

Anamnesebogen – Leistungsermittlung Athletik (Kinder & Jugendliche)

1. Allgemeine Daten

Name des Athleten / der Athletin: _____

Geburtsdatum: _____

Alter: _____ Jahre

Geschlecht: ☐ m ☐ w ☐ divers

Größe (cm): _____ Gewicht (kg): _____

Verein / Schule:

Sportart(en):

Trainer / Bezugsperson:

Datum der Erhebung:

2. Trainings- und Bewegungshistorie

Seit wann sportlich aktiv? _____

Aktuelle Sportarten (Mehrfachnennung möglich):

☐ Leichtathletik ☐ Fußball ☐ Handball ☐ Turnen ☐ Schwimmen ☐ Kampfsport

☐ Sonstiges: _____

Trainingshäufigkeit pro Woche: ☐ 1x ☐ 2x ☐ 3x ☐ 4x oder mehr

Dauer einer Trainingseinheit (ca.): _____ Minuten

Zusätzlich aktive Bewegung (Freizeit, Schulweg, Spielen draußen): ☐ gering ☐ mittel ☐ hoch

3. Medizinische Anamnese (Pflichtangaben)

Bestehen oder bestanden in der Vergangenheit:

- ☐ Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- ☐ Asthma / Atemwegserkrankungen
- ☐ Epilepsie / neurologische Erkrankungen
- ☐ Stoffwechselerkrankungen (z. B. Diabetes)
- ☐ Orthopädische Auffälligkeiten (Fehlstellungen, Skoliose etc.)
- ☐ Sonstige Erkrankungen:

Verletzungen in den letzten 24 Monaten:

- ☐ keine
- ☐ ja, welche? _____

Operationen:

- ☐ keine
- ☐ ja, welche? _____

Regelmäßige Medikamente:

- ☐ nein
- ☐ ja:

Welche:

Ärztliche Sportfreigabe vorhanden?

- ☐ ja ☐ nein ☐ nicht erforderlich

4. Schmerz- und Belastungsstatus (Selbsteinschätzung)

Bitte ankreuzen:

Aktuelle Schmerzen: ☐ keine ☐ gelegentlich ☐ regelmäßig

Wenn ja, wo? ☐ Fuß ☐ Knie ☐ Hüfte ☐ Rücken ☐ Schulter

☐ Sonstiges: _____

Belastbarkeit im Training: ☐ sehr gut ☐ gut ☐ wechselnd ☐ eingeschränkt

5. Entwicklung & Reife (wichtig bei Kindern/Jugendlichen)

Wachstumsschub in den letzten 6–12 Monaten? ☐ ja ☐ nein ☐ unsicher

Koordinative Auffälligkeiten ("Ungeschicklichkeit", häufiges Stolpern)?

☐ nein ☐ ja

Konzentrationsfähigkeit im Training:

☐ sehr gut ☐ gut ☐ wechselnd

☐ eingeschränkt

6. Subjektive Selbsteinschätzung (Athlet:in)

Bitte einschätzen (1 = sehr gering, 5 = sehr gut):

Kraft: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

Schnelligkeit: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

Ausdauer: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

Beweglichkeit: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

Koordination: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

7. Motivation & Ziele

Warum machst du Sport? (Mehrfachnennung möglich)

☐ Spaß ☐ Freunde ☐ Wettkampf

☐ Gesundheit ☐ Leistungsverbesserung

Persönliche Ziele (kurz- oder langfristig):

Lieblingsdisziplin / Lieblingsbewegung:

8. Einschätzung durch Trainer / Athletikcoach

Bewegungsqualität (gesamt): ☐ sehr gut ☐ gut ☐ ausbaufähig ☐ auffällig

Auffälligkeiten in Haltung / Bewegung:

Empfohlener Trainingsschwerpunkt:

☐ Grundlagen Athletik ☐ Koordination & Technik ☐ Kraft Grundlagentraining ☐ Schnelligkeit / Reaktion

☐ Beweglichkeit & Stabilität

9. Einverständniserklärung (bei Minderjährigen)

Ich bestätige, dass die oben gemachten Angaben vollständig und wahrheitsgemäß sind. Ich bin damit einverstanden, dass diese Daten ausschließlich zur Trainingsplanung und Leistungsentwicklung verwendet werden.

Ort, Datum: _____

Unterschrift Erziehungsberechtigte:r: _____

Unterschrift Athlet:in (optional): _____

Hinweis: Dieser Anamnesebogen ersetzt keine ärztliche Untersuchung, sondern dient als Grundlage für ein sicheres, pädagogisch sinnvolles und altersgerechtes Athletiktraining.