungskultur. Weshalb sah man sich 2012 gezwungen, die Ausbildungskultur im Schweizer Fussball zu ändern?

Die Talentfrühselektion und -konzentration gefährdete das Fundament der Selektionspyramide. Dadurch war das Talentreservoir (Anzahl Talente) akut gefährdet und es bestand keine Chancengleichheit für alle Kinder eines Jahrgangs.

Können Sie kurz erklären, wie Footeco im Kanton Zürich funktioniert?

Da in Zürich drei Spitzenklubs (GCZ, FCZ oder FCW) beheimatet sind und sich die zur Verfügung stehenden Mittel auf die Trainer und Inhalte (und nicht auf Transfers) verteilen sollten, kamen die drei Vereine unter Beiziehung des SFV, des FVRZ (Fussballverband Region Zürich) und des Sportamtes des Kantons Zürich überein, eine feste Gebietsaufteilung vorzunehmen. Dementsprechend sind alle Breitenfussballvereine einem der drei Spitzenklubs zugeteilt.

Nun sind Sie an der ersten Evaluation des Projektes dran. Gibt es bereits erste spannende Tendenzen, die sich aus der Evaluation abzeichnen?

Footeco emotionalisiert. Der Übergang vom Breiten- zum Spitzenfussball, den es natürlicherweise schon immer gab, bekam einen Namen, ein spezielles Regelwerk und damit verbunden auch Erwartungen. Dies spürt man an den teilweise sehr ausführlichen Rückmeldungen.

Sie sind selber Vater eines Nachwuchsfussballers. Was können aus Ihrer Sicht Sporteltern machen, um ihr eigenes Kind am optimalsten zu unterstützen?

Interesse zeigen ohne sich einzumischen, vertrauen ohne blauäugig zu sein, unterstützen

ohne (noch mehr) Druck zu machen, geduldig sein ohne sich (und dem Kind) zu lange etwas vorzumachen – und immer: positiv bleiben
> www.fvrz.ch

Kurzinfos

Podiumsdiskussion zum Thema

«Mental Coaching»

Der Elternrat der Kunst- und Sportschule Zürich organisiert am 1. November 2018 eine Podiumsdiskussion zum Thema «Mental Coaching» im Volkshaus Zürich. Mit dabei ist unter anderem der Nationalcoach der Schweizer Eishockey-nationalmannschaft Patrick Fischer. Die Veranstaltung ist öffentlich und eine Anmeldung ist nicht notwendig.

> kusz.ch

Anmeldung Kunst- und Sportschulen

Wenn sich Ihr Kind für eine Sportschule interessiert, besuchen Sie eine der Informationsveranstaltungen im November. Die verschiedenen Daten finden Sie auf der Webseite der jeweiligen Schule und beim Sportamt Kanton Zürich. Die Anmeldeplattform für die Kunst- und Sportschule Zürich Oberland in Uster und die Kunst- und Sportschule Zürich ist ab dem 13. November online.

> sport.zh.ch/nachwuchsfoerderung

Sporthilfe live

Die Stiftung Schweizer Sporthilfe hat in diesem Jahr «Sporthilfe live» lanciert. Dabei können Sporthilfe-Gönner Nachwuchstalente und Sportstars persönlich treffen und gemeinsam Sport treiben. Zum Beispiel kann man im November von einem Bouldern-Schnuppertraining mit Alina Ring profitieren oder seine Kinder für ein exklusives Schwimm-Schnuppertraining mit Yannick Käser in Zürich Oerlikon anmelden.

> sporthilfe.ch/sporthilfe-live

www.sporteltern.zh.ch