

# Individualisierung und vs. oder systematische Talentsichtung und -förderung

Gefördert durch:

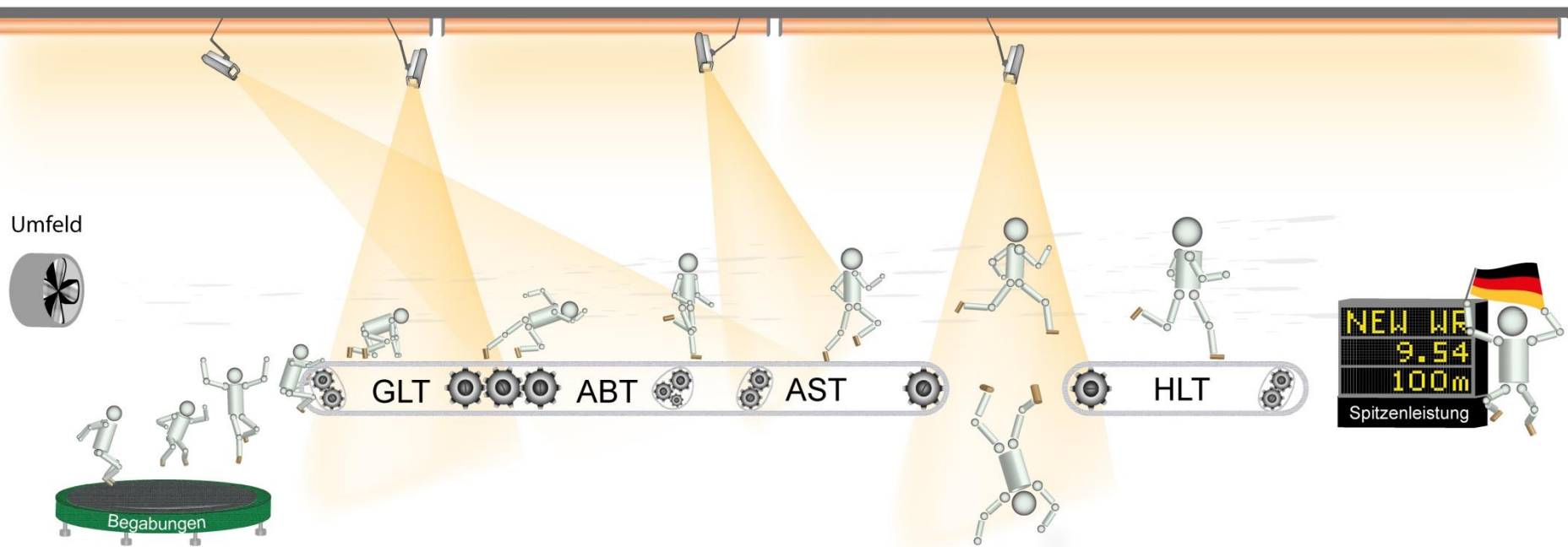


Bundesministerium  
des Innern

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

**Antje Hoffmann**  
Fachbereich Nachwuchsleistungssport

## Spitzenleistung



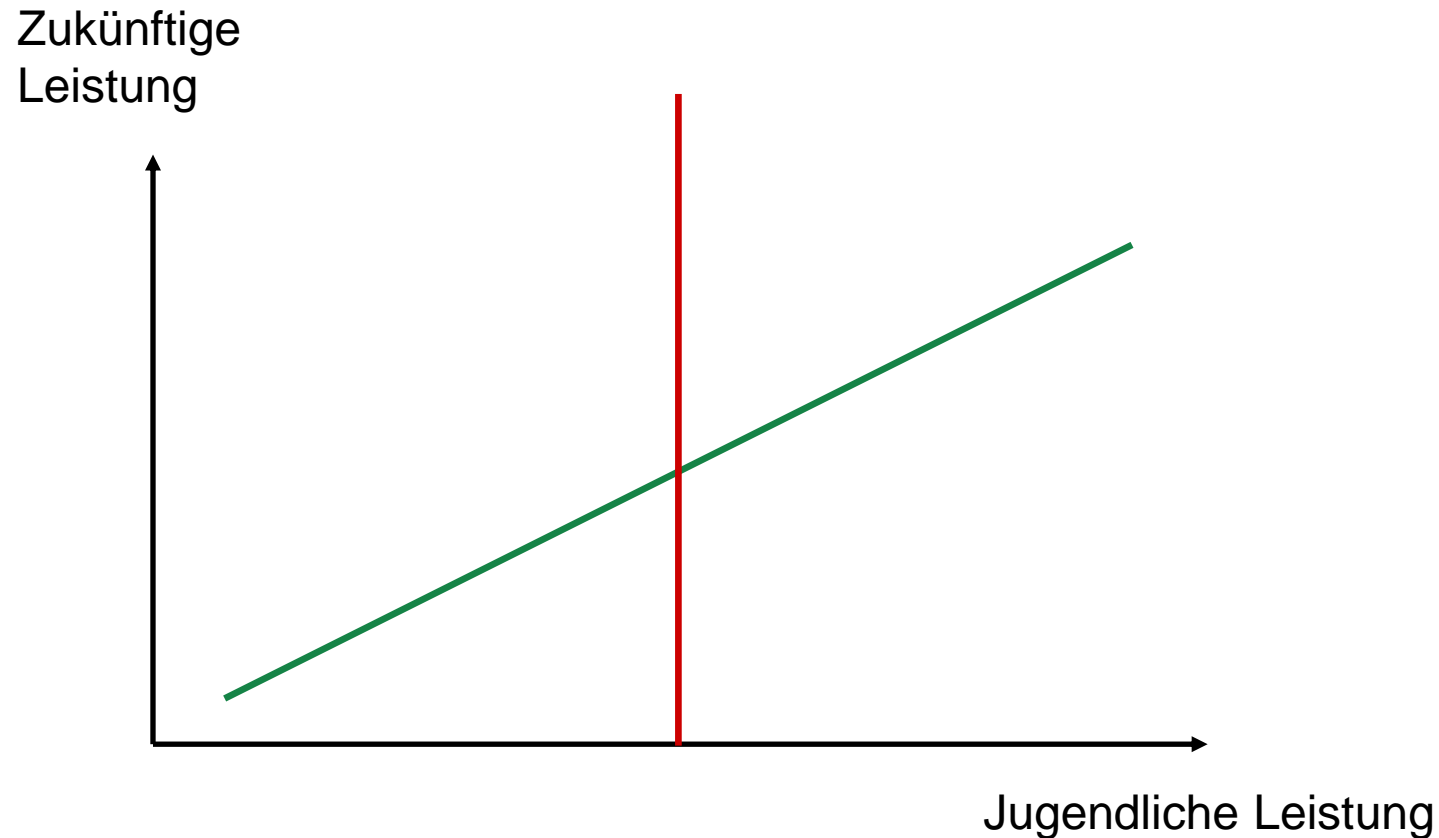
( in Anlehnung an Gagné, 2008; 2010; Pechtl, Ostrowski & Klose, 1993)

## Begabungen

3

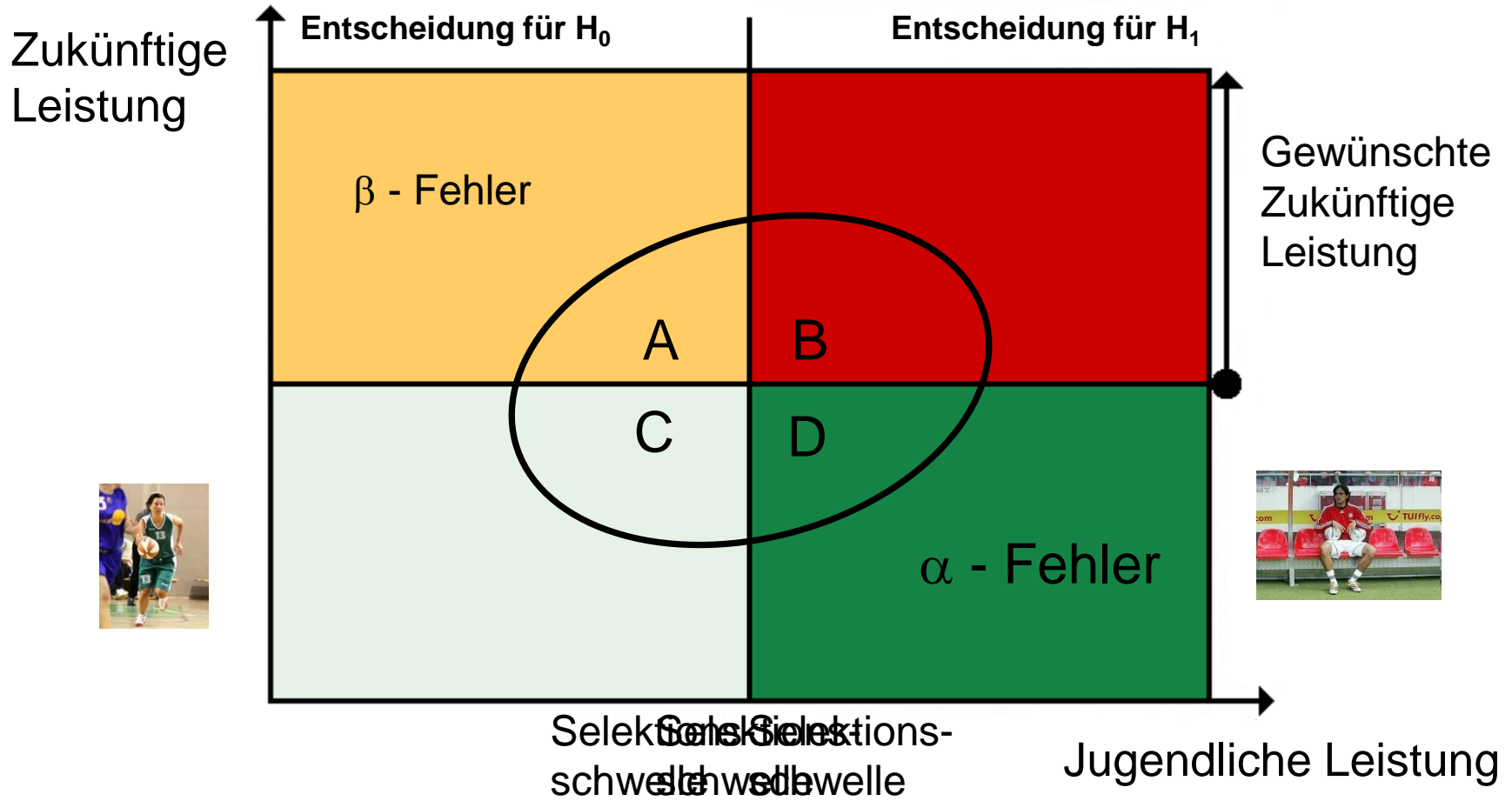
Die Talentauswahl darf sich nicht nur an Leistungsauffälligkeit orientieren.

## Annahme der Auswahl anhand von Leistungsauffälligkeit:



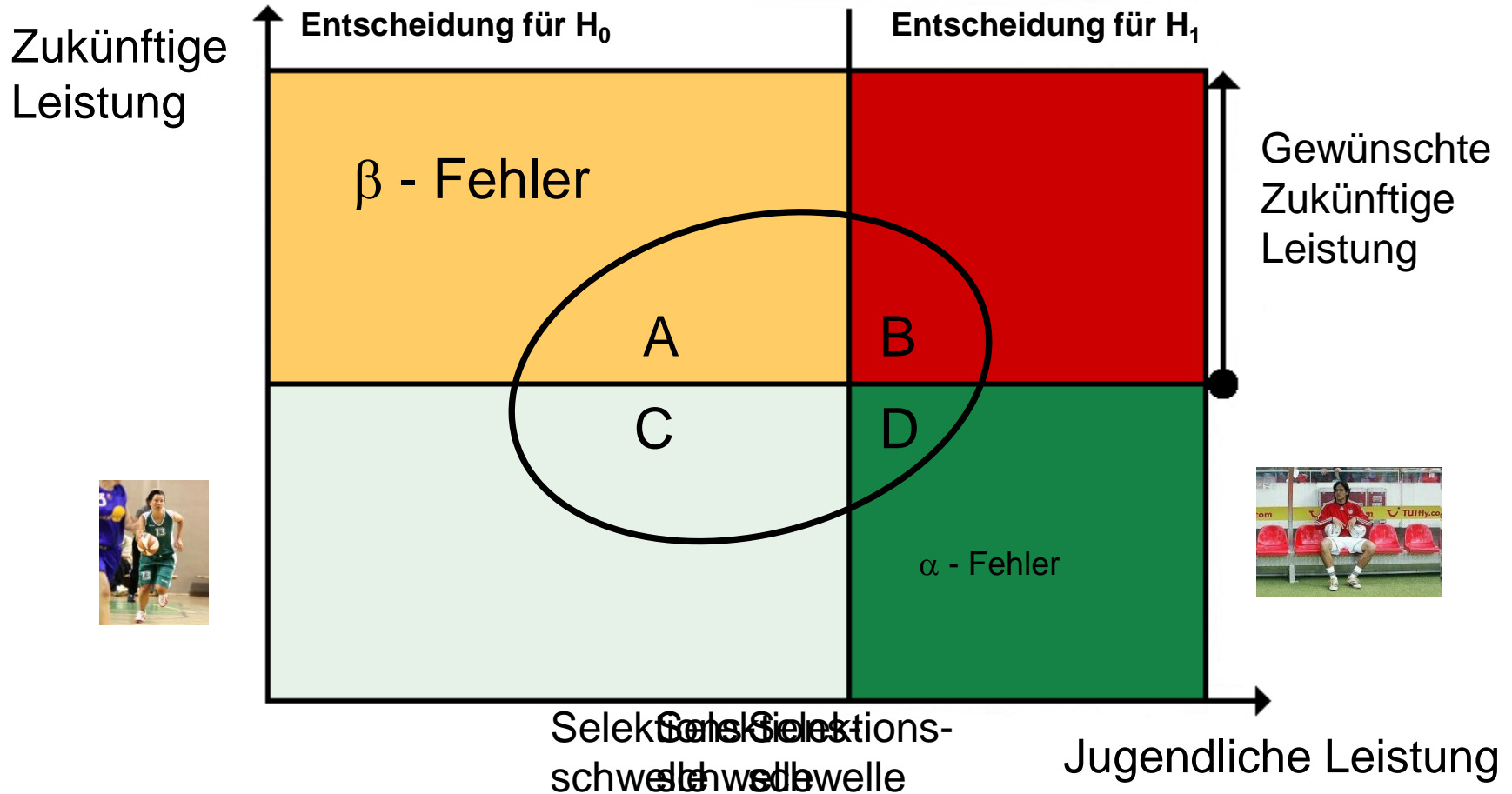
(📖 modifiziert nach Hohmann & Carl 2002)

# Leistungsauffälligkeit als Talentkriterium



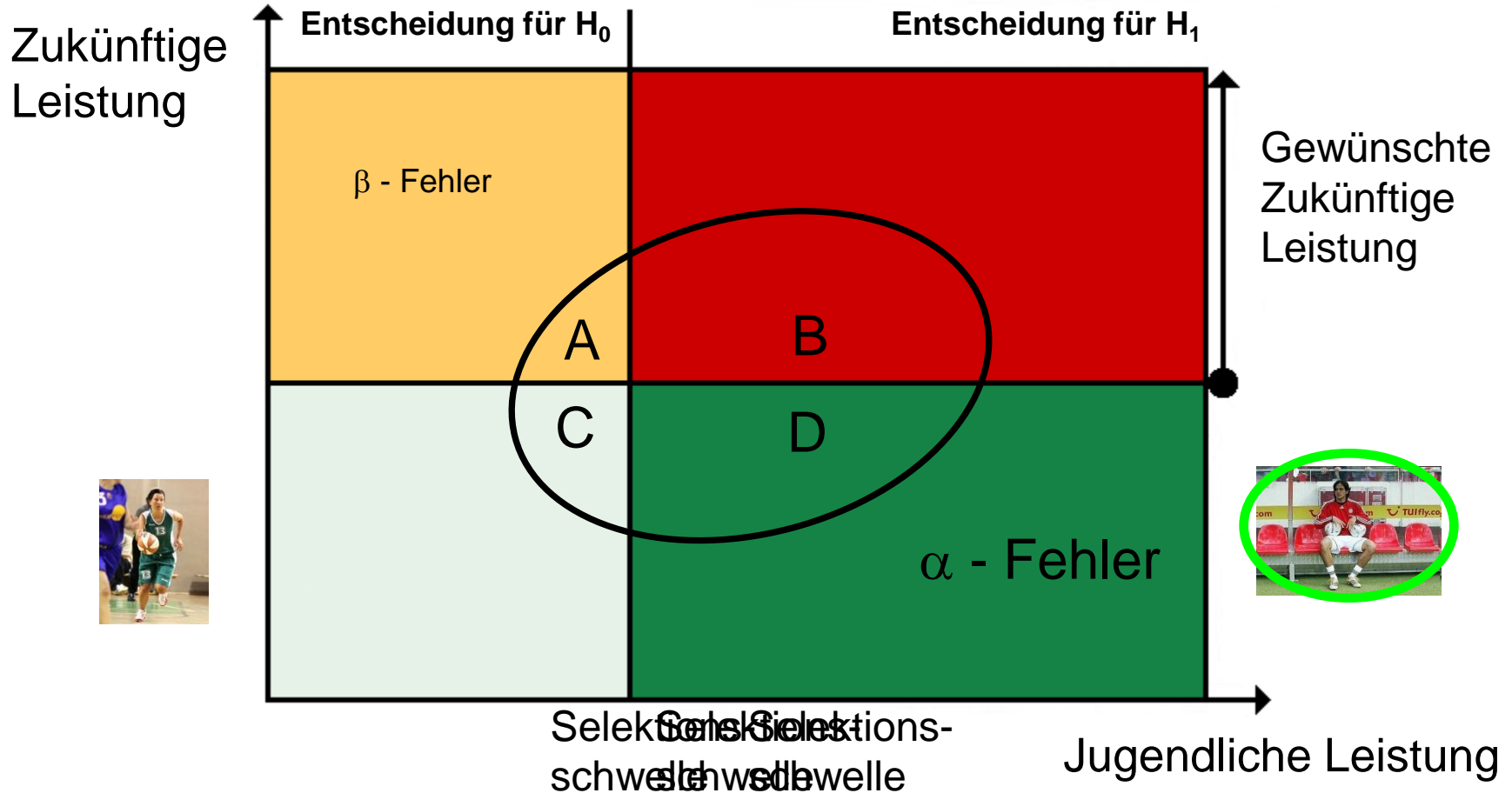
(📖 modifiziert nach Hohmann & Carl 2002)

# Leistungsauffälligkeit als Talentkriterium



(📖 modifiziert nach Hohmann & Carl 2002)

# Leistungsauffälligkeit als Talentkriterium



(📖 modifiziert nach Hohmann & Carl 2002)

# Was macht ein Talent aus?



## Talent-Puzzle *oder* Wodurch zeichnet sich ein Olympiasieger aus?



Tragen Sie zunächst Ihre Sportart ein und ordnen Sie anschließend die Nummern der Begriffe in eines der sechs Felder. Es geht ausschließlich um Ihre persönliche Meinung. Sie können Begriffe **mehrfach** benutzen, allerdings sollten nur die für sie wichtigsten markiert werden (maximal 10). Sollte etwas wichtiges fehlen oder Ihnen noch bessere einfallen, nutzen sie die Joker und beschriften Sie diese selbst! Scheuen Sie sich nicht davor, einzelne Begriffe zu konkretisieren, z. B. bei Konstitution wäre Körpergröße genauer.

Sportart: [    ]    Funktion: [    ]

Welche Begabungen muss ein Talent in Ihrer Sportart mitbringen?

maximal 10 Kreuze

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30

Was zeichnet einen Olympiasieger aus?

maximal 10 Kreuze

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30

Welche Umfeldbedingungen sind auf dem Weg vom begabten Kind zum erfolgreichen Spitzensportler notwendig?

maximal 5 Kreuze

1	2	3	4
5	6	7	8
9	10	11	12
13	14	15	

- |                                         |                                     |
|-----------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Auffassungsgabe                      | 16. Kreativität (Problemlösung)     |
| 2. Ausdauer                             | 17. Leidenschaft/Feuer              |
| 3. Auge (Wahrnehmung)                   | 18. Motivation                      |
| 4. Beweglichkeit                        | 19. Mut                             |
| 5. Disziplin                            | 20. Quäl-Gen (Anstrengung)          |
| 6. Fleiß                                | 21. Schnelligkeit                   |
| 7. Gefühl (Wasser-, Ball-, Gleiten)     | 22. Selbstvertrauen                 |
| 8. Härte/Biss                           | 23. Selbstständigkeit/-organisation |
| 9. Ehrgeiz                              | 24. Teamfähigkeit                   |
| 10. Intelligenz                         | 25. Sportartspezifische Technik     |
| 11. Körperl. Belastbarkeit (Gesundheit) | 26. Taktisches Verhalten            |
| 12. Konzentration/Fokus                 | 27. Umgang mit Druck/Rückschlägen   |
| 13. Koordinative Fähigkeiten            | 28. Wille                           |
| 14. Konstitution                        | 29. Joker _____                     |
| 15. Kraft                               | 30. Joker _____                     |

- |                                        |                                 |
|----------------------------------------|---------------------------------|
| 1. Fachkompetenz Trainer               | 9. Psychologische Unterstützung |
| 2. Familiäre Unterstützung             | 10. Soziale Kompetenz Trainer   |
| 3. Finanzielle Unterstützung           | 11. Trainingsgruppe             |
| 4. Flexibilisierung Ausbildung/Studium | 12. Verband                     |
| 5. Geeignete Trainingsstätten          | 13. Verein                      |
| 6. Leistungssportfreundliche Schule    | 14. Joker _____                 |
| 7. Medizinische Unterstützung          | 15. Joker _____                 |
| 8. Pädagogische Kompetenz Trainer      |                                 |





Welche Begabungen muss ein Talent in Ihrer Sportart mitbringen?



Aufgrund fehlender Kraft musste ich an der Technik feilen.



So eine Phantasie...

Was zeichnet einen Olympiasieger aus?



Ich hatte damals die besseren Platzierungen im Crosslauf.

Was muss er können oder haben?



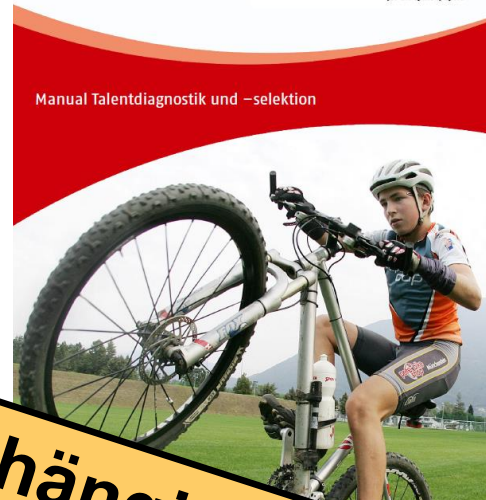
Das Wichtigste ist die Bewegungskoordination.

Welche Umfeldbedingungen sind auf dem Weg vom begabten Kind zum erfolgreichen Spitzensportler notwendig?



...dieser Wille, sich zu quälen.

## Beispiel Schweiz:



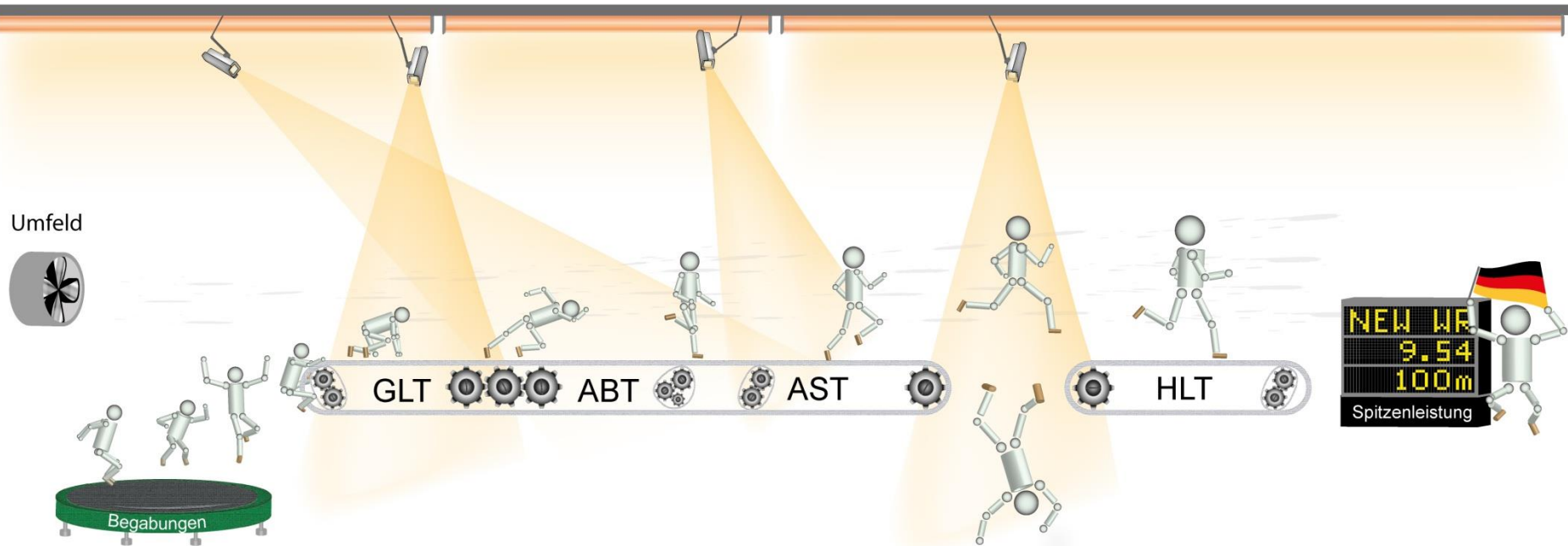
Manual Talentdiagnostik und -selektion

**Ableitung altersabhängiger Anforderungsprofile und geeigneter Test-/ Beurteilungsinstrumentarien!**

Beurteilungskriterien		Prognosevalidität hinsichtlich Erfolg im Elitebereich	Empfohlene Beurteilungsmethoden	Durchführbarkeit	Messgenauigkeit	Subtotal	Gewichtung	Subtotal	Geforderte Anwendung
Wettkampfleistung	Wettkampfleistung		Resultate aus offiziellen Listen	*****	*****				N
			Trainerbeurteilung						N
Leistungstests	Leistungstests								N
Leistungs-entwicklung	Wettkämpfe und Leistungstests								N
									N
Psychologische Faktoren	Leistungsmotivation	****	Trainerfragebogen						N
	Umgang mit Druck								N
Athletenbiographie	Belastbarkeit	****		***					N
	Umfeld (Eltern, Schule)	***		***	***				N
	Körperbauliche Voraussetzungen	***	Trainerereinschätzung Fragebogen	****	****	Leistungs-entwicklung			N
	Trainingsaufwand	**		****	****	Leistungs-entwicklung			N
	Trainingsalter	**			****	Leistungs-motivation			N
Biologischer Entwicklungsstand	früh entwickelt	*	Körpergrößen-Messung	****	**				N
	spät entwickelt								N
	Relatives Alter	*	Geburtsmonat Athlet	*****	*****	Athletenbiographie			N
Total									R / N

(Swiss Olympic, 2008)

## Talententwicklung

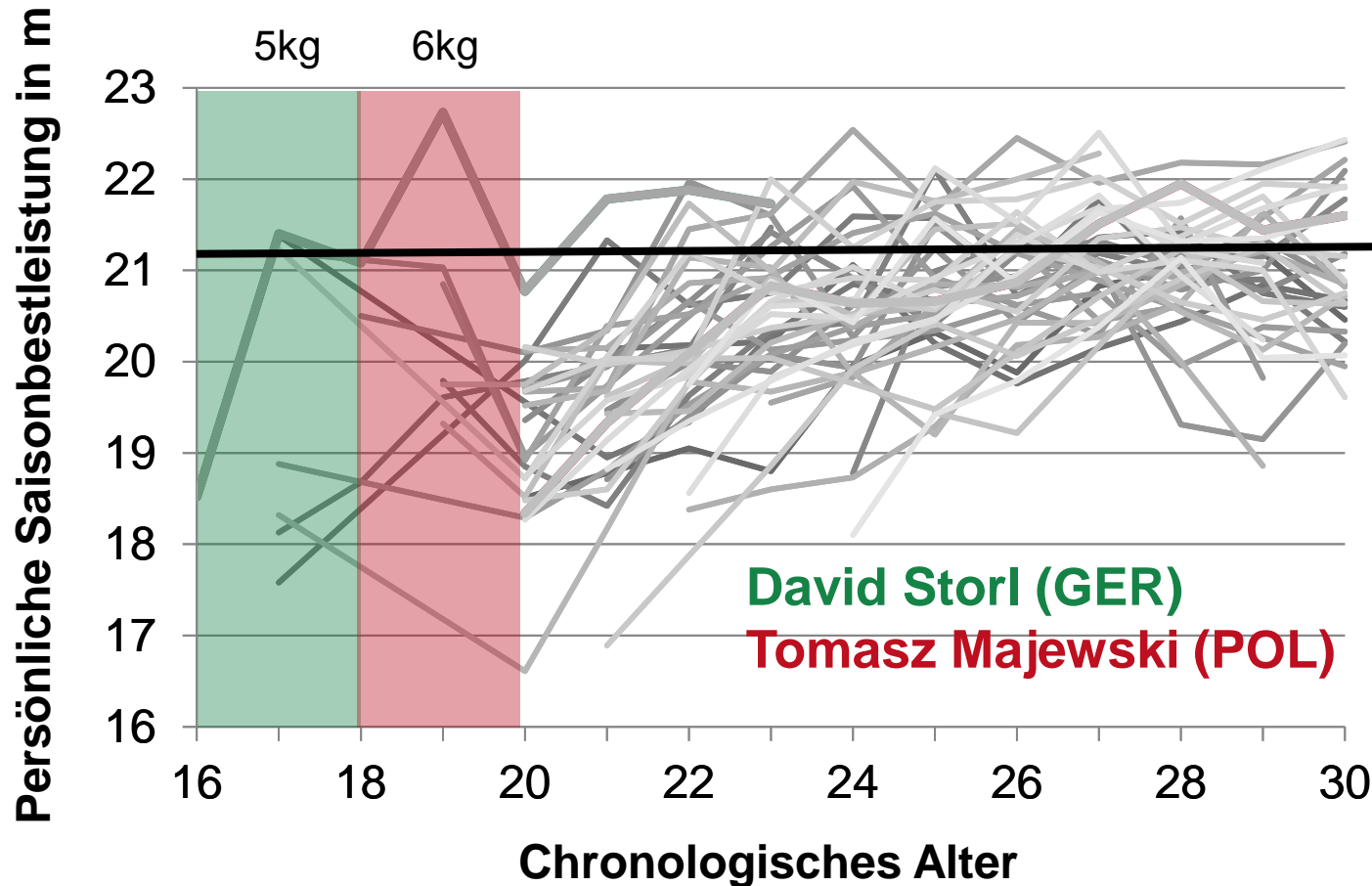


## Talententwicklung

4

Unterschiedliche Wege an die Spitze sind möglich und müssen berücksichtigt werden.

# Unterschiedliche Wege sind möglich



Medaillen-  
leistung  
21.14m

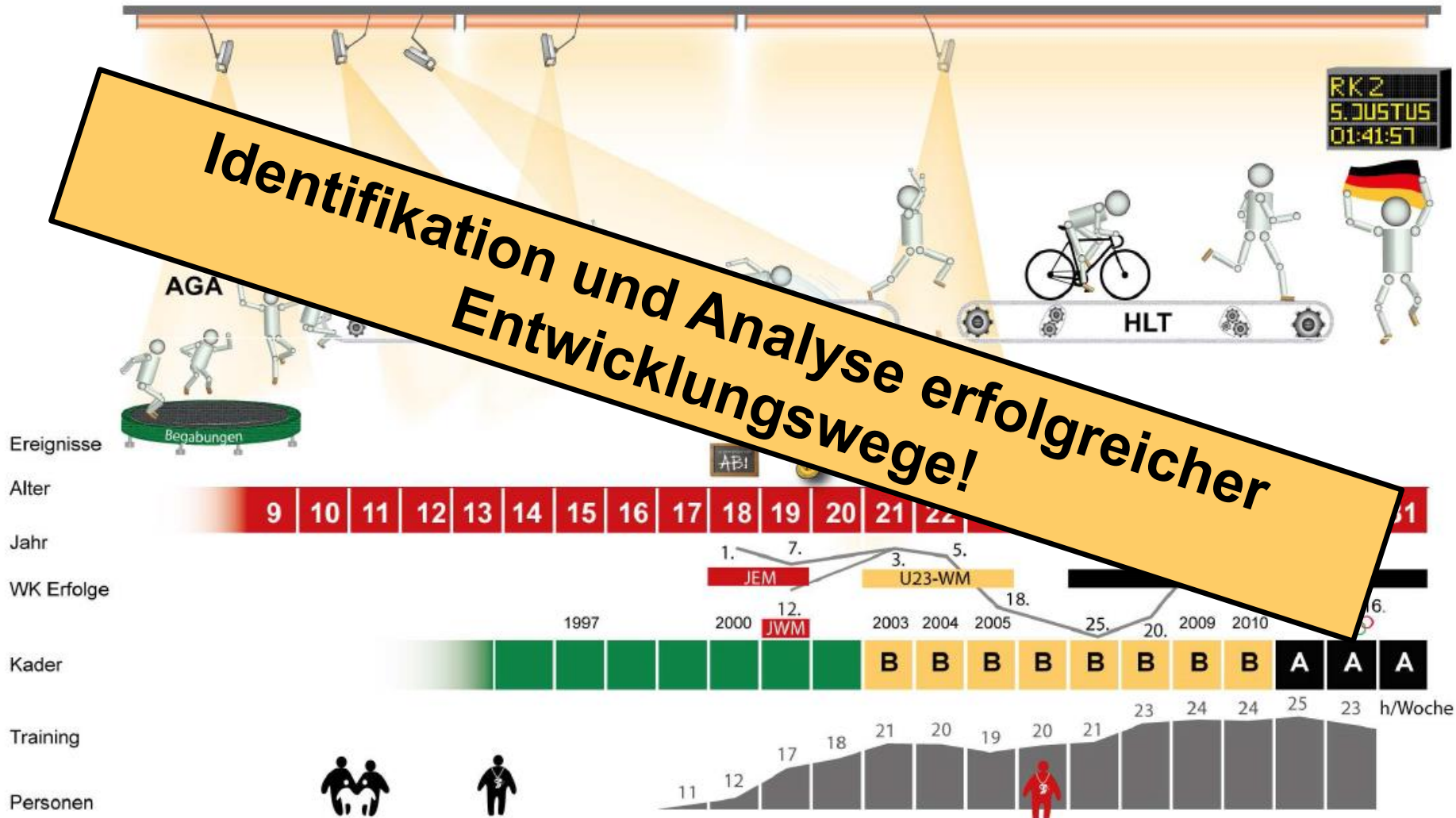


© www.zimbio.com

- keine lineare Leistungsentwicklung
- große individuelle Unterschiede

# Unterschiedliche Wege sind möglich

**Identifikation und Analyse erfolgreicher  
 Entwicklungswege!**



## Talententwicklung

- 5 Talententwicklung muss stärker an der individuellen Entwicklung statt nur am chronologischen Alter ausgerichtet werden.

# Ausrichtung an der individuellen Entwicklung



**Marcel Hartel**  
1/96 – 152/41

**Aaron Seydel**  
2/96 – 190/70

**Lars Mehlig**  
12/96 – 155/44

**Niklas Landgraf**  
3/96 – 157/41

© Frank Engel/DFB



# Wozu Entwicklungsdokumentation?

- Talentauswahl
- Normentwicklung
- Entwicklungsprognose
- Trainingssteuerung/-wirksamkeit
- Feedback über Leistung



- Optimierung des Fördersystems
- Qualitätsmanagement

(📖 Lidor, Côté & Hackfort, 2009)



Sportler

Gruppe



- Leistungsstand im Querschnitt
- Leistungsentwicklung/Längsschnitt

Orientierungswerte

# Wozu Entwicklungsdokumentation?

- Talentauswahl
- Normentwicklung
- Entwicklungsdiagnose
- Trainingsanpassung
- Feedback



- Optimierung des Fördersystems
- Qualitätsmanagement

**Systematische Dokumentation der sportlichen und persönlichen Entwicklung (inkl. Training, LV und Wettkampfleistung)!**

(📖 Lidor, Côte & ...)



Sportler



- Leistungsstand im Querschnitt
- Leistungsentwicklung/Längsschnitt

Orientierungswerte

## Talententwicklung

6

Systematisches Training ist der wichtigste Erfolgsfaktor.

7

Nachwuchstraining ist Voraussetzungstraining.

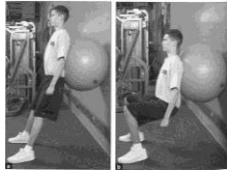
8

Bis zur Geschlechtsreife muss der Schwerpunkt im Nachwuchstraining auf der Beanspruchung der informationsaufnehmenden und – verarbeitenden Prozesse liegen.

## bis ABT: aufgabenbezogenes Voraussetzungstraining



Anpassung der  
 Wettkampfinhalte  
 und -formen



spezielle  
 Kräftigungsprogramme

Einfluss auf  
 Persönlichkeits-  
 entwicklung

rechtzeitige Beanspruchung  
 informationsaufnehmender & -  
 verarbeitender Systeme



Sicherung der Belastbarkeit  
 durch vielseitige athletische  
 Ausbildung



Entwicklung der sportart-  
 gerichteten Schnelligkeits-  
 voraussetzungen

## ab AST: komplexes leistungsausprägendes Training



deutliche Erhöhung  
 der Belastungs-  
 anforderungen

Steigerung der  
 Wettkampfanzahl

Übergang zum  
 Hochleistungstraining



Trainingsjahre	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Trainingsetappe	GLT			ABT			AST					HLT				
Kaderstufe				D			D/C		C			A/B				



Anschluss an  
 internationales  
 Leistungsniveau



stärkere Beanspruchung  
 energetischer Prozesse

## Talententwicklung

9

Eine vielseitige Grundausbildung ist die Basis für spätere Erfolge.

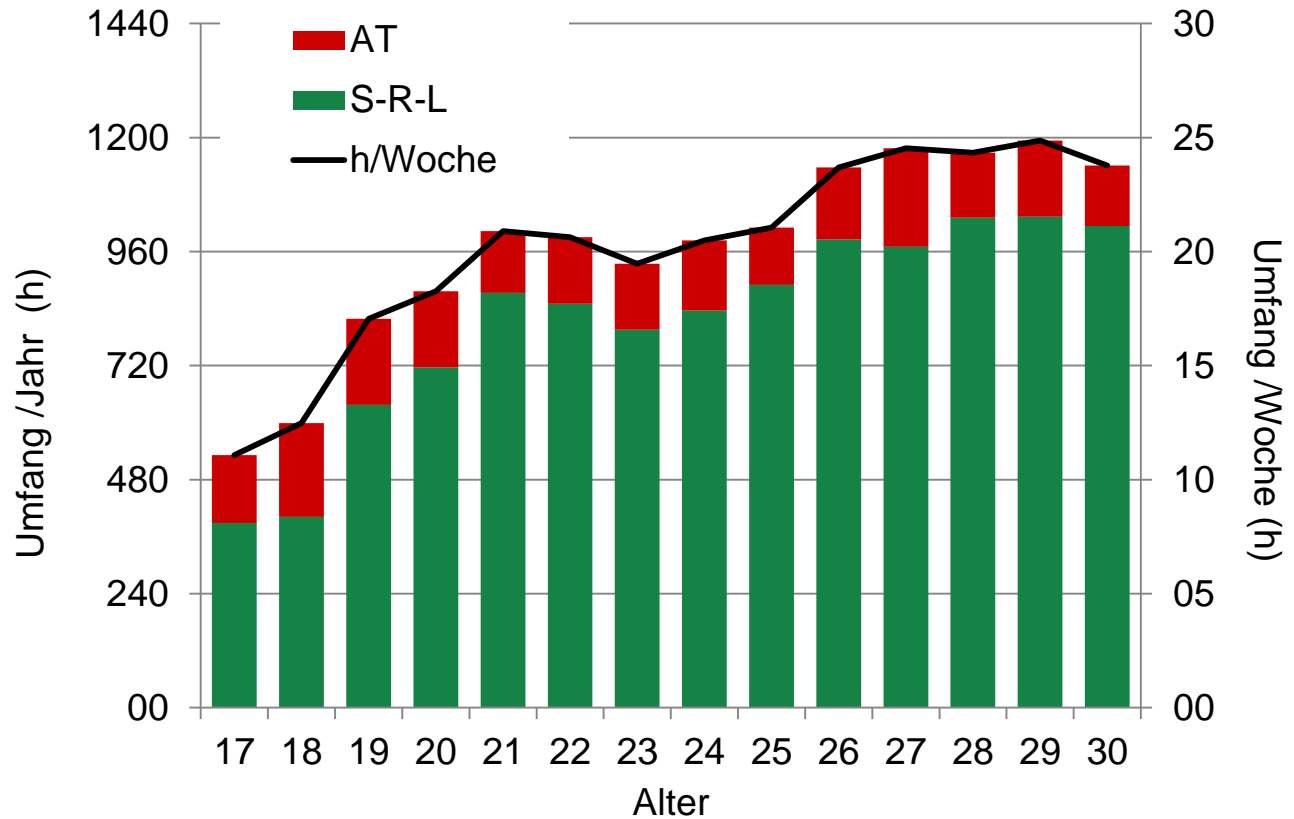
10

Allgemein-athletisches Training, die technische Beherrschung der Trainingsübungen und der Wechsel von Belastung und Erholung sichern die Belastbarkeit.

- Was verstehen wir unter Spezialisierung?
- Befunde in Ausdauer- und Spielsportarten: erfolgreiche Sportler sammeln bis Beginn ABT Erfahrungen in mehreren Sportarten; Erhöhung der spezifischen Umfänge systematischen Trainings erst im Jugendalter
- in Sportarten, in denen technische Fertigkeiten wesentliches Leistungskriterium sind, scheint frühe Spezialisierung erforderlich
- weder ausschließlicher Erfolg des Konzepts Vielseitigkeit noch der frühen Spezialisierung wissenschaftlich belegt
- Absolvieren der notwendigen Umfänge unumgänglich, um Leistungsvoraussetzungen vorzubereiten und Belastbarkeit zu sichern



## Trainingsumfänge Steffen Justus im Mehrjahresverlauf

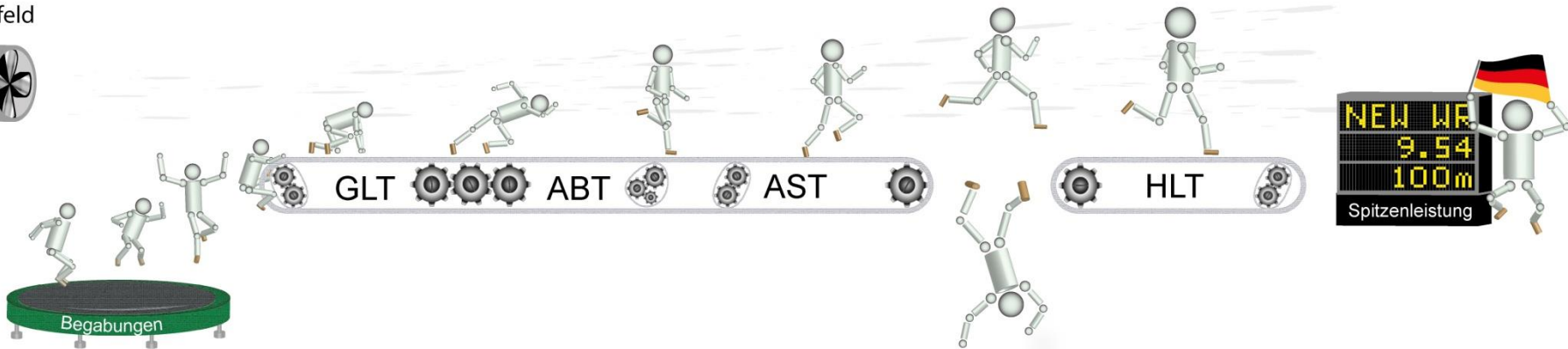


(📖 Justus, Justus & Moeller, 2013)



## Umfeld und Förderung

Umfeld



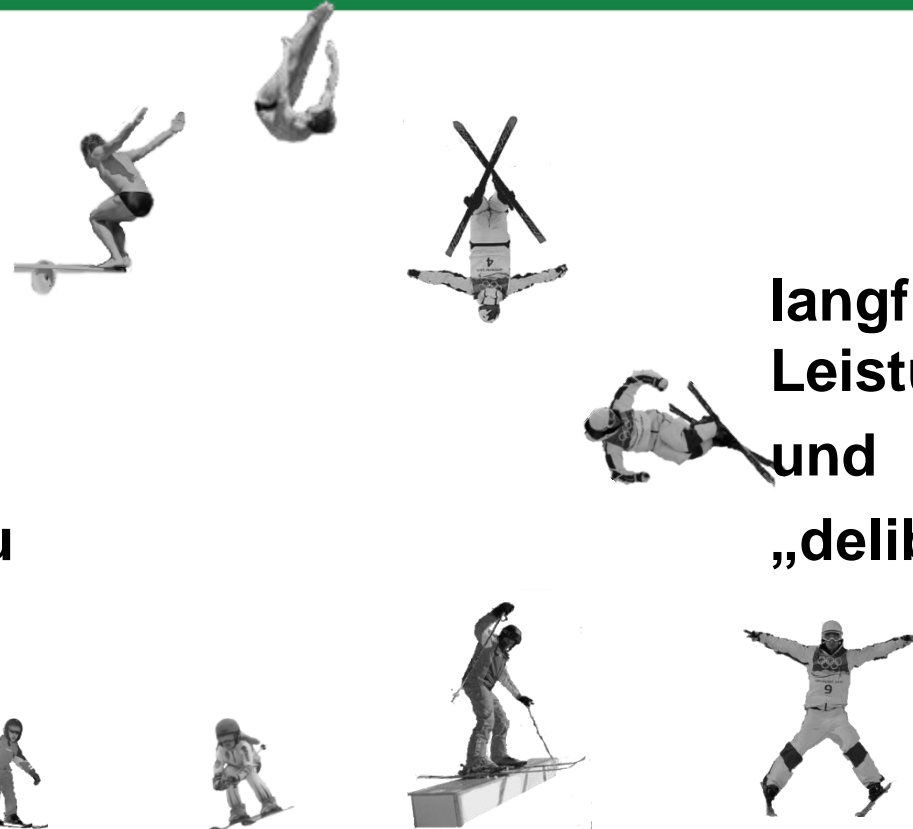
## Umfeld und Förderung

12

Eine erfolgreiche Talentförderung erfolgt zielgerichtet, systematisch und ist flexibel für individuelle Entwicklungswege.

**Talent-Transfer  
 und  
 kurzfristiger  
 Leistungsaufbau**

**langfristiger  
 Leistungsaufbau  
 und  
 „deliberate practice“**



<b>Kalendarisches Alter</b>	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
<b>Trainingsalter</b>		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Trainingsetappen</b>		AGA			GLT		ABT			AST		HLT				
<b>Kaderstufen</b>							D	D/C		C	B		A			

(📖 Deutscher Skiverband, 2007; Pechtl, Ostrowski & Klose, 1993))

# Talent-Transfer und später Einstieg?

**Ja!**

- altersabhängige, sportartspezifische Anforderungsprofile
- Identifikation mit deutschem Leistungssportsystem/Verantwortungsbewusstsein für Gesamterfolg
- Anreizsysteme für Gebersportarten
- sportartübergreifende Steuerung und Koordination

Top Athletes

SKI & SNOWBOARD AUSTRALIA Pathway Program

OWN THE | A NOUS LE PODIUM | PODIUM

Development

The UK Talent Team is seeking competitive sports men and women with the potential to become Olympic champions in 2016.

HAVE YOU GOT WHAT IT TAKES?

## Umfeld und Förderung

13

Talente müssen systematisch gefördert und gefordert werden, um ihre sportliche wie auch persönliche Entwicklung zu gewährleisten.

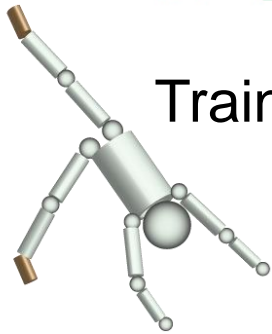
- Persönlichkeitsentwicklung fördern
- Entwicklung psychischer Leistungsvoraussetzungen fördern (Selbstvertrauen, Selbstorganisation, Umgang mit Druck,...)
- systematisch Herausforderungen organisieren
- Trainingsqualität und Wettkampferfahrung sichern (Zentralisierung, Lehrgangsmaßnahmen, internationaler Austausch)



## Umfeld und Förderung

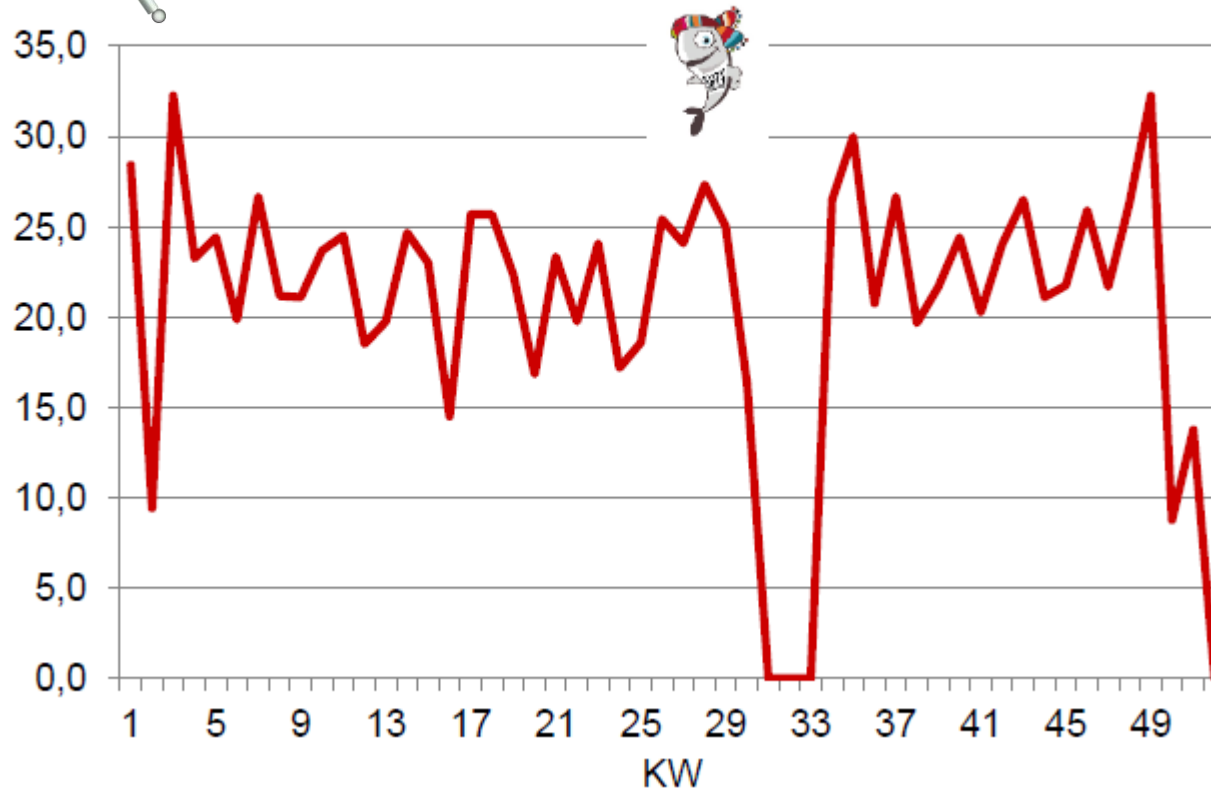
14

Eine erfolgreiche sportliche Entwicklung erfordert flexible (Aus-)Bildungsmöglichkeiten für Nachwuchsathleten.



## Trainingsumfänge Sophie Scheder mit 14 Jahren

2011- Trainingsstunden/Woche  
 (1079h gesamt)



(© Naundorf, Scheder & Frehse)



## Umfeld und Förderung

15

Talententwicklung bedarf kompetenter und für die Anforderungen in den Ausbildungsetappen qualifizierter Trainer.

## Entwicklung des Sportlers durch Förderung von

### Competence

*sportliche Leistung (Leistungsvoraussetzungen  
und komplexe Wettkampfleistung)*

### Confidence

*Selbstvertrauen*

### Connection

*Anschluss, soziale Kontakte*

### Character

*Persönlichkeitseigenschaften, Empathie, Werte*

( Côté et al., 2009)

- Anforderungsprofile und mögliche Entwicklungswege
- Kriterienkatalog und Test-/Beurteilungsinstrumentarium
  - ✓ Transparenz und Objektivität
  - ✓ komplexe Entwicklungsdokumentation statt Momentaufnahme
  - ✓ Berücksichtigung soziales Umfeld, biologische Reife, Athletenbiografie
- Flexibilität und Offenheit des Systems
- Förderung von Talenten statt Leistungsauffälligen
- Orientierungen/Rahmen nötig, aber sportartspezifische – und individuelle - Betrachtung





# Danke für's Zuhören!

**Institut für Angewandte Trainingswissenschaft  
Marschnerstraße 29, 04109 Leipzig**

**Dr. Antje Hoffmann  
Leiterin FB Nachwuchsleistungssport  
E-Mail: [ahoffmann@iat.uni-leipzig.de](mailto:ahoffmann@iat.uni-leipzig.de)  
Tel.: + 49 341 4945 - 167  
Fax: + 49 341 4945 - 400**

Gefördert durch:



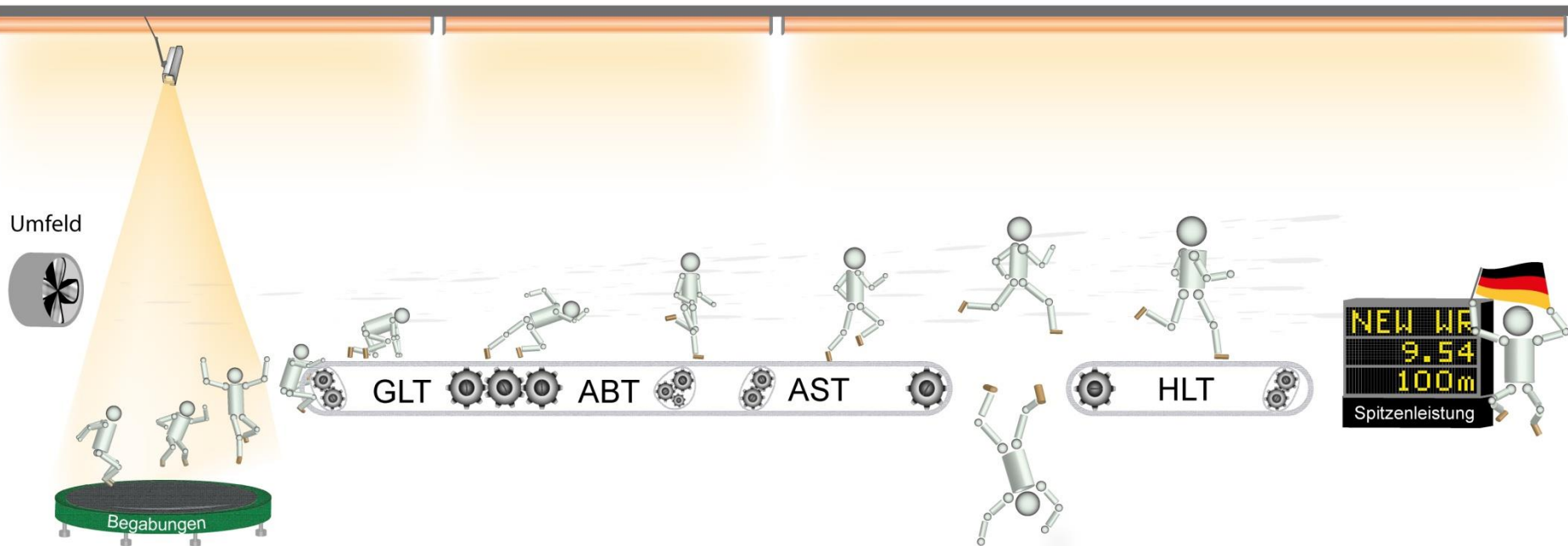
aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Ein Institut im Verein IAT/FES e. V.



	Begabung	Olympiasieger	Umfeld
<b>Ausdauer</b>	Fleiß/Disziplin, Belastbarkeit, Motivation, Ausdauer, Koordination	Fleiß/Disziplin, Belastbarkeit, Selbstvertrauen, Ausdauer, Umgang mit Druck	Fachkompetenz, Unterstützung Familie, Trainingsgruppe
<b>Kraft/SK</b>	Koordination, Fleiß/Disziplin, Motivation, Ehrgeiz, Schnelligkeit	Fleiß/Disziplin, Selbstvertrauen, Technik, Motivation, Leidenschaft	Fachkompetenz, Unterstützung Familie, Trainingsstätte
<b>Spiel</b>	Koordination, Motivation, Fleiß/Disziplin, Gefühl, Teamfähigkeit	Fleiß/Disziplin, Umgang mit Druck, Wille, Taktik, Leidenschaft	Fachkompetenz, Unterstützung Familie, Trainingsgruppe
<b>Technisch-akrobatisch</b>	Belastbarkeit, Koordination, Fleiß/Disziplin, Schnelligkeit, Motivation	Fleiß/Disziplin, Belastbarkeit, Konzentration, Wille, Technik	Fachkompetenz, Unterstützung Familie, Trainingsstätte
<b>Zweikampf</b>	Fleiß/Disziplin, Belastbarkeit, Koordination, Schnelligkeit, Ehrgeiz	Fleiß/Disziplin, Selbstvertrauen, Umgang mit Druck, Wille, Leidenschaft	Fachkompetenz, Unterstützung Familie, Vereinbarkeit Schule
<b>sonstige</b>	Koordination, Konzentration, Fleiß/Disziplin, Auge, Wille	Fleiß/Disziplin, Technik, Selbstvertrauen, Konzentration, Umgang mit Druck	Fachkompetenz, Unterstützung Familie, Trainingsstätte

## Begabungen



## Begabungen

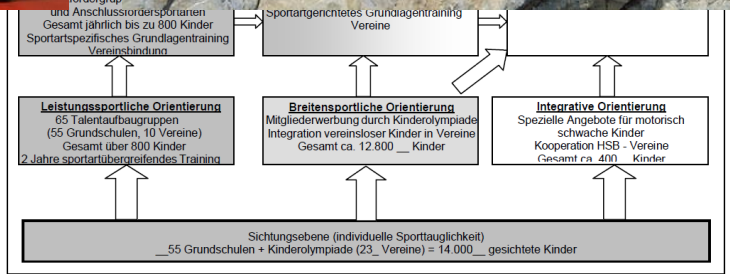
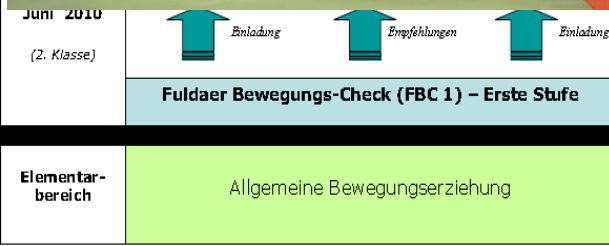
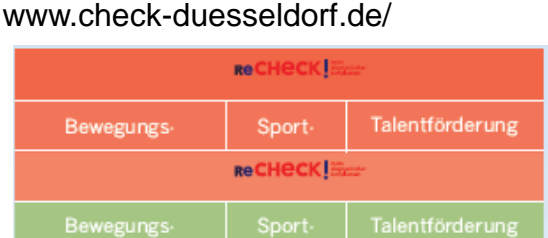
1 Kindliche Bewegungsförderung steht am Anfang einer Spitzensportkarriere.

2 Eine systematische Talentsuche ist Voraussetzung, um möglichst viele begabte Kinder zu gewinnen.

**MBJS – Forschungsprojekte zum Schulsport**



**EMOTIKON-Grundschulsport** (2010 - 2014)  
 „Erfassung der motorischen Leistungsfähigkeit in der JST 3 zur kontinuierlichen Evaluierung des Sportunterrichts und einer

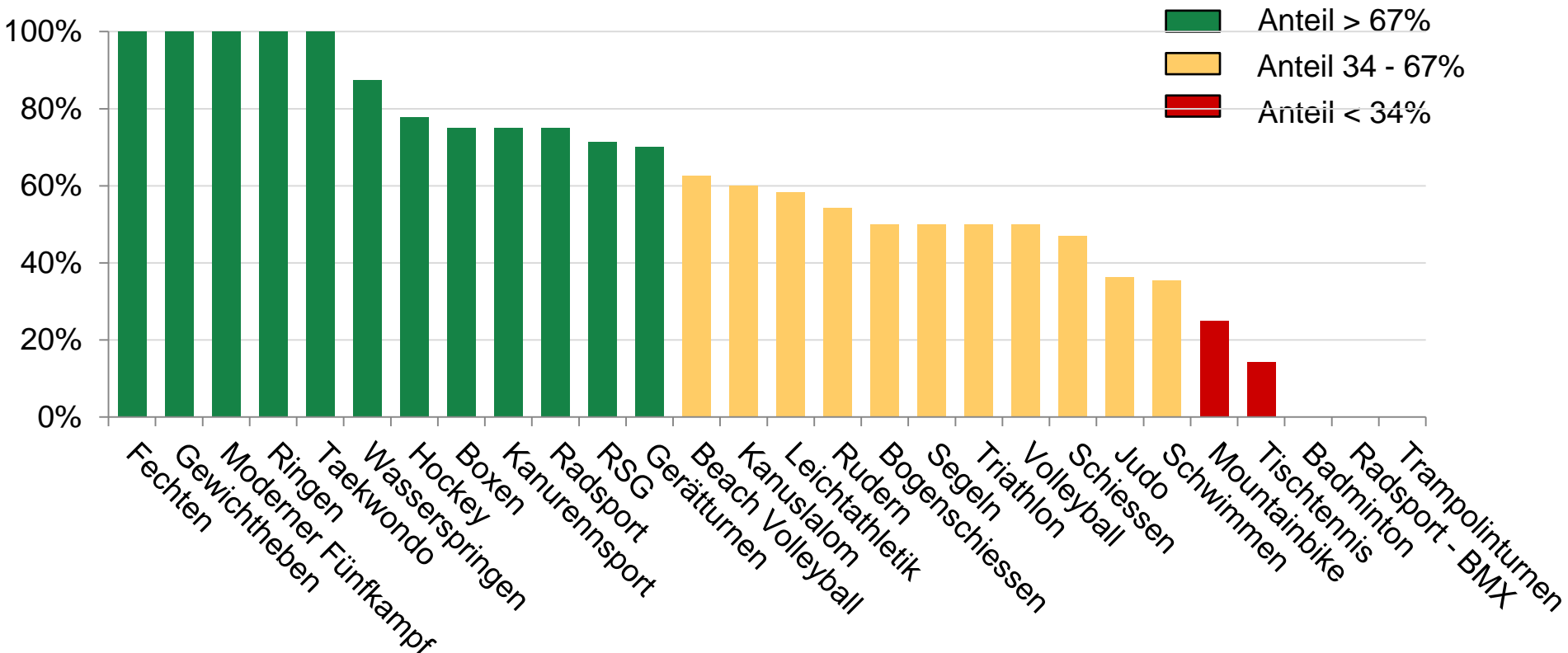


[www.bewegungcheck-fulda.de/](http://www.bewegungcheck-fulda.de/)

[www.hamburger-sportbund.de/hsb/talentsichtung.php5](http://www.hamburger-sportbund.de/hsb/talentsichtung.php5)

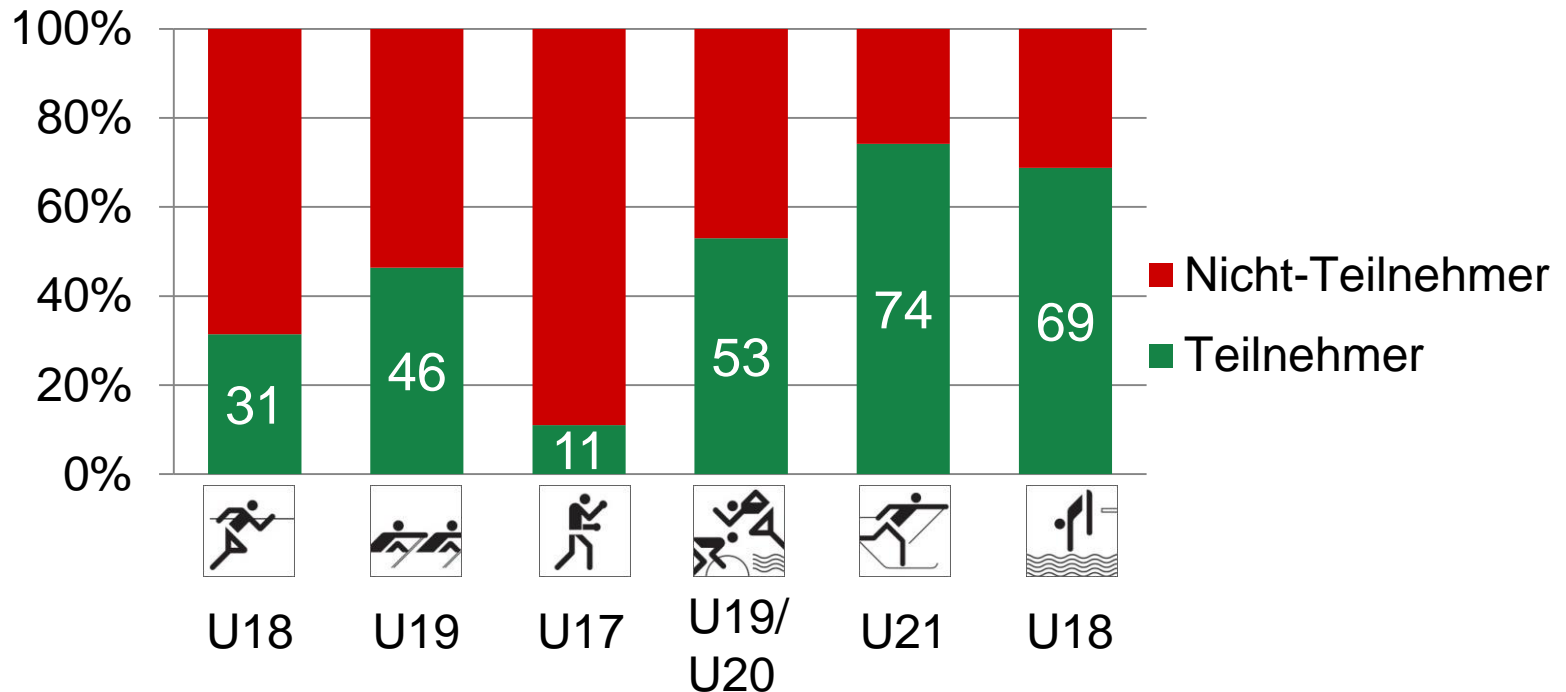


## Anteil JWM-Teilnehmer an der Olympiamannschaft London 2012



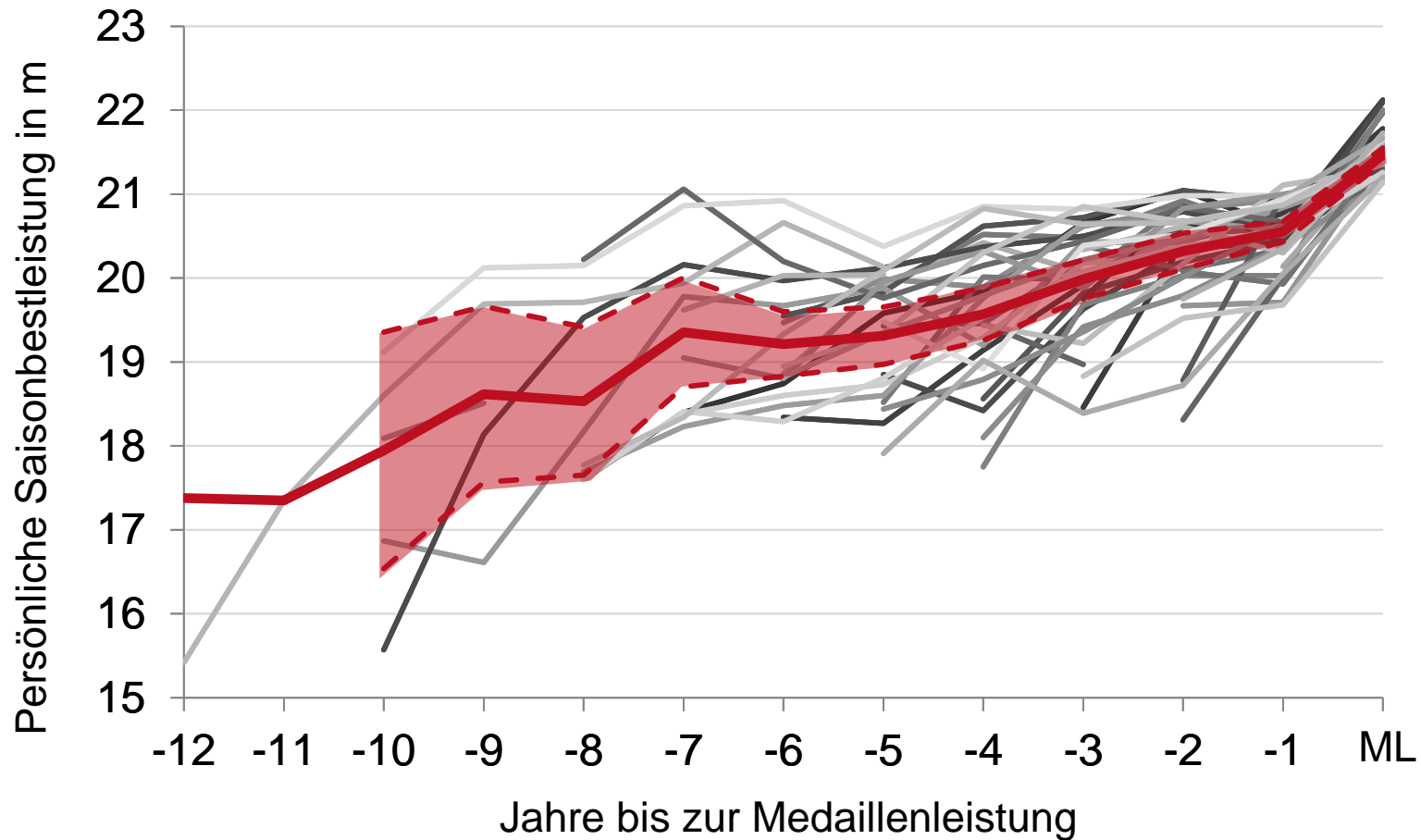
Gesamtanteil 54,5%

## Anteil der JWM-Teilnehmer an der Weltspitze



- unterschiedliche Funktion der JWM im LLA
- sportartübergreifende Aussagen nicht sinnvoll

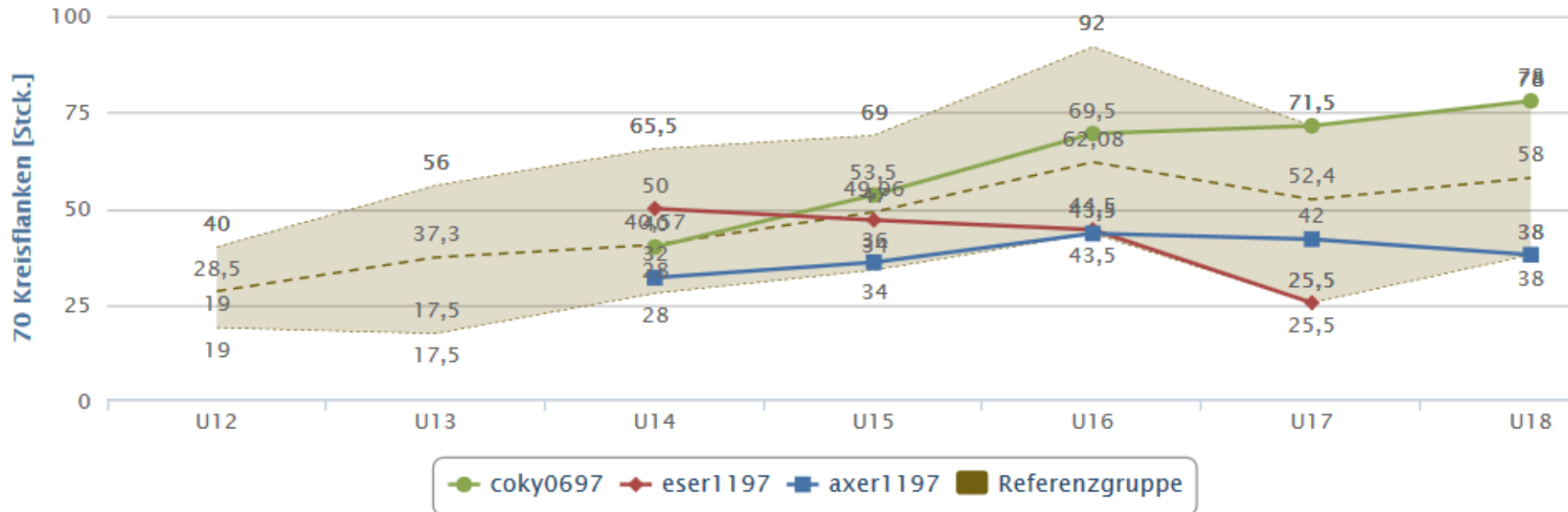
## Unterschiedliche Wege sind möglich



- Entwicklung bis zur Medaillenleistung oder zum Zielwettkampf sinnvoller

# Wozu Entwicklungsdokumentation?

70 Kreisflanken [Stck.], Testergebnisse nach Altersklasse  
axer1197, coky0697, eser1197 im Vergleich zur Referenzmenge Gerätturnen

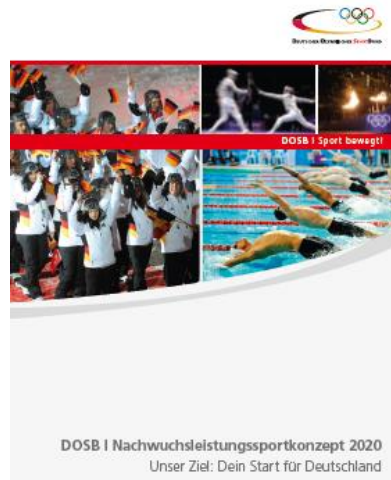


**Tabelle**

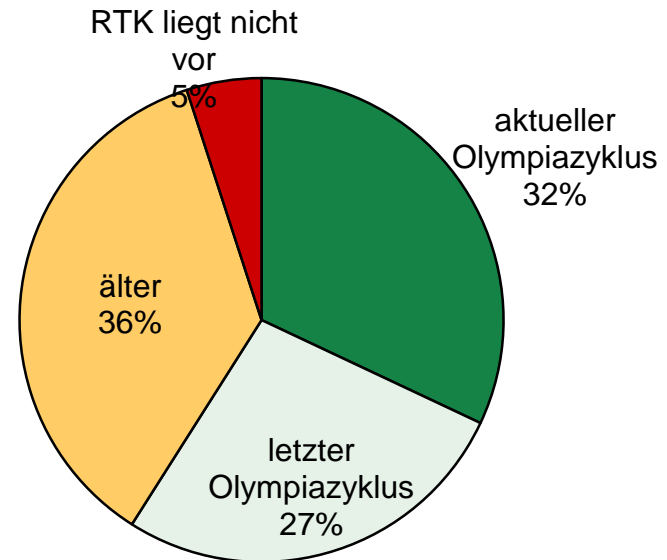
Sportler	U12	U13	U14	U15	U16	U17	U18
Durchschnitt	28,5	37,3	40,6	49,1	62,1	52,4	58
Maximum	40	56	65,5	69	92	71,5	78
Minimum	19	17,5	28	34	43,5	25,5	38
axer1197			32	36	43,5	42	38
coky0697			40	53,5	69,5	71,5	78
eser1197			50	47	44,5	25,5	

## Rahmentrainingskonzeptionen

unter der Lupe



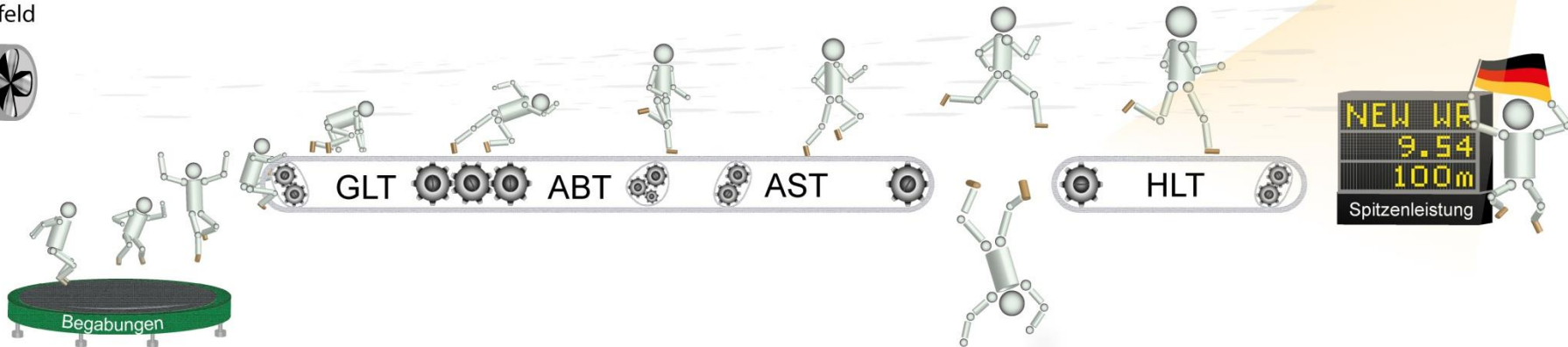
## Aktualität der Rahmentrainingskonzeptionen (Stand 12/2009)



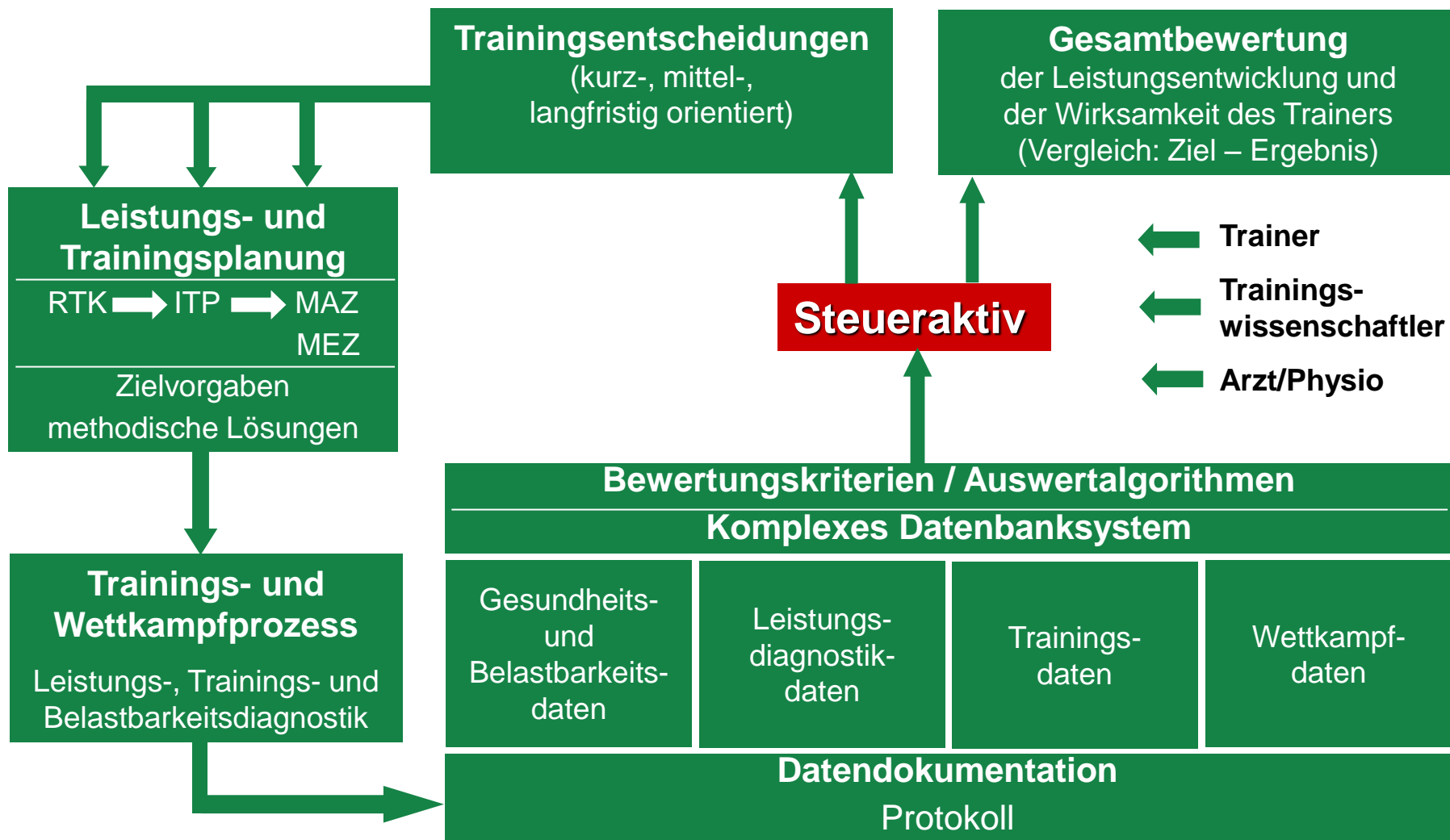
„eine wesentliche Aufgabe ... kommt dem Spitzenverband mit der Erstellung einer RTK bzw. mit RTP für die einzelnen Ausbildungsetappen zu.“

## Spitzenleistung

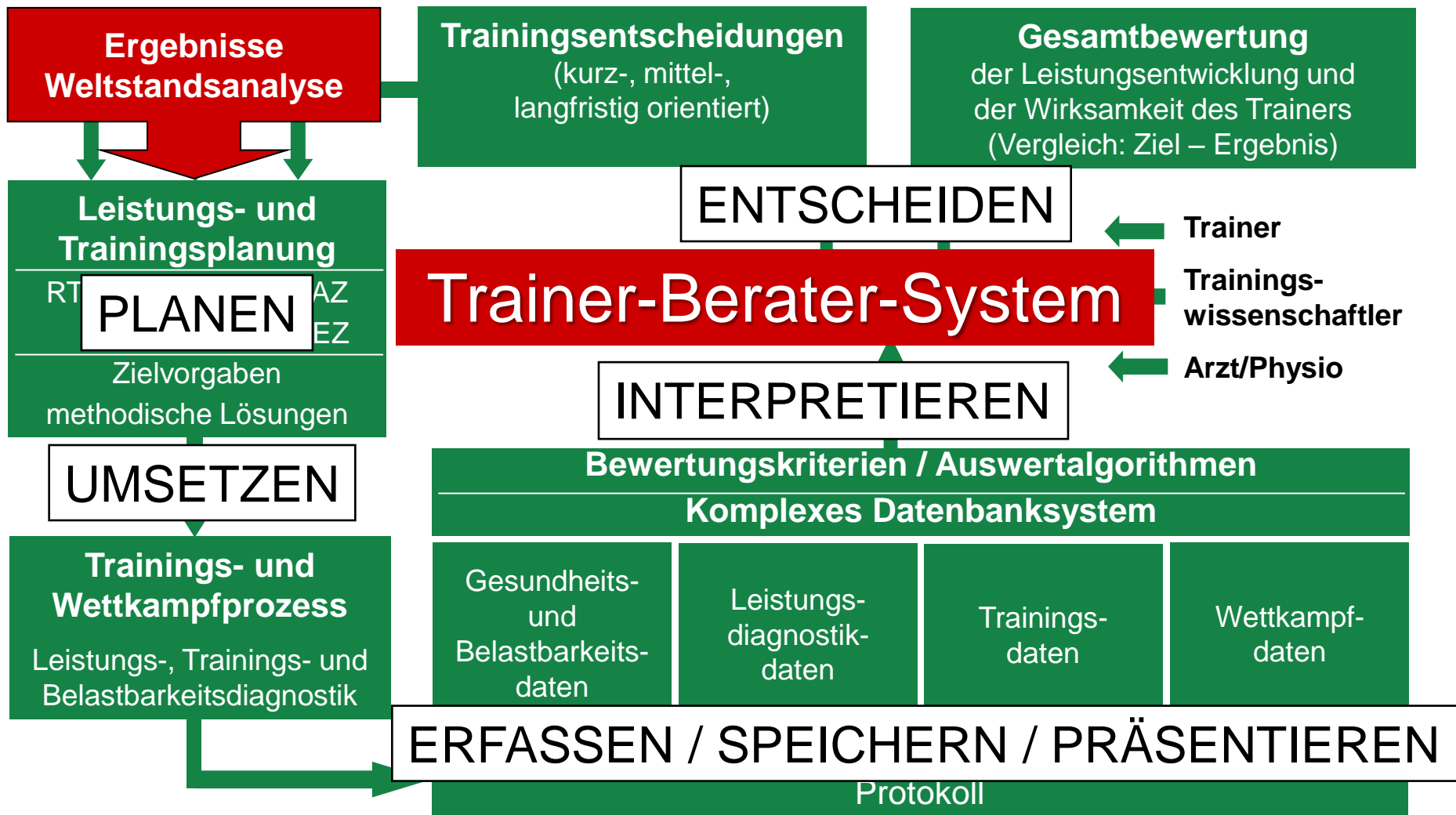
Umfeld



# Hauptinhalte der wissenschaftlichen Prozessunterstützung als GL der Trainingssteuerung



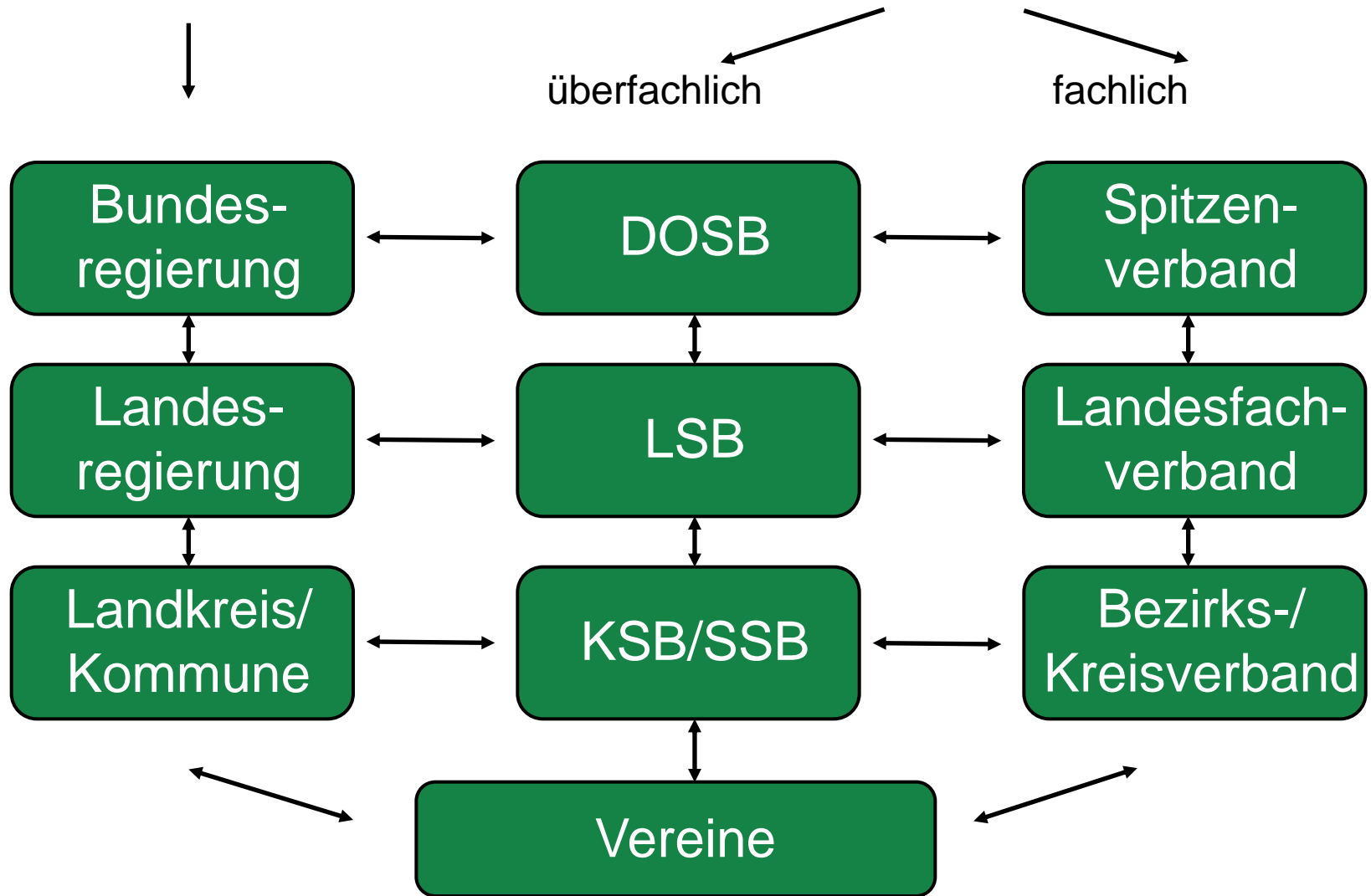
# Hauptinhalte der wissenschaftlichen Prozessunterstützung als GL der Trainingssteuerung





## Öffentliche Verwaltung

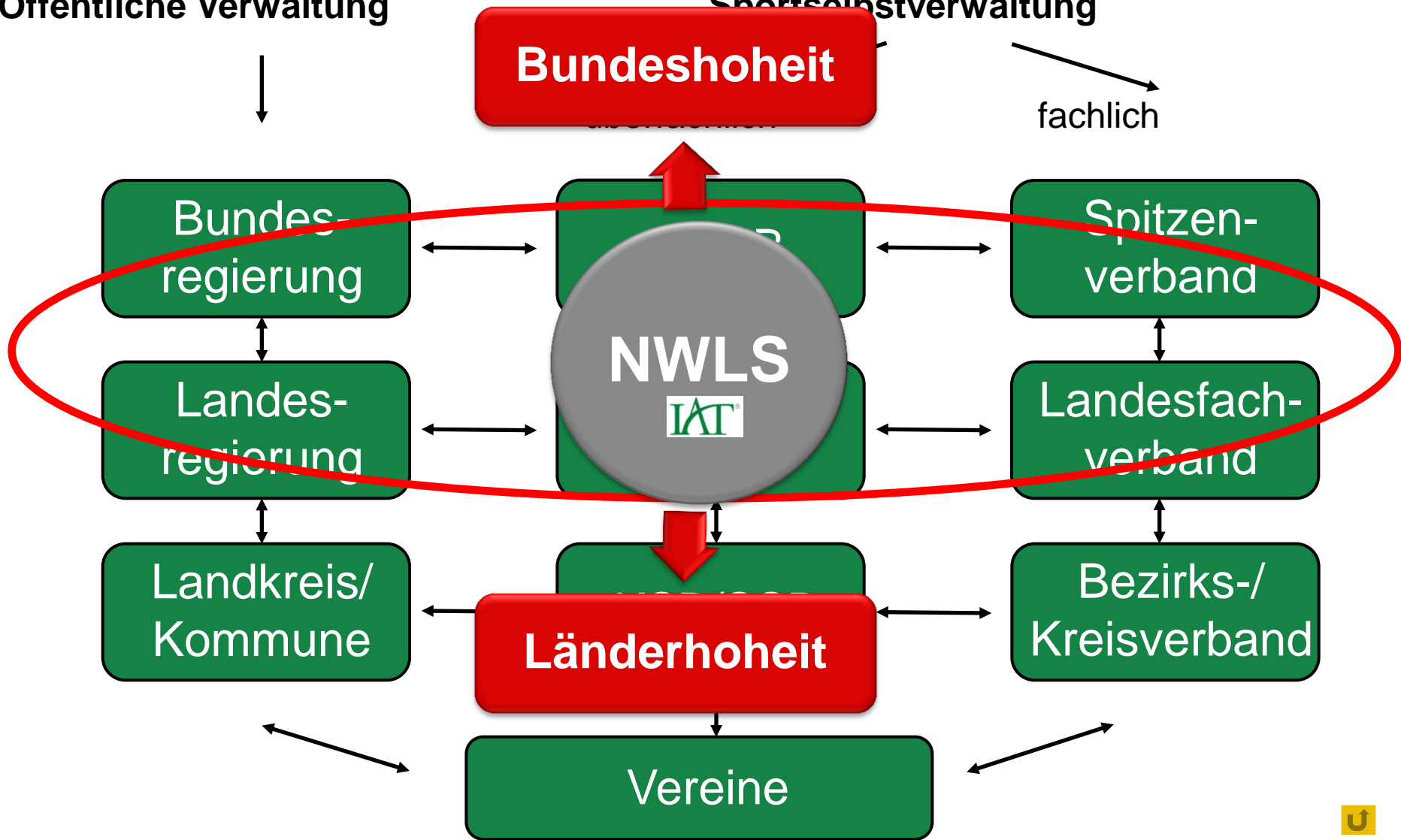
## Sportselbstverwaltung



# ... und was wir tun

**Öffentliche Verwaltung**

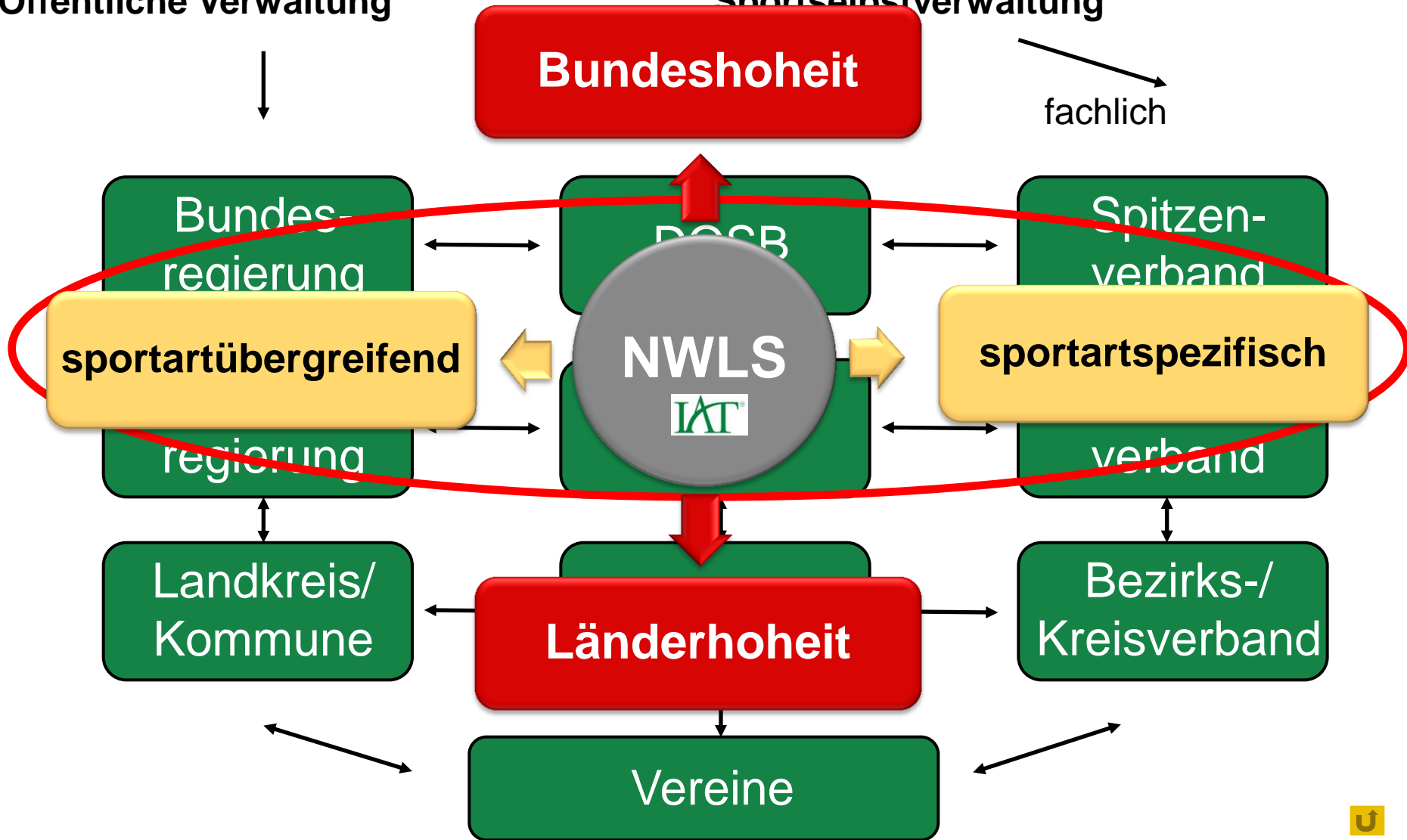
**Sportselbstverwaltung**



# ... und was wir tun

**Öffentliche Verwaltung**

**Sportselbstverwaltung**

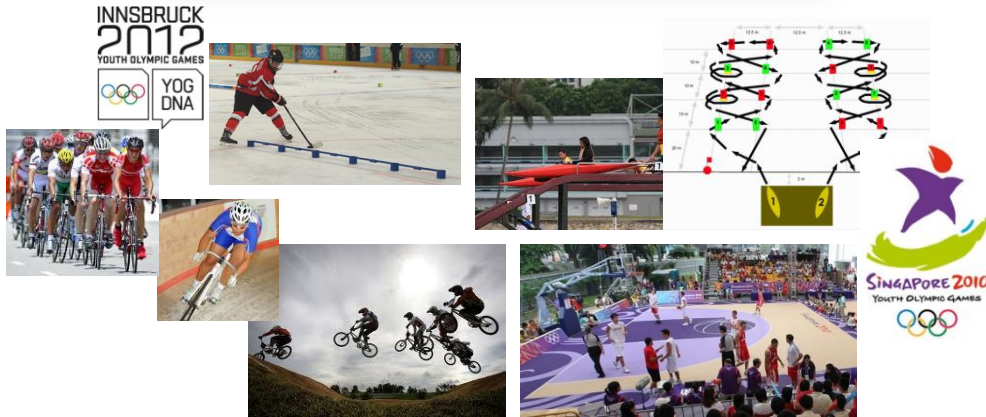


## Talententwicklung

11

Erfolgreiche Talententwicklung erfordert altersgerechte Wettkampfsysteme.

## Olympische Jugendspiele



## Kinderleichtathletik

	Kinderleichtathletik			Jugendleichtathletik
	U8 (w/m 4/7)	U10 (w/m 8/9)	U12 (w/m 10/11)	U14
Vom „Schnell-Laufen“ zum Sprint	30 m (aus verschiedenen Lagen)	40 m (Hoch-/Dreipunkt-Kauerstart)	50 m (Tiefstart aus dem Block)	60 m
Vom „Über-Laufen“ zum Hürdensprint	30-m-Hindernissprint-Staffel (Abstand: 3 – 5 m, Höhe: 30 cm)	30-/40-m-Hindernissprint-Staffel (Abstand: 4 – 6 m, Höhe: 30 – 50 cm)	40-/50-m-Hindernissprint-Staffel (Abstand: 5 – 7 m, Höhe: 40 – 60 cm) 50-m-Hindernissprint	40-/50-m-Hindernissprint-Staffel (Abstand: 5 – 7 m, Höhe: 40 – 60 cm) 50-m-Hindernissprint
Vom „Staffel-Laufen“ zur Rundenstaffel			6 x 50-m-Staffel	4 x 50-m-Staffel
Vom „Ausdauer-Laufen“ zum Dauerlaufen	Team-Biathlon (400 – 600 m)	Team-Biathlon (600 – 800 m)	Team-Verfolgung (6 x 800 m) Stadioncross (1500 – 2000 m)	3 x 800 m/3 x 1000 m



## Orientierungen Wettkampfsysteme Fußball

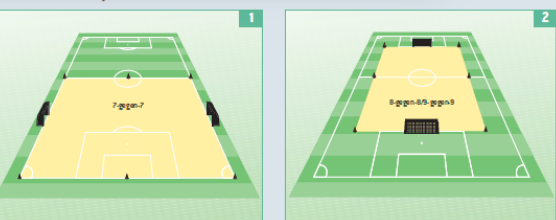
## Ski-Inline Skitty-Test/Kids-Cross

Ideale Wettspiele für Bambini



SPIELFORMEN:	4 gegen 4 (ohne Torhüter) oder 4 + Torhüter gegen 4 + Torhüter
SPIELFELD:	bis 20 x 15 Meter
TORBREITE:	bis 2 Meter
SPIELBETRIEB:	Spiel-Nachmittage

Ideale Wettspiele für D-Junioren



SPIELFORMEN:	7 gegen 7, 8 gegen 8 oder 9 gegen 9 (inklusive Torhüter)
SPIELFELD:	etwa 50 x 70 Meter
TORGRÖSSE:	5 Meter breit, 2 Meter hoch
SPIELBETRIEB:	Meisterschaftsbetrieb

