



Testmanual

Ballgebundener Koordinationstest

zur Talentdiagnostik von Fußballtorhütern
in der frühen Adoleszenz (U11-U15)



Fynn Bergmann, Dr. Johannes Danner, Dr. Florian Schultz,

Damir Dugandzic, Efthimios Kompodietas & Prof. Dr. Oliver Höner

2. Auflage (April, 2024)

Impressum

Autoren:

Fynn Bergmann (Eberhard Karls Universität Tübingen)
Dr. Johannes Danner (Deutscher Fußball-Bund)
Dr. Florian Schultz (Eberhard Karls Universität Tübingen)
Damir Dugandzic (Deutscher Fußball-Bund)
Efthimios Kompodietas (Referent für den Deutschen Fußball-Bund)
Prof. Dr. Oliver Höner (Eberhard Karls Universität Tübingen)

Auflage:

2. Auflage: März 2024

Copyright:

Eberhard Karls Universität Tübingen
Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliche Fakultät
Institut für Sportwissenschaft
Arbeitsbereich II: Sportpsychologie & Methodenlehre

Bildnachweise:

Fynn Bergmann

Abgebildete Personen:

Pablo Calac (Spieler)
Jonathan Narr (Spieler)

Zitation dieses Testmanuals:

Bergmann, F., Danner, J., Schultz, F., Dugandzic, D., Kompodietas, E. & Höner, O. (2024).
*Testmanual. Ballgebundener Koordinationstest zur Talentdiagnostik von Fußballtorhü-
tern in der frühen Adoleszenz (U11-U15)*. 2. Auflage. Tübingen: Eberhard Karls Universität.

Genderhinweis:

Aufgrund einer besseren Lesbarkeit verwenden wir im Folgenden ausschließlich das generische Maskulinum. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

Kontaktdaten:

Fynn Bergmann (Wissenschaftlicher Mitarbeiter)
Eberhard Karls Universität Tübingen
Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliche Fakultät
Institut für Sportwissenschaft
Arbeitsbereich Sportpsychologie & Methodenlehre
Wilhelmstraße 124
72074 Tübingen
E-Mail: fynn.bergmann@uni-tuebingen.de



**Ohne ausdrückliche Genehmigung der Autoren ist es nicht gestattet,
den Inhalt dieses Testmanuals zu vervielfältigen.**

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
Zum Hintergrund des Testverfahrens	3
Organisatorische Rahmenbedingungen	4
Allgemeine Anmerkungen	4
Testvorbereitung	4
Testdurchführung	5
Testübersicht	6
Detaillierte Testbeschreibungen	9
1. Jonglierball-Tausch	9
2. Doppeltes Ball-Prellen.....	11
3. Ball-Wand-Wurf (ein Ball)	13
4. Ball-Wand-Wurf (zwei Bälle)	15
5. Werfen-Sitzen-Fangen	17
6. Prellen-Drehen-Fangen	19
Testaufbau	21
Materiallisten.....	21
Anleitung zum Aufbau der Einzeltests	22
Literatur	26
Anhänge	26

Ballgebundene Koordination als wichtiger Baustein für „Torwarttalente“

Deutschland hat seit jeher sehr gute Torhüter hervorgebracht. Auch aktuell steht eine Vielzahl der hierzulande ausgebildeten Torhüter bei internationalen Top-Vereinen zwischen den Pfosten. Dies ist nicht zuletzt auf eine hochwertige und individualisierte Förderung in den Vereinen, den Landesverbänden und im DFB-Talentförderprogramm zurückzuführen.



Bild: Deutscher Fußball-Bund

Im Rahmen der Talentförderung sollte v. a. in jungen Jahren der Fokus auf einer vielseitigen motorischen Förderung liegen. Diese ist insbesondere bei der *Talententwicklung von Torhütern* bedeutsam, da viele der späteren Torhüter erst im Laufe ihrer Entwicklung ihre Begabung und Freude für das Verhindern von Toren entdecken. Vielseitig und individualisiert zu fördern umfasst u. a. das Training von koordinativen Fähigkeiten, die Herausbildung eines optimalen Ballgefühls und die Entwicklung grundlegender, torwartspezifischer Basistechniken. Um die Ausbildung dieser Merkmale in der *speziellen Talentförderung von Torhütern* zu forcieren, haben wir im Jahr 2023 Empfehlungen für eine „Torhüterorientierte Ballschule“ formuliert und mit konkreten Trainingsbeispielen veranschaulicht.

Diese Merkmale bilden zentrale Bausteine von dem, was wir umgangssprachlich als torwartspezifisches „Bewegungstalent“ bezeichnen. Daher sollten sie auch zur Identifikation von begabten Torhütern herangezogen werden. An diesem Ziel setzt die in diesem Manual vorgestellte Testbatterie an. Die Einzeltests zielen auf die objektive Erfassung von ausgewählten, für den Fußballtorwart besonders relevanten Facetten der ballgebundenen Koordination ab. In diesem Zusammenhang darf die Diagnostik keinesfalls als „Selektionsinstrument“ verstanden werden. Vielmehr soll sie dem geschulten Auge von Experten weiterführende und möglichst objektive Informationen für eine zielgerichtete Identifikation begabter Torhüter liefern.

Dieses Testmanual beinhaltet bedeutsame Informationen zur Organisation des Testablaufs. Bitte beachtet diese Informationen sowie die detaillierte Darstellung potenzieller Fehlerbilder, um eine hochwertige Testdurchführung sicherzustellen. Abschließend möchte ich alle Torhüter sowie an der Torwartposition interessierte Kinder und Jugendliche herzlich zur Teilnahme an dieser Testbatterie einladen und wünsche viel Freude bei der Durchführung.

Euer Andreas Kronenberg
(Bundestorwarttrainer)

Zum Hintergrund des Testverfahrens

Die Identifikation talentierter Nachwuchsfußballer ist eine Herausforderung in der Sportpraxis, da zahlreiche Faktoren die aktuelle und zukünftige Leistungsfähigkeit der Spieler beeinflussen. Im Fußball liegen Erkenntnisse über prognoserelevante Talentmerkmale vor, welche mithilfe von wissenschaftlich evaluierten Diagnostiken erfasst werden können (z. B. Deutscher Fußball-Bund [DFB], 2022). Die Testergebnisse können das „Trainerauge“ unterstützen und ermöglichen darüber hinaus die Ableitung von individuellen Trainingsempfehlungen. In der Sportpraxis etablierte, fußballspezifische Talentdiagnostiken sind jedoch v. a. auf das Anforderungsprofil der Feldspieler ausgerichtet. Um perspektivisch auch bei der Förderung von Torhütern von einer spezifischeren, objektiven Diagnostik profitieren zu können, wurde der *Ballgebundene Koordinationstest zur Talentdiagnostik von Fußballtorhütern* entwickelt.

In der Fachliteratur wird die grundlegende Bedeutung von koordinativen Fähigkeiten für Torhüter, u. a. aufgrund ihrer vermuteten Relevanz für motorische Lernprozesse (z. B. Erwerb von Torwarttechniken), herausgestellt (z. B. Busch, 2017). Eine entsprechende Diagnostik ist daher v. a. in den frühen Phasen der Torwartförderung von Interesse, da die Testanforderungen wichtige Voraussetzungen für die Torwart-Spezialisierung adressieren. Die in diesem Manual vorgestellte Testbatterie umfasst sechs Einzeltests, deren Anforderungen eine Relevanz für das Torwartspiel aufweisen und in Form von ballgebundenen Testaufgaben operationalisiert werden.

Die Konzeption dieser Testbatterie erfolgte durch eine Arbeitsgruppe aus Mitarbeitern des DFB-Talentförderprogramms und des für die sportwissenschaftliche Begleitung zuständigen Instituts für Sportwissenschaft der Eberhard Karls Universität Tübingen. Die erste Auflage der Testbatterie wurde bereits wissenschaftlich evaluiert (Bergmann et al., 2021). Darauf basierend wird in der vorliegenden *zweiten Auflage* des Testmanuals eine überarbeitete Fassung der Testbatterie vorgestellt, die einer erneuten wissenschaftlichen Evaluation unterzogen wurde. Im Laufe des Weiterentwicklungsprozesses wurden zudem Einschätzungen von weiteren, unabhängigen „Torwartexperten“ einbezogen (siehe ausf. Bergmann et al., eingereicht). Die Diagnostik befindet sich dennoch weiterhin in der Erprobungsphase. Die zunehmende Erfahrung durch den Einsatz in der Sportpraxis sowie die wachsenden Erkenntnisse durch begleitende wissenschaftliche Evaluationen können somit auch künftig zu Anpassungen der Testbatterie führen.

Dieses Testmanual liefert konkrete Instruktionen für den Einsatz der Testbatterie. Die in der Testübersicht dargestellten Zusammenfassungen der Einzeltests eignen sich als „Stationskarten“ (S. 6-8). Die Erläuterungen zur Testdurchführung (S. 9-20) und zum Testaufbau (S. 21-25) sind für eine objektive Anwendung von großer Bedeutung. Vor dem Einsatz der Testbatterie sollten dieses Testmanual aufmerksam gelesen und die notwendigen Testvorbereitungen getroffen werden.

Organisatorische Rahmenbedingungen

Allgemeine Anmerkungen

Genauigkeit und Präzision haben beim Testaufbau, der Testdurchführung sowie der Dokumentation der Testdaten eine hohe Priorität. Die Umsetzung dieser Bedingungen wird erleichtert, wenn mehrere Testhelfer für die Diagnostik zur Verfügung stehen. Im Folgenden werden nach Hinweisen zur *Testvorbereitung* und einer *Testübersicht* detaillierte Anweisungen für die *Testdurchführung* sowie den *Testaufbau* gegeben. Der *Anhang* beinhaltet Kopiervorlagen eines Fragebogens zur Erfassung personenbezogener Daten (u. a. relevant für weitere wissenschaftliche Evaluationen und die Interpretation der Testergebnisse), sowie ein Testprotokoll.

Testvorbereitung

Testmaterial

Die Materialien, die für den Aufbau und die Durchführung der Einzeltests benötigt werden (siehe dazu S. 21), sollten vor jeder Testdurchführung auf ihre Vollständigkeit überprüft werden. Des Weiteren sollte die Stoppuhr auf einem Smartphone/Tablet mit Testzeiten von 15, 20 und 30 Sekunden sowie einem dreisekündigen Countdown (akustisches Signal) vorbereitet werden.

Testort

Die Durchführung der Testverfahren erfolgt bestenfalls in einer Sporthalle. Bei allen Tests sollte für ein möglichst ruhiges Umfeld gesorgt werden, um die Konzentration der Torhüter sowie der Testleiter nicht zu stören. Sofern dies möglich ist, sollten alle Tests mit Ausnahme des Tests *Werfen-Sitzen-Fangen* mit dem Blick zur Hallenwand durchgeführt werden, damit die Torhüter nicht durch Hintergrundbewegungen abgelenkt werden.

Testaufbau

Der Testaufbau wird in diesem Manual im Anschluss an die Testbeschreibungen ausführlich erläutert (siehe S. 21 ff.). Diese Vorgaben sind für einen objektiven Einsatz der Diagnostik von großer Bedeutung, um eine Vergleichbarkeit der Testergebnisse zu gewährleisten.

Testgruppe

Die Testgruppe sollte aus nicht mehr als fünf Torhütern bestehen, um einen möglichst reibungslosen und zeitökonomischen Ablauf sicherzustellen. Optimalerweise wechseln sich zwei oder drei Torhüter bei den Tests ab, um ausreichend Pausenzeiten zu gewährleisten. Bei größeren Testgruppen ist ein Stationsbetrieb mit mehreren Testleitern empfehlenswert.

Testdurchführung

Erfassung personenbezogener Daten

Vor der Durchführung der Testbatterie werden personenbezogene Daten mithilfe des Torwartfragebogens erhoben (siehe Anhang). Die lückenlose Erfassung dieser Daten ist für weitere wissenschaftliche Evaluationen und die Interpretation der Testergebnisse bedeutsam. Unter anderem wird die Dauer der bisherigen Torwartkarriere erhoben, da die Torhüter das Fußballspielen häufig als Feldspieler begonnen haben oder möglicherweise weiterhin (auch) als Feldspieler aktiv sind. Deshalb können sowohl die Erfahrung als Torhüter als auch als Feldspieler angegeben werden.

Aufwärmen

Vor der Testdurchführung ist eine vollständige Erwärmung notwendig. Nach einer zehnmütigen koordinativen Lauferwärmung (z. B. Lauf-ABC), sollte für ca. 7-8 Minuten eine torwartspezifische Erwärmung mit Bällen erfolgen (z. B. Bälle in die Hände schießen). Die Erwärmung wird durch einen Testhelfer angeleitet.

Probeversuche

Vor jedem Test werden Probeversuche durchgeführt, um sicherzustellen, dass die Torhüter den Testablauf verstanden haben. Die Anzahl variiert von zwei bis vier Probeversuchen und wird in den jeweiligen Testbeschreibungen detailliert erläutert.

Pausenzeiten

Um zuverlässige Testergebnisse generieren zu können, ist eine Testdurchführung im möglichst erholteten Zustand wichtig. Bestenfalls sollten die Tests daher vor dem Training absolviert werden und sich mehrere Torhüter bei der Testdurchführung abwechseln. Für den Fall, dass nur ein Torwart getestet wird, sollte die Pausenzeit mindestens den Testzeiten entsprechen.

Fehlversuche

Die Regelung bzgl. Fehlversuchen ist bei jedem Test individuell gestaltet. Entsprechende Vorgaben werden bei den Testbeschreibungen und mit möglichen Fehlerbildern veranschaulicht.

Testdokumentation

Informationen zur Testdurchführung (u. a. Datum, Verein/Stützpunkt, etc.) und die Testleistungen werden im Testprotokoll vollständig notiert (siehe Anhang). Das Testprotokoll bietet außerdem die Möglichkeit, einige personenbezogene Daten (z. B. Größe/Gewicht) einzutragen, wenn diese erst im Rahmen des Stationsbetriebs erhoben werden. Bei den individuellen Testleistungen wird jeweils der bessere von zwei Versuchen, beim Test *Werfen-Sitzen-Fangen* die Summe der erzielten Punkte aus fünf Würfeln, zur Analyse herangezogen.

Testübersicht

	1. Jonglierball-Tausch	2. Doppeltes Ball-Prellen
		
Material	<ul style="list-style-type: none"> • Klebeband (alternativ Hallenlinie) • zwei verschiedenfarbige Jonglierbälle (70 g, 62 mm Durchmesser) • Smartphone/Tablet als Stoppuhr (mit dreisekündigem Countdown) 	<ul style="list-style-type: none"> • 2 altersklassengemäße Fußbälle • 8 Pylonen (alternativ Basketballmittelkreis) • Klebeband • Stoppuhr
Testaufbau	Der TW steht hinter einer Klebebandlinie (alternativ Hallenlinie) und hat in jeder Hand einen Jonglierball. Die Jonglierbälle unterscheiden sich farblich.	Der TW steht in der Mitte eines Kreises (Durchmesser: 3,6 m; Mittelkreis eines Basketballfeldes). Die Mitte des Kreises als Startpunkt wird durch einen Klebebandstreifen von 1 Meter Länge gekennzeichnet.
Testablauf	Nach dem Ablauf des dreisekündigen Countdowns ertönt das Startsignal. Der TW wirft die Jonglierbälle aus einer schulterbreiten Armhaltung gleichzeitig von der einen in die andere Hand. Ein im Voraus festgelegter Ball (farblich markiert) wird dabei immer über den anderen Ball geworfen.	Der TW startet den Test eigenverantwortlich, indem er beide Bälle zeitgleich auf den Hallenboden zu prellen beginnt. Seine Aufgabe ist es, die Bälle oberhalb der eigenen Hüfte mit jeweils derselben Hand zu prellen, ohne sie zu sichern oder den Kreis zu verlassen.
Probeversuche	4 Probewürfe	4x zeitgleich Prellen
Testdauer	2 Versuche á 30 Sekunden	2 Versuche, welche enden, sobald mind. ein Ball nicht mehr kontrolliert werden kann, gesichert wird oder nach max. 45 Sekunden.
Bewertung	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Punkt, wenn beide Bälle gefangen werden • Addition aller während der Testdauer erzielten Punkte • gewertet wird der bessere von zwei Testdurchgängen 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Punkt, wenn beide geprellten Bälle oberhalb der Hüfte des TW mit der jeweiligen Prellhand erneut berührt werden • Addition aller innerhalb eines Durchgangs erzielten Punkte
Fehlerbilder	<ul style="list-style-type: none"> • mind. ein Ball wird fallengelassen: kein Punkt für den Wurf, Versuch läuft weiter • engere Armhaltung als schulterbreit: verbaler Hinweis des Testleiters („schulterbreit!“) und kein Punkt, Test läuft weiter 	<ul style="list-style-type: none"> • mind. ein Ball kann nicht mehr kontrolliert werden: Versuch endet • mind. ein Ball wird gesichert (z. B. an den Körper gedrückt): Versuch endet • der TW oder ein Ball berühren außerhalb des Kreises den Boden: Versuch endet • mind. ein Ball unterhalb der Hüfte geprellt: kein Punkt, Test läuft weiter

	3. Ball-Wand-Wurf (ein Ball)	4. Ball-Wand-Wurf (zwei Bälle)
		
Material	<ul style="list-style-type: none"> • Klebeband • Zollstock oder Maßband • mind. 4 altersklassengemäße Fußbälle • 1 Turnkasten o. Ä. für Ersatzbälle • Smartphone/Tablet als Stoppuhr (mit dreisekündigem Countdown) 	<ul style="list-style-type: none"> • Klebeband • Zollstock oder Maßband • mind. 6 altersklassengemäße Fußbälle • 1 Turnkasten o. Ä. für Ersatzbälle • Smartphone/Tablet als Stoppuhr (mit dreisekündigem Countdown)
Testaufbau	Die Markierungslinie wird mit einer Distanz von 1,4 Metern parallel zur Hallenwand auf den Boden geklebt.	Die Markierungslinie wird mit einer Distanz von 1,2 Metern parallel zur Hallenwand auf den Boden geklebt.
Testablauf	Nach dem Ablauf des dreisekündigen Countdowns ertönt das Startsignal. Der TW wirft einen Fußball beidhändig von unten (unterhalb der Ellenbogen) gegen die Hallenwand und fängt ihn oberhalb der eigenen Ellenbogen beidhändig wieder auf. Dies wird innerhalb der Testzeit so häufig wie möglich wiederholt.	Nach dem Ablauf des dreisekündigen Countdowns ertönt das Startsignal. Der TW wirft zeitgleich aus jeder Hand je einen Fußball gegen die Hallenwand und fängt ihn mit derselben Hand wieder auf. Dies wird innerhalb der Testdauer so häufig wie möglich wiederholt.
Probeversuche	4 Probewürfe	4 Probewürfe
Testdauer	2 Versuche á 20 Sekunden	2 Versuche á 30 Sekunden
Bewertung	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Punkt, wenn der Ball beidarmig unterhalb der Ellenbogen abgeworfen und oberhalb der Ellenbogen gefangen wird • Addition aller während der Testdauer erzielten Punkte • gewertet wird der bessere von zwei Versuchen 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Punkt, wenn beide Bälle gefangen werden • Addition aller während der Testdauer erzielten Punkte • gewertet wird der bessere von zwei Versuchen
Fehlerbilder	<ul style="list-style-type: none"> • der Ball wird fallengelassen: kein Punkt für den Wurf, Versuch läuft weiter (ggfs. mit Ersatzbällen, welche hinter dem TW bereitliegen) • der TW übertritt beim Werfen oder Fangen die Markierungslinie: kein Punkt für den Wurf, Versuch läuft weiter 	<ul style="list-style-type: none"> • mind. ein Ball wird fallengelassen: kein Punkt für den Wurf, Versuch läuft weiter (ggfs. mit Ersatzbällen, welche hinter dem TW bereitliegen) • der TW übertritt beim Werfen oder Fangen die Markierungslinie: kein Punkt für den Wurf, Versuch läuft weiter

	5. Werfen-Sitzen-Fangen	6. Prellen-Drehen-Fangen
		
Material	<ul style="list-style-type: none"> • Klebeband (alternativ Hallenlinie) • 1 altersklassengemäßer Fußball • mind. 15 x 15 Meter freie Hallenfläche 	<ul style="list-style-type: none"> • Klebeband • 1 altersklassengemäßer Fußball • Smartphone/Tablet als Stoppuhr (mit dreisekündigem Countdown)
Testaufbau	Es wird eine freie Hallenfläche von mind. 15x15 Metern benötigt. An einer Seite dieser Fläche wird eine Klebebandlinie (alternativ Hallenlinie) als Startposition markiert.	Eine Klebebandlinie (Länge: 1 m) wird auf den Hallenboden geklebt. Die Enden werden mit jeweils einem Klebebandstreifen von 50 cm im rechten Winkel zur Linie markiert.
Testablauf	Der TW startet den Test eigenverantwortlich. Der TW wirft einen Fußball beidhändig in die Luft, setzt sich schnellstmöglich auf den Hallenboden, steht wieder auf und fängt den Ball möglichst hoch in der Luft. Nach jedem Wurf hat der TW Zeit zur Erholung und startet anschließend den nächsten Wurf. Die Qualität des Durchgangs wird anhand einer vierstufigen Skala beurteilt.	Nach dem Ablauf des dreisekündigen Countdowns ertönt das Startsignal. Der TW prellt den Ball vor sich auf den Hallenboden, dreht sich um 360° um seine eigene Achse und versucht den Ball in der Ausgangsposition (d. h. im Stand mit seinen Füßen rechts und links neben der Markierungslinie) aufzufangen. Anschließend absolviert er diesen Ablauf mit einer 360° Drehung zur anderen Seite und versucht dies so häufig wie möglich zu wiederholen.
Probeversuche	2 Probewürfe	insgesamt vier Probeversuche (Drehung 2x zu jeder Seite)
Testdauer	1 Versuch á 5 Würfe (die Punkte der 5 Würfe werden addiert)	2 Versuche á 15 Sekunden
Bewertung	Der Ball wird nicht oder im Sitzen gefangen: 0 Punkte ... im Stand unterhalb des Kinns gefangen: 1 Punkt ... im Stand oberhalb des Kinns gefangen: 2 Punkte ... oberhalb des Kopfes im Sprung gefangen: 3 Punkte	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Punkt, wenn der TW den Ball nach der Drehung in der Ausgangsposition fängt • Addition aller während der Testdauer erzielten Punkte • gewertet wird der bessere von zwei Versuchen
Fehlerbilder	<ul style="list-style-type: none"> • Gesäß hat nicht den Hallenboden berührt: kein Punkt • Ball berührt Hallendecke: Wiederholung des Wurfs 	<ul style="list-style-type: none"> • TW steht beim Fangen des Balls nicht in Ausgangsposition: kein Punkt, Versuch läuft weiter • TW dreht sich zur falschen Seite: kein Punkt, Versuch läuft weiter • TW verliert den Ball oder fällt hin: kein Punkt, Versuch läuft weiter

Detailierte Testbeschreibungen

1. Jonglierball-Tausch

Material	2 verschiedenfarbige Jonglierbälle, Smartphone/Tablet als Stoppuhr & Klebeband
Testablauf	Der TW steht hinter der Markierungslinie und hat einen von zwei verschiedenfarbige Jonglierbälle in je einer Hand. Der TW wirft die Bälle aus einer schulterbreiten Armhaltung von der einen in die andere Hand. Ein Ball (mittels farblicher Markierung vorher festgelegt) muss dabei immer über den anderen Ball geworfen werden. Fällt ein Ball auf den Boden, wird dieser Wurf nicht gezählt.
Testdauer	2 Versuche á 30 Sekunden
Bewertung	Werden beide Bälle gefangen, erhält der TW 1 Punkt. Die innerhalb eines Versuchs erzielten Punkte werden addiert. Der bessere Versuch wird gewertet.
Weitere Hinweise	Die weiße Markierungslinie dient lediglich als grobe Positionsmarkierung, ein Übertreten hat jedoch keinen Einfluss auf das Testergebnis. Bei Würfen aus engerer Armhaltung als schulterbreit weist der Testleiter den TW durch den Zuruf „schulterbreit!“ auf den Fehler hin. Gefangene Bälle aus dieser Position werden nicht als Punkt gezählt. Der Testablauf läuft jedoch weiter.

Instruktionen

„Stelle dich bitte mit den verschiedenfarbigen Jonglierbällen in den Händen hinter die weiße Markierungslinie (TW stellt sich hinter die Markierungslinie). Deine Aufgabe ist es, die Bälle von der einen in die andere Hand zu werfen. Dabei wirfst du den einen Ball (die erste Farbe benennen) immer über den anderen Ball (die zweite Farbe benennen; Testleiter demonstriert den Testablauf). Die Bälle sollen immer aus einer schulterbreiten Armposition geworfen werden. Du erhältst 1 Punkt, wenn du beide Bälle fängst. Du hast zunächst 4 Probewürfe (TW führt die Probewürfe durch). Versuche nach dem Startzeichen innerhalb von 30 Sekunden so viele Punkte wie möglich zu erzielen!“

Veranschaulichung des Testablaufs



Fehlerbilder: Jonglierball-Tausch

a)



b)



a) Der TW hält die Hände beim Werfen nicht schulterbreit.

Konsequenz: verbaler Hinweis durch den Testleiter („schulterbreit“). Gefangene Bälle aus dieser Position werden nicht als Punkt gezählt. Der Versuch läuft weiter.

b) Mindestens ein Ball fällt herunter.

Konsequenz: es wird kein Punkt gegeben, Versuch läuft weiter.

2. Doppeltes Ball-Prellen

Material	2 altersklassengemäße Fußbälle, Klebeband, Smartphone/Tablet als Stoppuhr & Pylonen (sofern kein Mittelkreis des Basketballfeldes vorhanden ist)
Testablauf	Der TW steht mit jeweils einem Fußball in seinen Händen in der Startposition im markierten Kreis. Der TW startet den Test eigenverantwortlich, indem er beide Bälle zeitgleich auf den Hallenboden zu prellen beginnt. Seine Aufgabe ist es, die Bälle oberhalb der eigenen Hüfte mit jeweils derselben Hand zu prellen, ohne sie zwischenzeitlich zu sichern (d. h. aufzufangen bzw. an den Körper drücken) oder den Boden außerhalb des Kreises mit einem Körperteil oder Ball zu berühren.
Testdauer	2 Versuche, welche enden so bald mind. ein Ball nicht mehr kontrolliert werden kann oder gesichert (z. B. festgehalten) wird. Der Test endet nach maximal 45 Sekunden.
Bewertung	1 Punkt gibt es, wenn beide Bälle, nachdem sie auf den Hallenboden geprellt wurden, oberhalb der Hüfte des Torwarts mit der jeweiligen Prellhand berührt werden. Die innerhalb eines Versuchs erzielten Punkte werden addiert. Der bessere Versuch wird gewertet.
Weitere Hinweise	Die Markierungslinie dient lediglich als Startposition. Während des Tests darf sich der TW innerhalb des Kreises bewegen. Sollte mind. ein Ball unterhalb der Hüfte geprellt werden, gibt der Testleiter einen verbalen Hinweis („Hüfte“) und es wird kein Punkt gegeben. Der Testablauf läuft jedoch weiter.

Instruktionen

„Stelle dich bitte mit einem Fußball in jeder Hand mit den Füßen rechts und links neben die Markierungslinie (TW begibt sich in die Ausgangsposition). Deine Aufgabe ist es, beide Bälle zeitgleich mit derselben Hand auf den Hallenboden zu prellen (Testleiter demonstriert den Testablauf). Du erhältst einen Punkt, wenn du beide Bälle oberhalb deiner Hüfte geprellt hast und sie schließlich wieder oberhalb deiner Hüfte mit deinen Händen berührst. Du darfst dich innerhalb dieses Kreises bewegen. Sollest du den Ball unterhalb deiner Hüfte prellen, zählt dies nicht als Punkt, der Test läuft aber weiter. Als Probedurchgang darfst du die Bälle nun viermal zeitgleich prellen (Probedurchgang wird absolviert). Du startest den Test, wenn du dich bereit fühlst. Der Test endet, wenn du einen oder beide Bälle verlierst, sie auffängst bzw. an deinem Körper sicherst, den Kreis verlässt oder 45 Sekunden erreicht sind.“

Veranschaulichung des Testablaufs



Fehlerbilder: Doppeltes Ballprellen

a)



b)



c)



a) Der TW prellt mind. einen Ball unterhalb der eigenen Hüfte.

Konsequenz: es wird kein Punkt gegeben, Versuch läuft weiter.

b) Der TW verliert oder sichert (z. B. an den Körper drücken) mind. einen Ball.

Konsequenz: Versuch endet.

c) Der TW oder ein Ball berühren außerhalb des Kreises den Hallenboden.

Konsequenz: Versuch endet.

3. Ball-Wand-Wurf (ein Ball)

Material	4 altersklassengemäße Fußbälle, 1 Turnkasten (o. Ä.) für Ersatzbälle, Smartphone/Tablet als Stoppuhr & Klebeband
Testablauf	Der TW steht hinter der Markierungslinie und hat einen Fußball in seinen Händen. Der TW wirft den Ball beidhändig von unten (unterhalb der eigenen Ellenbogen) gegen die Hallenwand und versucht den Ball mit beiden Händen oberhalb der eigenen Ellenbogen wieder aufzufangen. Der TW versucht innerhalb von 20 Sekunden so viele Würfe wie möglich durchzuführen.
Testdauer	2 Versuche á 20 Sekunden
Bewertung	Wird der Ball unterhalb der Ellenbogen abgeworfen und oberhalb der Ellenbogen gefangen, erhält der TW 1 Punkt. Die innerhalb der Testdauer erzielten Punkte werden addiert. Der bessere von 2 Testdurchgängen wird gewertet.
Weitere Hinweise	Übertritt der TW die Markierungslinie, wird kein Punkt angerechnet.

Instruktionen

„Stelle dich bitte mit einem Fußball in deinen Händen hinter die weiße Markierungslinie (TW stellt sich hinter die Linie). Deine Aufgabe ist es, den Fußball von unten gegen die Hallenwand zu werfen und mit beiden Händen oberhalb der Ellenbogen wieder aufzufangen (Testleiter demonstriert den Testablauf). Um einen Punkt zu erzielen, muss der Ball unterhalb deiner Ellenbogen abgeworfen und oberhalb deiner Ellenbogen aufgefangen werden (Testleiter hält den Ball in Fangposition oberhalb der eigenen Ellenbogen). Du hast zunächst vier Probewürfe (TW führt die Probewürfe durch). Sobald das Startsignal ertönt, versuchst du innerhalb von 20 Sekunden so viele Punkte wie möglich zu erzielen.“

Veranschaulichung des Testablaufs



Fehlerbilder: Ball-Wand-Wurf (ein Ball)

a)



b)



c)



d)



a) Der TW übertritt die Linie.

Konsequenz: es wird kein Punkt angerechnet. Versuch läuft weiter.

b) Der Ball wird fallen gelassen.

Konsequenz: es wird kein Punkt angerechnet. Versuch läuft weiter (ggfs. mit Ersatzbällen, welche hinter dem TW bereitliegen; läuft ein TW einem wegrollenden Ball hinterher, mach der Testleiter den TW erneut auf die Ersatzbälle aufmerksam).

c) Der Ball wird unterhalb der eigenen Ellenbogen gefangen.

Konsequenz: es wird kein Punkt angerechnet, Versuch läuft weiter.

d) Der Ball wird von oben (d. h. als Brustpass) geworfen.

Konsequenz: es wird kein Punkt angerechnet. Versuch läuft weiter (ggfs. mit Ersatzbällen, welche hinter dem TW bereitliegen).

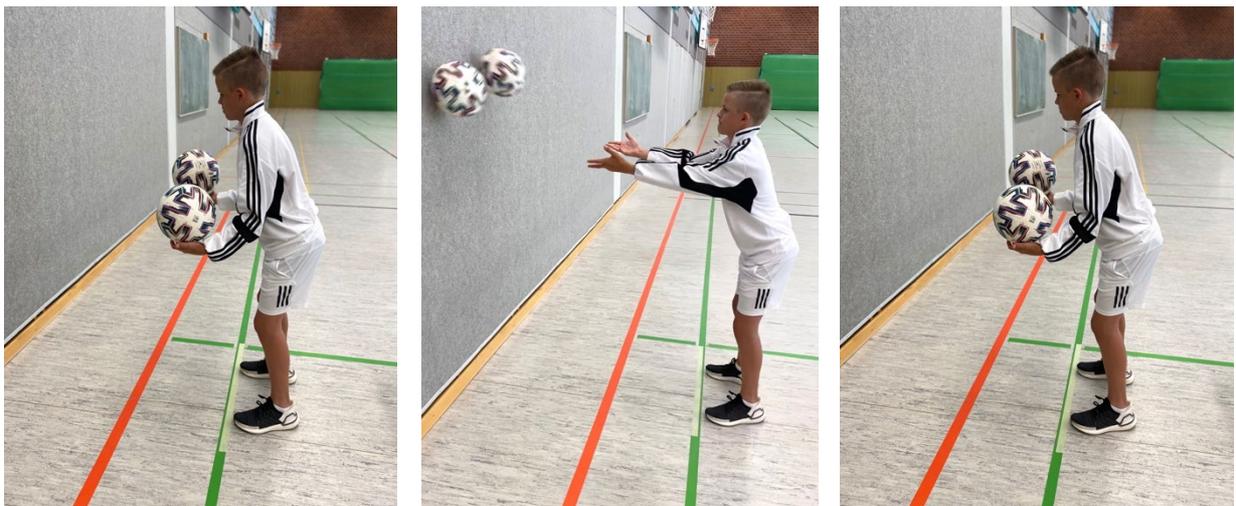
4. Ball-Wand-Wurf (zwei Bälle)

Material	6 altersklassengemäße Fußbälle, 1 Turnkasten (o. Ä.) für Ersatzbälle, Smartphone/Tablet als Stoppuhr & Klebeband
Testablauf	Der TW steht hinter der Markierungslinie und hat einen Fußball in jeder Hand. Der TW wirft die Bälle zeitgleich gegen die Hallenwand und versucht sie mit derselben Hand wieder aufzufangen. Der TW darf sich einen neuen Ball aus dem Balldepot hinter ihm (Turnkasten) nehmen, wenn ein Ball wegrollt. Der TW versucht innerhalb von 30 Sekunden so viele Punkte wie möglich zu erzielen.
Testdauer	2 Versuche á 30 Sekunden
Bewertung	Werden beide Bälle gefangen, erhält der TW 1 Punkt. Die innerhalb eines Versuchs erzielten Punkte werden addiert. Der bessere von 2 Testdurchgängen wird gewertet.
Weitere Hinweise	Übertritt der TW die Markierungslinie, wird kein Punkt für den Wurf angerechnet.

Instruktionen

„Stelle dich bitte mit einem Fußball in jeder Hand hinter die weiße Markierungslinie. Wirf die Bälle zeitgleich gegen die Wand und versuche sie wieder mit derselben Hand aufzufangen (Testleiter demonstriert den Testablauf). Du hast zunächst 4 Probewürfe (Probewürfe werden absolviert). Sollte ein Ball wegrollen, darfst du dir einen neuen Ball aus dem Turnkasten mit Reservebällen nehmen. Versuche nach dem Startzeichen innerhalb von 30 Sekunden so viele Punkte wie möglich zu erzielen.“

Veranschaulichung des Testablaufs



Fehlerbilder: Ball-Wand-Wurf (zwei Bälle)

a)



b)



c)



a) Der TW übertritt die Linie beim Werfen oder Fangen.

Konsequenz: es wird kein Punkt angerechnet. Versuch läuft weiter.

b) Mindestens ein Ball wird fallengelassen.

Konsequenz: es wird kein Punkt angerechnet. Versuch läuft weiter (ggfs. mit Ersatzbällen, welche hinter dem TW bereitliegen).

c) Der TW läuft einem wegerollenden Ball hinterher, obwohl Ersatzbälle bereitliegen.

Konsequenz: der Testleiter macht den TW erneut auf die Ersatzbälle aufmerksam. Versuch läuft weiter.

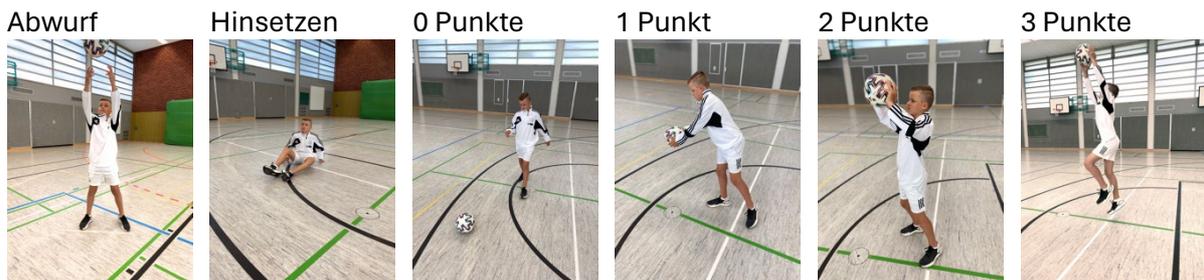
5. Werfen-Sitzen-Fangen

Material	1 altersklassengemäßer Fußball, mind. 15x15 Meter freie Hallenfläche & Klebeband
Testablauf	<p>Der TW steht mit einem Fußball in seinen Händen hinter der Markierungslinie. Er wirft den Ball in die Luft, setzt sich schnellstmöglich auf den Hallenboden, steht wieder auf und versucht den Ball möglichst hoch wieder aufzufangen. Es werden Punkte für die Qualität eines Durchgangs vergeben:</p> <p>Der Ball...</p> <ul style="list-style-type: none">... wird nicht gefangen oder TW war nicht im Stand: 0 Punkte... wird unterhalb des Kinns gefangen: 1 Punkt... wird im Stand oberhalb des Kinns gefangen: 2 Punkte... wird oberhalb des Kopfes im Sprung gefangen: 3 Punkte
Testdauer	1 Versuch á 5 Würfe
Bewertung	Die Punkte eines Versuchs á 5 Würfe werden addiert.
Weitere Hinweise	<p>Stand der TW kurzzeitig auf beiden Beinen und fängt den Ball schließlich nach Absprung kurz vor dem Hallenboden (z. B. Hechtsprung), zählt dies als 1 Punkt.</p> <p>Berührt der Ball die Hallendecke o. Ä., wird der Wurf wiederholt.</p>

Instruktionen

„Stelle dich bitte mit einem Ball in der Hand hinter die Markierungslinie. Du versuchst den Ball in die Luft zu werfen, dich schnell auf den Boden zu setzen, wieder aufzustehen und den Ball möglichst hoch wieder aufzufangen (Testleiter deutet den Testablauf an, sofern möglich). Fängst du den Ball unterhalb deines Kinns, erhältst du 1 Punkt (Testleiter hält den Ball unterhalb seines Kinns). Fängst du ihn im Stand oberhalb deines Kinns erhältst du 2 Punkte (Testleiter hält den Ball oberhalb seines Kinns). Fängst du ihn oberhalb deines Kopfes und springst zudem ab, erhältst du 3 Punkte (Testleiter hält den Ball oberhalb seines Kopfes und springt ab). Wichtig ist, dass dein Gesäß den Hallenboden berührt haben muss, damit der Versuch gezählt wird. Du hast zunächst 2 Probeversuche (Probeversuche werden durchgeführt). Du hast nun insgesamt 5 Würfe. Zwischen den Würfen hast du Zeit zur Erholung.“

Veranschaulichung des Testablaufs



Fehlerbilder: Werfen-Sitzen-Fangen

a)



a) Der TW sitzt nicht auf dem Hallenboden bzw. sitzt auf seiner Ferse.

Konsequenz: keine Punkte für den Wurf.

Anmerkung:

Berührt der Ball die Hallendecke oder bspw. einen Basketballkorb, darf der TW den Wurf wiederholen. Bestenfalls wird jedoch eine Sporthalle mit hoher Hallendecke sowie eine Fläche ohne potenzielle Störquellen genutzt.

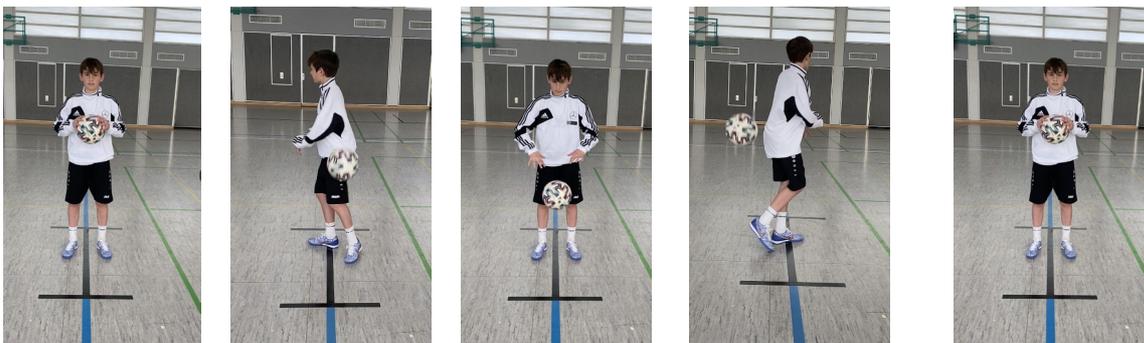
6. Prellen-Drehen-Fangen

Material	1 altersklassengemäßer Fußball & Klebeband
Testablauf	Der TW steht mit einem Fußball in seinen Händen mit dem rechten und linken Fuß neben der Markierungslinie. Der TW prellt den Ball vor sich auf den Hallenboden, dreht sich um 360° um die eigene Achse und versucht den Ball in der Ausgangsposition (d. h. im Stand mit seinen Füßen rechts und links neben der Markierungslinie) wieder aufzufangen. Anschließend absolviert er diesen Ablauf mit einer 360° Drehung zur anderen Seite und versucht dies so häufig wie möglich zu wiederholen.
Testdauer	2 Testdurchgänge á 15 Sekunden
Bewertung	Der TW erhält 1 Punkt, wenn er den Ball nach der Drehung in der Ausgangsposition fängt. Die Punkte eines Versuchs werden addiert. Der bessere Versuch wird gewertet.
Weitere Hinweise	Dreht sich der TW zweimal zur selben Seite, wird die zweite Drehung nicht als Punkt gewertet. Absolviert der TW wieder einen erfolgreichen Durchgang zur anderen Seite, wird dies als nächster Punkt gezählt.

Instruktionen

„Stelle dich bitte mit einem Ball in der Hand mit dem rechten und linken Fuß neben die Markierungslinie. Prell aus dieser Ausgangsposition den Fußball vor dir auf den Hallenboden, dreh dich schnell um deine eigene Achse und versuch den Ball in der Ausgangsposition – das heißt mit beiden Füßen rechts und links neben der Markierungslinie – wieder aufzufangen (Testleiter demonstriert den Ablauf). Wiederhole diesen Ablauf anschließend mit einer Drehung zur anderen Seite. Du kannst diesen Ablauf nun insgesamt viermal üben, wobei du dich abwechselnd zweimal zur linken und zweimal zur rechten Seite um die eigene Achse drehen sollst (TW führt Probeversuche aus). Du erhältst einen Punkt, wenn du den Ball nach der Drehung in der Ausgangsposition mit beiden Händen gefangen hast. Versuche in 15 Sekunden so viele Wiederholungen mit abwechselnden Drehungen zur linken und rechten Seite zu absolvieren. Solltest du dich versehentlich zweimal zu derselben Seite gedreht haben, gibt es dafür nur einen Punkt. Mache schnell mit einer Drehung zur anderen Seite weiter, um einen weiteren Punkt zu erhalten.“

Veranschaulichung des Testablaufs

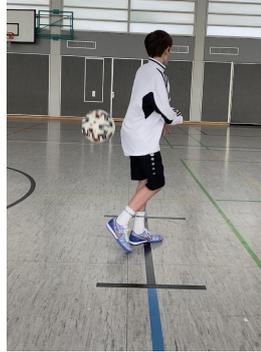


Fehlerbilder: Prellen-Drehen-Fangen

a)



b)



a) Der TW steht beim Fangen oder Abwerfen des Balles nicht in der Ausgangsposition.

Konsequenz: es wird kein Punkt angerechnet, Versuch läuft weiter.

b) Der TW dreht sich versehentlich zweimal zur gleichen Seite.

Konsequenz: es wird kein Punkt angerechnet, Versuch läuft weiter.

Testaufbau

Materiallisten

Gesamtliste	<ul style="list-style-type: none"> • Maßband oder Zollstock • Klebeband • Klemmbretter • Torwartfragebögen & Testprotokolle • Kugelschreiber • Smartphone/Tablet (inkl. 3-sek. Countdown) • 2 kleine Turnkästen • 12 altersklassengemäße Fußbälle¹ • 2 verschiedenfarbige Jonglierbälle (70 g, 62 mm) • 1 freie Hallenwand • 1 freie Fläche von circa 15x15 Metern • bestenfalls weitere Testhelfer
Jonglierball-Tausch	<ul style="list-style-type: none"> • 2 verschiedenfarbige Jonglierbälle (70 g, 62 mm) • Smartphone/Tablet (inkl. 3-sek. Countdown) • Klebeband
Doppeltes Ball-Prellen	<ul style="list-style-type: none"> • 2 altersklassengemäße Fußbälle • 6 Pylonen oder alternativ Mittelkreis eines Basketballfeldes • Klebeband • Smartphone/Tablet oder Stoppuhr
Ball-Wand-Wurf (ein Ball)	<ul style="list-style-type: none"> • 6 altersklassengemäße Fußbälle • Gefäß für die Ersatzbälle (z. B. Turnkasten) • 1 freie Hallenwand • Smartphone/Tablet (inkl. 3-sek. Countdown) • Maßband • Klebeband
Ball-Wand-Wurf (zwei Bälle)	<ul style="list-style-type: none"> • 6 altersklassengemäße Fußbälle • Gefäß für die Ersatzbälle (z. B. Turnkasten) • 1 freie Hallenwand • Smartphone/Tablet (inkl. 3-sek. Countdown) • Maßband • Klebeband
Werfen-Sitzen-Fangen	<ul style="list-style-type: none"> • 1 altersklassengemäßer Fußball • 1 freie Fläche von circa 15x15 Metern
Prellen-Drehen-Fangen	<ul style="list-style-type: none"> • 1 altersklassengemäßer Fußball • Klebeband • Maßband • Smartphone/Tablet (inkl. 3-sek. Countdown)

¹ Da sich die altersklassengemäßen Ballgrößen zwischen den Landesverbänden z. T. unterscheiden, empfehlen wir die im jeweiligen Landesverband etablierte Regelung bei der Durchführung dieses Testverfahrens zu übernehmen.

Anleitung zum Aufbau der Einzeltests

Materialübersicht



Testaufbau: Jonglierball-Tausch

Es wird eine Klebebandlinie (alternativ Hallenlinie) als Positionsmarkierung verwendet. Die Testdurchführung sollte mit dem Blick zur Hallenwand erfolgen, um Störungen durch Hintergrundbewegungen zu vermeiden.



Testaufbau: Doppeltes Ball-Prellen

Der Mittelkreis eines Basketballfeldes (Durchmesser 3,6 m) oder alternativ ein mit Pylonen abgesteckter Kreis kann als Feldmarkierung genutzt werden. Mittig in diesem Kreis wird eine Klebebandlinie von 1 Meter als Startposition markiert. Die Testdurchführung sollte mit dem Blick zur Hallenwand erfolgen, um Störungen durch Hintergrundbewegungen zu vermeiden.



Testaufbau: Ball-Wand-Wurf (ein Ball)

Die Markierungslinie aus Klebeband (alternativ Hallenlinie) wird 1,4 Meter von der Wand entfernt auf den Hallenboden geklebt. Ein Turnkasten mit Ersatzbällen wird hinter dem TW positioniert.



Testaufbau: Ball-Wand-Wurf (zwei Bälle)

Die Markierungslinie aus Klebeband (alternativ Hallenlinie) wird 1,2 Meter von der Wand entfernt auf den Hallenboden geklebt. Ein Turnkasten mit Ersatzbällen wird hinter dem TW positioniert.



Testaufbau: Werfen-Sitzen-Fangen

Es wird ausschließlich eine freie Fläche von mind. 15x15 Metern benötigt. An einer Seite dieser Fläche wird eine Markierungslinie angebracht (Klebeband oder Hallenbodenmarkierung).



Testaufbau: Prellen Drehen Fangen

Eine Markierungslinie von 1,5 Meter Länge wird auf den Hallenboden geklebt.



Literatur

- Bergmann, F., Danner, J., Schultz, F., Pollmann, D. & Höner, O. (2021). Talentdiagnostik von Fußballtorhütern. Entwicklung und Evaluation eines sensomotorischen Koordinationstests. *Leistungssport*, 51(1), 50-55.
- Bergmann, F., Danner, J., Schultz, F., Pollmann, D., Kompodietas, E. & Höner, O. (2021). *Testmanual. Sensomotorischer Koordinationstest zur Talentdiagnostik von Fußballtorhütern*. Tübingen: Eberhard Karls Universität. Zugriff online unter: [www.leistungssport.net/Testmanual Sensomotorischer Koordinationstest](http://www.leistungssport.net/Testmanual_Sensomotorischer_Koordinationstest)
- Bergmann, F., Schultz, F., Fransen, J. & Höner, O. (eingereicht). Development and Evaluation of a Motor Coordination Assessment for Youth Football Goalkeepers.
- Busch, C. (2017). *Koordinationstraining für den Fußballtorwart*. Sportverlag Strauß.
- Deutscher Fußball-Bund (2022) (unter Mitarbeit von u.a. O. Höner, R. Schreiner, T. Leber & F. Schultz). *Leistungsdiagnostik im DFB-Talentförderprogramm – Eine Anleitung zur Durchführung objektiver und subjektiver Testverfahren im Aufbaubereich*. Zugriff online unter: <https://uni-tuebingen.de/de/218829>

Anhänge

Auf den folgenden Seiten finden Sie Kopiervorlagen des Fragebogens zur Erfassung der personenbezogenen Daten (Torwartfragebogen) sowie ein Testprotokoll.

Torwartfragebogen

Angaben zur Person

Name: _____

Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Verein/Stützpunkt: _____

Größe: _____ (cm, mm)

Gewicht: _____ (kg, g)

Dominanter Fuß: links rechts beidfüßig

Dominante Hand: links rechts beidhändig

Angaben zum sportlichen Werdegang

Heimatverein: _____

Aktuelle Spielklasse/Liga: _____

Trainingsstunden pro Woche: _____

Trainingseinheiten pro Woche: _____

Torwarttrainingseinheiten pro Woche beim Heimatverein: _____

Torwarttrainingseinheiten pro Woche beim DFB-Stützpunkt: _____

„Ich habe mit _____ Jahren angefangen Fußball zu spielen“

„Ich bin seit _____ Jahren Torwart“

„Ich bin/war _____ Jahre Torwart und Feldspieler zugleich“

Testprotokoll (Seite 1)

Allgemeine Testinformationen

Testdatum	Testort	Verein/Stützpunkt	Testbeginn	Testende
------------------	----------------	--------------------------	-------------------	-----------------

Name	Vorname	Geburtsdatum	Größe (cm)	Gewicht (kg)	Starke Hand	Starker Fuß
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						

Testprotokoll (Seite 2)

Nr.	1. JBT		2. DBP		3. BWW-I		4. BWW-II		5. WSF						6. PDF	
	I.	II.	I.	II.	I.	II.	I.	II.	I.	II.	III.	IV.	VI.	I.	II.	
1.																
2.																
3.																
4.																
5.																
6.																
7.																
8.																
9.																
10.																
11.																
12.																

Abkürzungen: JBT = Jonglierball-Tausch; DBP = Doppeltes Ball-Prellen; BWW-I = Ball-Wand-Wurf (ein Ball); BWW-II = Ball-Wand-Wurf (zwei Bälle); WSF = Werfen-Sitzen-Fangen; PDF = Prellen-Drehen-Fangen.