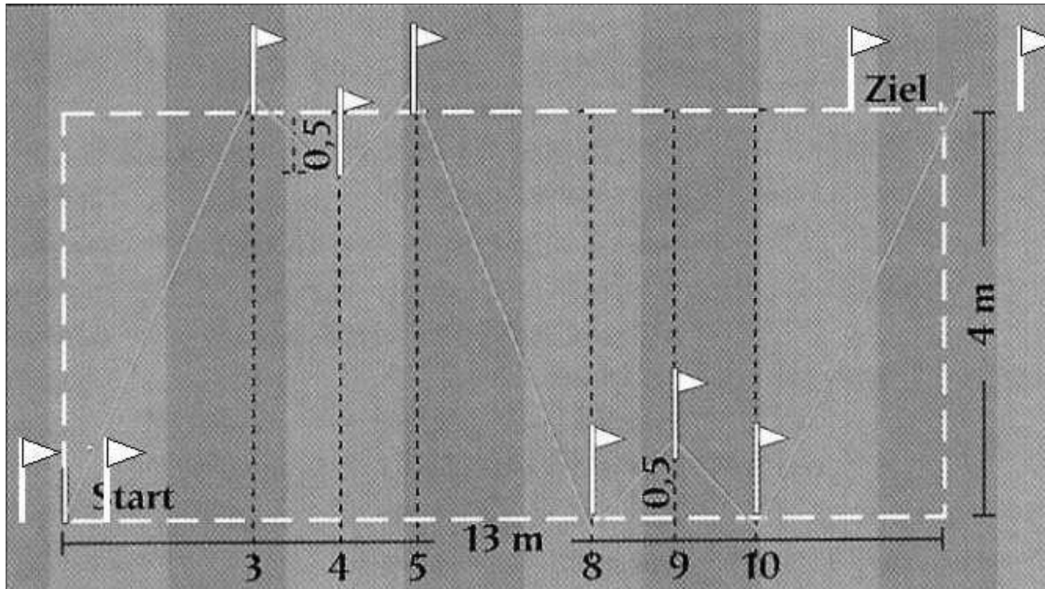


„Köln-Bochumer Fußballtest“

Test 1 und 2: Laufgewandtheit & Dribbling



Durchführung:

- Je zwei Durchgänge ohne und mit Ball durch den Parcours
- Messung durch zwei Lichtschranken (Start, Ziel)
- Bei Test 1 wird der Parcours ohne Ball durchlaufen. Der Spieler startet in beliebiger Schrittstellung vom Startpunkt aus
- Bei Test 2 liegt der Ball auf dem Startpunkt. Der Spieler steht hinter dem Ball an der Startlinie. Die Wahl des Spielbeins ist frei
- Start erfolgt ohne Signal nach eigenem Ermessen
- Die Ziellinie ist 2 m breit und muss vom Spieler in den ersten beiden Durchgängen ohne und danach zweimal mit Ball überquert werden
- Der Parcours ist schnellstmöglich zu absolvieren
- Der Spiegeffekt des Parcours begünstigt beidfüßige Ausführungen
- Der Versuch ist gültig, wenn alle Stangen korrekt umlaufen werden, auch wenn diese dabei umfallen.

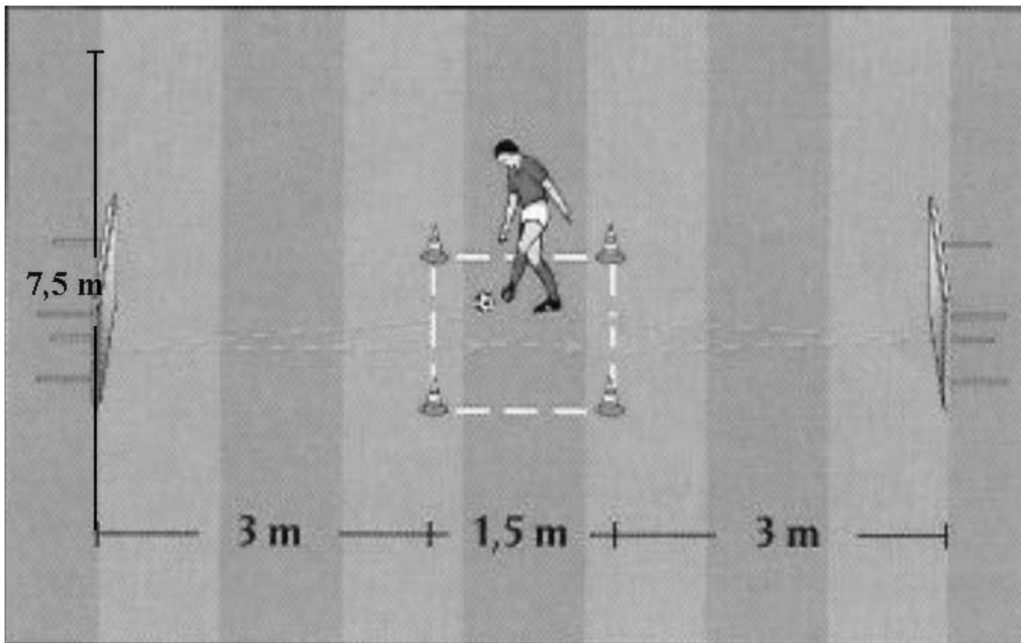
Fehler, die zum Abbruch des Versuchs führen:

Beim Dribblingtest dribbelt der Spieler mit Ball nicht über die Ziellinie, sondern an dieser vorbei oder er überquert die Ziellinie ohne Ball.

Typische Fehler, die nicht zum Versuchsabbruch führen:

- Spieler startet zu schnell und erreicht die erste Slalomstange mit zu hoher Geschwindigkeit, so dass ein Bogen gelaufen oder sogar der Ball verloren wird
- Spieler beschleunigen zu schnell nach der letzten Slalomstange, so dass der Ball nicht mehr kontrolliert wird und am Ziel vorbeigeht
- Spieler verliert den Ball zwischen den Stangen.

Test 3: Ballkontrolle



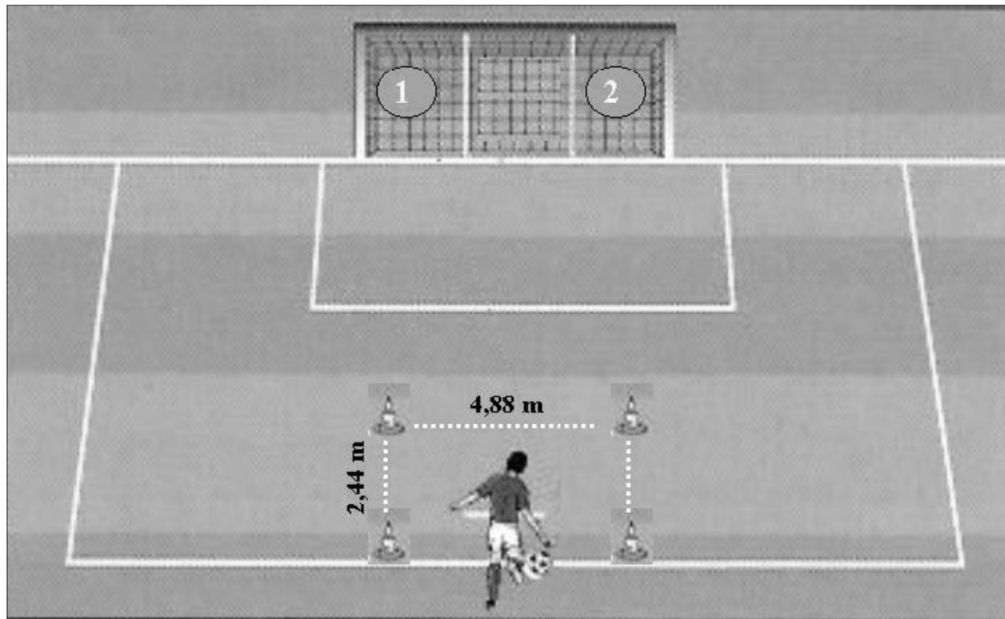
Durchführung:

- Zwei Durchgänge mit je sechs Pässen
- Der Spieler steht in einem 1,5 x 1,5 m großen Feld und spielt im Wechsel sechs Pässe an Rückprallwände, die gegenüberstehend angeordnet sind (Winkel 180°)
- Jeder zurückprallende Ball muss aus dem inneren Feld heraus mit mindestens zwei Kontakten abwechselnd an eine der beiden Rückprallwände gespielt werden.
- Direktpässe sind nicht erlaubt. Die Anzahl der Ballkontakte oberhalb der Mindestzahl ist frei.
- Die Wahl des Spielbeins ist frei.
- Verlässt der Ball das innere Feld oder kommt nicht dorthin zurück, darf der Spieler ihn mit beliebig vielen Kontakten ins innere Feld zurückdribbeln, um von dort den nächsten Pass an die entsprechende Rückprallwand zu spielen.
- Gemessen wird die Zeit vom ersten Pass bis zur Ballruhe des sechsten Rückpralls innerhalb des inneren Feldes per Handstoppung. Die Stoppung beginnt mit dem ersten Pass (Ballberührung). Der Start erfolgt ohne Signal nach eigenem Ermessen des Spielers.

Fehler, die zum Abbruch des Versuchs führen:

Der Ball verlässt das äußere Feld (7,5 x 7,5 m). Der Ball wird im inneren Feld direkt gespielt. Der Ball wird außerhalb des inneren Feldes an die Wand gespielt.

Test 4: Torschuss



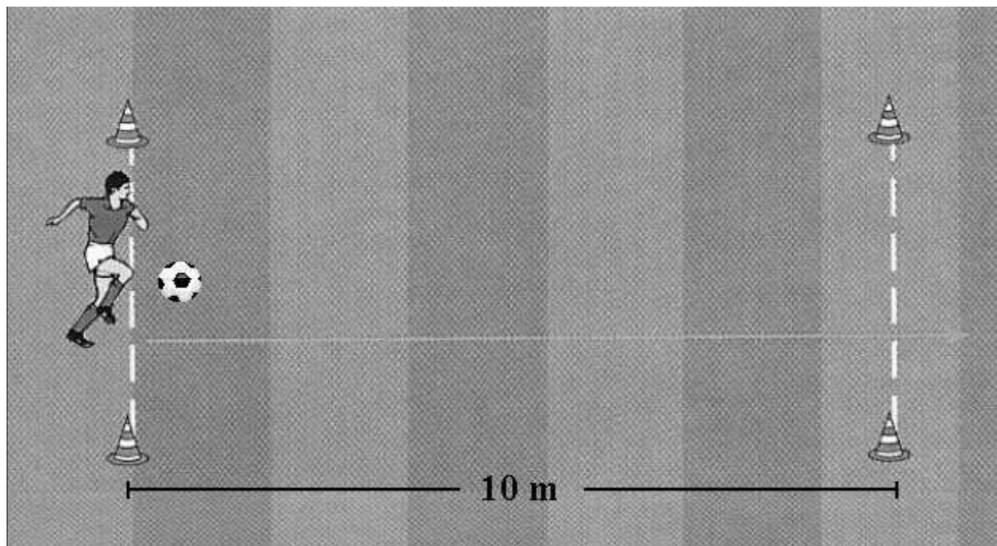
Durchführung:

- Vier Durchgänge mit insgesamt acht Schüssen
- Im ersten Durchgang mit rechts zwei Schüsse in das linke Zielfeld. Im zweiten Durchgang mit links zwei Schüsse in das linke Zielfeld. Im dritten Durchgang mit rechts zwei Schüsse in das rechte Zielfeld. Im vierten Durchgang mit links zwei Schüsse in das rechte Zielfeld.
- Die Begrenzungen Latte, Pfosten und Markierungsbänder gehören in den entsprechenden Abschnitten zum Zielfeld dazu.
- Der Spieler spielt sich den Ball, der mittig auf der Strafraumlinie liegt, mit einem Kontakt beliebig in ein 2,44 x 4,88 m großes Feld vor. Mit dem nächsten Ballkontakt erfolgt der Schuss innerhalb des vorgegebenen Feldes. Der Spieler darf zur Anlaufkorrektur ein bis zwei kleine Rückwärtsschritte machen.
- Der Spieler soll so fest wie möglich ins Zielfeld treffen.
- Gemessen werden Schussgeschwindigkeit und Trefferzahl
- Die Messung der Schussgeschwindigkeit erfolgt durch subjektive Einschätzung des Testleiters:
 - 1 = geringe Geschwindigkeit (z.B. Ball am Boden, Schuss mit Innenseite)
 - 2 = mittlere Geschwindigkeit (z.B. gekrümmte Flugkurve, Schuss mit Rist od. Seite)
 - 3 = hohe Geschwindigkeit (z.B. gerade Flugkurve, Schuss mit Vollspann)

Fehler, die zum Abbruch des Versuchs führen:

Der Ball verlässt vor dem Schuss vollständig das Feld. Der Spieler berührt den Ball mehr als einmal vor dem Schuss.

Test 5: Balljonglieren



Durchführung:

- Zwei Durchgänge über eine Strecke von 10 m
- Der Spieler muss den Ball abwechselnd mit dem Spann beider Füße spielen und zwischen Start und Ziel mindestens fünf Kontakte absolvieren.
- Der Spieler steht in beliebiger Schrittstellung vor der Startlinie mit dem Ball in der Hand. Für die korrekte Startposition stellt sich der Spieler mit beiden Füßen auf die Startlinie und geht dann einen Schritt zurück.
- Der Start erfolgt nach eigenem Ermessen, in dem sich der Spieler den Ball vor der Startlinie selbst zum Jonglieren zuwirft.
- Der Spieler startet das Jonglieren mit einem beliebigen Spann
- Gemessen wird die handgestoppte Zeit vom ersten Ballkontakt vor der Startlinie bis zum ersten Ballkontakt hinter der Ziellinie. Damit wird sichergestellt, dass der Spieler mindestens 10 m jongliert hat.
- Ein Spieler hat zwei Versuche für eine fehlerfreie und gewertete Ausführung.

Fehler, die zum Abbruch des Versuchs führen:

Der Ball berührt den Boden oder ein anderes Körperteil als den Spann. Der Ball wird zweimal mit demselben Fuß (Spann) gespielt. Der Spieler verlässt mit mindestens einem Fuß vollständig das Spielfeld. Der Spieler hat nicht mindestens fünf Ballkontakte zwischen Start und Ziel gemacht. Der Ball wurde vom Spieler bei Start und/oder Ziel nicht vollständig außerhalb der inneren Abmessungen gespielt.

Test 6: Bewertung der Fähigkeiten im Spiel 4:4

Durchführung:

Alle Spieler führen im Rahmen der Aufnahmeprüfung ein Spiel 4:4 durch. Die Kandidaten werden durch die anwesenden Trainer bewertet.

Quelle:

DFB-Talentförderprogramm: Trainingswissenschaftliche Begleitung durch das Institut für Sportspiele der Deutschen Sporthochschule Köln. „Köln-Bochumer Fußballtest“- Anleitung zur Testdurchführung.
Projektleiter DFB: Michael Desch Projektleiter DSHS: Dr. Stefan Lottermann.