

Talentbausteine – Dein Leitfaden zur Talentfindung im Badminton

Arbeitsdokument für Trainer*innen im Landesverband NRW

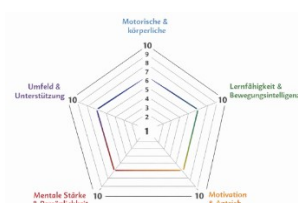
Einleitung

Du als Trainer*in spielst eine entscheidende Rolle bei der Entwicklung junger Talente im Landesverband NRW. Die Talentförderung beginnt damit, Potenzial frühzeitig zu erkennen und gezielt zu begleiten. Doch was macht ein Talent wirklich aus? Es sind weit mehr als nur körperliche Voraussetzungen – die Lernfähigkeit, Motivation, mentale Stärke und das soziale Umfeld sind genauso wichtig und können den Unterschied für die sportliche Entwicklung ausmachen.

Mit diesem Dokument bekommst Du praxisnahe Talentbausteine an die Hand, die Dir helfen, systematisch und strukturiert vorzugehen. Das Dokument beruht auf einer Expertenbefragung im Landesverband NRW, wir haben die erfolgreichsten Nachwuchstrainer gefragt, was für sie den Talentbegriff ausmacht. Für jeden Baustein findest Du Hinweise, wie Du Talente im Training erkennen kannst, einen passenden Test zur Einschätzung sowie konkrete Trainingsempfehlungen, damit Du die Entwicklung optimal fördern kannst. Ziel ist es, Dir einen Leitfaden zu bieten, den Du flexibel in Deinem Trainingsalltag einsetzen und mit Deinen eigenen Erfahrungen jederzeit erweitern kannst. Nutze diese Talentbausteine, um Dein Team und einzelne Spieler*innen individuell zu begleiten, ihre Stärken zu fördern und sie auf ihrem Weg zum Erfolg zu unterstützen.

Die Talentfindung ist ein dynamischer Prozess und lebt von Deiner Aufmerksamkeit und Deinem Engagement. Mit den nachfolgenden Seiten möchten wir Dich inspirieren, neugierig machen und motivieren, Talente zu erkennen und gemeinsam weiterzuentwickeln.

Ergänzend bekommst Du für Dich hierzu noch einen Talentkompass zum Ausdrucken und als Datei, wo Du Deine aktuelle Bewertung eines Talentbes veranschaulichen kannst, um die Entwicklung des Talentbes über einen Zeitraum zu beobachten, aber auch um Unterschiede zwischen Talenten Deiner Gruppe für Dich herauszuarbeiten. Die Skalierung obliegt Deinem Anspruch und Deinem Bild vom Badminton – daher kann damit nicht zwischen verschiedenen Trainern verglichen werden, aber es ist ein sehr praktisches Tool für Dich persönlich.



Baustein 1: Motorische & körperliche Voraussetzungen

DIE BASISFÄHIGKEIT „kann sich (schnell) bewegen“

Experten Begriffe:

Schnelligkeit, Bewegungsschnelligkeit, Schnellkraft, Dynamik, Auge-Hand-Koordination, allgemeine motorische Koordination, natürliche Bewegungsmuster

Wie erkenne ich dieses Talent:

- ✓ Beobachte, wie flexibel und schnell sich Deine Spieler*innen bewegen.
- ✓ Achte dabei sowohl auf Bewegungs- als auch Handlungsschnelligkeit.
- ✓ Sehen die Bewegungen allgemein „rund“ aus?

Test:

Neben diversen Staffeln eignen sich besonders

- **Shuttlesprints** aus „Starting Badminton“ (<https://youtu.be/6JXet9uYD4U?si=0DJRxHn6QfN23yGw&t=65>) oder der
- **T-Test** (<https://www.fsv.uni-jena.de/fsvmedia/152735/t-agility-test.pdf?download=1&nonactive=1&suffix=pdf>)
- **Wurfübungen** mit verschiedenen Gegenständen, Gewichten, Zielen, Distanzen...

Trainingsempfehlung:

Baue abwechslungsreiche Übungen zur Förderung der motorischen Grundfähigkeiten ins Training ein. Variiere regelmäßig die Anforderungen, um die Anpassungsfähigkeit zu stärken. Gib gezieltes Feedback zur Bewegungsausführung und nicht zum Effekt. Trainiere immer auch Schnelligkeit und Agilität/Gewandtheit zum Beispiel in Form von Staffeln Sprint- oder Fangenspiele.

Baustein 2: Lernfähigkeit & Bewegungsintelligenz

DER GAMECHANGER „lernt schnell“

Experten Begriffe:

Schnelles Adaptieren, schnelles Umsetzen von Technik, motorische Lernfähigkeit, Bewegungsgefühl, koordinatives Lernen

Wie erkenne ich dieses Talent:

- ✓ Schau, wie schnell und präzise neue Bewegungen erlernt werden.
- ✓ Prüfe, ob Deine Spieler*innen Anweisungen verstehen, Fehler selbstständig erkennen und kreativ selbst Lösungen finden.
- ✓ Bewegungsintelligenz zeigt sich darin, dass komplexe Abläufe effizient und individuell umgesetzt werden.
- ✓ Beobachte genau, ob deine Spieler*innen Bewegungen selbstständig adaptieren, Variationen im Timing und in der Ausführung mit einbauen, wenn die Situation es erfordert.

Test:

Stelle eine unbekannte Bewegung oder Technik vor und beobachte, wie sie umgesetzt wird. Es eignet sich beispielsweise gut der

- „Reverse Backhand Slice“ (<https://www.youtube.com/watch?v=rlwv1otT2Fg>)

Lass Deine Sportler*innen die Aufgabe eigenständig nach kurzem Vormachen wiederholen. Beobachte wer Freude an der neuen Bewegungsaufgabe empfindet bzw. wer sich eher überfordert fühlt und wie lange der Prozess zur „korrekten“ Ausführung dauert und wie die Spieler*innen auf dein Feedback reagieren.

Trainingsempfehlung:

Fördere das Erlernen neuer Bewegungsmuster durch abwechslungsreiche Aufgaben. Lass auch mal Übungen mit der „schwachen“ Hand machen, übe Finten oder lerne komplexe Techniken. Gib gezielte Rückmeldungen und motiviere zum eigenständigen Ausprobieren.

Baustein 3: Motivation & Antrieb

DER UNTERSCHÄTZTE FAKTOR „will wirklich“

Experten Begriffe:

Intrinsische Motivation, Freude an Bewegung, Bewegungsdrang, Neugier im Training, regelmäßige Teilnahme, hohe Trainingsqualität

Wie erkenne ich dieses Talent:

- ✓ Beobachte, wie engagiert Deine Sportler*innen im Training dabei sind. Wenn du die Spieler*innen über einen längeren Zeitraum beobachten kannst, notiere auch, wer wie regelmäßig beim Training ist.
- ✓ Achte darauf, ob sie freiwillig Bewegungsaufgaben erledigen, oder zum Beispiel sich aktiv in den Pausen, oder unmittelbar vor- oder nach dem Training bewegen möchten.
- ✓ Intrinsische Motivation ist ein Schlüsselfaktor zum Erfolg, mit einer starken intrinsischen Motivation können auch Defizite aus Baustein 2 „Lernfähigkeit und Bewegungsintelligenz“ ausgeglichen werden.

Test:

- Biete freiwillige Bewegungsaufgaben am Ende des Trainings an, zum Beispiel einen Extra-Lauf oder eine Technik-Challenge.
- Setze allgemein verschiedene Challenges und Wettkämpfe im Training ein und beobachte, wer sich engagiert beteiligt und wie die Aufgaben gemeistert werden.

Trainingsempfehlung:

Setze gemeinsam erreichbare Ziele und schaffe kleine Erfolgsmomente. Biete Wahlmöglichkeiten im Training und lass die Sportler*innen eigene Vorschläge einbringen. Ermutige mit positivem Feedback und feiere Fortschritte.

Baustein 4: Mentale Stärke & Persönlichkeit

ENTSCHEIDET ÜBER SPÄTERE SIEGE „*will gewinnen, aber verkrampft nicht*“

Experten Begriffe: Wettkampfverhalten, Hartnäckigkeit, Dranbleiben, Cleverness, Kreativität, Fokus

Wie erkenne ich dieses Talent:

- ✓ Beobachte, wie Deine Spieler*innen mit Druck, Fehlern und Rückschlägen umgehen.
- ✓ Achte darauf, ob sie sich fokussieren und auch unter schwierigen Bedingungen ruhig bleiben.
- ✓ Mentale Stärke zeigt sich in selbstbewusstem Auftreten und konstruktivem Umgang mit Kritik.

Test:

- Integriere Wettkampfsimulationen mit ungewohnten Elementen, durch Zeitdruck, Einschränkungen, Zuschauer oder veränderte Regeln. Zum Beispiel Halbfeldeinzel und es wird nur ein Ballwechsel gespielt, der Verlierer bekommt eine kleine Aufgabe.
- Wenn du den Stress/Druck noch erhöhen willst, kannst du auch zwei Spieler einen Ballwechsel spielen lassen und alle Spieler auf der gleichen Seite bekommen eine kleine Aufgabe.
- Schau, ob Deine Spieler*innen ihre gewohnte Leistung auch unter Stress abrufen.

Trainingsempfehlung:

Übe gezielt den Umgang mit Stresssituationen. Baue Entspannungs- und Visualisierungsübungen sowie immer wieder kleine Wettbewerbe ins Training ein. Fördere Teamarbeit und kultiviere einen offenen Austausch über Erfahrungen. Wichtig ist das Feedback nach solchen Einheiten, frage die Kinder ganz offen, wie sie sich gefühlt haben und wie ihre Strategie war mit der Drucksituation umzugehen. Gib Ihnen Regulationsmöglichkeiten an die Hand bzw. erarbeitet diese gemeinsam. Fördere ganz bewusst gutes, hartes, faires Wettkämpfen im Training.

Baustein 5: Umfeld & Unterstützung

UNBEQUEME WAHRHEIT „wird unterstützt und gefördert“

Experten Begriffe: Unterstützendes Elternhaus – z.B. Trainingsfahrten, Turnierbesuche, kooperierende und unterstützende Eltern, Verfügbarkeit, Trainingspräsenz, Offenheit der Eltern gegenüber die Trainerrolle

Wie erkenne ich dieses Talent:

- ✓ Erkundige Dich nach dem Umfeld Deiner Spieler*innen: Gibt es Unterstützung durch Familie, Schule oder Freund*innen?
- ✓ Wie ist das Verhältnis zu Teammitgliedern, Trainer*innen und anderen Bezugspersonen?
- ✓ Ein stabiles Umfeld ist oft entscheidend für die Entwicklung von Talenten.

Test:

- Führe kurze Gespräche zum sozialen und familiären Hintergrund durch.
- Erkenne, wie offen Deine Spieler*innen über ihre Unterstützung sprechen und wie sie Rückhalt erleben.
- Halte Kontakt zu den Eltern, führe auch mal einen Elternabend durch, investiere bei den Talenten in häufigere Elterngespräche.
- Nutze eventuell auch den Vorschlag, einen „Vertrag“ mit den Eltern einzuführen, damit sie wissen, was auf sie zu kommt und sich aktiv dafür entscheiden können

Trainingsempfehlung:

Binde Eltern und Bezugspersonen aktiv ein, zum Beispiel durch Elternabende oder gemeinsame Veranstaltungen. Fördere einen wertschätzenden Umgang im Team und unterstütze Deine Spieler*innen bei der Vereinbarkeit von Schule und Sport.

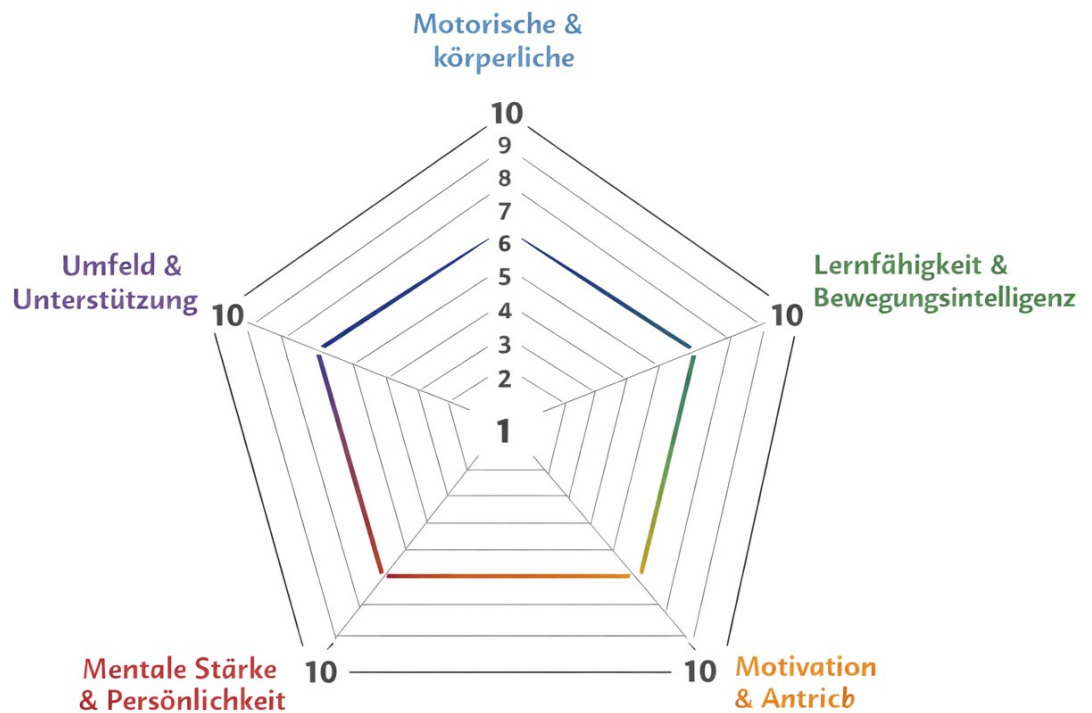
Talentkompass Badminton.NRW

Individuelles Entwicklungsblatt für

Name: _____

Geburtsdatum: _____

Erstellt am: _____



Gesamtscore: _____

Bemerkungen
