



## **Ausschreibung eines Forschungsprojekts im Rahmen des Forschungsprogramms für das Wissenschaftliche Verbundsystem im Leistungssport (WVL)**

### ***„Krafttraining im Nachwuchsleistungssport“***

Das Bundesinstitut für Sportwissenschaft (BISp)  
schreibt das Forschungsprojekt zur Durchführung aus.

|                             |               |
|-----------------------------|---------------|
| Datum Veröffentlichung      | 22. März 2013 |
| Ablauf der Bewerbungsfrist  | 30. Juni 2013 |
| Projektbearbeitungszeitraum | 48 Monate     |

# 1 Einleitung

Für ein erfolgreiches Abschneiden des deutschen Spitzensports ist eine wissenschaftliche Unterstützung von elementarer Bedeutung. Zur Optimierung der wissenschaftlichen Unterstützung des Leistungssports wurde im Strategieausschuss des Wissenschaftlichen Verbundsystems im Leistungssport (WVL) ein *Langfristiges strategisches Forschungsprogramm für das Wissenschaftliche Verbundsystem im Leistungssport*<sup>1</sup> (Forschungsprogramm WVL) entwickelt und am 18. März 2008 verabschiedet. Das Programm ist bis zum Jahr 2016 angelegt und dient als gemeinsamer Orientierungsrahmen für das WVL.

Zur Umsetzung des Forschungsprogramms WVL schreibt das BISp ein mehrjähriges Forschungsvorhaben zum Themenkomplex **Krafttraining im Nachwuchsleistungssport** aus.

Das Krafttraining mit Kindern und Jugendlichen war lange Zeit, vor allem im deutschsprachigen Raum, umstritten. Insbesondere dessen Wirksamkeit und mögliche gesundheitliche Risiken gaben und geben noch immer vielfältige Anlässe für Diskussionen. Zudem ist in Deutschland das Thema Krafttraining mit Heranwachsenden und speziell das Krafttraining im Nachwuchsleistungssport von wissenschaftlicher Seite bislang nicht ausreichend vertieft bearbeitet worden.

Inzwischen wird jedoch auch in Deutschland die zentrale Rolle eines frühzeitig begonnenen Krafttrainings weder in der Praxis noch von der Wissenschaft mehr angezweifelt. Im Gegenteil - zum Schutz der Gesundheit der Kinder und Jugendlichen ist ein besonderes Verantwortungsgefühl wahrzunehmen. Dies zeigt sich in dem Bemühen, im langjährigen Leistungsaufbauprozess frühzeitig das Maß an Kraftressourcen auszubilden, das notwendig ist, um die jungen Sportlerinnen und Sportler körperlich und sporttechnisch auf die zukünftigen Trainings- und Wettkampfanforderungen vorzubereiten.

Entsprechend groß ist mittlerweile der Wunsch der Sportpraxis nach wissenschaftlicher Unterstützung und Absicherung des eigenen Handelns.

In den vergangenen Jahren hat das BISp grundlegende Initiativen zur wissenschaftlichen Bearbeitung des Krafttrainings im Nachwuchsleistungssport unternommen. Hervorzuheben sind zwei wissenschaftliche Expertisen<sup>2</sup>, die erstmalig das national und international recherchierbare Wissen und Wissenslücken zum Krafttraining mit Heranwachsenden zusammenfassen und mit Blick auf den Nachwuchsleistungssport diskutieren.

Im Jahr 2010 hat das BISp gemeinsam mit den Autoren der Expertisen und den wichtigsten thematisch betroffenen wissenschaftlichen Landesvertretungen in Deutschland eine *Wissenschaftliche Standortbestimmung zum Krafttraining im Nachwuchsleistungssport*<sup>3</sup> entwickelt und verabschiedet. Hierin sind das derzeit evidenzbasierte Wissen und wissenschaftliche Expertenmeinungen zum Krafttraining mit Heranwachsenden thesenartig zusammengefasst und Hauptkenntnisdefizite im grundlagen- und anwendungswissenschaftlichen Bereich benannt. Um die Vergleichbarkeit und Interpretierbarkeit zukünftiger Forschungsarbeiten zu sichern, werden zudem konkrete Empfehlungen zur Standardisierung und Qualitätssicherung von Krafttrainingsstudien gegeben.

---

<sup>1</sup> Das Forschungsprogramm WVL ist verfügbar unter [www.bisp.de](http://www.bisp.de), Rubrik Downloads.

<sup>2</sup> Hartmann, U., Platen, P., Niessen, M., Mank, D., Marzin, T., Bartmus, U. & Hawener, I. (2010). *Krafttraining im Nachwuchsleistungssport - unter besonderer Berücksichtigung von Ontogenese, biologischen Mechanismen und Terminologie*. Wissenschaftliche Expertise des BISp - Band I. Bonn: Sportverlag Strauß.

Behringer, M., Heede, A. von & Mester, J. (2010). *Krafttraining im Nachwuchsleistungssport - unter besonderer Berücksichtigung von Diagnostik, Trainierbarkeit und Trainingsmethodik*. Wissenschaftliche Expertise des BISp - Band II. Bonn: Sportverlag Strauß.

<sup>3</sup> Horn, A., Behringer, M., Beneke, R., Förster, H., Gruber, W., Hartmann, U., Hebestreit, H., Hohmann, A., Jöllenbeck, T., Mester, J., Niessen, M., Platen, P. & Schmitt, H. (2012). *Wissenschaftliche Standortbestimmung zum Krafttraining im Nachwuchsleistungssport*. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 65(2), [1]-[6]

Zur Unterstützung und Fundierung der Arbeit der Trainerinnen und Trainer in den Verbänden sollen mit der vorliegenden Ausschreibung schwerpunktmäßig beträchtliche Defizite in der trainingswissenschaftlichen Anwendungsforschung aufgegriffen und bearbeitet werden. Auf den ebenfalls erheblichen Forschungsbedarf im grundlagenwissenschaftlichen Bereich kann an dieser Stelle lediglich aufmerksam gemacht werden. Eine ergänzende Bearbeitung dieser vor allem medizinisch-biologischen Fragen der Wirkungsweise von Krafttraining bei Kindern und Jugendlichen ist in dem aktuellen Vorhaben jedoch nicht möglich.

## 2 Problembeschreibung

Wie angedeutet, ist in der Sportpraxis die Notwendigkeit eines bereits im jungen Nachwuchsalter gezielt angeleiteten Krafttrainings mittlerweile unumstritten. Frühere Befürchtungen, ein zu früh begonnenes Krafttraining sei aufgrund nicht vorhandener Sexualhormone unwirksam bzw. mache „langsam“ oder sei aufgrund akuter und chronischer Unverträglichkeit des wachsenden Organismus schädlich, konnten wissenschaftlich nicht belegt werden (vgl. auch *Wissenschaftliche Expertise des BISp, Bd. II*).

Inzwischen besteht Übereinkunft, dass im Kinder- und Jugendtraining die Vorteile eines Krafttrainings möglichst gezielt und orientiert an den Erfordernissen des langfristigen Leistungsaufbaus anzusteuern und auszuschöpfen sind. Dabei werden die Belastbarkeits-sicherung, die Verletzungs- und Fehlbelastungsprophylaxe, die Optimierung des Kraftvermögens und der sportmotorischen Leistungsfähigkeit sowie die Entwicklung von Voraussetzungen für Lernprozesse im Techniktraining als wesentliche Zielstellungen und Funktionen angeführt. Somit kommt nicht nur der Kräftigung der sportartbezogenen Arbeitsmuskulatur, sondern besonders auch der Kräftigung des Stütz- und Halteapparates einschließlich der Rumpf- und Gelenkstabilisatoren eine besondere Bedeutung zur Verwirklichung der unterschiedlichen Ziele und Funktionen zu (vgl. auch *Wissenschaftliche Standortbestimmung*).

Bei der Auswahl der Trainingsinhalte und -methoden sowie der Festlegung und Steuerung der individuellen Belastungsnormativa in der Trainingspraxis sind die Trainerinnen und Trainer weitgehend auf Erfahrung basierende Erkenntnisse gestellt, die ohne Zweifel von großer empirischer Bedeutung sind. Die Rahmentrainingspläne der Bundessportfachverbände enthalten, mit wenigen Ausnahmen, zum Krafttraining als eigenständigem Trainingsinhalt im Kinder- und Jugendtraining keine oder oft nur eingeschränkte und unvollständige Angaben (vgl. *Wissenschaftliche Expertise des BISp, Bd. I*). Seit einigen Jahren wird daher vielfach auch der Blick über die Grenzen des eigenen Verbandes hinweg gerichtet und Anleihen insbesondere bei der Krafttrainingsystematik des Gewichthebens genommen. Eine wissenschaftliche Evaluation dieser Konzepte steht jedoch aus.

Aus den vorliegenden Forschungserkenntnissen lassen sich fundierte trainingsmethodische Empfehlungen für verschiedene Sportarten und unterschiedliche Altersgruppen, Geschlechter und Zielstellungen aktuell nur bedingt und unkonkret formulieren. Zwar liegen einige Untersuchungen vor, die Verbesserungen der Kraftfähigkeiten nach verschiedenen Trainingsinterventionen auf allen Reifungsstufen zeigen. Aufgrund fehlender gemeinsamer Standards hinsichtlich der methodischen Gestaltung sowie der Dokumentation von Vorgehen und Forschungsdaten bestehen jedoch nur geringe Vergleichsmöglichkeiten zwischen den verschiedenen Studien. Ein weiteres Problem stellt die unzureichende Gültigkeit der Ergebnisse für die speziellen Bedingungen des Nachwuchsleistungssports dar. Die meisten Untersuchungen sind mit sportlich inaktiven oder kranken Kindern- und Jugendlichen, mit einer zu geringen Interventionsdauer bzw. einer insgesamt nicht praxisrelevanten Interventionsgestaltung durchgeführt worden. Die aktuelle Studienlage ist demnach durch eine nur mangelnde Vergleichbarkeit und Interpretierbarkeit der wissenschaftlichen Ergebnisse für die konkreten Belange des Nachwuchsleistungssports geprägt.

Unter biologisch-medizinischen und auch sportlichen Gesichtspunkten muss ein besonderes Augenmerk auf die pubertäre Entwicklungsspanne gelegt werden. Diese ist bei beiden Geschlechtern gekennzeichnet durch Veränderungen der Körperzusammensetzung und Körperhöhe sowie weiterer, sich teilweise intermittierend und nichtlinear verändernder körperlicher und psychischer Voraussetzungen und biologischer Anpassungspotenziale. Mediziner weisen insbesondere für Phasen des gesteigerten Längenwachstums auf eine erhöhte Anfälligkeit des Skelettsystems für epiphysäre Schädigungen und Verletzungen hin.

Im sportlichen Bereich ist in dieser Entwicklungsspanne in den meisten Sportarten der Übergang vom Kindertraining in den Nachwuchsleistungssport vorgesehen. Damit geht das schwerpunktmäßig nach dem Vielseitigkeitsprinzip auf das Sammeln grundlegender sportmotorischer Erfahrungen ausgerichtete Training in eine zunehmend methodenorientierte und systematisch an den spezifischen Anforderungen im langfristigen Leistungsaufbau der Zielsportart ausgerichtete Trainingsgestaltung über.

Die notwendige individuelle Festlegung der Trainingsvorgaben zwischen den Bedürfnissen des wachsenden, reifenden Organismus einerseits und den jeweiligen sportlichen Ausbildungszielen andererseits stellt in der pubertären Entwicklungsspanne eine besondere Schwierigkeit für die Nachwuchstrainerinnen und -trainer dar. Diese verschärft sich insbesondere, je früher das typische Höchstleistungsalter der jeweiligen Zielsportart und damit der Einstieg in ein leistungsorientiertes Training angelegt sind.

Zusammenfassend fehlen problemlösungsorientierte trainingspraktische Feldstudien, aus denen relevante und umsetzbare Vorgaben für die Trainingsgestaltung im Kinder- und Jugendbereich ableitbar sind. Im Sinne der externen Validität ist zu fordern, dass die Studien unmittelbar im leistungsorientierten Nachwuchssport - differenziert nach verschiedenen Entwicklungsstufen von prä- bis postpubertär - angesiedelt sind und insgesamt die typischen Handlungsbedingungen und Anforderungen der Sportpraxis im Studiendesign Beachtung finden. In diesem Zusammenhang ist auch eine Validierung der traditionellen Kraftmessverfahren im Feld bzw. deren Weiter- oder Neuentwicklung erforderlich.

Zudem ist die Bereitschaft der Anwendung „wissenschaftlich abgesicherter“ Trainingsempfehlungen seitens der Trainerinnen und Trainer untrennbar mit den subjektiv erwarteten Vorteilen gegenüber dem eigenen bisherigen Vorgehen verknüpft. Jede theoriegeleitete Krafttrainingsintervention muss demnach dem bevorzugten erfahrungsbasierten Konzept in der jeweiligen Sportart direkt gegenüber gestellt werden und diesem letztlich überlegen sein. Die vergleichende Evaluation der verschiedenen Trainingsvorgaben im sportartspezifischen Feldkontext hinsichtlich ihrer Effizienz, Effektivität und gesundheitlichen Verträglichkeit muss somit als grundlegende Aufgabe anwendungsorientierter Wissenschaft verstanden werden.

### **3 Zielstellung**

Das ausgeschriebene Projekt soll einen Beitrag zur Aufklärung der aktuellen Forschungsdefizite in Bezug auf das Krafttraining im Nachwuchsleistungssport leisten.

Ziel ist die Bereitstellung wissenschaftlich fundierter und für die Sportpraxis praktikabler und sportart- bzw. sportartgruppenspezifischer trainingsmethodischer Empfehlungen zur langfristigen Gestaltung und Steuerung des Krafttrainings mit Kindern und Jugendlichen im leistungsorientierten Sport. Die zügige Implementierung dieser Empfehlungen auf Nutzerseite ist strategisch-konzeptionell vorzubereiten und in ersten Maßnahmen umzusetzen.

Angesichts der Fülle an Aufgaben, die sich allein in der Anwendungsforschung auf dem Gebiet des Krafttrainings mit Kindern und Jugendlichen ergeben, ist eine thematische Schwerpunktsetzung bzw. Gewichtung einzelner Themen unumgänglich. Zudem ist auch die Verwendung verschiedener Forschungsstrategien zur Erkenntnisgewinnung abzuwägen.

Im vorliegenden Fall wird davon ausgegangen, dass gerade bei erfahrenen und erfolgreichen Trainerinnen und Trainern umfassende Erkenntnisse zur wirksamen und für den nachhaltigen Leistungsaufbau zielführenden Gestaltung von Krafttraining im Nachwuchsbereich vorhanden sind. Dieses methodische Wissen soll im Rahmen der geplanten Forschungsmaßnahme für das Kinder- und Jugendtraining systematisch erhoben, strukturiert und für die Traineraus- und Fortbildung aufbereitet werden.

Für das weiterführende Schulalter, in das die besonders sensible Altersspanne der Pubertät fällt, soll darüber hinaus das erhobene Expertenwissen einer tiefer gehenden wissenschaftlichen Evaluation im Feld unterzogen werden, um letztlich zu abgesicherten Empfehlungen zu gelangen. Dieses ist für das Kinderkrafttraining im Grundschulalter nicht vorgesehen.

#### **4 Erwartete Leistungen**

Es sollen Empfehlungen zum Krafttraining im Nachwuchsleistungssport für das Grundschulalter und das weiterführende Schulalter sportart(gruppen)bezogen entwickelt werden. Hierbei sind die Sportartgruppen umfassend abzubilden unter Bezugnahme auf die jeweiligen sportart(gruppen)spezifischen Anforderungen des langfristigen Leistungsaufbaus.

Für das Krafttraining im Grundschulalter und im weiterführenden Schulalter wird ein nichtexperimentelles Vorgehen sowie für das weiterführende Schulalter ein zusätzliches experimentelles/ quasiexperimentelles Vorgehen erwartet. Eine wissenschaftlich überdisziplinäre und problemorientierte Betrachtungsweise soll hierbei im Vordergrund stehen. Es muss ein eindeutig trainingswissenschaftlicher Schwerpunkt neben den Beiträgen anderer Disziplinen, wie z.B. der Sportmedizin und Psychologie, in der Projektbearbeitung zu erkennen sein.

Die in der wissenschaftlichen *Standortbestimmung für das Krafttraining im Nachwuchsleistungssport* aufgeführten Hinweise zur Qualitätssicherung von Krafttrainingsstudien sollen - soweit forschungslogisch umsetzbar - zur Anwendung kommen. Zur Begründung des eigenen forschungsmethodischen Vorgehens bzw. der zu verfolgenden Forschungsfragen sind die vorgenannten *Wissenschaftlichen Expertisen zum Krafttraining im Nachwuchsleistungssport* einzubeziehen.

Ein breiter Zugang zu Athletinnen und Athleten im Nachwuchsleistungssport, möglichst auf Kaderniveau, ist wesentliche Voraussetzung für die in der Ausschreibung erwarteten Feldforschungsansätze. Zur Erleichterung dieses Zugangs und zur Erleichterung der Einhaltung o.g. Qualitätssicherungsempfehlungen wird die **Einbindung der Eliteschulen des Sports** seitens des Deutschen Olympischen SportBundes (DOSB), Geschäftsbereich Leistungssport, nachdrücklich befürwortet und von diesem aktiv unterstützt (Unterstützungsschreiben des DOSB s. Anhang). Eine kooperative Zusammenarbeit mit dem DOSB und seinen Institutionen im Spitzen- und Nachwuchsleistungssport sowie mit den zuständigen Vertreterinnen und Vertretern der Bundessportfachverbände wird erwartet.

Weitere erwartete Leistungen sind nachfolgend aufgeführt:

##### **Studie I – Krafttraining im Grundschulalter**

- Entwicklung eines nichtexperimentellen Vorgehens.
- Erschließung, Charakterisierung und Analyse sportartübergreifender und sportartspezifischer Fundamentalübungen mit Wirkung auf die Krafftähigkeit bzw. Kraftbildung, die auf die Kernübungen der Sportart oder auf das allgemein koordinativ-athletische Fundament hinzielen.

- Erschließung, Charakterisierung und Analyse sportartübergreifender und sportartspezifischer Krafttrainingsprogramme und Trainingserwartungen von erfahrenen und erfolgreichen Nachwuchstrainerinnen und -trainern und anderen Expertinnen und Experten.

### **Studie II – Krafttraining im weiterführenden Schulalter**

- Entwicklung eines gemischt nichtexperimentellen / experimentellen / quasiexperimentellen Vorgehens.
- Validierung der traditionellen Kraftmessverfahren im Feld bzw. deren Weiter- oder Neuentwicklung für den Einsatz bei Kindern und Jugendlichen.
- Erschließung, Charakterisierung und Analyse sportartspezifischer Fundamentalübungen mit Wirkung auf die Krafftähigkeit bzw. Kraftbildung, die auf die Kernübungen der Sportart oder auf das allgemein koordinativ-athletische Fundament hinzielen.
- Erschließung, Charakterisierung und Analyse repräsentativer, geschlechtstypischer Krafttrainingsprogramme und Trainingserwartungen in verschiedenen Sportarten oder Sportartengruppen für die Altersspanne an weiterführenden Schulen.
- Theoriegeleitete Entwicklung von sportart(gruppen)spezifischen Alternativprogrammen zum Krafttraining für die Altersspanne an weiterführenden Schulen.
- Vergleichende Praxisevaluation von sportart(gruppen)typischen Trainingsprogrammen und theoriegeleiteten Alternativprogrammen im mindestens zweijährigen Längsschnitt bei beiden Geschlechtern unter Berücksichtigung von Wirksamkeit, gesundheitlicher Verträglichkeit und Praktikabilität unter den natürlichen Bedingungen des Nachwuchsleistungssports.

### **Studie I und II – Sicherung Transfervoraussetzungen**

- Einordnung der Befunde in die Rahmentrainingspläne für das Nachwuchstraining der untersuchten Sportarten und Ableitung von Handlungsempfehlungen zur methodischen und konzeptionellen Gestaltung des Krafttrainings mit Kindern und Jugendlichen unter Berücksichtigung von
  - Sportart,
  - Geschlecht,
  - Zeitpunkt des Einsatzes der Trainingsmethoden vor dem Hintergrund der Ziele im langfristigen Leistungsaufbau und der ontogenetischen Entwicklung,
  - den technischen Ausführungsrichtlinien und Hinweisen zur methodischen Vermittlung,
  - Gestaltung und Steuerung der Belastungsnormativa,
  - den erwartbaren Effekten,
  - der trainingspraktischen Umsetzung in Verbindung mit anderen Trainingsinhalten.
- Aufzeigen von Verfahren und Möglichkeiten zum breiten Transfer in den Nachwuchsleistungssport (Transfer- und Nachhaltigkeitskonzept, didaktisches Konzept).

### **Studie I und II – Transfer**

- Durchführung erster projektbegleitender Transfermaßnahmen in Absprache mit dem BISp.
- Entwicklung geeigneter Informationsmedien zum Projekt (z. B. Internetauftritt, Handreichungen).

## 5 Vorgaben zur Erstellung der Projektbeschreibung

Die Projektbeschreibung ist in Anlehnung an die Hinweise des BISp im aktuellen Informationspapier zur Antragsstellung<sup>4</sup>, S. 4 ff., zu erstellen. Der Umfang soll 20 Seiten (Arial 11, Zeilenabstand 14 pt, Rand 2 cm), exklusive Literaturverzeichnis und Anlagen, nicht übersteigen.

Zudem sind nachfolgend genannte Vorgaben zu berücksichtigen:

- Erstellung einer überdisziplinären Gesamtprojektkonzeption, mindestens mit Integration von Ansätzen aus der Trainingswissenschaft und der Medizin.
- Darlegung einer Forschungs- und Transferstrategie mit problemorientiertem und programmatischem Charakter, die eine systematische Verzahnung von erkenntnisorientierter Forschung mit praxisspezifischer Umsetzungsforschung im Sport einschließlich einer zielgerichteten Transferstrategie im konkreten sportlichen Umfeld beinhaltet.
- Beschreibung der Zusammensetzung der wissenschaftlichen Arbeitsgruppe hinsichtlich Projektleiter und weiterer kooperierender Teilprojektleitungen einschließlich einer Darstellung der projektspezifischen organisatorischen Rahmenbedingungen und gemeinsamer früherer Kooperationen.
- Vorlage des Gesamtprojektplans (kommentierter Arbeits- und Zeitplan<sup>5</sup>) sowie der Projektpläne der einzelnen Projektpartner innerhalb der wissenschaftlichen Arbeitsgruppe, Vorlage schriftlicher Bestätigungen der geplanten wissenschaftlichen Kooperationspartner über die Zusammenarbeit.
- Darstellung der geplanten Zusammenarbeit mit Partnern im WV, insbesondere mit der Sportpraxis, Vorlage schriftlicher Bestätigungen der geplanten Kooperationspartner im WV einschließlich des gemeinsamen Kooperationsplans auf der Vorlage des BISp<sup>6</sup>.
- Beschreibung der Datenmanagementstrategie, insbesondere in Bezug auf Datenschutz, Datensicherung sowie - wenn erforderlich - in Bezug auf Regelung der Datenintegration und des Datenzugriffs von verschiedenen Standorten innerhalb der Arbeitsgruppe.

## 6 Projektrahmen

### 6.1 Laufzeit und Beginn des Vorhabens

In Anlehnung an den olympischen Zyklus ist eine Projektlaufzeit von bis zu vier Jahren vorgesehen. Die Projektvergabe wird vorbehaltlich der Verabschiedung des Bundeshaushalts 2014 und der Bereitstellung der Mittel für das 1. Quartal 2014 angestrebt.

### 6.2 Projektbegleitung – Projektbeirat

Die Projektbegleitung erfolgt über das BISp und einen Projektbeirat mit Vertreterinnen und Vertretern aus der Wissenschaft, der Sportpraxis und aus den Institutionen im WV.

### 6.3 Berichtspflichten

In Anlehnung an die allgemeinen Nebenbestimmungen für Zuwendungen zur Projektförderung (ANBest-P<sup>7</sup>) sowie an definierte Projektmeilensteine legt das BISp Termine zur Abgabe von Statusberichten und wissenschaftlichen Zwischenberichten fest. Weiterhin sind mündliche Präsentationen gegenüber dem Projektbeirat, der Sportpraxis sowie weiteren In-

---

<sup>4</sup> *Forschungsförderung des BISp - Aktuelle Information zur Antragstellung* ist verfügbar unter [www.bisp.de](http://www.bisp.de), Rubrik Forschungsförderung.

<sup>5</sup> Vordruck *Arbeits- und Zeitplan* ist verfügbar unter [www.bisp.de](http://www.bisp.de), Rubrik Forschungsförderung, Formularcenter.

<sup>6</sup> Vordruck *Kooperationsprojekte* ist verfügbar unter [www.bisp.de](http://www.bisp.de), Rubrik Forschungsförderung, Formularcenter.

<sup>7</sup> Die *Allgemeinen Nebenbestimmungen für Zuwendungen zur Projektförderung (ANBest-P)* sind verfügbar unter [www.bisp.de](http://www.bisp.de), Rubrik Forschungsförderung, Formularcenter.

stitutionen im WVWL vorgesehen. Von den Beiratsitzungen sind schriftliche Protokolle zu erstellen. Eine abschließende Berichterstattung ist nach den Vorgaben des BISp vorzulegen.

## **7 Bewerbung und Begutachtung**

Das Ausschreibungs- und Vergabeverfahren wird auf Grundlage der Geschäftsordnung des Wissenschaftlichen Beirats des BISp (GO Wiss Beirat<sup>8</sup>) durchgeführt.

### **7.1 Bewerbungsverfahren**

Die Ausschreibung sieht ein einstufiges Auswahlverfahren vor. Die Antragsstellerin oder der Antragssteller reicht beim BISp vollständige Antragsunterlagen ein, die eine ausführliche Projektbeschreibung, einschließlich eines Arbeits- und Zeitplans sowie eines Kosten- und Finanzierungsplans, und einen formalen Antrag für Zuwendungen auf Ausgabenbasis (easy-AZA V12.03, Stand: Juli 2012<sup>9</sup>) beinhalten.

Die Projektbeschreibung muss einen konkreten Bezug zu den erwarteten Leistungen und den aufgeführten Vorgaben im Ausschreibungstext aufweisen und alle wesentlichen Aussagen für eine diesbezügliche Bewertung enthalten.

### **7.2 Beurteilungsverfahren**

Die eingegangenen, vollständigen und nach den Vorgaben zur Projektbeschreibung des BISp erstellten Angebote stehen untereinander im Wettbewerb. Sie werden einer vergleichenden Begutachtung unabhängig durch mindestens drei ausgewiesene Wissenschaftlerinnen/ Wissenschaftler unterzogen. Weitere Beurteilungen nehmen die Mitglieder eines Beratungsgespräches, an dem neben dem DOSB und BMI weitere in der Thematik ausgewiesene Wissenschaftler / Wissenschaftlerinnen teilnehmen, sowie das BISp selbst vor.

Die Beurteilung orientiert sich an folgenden Kriterien:

- **Wissenschaftlichkeit der Problemführung**  
Darstellung des theoretischen Ansatzes bzw. des aktuellen Forschungs- und Entwicklungsstands und der daraus abgeleiteten Arbeitshypothesen bzw. des technischen Konzepts und der Forschungsstrategie; Begründung der Relevanz des Projekts aus forschungssystematischer oder anwendungsorientierter Sicht.
- **Innovationskraft und Angemessenheit des Forschungs- und Entwicklungsansatzes**, insbesondere der Forschungsmethoden bzw. der konzipierten technischen Lösung.
- **Leistungssportliche Relevanz des Forschungs- und Entwicklungsansatzes**, Berücksichtigung der Maßgabe des praktikablen Anwendungsbezugs für die angestrebten Forschungs- und Entwicklungsergebnisse.
- **Wahl und Darstellung des Untersuchungsdesigns** (z. B. Forschungsstrategie, Stichprobenwahl und -umfang, Untersuchungs-, Auswertungsmethoden, Statistik).
- **Zusammensetzung der Arbeitsgruppe und Aufbau des wissenschaftlichen Netzwerkes**  
Gewähr der Durchführbarkeit des geplanten Projektes aufgrund nachgewiesener Forschungs- und Entwicklungsleistungen sowie institutioneller und personeller Voraussetzungen des Antragsstellers / der Antragstellerin.
- **Problemangemessene Zusammenarbeit mit der Sportpraxis und Praxisorganisationen.**

---

<sup>8</sup> Die GO Wiss Beirat ist verfügbar unter [www.bisp.de](http://www.bisp.de), Rubrik Über uns, Wissenschaftliche Beratung.

<sup>9</sup> Das Antragsformular ist verfügbar unter <http://foerderportal.bund.de>, Menüpunkt Software, easy ([https://foerderportal.bund.de/easy/easy\\_index.php?auswahl=easy\\_software](https://foerderportal.bund.de/easy/easy_index.php?auswahl=easy_software)).



- Transferstrategie in Richtung Wissenschaft und Sportpraxis, Nachnutzbarkeit der Projektergebnisse.
- Kosten-Nutzen-Relation, Wirtschaftlichkeit im Hinblick auf das Verhältnis der eingesetzten Mittel zu dem beabsichtigten Vorgehen und den angestrebten Zielsetzungen.

### **7.3 Förderentscheidung und Bewilligung**

Auf der Basis der eingeholten Gutachten und des Ergebnisses des Beratungsgesprächs trifft das BISP eine Entscheidung über den zu fördernden Antrag.

Vorgesehen ist die Vergabe im Wege der Zuwendung nach dem Grundsatz der Subsidiarität.

Bei universitätsübergreifenden Forschungsverbänden erfolgt die Mittelbewilligung an die antragsstellende Universität. Die Weitergabe der Mittel an weitere beteiligte Universitäten ist zeitnah nach der Bewilligung über einen Kooperationsvertrag mit Weiterleitungsvereinbarung zwischen den Universitäten zu regeln.

## **8 Sonstiges**

Die Frist für die Einreichung von Angeboten endet am **30.06.2013**. Maßgeblich ist der postalische Eingang des Angebots im BISP. Dem Angebot ist eine CD mit den vollständigen Bewerbungsunterlagen beizulegen.

Die Bewerbungen sind schriftlich zu richten an:

**Bundesinstitut für Sportwissenschaft  
Fachgebiet Trainingswissenschaft  
Graurheindorfer Str. 198  
53117 Bonn**

Der Umschlag ist deutlich sichtbar mit der Aufschrift zu versehen:

**Bitte nicht öffnen - Angebot „Krafttraining im Nachwuchsleistungssport“**

Ohne diese Aufschrift ist eine vorzeitige Eröffnung und damit Ungültigkeit des Angebots nicht auszuschließen.

Bei Fragen nehmen Sie bitte Kontakt mit der zuständigen BISP-Mitarbeiterin auf:

WD'in Dr. Andrea Horn  
Fachgebiet Trainingswissenschaft  
0228 99 / 640 9010  
andrea.horn@bisp.de

Dieser Ausschreibungstext und weitere Informationen zur Antragsstellung sind ebenfalls im Internet verfügbar unter [www.bisp.de](http://www.bisp.de), Rubrik Aktuelles.

Teilnehmer der Ausschreibung können Einzelexemplare der wissenschaftlichen Expertisen, Band I und II, direkt beim Bundesinstitut für Sportwissenschaft anfordern.



Bundesinstitut  
für Sportwissenschaft

## **Anlage**

**Unterstützungsschreiben des DOSB/GBL**

An alle  
Regionalteamleiterinnen  
und Regionalteamleiter  
der Eliteschulen des Sports

Tel. +49 (0) 69 / 67 00 - 355  
Fax +49 (0) 69 / 67 001- 355  
E-Mail [spahl@dosb.de](mailto:spahl@dosb.de)

22. März 2013  
osp

### **Eliteschulen des Sports Forschungsprojekt/Krafttraining im Nachwuchsleistungssport**

Sehr geehrte Regionalteamleiterinnen, sehr geehrte Regionalteamleiter,

zur Optimierung der wissenschaftlichen Unterstützung des Leistungssports wurde im März 2008 ein „Langfristiges strategisches Forschungsprogramm für das Wissenschaftliche Verbundsystem im Leistungssport“ (Forschungsprogramm WV) entwickelt.

In diesem Zusammenhang steht nun die aktuelle Ausschreibung des Bundesinstituts für Sportwissenschaft (BISp) zum Themenkomplex Krafttraining im Nachwuchsleistungssport. Eine wesentliche Voraussetzung für die in der Ausschreibung erwarteten Feldforschungsansätze ist der Zugang zu Athletinnen und Athleten im Nachwuchsleistungssport, möglichst auf Kaderniveau.

Zur Erleichterung dieses Zugangs wird die Einbindung der Eliteschulen des Sports seitens des Deutschen Olympischen SportBundes (DOSB) nachdrücklich befürwortet und von diesem aktiv unterstützt.

Wir bitten darum, Anfragen interessierter Forschergruppen zu unterstützen und Ihnen bei dieser wichtigen Voraussetzung für das Gelingen des Forschungsprojektes behilflich zu sein.

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen



i.V. Olav Spahl  
Ressortleiter  
Ressort Olympiastützpunkte, Nachwuchsleistungssport