

UPDATE

Kaderbildung Wasserball

Saison 2021/2022

Männliche Jugend

Kaderbildung für die Saison 2021/2022 – männliche Jugend

Die Kaderbildung Wasserball des Schwimmverbandes Nordrhein-Westfalen für die Saison 2021/2022 erfolgt nach den folgenden Kriterien.

Der Zeitraum der Kaderzugehörigkeit beginnt am 01. November 2021 und endet am 31. Oktober 2022.

1. Berufungsverfahren

Aufgrund der unter Punkt 2.1 erbrachten Leistungen im Jahr 2021 wird der Nominierungsausschuss den Wasserballkader Männer durch den Fachwart berufen.

Der Nominierungsausschuss besteht aus drei Personen: Fachwart (Vorsitz), Landestrainer männlich, OSP-Schnittstellentrainer.

Im Sinne des SV NRW können weitere Athleten durch den Nominierungsausschuss in den Kader berufen werden.

2. Kadervoraussetzungen

2.1 – Kaderkriterien

Die Kaderkriterien teilen sich in vier Bereiche auf:

- Subjektive Kriterien
- Objektive Kriterien
- Trainingshäufigkeit
- Trainingsdatendokumentation (ab dem U14-Landeskader)

Aus den Bereichen „Subjektive Kriterien“ und „Objektive Kriterien“ müssen die Athleten entsprechende Leistungen vorweisen. Die Abforderung der Kriterien erfolgt einmal vor den Herbstferien und einmal vor den Sommerferien.

Für die **subjektiven Kriterien** bekommen die Athleten bei einer unterdurchschnittlichen Leistung 1 Punkt, bei einer durchschnittlichen Leistung 2 Punkte und bei einer überdurchschnittlichen Leistung 3 Punkte. Ein Athlet kann diese Punkte nur in den Bereichen Technik und Taktik erhalten. Beim Erreichen von 16 Punkten sind die Mindestvoraussetzungen der subjektiven Kriterien erfüllt. Die psychologischen Aspekte werden von jedem Athleten erwartet.

Bei den **objektiven Kriterien** werden bei der Kadersichtung 12 Tests aus den Kaderleistungen im Wasser und an Land vom Nominierungsausschuss ausgewählt. Die Erfüllung der objektiven Voraussetzungen für den Landeskader erfolgt bei dem erfolgreichen Absolvieren von 9 Tests aus den 12 Ausgewählten (75%).

Die **Trainingshäufigkeit** und die **Trainingsdatendokumentation** sind für die Athleten verpflichtend und Teil der Athletenvereinbarung. Jeder Athlet muss an 85% der angebotenen Stützpunkttrainings und/oder Maßnahmen anwesend sein, um die Voraussetzung der Trainingshäufigkeit zu erfüllen. Die Einführung in die Trainingsdatendokumentation wird jährlich im November vom Landestrainer für die neue Landeskaderathleten durchgeführt. Die Athleten müssen 90% aller Tage eingetragen haben, um die Mindestvoraussetzungen zu erfüllen.

Die folgende Tabelle stellt die Aufteilung der Voraussetzungen dar:

	Subjektive Kriterien	Objektive Kriterien	Trainingshäufigkeit	Trainingsdatendokumentation (ab dem U14-Ladeskader)
Mindestvoraussetzung	16 Punkte	75%	85%	90%
Maximal	24 Punkte	100%	100%	100%

2.1.1 - Subjektive Kriterien

1) Technik:

- Balltechnik
- Wurftechnik
- Schwimmtechnik
- Beinarbeit (Wassertreten)

2) Taktik:

- **Entscheidungen Treffen** (u.a. bestimmte Spieler anspielen können oder im Angriff die richtige Bewegung mit/ohne Ball ausführen zu können)
- **Positionierung** (z.B. in die Position gehen, in der man anspielbar ist)
- **Antizipation** (z.B. Gegnerstrategien antizipieren zu können, wenn diese angreifen)
- **Timing** (u.a. dem Mitspieler helfen, um einen Konter zu erleichtern oder dem Gegner den Ball abnehmen)

3) Psyche:

Die folgenden Merkmale werden bei jedem Athleten erwartet:

- Eine außergewöhnliche Einstellung zum Training, gekennzeichnet durch hohe Disziplin, Initiative und das Bestreben, jede Trainingseinheit auf höchstem Qualitätsniveau durchzuführen.
- Persönlichkeitsmerkmale wie intrinsische Motivation, Hartnäckigkeit, Zielstrebigkeit, Entschlossenheit und Kreativität.
- Frühere Erwerbung von psychologischen Fähigkeiten wie mentale Stärke, emotionale Stabilität, Selbstregulation und Konzentrationsfähigkeit.

2.1.2. – Objektive Kriterien

Diese Kaderleistungen befinden sich im Anhang.



3. Kadersichtung

Die Kadersichtung für den U12-Landeskader erfolgt einmal jährlich vor den Herbstferien. Die älteren Spieler können zum Stützpunkttraining vom Landestrainer eingeladen werden, nachdem die Vereinstrainer eine Anfrage zur Sichtung dem Landestrainer zukommen lassen.

4. Leistungsentwicklung

Um den Kaderstatus im Folgejahr zu behalten, werden grundsätzlich drei Aspekte berücksichtigt:

1. **Das verfügbare Niveau der Leistungsfähigkeiten** (z.B. *die konditionellen Fähigkeiten sowie die Technik und Taktik*) → Erfüllung der Kaderkriterien
2. **Die Verbesserungsrate in der Leistung** (z.B. *wie schnell die allgemeine Verbesserung in den Kaderkriterien erfolgt*)
3. **Die Stabilität der Fortschritte in den relevanten Leistungsfähigkeiten** (z.B. *wie beständig die Fortschritte erfolgen*)

5. Kadermaßnahmen

Bei der Durchführung von Kadermaßnahmen gilt folgende Rangfolge der Prioritäten:

1. DSV-Maßnahmen vor SV NRW Maßnahmen
2. SV NRW Maßnahmen vor Bezirksmaßnahmen
3. Bezirksmaßnahmen vor Vereinsmaßnahmen

Mit der Annahme der Kaderberufung im Online-Berufungsverfahren werden diese Prioritäten anerkannt. Die Bezirke können weitere Kader bilden, für die sie die Kriterien ausschließlich selbst festlegen. Die Berufung in einen Kader ergibt keinen Rechtsanspruch auf eine finanzielle oder sonstige Förderung.

Tabelle 1. Kaderleistungen im Wasser

		U16-Landeskader		U14-Landeskader		U12-Landeskader	
		U16	U15	U14	U13	U12	U11
		2006	2007	2008	2009	2010	2011
Tests							
Aerobe Ausdauer	400 m Kraul (Kurzbahn) [Min] ¹	05:20,0	05:40,0	06:00,0	06:45,0	07:30,0	08:30,0
Anaerobe Ausdauer	50 m Kraul (Kurzbahn) [Min]	00:29,5	00:30,5	00:33,5	00:37,0	00:42,0	00:50,0
	100 m Kraul (Kurzbahn) [Min] ^{1,2}	01:06,0	01:10,0	01:15,0	01:23,0	01:35,0	01:50,0
	4 × 50 m Kraul, 30" Pause zwischen jedem Intervall [Min]	00:30,0	00:31,0	00:33,0	00:35,0	00:38,0	00:40,0
Sprintfähigkeit	15 m Spurt (ohne Wand) [Min] ²	00:09,0	00:09,5	00:10,0	00:10,5	00:11,5	00:13,0
	25 m Kraul [Min] ¹	00:14,0	00:15,0	00:16,0	00:17,5	00:19,0	00:21,0
Beine (waagrecht)	25 m Kraulbeine [Min]	00:25,0	00:26,0	00:27,0	00:28,0	00:30,0	00:40,0
	25 m Brustbeine [Min] ^{1,2}	00:24,5	00:25,0	00:26,0	00:30,0	00:35,0	00:42,0
	25 m Wassertreten [Min] ^{1,2}	00:27,0	00:28,0	00:30,0	00:32,0	00:34,5	00:37,0
Beine (senkrecht)	Wassertreten mit einem Gewicht von 10% der Körpermasse [Min] ^{1,2}	00:15,0	00:15,0	00:10,0	00:10,0	00:07,0	00:07,0
Sprungkraft	Sprung aus dem Wasser [cm] ²	135	120	100	95	90	90
Umgang mit Ball	25 m Kraul mit Ball [Min]	00:14,5	00:15,5	00:17	00:18,5	00:20,5	00:24,0
Kraft in den Armen	Weitwurf aus dem Wasser [m] ²	20	18	16	13,5	11,5	10,5

¹ Dieser Test wird in der Testbatterie höchstwahrscheinlich vorkommen.

² Ein Torwart wird nur anhand von diesen Tests bewertet.

Tabelle 2. Kaderleistungen an Land

		U16-Landeskader		U14-Landeskader	
		U16	U15	U14	U13
		2006	2007	2008	2009
Tests					
Schnellkraftausdauer	Sit-ups [Wdh.] ¹	/	28	26	20
	Kraftausdauer	Liegestütze [Wdh.] ¹	/	25	20
Rudern [Wdh.] ¹		/	12	6	4
Maximalkraft	Handgriffkraft [kg]	90	70	50	/
	Bankdrücken [kg] ¹	60	/	/	/
	Bankziehen [kg] ¹	60	/	/	/
	Kreuzheben [kg] ¹	70	/	/	/
Explosivkraft	Counter-Movement-Jump [cm]	30	28	26	/
	Med. Ball stoßen (2kg) [cm] ^{1,2}	1600	1300	1000	/

¹Dieser Test wird in der Testbatterie höchstwahrscheinlich vorkommen.

² Es ist die Summe aus jeweils 1 Versuch mit jedem Arm.

Wdh. = Wiederholungen