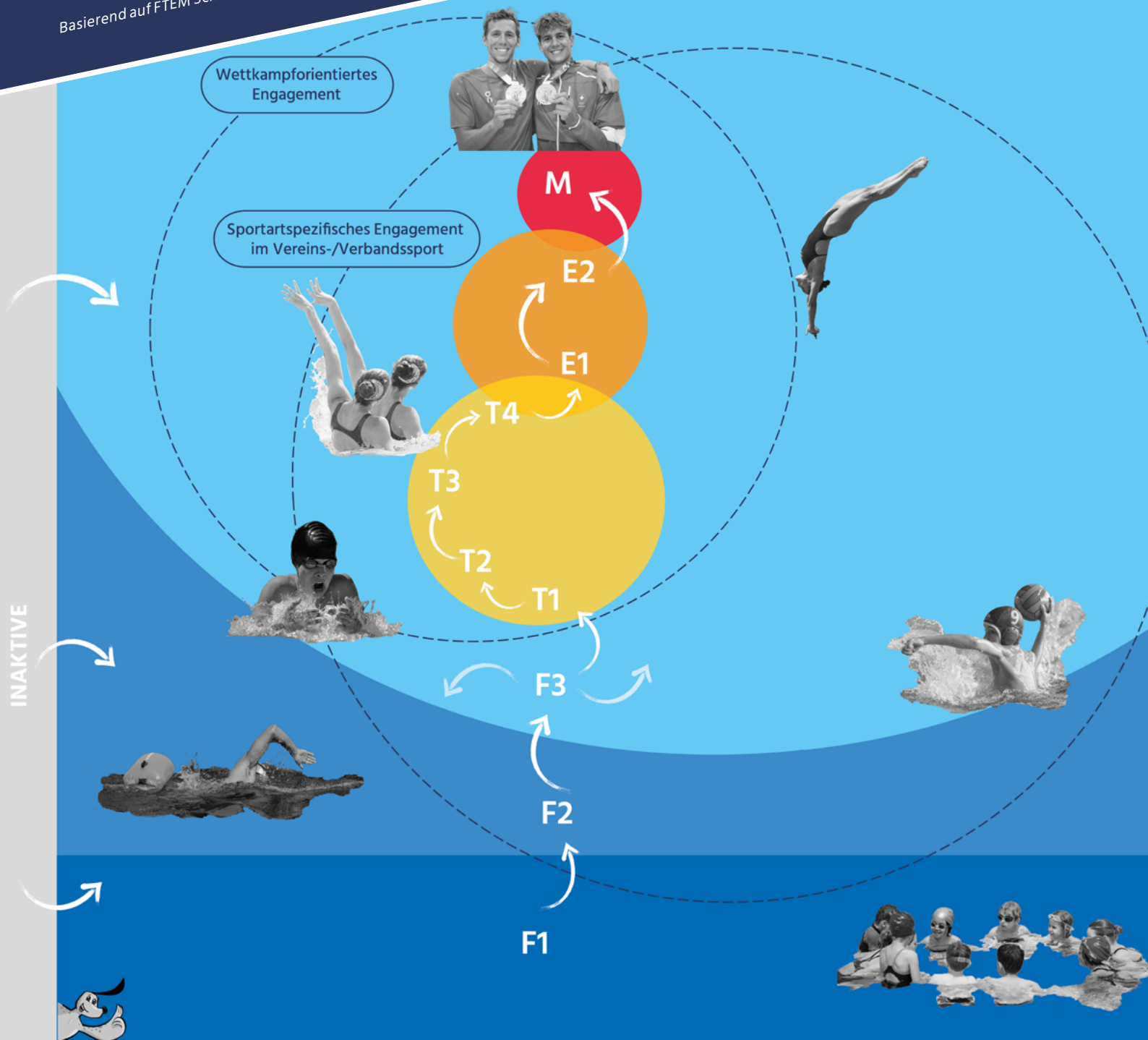


# FTEM SWISS AQUATICS

Rahmenkonzept zur Sport- und  
Athlet:innenentwicklung in den  
Schwimmsportarten

Basierend auf FTEM Schweiz



# Eine gemeinsame Grundlage für den Schwimmsport

Für eine national erfolgreiche, nachhaltige Sport- und Athlet:innenentwicklung braucht es ein systematisches und klares Vorgehen. FTEM Swiss Aquatics ist das Rahmenkonzept des Schweizerischen Schwimmverbands zur Sport- und Athlet:innenentwicklung. Es umfasst die vier olympischen Schwimmsportarten Artistic Swimming, Schwimmen, Wasserball und Wasserspringen. Swiss Aquatics verfolgt das Ziel, möglichst viele Personen zum lebenslangen Sporttreiben oder zu einem Engagement im Schwimmsport zu motivieren.

Die Broschüre zum Rahmenkonzept zur Sport- und Athlet:innenentwicklung in den vier olympischen Schwimmsportarten – kurz FTEM Swiss Aquatics – basiert auf FTEM Schweiz, welches vom Bundesamt für Sport (BASPO) und Swiss Olympic entwickelt wurde und das Grundgerüst sowie eine gemeinsame Sprache in der Sport- und Athlet:innenförderung für alle im Sport involvierten Personen darstellt.

FTEM Schweiz bildet die Grundlage für den Breiten- und den Leistungssport und verfolgt vier Hauptziele:

1. Koordination und Systematik der Sportförderung verbessern
2. Menschen lebenslang im Sport halten
3. Werte sowie Lebens- und Gesundheitskompetenzen im und durch den Sport fördern
4. Niveau im Leistungssport steigern

Dabei steht FTEM für die vier Schlüsselbereiche «Foundation» (Fundament, Breitensport, lebenslanges Sporttreiben), «Talent», «Elite» und «Mastery» (Weltklasse). Diese wiederum sind in insgesamt zehn Phasen aufgeteilt. Sie bilden den Orientierungsrahmen für eine systematische und erfolgreiche Breitensportförderung (F1 bis F3) und veranschaulichen den Idealverlauf einer sportlichen Karriere bis hin zur Weltspitze (F1 bis M).

Dank FTEM Swiss Aquatics erhalten Schwimmsporttreibende eine umfassende und vielseitige Ausbildung im Schlüsselbereich «Foundation». Darauf aufbauend haben sie die Möglichkeit, in einer oder mehreren Schwimmsportarten in den Leistungssport einzusteigen. Ebenso können sie im Breitensport bleiben oder wieder zu diesem zurückkehren. Dabei steht das lebenslange und freudvolle Sporttreiben respektive Engagement im und am Wasser im Vordergrund. Ausgangspunkt für die Ausrichtung der Sportförderung ist der:die Sportler:in – sei es als Spitzenathlet:in, Nachwuchstalent oder Freizeitsportler:in.



Weiterführende Informationen zum FTEM Schweiz unter [www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch)

## «FTEM Schweiz»

- ist sportartunabhängig und dient den Einzel-, Team- und Mannschaftssportarten als Grundlage.
- verknüpft den Breiten- und Leistungssport und fördert die Zusammenarbeit an den Schnittstellen.
- beinhaltet keine altersspezifischen Grenzen (ausser im Leistungssport) und ermöglicht lebenslanges Sporttreiben.
- setzt bei der Ausrichtung der Sportförderung Sportler:innen ins Zentrum. Weitere relevante Akteure wie Trainer:innen, Vereine, Verbände, Ausbildungsgefässe als auch Trainings- und Wettkampfumgebungen sowie die Forschung und Medizin werden mitberücksichtigt.
- zeigt variable Ein- und Austrittsmöglichkeiten von Sportart zu Sportart oder vom Breiten- in den Leistungssport und umgekehrt auf.
- ist zwar linear aufgebaut und in Phasen gegliedert, berücksichtigt aber auch die Möglichkeit, dass sich die Athlet:innen im Verlauf ihrer sportlichen Karriere auf und ab oder quer durch die Phasen hindurch bewegen, die Pha-

sen unterschiedlich schnell durchlaufen, auf einer tieferen Phase wieder einsteigen oder auch zwischen Breitensport und Leistungssport hin- und wieder zurückwechseln.

- bietet Durchlässigkeit: Auf (fast) der ganzen Spanne des Athlet:innenweges, sicher aber ab der Phase F3, sind Wechsel zwischen Breiten- und Leistungssport jederzeit denkbar. Wichtig ist hier das Verständnis, dass Athlet:innen leistungsmässig gleichwertig sein können, in ihrer Zuordnung in FTEM aber anders eingestuft werden.

Beispiel: Nachwuchsschwimmer A verfügt in seiner Disziplin über ein bestimmtes Leistungsniveau und weist über weitere PISTE-Kriterien Potenzial für zukünftige Höchstleistungen aus. Er wird vom Verband gefördert und der Phase T3 zugeordnet. Der erwachsene Schwimmer B verfügt in derselben Disziplin über die identische Bestleistung. Er wird mangels Potenzial jedoch nicht vom Verband gefördert und damit der Phase F3 zugeordnet.

### An wen richtet sich diese Broschüre?

Es benötigt das Zusammenspiel und die Unterstützung vieler Personen und Organisationen, damit Sportler:innen bestmöglich gefördert werden können. Sie alle finden in dieser Broschüre wertvolle Hinweise, wie sie Sportler:innen und Athlet:innen ganzheitlich fördern und zu lebenslangem und freudvollem Sporttreiben beitragen können. Insbesondere den folgenden Personen und Organisationen kommt dabei eine besondere Rolle zu:

- Sportvereinen, Schwimmschulen
- Kantonen, Gemeinden
- Schulen, leistungssportfreundliche Lehrbetriebe und Arbeitgeber:innen
- Leitenden, Trainer:innen und weitere Betreuenden (z.B. Physiotherapeut:innen, Sportpsycholog:innen, Ärzt:innen, Laufbahnberatende)
- Eltern/Erziehungsberechtigten





## «FTEM Swiss Aquatics» in der Übersicht

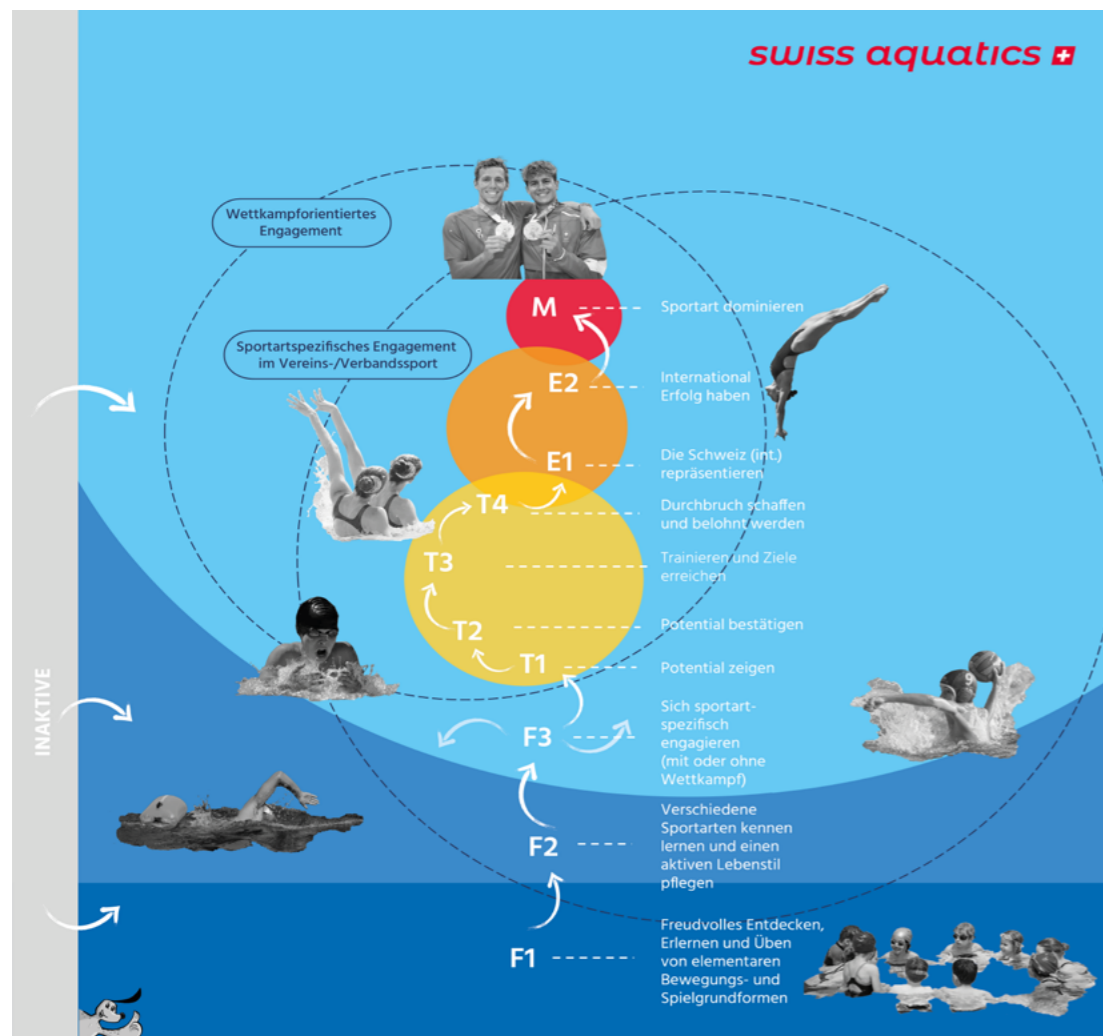
Schwimmen gehört zu den beliebtesten Sportarten in der Schweiz und wird sowohl von Freizeit- und Gesundheitssporttreibenden als auch von Breiten- und Leistungssportler:innen ausgeübt (siehe Studie Sport Schweiz 2020<sup>1</sup>). Daher ist es wichtig, dass alle Personen trotz ihrer vielfältigen Bedürfnisse im Schwimmsportsystem ihren Platz finden. Die vielfältigen Rahmenbedingungen und die diversen Vorgaben in den verschiedenen Schwimmsportarten gilt es aufeinander abzustimmen und zu vereinen.

Das Rahmenkonzept «FTEM Swiss Aquatics» berücksichtigt die Anliegen aller Akteure im Schwimmsport (Breitensportler:innen, Trainer:innen, Richter:innen, Verband, Vereine, Schwimmschulen etc.). Es richtet sich primär an die Förderpraxis und erlaubt, bestehende Konzepte und Instrumente (Nachwuchs- und Spitzensportkonzept, PISTE,

Ausbildungskonzept etc.) nicht nur zu integrieren und zu optimieren, sondern auch besser aufeinander abzustimmen.

«FTEM Swiss Aquatics» basiert auf «FTEM Schweiz» und beruht auf vier Schlüsselbereichen: F steht für Foundation (Fundament, Breitensport, lebenslanges Sporttreiben), T für Talent, E für Elite und M für Mastery (Weltklasse).

Diese vier Schlüsselbereiche sind bei Swiss Aquatics in elf<sup>2</sup> Phasen aufgeteilt (F1a, F1b, F2, F3, T1, T2, T3, T4, E1, E2, M).



## «FTEM Swiss Aquatics» im Detail

### Ein Idealverlauf der sportlichen Entwicklung

Die elf Phasen des «FTEM Swiss Aquatics» beschreiben mögliche Entwicklungsphasen des lebenslangen Sporttreibens und stellen den Idealverlauf eines:r Athlet:in auf dem Weg an die internationale Spitze dar. Vielfach erleben die Sportler:innen auf dem Entwicklungsweg auch Rückschritte, weshalb ein linearer Übergang und das Erreichen aller Phasen einem Idealbild und kaum der Realität entsprechen. Ein Wechsel vom Leistungssport in den Breitensport oder auch umgekehrt ist möglich und hängt vom Engagement und Niveau der sporttreibenden Person ab. Umweltbedingungen wie Verfügbarkeit und Know-how der Trainer:innen, elterliche Unterstützung, Ausbildungsmöglichkeiten, Infrastruktur und Ausrüstung, Sportmedizin und -wissenschaft, Struktur und Strategie von Verein und Verband sind ebenfalls zentral und müssen als Gesamtes in der Sportentwicklung und Entwicklung der Athlet:innen berücksichtigt und aufeinander abgestimmt werden. Die beste Voraussetzung für einen Idealverlauf besteht dann, wenn Spass und Freude an der Bewegung, dem Sporttreiben, dem Trainieren und Wettkämpfen aktiv gefördert und aufrechterhalten werden.

### Werte im FTEM Swiss Aquatics

«FTEM» verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz und fördert die Persönlichkeitsentwicklung von Sportler:innen. Dabei stehen die Ethik-Charta und die darin verankerten Werte im Zentrum. Diese bilden die Grundlage für einen sicheren, gesunden, respektvollen und fairen Sport in allen Phasen des «FTEM Swiss Aquatics». In diesem Zusammenhang spielen die beteiligten Trainer:innen, Funktionsträger:innen sowie Behörden, Schulen, Verbände oder Vereine eine zentrale Rolle. Sie leben die aus der Ethik-Charta abgeleiteten Werte vor. Sie vermitteln diese aktiv und gezielt im Training, in der Ausbildung und im Sportumfeld. So kommen Sportler:innen von Beginn an mit den Werten der Ethik-Charta in Kontakt, verinnerlichen diese und richten ihr Verhalten danach aus. Im Vorleben und Festigen dieser Werte sind die Eltern/Erziehungsberechtigten wichtige Partner. Auch sie wollen das Beste für ihr Kind. Ein regelmässiger Austausch sowie regelmässige Absprachen mit ihnen sind deshalb zentral. Die Grundsätze der Ethik-Charta begleiten Athlet:innen und Sportler:innen über alle Altersstufen und Niveaus hinweg.

<sup>1</sup> Lamprecht, M., Bürgi, R. & Stamm, H.-P. (2020). Sport Schweiz 2020: Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.

<sup>2</sup> In der Sportart Artistic Swimming gibt es 12 Phasen. In der Phase F2 wird zwischen F2a (Anwenden und variieren der Bewegungsgrundformen) und F2b (Basistechniken im Artistic Swimming erwerben) unterschieden.

# FOUNDATION





# Der erste Schlüsselbereich: Foundation (F1a, F1b, F2, F3)

Der Schlüsselbereich Foundation umfasst die grosse Mehrheit aller (Schwimm-) Sporttreibenden in der Schweiz und stellt nicht nur den Einstieg in den sportlichen Lebenslauf dar, sondern beinhaltet das lebenslange Sporttreiben.

Dieser Schlüsselbereich bildet das Fundament der gesamten Sportförderung – unabhängig davon, ob Leistungsziele, Freude, Spass, soziale Kontakte oder andere Motive im Vordergrund stehen. Es gilt daher, zuerst die Voraussetzungen für ein lebenslanges Sporttreiben zu schaffen.

Das Augenmerk liegt zunächst auf dem freudvollen und spielerischen Entdecken des Elements Wasser (F1a) und dem Erlernen und Üben von Bewegungs- (Gleiten, Rutschen, Springen, Werfen, etc.) und Spielgrundformen (F1b). Im Anschluss daran werden die Bewegungen erweitert, angewendet und variiert. Es kommt zu einem ersten Wetteifern (F2). Ab der Phase F3 beginnt das (regelmässige) sportartspezifische Engagement oftmals im organisierten Breiten- oder Leistungssport, das meistens in einem Sportverein stattfindet.

## Das Lebenslange Sporttreiben

Eine Vielfalt an Sport- und Bewegungsangeboten verspricht, Sportler:innen mit unterschiedlichen Beweggründen abzuholen: Bewegung und Sport kann dazu genutzt werden, sich aktiv zu erholen, seine Fitness und Gesundheit zu verbessern, Stress abzubauen, sich (neuen) Herausforderungen zu stellen, alleine oder gemeinsam Ziele zu erreichen, sich zu messen oder Geselligkeit zu pflegen etc. Nur ein kleiner Teil der Sportler:innen strebt den Sprung in den Schlüsselbereich T und damit in die strukturierte, leistungsorientierte Förderung des nationalen Sportverbandes Swiss Aquatics an. Neben diesem vom Verband verantworteten Weg in den Leistungssport gibt es weitere Möglichkeiten für Sportler:innen, leistungsorientiert zu trainieren und entsprechende Ziele zu verfolgen.

Im Schlüsselbereich Foundation gilt es insbesondere das respektvolle Miteinander zu fördern, die Nulltoleranz gegenüber jeglichen Gewaltformen und Diskriminierungen vorzuleben und einzufordern und die Auswirkungen von Suchtmitteln zu thematisieren (Ethik-Prinzipien 1, 5, 6 und 8). Dies geschieht beispielsweise durch das Anbieten von inklusiven Sport- und Trainingsangeboten. Ebenso zentral ist eine wertschätzende Kommunikation – auch in Drucksituationen und bei Niederlagen.

## Die vier Phasen des Schlüsselbereichs Foundation im Detail

### F1a – Das Element Wasser entdecken

Das Element Wasser wird spielerisch und freudvoll entdeckt und erste positive Erfahrungen im Wasser werden gemacht. Dabei gilt es vor allem, Kleinkinder mit dem Element Wasser vertraut zu machen. Schwimmkurse für Kleinkinder können hierfür einen geeigneten Einstieg bieten. Aber auch Erwachsene, die noch keine Erfahrungen im Wasser gemacht haben, sind in der Phase F1a anzutreffen, da auch diese das richtige Verhalten im Wasser erlernen müssen.

- Programme und Angebote des Schweizerischen Schwimmverbandes: Learn to swim Programm «Basic»
- Partner: Mitgliedervereine und -schwimmschulen, öffentliche Schulen

### F1b – Erlernen und Üben von elementaren Bewegungs- und Spielgrundformen

Elementare Bewegungs- und Spielgrundformen des Schwimmsports zu erlernen und zu üben, steht sowohl für Kinder als auch für Erwachsene im Zentrum. Schwimmschulen, Schwimmvereine und öffentliche Schulen bieten daher vielfältige Schwimmprogramme zum Erlernen der Schwimmsportbewegungen an.

- Programme und Angebote des Schweizerischen Schwimmverbandes: Learn to swim Programm «Basic»
- Partner: Mitgliedervereine und -schwimmschulen, öffentliche Schulen

### F2 – Anwenden und variieren der Bewegungsgrundformen

In Schwimmkursen für Kinder und Erwachsene und ersten Trainingsprogrammen werden die erworbenen Bewegungsgrundformen des Schwimmsports angewendet, verfeinert und variiert. Die Ausbildung wird von ausgebildeten Trainer:innen, Leiter:innen oder Schwimmsportlehrer:innen (SSL) geleitet.

- Programme und Angebote des Schweizerischen Schwimmverbandes: Learn to swim Programm «Advanced»
- Partner: Mitgliedervereine und -schwimmschulen, öffentliche Schulen
- Wettbewerbe: Kinderwettbewerbe, Seeüberquerungen, Schülerwettbewerbe

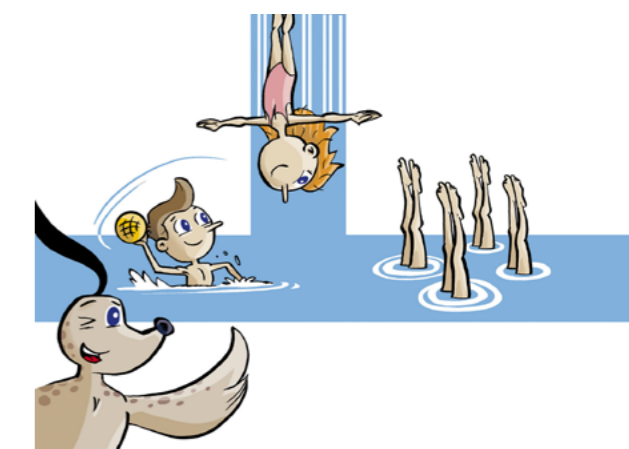
### F3 – Sportartspezifisches Engagement und/oder Wettkampf

Die Sporttreibenden engagieren sich nun sportartspezifisch. Die Schwimmsportarten werden im besten Fall in einem Verein oder im Rahmen eines Sportprogramms (geleitetes Training) ausgeübt, wodurch die Bewegungsaktivitäten in altersgerechte Verhaltens- und Spielregeln eingebunden sind. Dort werden Fähigkeiten und Fertigkeiten erlernt, die die Teilnahme an Wettkämpfen ermöglichen.

- Programme und Angebote des Schweizerischen Schwimmverbandes: Learn to swim Programm «Specific», Rahmentrainingsplan der Sportart, Breitensportprogramme
- Trainingsmöglichkeiten: Mitgliedervereine und -schwimmschulen, öffentliche Schulen, Nachwuchsförderstützpunkte
- Wettkampfangbote: Kids Liga Schwimmen, Swiss Aquatics Diving Kids Cup, Kids Liga Artistic Swimming, U11 Kinderwasserballturniere, Breitensportwettbewerbe und Einladungswettkämpfe (für Kinder und Erwachsene)

### Gelegentlich Wettbewerb

Personen, die bestrebt sind, regelmässig Sport zu treiben und sich selber Ziele setzen, indem sie gelegentlich an einem Wettbewerb in einer oder verschiedenen Disziplinen (z. B. Seeüberquerungen, Schülerwettbewerbe, Breitensportwettkämpfe, Kinderwettbewerbe etc.) teilnehmen, befinden sich an der Schnittstelle zwischen F2 und F3. Durch gelegentliche Wettbewerbe wird die Möglichkeit geschaffen, dass zukünftige Talente auch auf diesem Weg in den Schwimmsport finden.





**TALENT**





## Der zweite Schlüsselbereich: Talent (T1, T2, T3, T4)

Die vier Phasen des Schlüsselbereichs Talent repräsentieren den Entwicklungsprozess einer vom Verband als Talent identifizierten Person im Schwimmsport. Dabei werden bei der Talentdefinition sowohl Leistungsdispositionen (physisch und psychisch) als auch Umweltfaktoren (Trainer:innen, Schule, Eltern, Wohnort etc.) berücksichtigt.

In den Schlüsselbereich T gelangen grundsätzlich nur Sportler:innen, welche die PISTE-Tests des Verbandes in der jeweiligen Sportart absolvieren und danach im Rahmen der systematischen Talentsichtung des Verbandes ihr Potenzial bestätigen. Swiss Aquatics nimmt diese Talente in ihre strukturierte Förderung auf (gemäss Nachwuchsförderkonzept der Sportart), was bedeutet, dass die Talente in eine lokale, regionale oder nationale Trainingsstruktur integriert werden.

Der Entwicklungsprozess eines Talents verläuft individuell und ist durch Phasen der Talentsuche, Talentelektion und Talentförderung gekennzeichnet.

Sportler:innen müssen zunächst eine Möglichkeit haben, ihr Potenzial für spätere Höchstleistungen aufgrund vorgegebener und sportartspezifischer Kriterien zu zeigen (T1), bevor sie ihre Fähigkeiten bestätigen können (T2). Dabei verpflichten sich die Sportler:innen zur Erreichung von Leistungszielen. Damit sind oft ein grösseres Engagement und ein höheres Trainingsvolumen verbunden (T3). Den Besten gelingt schliesslich der Durchbruch an die nationale Spitze (T4).

In allen vier Phasen sind gut funktionierende Umweltfaktoren notwendig, damit entwicklungsförderndes Sporttreiben überhaupt erst möglich ist. Zudem gilt es auch, Sensibilität, vertiefendes Wissen und Reaktionsmuster für Wertethemen im Sport zu entwickeln. Eltern/Erziehungsberechtigte können diesen Prozess unterstützen, indem sie sich informieren, sich gut absprechen und selber eine werteorientierte Sportausübung fördern.

Im Schlüsselbereich Talent sind grundsätzlich alle Ethik-Prinzipien zu fördern. Dies geschieht beispielsweise durch das aktive Einbeziehen von Athlet:innen bei Entscheidungen, das Vermitteln von relevanten Themen (z.B. Dopingprävention, eigene Gesundheit und Wohlbefinden schützen und stärken, Umgang mit sozialen Medien) sowie durch aktive Förderung der Lebens- und Gesundheitskompetenzen (z.B. Selbstwahrnehmung, eigene Grenzen achten).

### Die vier Phasen des Schlüsselbereichs Talent im Detail

#### T1 – Potenzial zeigen und erkennen

Nachwuchstalente im Schwimmsport werden aufgrund ihrer besonderen Fähigkeiten und Fertigkeiten erkannt, die sie im physischen und psychischen Bereich zeigen, und die Aufschluss über ihr Potenzial geben. In der Phase T1 findet daher eine erste Talentsuche und -auswahl statt.

- Programme und Angebote des Schweizerischen Schwimmverbandes: Talentsichtung PISTE, Nachwuchsförderung, Rahmentrainingsplan der Sportart, Regionalkader, Breitensportprogramme
- Trainingsmöglichkeiten: Mitgliedervereine, Nachwuchsförderstützpunkte, Nationale Kompetenzzentren der Regionen
- Wettkampfangebote: lokale und regionale Wettkämpfe im Leistungssport

#### T2 – Potenzial bestätigen und überprüfen

Talentierte Schwimmsportler:innen durchlaufen in der Ebene T2 eine Beobachtungsphase, in der sie ihre sportartspezifischen Lernfähigkeiten, ihr Engagement, ihre Motivation, ihre Trainierbarkeit, ihre spezifischen mentalen Eigenschaften und ihre Selbstverantwortung unter Beweis stellen sollen. Das Ziel ist es, das bei T1 gezeigte Entwicklungspotenzial zu bestätigen. Die Talentüberprüfung und -selektion erfolgt grundsätzlich über sportartspezifische Beurteilungskriterien, die vom Schweizerischen Schwimmverband festgelegt werden.

- Programme und Angebote des Schweizerischen Schwimmverbandes: Talentsichtung PISTE, Nachwuchsförderung, Rahmentrainingsplan der Sportart, Regionalkader und Nationalkader Nachwuchs, Breitensportprogramme
- Trainingsmöglichkeiten: Mitgliedervereine, Nachwuchsförderstützpunkte, Nationale Kompetenzzentren der Regionen, Swiss Aquatics Training Base in Tenero (Kadermassnahmen)
- Wettkampfangebote: lokale, regionale und nationale Nachwuchswettkämpfe

#### T3 – Trainieren und Ziele erreichen

Talentierte Schwimmsportler:innen streben Leistungsziele an (z.B. Teilnahme an nationalen und internationalen Meisterschaften). Wachsendes persönliches Engagement und ein gesteigertes Trainingsvolumen, um die Leistungsvorgaben und eigene Ziele erreichen zu können, sind Merkmale dieser Phase. Die Betreuungsqualität ist auf dieser Ebene der Schlüssel zu guten Leistungen und zur möglichen Verhinderung von Drop-outs (Ausstieg aus dem Schwimmsport).

Die ambitionierten Schwimmsportler:innen gehören auf regionaler Ebene zu den Besten, können auf nationalem Niveau antreten und bestreiten teilweise gar internationale Jugend- oder Junioren-Meisterschaften.

- Programme und Angebote des Schweizerischen Schwimmverbandes: Talentsichtung PISTE, Rahmentrainingsplan der Sportart, Regionalkader und Nationalkader Nachwuchs und Elite
- Trainingsmöglichkeiten: Mitgliedervereine, Nachwuchsförderstützpunkte, nationale Kompetenzzentren der Regionen, Swiss Aquatics Training Base in Tenero (Nationales Leistungszentrum)
- Wettkampfangebote: regionale, nationale und internationale Wettkämpfe, Schweizermeisterschaften Nachwuchs und Elite, internationale Nachwuchsmeisterschaften (European Youth Olympic Festival (EYOF), Junioren Europameisterschaft (JEM))

#### T4 - Durchbruch und belohnt werden

Die Schwimmsportler:innen erzielen den Durchbruch auf nationaler Ebene und gehören zur Schweizer Spitze. Sie werden intensiv betreut und für ihre Leistungen belohnt, beispielsweise mit einer Selektion in die Nationalmannschaft oder die Auswahlmannschaft für einen internationalen Wettkampf.

- Programme und Angebote des Schweizerischen Schwimmverbandes: Talentsichtung PISTE, Rahmentrainingsplan der Sportart, Regionalkader sowie Nationalkader Nachwuchs und Elite
- Trainingsmöglichkeiten: Mitgliedervereine, Nachwuchsförderstützpunkte, nationale Kompetenzzentren der Regionen, Swiss Aquatics Training Base in Tenero (Nationales Leistungszentrum)
- Wettkampfangebote: regionale, nationale und internationale Wettkämpfe, Schweizermeisterschaften Nachwuchs und Elite, Internationale Nachwuchsmeisterschaften (JEM, Junioren Weltmeisterschaften (JWM), Youth Olympic Games (YOG))

#### Übergang

Der Übergang von T4 zu E1 bzw. vom Nachwuchs in die Elite ist auf dem Athlet:innenweg häufig eine grosse Herausforderung für die Sportler:innen. Der Übertritt in die Elite-Phase erfolgt im Schwimmsport erst nach Erreichen der entsprechenden Kriterien oder der Teilnahme an internationalen Meisterschaften in der Elitekategorie (Europameisterschaften, Weltmeisterschaften, Olympische Spiele). Daher befinden sich einige Athleten zunächst an der Schnittstelle zur Elite-Phase, dem sogenannten Übergang.



# ELITE



## Der dritte Schlüsselbereich: Elite (E1, E2)

Eliteathlet:innen bestreiten auf internationalem Niveau Wettkämpfe und repräsentieren dort den Schweizerischen Schwimmverband und die Schweiz. In der Regel sind sie im Erwachsenenalter und Mitglieder einer der Nationalmannschaften des Schweizerischen Schwimmverbandes. Durch die Teilnahme an internationalen Titelkämpfen wird der Anschluss an die internationale Spitze gesucht (E1). Anschliessend können die Athlet:innen bzw. Mannschaften durch die Qualifikation für Endläufe/-spiele oder den Gewinn von Medaillen und Diplomen den Durchbruch an die internationale Spitze schaffen (E2).

Im Schlüsselbereich Elite sind insbesondere die Ethik-Prinzipien 2, 3, 6, 7 und 9 zu fördern. Dies geschieht beispielsweise durch das Einfordern des Wahrnehmens einer Vorbildrolle und die Sensibilität gegenüber leistungssportspezifischen Themen.

### Die zwei Phasen des Schlüsselbereichs Elite im Detail

#### E1 – Leistungen erbringen und die Schweiz repräsentieren

Die Athlet:innen erreichen den Status eines nationalen Elitesportlers oder einer nationalen Elitesportlerin und werden für internationale Titelwettkämpfe auf der höchsten Stufe selektioniert (EM, WM). Durch ihre guten Leistungen werden die Athlet:innen im nationalen Elite- oder Olympiakader gefördert.

- Programme und Angebote des Schweizerischen Schwimmverbandes: Rahmentrainingsplan der Sportart, Nationalkader Elite- oder Olympiakader
- Trainingsmöglichkeiten: Mitgliedervereine mit Angeboten im Elitebereich, nationale Kompetenzzentren der Regionen, Stützpunkte der Sportarten, Swiss Aquatics Training Base in Tenero (Nationales Leistungszentrum), ausländische Programme
- Wettkampfangebote: nationale und internationale Wettkämpfe, Schweizermeisterschaften Elite, internationale Meisterschaften (EM, WM, Olympische Spiele)

#### E2 – International Erfolg haben

Die Athlet:innen erzielen Diplomränge und gewinnen Medaillen an wichtigen Wettkämpfen wie Europa-, Weltmeisterschaften und Olympischen Spielen. Durch ihre guten Leistungen werden die Athlet:innen im nationalen Elite- oder Olympiakader gefördert.

- Programme und Angebote des Schweizerischen Schwimmverbandes: Individuelle Förderung, Rahmentrainingsplan der Sportart, Nationalkader Elite oder Olympiakader
- Trainingsmöglichkeiten: Mitgliedervereine mit Angeboten im Elitebereich, nationale Kompetenzzentren der Regionen, Stützpunkte der Sportarten, Swiss Aquatics Training Base in Tenero (Nationales Leistungszentrum), ausländische Programme
- Wettkampfangebote: nationale und internationale Wettkämpfe, Schweizermeisterschaften Elite, Internationale Meisterschaften (EM, WM, Olympische Spiele)



# MASTERY



## Der vierte Schlüsselbereich: Mastery (M)

Wer mehrfach und über einen längeren Zeitraum an internationalen Meisterschaften (Europameisterschaften, Weltmeisterschaften, Olympische Spiele) Medaillen gewinnt, zählt zu den Dominator:innen einer Sportart und gehört damit in den Schlüsselbereich Mastery. Diese Athlet:innen sind Ausnahmekönner:innen und Aushängeschilder ihres Sports und der Schweiz.

Entsprechend bedeutend ist ihr Umgang mit den olympischen Werten (Respect, Friendship, Excellence) und ihre Rolle als Botschafter:innen für einen werteorientierten Sport. So sind im Schlüsselbereich Mastery insbesondere die Ethik-Prinzipien 6, 7 und 9 zu fördern. Dies geschieht primär durch ein stark ausgeprägtes Bewusstsein gegenüber ethischen Themen und konsequentes Wahrnehmen der eigenen Vorbildrolle.

### Die Phasen des Schlüsselbereichs Mastery im Detail

#### M- Konstanter internationaler Erfolg

Die Athlet:innen bestätigen ihre Erfolge über mehrere Jahre. Sie zählen zu den dominierenden Personen in ihrer Sportart.

- Programme und Angebote des Schweizerischen Schwimmverbandes: individuelle Förderung, Olympiakader
- Trainingsmöglichkeiten: Mitgliedervereine mit Angeboten im Elitebereich, nationale Kompetenzzentren der Regionen, Stützpunkte der Sportarten, Swiss Aquatics Training Base in Tenero (Nationales Leistungszentrum), ausländische Programme
- Wettkampfangebote: nationale und internationale Wettkämpfe, Schweizermeisterschaften Elite, internationale Meisterschaften (EM, WM, Olympische Spiele)

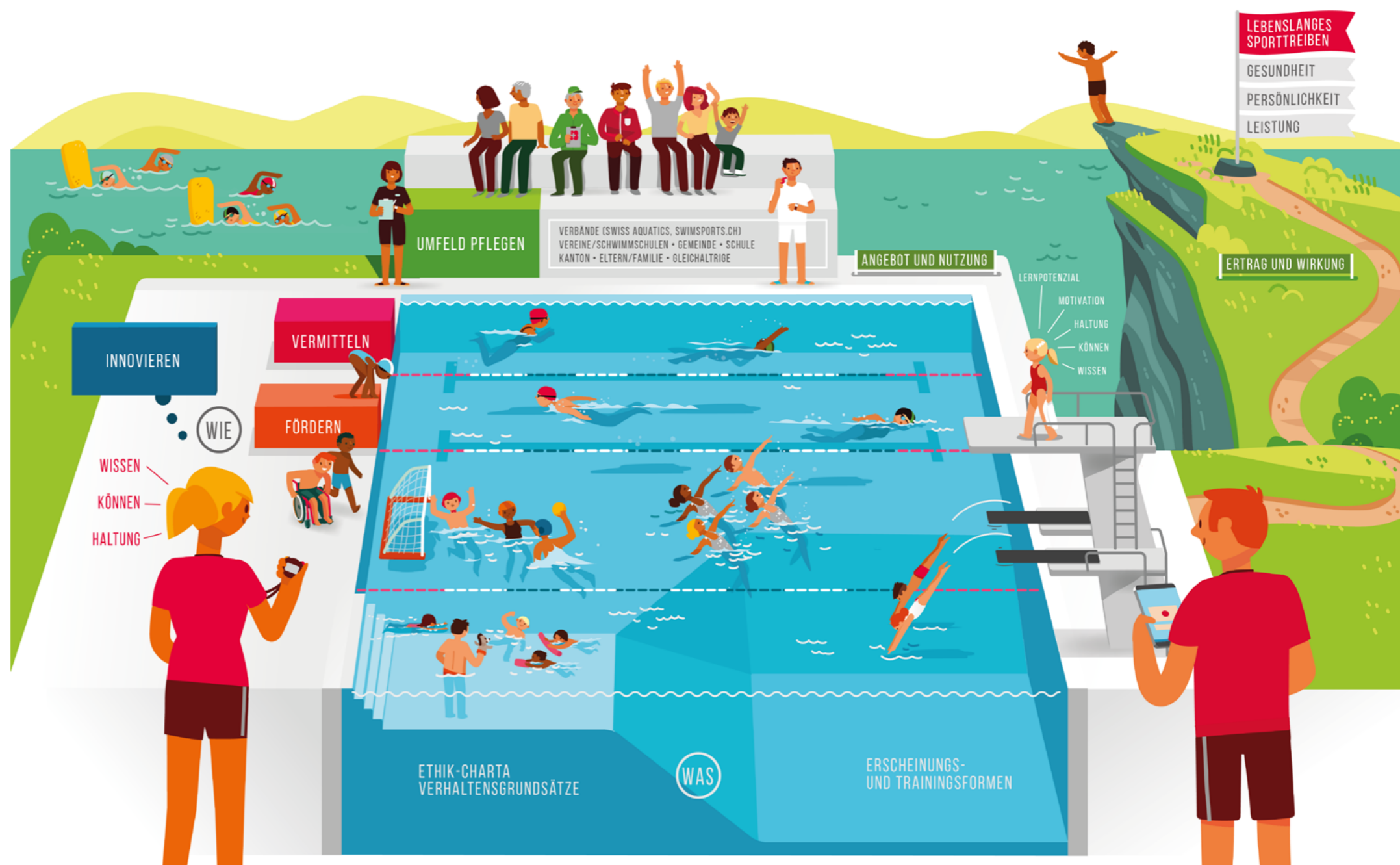
Die beiden Schlüsselbereiche Elite und Mastery sind nur noch dem Spitzensport zuzuordnen.



## «FTEM Swiss Aquatics» Ausbildung

Mit dem gemeinsamen Swiss Aquatics Ausbildungsverständnis werden alle sechs Swiss Aquatics Sportarten (Artistic Swimming, Schwimmen, Wasserball, Wasserspringe, High Diving und Open Water), der Bereich Learn to swim, das Umfeld mit den Funktionär:innen (Trainer:innen, Schwimmsportlehrer:innen, Richter:innen, J+S-Coaches, Expert:innen etc.) und den Eltern sowie das Thema Inklusion auf einem Bild vereint. Swiss Aquatics trägt dieses Ausbildungsverständnis mit Stolz nach Aussen und zeigt so bildlich auf, dass nicht nur der Leistungs- und Spitzensport im Verband gefördert werden, sondern auch der Breiten-sport für das lebenslange Sporttreiben wichtig ist und ein Verbleiben im Schwimmsport in diversen Funktionen möglich ist.

Der Schweizerische Schwimmverband bietet sowohl für Schwimmsportlehrer:innen als auch für Trainer:innen in Zusammenarbeit mit Jugend und Sport (J+S), der Trainerbildung Schweiz sowie sportartenlehrer.ch Aus- und Weiterbildungen an. Ferner werden auch für Richter:innen diverse Ausbildungen angeboten. Aus Sicherheitsgründen muss, wer im Schwimmsport tätig sein will, vor dem Ausbildungsstart eine Wasserrettungsausbildung absolvieren und diese danach laufend aktuell halten. Je nach Einsatzbereich kann nach Erfüllen der Vorbildung mit der Grundausbildung begonnen werden, bevor ab der Weiterbildungsstufe zwischen den einzelnen Ausbildungswegen zum:r Schwimmsportlehrer:in oder zum:r Trainer:in unterschieden wird. In beiden Bereichen kann eine Berufsausbildung gemacht werden.





# «FTEM Swiss Aquatics» in der Kursübersicht

Swiss Aquatics hat für all seine Sportarten und Zielgruppen je FTEM-Stufe Angebote wie sie in der untenstehenden Grafik als Gesamtübersicht dargestellt sind.

AUSBILDUNG SCHWIMMSPORTLEHRER:IN	BREITENSORT	LEISTUNGS-/SPITZENSORT	KURZBESCHREIB PHASE	AUSBILDUNG TRAINER:IN	AUSBILDUNG RICHTER:IN	PROGRAMME VERBAND (ALLE SPARTEN)	WETTKAMPFBETRIEB ALLGEMEIN (ALLE SPARTEN)	SCHWIMMEN	ARTISTIC SWIMMING	WASSERSPRINGEN	WASSERBALL			
		M Mastery Sportart dominieren	Konstanter, langfristiger internationaler Erfolg durch Dominanz in der Sportart.	Trainer:in Gold (DTA)	FINA und LEN Richter:in	Nationalkader Elite und Olympiakader, Swiss Swimming Federation Training Base, Nationale Kompetenzzentren der Regionen, Rahmentrainingsplan	Olympische Spiele	Nationalkader Elite und Olympiakader, Swiss Aquatics Training Base, Nationale Kompetenzzentren der Regionen, Rahmentrainingsplan	Nationalkader Elite und Olympiakader, Rahmentrainingsplan	Nationalkader Elite und Olympiakader, Training mit Nationaltrainer:innen	Nationalkader Elite			
		E Elite Int. Erfolg haben	Erfolgreiche Teilnahme an internationalen Wettkämpfen und Gewinn von Medaillen oder Diplomen.	Trainer:in Silber (BTA)			Weltmeisterschaften							
		E Elite Die Schweiz (int.) repräsentieren	Leistungen erbringen, um den Anschluss an die internationale Spitze im Elite-Bereich zu erzielen.				Europameisterschaften, WP int. Selektionsturniere							
		T4 Talent Durchbruch schaffen und belohnt werden	Anschluss an die nationale Spitze im Elitebereich schaffen und sich gegenüber den Konkurrent:innen durchsetzen.	Trainer:in Bronze	Schiedsrichter:in Sportart + Wertungsrichter:in Artistic Swimming + Sprungrichter:in Diving	Nationalkader Nachwuchs und Elite, Regionalkader, PISTE, Swiss Swimming Federation Training Base, Nationale Kompetenzzentren der Regionen, Nachwuchsförderstützpunkte, Rahmentrainingsplan (alles je nach Niveau der Athlet:innen)	National, Junioren EM, WP int. Turniere (v.a. U20)	Nationalkader Nachwuchs und Elite, Regionalkader, PISTE, Swiss Aquatics Training Base, Nationale Kompetenzzentren der Regionen, Nachwuchsförderstützpunkte, Rahmentrainingsplan (alles je nach Niveau der Athlet:innen)	Elite, Junioren und Jugend Nationalkader, Nachwuchsförderstützpunkte, Kids Regionalkader, PISTE, Tests 4-6	Nationalkader Elite und Junioren A&B, Nachwuchsförderstützpunkte, nationale und regionale Wettkämpfe, Regionalkader, Nationalkader C, PISTE, lokale und regionale Technikprogramme	Nationalkader U15 bis U19, Regionalkader, Nachwuchsförderstützpunkte, Nationale Kompetenzzentren der Regionen, Rahmentrainingsplan, interregionale Turniere, PISTE			
		T3 Talent Trainieren und Ziele erreichen	Stärkeres Engagement und Training intensivieren, um höhere Ziele zu erreichen.	Trainer:in A			National							
		T2 Talent Potenzial bestätigen	Potenzial bestätigen, indem es aufgrund nationaler Kriterien überprüft wird.	Trainer:in B			Regional							
		T1 Talent Potenzial zeigen	Talent aufgrund der besonderen Fähigkeiten und Fertigkeiten zeigen, erkennen und erstmals beurteilen.				Lokal							
Schwimmsportlehrer:in mit eidgenössischem Fachausweis (aquapoly sportive Ausbildung/ Breitensport)	F3	Foundation Engagieren (und wetteifern)	Sportartspezifische Engagement mit/ohne Wettkampf.	Swiss Aquatics Kids Coach & J+S Leiter:in Jugendsport	Richter:innen-grundausbildungen der Sportart	Swiss Aquatics Kids Learn to swim Specific	Breitensportprogramme (in allen Altersgruppen)	Kids/ lokal	Masters Wettkämpfe (lokal, regional, national, international)	Wasserball Ligabetrieb	Swiss Aquatics Kids Learn to swim Specific	Swiss Aquatics Kids Learn to swim Specific (Vereinseinsteiger)	Wasserballschulen und Vereinsarbeit bereits im Bereich Kindersport (5 -13 Jahren).	
Schwimmsportlehrer:in B Schwimmsportlehrer:in A (aquapoly sportive Ausbildung/ Breitensport)	F2 *	Foundation Erweitern und vertiefen	Bewegungs- und Spielgrundformen werden erweitert und sportartspezifisch vertieft. Ein aktiver Lebensstil wird gepflegt.			Swiss Aquatics Kids Learn to swim Advanced					Swiss Aquatics Kids Learn to swim Advanced	Swiss Aquatics Kids Learn to swim Advanced, Test 2	Swiss Aquatics Kids Learn to swim Advanced, Sprungschule	Swiss Aquatics Kids Learn to swim Advanced und Specific
Swiss Aquatics Kids Coach & J+S-Leiter:in Jugendsport	F1b	Foundation Erlernen und üben	Erlernen und üben von elementaren Bewegungs- und Spielgrundformen.			Swiss Aquatics Kids Learn to swim Basic					Swiss Aquatics Kids Learn to swim Basic	Swiss Aquatics Kids Learn to swim Basic, Test 1	Swiss Aquatics Kids Learn to swim Basic, Akrobatikschulung für Anfänger	Swiss Aquatics Kids Learn to swim Basic
Wasserrettungsausbildung (SLRG Brevet Plus Pool oder gleichwertig und BLS-AED)	F1a	Freudvolles Entdecken	Das Element Wasser freudvoll entdecken und erste Bewegungserfahrungen sammeln.	Wasserrettungsausbildung (SLRG Brevet Plus Pool oder gleichwertig und BLS-AED)	Wasserrettungsausbildung	Swiss Aquatics Kids Learn to swim (KLTS)		Swiss Aquatics Kids Learn to swim (KLTS)			Swiss Aquatics Kids Learn to swim (KLTS)	Swiss Aquatics Kids Learn to swim (KLTS)	Swiss Aquatics Kids Learn to swim (KLTS)	Swiss Aquatics Kids Learn to swim (KLTS)

Zur Grafik: Die Farben sind als niveau- und wissensbezogene Richtwerte zu lesen.

Ist vor allem für den Breiten- und Gesundheitssport, welcher ein Leben lang ausgeübt werden kann. Der Leistungssport (Nachwuchsleistungssport/Elite CH) und (internationales Elite Niveau) ist niveauspezifisch und von den körperlichen Voraussetzungen abhängig und kann nur während einer begrenzten Zeit ausgeübt werden. Die rote Farbe ist für jene, welche vom sportlichen Wissen/der sportlichen Ausbildung auf dem höchsten Niveau anzutreffen sind (kennt alle unteren Bereiche und deren Anforderungen).

\* In der Sportart Artistic Swimming gibt es 12 Phasen. In der Phase F2 wird zwischen F2a (Anwenden und variieren der Bewegungsgrundformen) und F2b (Basistechniken im Artistic Swimming erwerben) unterschieden.





## Partner des Schweizerischen Schwimmverbandes und ihre Förderprogramme

### Sportämter der Kantone und Gemeinden

- Förderprogramme, wie z.B. Sportklassen, Aufstockung der J+S-Subventionen

### Private Institutionen

- wie z.B. private Sportschulen oder Stiftungen

### BASPO

- J+S, diverser Support, wie z.B. Infrastruktur, sportwissenschaftliche Mitarbeiter und Projekte

### Schweizer Armee

- qualifizierte:r Athlet:in, Spitzensport-RS

### Stiftung Schweizer Sporthilfe

- Sporthilfe-Patenschaft und -Förderbeitrag

### Stiftung Schweizer Sportförderung

- Mittelverteilung der Lotterien

### Swiss Olympic

- Swiss Olympic Talent Cards: lokal/regional/national
- Swiss Olympic Cards: Elite/Bronze/Silber/Gold
- Partnerschulen: [www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch)
- Lehrbetriebe: [www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch)

Grundsätzlich wird empfohlen, sich am Wohnort bei der politischen Gemeinde und bei der Kantonsverwaltung über zusätzliche Förderprogramme zu informieren.



# Glossar

## Athlet:innenweg

Zeigt die Teilstationen eines möglichen Werdegangs an die Spitze auf.

## Athlet:in

Der:die Athlet:in unterscheidet sich von dem:der Sportler:in insofern, als er:sie ein klares Ziel verfolgt und dafür hart und leistungsorientiert trainiert.

## Breitensport

Der Begriff Breitensport umfasst sowohl das traditionelle vereinsbezogene Sportmodell und Sportverständnis mit der Dualität von Training und Wettkampf, klaren Regeln und Organisationsformen als auch individuelles Sporttreiben sowie Sportangebote ohne Wettkampforientierung und Leistungsvergleich zur Erhaltung von Fitness und Gesundheit.

## Drop-out

Ausstieg aus einer Sportart (z. B. aufgrund einer Verletzung, Beendigung der Karriere etc.).

## Leistungssport

Der Leistungssport umfasst alle Stufen des leistungsorientierten Trainings vom Kindesalter über das Jugendalter bis hin zu den Leistungsstufen im Erwachsenenalter. Er unterscheidet sich vom Breitensport durch die Ausrichtung auf Leistungsziele und den Leistungsvergleich anlässlich von regionalen, nationalen und internationalen Wettkämpfen. Der Leistungssport zeichnet sich durch ein umfangreiches und gezieltes Training aus und verlangt ein leistungssportfreundliches Umfeld, um Sport, Schule oder Beruf und Familie optimal aufeinander abzustimmen.

## Nachwuchsleistungssport

Der Nachwuchsleistungssport umfasst alle Kinder und Jugendlichen, die in einer leistungsorientierten Förderzelle trainieren und somit in einer Nachwuchskategorie starten.

## Spitzensport

Der Spitzensport umfasst das oberste Segment des gesamten Fördersystems einschliesslich internationale Spitze (Ebene Elite und Mastery).

## Sportler:in

Ein:e Sportler:in ist jemand, der:die aktiv Sport treibt.

## Sportweg

Zeigt die Teilstationen und Möglichkeiten des Sportsystems auf, nicht nur für Athlet:innen sondern auch für Trainer:innen, Funktionär:innen, Manager:innen, etc.

## Talent

Talent kann man erkennen aufgrund von körperlichen, konditionellen, kognitiven und psychischen Faktoren sowie den Umweltfaktoren, die auf das Potenzial für Erfolge im Elitealter hindeuten (Rüdisüli et al., 2008).

## Talentförderung

Trainings- und Betreuungsmassnahmen, durch die eine optimale sportliche Leistungsentwicklung potenzieller Talente im Hinblick auf langfristige, meist spitzensportorientierte Ziele gesichert werden soll (Röthig/Prohl, 2003).

## Talentelektion (auch Talentsichtung)

Massnahmen, die dazu dienen, in einer Gruppe von Trainierenden diejenigen zu finden, die zur Weiterführung eines spitzensportorientierten Trainings auf der nächsthöheren Trainingsstufe besonders geeignet sind (Röthig/Prohl, 2003).

## Talentsuche

Massnahmen, die zum Ziel haben, eine hinreichend grosse Anzahl von Talenten zu finden, um sie einem speziellen, spitzensportorientierten Training zuzuführen (Röthig/Prohl, 2003).

## Trainer:in

Der:die Trainer:in arbeitet aktiv mit den Sporttreibenden zusammen, schreibt nach einem Planungsinstrument Trainingspläne und begleitet seine Athlet:innen im Training und an Wettkämpfe. Ferner übernimmt der:die Trainer:in oft auch die Rolle eines Coachs. Trainer:innen sind vorwiegend im Wettkampfsport tätig (Breitensport und Leistungssport).

## Umweltfaktoren

Als Umweltfaktoren und andere Rahmenbedingungen gelten beispielsweise die elterliche Unterstützung, Leitende und Lehrende, verantwortliche Trainer:innen, die vorhandene Infrastruktur, eventuelle Unterstützung durch die Sportwissenschaft und Sportmedizin, die Ausbildung, der Verein, der Verband, Finanzen etc.

## Wettbewerb

Bei einem Wettbewerb wird man für das Erreichen eines Ziels belohnt. Sieg oder Niederlage stehen weniger im Zentrum als bei einem Wettkampf (Röthig/Prohl, 2003).

## Wettkampf

Bei einem Wettkampf wird unter mehreren Personen/Gruppen die beste sportliche Leistung ermittelt (Röthig/Prohl, 2003).









## Literaturhinweise

Gagné, F. (2003). Transforming gifts into talents: The DMGT as a developmental theory. In N. Colangelo & G. A. Davis (Eds.), Handbook of gifted education (3rd ed., pp. 60–74). Boston, MA: Allyn and Bacon.

Grandjean, N., Gulbin, J.P. & Bürgi, A. (2015), Egli, D. Meier, R. Pürro, D., Wyttenbach, S. (2021). FTEM Schweiz. Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung in der Schweiz. Bundesamt für Sport, BASPO und Swiss Olympic.

Gulbin, J.P., Croser, M.J., Morley, E.J. & Weissensteiner, J.R. (2013). An integrated framework for the optimisation of sport and athlete development. Journal of Sports Sciences, 31(12), 1319-1331.

Hohmann, A. (2009). Entwicklung sportlicher Talente an sportbetonten Schulen. Schwimmen, Leichtathletik, Handball. Petersberg: Michael Imhof.

Lamprecht, M., Bürgi, R. & Stamm, H.-P. (2020). Sport Schweiz 2020: Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.

Röthig, P & Prohl, R. (Hrsg.) (2003). Sportwissenschaftliches Lexikon (7. Völlig neu bearbeitete Auflage). Schorndorf: Karl Hofmann.

Rüdisüli, R., Birrer, D., Bürgi, A., Feldmann, R., Fuchslocher, J., Held, L. et al. (2008). Manual Talentdiagnostik und -selektion. Bern: Swiss Olympic.

**swiss aquatics** 

 **olympic** | Member

Swiss Aquatics  
Lindenpark  
Lindenhofstrasse 1  
3048 Worblaufen  
swiss-aquatics.ch  
info@swiss-aquatics.ch

### Konzept und Redaktion

Verfasserin: Nadine Bronner-Grandjean

Mitarbeit: Verantwortliche der Ressorts Ausbildung, Breiten- und Leistungssport des Schweizerischen Schwimmverbandes; Tanja Moos

Gestaltung Tanja Moos

Illustrationen diegoballi.ch

Fotografie Jarek Cieslikowski, Istvan Derencsenyi, Karin Bauer, Fabio Cetti, Patrick P. Krämer, Pedro Vasconcelos, Dominic Brügger

© 2024 Swiss Aquatics

Alle Rechte vorbehalten; Reproduktionen sind nicht gestattet  
3. Auflage

Partners



**SWISSLOS**



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra  
Bundesamt für Sport BASPO

