AUSBILDUNGSHANDBUCH

für die Entwicklung von Basketball-Talenten

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis und Impressum	02
Vorwort	03
Ausbildungsfonds	04-05
Einführung	06-07
Leitmotive	08-09
Ausbildungskernphilosophie	10-11
Übergeordnete Ziele	12-13
Talent	14-15
Grundprinzipien der Talent-Entwicklung	16-17
Leitbild TALENT-Trainer	18-19
Trainer-Leitlinien & Trainingsplan	20-21
Systematischer Leistungsaufbau	22-23
Notwendigkeit von Basketball-Schul-AGs	24-25
Kinder spielerisch heranführen – Basketball-Ballschule	26-27
kinder+Sport Basketball Academy	28-29
Basis-Ziele U10, U12, U14, U16	30-31
Basis-Inhalte U10, U12, U14, U16	32-33
Basis-Methoden U10, U12, U14, U16	34-35
Basis-Leitlinien U10, U12, U14, U16	36-37
NBBL und JBBL	38-39
Schnittstelle vom Talent zum Profi	40-41
Die Spitze und ihre Anforderungen	42-43
Zusammenfassung	44

*Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für beiderlei Geschlecht.

Impressum

Verantwortlich:	Jens Staudenmayer, Daniel Müller
Redaktion:	Jens Staudenmayer, Dr. Karsten Görsdorf, Florian Gut
Mitarbeit:	Prof. Dr. Martin Lames, Prof. Dr. Daniel Memmert, Karsten Schul, Reiner Braun, Henning Harnisch, Ralph Junge, Michael Kasch, Wessel Lücke, Konstantin Lwowsky, Ulrich Schulte-Mattler, Volker Stix, Marina Zöllner
Layout/Gestaltung:	LEUCHTFEUER | Klassische Werbung
Fotos:	Lutz Neumann Ausnahme: S. 36/37, Tilo Wiedensohler Unser Dank gilt der ALBA BERLIN Basketball Jugend für die Unterstützung bei den Fotoaufnahmen.

Basketball Bundesliga GmbH, Beethovenstraße 5-13, 50674 Köln
BARMER 2. Basketball Bundesliga GmbH

Gefördert mit Mitteln des
Deutschen Basketball Ausbildungsfonds e.V.

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Nachwuchstrainer,

mit diesem Ausbildungshandbuch für die Entwicklung von Basketball-Talenten betritt die easyCredit Basketball Bundesliga Neuland. Der Deutsche Basketball Ausbildungsfonds, dem neben den Vereinen der easyCredit BBL auch die Klubs der ProA und ProB angehören, macht es möglich, zusätzliche finanzielle Mittel dort einzusetzen, wo sie unseres Erachtens am Wichtigsten sind: Bei der Qualifizierung von Nachwuchstrainern!

Wir möchten mit dieser Broschüre durchaus einen Beitrag zur Zukunft des deutschen Nachwuchsbasketballs leisten und versuchen Antworten auf die Frage zu finden, wie wir den sportlichen Weg unserer Kinder und Jugendlichen – den Talenten von morgen – gestalten wollen.

Bitte betrachten Sie dieses Ausbildungshandbuch als einen Diskussionsbeitrag zur Talententwicklung und dem Selbstverständnis von Nachwuchstrainern. Hierzu stellen wir Ideenansätze aus theoretischer und praktischer Blickrichtung dar.

Dabei wollen wir zunächst versuchen – und das ist uns ganz wichtig – ein Trainer-Ideal zu prägen, den „TALENT-Trainer Basketball". Was zeichnet diesen Trainertypus aus? Es ist der konzeptionell kompetente Nachwuchstrainer, der auf dem neuesten Stand der Talentforschung ist und dementsprechend arbeitet!

Wir sind der festen Überzeugung, dass sich dieser Ansatz sehr lohnt! Schließlich wird nur der Nachwuchstrainer, der die eigenen Trainingsinhalte stetig hinterfragt, langfristig erfolgreiche Arbeit leisten können. Wir verstehen dies als fortlaufenden dynamischen Prozess, die eigene Trainingsausrichtung mit den übergeordneten Zielen abzugleichen.

Das Ausbildungshandbuch für die Entwicklung von Basketball-Talenten soll die Grundlage für eine Reihe von Maßnahmen bilden, die den sportpraktischen Austausch auf überregionaler, vereinsunabhängiger Ebene unterstützen und voranbringen sollen.

An dieser Stelle wollen wir auch ausdrücklich auf die zahlreichen hochwertigen Materialien des Deutschen Basketball Bundes verweisen. Wir empfehlen Ihnen – als interessierte Nachwuchstrainer – von diesen Hilfestellungen für das tägliche Training Gebrauch zu machen, u. a. von den sehr praxisnahen Ausarbeitungen für den Mini- und Grundschulbereich, für Mädchenbasketball und für Athletiktraining. Nähere Informationen bekommen Sie direkt beim DBB.

Bei der Erstellung dieses Ausbildungshandbuchs wurden wir von hochkarätigen Experten aus Theorie (Sportwissenschaft) und Praxis (langjährige Trainer im Nachwuchsbereich) begleitet, bei denen wir uns sehr für ihr Engagement bedanken.

Jens Staudenmayer

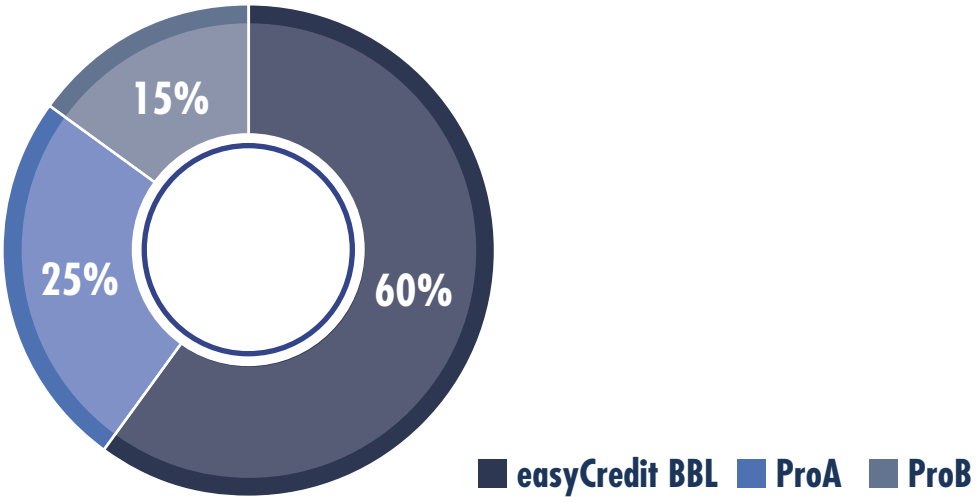
Daniel Müller

Jens Staudenmayer
Prokurist – Kaufmännische & Sportliche Leitung easyCredit BBL, Beiratsvorsitzender des Ausbildungsausschusses

Daniel Müller
Geschäftsführer
BARMER 2. Basketball Bundesliga, Mitglied des Ausbildungsausschusses

Die easyCredit BBL startete zur Saison 2010/2011 zunächst allein den Deutschen Basketball Ausbildungsfonds. Im Sommer 2011, zur Saison 2011/2012, wurde der Ausbildungsfonds durch den Beitritt der ProA- und ProB-Vereine erneut wesentlich aufgewertet. Die Vereine der easyCredit BBL, der ProA und der ProB entrichten feste Grundbeträge und nehmen variable Einzahlungen für Spielertransfers (Neu-Verpflichtungen) vor. Der Ausbildungsfonds speist sich bezogen auf die Ligen-Zugehörigkeit der Vereine wie folgt:

Ein gewählter Ausschuss mit Verantwortlichen der Ligen und der Vereine entscheidet und kontrolliert fortlaufend die Mittelverwendung. Der Ausbildungsfonds finanziert schwerpunktmäßig die nachfolgend genannten Themenfelder:



1. Ausbildungsprämien

Nachwuchsarbeit ist stets eine Investition in die Zukunft. Ob groß oder klein, ehrenamtlich oder professionell organisiert, breiten- oder leistungssportlich ausgerichtet – alle Vereine in Deutschland leisten ihren Beitrag für die basketballerische Ausbildung von Kindern und Jugendlichen. Der Ausbildungsfonds schüttet deshalb ohne Einschränkung an alle Vereine gleichberechtigt Mittel aus, sofern sie an der Ausbildung eines (späteren) Bundesligaspielers beteiligt waren. Zur Auszahlung führen festgelegte Kriterien bezogen auf Alter und Spielzeit in den Herrenbundesligen (easyCredit BBL/ProA/ProB) sowie der Nachwuchs Basketball Bundesliga (NBBL U19). Zu beachten ist, dass nur NBBL-Manschaften eines Herrenbundesligisten und in diesen wiederum die Spieler des ältesten Jahrgangs Prämien auslösen können. Die Vereine werden prozentual anteilig berücksichtigt – immer abhängig davon, wie viele Jahre das Talent dort gespielt hat.

Altersklasse	Liga	Minuten	Betrag
U23-Spieler	easyCredit BBL	170 Minuten	10.000 €
U21-Spieler	ProA	300 Minuten	7.000 €
U20-Spieler	ProB	330 Minuten	4.000 €
U19-Spieler	NBBL	250 Minuten	1.500 €

2. Vereinsübergreifende, nationale Projekte

Der Ausbildungsfonds konzipiert und initiiert Projekte, die vereinsübergreifende Hilfestellungen für die Nachwuchsarbeit geben. Damit wird zentral Arbeit geleistet, auf welche die einzelnen Vereine zurückgreifen können. Ausdrücklich sind damit alle Basketballvereine in Deutschland als Zielgruppe gemeint.
Eine besonders zentrale Initiative ist die Arbeitsgruppe Schule der Bundesligisten: Die Zusammenarbeit von Vereinen mit Schulen ist für die gesamte Nachwuchsarbeit von großer Bedeutung. Kern des Projekts ist die Fortentwicklung der Schulprogramme vor Ort an den Standorten der einzelnen Vereine. Diese Zielsetzung wird durch Standortgespräche/-Analysen und daraus folgenden individuellen Vereinbarungen erreicht. Zudem profitieren alle Vereine vom kollegialen Austausch bei gemeinsamen Workshops sowie dem stetigen Wissenstransfer.

3. Trainerprogramm

Das Trainerprogramm stellt eine zielgerichtete Ausbildung für eine Tätigkeit als
hauptamtlicher Jugendtrainer dar. Erfolgreiche Absolventen sind durch ein dreijähriges Ausbildungsprogramm hervorragend fachlich und persönlich qualifiziert und bringen zudem bereits fundierte Berufserfahrung mit. Die Teilnehmer werden fortlaufend von den Trainerausbildern begleitet und profitieren von der ganzheitlichen persönlichen Führung, die auch durch eine vertiefte individuelle Spezialisierung erreicht wird. Mithilfe von hochwertigen Hospitationen und der Mitarbeit in nationalen Projekten (z. B. bei Jugendeuropameisterschaften) sammeln die Teilnehmer Praxiseinblicke auf höchstem sportlichem Niveau.

4. Mini-Traineroffensive

Die Mini-Traineroffensive ist ein Gemeinschaftsprojekt zwischen dem Deutschen Basketball Ausbildungsfonds und dem Deutschen Basketball Bund mit dem Ziel, in einem einjährigen Intensivprogramm, das bewusst außerhalb der Lizenzsysteme steht, sich jeweils in einer Gruppe interessierter Jugendtrainerinnen und Jugendtrainer ausführlich mit dem Thema Minibasketball im sportlichen wie auch im organisatorischen Bereich sowie an Grundschulen zu beschäftigen.

5. Wertschätzungsmaßnahmen

Der Ausbildungsfonds stärkt mit diesen Maßnahmen die Wahrnehmung und Wertschätzung der Basisarbeit in Schulen und Vereinen. Hier stehen die – meist auch zu großen Teilen ehrenamtlich erbrachten Leistungen – von Lehrern und Jugendtrainern im Mittelpunkt. Die Nachwuchsarbeit lebt von diesem Engagement, und die Wertschätzungsmaßnahmen würdigen exemplarisch verdiente Personen aus dem Umfeld der Bundesliga-Standorte.

6. Prämierung guter Nachwuchsarbeit

Die easyCredit BBL und ProA beurteilen jährlich mittels eines Zertifizierungsverfahren die Nachwuchsarbeit der eigenen Vereine und prämieren die besten Nachwuchsstandorte. Dieses Verfahren stellt eine Orientierung sowie einen weiteren Anreiz für die Bundesligisten dar, die Bemühungen um Nachwuchsarbeit stetig voranzutreiben. Dabei werden in den jeweiligen Teilbereichen immer die verfolgten Ziele und die Strategie, die konkrete operative Umsetzung sowie die Fähigkeit des Standortes, plausible Entwicklungsschritte für die nächsten zwölf bis 24 Monate zu definieren, beurteilt. In der ProB erfolgt eine Prämierung der Nachwuchsarbeit auf Grundlage eines standardisierten Fragenkatalogs.

Mit diesem Ausbildungshandbuch legt der Ausbildungsfonds ein kompaktes Dokument vor, das beansprucht, einen Orientierungsrahmen für Nachwuchstrainer in ihrer täglichen Arbeit abzugeben. Dabei liegt der Akzent dieses Handbuchs nicht auf der Aneinanderreihung von Trainingsübungen oder der Gestaltung von Trainingseinheiten. Zu diesen Aspekten finden sich genügend Hinweise in der bekannten Literatur und in der verbandlichen Ausbildung, weshalb diese Inhalte hier nur exemplarisch abgehandelt werden. Das Besondere jedoch, die „Marktlücke", in der das Ausbildungshandbuch platziert ist, liegt in der Ableitung der Hinweise für das praktische Vorgehen aus unserer Ausbildungsphilosophie für den Nachwuchs.

Dies ist ein hoher Anspruch, den man auch so formulieren kann, dass jede einzelne Maßnahme im Training, jeder Inhalt, jede Ansprache und jedes Feedback auf die zugrunde liegenden Prinzipien des Nachwuchstrainings zurück geführt werden kann, dass also jede Maßnahme durch die Kernphilosophie begründet werden kann.

Wie kann man diesen Anspruch realisieren? Es kommt darauf an, die Ausbildungsphilosophie so zu formulieren, dass ihre Prinzipien und Grundlagen nicht nur erläutert werden, sondern auch die Ableitung der Gestaltung des konkreten Trainings durch die Anwendung dieser Grundannahmen deutlich wird. Aus diesem Grund wird hier das so genannte „deduktive" Vorgehen gewählt, das darin besteht, dass man aus dem Allgemeinen, also der Kernphilosophie, das Spezielle, also die Rahmentrainingskonzeption, den Stufenaufbau und schließlich die Trainingsinhalte, ableitet. Wenn ein Nachwuchstrainer dieses Prinzip verinnerlicht, verfügt er über eine dauerhafte und belastbare Orientierungsgrundlage für sein praktisches Trainingshandeln.

Ein zentrales Merkmal des Ausbildungshandbuchs ist sein zugrunde liegendes „Trainerbild". Wir haben unser Trainer-Ideal den „TALENT-Trainer Basketball" genannt, um deutlich zu machen, dass wir das Agieren eines Nachwuchstrainers konsequent unter die Leitideen der Talentförderung stellen wollen. Das wichtigste Merkmal unseres TALENT-Trainers Basketball soll gleich zu Beginn herausgestellt werden.

Warum streben wir nicht an, ein „Kochbuch Basketballtraining" mit „Rezepten für das Training rund ums Jahr" zu erstellen? Dies entspricht nicht unserem Bild des konzeptionell kompetenten Nachwuchstrainers, dem TALENT-Trainer Basketball. Unser Leitbild TALENT-Trainer Basketball sieht vor, dass dieser in der Lage ist, auf der Basis des Ausbildungshandbuchs plus einer eingehenden Analyse seiner konkreten Rahmenbedingungen vor Ort (Spieler, Halle, Verein usw.) das jeweils optimale Training zu gestalten. Es ist unsere tiefe Überzeugung, dass das optimale Training niemals per Ferndiagnose erstellt werden kann, sondern aus einer Synthese von konzeptionellen Vorgaben und den konkreten Rahmenbedingungen vor Ort besteht.

Diese Auffassung hat zwei wichtige Konsequenzen. Zunächst ergibt sich, dass keine externe Autorität dem TALENT-Trainer Baskeball vor Ort die Arbeit abnehmen kann, und somit der TALENT-Trainer Basketball vor Ort autonom und mit einem guten Schuss Selbstbewusstsein seine Auffassungen vertreten sollte. Gleichzeitig bürdet unsere Auffassung dem TALENT-Trainer Basketball aber auch die Verpflichtung auf, sein Training aktiv zu konzipieren und nicht passiv Rezepte „nachzukochen".

Von welchen weiteren inhaltlichen Grundsätzen geht das Ausbildungshandbuch aus? Da ist zunächst die Berücksichtigung des neuesten Standes der Talentforschung. Die bisher dominierende Auffassung, dass Talent überwiegend vererbt ist, wird zunehmend ersetzt durch die Einsicht, dass Spitzenleistungen hergestellt, ja geradezu produziert werden müssen und können.

Selbstverständlich existieren speziell im Basketball gewisse Grundanforderungen an genetisch determinierte Merkmale. Ohne eine gewisse Grundausstattung an Körpergröße wird man sich auch in Zukunft nicht durchsetzen können. Aber eine herausragende Körpergröße macht noch keinen Basketball-Star und zum Zeitpunkt des Beginns der Nachwuchsausbildung ist die „finale Körperhöhe" nur schwer voraussagbar.

Die Ablösung der Auffassung, dass ein sportlicher Höchstleister im Wesentlichen genetisch determiniert ist, durch die Annahme, dass er ein Produkt des Trainingssystems ist, hat weitgehende Konsequenzen für das Selbstverständnis eines Nachwuchstrainers. Der Genetik-Anhänger kann sich bequem zurücklehnen und schon bei der Talentsichtung darauf vertrauen, dass das Talent eines Spielers sichtbar zum Ausdruck kommt, da ja die genetische Ausstattung zu jedem Zeitpunkt bereits vorhanden ist. Auch im weiteren Verlauf kann dieser Trainer davon ausgehen, dass sich das Talent schon „von selbst" durchsetzen wird, wenn man nur den Nachwuchssportler für die Sportart motivieren kann. Der Erfolg der Nachwuchsarbeit ist dann ganz wesentlich vom Glück abhängig, das dafür sorgt, dass unter den eigenen Talenten sich zufällig einige mit einer herausragenden genetischen Disposition befinden.

Weniger „günstig" sieht es für die Nachwuchstrainer aus, wenn man die neuesten Positionen ernst nimmt und den Höchstleister als Produkt des Trainingssystems auffasst. Nun stellen sich die Fragen nach dem langfristigen und systematischen Trainingsaufbau als existenziell heraus. Weiter stellt sich auch die Frage nach einer übergreifenden Konzeption des Trainingssystems, das ja viele Jahre umfasst, aus mehreren Etappen besteht und konsequent auf die Erreichung des Endzustandes, der „Produktion" von sportlichem Nachwuchs mit höchstmöglichem Leistungsniveau, ausgerichtet sein muss.

Im Ausbildungshandbuch wird diese aktuelle Position der Talentforschung übernommen und umgesetzt. Aufgabe des TALENT-Trainers Basketball ist es, den langjährigen Trainingsprozess im Nachwuchs so zu gestalten, dass am Ende Spitzenathleten im Basketball stehen, die national und international konkurrenzfähig sind. Der Aufbau des Ausbildungs-Handbuchs entspricht dabei dem Grundgedanken, zunächst die leitenden Prinzipien zu formulieren, daraus Leitlinien für die tägliche Arbeit zu generieren und schließlich inhaltliche Rahmenvorgaben für die verschiedenen Stufen des Trainingssystems vorzustellen. Das Ausbildungshandbuch wendet sich mit diesen systematischen Hilfestellungen an Nachwuchstrainer, die sich dem Ideal des TALENT-Trainers Basketball verpflichten wollen.

Für eine systematische Ausbildung von Basketball-Talenten sind allgemeinverbindliche Prinzipien erforderlich. Alle Etappen der Ausbildungskonzeption orientieren sich an Basis-Zielen, Basis-Inhalten und Basis-Methoden, die immer am jeweiligen Können der jungen Basketballtalente auszurichten sind. Im Zentrum des Ganzen steht immer der TALENT – Trainer Basketball.

1. Entscheidend sind die Trainer

- Hohe Motivation & Qualifikation.
- Berufsperspektive Jugendtrainer!
- Mehr hin zur Talentförderung, weg vom reinen Erfolgsdenken.
- Spielerausbildung und -entwicklung haben den höchsten Stellenwert.

2. Wettbewerbsfähigkeit

- Internationale Wettbewerbsfähigkeit steuert den Erfolg von Basketball im nationalen Kontext.
- Die Qualität der Talentfindung und -entwicklung ist dabei die zentrale Einflussgröße.

3. Zusammenarbeit aller

- Zielführende Nachwuchsarbeit bedingt eine konzeptionelle Unterlegung.
- Alle vier Ebenen DBB/LV, easyCredit BBL, ProA/B und Heimverein müssen zusammenarbeiten.

4. Strukturelle Verzahnung

- Schulische und sportliche Ausbildung sollen keine konkurrierenden Systeme darstellen.
- Unterstützersysteme immer einbinden (Eltern, Schule).
- Strukturelle Verzahnung von Schule und Leistungssport.

5. Fähigkeiten statt Körpergröße

- Spielfähigkeit und Entscheidungsverhalten statt finale Körpergröße und 20m Sprintvermögen!
- Vereinfachung taktischer Strukturen zu Gunsten einer hohen technischen (Passen, Werfen) und vortaktischen Ausbildung (Pick&Roll)!

6. Ziele

- Deutsche Basketballer sind Leistungsträger in ihren Teams und keine Rollenspieler!
- Breite Basis an gut ausgebildeten Spielern hebt das Niveau in den deutschen Profiligen.
- Nationalmannschaften prägen das Erscheinungsbild der Sportart entscheidend mit.

Die Kernphilosophie, die dem Ausbildungshandbuch zugrunde liegt, kann in vier Aussagen zusammengefasst werden. Es stützt sich auf wissenschaftliche Erkenntnisse, die im Rahmen der Expertiseforschung gewonnen wurden und über eine hohe Akzeptanz in der Fachwelt verfügen.

1. GRUNDSATZ

Wir brauchen einen geduldigen, langfristigen Trainingsaufbau mit dem Ziel, die individuelle Höchstleistung im Höchstleistungsalter zu erreichen. Unter allen Umständen ist eine Frühspezialisierung zu vermeiden, worunter eine zu frühe Betonung des hochspezifischen Trainings unter Vernachlässigung der Entwicklung von Grundlagen und Leistungsvoraussetzungen zu verstehen ist.

2. GRUNDSATZ

Wir verfolgen den Grundsatz der individuellen Talentförderung. Wir brauchen die jeweils optimale Förderung, die sowohl auf den individuellen körperlichen Entwicklungsstand eingeht, als auch die individuell vorliegenden Leistungszustände und absolvierten Trainingsprozesse mit einbezieht. Die Forderung nach Individualisierung des Trainings stellt die größte Herausforderung für einen TALENT-Trainer Basketball dar, insbesondere eine frühe Talentselektion nach Körpergröße ist mit diesem Grundsatz nicht vereinbar.

3. GRUNDSATZ

Der Aufbau von Bindung und Motivation für die Sportart ist als wichtigstes Ziel in den ersten Jahren des Trainingsaufbaus zu formulieren. Damit soll das Talent einerseits befähigt werden, den langen, harten und entbehrungsreichen Weg zur Spitze durchzustehen, und andererseits auf die unvermeidlich auftretenden Karrierehemmnisse so weit wie möglich vorbereitet zu werden. Kernbereiche dabei sind der Aufbau einer geeigneten Wettkampf- und Leistungsmotivation sowie die Fähigkeit zur Selbstregulierung.

4. GRUNDSATZ

Wir teilen die Laufbahn in die Bindungs-, Entwicklungs- und Höchstleistungsphase ein. Das Talent und sein Unterstützersystem müssen diese Phasen erfolgreich durchlaufen, abschließen und vor allem den Übergang in die nächste Phase bewältigen. Dazu ist eine gewisse Flexibilität bei allen Beteiligten, insbesondere auch beim TALENT-Trainer Basketball erforderlich, die es erlaubt, die jeweilige Rolle optimal auszufüllen, aber auch im Interesse der Entwicklung des Talentes für notwendige Veränderungen in der Rolle aufgeschlossen zu sein.

Was ist Expertiseforschung?

Sie untersucht Gesetzmäßigkeiten der Herausbildung von „Expertise“ - also einer dauerhaften Leistungsexzellenz. Die Expertiseforschung fragt nach den Karrieren der Spitzenleister, wie diese verlaufen sind, was inhaltlich geschehen ist und was die erfolgreichen Absolventen dieser Spitzenkarrieren von weniger erfolgreichen auszeichnet.

Ergebnisse:

Es stellt sich heraus, dass der Erfolg dieser Spitzenleister auf weit mehr als auf dem Zufall der genetischen Ausstattung beruht.

So entdeckte man die so genannte „10-years-rule“, die besagt, dass zur Herausbildung der Leistungsexzellenz in der Regel ein Ausbildungsprozess von mindestens 10jähriger Dauer erforderlich ist. Aber nicht alleine die Dauer der Ausbildung ist von Bedeutung, sondern es konnten auch inhaltliche Merkmale identifiziert werden. Mit dem Begriff „deliberate practice“ wird umschrieben, dass nur Ausbildungsprozesse zur Leistungsexzellenz führen, die systematisch aufbauend die zum jeweiligen Zeitpunkt qualitativ und quantitativ optimale Förderung bereit stellen, ohne beispielsweise von mangelnden Ressourcen wie Trainingszeit, Trainingsstätten oder Trainerqualität limitiert zu sein.

Das Ausbildungshandbuch geht von einer Reihe übergeordneter Ziele aus, über die im deutschen Basketball Konsens herrscht. Alle Beteiligten sind aufgerufen, diese Ziele anzustreben und gemeinsam zu verwirklichen. Der TALENT-Trainer Basketball muss seine Rolle bei der Erreichung dieser Ziele finden und ausüben.

Den übergeordneten Zielen ist gemeinsam, dass jeweils ein Aspekt der Bindung an den Basketball thematisiert wird. Die Vorbildwirkung von sportlichen Erfolgen und der Medienpräsenz, die Verdeutlichung der sozialpsychologischen Qualitäten und eine feste Verankerung in der deutschen Sportkultur und schließlich die Abschirmung der Entwicklung der Sportart von den generellen Problemen in modernen Gesellschaften helfen dabei, die individuelle Bindung an die Sportart zu vertiefen. Das Ziel der Bindung von Kindern und Jugendlichen liegt aus dieser Sicht sämtlichen Maßnahmen des Ausbildungshandbuchs zugrunde.

SPORTLICHE ZIELE

Eine systematische Ausbildung von Nachwuchsathleten hat zunächst einmal das Ziel, das Niveau der Sportart nachhaltig zu verbessern. Die beiden Ebenen sind:

- **Erfolge der Nationalmannschaften bei Europa- und Weltmeisterschaften sowie Olympischen Spielen**
- **Steigerung der Ligamannschaften bis hin zur Etablierung in internationalen Mannschaftswettbewerben**

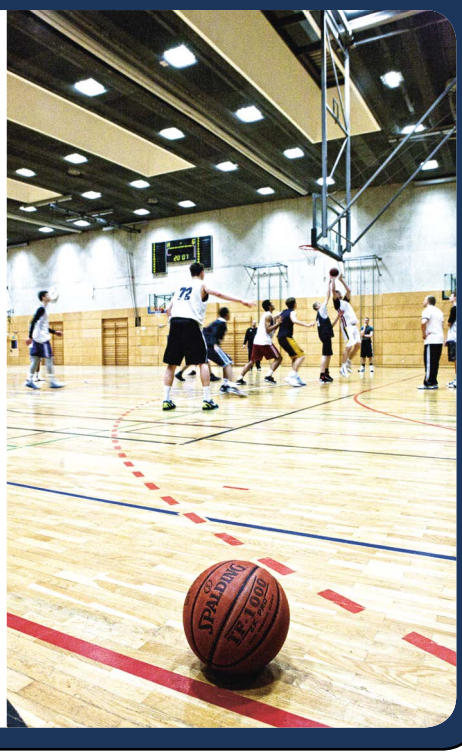
GESELLSCHAFTLICHE ZIELE

Um den Basketball in seiner Bedeutung für die deutsche Sportkultur weiter voranzubringen, dürfen nicht nur technische und taktische Highlights im Basketball im Fokus stehen, sondern es kommt auch darauf an, dass der TALENT-Trainer Basketball die sozialpsychologischen Potenziale der Sportart verdeutlicht und das Spiel als attraktives Angebot für die heutigen Jugendlichen „inszeniert". Daher lautet das erste gesellschaftliche Ziel:

- **Verankerung des Basketballs in der deutschen Sportkultur**

Der demografische Wandel bringt eine numerische Verkleinerung des Talentreservoirs mit sich, aber auch andere Entwicklungen spielen eine Rolle:
Die Veränderung des Freizeitverhaltens, die zunehmende Ablösung von gemeinsamen authentischen Erfahrungen im Sport durch die virtuelle Kommunikation, die ausufernden Anforderungen des Bildungssystems ohne geeignete Kompensation. Daraus ergibt sich für das Ausbildungshandbuch der als Teilbeitrag zur gesellschaftlichen Entwicklung das Ziel:

- **Sicherung von sportlichem Nachwuchs in modernen Gesellschaften**



Was wollen wir unter einem Talent verstehen? Es ist wichtig, sich dabei auf eine Perspektive zu verständigen, die von allen TALENT-Trainern Basketball verinnerlicht sein sollte, um die Ziele in der Nachwuchsförderung gemeinsam angehen zu können. Diese Perspektive muss diejenige des Talentfördersystems im Basketball in Deutschland sein und ist nicht vereinbar mit einem Kirchturmdenken, das den eigenen oder den lokalen Erfolg vor die bestmögliche Förderung unserer Talente stellt. Sie beinhaltet vielmehr ein Kirchturmdenken pro Basketball.

Aus der Perspektive des deutschen Basketball-Talentfördersystems kann man ein Talent bezeichnen als einen Nachwuchsspieler mit dem Potenzial zu einer national und international konkurrenzfähigen individuellen Höchstleistung im Höchstleistungsalter.

Dabei umfasst das Höchstleistungsalter im Basketball die gesamte Laufbahn eines Spitzenspielers, also unter Umständen mehr als ein Jahrzehnt mit Topleistungen. Zwar haben viele der physischen Voraussetzungen ihren biologischen Höhepunkt in den frühen und mittleren 20er Lebensjahren, aber die im Basketball so wichtigen Erfahrungen können den Rückgang der physischen Leistungsfähigkeit noch lange kompensieren.

Was bedeutet es, wenn man Talent über das Potenzial eines Nachwuchsspielers definiert? Im Kern muss eine Prognose angestellt werden, wie sich das einzelne Individuum entwickeln wird, ob es wirklich das Potenzial hat, das man ihm unterstellt. Hier ist sich die Wissenschaft allerdings einig: Eine zuverlässige Prognosemethode, die den sportlichen Erfolg im Erwachsenenalter zu einem frühen Zeitpunkt im Nachwuchsalter vorhersagt, existiert nicht!

Die Talentforschung fordert einen Paradigmenwechsel in den Kriterien für Selektions- und Förderentscheidungen. Nicht mehr allein die genetischen Vorgaben sollen eine Rolle spielen, sondern das Potenzial, einen Ausbildungsprozess im Sinne der deliberate practice durchzustehen und erfolgreich zu bewältigen.

Zwei Aspekte sind aus der Sicht eines Talentfördersystems besonders bedeutsam: Einmal die Einsicht in die Langfristigkeit von deliberate practice, die weitgehend die konzeptionelle Ausrichtung bestimmt. Darüber hinaus besteht die besondere Herausforderung in der Sicherung der jeweils optimalen Qualität des Ausbildungsprozesses. Dabei können die Grundprinzipien der TALENT-Entwicklung eine Orientierung bieten.

Kein Talent darf frühzeitig abgeschrieben werden

Da die verschiedenen Leistungskomponenten jeweils in einem geeigneten – wenn auch langwierigen – Trainingsprozess entfaltet werden können, ist es nicht angemessen, ein Talent bereits frühzeitig „abzuschreiben". Diese Mühen sind auch dann nicht vergebens, wenn es nicht gelingt, die Hoffnungsträger zur Spitze zu bringen. Für die Zukunft der Sportart ist es allemal ein Gewinn, wenn auch in unteren Leistungsbereichen hoch motivierte und der Sportart nachhaltig verbundene Spieler agieren. Diese sind beispielsweise nach ihrer aktiven Karriere dazu prädestiniert, Funktionen in den Vereinen oder verbandliche Ämter kompetent und motiviert auszuüben.

Offen sein für Quereinsteiger

Ein weiteres Grundprinzip der Talentförderung ist die Offenheit gegenüber Quereinsteigern. Im Idealfall sollte die sportliche Grundausbildung so allgemein erfolgen, dass der junge Nachwuchssportler nach seinen Neigungen frei entscheiden kann, in welcher Sportart er sich leistungsorientiert engagieren möchte. Dies verlangt vom TALENT-Trainer Basketball zwei nicht selbstverständliche Einstellungen: Einmal sollte er keine Ressentiments entwickeln, wenn ein Kind oder Jugendlicher sich für eine andere Sportart entscheidet.

Die zweite Anforderung im Zusammenhang mit Quereinsteigern besteht darin, diesen im Basketball gute Anschlussmöglichkeiten zu eröffnen. Dies ist umso schwieriger je später der Quereinstieg erfolgt, da immer mehr basketballorientierte Ausbildung versäumt wurde. Dennoch bleibt die Aufgabe bestehen, Quereinsteigern Andock- und Einstiegsmöglichkeiten zu verschaffen, da sie in der heutigen Sportlandschaft ein eher typisches als abweichendes Karrieremuster darstellen.

Unterstützung bei der Ausprägung psychischer Eigenschaften

Einerseits bestehen bei Talenten hervorragende Anlagen in diesem Sinne, andererseits können die gefragten Eigenschaften auch durch gezielte Maßnahmen, insbesondere in frühen Phasen der Ausbildung weiter gefördert und entwickelt werden. Erfolge in diesem Bereich können als mindestens ebenso befriedigend empfunden werden wie Meisterschaften und Spitzenplatzierungen. Es sind aus unserer Sicht zu entwickeln:

- langfristige Orientierung,
- Vorbereitung auf Widerstände,
- eine überragende Motivation.

Spielanteile auch an momentan Leistungsschwächere verteilen

Dem TALENT-Trainer Basketball muss klar sein, dass es in der frühen Phase darum geht, die notwendige Motivation zu schaffen, um sich der Sportart längerfristig zu widmen. Die Forderung, dass sämtliche Maßnahmen im Training darauf abgestimmt sein müssen, bedeutet beispielsweise, dass jedem Kind – auch den momentan Leistungsschwächeren – Spielanteile eingeräumt werden und dass vom Trainer beispielsweise nicht der Eindruck vermittelt wird, dass Erfolge in Wettkämpfen die vorhandenen Schwächen kompensieren können.

Fehlentwicklungen in der Nachwuchsförderung vermeiden

Oft wird eine Förderung und Auswahl lediglich auf Basis der momentanen Spielstärke getroffen.

Die Ergebnisse der Talentforschung zeigen, dass besonders im Basketball ein Tendenz besteht, Frühentwickler zu fördern, die sich durch eine ihrer Altersgruppe überlegene Körpergröße auszeichnen. Zwar ist für ein hohes Leistungsniveau im Höchstleistungsalter ein Mindestmaß an Körpergröße erforderlich, aber der TALENT-Trainer Basketball sollte sich stets vergewissern, dass durch zu frühe Selektionsentscheidungen Talente vor der Tür bleiben.

Als Ergebnis der bisherigen Überlegungen zum Ausbildungshandbuch und die Rolle, die der TALENT-Trainer darin spielt, werden hier noch einmal die genannten einzelnen konkreten Anforderungen als Leitbild für den TALENT-Trainer aufgelistet. Dies geschieht in der Form von positiven Orientierungen und zu vermeidenden Verhaltenstendenzen.

Der TALENT-Trainer Basketball begreift sich als Teil des nationalen Talentfördersystems.

Seine Aufgabe ist es, so viele und so gut ausgebildete Talente wie möglich diesem System zur Verfügung zu stellen. Nur mit dieser Orientierung kann die Zukunft des Basketballs in Deutschland nachhaltig gesichert werden.

Der TALENT-Trainer Basketball orientiert sich bei der Ausbildung von Basketball-Talenten vorrangig am Gedanken des langfristigen Leistungsaufbaus.

Das Ziel der Ausbildung eines jungen Spielers ist die Erzielung der individuell möglichen Höchstleistung im Höchstleistungsalter. Dazu ist ein langjähriger Prozess des Leistungsaufbaus erforderlich, dessen Gesetzmäßigkeiten respektiert werden müssen.

Das Menschenbild des TALENT-Trainers Basketball zeichnet sich dadurch aus, dass möglichst Vielen möglichst lange eine Chance eingeräumt wird, sich zum Spitzenleister zu entwickeln.

Kein Talent wird vorzeitig abgeschrieben, jeder erhält ausreichend Chancen. Auch für Quereinsteiger wird immer eine Tür offen gehalten.

Der TALENT-Trainer Basketball orientiert sich nicht am kurzfristigen sportlichen Erfolg.

Der momentane Erfolg ist zwar eine erfreuliche Nebenerscheinung, die motivational positiv genutzt werden kann, allerdings nimmt er im Vergleich zur Erledigung der jeweiligen altersgemäßen Entwicklungsaufgaben der Nachwuchsausbildung eine untergeordnete Rolle ein.

Der TALENT-Trainer Basketball erkennt seine Rolle bei der langfristigen Entwicklung der individuellen Talente und übt sie an der jeweiligen Stelle nach Kräften aus.

Nicht vereinbar damit ist ein „Kirchturmdenken“, das ein Talent an den eigenen Verein und die eigene Stadt binden möchte und seiner optimalen Entwicklung durch Verhinderung eines Wechsels an eine angemessenere Fördereinrichtung im Wege steht.

Der TALENT-Trainer Basketball vermeidet eine Frühspezialisierung im Nachwuchstraining.

Die vorzeitige Orientierung an den Trainings- und Wettkampfstrukturen des Profibereichs verhindert eine optimale Ausbildung der Leistungsvoraussetzungen, die in der Regel eine jahrelange Entwicklungsarbeit benötigen. Gerade im Hinblick der Sicherung einer langen Karriere im Spitzenbereich ist eine Frühspezialisierung kontraproduktiv.

Der TALENT-Trainer Basketball begreift sich als Förderer der Sportart Basketball.

Die aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen stellen ein immer schwieriger werdendes Umfeld für eine nachhaltige Förderung einer Mannschaftssportart dar. Es kommt zunehmend darauf an, die sozialen und psychologischen Qualitäten des Basketballs in einer zeitgemäßen Form den Nachwuchssportlern zu vermitteln.

Allgemeine Leitlinien für Trainer

- Sei Du selbst! Und nicht die Kopie eines anderen!
- Sei Coach UND Lehrer UND Freund zugleich!
- Sei zuverlässig und beständig! Stehe zu Deinem Wort!
- Sei aufrichtig, seriös und vertrauenswürdig!
- Sei stolz Trainer zu sein!
- Sei den Spielern und Eltern ein gutes Vorbild in jeder Situation!
- Sei immer gut vorbereitet!
- Sei bereit von Deinen Spielern zu lernen!
- Sei kooperativ!
- Nutze die Zeit sinnvoll!
- Behandele jeden mit Respekt!
- Kommuniziere! Mit den Spielern UND mit den Eltern!
- Lass die Spieler wissen, dass Du immer für sie da bist!
- Lebe in der Realität!
- Setze Prioritäten!
- Trainiere ökonomisch!
- So wie man trainiert, so spielt man!
- Beende das Training immer positiv!

TRAININGSPLAN

MANNSCHAFT:
ANZAHL DER SPIELER:

Trainingszeit:
Trainingsort:

Vorhandene Körbe:
Vorhandene Bälle:

Übungsdauer/ fortlaufende Zeit	Ziele	Übungform/ Organisation	Schwerpunkte/ Korrektur	Hilfsmittel/ Anmerkungen

Die vorangegangenen Seiten dieses Ausbildungshandbuchs stellen die Grundlage für die Arbeit von Jugendtrainern dar. Leitmotive, Ausbildungskernphilosophie und übergeordnete Ziele geben eine Orientierung, wohin wir mit den Kindern und Jugendlichen wollen. Sie zeigen auf, was eine wertvolle und nachhaltige Jugendarbeit ausmacht. Besonders die Verbindung von sportlichen und gesellschaftlichen Zielen ist von zentraler Bedeutung und ermöglicht die vielseitigen Potenziale der Sportart Basketball in Deutschland bestens einzubringen.

Auf dieses stabile Fundament baut unser Verständnis des zunächst abstrakten Begriffs Talent. Die Grundprinzipien der Talententwicklung verdeutlichen, worauf die stetige Sichtung und langfristige Entwicklung ausgerichtet sein sollte, um die optimale Qualität zu gewährleisten und die besten Ergebnisse für die einzelnen Athleten, sowie für die gesamte Nachwuchsförderung zu erzielen.

Das Leitbild TALENT-Trainer betrachtet die Anforderungen auf die Rolle des Trainers, welcher in der jahrelangen täglichen Arbeit mit dem Athleten eine hohe Verantwortung trägt. Fachliche Qualifikation, Einsatz und Leidenschaft stellen wichtige Erfolgsfaktoren für die Trainertätigkeit dar. Die essentiellen Eigenschaften unseres TALENT-Trainers sind Charakterstärke und das ganzheitliche Verständnis für den Ausbildungsprozess.

Die Trainerleitlinien und der Trainingsplaner sind als Hilfestellungen und zur Selbstreflektion konzipiert und können von den Trainern in der täglichen Arbeit verwendet werden.

Belastungsgerechtes Übergangstraining
U19/U18 NBBL

Basketballspezifisches Grundlagentraining
U14

Umfassende Bewegung- und Ballschulung
Grundschul-AGs, U8/U10

Ausbildungspyramide

Die Entwicklung eines Anfängers im Kindesalter zum Spitzenathleten im Erwachsenenalter ist ein langer, vielschichtiger Prozess und verläuft individuell unterschiedlich. Mithilfe der Pyramide stellen wir die aufeinander aufbauenden Stufen der Ausbildung dar. Zu beachten ist, dass die Übergänge fließend sind und auf den jeweiligen Leistungsstand der Spieler angepasst werden müssen.

Hochleistungstraining
Perfektion & Stabilisierung

Beginnendes Spezialisierungstraining
U16/JBBL

Technisch-spielerisches Vielseitigkeitstraining
U12

Auf den folgenden Seiten gehen wir auf die einzelnen Ausbildungsstufen näher ein. Wir betrachten zuerst das Kindesalter und erklären die Notwendigkeit von Basketball Schul-AGs und die sich daraus ergebenen Möglichkeiten für die Sportart Basketball. Mit dem Motto: „Kinder spielerisch heranführen – Basketball Ballschule" stellen wir ein sehr interessantes Modell dafür vor. Das Projekt der kinder+Sport Basketball Academy beinhaltet zahlreiche mit der Praxis entwickelte Übungsformen und Techniken, die zudem noch in einem Belohnungskonzept integriert sind.

Die Altersstufen U10, U12, U14, U16 bilden den Kern der Jugendarbeit im Verein. Wir betrachten die altersspezifischen Anforderungen und Besonderheiten gegliedert nach

BASIS-

Zielen | Inhalten | Methoden | Leitlinien

Als zentrales Instrument für den Jugendleistungssport agieren NBBL und JBBL. Die beiden nationalen Jugendligen (U16 und U19) schaffen ein erhöhtes Wettkampfniveau – von Saisonbeginn bis zum TOP4 um die Deutsche Meisterschaft.

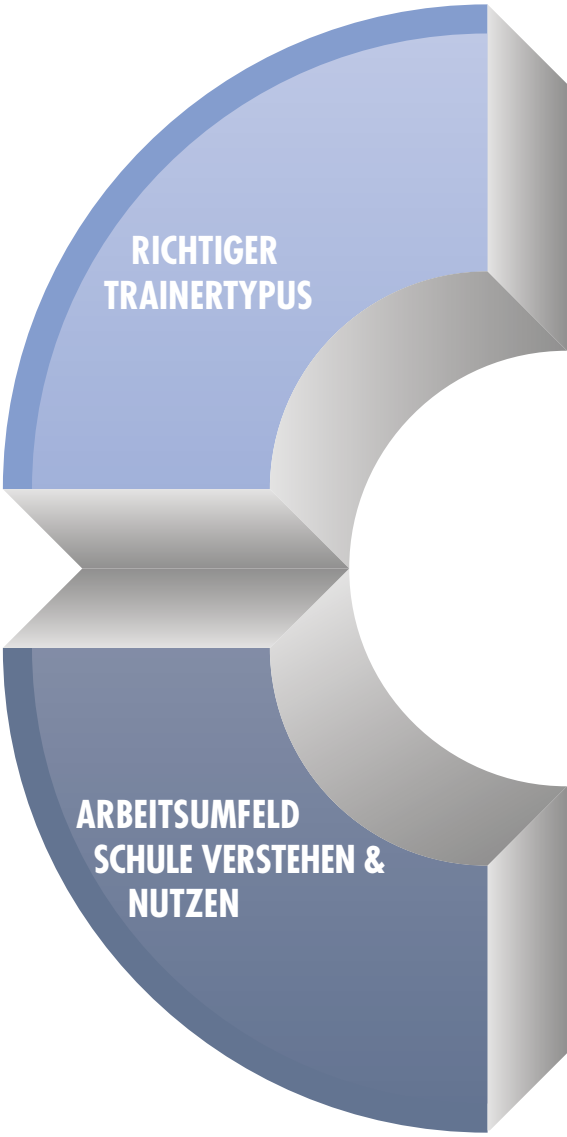
Die Schnittstelle vom Talent zum Profi stellt für die Jugendlichen eine große Herausforderung dar. Um diese erfolgreich zu bewältigen, muss Trainern und Spielern das angestrebte Ziel – die Spitze und ihre Anforderungen – bewusst sein. Dementsprechend gehen wir auf den letzten Seiten unseres Ausbildungshandbuchs näher hierauf ein.

Die Altersstufen sind idealtypisch an den Ausbildungsstufen ausgerichtet und sollen bei der grundsätzlichen Orientierung helfen. Entscheidend für den TALENT-Trainer sind der sinnvolle Transfer und die optimale Ausrichtung auf den einzelnen Spieler. Offenheit und Durchlässigkeit in der eigenen Ausbildungsstruktur sind von hoher Bedeutung, um den unterschiedlichen Ausbildungswegen von Talenten gerecht zu werden (Frühentwickler, Spätentwickler, Quereinsteiger).

Die Etablierung von systematisch angelegten Schulprogrammen (Schul-AGs) ist von elementarer Bedeutung für unsere Sportart. Die Erfahrung zeigt, dass sich Sport unterrichtende Lehrer über fachspezifische Unterstützung und Hilfestellung freuen. Der Strukturwandel hin zur Ganztagsschule ist eine große Chance bei gleichzeitiger Stärkung des Schulsports an sich. Nutzen wir sie!

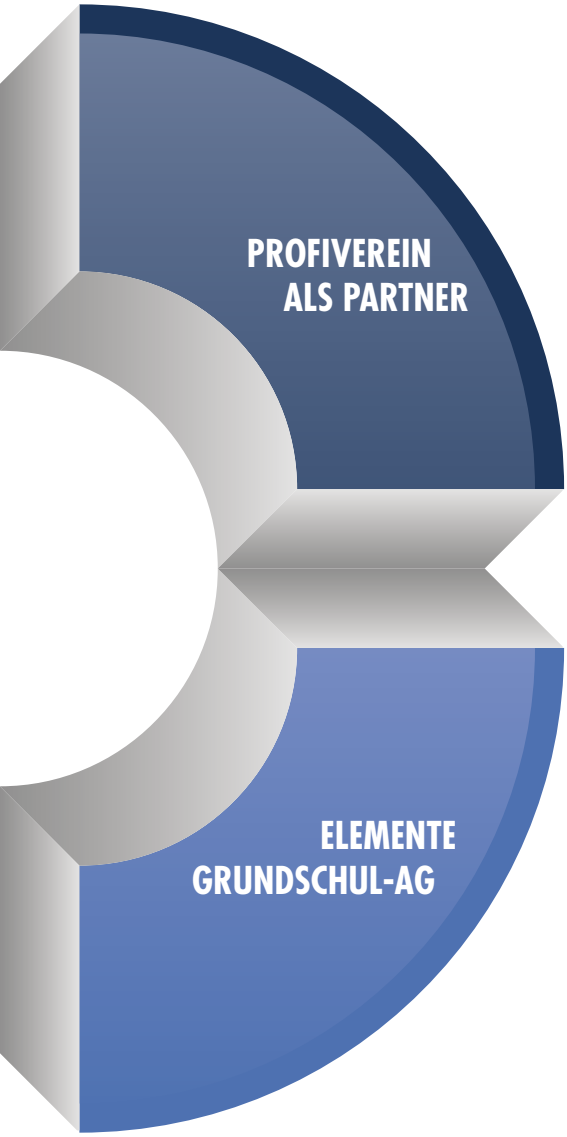
DER RICHTIGE TRAINERTYPUS

- **„Guter Typ“ wichtiger als Basketballexperte**
- **Fähigkeit mit Kindern Sport zu treiben**
- **Spaß am Spiel fördern, Ballspielvermittler**
- **Guter Umgang mit Eltern, Lehrer und Schule**



ARBEITSUMFELD SCHULE VERSTEHEN & NUTZEN

- **Schule & Lehrer sind Partner**
- **Tendenz zur Ganztagsschule verändert die Vereine**
- **Lösung für die Thematik „Schule-Sport-Verein“ – Schulvereinsteams**
- **Umgang mit Eltern, Lehrkräften und Schulverwaltung**



PARTNERSCHAFT MIT PROFIVEREIN SUCHEN

- Nutzung der Ressourcen (Trainer, Marketing)
- Strahlkraft/Vorbilder (Besuch Spiele)
- Know-how-Transfer (Trainerwissen)
- Aufgabenteilung
- Teil einer Bewegung

ELEMENTE EINER GRUNDSCHUL-AG

- Einmal pro Woche 60 Minuten netto
- Einführung in 1./2. Klasse
- Weiterführung in 3./4. Klasse
- Jungen und Mädchen
- Wettkampf organisieren
- Gemeinsam mit Schule

Deutschland mangelt es u. a. an Kreativspielern im Basketball. Dies liegt z. B. daran, weil insbesondere im frühen Einstiegsalter der Kinder zu sehr auf eine sportartspezifische Ausbildung gesetzt wird. Wie können aber möglicherweise effektiver als bislang, prägende und später leistungsbestimmende Faktoren wie taktische Spielintelligenz und Kreativität, motorische Kompetenzen und Koordination entwickelt bzw. trainiert werden? Vor allen Dingen spielerisch! Wir empfehlen mehr Vielseitigkeit, mehr freies Spielen und zielgerichtetes, ruhig sportspielübergreifendes Üben in den Anfangsjahren, eben Basketball-Ballschule!

BASISTAKTIKEN

- **Ziel ansteuern:**
  Abschluss, Zeitpunkt und Ort auswählen.
- **Ball dem Ziel annähern:**
  Ball in einen Angriffs-/Abschlussraum transportieren.
- **Zusammenspiel:**
  Ball situationsgerecht und schnell zum Partner spielen.
- **Lücken ausnutzen:**
  In der Auseinandersetzung mit Gegenspielen Chancen für Abspiel oder Punktgewinn nutzen.
- **Gegnerbehinderung umgehen:**
  In der Auseinandersetzung mit Gegenspielern Ballbesitz sichern.
- **Überzahl herausspielen:**
  Sich durch Anbieten, Orientieren & in Kooperation mit Partnern einen Vorteil verschaffen.

BASISKOORDINATION

Koordinative Aufgabenstellungen unter …

- **Zeitdruck:**
  Zeitminimierung/ Geschwindigkeitsmaximierung.
- **Präzisionsdruck:**
  Höchstmögliche Genauigkeit.
- **Sukzessivdruck:**
  Hintereinandergeschaltete (sukzessive) Anforderungen.
- **Simultandruck:**
  Bewältigung vieler gleichzeitiger (simultaner) Anforderungen.
- **Variabilitätsdruck:**
  Wechselnde Umgebungs-/ Situationsbedingungen.
- **Belastungsdruck:**
  Unter physisch-konditionellen Belastungsbedingungen.

One-Dimension Games	Durch eine hohe Zahl von immer wiederkehrenden und ähnlichen Spielkonstellationen werden einzelne sportspielübergreifende Basisbausteine geschult.
Diversifikation	Der Einsatz von verschiedenen motorischen Techniken unterstützt die Ausbildung von originellen, motorisch-koordinativen Lösungsvarianten.
Deliberate Play	Durch Spielen wird unangeleitetes Agieren zum Ausprobieren unterschiedlicher taktischer, koordinativer und technischer Lösungsvariationen führen.
Deliberate Coaching	Verzicht auf Instruktionen durch den Trainer oder Lehrer, die den Aufmerksamkeitsfokus der agierenden Kinder verringern.

ZIELE	INHALTE	METHODEN
Förderung von	**Strukturiert nach**	**Einsatz von**
Taktischer Spielintelligenz	Basistaktiken	One-Dimension-Games
Taktischer Kreativität	Basistechniken	Diversifikation
Motorischen Kompetenzen	Basiskoordination	Deliberate Play
Koordination		Deliberate Coaching

Die „kinder+Sport Basketball Academy“ ist offizieller Nachwuchspartner und damit ein wichtiger Teil der Nachwuchsarbeit der easyCredit BBL. Das Programm basiert auf den Grunddisziplinen des Basketballspiels und wurde von Trainern sowie Profis entwickelt. Es eignet sich für den TALENT-Trainer Basketball, um Anregungen für das eigene Training zu finden. Zudem kann das Anreizsystem der Levelstufen in die eigene saisonübergreifende Planung integriert werden.

1. Ziele, Zielgruppe:

- Die „kinder+Sport Basketball Academy“ versteht sich als Partner des Breitensports mit dem Kampagnenmotto: „Wir bewegen Kinder“.
- Angesprochen werden Kinder ab 6 Jahren.
- Durchführung an easyCredit BBL-Standorten, in der Umgebung des Vereins und in Schulen.

2. Methoden:

- Animation durch DVD.
- Trainer und Lehrer können das Konzept des „Trainingsparcours“ als Medium und Methode in Training bzw. Unterricht nutzen.
- Belohnung des erreichten Levels durch Erhalt eines Trikots in der entsprechenden Farbe.

3. Leitlinien:

- Förderung eines aktiven und gesunden Lebensstils unter Kindern.
- Animation und Motivation der Kinder zur regelmäßigen Bewegung in der Gruppe oder alleine: Gezielte Anleitung zum eigenständigen Training, um Schritt für Schritt das eigene Können zu verbessern.
- Kinder lernen Basketball mit und durch einen speziellen Trainingsparcours.

kinder + SPORT BASKETBALL ACADEMY

4. Bausteine:

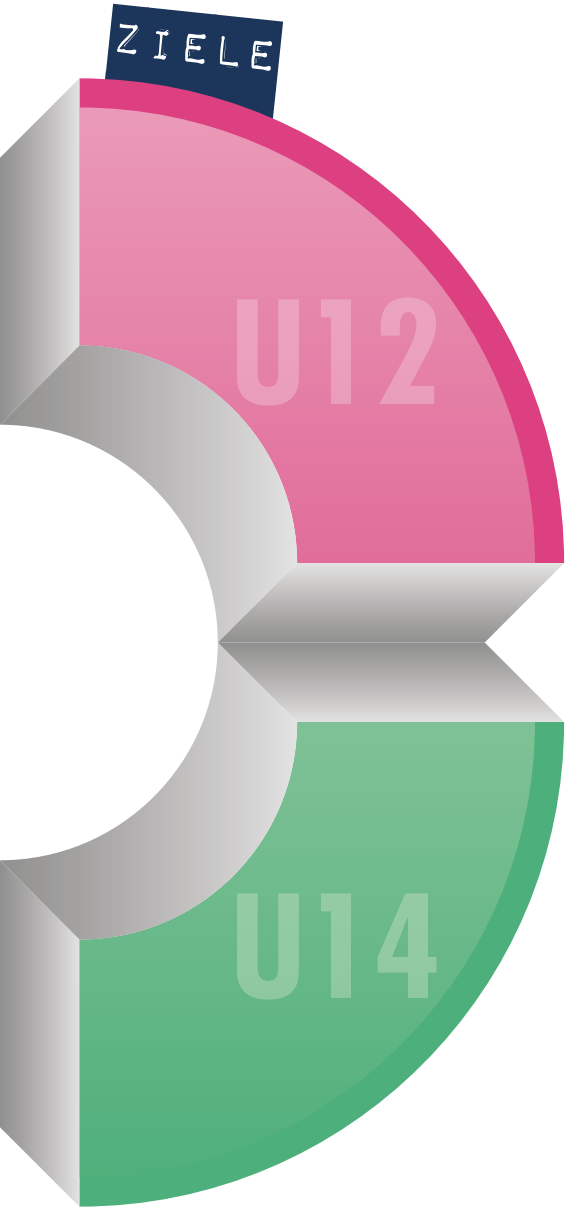
- Neuartiger Parcours, der an vier Stationen die Grunddisziplinen des Basketballs „Werfen-Passen-Dribbeln-Koordination“ abbildet.
- Sechs aufeinander aufbauende Leistungsstufen bringen die individuellen technischen Fertigkeiten und Fähigkeiten der Spieler zum Ausdruck.

DIE BASIS-ZIELE DER U10

- Spaß und Freude wecken
- Ganzheitliche motorische und physische Förderung
- Entscheidungsverhalten: spielerische Kreativität ausleben
- Teamgeist vorleben
- Fairplay vorleben

DIE BASIS-ZIELE DER U16

- Spaß und Freude erhalten und Leistungsbereitschaft fördern
- Physis und Motorik: Optimierung
- Entscheidungsverhalten: Taktische Lösungen suchen lassen
- Psychische Belastung erfahren
- Verantwortungsbewusstsein spüren



DIE BASIS-ZIELE DER U12

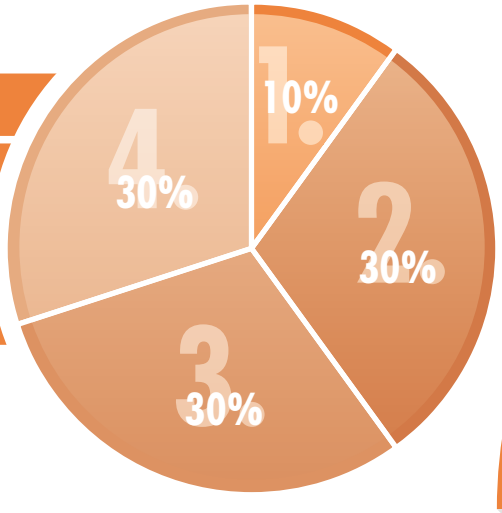
- Spaß und Freude erleben
- Physis und Motorik: Fokussierung
- Entscheidungsverhalten: spielerische Kreativität fokussieren
- Teamgeist spüren
- Fairplay spüren

DIE BASIS-ZIELE DER U14

- Spaß und Freude fördern
- Physis und Motorik: Spezialisierung
- Entscheidungsverhalten: Taktische Lösungen vorgeben
- Teamgeist einfordern
- Fairplay einfordern

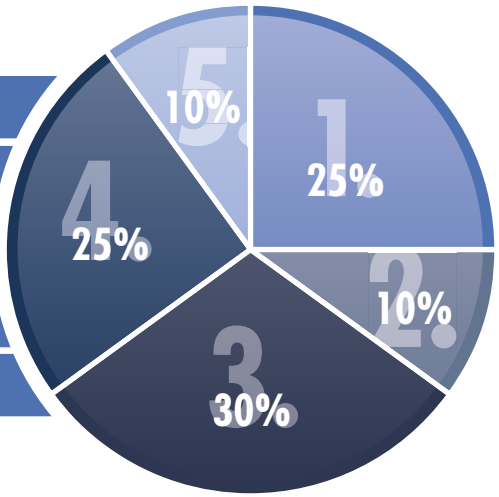
Bausteine für das Training mit der U10

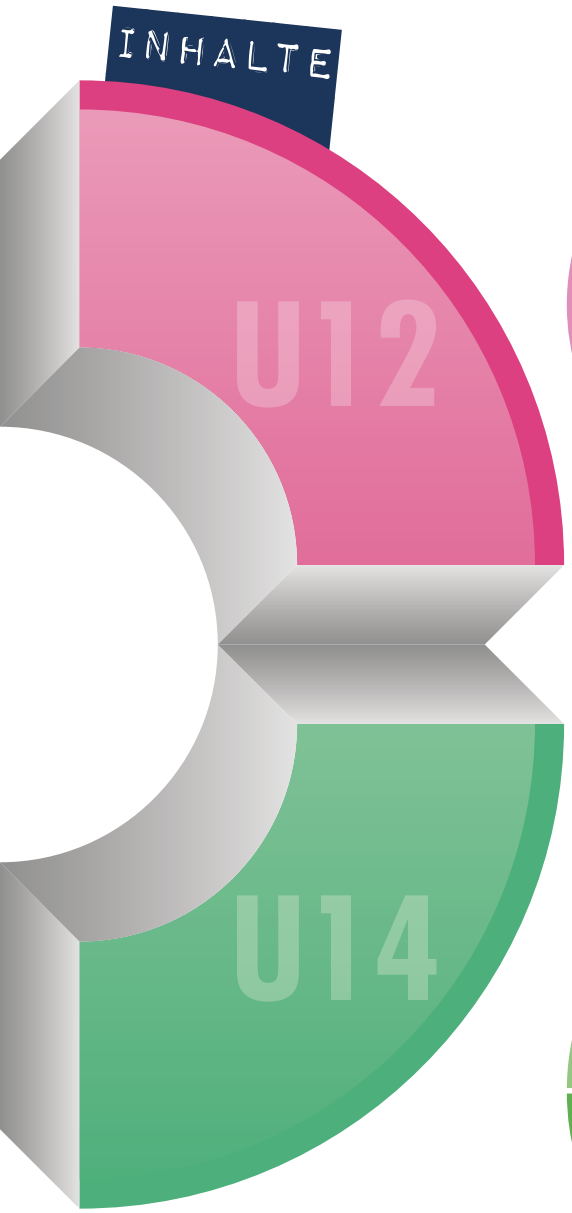
1. Konditionelle Fähigkeiten
2. Koordinative Fähigkeiten
3. Technik
4. Taktik



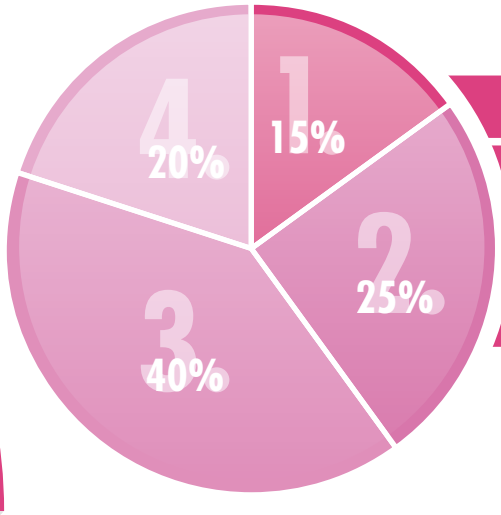
Bausteine für das Training mit der U16

1. Konditionelle Fähigkeiten
2. Koordinative Fähigkeiten
3. Technik
4. Taktik
5. Psychologische Fähigkeiten



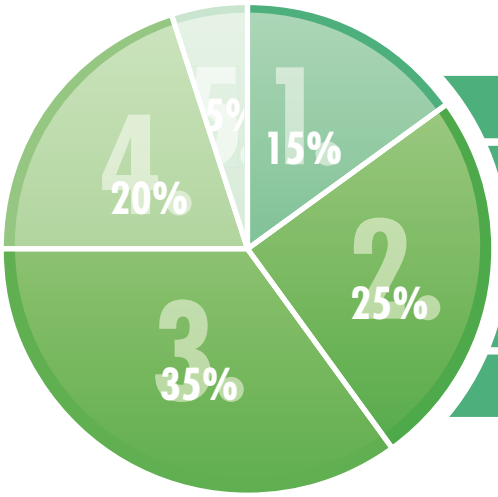


Bausteine für das Training mit der U12



Konditionelle Fähigkeiten	1.
Koordinative Fähigkeiten	2.
Technik	3.
Taktik	4.

Bausteine für das Training mit der U14



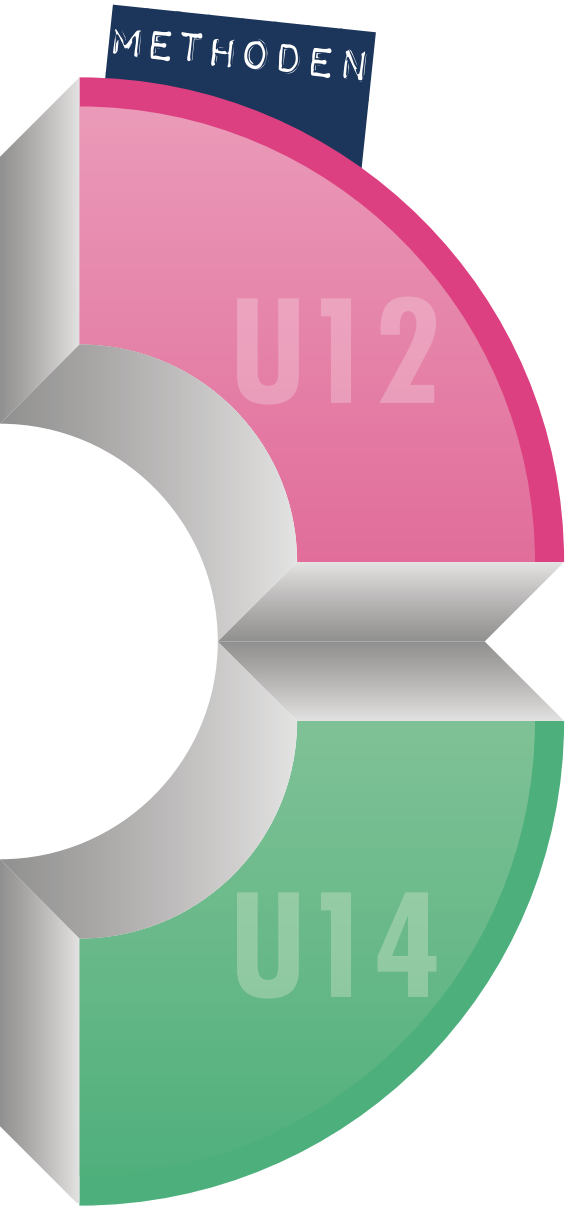
Konditionelle Fähigkeiten	1.
Koordinative Fähigkeiten	2.
Technik	3.
Taktik	4.
Psychologische Fähgkeiten	5.

DIE BASIS-METHODEN DER U10

- Beiläufiges Lernen: Spielen, Spielen, Spielen
- Experimentieren und ausprobieren lassen!
- Sportspielübergreifendes Training
- Breiten Aufmerksamkeitsfokus provozieren
- Üben auch mit der „schwachen Hand“
- Korrekturvermeidung! Weniger ist mehr!

DIE BASIS-METHODEN DER U16

- Explizites Lernen: konkret werden!
- Technikorientiertes Individualtraining
- Basketballspezifisches Training
- Breiten und engen Aufmerksamkeitsfokus üben lassen
- Mehr positiv als negativ korrigieren!
- Videofeedback: individuelle Leistungen optimieren



DIE BASIS-METHODEN DER U12

- Beiläufiges Lernen: Spielen und Üben
- Experimentieren und Ausprobieren in der Gruppe
- Basketballspezifisches Techniktraining
- Üben: Aufmerksamkeitsfokus einstellen
- Üben mit der schwachen Hand!
- Erste einfache Korrekturen

DIE BASIS-METHODEN DER U14

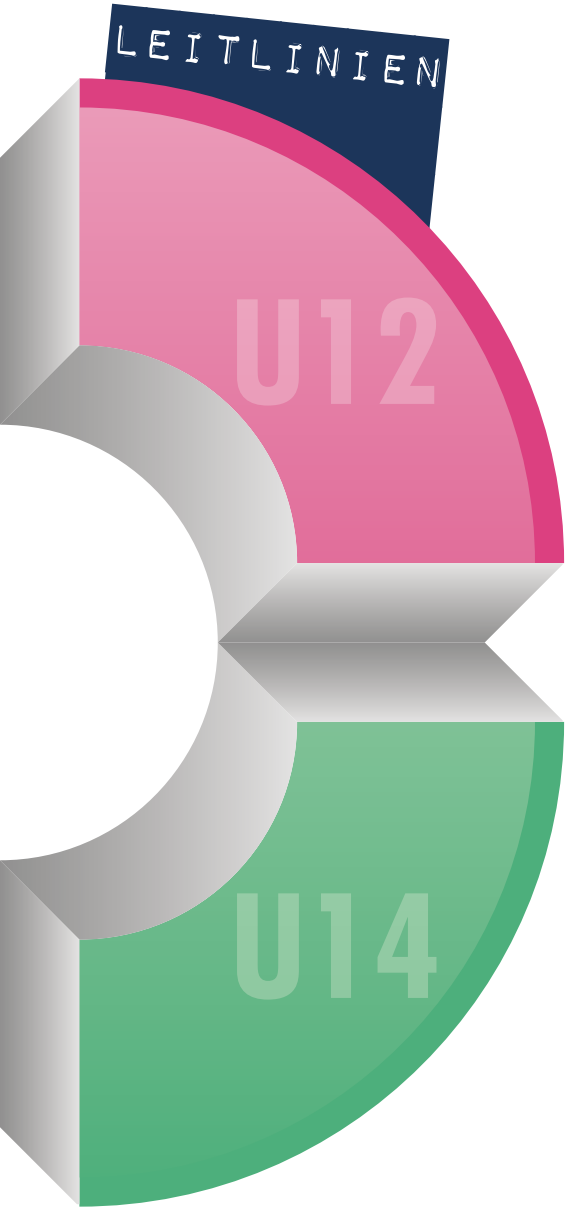
- Vom beiläufigen zum expliziten Lernen
- Gezieltes Üben, Experimentieren und Ausprobieren in der Mannschaft
- Basketballspezifisches Techniktraining
- Breiten und engen Aufmerksamkeitsfokus üben lassen
- Rechte und linke Hand trainieren!
- Mehr positive als negative Korrekturen (4:1)

DIE BASIS-LEITLINIEN DER U10

- Lasse alle Kinder lange genug spielen!
- Fördere jedes einzelne Kind!
- Sei Spiel-Organisator und Spiel-Begleiter!

DIE BASIS-LEITLINIEN DER U16

- Vermittle technisch-taktische Inhalte sowohl in der Praxis als auch in der Theorie!
- Binde die Spieler aktiv in das Training ein!
- Baue eine strukturierte Hierarchie im Team auf!



DIE BASIS-LEITLINIEN DER U12

- Zeige Geduld und bleibe gelassen!
- Setze die Kinder auf allen Positionen ein!
- Verbinde Basketball und Schule sinnvoll miteinanderund halte Kontakt zu den Eltern!

DIE BASIS-LEITLINIEN DER U14

- Fördere und fordere die Individualität der Kinder!
- Versuche die Stärken zu stärken und die Schwächen zu minimieren!
- Beachte die individuellen Entwicklungsunterschiede!

Nationale Jugendleistungsligen

DBB, easyCredit BBL und BARMER 2. Basketball Bundesliga starteten beginnend mit der Saison 2006/2007 ein richtungsweisendes Gemeinschaftsprojekt – die Nachwuchs Basketball Bundesliga (NBBL). Die stärksten U19-Mannschaften treten in diesem nationalen Wettbewerb an, messen sich zuerst in vier regionalen Gruppen und anschließend in den Playoffs bis zum TOP 4 um die deutsche Meisterschaft (bzw. in den Playdowns – der „Abstiegsrunde"). Beginnend mit der Saison 2009/2010 wurde dann der „jüngere Bruder" eingeführt – die Jugend Basketball Bundesliga (JBBL). Dieser Wettbewerb wird in der Altersklasse U16 durchgeführt und funktioniert vom Grundsatz so wie die NBBL. Unterschiede zwischen den beiden altersspezifischen Ligen bestehen in der Anzahl der teilnehmenden Mannschaften. Während die NBBL mit 32 Teams spielt, schafft die JBBL einen breiteren Unterbau mit 56 Teams. Dank eigener Bestimmungen ermöglichen die beiden nationalen Ligen eine sehr konsequente Ausrichtung auf den Jugendleistungssport. Die Athleten bekommen eine zusätzliche Spielerlizenz erteilt, welche keinen Einfluss auf die Einsatzmöglichkeiten in anderen Ligen oder auch bei anderen Vereinen hat. Die verbandliche Jugendspielordnung erlaubt unter bestimmten Bedingungen bereits (unabhängig von NBBL oder JBBL) den Einsatz in mehreren Teams und mithilfe einer Sonderteilnahmelizenz sogar in zwei verschiedenen Vereinen. Diese Regelungen sind (auch mit den zugehörigen Beschränkungen) von großem Wert für den Jugendleistungsbereich. Die NBBL und JBBL vereinfachen und verbessern dies zusätzlich.

Konzentration von Talenten

Die JBBL-Mannschaften stellen eine ideale Möglichkeit dar, um Talente aus dem regionalen Sichtungspool zu konzentrieren. Durch die besonderen Bestimmungen können Spieler vereinsübergreifend auf hohem Niveau trainieren und über die ganze Saison gemeinsam Wettkämpfe gegen andere Leistungsmannschaften bestreiten. Der Charakter einer regionalen „Auswahlmannschaft" und die begleitenden professionellen Strukturen schaffen zudem einen besonderen Ansporn. Jüngere Spieler sehen die JBBL als ein Ziel, das sie erreichen wollen. Bestehende JBBL Spieler bekommen ein leistungssportliches Streben vermittelt.

In den letzten Jahren sind vor allem aufgrund von gemeinsamen Mannschaften in JBBL und NBBL verschiedene regionale Kooperationen entstanden. Dies ist eine sehr positive Entwicklung, setzt jedoch auch ein grundlegendes Verständnis bei den einzelnen Vereinen und Trainern voraus. Wir müssen unseren Talenten möglichst optimale Voraussetzungen schaffen, damit sich diese zum Spitzenathleten entwickeln können. Ein wesentlicher Erfolgsfaktor ist die Struktur der Mannschaften und damit die Spielmöglichkeiten. Konkret fordert dies von den regionalen Vereinen und Trainern nicht nur die Bereitschaft ein, sondern auch die von sich heraus aktive Vermittlung der eigenen Talente an andere Strukturen/Vereine mit den notwendigen leistungssportlichen Voraussetzungen. Nicht die Person und der Erfolg des Trainers stehen im Vordergrund, sondern die zielgerichtete Entwicklung der Athleten!

Die NBBL-Mannschaften bekommen meist einen großen Anteil der Spieler bereits aus JBBL-Teams, die als Unterbau dienen. Jedoch ist die Durchlässigkeit für Quereinsteiger oder Spätentwickler von zentraler Bedeutung. Besonders auch dadurch, dass die NBBL drei Jahrgänge umfasst, lässt sich nach der JBBL eine Integration bzw. Entwicklung von Perspektivspielern mit noch niedrigem Leistungsvermögen gut verwirklichen.

Individuelle Spielerentwicklung erfordert optimale Spielmöglichkeiten

Besonders hinsichtlich der großen Herausforderungen an der Schwelle zum Profibereich, ist es zwingend erforderlich, dass die Talente frühzeitig Erfahrungen und viel Spielzeit im Seniorenbereich sammeln. Die jungen Spieler lernen zudem in vielseitiger Weise von den älteren Mitspielern.

Idealtypisch für die Talententwicklung stellen wir die Altersstufen im Jugendbereich den Leistungsstufen im Seniorenbereich gegenüber. Die Darstellung orientiert sich sehr ambitioniert an der höchsten Leistungsspitze, ist aber natürlich nicht auf jeden Spieler zutreffend oder passend. Wie in diesem Handbuch bereits ausführlich erklärt, verlaufen Ausbildungswege unterschiedlich. Entscheidend ist die optimale und langfristige Planung, die zurecht in den Händen des verantwortlichen Vereinstrainers liegt.

JBBL **älterer Jahrgang (U16)**	erste Erfahrungen im mittleren Seniorenbereich Oberliga/2. Regionalliga
NBBL **jüngster Jahrgang (U17)**	viel Spielzeit im ambitionierten Seniorenbereich 2./1. Regionalliga
NBBL **mittlerer Jahrgang (U18)**	Leistungsträger in der NBBL und 8er Rotation in der ProB (oder ggf. Starting 5 in der 1. Regionalliga)
NBBL **ältester Jahrgang (U19)**	NBBL ist ergänzend zum Seniorenteam die 2. Priorität 20–25 Minuten Spielzeit in der ProB oder ProA

Talente parallel zu NBBL oder JBBL zielgerichtet in Seniorenmannschaften einzusetzen, bedeutet natürlich, die individuellen Trainings- und Wettkampfpläne zu koordinieren und vor allem auch die Regenerationsphasen sorgfältig zu beachten. Das bloße „Spielen lassen“ schafft aus nachvollziehbaren Gründen nicht den idealen Effekt. Vielmehr sind die Trainer gefordert die organisatorischen, inhaltlichen und personellen Voraussetzungen bei den betreffenden Mannschaften zu schaffen, was wiederum Kompromissbereitschaft bei den beteiligten Trainern zwingend notwendig macht. Den Selbstanspruch zugunsten von individueller Spielerentwicklung auch Mannschaftsprinzipien (wie z. B. starre Trainingsbeteiligung) anzupassen, muss nach unserer Überzeugung jeder TALENT-Trainer mitbringen.

Im Jugendbereich messen sich die Talente in der jeweiligen Altersklasse gegen die stärksten Gleichaltrigen und teilweise auch gegen bis zu zwei Jahre Ältere. Um den Schritt vom Talent zum Profi zu schaffen, müssen sich die jungen Spieler jedoch im Wettkampf gegen die erwachsenen Spitzenathleten behaupten und durchsetzen. In den umkämpften Profiligen verteilen die Trainer die Spielzeit nicht nach Talent, sondern nach Leistung. Oft vertrauen Trainer lieber auf bereits etablierte Spieler, anstatt vermeintliche Risiken mit unerfahrenen Spielern einzugehen.

Zudem unterscheidet sich der Seniorenbereich vom Jugendleistungssport in vielen grundlegenden Bedingungen, so dass auch hier neue Herausforderungen und Erschwernisse auf die jungen Spieler warten. Der Satz: Diese Situation ist zu Teilen vergleichbar mit der eines Berufstätigen, der einen neuen Job in einer anderen Firma annimmt: Vieles in den täglichen Begebenheiten ist ihm unbekannt und seine bestehenden Kollegen haben klare Vorteile dank des angesammelten Wissens und der erarbeiteten Stellung im sozialen Gefüge.

Mit den folgenden Ausführungen wollen wir eine Orientierung geben, die ausgerichtet ist an Talenten mit dem Potential, vollwertige Profispieler zu werden. Wir legen Überzeugungen dar, die von existenzieller Bedeutung für die Spielerentwicklung an der Schnittstelle zum Profisport sind.

Ausschlaggebende Faktoren, die auch oder vor allem vom TALENT-Trainer beeinflusst werden können:

- Selbstvertrauen der Spieler stetig aufbauen, stärken und festigen
- Stetige Rückmeldung und Bestätigung für den Lernprozess
- Beidseitige Vertrauensbasis schaffen und Ansprechpartner sein
- Höchster sportlicher Fokus auf die nachhaltige Entwicklung und eine langfristige Planung
- Fokus auf zielgerichtete und wirksame Korrektur
- Optimale Koordination von Training, Wettkampf und Regeneration
- Schulische Leistung und erfolgreichen Abschluss konsequent einfordern und unterstützen
- Ganzheitliches Bewusstsein der Spieler stärken (Gesundheit, soziale Kompetenzen)
- Talente nicht als Quotendeutsche verstehen und zum Kader auffüllen nutzen, sondern ausgerichtet an Leistungsfähigkeit und -entwicklung fördern und fordern

Mentale Stabilität und Eigenverantwortung abseits vom Spielfeld

An der Schnittstelle vom Talent zum Profi nehmen diese Fähigkeiten nicht nur für die sportliche Performance einen hohen Stellenwert ein, sondern auch für das persönliche Auftreten abseits des Spielfeldes. Zwar sind limitierende Einflüsse (wie bspw. Alkohol, Nikotin, Schlafmangel, falsche Ernährung) für Leistungssportler hinreichend bekannt, ausschlaggebend ist jedoch nicht das Wissen, sondern vielmehr der disziplinierte Lebensstil. Bezüglich dieser Thematik sind Trainer zwar als Vorbilder und Mentoren gefragt, die tatsächliche Beachtung liegt aber in der Eigenverantwortung der Athleten. Deshalb müssen die Spieler auch in diesem Bereich frühzeitig lernen, die Verantwortung für sich selbst zu tragen.

Zielstrebig eine Entwicklung zum Spitzenathleten zu verfolgen, bedeutet klare Prioritäten zu setzen und Teile von anderen Lebensbereichen dem Sport unterzuordnen. Das muss den jungen Spielern bewusst sein. Zu dem hohen Anspruch an sich selbst, gehört auch ein professionelles Verhalten, welches der Vorbildfunktion von Sportlern gerecht wird. Einzelne negative Beispiele im Profisport erzeugen hier falsche Assoziationen. Die Trainer sind hier gefordert, ihre Talente unterstützend zu begleiten und damit zu gewährleisten, dass die feste Bodenhaftung erhalten bleibt.

Ausschlaggebende Faktoren, die auch oder vor allem vom Spieler beeinflusst werden:

- Leidenschaft und Freude am Sport leben und hohe Selbstdisziplin aufbringen
- Zielstrebigkeit und Leistungsbereitschaft in der Schule
- Auf nachhaltige sportliche Entwicklung setzen
- Mit hohem Engagement trainieren und Initiative zeigen
- Korrekturen und Extratrainingseinheiten vom Trainer einfordern
- Verantwortung auf und neben dem Spielfeld übernehmen
- Kontrolle des inneren Eigenantriebs: Nicht frühzeitig auf Status oder Geld spekulieren

Die nationale und internationale Wettkampfspitze stellt die entscheidene Orientierung für die Entwicklung von Talenten dar. Wir skizzieren die Anforderungen idealtypisch.

Spielerisch

- **Hochentwickeltes, intelligentes Entscheidungsverhalten**
- **Stabilität und Effektivität im 1-1 Spiel**
- **Instinktives Handeln defensiv wie offensiv und intensiver Einsatz**
- **Höchstes Durchsetzungsvermögen und hohe Stabilität besonders in Drucksituationen**

Technisch

- **Hochentwickeltes Fertigkeitsniveau in erster Linie im Werfen und Passen**
- **Defensive Fähigkeit in der Verteidigung-am-Ball auf höchstem Niveau**
- **Gute Schulung in den anderen technischen Bereichen**

Mental

- **Freude am Wettkampf**
- **Selbstbewusstsein**
- **Erfolgsstreben und hoher Eigenantrieb**
- **Willensstärke und Verantwortungsbereitschaft**
- **Kritikfähigkeit und ausgeprägte Wahrnehmung**

Menschlich

- **Charakterliche Stärke und Bodenhaftung**
- **Teamfähigkeit**
- **Vorbildliche Einstellung und Lernbereitschaft in Training und Spiel**
- **Vorbildliche Einstellung zu den Aufgaben im Profisport und zu den Medien**
- **Bewusstsein der eigenen Vorbildrolle on-and-off-court**

DIRK NOWITZKI

Dirk Nowitzki entwickelte sich vom Talent zu einem der besten Basketballer der Welt. Er führte die Dallas Mavericks zum Gewinn der Meisterschaft 2011 in der NBA. Mit der deutschen Nationalmannschaft holte er Bronze bei der Weltmeisterschaft 2002 und Silber bei der Europameisterschaft 2005. Bei den Olympischen Spielen 2008 wurde Dirk Nowitzki zum deutschen Fahnenträger für die Eröffnungsfeier in Peking ernannt.

Dirk Nowitzki verkörpert die Anforderungen in der internationalen Spitze. Er verfügt über herausragende Fähigkeiten sowohl im spielerischen, technischen und taktischen, als auch im athletischen und mentalen Bereich. Seine Qualitäten als Mensch fördern seine sportliche Karriere und die hohe Akzeptanz sowie Sympathie, die ihm weltweit entgegengebracht wird.

Taktisch

- **Hochentwickelte Fähigkeiten in den zentralen vortaktischen Elementen, vor allem Pick-and-Roll**
- **Hervorragendes Spielverständnis (spacing, ball movement) und taktisches Grundverständnis**
- **Hochentwickelte Fähigkeiten in Fastbreak und Transition**

Athletisch

- **Explosivität, Robustheit und Bewegungsschnelligkeit**
- **Gute athletische Ausbildung in allen Bereichen**
- **Hochentwickelte koordinative Fähigkeiten**
- **Hohe Belastbarkeit**

Das Ausbildungshandbuch für die Entwicklung von Basketball-Talenten richtet sich an alle Beteiligten im deutschen Basketball und verschafft einen Überblick über die einzelnen Anforderungen, Erfolgsfaktoren und Zusammenhänge. Die Basisarbeit in den Vereinen und Schulen vor Ort legt das entscheidende Fundament, auf das die anderen Bestandteile aufbauen. Die aktive und altersgerechte Nachwuchsarbeit bereits im Kindesalter und die Vermittlung von nachhaltiger Freude am Basketball für alle Leistungsstufen sind von grundlegender Bedeutung. Nach unserem Verständnis ermöglicht Basketball jedem Spieler wertvolle Erfahrungen unter sportlichen und sozialen Aspekten.

Eine gemeinsame nationale Aufgabe stellt der Jugendleistungssport dar. Der Weg vom Anfänger zum Spitzenathleten ist lang und vielschichtig. Dabei tragen die unterschiedlichen Beteiligten ihren eigenen Teil zum gesamten Ausbildungsprozess bei und begleiten die Talente auf einer Etappe der Entwicklung. Dieses Bewusstsein hilft uns, für jeden einzelnen Athleten die optimalen Voraussetzungen zu erkennen und zielgerichtet individuelle Lösungen zu finden.

Unser Verständnis von Nachwuchsarbeit skizziert den TALENT-Trainer, der seine Rolle als Jugendtrainer verantwortungsvoll ausfüllt und seine Zielsetzungen auf die nachhaltige Entwicklung der Athleten auslegt. Dieses Ausbildungshandbuch gibt ihm eine Orientierung über die konzeptionelle Ausrichtung in den verschiedenen Alters- und Entwicklungsstufen.

Wir verfolgen einen zukunftsweisenden Weg, der den Selbstanspruch impliziert, sich stetig mit den Erkenntnissen aus Praxis und Sportwissenschaft auseinander zu setzen. Unser Engagement sehen wir als einen Beitrag zur gemeinsamen Entwicklung der deutschen Basketballkultur.