



Talentfindungs- und Sichtungskonzept in der Sportart Moderner Fünfkampf für Potsdam 2021-2025

Erstellt von: Jördis Schmidt (Landestrainerin)

6. Aktualisierung

Stand: März 2021

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|----|
| 1. IST- Zustand | 3 |
| 1.1 Einschulungszahlen | 4 |
| 1.2 Einschulungskriterien | 5 |
| 1.2.1 Sportlich | 5 |
| 1.2.2 Schulisch | 7 |
| 1.2.3 Sportärztlich | 7 |
| 2. Notwendige und durchgeführte Veränderungen | 7 |
| 3. Multisportivität: „Multitalent“ und Sportartentransfer | 9 |
| 4. Kriterien Aufnahme sportbetonte Grundschule | 10 |
| 5. Zusammenfassung und Evaluation/ Ausblick | 10 |
| 6. Anhang und Literaturverzeichnis | 12 |
| Literaturverzeichnis | 13 |

1. IST- Zustand

Im Sportpark Luftschiffhafen ist der Bundesstützpunkt für Modernen Fünfkampf in Potsdam ansässig. Potsdam ist eines der drei Talentzentren in Deutschland (siehe Nachwuchskonzept des DVMF) im Modernen Fünfkampf.

Seit 2002 können Moderne Fünfkämpfer an die Elite Schule des Sports „Friedrich Ludwig Jahn“ ab Klasse 7 eingeschult werden. Auch der Quereinstieg in eine andere Klassenstufe ist seitdem gegeben. Dort besteht die Möglichkeit, im Schule-Leistungssport-Verbundsystem das Training und die Schulausbildung ideal miteinander zu verbinden.

Daten Sportschule

Kontakt: Sportschule „Friedrich- Ludwig Jahn“
Zeppelinstraße 114-117
14471 Potsdam

Internet: → www.sportschule-potsdam.de

Tel.: +49 331 28982-00

E-Mail: → sekretariat@sportschule-potsdam.de

Schulleiterin: Dr. Iris Gerloff

3

Das Ablegen des Abiturs sollte das mittelfristige Ziel der Sportler/innen sein. Die Zusammenarbeit mit dem Olympiastützpunkt (OSP) Brandenburg (Standort Potsdam) und deren Koordination ermöglicht einen mittel- bis langfristigen Leistungsaufbau in der Sportart Moderner Fünfkampf.

Daten Olympiastützpunkt

Kontakt: OSP Brandenburg
Olympischer Weg 2
14471 Potsdam

Internet: → www.osp-brandenburg.de

Tel.: +49 331 97160-00

E-Mail: → info@osp-brandenburg.de

OSP- Leiter: Wilfried Lausch

Bereits ab Klasse 5 (9 bis 10 Jahre) besteht eine Kooperation mit der sportbetonten Zeppelin-Grundschule 23 in Potsdam-West. Die zweimalige Durchführung eines Frühtrainings von je 90 Minuten ist dort für die Schüler/innen möglich. Dies soll die Heranführung an den Leistungssport und dem Sportschulsystem ab Klasse 7 unterstützen.

Daten Zeppelin-Grundschule 23

Kontakt: Zeppelin Grundschule/ Städtische Schule 23 Potsdam
 Haeckelstraße 74
 14471 Potsdam

Internet: → www.zeppelin-grundschule.de

Tel.: +49 331 2897520

E-Mail: → Zeppelin-Grundschule@t-online.de

Schulleiterin: Bettina Bendyk

Diese Zusammenarbeit fördert den Spagat zwischen Leistungssport und Ausbildung/ Studium, welche die Sportler/innen leisten müssen. Sowohl der Verein als auch die Schule haben durch diese Kooperationen Vorteile. Die Nachwuchsarbeit wird kontinuierlich gefördert, die Sportler/innen sind langfristig gebunden, ein enger Austausch zwischen Trainern und Lehrkräften besteht und ermöglicht optimale Talentförderung.

1.1 Einschulungszahlen

Die Einschulungszahlen (Vorgaben) haben sich in den letzten Jahren immer wieder verändert bzw. wurden an die Gegebenheiten (z.B. Klassenstärke) angepasst. Aktuell (seit dem Schuljahr 2012/13) hat der Moderne Fünfkampf in Potsdam die Möglichkeit, in Klasse sieben 6 + 2 Sportler/innen aufzunehmen. Dies bedeutet, dass die Einschulung von 6 talentierten Sportler/innen anzustreben ist. 2 weitere Plätze können bei Bedarf belegt oder für eventuelle Quereinsteiger (z.B. Schwimmer nach der 8. Klasse) genutzt werden. Die Einschulungszahl der Mehrkämpfer konnte in Potsdam in den letzten Jahren gesteigert werden. Das Verhältnis von Jungen und Mädchen ist dabei relativ ausgeglichen.

| | 2009/ 10 | 2010/ 11 | 2011/ 12 | 2012/ 13 | 2013/ 14 | 2014/ 15 | 2015/ 16 | 2016/ 17 | 2017/ 18 | 2018/ 19 | 2019/ 20 | 2020/ 21 |
|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Kl 7 ges | 4 | 7 | 6 | 8 | 7 | 7 | 7 | 4 | 7 | 8 | 5 | 3 |
| Kl 7 mnl | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 6 | 3 | 2 |
| Kl 7 wbl | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 0 | 4 | 2 | 2 | 1 |
| quer | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 0 | 0 | 1 | 2 | 0 |

Tabelle 1: Übersicht Einschulungszahlen, 2009 ff.

Zur Einschulung in Klasse 5 der sportbetonten Grundschule ist auf eine Einschulungszahl von 2 bis 3 zu orientieren. Dafür liegen ebenfalls Einschulungskriterien vor (siehe Punkt 4).

1.2 Einschulungskriterien

Für die Aufnahme an die Eliteschule des Sports gibt es neben den sportfachlichen Kriterien (Vorgaben vom Landesverband Brandenburg für Modernen Fünfkampf) die schulische Eignung und die sportärztliche Untersuchung. Hinsichtlich des Ablaufplans ist es nach dem derzeitigen Stand vorgesehen, zunächst die sportliche Eignung festzustellen, um anschließend alle weiteren Termine fristgerecht zu gewährleisten.

Dementsprechend ist die Prioritätensetzung beim Aufnahmeverfahren an die sportbetonte Grundschule und der Elite Schule des Sports gestaltet.

1.2.1 Sportlich

Die sportfachlichen Kriterien wurden vom LV BRB für Modernen Fünfkampf erarbeitet und beschlossen. Diese orientieren sich am nationalen Leistungsstand in dieser Altersklasse und entsprechen im Laufen und Schwimmen an den bundeseinheitlichen Landeskadernormen (siehe gleichnamige → Tabelle im Anhang 2). Auf Grund der Wettkampfstruktur im Laufen in diesem Altersbereich von 800 m (U13/ Jugend E 11/12 Jahre) bzw. 1600 m (U15/ Jugend C- 13/ 14 Jahre) wurden die sportlichen Aufnahmekriterien evaluiert und an die bundeseinheitlichen Landeskadernormen angepasst.

Für die sportfachliche Eignung werden zur Klasse 7 folgende Tests durchgeführt:

Laufen:

30 m, 100 m, 800 m, Cooper-Test

Athletik:

Schlussdreisprung, Medizinballsößen (2 kg/ 3 kg), T- Test (Schnelligkeit/ Gewandtheit), Liegestütz, 1 min Unterarmstütz halten und Springseil 30 Sekunden

Schwimmen:

50 m und 100 m (Gesamtbewegung, Schwimmart beliebig, vorzugsweise Kraul)

Die detaillierten → Sichtungskriterien (Tabelle 2) sind in der Anlage zusammengestellt.

Diese sportliche Prüfung / Eignung wurde in den letzten Jahren im Rahmen eines Sichtungslerngangs im Zeitraum November bis Dezember am Potsdamer Luftschiffhafen durchgeführt.

Seit 2016 wird ein zweiter Sichtungsteil außerhalb Potsdams (vorrangig Lindow oder Kienbaum) im Januar bis Februar absolviert. In diesem zweiten Sichtungsteil werden einige sportliche Tests wiederholt bzw. sollte eine erste Entwicklung nach regelmäßiger Trainingsteilnahme (von November bis Anfang Februar) nachgewiesen werden. Zudem soll dieser zweite Lehrgang die Möglichkeit eröffnen, die Bewerber näher kennenzulernen und einschätzen zu können. Hierzu ist es vorgesehen, mit dem Sportpsychologie-Team Brandenburg eine Einschätzung zu wesentlichen

Beobachtungsfeldern wie bspw. Teamfähigkeit, Willensstärke etc. zu erhalten. Dazu erfolgt bereits vorab eine Online Befragung über einen evaluierten Fragebogen, welcher durch die Universität Potsdam ausgewertet wird. Hauptansprechpartnerin ist Frau Mascha Grote-Patock, die die Sportler auch über einen langjährigen Prozess beim Modernen Fünfkampf begleiten und betreuen kann.

Des Weiteren werden anthropometrische Daten, wie Körpergewicht (kg), Körpergröße (cm), Armspannweite (cm) und Sitzhöhe (cm) bestimmt. Mit diesen Daten werden u.a., über die Bio- Final Datenbank des IAT's, die biologische Reife und der BMI bestimmt. Diese Daten und Erkenntnisse fließen dann auch mit in die Gesamtbewertung des Sichtungsprozess mit ein.

Der Sichtungsprozess sollte zudem immer ein Eltern- Sportler- Trainer Auswertungs- bzw. IST Zustand- Gespräch beinhalten. Die enge Kommunikation ist in diesem Verfahren zu gewährleisten.

Daten Verein Moderner Fünfkampf

Kontakt: OSC Potsdam Abt. Moderner Fünfkampf
Zeppelinstraße 117 b
14471 Potsdam

Internet: → www.pentathlonpotsdam.de

→ www.osc-potsdam.de

Tel.: +49 331 95148390

E- Mail: → webmaster.mfk.potsdam@gmail.com

Sportliche Leiterin:

Claudia Adermann

Landestrainerin/ Sichtungstrainerin:

Jördis Schmidt

Daten Sportpsychologie Team Brandenburg

Kontakt: University of Potsdam Sport and Exercise Psychology
Am Neuen Palais 10
14469 Potsdam

Internet: → www.osp-brandenburg.de

Tel.: +49 331 977-1050

Fax: +49 331 977-4078

Ansprechpartnerin:

Mascha Grote-Patock

1.2.2 Schulisch

Die schulische Eignung wird über ein Schulgespräch und der Durchführung eines Aufnahmetests ermittelt. Die Verantwortung hierfür liegt bei der Schule. Zu diesem Schulgespräch ist vor ab ein von den Schülern/innen handschriftliches Motivations Schreiben zu formulieren. Dabei ist es erstrebenswert in den Fächern Deutsch, Mathe und Englisch in der Summe eine 6 bis 8 vorzuweisen (Durchschnitt 2 bis 2,6). Die schulische Eignung wird dementsprechend festgestellt und auf dem Aufnahmeantrag vermerkt und ist zugleich die Information für den verantwortlichen Trainer.

1.2.3 Sportärztlich

In Kooperation mit der Universität Potsdam findet die sportärztliche Eingangsuntersuchung statt. Eine komplexe Diagnostik erfolgt in Verantwortung der Universität Potsdam und die Ergebnisse werden den Erziehungsberechtigten zugesandt. Die verantwortlichen Trainer erhalten eine Information über die sportliche Tauglichkeit oder Nicht- Tauglichkeit, welche auf dem Aufnahmeantrag vermerkt wird.

Daten Universität Potsdam

Kontakt: Hochschulambulanz der Universität Potsdam
Am Neuen Palais 10 Haus 12
14469 Potsdam

Internet: → www.uni-potsdam.de

Tel.: +49 331 9771768

E-Mail: → anschoen@uni-potsdam.de

Ärtzl. Direktor: Prof. Dr. F. Mayer

2. Notwendige und durchgeführte Veränderungen

Auf Grund der Wettkampffänderungen im Modernen Fünfkampf (Veränderung der Laufstreckenlänge in U13 / U15, d.h. Jugend-E- bis Jugend-C-Bereich) und der Leistungsentwicklung in dieser Sportart in den letzten Jahren sind Veränderungen in den Sichtungskriterien und damit auch der Landeskadernormen notwendig (vgl.: Studienarbeit zum Erlangen des Diplomtrainers von Jördis Schmidt: Sichtungskriterien für die Sportart Moderner Fünfkampf aus sportfachlicher Sicht). Die Umsetzung in bundeseinheitlichen Landeskadernormen ist dabei sehr sinnvoll und ist erfolgt.

Das Erstellen bzw. Fortschreiben dieses Sichtungskonzepts soll dies unter Berücksichtigung der Ergebnisse auf die verwiesene Studienarbeit und Sichtungsdaten unterstützen und fördern.

Diese Veränderungen sollten dazu beitragen, eine höhere sportliche Qualität in der Einschulung der Klasse 7 zu gewährleisten, aber dennoch vielen (potenziell geeigneten) Kindern den Zugang zu dieser Sportart, welche mit einer langfristigen Entwicklung verbunden ist, zu ermöglichen, um auch eine breite Basis für die Leistungsentwicklung zu entwickeln. Neben dem eigentlichen Trainerurteil sollten

daher die Begeisterungsfähigkeit für den Sport, die Lern- und Leistungsfortschritte (u.a. koordinativ, antizipativ), die allgemeine Leistungsfähigkeit und auch die allgemeine Bewegungsbegabung mit in die Beurteilung einfließen.

Um dieser Entwicklung und deren Anforderungen gerecht zu werden müssen die Talente- und Sichtsungsmaßnahmen konsequent und mit Unterstützung der verschiedenen Gremien und Institutionen (z.B. OSP, LSB, Landesverband, Großverein) durchgeführt werden. Die Teilnahme an Präsentationsveranstaltungen (z.B. Einschulungen, „Tag der offenen Tür“), Talentiaden des LSB Brandenburg oder Sichtsungsmaßnahmen anderer Verbände (vorrangig Landesverbände des Schwimmsports und der Leichtathletik) sind durchzuführen.

Seit Herbst 2018 führt der LVBMFK zu diesem Zweck auch in regelmäßigen Abständen sogenannte → Juniorschwimmtage themenorientiert durch. Die mobile Umsetzung, bspw. der Besuch von Vereinen im Land Brandenburg, wird bereits seit 2019 verstärkt durchgeführt. Die enge Kommunikation und Zusammenarbeit zwischen namentlich Schwimmvereinen der Landesschwimmverbände in Berlin und Brandenburg wird ausgebaut.

Kontakt Schwimmen (Trainer Klasse 5/6)

Potsdam: Rainer Welke (Leitender Landestrainer)

Internet: → www.lsv-brandenburg.de

Kontakt Leichtathletik (Trainer Klasse 5/6)

Potsdam: Christoph Schneegas

E-Mail: → schneega@uni-potsdam.de

Internet: → www.sc-potsdam.de

Kontakt LSB Brandenburg (Talentiade)

LSB: Jörn Levermann

E-Mail: → info@lsb-brandenburg.de

Internet: → www.lsb-brandenburg.de

Stadtsportbund Potsdam (Talentiade in Potsdam)

SSB: Felix Eichler

E-Mail: → stadtsportjugend@potsdam.org

Internet: → www.stadtsportbund-potsdam.de

Das Einrichten eines Talentwettbewerbs, z.B. im Rahmen eines gemeinsamen Wettkampfes mit anderen Sportarten (Schwimmen, Triathlon, Leichtathletik etc.), könnte als weitere Maßnahme erfolgen. Hierzu bietet sich bspw. der Biathlon-

Schülerwettkampf des Deutschen Verbandes für Modernen Fünfkampf (DVMF) an, welcher über ein Jahreszeitraum mit Schulen gemeinsam durchgeführt werden kann. Aber auch die Abschlussdisziplin des Modernen Fünfkampfs, der Laser Run bietet sich für solch eine Maßnahme an. Dadurch ist es auch gelungen im Jahr 2020 einen weiteren Kooperationspartner mit der Sportgemeinschaft Hohen Neuendorf zu gewinnen. Der Verein mit Schwerpunkt Leichtathletik, konnte sein sportliches Angebot durch die Gründung einer Abteilung Laser Run im März 2020 erweitern, welche auch Mitglied im LVBMFK. Damit ist es gelungen in Brandenburg die Sportart breiter aufzustellen. Gemeinsame Maßnahmen (u.a. Trainings- und Sichtsungsmaßnahmen), soll Kinder und Jugendlichen aus der Umgebung von Hohen Neuendorf den Zugang zum Laser Run und zum Modernen Fünfkampf gewähren.

Dennoch sollte die Kooperation mit anderen Sportarten und Vereinen vorangetrieben und vor allem auch von den beteiligten Institutionen im Land beworben und unterstützt werden. Die anzustrebenden Kooperationspartner sind daher auf sportlicher, organisatorischer und unterstützender Ebene zu definieren.

Für das Heranführen an das Schule-Leistungssport-Verbundsystem ist die Möglichkeit der sportbetonten Grundschule zu Nutzen. Daher wurden für die Aufnahme in 5. Klasse Kriterien definiert (siehe Punkt 3). Die organisatorische Vorgehensweise bzgl. der sportlichen, schulischen und sportärztlichen Eignung ist ähnlich zu handhaben wie zur Aufnahme in die 7. Klasse der Sportschule.

Durch die dadurch bereits vorliegende zweijährige Betreuung und dem zusätzlichen Frühtraining in den Klassen 5 und 6 kann das sportliche Einschulungsniveau erhöht werden. Zudem ist die Teilnahme an der Talentiade (vorrangig im Einzugsgebiet: Nauen, Hohen Neuendorf, Brandenburg, Falkensee, Potsdam und Stahnsdorf), welche für die 3. Klassen durchgeführt wird, als essenziellen Bestandteil der Talentsichtung zu betrachten, um Kinder bereits frühzeitig für den Sport zu gewinnen und zu begeistern.

Bei der endgültigen Entscheidung zur Aufnahme an die Sportschule, aber auch der sportbetonten Grundschule aus sportfachlicher Sicht sollten neben dem Erfüllen der Normen bzw. auch bei Nicht-Erfüllen der Normen namentlich auch die sportiven Voraussetzungen des Sportlers bzw. der Sportlerin betrachtet werden, z.B. bei ehemaligen bzw. aktiven Reitern oder Fechtern sowie der ganzheitliche Ansatz Berücksichtigung finden.

Auch das Ausgleichen einer nicht „erfüllten Norm“ mit einer herausragenden Leistung in einem anderen Norm-Bereich sollte beachtet werden und bei der Entscheidung einfließen. Somit liegt die endgültige Entscheidung aus sportfachlicher Sicht bei einer gemeinsamen Entscheidungsfindung im Trainerteam, mit einer ganzheitlichen Betrachtung.

3. Multisportivität: „Multitalent“ und Sportartentransfer

Aufgrund des besonderen Wettkampfprofils (5 Disziplinen) und unterstützt wie auch inspiriert durch die jahrelange enge Zusammenarbeit mit der Hochschule Potsdam, Bereich Trainingswissenschaft (KINGS) und Sportmedizin, steht die Ausbildung eines multisportiv begabten Athleten im Mittelpunkt des Vermittlungsprozesses (vgl. den aktuellen SILP und das Anforderungsprofil des MFK). Daher sind vermeintliche Quereinsteiger aus anderen Disziplinen (vor allem den sog. organischen wie

Schwimmen, Leichtathletik etc.) bei entsprechender allgemeiner Bewegungskompetenz und Leistungseinstellung auch zum Zeitpunkt des beginnenden Sichtungsprozesses von besonderem Interesse. Die bereits zu diesem Zeitpunkt mehrjährige Erfahrung der BewerberInnen in ihrer Sportart ist dabei von besonderer Bedeutung. Enger Austausch besteht diesbezüglich seit Jahren mit den Standortsportarten Leichtathletik, Schwimmen, Kanu etc. Die langjährigen Erfahrungen im MFK haben gezeigt, dass sich eine vergleichsweise späte Spezialisierung der Kinder in ihren Sportarten positiv auf die sowohl allgemeine Ausprägung der konditionellen Fähigkeiten wie auch der disziplinspezifischen Fertigkeiten auswirkt.

4. Kriterien Aufnahme sportbetonte Grundschule

Für die Aufnahme an die sportbetonte Grundschule zur 5. Klasse sollte der gleiche verfahrenstechnische Ablauf definiert werden. Die sportärztliche Untersuchung muss dabei jedoch in die Hand der Eltern gelegt werden und sollte beim Hausarzt mit einer entsprechenden Bescheinigung nachgewiesen werden. Die schulische Eignung wird durch die Vorlage der Zeugniskopie geprüft. Hier ist ein Eltern-Gespräch durchzuführen.

Die sportliche Eignung wird über das Erbringen von Normen durch den verantwortlichen Trainer geprüft. Hierzu sind folgende Normen zu erbringen:

| Test | | Norm männlich | Norm weiblich |
|--------------|-----------------|------------------|------------------|
| Testprogramm | 800 m Lauf | 03:45 min | 04:05 min |
| | Liegestütz | 15 Anzahl | 12 Anzahl |
| | Springseil 30'' | 40 Anzahl | 40 Anzahl |
| | 100 m Schwimmen | 02:00- 02:05 min | 02:05- 02:10 min |

Tabelle 2: Tabellarische Übersicht zu den Sichtungskriterien für die Zeppelin-Grundschule

5. Zusammenfassung und Evaluation/ Ausblick

Die Fortschreibung dieses Talent- und Sichtungskonzept, nach seiner 1. Fassung von 2012 über die 2. Fassung 2013, bis hin zur 5. Fassung 2018 zeigt den Bedarf und die Notwendigkeit einer konsequenten und strukturierten Talent- und Sichtungsförderung. Mit der umfangreichen Dokumentation des Sichtungsverfahrens seit 2009 und der landesweiten wie flächendeckenden individuellen Entwicklungsdatendokumentation (IED-Bögen), welche die Entwicklung der Sportler/innen weiter dokumentiert, ist es langfristig möglich, Rückschlüsse auf die Wirksamkeit der Talent- und Sichtsungsmaßnahmen zu schließen.

Ungeachtet dessen ist festzustellen, dass die „betrachteten Einzelfälle eindeutig [verdeutlichen], dass es keine pauschalen, objektiven Leistungsvoraussetzungen im frühen Jugendalter (11/12 Jahre) zur Sichtung gibt, die einen erfolgreichen Modernen Fünfkämpfer generieren lassen. Es sind erste Tendenzen aus sportfachlicher Sicht im letzten Jahr U15 / Jugend C (13 / 14 Jahre) zu erkennen, aber der Nachwuchs- und

Leistungssportbereich unterliegt zahlreichen weiteren Einflussfaktoren, welches im Bereich Moderner Fünfkampf ein weiteres interessantes Forschungsthema wäre“ (Schmidt).

Das Einbeziehen des Sportpsychologie-Teams Brandenburg und die Erweiterung des Sichtungsverfahrens um einen psychologischen Anteil sollten in den nächsten Jahren fortgesetzt werden. Schmidt weist diesbezüglich darauf hin, dass „diese Aussagefähigkeit, wie auch bei den anderen Tests, bis zum Abschluss der Pubertät keine Garantie für spätere Spitzenerfolge im Modernen Fünfkampf gewährt. Diese Phase der Reifezeit wird in der Trainingswissenschaftslehre als eine Phase erläutert, in der zahlreiche leistungsbestimmende Faktoren (u.a. maximale Sauerstoffaufnahme, Maximalkraft und die allgemeine Intelligenz) beeinflusst werden und häufig einen Knackpunkt in der sportlichen Laufbahn im Nachwuchssport darstellt (Schnabel, Harre & Krug Seite 201, 413 und 506 ff).“ Daher ist es mehr als notwendig, die psychologische Begleitung ab der 7. Klasse weiter fortzuführen und diese nicht nur im Sichtungsverfahren anzuwenden. So könnte die psychologische Betreuung in der Sekundarstufe 1 den Umgang mit Verletzungen / Prävention, aber auch Teambuilding etc. als Thematik erfassen sowie den Trainingsprozess begleiten und den verantwortlichen Trainer unterstützen. Dabei ist die positive Entwicklung mit der Einbindung von Frau Grote-Patock vom Sichtungsprozess bis in hin zum Top Team zu beachten und fortzuführen.

Die Sichtungselehrgänge und -Maßnahmen sollten immer unter gleichen Bedingungen durchgeführt werden. Das Erfassen der sportlichen Leistungen der Sichtungsteilnehmer/innen und das Beobachten der Leistungsentwicklung im Modernen Fünfkampf (im Rahmen des Langfristigen Leistungsaufbaus) sind dabei maßgeblich. Eine detaillierte und vollständige Dokumentation der Daten in dieser Ausbildungsphase wird die Grundlage für eine langfristige Trainingssteuerung ab der Sekundarstufe 1 bilden, um im weiteren Verlauf eine optimierte Aussagekraft und Rückmeldung für das Sichtungsverfahren und dessen Vorbereitung zu erhalten.

6. Anhang und Literaturverzeichnis

| Tests | Männlich | Weiblich |
|---|--|--|
| Athletikbereich | | |
| Liegestütz | 20 Anzahl | 17 Anzahl |
| Unterarmstütz | 1 min halten | 1 min halten |
| Springseil 30 Sek. | 60 Durchschläge | 60 Durchschläge |
| Schluss-3-Sprung | 5,50 m | 5,20 m |
| Medizinballstoßen beidhändig (1 kg wbl/ 2 kg mnl) | 4,10 m | 4,10 m |
| T-Test (Gewandtheit) | 12 Sek. | 13 Sek. |
| Schwimmen | | |
| 50 m Zeit | 45 Sek. | 50 Sek. |
| 100 m Zeit | 1:35 (2. Jahr U13) und 1:40 (1. Jahr U13) | 1:35 (2. Jahr U13) und 1:40 (1. Jahr U13) |
| Laufen | | |
| 30 m Zeit | 5,3 Sek. | 5,5 Sek. |
| 100 m Zeit | 16,4 Sek. | 17,1 Sek. |
| Coopertest (12 min) | 2500 m | 2100 m |
| 800 m Zeit | 3:00 (2. Jahr U13) und 3:10 (1. Jahr U13) | 3:10 (2. Jahr U13) und 3:20 (1. Jahr U13) |

Tabelle 3: Tabellarische Übersicht der sportlichen Tests zur Sichtung für die Sportschule Potsdam

Literaturverzeichnis

- Adermann, C., Piatek, T. & Raisner, K. (2011). Nachwuchskonzept des Deutschen Verbands für Modernen Fünfkampf. Darmstadt. Deutscher Verband für Modernen Fünfkampf
- Allmer, H. (1973). Zur Diagnostik der Leistungsmotivation- Konstruktion eines sportspezifischen Motivationsfragebogen. Ahrensburg
- LSB, MBS & Universität Potsdam (Hrsg.) Emotikon Grundschulsport. Zugriff unter <http://www.emotikon-grundschulsport.de> am 02.03.2015
- LV Brandenburg für Modernen Fünfkampf (o.J.). Rahmentrainingskonzeption des LV Brandenburg für Modernen Fünfkampf. Potsdam LV Brandenburg für Modernen Fünfkampf (limitierter Zugriff)
- LV Brandenburg für Modernen Fünfkampf (2015). Wettkampfprotokolle des LV Brandenburg für Modernen Fünfkampf. Potsdam LV Brandenburg für Modernen Fünfkampf (limitierter Zugriff)
- Schmidt, J. (2013). Sichtungskonzept- Änderungsvorschläge Aufnahmekriterien Sportschule/ D- Kadernormen. Potsdam. LV Brandenburg für Modernen Fünfkampf (limitierter Zugriff)
- Schmidt, J. (2015). Studienarbeit zur Erlangung der „staatlichen geprüften Trainerin/ Diplom Trainerin des DOSB“ an der Trainerakademie Köln des DOSB: Sichtungskriterien für die Sportart Moderner Fünfkampf aus sportfachlicher Sicht
- Schnabel, G., Harre D. & Krug, J., (Hrsg.) (2011). Trainingslehre – Trainingswissenschaft: Leistung, Training, Wettkampf (2. Auflage). Aachen: Meyer & Meyer Verlag

Anhang 2

Bundeseinheitliche Landeskadernormen des Deutschen Verbandes für Modernen Fünfkampf ab 2020

| Distanz | weiblich | | | | | | männlich | | | | | | | | |
|---------|-----------------|--------|-------|-----------|--------|-------|----------|---------|-------|-----------|--------|-------|-----|--------|-----|
| | Laufen | | | Schwimmen | | | Laufen | | | Schwimmen | | | | | |
| | 800m | Punkte | Alter | 100 | Punkte | Pkt G | U 13 | 1. Jahr | Pkt G | 800m | Punkte | Alter | 100 | Punkte | |
| Distanz | 03:20 | 210 | 11 | 100 | 170 | 380 | U 13 | 1. Jahr | 400 | 03:10 | 230 | 11 | 100 | 01:40 | 170 |
| Distanz | 03:10 | 230 | 12 | 100 | 190 | 420 | U 13 | 2. Jahr | 440 | 03:00 | 250 | 12 | 100 | 01:35 | 190 |
| Distanz | 06:10 | 230 | 13 | 100 | 230 | 460 | U 15 | 1. Jahr | 520 | 05:50 | 270 | 13 | 100 | 01:20 | 250 |
| Distanz | 06:00 | 250 | 14 | 100 | 270 | 520 | U 15 | 2. Jahr | 590 | 05:35 | 300 | 14 | 100 | 01:10 | 290 |
| | Laserrun | | | | | | | | | | | | | | |
| 3x800m | 11:30 | 440 | 15 | 200 | 220 | 660 | U 17 | 1. Jahr | 740 | 10:50 | 490 | 15 | 200 | 02:30 | 250 |
| 3x800m | 11:20 | 450 | 16 | 200 | 230 | 680 | U 17 | 2. Jahr | 760 | 10:30 | 500 | 16 | 200 | 02:25 | 260 |
| 4x800m | 14:30 | 430 | 17 | 200 | 240 | 670 | U 19 | 1. Jahr | 770 | 13:20 | 500 | 17 | 200 | 02:20 | 270 |
| 4x800m | 14:10 | 450 | 18 | 200 | 250 | 700 | U 19 | 2. Jahr | 800 | 13:00 | 520 | 18 | 200 | 02:15 | 280 |

NK 2 14:00 460 02:25 260 720 820 12:40 540 02:15 280 NK 2
 Als Richtlinie Zeiten für die NK2 Norm des DVMF. Die Punktzahl von 720 Pkt. (weiblich) bzw 820 Pkt. (männlich) muss 2x im Jahr bei einem vom DVMF definierten Wettkampf erreicht werden. Es wird nach Rangliste für den Kader nominiert.

