

3 Bundeseinheitliche Landeskaderkriterien als Steuerelement im Nachwuchsleistungssport

Die Festlegung der bundeseinheitlichen Kriterien für LK und NK2 erfolgt im Sinne der Richtlinienkompetenz des Spitzenverbandes unter Einbeziehung der Landestrainer und Landesgruppentrainer sowie weiterer Leistungssportverantwortlicher der Landesfachverbände.

Die bundeseinheitlichen Landeskaderkriterien ergänzen die Tests der AK1 um weitere bzw. erhöhte Anforderungen in den Leistungsparametern. Die Definition der Erwartungen an die Potenziale der AK1 dient als Grundlage für die Richtwerte der bundeseinheitlichen Landeskaderkriterien (LK, NK2). Eine Anpassung der Tests soll im Zuge der Entwicklungsschritte des langfristigen Leistungsaufbaus erfolgen.

Neben den sportmotorischen Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination) wird verstärkt auf die Beurteilung der erlernten Techniken sowie des taktischen Verhaltens und Verständnisses geachtet. Die Beurteilung erfolgt sowohl durch standardisierte Testverfahren als auch durch Wettkampfbeobachtung.

Für das Erreichen des Kaderstatus ist in den Kaderstufen für jeden Leistungsparameter eine Mindestpunktzahl definiert.

3.1 Leistungsgrundlagen für Feldspielerinnen

3.1.1 Techniken

Techniken	Bewertung	VA
Position halten und Freiwurf nehmen (T-Stellung)	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Dribbling mit Ball	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Release-Moves zur Ballannahme gegen Press-Verteidigung: V-Release	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Release-Moves zur Ballannahme gegen Press-Verteidigung: Chope-Stroke-Release	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Release-Moves zur Ballannahme gegen Pressverteidigung bzw. Absatzbewegung (Center)	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Freiwurf 6m nehmen und Torwurf aufs Tor	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Fähigkeit Centerposition zu halten	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Wurftechnik – Rückhand (mit beiden Händen)	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Wurftechnik – Schockwurf (mit beiden Händen)	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Wurf aus der Rückenlage	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

3.1.2 Spielphasen

Konterverteidigung	Bewertung	VA
Übergangsphase Normalangriff zu Konterabwehr Rechtzeitig zurück / Kommt zu spät	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Verhalten zum Gegenspieler Torwartpass verhindern, Nicht zu spät kommen, Konter verlangsamen 1 gegen 0, 2 gegen 1, 3 gegen 2,	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

Normalverteidigung	Bewertung	VA
Spiel als Utility-Player bei Press und Zone GegenspielerIn übernehmen; Blockverhalten gg. Freiwurf und in statischer oder dyn. Zone	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Spiel als Centerverteidigerin-Player bei Press und Zone	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

Unterzahl	Bewertung	VA
Kenntnis der Positionen und Aufgaben	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Verteidigung Sektoren / Blockverhalten Verhalten gg. 4:2 / Verhalten gg. 3:3	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

Konterangriff	Bewertung	VA
Ballannahmen von Torwartin Schwimmend Kraul oder Rücken, nicht stehen bleiben, klare Absatzbewegung von der Gegnerin, Blickkontakt Torwartin	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Schwimmwege und Verhalten vor dem Tor 1 gegen 0, 2 gegen 1, 3 gegen 2, Abschluss 1:0, Mitte frei machen, wenn kein Torwurf möglich	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

Normalangriff	Bewertung	VA
Kenntnis der Positionen und Aufgaben	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Spiel als Utility-Player / Attacker	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

Überzahl	Bewertung	VA
Kenntnis der Positionen und Aufgaben	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Versetzen mit und ohne Ball greift Tor an, hat Position zum Tor, bindet Verteidigerin, Wurfweg suchen, ... Game-IQ	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

3.2 Leistungsgrundlagen für Torhüterinnen

Techniken	Bewertung	VA
Position halten und Freiwurf nehmen (T-Stellung) sowie kurzer Sprint mit Ball	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Bereitschaftsstellung	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Alarmstellung	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

Angriff	Bewertung	VA
Kenntnis der Positionen und Aufgaben in Normalangriff	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Kenntnis der Positionen und Aufgaben in Überzahl	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Konterangriff: Einleiten mit langem Pass Zu schwimmender und stehender Mitspielerin	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

Verteidigung	Bewertung	VA
Kenntnis der Positionen und Aufgaben bei Pressverteidigung	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Kenntnis der Positionen und Aufgaben bei Zonenverteidigung	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Zusammenspiel mit Centerverteidigerin Schwerpunkt bei Centeranspielen und Freiwürfen innerhalb 6m	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Abwehren der Würfe von Centerposition	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Abwehren der direkten Freiwürfe	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Abwehr Bogenbälle	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Abwehr Penalties	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Verhalten gegen Konter 1:0	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

Position zur ballführenden Spielerin im Halbkreis	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Versetzen lang, kurz	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Abwehr Würfe von den Pfosten bei Unterahl	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Gesamteindruck Game IQ	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

Spezifisch Torwartin	Beschreibung	Bewertung	Punkte
Person, Beweglichkeit	Überdurchschnittliche Beweglichkeit und Koordination, Reaktionsschnelligkeit, hohe Antizipationsfähigkeit, gute Rumpfkraft, hohe Wurfkraft.	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Psyche, Person	Mut, Ausgeglichenheit, Selbstbewusstsein, psychische Stabilität, kommunikativ	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Person, Psyche, Taktik	Fähigkeit als Leader die Defense zu organisieren und zu führen	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT
Person	Konstitutionell eher groß & athletisch	0-3 Punkte lt. Bewerbungsbogen	LT, BT

4 Leistungsgrundlagen für Bundeskader in der AK2 und AK3

4.1 Unterschiede in den Leistungsparameter zwischen Landes- und Bundeskader

Die bundeseinheitlichen Kriterien für LK und NK2 zielen zunächst in der Bewertung auf die Kenntnis und versuchten Anwendung der definierten Taktiken und Techniken ab und werten jeweils im letzten Monat eines Quartals zentral oder dezentral erfasst.

Neben den sportmotorischen Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination) wird verstärkt auf das Beherrschen aller allgemeiner und positionsspezifischer Techniken sowie des taktischen Verhaltens und Verständnisses geachtet. Die Beurteilung erfolgt sowohl durch standardisierte Testverfahren als auch durch Wettkampfbeobachtung. Die Selbstreflexion der Athletinnen sowie die Team- und Gegneranalyse rücken in den Fokus.

Für das Erreichen des Kaderstatus ist in den Kaderstufen für jeden Leistungsparameter eine Mindestpunktzahl definiert.

Die Auswertung erfolgt mit Bewerbungsbogen.

4.2 Konditionelle Fähigkeiten im Wasser

4.2.1 Berufszeitraum 2022/2023

weiblich	Test	≥U19	U18	U17	U16	U15	U14
Schwimm- geschwindigkeit	25F	0:13,5	0:13,7	0:14,0	0:14,3	0:14,9	0:15,5
Schnelligkeits- ausdauer	50F	0:29,5	0:29,8	0:30,4	0:31,0	0:31,9	0:33,4
	100F	1:03,6	1:04,9	1:06,4	1:08,0	1:09,9	1:12,0
Ausdauer	400F	5:09,9	5:13,1	5:19,3	5:25,5	5:34,5	5:44,1
Beine							
	25m WT	0:25,7	0:25,9	0:26,3	0:26,8	0:27,5	0:28,9

4.2.2 Berufszeitraum 2023/2024

	Punkte	RSA-Test	RSA Abweichung	Shuttle Run Test	10min Dauerschwimmen Oder 400 F	Sprunghöhe	Sprünge im Tor	25m WT
Bundes- kader	15	00:53,2		240		05:06,9		00:25,7
	14	00:54,5		225		05:10,0		00:26,0
	13	00:55,8		210		05:13,1		00:26,3
	12	00:57,1		195		05:19,3		00:26,8
	11	00:58,4		180		05:25,5		00:27,3
	10	00:59,7		165		05:34,8		00:28,1
NK2	9	01:01,0		150		05:44,1		00:28,9
	8	01:02,3		135		05:56,5		00:29,9

	7	01:03,6		120		06:08,9			00:30,9
	6	01:04,9		105		06:24,4			00:32,2
	5	01:06,4		90		06:43,0			00:33,8
LK	4	01:07,5		75		07:01,6			00:35,4
	3	01:08,8		60		07:23,3			00:37,2
	2	01:10,1		45		07:45,0			00:39,0
	1	01:11,4		30		08:06,7			00:40,8

Es sind max. 7x 15 =105 Punkte erreichbar

4.3 Konditionelle Fähigkeiten an Land

bis U15	Punkte	Rudern	Liegestütze	Bauch	Hand Grip	MedBall
	15	30	44	30	100	
	14	28	41	28	95	
	13	26	38	26	90	
	12	24	35	24	85	
	11	22	32	22	80	1.500
	10	20	29	20	75	1.450
NK2	9	18	26	18	70	1.400
	8	16	23	16	65	1.350
	7	14	20	14	60	1.300
	6	12	17	12	55	1.250
	5	10	14	10	50	1.200
LK	4	7	11	8		1.100
	3	5	8	6		1.000
	2	3	5	4		900
	1	1	2	2		800

Es sind max. 5x 15 =75 Punkte erreichbar

Ab U16	Punkte	Bankziehen	Bankdrücken Faktor * Körpergewicht	Nackenkniebeugen Faktor * Körpergewicht	Kreuzheben Faktor * Körpergewicht	MedBall
	15	1,2	1,2	1,5	1,9	
	14	1,1	1,1	1,4	1,8	
	13	1,0	1,0	1,3	1,7	
	12	0,9	0,9	1,2	1,6	
	11	0,8	0,8	1,1	1,5	1.500
	10	0,75	0,75	1,0	1,4	1.450
	9	0,7	0,7	0,9	1,3	1.400
	8	0,65	0,65	0,8	1,2	1.350
	7	0,6	0,6	0,7	1,1	1.300
	6	0,55	0,55	0,6	1,0	1.250
	5	0,5	0,5	0,5	0,9	1.200
	4	0,4	0,4	0,4	0,8	1.100
	3	0,3	0,3	0,3	0,7	1.000
	2	0,2	0,2	0,2	0,6	900
	1	0,1	0,1	0,1	0,5	800

*ab U16

4.4 Auswertung

4.4.1 Richtwerte Landeskader

Parameter	Person	Umfeld Training	Anthropometrie	Beweglichkeit	Techniken	Spielphasen	K Wasser	K Land	Bonus	Punkte
Maximal	18	12	18	12	30	24	105	75	6	300
LK U18	14	10	14	10	27	24	35	25	6	165
NK2 U16	14	10	14	10	27	24	35	25	6	165
LK U17	14	10	14	10	24	22	35	25	6	160
NK2 U15	14	10	14	10	24	22	35	25	6	160
LK U14	12	8	12	8	21	15	28	20	6	130
LK U13	12	8	9	8	18	3	21	15	6	100

4.4.2 Richtwerte Bundeskader

Parameter	Person	Umfeld Training	Anthropometrie	Beweglichkeit	Techniken	Spielphasen	K Wasser	K Land	Bonus	Punkte
Maximal	18	12	18	12	30	24	105	75	6	300
OK / PK	14	10	14	10	30	24	77	55	6	240
TK	14	10	14	10	30	24	77	55	6	240
NK1 U23	14	10	14	10	30	24	77	55	6	240
NK1 U20	14	10	14	10	30	24	77	45	6	230
NK1 U18	12	10	12	8	30	24	65	33	6	200

4.4.3 Erfassung Athletin

Parameter	Person	Umfeld Training	Anthropometrie	Beweglichkeit	Techniken	Spielphasen	K Wasser	K Land	Bonus	Punkte
Maximal	18	12	18	12	30	24	105	75	6	300
Athletin										
Athletin										
Athletin										
Athletin										
Athletin										
Athletin										
Athletin										
Athletin										

4.4.4 Erfassung Landesverband Kader

Parameter	Athletin 1	Athletin 2	Athletin 3	Athletin 4	Athletin 5	Athletin 6	Athletin 7	Athletin 8	Gesamt
Person									
Umfeld/Training									
Anthropometrie									
Beweglichkeit									
Kondition Wasser									
Kondition Land									
Taktik / Psyche									
Technik									
Bonus									
Summen									