



TECHNISCHE
UNIVERSITÄT
DARMSTADT

QuATraS

Forschungsprojekt

Trainings- und Wettkampfqualität aus Athleten- und Trainersicht



TECHNISCHE
UNIVERSITÄT
DARMSTADT

QuATraS

Forschungsprojekt

Trainings- und Wettkampfqualität aus Athleten- und Trainersicht

Übersicht

Programmatik: Erforschung von Trainings- und Wettkampfqualität im Spitzensport

Thematik: Kritische Ereignisse - Qualität - Leistungsentwicklung

Forschungsziel: Erstellung eines integrierten Erklärungsmodells und Generierung von Anwendungswissen (Handbuch, Diagnosewerkzeug und Lehrmodul)

Projektlaufzeit: 4 Jahre (2009 - 2012) in 3 Phasen
- Exploration (01/2009 - 06/2010)
- Validierung (07/2010 - 06/2011)
- Intervention/Evaluation (07/2011 - 12/2012)

Methodik: Interdisziplinäre Studien
(Trainingswissenschaft & Sportinformatik, Sportpsychologie, Sportpädagogik und Sportsoziologie)

Qualitativer und quantitativer Forschungsansatz
(Befragung und Beobachtung von Akteuren aus olympischen Sportarten / strukturelle und prozessuale Analyse)

Beauftragung: Bundesinstitut für Sportwissenschaft

Bearbeitung: Institut für Sportwissenschaft der TU Darmstadt

Wissenschaftliche Leitung

Sportpsychologie:
Prof. Dr. Frank Hänsel (Projektkoordination)

Trainingswissenschaft / Sportinformatik:
Prof. Dr. Josef Wiemeyer

Sportpädagogik:
Prof. Dr. Franz Bockrath

Sportsoziologie:
Prof. Dr. Karl-Heinrich Bette

Kontakt

Technische Universität Darmstadt
Institut für Sportwissenschaft
Magdalenenstraße 27
64289 Darmstadt

Fon +49 (0) 6151 16 3161
Fax +49 (0) 6151 16 3661
info@quatras.de
www.quatras.de

Projektdurchführung

Technische Universität
Darmstadt



Auftraggeber

Bundesinstitut
für Sportwissenschaft



Kritische Ereignisse
Qualität
Leistungsentwicklung





Programmatik

Qualität von Training und Wettkampf

Internationale Wettbewerbsfähigkeit erfordert eine hohe Qualität des Trainings und eine wissenschaftlich fundierte Trainingspraxis. Das Projekt "Trainings- und Wettkampfqualität aus Athleten- und Trainersicht" versucht, das komplexe Bedingungsgefüge von Trainings- und Wettkampfprozessen transparent zu machen und auf der Grundlage interdisziplinärer Perspektiven neue Entwicklungswege aufzuzeigen.

Thematik

Faktoren der Leistungsoptimierung

Während methodisch-praktische Interventionsmöglichkeiten zur Steigerung physiologischer Leistungsparameter vorliegen, ist der Einfluss psychischer und sozialer Bedingungen bislang wenig erforscht. Dass diese Bedingungen einen bedeutenden Einfluss auf die Leistungsentwicklung der Athleten haben, ist unstrittig: Doch welche Faktoren wirken? Welche sind wesentlich? Wie wirken sie sich auf die Leistungskomponenten aus? Und wie kann zwecks Leistungsentwicklung wirksam interveniert werden?



Zielstellung

Erklärungsmodell und Handlungswissen

Die Studie zielt darauf ab, ein integriertes Erklärungsmodell zur Wechselwirkung von psycho-sozialen mit physiologischen Komponenten der Trainings- und Wettkampfgestaltung zu erarbeiten. Leistungsressourcen sollen hierdurch freigesetzt werden. Auf Grundlage des integrierten Erklärungsmodells soll ein methodisch-praktisches Handlungswissen in Form eines Handbuchs zur konkreten Anwendung in Training und Wettkampf, ein diagnostisches Manual und ein Lehrmodul für die Trainerausbildung erstellt werden.



Ansatz

Interdisziplinärität und Systemdynamik

Die Studie wird interdisziplinär unter Beteiligung von Trainingswissenschaftlern, Sportpsychologen, Sportpädagogen, Sportsoziologen und Sportinformatikern bearbeitet. Durch die Abbildung der Training und Wettkampf beeinflussenden Systemdynamiken sollen Möglichkeiten zur Optimierung sportlicher Leistung eröffnet werden. Die Aspekte "Kritische Ereignisse", "Qualität" und "Leistungsentwicklung" unter besonderer Berücksichtigung der Athleten - Trainer - Beziehung stehen im Zentrum der Untersuchung. Sie bilden Fokus und Leitrahmen mehrdimensionaler Betrachtungen in vier wechselseitig verknüpften Themenfeldern:

- Kritische Ereignisse als Indikatoren von Trainings- und Wettkampfqualität
- Wahrgenommene Qualität und Zufriedenheit als Indikatoren des Qualitätsmanagements
- Handlungspräferenzen und Werteinstellungen als Bedingungen und Folgen kritischer Ereignisse
- Strukturelle Bedingungen kritischer Ereignisse



Methodik

Expertenbefragung und Analyse

In den drei Phasen der Exploration, Validierung und Intervention kommen sowohl qualitative als auch quantitative Methoden zur Anwendung. Im Mittelpunkt der Studien stehen Athleten und Trainer als die unmittelbar an der "Produktion von sportlicher Leistung" beteiligten Akteure sowie deren assistierendes Umfeld. Die in Training und Wettkampf gesammelten Kenntnisse, Erfahrungen und Wahrnehmungen der Sport- und Umfeldakteure sind wichtige Bestandteile des im System "Leistungssport" vorhandenen Wissens. Durch Befragungen und Beobachtungen soll dieses Wissen dokumentiert und für Qualitätsverbesserungen genutzt werden. Dieser akteursorientierte Zugang wird ergänzt durch eine Analyse der strukturellen Rahmenbedingungen des Leistungssports.