

INHALTSVERZEICHNIS

Vorworte

1	Zielsetzungen der Rahmentrainingskonzeption.....	15
2	Der sportpolitische Rahmen zur Nachwuchsförderung und dessen Umsetzung am Beispiel des nordrhein-westfälischen Landesprogramms "Talentsuche und Talentförderung...".....	16
3	Leistungsstruktur Fechten	20
3.1	Anforderungsprofil für das Fechten	20
3.2	Anforderungsprofil und Trainingsaufgaben	23
3.2.1	Motive und Emotionen.....	24
3.2.2	Strategie und Taktik	25
3.2.3	Technik.....	27
3.2.4	Kondition	30
4	Ausgewählte Orientierungen und didaktische Grundsätze für das Nachwuchs-training im Fechten.....	34
4.1	Grundorientierungen.....	34
4.2	Allgemeine Grundsätze	36
4.2.1	Einheit von Ausbildung und Erziehung.....	36
4.2.2	Zum Problem der Vielseitigkeit und Spezialisierung im sportlichen Training	37
4.2.3	Partnerübungen und Gruppenarbeit.....	39
4.2.4	Einheitlichkeit und Differenzierung des Fechttrainings.....	40
4.2.5	Akzentuierung statt Zyklisierung	42
5	Talentsuche und Talentförderung im Fechten	44
5.1	Zum Talentbegriff	44
5.2	Talentsuche und Talentförderung	44
5.3	Annäherung an die Prognosemöglichkeit für ein „Talent“	44
5.4	Aufbau der Trainingsstufen	45
6	Die Ausbildung in den Förderstufen 1 - 3	46
6.1	Übersichten zur inhaltlichen Gestaltung des langfristigen Trainingsprozesses in den Förderstufen 1 - 3.....	46
6.2	Ausbildung der Leistungsfaktoren	50
6.2.1	Erziehung.....	50
6.2.2	Strategie-Taktik.....	51
6.2.3	Ausbildung der Technik	57
6.2.4	Ausbildung der Kondition	64
6.2.5	Ausbildung der Koordination	67
6.2.6	Psychische Eigenschaften und Fähigkeiten.....	69
7	Begleitende Maßnahmen	71
7.1	Pädagogische und soziale Betreuung	71
7.2	Medizinische Betreuung	74
8	Neufassung der Wettkämpfe.....	75
9	Empfehlung zur Durchführung der Turnierreifeprüfung.....	78
Anhang		
Anlage I	- Übungsbeispiele zu ausgewählten Leistungsfaktoren.....	82
Anlage II	- Erläuterung strategisch-taktischer Elemente im Fechtssport.....	100