



# Jugendkonzept VfR 1926 Sondernheim e.V.





## Vorwort

Der VfR Sondernheim gehört zu den gut geführten Vereinen im Kreis Germersheim. Dies wird durch seine hohe Akzeptanz deutlich und spiegelt sich letztlich in der Mitgliederzahl wieder. Einen hohen Stellenwert innerhalb des Vereins, gemessen an der Zahl der aktiven Kinder und Jugendlichen, nimmt der Jugendfußball ein.

Damit die gute Jugendarbeit im Spannungsfeld zwischen sportlichem Anspruchsdenken und sozialer Integrationsaufgabe auch in Zukunft erfolgreich fortgeführt werden kann, haben wir das nachfolgend dargestellte Jugendkonzept erarbeitet.

Das Konzept stellt einen roten Faden für die Akteure im Bereich des Jugendfußballs dar und bildet den organisatorischen und sportlichen Rahmen für die Vereinsarbeit im Jugendfußball. Akteure in diesem Sinne sind die Kinder und Jugendlichen, die Trainer und Betreuer, die Funktionäre im Bereich Jugendfußball, aber auch die Eltern der Kinder und Jugendlichen.

Das Konzept wird einer fortwährenden Überprüfung und Weiterentwicklung, unter Berücksichtigung der gesellschaftlichen und vereinsinternen Entwicklung, unterworfen sein.

### Wozu brauchen wir ein Jugendkonzept?



Ohne Konzept ist alles von Zufällen abhängig - eine langfristige Planung ist nicht möglich.



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, Gönner und Sponsoren die Zusammenhänge in der Abteilung Jugendfußball besser verstehen und nachvollziehen können.



Das Konzept soll Jugendbetreuern und Funktionären einen Wegweiser an die Hand geben.



Es hilft das Leistungsniveau der einzelnen Jugendmannschaften anzuheben.



Ausbildungskonzept



## Grundsätze der Jugendarbeit

- 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 Verantwortung nehmen einen ebenso großen Stellenwert ein wie die sportliche Weiterentwicklung.
- Wir fördern Selbstsicherheit Anerkennung, durch konstruktive Kritik und fachliche und soziale Kompetenz.

## Ziele der Jugendarbeit

- 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 dauerhaft mindestens eine Mannschaft für den Spielbetrieb melden.
- Langfristig sollen junge, sportlich und charakterlich gut ausgebildete Fußballerinnen und Fußballer mit hoher Vereinsidentifikation an die Aktivität abgegeben werden, um das Weiterbestehen des Vereins auf einer breiten Basis nachhaltig zu sichern.
- Die Jugendfußballspieler/-innen sollen sich beim VfR Sondernheim wohl fühlen.
- Auch Spielerinnen und Spieler, die fußballerisch weniger talentiert sind, sollen langfristig an den Verein gebunden werden, um als Jugendbetreuer, Schiedsrichter oder Funktionär eingebunden werden zu können.



## Ausbildungsstufen

Unser Jugendkonzept lehnt sich an das Ausbildungskonzept des Deutschen Fußballbundes an. Der DFB unterscheidet vier Ausbildungsstufen, die aufeinander aufbauen. Ziel ist es, dass die Kinder und Jugendlichen beim Wechsel in die nächsthöhere Altersklasse bestimmte Fertigkeiten und Fähigkeiten mitbringen, auf denen dann aufgebaut werden kann.

### Ball und Bewegungsschule -> G-Junioren (Bambini)

- Oberstes Ziel ist es, die Kinder an das Fußballspielen spielerisch heranzuführen, Freude an vielseitiger fußballerischer und allgemeiner sportlicher Betätigung zu entwickeln und damit auch eine Alternative für eine sinnvolle Freizeitgestaltung anzubieten.

### Grundlagenbereich -> F und E-Junioren

- Oberstes Ziel ist die vielseitige fußballspezifische Ausprägung der technischen Fertigkeiten, des technisch-taktischen Verhaltens, und der allgemeinen und fußballspezifischen koordinativen Fähigkeiten, um die hauptsächlichen Anforderungen des Spiels für Angriff und Abwehr bewältigen zu können.

### Aufbautraining -> D und C-Junioren

- In dieser Ausbildungsstufe werden die Spieler auf die neuen Anforderungen sowohl im technisch-taktischen Bereich als auch im konditionellen Bereich vorbereiten.

### Leistungstraining -> B und A-Junioren

- Im Leistungstraining werden die Spieler fast ausschließlich mit komplexen Übungs/Spielformen an die Anforderungen der Männermannschaften herangeführt.

# Ausbildungsvision im Kinderfußball

Im Bereich des Kinderfußballs wollen wir die Kinder nach folgendem Motto ausbilden:

## Lachen

Sinn und Zweck der wöchentlichen Trainingseinheiten ist es, den Kindern etwas beizubringen. Nämlich das Fußballspielen. Aus diesem Grund ist es wichtig zu verstehen wie und wann Kinder lernen (wollen). Sind Kinder unzufrieden oder unglücklich, sind sie kaum in der Lage zu lernen.

Deswegen ist Spaß im Kinderfußball unerlässlich, denn fröhliche Kinder sind lernwilliger, konzentrierter und mit mehr Engagement bei der Sache. Mit „Lachen“ sind hier grundsätzlich positive Gefühlszustände gemeint. Diese können auf verschiedenste Weise erreicht werden – durch Zugehörigkeit (soziale Akzeptanz, positiver Selbstwert, Freundschaft), Kompetenz (Neugier, Wissen, Erfolg) und Unabhängigkeit (Selbstvertrauen, Mitbestimmung).

Aufgabe des Trainers ist es deshalb, ein positiv aktivierendes Lernklima bei seinen Spielern zu erzeugen. „Make your players love the game“. Die Trainer müssen es schaffen, die Kinder für den Fußball zu begeistern. Erst wenn die Faszination geweckt ist, werden die Spieler empfänglich für Verbesserungsvorschläge. Entwickeln die Kinder keine Begeisterung für den Sport, erschwert dies den Lernprozess immens. Wie bringt man Kinder dazu Fußball zu lieben? Man gibt ihnen im Training das, was sie wollen: Man erhöht die Spielzeit oder kreiert spielnahe Situationen und packt diese in geeignete Spielformen. Dabei spielen Freiheiten für die Spieler eine wichtige Rolle.

## Lernen

Lernen heißt sich Wissen, eine Handlungsweise oder eine technische Fertigkeit anzueignen. Die Hirnstrukturen von Kindern sind ideal vorbereitet für das Lernen. Gerade im Bereich der Koordination und Technik eignen sich Kinder vieles durch Anknüpfen an Bekanntes oder Nachahmungslernen an. Lernen kommt durch die Aufnahme von Informationen aus der Umwelt über die verschiedenen Sinne zustande. Dies funktioniert allerdings nur, wenn im Kind ein positiver Gefühlszustand herrscht.

## Leisten

Kinder möchten Aufgaben erfolgreich bewältigen. Sie sind leistungsbereit und wollen beispielsweise schnell rennen oder ein schönes Tor erzielen. Sie sind an ihrer persönlichen Leistung interessiert und messen sich mit sich selbst oder anderen.



Erwartet man von den Kindern Leistung, muss zunächst sichergestellt werden, dass sie im Stande sind Leistung zu bringen (da sie es gelernt haben).

**Die Voraussetzung hierfür ist Spaß am Training und Spaß am Fußball**

---



# Kommunikation ist alles!

„Junge, jetzt geh mal zum Ball! Könnt ihr nicht mal laufen?! Was ist los mit euch?! Los, spiel den Ball in die Tiefe!“

Das sind nur einige Anweisungen, die Woche für Woche von Trainern an der Seitenlinie quer über den Platz gebrüllt werden. Hinzu kommt oft, dass durch einen weiteren Mann hinter dem Tor dem Tormann Anweisungen gegeben werden. Und nicht selten auf der Gegenseite sogar ein dritter Mann Anweisungen gibt und bei Fehlern lautstark auf den Fehler hinweist.

Nicht nur bei den Spielen, auch im Training hört man sehr häufig Trainer rumschreien, wenn Kinder die Übungen nicht korrekt ausführen, unkonzentriert sind oder mal rumalbern.

Wer glaubt wirklich, dass ein Kind, das gerade

angeschrien und zusammengestaucht wird, danach eine bessere Leistung bringt und fehlerfrei spielt? Niemand!

Es mag zwar ein paar Minuten schneller laufen und aktiver sein, aber dann wird die Angst vor einem Fehler es voll erfassen und es wird eine schlechte Leistung bringen.

Trainer müssen verstehen, dass ein Sportler nur besser wird, wenn man an seinen Stärken arbeitet und ihn viel lobt und positive Anleitungen gibt. Durch dieses, dabei gewonnene Selbstvertrauen kann dieser Sportler auch gut mit seinen Schwächen umgehen.

Trainer müssen auch verstehen, dass es nicht um ihre eigenen Befindlichkeiten geht, sondern dass sie sich so verhalten müssen, wie es dem Sportler nutzt und ihn weiterbringt.



- Schreien bringt nichts, sondern bewirkt das Gegenteil
- Die Spieler möglichst oft loben und positive Anleitungen geben
- Selbstvertrauen stärken und nicht (durch anschreien) abschwächen
- Während des Spiels möglichst zurückhalten und die Kinder selbst entscheiden lassen
- Wenn Anweisungen gegeben werden, dann in positiver Form

### Fragen, die sich jeder Trainer stellen sollte

- Kommen meine Spieler mit einem Lächeln zum Spiel/Training?
- Wie oft lächeln sie im Training?
- Wie oft lächle ich?
- Gehen sie mit einem Lächeln?

Wenn ein Kind angeschrien wird, wird das kindliche Gehirn mit Emotionen wie Angst und Schrecken überflutet. Diese Emotionen lösen ein Stress-Level aus, das das Lernen in dem Moment blockiert.

Wenn also Spieler während des Trainings die Übung nicht korrekt ausführen, wenn sie unkonzentriert und abgelenkt sind oder schlicht keine Lust haben, sollte der Trainer sein eigenes Verhalten und seine Kommunikation hinterfragen. Hat er die Übung nicht richtig erklärt? Warum hat er es nicht geschafft die Kinder zu begeistern?

Kinder sind nunmal keine Erwachsenen und spielen auch im Fußball nicht wie die großen Stars. Trainern muss klar sein, dass an jedem Bundesligaspieltag auch von den Profis Fehler begangen werden.

Lassen wir die die Kinder Kinder sein und lassen wir sie Fehler machen! Fehler dürfen, ja sie müssen sogar passieren, damit der junge Spieler sich weiterentwickeln kann. Die Trainer sind dazu da, die Kinder vor lösbarer Probleme zu stellen und bei Fragen unterstützend einzugreifen. Sonst nimmt man den Kindern bereits in frühen Jahren jegliche Kreativität, die wir dann aber im Wettkampf wieder einfordern.

**Wir wollen die Spieler inspirieren!**

**Nicht instruieren!**

# Aufgaben des Trainers in der C/B/A-Jugend

## Betreuung

**Persönliche, vertrauensvolle Kontakte zu den Spielern und der Spieler untereinander bestimmen stark die Attraktivität eines Vereins für die Spieler**

- Leistung und Persönlichkeit fördern.
- Mit den Spielern Regeln für das Miteinander vereinbaren.
- Konflikte rechtzeitig erkennen und konstruktiv lösen.
- Offen sein für außersportliche Probleme der Jugendlichen.
- Mitbestimmungs- und Gestaltungsmöglichkeiten schaffen.
- Authentisch sein, Werte vorleben.

### **Team-Umfeld**

Zusätzliche außersportliche Angebote ermöglichen. Diese fördern die sozialen Kontakte, Kommunikation und Erlebnisse - all das, was Jugendliche suchen.

## Das Spiel

**Sportliche Wettbewerbe und Meisterschaftsrunden sind hochattraktiv. Nur darf der Erfolgsdruck nicht alles dominieren.**

- Jeder Spieler sollte weiterhin Einsatzzeiten bekommen. Unabhängig von seinem Leistungs niveau.
- Festlegung auf fixe Positionen nur mit Augenmaß. Im modernen Fußball muss ein Spieler auf mehreren Positionen spielen können.
- Die Jugendlichen sollen im Spiel eigenständige Lösungen finden. Also taktisch keine engen „Zwangsjacken“.
- Stets ein aktives Spielkonzept vorgeben. Ein agierendes und kein reagierendes Spielkonzept vorgeben.

# Das Training

Jeder Jugendliche möchte sich steigern und dazulernen. Ein motivierendes Training sorgt für die nötige Leistungsfreude

- **Planen**
  - Erst eine sorgfältige Vorbereitung sichert reibungslose Abläufe, vielseitige Inhalte und letztlich begeisterte Spieler. Nur mit gezieltem und geplantem Training erreicht man die Entwicklung des Spielers.
- **Organisieren**
  - Ein einfacher, übersichtlicher Trainingsaufbau, der viele Variationen der Aufgaben zulässt, ist ein Erfolgsrezept. Langatmige Umbauten sollten vermieden werden.
  - Vor jedem Training kurze gemeinsame Begrüßung und erklären, was geplant ist.
  - Nach dem Training kurze Nachbesprechung und Verabschiedung.
  - Spieler in den Auf- und Abbau einbinden.
- **Steuern**
  - Praktisch in jeder Sekunde des Trainings ist der Trainer gefordert. Das Training aufmerksam beobachten und konstruktive Hinweise geben.
  - Das „Wozu“ erklären – Abläufe rund um das Spiel, Training begründen.
- **Auswerten**
  - Ein durchaus selbstkritischer Rückblick hilft, es demnächst noch besser zu machen. Ein Trainer lernt nie aus.
  - War jeder Spieler häufig genug am Ball und hatte Aktionen mit dem Ball?
  - War das Training auf den Leistungsstand meiner Gruppe ausgerichtet? War sie überfordert? War sie unterfordert?
  - War mein Coaching, waren meine Anweisungen klar, deutlich, hilfreich und umsetzbar?

# Zusätzliche Förderung

**Sportliche Wettbewerbe und Meisterschaftsrunden sind hochattraktiv.  
Nur darf der Erfolgsdruck nicht alles dominieren.**

- Zusatzaufgaben für Einzelspieler in Spiel- und Übungsformen
- Zusätzliches Einzel-/Gruppentraining vor/nach dem Teamtraining bzw. an anderen Trainingstagen
- Einrichten teamübergreifender „Talente-Gruppen.“
- Schnuppertraining bei den Senioren für die A-Junioren
- Praxisorientierte Impulse und konkrete Trainingspläne für ein zusätzliches Eigentraining
- Stets ein aktives Spielkonzept vorgeben. Ein agierendes und kein reagierendes Spielkonzept vorgeben.

# Aufgaben des Trainers in der F/E/D-Jugend

## Das Training

**Training muss als Spiel-, Bewegungs- und Lernstunde zu jeder Zeit Spaß machen und kleine Lernfortschritte zugleich bringen**

- **Planen**
  - Erst eine sorgfältige Vorbereitung sichert reibungslose Abläufe, vielseitige Inhalte und letztlich begeisterte Spieler. Nur mit gezieltem und geplanten Training erreicht man die Entwicklung des Spielers.
  
- **Organisieren**
  - Ein einfacher, übersichtlicher Trainingsaufbau, der viele Variationen der Aufgaben zulässt, ist ein Erfolgsrezept. Langatmige Umbauten sollten vermieden werden.
  - Vor jedem Training kurze gemeinsame Begrüßung und erklären was geplant ist.
  - Nach dem Training kurze Nachbesprechung und Verabschiedung.
  - Spieler in den Auf- und Abbau einbinden.
  
- **Steuern**
  - Praktisch in jeder Sekunde des Trainings ist der Trainer gefordert. Das Training aufmerksam beobachten und konstruktive Hinweise geben.
  - Das „Wozu“ erklären – Abläufe rund um das Spiel, Training begründen.
  
- **Auswerten**
  - Ein durchaus selbstkritischer Rückblick hilft, es demnächst noch besser zu machen. Ein Trainer lernt nie aus.
  - War jeder Spieler häufig genug am Ball und hatte Aktionen mit dem Ball?
  - War das Training auf den Leistungsstand meiner Gruppe ausgerichtet? War sie überfordert? War sie unterfordert?
  - War mein Coaching, waren meine Anweisungen klar, deutlich, hilfreich und umsetzbar?

## Das Spiel

Natürlich wollen Spieler und Trainer gewinnen. Wichtiger ist aber, dass der Einzelne fußballerisch permanent dazulernt

- **Vor des Spiels**
  - Zeit- und Treffpunkt festlegen. Den Transport zu einem Auswärtsspiel klären.
  - Die Kinder/Eltern informieren.
  - Kurze Besprechung vor dem Spiel.
  - Genug Zeit für das Einspielen, um die Spielfreude zu wecken.
- **Während dem Spiel**
  - Die Spieler aufmuntern und anfeuern. Negative Zurufe unbedingt vermeiden.
  - Mäßigend auf Eltern einwirken, die die Kindern von außen kritisieren oder in das Spiel hineinrufen.
  - Beim Aus-/Einwechseln das Rotationsprinzip bevorzugen.
  - Begeisterung zeigen. Sich mit den Kindern freuen.
- **In der Halbzeitpause**
  - Die Halbzeitpause gehört den Kindern. Sie sollen sich erholen.
  - Wenig reden. Knappe präzise Aussagen. Ihre Konzentration nicht überfordern.
  - Motivieren und Mut machen. Zum Schluss ein Ritual für den „Teamgeist“.
- **Nach dem Spiel**
  - Die Kinder nach einer Niederlage ermutigen und trösten.
  - Siege und Niederlagen stets relativieren.
  - Auf Hygiene und Ordnung achten.
  - Über den nächsten Trainingstermin informieren.
  - Für einen sicheren Heimweg sorgen.

## Betreuung

Das Selbstbewusstsein fördern. Jeder muss Gelegenheit haben, seine individuellen Stärken zu präsentieren – nicht nur auf dem Fußballfeld

- Kinder als Persönlichkeiten anerkennen.
- Gemeinsame Regeln für das Miteinander vereinbaren.
- Wünsche der Kinder berücksichtigen.
- Freiräume lassen – nicht alles reglementieren.

### Team-Umfeld

Die fußballspezifischen durch außersportliche Angebote ergänzen, die sozialen Kontakte, Kommunikation und Spaß gewährleisten.



## G-Junioren

### Leitfaden für das Training

#### Auf die Kommunikation achten

- Keine langen Erklärungen
- Nichts voraussetzen
- Aufmerksamkeit einfordern
- Klar und deutlich sprechen
- Einfache Hauptsätze verwenden

#### Zeit nehmen

- Den Kindern den Freiraum lassen Dinge auszuprobieren
- Den Kindern erlauben auf Abenteuertour zu gehen
- Genug Zeit lassen um Aufgaben zu bewältigen
- Zeit nehmen um Neugierde zu stillen

#### Erfolg sicherstellen

- Aufgaben wählen, die Erfolge ermöglichen
- Bewegungsfreude durch die Bewältigung von Aufgaben entwickeln

#### Angst nehmen

- Im Training und im Spiel für ein positives und angstfreies Klima sorgen
- Selbstverantwortung fördern

#### Teamgedanke

- Gemeinschaftsaufgaben stellen, um den Teamgedanken zu entwickeln
- Kennenlernen einfacher Grundregeln des Mit- und Gegeneinanders

## Kurzinfo

### Motorisch-körperliche Merkmale

- Großer Bewegungs- und Spieldrang
- Schnelle Ermüdung
- Hohe Beweglichkeit
- Schwach ausgebildete Muskulatur
- Geringe koordinative Eigenschaften
- Unterschiedliche Leistungsvoraussetzungen

### Psychosoziale Merkmale

- Ausgeprägte Neugierde
- Geringes Konzentrationsvermögen
- Starke Ich-Bezogenheit
- Starke Orientierung am Trainer
- Ausgeprägte Phantasiewelt
- Geringe kognitive Fähigkeiten

### Lernziele

- Körperkoordination
- Freude am Sport
- Spielerisches Kennenlernen des (Fuß)Balls
- Einfache Spielregeln

### Trainingsumfang

60 Minuten, 1-2 x pro Woche

# G-Junioren

## Trainingsinhalte

### Körperkoordination

Heranwachsende müssen erst lernen mit ihrem Körper umzugehen. Ihnen helfen verschiedene Bewegungserfahrungen dabei, den eigenen Körper kennenzulernen und ihn zu kontrollieren. Denn über ihre verschiedenen Wachstumsphasen verändert sich die körperliche Konstitution ständig, so dass die Programme sich immer wieder an neue Gegebenheiten anpassen müssen. Kinder profitieren daher von der Schulung ihrer koordinativen Fähigkeiten.



*Balancieren, Hürden, Slalom, Parcours, Fangspiele, Geschicklichkeitsspiele*

### Freude am Sport

Ein Bambini-Trainer ist nicht nur dafür verantwortlich, den Kindern das Fußballspielen beizubringen, sondern Kinder allgemein für den Sport zu begeistern. Um dies zu erreichen müssen folgende Aspekte gewährleistet sein



*Erfolgslebnisse ermöglichen, abwechslungsreiches und kindgerechtes Training, der Spaß steht im Vordergrund, nicht nur fußballspezifische Lernziele verfolgen, alle Aufgaben spielerisch vermitteln, Übungen in kleinen Gruppen mit vielen Ballkontakten*

### Spielerisches Kennenlernen des Balls

Angstfreie Freude am Umgang mit dem springenden, rollenden Ball und am »Kicken« des Balls. Bambinis sind Anfänger und sollten auf spielerische Weise an den Fußballsport herangeführt werden. Einfache Übungen mit dem Ball (Ball stoppen, werfen, fangen, Slalom um Hütchen laufen usw.) sind hierbei ideal.



*spielerisches Kennenlernen von Bällen (Softball, Luftballon, Fußball)*

### Einfache Spielregeln

Die Grundregeln des Fußballspiels sollten den Kindern vermittelt werden.



*Anstoß, Tor, Aus, Einwurf / Einrollen / Eindribbeln*



## F-Junioren

### Leitfaden für das Training

#### Kleine Gruppen und Felder

- Keine langen Erklärungen
- Nichts voraussetzen
- Aufmerksamkeit einfordern
- Klar und deutlich sprechen
- Einfache Hauptsätze verwenden

#### Viele Ballkontakte für alle

- Den Kindern den Freiraum lassen Dinge auszuprobieren
- Den Kindern erlauben auf Abenteuer tour zu gehen
- Genug Zeit lassen um Aufgaben zu bewältigen
- Zeit nehmen um Neugierde zu stillen

#### Kreativität und Spielfreude

- Aufgaben wählen die Erfolge ermöglichen
- Bewegungsfreude durch die Bewältigung von Aufgaben entwickeln

#### Geduld haben

- Im Training und im Spiel für ein positives und angstfreies Klima sorgen
- Selbstverantwortung fördern
- Vor- und Nachmachen

## Kurzinfo

### Motorisch-körperliche Merkmale

- Erste Bewegungserfahrungen und koordinative Grundlagen
- Einsetzender Lernwille
- Große Bewegungs- und Spielfreude
- Große Lust am Wettstreiten
- Koordinativ noch teilweise Defizite
- Schwach ausgeprägte Muskulatur

### Psychosoziale Merkmale

- Geringes Konzentrationsvermögen
- Große Sensibilität
- Phasenweise eine gewisse Unausgeglichenheit
- Geringes Selbstbewusstsein
- Einen Hang, sich an erwachsenen Vorbildern zu orientieren

### Lernziele

- Grundtechniken (Dribbeln, Passen, Ballkontrolle)
- Vermitteln einfacher taktischer Tipps (Tore schießen, Tore verhindern)
- Zusammenspiel
- Zweikampf (am Ball behaupten, Ball gewinnen)

### Trainingsumfang

70 Minuten, 2 x pro Woche

# F-Junioren

## Trainingsinhalte

### Aufmerksamkeit, Reaktionsschnelligkeit und Geschick

Laufspiele, Fangspiele und Staffelwettbewerbe erfordern Aufmerksamkeit, Reaktionsschnelligkeit und Geschick. Schnell, flink und wendig wie ein Hase



*Körperkoordination*

### Dribbeln/Passen

Hier lernen die Kinder, den Ball zu beherrschen. Dazu müssen sie einfach nur mit dem Ball laufen und dabei immer wieder die Richtung wechseln. Indem sie verschiedene Ziele ansteuern oder in Staffeln gegeneinander antreten, lässt sich das Dribbling in ganz unterschiedliche Spielideen verpacken.



*Pass-Spiel, Ballannahme, beidfüßiges Schießen, Kontrolliertes Ball -Dribbeln, Finten (Auftaktbewegungen), Stoppen/Annehmen des flach gespielten Balles, Mitnahme des Balls*

### 1 gegen 1

In jeder Mannschaft gibt es Kinder, die das Spiel dominieren - und es gibt Kinder, an denen es komplett vorbeiläuft. Um alle in Situationen zu bringen, in denen sie sich am Ball behaupten bzw. dem Gegenüber das Spielgerät abnehmen müssen, haben wir diesen Baustein geschaffen. In großen Spielen kommen direkte Duelle nämlich viel zu selten vor.



*Zweikämpfe, Richtungsänderungen, Tempoänderungen, Finten, Auftaktbewegungen*

### Zusammenspiel

In Überzahlspielen erlernen die Kinder das Zusammenspiel. Sie lernen, den Blick vom Ball zu lösen und sich neben oder vor dem Ballführenden anzubieten, anstatt zum Ball zu laufen. Wie der Ball zum Mitspieler kommt, ist erst einmal „egal“. Schwerpunkt ist nicht die Verbesserung der Passtechnik, sondern die Spielübersicht.



*Freilaufen ohne Ball, Ballsicherheit / kein Wegschießen, Übergang Ballgewinnungsspiel / Angriffsspiel, Decken, Situation 2:1*

### Schießen

Auch hier geht es noch nicht um die Vermittlung eines technischen Leitbildes. Vielmehr wollen wir die Kinder durch motivierende Wettbewerbe an die Zieltechnik heranführen. Kleine Tricks wie das Schießen aus der Hand oder das Zurollen des Balls helfen dabei.



*flache, ruhende Bälle mit der Innenseite/Vollrist, Schuss aus dem Lauf heraus, Direktschuss*

### Freies Spiel

Hier liegt der Fokus auf dem Coaching. Wir wollen, dass alle ständig am Spiel beteiligt sind. Abgelenkte oder schüchterne Kinder werden ermutigt aktiv teilzunehmen. Aber auch „Ballmagneten“, die im Auge manches Elternteils immer alles alleine machen, müssen für ihre Laufbereitschaft gelobt und in Mut zum 1 gegen 1 bestärkt werden.



*Fußballspiel mit oder ohne Torwart, mit 2 oder vier Toren, 2 gegen 2, 3 gegen 3, ...*



## E-Junioren

### Leitfaden für das Training

#### Technik-Training ist Spieltraining

- Techniktraining spielerisch vermitteln
- Auch Wettspiele sind möglich (z.B. wer schafft zuerst 10 saubere Pässe)
- Individuelle Stärken fördern

#### Viele Ballkontakte/Spielaktionen

- Nach Möglichkeit in kleinen Gruppen trainieren

#### Auf genaue Abläufe achten

- Übungen sauber ausführen
- Gegebenenfalls korrigieren und vormachen

#### Taktisches ‚Grund-ABC‘ vermitteln

- Grundlagen der Aufteilung im Raum
- Grundlagen des Zusammenspiels
- Festlegung der Spieler auf Positionen ist nicht erstrebenswert, da die Flexibilität der Spieler nach wie vor gefördert werden soll

#### Fairness und mehr vorleben

- Höflichkeit, Umgang miteinander
- Fairness, Zuverlässigkeit
- Vorbild sein

#### Erlernen der Spielvorbereitung

- warm machen
- auf das Spiel vorbereiten

## Kurzinfo

### Motorisch-körperliche Merkmale

- Befinden sich im Übergang vom Spiel- zum Lernalter
- Haben einen hohen Bewegungsdrang und eine hohe Spielfreude
- Körperlich und psychisch ausgeglichen
- Verbessertes Koordinationsvermögen und Bewegungsgeschick
- Körperlich eher ausgeglichenes Erscheinungsbild (Ausgewogenheit zwischen Körpergröße und Muskulatur)

### Psychosoziale Merkmale

- Ein nach und nach verbessertes Konzentrationsvermögen
- Großer Lerneifer
- Große Leistungsbereitschaft
- Gesundes Selbstvertrauen
- Verbesserte Auffassungsgabe

### Lernziele

- Grundtechniken (Dribbeln, Passen, Ballkontrolle)
- Vermitteln einfacher taktischer Tipps (Tore schießen, Tore verhindern)
- Zusammenspiel
- Zweikampf (am Ball behaupten, Ball gewinnen)

### Trainingsumfang

70 Minuten, 2 x pro Woche

# E-Junioren

## Trainingsinhalte

### Passen

beidfüßiges Pass-Spiel, Passen mit der Innenseite

### Ballan- und mitnahme

Ball mit der Sohle rollen (vorwärts/seitwärts), anderer Fuß stoppt  
Mitnahme des flach gespielten Balles mit der Innenseite/Außenseite  
An- und Mitnahme halbhoher/hoher Bälle

### Dribbeln/Finten

Ballführen in höherem Tempo mit und ohne Richtungsänderung  
schneller Alleingang, Dribbling 1:1  
Situation 2:1, 3:1 (Pass/Dribbling), Situation 1:2

### Schießen

spielbezogene Torschussübungen, Schusstechniken

### Zusammenspiel

In Überzahlspielen erlernen die Kinder das Zusammenspiel. Sie lernen, den Blick vom Ball zu lösen und sich neben oder vor dem Ballführenden anzubieten, anstatt zum Ball zu laufen. Wie der Ball zum Mitspieler kommt, ist erst einmal „egal“. Schwerpunkt ist nicht die Verbesserung der Passtechnik, sondern die Spielübersicht.

Spielaufbau, Umschalten, Positionswechsel  
Hinterlaufen, Kreuzen

### Wettspiele

Viele Wettbewerbe fördern den Spaß und die Motivation der Spieler! So lassen sich vor allem technische Schwerpunkte sehr einfach 'verpacken', ohne dass zahlreiche Wiederholungen für Langeweile sorgen.



## D-Junioren

### Leitfaden für das Training

#### Basistechniken schrittweise und im Detail verbessern

- Viele Wiederholungen
- Pro Trainingseinheit nur 1 Schwerpunkt setzen
- Wechsel zwischen Spielen und Üben
- Präzision vor Schnelligkeit

#### Üben und Spielen zu einem Schwerpunkt verbinden

- Fußballlernend durch Fußballspielen
- durch bestimmte Zusatzaufgaben einzelne technisch-taktische Spielelemente jeweils herausheben

#### Auf Beidfüßigkeit achten

- Den schwächeren Fuß gezielt trainieren
- Nicht nur bei Schüssen und Pässen, sondern auch bei Körpertäuschen, Sprüngen, etc.

#### Kondition durch Spielformen schulen

- Ausdauer ist wichtig
- Kann vollkommen ausreichend mit Ball und überwiegend mittels Spielformen trainiert werden (z.B. in den Vorbereitungswochen)

#### Mit individuellem Training beginnen

- Zusatzaufgaben für Einzelspieler in Spiel- und Übungsformen
- Praxisorientierte Impulse und konkrete Trainingspläne für ein zusätzliches Eigentraining

#### Die Spieler aktiv einbinden

- Intensive Kommunikation
- Nach und nach sollte jeder Einzelne mehr Verantwortung für sich und andere übernehmen

## Kurzinfo

### Motorisch-körperliche Merkmale

- Phase des motorisch besten Lernalters
- Ausgewogenes körperliches Erscheinungsbild
- Gutes Koordinationsvermögen
- Große Bewegungs- und Spielfreude

### Psychosoziale Merkmale

- Große Lern- und Leistungsbereitschaft
- Große Begeisterung für Neues
- Gutes Konzentrationsvermögen
- Viel Selbstvertrauen
- Optimistische Einstellung

### Lernziele

- Spielfreude weiterentwickeln
- Basistechniken systematisch verbessern
- Schulung individualtaktischer Abläufe
- Kennenlernen gruppentaktischer Grundlagen

### Trainingsumfang

80 Minuten, 2-3 x pro Woche

# D-Junioren

## Trainingsinhalte

### Tore erzielen



*variable Torabschlüsse in schnell wechselnden Situationen, Torschusstechniken verbessern,*

### Tore vorbereiten



*Standards: Eckball, Freistöße, Einwürfe, Flügelspiel, Passkombination (durch das Zentrum),*

### Ball behaupten



*sicheres Passspiel, Ballsicherung gegen Pressing, effektive und sichere Ballverarbeitung, An- und Mitnahme von flachen Zuspielen, schnelles Handeln unter Zeit- und Gegnerdruck*

### Spielaufbau



*Aufbau des Spieles von hinten, Flügelspiel, Doppelpass, Anbietet- und Freilaufverhalten*

### Verteidigung/Ballgewinnung



*Zweikampfschulung (versch. 1 gegen 1 Situationen), körperbetontes Zweikampfverhalten, Doppeln*

### Taktik



*Spielformen (4-4-2; 4-3-3, ...), Manndeckung, Raumdeckung*

### Technik



*Kopfballspiel entwickeln, alle Schusstechniken sind anwendbar; Junge Spieler auf Torwartposition spezialisieren, Torwarttechnik und -verhalten*



## C-Junioren

### Leitfaden für das Training

#### **Individuelle Entwicklungsunterschiede beachten**

- Die Kinder befinden sich besonders in diesem Alter in verschiedenen Entwicklungsstufen. Diese sind beim Training zu berücksichtigen

#### **Individuell fördern: Stärken stärken, Schwächen schwächen**

- Versuchen die Stärken eines Spielers weiter zu stärken und die Schwächen zu beseitigen bzw. abzuschwächen

#### **Eigeninitiative und –motivation aufbauen und stabilisieren**

- Motivation – nur motivierte Spieler siegen
- Die Einstellung ist also ein nicht zu unterschätzender Faktor für den Ausgang eines Fußballspiels.

#### **Kreativität ist wichtiger als starre taktische Abläufe**

- Kreativität und Spielwitz anregen
- Wichtig ist, die Anzahl der Spieler möglichst gering zu halten
- Ein 3 gegen 3 ist ideal

#### **Keine zu frühe Positionsspezialisierung vorgeben**

- Die Spieler müssen stärker bewusst, selbstbestimmt und eigenmotiviert das fußballerische Lernen mitgestalten
- Mitgestaltungsmöglichkeiten schaffen

#### **Hierarchien bilden, Verantwortlichkeiten schaffen**

- Einen Kapitän als verlängerten Arm des Trainers bestimmen
- Klare Aufgabenverteilung auf und neben dem Platz vornehmen

## Kurzinfo

### Motorisch-körperliche Merkmale

- Schießen ‚in die Höhe‘
- unharmonische Körperproportionen
- Verbesserte Kraft- und Schnelligkeitseigenschaften
- Wirken häufig staksig und ungelenkt

### Psychosoziale Merkmale

- Lösen sich von erwachsenen Bezugspersonen
- Psychische Unsicherheit
- Weisen Stimmungs- und Leistungsschwankungen auf
- Sind geistig ‚fitter‘

### Lernziele

- Stabilisierung der Freude am Fußballspielen
- Technisch-dynamisches Spiel – mit Tempo und unter Gegnerdruck
- Vertiefung der Gruppentaktiken in Offensive und Defensive
- Ausgleich koordinativer Defizite und Aufbau einer breiten, aber fußballspezifischen Fitness
- Förderung persönlicher Verantwortung

### Trainingsumfang

90 Minuten, 2-3 x pro Woche

# C-Junioren

## Trainingsinhalte

### Taktische Mittel und Verhaltensweisen

- Ballorientiertes Spiel
- Kreativität fordern und fördern
- Vertiefung komplexer Übungsformen (Handlungsschnelligkeit)
- Festigung von Finten/Täuschungen, Dribblingformen, Passformen, Ballan- und mitnahmen
- Vertiefung allgemeiner taktischer Grundlagen
- Einführung in die Spielsysteme (4-4-2, 4-1-4-1, 4-2-3-1, 4-3-3)
- Situationsgerechtes Freilaufen - Raumaufteilung, Zusammenspiel, Zweikampfverhalten
- Heranführen an Pressing-/Gegenpressingverhalten
- Praxisspielformen mit Wettkampfcharakter forcieren
- großen Wert legen auf Koordinationsübungen (mit und ohne Ball)
- Schulung des schnellen Umschaltens von Abwehr auf Angriff (betontes Offensivspiel über die Außen)
- Spielverhalten vom 1:1 bis hin zum 4:4 / Positionsspiele, Freilaufen, Raumaufteilung
- Schulung des schnellen Umschaltens von Abwehr auf Angriff (betontes Offensivspiel über die Außen)

### Fitness und Athletik

- Heranführung an Kräftigungsübungen
- Körperliche Fitness und Athletik wird aufgebaut

### Tore vorbereiten



*Standards: Eckball, Freistöße, Einwürfe, Flügelspiel, Passkombination (durch das Zentrum),*

### Tore erzielen



*variable Torabschlüsse in schnell wechselnden Situationen, Torschusstechniken verbessern,*



## A und B-Junioren

### Leitfaden für das Training

#### Intensive Trainingsabläufe und aktive Pausen abstimmen

- Dynamik und Anstrengung im Wechsel mit Erholungs- und Konzentrationsphasen fördern die Trainingseffizienz
- Intensive Abläufe dienen der Vorbereitung auf das Wettspiel und bereiten perspektivisch auf den Seniorenfußball vor
- Hohe Intensität führt zu einer physischen/psychischen Ermüdung

#### In der Theorie und Praxis technisch-taktische Details trainieren

- Bei jeder Technikaufgabe einen Spielbezug herstellen
- Häufig mit Gegner-, Raum- und Zeitdruck arbeiten
- Stets alternative Aktionsmuster aufzeigen
- Taktische Inhalte dosiert in theoretischen Team-Sitzungen vermitteln

#### Komplex trainieren, aber die Individualität beachten

- Praxisorientierte Impulse und konkrete Trainingspläne für ein zusätzliches Selbsttraining
- Zusatzaufgaben für Einzelspieler in Spiel- und Übungsformen
- Individuell fördern; Stärken stärken und Schwächen schwächen

#### Die Spieler aktiv einbinden und Mitbestimmung ermöglichen

- Die Spieler müssen stärker bewusst, selbstbestimmt und eigenmotiviert das fußballerische Lernen mitgestalten
- Mitgestaltungsmöglichkeiten schaffen
- Flexible Ideen, Impulse und Vorschläge der Spieler aufgreifen

#### Eine strukturierte Hierarchie im Team aufbauen

- Einen Kapitän als verlängerten Arm des Trainers bestimmen
- Klare Aufgabenverteilung auf und neben dem Platz vornehmen

## Kurzinfo

### Motorisch-lörperliche Merkmale

- Koordinationsvermögen wächst weiter
- Harmonische Körperproportionen
- Hohe Kraftzuwächse/große Bewegungsdynamik

### Psychosoziale Merkmale

- Reifen zu Persönlichkeiten und autonomen Persönlichkeiten mit klaren Interessen, Ansichten und Charaktermerkmalen heran
- Haben eine verbesserte Auffassungsgabe und Stabilität gegenüber äußeren Einflüssen
- Lösen sich verstärkt von Ich-bezogenem Denken und haben mehr Teaminteresse

### Lernziele

- Ernsthaftigkeit, Leistungswillen und Freude am Fußballspielen
- Dynamische Techniken - exakte Abläufe mit Tempo sowie unter Zeit-, Gegnerdruck
- Vorbereitung auf die Anforderung spezieller Positionen
- Vertiefung taktischer Abläufe
- Stabilisierung einer umfassenden Fitness

### Trainingsumfang

90 Minuten, 2-3 x pro Woche

# A und B-Junioren

## Trainingsinhalte

### Fitness und Athletik

- Spielformen zur Verbesserung der fußballspezifischen Kondition (auch über Ausdauerläufe sowie Regenerationsläufe nach dem Training)
- Koordinations- und Konzentrationsübungen festigen / Trainingslager als Saisonvorbereitung
- Allgemeine Ausdauer
- Schnelligkeit
- Schnellkraft
- Muskelkraftausdauer
- Beweglichkeit

### Persönliche Entwicklung

- Sondertraining zur Beseitigung individueller Schwächen, vor allem zum Ausbau und zur Stabilisierung der Stärken
- Die Spieler zeigen Leistungsbereitschaft / Entwicklung der Fertigkeit der Selbstkritik
- Selbständigkeit und Verantwortung der Spieler einfordern, um die wachsenden Persönlichkeiten zu unterstützen
- Heranführen an Führungsaufgaben / ggf. Funktionen im Ehrenamtsbereich übernehmen
- Heranführen an den Seniorenbereich (z.B. ältere A-Jugendliche ins Training des Herren-Bereichs einbeziehen)

### Taktische Mittel und Verhaltensweisen

- Verbesserung sowie variabler Einsatz von gruppen- und mannschaftstaktischen Handlungsabläufen und Strategien (Kreuzen, Hinterlaufen, Positionswechsel in die Tiefe, Flügelspiel, sicherer Spielaufbau, Konterspiel, Rhythmuswechsel und ballorientiertes Verteidigen)
- Erlernen von verschiedenen Spielsystemen (Theorie + Praxis, 4-4-2; 4-3-3; ...)
- Technisch-taktische Details in Theorie und Praxis vermitteln
- Standardsituationen einstudieren und variieren
- Spielverlagerung, Tempowechsel, Zweikampfverhalten
- Technik und Taktik der Positionsaufgaben
- Raum schaffen und nutzen
- Handlungsschnelligkeit weiter erhöhen

## Einheitliche Kommandosprache

Es ist unbedingt erforderlich, dass sich die Spieler auf dem Platz gegenseitig mit abgestimmten kurzen, prägnanten Kommandos unterstützen. Um Missverständnisse zu vermeiden und die Kommunikation auf dem Platz zu stärken, sollte die Mannschaft ein einheitliches „Vokabular“ benutzen.

Kommando	Erklärung/Umsetzung
„Ordnung“	Grundordnung, Organisation der Mannschaft auf dem Platz in 4 Spielreihen
„kompakt“	enge Abstände zum Nebenmann und kurze Abstände zwischen den Reihen
„schieben“, „rüber“, „zum Ball laufen“	jeder Spieler orientiert sich am Ort des Balles bzw. am Ballweg und läuft zum Ball; dabei bezieht er sich auf den Ball, Mitspieler und Gegenspieler
„angreifen!“, „hol den Ball“, „Ball klauen“, „Druck“	den Ball gewinnen wollen durch - Forechecking: den Ballbesitzer ganz vorne, im 1. Drittel, angreifen, - Mittelfeldpressing: ihn im Mittelfeld, im 2. Drittel, angreifen, - Abwehrpressing: den Ballbesitzer in der eigenen Hälfte, im 3. Drittel, angreifen
„geh dazu“, „hilf ihm“, „greif rechts/links an“, „mach rechts/links zu“	den Mitspieler vor und neben mir coachen und steuern, ihn stark machen, dabei möglichst Überzahl am Ball schaffen, in Passwege hineinlaufen, Pass- und Dribbelwege von allen Seitenschließen: von hinten, von links, von rechts und von vorne; einen Angriff nur mit und aus einem starken Zentrum starten
„jagen“	dem Ball weg oder dem Dribbelnden hinterher rennen, bis zum Ballgewinn
„Auge“	der ballferne Spieler rückt zur Ballseite in Richtung Zentrum ein und wirft dabei ein Auge auf die ballfernen Gegenspieler, die rechts oder links von ihm spielen
„Angebot“	einen Raum oder einen Gegenspieler bewusst frei lassen, mit dem Pass angreifen
„fallen“	nach hinten laufen, dabei Ordnung und Kompaktheit beibehalten bzw. aufbauen und gegnerischen Ballbesitzer verzögert angreifen
„Halte(t) aus“, „noch nicht“, „Geduld“, „warte“	wenn der gegnerische Ballbesitzer keinen Druck hat und mit Tempo nach vorne spielen kann, „fallen“ und „aushalten“, dass der Ball(-besitzer) nicht (sofort) angegriffen werden kann
„raus“	alle Feldspieler rennen nach einem Befreiungsschlag „raus“ aus dem Strafraum, dem Ball hinterher; die Ballnächsten greifen an und versuchen, den Ball zu bekommen; gelingt der Ballgewinn nicht, der Ball kann vom Gegner nach vorne gespielt werden, dann kommt kurz vorher das Kommando „stellen“
„stellen“	hebt Kommando „raus“ auf, den Lauf nach vorne abbrechen und geordnet weiterspielen
„Höhe halten“	ballferne Spieler in der zweiten Spielreihe müssen ihr Stellungsspiel nach den ballnahen Spielern richten: greifen diese an, müssen sie mit angreifen, lassen sich die Ballnahen fallen, müssen sich die Ballfernen ebenfalls fallen lassen

# Die Rollen des Trainers bei den G-Junioren

## Fußball-Fachmann

- Grundlage für den Trainer, um weitere Rollen auszuführen
- Kenntnisse vor allem im Bereich der motorischen Grundausbildung
- Taktik spielt noch keine Rolle

## Ausbilder

- Ausbildung der kleinen Fußballer
- Ausbildung durch Spielformen mit vielen Ballkontakten und Erfolgserlebnissen
- Voraussetzungen für eine stete Verbesserung der Kinder schaffen

## Erzieher

- Beteiligung an der Entwicklung der Persönlichkeit der Kinder
- Schaffung eines positiven und angstfreien Grundklimas
- Vorleben von positiven Werten und Normen
- Regeln für ein positives Miteinander entwickeln

## Vorbild

- Pädagogische Verantwortung, da Kinder das Verhalten des Trainers aufmerksam beobachten
- Geduld und Verständnis aufbringen
- „Fair Play“ vorleben

## Väterlicher Freund

Der Trainer ist

- Freund
- Helfer
- Tröster
- Schlichter

in einer Person

## Spaßmacher

- Im Kinderfußball sollte viel gelacht werden
- Ein gutes Minen- und Rollenspiel des Trainers trägt zu einer guten Atmosphäre bei
- Spaß im Umgang mit den Kindern und Spaß am Spielen ist der effektivste Lernhelfer

## Mitspieler

- Kinder messen sich gerne mit dem Trainer im Spiel „David gegen Goliath“
- Spielaufgaben einbetten, in denen Kinder den scheinbar „übermächtigen“ Trainer besiegen können

# Die neuen Spielformen

## Mehr Ballaktionen für **ALLE** Kinder!



Der DFB hat kürzlich die Empfehlung ausgesprochen, im Kinderfußball auf neue Spielformen zu setzen. Das Erzielen von Toren und das Spielen mit dem Ball am Fuß sind die zentralen Gründe, warum so viele Kinder und Jugendliche Freude am Fußball haben. Die neuen Spielformen sollen allen Kindern auf dem Platz so häufig wie möglich die Chance geben, persönliche

Erfolgserlebnisse zu verbuchen. Deshalb wird auf kleinere Teams, viel Abwechslung und zum Teil auf vier Tore gesetzt. Dies soll nicht nur die individuelle sportliche Entwicklung der Kinder fördern, sondern nach dem Amateurfußballkongress 2019 nicht zuletzt auch den gesamten Fußball und seine Vereine an der Basis stärken.



### **BAMBINI**

Es wird im 2 gegen 2 oder 3 gegen 3 gespielt (Spielfeldgröße 16 x 20 m bis 28 x 22 m). Jedes Team hat maximal zwei Einwechselspieler. Gespielt wird auf vier Minuten, jede Mannschaft verteidigt also zwei Tore und greift zwei Tore an. Tore dürfen erst ab der Mittellinie (2 gegen 2) oder in einer Sechs-Meter-Schusszone (3 gegen 3) erzielt werden, einen Torwart gibt es nicht. Nach jedem Tor wechseln beide Mannschaften automatisch

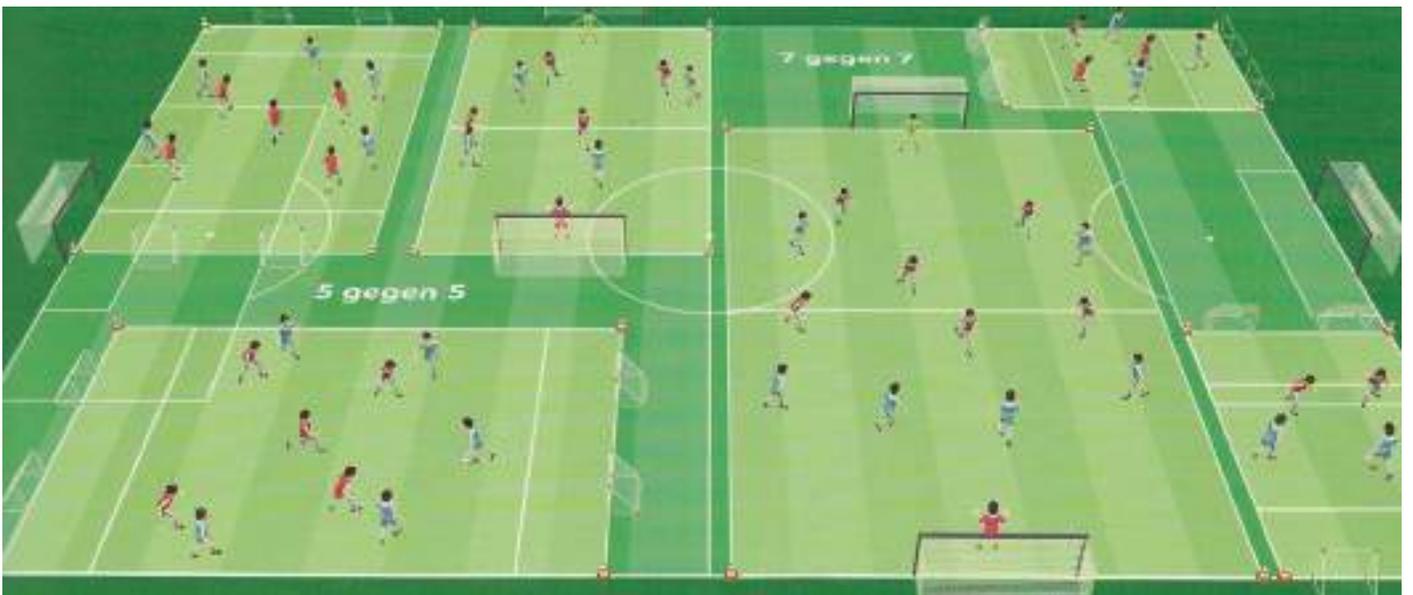
jeweils einen Spieler. Gespielt wird an den Spieldagen in Turnierform, empfohlen sind bis zu sieben Durchgänge à maximal zehn Minuten. Nach jedem Durchgang gehen die Gewinnerteams jeweils ein Spielfeld weiter, die Verliererteams jeweils um ein Spielfeld zurück. Dadurch werden weitgehend ausgeglichene Spiele mit wenigen extremen Ergebnissen erreicht.



**F-JUNIOREN**

Es wird im 3 im gegen 3 gespielt (Spielfeldgröße 26-28 x 20-22 m), alternativ ist auch ein 5 gegen 5 möglich (40 x 22-25 m). Beim 3 gegen 3 gelten die Regelungen wie in der G-Jugend (siehe oben). Beim 5 gegen 5 wird entweder auf vier Mini-Tore (ohne Torwart, 5 Feldspieler) gespielt oder auf zwei Kleinfeldtore (vier Feldspieler plus Torwart). Vorgeschlagene Spielzeit pro Durchgang sind hier

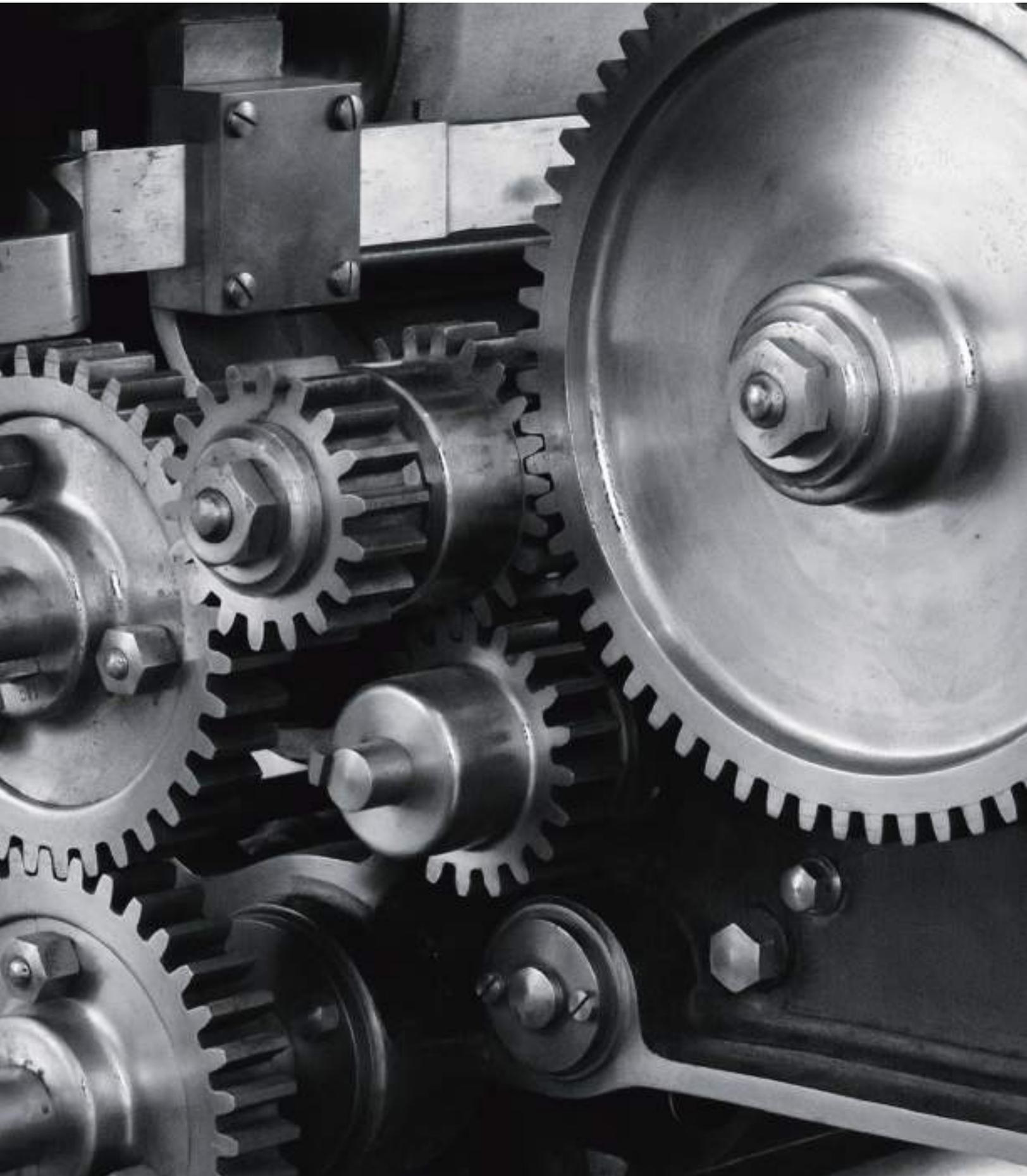
zwölf Minuten. Klare Empfehlung ist es, sich in der F-Jugend auf das 3 gegen 3 zu konzentrieren, um wie beschrieben, allen Kindern mehr Ballaktionen zu ermöglichen. Sowohl beim 3 gegen 3 als auch beim 5 gegen 5 gehen nach jedem Durchgang die Gewinnerteams jeweils ein Spielfeld weiter und die Verliererteams ein Spielfeld zurück.



**F-JUNIOREN**

Es wird im 5 gegen 5 oder im 7 gegen 7 gespielt. Beim 5 gegen 5 gelten die Regelungen analog zur F-Jugend. Beim 7 gegen 7 (Spielfeldgröße 55 x 35 m) wird auf zwei Kleinfeldtore gespielt, also mit sechs Feldspielern und einem Torwart pro Team. Ideal ist eine Turnierform mit vier Mannschaften und Spielzeiten von jeweils 2 x 12 Minuten. Sind nur zwei Mannschaften anwesend, wird als

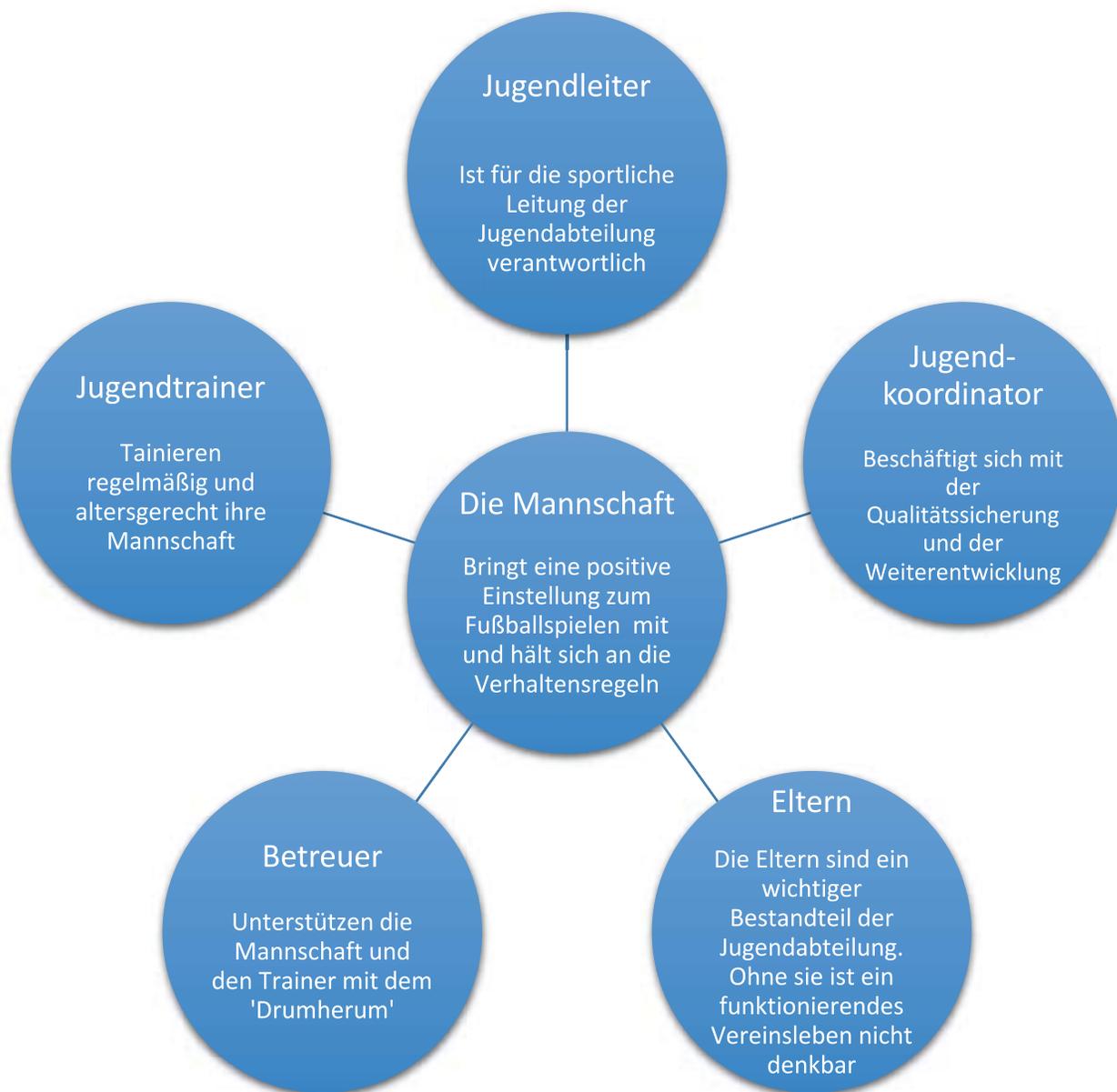
offizielle Spielzeit 4 x 15 Minuten empfohlen. Für die Einwechselspielerinnen bzw. -spieler können Nebenspielfelder für ein 2 gegen 2 oder 3 gegen 3 aufgebaut werden. Beim 7 gegen 7 wird die Partie nach einem Ausball mit Einwurf fortgesetzt. Beim 2 gegen 2, 3 gegen 3 und 5 gegen 5 erfolgt die Spielfortsetzung stets per Einschießen oder Eindribbeln.



Organisation der Jugendabteilung

## Die Beteiligten

An der Abteilung Jugendfußball sind viele Personengruppen beteiligt. Um ein vernünftiges Arbeiten mit den Kindern zu ermöglichen und um jede einzelne Mannschaft optimal zu betreuen, sowie die Jugendabteilung als Ganzes stets weiterzuentwickeln, werden im Folgenden die Beteiligten vorgestellt und die Anforderungen und Erwartungen beschrieben



# Die Jugendleitung

Die Jugendleitung wird durch den Jugendleiter geleitet. Optimaler Weise wird er durch einen oder mehrere Jugendkoordinatoren unterstützt.

Da der VfR Sondernheim ausschließlich von Ehrenamtlichen geführt wird, ist es schwierig genügend geeignete Personen für die Jugendleitung zu finden. Finden sich nicht genügend geeignete Personen, kann die Rolle des Jugendleiters und des Jugendkoordinators auch in Personalunion von einer Person ausgeübt werden.

Die Aufgaben des Jugendleiters und des Jugendkoordinators überschneiden sich teilweise, weswegen eine enge Zusammenarbeit sowie stetiger Informationsaustausch zwingend ist.

Die Jugendleitung erhält vom Verein ein angemessenes Jahresbudget. Über dieses kann die Jugendleitung nach eigenem Ermessen verfügen (z.B. für Trainingsmaterialien, extra Aktivitäten, spezielle Schulungsmaßnahmen, etc.). Die Jugendleitung entscheidet selbstständig über die Einstellung von Trainern bzw. deren Entlassung. Die Jugendleitung unterhält regen Kontakt zum Vorstand, entscheidet aber letztendlich nach eigenem Ermessen.

Jugendleiter	Jugendkoordinator
Zusammenarbeit mit Trainern und Betreuern	
Die Jugendleitung soll in sportrechtlichen Fragen immer auf dem neuesten Stand sein, gegebenenfalls ist es dafür notwendig, an Fortbildungsmaßnahmen teilzunehmen.	
Ansprechperson für Trainer. Arbeitet mit dem Vorstand zusammen und hält Kontakt zu den anderen Abteilungen, zu anderen Vereinen sowie zum Verband.	
Bei auftretenden Problemen bemüht sich die Jugendleitung darum, überzeugende Lösungswege aufzuzeigen.	
Der Jugendleiter übt insbesondere eine Kontrollfunktion aus, indem er die Arbeit der Jugendtrainer beobachtet und darauf achtet, dass die festgelegten Richtlinien eingehalten werden. Dazu ist es notwendig, dass der Jugendleiter regelmäßig am Sportplatz anwesend ist.	regt Extra-Aktivitäten, wie Ferienfreizeiten oder Ausflüge an
Vor einer Verbandsrunde teilt er in Zusammenarbeit mit den verantwortlichen Jugendtrainern die neuen Mannschaften ein	Beschäftigt sich mit der Qualitätssicherung und Weiterentwicklung des sportlichen Angebots der Fußballjugend

<p>Kümmert sich um Spielerwechsel in Verbindung mit dem Vorstand</p>	<p>Kümmert sich um die Weiterbildung der Jugendtrainer, z.B. durch eine Fußballbibliothek oder fachbezogene Themen während der Trainersitzungen</p>
<p>Spielpläne erstellen: Anfangszeiten Platzeinteilung Kabineneinteilung</p>	<p>Infos des Verbandes/Kreises einholen und weiterleiten</p>
<p>Absprachen mit Platzwart</p>	<p>kümmert sich um die Umsetzung der Lernziele, welche im Fußballlehrplan festgelegt sind</p>
<p>Der Jugendleiter repräsentiert die Jugendabteilung sowohl nach innen als auch nach außen.</p>	<p>In Zusammenarbeit mit den Trainern beteiligt sich der Jugend-Koordinator an der Organisation von Jugendturnieren, und einheitliches Auftreten und Präsentation der Mannschaften</p>
<p>Der Jugendleiter ist für die sportliche Leitung der Jugendabteilung verantwortlich</p>	
<p>Des Weiteren organisiert der Jugendleiter die regelmäßig stattfindenden Trainersitzungen, er kümmert sich um die Ausrüstung (Trainingsmaterialien) der einzelnen Mannschaften und sorgt möglichst dafür, dass für alle Mannschaften qualifizierte Trainer und Betreuer zur Verfügung stehen.</p>	

# Die Jugendtrainer



Die Jugendtrainer und Betreuer sind nicht nur für das eigentliche Training und Spielgeschehen verantwortlich, sondern tragen auch zur Erziehung der Kinder und Jugendlichen bei. Sie haben in allen Bereichen eine Vorbildfunktion und vermitteln Werte wie Kameradschaft, Teamgeist, Toleranz und Leistungsbereitschaft. Sie lehren ihnen respektvollen Umgang mit Schiedsrichtern und Gegnern. Außerdem fungieren sie als Organisatoren rund um das Team. Ihre Arbeit richtet sich nicht auf kurzfristige Erfolge, sondern strebt einen nachhaltigen Erfolg an. Die individuelle Ausbildung und Weiterentwicklung des einzelnen Spielers steht dabei im Vordergrund. Das Betreuersteam ist auch für die Kontaktpflege zu den Eltern verantwortlich.

Der VfR Sondernheim unterstützt nach Möglichkeit die Aus- und Weiterbildung der Jugendtrainer.

## **Aufgaben der Jugendtrainer**

- Regelmäßig (ein bis zweimal in der Woche) ihre Mannschaft trainieren
- die Mannschaft vor, während und nach einem Spiel kindgerecht betreuen
- die Lernziele des Fußballlehrplans umsetzen
- Zusammenarbeit mit gleichaltrigen Teams (Bsp.: F1-F2)
- Kontakt mit nächsthöheren Mannschaften (A-Jugend -> Senioren)
- Zusammenarbeit mit Koordinatoren
- Zusammenarbeit mit Betreuern
- Einhaltung von Regeln beachten
- Kontakt zu Eltern (Fahrdienste, Trikotwäsche)
- Mit Arbeitsmaterialien sorgsam umgehen (z.B. Bälle!)
- Auf Sauberkeit und Disziplin achten (Kabine!)
- Platzpflege (Tore nach Training von Spielfläche)
- Jugendschiedsrichtergewinnung
- Annahme, Bearbeitung und Weiterleitung neuer Mitgliedsanträge

## **Was wird den Jugendtrainern angeboten?**

- Fußball-Lehrplan als Orientierung
- Kostenlose Trainerausbildung
- Trainerfortbildungen
- Trainingsmaterialien
- Extraaktivitäten (z.B. Besuch von Profitraining/Spielen)



## Verhaltensregeln für die Trainer

- Die Trainer gehen mit jedem Menschen respektvoll um und akzeptieren ihn so, wie er ist.
- Es spielt keine Rolle aus welchem Umfeld er stammt, oder aus welchem Land er kommt oder welchem kulturellen Hintergrund er entstammt.
- Wir sind ehrlich zueinander, hilfsbereit und wir verabscheuen Gewalt und Rassismus. Konflikte werden direkt mit dem Trainer gelöst.
- Die Trainer achten stets auf das Eigentum des Vereins.
- Die Trainer arbeiten mit der Jugendleitung sowie dem Jugendkoordinator konstruktiv zusammen.
- Die Trainer erklären und korrigieren immer positiv, auch wenn etwas mehrmals falsch läuft oder misslingt.
- Wir sind ein Team! Gewinnen und verlieren gemeinsam.
- Der Trainer ist Vorbild (Pünktlichkeit, kein Alkohol/Nikotin auf dem Rasen und in der Kabine).
- Der Trainer bereitet sich auf das Training und das Spiel vor.
- Alle Spieler kommen regelmäßig zum Einsatz.
- Schiedsrichterentscheidungen werden kommentarlos akzeptiert. Der Schiedsrichter wird mit Respekt behandelt.
- Fair Play und Respekt gegenüber allen Beteiligten (Spielern, Schiedsrichtern, gegnerischen Spielern und Trainern, Eltern, Zuschauern, etc.).
- Wir denken an die Umwelt und entsorgen den Müll nur in den dafür vorgesehenen Behältern.

# Die Betreuer



Auf einen Trainer kommen oftmals weitaus mehr Aufgaben zu als lediglich die sportliche Betreuung seiner Mannschaft. Alleine am Spieltag gibt es eine Vielzahl an Aufgaben, die zusätzlich bewältigt werden müssen: Die Betreuung von Gegnern und Schiedsrichtern sowie die Bearbeitung des Spielberichtes und viele weitere Kleinigkeiten. Es mögen zwar nur kleine Aufgaben sein, doch in der Summe lenken sie schnell vom Wesentlichen ab: der eigentlichen Aufgabe als Trainer. Daher ist es durchaus sinnvoll, einen unterstützenden Betreuer im Team zu haben, der sich um diese und andere Aufgaben kümmert.

## **Der Trainer widmet sich der Mannschaft, der Betreuer dem 'Drumherum'**

Auch wenn dem Trainer ein Co-Trainer zur Seite steht, so kann ein Betreuer dieses Trainerteam zusätzlich unterstützen. Denn vor einem Spiel wird die Zeit manchmal knapp: Nicht selten will der Trainer noch mit einzelnen Spielern das Gespräch suchen – der Co-Trainer kann sich derweil um die Mannschaft kümmern und beispielsweise das Aufwärmen leiten. Müsste dieser allerdings den Schiedsrichter betreuen oder andere organisatorische Belange regeln, so würde diese Option nicht bestehen. Der Betreuer schafft also insbesondere an Spieltagen wertvolle Freiräume für das Trainerteam.

## **Der Aufgabenbereich des Betreuers kann über den Spieltag hinausgehen**

Die Tätigkeit des Betreuers muss sich nicht auf die Tätigkeit am Spieltag beschränken. Je nach Bereitschaft der handelnden Person kann diese auch weitere Aufgaben übernehmen und beispielsweise als Zeugwart die Bestellungen von

Trikots abwickeln oder als eine Art Teammanager fungieren und die Teilnahme an Turnieren organisieren. Was genau in den Aufgabenbereich des Betreuers fällt, sollte aber letztlich im Gespräch vorab geklärt werden, so dass beiden Seiten das Aufgabenprofil dieser Position klar ist.

## **Der Betreuer unterstützt, ist aber nicht das 'Mädchen für alles'**

Auch wenn der Betreuer unterstützend unter die Arme greift, so bedeutet das nicht, dass er den Trainern bzw. der Mannschaft jegliche Aufgaben abzunehmen hat. Die Mannschaft steht noch immer in der Verantwortung, sich zum Beispiel um Belange wie Trainingsmaterialien zu kümmern oder die Kabine sauber zu hinterlassen. Insbesondere der Trainer sollte dem Betreuer hier zur Seite stehen und derartige Aufgaben von Beginn an vom Team einfordern, so dass nicht der Eindruck entsteht, der Betreuer wäre das 'Mädchen für alles'.

## **Dankbarkeit sollte immer erkennbar sein**

Der Betreuer sollte als Teil der Mannschaft betrachtet werden. Ebenso ist seine Tätigkeit alles andere als selbstverständlich, da er Teile seiner Freizeit investiert, um das Team zu unterstützen. Dankbarkeit ist daher ein wichtiger Ausdruck der Wertschätzung und sollte daher nicht nur zur Weihnachtsfeier oder zum Saisonende in einem kleinen Präsent ausgedrückt werden. Vielmehr sollte der Betreuer über die gesamte Saison mit Respekt behandelt und als Teil des Trainerteams angesehen werden. Der Trainer geht in diesem Sinne mit gutem Beispiel voran und unterstreicht somit die Stellung des Betreuers vor der Mannschaft.



# Die Eltern

## Verhaltensregeln für die Eltern

### **Abmeldung der Kinder**

Um das Training optimal planen zu können, ist es notwendig zu wissen, wie viele Kinder im Training sein werden. Dementsprechend sind wir auf eure Unterstützung angewiesen. Sollte ein Kind nicht zum Training erscheinen können, bitten wir darum, spätestens eine Stunde vor Trainingsbeginn Bescheid zu geben. An Spieltagen sollte bitte mind. zwei Stunden vor Treffpunkt Bescheid gegeben werden, sodass wir noch reagieren und ein anderes Kind mitnehmen können.

### **Pünktlichkeit**

Ein geregelter Trainingsbetrieb setzt automatisch auch einen gemeinsamen Trainingsbeginn voraus. Wenn Trainer und Aktive nicht pünktlich zum Training erscheinen, wird man aus den Übungszeiten nicht den optimalen sportlichen Nutzen ziehen können. Mit dem pünktlichen Erscheinen äußert man zudem seinen Respekt vor dem Trainerteam und den anderen Sportlern, die sich an die Zeitvorgaben halten. Merke: Zum Trainingsbeginn stehen alle Teilnehmer in Sportkleidung in der Halle oder auf dem Spielfeld

### **Verhalten am Spielfeldrand**

Genießen Sie das Spiel! Jubeln und ärgern Sie sich mit dem Team, denn Fußball bedeutet auch Emotionen leben. Nehmen Sie sich aber bitte zurück! Denn es ist falsch, die Kinder durch Anweisungen zu "steuern". Fußball ist das Spiel der Kinder, lassen wir sie einfach spielen. Anweisungen erfolgen nur durch die Trainer!!! Zusätzlich befinden Sie sich bitte sowohl bei Heim- als auch bei Auswärtsspielen hinter der Barriere. Dies ist Vorgabe des Verbandes.

### **Sportbekleidung und Ausrüstung**

Zu jedem Training müssen die Kinder Schienbeinschützer tragen um eine Verletzung zu vermeiden.

### **Probleme gemeinsam lösen**

Egal welche Probleme auftreten, sprechen Sie bitte rechtzeitig die Trainer an. Gemeinsam können wir dafür sorgen, dass Ihr Kind viele Jahre mit Begeisterung seinen Sport ausübt und den Fußball als das erlebt was er ist: die schönste Nebensache der Welt. Diese Regeln fassen nur das zusammen, was wir als Grundlage für unser Training und unser Vereinsleben betrachten. Insofern erwarten wir ein gewisses Verhalten von allen, die zu uns ins Training kommen, denn nur so können sich neben dem Spaß und der Freude an sportlicher Betätigung auch Erfolge einstellen.

