

# Die sportliche Situation im Heimatort

Schüler haben Untersuchungen gestartet. Das Beispiel FSV Geilenkirchen-Hünshoven.



Fachlehrer Dominik Esser (r.) und Schüler Daniel Sudhues, der sich mit dem FSV Geilenkirchen-Hünshoven beschäftigt hat.

FOTO: GÜNTHER VON FRICKEN

**KREIS HEINSBERG** Im Rahmen des Oberstufen-Sportunterrichts am Bischöflichen Gymnasium Sankt Ursula Geilenkirchen haben Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufe Q2 die Sportsituationen in ihrem Heimatort untersucht. So hat sich Schüler Daniel Sudhues mit den A-Jugendlichen des FSV Geilenkirchen-Hünshoven beschäftigt. Die Zeitung am Sonntag druckt hier seinen Beitrag ab:

„Durchtrainierte Angreifer der in gelb-blau gekleideten A-Jugend des FSV-Geilenkirchen-Hünshoven, die sich im gegnerischen Strafraum packende Zweikämpfe liefern, energische Verteidiger, die nach erfolgreichem Tackling und der Balleroberung umschalten und schnelle, gut einstudierte Ballstafetten Richtung gegnerisches Tor vortragen, Dribblings, Zweikämpfe, jubelnde Spielertrauben nach einem Tref-

fer, Zuschauer, welche die Mannschaft lautstark unterstützen und dann natürlich das Zusammensitzen der Mannschaft nach dem Spiel, die Analysen, die Aufarbeitung des Spielverlaufs, der Zusammenhalt in der Mannschaft: All das macht die Faszination des Fußballsports aus, – und all das gibt es aktuell nicht mehr. Eine ungewöhnliche Stille herrscht zurzeit im idyllisch gelegenen, von altem Baumbestand umgebe-

nen Waldstadion mit seiner maroden Tribüne und dem modernen Vereinsheim. Man hört die ersten Vögel zwitschern. Der Rasenplatz ist gepflegt, die Laufbahn unberührt, aber niemand ist da. Der Lockdown hat alles fest in seinem Würgegriff. Seit über vier Monaten hat er das sonst so lebhaft Treiben hier erstickt. „Mir fehlt der Sport, die Bewegung, das Zusammensein mit der Mannschaft und natürlich der Wettkampf“, sagt Vincent Simonides, Spieler der A-Jugend des FSV Geilenkirchen-Hünshoven und selbst Jugendtrainer und Betreuer, „und das Schlimme ist, man weiß nicht, wie es sein wird, wenn der Lockdown zu Ende geht. Werden alle Spieler zurückkommen? Werden wir noch eine Mannschaft stellen können? Wird der Verein noch handlungsfähig sein? Und wie werden wir sportlich dastehen?“

Aber beim FSV hat man sich nicht einfach mit der Pandemie abgefunden. Von Resignation ist nichts zu spüren, vielmehr herrscht Durchhaltestimmung. Man hat fantasiereich Gegenmaßnahmen entwickelt, mit denen der Lockdown überbrückt wird und mit denen die negativen Folgen abgewendet werden sollen. So wurde für den A-Jugendbereich ein umfassendes Konzept entwickelt, das zwei Ziele verfolgt: Erstens sollen der körperliche Trainingszustand

und die Wettbewerbsfähigkeit der Mannschaft erhalten und möglichst verbessert werden, und zweitens soll der Zusammenhalt innerhalb der Mannschaft auch in der schwierigen Zeit des Lockdowns gefördert werden.

Die körperliche Fitness der Spieler wird durch vom Trainer entwickelte und den Spielern per App zugeteilte Trainingsprogramme gefördert. Durch Rückmeldung von den Spielern kann der Trainer Trainingsfortschritte oder Rückstände erfassen und individuell gezielt darauf reagieren. So hat das Training in dieser schwierigen Zeit sogar eine qualitative Verbesserung erfahren. Der Blick des Trainers auf den einzelnen Sportler und auf seine speziellen Bedürfnisse wurde geschärft, und jeder Spieler kann so eine auf ihn ausgerichtete gezielte Förderung erfahren. Auch wenn Training unter Lockdown-Bedingungen in erster Linie ein Einzeltraining ist, so konnten doch zuletzt auch einige Übungen, natürlich unter Wahrung des Abstandsgebotes, als Partnerübungen absolviert werden. Das lockert den Trainingsalltag auf und stärkt den Zusammenhalt unter den Spielern. Die Trainingsprogramme und die Daten der einzelnen Mannschaftsmitglieder sind allen Spielern untereinander zugänglich, sodass hieraus resultierend das Trainingsniveau

der Mannschaft als Ganzes allen bekannt ist. Dieses Wissen wirkt sich positiv auf das Mannschaftsgefüge und den Zusammenhalt im Team aus.

Als besonders erfolgreich hat sich hier die „Laufchallenge“ herausgestellt, bei der die Mannschaft in Kleinstgruppen unterteilt wurde, die sich gegeneinander im Ausdauertraining übertreffen sollten. Es entstand so zum einen ein Wettkampf innerhalb der Mannschaft zwischen den Gruppen, die sich gegenseitig zu immer besseren Leistungen anspornen, zum anderen konnte die Mannschaft als Ganzes durch einen hohen Gesamttrainingsumfang ihre Leistungsstärke unter Beweis stellen, was ihr am Ende mit einer erzielten Gesamtlauftrecke von 1364 km eindrucksvoll gelang. „Wie Messi“, sagt Vincent Simonides, werde er sein erstes Tor feiern, wenn es dann wieder losgehe. Und man sieht ihm an, dass er in Gedanken schon einige Wochen weiter ist, wenn die Lockerungen greifen und auch Mannschaftssport wieder möglich sein wird. Fitness, Ausdauer und Ballgefühl sind da, der Mannschaftsgeist hellwach und die Gier, Spiele zu gewinnen, voll entwickelt. Die Trainingsmaßnahmen während des Lockdowns zeigen ihr Resultat, und das Licht am Ende des Tunnels wird heller.“