

Ausbildungskonzept Jugendfußball



TSV Schwabhausen 1929 e.V.

Ziel unseres Konzeptes

Dieses Konzept soll Grundlage für die Arbeit und den Umgang mit Kindern und Jugendlichen in der Jugendfußballabteilung des TSV Schwabhausen sein. Es bietet Kindern und Jugendlichen, Trainer, Betreuern, Eltern sowie allen Mitgliedern des Vereins eine wichtige Orientierungshilfe für den Trainings- und Spielbetrieb sowie alle damit zusammenhängenden Aktivitäten.

Die Nachwuchsförderung ist ein wichtiges Anliegen unseres Vereins. Unsere Nachwuchsspieler wollen wir mittelfristig verbessern, sie durch ein durchdachtes Konzept an unseren Verein binden und so langfristig eine gute fußballerische Qualität im Seniorenfußball sichern. Neben der körperlichen Fitness spielen auch die sozialen Kontakte eine wichtige Rolle. Die Junioren werden nicht nur gefördert, sondern auch ihren Fähigkeiten entsprechend gefordert.

Grundsätze unserer Jugendarbeit

Im Mittelpunkt der Jugendarbeit stehen immer die Kinder und Jugendlichen und deren sportliche und soziale Entwicklung. Grundsätzlich sollte bei der Entwicklung der Kinder und Jugendlichen nicht der kurzfristige sportliche Erfolg im Vordergrund stehen. Wir wollen unsere Kinder und Jugendlichen fördern und fordern und talentierten Spielern ermöglichen, Leistungssport zu betreiben. Die Kinder und Jugendlichen dürfen nicht überfordert werden. Kinderfußball ist kein Jugendfußball. Jugendfußball ist kein reduzierter Erwachsenenfußball. Deshalb werden die Anforderungen im Training auf die unterschiedlichen Altersgruppen abgestimmt. Wir fördern Selbstsicherheit durch Anerkennung, konstruktive Kritik und fachliche und soziale Kompetenz. Wir streben den bestmöglichen sportlichen Erfolg an. Der entscheidende Punkt ist aber, dass unsere Kinder und Jugendlichen mit Spaß bei der Sache sind und sich bei uns wohlfühlen. Wir wollen transparent gegenüber der Öffentlichkeit und den Eltern sein.

Leitgedanken und Verhaltensregeln

1. Wir schaffen ein Umfeld, in dem sich jeder wohlfühlt.
2. Kinder, Jugendliche, Erwachsene – alle werden akzeptiert und respektiert
3. Wir gehen offen und ehrlich miteinander um und sind verlässlich und hilfsbereit.
4. Wir sind ein Team, gewinnen und verlieren gemeinsam.
5. Wir verhalten uns immer fair gegenüber Mitspieler, Gegenspieler und Schiedsrichtern.
6. Alle Konflikte werden gewaltfrei gelöst.
7. Wir halten uns an die Fußballregeln.
8. Wir benutzen keine Schimpfwörter.
9. Insbesondere im Kinderfußball gilt: Erlebnis kommt vor Ergebnis.
10. Wir halten stets Ordnung, sind umweltbewusst und entsorgen unseren Müll.
11. Wir gehen mit dem Eigentum der Gemeinde und des Vereins um, wie mit unserem eigenen.
12. Wir halten uns an die Regeln des Vereins und insbesondere an die Vorgaben des Vorstandes der Jugendfußballabteilung.
13. Wir akzeptieren Strafen, die wir bekommen, wenn wir uns nicht an die Regeln halten.
14. Rauchen und Alkohol sind im Jugendfußball grundsätzlich Fehl am Platz. Wir vermeiden daher im direkten Zusammenhang mit dem Sport Nikotin und alkoholische Getränke.
15. Wir wollen gewinnen, aber nicht auf Kosten von Spaß und fußballerischer Ausbildung.
16. Wir sind grundsätzlich gegen Rassismus und Diskriminierung

Zusammensetzung der Mannschaften

Auch in der Jugendabteilung taucht gerade bei den jüngeren Jahrgängen immer wieder die Frage auf, ob man die einzelnen Mannschaften nach Jahrgängen oder nach Leistung zusammenstellen soll. Dabei ist häufig festzustellen, dass es in den Jahrgängen oft große Unterschiede zwischen talentierten und weniger talentierten Kindern gibt, sodass es im Training immer wieder zu Über- bzw. Unterforderung kommen kann. Beides kann den Spielern die Lust am Fußball nehmen und die fußballerische Entwicklung hemmen.

Bei der Zusammensetzung der Mannschaften gelten folgende Leitlinien:

1. Jede Mannschaft soll einen hauptverantwortlichen Trainer und mindestens 1 Co-Trainer/Betreuer haben.
2. Die Trainer benachbarten Altersstufen sowie die Koordinatoren tauschen sich regelmäßig aus und arbeiten eng zusammen.
3. Die Mannschaften innerhalb der Jahrgänge werden spätestens ab der E-Jugend nach Leistung, unabhängig vom Alter der Spieler zusammengestellt. Die Mannschaften einer Altersgruppe sind durchlässig, d.h. Spieler können je nach Entwicklung jederzeit in ein anderes Team aufrücken. Da es diesbezüglich erfahrungsgemäß immer wieder zu Interessenskonflikten kommen wird, müssen die Eltern/Erziehungsberechtigten bei den Entscheidungen einbezogen bzw. „mitgenommen“ werden. Es gilt bei alledem der Grundsatz: **JEDES KIND IST WICHTIG!**
4. Besonders talentierte Spieler werden dadurch gefördert und gefordert, dass sie ggf. in einer höheren Altersklasse eingesetzt werden.
5. Bei den C-, B- und A-Junioren zeichnet sich ab, dass es zumindest vorübergehend schwierig sein wird, in allen Altersgruppen eine komplette Mannschaft für den Spielbetrieb zu stellen. Hier ist ggf. eine Zusammenarbeit in Form von Jugendspielgemeinschaften/Zweitspielrechten etc. unabdingbar.

Die Jugendleitung

Die Jugendleitung ist der Kopf der Jugendabteilung. Sie repräsentiert die Jugendabteilung gegenüber der Öffentlichkeit und ist verantwortlich für die Organisation. Weiterhin ist sie Bindeglied und Ansprech-partner für den Vorstand im Verein und dem Abteilungsleiter Fußball. Sie arbeitet eng mit dem sport-lichen Leiter zusammen.

Weitere Aufgaben:

- ❖ Koordination der gesamten Vereinsjugendarbeit
- ❖ Organisation und Leitung der Trainer-/Betreuersitzungen
- ❖ Schaffung bestmöglicher Rahmenbedingungen für die Jugendabteilung
- ❖ verantwortlich für die Trainer -/Betreuerbesetzung der Jugendmannschaften
- ❖ Kontaktpflege mit Jugendtrainern, Abteilungen, Sportorganisationen, Kindergärten/Schulen, Gemeinden und Eltern
- ❖ Mitglied des Kompetenzteams
- ❖ (Mit-)Organisation des Spielbetriebs sowie sportlicher und außersportlichen Veranstaltungen im Jugendbereich (z.B. Turniere, Aktionstage, Vereinsfest, Ausflüge)
- ❖ strategische Planung und Weiterentwicklung der Jugendabteilung
- ❖ Einhaltung der budgetierten Kosten

Die Jugendtrainer / Betreuer (1/2)

Die Jugendtrainer/Betreuer sind nicht nur für das eigentliche Training verantwortlich, sondern tragen auch maßgeblich zur Erziehung der Kinder und Jugendlichen bei. Sie tragen Verantwortung für die Kinder und Jugendlichen während der Anwesenheit auf dem Trainingsgelände und bei Auswärtsspielen oder Freizeitaktivitäten.

Desweiteren tragen Sie Verantwortung dafür, dass die Kabinen nach dem Training/Spiel ordentlich verlassen werden und mit dem Trainings- und Spielmaterial ordnungsgemäß umgegangen wird. Sie vermitteln Werte wie Teamgeist, Toleranz, Leistungsbereitschaft. Ein respektvoller Umgang mit Schiedsrichtern und Gegnern ist für uns selbstverständlich.

Wir wollen den „Fair-Play-Gedanken“ nach allen uns zur Verfügung stehenden Mitteln schützen. Sie sind kompetente Ansprechpartner für die Eltern und gehen bei Problemen mit den Kindern offensiv auf die Eltern zu. Sie nehmen an regelmäßigen Trainersitzungen, Elternabenden, spielbetriebsrelevanten Besprechungen und an den Jahreshauptversammlungen teil. Ihr Auftreten ist vorbildlich.

Sie fördern, fordern und begeistern unsere Kinder und Jugendlichen und sorgen für einen alkohol- und nikotinfreien Spiel- und Trainingsbetrieb. Sie sollen sich als Bestandteil der Gesamtausbildung sehen. Die Jugendtrainer / Betreuer fungieren außerdem als Organisator rund um ihr Team.

Die Jugendtrainer / Betreuer (2/2)

Die Jugendtrainer sind angehalten, eine langfristige Trainingsplanung mit langfristigen Lernzielen anzustreben. Die individuelle Ausbildung und Weiterentwicklung des einzelnen Spielers steht im Vordergrund. Die nachhaltige Entwicklung ist höher als der kurzfristige Erfolg einzustufen.

Die Trainer tauschen sich untereinander aus und informieren sich gegenseitig über die Anzahl und den Leistungsstand der Spieler. Dies ermöglicht eine kontinuierliche Entwicklung.

Die Trainer bringen Engagement und die Bereitschaft das Konzept, unsere Philosophie und unsere Leitlinien zu leben mit. Der TSV Schwabhausen unterstützt nach Möglichkeit die Aus- und Weiterbildung der Jugendtrainer.

Grundsätze zum Training (1/2)

Vielseitigkeit fördern und Einseitigkeit vermeiden (z. B. Beidfüßigkeit)

Logischer Trainingsaufbau

Die Übung soll so angelegt sein, dass sie funktionieren kann. Der Trainer muss wissen wie die Übung funktioniert. Andernfalls ist den Kindern, die immer nach einer Logik suchen, der Lerninhalt nicht zu vermitteln.

Systematisch trainieren

„Vom Leichten zum Schweren“. Kinder können keine komplexen Bewegungsabläufe durchführen, wenn die Basisabläufe nicht bekannt sind oder diese nicht sitzen.

Viele Wiederholungen garantieren

Viele Wiederholungen ermöglichen uns das Gelernte auch zu behalten. Wiederholungen heißt aber nicht stupide Woche für Woche ein Drilltraining anzubieten. Gleiche Übungsinhalte etwas anders verpackt garantieren viele Wiederholungen mit viel Spaß ohne dass es langweilig wird.

Im Detail korrigieren

Vielleicht die wichtigste Regel!!! Die Kinder müssen dazu angehalten werden die Übungen genauso auszuführen, wie es sie der Trainer vorgibt (vorausgesetzt die Übung ist logisch). Wenn der Ball mit dem linken Fuß gespielt werden soll, muss er auch damit gespielt werden. Wenn Kinder Übungsformen falsch wiederholen, werden sie sich den falschen Bewegungsablauf aneignen. Das ist später nur schwer wieder veränderbar. Deshalb: viel korrigieren aber auch viel loben wenn etwas richtig gemacht wurde!!!!

Grundsätze zum Training (2/2)

Konzentriert trainieren

Nur wer bei der Sache ist kann etwas lernen. Wenn die Konzentrationsphase nachlässt, muss der Trainer zu einer einfacheren Übung übergehen. Auf das Alter der Kinder achten. Bambini können sich nur sehr kurz Zeit konzentrieren. E- und D-Junioren die im „goldenen Lernalter“ sind, saugen Informationen förmlich auf und haben längere Konzentrationsphasen. Dennoch: kein Jugendspieler kann sich über 90 Trainingsminuten voll konzentrieren. Aber: bei aller Konzentration den Spaß nicht vergessen. Im Training muss auch mal gelacht werden!!

Mit Geduld trainieren

Wenn mal etwas nicht gleich klappt, nicht sofort ungeduldig und laut werden. Vielleicht war die Übung zu schwer, vielleicht wurde die Übung nicht genügend wiederholt. Auf alle Fälle gilt im Kinder- und Jugendtraining: „In der Ruhe (Geduld) liegt die Kraft“

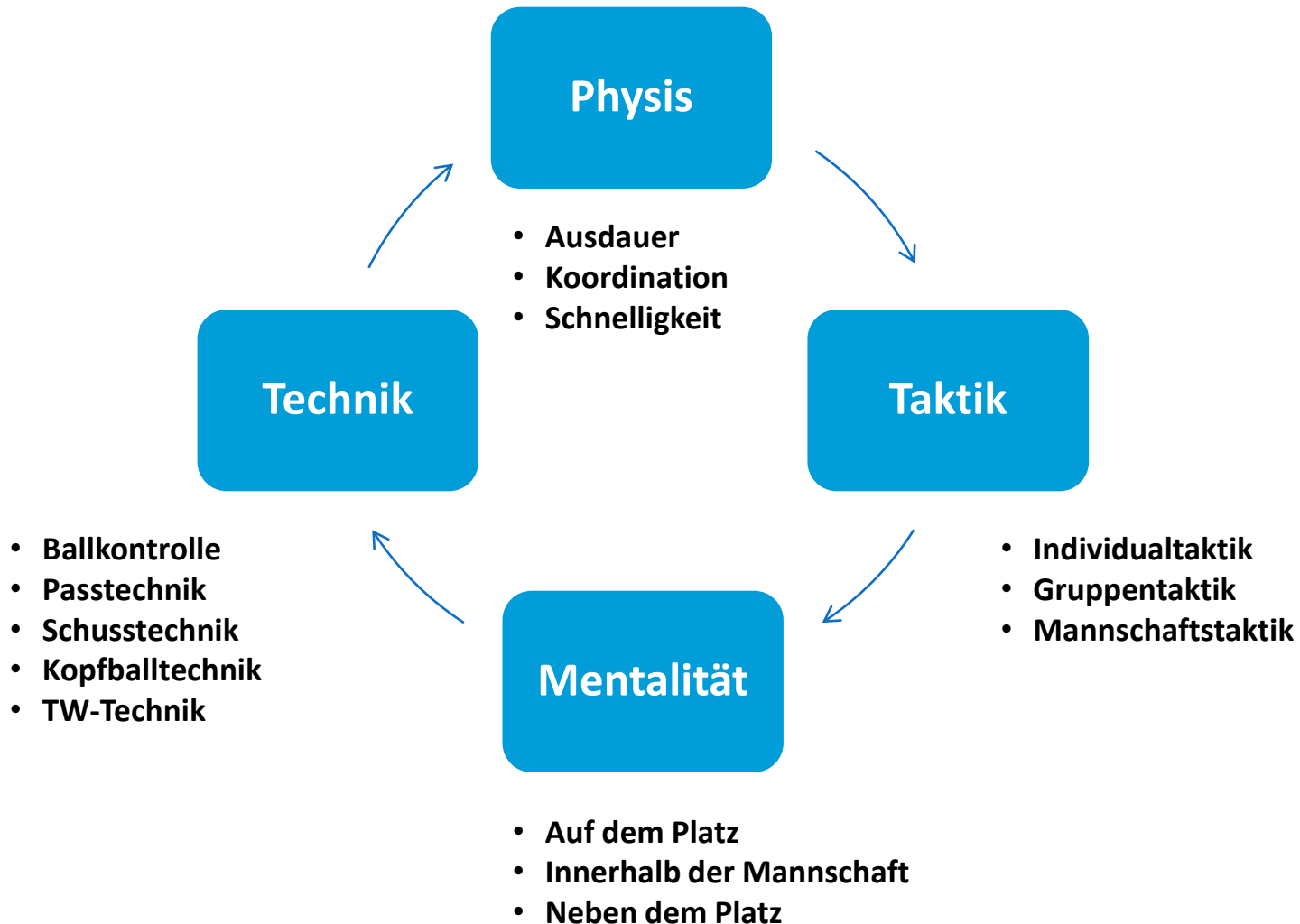
Trainieren was das Spiel fordert

Isolierte Grundlagenübungen, wie Dribbling, Passspiel und Torschuss sind im Kinder- und Jugendtraining immens wichtig. Wenn die ersten Grundlagen sitzen (das kann schon bei den Bambini beginnen), können schon spielnahe Situationen in die Übungsformen eingebaut werden. Der Ball gehört immer dazu.

Lange Wartezeiten vermeiden

Bei großen Gruppen in mehreren Kleingruppen trainieren.

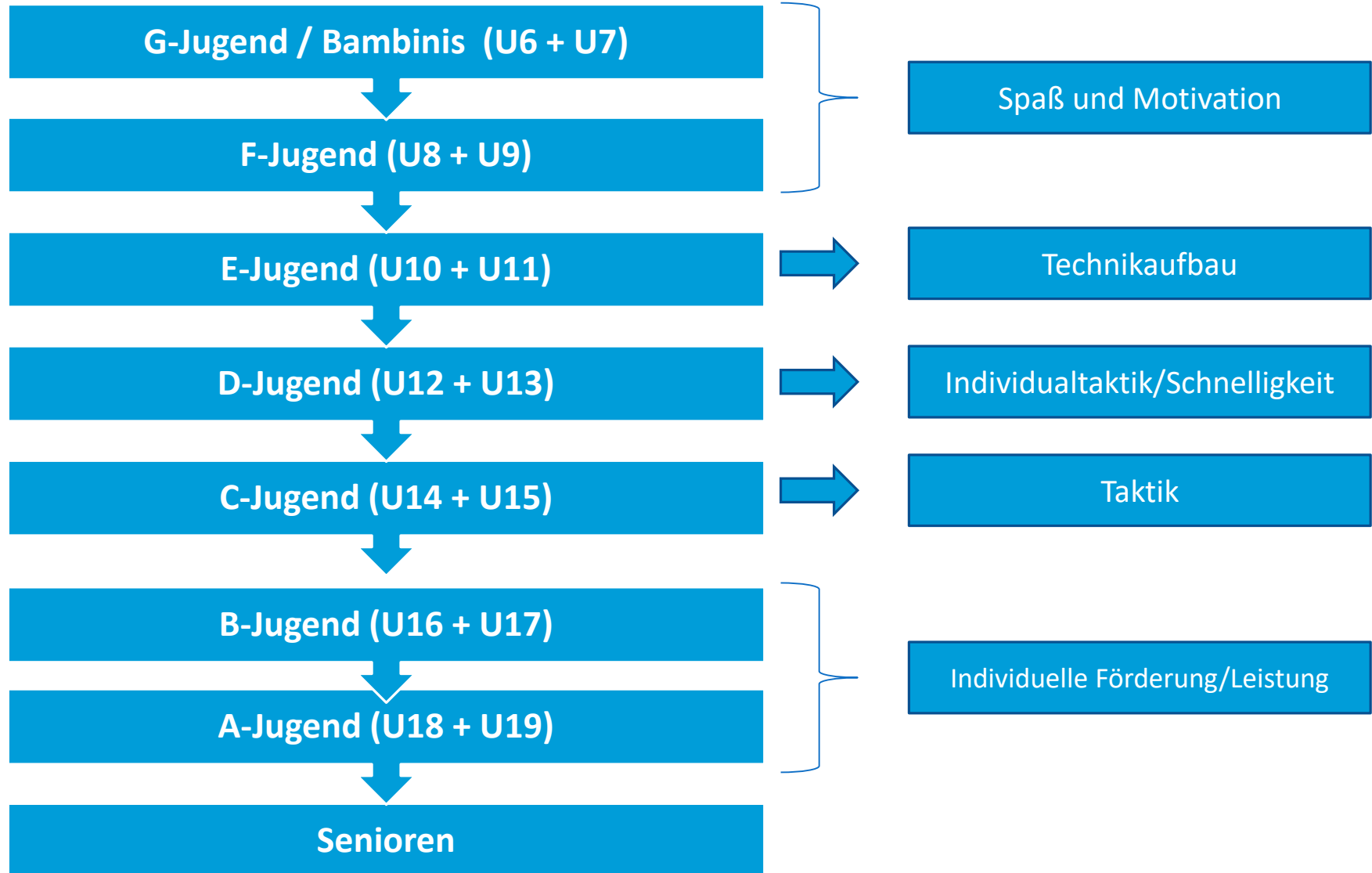
4 Grundbausteine der Ausbildung



Ausbildungsabschnitte

Altersklassen	Ausbildungsabschnitte	Lernschwerpunkte
G-Junioren/-innen Bambinis U 6	Grundlagen- ausbildung	<ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Bewegungsfertigkeiten erlernen • Spielfreude wecken • Vielseitige Bewegungsmöglichkeiten schulen
F-Junioren/-innen U 7/U 8 E-Junioren/-innen U 9/ U 10		<ul style="list-style-type: none"> • Fußballtechnische Grundlagen entwickeln • Spielfreude erhalten • Allgemeine und fußballspezifische Koordination • Grundlegendes individual- und gruppentaktisches Handeln
D-Junioren/-innen U 11/U 12 C-Junioren/-innen U 13/ U 14	Aufbautraining	<ul style="list-style-type: none"> • Technisch-taktisches Training • Aufbau spezifischer konditioneller Fähigkeiten • Positionslernen im Spiel 11:11 (Positionstraining, Systemlernen)
B-Junioren/-innen U 15/U 16 A-Junioren/-innen U 17/ U 18	Leistungstraining	<ul style="list-style-type: none"> • Technisch-taktische Handlungsfähigkeiten vervollkommen • Spezifisches Konditionstraining perfektionieren (Handlungsschnelligkeit, Willenseigenschaften) • Variables Spielen im System

Ausbildung im Überblick



DIE 10 GOLDENEN REGELN DES KINDERFUSSBALLS

- 1 Spaß und Freude am Sport fördern
- 2 Auf einfache Regeln, leichte Bälle und kleine Felder achten
- 3 Kleine Spielgruppen bilden
- 4 Jedem Kind einen Ball geben
- 5 Auf kurze Spielzeiten achten
- 6 Kurz erklären und vormachen
- 7 Viele Ballkontakte ermöglichen
- 8 Vielseitige Bewegungsaufgaben anbieten
- 9 Kinder auf allen Positionen spielen lassen
- 10 Spielerische Aufgaben stellen

Ballorientiertes Fußballspiel

Das Jugendkonzept des TSV Schwabhausen sieht vor, die Kinder und Jugendlichen möglichst gut auszubilden, um damit ein attraktives und interessantes Spiel gestalten zu können. Attraktivität zeichnet sich in diesem Sinne durch technisch versierte, am Ball kreative sowie taktisch gut geschulte, offensiv denkende Fußballspieler aus.

Spaß am Fußball entsteht in erster Linie durch Offensivaktionen, also durch Tore, zumindest aber durch Torchancen. Das bedeutet, dass die Spieler befähigt werden sollen, sich Torchancen entweder durch individuelle Aktionen oder durch kollektive Aktionen herauszuspielen. Das Hauptaugenmerk soll also auf angriffsstarke Spieler gelegt werden, während sich das Defensivverhalten daraus ergibt.

Zentraler Bestandteil dieser Spielauffassung ist das ballorientierte Fußballspiel. Beim ballorientierten Fußballspiel steht der Spielcharakter im Vordergrund, der (Zwei-) Kampfcharakter im Hintergrund. Jeder Spieler spielt mit ständiger Mitspiel- und Angriffsbereitschaft und stellt den Ball und das Tore schießen in den Mittelpunkt seines Spiels. Die Kinder und Jugendlichen werden in ihrer Ausbildung in ihrer natürlichen Angriffslust bestärkt und ihre ständige Mitspielbereitschaft wird gefordert.

Das bedeutet für die Jugendtrainer in der Praxis:

- ❖ Alle Spieler erlernen im Training und Spiel das Ballgewinnspiel sowie Angriffsspiel nach Ballgewinn.
- ❖ Jeder Spieler hat die Aufgabe Bälle zu erobern, Angriffe aufzubauen, Torchancen herauszuspielen und Torchancen zu verwerten.
- ❖ Im Kinderfußball (bis ca. Übergang junger zum alten Jg. D-Junioren) spielt deswegen jeder Spieler im Wechsel auf allen Positionen. Auch die Position des Torwarts ist hiervon betroffen.

G-Junioren (Bambinis - U7)

Spaß an der Bewegung und am Fußball

Bei den G-Junioren (Bambinis) geht es vor allem darum, den Spaß an der Bewegung zu vermitteln. Der Trainer ist hier noch nicht die Autoritätsperson, deren Anweisungen unbedingt zu befolgen sind, sondern eher der große Freund, der tolle Spielideen hat und auch gerne mal selbst dabei mitmacht.

Im Vordergrund stehen vielseitige Bewegungsspiele mit und ohne Ball, die die Kinder keinesfalls überfordern. Auch Regeln sollten so einfach wie möglich gehalten werden. Deshalb wird hier auch nicht von Trainingseinheiten, sondern von Spielstunden geredet.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist das soziale Miteinander. Zwar haben die Kinder in den Kindergärten meist bereits gelernt, sich in einer größeren Gruppe zurechtzufinden, doch ist das Verhalten einer "Fußballmannschaft" eben doch oft etwas anderes.

- **Einfaches Laufen und Bewegen:** Fang- und Tunnelspiele, Balancieren, Koordination (ca. 30%)
- **Einfache Aufgaben mit Ball:** Ballführen, Ballkontrolle (Annahme), Torschuss, Werfen (ca. 20%)
- **Kleine Spiele mit Ball:** Platzwechselspiele, einzel- oder Teamwettbewerb (ca. 20%)
- **Kleine Fußballspiele:** 5 gegen 5 auf kleinem Feld mit und ohne Tore (Linientore) (ca. 30%)

G-Junioren (Bambinis - U7)

Trainingsinhalte:

- ❖ Bambinis bzw. Mini-Kicker sind Anfänger und sollten auf spielerische Weise an den Fußballsport herangeführt werden (mit Einbeziehung der Eltern). Einfache Übungen mit dem Ball (Ball stoppen, werfen, fangen, Slalom laufen usw.) sind hierbei ideal
- ❖ Spaß an Sport
- ❖ Bewegung aller Art
- ❖ in der Gruppe dauerhafte Freude am Spielen und Trainieren
- ❖ Kontakte zu Gleichaltrigen knüpfen und sich in einer Gruppe einfügen
- ❖ Ideen und Kreativität beim Erfinden neuer Bewegungen zeigen
- ❖ das eigene Leistungsvermögen erproben und dabei Selbstvertrauen aufbauen
- ❖ Freude am Umgang mit dem springenden Ball und am „Kicken“ des Balles
- ❖ verschieden Ballspielarten und Gruppenspiele
- ❖ allgemeine Koordinationsfähigkeit und Allgemeinmotorik schulen
- ❖ Berechnung der Eigenbewegung des Balles
- ❖ kindgerechte Bälle

Alle Spieler im Grundlagenbereich bekommen annähernd gleiche Einsatzzeiten. Dadurch geben wir allen Spielern die Möglichkeit sich nach ihren Fähigkeiten zu entwickeln.

Grundlagentraining F-Junioren (U8/U9)

Die ersten Schritte zum Fußballer

Die F-Junioren werden langsam an die Basistechniken herangeführt. Das grundlegende Lehrprinzip ist das Vormachen – Nachmachen. Zeit- und Leistungsdruck haben sie lediglich bei Wettbewerben und Staffelspielen, dann aber auch mehr im Sinne des Anfeuerns durch Trainer und Mitspieler. Natürlich sollen sie in den "Wettspielen" auch eine gewisse Ordnung einnehmen.

- ❖ Vermittlung vielseitiger sportlicher Erlebnisse
- ❖ allgemeine technische Ausbildung der Basisgrundlagen
- ❖ Förderung der Freude am Fußballspielen
- ❖ Erlernen und Erleben eines Gruppenverhaltens (helfen, helfen lassen, andere akzeptieren)
- ❖ Schaffung koordinativer und konditioneller Grundlagen
- ❖ Vermeidung statischer Übungen – erlernen der Auftaktbewegung
- ❖ Förderung der Beidfüßigkeit!!

Trainingsinhalte F-Junioren

Technik

- ❖ erste Grundtechniken (Ballführung, Balljonglieren, Dribbling, Passen, Schießen, Doppelpass, Beidfüßigkeit etc.) allgemein technische Ausbildung
- ❖ Torschuss - auch nach Zusammenspiel
- ❖ Fintieren im Angriffs- sowie Abwehrverhalten
- ❖ Spielform 1:1
- ❖ Grundlagen des Kopfballspiels

Taktik

- ❖ Hinführen zum Zusammenspiel
- ❖ zugewiesene Spielräume und -positionen einhalten
- ❖ Tore erzielen und verhindern
- ❖ Spielformen 5:5 bis 7:7 mit TW (Spielfeld ca. 35x25 m 5:5 o. 6:6 oder ca. 40x35 m 7:7)
- ❖ Ball zurückerobern, wenn der Gegner am Ball ist
- ❖ Mindestregeln erlernen (Anstoß, Einwurf, Eck-, Frei-, Straf- und Abstoß)

Allgemeines

- ❖ der Spieler sollte auf jeder Position eingesetzt werden
- ❖ kennen der Positionen, aber keine Festlegung der Positionen (einschließlich Torwart)
- ❖ Koordination
- ❖ Kooperation mit Leichtathletik
- ❖ viele Torerfolge = Spaß
- ❖ ständige Wiederholungen des Erlernten
- ❖ Motivations- und Fangspiele
- ❖ kindgerechte Bälle (leichte Bälle Größe 4)

Soziales

- ❖ positive Kritik
- ❖ erstes Lösen von Eltern (Kabine)
- ❖ positive, disziplinierte Kommunikation untereinander
- ❖ Umgangsformen
- ❖ Identifikation mit dem Verein fördern
- ❖ Förderung von Selbstvertrauen, Teamgeist und Kreativität

Grundlagentraining E-Junioren (U10/U11)

Allmählich beginnt die Feinarbeit

Bei den E-Junioren dominieren zu Beginn des Trainings weiterhin vielseitige Bewegungen. Gleichwohl wird dem deutlich verbesserten Koordinationsvermögen und dem "Individualisieren" Rechnung getragen, indem die fußballspezifischen Techniken verfeinern werden.

Der Ball steht im Mittelpunkt und das Fußballspielen rückt immer mehr in den Vordergrund. Dabei vermitteln wir langsam einfache taktische Grundlagen bzw. Verhaltensmuster.

Technik, Tricks, Koordination und Schnelligkeit sind fester Bestandteil des Trainingsplans. Zusätzlich werden auch erste Athletik- und Kräftigungsübungen im Training integriert um die gesunde körperliche Entwicklung während dem Wachstum zu unterstützen.

- ❖ Vermittlung vielseitiger sportlicher Erlebnisse
- ❖ allgemeine technische Ausbildung der Basisgrundlagen
- ❖ Förderung der Freude am Fußballspielen
- ❖ Erlernen und Erleben eines Gruppenverhaltens (helfen, helfen lassen, andere akzeptieren)
- ❖ Schaffung koordinativer und konditioneller Grundlagen
- ❖ Vermeidung statischer Übungen – erlernen der Auftaktbewegung
- ❖ Förderung der Beidfüßigkeit!!

Trainingsinhalte E-Junioren

Technik

- ❖ Grundtechniken verfeinern und weiterentwickeln. Beginn der individual-technischen Ausbildung
- ❖ Finten verfeinern und weiterentwickeln im Angriffs- wie im Abwehrverhalten
- ❖ Spielformen 1:1
- ❖ Spielform 5:2 etc.
- ❖ Hinführen zum Zusammenspiel
- ❖ Torschuss – auch nach Zusammenspiel
- ❖ Passen mit der Innenseite
- ❖ Ballan- und -mitnahme
- ❖ Grundlagen des Kopfballspiels
- ❖ Standardsituationen (Anstoß, Freistoß, Einwurf, Eckstoß)

Taktik

- ❖ Spielverhalten 1:1 , 2:1, 3:1, 2:2
- ❖ Spielformen 7:7 mit TW (Spielfeld ca. 55x35 Meter)
- ❖ zugewiesene Spielräume und –positionen einhalten
- ❖ ballorientiertes Spiel mit Einführung von taktischen Kenntnissen - einfachste Spielsysteme
- ❖ Spiel ohne Ball, Freilaufen und Freiräume für Mitspieler schaffen
- ❖ Hinterlaufen
- ❖ Freilaufen aus dem Deckungsschatten des Gegners
- ❖ Zusammenspiel zur Ballsicherung und Vorbereitung des Torschusses

Allgemeines

- ❖ der Spieler sollte auf jeder Position eingesetzt werden
- ❖ Koordination
- ❖ Athletik- und Kräftigungsübungen
- ❖ ständige Wiederholungen des Erlernten
- ❖ Motivations- und Fangspiele

Soziales

- ❖ Umgangsformen
- ❖ Identifikation mit dem Verein fördern
- ❖ positive Kritik
- ❖ positive, disziplinierte Kommunikation untereinander
- ❖ Förderung von Selbstvertrauen, Teamgeist und Kreativität

Aufbautraining D-Junioren (U12/U13)

Der große Sprung aufs größere Feld (Goldenes Lernalter)

Technik, Technik, Technik und natürlich auch Schwerpunkte wie die taktische Ausbildung und ein ausgeprägtes Spielverständnis stehen hier im Fokus. Die jetzt sehr hohe Koordinationsfähigkeit verpflichtet geradezu zu einer systematischen Verfeinerung der fußballspezifischen Techniken.

Im taktischen Bereich erfolgt die Umstellung auf das größere Feld.

- ❖ Fußballspielen verbessern
- ❖ technisch-taktische Elemente trainieren
- ❖ systematisches Erlernen und Festigen technischer Fertigkeiten
- ❖ variable Anwendung der Grundtechniken in verschiedenen Spielsituationen (Zeit- und Raumnot und erhöhter Gegnerdruck)
- ❖ vermehrt positionsspezifisch ausbilden
- ❖ spielerische Stabilisierung der konditionellen Grundlagen
- ❖ Vermeidung von statischen Übungen – bei allen Übungen auf das Einsetzen der Auftaktbewegung achten und korrigieren
- ❖ Förderung der Beidfüßigkeit!!

Trainingsinhalte D-Junioren

Technik

- ❖ Dribbeln mit der Innen-, Außenseite und dem Spann
- ❖ Tempo- und Richtungswechsel
- ❖ Passen mit der Innen- und Außenseite
- ❖ Passen mit dem Vollspann und Halbspann auch Flugbälle
- ❖ Ballan- u. -mitnahme flacher, halbhoher und hoher Zuspiele (wichtig: aus der Bewegung heraus)
- ❖ Finten verfeinern und weiterentwickeln (Tempoanpassung)
- ❖ Kopfballtraining
- ❖ körperbetonte Zweikampfschulung (1:1 o. 2:2 kleines Feld auf kleine Hütchentore)
- ❖ schnelles Spiel mit 2 oder 3 Ballkontakten auch Direktspiel möglich
- ❖ fließender Spielaufbau (Spielverlagerung, Spiel in die Tiefe, Ballbehauptung)

Taktik

- ❖ Umschalten von Offensive auf Defensive und umgekehrt
- ❖ Pressing
- ❖ Spiel ohne Ball, Freilaufen und Freiräume für Mitspieler schaffen
- ❖ Hinterlaufen
- ❖ Freilaufen aus dem Deckungsschatten des Gegners
- ❖ Zusammenspiel zur Ballsicherung und Vorbereitung des Torschusses
- ❖ Spielformen 7:7 bis 9:9 mit TW (Spielfeld ca. 50x70 Meter große Tore)
- ❖ Spielverhalten von 1:1 bis hin zum 4:4
- ❖ zugewiesene Spielräume und -positionen einhalten
- ❖ ballorientiertes Spiel mit Umsetzung der Kenntnisse – Spielsystem Viererkette, Dreierkette etc.) erste kürzere Taktikschulungen (Mannschaftssitzungen)

Allgemeines

- ❖ spielerische Stabilisierung der Kondition
- ❖ Schnelligkeitsschulung, Athletik- und Kräftigungsübungen
- ❖ Koordination
- ❖ Rumpfstabilisierung

Soziales

- ❖ Umgangsformen
- ❖ Identifikation mit dem Verein fördern
- ❖ positive Kritik
- ❖ positive, disziplinierte Kommunikation untereinander
- ❖ Förderung positiver Persönlichkeitseigenschaften wie Selbständigkeit und Leistungsbereitschaft zu regelmäßigem Training

Aufbautraining C-Junioren (U14/U15)

Die Pubertät macht allen zu schaffen

Mit der jetzt meist einsetzenden Pubertät verändert sich auch das Training: Wir müssen auf die individuellen, unterschiedlichen Entwicklungsphasen eingehen und gegebenenfalls individuell reagieren.

Kurz gesagt: Die Stärken stärken, die Schwächen abbauen, aber immer unter Beachtung dessen, was der jeweilige Spieler gerade physisch und psychisch zu leisten imstande ist´.

Eine endgültige Positionsspezialisierung findet noch nicht statt, wenngleich durchaus Positionstechnik und -taktik verbessert wird. Variabilität und Kreativität sind wichtiger als starre taktische Abläufe.

- ❖ Fußballspielen verbessern
- ❖ technisch-taktische Elemente trainieren
- ❖ systematisches Erlernen und Festigen technischer Fertigkeiten
- ❖ variable Anwendung der Grundtechniken in verschiedenen Spielsituationen (Zeit- und Raumnot und erhöhter Gegnerdruck)
- ❖ vermehrt positionsspezifisch ausbilden
- ❖ spielerische Stabilisierung der konditionellen Grundlagen
- ❖ Vermeidung von statischen Übungen – bei allen Übungen auf das Einsetzen der Auftaktbewegung achten und korrigieren
- ❖ Anpassung des individuellen technisch-taktischen Leistungs-vermögens an verbesserte Schnelligkeits- und Krafteigenschaften (kein gezieltes Krafttraining)
- ❖ Herausbildung einer stabilen Leistungsbereitschaft für ein ziel-gerichtetes Training
- ❖ Förderung der Beidfüßigkeit!!

Trainingsinhalte C-Junioren

Technik

- ❖ bisherige Techniken im erhöhten Tempo anwenden
- ❖ Erläuterungen der taktischen mannschaftlichen Grundordnung(z. B. 4-4-2, 4-2-3-1,4-3-3,3-5-2)
- ❖ Standardsituationen üben
- ❖ Direktspiel – schnelles Spiel
- ❖ hohes Spieltempo
- ❖ Handlungsschnelligkeit auf engem Raum – Spielformen –

Taktik

- ❖ anwenden der erlernten Taktiken im erhöhten Spieltempo
- ❖ Spezialisierung der gruppentaktischen Mittel des Angriffs- und Abwehrverhaltens (ballorientierte Gegnerdeckung)
- ❖ situationsgerechtes Freilaufen
- ❖ Aufgaben in den unterschiedlichen Spielsituationen (Überzahl, Unterzahl etc.)
- ❖ Raumaufteilung bei Ballbesitz und bei Ballbesitz des Gegners
- ❖ Konterspiel
- ❖ positionsspezifisches Training – Aufgaben auf den jeweiligen Spielpositionen
- ❖ Mittel gegen die Abseitsfalle
- ❖ Abseitsfalle – wir spielen mit Abseits nicht auf Abseits
- ❖ Raumdeckung im Abwehr- und Mittelfeldbereich
- ❖ gruppen u. mannschaftstaktische Verhaltensmuster Unterzahl/Überzahl
- ❖ Erläuterungen der taktischen mannschaftlichen Grundordnung(z. B. 4-4-2, 4-2-3-1,4-3-3,3-5-2) erste kürzere Taktikschulungen (Mannschaftssitzungen)

Allgemeines

- ❖ verstärktes Grundlagen-, fußballspezifisches Ausdauer- und Krafttraining (auch ohne Ball, Handlungsschnelligkeit, Reaktionsschnelligkeit, Beweglichkeit, vielseitige Kräftigungen)
- ❖ Schnelligkeitsschulung, Kooperation mit Leichtathletik
- ❖ Koordination

Soziales

- ❖ Selbständigkeit und Verantwortungsbewusstsein
- ❖ Umgangsformen
- ❖ Identifikation mit dem Verein fördern
- ❖ positive Kritik
- ❖ positive disziplinierte Kommunikation untereinander auf und neben dem Platz
- ❖ Förderung positiver Persönlichkeitseigenschaften wie Selbständigkeit und Leistungsbereitschaft zu regelmäßigem Training

Leistungstraining B- und A-Junioren

Auf die "Aktiven" vorbereiten

Mehr oder weniger kurz vor dem Übergang ins Erwachsenenalter soll vor allem auf Ernsthaftigkeit und Leistungswillen der Spieler geachtet werden. Sie sind einerseits in der Lage, in bestimmten Bereichen mitzusprechen, neigen aber andererseits auch zu allerlei "Unfug".

Jetzt sollte eine strukturierte Mannschaftshierarchie bestehen. Die Trainingsabläufe werden intensiver und komplexer, allerdings nicht auf Kosten individueller, auch positionsspezifischer Fähigkeiten. Folglich wird das Verhalten innerhalb des Spielsystems vertieft und erweitert.

- ❖ Stabilisierung, Verfeinerung und Vertiefung der erlernten technisch-taktischen Grundlagen. Anpassung dieser Grundlagen an erhöhte Wettspielerfordernungen und am erhöhten Tempo
- ❖ gezielte Schulung spezieller Taktikenelemente im individual-, gruppen- und mannschaftstaktischen Bereich
- ❖ motivierende, immer fußballbezogene Stabilisierung der konditionellen Grundlagen
- ❖ Vermeidung von statischen Übungen – bei allen Übungen auf das Einsetzen der Auftaktbewegung achten und korrigieren
- ❖ Herausbildung einer stabilen Leistungsbereitschaft für ein ziel-gerichtetes Training
- ❖ Vorbereitung auf den Übergang zum Seniorenbereich
- ❖ Förderung der Beidfüßigkeit!!

Trainingsinhalte B-Junioren

Technik

- ❖ Umschalten Offensive/Defensive
- ❖ Spielaufbau und Flügelspiel
- ❖ Spielformen auf kleinen Spielfeldern zum Festigen des Spielens unter „Zeit- und Raumnot“ im höchsten Tempo
- ❖ Schulung des Zweikampferhaltens
- ❖ Finten im Angriffs- und Abwehrverhalten

Taktik

- ❖ Spielverlagerung
- ❖ Rhythmuswechsel
- ❖ Konterspiel
- ❖ Pressing
- ❖ Überzahl/Unterzahlspiel
- ❖ Raumaufteilung
- ❖ Positionsaufgabe im Mannschaftsverbund
- ❖ besondere Anforderung und Weiterentwicklung an Spielposition (z. B. Offensivspiel eines Verteidigers etc.)
- ❖ Erläuterungen der taktischen mannschaftlichen Grundordnung (z. B. 4-4-2, 4-2-3-1, 4-3-3, 3-5-2)
- ❖ spezielle Taktikschulung (Mannschaftssitzungen)

Allgemeines

- ❖ verstärktes Konditionstraining - Grundlagen- und fußballspezifisches Ausdauertraining (Basis der fußballerischen Weiterentwicklung. Auch „Hausaufgaben“ möglich)
- ❖ Krafttraining (auch isoliert) (auch ohne Ball, Handlungsschnelligkeit, Reaktionsschnelligkeit, Beweglichkeit, vielseitige Kräftigungen)
- ❖ Schnelligkeitsschulung, Kooperation mit Leichtathletik
- ❖ Koordination

Soziales

- ❖ Förderung der Selbständigkeit, Mitverantwortung, Kritikfähigkeit und Verantwortungsbewusstsein
- ❖ Umgangsformen
- ❖ Identifikation mit dem Verein fördern
- ❖ Positive Kritik
- ❖ positive disziplinierte Kommunikation untereinander auf und neben dem Platz

Trainingsinhalte A-Junioren

Technik

- ❖ Umschalten Offensive/Defensive
- ❖ Spielaufbau und Flügelspiel
- ❖ Spielformen auf kleinen Spielfeldern zum Festigen des Spielens unter „Zeit- und Raumnot“ im höchsten Tempo
- ❖ Schulung des Zweikampferhaltens
- ❖ Finten im Angriffs- und Abwehrverhalten

Taktik

- ❖ Spielverlagerung
- ❖ Rhythmuswechsel
- ❖ Konterspiel
- ❖ Pressing
- ❖ Überzahl/Unterzahlspiel
- ❖ Raumaufteilung
- ❖ Positionsaufgabe im Mannschaftsverbund
- ❖ besondere Anforderung und Weiterentwicklung an Spielposition (z. B. Offensivspiel eines Verteidigers etc.)
- ❖ Erläuterungen der taktischen mannschaftlichen Grundordnung (z. B. 4-4-2, 4-2-3-1, 4-3-3, 3-5-2)
- ❖ spezielle Taktikschulung (Mannschaftssitzungen)

Allgemeines

- ❖ Vertiefung der Kondition Grundlagen- und fußballspezifisches Ausdauertraining (Basis der fußballerischen Weiterentwicklung. Auch „Hausauf-gaben“ möglich)
- ❖ Krafttraining (auch isoliert) (auch ohne Ball, Handlungsschnelligkeit, Reaktionsschnelligkeit, Beweglichkeit, vielseitige Kräftigungen)
- ❖ Schnelligkeitsschulung, Kooperation mit Leichtathletik
- ❖ Koordination

Soziales

- ❖ Förderung der Selbständigkeit, Mitverantwortung, Kritikfähigkeit und Verantwortungsbewusstsein
- ❖ Umgangsformen
- ❖ Identifikation mit dem Verein fördern
- ❖ verstärkt mit Spielern das Gespräch suchen
- ❖ Positive Kritik
- ❖ positive disziplinierte Kommunikation untereinander auf und neben dem Platz

Torwarttraining

Hier die wichtigsten methodischen Grundsätze eines Torwarttrainings, unabhängig von der jeweiligen Spiel- u. Altersklasse

- ❖ Torwertschulung darf im Training nicht zu kurz kommen
- ❖ Torwarttraining stets an den Spielanforderungen ausrichten
- ❖ Erlernen und Verbessern der Torwarttechniken ist vorrangig
- ❖ auf eine spielgemäße Belastungsdosierung achten

Torwarttraining

Technik

- ❖ richtige Grundstellung
- ❖ Fangen flacher und hoher Bälle
- ❖ Fausten hoher Bälle
- ❖ Übergreifen bei hohen Bällen
- ❖ Abspringen, Hechten und Abrollbewegung
- ❖ Abwerfen, Abstoß, Abschlagen und Weiterleiten des Balles mit dem Fuß (Spielaufbau)

Taktik

- ❖ Stellungsspiel bei Torschüssen aus unterschiedlichen Distanzen und Positionen
- ❖ Stellungsspiel bei Flanken und Pässen vor das Tor
- ❖ Stellungsspiel bei Standardsituationen
- ❖ Agieren im direkten Duell mit einem Angreifer (1:1)
- ❖ „Dirigieren“ der Hintermannschaft
- ❖ sich selbst als „ersten Angreifer verstehen“ (schnelles Spiel Umschalten/Konter/Zeitspiel)

Kondition

- ❖ Beweglichkeit/Gewandtheit
- ❖ Schnelligkeit (Aktions- und Reaktionsschnelligkeit)
- ❖ Grundlagenausdauer
- ❖ Sprungkraft
- ❖ körperliche Fitness

Psyche

- ❖ Motivation und positive Einstellung
- ❖ Einsatzbereitschaft
- ❖ Konzentrationsvermögen
- ❖ Mut- und Risikobereitschaft
- ❖ Durchsetzungsvermögen
- ❖ Selbstsicherheit

Die Aufgaben der Eltern

- ❖ Die Eltern sind sich darüber bewusst, dass alle Trainer und Betreuer ehrenamtlich im Verein arbeiten und bestrebt sind, sie in ihrer Arbeit zu unterstützen.
- ❖ Die Eltern akzeptieren und respektieren die Entscheidungen der Trainer vor, während und nach dem Spiel. Sie sind mit ihrem Verhalten entsprechend der Grundsätze der Jugendabteilung Vorbild für ihre Kinder.
- ❖ Kinder spielen Fußball, um vor allem Spaß daran zu haben. Das Zeigen von Enttäuschungen durch negatives Zurufen oder abfällige Kommentare ist fehl am Platze. Die Eltern sollen eher durch Anfeuern und Aufmunterungen dazu beitragen, dass ihr Nachwuchs Spaß, Freude und Begeisterung durch Fußball erlebt – und nicht Frust, Enttäuschung und Versagensangst.
- ❖ Die Eltern pflegen den Kontakt zu den Trainern und Betreuern, Unstimmigkeiten klären sie offen und konstruktiv gemeinsam mit den Trainern und Betreuern.
- ❖ Die Eltern tragen dazu bei, dass ihr Kind – als Teil der Mannschaft – zuverlässig und pünktlich am Trainings- und Spielbetrieb teilnimmt. Falls eine Teilnahme nicht möglich ist, wird der Trainer rechtzeitig informiert.
- ❖ Sie zeigen Interesse am Vereinsleben, denn es motiviert und beeinflusst das Mannschaftsverhalten des Kindes sowie die Kommunikation untereinander positiv.
- ❖ Vor allem in organisatorischen Belangen (Anwesenheit bei Elternabende, Fahrten zu Spielen, Helfer bei Festen, Aktivitäten oder Turnieren etc.) helfen sie im Rahmen ihrer Möglichkeiten aktiv mit und unterstützen damit das ehrenamtliche Engagement der Trainer und Betreuer zum Wohle ihrer Kinder. Die Eltern leben den respektvollen Umgang mit Schiedsrichtern und Gegnern vor und sie unterstützen den Fair-Play-Gedanken.

Schlusswort

Um das vorliegende Jugendkonzept in die Praxis umzusetzen, benötigen wir hochmotivierte Menschen, die sich mit dem Inhalt auseinandersetzen, sich damit identifizieren und sich davon inspirieren lassen.

Dieses Konzept ...

- ❖ ...soll eine Hilfestellung für alle sein,
- ❖ ...ersetzt nicht die Eigenverantwortung des Jugendtrainers,
- ❖ ...ist offen für neue Ideen, Anregungen, Ergänzungen und Kritik.