



Deutscher Sportlehrerverband  
Landesverband Niedersachsen

## 8. Schulsporttag am Mittwoch, 13.09.2023

### Theorieworkshop 2 in 1: Krafttraining im Kinder- und Jugendbereich & Das Talent im Fokus – zwischen Sport und Schule

#### Angaben zur Person/ Qualifikation des Dozenten/der Dozentin:

Prof. Dr. Dirk Büsch  
*Institut für Sportwissenschaft der Universität Oldenburg*  
*Arbeitsbereich Sport und Training*

#### E-Mail- Adresse:

dirk.buesch@uni-oldenburg.de

#### Thema:

##### **Krafttraining im Kinder- und Jugendbereich**

*Aktueller Forschungsstand unter Berücksichtigung unterschiedlicher Entwicklungsphasen*

#### Inhalt:

Während früher ein Krafttraining für Kinder und Jugendliche als problematisch eingeschätzt wurde, besteht mittlerweile die explizite Forderung nach einem frühzeitigen Beginn mit einem kinder- und jugendgerechten Krafttraining. Eine seit Jahren zu konstatierende (inter)national zunehmende Dynapenie, d. h. ein zunehmender Kraftverlust bei Kindern und Jugendlichen hat u. a. auch Konsequenzen für die individuelle (sport)motorische Entwicklung und Fitness. Im Rahmen dieses Theorieblocks soll zum einen der Forschungsstand zum Krafttraining mit Kindern und Jugendlichen cursorisch vorgestellt werden und zum anderen gemeinsam diskutiert werden, ob und wenn ja wie ein Krafttraining im Kontext Schule initiiert bzw. durchgeführt werden könnte.

#### Zielgruppe:

ALLE

#### Vorkenntnisse/ Besonderheiten:

Keine

#### Teilnehmerzahl:

Nach Bedarf

**Angaben zur Person/ Qualifikation des Dozenten/der Dozentin:**

Dr. Rebecca Rienhoff

*Sportkoordination Helmholtz-Gymnasium – Eliteschule des Sports und NRW-Sportschule Essen*

*Fachleitung Sport – ZfSL Krefeld*

*Fachberatung Sport & Beratung im Schulsport (NRW-Sportschulen) – Bezirksregierung Düsseldorf (Dez. 43/Dez. 48)*

Michael Wolf

*Realschulrektor, Schulleiter Elsa Brändström Realschule – Eliteschule des Sports und NRW-Sportschule Essen*

*A-Lizenz-Trainer des Deutschen Handball Bundes*

Prof. Dr. Jörg Schorer

*Institut für Sportwissenschaft der Universität Oldenburg*

*Arbeitsbereich Sport und Bewegung*

**E-Mail- Adresse:**

rebecca.rienhoff@helmholtz-gymnasium.de

michael.wolf@schule.essen.de

joerg.schorer@uni-oldenburg.de (Kontakt)

**Thema:****Das Talent im Fokus – zwischen Sport und Schule**

*Die Vereinbarkeit von Schule und Nachwuchsleistungssport am Beispiel des Essener Eliteschul-Verbundsystems*

**Inhalt:**

Aus sportlicher Perspektive ist für Nachwuchsleistungssportler:innen die Vereinbarkeit ihres Sports mit den schulischen Anforderungen eine maßgebliche Voraussetzung für ihren Erfolg. Aus schulischer Perspektive besteht der zentrale Anspruch darin, die Sportschüler:innen unter den Vorgaben des Bildungs- und Erziehungsauftrags in schulischer und sportlicher Hinsicht und unter Berücksichtigung der bestehenden Doppelbelastung bestmöglich zu fördern. Die optimale Vereinbarkeit schulischer Bildungsziele mit den sportlichen Anforderungen des Nachwuchsleistungssports ist hierbei das oberste Gebot. Ziel dieses Beitrags ist die Darstellung konkreter dualer Karrieremöglichkeiten im Nachwuchsleistungssport am Beispiel des Essener Eliteschul-Verbundsystems aus schulischer Perspektive. Auf Basis des zugrunde liegenden Talentverständnisses wird der konkrete Talententwicklungsprozess dargestellt sowie das diesen Prozess flankierende Wirkungsgefüge der individuellen systemischen Unterstützungsmechanismen detailliert aufgezeigt.

**Zielgruppe:**

ALLE

**Vorkenntnisse/ Besonderheiten:**

Keine

**Teilnehmerzahl:**

Nach Bedarf