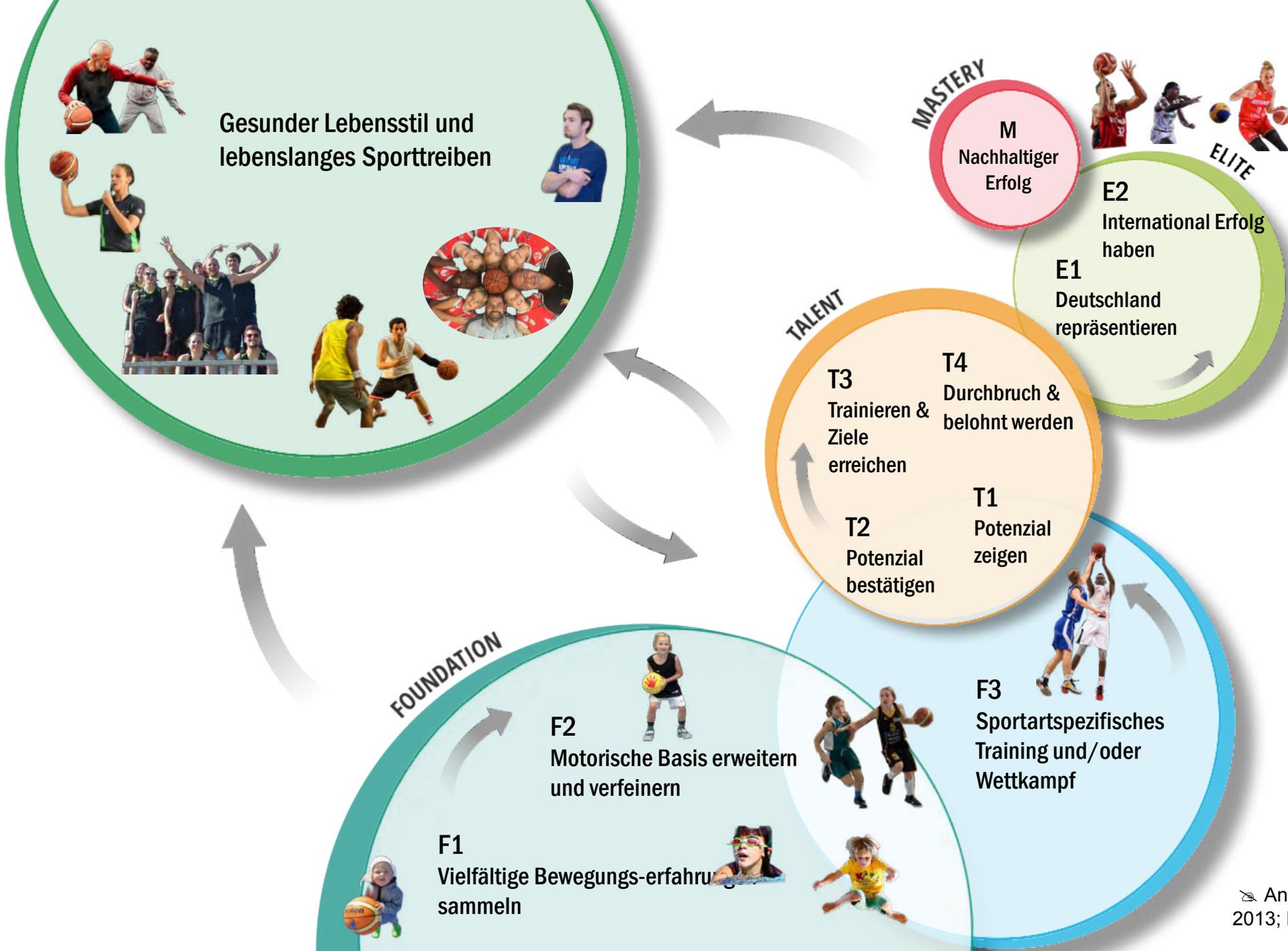


# Was heißt denn hier Talent?

*Jugendbasketball-Symposium*

*Antje Hoffmann*

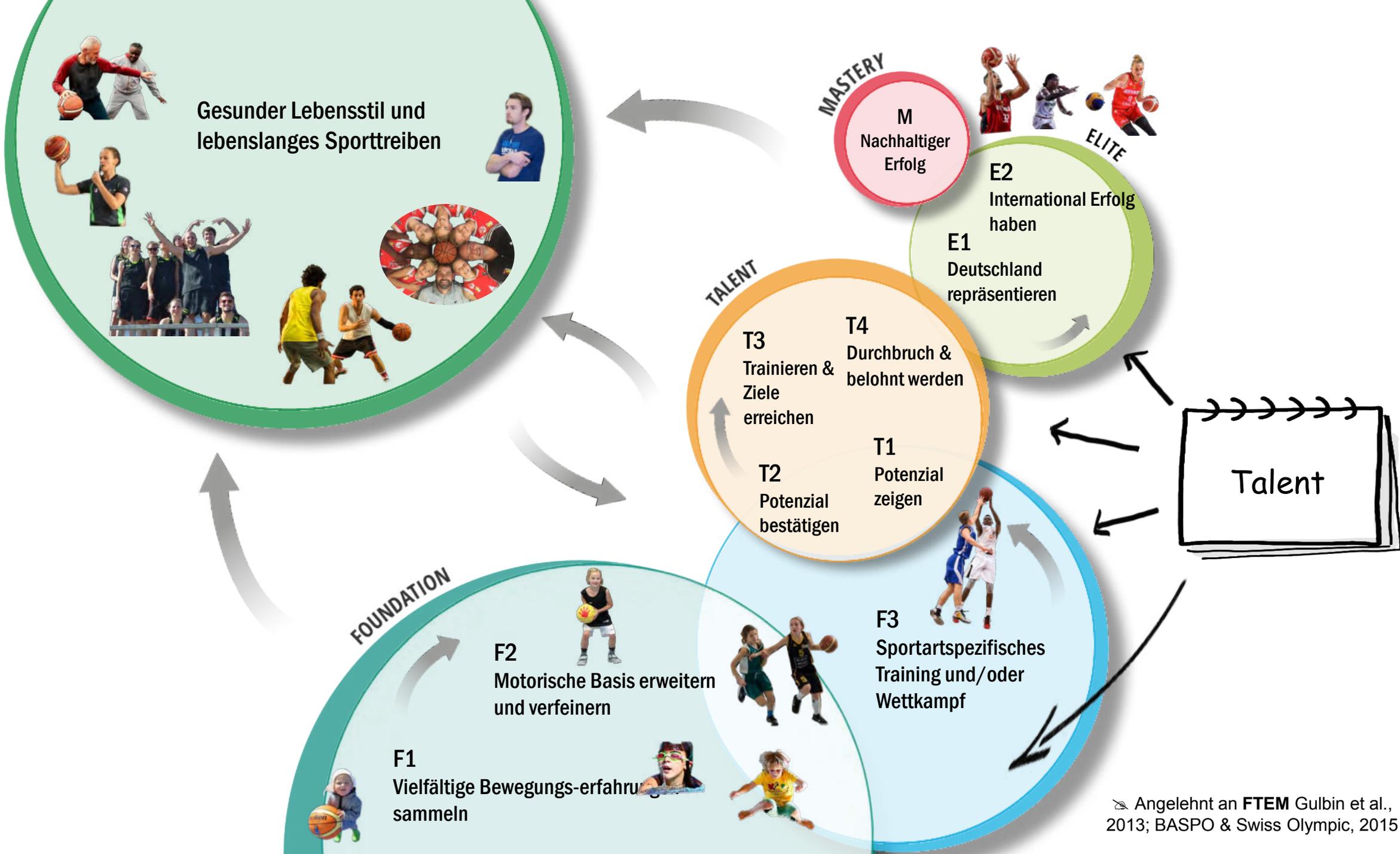
1. Jugendbasketball – ein weites Feld
2. Was macht ein Talent im Basketball aus?
3. Was heißt das für die Talentidentifikation?



# Talent im Basketball

Was macht Talente aus und wie können wir deren Entwicklungs-Chancen verbessern?

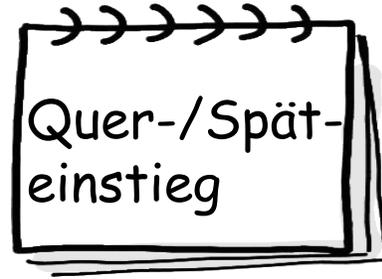
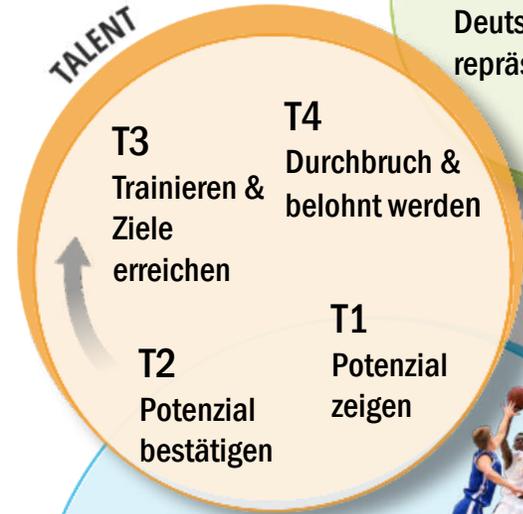
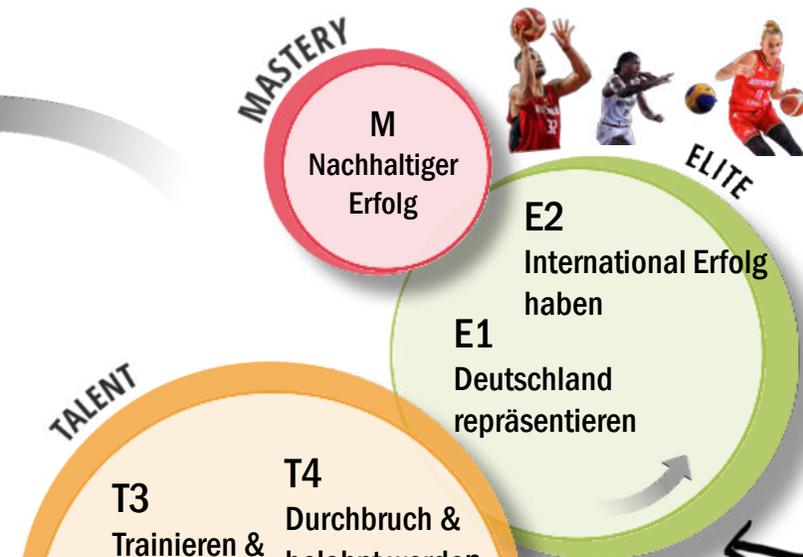




# Quer- und Späteinstieg im Basketball

– eine sinnvolle Ergänzung zum klassischen  
Sichtungssystem?





⌘ Angelehnt an **FTEM** Gulbin et al., 2013; BASPO & Swiss Olympic, 2015

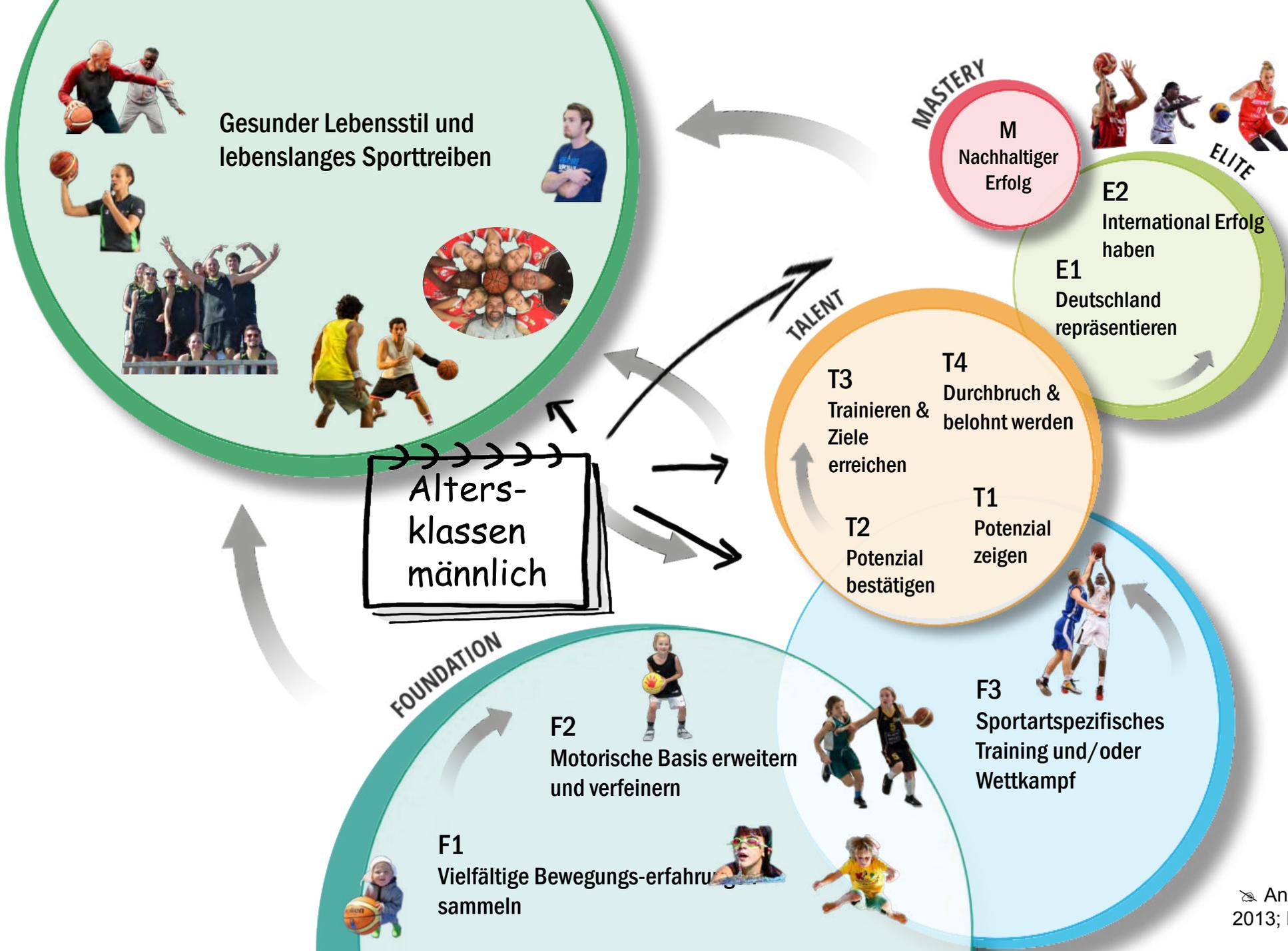
# Altersklassen männlich

- ...?



Offizieller Ausrüster    Offizieller Contentpartner    Offizieller Bildungspartner    Offizieller Ballpartner    Offizieller Medienpartner    Gesellschafter

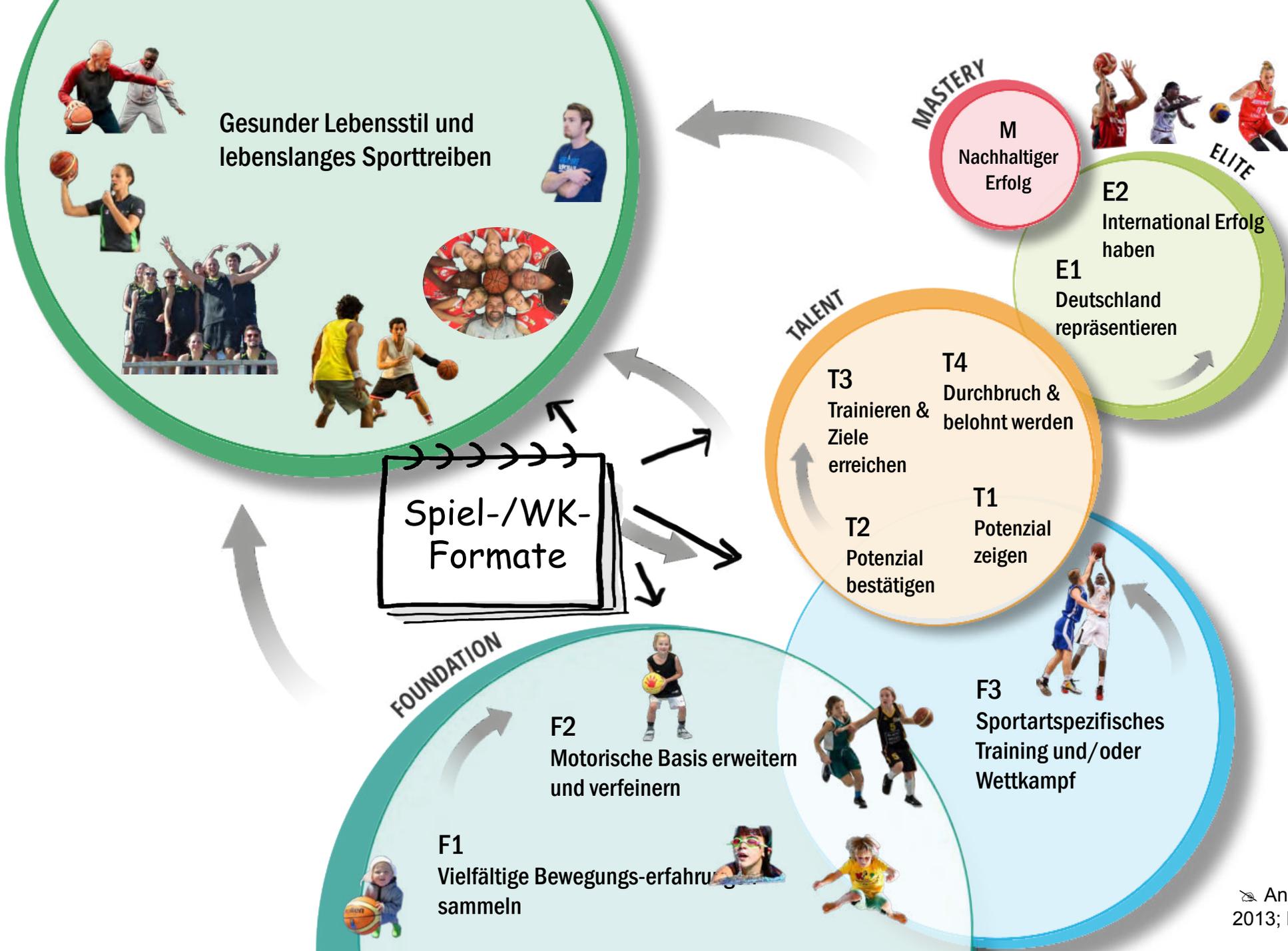




# Entwicklung Spiel-/Wettkampfformate

Kann eine positive Wettkampferfahrung für alle Kinder überall mit demselben Format funktionieren oder welche Alternativen haben wir?

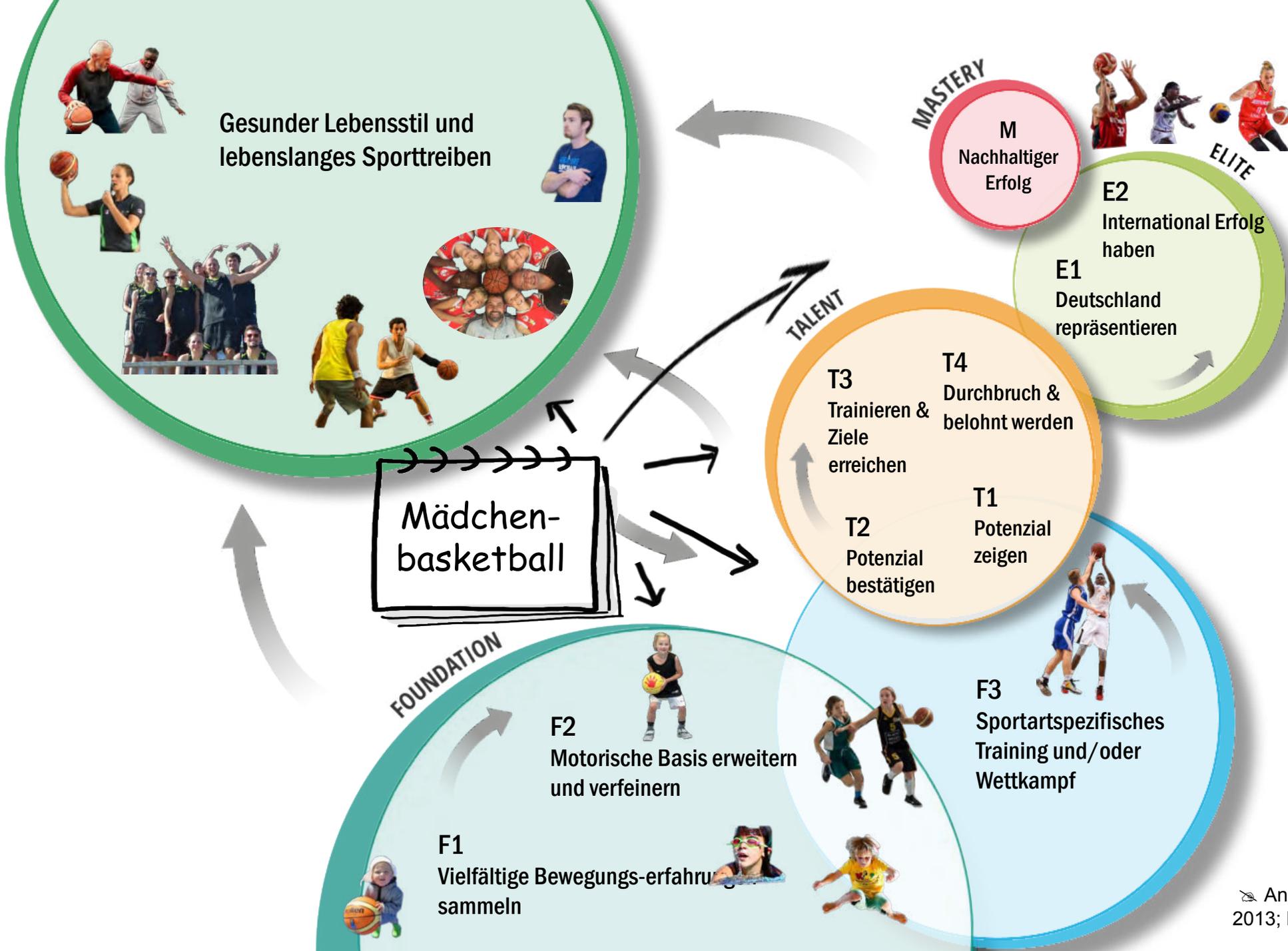




# Mädchenbasketball anders denken

- Ideen für eine Agenda 2030



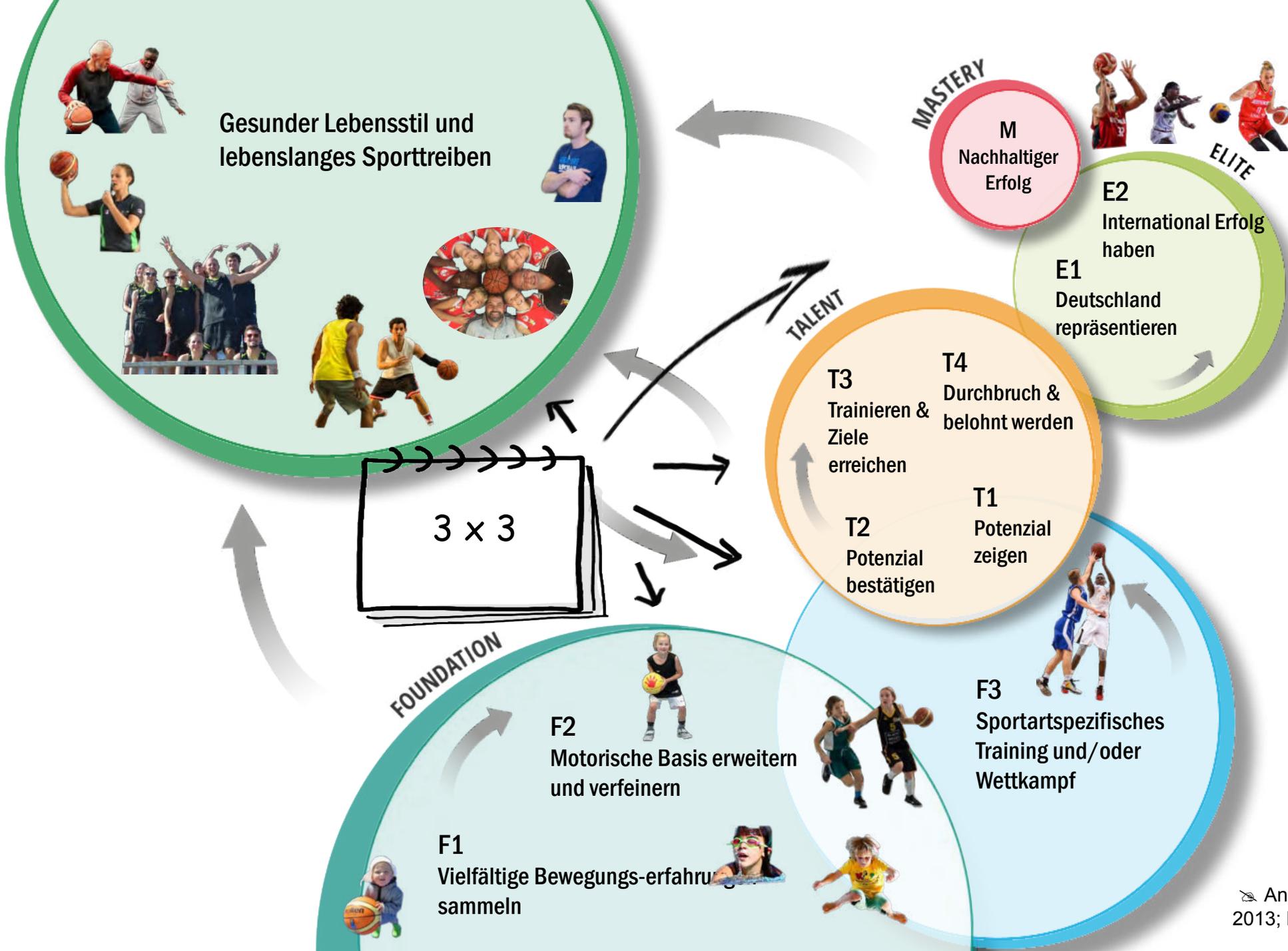


# Entwicklung und Einbindung von 3x3

Wie kann 3x3 noch nachhaltiger  
etabliert werden?

Ist es die Spielform der Zukunft?

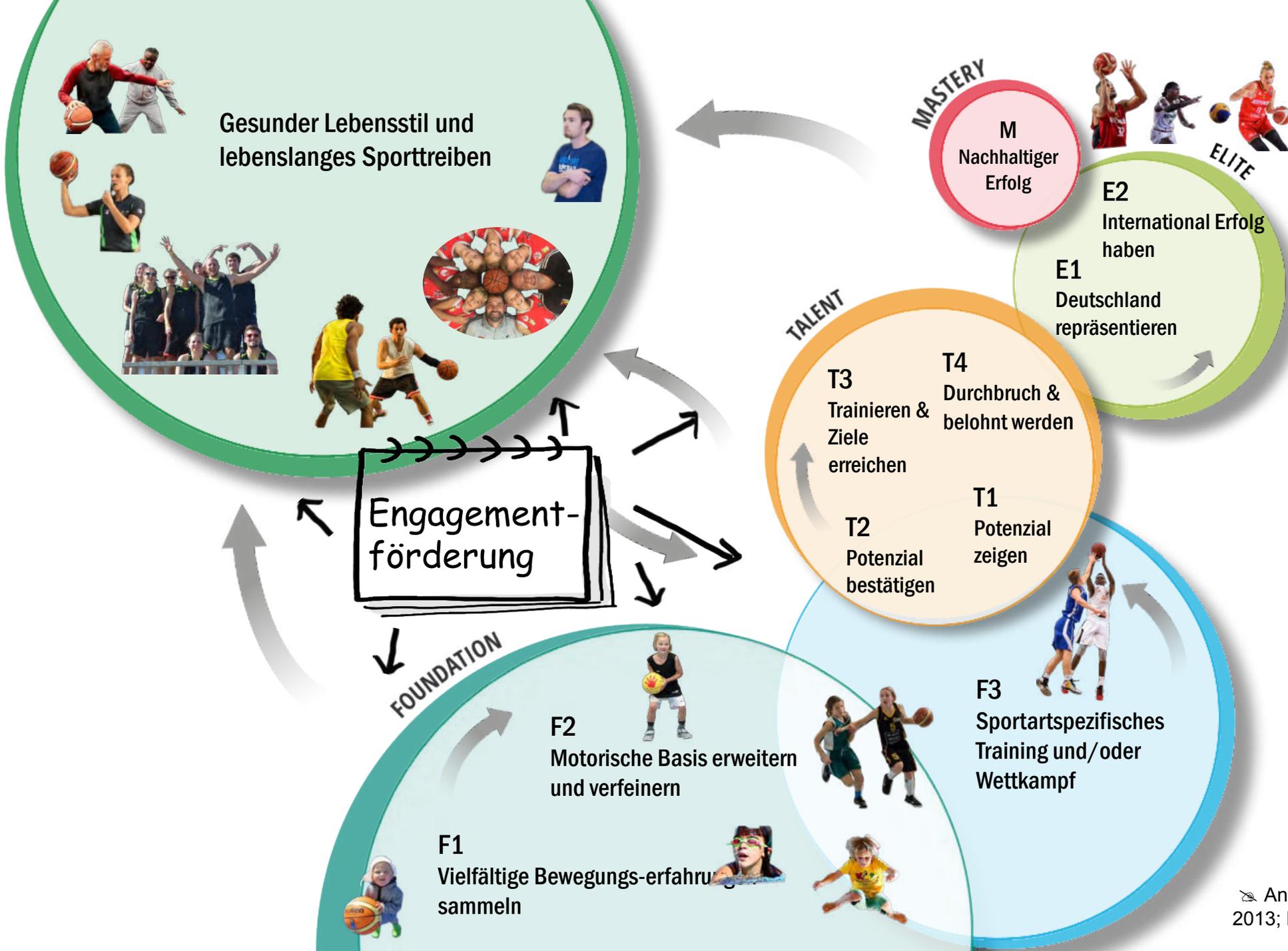


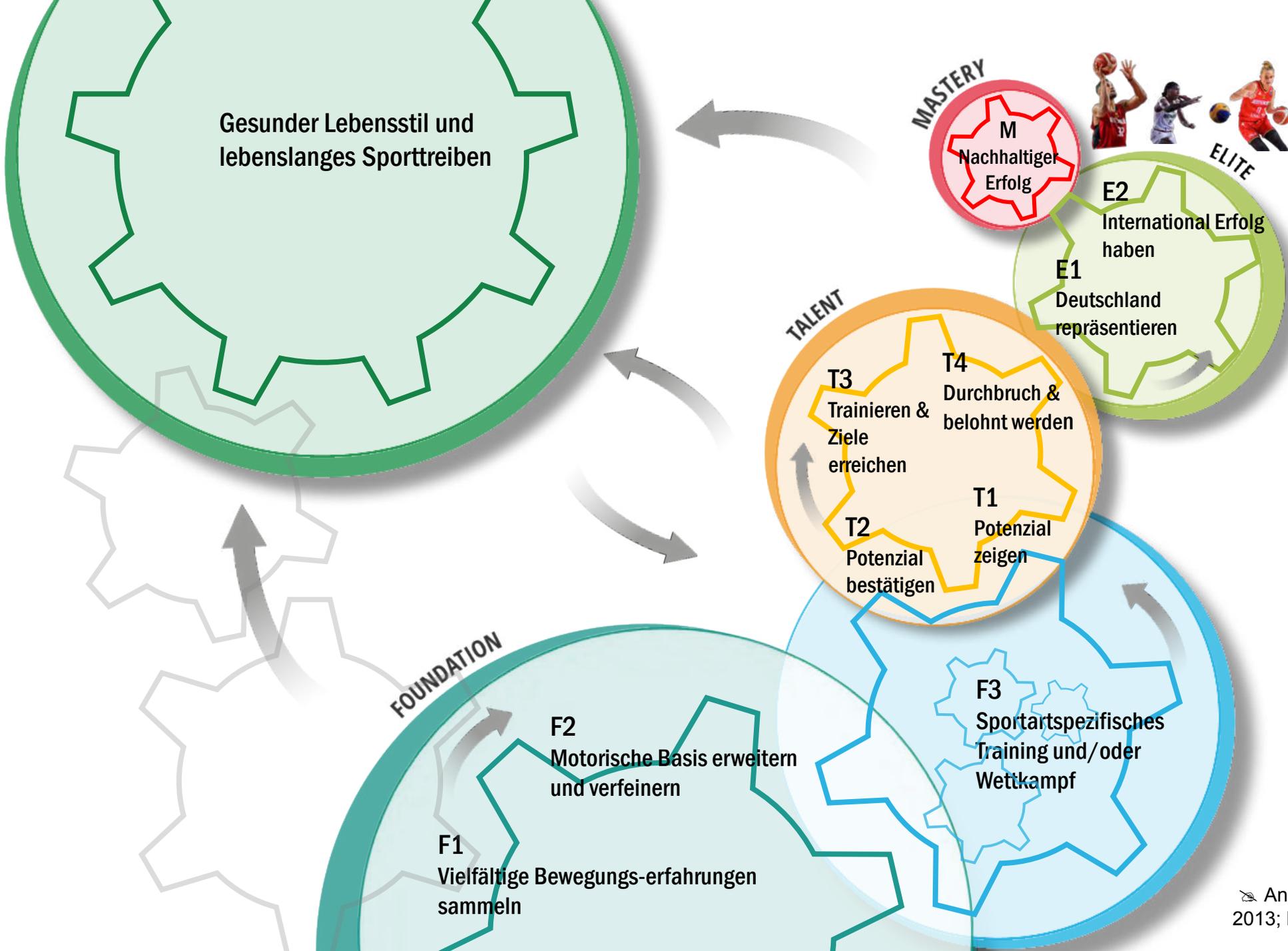


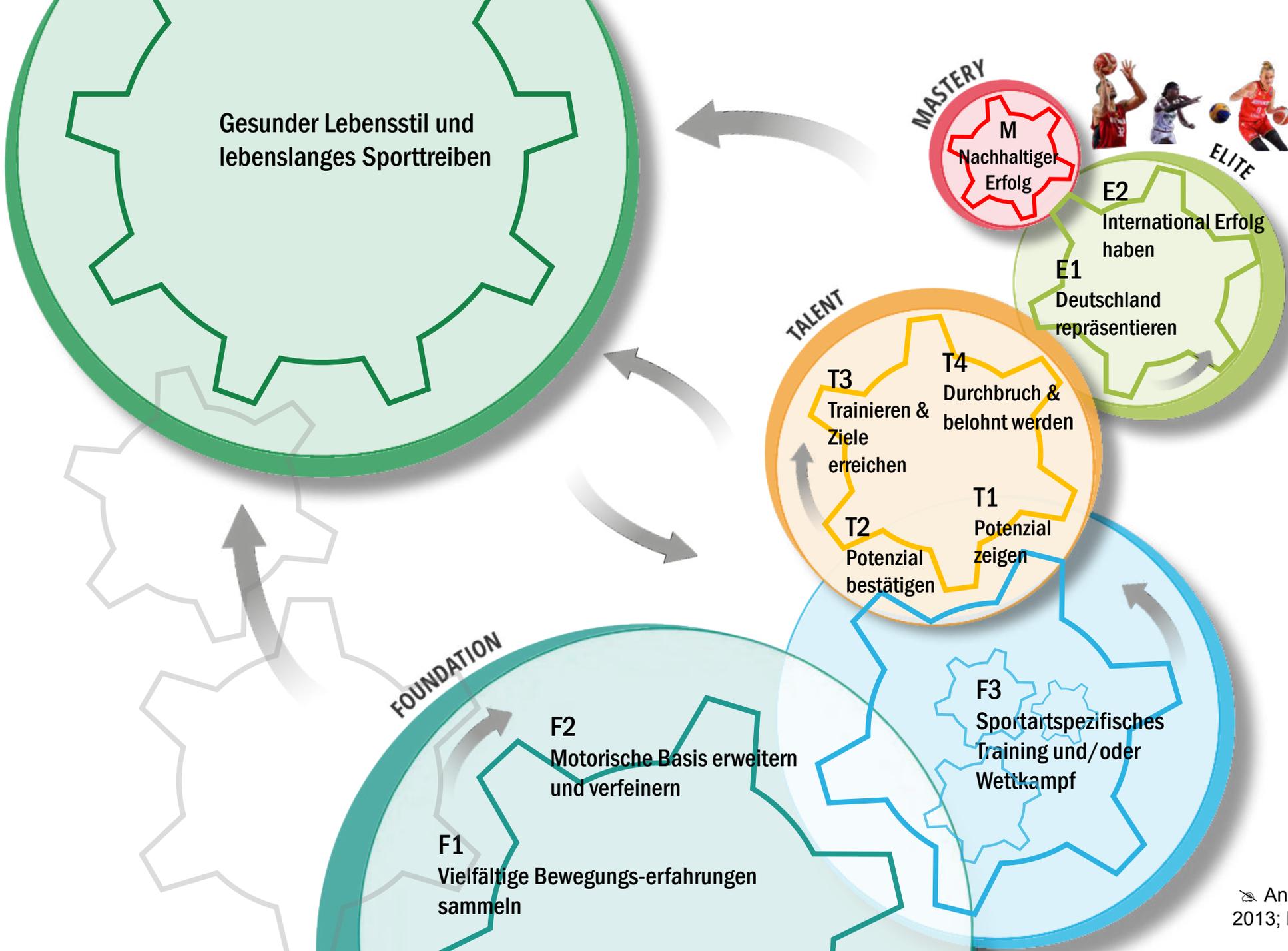
# Gewinnung von jungen Engagierten

– welche Engagement-Formate sind zukunftsfähig?





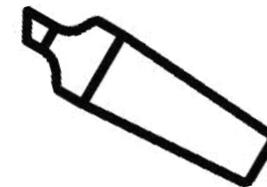
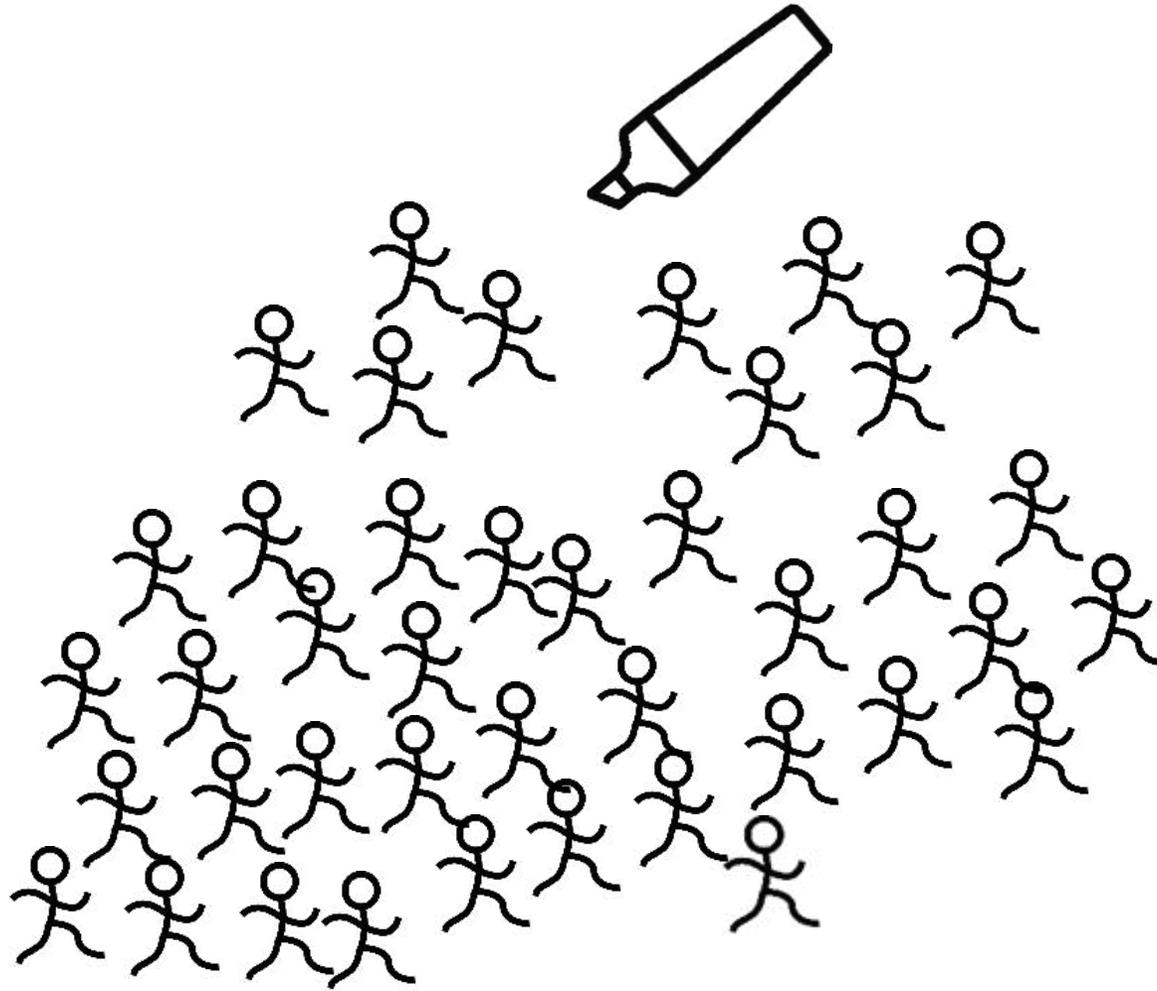




1. Jugendbasketball – ein weites Feld
2. Was macht ein Talent im Basketball aus?
3. Was heißt das für die Talentidentifikation?

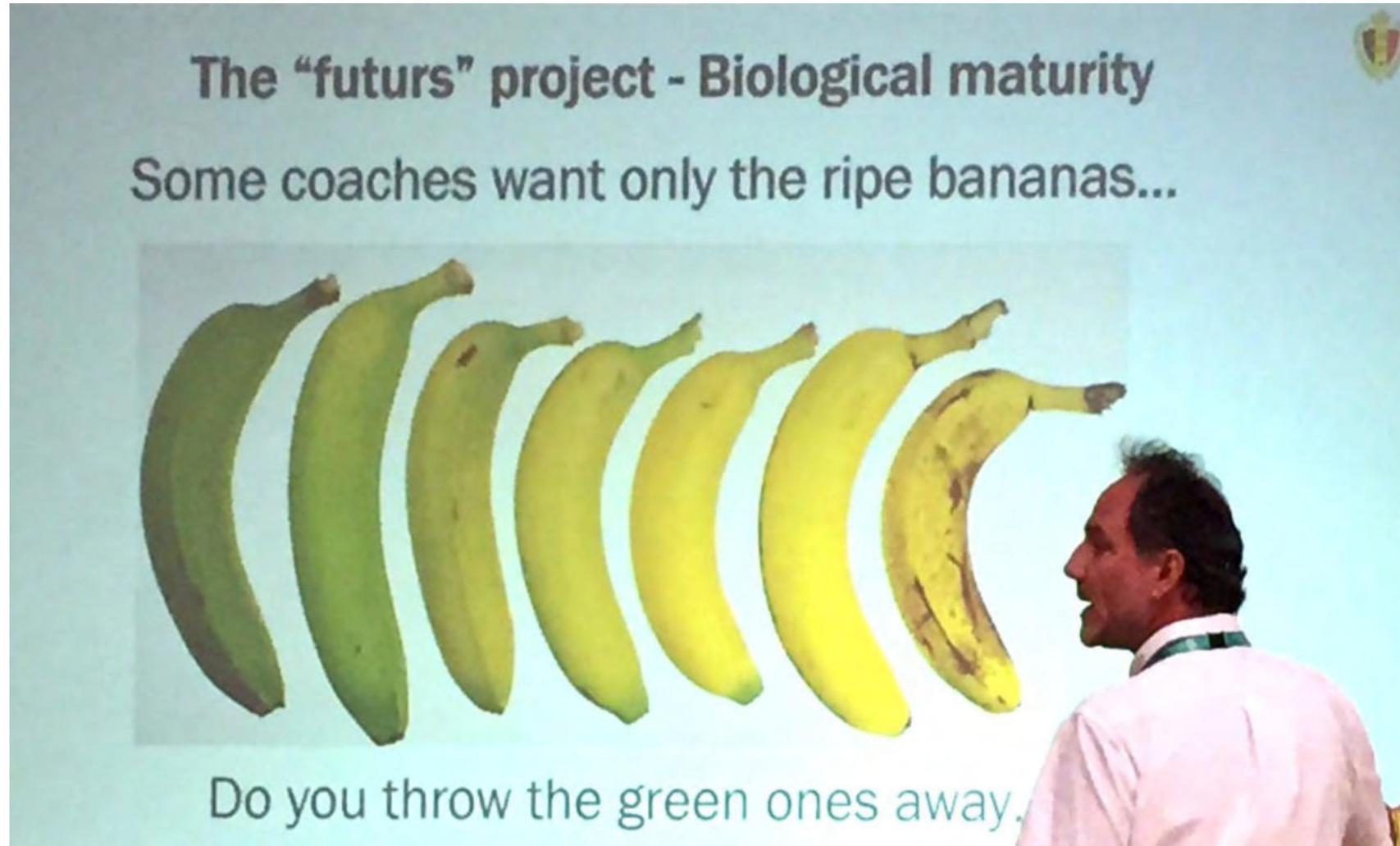
# Talent, Potenzial & Leistung

Potenzial



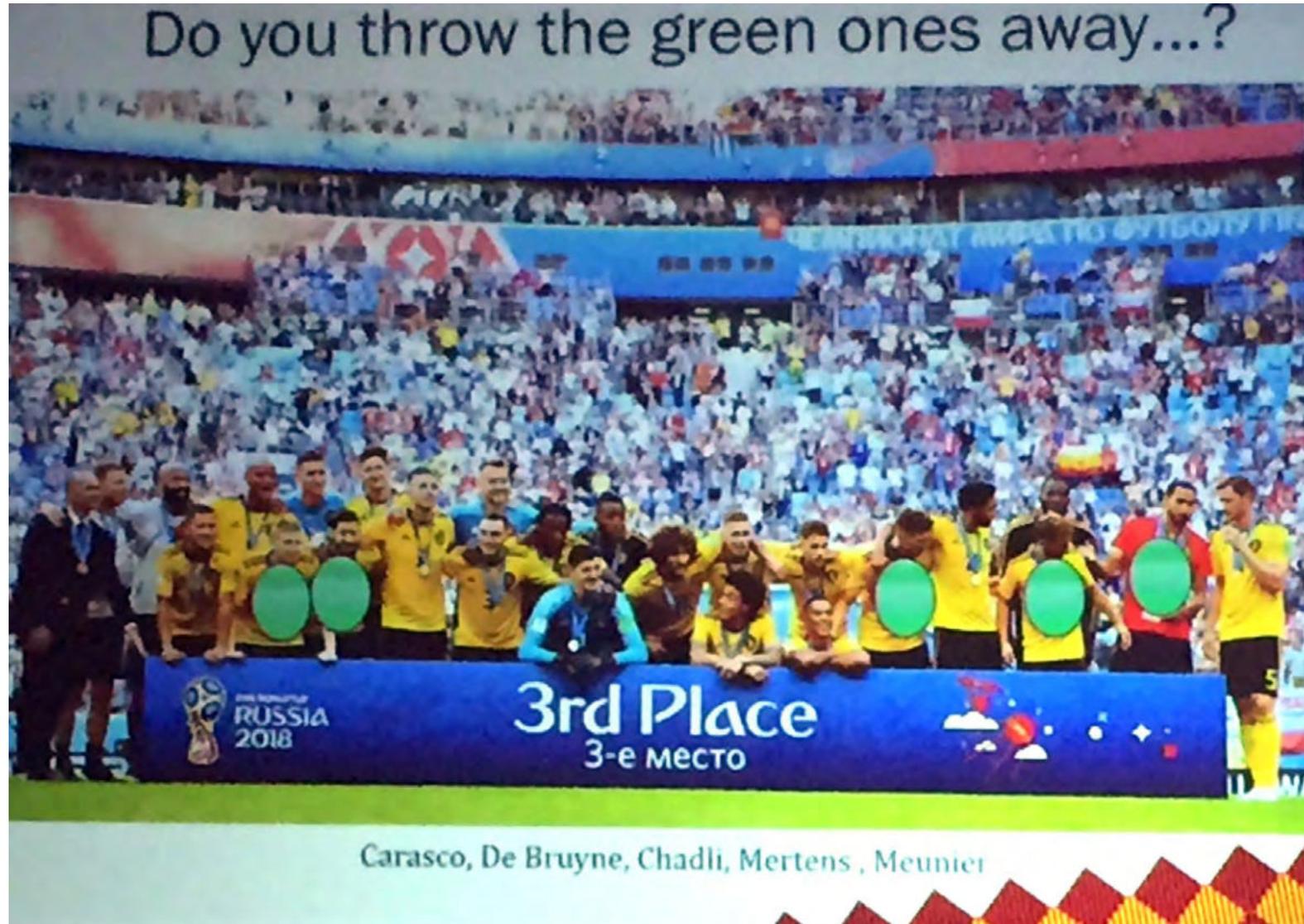
Leistung (z.B. U14)

# Grüne Bananen?



ROYAL BELGIAN  
FOOTBALL  
ASSOCIATION

# Grüne Bananen?



ROYAL BELGIAN  
FOOTBALL  
ASSOCIATION

# Was heißt denn hier Talent?

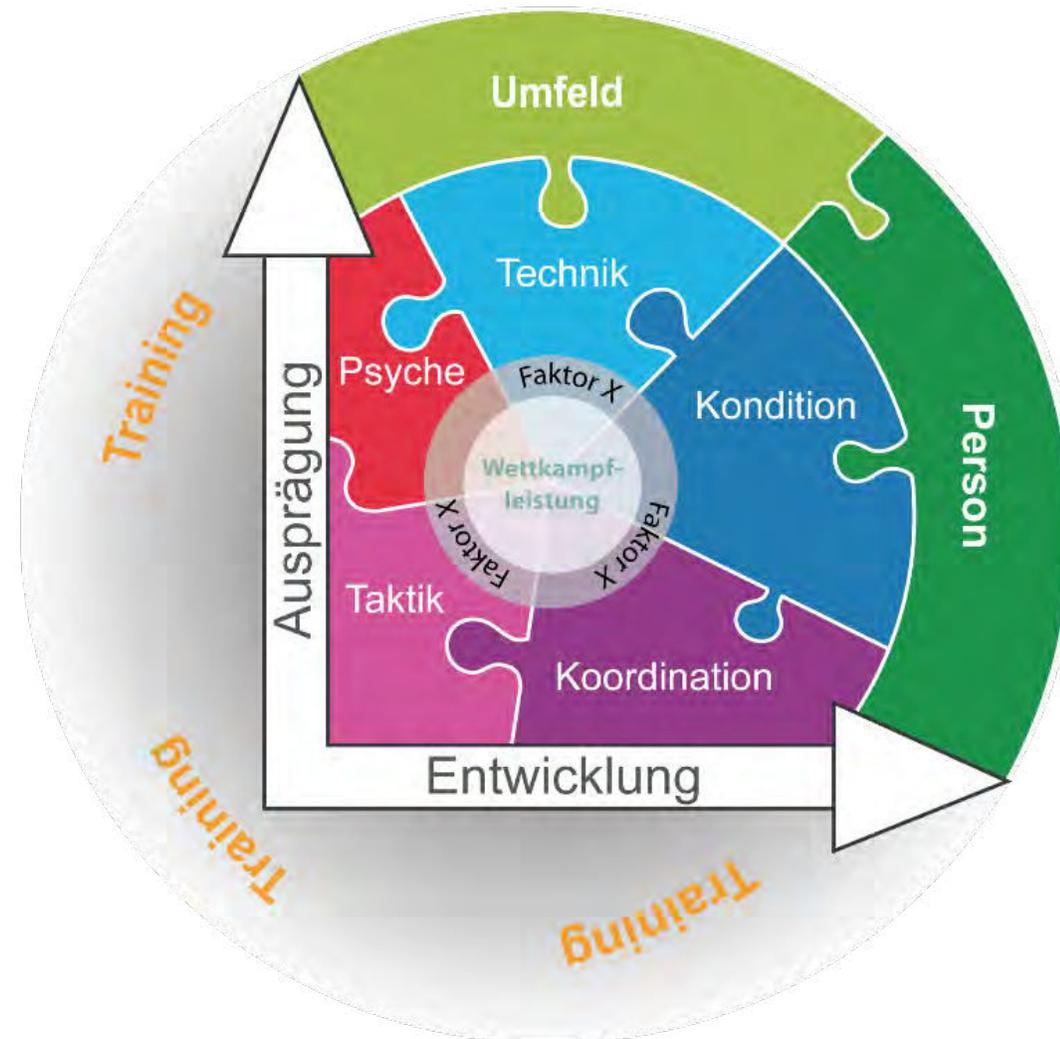


**= Potenzial für spätere Spitzenleistungen.  
Ein Athlet, der die konditionell-physiologischen,  
körperbaulichen, psychischen, kognitiv-taktischen,  
koordinativen und technischen  
Leistungsvoraussetzungen für spätere  
Spitzenleistungen mitbringt und bereit ist, diese in  
einem entsprechenden Umfeld langfristig zu  
entwickeln, um im Elitebereich erfolgreich sein zu  
können.**

<http://nwls.sport-iat.de/>

# Was macht ein Talent aus?

Komplex – dynamisch - kompensierbar



# Merkmale erfolgreicher Athlet\*innen

## Super-Champions, Champions und Fast-Champions

**Wichtige Unterschiede und Gemeinsamkeiten auf dem steinigen Weg**

Referenz: Collins et al, Frontiers in Psychology, 2016

Designed by @YLMsPortScience

Das Ziel der Studie war es, zu untersuchen, welche Faktoren hohe, mittlere und niedrige Leistungsträger im Sport unterscheiden, bezeichnet als Super-Champions, Champions & Fast-Champions

### ENGAGEMENT



Interesse und Engagement für ihre zukünftige Sportart zeichnete alle Superchampions aus, auch wenn sie während ihrer Entwicklungsjahre noch anderen Aktivitäten nachgingen

### REAKTION AUF HERAUSFORDERUNGEN



Super-Champions zeichnen sich durch eine fast schon fanatische Reaktion auf Herausforderungen aus, sowohl proaktiv als auch als Reaktion auf Schwierigkeiten (wie Traumata), die typischerweise aufgrund von Verletzungen oder sportbezogenen Rückschlägen (z.B. keine weitere Förderung) auftreten

### DIE ROLLE VON TRAINER\*INNEN UND SIGNIFIKANTEN ANDEREN



Super-Champions zeichnen sich durch positive Unterstützung und behutsame Ermutigung aus; interessanterweise spielen Geschwister eine wichtige Rolle

### REFLEKTION & ANERKENNUNG



Für Super-Champions ist die Liebe zum Detail ein wichtiger Teil ihrer Vorbereitung. Champions sind eher nach außen hin fokussiert. Dies wird von Vergleichen mit engen Rivalen und Wettbewerbsergebnissen dominiert

### TRAUMATA



- Familiäre Probleme
- Entwicklungsstörungen
- Verletzung/ Krankheit
- Körperliche Unzufriedenheit
- Depression etc.

Es zeichnet sich ab, dass es in den Entwicklungsverläufen der Leistungssportler\*innen auf allen Ebenen kaum Traumata gab. Wenn überhaupt, kamen solche Traumata eher bei nicht erfolgreichen Sportler\*innen vor

(📖) Collins, MacNamara & McCarthy, 2016,  
© <https://ylmsportscience.com/>)

# Vielseitigkeit oder Spezialisierung

## - Forschungsstand



- Kurz- und mittelfristig höhere Leistungssteigerung
- Höheres Risiko für Stress, Essstörungen, Burnout
- Höheres Dropout-Risiko
- Größere Verletzungshäufigkeit
- Höhere Motivation
- Höhere Belastbarkeit
- Bessere koordinative Grundlage
- Bessere Lern-/Umstellungsfähigkeit
- Konstantere Leistungen im Hochleistungsalter
- Wirksamkeit spezifischer Reize im HLA
- Spätere Entwicklung der sportartspezifischen Leistungsfähigkeit

# Vielseitigkeit oder Spezialisierung?

Was heißt das für Basketball?

## Kraft- und Ausdauersportarten

- Wenige dominierende Leistungsvoraussetzungen
- Bedeutung der Technik (vergleichsweise) geringer
- Hohe Gefahr der psych. und phys. Überlastung
- Eher spätes HL-Alter
- Prinzip der rechtzeitigen und zunehmenden Spezialisierung



**Späte Spezialisierung**

## Spiel- und Zweikampfsportarten

- viele Leistungsvoraussetzungen
- Kompensierbarkeit
- Hohe Anforderungen an Technik (situativ)
- Vielseitiges Training
- Große Bandbreite des HL-Alters



**Späte Spezialisierung möglich**

## Technisch-akrobatische Sportarten

- Höchste Anforderungen an Technik, hohe Technikvielfalt
- Frühes Hochleistungsalter
- Hohe Umfänge an Technik-/Lerntraining im frühen Alter nötig
- Vielseitige Grundlagen müssen früh gelegt werden

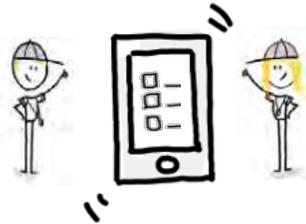


**Frühe Spezialisierung**

# Sportartenprofile



# Sportartenprofile



- 06 Intrapersonale Faktoren**
- 1 Commitment
  - 2 Umgang mit Druck
  - 3 Wille sich zu messen

- 05 Intellektuelle Fähigkeiten**
- 1 Sportintelligenz
  - 2 Schnelle Entscheidungsfindung
  - 3 Problemlösen

- 04 Wahrnehmungsbezogene Fähigkeiten**
- 1 Sehen
  - 2 Antizipieren
  - 3 Aufmerksamkeit

- 07 Soziale Fähigkeiten**
- 1 Teamorientierung
  - 2 Verantwortung übernehmen
  - 3 Selbstwertgefühl

- 01 Grundlegende Bewegungsfertigkeiten**
- 1 Werfen
  - 2 Springen
  - 3 Fangen

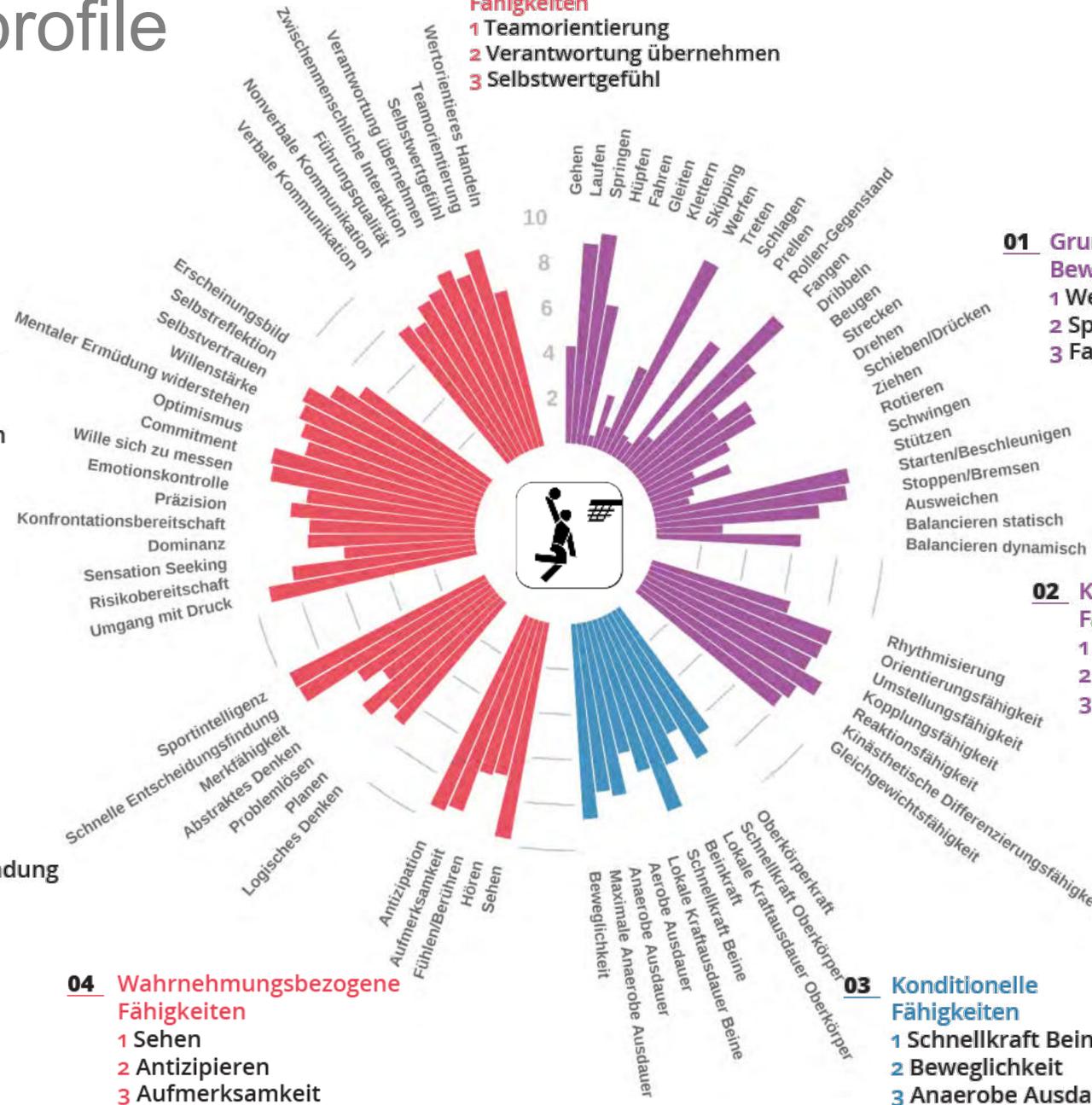
- 02 Koordinative Fähigkeiten**
- 1 Reaktionsfähigkeit
  - 2 Orientierungsfähigkeit
  - 3 Umstellungsfähigkeit

- 03 Konditionelle Fähigkeiten**
- 1 Schnellkraft Beine
  - 2 Beweglichkeit
  - 3 Anaerobe Ausdauer

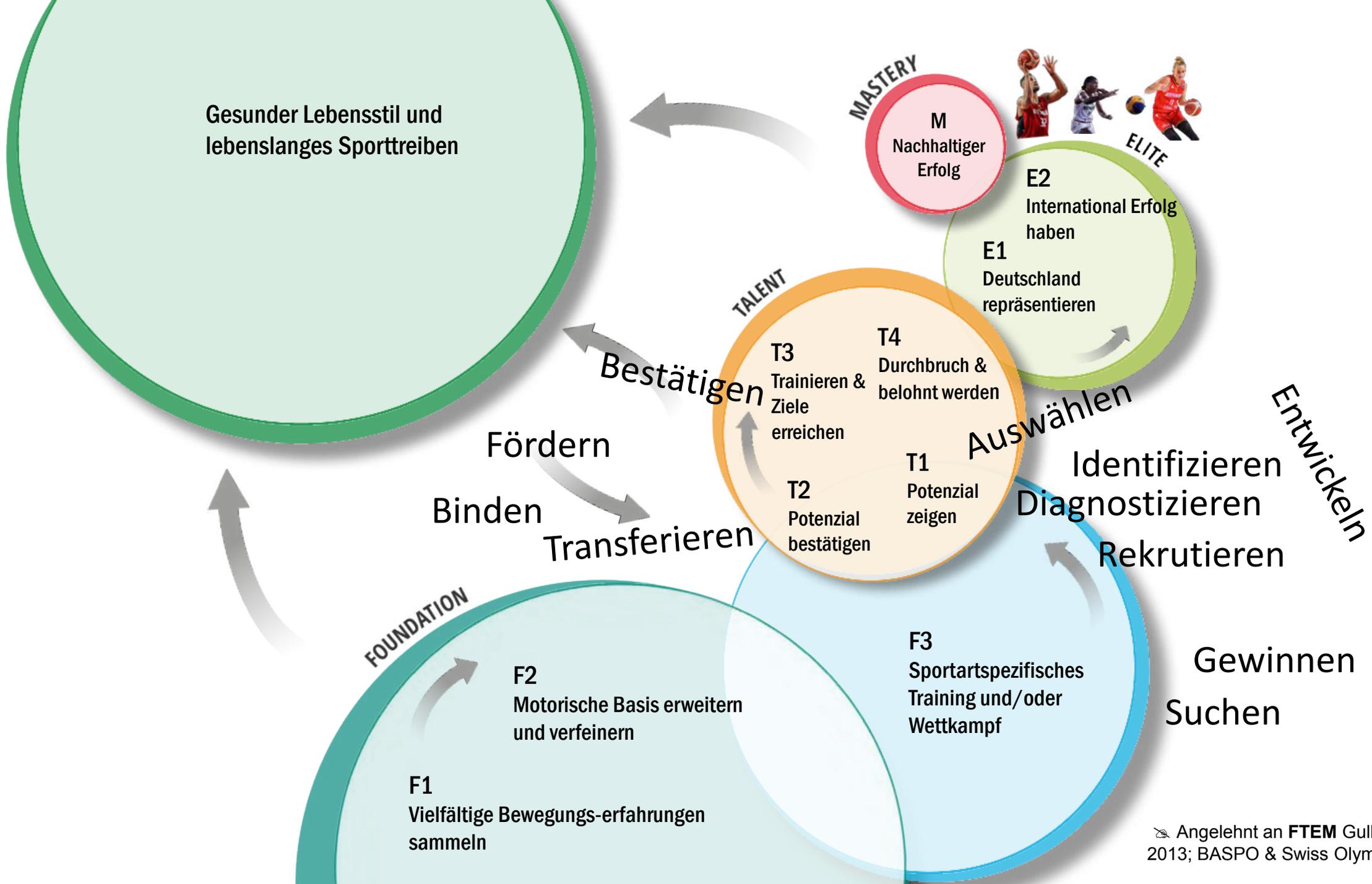
- 09 Risikoprofil Verletzungsarten**

- Spitzensport**
- 1 Akute Kontaktverletzungen
  - 2 Akute Nicht-Kontaktverletzungen
  - 3 Schleichend/allmählich auftretende Überlastungsschäden

**08 Anthropometrische Anforderungen**



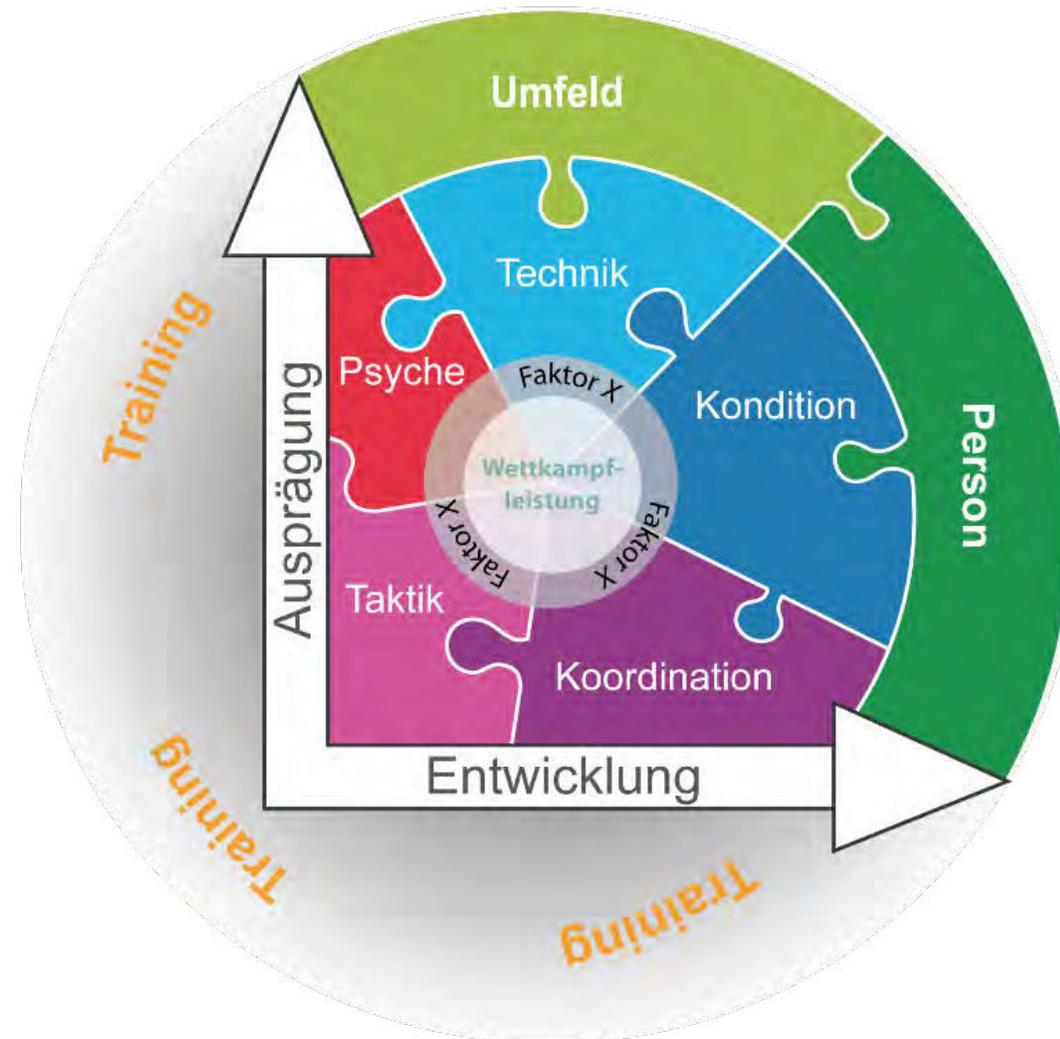
1. Jugendbasketball – ein weites Feld
2. Was macht ein Talent im Basketball aus?
3. Was heißt das für die Talentidentifikation?



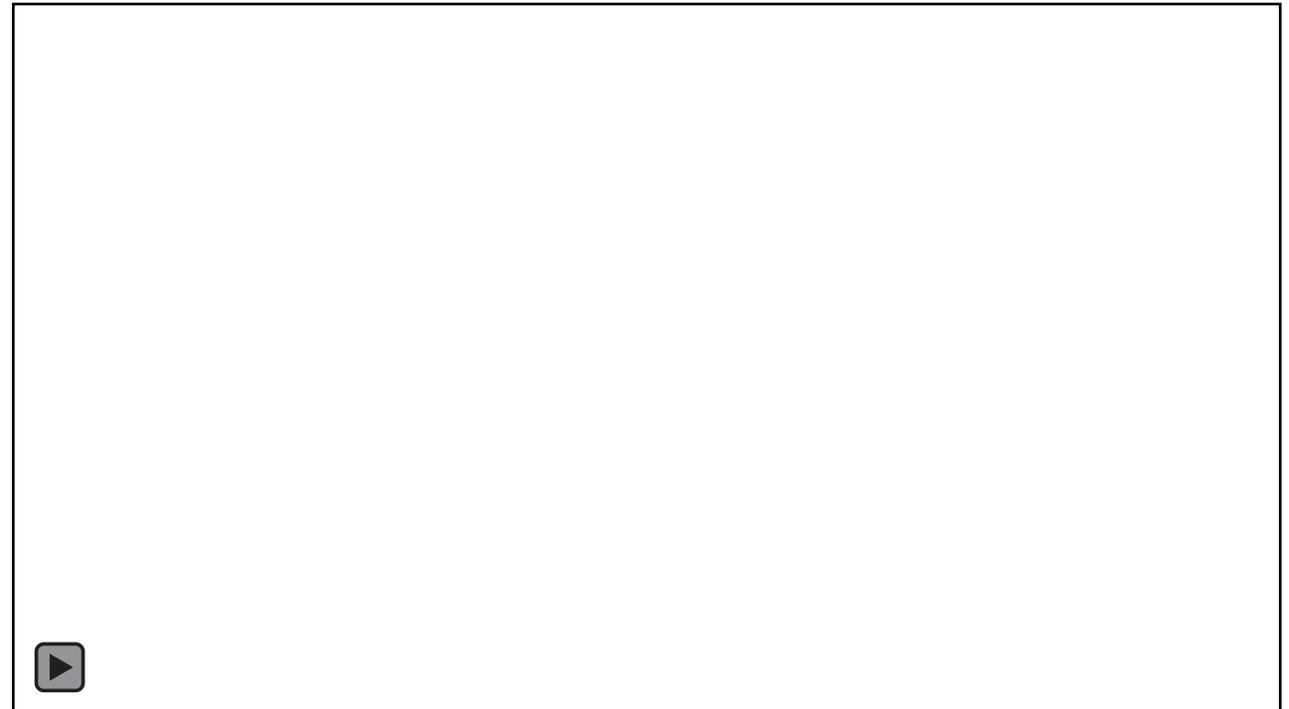
⌘ Angelehnt an **FTEM** Gulbin et al., 2013; BASPO & Swiss Olympic, 2015

# Was macht ein Talent aus?

Komplex – dynamisch - kompensierbar



# Leistungsvoraussetzungen erfassen



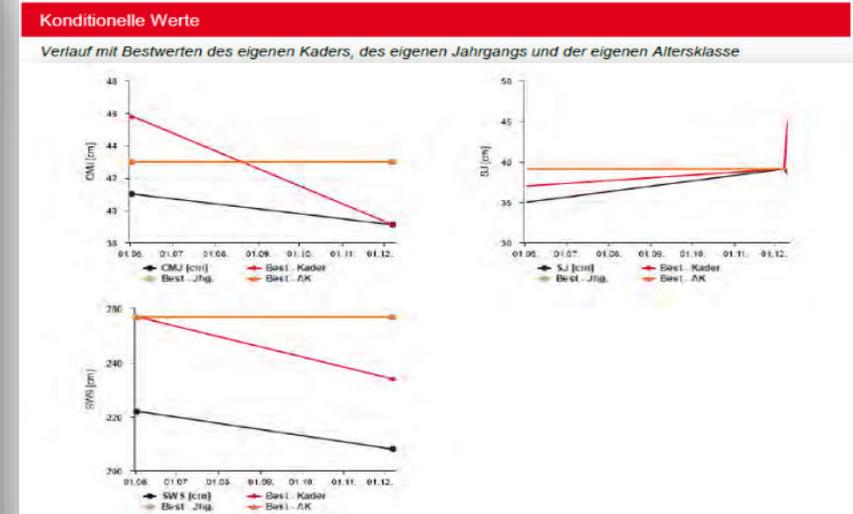
# Leistungsvoraussetzungen erfassen

The screenshot shows the iDA BASKETBALL software interface. At the top, there are navigation buttons for 'Nutzerverwaltung', 'Kalender', 'Diagnostik', and 'Auswertung'. Below this, there are two main sections: 'DIAGNOSTIK' and 'AUSWERTUNG'. Under 'DIAGNOSTIK', there are buttons for 'eingeben' and 'Spielfähigkeitsbeurteilung'. Under 'AUSWERTUNG', there are buttons for 'Spielerprofil', 'Handout', and 'Gruppenauswertung'. At the bottom, there are three large buttons: 'Kalender', 'Spielerliste', and 'Spielerverwaltung'. The footer contains version information: 'Version: 12.0 (12.02) / Session Simulation', 'Handbucheinle', 'Testmanual', 'Feedback', 'Datenschutzklärung', 'Impressum', and '© IAT 2022'.

The screenshot shows a test report titled 'Testergebnisse vom: 07.12.2021' with the location 'Ort: Leipzig | Maßnahme: Testung Dezember 2021'. It includes a 'Steckbrief' (profile card) with the following data:

Name:	Test1 Test1	Körpergröße sitzend:	102 cm
Geburtsdatum:	16.08.2000	Körpergröße stehend:	189 cm
Alter:	21 Jahre	Körpergewicht:	71 kg
Landesverband:	kein Landesverband	Armspannweite:	206 cm
Kader:	2006	Fußlänge rechts/links:	28.3 cm/28.4 cm
Verein:	NN	Affenindex:	1,08
Trainingsalter:	4 Jahre, 3 Monate	KH sitzend/stehend:	0,54

Below the profile card is a section titled 'Konditionelle Werte' (Conditional Values) with the subtitle 'Aktuelle Werte im Verhältnis zu verschiedenen Referenzgruppen' (Current values in relation to various reference groups). It features a horizontal bar chart comparing the athlete's performance across various metrics against three reference groups: 'Entwicklungsbedarf (0-30%)', 'Durchschnittlich (31-70%)', and 'Sehr gut (71-100%)'. The metrics include Sprint (6m), Sprint (10m), Sprint (20m), Mod. T-Test, SWS, CMJ, SJ, and Gesamtleistung. The chart uses three colors to represent the reference groups: pink for 'Entwicklungsbedarf', yellow for 'Durchschnittlich', and green for 'Sehr gut'. A legend at the bottom indicates the relation to the own team (black), own year class (grey), and own age class (light blue).

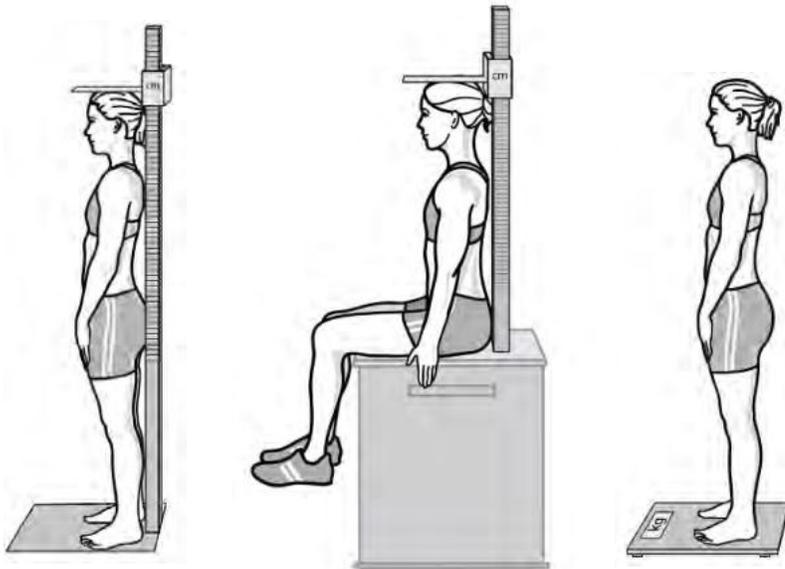


Flasch/Merker/DBB

# Reifegrad einschätzen



# Reifegrad einschätzen



Bildschirm anpassen

### Bestimmung des biologischen Reifegrades sowie Prognose der finalen Körperhöhe bei Mädchen und Jungen

<b>Sportlerdaten</b>		<b>Auswertung</b>	
Name	Vorname	geschätzter Zeitpunkt des maximalen Wachstumsschubes	12,11 Jahre
<b>Paddel</b>	<b>Petra</b>	geschätzte Erwachsenenhöhe (effektive Höhe kann ±6,8 cm davon abweichen)	165,85 cm
Geburtsdatum	Geschlecht	prozentuale Erwachsenenhöhe	86,22 %
17.03.2006	weiblich	geschätzte Wachstumsreserve	22,85 cm
Kader	ohne		
<b>Sportart</b>		<b>Anmerkung</b>	
<b>Kanurensport</b>			
<b>Testdatum und Uhrzeit</b>			
17.03.2017		17:03	
<b>Anthropometrische Daten</b>			
Körpermasse	34,5 kg	(z. B. 69,2)	Manual
Körperhöhe sitzend	75 cm	(z. B. 89,5)	BMI
Körperhöhe stehend	143 cm	(z. B. 161,0)	16,87

**durchschnittlich entwickelt**  
 Der biologische Reifegrad des Sportlerin ist durchschnittlich. Die entwicklungsabhängigen Körperbaumerkmale der Sportlerin entsprechen Gleichaltrigen.

Info

**Auswertung**

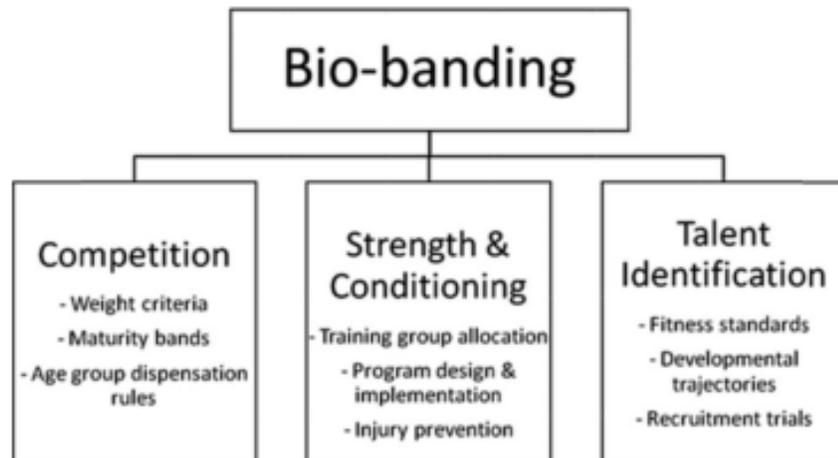
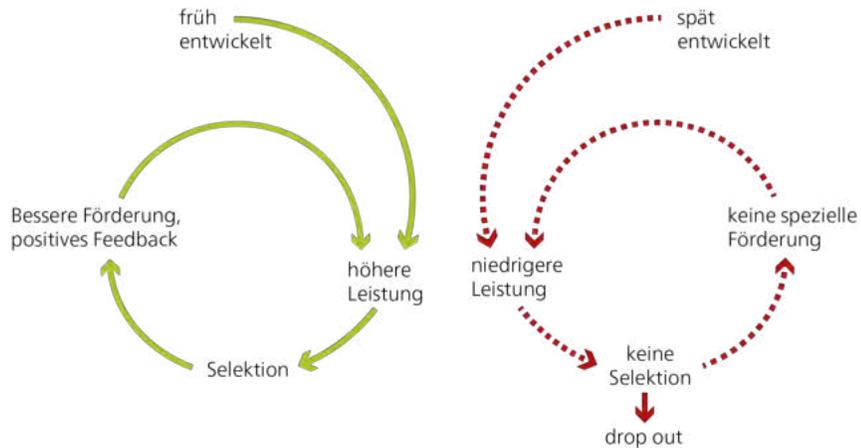
Drucken oder PDF erstellen

Neue Dateneingabe

zur Datenbank

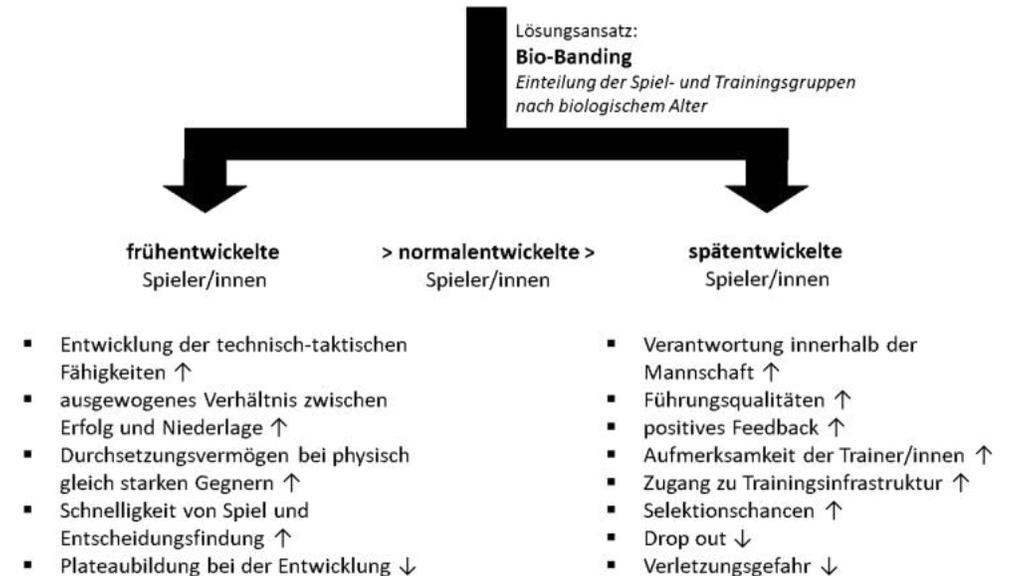
Institut für Angewandte Trainingswissenschaft  
Forschung für den Leistungssport

# Reifegrad berücksichtigen



Ausgangslage:

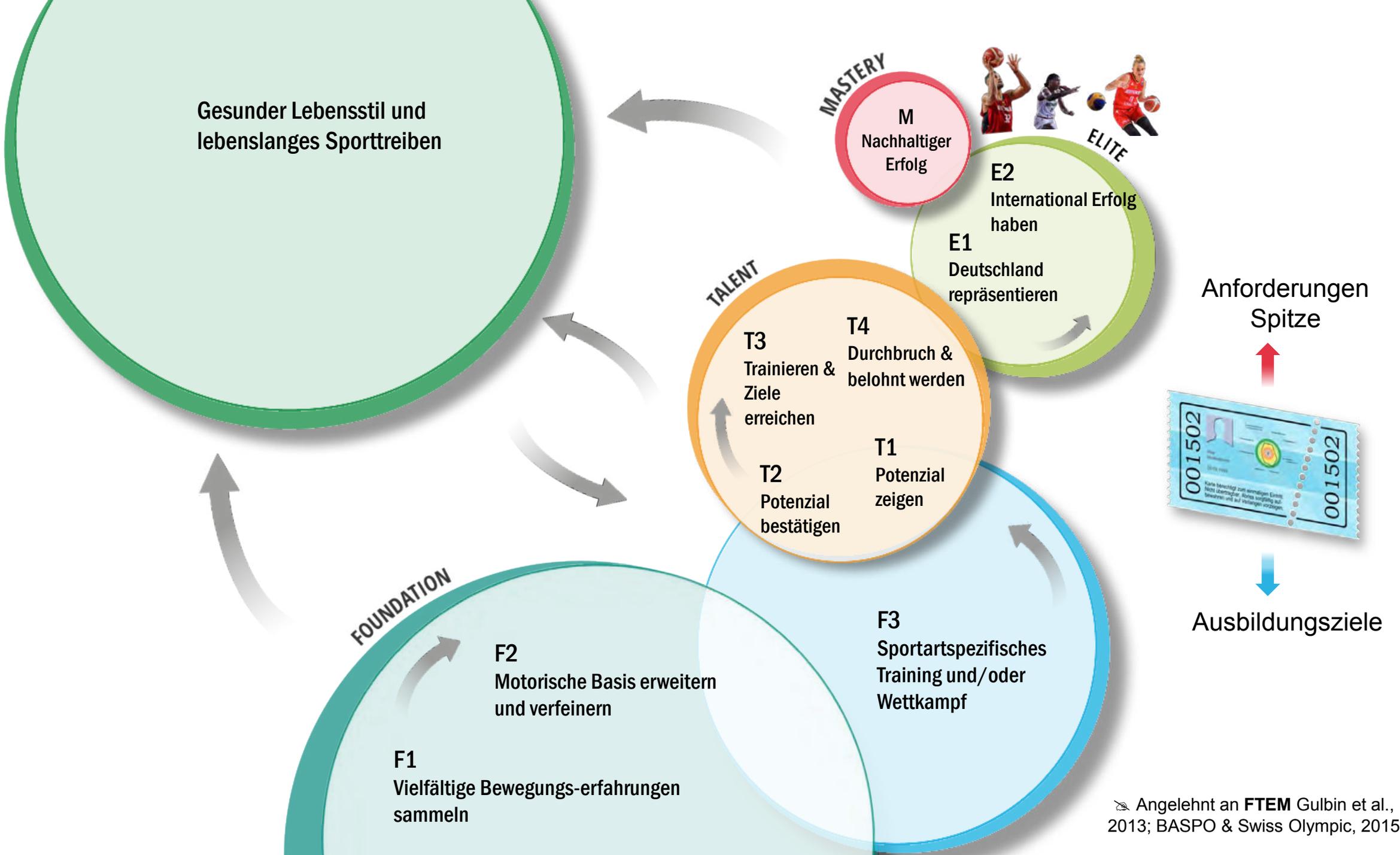
variierender biologischer Entwicklungsstand



## Mögliche Vorgehensweise:

1. Bestimmung des biologischen Alters nach Mirwald
2. Trainereinschätzung bzgl. physischen, technisch-taktischen und psychosozialen Fähigkeiten
3. Gruppeneinteilung (Bio-Banding) gemäß «gewichteter Rangliste» basierend auf Mirwald und Trainereinschätzung

<https://www.dfb-akademie.de/studie/mehr-chancengleichheit-durch-bio-banding/-/id-15000096>  
<https://www.mobilesport.ch/aktuell/bio-banding-bessere-talententwicklung-im-nachwuchsfussball>



# DIE 10 SÄULEN FÜR EINEN ERFOLGREICHEN LANGFRISTIGEN LEISTUNGSaufbau



NSCA, Journal of Strength and Conditioning Research 2016

Designed by @YlmsportScience

Individualität

1. Der langfristige Leistungsaufbau muss individuell auf die selten linear verlaufende Entwicklung und das Wachstum von Nachwuchsathlet\*innen abgestimmt sein

2. Nachwuchssportler\*innen aller Altersgruppen, Fähigkeiten und Ansprüche sollten langfristige sportliche Entwicklungsprogramme durchlaufen, die sowohl die körperliche Fitness als auch das psychosoziale Wohlbefinden fördern

3. Kinder sollten ermutigt werden, ihre körperlichen Fähigkeiten von frühester Kindheit an zu verbessern, mit dem Schwerpunkt auf die Entwicklung von motorischen Fähigkeiten und Muskelkraft

Vielseitigkeit

4. Langfristige sportliche Entwicklungsprogramme sollten einen Ansatz verfolgen, der das frühe Ausprobieren von vielen Sportarten enthält und eine große Bandbreite an motorischen Fähigkeiten fördert und verbessert

5. Gesundheit und Wohlbefinden des Kindes sollten immer der zentrale Grundsatz des langfristigen Leistungsaufbaus sein

6. Nachwuchsathlet\*innen sollten einen Trainingsprozess verfolgen, der dabei hilft, das Verletzungsrisiko zu minimieren und der eine fortlaufende Teilnahme am langfristigen Leistungsaufbau sicherstellt

Verschiedene Trainingsmethoden

7. Der langfristige Leistungsaufbau sollte allen Nachwuchssportler\*innen eine weite Reihe an Trainingsmethoden bieten, die sowohl die gesundheitlichen als auch die fähigkeitsbezogenen Komponenten der Fitness zu verbessern

8. Trainer\*innen sollten regelmäßig relevante Leistungs- und Entwicklungsdaten erfassen und dokumentieren und sie für eine langfristige Entwicklungsstrategie einsetzen

Systematik

9. Trainer\*innen, die im Nachwuchsbereich arbeiten, sollten für einen erfolgreichen langfristigen Leistungsaufbau ihre Trainingsprogramme systematisch weiterentwickeln und individualisieren

10. Qualifiziertes Fachpersonal und fundierte pädagogische Ansätze sind für den Erfolg im langfristigen Leistungsaufbau von grundlegender Bedeutung

Qualifizierte Trainer\*innen

Physisches & psychosoziales Wohlbefinden

Bewegungsförderung in der Kindheit

Gesundheit

Verletzungsgefahr minimieren

Testen & Dokumentieren

## Das Trainer-Dutzend. Ein Update zur Entwicklung gesunder, starker und widerstandsfähiger junger Athleten\*innen

### 1. BAUE EINE KRAFTRESERVE AUF



Stärkere junge Athleten\*innen sind besser darauf vorbereitet, komplexe Bewegungen zu erlernen, den Anforderungen von Training und Wettkampf standzuhalten und ein körperliches Leistungsniveau zu erreichen, das für langfristigen sportlichen Erfolg erforderlich ist.

### 2. ENTWICKELE BEWEGUNGSKOMPETENZEN



Wer bereits in jungen Jahren eine große Bewegungskompetenz entwickelt, schafft Voraussetzungen für komplexere Trainingsinhalte in späteren Ausbildungsetappen.

### 3. TRAINIERE DAS GEHIRN



In jungen Jahren sollten sich freies Spielen und geplantes Training regelmäßig abwechseln. Damit schafft man die Voraussetzungen für noch größere Leistungssteigerungen im späteren Leben. Vorausgesetzt, die Spiele und Aktivitäten entsprechen den Anforderungen, Fähigkeiten und Interessen der Teilnehmer\*innen.

### 4. FÖRDERE KÖRPER & GEIST

Die tägliche moderate bis intensive körperliche Aktivität muss mit einer effektiven Pädagogik kombiniert werden, damit die Teilnehmer\*innen lernen, sich korrekt zu bewegen und beginnen, Verantwortung für ihr eigenes Handeln zu übernehmen.



### 5. BEWUSSTE VORBEREITUNG

Der Einfluss des modernen Lebensstils auf die muskuläre Fitness und motorische Fertigkeiten macht es umso wichtiger, junge Sportler\*innen besser auf die Anforderungen von Training und Wettkampf vorzubereiten.

### 6. VIELSEITIGKEIT IST TRUMPF

Die Ausübung verschiedenster sportlicher Aktivitäten in der Kindheit führt zu mehr körperlicher Aktivität und Fitness im Jugendalter als eine frühe sportliche Spezialisierung.



### 7. VERSTEHE DEN PROZESS

Erfolgreiche Nachwuchstrainer\*innen verstehen den Trainingsprozess und wissen, wie wichtig es ist, wertvolle Hinweise in einem unterstützenden und ermutigenden Umfeld zu geben, um die Teilnehmer\*innen zu inspirieren, die körperliche Entwicklung zu fördern und die Leistung zu optimieren.



### 8. FÖRDERE KREATIVITÄT

Es gibt Hinweise darauf, dass das kreative Denken bei Kindern abnimmt. Daher sollte Kreativität auch im Nachwuchssport gefördert werden, um jungen Sportler\*innen Möglichkeiten zu schaffen, ihre Fantasie einzusetzen, mit Gleichaltrigen zusammenzuarbeiten und ihre kreative Energie freizusetzen.



### 9. SEI IM TRAININGSPROZESS GEDULDIG



Trainer\*innen müssen dem von außen Druck widerstehen, ihre Sportler\*innen zu schnell voranzubringen, um eine persönliche Bestleistung aufzustellen oder kurzfristige Erfolge zu feiern. Geduld ist notwendig, um technische Fehler zu minimieren und grundlegende Bewegungsfähigkeiten zu entwickeln.

### 10. GENIESS DAS SPIEL

Kinder geben "Spaß" als Hauptgrund für die Teilnahme am organisierten Sport an und sein Fehlen als Hauptgrund für den Ausstieg aus dem Sport.



### 11. DENKE LANGFRISTIG

Körperliche Aktivität ist ein erlerntes Verhalten. Daher sollten Kinder und Jugendliche in einem Umfeld aufwachsen, das ihnen regelmäßig Gelegenheit bietet, Vertrauen in ihre körperlichen Fähigkeiten zu gewinnen. Ohne eine langfristige Orientierung der körperlichen Entwicklung ist es unwahrscheinlicher, dass Jugendliche die notwendige Stärke und motorische Leistungsfähigkeit entwickeln, die für eine dauerhafte Teilnahme an sportlichen Aktivitäten mit Energie, Interesse und Elan erforderlich ist.



### 12. BLEIB LERNFÄHIG

Ein\*e Trainer\*in zu sein, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten will, reicht nicht aus. Nachwuchstrainer\*innen müssen aus ihren eigenen Erfahrungen lernen, immer wieder moderne Trainingsmethoden anwenden und sich mit anderen Expert\*innen austauschen.



