

# DBV-Newsletter 04/2017

## Aktuelles aus Lehre, Ausbildung & Wissenschaft

Deutscher Badminton-Verband e.V.

Hannes Käsbauer  
Bundestrainer Wissenschaft/Bildung  
Referatsleiter Lehre & Ausbildung



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



**BARMER**



DBV-Newsletter 04/2017 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



# Herzlich Willkommen

**Herzlich Willkommen zu unserem DBV-Newsletter für alle Badmintontrainer/-innen, Übungsleiter/-innen und alle an Badmintontraining Interessierte!**

Mit diesem Format des Newsletters möchten wir in Badmintondeutschland auf aktuelle Neuigkeiten, Tendenzen und gemachte Erfahrungen hinweisen und eingehen. Wir verfolgen mit diesem Wissenstransport folgende Zielstellungen:

- **Schnelle Weitergabe von Wissen und Informationen in Badmintondeutschland**
- **Eingehen auf Schwerpunktsetzungen in der Ausbildung von Spieler/-innen und Trainer/-innen**
- **Vermitteln aktueller Leitbilder aus der Weltstandsanalyse**

*Anmerkungen, Fragestellungen und auch Ansätze für Themen und Umsetzungsmöglichkeiten nehmen wir im DBV-Trainerteam gerne entgegen. Weitere Informationen und Schwerpunkte 2017/18 sind in den Newslettern 01-03/2017 zu finden, siehe unter:*

<http://www.badminton.de/der-dbv/lehreausbildung/>

*Themen/News Wissenschaft:* <http://www.badminton.de/der-dbv/wissenschaft/>

DBV-Newsletter 04/2017 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



# Schwerpunkte 2017/18 – Trainer/-in im Fokus

Wir wollen fortlaufend bestimmte Werte und Überthemen mit einbringen:

- **Wir wollen als Trainer/-in in der Halle für unseren Sport Badminton begeistern!**
- **Wir wollen die Spieler/-innen in ihrer sportlichen und persönlichen Entwicklung unterstützen! Wir wollen sie mit positivem Enthusiasmus begleiten!**
- **Wir wollen die wesentlichen Elemente unserer Sportart so gut es geht und so viel wie möglich in alle Trainingsmethoden einbauen!**
- **Wir wollen in allen Bereichen einfach und effektiv arbeiten!**

DBV-Newsletter 04/2017 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



# 1. Speed/Wahrnehmung/Schnelligkeit

- Weitere Übungsbeispiele zur badmintonspezifischen Schulung verschiedener Schnelligkeitskomponenten (z. B. Reaktion, Handlung)
  - <https://www.youtube.com/watch?v=mn3ynGimxeM>  
(Training der Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Reaktion und Fokussierung als Doppel-Netzspieler/-in)
  - <https://www.youtube.com/watch?v=xTegssBSa9k>  
(Training der Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Reaktion und Fokussierung in der Aufschlagsituation)
- **Tipps:**
  - **Reize setzen! Es darf nie „langweilig“ werden!**
  - äußere Einflüsse steuern (z. B. Wind, Licht, Schiedsrichter)
  - Spielaufgaben/-regeln beeinflussen (Feldbegrenzung, Schlagverbote etc.)



## 2. Informationen zur KINGS-Studie

- **Krafttraining Im Nachwuchsleistungssport**
- Analysen
  - zu alters-, geschlechts- und sportartspezifischen Belastungsnormativen
  - zu Inhalten der Krafttrainingsmaßnahmen (z. B. Krafttraining mit eigenem Körpergewicht, Freihanteltraining)
  - zur Validierung und Weiter-/ Neuentwicklung von Kraftmessverfahren im Feld
- Ziel der Studie ist es, laufend und regelmäßig Informationen und Empfehlungen für die Sportpraxis zu präsentieren
- Publikationen sind bereits in der ***Zeitschrift Leistungssport*** (2/2015, 6/2016) erschienen

DBV-Newsletter 04/2017 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



# 2. Informationen zur KINGS-Studie

- Bisherige Beiträge
  - **Prävention von (psychischem) Stress bei Nachwuchsleistungssportler/-innen**
    - <https://medium.com/@kingsstudy/pr%C3%A4vention-von-psychischem-stress-bei-nachwuchsleistungssportlern-a266dde91d46>
    - Berichte und Verweise inkl. Handlungsempfehlungen und Übungstipps
    - Screeningmöglichkeit für Athlet/-innen: <http://www.nachwuxathleten.de/screening-tool.php>  
Interventionsmöglichkeiten mit praktischen Tipps: <http://www.nachwuxathleten.de/interventionen.php>
  - **Kohlenhydrate, Sport und Immunstem: Empfehlungen für die Reduktion einer belastungsinduzierten immunologischen Stressreaktion**
    - <https://medium.com/@kingsstudy/kohlenhydrate-sport-und-immunstem-empfehlungen-f%C3%BCr-die-reduktion-einer-belastungsinduzierten-5f8ca05c617f>
  - **Ergänzung: Möglichkeiten der Erfassung von subjektiven Belastungs- und Erholungsparametern**  
Der DBV arbeitet im Rahmen des REGMan-Projekts mit einem wissenschaftlich fundierten Fragebogen
    - Kellmann, M., Kölling, S., Hitzschke, B. (2016). *Das Akutmaß und die Kurzsкала zur Erfassung von Erholung und Beanspruchung im Sport*. In: Schriftenreihe des Bundesinstituts für Sportwissenschaft 2016/07)
    - Weitere Informationen: <http://regman.org/projekt/> oder über Hannes Käsbauer
  - **Thema 1: Belastungsverträglichkeit der Sehne**  
**Thema 2: Krafttraining im Kindes- und Jugendalter**  
**Thema 3: Prävention der Infektanfälligkeit bei Sportler/-innen**
    - <https://medium.com/@kingsstudy/kings-studie-krafttraining-im-nachwuchsleistungssport-7a5ff189eddc>

DBV-Newsletter 04/2017 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



# 3. BWF-Coaching Conference Glasgow 2017

Im Rahmen der diesjährigen Weltmeisterschaften fand in Glasgow auch eine BWF Coaching Conference statt.

Themen waren u.a.

- Die weltweite Entwicklung des Badmintonsports mit all seinen Herausforderungen
- Einblicke in das moderne Dameneinzel
- Vorstellung aktueller wissenschaftlicher Projekte (z. B. Smashbewegung, Talentprogramme verschiedener Länder, Prävention von Schulterverletzungen)
- Entwicklung von Spieler/-innen-Charakter und Vertrauen, z. B. durch Reflektion

Die gesamte Konferenz wurde aufgezeichnet und ist unter nachfolgendem Link verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=FqtWtmDtAW4&list=PLA7ZcagI0frCVUiUZct7ihGWNAj2cBR2d>

Bericht: <http://www.badminton.de/news/badminton/bwf-coaching-conference-in-glasgow-1/>

(Empfehlung: John Neal - **Coaching Character for Winning Performance**

<https://www.youtube.com/watch?v=KXzyyocAj4U>)

DBV-Newsletter 04/2017 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



## 4. Interessante Links

- Youtube-Kanal des DBV  
[https://www.youtube.com/channel/UC6faGYOwqa-aaZpq\\_G\\_j5Fg](https://www.youtube.com/channel/UC6faGYOwqa-aaZpq_G_j5Fg)
- Fortbildungsangebot der Führungsakademie des DOSB zum Thema **„Führungsverhalten als Trainer/-in“**  
[http://www.badminton.de/fileadmin/user\\_upload/leading-coaches\\_2017-18\\_dosb\\_fa.pdf](http://www.badminton.de/fileadmin/user_upload/leading-coaches_2017-18_dosb_fa.pdf)
- Unterstützung der Studie *„Motive von Jugendlichen im Badminton sport“*  
*Du bist zwischen 16 und 21 Jahren alt, trainierst mind. 3x pro Woche und nimmst an mind. einem Turnier im Jahr teil?*

→ Fragebogen:

<https://badmintonnachwuchs.limequery.com/613324?lang=de>

DBV-Newsletter 04/2017 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung





# 5. Aktuelles in Kürze

1. **Die Ausschreibung der B-Trainerausbildung des BLV NRW in Kooperation mit dem DBV 2017/18 ist online**  
**Bewerbungsschluss ist der 12.10.2017**

[http://www.badminton.de/fileadmin/user\\_upload/ausschreibung\\_b-trainer\\_2017-18\\_nrw.pdf](http://www.badminton.de/fileadmin/user_upload/ausschreibung_b-trainer_2017-18_nrw.pdf)

2. **Aktuelle Fortbildungen im DBV (für A- und B-Trainer/-innen)**

<http://www.badminton.de/der-dbv/lehreausbildung/>

- 18./19.11.2017 Trainerfortbildung in Dortelweil/Hessen (BLV Hessen/DBV)
- 24./25.11.2017 Trainerfortbildung in Prag/CZE während der U17-Europameisterschaften (DBV)
- 20./21.01.2018 Trainerfortbildung in Ruit bei Stuttgart/Baden Württemberg (BLV Baden-Württemberg/DBV)



# Wir wünschen viel Spaß beim Schauen und Ausprobieren!!!

Hannes Käsbauer  
Bundestrainer Wissenschaft/Bildung  
Referatsleiter Lehre & Ausbildung

c/o Olympiastützpunkt Rheinland-Pfalz/Saarland  
Hermann Neuberger Sportschule 2  
66123 Saarbrücken

E-Mail: [hannes.kaesbauer@badminton.de](mailto:hannes.kaesbauer@badminton.de)

**Deutscher Badminton-Verband e.V.**  
Südstraße 25  
45470 Mülheim an der Ruhr  
Email: [office@badminton.de](mailto:office@badminton.de)



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



**BARMER**



DBV-Newsletter 04/2017 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung

