

Kooperation von ÖLSZ und ÖTV
im
Leistungszentrum Südstadt

Österreichisches Leistungssportzentrum Südstadt

AthletInnenbetreuung

ÖLSZ – Leistungen für Fachverbände

Das ÖLSZ ist im Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt eingebettet und gleichzeitig wichtigster Partner in der täglichen Zusammenarbeit.

Allen SportlerInnen steht somit die gesamte Anlage als Ausbildungs- und Trainingsstätte zur Verfügung. Mit der Liese Prokop Privatschule und dem Internat innerhalb der Liegenschaft ergibt sich eine einmalige Campussituation.

Das Österreichische Leistungssportzentrum stellt in der Südstadt eine ganz wesentliche Keimzelle für den österreichischen Jugendleistungssport dar. Die optimale Betreuung in vielen leistungsbestimmenden Bereichen eröffnet für unsere jungen NachwuchsathletInnen positive Leistungsperspektiven. Der Heranführung des Sportnachwuchses zu internationalem Spitzensportniveau wird durch intensive Betreuung bei sportlicher und schulischer Ausbildung entsprochen. Dabei haben modernste Trainingsmethoden und individuelle Schulpädagogik oberste Priorität.

1. Pädagogisches Gesamtkonzept

Sport – Schule – Internat – Sportpsychologie begleiten die Persönlichkeitsentwicklung unserer jungen SportlerInnen mit. Als Grundlage für diese pädagogische Arbeit dient ein ganzheitliches Kompetenzmodell.

Als Kommunikationsbasis dienen folgend institutionalisierte Gesprächsplattformen:

- ✓ Wochenplanungsgespräch
- ✓ Entwicklungskonferenz 2 x jährlich
- ✓ Jour Fixe
- ✓ Regelmäßige Lehrer-Erzieher Mittagessen
- ✓ Anlassbezogene Direktkontakte

Die Qualitätssicherung der pädagogischen Arbeit erfolgt durch:

- ✓ Ausarbeitung von Entwicklungsberichten aller SportlerInnen in den Bereichen Sport, Schule und Internat 2 x jährlich
- ✓ Screening-Verfahren zur Erkennung pädagogischer Entwicklungsabweichungen
- ✓ Regelmäßige päd. Fortbildungen des Erzieherteams in Form von Seminaren und Klausurtagungen

2. Sportbetreuung all inklusiv

Die Betreuung aller AthletInnen erfolgt durch Trainerteams. Die Leitung und Gesamtverantwortung haben die jeweiligen hauptamtlichen ÖLSZ-TrainerInnen oder ÖLSZ-PartnertrainerInnen.

Die Betreuung ist ganzheitlich und umfasst mit unserem am Campus befindlichen Partner, dem Institut für medizinische und sportwissenschaftliche Beratung IMSB, alle wichtigen Aspekte der Trainingswissenschaft und der Sportmedizin.

Das Trainerteam besteht aus:

- ✓ Leitender/-n ÖLSZ-TrainerIn
- ✓ AthletiktrainerIn
- ✓ SportpsychologIn
- ✓ Ärzteteam
- ✓ Physiotherapie, Massage
- ✓ Anthropometrie
- ✓ Diätassistenz
- ✓ AusbildungskordinatorIn

Als Kommunikationsbasis dienen folgende institutionalisierte Gesprächsplattformen:

- ✓ Trainerforum
- ✓ Weiterverbleibskonferenz
- ✓ Trainerteamsitzungen

Die Qualitätssicherung der Trainertätigkeit erfolgt durch:

- ✓ Sportwissenschaftliche Testungen
- ✓ Entwicklungskorridor (individuell)
- ✓ Sportlichen Entwicklungsbericht
- ✓ Regelmäßige TrainerInnen-SportlerInnen-Elterngespräche
- ✓ Individuelle Karriereplanung und Zielsetzung
- ✓ Projektteam: Erweiterte Individualförderung unserer hochperspektiven SportlerInnen

3. Sportpsychologie

Die sportpsychologische Beratung und Betreuung im ÖLSZ dient der Unterstützung aller am System beteiligten Personen (AthletInnen, TrainerInnen, ErzieherInnen, LehrerInnen, Personal) bei der Verwirklichung unseres Leitbildes.

Neben der direkten Einzel- und Gruppenberatung gehören zum Tätigkeitsfeld auch Supervision, Mediation und Workshops und Impulsreferate zur Kommunikationsförderung und Fortbildung.

Karriereentwicklung

Durch Persönlichkeitsberatung sollen die AthletInnen und TrainerInnen Unterstützung in der Bewältigung psychosozialer Problemstellungen, in Krisen- und Konfliktsituationen und im Umgang mit der Doppelbelastung Schule und Leistungssport erhalten.

- ✓ Entwicklung einer bewussten Selbstwahrnehmung und Selbstreflexion zur Verbesserung des Selbstbewusstseins
- ✓ Entwicklung eines stabilen Selbstvertrauens
- ✓ Erarbeiten von klaren Zielsetzungen und Strategien zur Zielerreichung
- ✓ Erfassen und Entwickeln der individuellen leistungsbestimmenden Faktoren
- ✓ System- und Umfeldmanagement

Mentales Training

- ✓ Durch die Vermittlung mentaler Trainingstechniken, Motivationsunterstützung und Umfeldmanagement sollen die SportlerInnen zu mentaler Stärke finden, die sie dazu befähigt, ihr technisches, taktisches und körperliches Potential im Wettkampf voll zu entfalten.
- ✓ Vermittlung mentaler Trainingstechniken
- ✓ Psychoregulation (Stresskontrolle, Konzentrationstraining, Wahrnehmungstraining, Entspannungs- u. Aktivierungstechniken)
- ✓ Biofeedbacktraining
- ✓ Motivationstraining (Zielsetzungstraining, Willensschule, Affirmationen, Selbstdisziplin)

- ✓ Denken (Gedanken als Unterstützung, innerer Dialog, kognitive Umstrukturierung, Perspektivenwechsel, Meditation, Visualisierung)
- ✓ Teambuilding und Coaching in Mannschaften

Wettkampfbetreuung

- ✓ Mentale Wettkampfvorbereitung
- ✓ Umgang mit Druck und Nervosität
- ✓ Wettkampfanalysen auf der Basis von Beobachtung, Selbstreflexion und Videoanalysen

4. Schule

Allgemeines

- ✓ Campus – Schule-Sport-Internat am Gelände des BSFZ-Südstadt
- ✓ Die Schulformen Handelsschule und ORG befinden sich unter einem Dach (räumlich, personell, Führung)

Personal

- ✓ Primäre Identifikation der Schulleitung mit dem Spitzensport
- ✓ Hohe Identifikation der LehrerInnen mit dem Sport, einige haben direkte Verbindung zum Leistungssport
- ✓ Engagierte LehrerInnen
- ✓ Personalunion von HAS- und ORG-LehrerInnen

Unterricht

- ✓ Individuelle Betreuung durch geringe Klassenschülerzahlen
- ✓ Abgestimmte Planung von Unterricht, Schularbeiten, Lernstunden mit Training und Wettkampf
- ✓ Fächerübergreifender Projektunterricht
- ✓ Teilweise Blockung von Schulstunden, vor allem von 1-Stunden Fächern
- ✓ Mehr Flexibilität für zeitliche Anforderungen des Sports
- ✓ eLearning-Plattform

Weitere Möglichkeiten

- ✓ Zusätzlicher Individualunterricht (Förderunterricht)
- ✓ Lernpakete und eLearning-Plattform (Unterlagen zum Selbststudium bei längerer Schulabwesenheit durch Trainingslager, Turniere, Auslandsaufenthalte, ...)
- ✓ Individuelle Lernbetreuung bei Wettkämpfen

ÖLSZ Südstadt Tennis

Das Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt ist der größte Standort der Bundessporteinrichtungen Gesellschaft mbH. Es dient vor allem als Trainings- und Leistungszentrum für den österreichischen Spitzensport, ist aber bei freier Kapazität für alle SportlerInnen offen.

Das ÖLSZ Südstadt ist der Standort für das nationale Tennis Leistungszentrum und stellt im Tennissport die zentrale Anlaufstelle für die österreichische Spitze dar. Die talentiertesten und leistungsbereitesten SpielerInnen bekommen hier die Möglichkeit, zu internationalen SpitzenathletInnen heranzuwachsen. Weiters ist das ÖLSZ Südstadt Standort für diverse Trainingslehrgänge und Wettkampfvorbereitungsstätte für das österreichische Davis- bzw. Fed Cup Team.

Das nationale Leistungszentrum findet seine Unterstützung durch die einzelnen Landesverbände und privaten Leistungszentren. Mit den Landesleistungszentren arbeitet das ÖLSZ Südstadt eng zusammen.

1. Das Ziel

Der Österreichische Tennisverband setzt sich zum Ziel, bei diversen internationalen Jugendbewerben, bis hin zu den zwei Nationalmannschaften Davis Cup Team bzw. Fed Cup Team, möglichst stark vertreten zu sein bzw. die talentierten und leistungsbereiten Jugendlichen auf dem Weg zur Weltspitze zu unterstützen.

Das ÖLSZ Südstadt bietet im Bereich der Infrastruktur optimale Rahmenbedingungen, der ÖTV ist auf dem Trainersektor dafür verantwortlich, möglichst erfahrene, international anerkannte Coaches für das Leistungszentrum Südstadt zu gewinnen.

2. Standort und Infrastruktur

Das Leistungszentrum Südstadt bietet optimale Voraussetzungen, um Jugendlichen den Weg zur Weltspitze zu ermöglichen.

- ✓ 8 Sandplätze, 2 Hardcourt-Plätze
- ✓ 5 Hallen-Sandplätze, 3 Hallen-Hardcourt-Plätze
- ✓ Sportmedizinische Betreuung im IMSB (Institut für medizinische und sportwissenschaftliche Beratung)
- ✓ Sportanlagen und Mehrzweckhallen
- ✓ Kraft- und Fitnessräume
- ✓ Räumlichkeiten für regenerative Maßnahmen
- ✓ Internat mit pädagogischer Ganztagsbetreuung
- ✓ Schulische Ausbildungsmöglichkeiten (Handelsschule und Gymnasium)

3. Leistungen des ÖTV im Bereich Leistungstennis

Trainings- und Turnierbetreuung

- ✓ Individuelle Turnierplanung und Turnierbetreuung im In- und Ausland
- ✓ Individuelle Trainingsplanung, -steuerung, -überwachung in den Bereichen Tennistechnik, Taktik, Kondition, Koordination, Kraft, Ausdauer, Regeneration.

Trainingsbegleitende Maßnahmen

- ✓ Konditionstraining, Physiotherapie, Massage, Sportmedizinische- und Sportwissenschaftliche Testungen an einer akkreditierten Untersuchungsstelle, Sportpsychologische Betreuung, Ernährungsberatung (in Zusammenarbeit mit dem ÖLSZ)
- ✓ Infrastruktur für das Training (Tennisplätze, Räumlichkeiten für das Konditionstraining)

Koordination

- ✓ Koordination mit der Schule und dem Internat im ÖLSZ

4. Vom Scouting zur Aufnahme

- ✓ Scouting bei Sichtungsveranstaltungen und Development Turnieren im Altersbereich der 8 bis 10- Jährigen.
- ✓ Regelmäßiger Kontakt zu den Kindern und deren Eltern durch den ÖTV - Verantwortlichen in diesem Jahrgangsbereich
- ✓ Sichtungen bei Österreichischen Jugendmeisterschaften, sowie internationalen Jugendturnieren in Österreich
- ✓ Empfehlung durch Landesverbands- und PartnertrainerInnen
- ✓ Regelmäßige Sichtungsveranstaltungen und Trainingslehrgänge im ÖLSZ Südstadt bzw. Schnuppertage für Sport, Schule und Internat
- ✓ Durchführung von sportmotorischen und sportpsychologischen Testungen
- ✓ Angebot einer Aufnahme in Absprache mit dem ÖLSZ
- ✓ Angebot eines Internatsplatzes und Aufnahme in Handelsschule oder Gymnasium
- ✓ Schulische Ausbildung als Voraussetzung und Aufnahmekriterium