



Anforderung an die Jugendlichen, die zur Sichtung für die Bezirksauswahl und der Kader des BSKV Bezirk Unterfranken eingeladen werden

Allgemeine Leistungen:

Da der Bezirkskader die Elite der jeweiligen Alterklasse des BSKV Bezirk Unterfranken darstellt, darf man von den Mitgliedern, und solchen die es werden wollen, verlangen, dass sie sich an gewisse Spielregeln halten.

Die Jugendlichen müssen in der Art Ihres Verhaltens während der Lehrgänge und bei offiziellen Wettkämpfen (z.B. Bezirksmeisterschaften, Bezirksvergleich, ...) erkennen lassen, dass sie Willens sind, den BSKV Bezirk Unterfranken mit aller Kraft zu vertreten.

Sie müssen mit den Trainern an den Verbesserungen Ihrer Technik und Taktik arbeiten, die Vorschläge annehmen und mit Hilfe des Heimtrainers umsetzen, besprechen und weiterführen.

Die Spielergebnisse sind während der Saison korrekt zu führen und jeweils zum Ende der Vor- und Rückrunde an die Bezirksjugendleitung und dem Bezirkslehrwart zu senden.

Fachliche Leistungen:

- Leistungsspiel (100 Wurf) mit entsprechendem Ergebnis (lt. Kaderrichtlinien 8-09)
- Geforderte (gestaffelt nach Altersklasse und Geschlecht) Leistung im 120 Kugel-Spiel
- Wille zum Umsetzen der Verbesserungsvorschläge des LeT im Bereich Technik

Überfachliche Leistungen:

- Seil springen
- Statische Muskelarbeit (z.B. Wandstuhl)
- Zielwerfen in unterschiedlicher Distanz mit Bällen, Keulen, etc.
- Koordinativen Übungen
- Gleichgewichtsübungen
- Entspannungsübungen
- Konzentrationsübungen
- Ausdauerübungen (z.B. Coopertest, Bayemtest, Laufprogramm)

Soziale Leistungen:

- Mitarbeit bei allen geforderten Übungen
- Kameradschaftlicher Umgang mit Spielern/innen und Betreuern/Trainern

Theoretische Leistungen:

- Leistungs-Motivations-Test
- Mitarbeit im Theorieunterricht
- Psychologische Sportlertests
- Einzel- und Gruppengespräche

Mit dieser Aufstellung, die keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt, möchte das Lehrteam des BSKV Bezirk Unterfranken den Jugendlichen die Möglichkeit geben sich bestens auf die Lehrgänge vorzubereiten um an diesen Tagen die bestmögliche Leistung abzuliefern um sich für den Bezirkskader zu qualifizieren.

Das Lehrteam ist stets auf dem neuesten sportwissenschaftlichen Stand bezüglich Trainingsart, Trainingstaktik und entsprechende Übungen. Dadurch kann diese Aufstellung nur ein Anhaltspunkt für die abgeforderten Leistungen an den Lehrgängen der Bezirksauswahl sein.

gez.: Lehrteam des BSKV Bezirk Unterfranken

Entwurf erstellt von Bernd Hörmann / LeT am 13.07.2009

Überarbeitet am 14.08.2009 vom BLw

Am 15.08.2009 bzgl. der LeT-Besprechung genehmigt und zur Veröffentlichung freigegeben