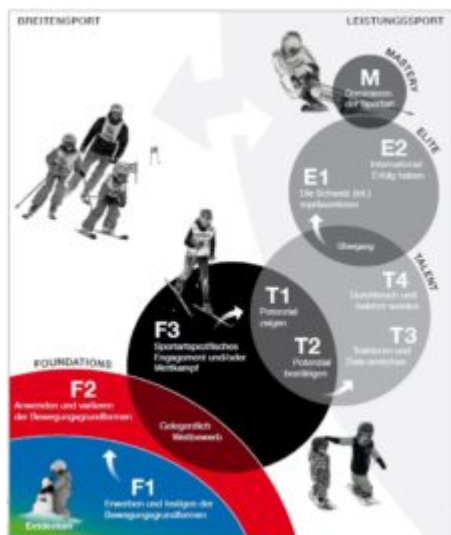


Swiss-Ski-Skills für Kinder: Sport- und Athletenentwicklung FTEM

Dank des Rahmenkonzepts FTEM soll die sportliche Entwicklung von Athleten nachvollziehbar, steuerbar und optimiert werden – im Breitensport sowie im Leistungssport. Dieses Monatsthema fokussiert auf die ersten beiden Phasen der Sport- und Athletenentwicklung.



Klicken zum Vergrössern.

Der Weg vom Einstieg bis zur Spitze im Schneesport ist lang und geprägt von verschiedenen Abschnitten und Verzweigungen. Damit möglichst viele diesen Weg zum persönlichen Leistungsmaximum mit Freude und zielgerichtet durchschreiten können, wurde «FTEM Schweiz» das Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung in der Schweiz von Swiss Olympic erstellt. Diese Struktur dient als Raster für den langfristigen Trainingsaufbau in den Sportverbänden.

In diesem Monatsthema sind einige Übungsideen im Bereich On-Snow und Off-Snow-Training für Kinder aller Schneesportarten der ersten beiden Phasen F1 und F2 aufgeführt.

Dieser erste Schlüsselbereich «Foundation» stellt den Einstieg in den sportlichen Lebenslauf dar. Die während dieser Phase gemachten Erfahrungen bilden die Grundlage für die sportliche Tätigkeit, sei es im Breiten- oder Leistungssport.

Es werden Voraussetzungen für das Sporttreiben durch den Erwerb einer breiten und vielseitigen Basis an motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten geschaffen. Im Zentrum steht die Bewegungsfreude, die Basis für ein lebenslanges Sporttreiben.

Quelle: Pia Alchenberger Kempf, Verantwortliche Kindersport Swiss-Ski



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO