



FC Penzberg e.V.
- offizielle Internetseite -



Jugendkonzept 1. FC Penzberg

**Fußball
Penzberg, März 2014**



Inhalt

- 1 Vorwort
- 2 Ziele
 - 2.1 Wohl des Kindes
 - 2.2 Wohl des Vereins
 - 2.3 Wohl der Gesellschaft
- 3 Verein
 - 3.1 Zweck des Vereins (Auszug Satzung Hauptverein)
 - 3.2 Haus des Fußballs
 - 3.3 Anforderungen an den Verein
- 4 Trainer
 - 4.1 Trainer als Vorbild
 - 4.2 Trainer und Co-Trainer
 - 4.3 Anforderungen an Trainer und Betreuer
 - 4.3 Tipps für den Trainer
- 5 Eltern
 - 5.1 Eltern als Trainer/Betreuer
 - 5.2 Übermotivierte Eltern
- 6 Spieler
 - 6.1 Frühentwickler - Späentwickler
 - 6.2 Disziplin
 - 6.3 Anforderungen an Spieler
 - 6.4 Verhaltensgrundsätze für Spieler
- 7 Leitlinien Jugendtrainerarbeit
- 8 Spielphilosophie
 - 8.1 Ballorientiertes Fußballspiel
 - 8.2 Spielsystem
- 9 Altersgruppe Bambini / G-Junioren
 - 9.1 Grundlagen
 - 9.2 Betreuung
 - 9.3 Trainingsaufbau
 - 9.4 Kriterien
 - 9.5 Trainingstipps Bambini / G-Junioren
- 10 Altersgruppe F- und E-Junioren
 - 10.1 Grundlagen
 - 10.2 Betreuung
 - 10.3 Trainingsaufbau
 - 10.4 Kriterien
 - 10.5 Trainingstipps F-Junioren
 - 10.6 Trainingstipps E-Junioren



- 11 Altersgruppe D- und C-Junioren
 - 11.1 Grundlagen
 - 11.2 Trainingsaufbau
 - 11.3 Taktik
 - 11.4 Kriterien
 - 11.5 Trainingstipps D-Junioren
 - 11.6 Trainingstipps C-Junioren

- 12 Altersgruppe B- und A-Junioren
 - 12.1 Grundlagen
 - 12.2 Trainingsaufbau
 - 12.3 Taktik
 - 12.4 Kriterien
 - 12.5 Trainingstipps B- und A-Junioren

- 13 Torhüter
 - 13.1 Trainingskonzept
 - 13.2 Anforderungsprofil des Torhüters

- 14. Öffentlichkeitsarbeit Jugendzeitschrift

- 15. Spielerscouting

- 16 Schlusswort



1 Vorwort

Die Vereine sind ein wichtiger Bestandteil in unserem gesellschaftlichen Leben. Das Vereinsleben wie auch unsere Gesellschaft sind durch soziale Normen geregelt. Ohne diese sozialen Regelungen kann weder ein Verein noch eine Gesellschaft funktionieren. Diese Normen und Regeln sind in einem Verein dieselben wie im familiären, schulischen oder beruflichen Umfeld. Somit können gesellschaftliche Regeln und Normen im Vereinsleben eingeübt werden.

Außerdem benötigt unsere Gesellschaft, genauso wie ein erfolgreicher Verein, Menschen mit Charakter und starker Persönlichkeit. Leistungswille, Anstrengungs- und Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme, Durchsetzungsvermögen, gewinnen und verlieren können, Selbstvertrauen entwickeln, ein fairer, respektvoller und gewaltfreier Umgang miteinander sind Beispiele für individuelle Charaktermerkmale und soziale Verhaltensweisen, die eine erfolgreiche Persönlichkeit in unserer Gesellschaft benötigt bzw. auszeichnet. Dies gilt im Schul- und Berufsleben genauso wie im Vereins- und Mannschaftssport. In einer Fußballmannschaft werden bei jedem ihrer Mitglieder seine individuelle sportliche Veranlagung und seine Persönlichkeit gefordert und gefördert. Gleichzeitig lernt der Nachwuchsspieler sportliche und soziale Verhaltensweisen, die er in seinem Team ständig umsetzen muss. Im Fußballverein wird den jungen Menschen somit nicht nur das Fußballspielen beigebracht. Den Kindern und Jugendlichen werden im Vereinsleben immer auch Werte vermittelt. Verantwortlich für die Vermittlung von sportlichen Fertigkeiten, von sozialen und individuellen Verhaltensweisen sind die Jugendtrainer des jeweiligen Vereins bzw. der jeweiligen Altersklasse.

Wollen wir Verantwortliche des 1. FC Penzberg diese Chance nützen, neben unseren sportlichen auch unseren sozial-erzieherischen Aufgaben gerecht zu werden, dann müssen wir in unserem Verein beide Aufgaben erkennen, sie ernst nehmen und sie so gut wie möglich erfüllen.

Mit dem **Jugendkonzept 1. FC Penzberg** wollen wir die Organisation, die Inhalte und die Ziele der Jugendarbeit den zu betreuenden Kindern und Jugendlichen sowie deren Eltern deutlich und transparent machen. Insbesondere dient das Konzept auch als Orientierungshilfe und Leitfaden für unsere Jugendtrainer.

Helfen Sie uns, einen funktionierenden und auf die Zukunft ausgerichteten Verein aufzubauen und den Kindern und Jugendlichen Perspektiven aufzuzeigen, die weit über den Fußball hinausgehen.

Wir wollen Werte vermitteln und langfristig diese Ideen im Verein und seinem Umfeld etablieren.

1. AK Jugend und Jugendleitung des 1. FC Penzberg



2 Ziele

2.1 Wohl des Kindes

- Die Jugendspieler sollen sich bei uns wohl fühlen.
- Wir möchten Kindern Freude am „Mannschaftsspiel“ Fußball vermitteln, unabhängig vom individuellen Leistungsvermögen.
- Wir wollen Kinder und Jugendliche zu sozialem, fairem und wettbewerbsorientierten Verhalten anleiten.
- Alle Spieler werden entsprechend ihrem Interesse und ihrer Veranlagung im Training und Spiel gefordert und gefördert.
- Wir schaffen Spiel- und Entwicklungsmöglichkeit auch für weniger talentierte Kinder. Allen Kindern soll die Möglichkeit geboten werden, an einem hochwertigen Training teilzunehmen und eine ausreichende Spielzeit in der Spielrunde zu bekommen.
- Jedes Kind, das in unserem Verein eintritt und mit Fußballspielen beginnt, sollte in einem unserer Teams durchgängig Fußball spielen können, auch nach einem altersbedingten Wechsel in den Seniorenbereich.

2.2 Wohl des Vereins

- Wir möchten in allen Altersklassen dauerhaft mindestens eine (wenn möglich auch mehrere) Mannschaft für den Spielbetrieb melden.
- Ziel ist es die Jugendmannschaften mit der größtmöglichen Anzahl von leistungsbe-reiten Spielern aus den eigenen Reihen bzw. einheimischen Spielern zu stellen
- Ab den D-Junioren soll jede Mannschaft in einer höherklassigen Liga spielen. Die Kreisliga ist das Ziel ab der D-Jugend.
- Wir wollen Jugendspieler individuell qualitativ hochwertig ausbilden und sie befähigen, als Seniorenspieler in einer möglichst hohen Spielklasse spielen zu können. Dabei soll die Entwicklung der Spieler und der Mannschaft Vorrang vor dem Gewinn von Meisterschaften haben.
- Spieler sollen mit hoher Vereinsidentifikation an den Aktivenbereich der Senioren abgegeben werden, um das Weiterbestehen des Vereins auf einer breiten Basis nachhaltig zu sichern.
- Auch Spieler, die fußballerisch weniger talentiert sind, sollen langfristig an den Verein gebunden werden, z.B. als Jugendbetreuer oder Schiedsrichter.

2.3 Wohl der Gesellschaft

- Wir schaffen ein Vereinsklima, in dem eine immer sportlich faire Verhaltensweise herrscht und rufen zu Zivilcourage gegen Diskriminierung und rassistischen Äußerungen auf.
- Wir bekennen uns zu Respekt gegenüber Menschen, unabhängig von Herkunft, Hautfarbe oder Religion. Der Umgang untereinander ist offen, ehrlich, verlässlich und hilfsbereit.
- Die Entwicklung der Persönlichkeit und das Vermitteln von gesellschaftlich relevanten Werten nehmen bei uns einen ebenso großen Stellenwert ein wie die sportliche Weiterentwicklung.
- Wir fördern Selbstsicherheit durch Anerkennung, konstruktive Kritik sowie fachliche und soziale Kompetenz.
- Wir lösen Konflikte und Auseinandersetzungen gewaltfrei.



- Wir gehen mit dem Eigentum des Vereins (Ausrüstung) um wie mit unserem eigenen. Die jeweiligen Trainer sind für das Eigentum verantwortlich und stehen diesbezüglich in der Haftung.
- Wir schaffen ein Umfeld, in dem Umwelt- und Klimaaspekte nachhaltig unterstützt werden.

3 Verein

3.1 Zweck des Vereins

- Der Verein verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke im Sinne des Abschnittes „Steuerbegünstigte Zwecke“ der Abgabenordnung. Zweck des Vereins ist die Förderung des Fußballsports.
- Der Satzungszweck wird verwirklicht durch Sportveranstaltungen, die Förderung sportlicher Übungen und Leistungen sowie durch die Errichtung und den Unterhalt von Sportanlagen. Der Verein ist Mitglied des Bayerischen Fußballverbandes, steht auf demokratischer Grundlage und enthält sich jeder politischen und konfessionellen Betätigung.
- Der Verein ist selbstlos tätig; er verfolgt nicht in erster Linie eigenwirtschaftliche Zwecke; eine Gewinnabsicht besteht nicht.

3.2 Haus des Fußballs (siehe Abbildung)

Die Vision der Fußballabteilung lautet: Wir schaffen bleibende Werte durch eine zukunftsfähige Sport und Infrastrukturentwicklung, sowie durch solide Finanzen und ein teamförderndes Vereinsleben.

Die Basis dieser Vision bilden alle beteiligten Menschen. Getragen wird das Haus des Fußballs durch die 4 Elemente Infrastruktur, Sport, Finanzen und Gesellschaft.

3.3 Anforderungen an den Verein

Der Verein, insbesondere vertreten durch die gewählten und weitere Mitglieder der Abteilungsleitung Fußball, muss folgende Rahmenbedingungen zur Gestaltung eines fruchtbaren, erfolgreichen und nachhaltigen Vereinslebens schaffen:

Infrastruktur

- Der Verein stellt die infrastrukturellen Rahmenbedingungen für den sportlichen Betrieb sicher. Hierzu gehören ausreichend und qualitativ gute Trainings- und Spielplätze inkl. Umkleideräumlichkeiten sowie Nutzungsmöglichkeiten in Sporthallen (Winterbetrieb).
- Der Verein muss Sorge tragen, dass Trainings- und Spielmaterialien wie z.B. Bälle, Stangen, Hütchen, Tore, Leibchen, etc. in ausreichender Anzahl und einwandfreier Qualität für jede Mannschaft zur Verfügung stehen.
- Der Verein stellt sicher, dass alle Mannschaften für den laufenden Spielbetrieb eigene Mannschaftstrikots verfügbar haben. Zur Stärkung der Vereinsidentifikation gibt es möglichst einheitliche Trainingsanzüge für alle Spieler. Die Finanzierung hierfür sollte neben dem Verein auch über Eltern und Sponsoren laufen.



Sport

- Der Verein verantwortet die Zusammensetzung eines sportlich und sozial kompetenten Trainerstabs. Dabei sollten je Mannschaft ein Trainer und ein Co-Trainer verfügbar sein. Der Verein investiert in die Aus- und Fortbildung eigener Trainer. Dies kann z.B. durch ein Train-the-Trainer-Konzept ergänzt werden.
- Der Verein unterstützt die Fahrten zu Auswärtsspielen, z.B. mittels Bereitstellung eines Kleinbusses.

Finanzen

- Die weitere Professionalisierung der Jugendarbeit liegt im Fokus der Fußballabteilung. Hierfür müssen zunehmend finanzielle Mittel generiert werden. Dabei dauerhaft kostendeckend zu agieren, darf nicht aus dem Auge verloren werden. Dennoch hat der Verein die Bestrebung, die Aufwendungen, die den engagierten Jugendtrainern entstehen, auch in der Breite zu vergüten.

Gesellschaft

- Der Verein stellt zur Förderung der Öffentlichkeitsarbeit das Jugendkonzept auf seine Homepage ein.
- Der Verein stellt die Rahmenbedingungen für den gesellschaftlichen Betrieb in Form einer Vereinsgaststätte. Er organisiert Veranstaltungen (z.B. Fussballcamp, Turniere, Weihnachtsfeier) zur Förderung des Vereinslebens.

Abbildung: Haus des Fußballs

Vision			
Wir schaffen bleibende Werte durch eine zukunftsfähige Sport- und Infrastrukturentwicklung, sowie durch solide Finanzen und ein teamförderndes Vereinsleben			
Infrastruktur	Sport	Finanzen	Gesellschaft
Wir wollen nachhaltige Infrastrukturen mit:	Wir wollen eine zukunftsfähige Sportentwicklung mit:	Wir wollen solide Finanzen mit:	Wir wollen gesellschaftlich Zeichen setzen durch:
dem Vereinsheim	der Jugend auf Kreisliga-Niveau	Transparenz in den Büchern	Gemeinschaftsfördernde Veranstaltungen (Fussballcamp)
den neuen Sportanlagen		Vorausschauender Planung	Imagefördernde Aktionen
Einem optisch ansprechenden Außenauftritt		Kostenkontrolle	Sozialer Projekte
		Verstärkter Einnahmen (Sponsoring)	
Menschen			
Wir sind der FC. Begeisternde Menschen machen den Unterschied. Bei uns werden Mitglieder, Aktive, Trainer, Förderer und Zuschauer zu FANS			



4 Trainer

In der Zieldefinition unseres Vereins ist die Ausbildung zu fußballerisch, aber auch charakterlich starken Kindern und Jugendlichen verankert. Dies erfordert auch starke Persönlichkeiten als Trainer. Genauso wie der Trainer die Kinder ausbilden soll, muss er zu einer permanenten Weiterbildung seiner eigenen sportlichen und didaktischen Fähigkeiten bereit sein. Diese Herausforderungen bringen letztlich auch dem Trainer Erfolgserlebnisse, aber vermitteln auch Fähigkeiten, die er ohne Beteiligung an der aktiven Jugendarbeit nicht erfahren hätte.

Die Trainer der verschiedenen Altersstufen wirken als Vorbild und haben großen Einfluss auf die Persönlichkeitsentwicklung. Zu allen Kindern sollte eine Beziehung aufgebaut werden, die vor allem nicht im Denken nach Toren bestimmt ist. Des Weiteren sind die Kinder als eigenständige Persönlichkeiten zu akzeptieren. Das heißt, dass ein Trainer Freund, Helfer und Förderer sein kann bzw. sein sollte.

4.1 Trainer als Vorbild

In der Pubertät, wenn Jugendliche gegenüber Eltern und Lehrern eine kritische Haltung einnehmen, gehören sie zu den Erwachsenen, die als Vertrauenspersonen akzeptiert und gesucht werden: Trainer sind wichtige Vorbilder.

Anders als die Bezugspersonen Eltern und Lehrer repräsentieren Trainer einen Bereich, in dem Jugendliche gerne und freiwillig ihre Zeit verbringen: Fußball ist Freizeitbeschäftigung und kein Pflichtprogramm. Kinder und Jugendliche kommen von sich aus.

Die große Kunst des Trainers besteht darin, ein Gleichgewicht zwischen dem sportlichen Angebot und den sozialen Bedürfnissen herzustellen. Kein leichtes Unterfangen; deshalb ist es wichtig, dass jeder Trainer und Betreuer neben praktischen Fähigkeiten auch Kenntnisse im Sozialverhalten und in der Mannschaftsführung besitzt.

Das „Vorbild Fußballtrainer“ hat gute Möglichkeiten, positiv auf das Verhalten junger Menschen Einfluss zu nehmen.

Jeder Trainer sollte sein eigenes **Verhalten** selbstkritisch hinterfragen, z.B. in Bezug auf:

- den Auftritt vor der eigenen Mannschaft
- den Umgang mit Sieg und Niederlagen
- die Bewältigung von Konflikten
- die Gleichbehandlung aller Spieler
- das Verhalten gegenüber Personen außerhalb der Gruppe
- das Verhalten außerhalb des Trainings- und Spielbetriebs
- den Umgang mit eigenen Fehlern
- den Konsum von Suchtmitteln
- die gesunde Ernährung

Die jungen Spieler beobachten ihre Trainer genau und schauen sich ihr eigenes Verhalten dort ab. Niemand erwartet einen perfekten Betreuer, dem keinerlei Fehler unterlaufen. Er sollte sich nur bewusst sein, dass er große Verantwortung trägt und nicht nur der Fußball davon profitiert, wenn er seinen Einfluss in positiver Weise nutzt.



Grundsätze

- Keine Anwendung von Gewalt (verbal/nonverbal) gegenüber Spielern
- Verantwortungsbewusster Umgang mit Sportmaterialien
- Vorleben von Fair Play, Respekt und Höflichkeit gegenüber allen Beteiligten
- Unterlassung von herablassenden Aussagen
- Bemühung um Weiter- und Fortbildung
- Betrachtung der Gruppenteilnehmer als gleichberechtigte Partner
- Sicherstellung einer angenehmen Mannschaftsatmosphäre

„Positiv wirken“ gelingt im Verein, wenn Jugendliche mit anerkannten Vorbildern und Menschen, denen sie vertrauen, gemeinsame Aktivitäten erleben. Der Einfluss und die Verantwortung der Trainer und Betreuer gehen dabei weit über das Spielfeld hinaus und reichen mitten in Problembereiche unserer Gesellschaft. Auch im Umgang mit Suchtmitteln wie Alkohol oder Tabak haben Trainer und Betreuer eine Vorbildfunktion.

4.2 Trainer und Co-Trainer

Effektiv wird das Jugendtraining innerhalb einer Mannschaft, wenn in möglichst kleinen Gruppen geübt werden kann. Dies erfordert i. d. R. eine entsprechende Anzahl von Übungsleitern, da nicht immer davon auszugehen ist, dass die Übungen selbstständig und richtig durchgeführt werden und die Fehlerkorrektur zu einer der wichtigsten Traineraufgaben gehört. Leiten zwei oder mehr Trainer eine Übungsgruppe, kann es allerdings sehr schnell zu Konflikten kommen - sei es durch eine unterschiedliche Trainingsauffassung, eine dominante Persönlichkeit oder schlicht dadurch, dass die Charaktere nicht zueinander passen.

Deshalb sollte bei der Saisonplanung generell eine Absprache zwischen den Trainern getroffen werden, wer die Führungsrolle übernimmt und wer als Co-Trainer agiert. Dies muss nicht bedeuten, dass der Co-Trainer zum „Kofferträger“ verkommt. Dennoch sind immer wieder Entscheidungen zu treffen, bei denen die Verantwortung einer Person vonnöten ist. Eine frühzeitige Absprache zwischen den Trainern vor der Spielrunde hilft Konflikte zu reduzieren. Konflikte, z. B. mit Spielern oder Eltern, kommen noch früh genug und werden sich mit einem Trainerteam wesentlich besser bewältigen lassen.

Wichtig bei der Absprache ist, dass sich der Co-Trainer an seine Rolle hält und der Trainer seine Position nicht einseitig ausnutzt. Sind diese Voraussetzungen gegeben, wird man gemeinsam eine tolle Spielrunde erleben. Die Aufgabenverteilung und Zuständigkeitsbereiche sind individuell abzusprechen, zum Beispiel:

Trainer: Vorbereitung, Planung und Durchführung des Trainings, Terminplanung, Trikots, Bälle, Pässe, etc. Betreuer: Co-Trainer, Terminpläne erstellen, Eltern-Infos, Passanträge, Spielbericht etc.



4.3 Anforderungen an Trainer und Betreuer

Der Trainer/Betreuer

- identifiziert sich mit dem Verein und dessen Zielen
- lebt das Jugendkonzept
- repräsentiert seinen Verein nach innen und außen vorbildlich
- ist höflich, freundlich, diszipliniert, pünktlich und ordentlich
- achtet das Fair- Play, vor allem auch gegenüber Gegnern und Schiedsrichtern
- ist teamfähig und kooperativ
- fördert den Teamgeist
- arbeitet mit der Jugendleitung, dem sportlichen Leiter sowie den anderen Juniorentrainern konstruktiv im Interesse der Spieler und des Vereins zusammen
- hält insbesondere zu dem sportlichen Leiter und den Trainern unter und über seinem Team regen Kontakt und tauscht sich regelmäßig aus
- ist Vorbild und hat ein offenes Verhältnis zu den Spielern in seiner Mannschaft
- fordert und fördert jeden seiner Spieler und ist motiviert, auf diesem Weg seine Spieler und sein Team sportlich weiter zu entwickeln
- versucht alle Spieler in den Spielbetrieb zu integrieren, wenn nötig mit zusätzlichen Trainings oder Freundschaftsspielen
- ist offen und lernbereit gegenüber der Spielauffassung des „Ballorientierten Spiels“
- ist interessiert an seiner Weiterbildung und nimmt wenn möglich regelmäßig an Fortbildungen teil
- nimmt an Trainersitzungen teil
- organisiert bei Verhinderung rechtzeitig eine Vertretung für sich. Kein Training und keine Spiele fallen aus
- führt zusammen mit seinen Betreuern Elternabende / Infoabende durch. Er ist Ansprechpartner für die Eltern
- bereitet sich möglichst sorgfältig auf jedes Training vor, damit ein abwechslungsreiches und altersgerechtes Training durchgeführt werden kann
- führt eine Trainings- und Spielerliste
- ist bestrebt, objektiv und gerecht gegenüber seinen Spielern zu sein
- Führungszeugnis
- ist verantwortlich für einen reibungslosen Trainings- und Spielbetrieb seines Teams
- Der Trainer trägt zu jedem Spiel und Turnier den teilweise gesponserten Präsentationsanzug des Vereins



4.4 Tipps für den Trainer

- Der Trainer beginnt und beendet das Training mit allen Kindern zusammen. Sie lernen so den Beginn des eigentlichen Trainings erkennen, und die Konzentration richtet sich auf den Trainer
- Bloßstellung von Kindern im Spiel und beim Training wegen schlechter Leistung ist der schlimmste Fehler eines Trainers
- Nicht zu viel erklären. Das Konzentrationsvermögen besonders der jüngeren Kinder ist noch begrenzt
- Nicht zu früh in den Lernprozess eingreifen, selbstständiges Lösen von Aufgaben erhöht das Selbstbewusstsein
- Einfache, anschauliche und verständliche Sätze bilden. Kinder verstehen noch keine langen, komplizierten Wörter und Sätze
- Auf Aufrichtigkeit und Eindeutigkeit der Äußerungen achten, Ironie können die Kinder oft nicht erkennen
- Über- und Unterforderungen der Spieler sollen vermieden werden. Sie führen zu Langeweile und zu Frust
- Motivation der Kinder mit bestimmten Formulierungen anregen. Beispiel: „Wer kann...?“ oder „Ich bin mal gespannt, ob ...!“ Die Kinder wollen ihr Können unter Beweis stellen
- Nie mit Lob sparen. Lob tut allen gut und stärkt das Selbstbewusstsein
- Ab höheren Altersklassen auf konstruktive Kritik achten
- Niemals ausfällig werden
- Trainer und Spieler begrüßen und verabschieden sich mit einem vernünftigen Händedruck und schauen sich dabei in die Augen



5 Eltern

Zwischen dem Trainerteam und den Eltern sollte ein vertrauensvolles Verhältnis bestehen. Eltern können für den Verein eine enorme Hilfe und Entlastung darstellen. Nicht selten hat sich über die Jugendarbeit ein kompetentes Elternteil für Vorstandsarbeit, Sponsoring, Eventmanagement oder ähnliche Aufgaben gefunden oder einfach nur durch Beziehungen zu Dritten geholfen. Deshalb ist in der Jugendarbeit ein besonderes Augenmerk auf die Eltern zu legen

Die Eltern sind aufgefordert, das Betreuersteam und die Kinder zu unterstützen durch:

- Motivation, Lob und Anfeuern aller (nicht nur der eigenen) Kinder
- Unterstützung der Trainerentscheidungen
- Fairplay dem Schiedsrichter gegenüber
- Anwesenheit bei den Spielen

5.1. Eltern als Trainer/Betreuer

Eltern gehören zum festen Bestandteil des Jugendkonzepts des 1. FC Penzberg. Als Trainer kommen dabei sowohl Eltern in Frage, die eine fußballerische „Karriere“, in welcher Spielklasse auch immer, nachweisen können, aber auch Seiteneinsteiger, die Interesse an der Ausbildung von Kindern und Jugendlichen und am Fußballsport haben.

Eltern sind auch als Betreuer eine wesentliche Hilfe für den Trainer und somit für den Verein. Das Training kann abwechslungsreicher und differenzierter gestaltet und Verantwortungen können geteilt werden. Die optimale Versorgung einer Mannschaft besteht aus einem lizenzierten Trainer (Verein) und einem Co-Trainer bzw. Betreuer (Elternteil).

5.2. Übermotivierte Eltern

Wer hat das noch nicht erlebt: brüllende, keifende und auch unsportliche Eltern während des Spiels am Spielfeldrand. Unterschiedliche Emotionen und der Wille, nur das Beste für den eigenen Nachwuchs vor Augen zu haben, sind dafür verantwortlich, wenn sich die Eltern des Gegners empören, der Schiedsrichter kritisiert und oft auch beschimpft wird und das taktische Konzept eines Trainers durch dubiose Aufforderungen an den eigenen Nachwuchs ad absurdum geführt wird. Wie soll sich in so einem Fall der Trainer verhalten?

Zuerst sollte er mit der Mannschaft sprechen. Für die Aufstellung und Taktik ist nur der Trainerverantwortlich. Jeder Spieler bekommt seine Aufgabe vom Trainer und nicht von seinem Vater am Spielfeldrand. Dann sollte der Trainer auch nicht das Gespräch mit den betroffenen Eltern scheuen. Bis jetzt haben sich nach einem solchen Gespräch in der Regel selbst die hartnäckigsten Hysterien beruhigt und konnten später ganz normal einem Spiel zuschauen – auch wenn es sehr schwer fiel.



6 Spieler

Der Spaß am Fußballsport, aber auch an leistungsorientiertem Wettbewerb soll im Vordergrund des Vereinstrainings stehen. Dazu gehört auch ein altersgerechter Umgang mit den Kindern und Jugendlichen. Die Persönlichkeit der Spieler muss dabei immer geachtet werden. Jeder Spieler soll im Rahmen seiner Möglichkeiten leistungsorientiert gefördert werden.

6.1 Frühentwickler – Spätentwickler

In allen Jahrgangsstufen sind die Kinder mit viel Geduld und Nachsicht zu fördern. Besonders in den unteren Jahrgangsstufen, also bei den fußballerischen Anfängern, erfordert dies unter Umständen eine besondere Anstrengung. Zu früher Leistungsdruck und zu frühes Hinarbeiten auf ergebnisorientiertes Spiel sind auf keinen Fall anzustreben. Idealerweise ist eine so große Anzahl von interessierten Kindern verfügbar, um eine leistungsgerechte Aufteilung der Mannschaften zu gewährleisten. Ob in Mannschaften mit hohem Leistungsgefälle oder in Mannschaften mit ausgeglichenem Spielerkader, es sind auch immer die von der „Norm“ abweichenden Kinder gemäß ihrer Bedürfnisse zu fordern und zu fördern. Spätentwicklern darf unter keinen Umständen der Spaß am Fußballsport genommen werden.

6.2 Disziplin

Dass Spieler, egal welcher Altersstufe, nicht immer brav den Anweisungen des Trainers folgen, ist kein Problem der heutigen Zeit, dieses Problem gab es schon immer. Dennoch ist heute ein gesteigertes Selbstbewusstsein der Kinder und Jugendlichen feststellbar, so dass genauso selbstbewusste oder auch „starke“ Trainer erforderlich sind. Trotzverhalten, Aggressivität, „den Kasper spielen“ oder das Benutzen von „Kraftausdrücken“ ist oft nicht böse gemeint und gehört, entwicklungsbedingt, bei Kindern zum Ausloten ihrer Grenzen oder um Aufmerksamkeit zu gewinnen. Dem ist nur mit viel Geduld, aber auch beherztem Einschreiten beizukommen. Kinder müssen lernen, wann bestimmte Grenzen im Training überschritten sind.

Dazu gibt es verschiedene Erziehungsinstrumente. Zuerst folgt das Gespräch mit dem Kind, um auf das Fehlverhalten aufmerksam zu machen. Die nächste Stufe ist der temporäre Ausschluss von Training oder Spiel. Als letzte Stufe sollte das Elterngespräch gesucht werden. Grundsätzlich darf sich der Trainer in keiner Situation aus der Ruhe bringen lassen. Außerdem müssen angedrohte Maßnahmen spätestens nach einer Verwarnung vollzogen werden. Bleiben die Drohungen ohne Folgen, werden die Kinder ihre Grenzen nicht kennen lernen und das Training weiterhin stören.

6.3 Anforderungen an Spieler

Wir möchten Spielerinnen und Spieler, die eine positive Einstellung zum Fußballspielen und zum aktiven Sport im Allgemeinen haben, für die Teamgeist kein Fremdwort ist und für die ein sportlich freundliches Auftreten auf und außerhalb des Spielfeldes eine Selbstverständlichkeit ist.

Verhaltensregeln wie Respekt, Zuverlässigkeit, Pünktlichkeit, Freundlichkeit, Ehrlichkeit, Teamfähigkeit, Disziplin, Hilfsbereitschaft, Sauberkeit und Fairness müssen bereits bei den jüngsten Fußballerinnen und Fußballern eingeübt werden.



6.4 Verhaltensgrundsätze für Spieler

Zuverlässigkeit

- Die Teilnahme am Training und Spiel ist für mich eine Selbstverständlichkeit. Kann ich nicht erscheinen, sage ich so früh wie möglich beim Jugendbetreuer ab.
- Ich versuche kein Training und kein Spiel zu versäumen.

Pünktlichkeit

- Ich erscheine pünktlich zum Training und zum Spiel.
- Die Mannschaft wartet auf mich, ohne mich ist das Team nicht komplett.

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 und Erwachsene, die ich kenne.
- Das Umfeld wird nicht nur mich, sondern auch mein Team für meine Freundlichkeit mögen.

Ehrlichkeit

- Ich bin ehrlich zu meinen Mitspielern, Trainern und Betreuern.
- Ich habe es nicht nötig, meinen Trainer zu belügen, z.B. wenn ich nicht am Training teilnehmen kann bzw. will.
- Für alle Betroffenen ist es besser, wenn ich die Wahrheit sage.

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 Fußball 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.
- Wenn ich mal schlecht gespielt habe oder nicht die ganze Zeit gespielt habe, verliere ich nicht den Willen fleißig zu trainieren, um meine Leistung zu verbessern. Im nächsten Spiel möchte ich das wieder besser machen.
- Streitereien untereinander sollten vermieden werden, Handgreiflichkeiten sind nicht akzeptabel.
- Respekt untereinander ist ein muss im Mannschaftssport.



Vereinskodex

- Die Jugendmannschaften treten zu den Spielen einheitlich angezogen auf (Präsentationsanzug, Poloshirt, Tasche usw.) Dies hat eine gewollte Außenwirkung und unterstützt zeitgleich die jeweiligen Sponsoren. Spieler die diesen Kodex nicht einhalten spielen auch nicht.
- Die Spieler sollen den 1. FC Penzberg selbstbewusst nach außen präsentieren. Die Spieler sollen stolz sein für diesen Verein spielen zu dürfen und das entsprechende Trikot zu tragen.
- Nach jedem Spiel gratuliert man dem Gegner zum Spiel (egal ob Sieg oder Niederlage) und bedankt sich entsprechend.
- Die Spieler haben zu jedem Beginn eines Trainings wie auch Spiel die Trainer und Betreuer zu begrüßen. Dies erfolgt durch festen Händedruck, in die Augen schauen usw.
- Es erfolgen schriftliche Abmahnungen bei Fehlverhalten der Kinder. Es wird als erste die gelbe Karte, dann die gelb/rot-Karte und beim dritten Vorfall die rote Karte gezeigt. Nach einer schriftlich erteilten roten Karte gibt es für den Spieler kein zurück mehr in die Mannschaft.
- Einmal im Jahr bietet der Verein eine Ernährungsberatung für alle Kinder sowie Interessierte Eltern an.
- Jedes Trainerteam bekommt eine hervorragende Ausrüstung vom Verein gestellt (Bälle, Trainingsutensilien, Trikots etc.) und haftet beim Verlust selbst dafür.
- Jede Jugendmannschaften erbringt einmal im Jahr ein soziales Projekt. z.B. einen Tag im Altenheim unterstützend helfen usw.
- Erhält ein Spieler der Jugendmannschaften im Spiel eine rote Karte wegen Unsportlichkeit, ist dieser Spieler verpflichtet die verhängte Strafe des Verbandes selbst zu bezahlen. Zudem wird dieser Spieler verpflichtet jeweils ein Spiel einer E-Jugend und D-Jugend-Mannschaft zu pfeifen.

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 Umwelt, Energie und 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.
- Bin ich Gast bei einem anderen Verein, gelten die Verhaltensweisen noch stärker.
- Auch bei Auswärtsspielen verlässt das Team die bereit gestellte Kabine immer sauber und aufgeräumt. Tapes, leere Flaschen, z.B. Bananenschalen gehören in den Mülleimer. Der Kapitän verlässt als letzter die Kabine und kontrolliert nochmals die sauber hinterlassene Kabine.
- 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 gegen einen anderen Verein.
- Ich verhalte mich fair und freundlich gegenüber dem Schiedsrichter. Der Schiedsrichter ist mein Freund. Er ermöglicht mir das Spiel.
- Ich verhalte mich stets freundlich und fair zu meinen Zuschauern.

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.

Vorbild für Jüngere

- Auch ich bin ein Vorbild - insbesondere für die jüngeren Spieler.

6.5 Talentierte leistungsstarke Spieler

Die talentierten leistungsstarken Spieler werden im dreiwöchigen Abstand zu einem Sondertraining eingeladen und entsprechend trainiert.

7 Leitlinien Jugendtrainerarbeit

- Ziel ist es, dass jede Mannschaft von einem Trainerteam trainiert und betreut wird.
- Die jeweiligen Trainer arbeiten eng zusammen und sprechen ständig Trainingspläne sowie mögliche Spielerwechsel miteinander ab.
- Die Teams sind durchlässig, d.h. Spielerwechsel von einem Team zum anderen im Training und/oder im Spiel sind möglich und oft aus sportlichen oder pädagogischen Gründen sinnvoll.
- Zur optimalen Förderung eines Spielers kann es sinnvoll sein, ihn in einer höheren Altersstufe einzusetzen.
- Wenn sich die Trainer mit dem sportlichen Leiter im Einzelfall nicht einigen können, welcher Spieler wo spielt, dann entscheidet die Jugendleitung.
- Der Übergang von den A-Junioren in den Seniorenbereich muss bereits im Laufe des letzten A-Juniorenjahres eingeleitet werden (z.B. Integration der A-Junioren in den Trainings- und Spielbetrieb oder Beobachtung der A-Juniorenspiele durch die Seniorentainer).
- Die Mannschaften bis zu den E-Junioren werden möglichst nach Jahrgängen getrennt.
- Die Teams ab den D-Junioren werden von den Trainern - vom jeweiligen Alter der Spieler unabhängig - nach Leistung aufgestellt.
- Die Torhüter werden ab den D-Junioren möglichst von einem Torwarttrainer, nach Rücksprache mit den zuständigen Trainern, zusätzlich trainiert.
- Wenn es möglich ist, sollte kein Papa seinen eigenen Sohn/ Tochter trainieren.
- Es wird angestrebt, dass die Trainer und Betreuer minimal zwei bis maximal vier Jahre die gleiche Mannschaft trainieren oder betreuen. Spätestens ist ein Wechsel von E-Junioren zu D-Junioren und C-Junioren zu B-Junioren anzustreben.



8. Spielphilosophie

8.1 Ballorientiertes Fußballspiel

Das 1. FC Penzberg **Jugendkonzept** besteht darin, möglichst gut auszubilden und offensive Fußballspieler zu formen, 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 (Dribblings) oder durch kollektive Aktionen (Kombinationen) 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 von 6 bis 19 Jahren werden in ihrer Ausbildung von den Bambini bis zu den A- Junioren in ihrer natürlichen Angriffslust bestärkt und ihre ständige Mitspielbereitschaft wird gefordert. Die jungen Kicker müssen nicht umlernen und werden nicht zu „Verteidigungsspezialisten“ umfunktioniert.

Das bedeutet für die Jugendtrainer in der Praxis:

- Im Spiel gibt es für die Spieler keine Aufgabenteilung und keine (frühe) Spezialisierung.
- Alle Spieler erlernen im Training und Spiel das Ballgewinnspiel sowie das Angriffsspiel nach Ballgewinn.
- Jeder Spieler hat die Aufgabe Bälle zu „klauen“, Angriffe aufzubauen, Torchancen herauszuspielen und Torchancen zu verwerten.
- Im Kinderfußball spielt deswegen jeder Spieler im Wechsel auf allen Positionen. Auch die Position des Torwarts ist hiervon betroffen.
- Gerade in Freundschaftsspielen/ Vorbereitungsspielen sollten die Positionen durchgewechselt werden. Der Angreifer mal in die Abwehr und umgekehrt. So kann sich jeder Spieler auch mal in die Lage der anderen Positionen reinversetzen.



8.2 Spielsystem

Ziel ist es, die jungen Spieler nicht nur sportlich, sondern auch persönlich auszubilden. Im Mittelpunkt der Trainingsarbeit steht ballorientiertes Techniktraining. Die individuellen Fähigkeiten der Einzelnen sollen zu einer mannschaftlichen Geschlossenheit zusammengeführt werden. Gespielt wird bei allen Mannschaften ab den C-Junioren grundsätzlich mit 4er-Kette und das vorrangig in einem 4-4-2 System, entweder mit einer Raute im Mittelfeld oder mit zwei defensiven Mittelfeldspielern. Als Varianten kann der Trainer auf ein 4-3-3 oder ein 4-5-1 ausweichen. Eine relativ moderne Erscheinung im Fußball ist, dass das System während eines Spieles gewechselt werden kann. Eine derartige Umstellung setzt nicht zwingend das Auswechseln eines oder mehrerer Spieler voraus, so dass jeder gute Fußballer auf unterschiedlichen Positionen (Ziel sind zwei Positionen) einsetzbar sein muss.

Spielsystem und taktische Aufstellung 4-4-2

Das 4-4-2-System ist eine der häufigsten Aufstellungen im heutigen Fußball. Die Begriffsdefinition 4-4-2 erklärt sich dabei an der Anzahl der Spieler, die im jeweiligen Mannschaftsteil aufgestellt werden. 4-4-2 steht in diesem Fall für 4 Abwehrspieler, 4 Mittelfeldspieler und 2 Angreifer. Da der Torhüter in einer Mannschaft immer gesetzt ist, wird er nicht extra durch eine Zahl symbolisiert.

Die 4 Abwehrspieler spielen in einer sogenannten 4er-Kette. Dabei bilden 2 Außenverteidiger und 2 Innenverteidiger auf einer Linie die Abwehrreihe einer Mannschaft. Die vier Abwehrspieler spielen ohne Libero und versuchen, die Gegner am Tore schießen zu hindern. Dabei verschiebt die Kette derart in Richtung ballführenden Gegner, dass einer der beiden Verteidiger als Sicherungsspieler agiert. Die beiden Außenverteidiger schieben dabei je nach Ballbesitz des Gegners bis fast auf die Innenverteidigerposition. Offensiv ist ihre Aufgabe der Ballvortrag über die Außenposition, ohne aber die Möglichkeit des Spielens durch die Mitte komplett zu meiden. Den zusätzlichen Charme dieser Abwehrkette erhält sie aus der schnellen Möglichkeit einer Umstellung. Sollte ein Spieler aus der 4-er Kette ausfallen, so ist es mit den 3 übrigen immer noch möglich, einen zentralen, linken und rechten Verteidiger aufzubieten und damit eine stabile Abwehr.

Den 4 Mittelfeldspielern fällt traditionell eine Aufgabenteilung zu. In der Defensive haben sie die Aufgabe, die Abwehr zu unterstützen und in der Offensive unterstützen sie den Angriff, bzw. sollen selbst für Torgefahr beim Gegner sorgen. Man unterscheidet hierbei den Mittelfeldaufbau mit Raute und „flacher Vier“. In der Raute ist die Position des defensiven Mittelfeldspielers vor der Abwehr weniger offensiv angelegt als in der Anordnung in der „flachen Vier“, da sich hier bei Ballbesitz immer einer der beiden zentralen Mittelfeldspieler in die Offensive einschaltet. Der zentrale offensive Mittelfeldspieler wird oft auch als Spielmacher bezeichnet, der durch Pässe oder andere Aktionen ein Spiel gestaltet und für seine Mannschaft in eine gewisse Richtung lenken soll. In der „flachen Vier“ bleibt die Position des offensiven Mittelfeldspielers hinter den Spitzen meist unbesetzt und wird dann bei Ballgewinn von einem der beiden defensiven Mittelfeldspielern besetzt. Zwei der vier Mittelspieler sollen beim 4-4-2-System über die Außenbahnen kommen und Flanken von der Torlinie in den Sturm schlagen, jedoch genauso den Gegner daran hindern, über die Außenbahnen zu spielen.

Die 2 Stürmer bilden den Angriff des 4-4-2-Systems und haben keine feste Positionszuordnungen mehr. Im modernen Fußball rotieren die Stürmer, wechseln ständig die Seiten und erlauben es so der gegnerischen Abwehr nicht, sich auf sie einzustellen. Die Aufgabe der



Stürmer ist mit der möglichen Erzielung von Toren klar definiert. Trotzdem stellen Stürmer in Pressingsituationen des Gegners eine sinnvolle und gewünschte Verstärkung der eigenen Abwehr dar. Beide Stürmer sollten über unterschiedliche Profile verfügen (klein, laufstark, dribbelstark versus großer, kopfballstarker Strafraumstürmer), um sich gegenseitig zu ergänzen. Das 4-4-2-System ist wegen seiner 4 Abwehrspielern und nur 2 Angreifern eher den defensiven Systemen zuzuordnen, bietet aber auch durch Umstellungen im Mittelfeld schnell die Möglichkeit, eine offensivere Taktik zu verfolgen.

Spielsystem und taktische Aufstellung 4-5-1

Im 4-5-1 System (bzw. 4-1-4-1) verdichten die beiden offensiven Mittelfeldspieler bei gegnerischem Ballbesitz zusätzlich das Mittelfeld, um bei Ballbesitz über die Außenpositionen anzugreifen. Dann wird diese Aufstellung bei Ballbesitz zum 4-3-3, in dem die beiden offensiven Mittelfeldspieler zu Außenstürmern werden. Als einziger Stürmer agiert oft ein körperlich starker Stoßstürmer, welcher Bälle gut halten und sichern kann und somit den Mittelfeldspieler die nötige Zeit verschafft, offensiv nachzurücken. Das 4-5-1 System kann im Mittelfeld auch mit zwei zentralen, zwei äußeren und einem zentralen offensiven Spieler ausgelegt werden.

Spielsystem und taktische Aufstellung 4-3-3

Drei Mittelfeldspieler versuchen, Abwehr und Sturm zu verbinden. Sie unterstützen einerseits die Abwehr, andererseits versuchen sie, die Bälle zu den drei Stürmern zu befördern. Die Mittelfeldspieler sind bei diesem System als Allrounder gefordert, da sie je nach Spielsituation sowohl den Angriff als auch die Abwehr unterstützen. Die drei Stürmer teilen sich in einen Stoßstürmer und zwei Außenstürmer. Die Aufstellung wird häufig am Ende eines Spieles verwendet, wenn die eigene Mannschaft zum Beispiel beim Ergebnis zurückliegt und unbedingt noch ein Tor schießen will. Häufig wird diese Aufstellung bei Ballbesitz des Gegners zum 4-5-1.



9 Altersgruppe Bambini / G-Junioren (U7)

Um die Kinder für das Fußballspielen im Verein zu begeistern, muss das "Training" vom ersten Augenblick an Spaß machen. Das gelingt nur, wenn nicht Ziele, Inhalte und Methoden aus dem Junioren- oder Erwachsenenfußball kopiert, sondern eine eigene Philosophie vom Kinderfußball in die Trainingspraxis übertragen wird. Wichtig ist auch, bewegungsintensive, variantenreiche und freudvolle Aufgaben zum Laufen, Springen, Rollen, Klettern und Balancieren anzubieten.

9.1 Grundlagen

Merkmale von Bambini

- Großer Bewegungs- und Spieldrang
- Schnelle Ermüdung
- Hohe Beweglichkeit, schwach ausgebildete Muskulatur
- Geringe koordinative Eigenschaften
- Unterschiedliche Leistungsvoraussetzungen
- Ausgeprägte Neugierde
- Geringes Konzentrationsvermögen
- Starke Ich-Bezogenheit
- Starke Orientierung am Trainer
- Ausgeprägte Phantasiewelt

Ziele des Bambini Fußballs

- Kontakte zu Gleichaltrigen knüpfen und sich in eine Gruppe einfügen
- Spaß und Freude am Fußballspielen erleben
- Eigene Bedürfnisse und Wünsche ansprechen
- Das eigene allgemeine Bewegungskönnen verbessern
- Ideen und Kreativität beim Erfinden neuer Bewegungen zeigen
- Das eigene Leistungsvermögen erproben und dabei Selbstvertrauen aufbauen
- Die Persönlichkeit ganzheitlich fördern
- Vielseitige Bewegungsaufgaben anbieten

Inhalte einer Spielstunde

- Spiele/Aufgaben mit Kleingeräten und anderen Materialien wie Reifen, Stäbe, Kästen, Langbänke, Luftballons, Bänder usw.
- Spiele und Aufgaben, in denen die Kinder verschiedene Bälle kennen lernen
- Vielseitige Aufgaben mit dem Ball am Fuß
- Spiele, in denen verschiedene Bewegungsformen wie Laufen und Werfen oder Laufen und Schießen kombiniert werden
- Einfache Lauf- und Fangspiele
- Zwischendurch: kleine Fußballspiele



9.2 Betreuung

Praktische Tipps für Bambini-Spielstunden

- Jede Spielstunde zusammen mit allen Kindern beginnen und beenden. Dazu setzen sich Kinder und Trainer auf den Boden. Damit bekommen die Kinder einen festen Orientierungspunkt, wann genau das eigentliche Training startet. Die Konzentration wird auf den Trainer gelenkt
- In einer einfachen und anschaulichen, kindgerechten Sprache immer nur das nächste Spiel erklären. Die Aufgaben in Bilder und kleine Geschichten verpacken
- Sprache, Gestik und Mimik bewusst und kindgerecht einsetzen. Spannung erzeugen. Damit motiviert der Trainer nicht nur die Kinder, sondern er zeigt auch seine eigene Begeisterung
- Nicht nur konkrete Bewegungsanweisungen vorgeben, sondern vor allem Bewegungsaufgaben und freie Spielphasen einplanen. Kinder lernen im Sport nicht nur durch Vor- und Nachmachen, sondern auch durch eigenes Erproben und freies Spielen

Leitlinien für Bambini-Spielstunden

- "Trainer" und Betreuer wirken als Vorbilder für Kinder
- Nur wenn die Erwachsenen den Kindern mit Offenheit, Herzlichkeit und eigener Begeisterung begegnen, wird eine Atmosphäre geschaffen, in der die Kinder positiv aufgehoben sind
- "Trainer" im Kinderfußball sind alles andere als Technik- oder Taktikvermittler – sie sind in erster Linie Tröster, Streitschlichter, Spaßmacher, Mitspieler, Erzieher, Mensch und Freund

Leitlinien für Trainer und Betreuer

- "Ein Herz für Kinder haben"
- Geschick in der Betreuung von Kindern (Lob, Aufmunterung, Trost und Ansporn) zeigen
- Positive Werte und Normen (Gerechtigkeit, Fairness, Zuverlässigkeit, Selbstkritik, Geduld, Freundlichkeit ...) vorleben
- Feines Gespür für Probleme der jungen Spieler und Spielerinnen zeigen – Lösungsmöglichkeiten anbieten
- Spaß und Freude vermitteln, Motivation wecken – eine eigene Begeisterung für das Fußballspielen vorleben

9.3 Trainingsaufbau

Einstimmen: Vielseitige Bewegungsschulung

- Einfache Bewegungsaufgaben (Laufen, Hüpfen, Springen, Rollen ...)
- Spiele mit, auf und an Klein- und Großgeräten
- Spielerische Ganzkörperkräftigung
- Lauf-, Fang- und Abschlagspiele



- Organisationsformen: "Bewegungslandschaften", Geräteparcours. Mixed-Training: kleine Fußballspiele und gleichzeitiger Aufbau von "Bewegungslandschaften" und Geräteparcours

Hauptteil: Fußballorientierte Bewegungsschulung

- Vielseitige Hinleitung zum kreativen, sicheren Umgang mit dem rollenden, hüpfenden, fliegenden Ball
- Kleine Ballspiele, z.B. Abwurfspiele
- Spielen mit verschiedenen Bällen
- Leichte Aufgaben mit dem Ball am Fuß
- Bewegungsaufgaben mit Ball in Verbindung mit leichten Koordinationsaufgaben
- Mixed-Training: Kleine Fußballspiele und gleichzeitige Aufgaben mit Ball in der anderen Hälfte

Schlussteil: Fußball spielen

- Freie Fußball-Spiele in kleinen Teams auf Tore
- Kleine Spielfelder: etwa 25 x 25 Meter
- Verschiedene "Tore", z.B. Stangen, Matten, Kästen ...
- Einfache Spielregeln, z.B. Einrollen statt Einwerfen
- Kurze Wege zum Tor, viele Tore, viele Erfolgserlebnisse schaffen
- Fußballspezifisches Techniktraining kommt bei Bambini noch nicht vor

9.4 Kriterien

Besonderheiten: Altersgemäßes Fußballspielen mit Bambini

- Verkleinerung der Mannschaften: Ideal ist ein 3 gegen 3 oder 4 gegen 4
- Verkleinerung des Spielfeldes: 10 x 15 Meter beim Spiel 4 gegen 4
- Vereinfachung der Spielregeln: Die Ausregel großzügig auslegen, Einrollen statt Einwerfen, ohne Abseits spielen
- Veränderung der "Tore": Breite Hütchen- oder Stangentore, bewegliche Tore (2 Eltern halten eine Stange zwischen sich und bewegen sich frei im Feld)

Mögliche Organisationsformen

- Verschiedene Ballspiele (nicht nur Fußball) nebeneinander
- Organisieren von kleinen "Fußball-Turnieren" in der Halle/im Freien
- Spielefeste: Kleine Fußballspiele und gleichzeitiger Aufbau von "Bewegungslandschaften" und Geräteparcours

Übergeordnete Ziele

- Spielefeste, Treffs
- Freude am Spiel
- Selbstentfaltung
- Vielseitige Grundausbildung



9.5 Trainingstipps Bambini / G-Junioren

Training

- Einfaches Laufen und Bewegen: Fang- und Tunnelspiele, Balancieren, Koordination - **> 30%**
- Einfache Aufgaben mit Ball: Ballführen, Ballkontrolle (Annahme), Torschuss, Werfen - **> 20%**
- Kleine Spiele mit Ball: Platzwechselspiele, einzel- oder Teamwettbewerb -> **20%**
- Kleine Fußballspiele: 4 gegen 4 auf kleinem Feld mit und ohne Tore (Linientore) -> **30%**

Spiel:

- Alle sollen spielen: Also auch die "Guten" mal draußen lassen
- Möglichst viele Tore erzielen
- Das Ergebnis ist zweitrangig: Der Spaß steht im Vordergrund
- Kein vorgeschriebenes Spielsystem

Coaching:

- Die Freude am (Fußball-)Spiel entwickeln und ständig fördern
- Die Teamfähigkeit (Gemeinsam macht's mehr Spaß) langsam entwickeln
- Der Trainer ist der 'große Freund' der Kinder
- Eltern ins soziale Umfeld des Vereins einbinden (Fahrdienst, Obst, Getränke, Fotos, Erinnerungsmappe des zurückliegenden Jahres)



10 Altersgruppe F- und E-Junioren (U9 bis U11)

Der erste Eindruck vom Fußballtraining kann das weitere Interesse, das "Dabeibleiben" eines Kindes mitbestimmen. Deshalb muss das Training vom ersten Augenblick an Spaß machen und Lernfortschritte zugleich bringen. Zu diesem Zweck rücken viele freie Fußballspiele mit kleinen Mannschaften in den Mittelpunkt des Trainings.

10.1 Grundlagen

Merkmale von F- und E-Junioren

- Ausgeprägte Bewegungs- und Spielfreude
- Große Begeisterung für das Wettstreiten mit anderen
- Koordinative Probleme und eine nur schwach ausgeprägte Muskulatur
- Geringes Konzentrationsvermögen
- Starke, unkritische Orientierung an erwachsenen Vorbildern

Ziele des F- und E-Juniorentrainings

- Vermittlung der Spielidee „Tore erzielen und Tore verhindern“
- Förderung der Freude am Fußballspielen
- Erlernen der wichtigsten Fußball-Techniken in der Grobform
- Spielerisches Vermitteln vielseitiger sportlicher Erlebnisse
- Schaffen koordinativer und konditioneller Grundlagen
- Fördern von Selbstvertrauen, Teamgeist und Kreativität

Inhalte des F- und E-Juniorentrainings

- Freie Fußballspiele in kleinen Mannschaften auf Tore: 2 gegen 2, 3 gegen 3, 4 gegen 4
- Motivierende, kindgemäße Trainingsaufgaben zum Erlernen der Technik-Grundformen (Dribbeln, Passen, Schießen)
- Aufgaben mit dem Ball und kleine Spiele über den Fußball hinaus
- Fangspiele und Staffeln, Hindernis-Parcours zur Förderung der Bewegungsgeschicklichkeit

10.2 Betreuung

Zu beachten: Daran muss ein Juniorentrainer immer denken

- Gerade die Trainer der Jüngsten wirken als Vorbild und haben großen Einfluss auf die Persönlichkeitsentwicklung
- Zu allen Kindern eine Beziehung aufbauen, die nicht in erster Linie von einem Denken in Toren und Punkten bestimmt ist
- Kinder immer als eigenständige Persönlichkeiten akzeptieren
- Trainer von Kindern zu sein heißt: Freund, Helfer und Förderer zugleich zu sein

Werte: Jeder Juniorentrainer wirkt als Erzieher

- Als Trainer sportliche wie soziale Werte vorleben
- Sportliche Fairness gerade bei Niederlagen zeigen



- Sportlich fit bleiben und eine eigene positive „Fußball- Verrücktheit“ spüren lassen
- Allen Kindern die gleiche Aufmerksamkeit zukommen lassen
- Kindern im Training helfen, statt sie bloßzustellen
- Nie vor den Kindern rauchen oder Alkohol konsumieren

Grundsätze: Kleine Grundregeln für das Training

- Einige Ordnungsregeln einüben, wie z.B. Pünktlichkeit, Aufräumen der Umkleidekabine, Abmelden von Training und Spiel
- Immer positiv erklären und korrigieren, auch wenn etwas falsch läuft oder misslingt, also möglichst viel loben
- Die Kinder helfen beim Geräteauf- und -abbau
- Jedes Training startet und endet mit einem kurzen Zusammenkommen

10.3 Trainingsaufbau

Das Einstimmen

- F- und E-Junioren benötigen noch kein gezieltes Aufwärmprogramm, wie es später jede Trainingseinheit einleitet
- Kinder in diesem Alter wollen und können sich sofort schnell bewegen und austoben
- Zu diesem Zweck vor allem interessante, leicht verständliche Fang- und Ballspiele anbieten, die möglichst rasch anlaufen
- Diese schulen die wichtige Ball- und Bewegungsgeschicklichkeit
- Verschiedene Bälle benutzen, z.B, Tennis-, Basket-, Gymnastikbälle

Der Hauptteil

- Im Mittelpunkt des Trainings motivierende Spiel- und Übungsaufgaben zum Kennenlernen der Grundtechniken einbauen
- Auf keinen Fall nur starre und monotone Übungen zum „Technik-Training“ anbieten Immer kleine Wettbewerbe organisieren, (Komplex-)Übungen zum selben Schwerpunkt
- Jeder Spieler muss viel in Bewegung sein und viele Ballkontakte haben
- Lange Wartezeiten vermeiden, in kleinen Gruppen arbeiten

Der Schlussteil

- Kleine Fußball-Spiele sind der eindeutige Mittelpunkt des F- und E-Juniorentrainings
- Nach dem Einstimmen können Fußballspiele mit kleinen Teams auf Tore durchaus das restliche Training alleine bestimmen
- Spätestens aber zum Abschluss des Trainings bekommen die Kinder genug Gelegenheit zum freien Fußballspielen: 4 gegen 4 auf Tore ist dabei die ideale Spielform

10.4 Kriterien

Taktik: Das ideale Wettspiel für F- und E-Junioren

- Das ideale Spiel für Kinder ist ein 7 gegen 7 in einem 55 x 36 Meter großen Spielfeld zwischen Strafraum und Mittellinie
- Mit kindgemäßen und vereinfachten Regeln
- Ständiges Auswechseln ist erlaubt
- Für Bambini/Mini-Kicker ist ein 5 gegen 5 noch vorteilhafter



Die Vorteile

- Die Spielsituationen sind in einem kleineren Spielfeld von den Nachwuchsfußballern besser zu überschauen
- Auch weniger begabte Spieler bleiben nicht außen vor, sondern werden immer wieder in das Spiel einbezogen
- Spaß und Erfolgserlebnisse für alle durch kurze Wege zum Tor, viele Torszenen und viele Tore
- Große Lerneffekte für Anfänger und Talente gleichermaßen

Beim Spiel: Richtiges Coachen beim Wettspiel

- Die Kinder müssen das Spiel auf verschiedenen Positionen erleben, Auch auf der Torhüter-Position wechseln
- Nur kurze Besprechungen vor dem Spiel mit kurzen, prägnanten Anweisungen – die einfachen Tipps immer positiv formulieren
- Im Spiel nur sporadisch eingreifen – dabei immer anfeuern, ermutigen und loben
- Grundsätzlich müssen die Kinder lernen, selbst zu entscheiden

10.5 Trainingstipps F-Junioren

Die F-Junioren sollen langsam die Basistechniken erlernen. Um jedem Kind die so wichtigen vielen Ballkontakte zu ermöglichen, halten wir die Übungsgruppen klein und ermuntern die Kinder, möglichst oft mit beiden Füßen zu spielen.

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.

Hier bietet sich das 3-3 im Rotationsprinzip an, wobei aber alle angreifen dürfen und sollen. Obwohl ein Sieg immer schön ist, aber auch schnell vergessen wird, soll jedes Kind etwa gleich große Spielanteile erhalten. Also bleiben auch die besseren Spieler öfter mal draußen.

Training:

- Vielseitiges Laufen und Bewegen: Fang-und Tummelspiele, Balancieren, Koordination -> **15%**
- Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball: Platzwechselspiele, Jonglieren -> **15%**
- Basistechniken: Dribbling, Innenseitstoß, An-und Mitnahme flacher Bälle, Spannstoß -> **20%**
- Freie Fußballspiele in kleinen Teams: max. 4 gegen 4 (kleines Feld mit/ohne Tore) -> **50%**



Spiel:

- Alle sollen spielen (auch die "Guten" mal draußen lassen)
- Möglichst viele Tore erzielen. Der Spaß am Fußball ist wichtiger als das Ergebnis
- Spielsystem 3-3: Die Abwehrspieler spielen mit nach vorne, die Stürmer mit nach hinten
- Keine festgelegten Positionen für einzelne Spieler: Die Vielseitigkeit aller Kinder fördern

Coaching:

- Die Freude am (Fußball-)Spiel weiterentwickeln und ständig fördern
- Die Teamfähigkeit weiterentwickeln
- Der Trainer ist der 'große Freund' der Spieler
- Eltern sollen angetragene Aufgaben als Hilfe für die Trainer empfinden

10.6 Trainingstipps E-Junioren

Bei den E-Junioren dominieren zu Beginn des Trainings weiterhin vielseitige Bewegungen. Gleichwohl tragen wir dem deutlich verbesserten Koordinationsvermögen Rechnung und 'individualisieren', indem wir die fußballspezifischen Techniken verfeinern: Das Dribbling wird zielgerichteter und schneller, Finten wie Ausfallschritt und Übersteiger werden eingeführt. Beidbeiniges annehmen, passen und schießen wird gefördert.

Der Ball steht im Mittelpunkt und das Fußballspielen rückt immer mehr in den Vordergrund. Dabei vermitteln wir langsam einfache taktische Verhaltensmuster wie Freilaufen und Anbieten. Die Kinder sind jetzt alt genug, um auch Pflichten zu übernehmen: Die Kabinen sind sauber zu verlassen, die Materialien sorgsam zu behandeln und der Respekt vor dem Trainer, aber auch vor den Gegen- und Mitspielern ist einzuhalten.

Training:

- Vielseitige sportliche Aktivitäten: Jonglieren, Lauf-/Fangspiele, Koordination -> **15%**
- Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball: Handball, Basketball usw. -> **15%**
- Kindgemäße Technikübungen: Tempodribbling, Grobform Finten, Kopfball geradeaus -> **20%**
- Fußballspiele in kleinen Teams auf kleinem Feld mit und ohne Tore -> **50%**

Spiel:

- Alle sollen spielen (auch die 'Guten' mal draußen lassen)
- Möglichst viele Tore erzielen
- Ergebnis ist zweitrangig: Der Spaß soll im Vordergrund stehen
- Kein vorgeschriebenes Spielsystem

Coaching:

- Die Freude am (Fußball-)Spiel entwickeln und ständig fördern
- Teamfähigkeit (gemeinsam macht's mehr Spaß) langsam entwickeln
- Der Trainer als 'großer Freund' der Spieler
- Eltern ins soziale Umfeld des Vereins einbinden (Fahrdienst, Trikotwäsche, Kuchen, Obst, aber keine Süßigkeiten)



11 Altersgruppe D- und C-Junioren (U13 bis U15)

Der DFB hat sein flächendeckendes Stützpunkttraining in ganz Deutschland vor allem in der Altersklasse der D-Junioren etabliert. Das hat einen wichtigen Grund: Die jungen Talente sind hier im besten Lernalter. Wenn sie alters- und zeitgemäß trainiert werden, eignen sie sich auch komplizierte Fußballtechniken relativ leicht an. Jeder Nachwuchstrainer ist deshalb gerade in diesem "goldenen Lernalter" in der Pflicht, seine Spieler fußballerisch voranzubringen.

Es ist ein langer Weg vom begeisterten Anfänger bis zum umjubelten Spitzenfußballer. Selbst noch so talentierte Kinder sind hoffnungslos überfordert, wenn sie sofort alle Ansprüche des „großen“ Fußballs erfüllen sollen. Das Kinder- und Jugendtraining ist deshalb in kleine Teilziele aufzuteilen. Sie bauen aufeinander auf und berücksichtigen, was Kinder und Jugendliche „normalerweise“ auf der jeweiligen Altersstufe wollen und können.

Hier sind Bewegungs-, Spiel- und Leistungsfreude zu erkennen, der mit großem Lerneifer nachgegangen wird. Schnelle und geschickte Bewegungen fallen den Kindern relativ leicht. Sie sind nun bereit, alle technischen und taktischen Grundelemente des Fußballs zu lernen. In diesem Altersabschnitt Versäumtes lässt sich nur schwer wieder aufholen.

11.1 Grundlagen

Merkmale von D-Junioren

- Körperliche und psychische Ausgeglichenheit der D-Junioren
- Positive Persönlichkeitsmerkmale im „goldenen Lernalter“ wie Selbstvertrauen, ein verbessertes Konzentrationsvermögen, eine hohe Lern- und Leistungsbereitschaft, Bewegungsfreude
- Ausgeprägtes Koordinationsvermögen, harmonische Bewegungen
- Zum Ende der D- und zu Beginn der C-Junioren: körperlicher und psychischer Einschnitt mit Eintritt in die Pubertät
- Lernen von Vorbildern

Übergang von D- zu C-Junioren

Innerhalb von ein paar Jahren machen die Jugendlichen einen enormen Entwicklungsschub. Die meisten Heranwachsenden befinden sich spätestens im C-Jugend-Alter in der pubertären Phase. Neben körperlichen Veränderungen wie Stimmbruch und Wachstumsschüben müssen auch psychische Einschnitte bewältigt werden.

C-Junioren

- körperlich-psychische Unausgeglichenheit
- Lösen von Erwachsenen
- Stimmungs- und Leistungsschwankungen: Jugendliche sind empfindlich, labil, leicht gekränkt, „Mimosen“
- Psychische Unsicherheit: Identitätssuche
- Stärkere Eigeninitiative: Jugendliche wollen mitreden



Ziele des D- und C-Juniorentrainings

- Spaß am Fußballspielen
- Systematisches Erlernen und Festigen der Grundtechniken
- Anwenden der Techniken in unterschiedlichen Spielsituationen unter Druck eines Gegenspielers
- Spielerisches Vermitteln taktischer Grundlagen, insbesondere Schulung der Viererkette beginnen
- Fördern positiver Persönlichkeitseigenschaften wie Selbständigkeit und Leistungsbereitschaft zu regelmäßigem Training

Inhalte des D- und C-Juniorentrainings

- Motivierende Einzel- und Gruppenübungen mit dem Ball zum Einschleifen der Grundtechniken
- Zweikampfschulung (verschiedene Situationen des 1 gegen 1)
- Spielformen mit kleinen Mannschaften und zu bestimmten technisch-taktischen Schwerpunkten
- Vor allem für C-Junioren: Motivierende Kräftigungsübungen und Beweglichkeitsprogramme, Reaktions- und Startübungen mit Ball

Entwicklungsprozesse

Die Reifungsprozesse stellen spezielle Herausforderungen an die Betreuer und können sehr anstrengend sein. Die Trainer müssen den Jugendlichen nun einerseits mit viel Toleranz und andererseits mit festen Regeln begegnen. Diesen Spagat zu bewältigen, fällt nicht jedem einfach, aber der Einsatz lohnt sich: Neben fußballerischen Leistungssteigerungen sind durch die richtige Betreuung vor allem Persönlichkeitsfortschritte möglich.

Individuelles Betreuen

Für beide Altersklassen, sowohl für die D- als auch für die C-Junioren, gilt: Individuelles Betreuen ist das A und O im Kinder- und Jugendfußball. Die oben genannten Entwicklungsphasen treten ganz unterschiedlich bei den verschiedenen Spielern auf. Kein Kind wächst nach Plan. Körperlichen oder geistigen Sprüngen folgen immer mal wieder Stagnationsphasen. Darauf muss der Trainer Rücksicht nehmen.

11.2 Trainingsaufbau

Das Einstimmen

- Interessante Aufwärmprogramme mit Ball (einzeln, paarweise oder in kleinen Gruppen) zur Technik-Schulung anbieten
- Zwischendurch auch motivierende Fangspiele, Laufstaffeln, „Kleine Spiele“ und koordinative Aufgaben mit Ball einbauen
- Eine weitere Alternative ganz zu Trainingsbeginn: eine kurze Selbstbeschäftigungsphase (5 Minuten), in der die Spieler alles am Ball ausprobieren dürfen



Der Hauptteil

- Spielformen in kleinen Gruppen (ideal ist ein 4 gegen 4) zu einem bestimmten technisch-taktischen Schwerpunkt als Mittelpunkt des Trainings einplanen
- Dazwischen Übungsformen zum selben technisch-taktischen Schwerpunkt anbieten
- Die einzelnen Aufgaben so aussuchen, dass die Organisation (Übungsfelder, Spielergruppen) nicht verändert werden muss, um keine kostbare Trainingszeit zu verlieren

Der Schlussteil

- Zum Abschluss des Trainings: Spiele in kleinen Gruppen auf Tore
- Ab und an betonen wenige zusätzliche Spielregeln nochmals den technisch-taktischen Schwerpunkt (z.B. das Dribbling) des Trainings. Regelmäßig auch ganz frei spielen lassen
- Beim Abschlussspiel ein 7 gegen 7 nicht überschreiten und relativ kleine Felder abstecken. Bei größeren Trainingsgruppen eine 3. Mannschaft bilden und ein kleines Turnier organisieren

11.3 Taktik

Ziele: Die wichtigsten Inhalte des Techniktrainings

- Dribbeln mit vielen Tempo- und Richtungsänderungen
- Passtechniken (präzise und flexible Zuspiele zu einem Mitspieler)
- Schusstechniken zum Verwerten von Tormöglichkeiten auch in schwierigen Situationen
- Kopfballspiel
- Täuschungen zum Auspielen von Gegnern

Inhalte: Grundlagen eines effizienten Techniktrainings

- Korrektes Vormachen der jeweiligen Technik durch den Trainer oder ein herausragendes Talent aus der Gruppe
- Häufiges Wiederholen und Üben des (möglichst perfekten) Bewegungsablaufs
- Korrekturen/präzise Verbesserungshinweise durch den Trainer
- Die variable Anwendung des jeweiligen Technik in einfachen Spielsituationen

Die wichtigsten Grundsätze

- Viele Wiederholungen einer Technik innerhalb einer Trainingseinheit und über längere Zeiträume (3 bis 5 Wochen) einplanen
- Viele Ballkontakte pro Trainingseinheit ermöglichen
- Wartezeiten vermeiden – dazu mit kleinen Gruppen trainieren
- Die Aufgaben am Können der Gruppe orientieren – bessere Spieler mit anspruchsvolleren Zusatzaufgaben fordern
- Altersgemäße und interessante Technik-Aufgaben anbieten



11.4 Kriterien

Taktik: Das ideale Wettspiel für D- und C-Junioren

- Der Spielbetrieb ist flexibel zu organisieren: Gerade für leistungsschwächere Teams oder für Vereine mit wenigen D-Junioren hat das Kleinfeld-Spiel 7 gegen 7 in dieser Altersklasse Vorteile
- Ansonsten die D-Junioren schrittweise und altersgemäß zu den Aufgaben im „großen Spiel“ 11 gegen 11 hinleiten
- Spielsysteme und -taktiken dürfen den Nachwuchs weder über- noch unterfordern

Vor dem Spiel: Die Aufgaben des Trainers vor einem Spiel

- Die Spieler zur Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit erziehen
- Auf eine saubere und komplette Ausrüstung achten
- Kurze, verständliche und prägnante Anweisungen vor dem Spiel (Mannschaftsaufstellung und wichtige taktische Grundinformationen und -regeln), 10 Minuten nicht überschreiten
- Zum Schluss anspornen, Mut machen, anschließend müssen die Spieler noch genug Zeit haben, sich ein wenig einzuspielen

Beim Spiel: Richtiges Coachen beim Wettspiel

- Die Kinder anfeuern, aufmuntern, auf sie positiv einwirken, jedoch von außen nicht zu viele Informationen geben
- Auf die Eltern einwirken, wenn sie von außen die Kinder kritisieren oder in das laufende Spiel hineinrufen
- Jeden anwesenden Spieler zum Einsatz kommen lassen
- In der Halbzeit Getränke reichen und viel loben, nur wenige Anweisungen für die kommende Halbzeit geben

11.5 Trainingstipps D-Junioren

Training:

- Spielerische Fitnessschulung: Koordination, Parcours, 1 gegen 1, Handball, Staffeln
-> **20%**
- Systematisches Techniktraining: Dribbling, Finten, Schusstechniken, An-/Mitnahme
-> **20%**
- Individual- und gruppentaktische Grundlagen: 1 gegen 1, Hinterlaufen, Doppelpass
- **> 20%**
- Fußballspiele mit Schwerpunkten und freies Spielen: Überzahl, auf mehrere Tore usw. -> **40%**

Spiel:

- Alle sollen spielen, möglichst viele Tore erzielen
- Das Ergebnis wird wichtig, ohne die Philosophie zu dominieren: Der Spaß steht im Vordergrund
- Positionen noch nicht festlegen (Vielseitigkeit)



Coaching:

- Freude am Fußballspiel und die Teamfähigkeit weiterentwickeln
- Trainer achtet zunehmend auf Disziplin: Weg vom 'großen Freund' hin zum sportlichen Leiter
- Die Eigeninitiative der Spieler fördern (Material einsammeln, Bälle pflegen usw.)
- Faires Verhalten gegenüber dem Gegner und Schiedsrichter

11.6 Trainingstipps C-Junioren

Training:

- 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
-> **20%**
- Fußballspiele mit Schwerpunkten und freies Spielen: Über-/Unterzahl, auf 6 Tore usw. -> **40%**

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

Coaching:

- Teaminterne Hierarchien und Verantwortungsbewusstsein schaffen
- Die Freude am Fußballspiel und die Teamfähigkeit weiterentwickeln
- Zunehmend auf Disziplin und Ordnung achten
- Die Eigeninitiative der Spieler fördern (Material einsammeln, Bälle pflegen, usw.)



12 Altersgruppe B- und A-Junioren (U16 bis U19)

Im B- und A-Juniorenbereich als „zweitem goldenen Lernalter“ bietet sich nochmals eine große Chance, alle technisch-taktischen und spielerischen Qualitäten eines Fußballers zu verbessern. Neben diesem fußballerischen Potenzial, das es individuell zu trainieren gilt, stellt auch die Persönlichkeitsentwicklung des Nachwuchsspielers ein wichtige Aufgabe für den Trainer dar: Fördern und fordern lautet hier das Motto.

Jugendliche im B- und A-Jugendalter haben den größten Teil der Pubertät hinter sich und reifen zu eigenen Persönlichkeiten, die genaue Vorstellungen haben. Das spiegelt sich auch im Fußballverein wieder. Die Spieler haben präzise Erwartungen, was ihnen ein Verein bieten soll. Ein Problem vieler Vereine ist die hohe Fluktuation. Reicht das Angebot nicht aus, wechseln die Jugendlichen den Verein oder suchen sich andere Freizeitbeschäftigungen. Die 15- bis 18-jährigen sind für ihren Verein aber „überlebenswichtig“, denn sie bilden das unmittelbare Zukunftspotenzial für die Herrenmannschaften des Clubs. Also sollte sich das Vereinsangebot auch an ihren Wünschen orientieren.

Wichtigstes Motiv für Vereinsspieler ist die Freude am Fußball – egal, ob sie nun in der Junioren-Bundesliga, in der Bezirksliga oder in der A-Klasse aktiv sind. Das sollte deshalb jeder Trainer beherzigen, wenn er ein spezielles Konzept für sein Team erarbeitet. Die spezielle Trainingsplanung berücksichtigt dann je nach Spielklasse die Bereitschaft der Jugendlichen zu intensiven, leistungsorientierten Trainingsinhalten, das individuelle fußballerische Können und nicht zuletzt die einplanbaren Einheiten pro Woche. Ziel in dieser Entwicklungsphase, egal in welcher Spielklasse, ist die Vermittlung von fußballerischen Grundlagen für ein funktionierendes und erfolgreiches Mannschaftsspiel.

Der sportliche Erfolg spielt natürlich eine große Rolle, in einem Alter, in dem gerne Wettbewerbe und Leistungsvergleiche ausgetragen werden. Genauso wichtig sind den Jugendlichen aber auch persönliche Kontakte zu den Mitspielern und zum Trainer. Durch ein positives Mannschaftsklima inklusive einer breiten Palette an außersportlichen Aktivitäten steigt ein Fußballverein auf der Beliebtheitskala. Nicht zuletzt wollen Jugendliche als selbstbewusste Persönlichkeiten akzeptiert werden und intensiv mitbestimmen.

Für einen positiven Teamgeist sorgen z.B.:

- Nicht nur fußballerisches Können vermitteln, sondern Persönlichkeiten fördern
- Viel mit den Jugendlichen reden, offen für persönliche Probleme sein
- Mitbestimmung zulassen und Eigeninitiative fördern
- Vorbild sein, gerecht sein
- Über Training und Wettspiele hinaus Freizeitaktivitäten anbieten. Dabei Wünsche, Vorschläge und Ideen der Jugendlichen abfragen und berücksichtigen

12.1 Grundlagen

Merkmale von B- und A-Junioren

- Verbessertes Leistungsvermögen durch körperliche Veränderungen: Ausgleich der Körperproportionen / Kraftzuwachs
- Verbessertes Koordinationsvermögen, größere Bewegungsdynamik
- Größere Lernbereitschaft und Auffassungsgabe, Sensibilisierung für Sachprobleme und Mitspieler
- Streben nach Selbstständigkeit und Anerkennung als gleichberechtigter Partner



- Lösen vom „ich-bezogenen“ Denken der Pubertät
- Erhöhtes Streben nach individuellem und mannschaftlichem Erfolg

Ziele des B- und A-Juniorentrainings

- Spaß am Fußballspielen
- Verbessern der erlernten technisch-taktischen Grundlagen
- Anpassen an die erhöhten Anforderungen des Spiels – vor allem die Schulung einer dynamischen „Wettspiel-Technik“
- Gezielte Schulung spezieller Taktik-Schwerpunkte
- Fördern von Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein und Mitverantwortung

Inhalte des B- und A-Juniorentrainings

- Systematisch eingesetzte Spielformen mit unterschiedlich großen Gruppen zu bestimmten technisch-taktischen Schwerpunkten
- Anspruchsvollere (Komplex-)Übungen zum selben Schwerpunkt
- Spielformen zur Verbesserung der fußballspezifischen Kondition
- Antrittsübungen und Sprungkombinationen, Wettläufe um den Ball mit einer anschließenden Aktion (z.B. Torschuss)
- Regelmäßige Beweglichkeits- und Kräftigungsprogramme

12.2 Trainingsaufbau

Das Einstimmen

- Interessante Aufwärmprogramme mit Ball (einzeln, paarweise oder in kleinen Gruppen) zur Technik-Schulung anbieten
- Zwischen die Ballübungen Stretching- und Kräftigungsprogramme zur gezielten muskulären Vorbereitung einfügen
- Auf eine systematische Steigerung der Übungsanforderungen und der Intensität achten
- Nicht nur Standardprogramme – das Aufwärmen stets variieren
- Die Spieler abwechselnd ins Aufwärmprogramm miteinbeziehen (Info an denjenigen Spieler ist vom Trainer im Training davor zu geben)

Der Hauptteil

- Konzentriert an einem Trainingsschwerpunkt arbeiten
- Auf einen richtigen Wechsel von Belastung und Erholung achten. Kurze, intensive Spielzeiten mit aktiven Pausen im Anschluss
- Spielformen zu einem bestimmten technisch-taktischen Schwerpunkt anbieten – dazwischen Übungsformen zum selben Schwerpunkt
- Lösbare, jedoch leistungsherausfordernde Aufgaben stellen

Der Schlussteil

- Im Abschlussspiel nochmals gezielt die technisch-taktischen Schwerpunkte des Hauptteils betonen und fordern, auch hier von allen Spielern konzentrierte Aktionen fordern
- Nicht nur mit einem „Auslaufen“ die Trainingseinheiten abschließen. Je nach Situation auch motivierende Trainingsaufgaben (z.B. einige leichte Torschussübungen) stellen
- Jedes Training mit einer kurzen Besprechung beenden



12.3 Taktik

Grundsätzliche Ziele des Taktiktrainings

- Schaffen der Grundlagen für eine offensiv ausgerichtete und attraktive Spielweise
- Sicheres Kombinieren zur Sicherung des Balles und zum Herausspielen von Torchancen
- Schnelles Umschalten nach Ballgewinn und Ballverlust
- Förderung von Spielwitz, Kreativität, Einsatzwillen und Risikobereitschaft
- Verständnis zu den einzelnen Mannschaftsteilen sowie deren Verbindung steigern

Die wichtigsten Inhalte des Taktiktrainings

- Zweikämpfe (1 gegen 1) im Angriff
- Zweikämpfe (1 gegen 1) in der Verteidigung
- Grundformen des Zusammenspiels: Anbieten und Freilaufen, Doppelpässe, Ballübergaben usw.
- Angriffskombinationen durch die Mitte/über die Flügel
- Effizientes Verteidigen in der Gruppe (mit dem Schwerpunkt ballorientiertes Verteidigen“)

Die wichtigsten Grundsätze

- Wettspielgemäße Trainingsformen und Belastungen anbieten
- Möglichst offene Trainingsaufgaben stellen, die Eigeninitiative von den Spielern fördern
- Lösbare, jedoch leistungsherausfordernde Trainingsaufgaben anbieten
- Die Spieler auch taktisch möglichst vielseitig ausbilden
- Durch Demonstrationen/Korrekturen den Lernprozess forcieren

12.4 Kriterien

Taktik: Das ideale Wettspiel für B- und A-Junioren

- Eine offensiv ausgerichtete Spielauffassung bevorzugen
- Spielsysteme und -taktiken dürfen die Nachwuchsspieler weder über- noch unterfordern. Grundformationen, Aufgaben und Anforderungen an die Spieler müssen leistungs- und altersgerecht sein
- Die Spielweise finden und trainieren, die auf die eigene Mannschaft und deren Potential zugeschnitten ist

Vor dem Spiel: Die Aufgaben des Trainers vor einem Spiel

- Um eine konzentrierte Spielvorbereitung zu ermöglichen, sollte die Mannschaft mindestens eine Stunde vor Spielbeginn am Spielort sein
- Kurze, verständliche und prägnante Anweisungen vor dem Spiel (wichtige Informationen zum Gegner, taktische und motivationale Einstellung auf das Spiel, Mannschaftsaufstellung), 15 Minuten nicht überschreiten
- Kurze, aufmunternde, informierende Einzelgespräche einstreuen
- Es sollte jeder Trainer seine vom Verein bereitgestellte Taktikhilfen anwenden (Tafel etc.)



Beim Spiel: Richtiges Coachen beim Wettspiel

- Ruhe und Souveränität ausstrahlen, nicht in das Spiel hineinbrüllen
- Nur gezielte, einfache und verständliche Anweisungen geben
- Das Spiel genau beobachten, um angemessene und gezielte Schritte zur Steuerung des Spiels einleiten zu können (z.B. Umstellungen innerhalb der Mannschaft)
- Die Spieler positiv durch aufmunternde Kritik über Zurufe motivieren

12.5 Trainingstipps A- und B-Junioren

Training:

- Systematische fußballspezifische Fitness: Parcours, 1 gg. 1 bis 11 gg. 11, Intervalle
-> **20%**
- Positionsspezifisches Techniktraining: Drehung zum Torabschluss, Flanken, Pässe
-> **20%**
- Gruppen- und Mannschaftstaktik: Vertiefung der Grundlagen; Flügelspiel, Pressing
-> **20%**
- Fußballspiele mit Schwerpunkten: Ballorientierung, Umschalten, Positionsspiel usw.
-> **40%**

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, 4-5-1
- Positionsspezialisierung beginnt, aber die Stärken verbessern und die Schwächen beheben
- Schon am Wochenanfang Spielsystem für das kommende Spiel wählen und gezielt darauf hin trainieren
- Fairness gegenüber Gegner und Schiedsrichter

Coaching:

- Team-Hierarchien, Eigeninitiative und Verantwortung fördern, in Entscheidungen einbinden
- Freude am Fußball und Teamfähigkeit weiterentwickeln
- Disziplin und Ordnung; Identifikation mit dem Verein schaffen
- Altjahrgänge an das Seniorentaining heranzuführen



13 Torhüter

13.1 Trainingskonzept

Bis zum Ende der E- Junioren erfolgt kein spezielles Torhüter – Grundlagentraining. Da im unteren Bereich jedes Kind auf jeder Position zum Einsatz kommen soll. Das Torhüter – Grundlagentraining beginnt ab den D- Junioren und vor allem bei den C- Junioren (im Alter 12 bis 16 Jahre) erhalten die Spieler ein Aufbautraining. Ab den B- Junioren startet das Leistungstraining (16 bis 18 Jahre).

Ziel der aufeinander aufbauenden Ausbildungsstufen ist es, dem momentanen Entwicklungsstand der Torhüter entsprechend die optimalen Trainingsreize und –formen im Training anzubieten, damit sich jeder Torhüter individuell entwickeln kann. Entsprechend gestalten sich auch die Schwerpunkte in den einzelnen Ausbildungsstufen. Allen Ausbildungsstufen jedoch ist gemeinsam, dass ein großer Wert auf

- Schnelligkeits- und Schnellkraftanforderungen
- spezifische Technikanforderungen
- spezifische Taktikanforderungen
- Konzentrationsfähigkeit
- Koordinative Fähigkeiten

gelegt wird. Zudem werden die Spieler auch in der Persönlichkeit trainiert. Werte wie Respekt, Pünktlichkeit und Ordentlichkeit sind fester Bestandteil des Ausbildungskonzeptes.

13.2 Anforderungsprofil des Torhüters

Konstitution

Die konstitutionellen Leistungsvoraussetzungen werden einerseits durch die körperbaulichen Merkmale und andererseits durch die körperliche Belastbarkeit und Belastungsverträglichkeit bedingt. Zu den ersteren zählen Faktoren wie Körpergröße, Körpergewicht, und Beweglichkeitsvoraussetzungen. Unter dem Begriff der körperlichen Belastbarkeit wird die mechanische Beschaffenheit des Bewegungsapparates verstanden. Für den Torhüter können die konstitutionellen Leistungsvoraussetzungen von großem Einfluss sein - man denke hierbei nur an die Körpergröße.

Leistungswirksam werden sie jedoch nur, wenn auch die Leistungsvoraussetzungen im konditionellen und technisch – taktischen Bereich entsprechend ausgeprägt sind.

Kondition, insbesondere Schnelligkeits- und Schnellkraftanforderungen

Unter diesem Begriff wird generell die Leistungsfähigkeit eines Spielers verstanden. Dabei darf die Leistungsfähigkeit nicht nur als Produkt der körperlichen Eigenschaften wie Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft und Beweglichkeit gesehen werden. Vielmehr können diese körperlichen Eigenschaften nur mit den entsprechenden psychischen Voraussetzungen (z.B: Motivation) realisiert werden.

Der Torhüter hat über die gesamte Spieldauer gesehen wenige, dafür meist hochintensive Belastungssituationen zu bewältigen. Dazu gehören neben den kognitiven Schnelligkeitskomponenten (Wahrnehmungs-, Antizipations-, Reaktions-, Entscheidungsschnelligkeit etc.)



Antritte und Sprints von bis zu 30 Metern, um Bälle in die Tiefe aufzunehmen, abzufangen oder Flankenbälle abzuwehren.

Außerdem muss der Torspieler sprungweite Bälle erhechten und Situationen 1 gegen 1 bestehen. Das Spiel stellt somit sehr hohe Schnelligkeits- und Schellkraftanforderungen an den Torhüter.

Spezifische Technikanforderungen

Der Torspieler ist nicht mehr nur „Torwart“, sondern Torwart und Feldspieler. Aufgrund der Regeln darf er den Ball innerhalb des eigenen Strafraums mit der Hand spielen. Er muss Bälle, die aus verschiedenen Entfernungen und Richtungen, mit unterschiedlicher Schärfe und Höhe, mit oder ohne Effet auf das Tor bzw. in den Strafraum kommen, meist unter Gegner- und Zeitdruck klären. Als wichtiger Mannschaftsteil ist der Torhüter sowohl bei eigenem als auch gegnerischem Ballbesitz am Spiele beteiligt. Dazu muss er die Feldspielertechniken beherrschen.

Bsp.: Hechten und Fangen, Abwehren, Ballannahme, Passen

Spezifische Taktikanforderungen

Der Torspieler ist kein Einzelkämpfer, wie oft proklamiert wird. Wie alle anderen Spieler ist er in das Mannschaftskonzept einzubauen. Bei gegnerischem Ballbesitz hilft er seinen Mitspielern mit ständiger Spielbereitschaft und aktivem, lautstarkem Lenken seiner Vordermänner den Ball zu gewinnen bzw. durch entsprechendes Stellungsspiel Schüsse und Flanken abzuwehren. Im Ballbesitz spielt er immer mit und verhält sich im und außerhalb des Strafraums wie ein Feldspieler. Er eröffnet das Spiel von hinten heraus mit langen oder kurzen Pässen bzw. Abwürfen. Er bietet sich seinen Mitspielern an, im den Ball zu sichern, ihn ins Mittelfeld oder in die Spitze zu spielen bzw. das Spiel auf die andere Seite zu verlagern.

Konzentrationsfähigkeit

Obwohl der Torhüter relativ wenige Aktionen in einem Spiel hat, muss er während der gesamten Spieldauer konzentriert sein. Dabei wechseln ständig Phasen höchster Konzentration mit solchen geringer. Der Torspieler muss dem Spielgeschehen folgen und sein Konzentrationsniveau den sich ändernden Spielsituationen anpassen können.

Koordinative Fähigkeiten

Allgemein werden als „koordinative Fähigkeiten“ diejenigen Fähigkeiten bezeichnet, die für die Steuerung, Ausführungssicherheit und -ökonomie von Bewegungen in unterschiedlichsten Situationen verantwortlich sind und die Grundlage für eine gute Lernfähigkeit darstellen.

Bsp.: Reaktionsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit



14 Öffentlichkeitsarbeit - Jugendzeitschrift

Die Jugendleitung des 1. FC Penzberg erstellt für alle Jugendmannschaften eine gemeinsame Zeitschrift. In dieser Zeitschrift werden die Jugendmannschaften vorgestellt. Diese Zeitschriften liegen dann bei jedem Heimspiel der jeweiligen Jugendmannschaften aus und können durch die Eltern, Zuschauer, Gäste etc. mitgenommen werden.

15 Spielerscouting

Prämisse

Der 1. FC Penzberg setzt bei seinem Jugendkonzept in erster Linie auf die einheimischen Spieler. Diese Spieler sollen nach ihrer vorhandenen Leistungsstärke entsprechend gefördert werden.

Ziel sollte sein, dass die jeweiligen Jugendmannschaften aus diesen einheimischen Spielern bestehen.

Der Verein als Lockmittel

Tritt der 1. FC Penzberg wie in diesem Jugendkonzept dargestellt bei den Spielen und in der Öffentlichkeit auf, wird der 1. FC Penzberg ein positives Image in der einheimischen Region sowie im weiteren Umfeld erreichen. Trägt die Arbeit der Trainerteams ihre Früchte und die jeweiligen Jugendmannschaften können in den entsprechenden Ligen bestehen, wird automatisch das Interesse von auswärtigen Spielern erreicht werden. Dieses Ziel sollte die entsprechende Messlatte für den 1. FC Penzberg sein.

Verstärkung der Mannschaften

Leistungsstarke Spieler aus der Region sind für die jeweilige Jugendmannschaft dann von Interesse, wenn diese Spieler die vorhandene Qualität der Jugendmannschaft weiter erhöht.

Sichtung der Spieler

Jedes Trainerteam einer Jugendmannschaft kann seine jeweilige Mannschaft bezüglich der Spielstärke, Qualität und Charakter am Besten beurteilen. Daher ist das jeweilige Trainerteam auch in der Funktion bei entsprechend auffälligen und interessanten Spielern der gegnerischen Mannschaften sich ggf. Namen und Notizen über einen Spieler zu machen.

Diese Informationen sind dann gebündelt an einen vereinsinternen Spielerscout zu übergeben, der sich die entsprechenden fraglichen Spieler nochmals anschaut und sich ein zweites Urteil bildet.



16 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 des Jugendtrainers,
- 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 – für eine gewisse Zeit Bestand hat.