



# DRB-Nachwuchs- Leistungssport- Konzeption

Verantwortlich: Jannis Zamanduridis (DRB)  
Lothar Ruch (DRB)

Unter Mitarbeit von: Maik Bullmann (DRB)  
Marcel Ewald (DRB)  
Christoph Ewald (DRB)  
Dr. Ronny Lüdemann (IAT)

Dortmund, den 08.06.2018  
Fortschreibung 17.05.2019 sowie 31.03.2022  
Überarbeitungsstand: 28.07.2023

# Inhaltsangabe

1	Vorbemerkung .....	3
2	Anforderungen im Nachwuchsleistungssport Ringen .....	5
3	Talentsichtungskonzeption .....	8
3.1	Einführung.....	8
3.2	Elemente im Netzwerk für die Talentsichtung und -entwicklung sowie Transfer im Ringen.....	9
3.3	Anstrengungen und Grundüberzeugungen für ein „aktiv gelebtes“ Netzwerk in der Nachwuchssuche und Förderung im Leistungssport von Ringern: .....	12
3.4	Maßnahmen der Talentsichtung in den regionalen Zielvereinbarungen...	13
4	Talentdiagnostik .....	17
4.1	Einführung.....	17
4.2	Das Ringkampf-Abzeichen (RikA) des Deutschen Ringer-Bundes in Bronze .....	20
4.3	Das Ringkampf-Abzeichen (RikA) des Deutschen Ringer-Bundes in Silber .....	21
4.4	Das Ringkampf-Abzeichen (RikA) des Deutschen Ringer-Bundes in Gold .....	22
5	Talentförderkonzeption .....	24
5.1	Altersspezifische Talentförderung .....	24
5.2	Talentförderung auf Landesebene .....	25
5.3	Talentförderung auf Bundesebene .....	28
6	Talenttransfer .....	39
7	Lehr- und Lernmaterialien sowie Orientierungen für den Nachwuchsleistungssport.....	39
8	Duale Karriere Management.....	42
9	Literatur .....	44
Anlagen .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>	

# 1 Vorbemerkung

Talente werden nicht „gezüchtet“, sondern langfristig aufgebaut und betreut. Sie für die Sportart Ringen zu gewinnen, das Talent zu erkennen, zu benennen und Interessen in ihm wecken sind wesentliche Inhalte der Konzeptionen im DRB. Im Nachwuchsleistungssport liegt der Focus auf die gezielte, fachlich fundierte Weiterentwicklung mit der Förderung von Eigenverantwortung der Ringer. Sie müssen nachhaltig und andauernd im Nachwuchs-Leistungssport auf unterschiedlichen Ebenen gefördert werden, um dem Hochleistungssport erhalten zu bleiben.

In der vorliegenden Nachwuchsleistungssportkonzeption des Deutschen Ringer-Bunds werden die übergeordneten Zusammenhänge und notwendige Netzwerkstrukturen beschrieben sowie weitere Informationen angefügt. Ausgewählte Textbausteine und Ausführungen zu bereits bestehenden Konzeptionen bzw. Maßnahmen der Talentsichtung und Talentförderung in den Landesfachverbänden sowie dem DRB sind durch entsprechende Hinweise an entsprechender Stelle gekennzeichnet.

Im Wesentlichen nehmen wir Bezug auf u. a.:

- Die Rahmentrainingskonzeption des DRB: (2012). 3. Auflage
- Den Strukturplan 2024 – 2028 in der Version 1.1 (2021)
- Planungsunterlagen der Bundestrainer und Dokumentation
- Lern- und Arbeitsmaterialien des DRB in Buchform:  
„Ich lerne Ringen“; „Ich trainiere Ringen“;  
Ringen modernes Nachwuchstraining“; „Die Techniken im Ringen“
- Prüfungsordnung für das Ringkampf-Abzeichen (2023)
- Regionale Zielvereinbarungen (2022/2023)

Dem Deutschen-Ringer-Bund sind als Mitgliedsverbände insgesamt 19 Landesfachverbände angeschlossen. Diese Landesfachverbände sind in ihren Aufgaben und Wahrnehmungen selbständig und autonom. Eine enge Zusammenarbeit des DRB und des jeweiligen Landesfachverbandes ist für den Nachwuchsleistungssport und die Weiterentwicklung in den Spitzensport unabdingbar. Die Ausübung der vom DOSB vorgegebenen Richtlinienkompetenz des Spitzenfachverbandes ist Grundlage und wird vorausgesetzt.

Der definierte Leistungsauftrag des DOSB sowie des Spitzenverbandes gegenüber der gesamten Organisations-, Förder-, und Wettkampfstruktur des Bundesfachverbandes und der Landesfachverbände für den Nachwuchsleistungssport ist dabei eindeutig.

Eine einheitliche Linienführung des DRB in der Nachwuchsförderung von der Grundausbildung bis zum Hochleistungstraining wird in den unterschiedlichen Bereichen vorausgesetzt. Eine starke Verzahnung der Strukturen des Deutscher Ringer-Bundes mit denen der Landesfachverbände steht bei der Gesamtentwicklung im Fokus.

Grundlagen für die Nachwuchsleistungssport Förderkonzeption 2024 und die gesamte Leistungssportentwicklung im Ringen sind u. a.:

- die Rahmenrichtlinien für Qualifizierung im Bereich des Deutschen Sportbundes vom 10.12.2005
- Die Rahmentrainingskonzeption des DRB (2012), als inhaltliche Orientierung für den Trainer und die Betreuer im Nachwuchsleistungssport (Talentsichtung und Entwicklung)
- DOSB Nachwuchsleistungssportkonzept 2020
- DOSB Nachwuchsleistungssport 2021 – Rahmenrichtlinien (RRL) zur Förderung des Nachwuchsleistungssports (DOSB 01.01.2021)
- Anforderungsprofil für Bundeseinheitliche Kaderkriterien für den Landeskader und den Nachwuchskader 2 (DOSB 18.01.2023)
- DRB Nachwuchs-Leistungssport (NWLS) im Ringen – Anleitung und Erklärung zur Umsetzung der DOSB-RRL zur Förderung des NWLS im Ringen
- DRB Nachwuchs-Leistungssport (NWLS) im Ringen – Kaderrichtlinien mit bundeseinheitlichen Kriterien für die Aufnahme und den Verbleib
- Die Ausbildungskonzeption als inhaltliche Orientierung für die Maßnahmen der Trainerbildung und der Umsetzung von Leitlinien des DRB im Nachwuchsleistungssport und Spitzensport (vom 31.12.2008 mit der Fortschreibung 2017)
- Standard-Lehrprogramm für die Ausbildung Trainer C im Profil Leistungssport 2010
- Ergänzung der AK Ringen im Profil Breitensport Kinder und Jugend (2018)
- Die Kinder-Ringer-Bücher („Ich lerne Ringen“ (2012); „Ich trainiere Ringen“ (2013) und „Ringen modernes Nachwuchstraining“ (2013),
- Das Techniklehrbuch „Die Techniken im Ringen“ (2014, 2. überarbeitete Auflage 2019),
- Die Prüfungsordnung für das Wieselabzeichen Ringen und das Ringkampf-Abzeichen Ringen Rika im DRB
- Die Handreichungen für Schulen der Primarstufe und Sekundarstufe „Ringen und Kämpfen -Zweikampfsport“ (2008)
- Die Sport-Lehrpläne und aktuellen Richtlinien der Bundesländer mit obligatorischem Bewegungsfeld, welches sich mit fairem, regelgeleitetem Kämpfen beschäftigt
- Motorischer Test 2 für die NRW-Sportsschulen (2014)
- Die Struktur des Bundeswettbewerbs der Schulen Jugend trainiert für Olympia.
- Qualifizierungsmaßnahmen für das Leistungssportpersonal (DRB und Trainerakademie Köln bzw. Führungs- und Verwaltungsakademie Köln)
- Strukturplan des DRB 2024 -2028 Version 1.1 (2023)
- Planungsunterlagen der Bundestrainer (2014f)
- Die Förder- und Wettkampfstruktur des DRB und der Landesfachverbände mit den entsprechenden Ordnungen (2018)

## 2 Anforderungen im Nachwuchsleistungssport Ringen

Um die wesentlichen Ausbildungsinhalte in den einzelnen Ausbildungsstufen der Rahmentrainingskonzeption beschreiben zu können, müssen grundlegende Anforderungen der unterschiedlichen Altersstufen und die leistungsbestimmenden Merkmale der Sportart angesprochen werden. Die Trainingsinhalte leiten sich aus den Kenntnissen über Besonderheiten der Sportart Ringen (u.a. Aspekte des Kampfsports und der Kontaktsportart Ringen; der NWLS-Förder- und Wettkampfstruktur, der Leistungsstruktur und dem Anforderungsprofil der Sportart Ringen (Struktur der Wettkampfleistung) sowie den entwicklungsbedingten Besonderheiten der unterschiedlichen Altersstufen/Ausbildungsstufen, ab.

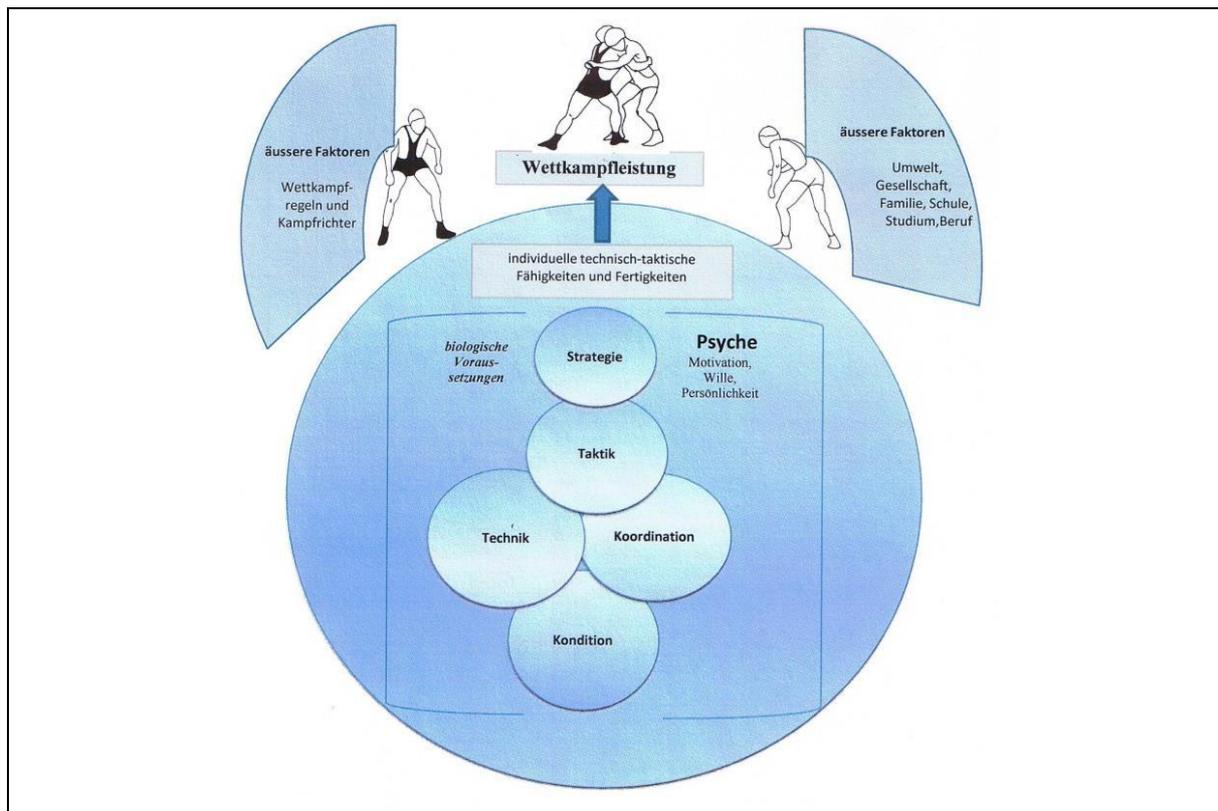


Abb. 1. Struktur der Wettkampfleistung im Ringen (leistungsbestimmende Faktoren im Ringen (Ruch, 2012)

Moderne Leistungsstrukturkonzepte orientieren sich an der Struktur der menschlichen Tätigkeit, die durch eine hierarchische Ordnung von wenigen Steuer- und Regulationsebenen gekennzeichnet ist. Überträgt man diesen Erkenntnisstand auf die Sportart Ringen, ist die Einteilung in Trainingsbereiche in das Leistungsstrukturkonzept bezogen auf den Ringkampf (siehe RTK Ringen 2012 S. 26f) im ringkampspezifischen Training sinnvoll und eine praktikable Orientierung, auch für die altersstufenspezifisch akzentuierte Planung des Leistungsaufbaus im Ringen.

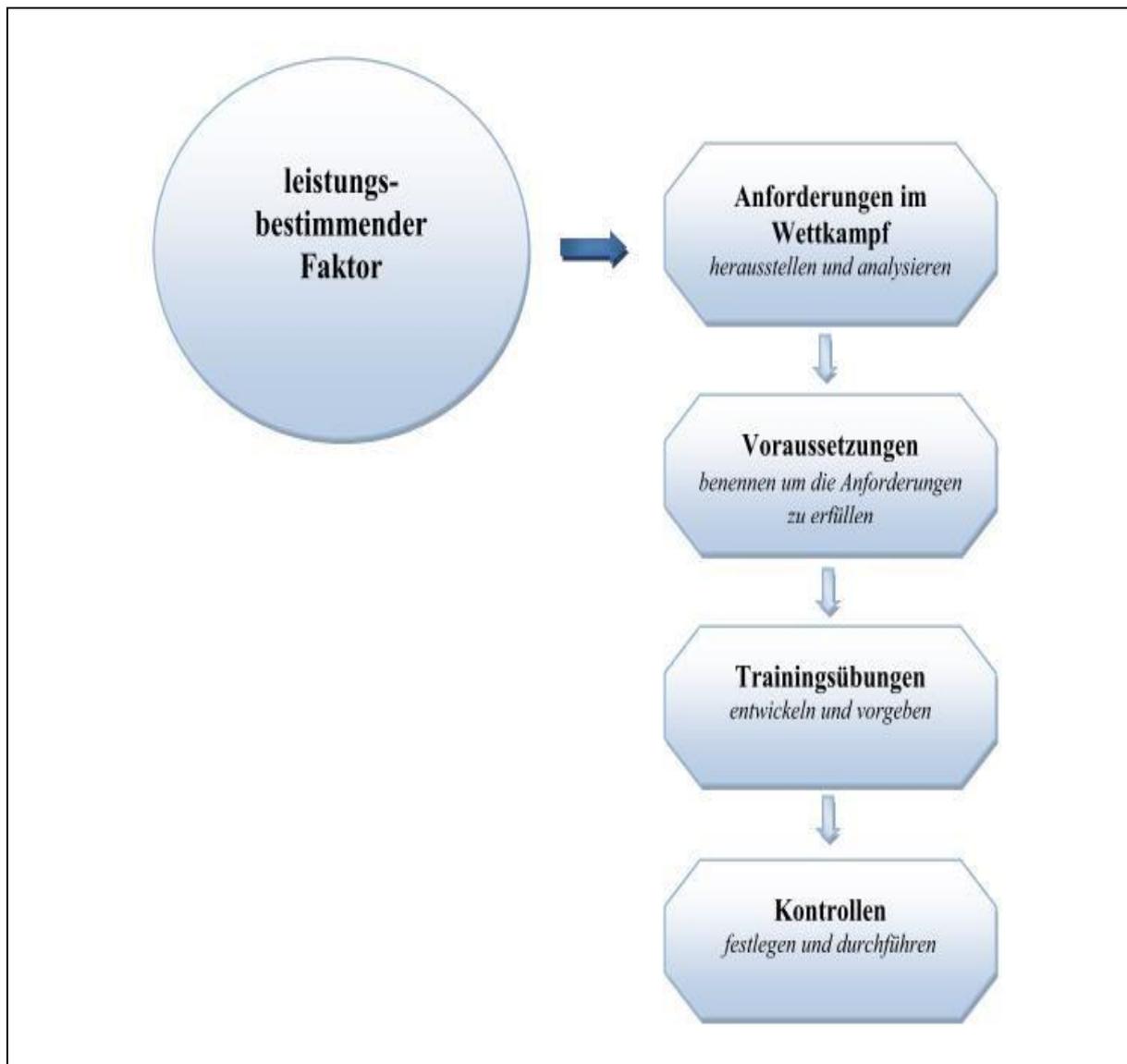


Abb. 2. Schematische Darstellung von Faktoren der Struktur der Wettkampfleistung mit den Anforderungen, Leistungsvoraussetzungen, Trainingsübungen und der Überprüfung (Ruch 2012)

Die Anforderungen im Wettkampf basieren auf der Struktur der Wettkampfleistung. Die komplexen Zusammenhänge werden für den Trainer nachvollziehbar, wenn für einzelne Faktoren die Anforderungen und Voraussetzungen, die Trainingsübungen und die Kontrollmöglichkeiten herausgestellt werden. Ausgehend von dieser Aussage können die Anforderungen im Nachwuchsleistungssport Ringen in den unterschiedlichen „Regulationsebenen“, als grundlegende Orientierungen für die Trainer angesehen werden.

<b>Regulationsebene</b> ↓ <i>Leistungsfaktoren im Anforderungsprofil</i>	<b>Anforderungen</b> <i>die der Wettkampf stellt</i>
<b>Motivation/ Volition (Psyche)</b>  <b>komplexe ringkampfspezifische Leistungsfähigkeit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Erfolgsmotivation</li> <li>*Selbstsicherheit</li> <li>*Erfolgszuversicht</li> <li>*Soziales Wohlbefinden</li> <li>*Selbst- Eigenmotivation und Eigenorganisation</li> <li>*Leistungsfreude</li> <li>*Anstrengungsbereitschaft</li> <li>*Siegeswille</li> </ul>
<b>Taktik und Strategie</b>  <b>technisch-taktische Leistungsfähigkeit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Aufmerksamkeit</li> <li>*Antizipations- und Entscheidungsfähigkeiten</li> <li>*Wahrnehmungsfähigkeit</li> <li>*Strategisch-taktisches Denkvermögen</li> <li>*ringkampfspezifische „Intelligenz“</li> <li>*Kampfbestimmung</li> <li>*Kluges Überlegen</li> <li>*Handlungsorientiert</li> <li>*Regelsicherheit</li> </ul>
<b>Technik Koordination</b>  <b>technisch-koordinative Leistungsfähigkeit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Motorische Erfahrungen und Bewegungsgefühl</li> <li>*Schnelle und präzise, Gegner angepasste Motorik</li> <li>*koordinierte elementare und zielgerichtete Bewegungen</li> <li>*Grundtechniken und koordinative Fähigkeiten</li> <li>*Variable anpassbare motorische Steuerungsfähigkeit /koordinative Fähigkeiten und Fertigkeiten</li> <li>*Techniken des Ringkampf-Abzeichen in Bronze, Silber und Gold</li> <li>*Technikvariation in der Spezialdisziplin</li> <li>Technikprofil (-Konzept); individuelles Kampfkonzzept IKK</li> <li>*Grundtechniken Langhantel</li> </ul>
<b>Kondition</b>  <b>energetisch-konditionelle Leistungsfähigkeit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Explosive und schnelle Bewegungen ohne Ermüdung</li> <li>*Belastungs- und Erholungsfähigkeit</li> <li>*Organisch-muskuläre Belastungsfähigkeit</li> <li>*gute Grundlagenausdauer</li> <li>*schnelle Erholungsfähigkeit</li> <li>*Hohe Ermüdungswiderstandsfähigkeit</li> <li>*hohes Niveau Grundkraft und Explosivkraft</li> <li>*Spezielle Schnellkraft</li> </ul>

Abb. 3. Anforderungen im Wettkampf als Orientierung für den Trainer und Nachwuchssportler (Ruch 2019)

## **3 Talentsichtungskonzeption**

### **3.1 Einführung**

Bei der Talentbestimmung sollten nach unserer Auffassung nicht ausschließlich die oft üblichen Auswahlkriterien nach einer Wettkampfleistung zur Anwendung kommen, da sich ein Talent im Ringen für eine künftige Spitzenleistung weniger durch die gezeigte Wettkampfleistung bzw. die aktuelle Ausprägung leistungsbestimmender Faktoren im Kindesalter, als vielmehr durch die erwartete Leistungsentwicklungsmöglichkeit bei Berücksichtigung der momentanen Leistung in Beziehung zum Entwicklungsalter auszeichnet. Im Ringen kommt dem motivierenden und „eignungsausprägenden“ Training die größere Bedeutung zu. Nachwuchstraining ist ein prozessorientiertes Training (prozessorientierte Periodisierung), das die Eignung entwickelt und das Talent bewahrt und fördert und nicht ausschließlich den kurzfristigen Erfolg einer Wettkampfleistung in den Vordergrund stellt. Kindertraining stellt eine herausragende pädagogisch-psychologische und methodische Aufgabe dar. Was und wie ein Ringer später einmal wird, hängt maßgeblich davon ab, welche Qualität seine ersten Übungstage, -wochen, -monate und -jahre hatten. „Investitionen“ in die vor allem pädagogisch-methodische Aus-, Fort- und Weiterbildung gerade der Kindertrainer, in die Erarbeitung und Verbreitung pädagogisch-methodischer Hilfen für die schöpferische Arbeit der Nachwuchstrainer und die Suche nach neuen trainingsmethodischen Lösungen sind für den Fortbestand des Ringkampfsportes in seiner Breite und die Erhaltung der Leistungsstärke wichtig.

Natürlich sind hier auch die Rahmenbedingungen entscheidend.

Hier einige Hinweise für die Talentsuche und „Bestimmung“ bei der in den ersten Übungsstunden insbesondere die Beurteilung altersgerechter motorischer Fähigkeiten und deren Entwicklung im Vordergrund stehen (technisch-koordinative Fähigkeiten):

1. Beurteilung der motorischen Fähigkeiten im Training anhand der Matrix für elementare und zielgerichtete Bewegungen und Handlungen (vgl. RTK Ringen (2012). S. 112f)
2. Wieselabzeichen Grundlagen (vgl. Ich lerne Ringen -2012-2. Auflage S. 68f sowie Prüfungsordnung Wiesel- und Ringkampfabzeichen im Anhang, sowie Die Techniken im Ringen S. 198f)
3. Wieselabzeichen Techniken (vgl. Ich lerne Ringen -2012-2. Auflage S. 76f sowie Prüfungsordnung Wiesel- und Ringkampfabzeichen im Anhang sowie Die Techniken im Ringen S. 198f)
4. Das Ringkampf Abzeichen Rika (vgl. Die Techniken im Ringen S. 42f und die Prüfungsordnung S. 2020f)

### 3.2 Elemente im Netzwerk für die Talentsichtung und -entwicklung sowie Transfer im Ringen

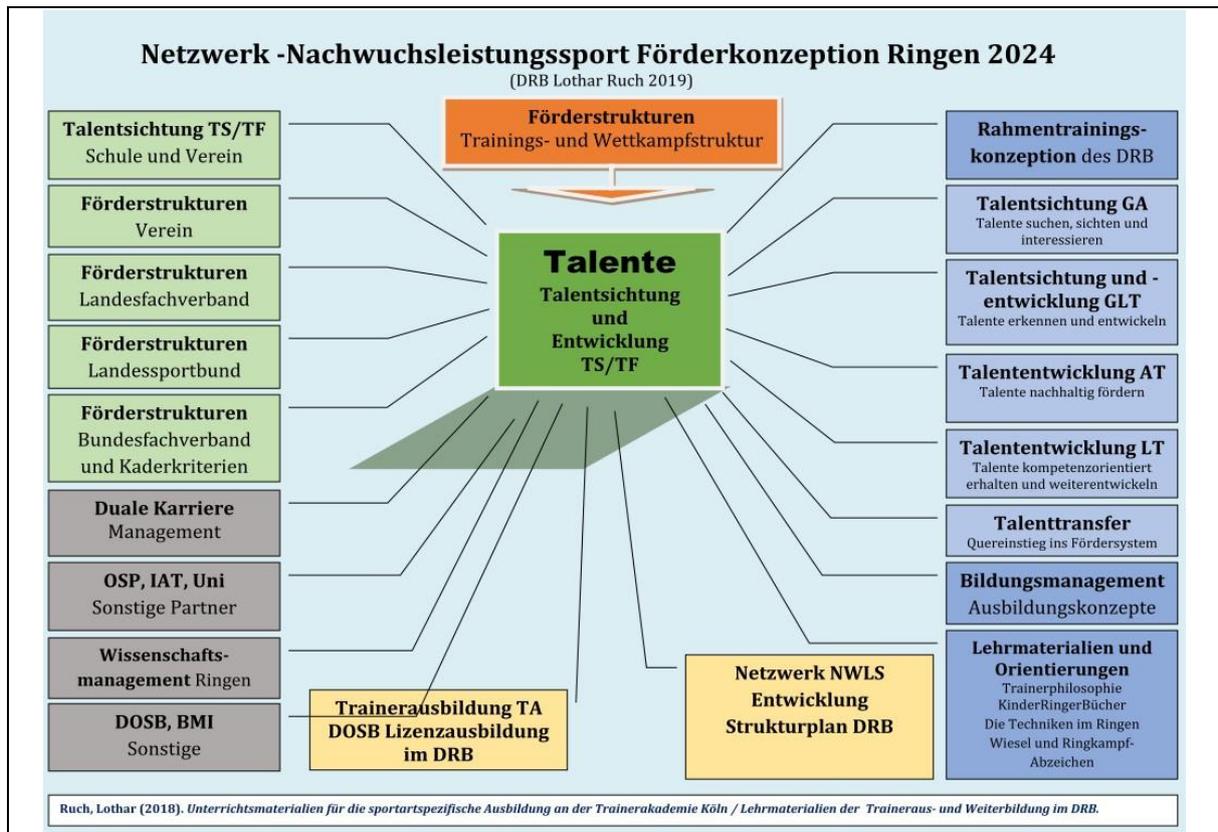


Abb. 4. Elemente im Netzwerk für die Talentsichtung und Entwicklung sowie Transfer im Ringen (Ruch 2019)

Moderne Sichtungskonzepte im Nachwuchsleistungssport (NWLS) enthalten vielseitige Verbindungen, Kooperationen und Kommunikation der interagierenden Institutionen und Personen (Netzwerk), mit einer hohen Qualität in der Betreuung mit Fachwissen, Kenntnissen und Sachverstand.

Im Folgenden ist das Netzwerk der Nachwuchsentwicklung und Förderung (Abb. 5) im Deutschen Ringer-Bund, als einer der „Hauptakteure“ in unterschiedlichen Ebenen und Aktionsfeldern, dargestellt. Der systematische Aufbau eines Netzwerkes für die Nachwuchssichtung und Entwicklung im Deutschen Ringer-Bund mit den „internen“ Partnern aus den unterschiedlichen Landesfachverbänden und den Referaten.

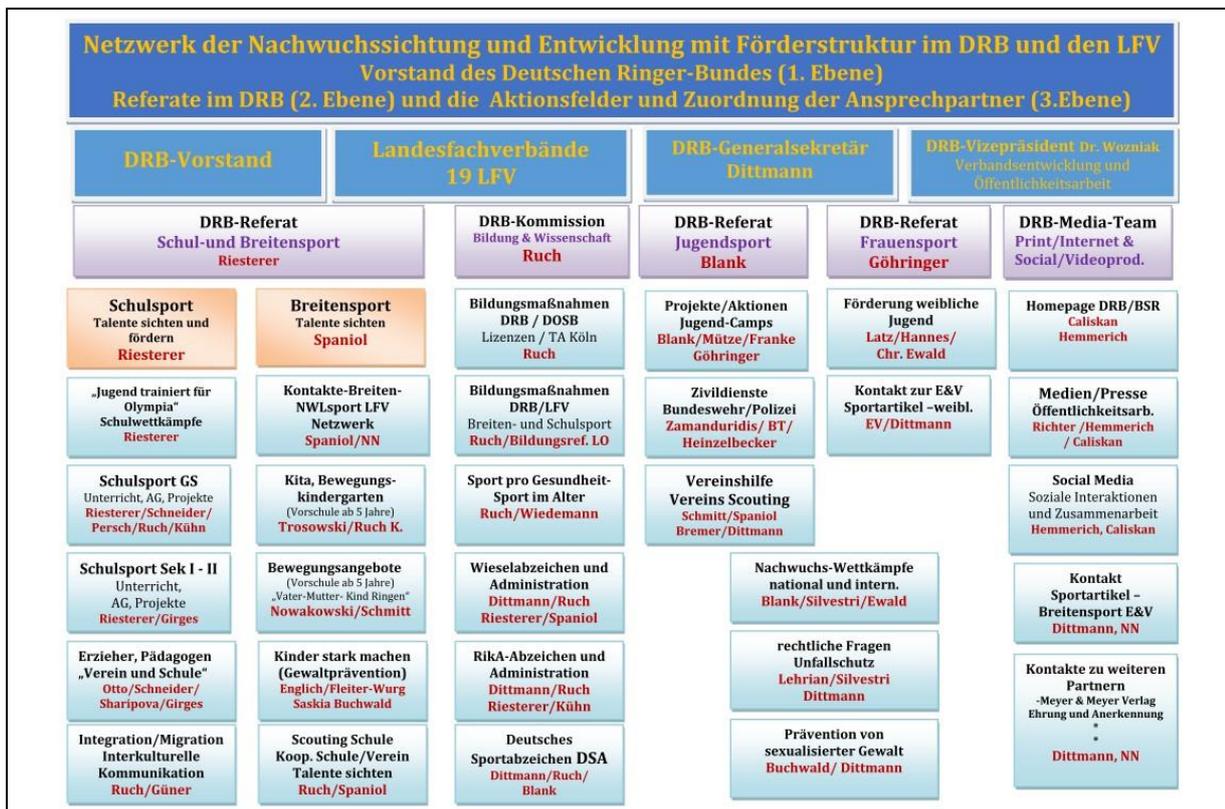


Abb. 5. Netzwerk der Nachwuchssichtung und Entwicklung mit Förderstruktur im DRB auf verschiedenen Ebenen des DRB- Vorstandes mit Referaten und der Landesfachverbände sowie von interessierten Personen und Fachleuten in den Aktionsfeldern (Ruch, 2018)

Das Netzwerk der Nachwuchssichtung und Entwicklung mit Förderstruktur im DRB wird auf den verschiedenen Ebenen des DRB - Vorstandes mit seinen Referaten und äquivalenten Referaten in den Landesfachverbänden verdeutlicht. Die sogenannten Aktionsfelder sind für die Nachwuchsentwicklung- und Förderung besonders wichtige Bereiche die von interessierten Personen und Fachleuten in den Aktionsfeldern bearbeitet werden können. Die Aufgaben und deren Bearbeitung in den Aktionsfeldern sind spezifisch angeordnet und gliedert, wobei die Richtlinienkompetenz des Bundesfachverbandes DRB eine hervorhebende Rolle einnimmt. Dies führt zu einer lösungsorientierten Bearbeitung von Sachfragen und Problemstellungen in den Aktionsfeldern. Eine Überbeanspruchung Einzelner soll dabei verhindert werden. Die Anfragen Ratsuchender können effektiv beantwortet werden. Notwendig und wichtig wird die Weiterentwicklung der Personalisierung sein.

Durch das persönliche Engagement und Aktivitäten in den Aktionsfeldern, kann das Ringen in Deutschland unterstützt und die Nachwuchsförderung nach den Richtlinien des DRB und der Landesfachverbände belebt werden.

Die Weiterentwicklung der Sportart Ringen in Deutschland wird durch das Bestreben des DRB geleitet, eine gemeinsame Vorgehensweise innerhalb der beschriebenen Netzwerk Strukturen der Sichtung und Entwicklung unserer jungen Nachwuchsringer im NWLS von der Sichtung bis in den Hochleistungssport hinein zu unterstützen. Die Philosophie der Trainer und Betreuer im DRB beinhaltet ein klares Bild in der Öffentlichkeit, sich von anderen Sportarten, insbesondere auch den Kampfsportarten mit den Argumenten abzugrenzen:

- Alleinstellungsmerkmal der Sportart Ringen
- Hohe Komplexität der Sportart Ringen
- „Ringer-Identität“ nach innen und außen
- Hohe Qualitätsansprüche in der Ausbildung der Athleten und Bildung der Trainer
- Netzwerke schaffen und diese nutzbar machen

Es wird empfohlen, im Rahmen der Richtlinienkompetenz über die Länder die Vereine, Betreuer und Trainer anzuhalten, die Nachwuchsförderung– Leistungssport zu forcieren und sie darin zu unterstützen:

- Nachwuchssichtung im Verein und in Kooperation von Schule und Verein (ggf. Kita); Als sportmotorischer Bewegungstest eignen sich die Wieselabzeichen Grundlagen und Techniken
- Nachwuchs-Förderkonzept im Verein entwickeln und umsetzen
- zielgerichtete Bildungsmaßnahmen für Funktionäre und Trainer
- Ausbildung von Nachwuchstrainern
- Ausbildung von Spitzentrainern
- Enge Kooperationen mit den LFV und dem DRB

### **Unsere Ziele:**

#### Im Bereich der Bildung:

- Die Gewinnung von Trainerinnen und Trainern für die Trainerausbildung im Profil Trainer C-Leistungssport für einen nachhaltigen Aufbau von Förderstrukturen im NWLS in den Vereinen und LFV (Netzwerk-Bildung)
- 
- Die Gewinnung von Trainerinnen und Trainern für die Trainerausbildung im Profil Trainer A- und B-Leistungssport für einen nachhaltigen Ausbau und die Weiterentwicklung von Förderstrukturen im NWLS in den Vereinen und LFV (Netzwerk Ausbau)
- 
- Die Gewinnung von Funktionären und sonstige Mitarbeiter für einen nachhaltigen Aufbau von Förderstrukturen im NWLS in den Vereinen und LFV (Netzwerk)

#### Im Bereich der Ausbildung der Kinder und Jugendlichen:

Möglichst viele Kinder und Jugendlichen auf die Sportart aufmerksam machen, um sie in den Vereinen zu fördern....

- a.) mit dem Interesse eines langfristigen Leistungsaufbaus in allen Ausbildungsetappen
- b.) hindurch bis hin zum Hochleistungssport
- c.) mit dem Interesse den Breiten- und Schulsport und Nachwuchssport im Ringen zu entwickeln

### **3.3 Anstrengungen und Grundüberzeugungen für ein „aktiv gelebtes“ Netzwerk in der Nachwuchssuche und Förderung im Leistungssport von Ringern:**

- gemeinsame Ziele
- gemeinsame Motivation
- häufige Kommunikation und Interaktion
- klare Anforderungsstruktur
- Trainingsstruktur und Wettkampfstruktur (RTK)
- Ringkampf-Abzeichen RikA und Wieselabzeichen
- Hohe Qualität der Trainer (Bildung/DOSB Lizenz)
- motivierte Funktionäre
- Der Trainer kann unmöglich alles selbst wissen und steuern!
- Der Funktionär kann in enger Kooperation mit dem Trainer und Vorstand agieren!
- Die Arbeitsweise und Anforderungen an den Trainer und Funktionär haben sich verändert!
- Das Rollenverständnis des Trainers hat sich verändert.
- Die im Netzwerk agierenden Personen nutzen die „Intelligenz des Systems“ (Nutzen des Netzwerkes).
- Abgabe von Aufgaben aber auch „Macht“ mit der Chance der Komplexität gerecht zu werden.
- Ständige Suche nach Verbesserungen und Innovation.

Das Thema Nachwuchsentwicklung (Talentsuche und Talentförderung) und Mitgliedererwerb ist nicht nur für den DRB, sondern auch für die einzelnen Landesfachverbände eine wichtige Herausforderung. Mit der Gründung der „Initiative Talentsuche und -förderung Ringen“ und den entsprechenden Treffen der Gruppe ab dem Jahr 2013 wurde deutlich, wie wichtig das Thema Nachwuchsentwicklung in der Ringer-Familie in Deutschland ist und wie notwendig es wird eine entsprechende Organisation und Struktur aufzubauen. Eine unverbindliche Initiative alleine ist der Anfang aber es muss auch im DRB und den zugehörigen LFV im verbindlichen Arbeitsgeschäft enthalten sein.

Es macht durchaus Sinn beim Thema Nachwuchsentwicklung auch einmal „über den Tellerrand zu schauen“ um zu sehen wie in anderen Sportarten, insbesondere auch in den Kampfsportarten, das Thema bearbeitet wird.

Aus Sicht des DRB gilt der Grundsatz, dass nur durch ein qualitativ hochwertiges Training bzw. Unterricht im Ringen, insbesondere für Kinder und Jugendliche, eine nachhaltige Verbindung der Kinder und Jugendlichen zur Sportart Ringen entstehen kann. Somit ist für uns die Forderung nach einer qualitativ hochwertigen Qualifizierung in Aus-, Fort-, und Weiterbildung von Trainern und Pädagogen unabdingbar. Einige Projekte, welche die Altersbereiche im „Schul- und Kindergartenalter“ betreffen, sind bereits durchgeführt worden. Es wird deutlich, dass diese Arbeit mit Kindern in Schulen

und Kindergärten bzw. Kita im Ringen mit einer sehr hohen pädagogischen Kompetenz aber auch Fach- Methoden-, und Vermittlungskompetenz durchgeführt werden muss.

Hier ist zu erwähnen, dass der DRB der Nachwuchsentwicklung Rechnung trägt durch die Bildungsmaßnahmen speziell für den Nachwuchssport im Ringen. Die Teilnehmer erhalten vom DRB ein für diese Weiterbildungsmaßnahme angefertigtes *Zertifikat*.

Grundlage für den Aufbau und die Entwicklung eines Netzwerkes der Nachwuchsentwicklung ist die sinnvolle Nutzung der vorhandenen Verbandsstrukturen. Dadurch wird eine effiziente und transparente Aufgabenerfüllung ermöglicht.

Die Teilnehmer der „Initiative Talentsuche und -förderung Ringen“ und der DRB sind sich darüber einig, dass mit der Zustimmung des DRB die Aktivitäten der bisherigen „Initiative Nachwuchsentwicklung“ in das neue System (Netzwerk Nachwuchssuche und Entwicklung mit Förderstruktur) unter der Federführung des DRB nahtlos übergehen kann. Damit wird die Richtlinienkompetenz des Bundesfachverbandes DRB gewährleistet.

Die Teilnehmer der Initiative Nachwuchsentwicklung sind sich darüber einig, dass insbesondere der Bereich *Marketing, Presse, Medien, Öffentlichkeitsarbeit, Social Media* etc., im Zusammenhang mit der Bearbeitung der einzelnen Aktionsfelder und der Kooperation unter den im Netzwerk agierenden Partnern, eine wichtige Rolle spielt.

### **3.4 Maßnahmen der Talentsichtung in den regionalen Zielvereinbarungen**

Auch wenn die enge Zusammenarbeit des DRB und seiner Landesfachverbände in den "Aufgaben" und "Tätigkeiten" durch die Satzungsbestimmungen der Landesfachverbände zumindest teilweise postuliert wird, ist die Ausübung der vom DOSB vorgegebenen Richtlinienkompetenz des Spitzenfachverbandes aufgrund der angegebenen Autonomie, Selbständigkeit und eigenständigen Organisationsstruktur der Landesfachverbände nur unverbindlich. Eine formelle Verbindlichkeit wird jedoch über die Festlegungen in den Regionalen Zielvereinbarungen unter den Partnern abgestimmt.

Die Verantwortlichen der Landesfachverbände sind aber mit verantwortlich für die Erstellung der Nachwuchsleistungssportkonzeptionen in den Landesfachverbänden, in Kooperation mit dem jeweiligen LSB, DRB, OSP und ggf. Ministerien sowie weiteren Partnern. Die Angaben zum Themenkomplex „Aktuelle Maßnahmen der Talentfindung, Talentsichtung, und Nachwuchsförderung sowie deren Ziele und Weiterentwicklung“ werden mit allen Partnern in den regionalen Zielvereinbarungen 2024 beraten und Festlegungen dazu getroffen. Hier werden exemplarisch einige Ausführungen zum Thema ausgeführt.

#### **Baden-Württemberg:**

Die Talentsichtung und deren Förderung ist das Kerngeschäft der ARGE BW. Die Sichtung und Weiterentwicklung findet neben dem Heimtraining hauptsächlich in den Talentfördergruppen TFG durch Honorartrainer bzw. den Landestrainern statt. Weitere Maßnahmen, wie Tageslehrgänge und Wochenendlehrgänge, ergänzen die Nachwuchsförderung. Angestrebt wird die verbesserte Ausbildung der Sportler vor Eintritt in die TFGs (Technikentwicklung mit der Orientierung RikA, Wieselabzeichen) Konsequente Umsetzung des Ringkampf-Abzeichens (Vorgabe durch den Spitzenverband) in den Vereinen/Verbänden. Fortführen der Trainerausbildungen (Trainer-C-Leistungssport). Die Trainerweiterbildungen für die Landestrainer mit Schwerpunktsetzungen je nach Einsatzgebiet in Kooperation mit dem DRB und der TA Köln.

### **Bayern:**

Grundsätzlich werden Maßnahmen der Talentfindung und Talentsichtung anl. der Wettkämpfe der unterschiedlichen Altersgruppen durch Wettkampfbeobachtung bei Bezirks- und Landesmeisterschaften durchgeführt.

Der bayerische Ringerverband führt Sichtsungsmaßnahmen in Projekten im Schul- und Breitensport mit der gezielten Überführung in die Nachwuchs-Leistungssportstruktur des BRV (Vereinstrainer/ LT-Honorar) durch. Einrichtung und Ausbau der LSPe in den „Bezirksuntergliederungen“ mit zentraler Steuerung. Die Nachwuchsförderung an den Landesstützpunkten bei Landeskaderlehrgängen und am Bundesstützpunkt erfolgt gezielt mit den Inhalten der Rahmentrainingskonzeption Ringen. Die Anzahl der Sichtsungslehrgänge und –turniere soll erweitert werden. Zudem sind die Initiierung und Begleitung von Projekten im Schul- und Breitensport geplant. Konsequente Umsetzung des Ringkampf-Abzeichens (Vorgabe durch den Spitzenverband) in den Vereinen.

### **Brandenburg:**

Die Nachwuchsgewinnung basiert auf der Talentfindungskonzeption des Ringerverbands Brandenburg. Die Sichtung und die Weckung des Interesses der Kinder für das Ringen erfolgt über die Übungsleiter in den Vereinen.

Daneben wird die Talentfindung/Talentsichtung im Land Brandenburg über alle Sportarten durch zwei Maßnahmen flankiert:

- EMOTIKON
- TALENTIADE

Hier hat der LSB Brandenburg, im Benehmen mit den Kreis- und Stadtsportbünden die Steuerungsfunktion zu Inhalten und Schwerpunkten.

Die ringkampfspezifische Sichtung wird über die Vereine von den 7 Landesstützpunkten (Vereinsübergreifendes Landestalentzentrum) regelmäßig unter Anleitung der zwei hauptamtlichen Sichtungstrainer durchgeführt.

Dabei werden hauptsächlich folgenden Maßnahmen realisiert:

- Vorstellung der Sportart Ringen in den Grundschulen durch die LSP-Trainer (Cottbus, Eisenhüttenstadt, Frankfurt (Oder), Hoppegarten, Hennigsdorf, Luckenwalde und Potsdam)

- Unterstützung der den LSP zugeordneten Vereinen durch Absicherung von Sichtsungsmaßnahmen an den Standorten der Vereine durch hauptamtliche LSP Trainer
- Jährlich wird im Oktober / November eine zentrale D-Kader-Überprüfung auf der Grundlage der D-Kader-Normative des RVB durchgeführt, dabei wird die Leistungsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler der 6. Klassen allseitig überprüft (u.a. Ringkampf-Abzeichen). Zielstellung ist es, die besten Sportlerinnen und Sportler in die Spezialschule in Frankfurt (Oder) und Luckenwalde aufzunehmen, dabei spielt die Stilartenorientierung vorerst eine untergeordnete Rolle.
- Der Kaderkreis der geeigneten Ringerinnen und Ringer im Frühjahr einer weiteren D-Kader-Überprüfung unterzogen, um die endgültige Eignung für die Sport-schule herauszuarbeiten, zzgl. der von Seiteneinsteigern der Klassenstufen 5 – 7.
- Hinzu kommen Aktivitäten und Maßnahmen der Vereine und LSP wie Nachwuchswettkämpfe, Kleinringerveranstaltungen und gemeinsame Trainingscamps.

### **Nordrhein-Westfalen:**

- Örtliche Talentsichtung durch Vereine in Schule, Durchführung von Projekten und Schulwettkämpfen.
- Förderung in den Talentstützpunkten (2016) Dormagen, Neuss und Witten.
- Wettkampfbeobachtung durch das Trainer-Team des Verbandes bei regionalen Meisterschaften und Turnieren.
- Wettkampfbeobachtung bei überregionalen Meisterschaften und Turnieren durch die Landes- und Verbandstrainer.
- Angebot eines vereinsübergreifenden Regionaltrainings durch den Verband an ausgewählten Standorten.
- Förderung von talentierten Nachwuchssportlern an den LSP und am BSP mit dem Ziel den Übergang in den Bundeskader zu erreichen (Rahmentrainings-konzeption Ringen mit der Beschreibung des sportpolitischen Rahmens zur Nachwuchsförderung und dessen Umsetzung NRW).
- Erweiterung des "Scouting" bei der Talentsichtung sowie der folgenden Talentförderung
- Qualitätsentwicklung durch eine hauptamtliche Lehrer-Trainer-Anstellung
- Technikentwicklung im Nachwuchsleistungssport in Verbindung mit der
- Qualitätssteigerung des Techniktrainings aller Altersstufen.
- Konsequente Umsetzung des Ringkampf-Abzeichens (Vorgabe durch den Spitzenverband) in den Vereinen.
- Zusätzliche Möglichkeiten über Motorischer Test MT1 (Grundlagen) und MT2-B für NRW Schulen

### **Sachsen:**

- Schwerpunkt der Nachwuchsförderung: vertiefte sportliche Ausbildung mit
- Profilsportunterricht im Ringen an den vier EdS
- im Bereich des RVS 22 Vereine mit Kindertrainingsgruppen

- 14 Vereine besitzen im Nachwuchstraining die Anerkennung als Talentstützpunkt (TSP)
- Talentfindung/Talentsichtung als Tätigkeitsschwerpunkt der Regionaltrainerin Ringen Erzgebirge
- jährliche dezentrale und zentrale Maßnahmen zur Sichtung für die Einschulung an den EdS
- Erarbeitung einer Nachwuchskonzeption für die Talentfindung, Talentsichtung und
- Nachwuchsförderung mit dem Ziel der Potentialerweiterung für den BSP Ringen am Standort Leipzig (1)
- Ausbau der bestehenden TSP nach Qualität und Quantität (2)
- Beibehaltung der Effizienz im Zusammenwirken der EdS-Standorte Leipzig und Chemnitz (3)
- Erläuterung und Umsetzung der Nachwuchskonzeption in Zusammenarbeit mit den Bezirksorganisationen und Vereinen (1)
- individuelle Unterstützung der Vereine ohne TSP bei der Nachwuchsgewinnung und im Antragsverfahren (2)
- Zusammenarbeit bei der Durchführung der dezentralen und zentralen Einschulungstests für die EdS und Begleitung der Sportler, Eltern und Vereinstrainer bei der Auswahl des Schulstandortes und Schultyps (3)
- Konsequente Umsetzung der Anforderungen des Ringkampf-Abzeichen RikA in Bronze, Silber und Gold (Vorgaben durch den Spitzenverband) in den Vereinen und LSPen (Qualitätssteigerung im Techniktraining und Motivation).

### **Saarland:**

Talentfindung bis zur Nachwuchsförderung im Saarland über Projekte u.a.:

- Raufen und Ringen ist als Bewegungsfeld im Lehrplan der Schulen
- Angebote der Sportart Ringen in mehreren Schulen
- Schulsportmeisterschaften in den letzten 3 Jahren waren mit stetig steigenden TN-Zahlen
- Transformation von Schule in den Verein, da die schulischen Aktivitäten in Orten mit Ringvereinen stattfinden
- Neigungsfach Ringen in einer gebundenen Ganztageschule.
- Frühzeitige Talentsichtung durch ein freies Trainingsangebot 1 x pro Woche in beiden Stilarten am Landesstützpunkt.
- Internatsangebot und Kooperation mit Eliteschule des Sports
- Weiterentwicklung der Schulsport-Förderprogramme, auch durch konsequente Einführung Wieselabzeichen
- Technikentwicklung im Nachwuchsleistungssport in Verbindung mit der Qualitätssteigerung des Techniktrainings aller Altersstufen (u.a. RikA).

## 4 Talentdiagnostik

### 4.1 Einführung

Talentdiagnostik ist ein zentrales Thema im Nachwuchsbereich im Ringen. Sie hat das Ziel, die begabten Athlet\*innen in jungem Alter zu erkennen, um sie in das Fördersystem des DRB zu integrieren und damit ihren Trainings- und Wettkampfprozess zu unterstützen. Die Talentdiagnostik und Talentprognose im Ringen ist als eine multidisziplinäre Herangehensweise konzipiert. Das heißt, dass Umfeldbedingungen bzw. soziale Faktoren ebenso berücksichtigt werden wie leistungsrelevante Komponenten der Wettkampfleistung (Abb. 6). Auch aufgrund dieser Komplexität bedarf es einem permanenten Evaluationsprozess.

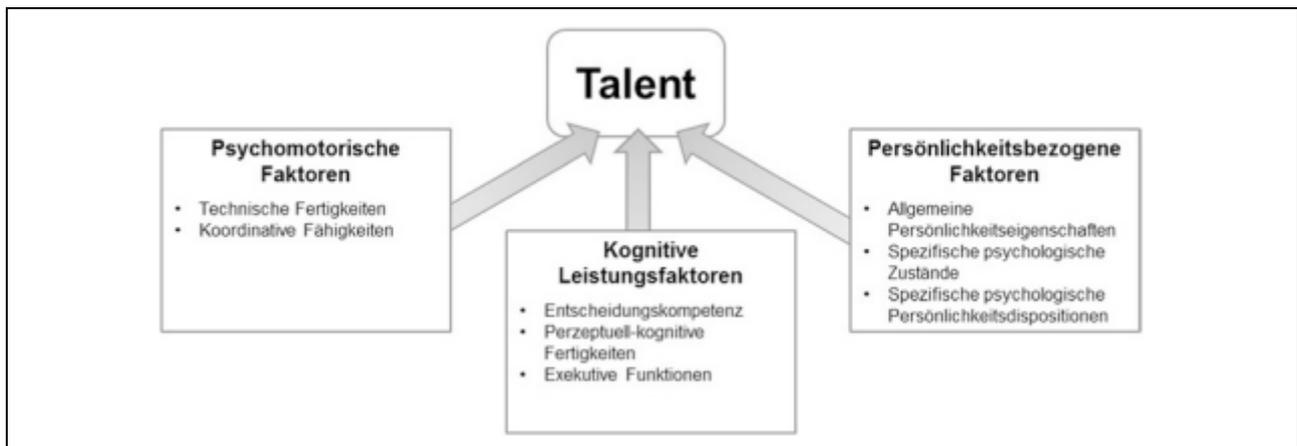


Abb. 6. Prädiktoren eines Talents aus sportpsychologischer Perspektive Höner, Larkin, Leber und Feichtinger (2020)

Die Talentdiagnostik im DRB dient primär der Talentsichtung, -entwicklung und Förderung der Athletinnen und Athleten auf Landesebene (Abb. 7) und umfasst vorrangig Maßnahmen im Altersbereich von der D-Jugend bis zur A-Jugend/Kadetten. Die Erfassung spezifischer koordinativer Fähigkeiten über Demonstration von Techniken im Ringen und die Berücksichtigung erster Wettkampfleistungen sind dabei von besonderem Interesse. Zeigen Athletinnen und Athleten in diesen Bereichen entsprechende Leistungen, werden sie folgend im Rahmen von Fördermaßnahmen des Bundes verstärkt berücksichtigt. Dazu gehören neben der Überprüfung der Leistungsgrundlagen im Bereich der AK1 und AK2 u. a. auch die Berücksichtigung von NK1-Kadern (AK3) bei leistungsdiagnostischen und wettkampfanalytischen Maßnahmen in Zusammenarbeit mit den externen Partnern der OSP's und dem IAT. Derartige Verfahren sind im Diagnostik- und Analysekonzept des DRB konkret beschrieben. Auf die LAL-Rahmenrichtlinien des DRB wird an dieser gesondert verwiesen.

<b>Wiesel Abzeichen</b>  <b>Grundausbildung (GA)</b>		<b>RikA - Bronze</b>  <b>Grundlagentraining (GLT)</b>		<b>RikA - Silber</b>  <b>Aufbautraining I (AT)</b>		<b>RikA - Gold</b>  <b>Aufbautraining II (AT)</b>	
Talentsichtung/ -entwicklung		Grundkader Talententwicklung		Landeskader 1 B Talentförderung		Landeskader 1 A Talentförderung	NK 2 Talentförderung
6-8 Jahre E-Jugend (m/w)	9-10 Jahre D-Jugend (m) weibl, Schüler	11-12 Jahre C-Jugend (m) weibl, Schüler		13-14 Jahre B-Jugend (m) weibl, Schüler		15-16/17 Jahre A-Jugend (m) weibl, Jugend	
<b>RikA Grundlagen</b>	<b>RikA Techniken</b>	<b>RikA Bronze Stufe I</b> bei Aufnahme in den GK	<b>RikA Bronze Stufe II</b> für den Verbleib im GK	<b>RikA Silber Stufe I</b> bei Aufnahme in den LK 1 B	<b>RikA Silber Stufe II</b> für den Verbleib im LK 1 B (Orientierung auf das RikA Gold als Mindestanforderung für den NK2)	<b>RikA Gold Stufe I</b> bei Aufnahme in den LK 1 A - Disziplinspezifisch	<b>RikA Gold Stufe II</b> bei Aufnahme in den NK 2 - Disziplinspezifisch
<u>Anforderungen</u> - Grundlagen  (L. Ruch, 2015: Ich lerne Ringen, S. 39-73)	<u>Anforderungen Techniken</u> - 10 Stand - 5 Boden  (50 % linke/rechte Seite beim Gegner)	<u>Anforderungen Techniken</u> - 12 Stand - 7 Boden  (50 % linke/rechte Seite beim Gegner)	<u>Anforderungen Techniken</u> - 20 Stand - 10 Boden  (50 % linke/rechte Seite beim Gegner)	<u>Anforderungen Techniken</u> - 20 Stand - 10 Boden  (50 % linke/rechte Seite beim Gegner)	<u>Anforderungen Techniken</u> - 24 Stand - 12 Boden  (50 % linke/rechte Seite beim Gegner)	<u>Anforderungen Techniken</u> - 20 Stand - 10 Boden  (50 % linke/rechte Seite beim Gegner)	<u>Anforderungen Techniken</u> - 24 Stand - 12 Boden  (50 % linke/rechte Seite beim Gegner)
Prüfung durch Vereinstrainer, Pädagogen, Sportlehrkräfte (mit Zertifikatsausbildung Ringen)		Prüfung durch ausgewiesene Trainer in den LFV (Prüferausweis DRB)		Prüfung durch ausgewiesene Trainer in den LFV (Prüferausweis DRB)		Prüfung durch die beauftragten Landestrainer der LFV/ Nachwuchsbundestrainer des DRB (Prüferausweis DRB)	

Abb. 7. Struktur und Anforderungen für das Wiesel- und Ringkampf-Abzeichen (RikA) in Gold, Silber und Bronze

Folgend werden Anforderungen und prinzipielle Verfahren zur Erlangung des Ringkampf-Abzeichen beschrieben. Bezüglich konkreter Ausführungen wird auf die „Techniken im Ringen“ (2019) sowie der Prüfungsordnung für das Ringkampf-Abzeichen (RikA) in Gold, Silber und Bronze verwiesen.

Der Technikerwerb erfolgt mit unterschiedlichen, altersspezifischen Anforderungen und Schwierigkeitsgraden in der Grundausbildung, dem Grundlagentraining und dem Aufbau-training:

Für die **Grundausbildung** 6 - 10 Jahre wurde ein Katalog aus sportart-spezifischen Grundlagen- Übungen sowie unterschiedlichen Angriffstechniken im Stand (20) und am Boden (13) (Angriffstechniken aus beiden Stilarten) erarbeitet.

Für das **Grundlagentraining** 11 - 12 Jahre wurde ein Technikkatalog mit insgesamt 33 unterschiedlichen Angriffstechniken im Stand (20) und am Boden (13) (Angriffstechniken aus beiden Stilarten) erarbeitet.

Für das **Aufbautraining I** 13 - 14 Jahre wurde ein Technikkatalog mit insgesamt 44 weiteren Angriffstechniken im Stand (29) und am Boden (15) (Angriffstechniken aus beiden Stilarten) erarbeitet.

Für das **Aufbautraining II** 15 bis 17 Jahre wurde ein Technikkatalog mit insgesamt 59 weiteren Angriffstechniken im Stand (40) und am Boden (19) (Angriffstechniken aus beiden Stilarten) erarbeitet.

Beim Technikerwerbstraining im Ringen werden Bewegungsvorstellungen zu einzelnen Techniken über die praktische Demonstration, aber auch über Bildreihen und Arbeitsmappen mit speziellen Angriffstechniken und Videosequenzen vermittelt. Das Herausbilden einer angemessenen Bewegungsvorstellung wird beschleunigt, wenn beim Erlernen der Technik möglichst frühzeitig die ersten eigenen Versuche durchgeführt werden. Um eine Technik in der Feinstruktur zu erarbeiten, müssen häufige Wiederholungen mit entsprechenden Fehlerkorrekturen durchgeführt werden.

Die Aufgliederung der Technik in Phasen erlaubt ein differenziertes Erlernen der notwendigen mechanischen Aspekte der Angriffstechniken. Werden diese in den einzelnen Phasen mit angemessener Qualität erfüllt, können sie zur Gesamttechnik (Angriffstechnik in Anlehnung an das Technikleitbild) verbunden und ganzheitlich geübt werden.

In den Altersstufen Grundausbildung, Grundlagentraining und Aufbaustraining ist, neben einer adäquaten Entwicklung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten, als Haupttrainingsschwerpunkt die Vermittlung von einer Vielzahl an Grund- und Angriffstechniken im Ringkampf ausgewiesen. Die Inhalte für das Technikerwerbstraining sind die in den drei Technikkatalogen im Ringen aufgeführten 136 Angriffstechniken (89 Standtechniken und 47 Bodentechniken). Das Abprüfen der Angriffstechniken aus diesen Technikkatalogen, die in dem vorliegenden Buch *Die Techniken im Ringen* (DRB, 2019) aufgelistet sind, ist die Grundlage für die Prüfungen des RikA des DRB.

Das Ringkampf-Abzeichen kann in Bronze, Silber und Gold erworben werden. Der Abzeichenerwerb, gleich in welcher Stufe, setzt in jedem Fall das Bestehen der Prüfungsanforderungen voraus. Nach einer bestandenen Prüfung erhält der Ringer eine Urkunde und einen RikA-Ausweis. Die Auszeichnung mit einer Münze in Bronze, Silber oder Gold soll für die jungen Nachwuchsathleten einen besonderen Anreiz für das Erlernen der Techniken geben. (Nachbildung der Münze „Die Ringer von Aspendos“). Die Trainer der unterschiedlichen Lizenzstufen im Ringen, Trainer A, B und C Leistungssport, sind ab dem Jahr 2014 intensiv geschult worden. Die Fähigkeit der praktischen Vermittlung von Angriffstechniken im Ringen durch die Trainer im Nachwuchstraining (Grundausbildung, Grundlagentraining und Aufbaustraining) und Leistungstraining steht im Fokus der Weiterentwicklung der Sportart Ringen. Ein qualifizierter Praxisnachweis wurde in den Aus- und Weiterbildungsmaßnahmen des DRB für alle Lizenzstufen ab dem Jahr 2014 eingeführt. Die Technikprüfung wird auf der jeweiligen vorgefertigten Prüfkarte dokumentiert. Die Auswahl der Techniken erfolgt von den Athleten selbst. Der Prüfer achtet darauf, dass die ausgewählten Techniken in einem angemessenen Umfang (50 % auf jeder Seite), sofern von der Technikgrundstruktur möglich, auf der linken und rechten Seite beim Gegner demonstriert werden. Es sollen Angriffstechniken aus allen vorgegebenen Strukturgruppen gezeigt werden.

Die Prüfkarten werden vom DRB an die verantwortlichen Prüfer (Prüferausweis des DRB) ausgehändigt. <sup>1</sup> Die Kinder und Jugendlichen erhalten vom DRB einen Ausweis (gegen Gebühr) in dem alle Prüfungen, beginnend vom Wieselabzeichen bis zu den Prüfungen des RikA in Bronze, Silber und Gold, dokumentiert werden können.

---

<sup>1</sup> Deutscher Ringer-Bund (2014). Prüfkarten zum Ringkampf-Abzeichen RikA.

## **4.2 Das Ringkampf-Abzeichen (RikA) des Deutschen Ringer-Bundes in Bronze**

### Stufe 1 für das Alter 11 - 12 Jahre (D-Jugend und weibliche Schüler)

Die erste Stufe des Ringkampf-Abzeichens in Bronze wird mit einer Prüfung durch ausgewiesene Trainer der LO` s (Prüferausweis DRB) erworben. Der Prüferausweis kann bei der Neuausbildung zum Trainer C Leistungssport ab dem Jahr 2014 oder mit einer speziellen Trainerweiterbildung für bestehende Lizenzen Trainer C Leistungssport vor dem Jahr 2014 erworben werden (qualifizierter Praxisnachweis und gültige Lizenz). Die Prüfung **für die Stufe 1** erfolgt durch den Trainer in Kooperation mit dem Landesfachverband. Die Prüfkarten sind im Generalsekretariat des DRB erhältlich. Grundlage der Prüfung sind die im ersten Technikkatalog (Grundausbildung) vorgegebenen 20 Standtechniken und 13 Bodentechniken. Für das Bestehen der ersten Stufe des RikA in Bronze werden **18 Standtechniken und neun Bodentechniken** abgeprüft. Auf der Prüfkarte werden die geforderten 18 Stand- und neun Bodentechniken eingetragen.

Der Athlet darf die Techniken selbst auswählen. Es sollen Angriffstechniken aus allen vorgegebenen Strukturgruppen gezeigt werden. Die Prüflinge sollen die einzelnen Techniken benennen können. Es soll ein ausgewogenes Verhältnis von Techniken auf der linken und rechten Seite mit einem Gegner/Partner nachgewiesen werden (50 % auf jeder Seite beim Gegner). Nach der Demonstration jeder Technik wird die Ausführung mit einem Punkt bewertet, wenn die Bewegungsausführung zufriedenstellend ist. Die Techniken sollen entsprechend dem Alter und dem Niveau mit angemessener/m Bewegungsqualität, Bewegungsumfang, Bewegungstempo und Bewegungsintensität sowie der Folgerichtigkeit von Einzelhandlungen bzw. der Gesamthandlung demonstriert werden können.

0 Punkte = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist nicht akzeptabel.

1 Punkt = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist erkennbar und zufriedenstellend, einzelne Fehler sind akzeptiert.

### Stufe 2 für das Alter 11 - 12 Jahre (C-Jugend und weibliche Schüler)

Die bestandene Prüfung der ersten Stufe des RikA in Bronze ist verpflichtend. Die zweite Stufe des Ringkampf-Abzeichens in Bronze wird mit einer Prüfung durch ausgewiesene Trainer der LO` s (Prüferausweis DRB) erworben. Der Prüferausweis **für die Stufe 2** wird durch Prüfung beim DRB an autorisierte Trainer der Landesfachverbände vergeben (qualifizierter Praxisnachweis und mind. Trainer B Lizenz). Die Prüfung **für die Stufe 2** erfolgt durch den Landesfachverband.

Die Prüfkarten sind im Generalsekretariat des DRB erhältlich. Grundlage der Prüfung sind die im ersten Technikkatalog (Grundausbildung) vorgegebenen 20 Standtechniken und 13 Bodentechniken. Für das Bestehen der zweiten Stufe des RikA in Bronze werden **20 Standtechniken und zehn Bodentechniken** abgeprüft. Auf der Prüfkarte werden die geforderten 20 Stand- und zehn Bodentechniken eingetragen.

Der Athlet darf die Techniken selbst auswählen. Es sollen Angriffstechniken aus allen vorgegebenen Strukturgruppen gezeigt werden. Die Prüflinge sollen die einzelnen Techniken

benennen können. Es soll ein ausgewogenes Verhältnis von Techniken auf der linken und rechten Seite mit einem Gegner/Partner nachgewiesen werden (50 % auf jeder Seite beim Gegner). Nach der Demonstration jeder Technik wird die Ausführung mit einem Punkt bewertet, wenn die Bewegungsausführung zufriedenstellend ist. Die Techniken sollen entsprechend dem Alter und dem Niveau mit angemessener/m Bewegungsqualität, Bewegungsumfang, Bewegungstempo und Bewegungsintensität sowie der Folgerichtigkeit von Einzelhandlungen bzw. der Gesamthandlung demonstriert werden können.

0 Punkte = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist nicht akzeptabel.

1 Punkt = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist erkennbar und zufriedenstellend, einzelne Fehler sind akzeptiert.

### **4.3 Das Ringkampf-Abzeichen (RikA) des Deutschen Ringer-Bundes in Silber**

#### Stufe 1 für das Alter 13 - 14 Jahre (B-Jugend und weibliche Schüler

Die bestandene Prüfung der zweiten Stufe des RikA in Bronze ist verpflichtend. Die erste Stufe des Ringkampf-Abzeichens in Silber wird mit einer Prüfung durch ausgewiesene Trainer der LO's (Prüferausweis DRB) erworben. Der Prüferausweis kann bei der Neuausbildung zum Trainer B Leistungssport ab dem Jahr 2014 oder mit einer speziellen Trainerweiterbildung für bestehende Lizenzen Trainer B Leistungssport ab dem Jahr 2014 erworben werden (qualifizierter Praxisnachweis und gültige Lizenz). Die Prüfung **für die Stufe 1** erfolgt durch den Trainer in Kooperation mit dem Landesfachverband LFV. Die Prüfkarten sind im Generalsekretariat des DRB erhältlich. Grundlage der Prüfung sind die im zweiten Technikcatalog (Grundagentraining) vorgegebenen 29 Standtechniken und 15 Bodentechniken. Für das Bestehen der ersten Stufe des RikA in Silber werden **20 Standtechniken und 10 Bodentechniken** abgeprüft. Auf der Prüfkarte werden die geforderten 20 Stand- und 10 Bodentechniken eingetragen.

Der Athlet darf die Techniken selbst auswählen. Es sollen Angriffstechniken aus allen vorgegebenen Strukturgruppen gezeigt werden. Die Prüflinge sollen die einzelnen Techniken benennen können. Es soll ein ausgewogenes Verhältnis von Techniken auf der linken und rechten Seite mit einem Gegner/Partner nachgewiesen werden (50 % auf jeder Seite beim Gegner). Nach der Demonstration jeder Technik wird die Ausführung mit einem Punkt bewertet, wenn die Bewegungsausführung zufriedenstellend ist. Die Techniken sollen entsprechend dem Alter und dem Niveau mit angemessener/m Bewegungsqualität, Bewegungsumfang, Bewegungstempo und Bewegungsintensität sowie der Folgerichtigkeit von Einzelhandlungen bzw. der Gesamthandlung demonstriert werden können.

0 Punkte = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist nicht akzeptabel.

1 Punkt = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist erkennbar und zufriedenstellend, einzelne Fehler sind akzeptiert.

#### Stufe 2 für das Alter 13 - 14 Jahre (B-Jugend und weibliche Schüler

Die bestandene Prüfung der ersten Stufe des RikA in Silber ist verpflichtend. Die zweite Stufe des Ringkampf-Abzeichens in Silber wird mit einer Prüfung durch ausgewiesene Trainer der LO`s (Prüferausweis DRB) erworben. Der Prüferausweis kann bei der Neuausbildung zum Trainer B Leistungssport ab dem Jahr 2014 oder mit einer speziellen Trainerweiterbildung für bestehende Lizenzen Trainer B Leistungssport ab dem Jahr 2014 erworben werden (qualifizierter Praxisnachweis und gültige Lizenz). Der Prüferausweis **für die Stufe 2** wird durch Prüfung beim DRB an autorisierte Trainer der Landesfachverbände vergeben (qualifizierter Praxisnachweis und mind. Trainer B Lizenz). Die Prüfung **für die Stufe 2** erfolgt durch den Landesfachverband. Die Prüfkarten sind im Generalsekretariat des DRB erhältlich. Grundlage der Prüfung sind die im zweiten Technikkatalog (Grundlagentraining) vorgegebenen 29 Standtechniken und 15 Bodentechniken. Für das Bestehen der zweiten Stufe des RikA in Silber werden **24 Standtechniken und 12 Bodentechniken** abgeprüft. Auf der Prüfkarte werden die geforderten 24 Stand- und 12 Bodentechniken eingetragen. Der Athlet darf die Techniken selbst auswählen. Es sollen Angriffstechniken aus allen vorgegebenen Strukturgruppen gezeigt werden. Die Prüflinge sollen die einzelnen Techniken benennen können. Es soll ein ausgewogenes Verhältnis von Techniken auf der linken und rechten Seite mit einem Gegner/Partner nachgewiesen werden (50 % auf jeder Seite beim Gegner.). Nach der Demonstration jeder Technik wird die Ausführung mit einem Punkt bewertet, wenn die Bewegungsausführung zufriedenstellend ist. Die Techniken sollen entsprechend dem Alter und dem Niveau mit angemessener/m Bewegungsqualität, Bewegungsumfang, Bewegungstempo und Bewegungsintensität sowie der Folgerichtigkeit von Einzelhandlungen bzw. der Gesamthandlung demonstriert werden können.

0 Punkte = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist nicht akzeptabel.  
1 Punkt = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist erkennbar und zufriedenstellend, einzelne Fehler sind akzeptiert.

#### **4.4 Das Ringkampf-Abzeichen (RikA) des Deutschen Ringer-Bundes in Gold**

##### Stufe 1 für das Alter 15-16/ 17 Jahre (A-Jugend und weibliche Jugend) - disziplinspezifisch

Die bestandene Prüfung der zweiten Stufe des RikA in Silber ist verpflichtend. Die erste Stufe des Ringkampf-Abzeichens in Gold wird mit einer Prüfung durch die vom DRB beauftragten Landestrainer mit einer gültigen Lizenz Trainer A Leistungssport, erworben. Diese Prüfung erfolgt in enger Kooperation mit den Verantwortlichen des DRB (u. a. Bundestrainer, Sportdirektor, Funktionstrainer, Bildungsreferent). Der Prüferausweis (Prüferausweis DRB) wird durch den DRB an die beauftragten Landestrainer mit einer speziellen Aus- und Weiterbildung ab dem Jahr 2014 ausgegeben (qualifizierter Praxisnachweis und gültige Lizenz). Die Prüfkarten sind im Generalsekretariat des DRB erhältlich. Grundlage der Prüfung sind die im dritten Technikkatalog (Aufbautraining) vorgegebenen 40 Standtechniken und 19 Bodentechniken. Für das Bestehen der ersten Stufe des RikA in Gold werden **20 Standtechniken und 10 Bodentechniken, hier mit der Besonderheit der stilarten-spezifisch**, abgeprüft. Auf der Prüfkarte werden die geforderten 20 Stand- und 10 Bodentechniken eingetragen. Der Athlet darf die Techniken selbst auswählen. Es sollen Angriffstechniken aus

allen vorgegebenen Strukturgruppen gezeigt werden. Die Prüflinge sollen die einzelnen Techniken benennen können. Es soll ein ausgewogenes Verhältnis von Techniken auf der linken und rechten Seite mit einem Gegner/Partner nachgewiesen werden (50 % auf jeder Seite beim Gegner). Nach der Demonstration jeder Technik wird die Ausführung mit einem Punkt bewertet, wenn die Bewegungsausführung zufriedenstellend ist. Die Techniken sollen entsprechend dem Alter und dem Niveau mit angemessener/m Bewegungsqualität, Bewegungsumfang, Bewegungstempo und Bewegungsintensität sowie der Folgerichtigkeit von Einzelhandlungen bzw. der Gesamthandlung demonstriert werden können.

0 Punkte = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist nicht akzeptabel.

1 Punkt = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist erkennbar und zufriedenstellend, einzelne Fehler sind akzeptiert.

### Stufe 2 für das Alter 15 – 16/ 17 Jahre (A-Jugend und weibliche Jugend) - disziplinspezifisch

Die bestandene Prüfung der ersten Stufe des RikA in Gold ist verpflichtend. Die zweite Stufe des Ringkampf-Abzeichens in Gold wird mit einer Prüfung durch die vom DRB beauftragten Landestrainer mit einer gültigen Lizenz Trainer A Leistungssport, erworben. Diese Prüfung erfolgt in enger Kooperation mit den Verantwortlichen des DRB (u. a. Bundestrainer, Sportdirektor, Funktionstrainer, Bildungsreferent). Der Prüferausweis (Prüferausweis DRB) wird durch den DRB an die beauftragten Landestrainer mit einer speziellen Aus- und Weiterbildung ab dem Jahr 2014 ausgegeben (qualifizierter Praxisnachweis und gültige Lizenz). Die Prüfkarten sind im Generalsekretariat des DRB erhältlich.

Grundlage der Prüfung sind die im dritten Technikkatalog (Aufbautraining) vorgegebenen 40 Standtechniken und 19 Bodentechniken. Für das Bestehen der zweiten Stufe des RikA in Gold werden **24 Standtechniken und 12 Bodentechniken, hier mit der Besonderheit der stilarten-spezifisch**, abgeprüft. Auf der Prüfkarte werden die geforderten 24 Stand- und 12 Bodentechniken eingetragen. Der Athlet darf die Techniken selbst auswählen. Es sollen Angriffstechniken aus allen vorgegebenen Strukturgruppen gezeigt werden.

Die Prüflinge sollen die einzelnen Techniken benennen können. Es soll ein ausgewogenes Verhältnis von Techniken auf der linken und rechten Seite mit einem Gegner/Partner nachgewiesen werden (50 % auf jeder Seite beim Gegner). Nach der Demonstration jeder Technik wird die Ausführung mit einem Punkt bewertet, wenn die Bewegungsausführung zufriedenstellend ist. Die Techniken sollen entsprechend dem Alter und dem Niveau mit angemessener/m Bewegungsqualität, Bewegungsumfang, Bewegungstempo und Bewegungsintensität sowie der Folgerichtigkeit von Einzelhandlungen bzw. der Gesamthandlung demonstriert werden können.

0 Punkte = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist nicht akzeptabel.

1 Punkt = Bewegungsausführung der Technikgrundstruktur ist erkennbar und zufriedenstellend, einzelne Fehler sind akzeptiert.

## 5 Talentförderkonzeption

Die Konzeption der Nachwuchsförderung im DRB und seinen angeschlossenen Landesorganisationen richten sich in der Historie an der Grundsatzerklärung des Deutschen Sportbundes (Frankfurt 1983) "Kinder im Leistungssport", mit der Fortschreibung der "Grundsätze für die Kooperation zur Förderung des Leistungssports" (Duisburg 1989), sowie mit der Grundsatzerklärung des Deutschen Sportbundes "Belastbarkeit und Trainierbarkeit im Kindesalter" (Duisburg 1989).

Orientierung geben ebenfalls die vom DOSB festgeschriebenen "Grundsatzklärungen zum Leistungssport von Kindern und Jugendlichen" in den "Rahmenrichtlinien zur Förderung des Nachwuchsleistungssports 2012" und der inhaltlichen Fortschreibung im "Nachwuchsleistungssportkonzept 2020" des DOSB. Die Konzeptionen für die Talentförderung im bundesdeutschen Leistungssport sowie die darin beschriebenen Erkenntnisse und Defizite sind grundsätzlich auch in den Förderstrukturen des DRB berücksichtigt. Sie sind der bildungs- und sportpolitische Rahmen für Veränderungen in der Nachwuchs- und Talentförderung.

Im DRB müssen jedoch bezüglich der Systematisierung einer Kaderbildung und Talententwicklung sportartspezifische Ergänzungen und Abwandlungen vorgenommen werden, die den regionalen und überregionalen Besonderheiten der Sportart Rechnung tragen.

### 5.1 Altersspezifische Talentförderung

Erfahrungsgemäß müssen sich die Trainingsinhalte der unterschiedlichen Altersgruppen an den Anforderungen im Hochleistungsbereich orientieren. Die Inhalte müssen alters- und entwicklungsbedingte Besonderheiten jeder Altersstufe berücksichtigen, gleichzeitig aber zwingend die Grundlagen für langfristige Leistungsfähigkeit im Erwachsenenalter legen. Das heißt nicht, dass im Kinder- und Jugendtraining ein reduziertes Erwachsenentraining einsetzen soll (Ruch 2012).

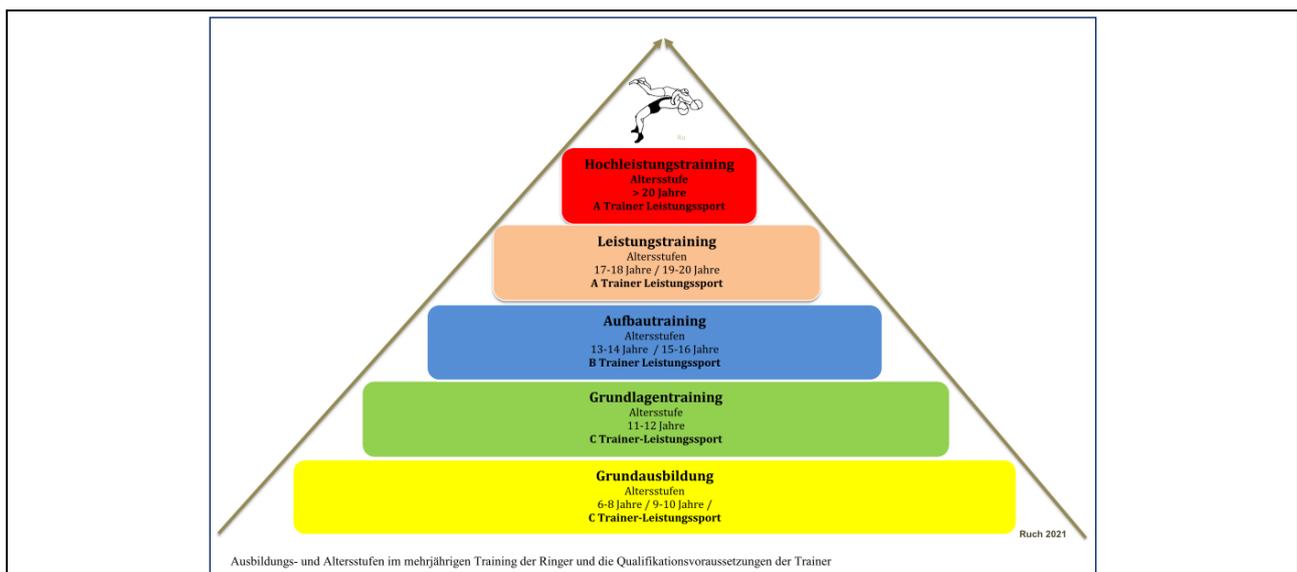


Abb. 19: Ausbildungs- und Altersstufen im mehrjährigen Training der Ringer und die Qualifikationsvoraussetzungen der Trainer (vgl. Ruch 2012)

Die Ausbildungsstufen in der Förder- und Wettkampfstruktur des DRB mit den Ausbildungs-etappen im langfristigen Leistungsaufbau in der Grundausbildung (bis 10 Jahre), dem Grundagentraining (11-12 Jahre), dem Aufbaustraining (13-16 Jahre), dem Leistungstraining/Anschlussstraining (17-20 Jahre), dem Hochleistungstraining (> 20Jahre) sind die grundlegende Orientierung für die Inhaltsgestaltung des Trainings und die Inhalte der Bildungsmaßnahmen. Damit wird eine einheitliche Linienführung erreicht, die auch die notwendigen Kooperationen unter den beteiligten Partnern ermöglicht und die Durchsetzung der "Richtlinienkompetenzen des Spitzenverbandes" unterstützen kann.

## **5.2 Talentförderung auf Landesebene**

Die Nachwuchsförderung erfolgt in den Ringkampfsportvereinen innerhalb der Landesfachverbände. Diese bilden die sportliche Heimstatt der Sportler und sind für die Ausbildung der Nachwuchssportler zuständig. Die Schulung der jungen Sportler in der Grundausbildung (bis zum 10ten Lebensjahr) liegt weitgehend in ihren Händen.

Innerhalb der Landesfachverbände mit der Schwerpunktsportart Ringen werden sehr unterschiedliche Förderstrukturen und Fördervoraussetzungen deutlich die in den Regionalkonzepten, in Kooperation mit dem DRB, beschrieben sind. Die nachfolgenden Schaubilder zeigen die möglichen Organisationsstrukturen der Nachwuchsförderung im Ringen auf Landesebene, die, bei maximaler Ausschöpfung, eine gute Grundlagen für die Talententwicklung darstellen kann. Ähnliche Organisationsstrukturen sind in den meisten Landesfachverbänden zu erkennen.

Die Landesfachverbände sind in ihren Aufgaben und Wahrnehmungen selbständig und autonom. Sie haben jeweils eigene Satzungen mit unterschiedlichen Formulierungen, Differenzierungen und Akzentuierungen der Aufgabenbereiche. Sie sind Mitglied im DRB und bekennen sich zu den Grundsätzen des Amateursportes. Die vom DRB vorgegebenen Richtlinien zum Kampf gegen Doping im Sport werden anerkannt. Ebenfalls akzeptiert sind die Richtlinien zur Werbung im Sport die vom DOSB, DRB oder LSB vorgegeben werden. Sie üben die Sportgerichtsbarkeit aus, falls dies nicht vom DRB geregelt wird. Sie sind in Abstimmung mit dem DRB als Ausbildungsträger verantwortlich für die Aus-, Fort-, und Weiterbildung von Trainern in der ersten Lizenzstufe, und führen auf Landesebene die Bildung der Kampfrichter durch. Sie übernehmen Koordinierungsaufgaben zwischen dem DRB und den Bezirken, Regionen, Kreisen und Vereinen mit der einheitlichen Ausrichtung der Sportart Ringen im DRB. Die bestehenden Satzungen und Ordnungen des Spitzenfachverbandes werden anerkannt. Sie sind verantwortlich für die Schulung der Spitzenathleten, Kaderathleten und Talente (vgl. Satzung Ringerverband Sachsen), die Unterstützung der Bundestrainer wird in den eigenen Verbandsaufgaben formuliert (vgl. Satzung Ringerverband Nordrhein-Westfalen). Sie sind verantwortlich für die Organisation und Durchführung der Einzelmeisterschaften aller Altersgruppen auf Landesebene und der Ligen in den Landesklassen und Regionalklassen.

Die Festlegung von Trainingsinhalten für die unterschiedlichen Altersstufen muss immer mit den regionalen Rahmenbedingungen für die Durchführung von Trainingseinheiten gesehen werden. Im nachfolgenden Abschnitt werden die bestehenden Strukturen angesprochen. Die äußeren Rahmenbedingungen stellen eine wesentliche Rolle für die Organisation und

Durchführung der Trainingseinheiten im Kinder- und Jugendtraining dar. Kinder und Jugendliche können nur in Verbindung mit der schulischen und der beruflichen Ausbildung eine sportliche Laufbahn anstreben.

Die Trainingseinheiten im Verein sind deshalb auf den Nachmittag oder frühen Abend ausgerichtet. Lediglich in besonderen Kooperationen mit ortsansässigen Schulen wird, im außerunterrichtlichen Schulsport, ein Ringertraining durchgeführt. Solche Kooperationen werden in der Regel in der Grundausbildung in Schülersportgemeinschaften, AG´s und in den Talentsichtungsgruppen organisiert, in denen entweder ein entsprechend autorisierter und fortgebildeter Lehrer oder der Trainer eines Vereins den Unterricht bzw. die Trainingseinheit leitet. In einigen Bundesländern bietet die offene Ganztagschule weitere Organisationsmöglichkeiten.

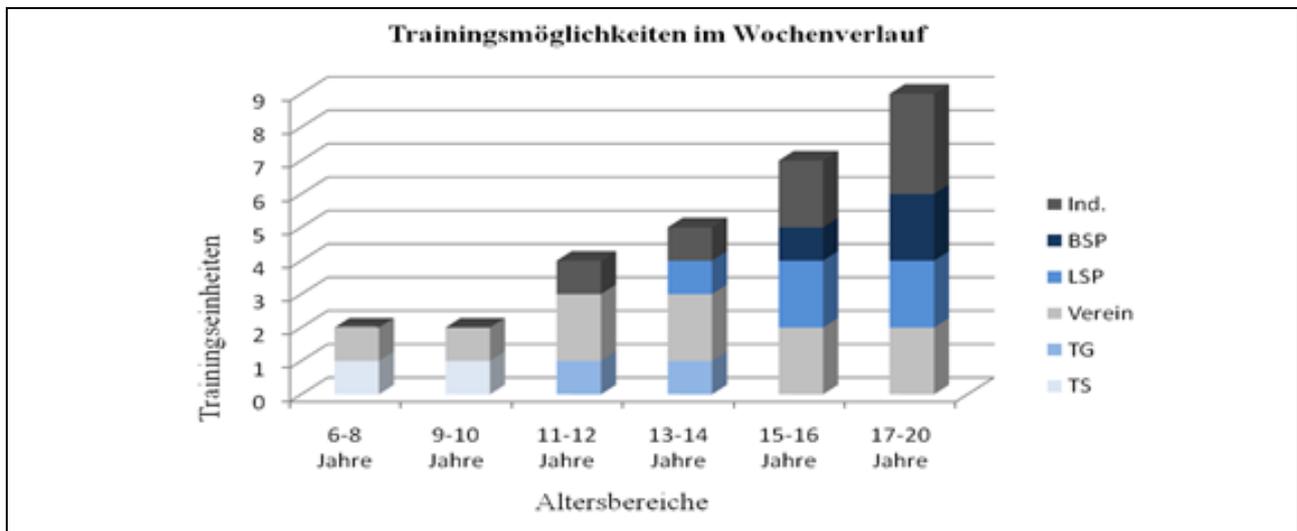


Abb. 8. Organisatorischer Rahmen der Trainingsmöglichkeiten im Wochenverlauf in den verschiedenen Altersbereichen (Ruch 2012)

Die Organisation des Trainingssystems sieht für die Altersgruppe 11-12 Jahre in einem optimalen Wochenverlauf ein zweimaliges Vereinstraining sowie ein 1 - 2maliges Landesstützpunkttraining mit einem Zusatztraining bzw. Individualtraining (Entwicklung der energetisch-konditionellen Fähigkeiten) vor. Das Training in einer Talentgruppe ergänzt das Vereinstraining, wobei Kooperationen mit anderen Vereinen erwünscht sind.

Bei optimaler Ausnutzung der Trainingsmöglichkeiten -dies ist je nach Region unterschiedlich- findet für die Altersgruppen 13-14 Jahre und 15-16 Jahre zweimal in der Woche das Vereinstraining und 1 – 2mal ein Individualtraining sowie ein 1 - 2maliges Landesstützpunkttraining statt.

Damit soll für diese Altersgruppen an 5 bis 6 Tagen in der Woche ein Training organisiert werden. Für die Kader des DRB der Altersgruppe 15-16 Jahre erfolgt zusätzlich das Training am Bundesstützpunkt.

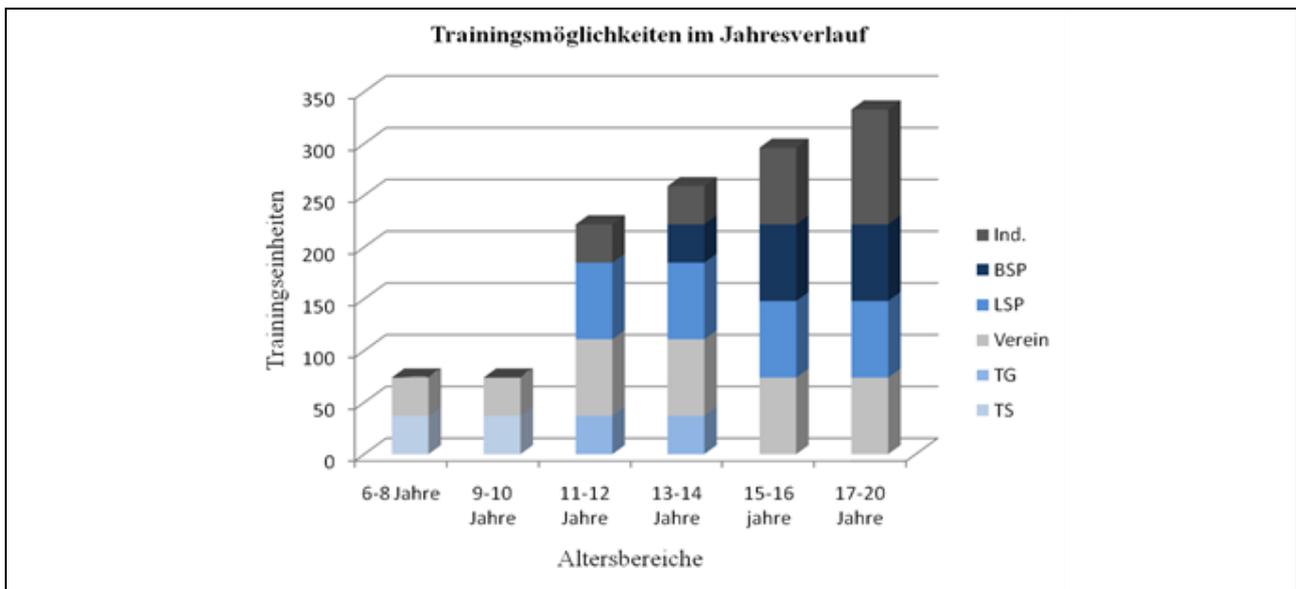


Abb. 9. Organisatorischer Rahmen für Trainingsmöglichkeiten von Nachwuchsringern im Jahresverlauf (Ruch 2012)

Die Auswahl der Athleten, welche am Landesstützpunkttraining teilnehmen dürfen, erfolgt durch den zuständigen Landestrainer. Die Auswahl derjenigen Athleten, welche das Trainingsangebot an einem Bundesstützpunkt nutzen können, wird durch die zuständigen Bundestrainer vorgenommen und durch die Nominierung in den Nationalkader NK2 oder NK1, vorgegeben. Für diese Jugendlichen werden, bei maximaler Ausschöpfung des Trainingsangebotes, an 6 bis 9 Trainingseinheiten in der Woche organisiertes Training angeboten.

Die Jugendlichen, welche die Anforderungen für eine Nominierung in den Bundeskader NK2 oder NK1 nicht erfüllen, werden im Landes-Stützpunkt-Training gefördert. Damit ist für diese Gruppe Jugendlicher in den Landeskadern (LK1 und LK2) ein Trainingsangebot von mindestens 5 bis 7 Trainingseinheiten pro Woche organisiert.

Zusätzlich zu der genannten Verteilung der Trainingseinheiten auf eine Trainingswoche werden zentrale Wochenlehrgänge in den Herbst- bzw. Weihnachtsferien für die Altersgruppen 13-14 Jahre und 15-16 Jahre organisiert. Mit Beginn der Durchführung von Deutschen Meisterschaften in der Altersklasse 13-14 Jahre finden für alle nachfolgenden Altersgruppen Wochenendlehrgänge zur Vorbereitung auf diese Meisterschaften statt. Diese Lehrgangsorganisation ist bis zum Monat Mai eines jeden Jahres abgeschlossen.

Die Trainingsorganisation verbessert sich für die Nachwuchssportler die in eine der besten Einrichtungen in Form von Eliteschulen des Sports oder sportbetonten Schulen mit Internat angemeldet sind. Die Einrichtungen bieten besondere Fördermöglichkeiten für talentierte Nachwuchssportler in schulischer und sportlicher Hinsicht ab dem siebten Schuljahr. Für die Einrichtungen sind die Landesfachverbände in Verbindung mit den Kultusministerien und Landessportbünden zuständig. Die Möglichkeiten der Talentsuche und Förderung der Länder werden in den Regionalkonzepten beschrieben. Die aktualisierten Regionalkonzepte der Landesverbände, die über die Einrichtung eines Bundesstützpunktes verfügen oder in denen der Ringkampf als Schwerpunktsportart anerkannt ist, liegen zur Überprüfung vor. Die Anerkennung der Eliteschulen des Sportes erfolgt über den DOSB in Verbindung mit den Landessportbünden und Kultusministerien.

### **5.3 Talentförderung auf Bundesebene**

Die Sichtung der Nachwuchsringer auf Bundesebene beginnt im zweiten Jahr der Etappe des Aufbautrainings ab dem fünfzehnten Lebensjahr. Nach dem Reglement der UWW erstreckt sich der Altersbereich der Kadetten vom 15. bis 17.ten Lebensjahr (Kap. 4).

Anlässlich von nationalen Wettkampfveranstaltungen mit Beobachtung durch die Bundestrainer werden die Sportler angesprochen und zu Sichtungs- und Schulungslehrgängen eingeladen.

Unter besonderer Beobachtung stehen die Sportler bei den Deutschen Meisterschaften Jugend (B- und A-Jugend) und der Junioren, wobei das Ringkampfabzeichen (RikA) in der Stufe Silber die Voraussetzung zur Teilnahme an den B-Jugendmeisterschaften darstellt. Das aktuelle Leistungsvermögen der Teilnehmer wird analysiert, die Leistungsperspektiven abgeschätzt und die Eignung für internationale Aufgaben überprüft. Nachwuchssportler mit Perspektive werden zu ein bis zwei zentralen Lehrgangmaßnahmen unter Leitung des Bundestrainers eingeladen und erhalten mindestens einen Wettkampfeinsatz bei einem internationalen Turnier oder einer internationalen Meisterschaft. Von den gezeigten Leistungen ist es weitgehend abhängig, ob die Sportler eine Nominierung für die EM (Kadetten) erhalten.

Die Berufung der Sportler in den NK2-Bundeskader erfolgt in der Regel am Ende der Etappe des Aufbautrainings. Neben den nationalen und internationalen Wettkampfleistungen ist das Ringkampfabzeichen (RikA) in der Stufe 2 in Gold eine wesentliche Voraussetzung bei der Kaderbenennung und wird von den Bundestrainern Nachwuchs bei Techniklehrgängen überprüft und abgenommen.

Die systematische und zielgerichtete Förderung durch den Spitzenverband beginnt in der Etappe des Leistungstrainings (17-20 Jahre). In Abhängigkeit von den Finanzmitteln werden die aussichtsreichsten Nachwuchssportler in die Vorbereitung der Junioren auf die internationalen Hauptwettkämpfe EM und WM in Form von mehreren zentralen Wochenlehrgängen und den Besuch von internationalen Turnieren einbezogen. In der Etappe des Leistungstrainings erfolgt, entsprechend der Erfolge und Leistungsperspektive, die Berufung in den NK1 – Bundeskader.

Die Rahmentrainingskonzeption Ringen des DRB gibt die inhaltlichen Richtlinien und Vorgaben für das Nachwuchstraining bis zum Leistungstraining und Hochleistungstraining vor. Für die Bundesstützpunkte und das Hochleistungstraining werden von den Bundestrainern abgestimmte Trainingsprogramme an die Trainer weitergeleitet. Die Planungsunterlagen - Leistungssportentwicklung für das laufende Sportjahr für den Spitzensport werden zu Beginn jeden Jahres an die Trainer der Bundes- und Landesstützpunkte herausgegeben. Seit dem Jahr 2014 werden detaillierte Planungsunterlagen (Leistungssportentwicklung) mit einheitlichen, stilartübergreifenden sowie stilartspezifischen Planungen für Bundesstützpunkt/Landestrainer- sowie Vereinstrainer ausgegeben. Entsprechende Schulungen erfolgen über die Maßnahmen der Aus-, Fort-, und Weiterbildung der Trainer.

### 5.3.1 *Strategische Zusammenarbeit mit den Landesfachverbänden und den Landessportbünden*

- Seit der Einführung von abgestimmten Regionalkonzeptionen in den 90iger Jahren, mit den Kooperationspartnern Spitzenverband, den Landesfachverbänden, den Landessportbünden und weiteren Förderern (z. B. Stiftung Sport NRW), den Olympiastützpunkten und dem DOSB, sind in den Landesfachverbänden gute Entwicklungen der Fördersysteme und deren Strukturierung sichtbar. Bei den sehr unterschiedlichen Auffassungen, politischen Gegebenheiten und regional sehr unterschiedlichen Fördermöglichkeiten zeigen sich einerseits positive Ansätze der Veränderung, andererseits gibt es aber auch Stagnation zu verzeichnen.
- Die Bearbeitung, Betreuung, Erstellung und Abstimmung der Regionalkonzeptionen im DRB werden seit Einführung in den 90iger Jahren durch den DRB begleitet. Diesen Umstand entsprechend können wir auf die Erfahrungen von mindestens fünf Olympiazyklen bei der Erstellung von Regionalkonzeptionen (reg. ZV) als Steuerungsmittel der Sportart Ringen auf Landes- und Bundesebene, nach der politischen Wende und Einheit bis heute, zurückblicken. Neben der online Bearbeitung der Konzeptionen im Internet mit entsprechenden strukturellen Bearbeitungsvorgaben seit dem Jahr 2000 konnten die unterschiedlichen Partner mit den Lese- und Schreibrechten, für alle Partner sichtbar, die Fortschreibung und Veränderung begutachten. Derzeit ersetzen diese Abstimmungsprozesse der Regionalkonzeptionen die Gespräche und Abstimmungen in den regionalen Zielvereinbarungen gemeinsam mit den Landesfachverbänden mit Schwerpunktsportart Ringen. Mit meist ehrenamtlich tätigen Mitarbeiter der Landesfachverbände, erfolgt ein sehr enger und intensiver Austausch unter den Partnern in dem die unterschiedlichen Standpunkte und Möglichkeiten der Förderung deutlich werden. Die Anforderungen und Orientierungen des Spitzenverbandes mit den Leitlinien für die Nachwuchsförderung, der Spitzensportförderung und mit den Ressourcen der Wissenschaft und Bildung, werden auch unter den unterschiedlichen Partnern diskutiert und eingebracht. Ein vertrauensvolles und kooperatives Verhalten in der Kommunikation und Umsetzung geforderter Veränderungen und Entwicklungen muss auch hier vorausgesetzt werden, damit die Richtlinienkompetenzen, insbesondere des Bundesfachverbandes, eingehalten werden kann.

### 5.3.2 *Kooperation mit spitzensportfördernden Vereinen*

Für die Umsetzung einer inhaltlichen Leitlinie innerhalb des "Nachwuchs-Leistungssport-Förderkonzeptes 2024" (Ruch 2024) und der Rahmentrainingskonzeption (Ruch 2012), wie es der Deutsche Ringer-Bund einfordert, muss ein gut strukturiertes und organisiertes Trainingssystem im Verein installiert sein.

Im Entwicklungsbericht von Breuer & Wickler. (2007/2008). "Analyse zur Situation der Sportvereine in Deutschland. Leistungssport und Hochleistungssport im Sportverein", wird darauf hingewiesen, dass Sportvereine mit Kaderathleten durchweg häufiger Kooperationen mit anderen Sportvereinen, Schulen, Kindergärten, Wirtschaftsunternehmen und kommerziellen Anbietern eingehen.

Nach unseren Erfahrungen bieten diese Vereine mit Kaderathleten und den aufgeführten Kooperationen neue Chancen für die Sportart Ringen. Diese Vereine sind in der Trainerstruktur quantitativ und qualitativ besser ausgestattet. Mit dem intensiven Informationsaustausch innerhalb der Traineraus-, Fort-, und Weiterbildungsmaßnahmen des DRB, den Trainertagungen und ggf. Hospitationen der Trainer anlässlich zentraler und dezentraler Lehrgänge (Land und Bund) und nationaler sowie internationaler Turniere mit den Bundestrainern besteht ein intensiver Austausch mit den Trainern der Vereine und dem DRB in dem ein einheitliches Meinungsbildung der Förderung und die gewünschte gemeinsame "Trainer Philosophie" entstehen. Es werden regelmäßig die vom DRB anvisierten Entwicklungen in der Nachwuchsförderung und dem Spitzensport diskutiert und verbindliche Vereinbarungen festgelegt. Diese Trainer können während der Personal- und Finanzplanungen der Bundesligamannschaften, der Aufstellung der Mannschaften zu den einzelnen Kämpfen, der Abstimmung von Trainingsinhalten eingesetzter Nationalkader u.v.m., auch die langfristigen Perspektiven der Spitzenkader des DRB mitberücksichtigen. Sie können im Nachwuchsförderkonzept des Vereines den kontinuierlichen Entwicklungsprozess für die Nachwuchssathleten absichern und sind wichtige Ansprechpartner und Multiplikatoren für Belange des DRB.

Die erfolgreiche Umsetzung unserer Trainingskonzepte im Nachwuchs- und Spitzensport, erfordert den Einsatz von kooperativen und qualifizierten Trainern in den Vereinen, den Landesfachverbänden, und den Landes- und Bundesstützpunkten. Die Forderung nach dem verstärkten Einsatz von qualifizierten Trainern in der 1. und 2. Bundesliga, gemeint sind diejenigen Trainer die an der Matte während der Bundesligakämpfe tätig werden, ist für den DRB sehr wichtig. Zur Umsetzung der Richtlinienkompetenzen des Spitzenfachverbandes und weiteren Qualitätssteigerung wird im DRB angedacht, im Rahmen eines Lizenzierungsverfahrens für Bundesligavereine der 1. und 2. Bundesliga, Richtlinien zu erlassen. Diese Richtlinien beziehen sich u. a. auf die Forderung einer nachgewiesenen Förderstruktur für den Nachwuchsleistungssport im Verein und Vorgaben für die Trainerqualifikationen.

### *5.3.3 Trainings- und Lehrgangsprogramme*

Der DRB verfolgt mit seinen Bildungsmaßnahmen seit 2009, in enger Kooperation mit den Landesorganisationen, eine sehr intensive Ausbildungsoffensive für die Profile Trainer A, B und C-Leistungssport (siehe Anhang A). Wichtig für den DRB ist die qualitativ hochwertige Aus-, Fort-, und Weiterbildung nicht nur um den Anforderungen des DOSB gerecht zu werden, sondern auch um sicherzustellen, dass die Trainer einen einheitlichen qualitativ hochwertigen Lizenzabschluss erhalten können. Wir wollen möglichst viele ambitionierte Mitarbeiter der Vereine für die Trainerausbildung im DRB gewinnen und wollen ihnen eine hohe Ausbildungsqualität anbieten und sicherstellen.

Die Verantwortlichen im DRB sind überzeugt davon, dass nur gut ausgebildete Trainer die ihnen anvertrauten Kinder und Jugendlichen nachhaltig in die Sportart Ringen überführen, sie begeistern und fachgerecht ausbilden können. Nur so können wir aber auch die Eltern und Verwandten etc. nachhaltig von unserer Sportart überzeugen. Viele dieser Eltern und Verwandten können auch im Umfeld unserer Vereine tätig werden und wichtige Aufgaben

übernehmen. Nur mit einer hohen Qualität in der Lehre und Bildung können wir uns auch von den anderen Sportarten, insbesondere auch den Kampfsportarten, abgrenzen.

Die Verantwortlichen im DRB sind überzeugt davon, dass nur durch ein qualitativ hochwertiges Training, insbesondere für den Kinder- und Jugendbereich, eine nachhaltige Verbindung der Kinder/Jugendlichen zur Sportart Ringen entstehen kann. Unser primäres Ziel ist es die Leistungspyramide innerhalb der vom DRB ausgewiesenen Ausbildungsetappen zu verbessern, damit eine größere Anzahl von Athleten/Innen den Weg in den Spitzensport finden können.

Auch für alle Maßnahmen der Trainerbildung im Breitensport im Bereich Kinder und Jugendliche müssen mit hoher Qualitätsansprüchen organisiert und durchgeführt werden, damit Kinder und Jugendliche die sich nicht (oder nicht direkt) für den Leistungssport Ringen entscheiden zu einem späteren Zeitpunkt den Weg in den Leistungssport finden können.

Selten war das Interesse in der Öffentlichkeit an der Sportart Ringen so groß und es ist beachtlich, dass den Ringern "integrativen Kraft", "Wertschätzung", "Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstbeherrschung", "Aggressionskontrolle" und vieles andere in der Vermittlung von Werten im Lehr- und Lernprozess zugeschrieben werden. So wird Ringen im Breiten- und Schulsport eine wichtige Stellung einnehmen und trägt aufgrund seiner Affinität bei verschiedenen Zuwanderungsgruppen maßgeblich zur Integration bei! Damit wird auch deutlich, dass wir einen hohen Qualitätsstandard in der Ausbildung der Kinder und Jugendlichen niemals aus den Augen verlieren dürfen.

Im Breitensport möchten wir uns zunächst auf den Bereich „Grundausbildung und Grundlagentraining –Breitensport“ konzentrieren und unser Interesse auf diese Möglichkeit für die Förderung hinweisen. Damit werden die Kinder und Jugendlichen angesprochen die sich noch nicht für eine Sportart entschieden haben. Wir möchten Kinder und Jugendliche an die Sportart Ringen heranzuführen und sie nachhaltig für die Sportart interessieren. Aus dieser Gruppe von interessierten Kindern und Jugendlichen erhoffen wir uns einen weiteren Zulauf in unser System der etappenspezifischen Ausbildung bis zum Leistungssport.

Der Deutsche Ringer-Bund e. V. hat innerhalb der Bildungskommission in den vergangenen Jahren eigene Vorstellungen für ein modernes Kinder- und Jugendtraining im Ringen entwickelt. Es werden neue Lehr-, Lern- und Erziehungsmethoden integriert und für die praktische Umsetzung auch die Eigenverantwortlichkeit der jungen Ringerinnen und Ringer gefördert. Die Mädchen und Jungen können eine zunehmend aktive Rolle in der Vorbereitung und Durchführung von Ringkampfstunden oder Trainingseinheiten einnehmen.

Neu wird die Überprüfungsmöglichkeit der Trainingsinhalte in der Grundausbildung, dem Grundlagentraining und dem Aufbautraining mit der Abnahme der Wieselabzeichen -Grundlagen und Techniken für die Jüngsten (Breitensport) und der Abnahme der Ringkampf-Abzeichen RikA in Bronze, Silber und Gold (Leistungssport) in Kooperation mit den Landesfachverbänden. Auch hier wird von den am Trainingssystem beteiligten Trainer eine große Kooperation mit der Landesorganisation und dem DRB vorausgesetzt. Die am System beteiligten Trainer sollen die entsprechenden qualifizierten Prüfernachweise für das RikA in den einzelnen Stufen nachweisen. Damit wird gewährleistet, dass die inhaltliche Linienführung gerade in der Grundausbildung, dem Grundlagentraining und dem Aufbautraining das Erlernen der Ringkampftechniken als einer der Haupttrainingsschwerpunkte im Vordergrund steht.

Mit der Bereitstellung von neuen Lehr- und Ausbildungsmaterialien für die Trainer und Betreuer und der Absicht der Einführung einer Techniküberprüfung mit dem Ringkampf-Abzeichen hat sich der Deutsche Ringer-Bund auch erfolgreich für eine Mittelbewilligung beim Innovationsfond Breitensport/Sportentwicklung des DOSB 2014/2015, beworben.

#### 5.3.4 Richtlinienkompetenz des Spitzenverbandes

- Mithilfe der Konzepte der Nachwuchsförderung im Spitzenverband u.a.:
- Nachwuchsleistungssport-Förderkonzeption 2024
- Rahmentrainingskonzeption
- DRB Testkonzeption
- Bundestrainer Planungskonzeptionen und Rahmentrainingspläne
- Kaderrichtlinien und Nominierungskriterien
- Ausbildungskonzeption
- Breitensportkonzeption
- sind die grundlegenden Orientierungen für die Nachwuchsförderung in den Landesfachverbänden und dem Spitzenverband aufgestellt worden. Weitere Lehr- Lern- und Arbeitsmaterialien wurden in der Zeit von 2012 bis 2023 neu erstellt und für alle Trainer und Betreuer bereitgestellt (siehe Anhang B).
- Vor diesem Hintergrund wird die Richtlinienkompetenz der Spitzenverbände für das zentrale Lehrgangs- und Heimtraining ausdrücklich bestätigt.“ (DOSB, 2009, S.10)
- Folgende Möglichkeiten haben die Spitzenverbände steuernd auf die Leistungsentwicklung einzuwirken
- (<http://www.osp-rheinland.de/newsletter-ausgabe/detail/leistungssport-steuerung-in-deutschland-zwischen-anspruch-und-wirklichkeit.html>):
  - a) Einsatz und Aufgaben des hauptamtlichen Personals (Bundestrainer und Stützpunkttraining)
  - b) Nominierung und Bezuschussung von Bundesstützpunkten inkl. der Bauunterhaltung
  - c) Nominierung für Nationalkader
  - d) Absicherung der dualen Karriere (BW, Polizei, Sporthilfeförderleistung etc.)
- Der inhaltliche Abstimmungs-Prozess der Trainings- und Lehrgangsprogramme erfolgt in disziplinspezifischen und disziplinübergreifenden Trainertagungen und speziellen dafür vorgesehenen Bildungsmaßnahmen des DRB, wobei ein intensives und kooperatives Verhalten der Partner vorausgesetzt und in den regionalen Zielvereinbarungen festgelegt wird. Mit diesem Prozess der Zusammenarbeit und Kooperation aller Trainer im System erfolgt die direkte und abgestimmte Umsetzung der Richtlinienkompetenzen des DRB.

### 5.3.5 Verantwortlicher im Spitzenverband

Leitlinie für die Nachwuchsförderung im Deutschen-Ringer-Bund und seinen Landesfachverbänden ist die Rahmentrainingskonzeption (Ruch, L. (2012). *Leistungstraining Sport – Ringen. Kinder und Jugendliche im Leistungssport*. Band 12. 3. korrigierte und erweiterte Auflage. Wiebelsheim. Limpert Verlag). Mit einer ständigen Aktualisierung der Rahmentrainingskonzeption, der Nachwuchsleistungssport Förderkonzept 2024 Ringen, der DRB Testkonzeption, den DRB-Kaderkriterien und Kader-Nominierungskriterien etc. erfolgen die notwendigen Abstimmungen innerhalb des Leistungssport-Personals im DRB als Verantwortliche für die Konzepte der Nachwuchsförderung im Spitzenverband um notwendige Abstimmungen mit den LFV vorzunehmen.

Es wird deutlich, dass es besonders hilfreich ist, wenn sich der Trainingsaufbau und das Wettkampfsystem auf eine stabile Grundmethodik des Leistungsaufbaus in der Sportart Ringen stützen kann, die eine wiederholbare Leistungsentwicklung mit verschiedenen Sportlern bis in den internationalen Spitzenbereich ausweisen kann, ohne die Forderungen nach alters- und entwicklungsgemäßer Inhaltsgestaltung für die verschiedenen Altersgruppen zu vernachlässigen. Eine solche Grundmethodik beinhaltet unter anderem die wesentlichen Trainingsbereiche, ihre Relationen zueinander, die Belastung und Wiederherstellung des Sportlers, eine Zyklisierung der unmittelbaren Wettkampfvorbereitung und das Wettkampfsystem mit einer langfristigen, mittelfristigen und kurzfristigen Leistungssteuerung (Ruch 2012).

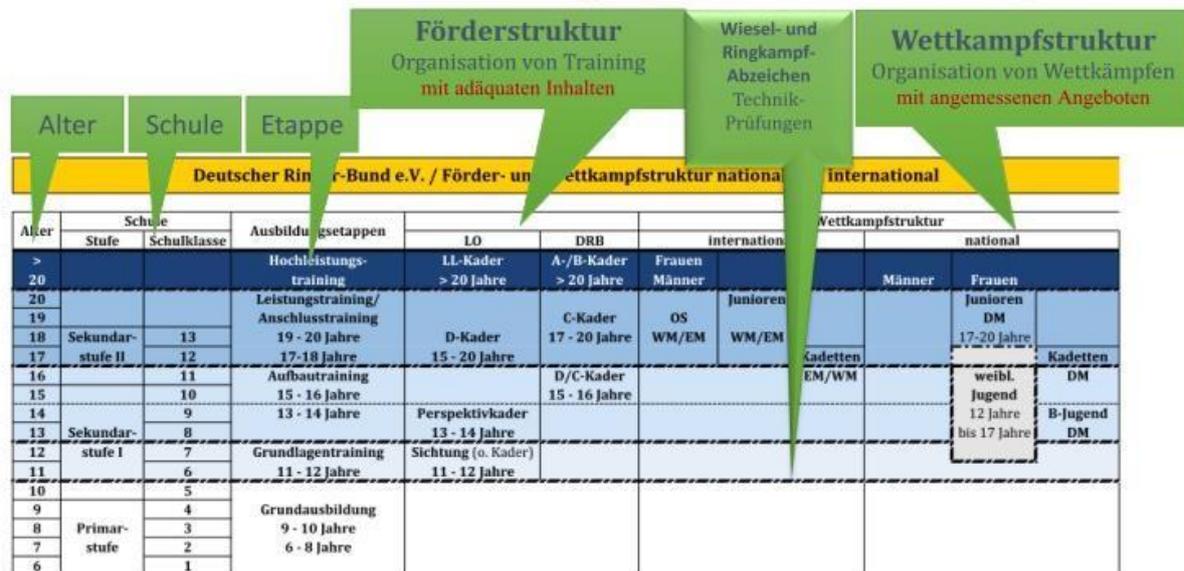
Für die Förderkonzeptionen der langfristigen, mittelfristigen und kurzfristigen Planungen der Nationalmannschaften der unterschiedlichen Stilarten, Disziplinen und Altersgruppen sind der Sportdirektor und die entsprechenden den Disziplinen und Altersstufen zugeordneten Bundestrainer verantwortlich. Sie kooperieren auch mit den für die Landesfachverbände zuständigen Heim- und Stützpunkttrainer.

### 5.3.6 Die Förder- und Wettkampfstruktur im DRB (Organisation von Training und Wettkämpfen aller Altersstufen und Disziplinen)

Die Nachwuchssichtung und Förderung beginnt in den Talentsichtungs- und Fördergruppen innerhalb der Vereine und Landesfachverbände. Diese bilden die sportliche „Heimstatt“ der jungen Sportler und sind für die Ausbildung der Nachwuchssportler zuständig. Die Schulung der jungen Sportler in der Grundausbildung (bis zum 10.ten Lebensjahr) liegt weitgehend in ihren Händen der Vereinstrainer.

## Darstellung der Förder- und Wettkampfstruktur Talentsichtung und -entwicklung

### Nachwuchsleistungssport-Förderkonzept



Ruch (2012). Die Förder- und Wettkampfstruktur national

Abb. 10. Förder- und Wettkampfstruktur national und international auf einen Blick / Zusammenhang der Förder- und Wettkampfstruktur -Technik Prüfungen (Ruch (2015))

Innerhalb der Landesfachverbände mit der Schwerpunktsportart Ringen werden sehr unterschiedliche Förderstrukturen und Fördervoraussetzungen deutlich die in den Regionalkonzepten (Regionale Zielvereinbarungen), in Kooperation mit dem DRB beschrieben sind.

Die Festlegung von Trainingsinhalten für die unterschiedlichen Altersstufen muss immer mit den regionalen Rahmenbedingungen des Vereins und des Landesfachverbandes für die Organisation und Durchführung von Trainingseinheiten gesehen werden

Das Wettkampfsystem und das Trainingssystem, aber auch das gesamte Fördersystem, steht untrennbar miteinander in Verbindung. Auf nationaler Ebene, im Zuständigkeitsbereich des DRB und der Landesfachverbände, wird eine Vielzahl von Einzelmeisterschaften für die unterschiedlichen Altersstufen im Ringen, für den männlichen und weiblichen Bereich, organisiert.

Ebenso werden Mannschaftswettkämpfe im Ligasystem der Männer und spezielle Mannschaftswettbewerbe der Jugend organisiert und durchgeführt. Die Mannschaftskämpfe werden in verschiedene Leistungsklassen (z. B. Bezirks-, Landes-, Verbands-, Ober-, Regionalliga) bis zur 2. und 1. Bundesliga unterteilt.

# Nachwuchs-Förderkonzepte im Leistungssport Ringen

Argumente für die Kinder und Jugendlichen, sowie Eltern, Lehrer, Trainer und Funktionäre u.a. :

- Orientierung
- Struktur
- Planungsgrundlagen
- Richtlinie und Leitbild
- Sicherheit
- Vertrauen
- Motivation
- Anleitungen zur Selbstorganisation
- Ansätze zum dualen Karrieremanagement



Ruch, L. (2017). Netzwerk NW Entwicklung und Förderstrukturen / Ziele und Orientierungen

Abb. 11. Argumente für die Erstellung einer Förder- und Wettkampfstruktur im Ringen im Verein und in den LFV (Ruch, 2015)

Die äußeren Rahmenbedingungen stellen eine wesentliche Rolle für die Organisation und Durchführung der Trainingseinheiten im Kinder- und Jugendtraining dar. Kinder und Jugendliche können nur in Verbindung mit der schulischen und der beruflichen Ausbildung eine sportliche Laufbahn anstreben.

Dabei ist ein organisatorischer Rahmen der Trainingseinheiten im Wochenverlauf (Standard-Wochenplan), ausgefertigt für die unterschiedlichen Altersgruppen besonders hilfreich, den Kindern und Jugendlichen eine Orientierung zu geben. Es macht daher sicher Sinn für jeden einzelnen Ringer, insbesondere im Kindes- und Jugendalter, einen Standard Wochentrainingsplan anzulegen und mit dem Trainer, den Eltern etc. abzustimmen.

Meine Wochenplanung 20..... Name: \_\_\_\_\_

Urzeit	Montag	Diensag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag

Mit deinem Wochenplan erhältst du die Orientierung für dein Training in der Woche. Du kannst dich mit diesem Plan besser orientieren. Stimme dein Training im Wochenverlauf mit deinem Trainer gemeinsam ab!

**Standard-Wochenplan u.a.:**

- Eintrag der Trainingsstunden im Verein und/oder in Kooperation Schule und Verein
- Eintrag Training des LFV bzw. Stützpunkttraining
- Eintrag des Individualtraining
- Eintrag anderer Termine (z.B. Förderunterricht, Nachhilfe)

Nicht nur ein organisatorischer Rahmen bezüglich der Trainingseinheiten im Wochenverlauf (Standard-Wochenplan) ist zur Orientierung für die Kinder und Jugendlichen für alle unterschiedlichen Altersgruppen besonders hilfreich. Gemeinsam mit dem Trainer und den Eltern ist es bedeutsam für jeden einzelnen Ringer, insbesondere im Kindes- und Jugendalter, einen Jahrestrainings- und Wettkampfplan anzulegen und abzustimmen.

Auf nationaler Ebene werden Wettkampfveranstaltungen für alle Altersklassen mit den entsprechenden Gewichtsklassen angeboten. Die Wettbewerbe werden in Kreis-, Bezirks-, Landes- und Deutsche Meisterschaften unterschieden. Neben den Einzelmeisterschaften werden auch Vergleichskämpfe von Vereinsmannschaften durchgeführt (vgl. Ruch, L. (2012) RTK. Leistungstraining Sport -Ringen).

***Einer Teilnahme bei Regelwettkämpfen sollte nur zugestimmt werden, wenn...***

- ❶...eine regelmäßige Teilnahme an den Übungsstunden die im Wochenplan ausgewiesen sind (Empfehlung: nicht weniger als zwei Jahre ununterbrochener Teilnahme).
- ❷...die Regeln für den Wettkampf dieser Altersgruppe bekannt sind und angewendet bzw. umgesetzt werden können. Diese Voraussetzungen müssen im Training geschaffen und nachgewiesen werden.
- ❸...die Einschätzung vorliegt, dass die Teilnahme am Wettkampf die weitere Entwicklung positiv beeinflussen kann (adäquate psychische Verarbeitung von Sieg und Niederlage).
- ❹...die Entwicklung der technisch-koordinativen Leistungsfähigkeit (Grundlagen und Koordination) und der technisch-taktischen Leistungsfähigkeit (kann eine angemessene Anzahl an Angriffstechniken demonstrieren) entsprechend dem Alter fortgeschritten ist.
- ❺...eine entsprechende Anzahl von Grundtechniken und Angriffstechniken aus den Technikkatalogen (Ringkampf-Abzeichen Rika) im Training nachgewiesen und mit den Rika Abzeichen (Bronze, Silber und Gold) belegt werden.

***5.3.7 Netzwerke in der Nachwuchsförderung von der Grundausbildung bis zum Leistungstraining***

In den nachfolgenden Abbildungen werden neben der Organisation des Trainings im Wochen- und Jahresverlauf auch die notwendigen Strukturen aufgezeigt die sich von einer Ausbildungsetappe zur nächsten bis zum Hochleistungstraining in Bezug auf die

Betreuungs- und Betreueranforderungen immer weiter ausdifferenzieren müssen. Letztendlich muss ein Netzwerk -Nachwuchsentwicklung mit Förderstruktur in der jeweiligen Ausbildungsstufe alle agierenden Personen (Trainer, Funktionäre, Eltern, Schule u.v.m.) miteinander vernetzen um die Weiterentwicklung der Nachwuchssportler zu gewährleisten.

Dabei ist die duale Karriereplanung ein wichtiges Förderinstrument um AthletenInnen langfristig im System zu halten.



Abb. 13. Netzwerk-Nachwuchsentwicklung mit Förderstruktur in der Grundausbildung und dem Grundlagentraining (Ruch, 2018)



Abb. 14. Netzwerk -Nachwuchsentwicklung mit Förderstruktur im Aufbautraining (Ruch, 2018)



Abb. 15. Netzwerk -Nachwuchsentwicklung mit Förderstruktur im Leistungstraining (Ruch, 2018)

## **6 Talenttransfer**

Die Möglichkeit eines Quereinstiegs (Talenttransfer) in die Sportart Ringen ist wegen der Komplexität und den hohen Anforderungen zwar schwierig aber als Ergänzung zum langfristigen Leistungsaufbau durchaus eine Perspektive.

Transfer von Talenten aus anderen Sportarten (z.B. Judo) können eine Ergänzung zum Modell des langfristigen Leistungsaufbaus darstellen. Der Wechsel talentierter Athleten in bewegungsverwandte Sportarten innerhalb des deutschen Leistungssportsystems wird zwar nicht behindert, eine systematische Koordinierung erfährt er aber nicht.

Mit den entsprechenden Angeboten und Inhalten können Athleten einen Transfer in die Sportart Ringen schaffen, wenn sie die in den einzelnen Ausbildungsetappen erforderlichen Anforderungen „nacharbeiten“. In allen Landesfachverbänden bestehen die strukturellen und inhaltlichen Möglichkeiten einen Transfer Athleten in die Sportart Ringen entsprechend gewährleisten werden kann (siehe hierzu auch die Rahmentrainingskonzeption Ringen und Angaben zu den regionalen Zielvereinbarungen Ringen 2024).

## **7 Lehr- und Lernmaterialien sowie Orientierungen für den Nachwuchsleistungssport**

Einem Nachwuchstrainer sind die „kompliziertesten Geschöpfe“ anvertraut, die es gibt: sich geistig und körperlich außerordentlich rasch und unterschiedlich entwickelnde Kinder und Jugendliche. Und deshalb ist auch die Aufgabe, die der Nachwuchstrainer zu lösen hat, so überaus komplex. Er soll über möglichst fundiertes und anwendungsfähiges Wissen und Können verfügen, um jedes Kind, seine meist sehr individuellen und von den anderen unterschiedlichen körperlichen, geistigen, sozialen und motivationalen Voraussetzungen beachtend, optimal auszubilden.

All das fordert von den Nachwuchstrainern Sachverstand, die Fähigkeit und die Bereitschaft, um auf die damit verbundenen weitreichenden Änderungen im Verständnis von Talenterkennung und Talentausbildung zu reagieren.

Um dieses Grundkonzept und die darauf basierenden, alters- und entwicklungsangemessenen Lehr- und Lernmethoden zur Wirkung zu bringen, bedarf es dafür ausgebildeter Nachwuchstrainer und unterstützende Lehr- und Lernmittel.



Abb. 16. Ringkampfliteratur für u.a. die Trainer, Betreuer, Eltern, den Kindern und Jugendlichen; Lehr- und Lernmaterialien für die Trainerqualifizierung (Ruch, 2019)

Handlungskompetenz als Erziehungs- und Bildungsziel ist auf ganzheitliches und aktives Lernen und Trainieren gerichtet und verknüpft Verhalten, Wissen und Können in Bezug auf erfolgreiches Handeln. Handlungskompetenz schließt Selbstkompetenz und Sozialkompetenz ein und wird als Basis für engagierte und motivierte Eigenaktivität und Einübung demokratischer und fairer Verhaltensweisen verstanden („mündiger Athlet“). Zu deren Ausbildung empfiehlt es sich, den psychologisch-tätigkeitsorientierten Ansatz der Theorie der Lerntätigkeit auf Trainingsprozesse zu übertragen, weil es damit gelingt, von der genetischen Konstitution ausgehend, das eigene Handeln und Selbstwertgefühl der jungen Sportler auszubilden und die Einordnung in die soziale Umwelt zu fördern.

Die Nachwuchstrainer im Ringen lernen bei der Lizenzausbildung und an der Trainerakademie, die Erkenntnisse der pädagogischen Psychologie zur Lerntätigkeit auf die sportartspezifischen Lern- und Trainingsprozesse bei Kindern und Jugendlichen schöpferisch zu übertragen.

Sie erkennen den Zusammenhang zwischen pädagogischer Führung und Selbstständigkeit und werden überzeugt, dass sich auch das sportartspezifische Nachwuchstraining im Ringkampfsport der gesamtgesellschaftlichen Entwicklung stellen muss.

Die Trainer begreifen, dass das Erlernen einer Sportart und das Trainieren in ihr intensive und aktive Auseinandersetzung eines lernenden Subjekts mit den Lern- und Trainingsgegenständen und -bedingungen ist und lernen, Kindersportbücher und andere Lernmittel gezielt in das Nachwuchstraining ihrer Sportarten einzubeziehen. Zum Selbststudium stehen Lehrmaterialien zur Verfügung, die neben grundsätzlichen Hinweisen zu Lehr-, Lern- und Erziehungsmethoden vielfältige Anregungen und praktische Beispiele enthalten, zum Wechselverhältnis von pädagogischer Führung und Selbstständigkeit, zur Förderung der Zielbildung, der Motivation sowie zur Selbstkontrolle und Selbstbewertung.

Inhalt und Qualität einer Tätigkeit werden vorrangig durch ihre Motive und Sinnbezüge bestimmt. Ohne gegenstandsbezogene Motive ist aktive, bewusste Lerntätigkeit nicht möglich. Lernen braucht „Sinn“. Deshalb kann Lerntätigkeit nicht einfach gefordert oder gar erzwungen werden. Lernmotive entstehen, wenn Lerngegenstand und -situation so gestaltet werden, dass sie für die Lernenden Persönlichkeitssinn gewinnen. Für besonders begabte Athleten ist charakteristisch, dass sie eigene, innovative Wege suchen und gehen. Ihre Ich-Identität finden sie nicht in der Nachahmung, sondern in einer konzentrierten Individualität und gesteigerten Selbstreflexion. Sie beschreiben sich als aktiv, ehrgeizig, individuell, fleißig. Lern- und Trainingsresultate kommen nicht dadurch zustande, dass auf den Lernenden „eingewirkt“ wird, sondern umgekehrt dadurch, dass sich der Lernende und Trainierende mit seiner Sportart und mit sich selbst aktiv auseinandersetzt. So werden Voraussetzungen geschaffen, damit die Kinder und Jugendliche schrittweise über ihr Lernen, Üben und Trainieren nachdenken, erworbenen Wissen mit eigenen Erfahrungen verknüpfen, ihre Bewegungen, Handlungen und letztlich ihr Verhalten kontrollieren und bewerten können. Eine so verstandene Handlungs- bzw. Eigenkompetenz ist Grundvoraussetzung für sinngelitetes, komplexes Handeln in den Sportarten, für ein talentausprägendes Training und den angestrebten „mündigen Athleten“.

Die Wirkung der Arbeit mit den „Kinder-Ringerbüchern“ äußert sich in einer veränderten Handlungskompetenz der Kinder und Jugendlichen, insbesondere in verbessertem sportbezogenen Wissen und Können sowie in veränderten Einstellungs- und Verhaltensqualitäten beim Sporttreiben.

Vielseitiges und erziehungswirksames Anfänger- und Nachwuchstraining, das den Kindern genügend Handlungsfreiräume lässt, hat positive Rückwirkungen auf die Gesamtheit der Entwicklungsprozesse der Kinder.

Es verbessert die spezifischen und allgemeinen Lernvoraussetzungen ebenso wie es positive spezielle und allgemeine muskuläre und motorische Anpassungsreaktionen hervorruft. Es schafft und befriedigt Bedürfnisse, Anpassungsbereitschaft und -fähigkeit und den Drang nach Selbstständigkeit und Selbsterfahrung.

Auf der Grundlage der inhaltlichen Linienführung der Ausbildungsinhalte für die Kinder und Jugendlichen im Leistungssport – Ringen sind die Technikkataloge für Angriffshandlungen in der Grundausbildung, dem Grundlagentraining und dem Aufbaustraining, mit insgesamt 136 Grundtechniken im Stand- und Bodenkampf, in dem neuen Buchprojekt **„Die Techniken im Ringen“** (Ruch, L. / Kühn, J. / Scheibe, J. / Zamanduridis, J.) erschienen.

## 8 Duale Karriere Management

Die duale Förderung und das Karrieremanagement im Ringen beginnt bereits auf der untersten Ebene (Vereinsförderung) in der Grundausbildung bis zum Hochleistungstraining (regionale Förderung; LfV, LSB etc. sowie DRB). Gerade in Bezug auf eine leistungssportorientierte Leistungssportkarriereplanung der Bundeskaderathleten (Beginnend ab NK2) werden regelmäßige Angebote (z.B. Workshops und Infoveranstaltungen bei zentralen Lehrgangmaßnahmen) unter der Leitung und Federführung der Bildungsreferentin im DRB durchgeführt. Eine enge Verzahnung mit der Laufbahnberatung an den OSP's ist hier gängige und angewandte Praxis. Ebenso die Karriereplanungsgespräche der Bundestrainer Nachwuchs in Abstimmung mit der Leistungssportreferentin.

In dem DRB-Konzept zur dualen Karriere werden notwendige Netzwerkstrukturen für die jeweiligen Ausbildungsetappen beschrieben (Betreuungs- und Betreuerstrukturen) in denen notwendige Maßnahmen des Karrieremanagements einsetzen müssen.

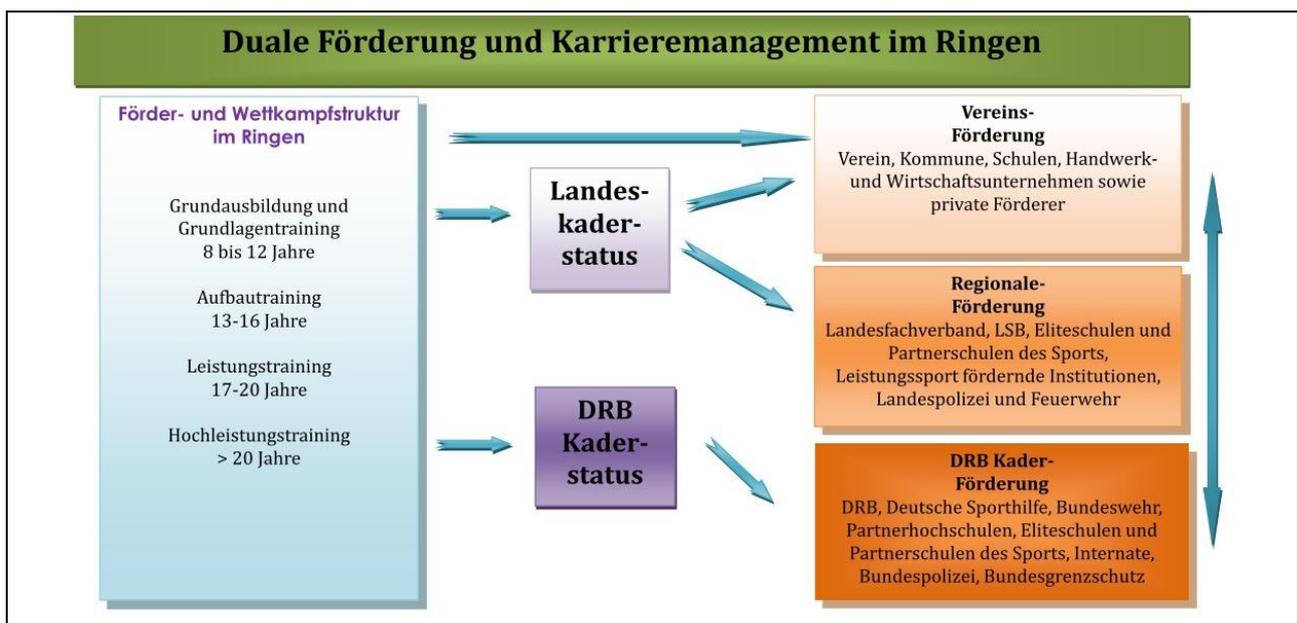


Abb. 17. Duale Förderung und Karrieremanagement im Ringen von der Grundausbildung bis zum Hochleistungstraining auf unterschiedlichen Ebenen (Ruch, 2017)

„Aus der Praxis für die Praxis“ werden Projekte initiiert, die einen praktischen Nutzen für die Sportart haben müssen. Dabei sind grundlegende Überlegungen wichtig, wie z. B. inwieweit Untersuchungsergebnisse aus wissenschaftlichen Arbeiten bzw. Forschungsergebnisse, Studienarbeiten und Bachelorarbeiten relevant für die Trainingspraxis im Ringen sind oder inwieweit praxisrelevante Probleme zu wissenschaftlichen und anderen Lösungsverfahren führen können.

Die Initiierung von Projekten mit praxisbezogenen Fragestellungen und die Übertragung von allgemeingültigen Modellen der Sportwissenschaft auf die Sportart Ringen mit den „neuesten Erkenntnissen der Wissenschaft“ wird weiterverfolgt.

Erfahrungsgemäß werden diese Inhalte und Erkenntnisse auch in Diplomarbeiten, Studienarbeiten und/oder anderen wissenschaftlichen Arbeiten gesichtet und verwertet. Sie dienen aber auch als Grundlage für die Inhaltsgestaltung einzelner Module der Traineraus- und Weiterbildung im Deutschen Ringer-Bund. Derzeit sind einige wissenschaftliche Arbeiten in Kooperation mit der Trainerakademie Köln und den vom DRB zu betreuenden Studenten angelaufen.

## 9 Literatur

- Barth, K. & Ruch, L. (2012). *Ich lerne Ringen*. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Barth, K. & Ruch, L. (2012). *Ich trainiere Ringen*. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Barth, B. & Ruch, L. (2013). *Ringen – Modernes Nachwuchstraining*. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Barth, B. (1988). „Anforderungsstruktur“ und „Leistungsstruktur“ – Überlegungen aus der Sicht der Zweikampfsportarten. *Wissenschaftliche Zeitschrift der DHfK*, 29, (2), S. 58-69. Leipzig.
- Brach, M. & Vollbrecht, L. (2011). *Sport ist Spitze – Talentsuche und Talenförderung in Nordrhein-Westfalen*. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Deutscher Olympischer Sportbund DOSB. (2005). Rahmenrichtlinien für Qualifizierung im Bereich des DOSB, Frankfurt.
- Deutscher Olympischer Sportbund DOSB. (2013). *Nachwuchsleistungssportkonzept 2020 – Version 0.5.1*, Frankfurt.
- Deutscher Ringer-Bund (2009; Fortschreibung 2017). *Ausbildungskonzeption*. Aus- und Weiterbildung für Trainer. Dortmund.
- Deutscher Ringer-Bund (2018). *Ausbildungskonzeption* (Anlage zur Ausbildungskonzeption Ringen). Ausbildungsgang zum Erwerb der Lizenz Trainerin/Trainer C Profil Breitensport – Kinder und Jugend. Dortmund.
- Deutscher Ringer-Bund (2019). *Prüfkarten zum Ringkampf-Abzeichen RikA*. Dortmund.
- Deutscher Ringer-Bund (2019). *Prüfungsordnung für das Ringkampf-Abzeichen RikA des Deutschen Ringer-Bundes e. V. in den Stufen Bronze, Silber und Gold*. Dortmund.
- Deutscher Ringer-Bund (2010): *Standard-Lehrprogramm für den Ausbildungsgang zum Erwerb der Lizenz Trainerin/Trainer – C Leistungssport*. Dortmund.
- Deutscher Ringer-Bund (2018): *Strukturplan 2017-2020 Version 2.0*. Dortmund
- Jost, J. & Ruch, L. (2001). *Ein metabolisches Belastungsmodell zur Steuerung und Qualitätsseigerung des Trainings im Ringen griechisch-römischer Stil*. *Leistungssport*, 31, (5), S. 45-54. Münster: Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.
- Jost, J. & Ruch, L. (2001). *Ein metabolisches Belastungsmodell zur Steuerung und Qualitätsseigerung des Trainings im Ringen griechisch-römischer Stil*. *Leistungssport*, 31, (6), S. 25-31. Münster: Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.
- Kühn, J. (1988). *Trainingsmethodische Ansatzpunkte einer ziel- bzw. aufgabenbezogenen Klassifizierung von Kampfhandlungen und Kampfsituationen im Ringen*. *Wissenschaftliche Zeitschrift der DHfK*, 29, (1), S. 55-62. Leipzig.
- Kühn, J. (1989). *Theoretische Ausgangspositionen für die Neugestaltung der technischtaktischen Ausbildung im Aufbaustraining der Sportart Ringen*. *Wissenschaftliche Zeitschrift der DHfK*, 30, (3), S. 96-99. Leipzig.
- Kühn, J. (2019). *Nachwuchskonzeption des Ringer-Verbandes Sachsen e. V.* Leipzig RVS
- Landessportbund/Sportjugend NRW. (2002). *Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport. Handreichung für Schulen der Primarstufe und Sekundarstufe I*. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.

- Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes NRW (2014).  
Seidel, I.; Grüneberg C.; Bös K. Motorischer Test 2 für die NRW Sportschulen Testanleitung  
MT2 B Ringen
- Ruch, L. /Kühn, J./Scheibe, J./Zamanduridis, J. (2014). Die Techniken im Ringen, Meyer & Meyer  
Verlag.
- Ruch, L. /Kühn, J./Scheibe, J./Zamanduridis, J. (2019). Die Techniken im Ringen, 2. Überarbeitete  
Auflage. Meyer & Meyer Verlag
- Ruch, L. (2012). *Leistungstraining Sport – Ringen. Kinder und Jugendliche im Leistungssport*. Band  
12. 3. korrigierte und erweiterte Auflage. Wiebelsheim: Limpert Verlag GmbH.
- Ruch, L. & Schrey R. (1996). *Techniktraining im Ringen*. Leistungssport, 26, (5), S. 42-48. Münster:  
Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.
- Ruch, L. & Schrey R. (1996). *Techniktraining im Ringen*. Leistungssport, 26, (6), S. 1823). Münster:  
Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.