

# Umfeld – Management im Sport

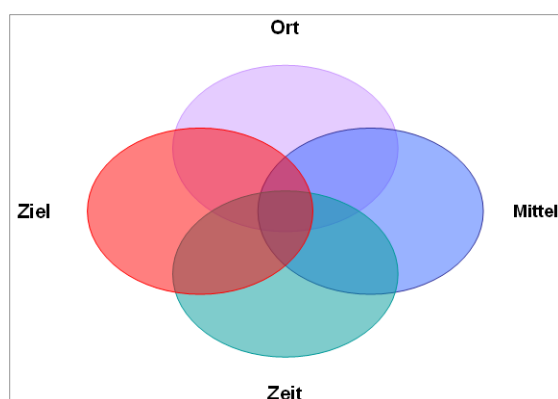
## Langfristig planen!

Bei der Umfeldplanung geht es darum, die eigenen Ziele und Tätigkeiten möglichst klug zeitlich und örtlich zu koordinieren. Dazu sollte in einer Mehrjahres-Übersicht der vorgesehene Verlauf der verschiedenen Laufbahnen (Schule, Beruf, Sport) einander gegenübergestellt werden.

*Aufgabe: Mach eine konkrete Mehrjahresplanung (ev. zusammen mit deinem Trainer):*

Jahr	2009	2010	2011	2012	2013	2014
Alter						
Schule						
h/W						
Beruf						
h/W						
<b>Sportlich</b>						
Kat						
Training Anz/W						
Training h/W						
Leistungsziel						
Jahres-Höhepunkt						
Anderes						
h/W						

## Diskussionshilfe: Kurzfristige Koordination der Einflussfaktoren Ziel, Ort, Mittel und Zeit



### 1. Ziele:

Welche Ziele will ich erreichen? Lassen sich bei mehreren Zielen vernünftigerweise alle miteinander vereinbaren oder laufen sie einander vom Sinn her entgegen?

### 2. Ort:

Wo will / kann ich das gesetzte Ziel überall verwirklichen? Meist gibt es mehrere Möglichkeiten (Vor- und Nachteile abwägen!). Welche Lösung bietet sich insbesondere an, um möglichst alles nah beieinander zu realisieren? Die Wahl des Ortes wirkt sich unmittelbar auf die verfügbare Zeit aus! Lange Reisewege vermeiden!

### 3. Zeit:

Was will / kann ich mit der zur Verfügung stehenden Zeit erreichen? Habe ich genügend Freiräume und unverplante Zeit? Wo sind „Zeiträuber“ (Lösungen)?

### 4. Mittel:

Mit welchen (v.a. finanziellen) Mitteln will/kann ich die Ziele erreichen? Was gäbe es für Alternativen? Wo könnte ich mir Hilfe holen?

**Überall wichtig: Setze Prioritäten und setze sie konsequent um!**

## Die Einflussfaktoren und die Lebensbereiche in der Gegenüberstellung

Welcher Bereich kann wo, wann und mit welchen Mitteln am besten realisiert werden? Was wären Alternativen? Eine Gegenüberstellung kann helfen, mögliche Konfliktpunkte aufzudecken.

*Aufgabe: Füll die Tabelle mit möglichst konkreten Angaben aus und besprich sie mit Eltern und Trainer*

	Ziele	Ort	Zeit	Mittel
Wohnen/Schlafen				
Essen				
Schule				
evtl. Beruf				
Training				
evtl. Training 2				