Jugendfußballphilosophie

für Jugendtrainer, Spieler, Eltern und Freunde des

1. FC Germania 08 e.V. Ober Roden

Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort

2. Wozu brauchen wir eine Jugendphilosophie?

3. Ziele

4. Anforderungen an Spieler und Jugendtrainer

5. Trainings- und Spielbetrieb

6. Eltern

7. Schlusswort

Anlage 1 Verhaltensgrundsätze für Jugendspieler

Anlage 2 Tipps für Erwachsene am Spielfeldrand

Anlage 3 Trainingsinhalte

Anlage 4 10 Goldene Regeln

Anlage 5 „Anlage 8 - Fairplay-Liga der Verbindlichen Bestimmungen des HFV“

Anlage 6 DFB - Entwicklungstabelle für Spieler

1. Vorwort

In der heutigen Zeit besteht die Jugendarbeit eines Vereins nicht mehr nur aus der sportlichen Ausbildung der Jugendspieler. Vielmehr übernehmen die Sportvereine auch erzieherische Aufgaben und Verantwortung die weit ins gesellschaftliche Leben hineinreichen. Die Entwicklung der Persönlichkeit und das Vermitteln von gesellschaftlich relevanten Werten wie Hilfsbereitschaft, Ehrlichkeit, Verantwortungsbewusstsein usw. nehmen einen ebenso großen Stellenwert ein wie die sportliche Ausbildung. Anders gesagt: Wir bereiten den Nachwuchs nicht nur auf den Fußball, sondern auch aufs Leben vor. Wir beim 1. FC Germania 08 e.V. Ober Roden unterstützen den Breitensport. In einer familiären Atmosphäre werden deshalb alle Spieler, unabhängig von ihrem fußballerischen Talent, gleichermaßen gefördert und integriert. Ohne den sportlichen Erfolg aus den Augen zu verlieren, stellen wir deshalb stets die Aus- und Weiterbildung der Kinder und Jugendlichen in den Vordergrund.

Folgende Punkte haben wir uns zum Ziel gemacht:

- Lebenslange Freude am Fußball und Sport vermitteln
- Gemeinschaft/Kameradschaft erleben
- Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung leisten
- Hohe Identifikation mit dem 1. FC Germania 08 e.V. Ober Roden schaffen

2. Wozu brauchen wir eine Jugendphilosophie?

- Eine langfristige Planung/Entwicklung wird durch ein klares Konzept garantiert. Wir wollen die Jugend, unsere Zukunft, nicht dem Zufall überlassen.
- Ein Konzept bietet die Möglichkeit, Ziele klar zu definieren.
- Ein Konzept ist auf die Sicherung der Zukunft unseres Vereins ausgerichtet und sorgt für eine positive Außendarstellung sowie Transparenz, so dass auch Eltern, Gönnern und Sponsoren die Zusammenhänge in der Abteilung Jugendfußball besser darzulegen sind.
- Das Konzept soll Jugendtrainern und Funktionären eine Art Wegweiser an die Hand geben.

Grundsätze

- Die Jugendarbeit ist stets darauf ausgerichtet, Kinder und Jugendliche sowohl sportlich als auch menschlich zu schulen.
- Wir haben eine Verantwortung für die Kinder, die weit über den sportlichen Bereich hinausgeht.
- Kindern und Jugendlichen soll der Spaß am „Mannschaftsspiel“ Fußball vermittelt werden.
- Die Entwicklung der Kinder, und nicht der kurzfristige sportliche Erfolg, steht im Vordergrund.
- Die Entwicklung einer Persönlichkeit und das Vermitteln von gesellschaftlich relevanten Werten wie Hilfsbereitschaft, Ehrlichkeit und Verantwortungsbewusstsein nehmen einen ebenso großen Stellenwert ein wie die sportliche Weiterentwicklung.
- Wir fördern Selbstsicherheit durch Anerkennung, konstruktive Kritik und fachliche und soziale Kompetenz.

3. Ziele

- Kinder und Jugendliche sollen an den Fußballsport herangeführt und bestmöglich ausgebildet werden.
- Ein reibungsloser Übergang zwischen den Altersklassen muss gewährleistet sein.
- Wir möchten in allen Altersklassen (A, B, C, D, E, F, G -Jugend) dauerhaft mindestens eine Mannschaft für den Spielbetrieb melden.
- Langfristig sollen junge, sportlich und charakterlich gut ausgebildete Fußballer mit hoher Vereinsidentifikation an den Herrenbereich (Aktive) herangeführt und integriert werden, um das Weiterbestehen des Vereins auf einer breiten Basis nachhaltig zu sichern.
- Die Jugendfußballspieler sollen sich beim 1. FC Germania 08 e.V. Ober Roden wohl fühlen.
- Auch Spieler, die fußballerisch weniger talentiert sind, sollen langfristig an den Verein gebunden werden, um als Jugendtrainer, Schiedsrichter oder in anderer Funktion eingebunden zu werden.

4. Anforderungen an Spieler und Jugendtrainer

- Wir möchten Spieler, die eine positive Einstellung zum Fußballspielen und zum aktiven Sport im Allgemeinen haben.
- Wir möchten Spieler, für die Teamgeist kein Fremdwort ist.
- Wir möchten Spieler, für die ein sportlich-freundliches Auftreten auf und außerhalb des Spielfeldes eine Selbstverständlichkeit ist.
- Wenn Fußballer das Vereinsgelände betreten, ist es selbstverständlich, dass man sich dort antreffenden Personen (auch nicht bekannten Leuten) freundlich gegenüber verhält und sie mit einem „Hallo“ oder „Guten Tag“ oder einfach „Gude“ grüßt.
- Die Jugendtrainer des 1. FC Germania 08 Ober Roden verstehen sich als Team. Sie sind sich ihrer Verantwortung gegenüber den Kindern und Jugendlichen bewusst und haben in allen Bereichen eine Vorbildfunktion.

Folgende Punkte werden von den Jugendtrainern stets vorgelebt:

- Zuverlässigkeit
- Pünktlichkeit
- Vorbildhafter Auftritt
- Positive Kommunikation
- Spaß am Sport
- Fairness gegenüber Schiedsrichtern und Gegnern, gerade bei Niederlagen
- Gleichbehandlung aller Kinder

Die Teilnahme an Schulungen und Weiterbildungsmaßnahmen des Hessischen Fußballverbands (HFV), des Kreises Darmstadt-Dieburg und darüber hinaus wird begrüßt und unterstützt. Ein regelmäßiger Gedankenaustausch im Kreis der Jugendtrainer und darüber hinaus mit den Trainern der aktiven Mannschaften sowie der sportlichen Leitung ist sinnvoll und auch gewollt.

5. Trainings- und Spielbetrieb

Trainingsinhalte

Unser Jugendkonzept lehnt sich an die Ausbildungskonzeption des Deutschen Fußballbundes (siehe www.dfb.de) an. Darin sind aktuelle pädagogische und sportwissenschaftliche Erkenntnisse und Prinzipien berücksichtigt. Außerdem haben wir uns von Jugendkonzepten anderer Vereine inspirieren lassen. Der Deutsche Fußballbund unterscheidet vier Ausbildungsstufen, die aufeinander aufbauen. Die Übergänge sind dabei fließend und hängen in erster Linie vom Entwicklungsstand der Kinder ab. In jedem Fall stellen die vier Ausbildungsstufen aber einen roten Faden für die Gestaltung des Nachwuchstrainings dar.

<u>Schnupperer – Minikicker (U05)</u>

- Ball- und Bewegungsschule
- sportartübergreifende, allgemeine Bewegungsschulung

<u>G + F + E - Junioren (U06 - U11)</u>

- Die Kinder von heute verbringen einen großen Teil ihrer Zeit im Sitzen. Das Bewegungsdefizit, das hierbei entsteht, gleicht man am besten durch Übungen oder kleine Spiele mit Elementarbewegungen (Laufen, Springen, Werfen, Fangen) aus.
- Grundlagentraining/Vielseitigkeitsschulung
- Entwicklung koordinativer Fähigkeiten
- Entwicklung kognitiver Fähigkeiten
- spielerische, fußballspezifische Technikschulung

<u>D + C - Junioren (U12 - U15)</u>

- Aufbautraining
- Fußballspezifische, individuelle Schulung

<u>B + A - Junioren (U16 - U 19)</u>

- Leistungstraining
- Beginnende Spezialisierung

Ziel ist es, dass die Kinder und Jugendlichen beim Wechsel in die nächsthöhere Altersklasse bestimmte Fertigkeiten und Fähigkeiten mitbringen, auf denen dann wiederum, möglichst nahtlos, aufgebaut werden kann. Die Entwicklungstabelle für Spieler des DFB gilt dabei als Grundlage und ist zu beachten (siehe Anlage 6).

Über alledem stehen folgende Grundsätze

- Das Kinder und Jugendtraining darf kein reduziertes Erwachsenen-Training sein.
- Erstes Ziel im Jugendfußball ist die perspektivisch angelegte Ausbildung jedes einzelnen Spielers, nicht der kurzfristig Erfolg der Mannschaft.
- Meisterschaften und Siege sind zwar anzustreben, dürfen aber niemals Selbstzweck sein und auf Kosten der Förderung des einzelnen Spielers gehen. Die Kinder werden grundsätzlich nach ihrem Alter den Mannschaften zugeteilt. Ausnahmen hiervon sind nur mit Zustimmung der betroffenen Eltern, Jugendtrainer und der Jugendleitung möglich.
- Ein Wechsel in eine andere Mannschaft innerhalb einer Altersklasse (sofern 2 oder mehr Mannschaften je Altersklasse gemeldet sind) ist ebenfalls nur mit Zustimmung der betroffenen Eltern, Jugendtrainer und der Jugendleitung möglich.
- Das Team steht im Vordergrund. Eine gleichmäßige Förderung aller Spieler ist langfristig der richtige Weg.

6. Eltern

- Dieses Jugendkonzept ist auch für die Eltern gedacht, um die Arbeit der Jugendabteilung transparenter zu machen.
- Die Eltern sind ein wichtiger Bestandteil der Jugendabteilung. Ohne Sie ist ein funktionierendes Vereinsleben nicht denkbar.
- Zwischen dem Betreuerteam und den Eltern sollte ein vertrauensvolles Verhältnis bestehen.
- Die Eltern sind aufgefordert das Trainerteam und die Kinder zu unterstützen durch Motivation, Lob und Anfeuern (keine spielerischen Anweisungen).
- Unterstützung und Akzeptanz der Jugendtrainer-Entscheidungen
- Die Jugendtrainer sind alle ehrenamtlich tätig und investieren ihre Freizeit zum Wohle der Kinder und Jugendlichen. Schnell kommen hier 8h und mehr wöchentlich zusammen, die ein Trainer an Zeit investiert um den Trainings- und Spielbetrieb zu organisieren und durchzuführen. Konstruktive Kritik und Anregungen für Spiel und Training sind jederzeit willkommen, letztlich ist aber der Jugendtrainer für alle sportlichen Entscheidungen zuständig. Liebe Eltern, tragen Sie durch Ihr Verhalten während eines Trainings bzw. Spiels dazu bei, dass Ihr Kind mit Spaß, Freude und Begeisterung Fußball spielen kann bzw. das Fußballspielen erlernen kann. Wir haben als Hilfestellung im Anhang ein paar „Tipps für Erwachsene am Spielfeldrand“ notiert. Die „Anlage 8 Fairplay-Liga der Verbindlichen Bestimmungen des HFV“ sind grundsätzlich zu beachten (siehe Anlage 5).
- Mit den Mitgliedsbeiträgen kann nur ein geringer Teil der jährlich anfallenden Kosten im Verein gedeckt werden. Daher ist es wichtig und erforderlich, dass sich Eltern ehrenamtlich im Jugendbereich engagieren und beispielsweise Dienste bei Veranstaltungen zur Förderung des Jugendbereichs (Turniere, Kerb, Adventsmarkt, Biergarten, Standdienst usw.) übernehmen. Angebote werden hierzu immer wieder durch die Jugendleitung oder dem Jugendförderverein veröffentlicht. Alle Eltern sind damit eingeladen, aktiv ihren Teil zur Gemeinschaft im Vereinsleben beizutragen. Denn nur mit der vereinten Kraft Aller ist es überhaupt möglich, Vereinssport in diesem Umfang mit niedrigen Mitgliedsbeiträgen anbieten zu können.

7. Schlusswort

Das schönste Jugendkonzept bleibt nur ein Stück bedrucktes Papier, wenn es nicht gelebt wird. Um es in die Praxis umzusetzen, benötigen wir motivierte 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 der Jugendtrainer,
- ist offen für neue Ideen, Anregungen, Ergänzungen und Kritik.

Auch ein Jugendkonzept „altert“ und muss von Zeit zu Zeit überprüft werden. Wir hoffen, dass es – trotz der kurzlebigen Zeit, in der wir uns befinden dass dieser Leitfaden – für eine gewisse Zeit Bestand hat.

Rödermark, 08.August 2019

Jugendleitung
1. FC Germania 08 e.V. Ober Roden

Anlage 1

Verhaltensgrundsätze für Jugendspieler des 1. FC Germania 08 e.V. Ober Roden

Zuverlässigkeit:

- Die Teilnahme am Training und Spiel ist für mich eine Selbstverständlichkeit. Kann ich nicht erscheinen, sage ich so früh wie möglich beim Jugendtrainer persönlich (oder in Vertretung die Eltern) ab.
- Ich versuche kein Training und kein Spiel zu versäumen.
- Mein Jugendtrainer bereitet sich auf das Training vor und schenkt mir seine Zeit.

Deshalb sage ich nicht leichtfertig ein Training ab:

- Mein Jugendtrainer und mein Team machen sich Sorgen, wenn ich unentschuldigt fehle.
- Frühzeitiges Absagen kann meinem Jugendtrainer helfen, die Trainingseinheiten besser und effektiver zu planen und zu gestalten.

Pünktlichkeit:

- Ich erscheine pünktlich zum Training und zum Spiel.
- Die Mannschaft wartet auf mich.
- Ohne mich ist das Team nicht komplett.
- Meine Unpünktlichkeit stört das gesamte Team und den Trainings- bzw. Spielbetrieb.

Freundlichkeit:

- Freundlichkeit ist für mich selbstverständlich, denn das Team und das gesamte Umfeld ermöglichen mir das Fußballspielen.
- Freundlich sein ist für mich einfach. Ich grüße Kinder, Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen.
- Das Umfeld wird nicht nur mich, sondern auch mein Team für meine Freundlichkeit mögen.

Teamfähigkeit und Disziplin:

- Ich kann nicht jeden gleich gern mögen, akzeptiere aber jedes Teammitglied.
- Ich verhalte mich im Kreis meiner Mannschaft diszipliniert. Nur im Team kann ich Fußballspielen lernen und nur gemeinsam können wir unsere Ziele erreichen.
- Im Spiel und im Training gebe ich immer 100%, denn ich bin ein wichtiger Teil des Teams.
- Streitereien untereinander sollten vermieden werden, Handgreiflichkeiten sind nicht akzeptabel.

Hilfsbereitschaft:

- Ich helfe jedem aus dem Team, wenn er Probleme hat und um Hilfe bittet. Dies bezieht sich sowohl auf das Spielfeld als auch auf außerhalb.
- Ich unterstütze schwächere Spieler und mache mich nicht über sie lustig.
- Ich übernehme das Wegräumen von Bällen und Trainingsmaterial (Stangen, Hütchen,...) beim Spiel und beim Training.

Umwelt und Sauberkeit:

- Ich gehe sorgsam mit dem Vereinseigentum um. Sportplatz, Kabinen und alle anderen Gemeinschaftseinrichtungen sollen meinem Verein, meiner Mannschaft und mir noch lange Freude bereiten.
- Der schonende Umgang mit Bällen, Trikots und Trainingsmaterial ist für mich eine Selbstverständlichkeit.
- Auch mit meiner eigenen Ausrüstung gehe ich sorgsam um. Dazu gehört z. B. auch das Putzen meiner Schuhe.
- Ich dusche nach jeder Trainings- und Spieleinheit (z.B. ab D-Junioren).
- Bin ich Gast bei einem anderen Verein, gelten die Verhaltensweisen genauso. Wenn ich dagegen verstoße, schade ich nicht nur meinem Team, sondern auch meinem Verein.

Fairplay:

- Ich verhalte mich stets freundlich und fair zu meinen Gegenspielern, egal ob im Training oder im Spiel.
- Ich verhalte mich fair und freundlich gegenüber dem Schiedsrichter.
- Der Schiedsrichter ist mein Freund. Er ermöglicht mir das Spiel.

Zigaretten, Alkohol…:

- Zigaretten und Alkohol am Spielfeldrand habe ich nicht nötig.
- Über die Gefahren von Drogen weiß ich Bescheid und ich halte mich von ihnen fern.
- Auch ich bin ein Vorbild – insbesondere für die jüngeren Spieler.

Konsequenzen bei Nichtbeachtung der Verhaltensregeln:

Wenn ich mich – trotz mehrmaligen Hinweisen meines Jugendtrainers – nicht an die Verhaltensgrundsätze halte, so hat der Jugendtrainer das Recht mich zeitweise vom Trainings- und Spielbetrieb auszuschließen. Durch mein positives Verhalten erspare ich dem Jugendtrainer solche Entscheidungen. Mein Jugendtrainer hat für jedes Problem ein offenes Ohr – sei es sportlich oder privat.

Anlage 2:

Tipps für Erwachsene am Spielfeldrand

Liebe Eltern, tragen Sie durch Ihr Verhalten dazu bei, dass Ihre Kinder mit Spaß, Freude und Begeisterung Fußball spielen.

- Unterstützen Sie Ihre Kinder durch Lob, Aufmunterung und Anfeuern!
- Kinderfußball ist kein Erwachsenenfußball! Bei den Kindern stehen Spaß am Spiel sowie die Verbesserung ihrer Fähigkeiten im Vordergrund.
- Falls eine Aktion mal nicht so gelingt wie geplant, zeigen Sie Ihre Enttäuschung nicht durch negative Kommentare! Die Kinder wissen selber, wenn ihnen etwas misslungen ist. Wir als Erwachsene müssen mit Fehlern besser umgehen können als die Kinder.
- Kinder sind sehr sensibel gegenüber abfälligen Kommentaren und reagieren oft mit Angst, Aggression oder Verunsicherung. Dadurch werden wichtige Lernprozesse blockiert!
- Kinder und Jugendliche sind keine Bundesligaspieler! Welche Fehler passieren (aus Sicht der Kinder: zum Glück) Woche für Woche in der Bundesliga?
- Kritisieren Sie keine Entscheidung des Schiedsrichters, auch wenn sie vermeintlich falsch gewesen ist! Sie ermutigen damit Ihrem Kind eigene Fehler zu ignorieren!
- Viele Köche verderben den Brei! Der Jugendtrainer ist dankbar für jede Hilfe und Anregung, aber er allein ist für den sportlichen Bereich zuständig!
- Rauchen und Alkohol sind am Spielfeldrand ungern gesehene Gäste. Wir alle sind Vorbilder für die Kinder und Jugendlichen!
- Eltern/Fans halten Abstand zum Spielfeld, durch diese ca. 15 Meter vom Spielfeld entfernte „Fanzone“ soll die direkte Ansprache der Kinder von außen unterbunden werden. Kinder können dadurch ihre eigene Kreativität im Spiel entfalten.
- Die „Anlage 8 Fairplay-Liga der Verbindlichen Bestimmungen des HFV“ ist bekannt und wird gelebt.

Anlage 3:

Leitlinien für Jugendtrainer

Trainingsinhalte:

In Anlehnung an das DFB-Ausbildungskonzept werden hier jeweils Leitlinien für Jugendtrainer und Trainingsbausteine in kompakter Form aufgelistet. Dadurch wird die Trainingsarbeit noch ein Stück transparenter. Das Training selbst sollte in die 3 Teile „Einstimmung“, „Hauptteil“, „Schlussteil“ (G bis D-Jugend), bzw. „Aufwärmen“, „Hauptteil“, „Schlussteil“ (C bis A-Jugend) gegliedert sein.

Schnupperer - Minikicker: Umfassende Bewegungsschulung:

- Begeisterung für das Bewegen und Spielen wecken
- Einfache Bewegungsaufgaben in interessante Verpackung stecken
- Vielseitige Aufgaben mit verschiedenen Bällen stellen
- Einfache Regeln vermitteln
- Ein Herz und offenes Ohr für Kinder haben

Intervall: 1 bis 2 x Wöchentlich

Dauer: ca. 60 Minuten

Winterpause: gemäß Hallenbelegungsplan

G/F-Jugend: Vielseitigkeitsschulung:

- Kleine Gruppen, kleine Felder, viele Aktivitäten
- Training ist spielen mit vielen Ballkontakten für jeden
- Basstechniken altersgerecht vermitteln und üben
- Beidfüßigkeit, Kreativität und Spielfreude fördern
- Durch „Vormachen – Nachmachen“ das Lernen fördern
- Geduld zeigen
- Kein Zeit- und Leistungsdruck
- Es gibt kein Kapitänsamt (frühestens in der Rückrunde des letzten F-Jahres damit beginnen und bewusst mit dieser Funktion umgehen)
- In jeder Situation Vorbild für die Kinder sein

Viele Übungen, viele Ballkontakte, viele Spiele

Training:

15% - Vielseitiges Laufen und Bewegen: Fang-und Tummelspiele, Balancieren, Koordination

15% - Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball: Platzwechselspiele, Jonglieren, kognitive Fähigkeiten fördern

30% - Kindgemäße Basistechniken: An-und Mitnahme flacher/hoher Bälle, Dribbling, Innenseitstoß, Spannstoß, ab F-Jugend zusätzlich erste Grobformen Finten

30% - Freie Fußballspiele in kleinen Teams: max. 4 gegen 4 (kleines Feld mit/ohne Tore)

10% - Freie Fußballspiele in größeren Teams: max. 7 gegen 7

Intervall: 2 x Wöchentlich

Dauer: ca. 70 Minuten

Winterpause: gemäß Hallenbelegungsplan

Spiel:

Alle sollen spielen (auch die "Guten" mal draußen lassen)!

Der Spaß am Fußball ist wichtiger als das Ergebnis!

Die Abwehrspieler spielen mit nach vorne, die Stürmer mit nach hinten.

Keine festgelegten Positionen für einzelne Spieler: Die Vielseitigkeit aller Kinder fördern! Alle Kinder lernen alle Positionen kennen (einschließlich Torwart-Position). Das Ergebnis steht dabei stets im Hintergrund und die breite fußballerische Entwicklung/Ausbildung im Vordergrund.

E-Jugend: Vielseitigkeitsschulung

- Individuelle Stärken fördern
- Technik-Training ist vor allem Spieltraining
- Viele Ballkontakte und Spielaktionen für alle anstreben
- Basistechniken weiter vermitteln und üben
- Auf Beidfüßigkeit achten
- Auf genaue Abläufe achten, wenn nötig korrigieren
- Ein taktisches „Grund-ABC“ vermitteln
- Fairness, Zuverlässigkeit, Höflichkeit usw. stets vorleben

Techniken verbessern, einfache Taktiken einführen

Training:

15% - Vielseitige sportliche Aktivitäten: Jonglieren, Lauf-/Fangspiele, Koordination

15% - Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball: Handball, Basketball usw., Kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln

20% - Kindgemäße Technikübungen: An-und Mitnahme flacher/hoher Bälle, Dribbling, Tempodribbling, Innenseitstoß, Spannstoß, Finten, Kopfball geradeaus

50% - Fußballspiele in kleinen Teams auf kleinem Feld mit und ohne Tore

Intervall: 2 x Wöchentlich

Dauer: ca. 70 Minuten

Winterpause: gemäß Hallenbelegungsplan

Spiel:

Alle sollen spielen (auch die "Guten" mal draußen lassen)!

Ergebnis ist zweitrangig: Der Spaß soll im Vordergrund stehen!

Bereits bekannte (Kleinfeld-)Spielsysteme können genutzt werden.

Die Kinder lernen erste feste Positionen kennen. Eine Rotation aller Positionen ist dennoch anzustreben und zu fördern.

D-Jugend: Fußballspezifisches Grundlagentraining

- Alle Basistechniken schrittweise und im Detail verbessern
- Üben und spielen zum gleichen Schwerpunkt verbinden
- Konsequent auf Beidfüßigkeit achten
- „Kondition“ vor allem durch Spielformen mitschulen
- Mit individuellem Training beginnen
- Intensiv kommunizieren und die Spieler aktiv einbinden

Die besten Lernvoraussetzungen unbedingt nutzen!

Training:

20% - Spielerische Fitnessschulung: Koordination, Parcours, 1 gegen 1, Handball, Staffeln

20% - Systematisches Techniktraining: An-und Mitnahme flacher/hoher Bälle, Dribbling, Tempodribbling, Innenseitstoß, Spannstoß, Finten, Kopfball, weitere Schusstechniken

20% - Individual- und gruppentaktische Grundlagen: 1 gegen 1, Hinterlaufen, Doppelpass

40% - Fußballspiele mit Schwerpunkten und freies Spielen: Überzahl, auf mehrere Tore usw.

Intervall: 2 bis 3 x Wöchentlich

Dauer: ca. 80 Minuten

Winterpause: gemäß Hallenbelegungsplan

Spiel:

Alle sollen spielen. Möglichst viele Tore erzielen.

Das Ergebnis wird wichtig, ohne die Philosophie zu dominieren: Der Spaß steht im Vordergrund!

Systeme: 4-2-2 oder 3-3-2. Außenverteidiger spielen offensiv, Spitzen verteidigen mit.

Positionen noch nicht festlegen (Vielseitigkeit weiter fördern und fordern)!

C-Jugend: Fußballspezifisches Grundlagentraining

- Individuelle Entwicklungsunterschiede beachten
- Jeden Spieler individuell fördern
- Eigeninitiative und -motivation aufbauen und stabilisieren
- Kreativität ist wichtiger als starre taktische Abläufe
- Keine zu frühe Positionsspezialisierung vorgeben
- Hierarchien bilden, Verantwortlichkeiten schaffen

Jeder ist anders – und will/muss so behandelt werden

Training:

20% - Ergänzende fußballspezifische Fitness mit Ball: Technik-Rundläufe, 1 gegen 1 usw.

20% - Technikintensivtraining: Techniken festigen/automatisieren (Passfolgen, Rundlauf)

20% - Individual-und gruppentaktische Grundlagen: Zweikampf, Ballorientierung

40% - Fußballspiele mit Schwerpunkten und freies Spielen: Über-/Unterzahl, auf 6 Tore usw.

Intervall: 2 bis 3 x Wöchentlich

Dauer: ca. 90 Minuten

Winterpause: gemäß Hallenbelegungsplan

Spiel:

Alle sollen spielen. Viele Tore erzielen. Ergebnis ist wichtig, steht aber nicht im Vordergrund!

Systeme: 4-4-2 mit Raute, 4-3-3. Außenverteidiger spielen nach vorne, Spitzen verteidigen mit.

Positionen noch nicht festlegen, aber die Stärken verbessern und die Schwächen beheben!

Fairness gegenüber Gegner und Schiedsrichter

B-und A-Jugend: beginnendes Spezialisierungstraining

- Intensive Trainingsabläufe und aktive Pausen abstimmen
- In Theorie und Praxis technisch-taktische Details trainieren
- Komplexer trainieren, aber die Individualität beachten
- Die Spieler aktiv einbinden. Mitbestimmung ermöglichen
- Eine strukturierte Hierarchie im Team aufbauen
- Sportliche und schulisch/berufliche Belastungen koordinieren

Ernst nehmen – der Trainer die Spieler, die Spieler den Trainer

Training:

20% - Systematische fußballspezifische Fitness: Parcours, 1 gegen. 1 bis 11 gegen. 11, Intervalle

20% - Positionsspezifisches Techniktraining: Drehung zum Torabschluss, Flanken, Pässe

20% - Gruppen- und Mannschaftstaktik: Vertiefung der Grundlagen; Flügelspiel, Pressing

40% - Fußballspiele mit Schwerpunkten: Ballorientierung, Umschalten, Positionsspiel usw.

Intervall: 2 bis 3 x Wöchentlich

Dauer: ca. 90 Minuten

Winterpause: gemäß Hallenbelegungsplan, bzw. je nach Bespielbarkeit der Plätze draußen.

Spiel:

Alle sollen spielen. Das Ergebnis ist wichtig, dominiert aber nicht die Philosophie!

Systeme: 4-4-2 mit Raute, 4-4-2 flach, 4-3-3, 4-2-3-1, 4-3-2-1

Positionsspezialisierung beginnt, aber die Stärken verbessern und die Schwächen beheben!

Fairness gegenüber Gegner und Schiedsrichter

Anlage 4:

10 Goldene Regeln

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

Anlage 5: **„Anlage 8 - Fairplay-Liga der Verbindlichen Bestimmungen des HFV 8 der verbindlichen Bestimmungen des HFV“**

Anlage 8 – FAIRPLAY-Liga

1. Die Schiedsrichter-Regel

- Kinder entscheiden selbst und spielen ohne Schiedsrichter
- Fußballregeln bleiben unverändert: Tor - Toraus - Foul - Eckball - Hand uws.
- Kinder lernen, Entscheidungen zu treffen und zu akzeptieren
- Regeln im Kinderfußball sind einfach
- Da kein Schiedsrichter auf dem Platz ist, lernen die Kinder Verantwortung für sich selbst und Mitverantwortung für andere zu übernehmen
- Finale Einhaltung der Spielregeln obliegt den Trainern, die am Spielfeldrand gemeinsam in der Coachingzone stehen und bei strittigen Entscheidungen eingreifen

2. Die Fan-Regel

- Eltern/Fans halten Abstand zum Spielfeld
- Kinder können dadurch ihre eigene Kreativität im Spiel entfalten
- Durch eine ca. 15 Meter vom Spielfeld entfernte "Fanzone" wir die direkte Ansprache an die Kinder von außen unterbunden
- Spiel wird den Kindern "zurückgegeben"

3. Die Trainer-Regel

- Trainer begleiten das Spiel aus der Coachingzone
- Trainer geben nur die nötigsten Anweisungen
- Finale Einhaltung der Spielregeln obliegt den Trainern (siehe Schiedsrichter-Regel)
- Trainer verstehen sich als Partner im sportlich fairen Wettkampf
- Trainer verstehen sich als Vorbilder

Anlage 6: DFB – Entwicklungstabelle für Spieler

MANNSCHAFT/ ALTERSKLASSE	LEITBILD („Daran kann ich mich orientieren!“)	ENTWICKLUNGSSTAND/ PERSÖNLICHKEIT	LERNZIELE/KOMPETENZ	TRAININGSPRINZIPIEN	TRAININGS-UMFANG	TECHNIK	TAKTIK	KONDITION	
BAMBINI 4-6 (7) JAHRE (M/W) SPIELEN UND BEWEGEN		• starke Orientierung am Trainer • ausgeprägte Neugierde • geringes Konzentrationsvermögen • Ich-Bezogenheit • ausgeprägte Phantasiewelt • Verspieltheit • schnelle Ermüdung	**Spielen lassen:** **Die Spielidee des Fußballs erkennen** • Spiele/Aufgaben mit/ohne Ball mit/an Kleingeräten	• einfache Organisation • kleine Gruppen • kleine Spielfelder • geringe Distanzen	60 MIN 1-2 X PRO WOCHE	• in spielerischer Form den fliegenden, rollenden, springenden Ball kennenlernen (keine Technikschulung)	• kleine, freie Fußballspiele mit der Grundidee Tore schießen/Tore verhindern (1 gegen 1 bis 4 gegen 4) – ohne feste Positionen	Ausdauer	
								Kraft	
								Schnelligkeit	
								Beweglichkeit	xx
								Koordination	xx
F-JUNIOREN 7-8 (9) JAHRE (M/W) SPIELEN UND LERNEN		• hoher Wetteifer • ausgeprägte Bewegungs- und Spielfreude • geringes Konzentrationsvermögen • trainerorientiert • geringes Selbstbewusstsein/hohe Sensibilität	**Die Spielidee des Fußballs vermitteln** • Grundregeln kennenlernen • vielfältige Bewegungserfahrungen sammeln • Vielseitigkeit am Ball • Straßenfußball im Verein • Spaß und Freude am Fußballspiel vermitteln	• einfache Organisation • kleine Gruppen • kleine Spielfelder • überschaubare Distanzen • 1 gegen 1 bis 4 gegen 4 mit Torschuss	70 MIN 2 X PRO WOCHE	• spielerisches Kennenlernen und Erlernen der Basistechniken (Schießen, Passen, Ballführen) • Gewandtheit/Geschicklichkeit mit/ohne Ball	• Grundlagen des Zusammenspiels (ohne feste Positionen) durch kleine (Straßen-)Fußballspiele lernen • einfache taktische Verhaltensweisen vermitteln, die beim Tore schießen/Tore verhindern helfen	Ausdauer	
								Kraft	
								Schnelligkeit	
								Beweglichkeit	xx
								Koordination	xx
E-JUNIOREN 9-10 (11) JAHRE (M/W) SPIELEN UND ÜBEN		• hoher Gerechtigkeitssinn (Ehrlichkeit und Fairness) • hoher Wetteifer • ausgeprägte Bewegungs- und Spielfreude • gutes Konzentrationsvermögen • trainerorientiert • hohes Selbstbewusstsein	**Die Spielidee des Fußballs vermitteln** • Grundregeln lernen • Spaß und Freude am Fußballspiel vermitteln • Vielseitigkeit am Ball • technische Grundlagen und Fertigkeiten spielerisch üben	• einfache Organisation • kleine Gruppen • kleine Spielfelder • überschaubare Distanzen • 1 gegen 1 bis 5 gegen 5 mit Torschuss • Üben im Stationsbetrieb mit wechselnden Aufgaben		• Üben der Basistechniken (Schießen, Passen, Ballführen) in attraktiven Spiel- und Übungsformen • „Ballschule“	• Grobformen individual- u. gruppentaktischer Handlungen in Abwehr und Angriff (Überzahl, Unterzahl, Gleichzahl) • taktische Grundregeln für eine Raumorientierung und -aufteilung vermitteln • unterschiedliche Positionen im Zusammenspiel kennenlernen	Ausdauer	x
								Kraft	
								Schnelligkeit	x
								Beweglichkeit	xx
								Koordination	xx
D-JUNIOREN 11-12 (13) JAHRE (M/W) SPIELEN UND TRAINIEREN		**1. goldenes Lernalter** • hohe Lernbereitschaft und Motivation • Körper und Geist sind in einem ausgeglichenen Zustand • Ausgewogenheit (Längen- und Breitenwachstum) des Körpers • hohes Selbstvertrauen • hohe Lern- und Leistungsbereitschaft • hohes Konzentrationsvermögen	• systematisches Trainieren und Festigen aller Techniken • richtiges Anwenden in kleinen Fußballspielen in unterschiedlichen Spielsituationen • systematisches Trainieren individualtaktischer Grundlagen • Vermittlung gruppentaktischer Grundlagen	• systematischer Aufbau der Spiel- und Übungsformen: vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren usw. • Spielen und Trainieren in überschaubaren Gruppen • Training als systematischer Prozess • Parteispiele (1 gegen 1 bis 6 gegen 6, Überzahl/ Unterzahl) mit technischen/taktischen Schwerpunkten	80 MIN 2-3 X PRO WOCHE	• systematisches Trainieren der technischen Fertigkeiten im steten Wechsel von Üben und Spielen • Lernen von schwierigen Techniken (Effetschüsse, Hüftdrehstoß, Außenspannstoß)	• Trainieren von Grundlagen individualtaktischer Handlungen in Abwehr und Angriff • Spielen auf unterschiedlichen Positionen • Trainieren des Zweikampfverhaltens in Offensive und Defensive • Vermittlung gruppentaktischer Grundlagen des Zusammenspiels in Abwehr und Angriff	Ausdauer	x
								Kraft	
								Schnelligkeit	x
								Beweglichkeit	xxx
								Koordination	xxx
C-JUNIOREN 13-14 (15) JAHRE (M/W) TRAINIEREN UND ANWENDEN		• emotionale Unausgeglichenheit • deutliche Größen- und Gewichtsunterschiede • körperliche und seelische Unausgewogenheit • Koordinationsprobleme, gestörtes Bewegungsgeschick • psychische und soziale Spannungen	• Verfeinern/Anwenden aller erlernten Techniken • Stabilisierung erlernter individual- und gruppentaktischer Maßnahmen in wettkampfnahen Spielsituationen • Vermitteln mannschaftstaktischer Grundlagen	• Parteispiele (1 gegen 1 bis 6 gegen 6, Überzahl/ Unterzahl) mit technischen/taktischen Schwerpunkten • Gruppendifferenzierung nach Leistung • Wechsel von Spielen und Üben • wettkampfnahe Spielsituationen schaffen	90 MIN 2-3 X PRO WOCHE	• Vertiefen der technischen Fertigkeiten (u. a. Dynamik) • Anwenden der Techniken in Spielformen unter Zeit- und Gegnerdruck	• Anwenden und Vertiefen individual- und gruppentaktischer Verhaltensweisen in Abwehr und Angriff • Kennenlernen und Erlernen mannschaftstaktischer Grundlagen • Positionsorientierung unter Berücksichtigung individueller Stärken (Defensive *oder* Offensive)	Ausdauer	xx
								Kraft	x
								Schnelligkeit	xx
								Beweglichkeit	xxx
								Koordination	xxx
B-JUNIOREN 15-16 (17) JAHRE (M/W) TRAINIEREN UND VERFEINERN **A-JUNIOREN** 17-18 (19) JAHRE (M/W) TRAINIEREN UND VERFEINERN		**2. goldenes Lernalter** • Körper und Geist in einem ausgeglichenen Zustand • hohe Lern- und Leistungsbereitschaft • hohe Leistungsbereitschaft und -fähigkeit (körperliche Ausreifung) • hohe Eigenmotivation • Reifung zur autonomen Persönlichkeit	• Anwendung technischer Fertigkeiten und taktischer Verhaltensweisen unter Wettkampfbedingungen • positionsspezifische Aufgabenvermittlung	• zunehmend komplexere Spiel- und Übungsformen in allen Organisationsformen unter Wettkampfanforderungen anbieten (vom 1 gegen 1 bis zum 11 gegen 11)	90 MIN 2-3 X PRO WOCHE	• Technikverfeinerung mit Tempo-, Zeit- und Gegnerdruck (dynamische Technik) • Anwenden in Wettkampfssituationen • Positionstechniken schulen	• Detailtraining individual- und gruppentaktischer Verhaltensweisen • Stabilisierung mannschaftstaktischer Verhaltensweisen • Schulung spezifischer Positionsanforderungen	Ausdauer	xxx
								Kraft	xxx
								Schnelligkeit	xxx
								Beweglichkeit	xxx
								Koordination	xxx

Legende:
x: niedriger Anteil im systematischen Training
xx: mittlerer Anteil im systematischen Training
xxx: hoher Anteil im systematischen Training