

Schweizerischer Fussballverband

Association Suisse de Football

Associazione Svizzera di Football

Swiss Football Association



Für Chancengleichheit im Jugendfussball



Erkenntnisse aus unseren Studien:

Die Auswirkungen von relativen und biologischen Altersunterschieden auf die Leistung und mögliche Lösungen zur fairen Förderung.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO

Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen EHSM

«Wir müssen Bedingungen schaffen, die eine faire und nachhaltige Förderung ermöglichen. Erste Bedingung ist, dass bei Selektionen und Einteilungen von jungen Spielerinnen und Spielern das relative und das biologische Alter berücksichtigt werden, damit alle die gleichen Voraussetzungen haben.»

Patrick Bruggmann, Direktor Fussball Entwicklung SFV



Die drei Spieler auf diesem Foto sind gleich alt, bringen aber aktuell unterschiedliche körperliche Voraussetzungen mit.
(Foto: Bundesamt für Sport BASPO)

Stand heute:

**Faire Förderung ist nicht
gewährleistet**

Falscher Fokus auf Jahrgang

- Heute ist für die Kategorieneinteilung im Jugendfussball und bei der Talentselektion allein der Jahrgang entscheidend.
- Innerhalb eines Jahrgangs gibt es relative Altersunterschiede von bis zu zwölf Monaten.
- Zudem kann es in der Pubertät biologische Altersunterschiede von bis zu sechs Jahren geben. Diese Unterschiede wirken sich auf die individuelle Leistungsfähigkeit aus.
- Biologisch Jüngere haben innerhalb einer Kategorie meist schlechtere Chancen auf Förderung.
- Deshalb sind die Möglichkeiten von biologisch Jüngeren stark eingeschränkt: Sie werden bei Selektionen benachteiligt und gehen als potenzielle Talente verloren.
- Bei Mädchen sind die Auswirkungen des relativen und biologischen Alters geringer. Zudem werden andere Effekte erwartet, die noch erforscht werden müssen.

Das **chronologische Alter** (kalendarisches Alter) bezeichnet das Alter nach Geburtsdatum.

Das **relative Alter** bezeichnet den Altersunterschied zwischen Kindern desselben Jahrgangs. Ein Januarkind ist demnach verglichen mit einem Dezemberkind fast zwölf Monate älter.

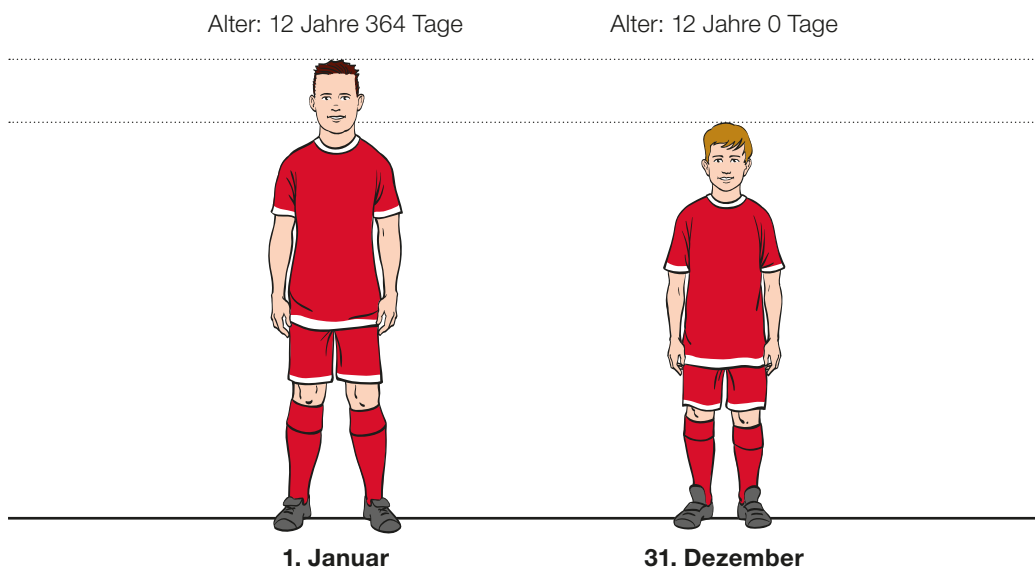
Das **biologische Alter** beschreibt die Entwicklung des Körpers.

Der **biologische Entwicklungsstand** beschreibt das biologische Alter im Vergleich zum chronologischen Alter. Ein spät entwickeltes Kind ist biologisch jünger als chronologisch.

Der Relative Alterseffekt (RAE)

Gleicher Jahrgang, aber fast ein Jahr älter und damit meist leistungsfähiger

- Der Unterschied des relativen Alters eines Januarkinds gegenüber einem Dezemberkind beträgt fast ein Jahr.
- Solche Altersunterschiede führen zu einer grösseren Leistungsfähigkeit von Januarkindern.
- Januarkinder (generell relativ älter) sind in Talentförderprogrammen und Nationalteamkadern stark übervertreten (Relativer Alterseffekt, RAE).
- Der RAE ist im Fussball bei den Knaben sehr stark ausgeprägt.
- Der RAE ist im Fussball bei den Mädchen schwächer ausgeprägt.



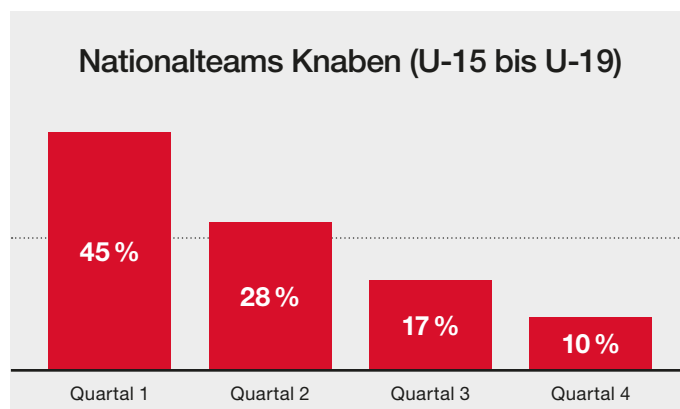
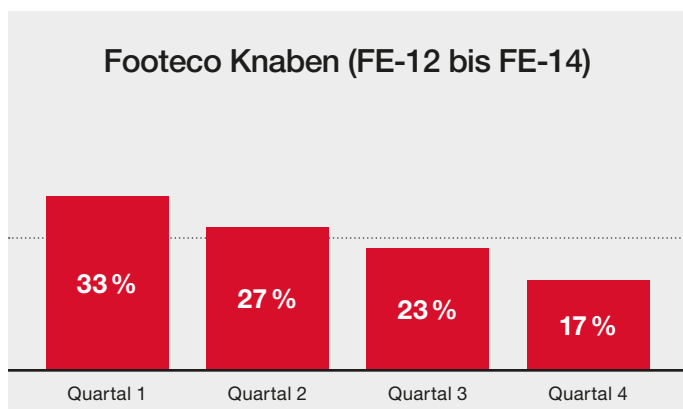
Grafik: Das Januarkind links ist 364 Tage älter als das Dezemberkind rechts, aber im gleichen Jahr geboren. Im Normalfall ist es weiter entwickelt als das Dezemberkind. Dies bedeutet im Fussball, dass das Januarkind in der Regel einen stärkeren Schuss hat, schneller rennen kann, im Duell mehr Durchsetzungskraft besitzt und auch kognitiv im Vorteil ist. Fazit: Das Januarkind ist aktuell leistungsfähiger als das Dezemberkind.

Die Auswirkungen des unterschiedlichen relativen Alters werden unter dem Begriff «**Relativer Alterseffekt**» (Relative Age Effect, RAE) zusammengefasst.

Verlust vieler Talente

Talententwicklung optimaler gestalten

- Der RAE beginnt bereits im Kinderfussball, sobald Selektionen für Teameinteilungen stattfinden.
- Dieser Effekt verstärkt sich im Nachwuchsfussball mit jeder Selektion und zeigt sich in der Zusammenstellung der Nationalteamkader besonders deutlich.
- Das Bild hat sich in den letzten zehn Jahren nicht wesentlich verändert: Viele potenzielle Talente, die in der zweiten Jahreshälfte geboren wurden, werden nicht in die Förderprogramme aufgenommen. Dies im Gegensatz zu den Spielerinnen und Spielern mit gleichem Jahrgang, aber mit Geburtsdatum in der ersten Jahreshälfte.
- Damit schöpft der Schweizerische Fussballverband seine Möglichkeiten im Kinder- und Jugendfussball noch nicht hinreichend aus.

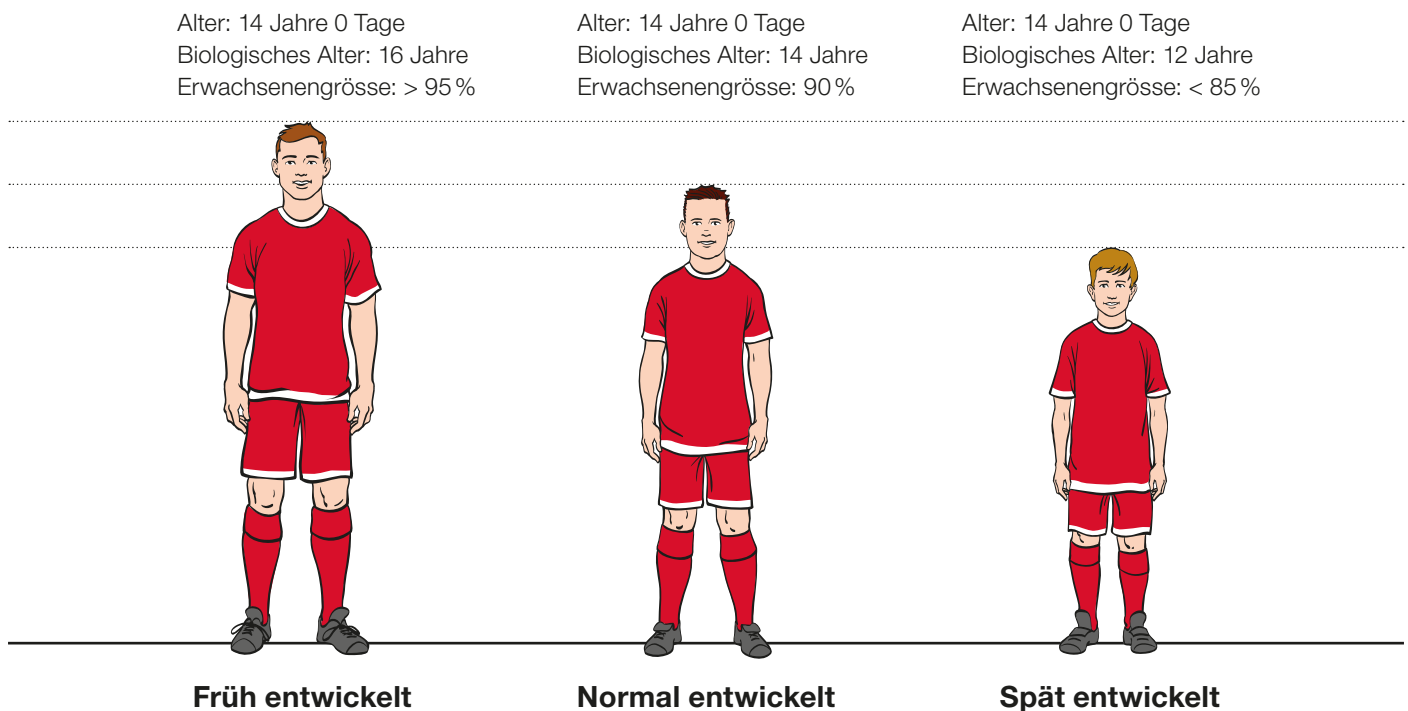


Grafiken: Je später im Jahr die Spieler geboren sind, desto kleiner ist ihr Anteil bei den Knaben in Footeco und in den Nationalteams. Die gestrichelte Linie zeigt den erwarteten Wert (25%).

Der biologische Entwicklungsstand

Gleiches Geburtsdatum – aber früh, normal oder spät entwickelt

- Besonders in der Pubertät treten Unterschiede im biologischen Entwicklungsstand auf, sodass die Leistungsfähigkeit der spät entwickelten gegenüber den früh entwickelten Spielern stark abfällt.
- Viele Merkmale der körperlichen Leistungsfähigkeit wie beispielsweise Grösse, Gewicht, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer oder Spielverständnis sind abhängig vom biologischen Entwicklungsstand.
- Bei Mädchen zeigen sich Unterschiede im biologischen Entwicklungsstand ungefähr zwei Jahre früher als bei den Knaben. Die physischen Unterschiede sind jedoch geringer, und es sind andere Effekte zu erwarten, die noch erforscht werden müssen.

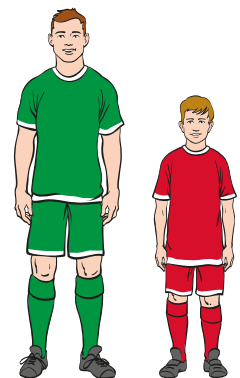
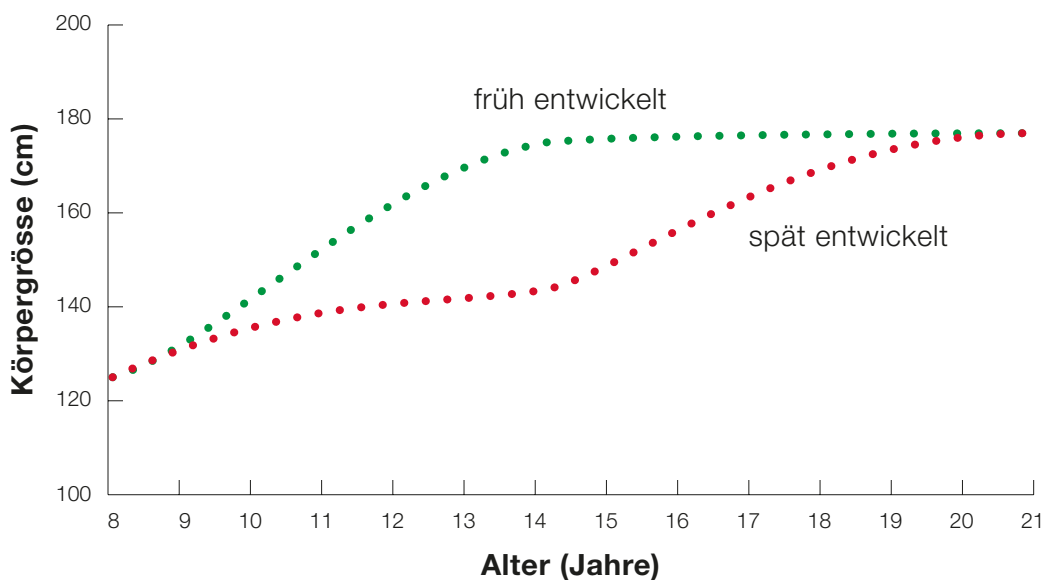


Grafik: Das chronologische Alter des früh entwickelten Spielers ganz links (mit gleichem Geburtsdatum wie alle anderen hier abgebildeten Spieler) beträgt 14 Jahre, sein biologisches Alter beträgt 16 Jahre. Er hat bereits mehr als 95% seiner erwarteten Erwachsenengrösse erreicht. Der spät entwickelte Spieler ganz rechts hat ein biologisches Alter von 12 Jahren und weniger als 85% seiner erwarteten Erwachsenengrösse erreicht.

Früh entwickelte Spieler haben bessere Leistungsvoraussetzungen

Aktuell kräftiger, schneller, erfolgreicher

- Zwei 14-jährige Spieler mit gleicher erwarteter Erwachsenengröße können erhebliche Grössenunterschiede aufweisen.
- Im Alter zwischen 11 und 18 Jahren (Pubertät) sind die Grössenunterschiede am stärksten. In dieser Alterspanne finden die Selektionen der Nachwuchsförderprogramme statt.
- Ein Frühentwickler kann sich im Zweikampf oft besser durchsetzen, ist schneller und kräftiger und hat deshalb bessere Leistungsvoraussetzungen als ein Spätentwickler.
- Die temporären Unterschiede im biologischen Entwicklungsstand verschwinden allmählich mit dem Ausklingen des Wachstums.



Grafik: Fiktives Beispiel von verschiedenen Wachstumskurven. Die beiden Spieler haben das gleiche Geburtsdatum und die gleiche erwartete Erwachsenengröße. Spieler grün ist ein Frühentwickler und Spieler rot ein Spätentwickler.

Zusammenspiel von relativem Alter und biologischem Entwicklungsstand

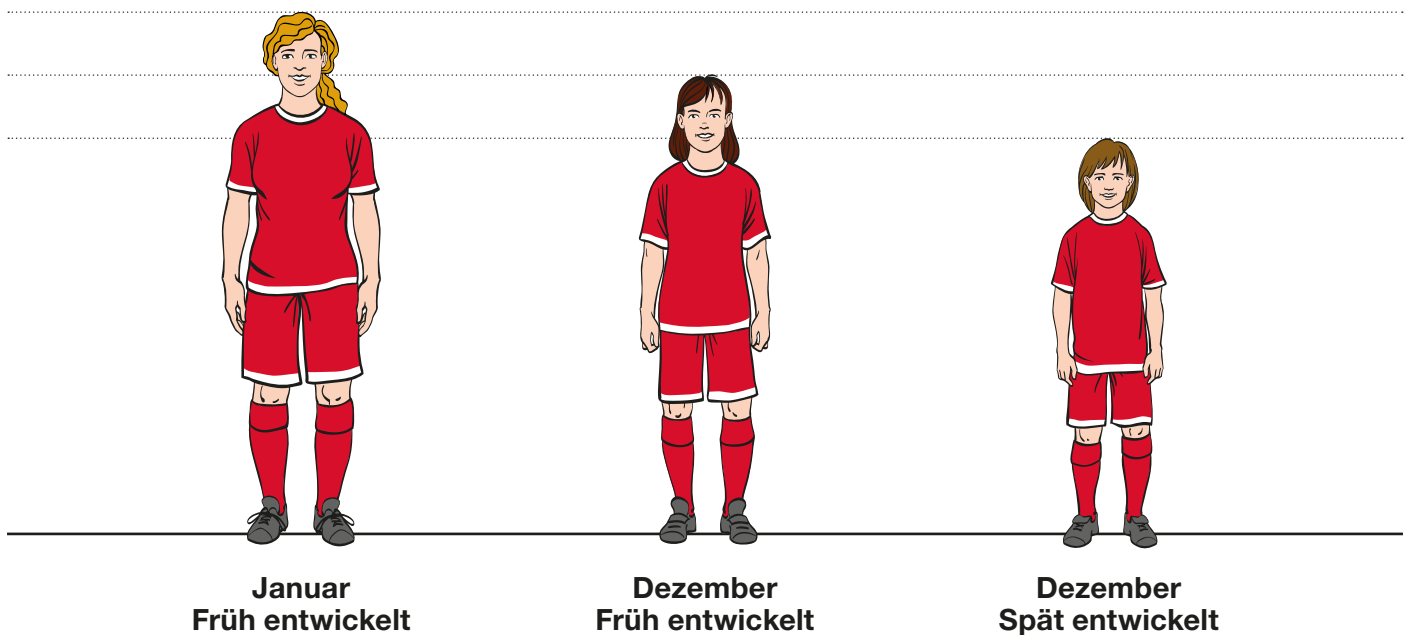
(Zu) Hohe Hürden für spät entwickelte Dezemberkinder

- Unterschiede im biologischen Entwicklungsstand führen bei spät entwickelten Spielerinnen und Spielern zu einem Nachteil. Sind sie zudem im Dezember geboren, bedeutet dies eine doppelte Benachteiligung; sie schaffen es praktisch nie in ein Förderprogramm.
- Ein Dezemberkind ist jedoch nicht zwingend spät entwickelt. Relatives Alter und biologischer Entwicklungsstand sind voneinander unabhängig. Es besteht also auch die Möglichkeit für ein früh entwickeltes Dezemberkind, die Nachteile aus dem relativen Altersunterschied zu (über-)kompensieren.
- Sowohl zwischen Spielern als auch zwischen Spielerinnen können sich während der Pubertät biologische Altersunterschiede von bis zu sechs Jahren ergeben. Trotz gleicher erwarteten Erwachsenengröße können Körpergrössendifferenzen von bis zu 40 cm auftreten.

Alter: 13 Jahre 364 Tage
Biologisches Alter: 16 Jahre
Erwachsenengröße: 100 %

Alter: 13 Jahre 0 Tage
Biologisches Alter: 15 Jahre
Erwachsenengröße: > 95 %

Alter: 13 Jahre 0 Tage
Biologisches Alter: 11 Jahre
Erwachsenengröße: < 90 %

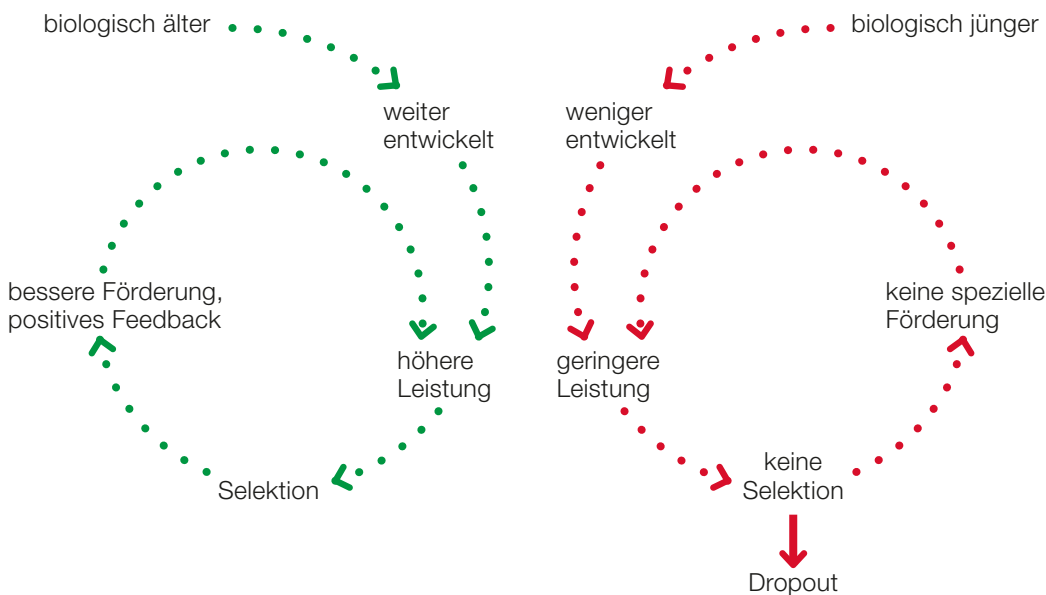


Grafik: Das Mädchen links ist relativ und biologisch älter und hat bereits 100% ihrer Erwachsenengröße erreicht. Das Mädchen in der Mitte und das Mädchen rechts sind chronologisch gleich alt und fast ein Jahr jünger als das Mädchen links. Sie unterscheiden sich aber im biologischen Alter. Für das Mädchen rechts bedeutet dies eine doppelte Benachteiligung.

Biologisch Ältere haben bessere Chancen auf Förderung

Teufelskreis für biologisch Jüngere – oder frühe Selbstdeselektion

- Die Vorteile aufgrund besserer Leistungsvoraussetzungen – bedingt durch ein höheres biologisches Alter – führen zu mehr Chancen auf Förderung.
- Dadurch erleben biologisch Ältere in der fussballerischen Entwicklung häufig eine Aufwärtsspirale, während bei biologisch Jüngeren eher ein Teufelskreis einsetzt, der darin mündet, dass sie bei Selektionen nicht berücksichtigt werden.
- Die Tatsache, dass biologisch Jüngere im Fussball generell untervertreten sind, lässt darauf schließen, dass eine Selbstdeselektion von biologisch Jüngeren bereits im Kinderfussball oder gar schon vor Vereinseintritt stattfindet.



Grafik: Der Teufelskreis (rot) in der Talentselektion und -förderung zeigt die systematische Benachteiligung der biologisch jüngeren Spielerinnen und Spieler: Während biologische Ältere (grüner Kreis) besser gefördert werden, erhalten biologisch Jüngere weniger Aufmerksamkeit und weniger Förderung. Sie beenden daher nicht selten ihre Fussballkarriere frühzeitig.

Ziel:

Echte Chancengleichheit bei der Förderung

Verbesserungen für alle

- Wir möchten die Förderung im Junioren- und Juniorinnenfußball so optimieren, dass innerhalb der Kategorien Chancengleichheit herrscht.
- In die Talentförderprogramme sollen alle potenziellen Talente integriert werden.
- Voraussetzung ist, dass das biologische Alter (relatives Alter und der biologische Entwicklungsstand) der Spielerinnen und Spieler berücksichtigt wird; nur so sind Vergleiche und Selektionen fair.

Verbesserungen für die Spielerinnen und Spieler
Alle Spielerinnen und Spieler sollen unabhängig von ihrem biologischen Alter gleiche Chancen auf Förderung haben.

Verbesserungen für den SFV
Kein Talent darf verloren gehen. Es sollen alle potenziellen Talente selektioniert und gefördert werden.



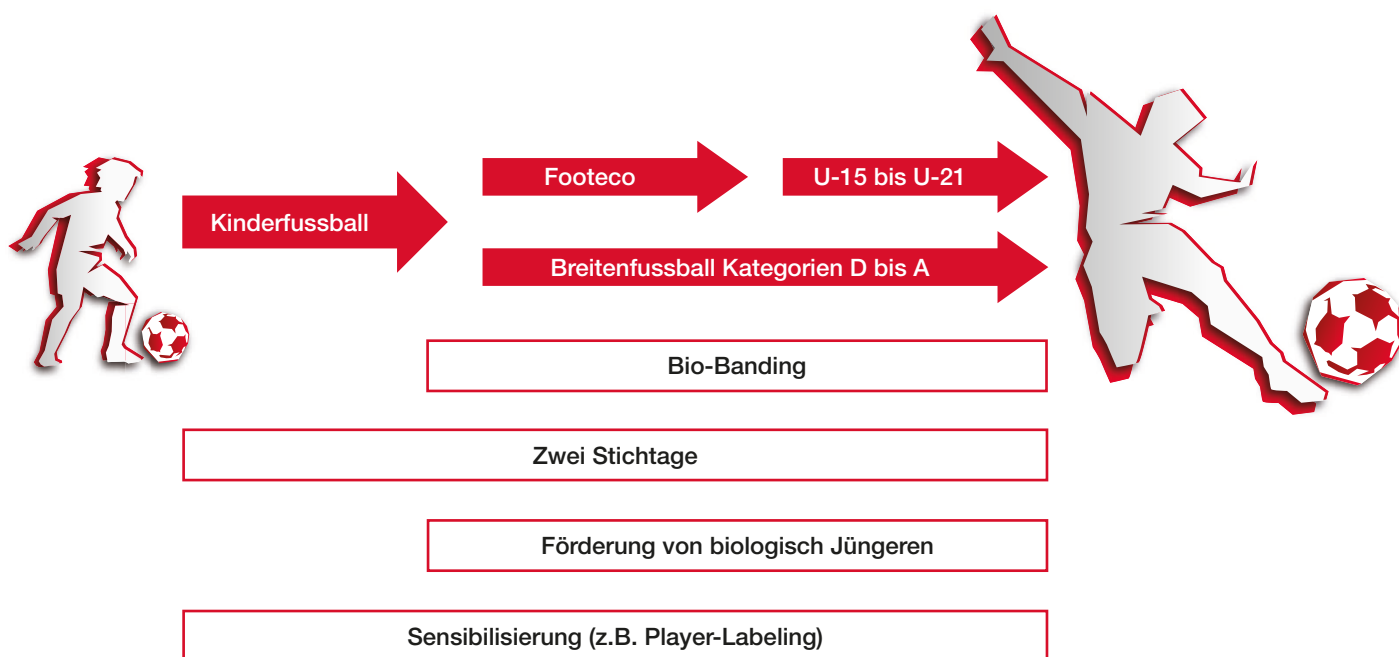
Mögliche Massnahmen im Überblick

Mögliche Massnahmen

- Die Kombination verschiedener Massnahmen würde eine faire Förderung zuverlässiger unterstützen.
- Vielversprechende Massnahmen sind Bio-Banding, die Einführung eines zweiten Stichtages sowie die gleiche Förderung von biologisch Jüngeren wie von biologisch Älteren.
- Parallel dazu sollen Trainerinnen und Trainer sensibilisiert werden. Ein hilfreiches Instrument könnte das Player-Labeling sein, wobei die Verantwortlichen über die Trikotnummerierung eine Zusatzinformation bezüglich dem biologischen Alter der Spielerinnen und Spieler erhalten (z.B. der biologisch älteste Spieler trägt die tiefste Trikotnummer).
- Selektionen und Eintrittshürden in jungen Altersklassen sollten möglichst vermieden werden.
- Spielerinnen und Spieler, welche nicht den «normalen» Talentweg gehen und mehr Zeit benötigen, sollen die Möglichkeit haben, ebenfalls von guten Förderbedingungen zu profitieren.

Bereits eingeführte Massnahmen

- Carte Blanche im Breitenfussball: Biologisch jüngere Spieler und Spielerinnen dürfen in der unteren Kategorie mitspielen.
- Bio-Banding: Biologisch Jüngere dürfen in der unteren, biologisch Ältere in der oberen Kategorie mitspielen.
- Bio-Banding-Spiele finden bei Footeco bereits vereinzelt statt.

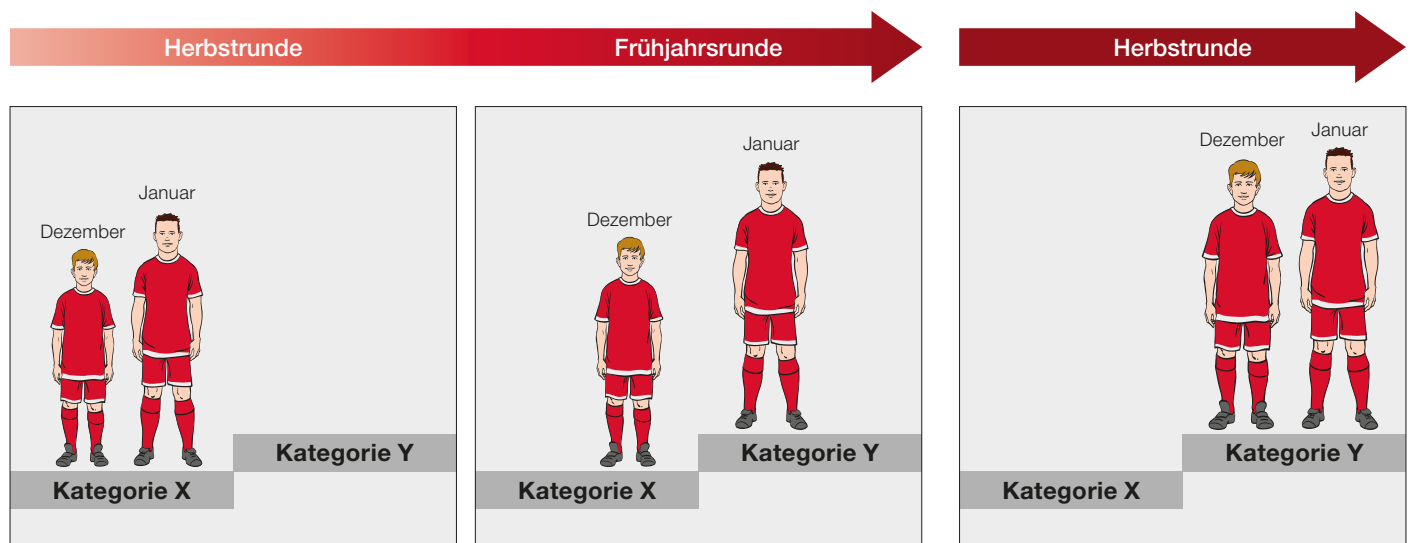


Grafik: Diese Massnahmen können in der Kombination zu mehr Chancengleichheit in der Förderung führen.

Mögliche Massnahmen im Detail (I)

Zwei Stichtage im Jahr für Kategorienwechsel

- Bei zwei Stichtagen im Jahr wechseln sich Vor- und Nachteile durch Unterschiede im relativen Alter für die Juniorinnen und Junioren regelmässig ab.
- Auf diese Weise können sich das Selbstvertrauen und Kompetenzen wie beispielsweise die Übernahme von Verantwortung bei allen Spielerinnen und Spielern in gleichem Masse entwickeln und ausbilden.



Grafik: Für im ersten Halbjahr geborene Juniorinnen und Junioren (der Kategorie X) findet der Wechsel in die nächsthöhere Kategorie (Y) nach der Herbstrunde statt. Die im zweiten Halbjahr geborenen Juniorinnen und Junioren wechseln nach der Frühjahrsrunde in die nächsthöhere Kategorie (Y).

Hier gehts zum Erklärvideo:



Mögliche Massnahmen im Detail (II)

Bio-Banding

- Beim Bio-Banding werden die Spielerinnen und Spieler im Training sowie im Wettkampf nach ihrem biologischen Alter statt nach ihrem chronologischen Alter in Teams eingeteilt.
- Bio-Banding bringt Vorteile für alle: Sowohl biologisch Jüngere als auch biologisch Ältere werden durch ihre Einteilung in jeweils ausgeglichene Teams adäquat gefordert.



Chronologische Alterskategorien



Biologische Alterskategorien

Wissenschaftliche Erkenntnisse

In einer wissenschaftlichen Studie des SFV und der EHSM wurde das herkömmliche Spielformat mit Bio-Banding verglichen (technisch-taktische Indikatoren sowie individuelle Laufleistungen). Die Studie wurde mit Knaben der Footeco Kategorien FE-13 und FE-14 durchgeführt.

- Besonders die spät entwickelten Spieler haben profitiert. Sie hatten im Bio-Banding mehr Balleroberungen, Offensivaktionen (z.B. entscheidende Pässe, Dribblings oder Torabschlüsse), Spielbeteiligung und waren effizienter am Ball.
- Für die früh entwickelten Spieler entstand kein Nachteil. Sie konnten ihr Spielniveau auch gegen chronologisch ältere und gleich entwickelte Spieler halten.

Die bisherigen Erfahrungen und wissenschaftlichen Analysen haben gezeigt, dass Bio-Banding viele positive Aspekte hervorbringt und für alle Spielerinnen und Spieler, egal ob früh, normal oder spät entwickelt, die Förderung unterstützen kann.

Hier gibts mehr Infos:



Impressum

Für Chancengleichheit im Jugendfussball

Projektleitung: Mirjam Hintermann, Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen EHSM,
Raphael Kern, Schweizerischer Fussballverband (SFV)

Redaktion: Sonja Brunschwiler, TEXTARBEIT

Autorenteam: Michael Romann, Mirjam Hintermann, Eva Rüeger, Dennis Lüdin, Marie Javet (alle EHSM),
Stevie Brunner, Luca Fiorina, Raphael Kern (alle SFV)

Fotos: Bundesamt für Sport BASPO

Layout/Gestaltung: SFV

Druck: Ast & Fischer AG, Wabern

Ausgabe: 2022

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung oder Verbreitung jeder Art – auch auszugsweise –
nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers und unter Quellenangabe gestattet.



