Webinar „Vom Weißgurt zum Top-Judoka“

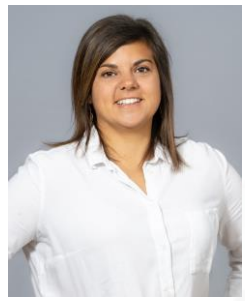
Herzlich willkommen!

- Wir starten in Kürze.
- Das Webinar wird aufgezeichnet.
- Mikrofone bitte stumm schalten.
- Fragen über Chat-Funktion stellen.
- Präsentation und Aufzeichnung werden danach zugesendet.
- Online-Feedbackbogen bitte ausfüllen.

1

Vorstellung

Corina Korner
ÖJV-Generalsekretärin



Markus Moser
ÖJV-Sportdirektor

3

Hintergrund

„Vom Weißgurt zum Top-Judoka"

Wie kann der Weg einer Sportlerin von der ersten Judostunde bis ins Erwachsenenalter aussehen?

- Auf Basis der **ÖJV-Strategie 2024**
- Gliederung in Stufen → Angebote ÖJV/LV

4

Strategie 2024

JUDO AUSTRIA

Hauptziele bis 2024

MEDAILLEN OS&WM
1 Olympia-Medaille 2021
1 Olympia-Medaille 2024
2 WM-Medaillen

BEKANNTHEIT VON JUDO STEIGERN
Medienwert pa
2,5 Millionen

ANZAHL JUDOKA ERHÖHEN
20.000
Judocards

Prioritäten & Schwerpunkte

Allgemein

- Ausführliche und transparente **Kommunikation** mit Landesverbänden, Vereinen, Trainerinnen und Trainern, Funktionärinnen und Funktionären
- Intensivierung und Professionalisierung von **Marketing, Öffentlichkeits-** und **Medienarbeit**
- Verbands- und **Managementstruktur** modernisieren
- Abhängigkeit von Förderungen reduzieren, **Eigenmittel** erhöhen
- **Diversität** und **Inklusion** bewusst fördern
- **Frauen** in allen Bereichen fördern
- **Sicherheit & Respekt:** Entschiedenes Vorgehen gegen jede Form von Gewalt

Breitensport

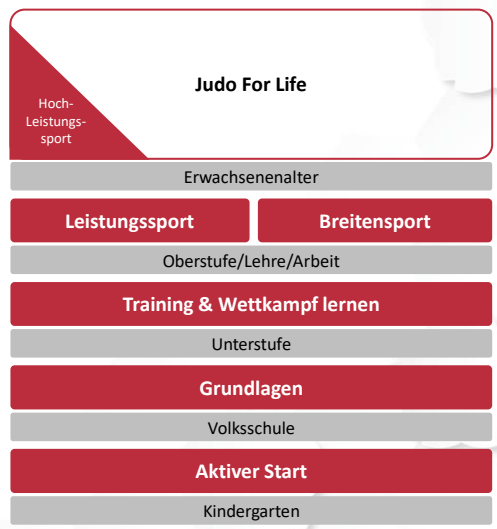
- Bessere Einbindung der Vereinstrainerinnen und -trainern - **Wertschätzung** der **Ehrenamtlichen**
- Stärkung der Hauptamtlichkeit im Trainerbereich **Berufsbild Judo-Trainerin, Judo-Trainer**
- Qualitätsoffensive **Ausbildungswesen** (Aus- und Fortbildung, Lizenzierung)
- Gewinnen und gezieltes Fördern von **Mädchen** im Judo
- Strukturelle Verankerung von Judo als **Schulsport**
- Verbreiterung des Angebots **Fit & Sicher mit Judo**
- **Gründungsinitiative**

Leistungssport

- Verstärkt **gemeinsames**, qualitativ hochwertiges **Training** in Österreich
- **Exzellentes Trainerteam** durch Verstärkung mit internationalen Expertinnen und Experten
- **ÖJV-Bundesstützpunkt** in **Linz**
- Aufwertung der Regionen durch transparente Installierung von mehreren **ÖJV-Stützpunkten**
- Erhöhung der Anzahl an **hauptamtlichen Trainerinnen** und **Trainern**
- Frühes **Entdecken und Fördern von Talenten** durch Schwerpunktsetzung im Nachwuchs-leistungssport

Überblick

JUDO AUSTRIA



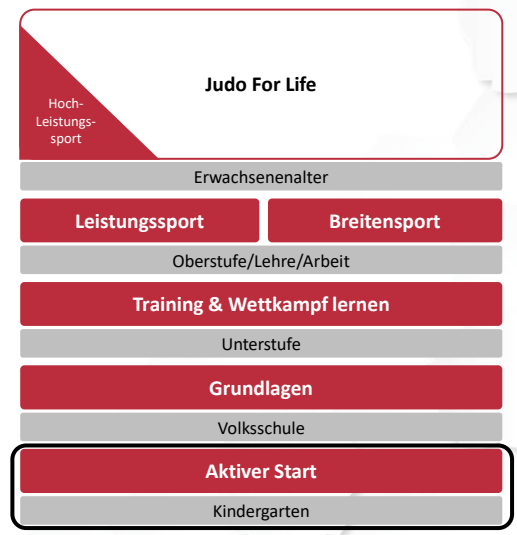
In Anlehnung an das „Long-Term Athete Development"-Model

6

Stufe 1

„Kindergarten“

Stufe 1 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athete Development“-Model

Stufe 1 - Charakteristik

- Kinder im Alter 4-6 Jahre
- 1x wöchentliches Training
- Bezugsperson TrainerIn
- Kaum weitere Angebote abseits des Trainings

9

Stufe 1 – Zielsetzung/Schwerpunkte

- Fokus Rollen, Fallen, Spielen
- Spaß auf der Matte
- Erstkontakt mit der Sportart Judo
- Mitgliedergewinnung

10

Stufe 1 – Herausforderungen

- Gesamtverständnis für Judo noch kaum vorhanden
- Starker Einfluss Eltern
- Pädagogische Anforderungen an TrainerIn höher als Judo Fachwissen

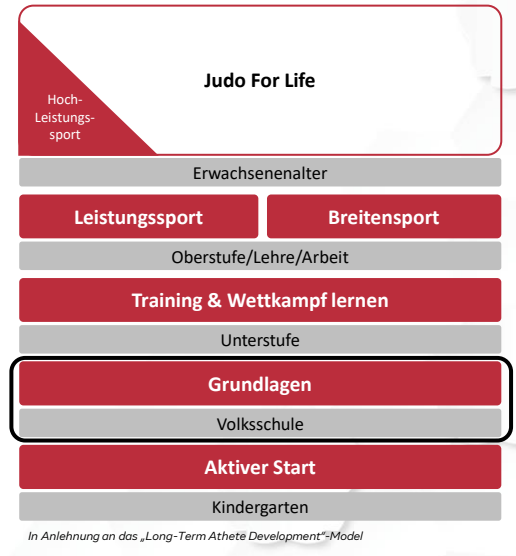
Stufe 1 – Angebote ÖJV/LV

- Sonnengrade
- Judowerte

Stufe 2

„Volksschule“

Stufe 2 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athete Development“-Model

Stufe 2 - Charakteristik

- 6-10 Jahre
- 1-3x wöchentliches Training
- Oft eingebunden in Schulen/Nachmittagsbetreuung
- Bezugsperson TrainerIn

15

Stufe 2 – Zielsetzung/Schwerpunkte

- Spaß am Judosport
- Basisausbildung Grundtechniken
- Judo- und Regelverständnis
- Kyu Prüfungen
- Erste Turniererfahrungen auf Vereins-/LV Ebene

16

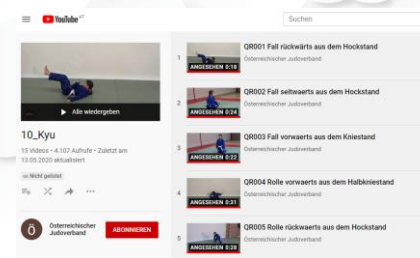
Stufe 2 – Herausforderungen

- Bei Schulgruppen wenig Elternkontakt
- ehrgeizige Eltern
- Ende der Volkschulzeit kann zu Judo-Ende führen
- Wettkampfehrgeiz bei jungen Judoka wecken

17

Stufe 2 – Angebote ÖJV/LV

- Kyu Prüfungen
- Anfängerturniere
- Schülerkadertrainings
- Kyu Videos



18

Stufe 3

„Unterstufe“

Stufe 3 - Überblick

In Anlehnung an das „Long-Term Athete Development“-Model

Stufe 3 - Charakteristik

- 10-14 Jahre
- 2-5x wöchentliches Training
- Erster Fokus auf Leistungssport möglich (Unterstufen-Leistungssportmodelle)
- Bezug: Vereins-TrainerIn, Landes-TrainerIn

21

Stufe 3 – Zielsetzung/Schwerpunkte

Spaß am Judo-Leistungssport

- Fokus auf regionalen/nationalen Vergleich
- Startende Spezialisierung im Technikbereich
- Startende Judo-Wettkampfausbildung
- Zusatztraining im körperlichen Bereich möglich
- Landeskadertrainings und erste nationale Sichtungen
- Erste internationale Turniererfahrungen und Teilnahme an ÖMs

22

Stufe 3 – Herausforderungen

- Beginnende Pubertät
- Schulwechsel, Beginn einer Ausbildung bzw. Berufsbeginn
- Drop-Out-Gefahr besonders hoch
- Jugendliche richtig „weiterführen“
  (fließende und vermehrte Aufgabenübernahme der LV)
- Leistungssportorientierung fördern und ermöglichen
  (hoher Zeit- und Ressourceneinsatz der TrainerInnen notwendig)

23

Stufe 3 – Angebote ÖJV/LV

- Judo-Leben kennenlernen“
  (Vereinsaktivitäten auch außerhalb des Trainings)
- Landesmeisterschaften bzw. Landeskader
- Aufnahme in nationale Sichtungskader
- Unterstufenschulmodelle (zB.: OÖ)
- Kyu-Prüfungsangebot
  (langfristiges Ziel Dan-Prüfung)

24

Stufe 4

„Oberstufe“

Stufe 4 - Überblick

In Anlehnung an das „Long-Term Athete Development“-Model

Stufe 4 - Charakteristik

- 15-20 Jahre
- 3-7x wöchentliches Training
- Altersklassen U18/U21
- Internationale Höhepunkte EM/WM Nachwuchs
- Fokus auf Leistungssport (Oberstufen-Leistungssportmodelle)
- Bezug: Vereins-, Landes-, NationaltrainerIn

Wechsel von Leistungssport auf Breitensport!

27

Stufe 4 – Zielsetzung/Schwerpunkte

- Schaffung der Grundlagen für den Judo-Hochleistungssport
- Fokus auf internationalen Vergleich und Spitzensport
- Ausbau und Entwicklung des Technikprofils
- Erwerb von taktischen Grundlagen
- Körperliches Training nimmt stark zu
- Umfeldbetreuung ein wichtiger Parameter

Breitensport:

- Spaß am Judosport erhalten
- Alternative Angebote anbieten (Dan-Prüfung, Kampfrichter, Administration)

28

Stufe 4 – Herausforderungen

- Leistungssport als Lebenseinstellung!
- Leistungsniveau verdichtet sich - Spezialisierung auf Leistungssport
- Motivation aufrechterhalten – Ablenkungen kennen und darauf reagieren
- Drop-Out nach Schulabschluss *(„Jetzt machst du aber etwas gescheites!")*
  - Karriereoptionen darstellen!

- Alternative Angebote um Jugendliche beim Judo zu halten!

29

Stufe 4 – Angebote ÖJV/LV

Oberstufen-Schulmodelle Leistungssport

Aufnahmeverfahren, Abstimmung Schule-Sport, Umfeldbetreuung

Judo-Standorte in ganz Österreich:

- SLZ Wien West
- BSFZ Südstadt
- BSSM Oberschützen
- SLZ St. Pölten
- Talentezentrum Oberösterreich
- SSM Salzburg
- NLZ Steiermark
- NWLS Tirol
- Sportgymnasium Dornbirn

30

Stufe 4 – Angebote ÖJV/LV

Grundwehrdienst bzw. Frau in Ausbildung im Heeressport

Möglichkeit Leistungssport professionell zu betreiben

Grundwehrdienst:

- Meldung März nach Aufforderung durch ÖJV
- 6 Monate als Leistungssportler → dann Möglichkeit auf Fixplatz!

Frau im Ausbildungsdienst:

- Meldung im November nach Aufforderung durch ÖJV
- 1 Jahr als Leistungssportlerin → dann Möglichkeit auf Fixplatz!

Weitere Informationen auf kommenden Folien!

31

Stufe 4 – Angebote ÖJV/LV

Alternative Angebote

Im folgenden Kapitel werden weiterführende Angebote aus folgenden Bereichen angeführt:

- Kata
- Kampfrichter
- Trainerausbildung
- Bundesheer
- Polizei
- KADA
- Administration

32

Stufe 5

„Erwachsene“

Stufe 5 - Überblick

In Anlehnung an das „Long-Term Athete Development“-Model

Stufe 5 – Charakteristik Hochleistungssport

- 18 Jahre und älter
- Mind. 5x wöchentliches Training
- Altersklassen U21/U23/AK
- Fokus auf Hochleistungssport
- „Leben als LeistungssportlerIn“
- Umfeld optimal ausgerichtet

- Bezug: NationaltrainerIn und LandestrainerIn

35

Stufe 5 – Zielsetzung/Schwerpunkte Hochleistungssport

A-Kader
Spezialisierung des individuellen Technikprofils
Taktische Spezialisierung (Gegner, Situation, etc.)
Trainingshäfigkeit und -Qualität in Anlehnung an int. Spitze
Motivations- und Durchhaltevermögen in Training & WK

Anschluss (U21/U23)
Weiterentwicklung des individuellen Technikprofils
Entwicklung von technischen Lösungen für Situationen (Taktik)
Physische “Eintrittskarte” in AK schaffen (Train & Test)
Leistungssport als Lebensentscheidung (VollzeitsportlerIn am BSP)

Kadetten (U18)
Erarbeitung des individuellen Technikrepertoires mit Angriff in alle Richtungen
Kombinieren, blocken, übernehmen, Finten, Ashi-Waza
Stand-Boden-Übergang (und Ne-Waza) als essentieller Bestandteil
Vertrauen in offensives Kampfverhalten (“Siegen wollen vs. Niederlage verhindern”)

SchülerInnen (U16)
Judo-Basiselemente (Körperposition, Bewegen, Griff, technische Vielfalt in Stand und Boden)
Fokus auf Technikerarbeitung und Schulung in Judo und Krafttraining (Voraussetzungen schaffen!)
Übergang vom Vereinstraining und Wille zum Leistungstraining

36

Stufe 5 – Herausforderungen Hochleistungssport

- 100% Fokus auf Leben als LeistungssportlerIn
- Soziale & finanzielle Absicherung
- Optimales Umfeld
- Umgang mit Rückschlägen (Verletzungen, Niederlagen)
- Karriereende & Lebenswechsel

37

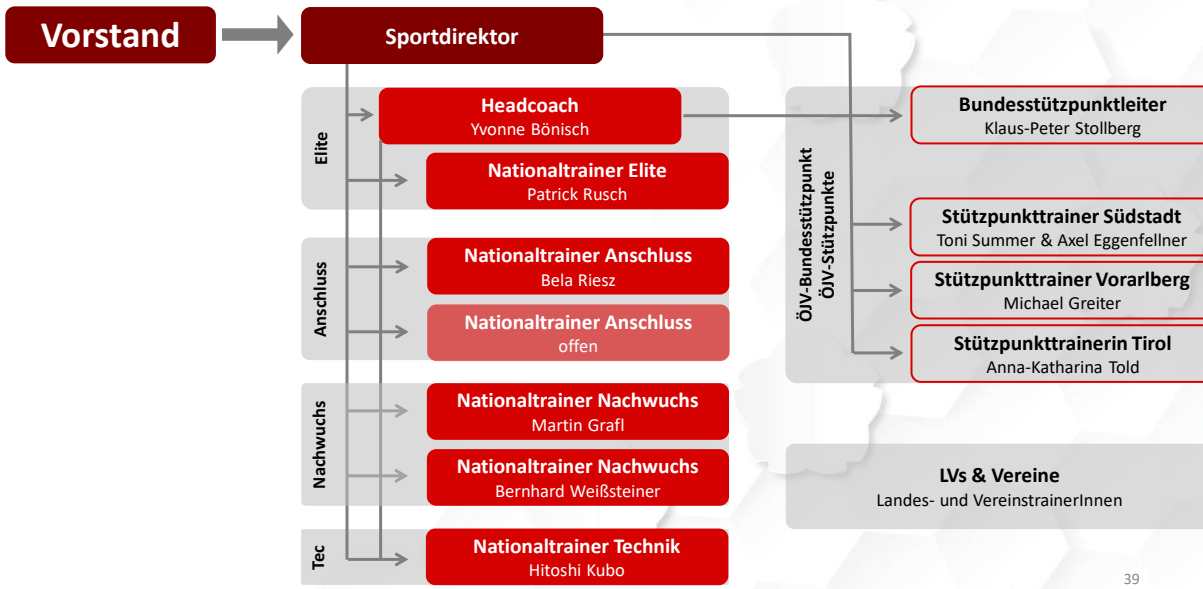
Stufe 5 – Angebote ÖJV/LV Hochleistungssport

Leistungssportkonzept 2024

- Konzept auf Basis von aktuellen Best-Practice-Beispielen
- Gemeinsames Training in Österreich (z.B. A-Kader absolviert 75% aller Trainingsmaßnahmen gemeinsam)
- ÖJV-Bundesstützpunkt Linz → ÖJV-Stützpunkte
- Klare Einordnung aller Beteiligter (Nationaltrainer, Landestrainer, etc) mit Rollen, Verantwortlichkeiten und Pflichten in diesem Leistungssportkonzept
- Transparent, nachvollziehbar und offen kommuniziert

38

Stufe 5 – Angebote ÖJV/LV Hochleistungssport



39

Stufe 5 – Angebote ÖJV/LV Hochleistungssport

Heeressport

Das Österreichische Bundesheer ist einer der größten Förderer des Leistungssports!

Jul. - Dez.	HSZ Grundwehrdienst (6 Monate) *Ca. 3-6 Aufnahmen Judo pro Jahr*	HSZ „Frau in Ausbildung" (12 Monate) *Ca. 1-2 Aufnahmen Judo pro Jahr*
Jän. - Jun.	HSZ Soldat in Vorbereitung (8-10 Monate) *Für Sportler, die danach aufgenommen werden*	
Jul. - Okt.		HSZ Soldat in Vorbereitung (2-4 Monate) *Für Sportler, die danach aufgenommen werden*
Ab Nov.	Militärperson auf Zeit (HSZ LeistungssportlerIn) *Derzeit 14 Plätze*	

40

Stufe 5 – Angebote ÖJV/LV Hochleistungssport

Polizei

BM.I BUNDESMINISTERIUM FÜR INNERES

Das Innenministerium (Polizei) als wichtiger Partner des Österreichischen Sports!

Zwei Optionen möglich:

1. Aufnahme in den Leistungssportkader der Polizei
   - *Normaler Polizeidienst mit zusätzlichem Sonderurlaub für Leistungssportler*
2. Aufnahme in den Spitzensportkader der Polizei
   - *Für Top-Sportler*
   - *Flexiblere Ausbildungszeit (bis zu 4 Jahre, statt der üblichen 2 Jahre)*
   - *Bis zu 6 Monate Dienstfreistellungen für den Spitzensport*

41

Stufe 5 – Angebote ÖJV/LV Hochleistungssport

KADA – Karriere danach

KADA ist die österreichische Institution für Duale Karriere und Berufliche Integration im Spitzensport.

- Unterstützung von LeistungssportlerInnen in Universität, Lehre oder Ausbildung
- BetreuerInnen begleiten die SportlerInnen und wissen über bestehende Kooperationen und Möglichkeiten Bescheid

42

Stufe 5 - Überblick

In Anlehnung an das „Long-Term Athete Development"-Model

Stufe 5 – Charakteristik „Judo For Life"

Lebenslanger Judobetrieb!

- Judoka, die keine Wettkämpfe bestreiten wollen
- Begeisterung für den Judosport
- Suche nach alternativen Herausforderungen

Stufe 5 – Zielsetzung/Schwerpunkte „Judo For Life“

- Judo als Lebenseinstellung
- Judo als Gemeinschaft
- Judo als Fitnessprogramm
- Herausforderungen abseits des Wettkampfs anbieten
- Ehemaligen Wettkämpfern neue Perspektiven geben

45

Stufe 5 – Herausforderungen „Judo For Life“

- Judo nicht mehr Priorität im Leben
- Wert von Judoka nicht über Wettkampfleistung definieren
- Judo Begeisterung für neue Wege nutzen

46

Stufe 5 – Angebote ÖJV/LV „Judo For Life“

Trainerausbildung

- **Übungsleiterkurs** meist schon ab 15 Jahren und Braungurt möglich - Landesverband
- **Instruktor** - ÖJV
- **Staatlich geprüfter TrainerIn** – ÖJV mit BSPA
- **DiplomtrainerIn** – ÖJV mit BSPA

Zusätzlich laufend Fortbildungsangebote LV, ÖJV

47

Stufe 5 – Angebote ÖJV/LV „Judo For Life“

Kata/technisch orientierter Judosport

- Dan Prüfung oft Erstkontakt mit Kata
- Kata Meisterschaften
- Kata als Basis für höhere Dangraduierungen
- Kata Judges

Kata = Judo Technikprinzipien mit festgelegten Abläufen

48

Stufe 5 – Angebote ÖJV/LV „Judo For Life“

KampfrichterIn

- Junior Referees im Landesverband ab 16 Jahren
- LandeskampfrichterIn (LV)
- BundeskampfrichterIn (ÖJV)
- Int. B-KampfrichterIn (EJU)
- Int. A-KampfrichterIn (IJF)
- Olympia KampfrichterIn (IJF)

49

Stufe 5 – Angebote ÖJV/LV „Judo For Life“

Verein/Landesverband

- Wettkampfleitung
- Streaming
- Medienarbeit
- Veranstaltungsorganisation
- Vereinsverwaltung
- Vorstandsfunktion
- Dan Kollegium

ÖJV

- Österreichisches Dan Kollegium
- ÖJV Vorstand
- Pooltrainer
- Wettkampfleitung
- Event Technik/EDV/Streaming

50

Fragen?

51

Danke!

ÖSTERREICHISCHER JUDOVERBAND
Wehlistr. 29/1/111 | 1200 Wien
office@judoaustria.at | www.judoaustria.at
JudoAustria JudoAustria