

Sportliche Leitlinien zur Aufnahme an eine Eliteschule des Sports

für die Sportarten Skispringen, Nordische Kombination, Biathlon und
Skilanglauf



Impressum

Version: 03.12.2025

Herausgeber:

Deutscher Skiverband

Verantwortlich:

Ronny Fudel (IAT)
Sepp Buchner (DSV)
Mark Hoffmann (DSV)
Stephan Popp (DSV)

Sketchnotes: Alexandra Eberhardt (IAT)

Kontakt:

Ronny Fudel
Wissenschaftlicher Mitarbeiter
Fachbereich Nachwuchsleistungssport
Institut für Angewandte Trainingswissenschaft
Marschnerstraße 29
04109 Leipzig

fudel@iat.uni-leipzig.de | +49 341 4945 208

Inhalt

| | | |
|---|---|---|
| 1 | Warum empfehlen wir einheitliche Leitlinien?..... | 4 |
| 2 | Kommunikation und Zeitschiene..... | 8 |
| 3 | Testverfahren..... | 9 |



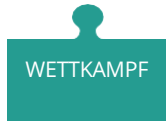
| | |
|--------------------------------------|---|
| DSV-Grundsprungwettkampf SSP/NK..... | 9 |
| DSV-Technikwettkampf LL/BIA/NK..... | 9 |



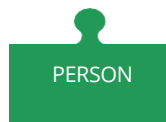
| | |
|-----------------------------------|----|
| DSV-Talenttest SSP/NK..... | 10 |
| DSV-Sommerabforderung LL/BIA..... | 10 |



| | |
|---------------------------------|----|
| Fragebogen Talentbiografie..... | 11 |
|---------------------------------|----|



| | |
|--|----|
| Gesamtwertung Deutscher Schülercup/ Landesverbandswettkämpfe..... | 11 |
|--|----|



| | |
|--|----|
| Biologisches Alter: Bio-Final/Mirwald-Methode..... | 12 |
| Belastbarkeit: Plus Prevention Program..... | 12 |

| | | |
|---|-------------------------|----|
| 4 | Orientierungswerte..... | 13 |
| 5 | Auswertung..... | 15 |

1 Warum empfehlen wir einheitliche Leitlinien?

Die Aufnahme von Nachwuchsatlet*innen an eine Eliteschule des Sports (EdS) ist eine der wichtigsten und weitreichendsten Förderentscheidungen im langfristigen Leistungsaufbau. Vor allem im Wintersport ist eine Ausbildung an einer EdS aufgrund der besonderen Anforderungen an das Trainingsumfeld (spezifische Sportstätten, klimatische Bedingungen/Schneekonzepte, Materialpflege, Internat, hauptamtliche Trainer*innen etc.) vorteilhaft. Nicht ohne Grund gewinnen ehemalige oder aktuelle Eliteschüler*innen den Großteil der Team D-Medaillen bei Olympischen Winterspielen. Die Entscheidung über eine Aufnahme an eine EdS sollte demnach auf der Basis fundierter und wissenschaftlicher Kriterien der Talentidentifikation getroffen und mit anderen Talentsichtungsmaßnahmen verzahnt werden.

In Deutschland gibt es neun EdS-Standorte mit Schwerpunktsportarten Ski-Nordisch oder Biathlon:



- Bayern: Berchtesgaden, Oberstdorf
- Baden-Württemberg: Freiburg, Furtwangen
- Nordrhein-Westfalen/Hessen: Winterberg/Willingen
- Sachsen: Altenberg, Klingenthal, Oberwiesenthal
- Thüringen: Oberhof

Abbildung 1: EdS-Standorte mit Schwerpunktsportarten Ski-Nordisch oder Biathlon

In den Sportarten Biathlon (BIA), Skilanglauf (LL), Skispringen (SSP) und Nordische Kombination (NK) werden pro Jahr ca. 100 Sportler*innen an EdS eingeschult. Die Entscheidungen über Aufnahmen treffen standort- oder bundeslandspezifische Gremien/Regionalteams aus Sport, Schule und Internat. Das führt dazu, dass die Aufnahmeprozesse, auch aufgrund verschiedener Rahmenbedingungen (z.B. Einschulungsalter), sehr unterschiedlich ablaufen und auf verschiedenen Tests und Kriterien basieren. Häufig wird für Förderentscheidungen die aktuelle Wettkampfleistung als sportliches Kriterium herangezogen, welche jedoch keine Auskunft über zukünftiges Potenzial für Spitzenleistung gibt (Buekers et al., 2015; Ostrowski, 2002). Der Deutsche Skiverband (DSV) hat kaum Einfluss oder Information über die Entscheidungen. Die DSV-Leitlinien sollen dazu beitragen, dass das sportliche Potenzial der Athlet*innen zuverlässiger eingeschätzt wird und Auswahlentscheidungen auf der Basis objektiver, fundierter Tests getroffen werden. Angestrebt wird eine optimale Förderung der Athlet*innen mit dem größten Potenzial für spätere Spitzenleistungen. Die Tests und Kriterien forcieren außerdem die zielgerichtete Ausbildung der Leistungsvoraussetzungen im Nachwuchstraining gemäß der DSV-Rahmentrainingskonzeptionen und verhindern die Konzentration auf frühzeitige Wettkampferfolge. Die DSV-Leitlinien zur Aufnahme an eine Eliteschule des Sports sind eine Handreichung für Verantwortliche an den EdS, die an der Erstellung und Durchführung der lokalen Aufnahmeverfahren beteiligt sind und (aus sportlicher Sicht) über die Neuaufnahmen entscheiden (z.B. Trainer*innen, BSP-Leiter*innen, Internatsleiter*innen, Schulleiter*innen etc.). Das Dokument kann auch als Information zur transparenten Darstellung von Aufnahmeprozessen an Vereine, Eltern oder politische Entscheidungsträger*innen in LSB oder Ministerien dienen. Die Anwender*innen der Leitlinien können sich an den Inhalten orientieren, um die Aufnahmeverfahren an ihren EdS gezielt anzupassen. So soll eine bundesweit vergleichbare und transparente Gestaltung der Verfahren in den vier Sportarten gefördert und die Kommunikation zwischen den EdS und dem DSV zu Bewerber*innen, deren Leistungsvoraussetzungen und den finalen Neuaufnahmen verbessert werden.



Fundierte Talentidentifikation

Ein Talent zeigt sein Potenzial durch eine umfassende Ausprägung aller wichtigen Leistungsfaktoren, die eine spätere Spitzenleistung beeinflussen. Wichtig ist dabei, nicht nur die aktuelle Leistung zu einem einzelnen Zeitpunkt zu beachten, sondern die ganzheitliche Entwicklung über den gesamten langfristigen Leistungsaufbau einzubeziehen. Da die Leistungsfähigkeit bei Nachwuchsathlet*innen wesentlich von Faktoren wie dem biologischen Alter, Trainingsalter oder Umfeldbedingungen beeinflusst wird, sollten auch diese bei einer so wichtigen Förderentscheidung wie der EdS-Aufnahme berücksichtigt werden. Die Komplexität des Talentpuzzles macht deutlich, dass feste Normwerte und Ausschlusskriterien für einzelne Tests nicht zielführend sind, sondern vielmehr eine Stärken-Schwächen-Analyse, basierend auf dem Zusammenspiel aller Talentmerkmale passieren muss. Der DSV unterstützt deshalb die Eliteschulen des Sports mit einem Aufnahmekonzept, das den aktuellen Standards der Talentidentifikation entspricht. Im Vordergrund steht die Entwicklung jede*r einzelnen Athlet*in, weshalb wir Wert darauf legen, den Sportler*innen eine umfassende Rückmeldung und Trainingsempfehlung passend zu ihrem aktuellen Leistungsstand zu geben.

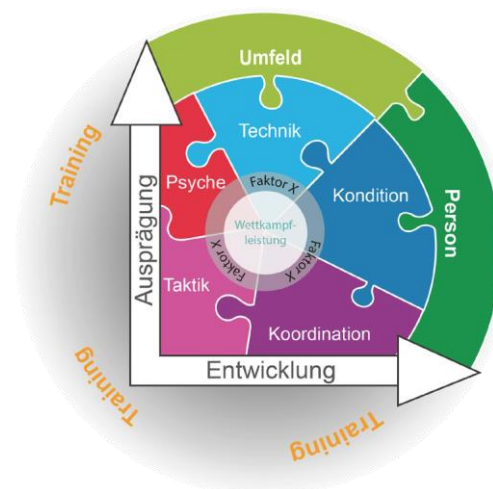


Abbildung 2: Talentpuzzle der Leistungsfaktoren
© Juliane Wulff



Individuelle Stärken-Schwächen-Analyse

Bei allen Tests steht nicht die Auswahlentscheidung im Vordergrund, sondern die Stärken-Schwächen-Analyse und die Rückmeldung der individuellen Entwicklung an jede*n einzelne*n Athlet*in. Die verantwortlichen Trainer*innen sollen eine Übersicht über die langfristige Leistungsentwicklung ihrer Athlet*innen erhalten und bei notwendigen Auswahlentscheidungen die Daten als Unterstützung für eine Potenzialeinschätzung nutzen.



Dokumentation & Analyse

Eine zentrale Dokumentation von Test- und Wettkampfergebnissen im Schülerbereich in einer Datenbank (z. B. IDA) bietet die einmalige Möglichkeit, langfristige Analysen und Leistungsentwicklungen in diesem Altersbereich zu realisieren. Solche Erkenntnisse bringen wertvolle Ableitungen für Trainingskonzepte und Trainer*innenausbildung im Nachwuchsleistungssport. Die Daten aller Tests werden zentral dokumentiert und sowohl übergreifend analysiert, als auch individuell längsschnittlich erfasst und mit anderen Testergebnissen verknüpft, um langfristig Entwicklungstendenzen ableiten zu können. Somit ist die EdS-Aufnahme ein wichtiger Bestandteil des Talentidentifikations- und Talententwicklungs-Prozesses im DSV. Die Datendokumentation und Erstellung der Auswertungen und Athlet*innenprofile geschieht über die IDA-Datenbank des IAT. Die Tests werden regelmäßig auch nach EdS-Aufnahme weitergeführt und dienen als Grundlage für Trainingssteuerung und weitere Förderung (Verbleibekriterien, Schulzeitstreckung etc.).



Nutzung vorhandener Ressourcen

Das Einschulungsalter an den genannten EdS-Standorten in den vier Sportarten liegt im Bereich von 11-16 Jahren (Klassenstufen 5-11). In diesem Altersbereich ist im DSV der Deutsche Schülercup (resp. Deutschlandpokal) als bundesweites Wettkampfsystem mit sportartspezifischen Testinstrumentarien für die Leistungsfaktoren Technik und Athletik etabliert (Abbildung 3). Die sportlichen Kriterien für eine EdS-Aufnahme werden also zum Großteil zentral im Rahmen von DSV-Maßnahmen getestet, was eine standardisierte Datenerfassung sicherstellt und Landesverbände und Stützpunkte entlastet. In diesem Zuge sollten EdS-, Landeskader-, NK2-Kaderkriterien und Rahmenrichtlinien aufeinander abgestimmt und in einem Gesamtkonzept mit dem DSV-Wettkampfsystem im Nachwuchsleistungssport verknüpft sein. Um den unterschiedlichen Einschulungsaltern gerecht zu werden, wurden Orientierungswerte für jeden Altersbereich erstellt. Regionale Gegebenheiten und Besonderheiten werden durch die Möglichkeit zusätzlicher Tests berücksichtigt.

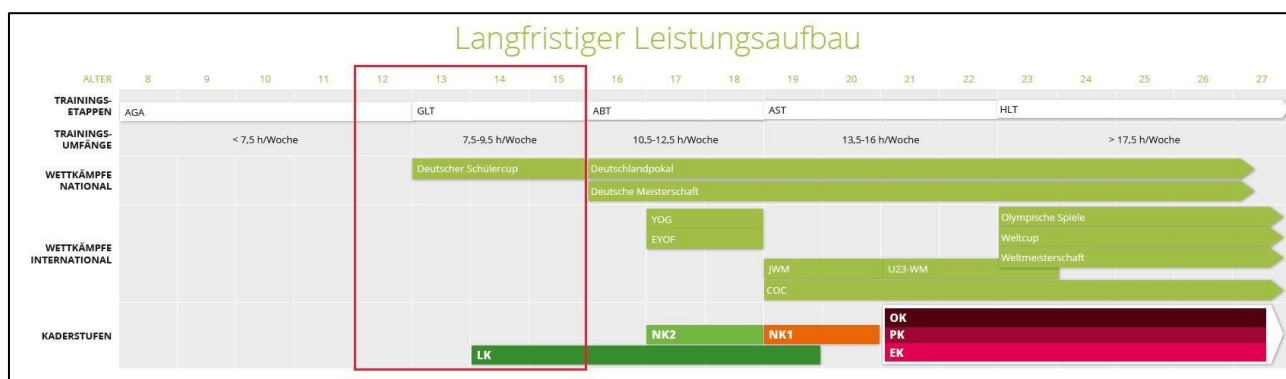


Abbildung 3: Ausschnitt Langfristiger Leistungsaufbau aus dem [Factsheet Skilanglauf](#). Hervorgehoben: Zielaltersbereich des Projekts



Zentrale Kommunikation

Abhängig von Ressourcen und Kapazitäten bekommen derzeit unter Umständen nicht alle geeigneten Bewerber*innen einen Ausbildungsplatz an einer EdS, während an anderen Schulen nicht alle Plätze adäquat besetzt werden. In diesem Zuge sollte mit einer zentralen Bewerberverwaltung und Informationsaustausch diese Problematik verbessert werden. Alle Bewerber*innen inkl. ihrer Leistungsdaten werden durch EdS-Verantwortliche in IDA erfasst. So haben alle Beteiligten mit Zugangsrechten einen Überblick über die Bewerbungslage. Mit Hilfe der Auswertetools in IDA können die Leistungsvoraussetzungen der Bewerber*innen verglichen werden. Die Ergebnisse unterstützen die Entscheidungsträger*innen an den EdS und die Sportler*innen erhalten bei einem Export der Testergebnisse ein Feedback über ihren Leistungsstand.



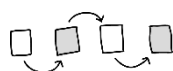
In welchem Alter empfehlen wir eine Aufnahme an eine EdS?

Ob ein*e Sportler*in bereit für eine Aufnahme an einer EdS ist, hängt nicht vom kalendarischen Alter ab. Wichtige Faktoren sind physische und psychische Belastbarkeit, Motivation, schulische Leistung und sportliches Potenzial. Auch die Sportartspezifität oder Zugang zu Trainingsstätten spielt eine Rolle. Trainingsstress und Lernstress gepaart mit einem neuen Umfeld, weg von zu Hause, sind für die jungen Menschen eine Herausforderung. Die Voraussetzungen und die Belastbarkeit an der EdS den nächsten Schritt gehen zu können, sollten vorhanden sein, bevor dieser Weg eingeschlagen wird, egal in welchem Alter. Wir empfehlen eine Einschulung mit Internatsplatz frühestens im Alter von 13 Jahren (7. Klasse).



Was passiert, wenn die Sportler*innen nicht an einer Eliteschule des Sports angenommen werden?

Die Wege von Nachwuchsleistungssportler*innen verlaufen sehr individuell und heterogen. Entwicklungsphasen unterscheiden sich sowohl in ihrem zeitlichen Verlauf als auch in der Ausprägung motorischer und psychischer Fähigkeiten. Verschiedene Trainingsvoraussetzungen in der Grundausbildung und im Grundlagentraining sorgen für unterschiedliche Leistungsentwicklungen in sportlichen Karrieren. Eine einmalige Nichtaufnahme an eine Eliteschule des Sports spiegelt daher lediglich eine Momentaufnahme wider und ist kein abschließendes Urteil über das Potenzial von jungen Athlet*innen. Viele Talente entwickeln ihre sportliche Leistungsfähigkeit erst im weiteren Verlauf. Deshalb ist es von großer Bedeutung, den eingeschlagenen Weg konsequent fortzusetzen und weiter engagiert zu trainieren. Eine erneute Bewerbung im kommenden Jahr ist ausdrücklich erwünscht und sinnvoll, da zahlreiche Athlet*innen über diesen Weg später erfolgreich in den Leistungssport eingestiegen sind. Der Deutsche Skiverband unterstützt diesen langfristigen Entwicklungsprozess und empfiehlt allen Beteiligten, junge Sportler*innen behutsam zu begleiten.



Wie soll die Erfassung der sportlichen Aufnahmekriterien ablaufen?

Die Leistungsentwicklung bei Nachwuchsleistungssportler*innen verläuft nicht konstant und geradlinig. Deshalb ist es sinnvoll, das Potenzial der Athlet*innen im Verlauf einzuschätzen und nicht anhand eines einmaligen Testzeitpunkts. Unsere Empfehlung ist daher, die Leistungsfaktoren im Laufe eines oder mehrerer Trainings- und Wettkampffahre zu überprüfen und zu dokumentieren, idealerweise im Rahmen von DSV-Wettkämpfen, Sichtungmaßnahmen oder Nachwuchscamps ab der Altersklasse U13/S12. Somit ist eine Standardisierung gewährleistet und der zusätzliche Testaufwand an den Heimtrainingsorten gering. Zum Zeitpunkt der EdS-Bewerbung sollten die Ergebnisse aller empfohlenen Tests den Verantwortlichen vorliegen.

- > Leistungsfaktoren im Laufe eines oder mehrerer Trainings- und Wettkampffahre erfassen - optimalerweise im Rahmen von DSV-Wettkämpfen oder Nachwuchscamps.
- > Ergebnisse sind bei EdS-Bewerbung einzureichen, falls nicht schon vorhanden (z.B. Plus Prevention).
- > Erfassung und Dokumentation über Excel/IDA (siehe S. 15)

Die Ergebnisse aller sportlichen Leistungsfaktoren werden ganzheitlich eingeschätzt und nicht gewichtet. Es gibt keine Normwerte oder Mindestanforderungen, aber Orientierungswerte, um den aktuellen Leistungsstand im Vergleich zu (kalendarisch) Gleichaltrigen besser einschätzen zu können. Die Leitlinien erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit, sondern dienen der Unterstützung des „Trainer*innenauges“, indem sie ein größeres Bild der Potenzialeinschätzung als nur die reine Wettkampfleistung zeigen. Neben den sportlichen Leistungen fließen natürlich auch weitere Kriterien/Puzzleteile wie schulische Leistungen, soziale Aspekte, das Umfeld oder die Motivation (Psyche) in die Aufnahmeentscheidung ein, für die zum aktuellen Zeitpunkt noch keine standardisierten Tests Anwendung finden. Den persönlichen Eindruck im Training und Wettkampf kann kein Test ersetzen, weshalb letztendlich immer die Trainer*innen und das Verbundsystem EdS die gemeinsame Entscheidung über Eignung zur Aufnahme an eine EdS treffen. Um Information und Transparenz zwischen den EdS und dem DSV zu verbessern sind drei wesentliche Kommunikationsschritte im Zeitstrahl (Abb. 4.) festgehalten: 1. Senden einer Kandidat*innenliste an DSV-Nachwuchsverantwortliche der Sportart im März, 2. Eine gemeinsame Abstimmung/Potenzialanalyse aller EdS innerhalb der Sportarten im Mai und 3. eine finale Info über alle Neuaufnahmen an den DSV durch die BSP-Leiter*in im Juni. Diese Punkte werden zukünftig Teil der Regionalen Zielvereinbarungen sein.

2 Kommunikation und Zeitschiene

Um den organisatorischen Ablauf, Kommunikation und Informationsfluss der Einschulung an eine EdS für alle Beteiligten transparent zu gestalten, soll diese Zeitschiene eine Empfehlung für das bundesweite Vorgehen und die Aufgabenverteilung geben.

Ab 1. DSC-Jahr (AK 12/13)

| Aufgabe | Verantwortung |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Langfristige Sichtung und Dokumentation relevanter Leistungsfaktoren, um Entwicklung einzuschätzen Kontaktaufnahme und Informationen über EdS an Sportler*in/Eltern | Landestrainer*in, Stützpunkttrainer*in |

Ein Jahr vor Einschulung

| Aufgabe | Frist | Verantwortung |
|---|-------------------|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Kandidat*innenliste an DSV-Nachwuchsverantwortliche der Sportart (zukünftig Teil der RZV) | März | Landestrainer*in, BSP-Leiter*in |
| <ul style="list-style-type: none"> Bewerbungszeitraum/Anmeldung | ca. März-Mai | Eltern |
| <ul style="list-style-type: none"> Sportliches Potenzial der Bewerber*innen beurteilen | April | Landestrainer*in, Stützpunkttrainer*in |
| <ul style="list-style-type: none"> Gemeinsame Abstimmung/Potenzialanalyse aller EdS, innerhalb der Sportarten | Mai | DSV Cheftrainer*in Nachwuchs |
| <ul style="list-style-type: none"> Entscheidung über Aufnahme | Mai | Regionalteam EdS |
| <ul style="list-style-type: none"> Information über Aufnahmeentscheidung an Eltern | Mai | BSP-Leiter*in/ Schule |
| <ul style="list-style-type: none"> Finale Info über Neuaufnahmen an DSV (zukünftig Teil der RZV) | Juni | BSP-Leiter*in |
| <ul style="list-style-type: none"> Einschulung | August/ September | |

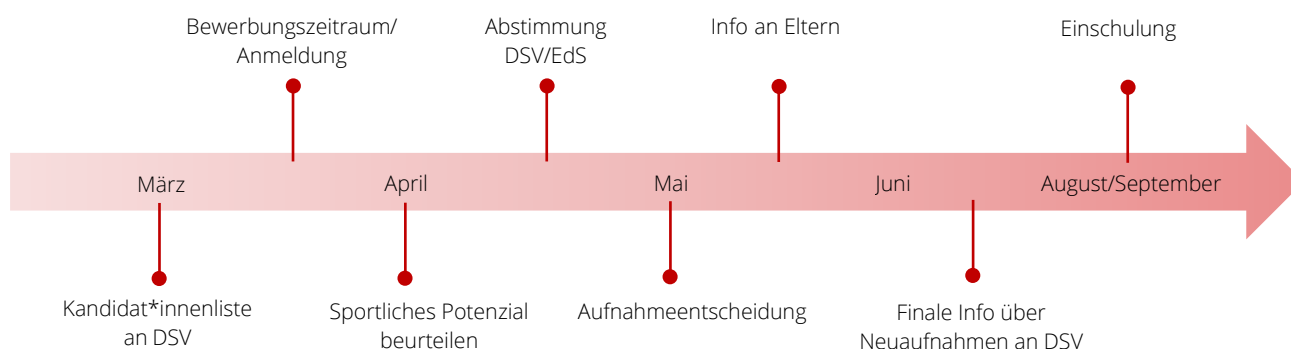


Abbildung 4: Zeitschiene zur Aufnahme an eine EdS

3 Testverfahren

 TECHNIK

Skispringen/Nordische Kombination: DSV-Grundsprungwettkampf

Für den Leistungsfaktor Technik werden im Skispringen und der Nordischen Kombination die Ergebnisse des DSV-Grundsprungwettkampfs herangezogen. Der Grundsprungwettkampf ist ein Zusatzwettbewerb zum Deutschen Schülercup S12/13 und wird im Oktober in Winterberg durchgeführt. Bewertet werden die Teilelemente Anfahrt und Flug Symmetrie, Übergang Flug und Landung nach den Kriterien im Technikleitfaden Skispringen des DSV. Sollte ein*e Bewerber*in nicht an einem der Wettbewerbe teilnehmen können, so ist der Leistungsfaktor Technik in einem Landesverbandswettkampf oder Aufnahmetest abzuprüfen und mit Videoaufnahmen zu dokumentieren.

- > **Durchführung:** Im Rahmen des Deutschen Schülercups oder bei Landesverbandswettkämpfen
- > **Bewertung:** Durchschnittsnote aus vier Teilelementen

Link zur Testbeschreibung:

<https://www.deutscherskiverband.de/downloadcenter?Kategorie=16969337&unterkategorie=16969361&verwendung=16969465>

☞ Zusatzreglement DSV Schülercup Skisprung/Nordische Kombination, Grundsprung Skisprung



Skilanglauf, Biathlon, Nordische Kombination: DSV-Technikwettkampf

Die Lauftechnik wird in dem Format des DSV-Technikwettkampfs/Technik Star überprüft. Auf einer Runde < 1,5 km werden dafür 5 Technikzonen wahlweise für Doppelstockschub, Diagonalschritt, Skating 1-1, Skating 2-1, Skating 2-1 mit Armschwung, Beinarbeit Skating oder Abfahrtshocke durch 2 Trainer*innen pro Zone gefilmt und bewertet. Die Durchführung ist bei Aufnahmetests, Lehrgängen oder im Heimtraining zu realisieren.

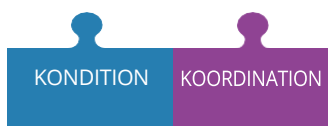
- > **Durchführung:** Aufnahmetest, Lehrgang oder Heimtraining
- > **Bewertung:** Gesamtpunktzahl aus 5 Technikzonen

Link zur Testbeschreibung: [https://cloud.iat.sport-](https://cloud.iat.sport-iat.de/index.php/apps/files/files/3042082?dir=/IAT%20Nachwuchsleistungssportprojekte/Ski%20Nordisch%20Biathlon%202024-02/Testmaterialien%20DSV-Aufnahmekonzept%20Eliteschule%20des%20Sports)

[iat.de/index.php/apps/files/files/3042082?dir=/IAT%20Nachwuchsleistungssportprojekte/Ski%20Nordisch%20Biathlon%202024-02/Testmaterialien%20DSV-Aufnahmekonzept%20Eliteschule%20des%20Sports](https://cloud.iat.sport-iat.de/index.php/apps/files/files/3042082?dir=/IAT%20Nachwuchsleistungssportprojekte/Ski%20Nordisch%20Biathlon%202024-02/Testmaterialien%20DSV-Aufnahmekonzept%20Eliteschule%20des%20Sports)

☞ Technikwettkampf LL





Skispringen/Nordische Kombination: DSV-Talenttest

Kraft, Schnelligkeit, Koordination, Beweglichkeit - all diese motorischen Fähigkeiten brauchen gute Skispringer*innen und Nordische Kombinierer*innen um Spitzenleistungen zu erbringen. Die Fähigkeiten können nicht nur auf der Schanze ausgebildet werden, sondern bedürfen auch eines allgemeinen Athletiktrainings - und das vom ersten Trainingstag an. Um die Leistungsentwicklung dieser Fähigkeiten zu überprüfen, wurde eine Testbatterie erstellt, die passend für den Altersbereich im Deutschen Schülercup alle diese Anforderungen abprüft.

- > **Durchführung:** Deutscher Schülercup, DSV-Nachwuchscamp, Landesverband, Aufnahmetest
- > **Bewertung:** Vergleich der Ergebnisse mit Orientierungswerten (grün, gelb, rot)

Link zur Testbeschreibung: <https://cloud.iat.sport-iat.de/index.php/apps/files/files/3042082?dir=/IAT%20Nachwuchsleistungssportprojekte/Ski%20Nordisch%20Biathlon%202024-02/Testmaterialien%20DSV-Aufnahmekonzept%20Eliteschule%20des%20Sports>

☞ DSV-Talenttest



Skilanglauf/Biathlon: DSV-Sommerabforderung (8 Kernübungen)

Die sportliche Ausbildungsphase der allgemeinen Grundausbildung und des Grundlagentrainings verfolgt das Ziel, grundlegende Bewegungskompetenzen zu schaffen. Dies erfolgt durch das Kennenlernen und Bewältigen vielfältiger, vor allem sportartenspezifischer Anforderungen. Die Vielfalt der Anforderungen, mit denen die jungen Sportler*innen konfrontiert werden sollen, ist dabei der Schlüssel, um sich im weiteren Trainingsprozess der Erlernung sportartspezifischer Anforderungen mit dem dafür zwingend notwendigen Repertoire an Bewegungserfahrung zu stellen. Die DSV-Sommerabforderung schafft deshalb ein Angebot, das Training im Schülerbereich des Skilanglaufes und Biathlons freudvoll und abwechslungsreich zu gestalten. Ergänzend zu den Übungsangeboten werden für jeden Bereich zusätzlich altersbezogene Kernübungen vorgeschlagen, durch die eine Überprüfung des jeweiligen Leistungsniveaus ermöglicht wird. Jede*r EdS-Bewerber*in in den Sportarten Skilanglauf und Biathlon sollte die Sommerabforderung mindestens einmal pro Jahr absolvieren. Die Ergebnisse der Kernübungen dienen als ein Kriterium für die Aufnahme an eine EdS.

- > **Durchführung:** Deutscher Schülercup, DSV-Nachwuchscamp, Landesverband, Aufnahmetest
- > **Bewertung:** Vergleich der Ergebnisse mit Orientierungswerten (grün, gelb, rot)

Link zur Testbeschreibung: <https://cloud.iat.sport-iat.de/index.php/apps/files/files/3042082?dir=/IAT%20Nachwuchsleistungssportprojekte/Ski%20Nordisch%20Biathlon%202024-02/Testmaterialien%20DSV-Aufnahmekonzept%20Eliteschule%20des%20Sports>

☞ DSV-Sommerabforderung





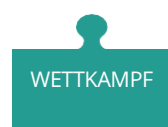
Fragebogen Talentbiografie

Um die Leistungen unserer Nachwuchsathlet*innen langfristig besser einschätzen zu können, erfragen wir in Kooperation mit unseren wissenschaftlichen Partnern vom Institut für Angewandte Trainingswissenschaft die sportliche Biografie der Athlet*innen. Mit Kenntnissen über Trainingsalter, Trainingshäufigkeit oder regelmäßigem Training/Wettkämpfen in mehreren Sportarten kann man die aktuelle Leistungsfähigkeit viel genauer einschätzen und Trainingsinhalte zielgerichteter abstimmen. Eine zusätzliche Trainingsdatendokumentation (z.B. über IDA) wird empfohlen. Viele Studien weisen darauf hin, dass die Ausbildung mehrerer Sportarten auf Wettkampfniveau in der allgemeinen Grundausbildung und im Grundlagentraining förderlich für eine erfolgreiche Karriere und lebenslanges Sporttreiben sind. Diese Faktoren werden vom DSV gefördert und sollen dementsprechend bei Auswahlentscheidungen berücksichtigt werden. Bei der Bewerbung an einer EdS sollte demnach jede*r Bewerber*in den Fragebogen Talentbiografie ausgefüllt haben. Die Befragung sollte nach Möglichkeit online durchgeführt werden unter: <https://umfrage.sport-iat.de/index.php/512436?lang=de>

- > **Durchführung:** Ausfüllen der Online-Befragung bei der EdS-Bewerbung
- > **Bewertung:** Berücksichtigung von Trainingsalter, Trainingshäufigkeit und Ausübung mehrerer Sportarten bei Einschätzung des Leistungsniveaus

Link zur Testbeschreibung: <https://cloud.iat.sport-iat.de/index.php/apps/files/files/3042082?dir=/IAT%20Nachwuchsleistungssportprojekte/Ski%20Nordisch%20Biathlon%202024-02/Testmaterialien%20DSV-Aufnahmekonzept%20Eliteschule%20des%20Sports>

☞ Fragebogen Talentbiografie



Gesamtwertung Deutscher Schülercup, Deutschlandpokal, Landesverbandswettkämpfe

Natürlich spielt auch die sportartspezifische Leistungsfähigkeit eine wichtige Rolle für die Talentidentifikation. Die Wettkampfleistung sollte im Rahmen eines vielseitigen, altersgerechten Wettkampfsystems geprüft werden. Als Aufnahmekriterium für die EdS wird deshalb die Gesamtwertung des Deutschen Schülercups, respektive der Landesverbandswettkämpfe herangezogen.

- > **Durchführung:** Einsehen der Ergebnislisten
- > **Bewertung:** Einschätzung der Wettkampfleistung nach Platzierung in der Gesamtwertung (je nach Wettkampfserie)

PERSON

Belastbarkeit: Plus Prevention Program

Das Plus Prevention Program (PPP) ist ein diagnostisches Tool zur Erfassung von muskuloskelettalen Defiziten, speziell für junge Athlet*innen, wobei besonders Wert auf eine benutzerfreundliche Durchführung, Beurteilung und Auswertung gelegt wird. Durch verschiedene Tests werden essentielle Bewegungsabläufe analysiert und mögliche Risikofaktoren aufgezeigt. Die daraus resultierenden Ergebnisse fließen in ein individuelles Risikoprofil ein. Um identifizierte Mängel zu beheben, dienen gezielte Übungsvorschläge, die dazu beitragen, Verletzungsgefahren zu reduzieren. Sportler*innen und ihre Trainer*innen bekommen maßgeschneiderte Übungsempfehlungen, um die erkannten Defizite gezielt anzugehen. Die einfache Handhabung und der geringe Bedarf an Materialien machen das Programm auch für Nutzer ohne medizinischen Hintergrund leicht anwendbar. Jede*r EdS-Bewerber*in sollte das PPP mindestens einmal pro Jahr absolvieren. Die Testergebnisse dienen als ein Kriterium für die Aufnahme an eine EdS.

- > **Durchführung:** mind. 1x jährlich im Heimtraining, Lehrgang oder DSV-Nachwuchscamp
- > **Bewertung:** Einreichen des Ergebnisbogens bei EdS-Bewerbung

Link zur Testbeschreibung: <https://sport-iat.de/plus-prevention-program>

☞ Website und Testtool Plus Prevention Program



Biologisches Alter: Bio-Final/Mirwald Methode

Im Rahmen der Athletiktests werden zusätzlich Körperhöhe, Sitzhöhe und Körpergewicht gemessen, um mittels einer Formel (Mirwald) aus diesen Parametern den biologischen Entwicklungsstand (früh, durchschnittlich oder spät entwickelt) und die finale Körperhöhe der Sportler*innen zu ermitteln. Damit können die Ergebnisse der sportlichen Tests, allgemein und spezifisch besser zugeordnet und verglichen werden, da in diesem Altersbereich die Entwicklungsunterschiede sehr groß sein können. Zusätzlich können Ergebnisse in Relation zu den Körpermaßen der Athleten gesetzt werden. Die Messungen erfolgen in einem abgeschirmten Bereich. Die Daten werden vertraulich behandelt und stehen nicht auf offiziellen Ergebnislisten

- > **Durchführung:** mind. 1x jährlich im Heimtraining, Lehrgang oder DSV-Nachwuchscamp
- > **Bewertung:** Berechnung über BioFinal, Berücksichtigung des biologischen Alters bei Einschätzung des Leistungsniveaus

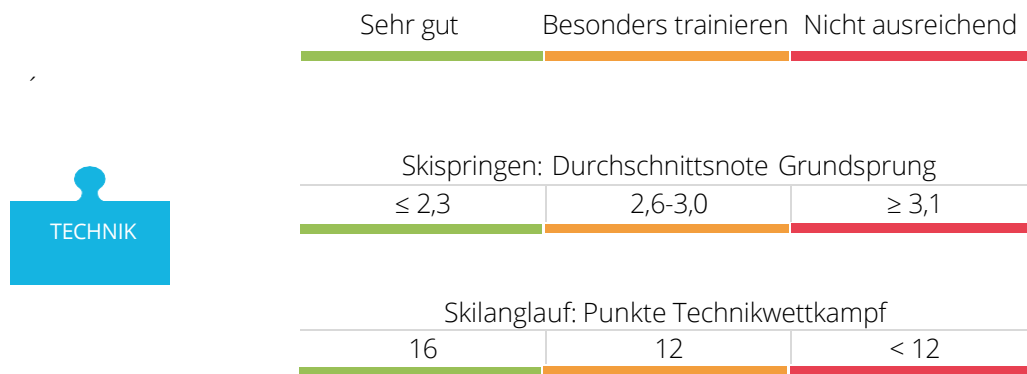
Link zum Download: <https://cloud.iat.sport-iat.de/index.php/apps/files/files/3042082?dir=/IAT%20Nachwuchsleistungssportprojekte/Ski%20Nordisch%20Biathlon%202024-02/Testmaterialien%20DSV-Aufnahmekonzept%20Eliteschule%20des%20Sports>

☞ Biologisches Alter



4 Orientierungswerte

Die Einschätzung der Ausprägung der Leistungsfaktoren erfolgt über Orientierungswerte, die in drei Stufen eingeteilt sind: grün – sehr gut, gelb – hier muss besonders trainiert werden, rot – nicht ausreichend. Die Orientierungswerte sind altersabhängig, je nach Einschulungsalter.



Nordische Kombination/Skispringen

| | Stato | | Elasto | | 30m-Sprint | | KaBu | | Turnen | | Rumpftief | | Knee to wall | |
|------|-------|-----|--------|-----|------------|------|-------|-------|--------|-----|-----------|-----|--------------|-----|
| | cm | | cm | | s | | s | | Punkte | | cm | | cm | |
| | m | w | m | w | m | w | m | w | m | w | m | w | m | w |
| S 12 | 31 | 29 | 33 | 30 | 5,0 | 5,2 | 15,0 | 15,5 | 14 | 14 | 11 | 15 | 17 | 17 |
| | 27 | 26 | 29 | 27 | 5,2 | 5,4 | 16,5 | 16,8 | 11 | 11 | 9 | 11 | 13 | 13 |
| | <27 | <26 | <29 | <27 | >5,2 | >5,4 | >16,5 | >16,8 | <11 | <11 | <9 | <11 | <13 | <13 |
| S 13 | 33 | 31 | 35 | 32 | 4,9 | 5,1 | 14,5 | 15,2 | 15 | 15 | 13 | 17 | 18 | 18 |
| | 29 | 28 | 31 | 29 | 5,1 | 5,3 | 16,0 | 16,3 | 12 | 12 | 11 | 13 | 14 | 14 |
| | <29 | <28 | <31 | <29 | >5,1 | >5,3 | >16,0 | >16,3 | <12 | <12 | <11 | <13 | <14 | <14 |
| S 14 | 35 | 33 | 38 | 34 | 4,8 | 5,0 | 14,3 | 15,0 | 16 | 16 | 15 | 19 | 19 | 19 |
| | 31 | 30 | 34 | 31 | 5,0 | 5,2 | 15,5 | 16,2 | 13 | 13 | 12 | 15 | 15 | 15 |
| | <31 | <30 | <34 | <31 | >5,0 | >5,2 | >15,5 | >16,2 | <13 | <13 | <12 | <15 | <15 | <15 |
| S 15 | 38 | 35 | 41 | 37 | 4,7 | 4,9 | 14,0 | 14,8 | 17 | 17 | 17 | 21 | 20 | 20 |
| | 34 | 32 | 37 | 33 | 4,9 | 5,1 | 15,0 | 16,0 | 14 | 14 | 15 | 17 | 16 | 16 |
| | <34 | <32 | <37 | <33 | >4,9 | >5,1 | >15,0 | >16,0 | <14 | <14 | <15 | <17 | <16 | <16 |

Die Orientierungswerte sind nicht als absolute Normwerte oder Ausschlusskriterien zu sehen, sondern müssen immer in Abhängigkeit von Trainingsalter, biologischem Alter und weiteren individuellen Einflussfaktoren interpretiert werden.

Biathlon/Skilanglauf

| | Rumpftief cm | | Jump&Reach cm | | Schlagball m | | 30m -Sprint s | | KaBu s | | Seilspringen Anz | | Liegestütz min | | Balance Punkte | | Turnen Punkte | |
|-------|--------------------|--------------------|--------------------|-----------------|-----------------------|-----------------------|--------------------|--------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--------------------|--------------------------|--------------------------|-----------------------|-----------------|------------------|-----------------|
| | m | w | m | w | m | w | m | w | m | w | m | w | m | w | m | w | m | w |
| | AK 12 | 100 96 <96 | 104 102 <102 | 36 30 <30 | 32 28 <28 | 39,0 30 <30 | 26,1 20 <20 | 5,3 5,4 >5,4 | 5,4 5,5 >5,5 | 16,0 16,5 >16,5 | 16,2 16,7 >16,7 | 115 105 <105 | 115 105 <105 | 0:43 0:38 <0:38 | 0:37 0:32 <0:32 | 34 24 <24 | 34 24 <24 | 14 11 <11 |
| AK 13 | 101 98 <98 | 107 105 <105 | 38 34 <34 | 36 32 <32 | 46,0 35 <35 | 30,6 23,5 <23,5 | 5,1 5,2 >5,2 | 5,2 5,3 >5,3 | 15,6 16,2 >16,2 | 15,8 16,4 >16,4 | 125 115 <115 | 125 115 <115 | 0:52 0:47 <0:47 | 0:44 0:39 <0:39 | 38 25 <25 | 38 25 <25 | 15 12 <12 | 15 12 <12 |
| AK 14 | 103 100 <100 | 110 107 <107 | 41 36 <36 | 40 37 <37 | 45 40,5 <40,5 | 32 27,2 <27,2 | 4,8 5,0 >5,0 | 4,9 5,1 >5,1 | 15,2 15,9 >15,9 | 15,4 17,1 >17,1 | 135 105 <105 | 135 123 <123 | 01:02 00:52 <00:52 | 00:52 00:44 <00:44 | 42 29 <26 | 42 29 <29 | 16 13 <13 | 16 13 <13 |
| AK 15 | 106 102 <102 | 113 109 <109 | 44 38 <38 | 43 39 <39 | 56,2 47,1 <47,1 | 35,5 31,4 <31,4 | 4,6 4,9 >4,9 | 4,7 5,0 >5,0 | 14,7 15,7 >15,7 | 15,3 16,5 >16,5 | 145 115 <115 | 145 132 <132 | 01:14 00:57 <00:57 | 01:02 00:48 <00:48 | 46 30 <30 | 46 30 <30 | 17 14 <14 | 17 14 <14 |



PLUS PREVENTION PROGRAM

| | | |
|-------------------------------|----------------------------|----------------------------------|
| Alle Globaltests bestanden | Alle Subtests bestanden | einen Subtest nicht bestanden |
|-------------------------------|----------------------------|----------------------------------|



Gesamtwertung Deutscher Schülercup/Deutschlandpokal

| | | |
|--------|--------|-----|
| Top 10 | Top 25 | >25 |
|--------|--------|-----|

5 Auswertung

Die Daten der fünf Leistungsfaktoren werden von den (Sport-)Verantwortlichen der EdS in die vorgesehene Exceltabelle eingegeben, der für die Eingabe in IDA dient. Für jede*n Bewerber*in wird ein Auswertungsbogen erstellt. Dieser Bogen visualisiert das Stärken-Schwächen-Profil der Athlet*innen und dient somit als Unterstützung für die Entscheidungsfindung über Aufnahme/Nicht-Aufnahme. Des Weiteren kann der Bogen als Feedback für Verbesserungspotenzial an die Bewerber*innen ausgehändigt werden.

Link zur Tabelle: <https://cloud.iat.sport-iat.de/index.php/apps/files/files/3042082?dir=/IAT%20Nachwuchsleistungssportprojekte/Ski%20Nordisch%20Biathlon%202024-02/Testmaterialien%20DSV-Aufnahmekonzept%20Eliteschule%20des%20Sports>

☞ Tabelle_Eingabe_EdSAufnahme.xlsx



Link IDA: <https://ida.skispitze.sport-iat.de/>

☞ Anmeldung über Ronny Fudel (siehe Impressum)

