



# **VFL Hamm/ Sieg**

***Jugendfußballkonzept***

Mit dem Jugendfußballkonzept des VFL Hamm/ Sieg sollen die Vorstellungen im Jugendfußball beim VFL Hamm/ Sieg erstmalig klar formuliert werden. Es geht darum, Werte und Richtlinien festzusetzen und Ziele zu formulieren. Das Konzept ist nach intensiver Diskussion mit den Jugendfußballtrainern und Verantwortlichen der Jugendfußballabteilung sowie vom Vorstand der Fußballabteilung am 07.01.2009 einstimmig verabschiedet worden.

## **Ausgangsposition**

In der Jugendabteilung des VFL Hamm/ Sieg spielen derzeit 156 Kinder und Jugendliche Fußball. Von den Bambinis bis zu den A-Junioren kann der VFL Hamm/ Sieg jeweils eigene Jugendmannschaften stellen. In der Saison 2008/2009 werden 10 Jugendmannschaften am Spielbetrieb teilnehmen. Dies ist dem hohen Engagement der 21 ehrenamtlich tätigen Jugendtrainern und Betreuern zu verdanken. Das Jugendfußballkonzept soll durch eine erfolgreiche Jugendarbeit die Zukunft des Vereins sichern, sowie den gemeinnützigen Zielen des Vereins dienen.

Das in die Jugendarbeit investierte Geld steht somit für eine Investition in die Zukunft des VFL Hamm/ Sieg und deren Gemeinde.

## **Leitgedanken**

Die Jugendarbeit insgesamt und die Arbeit der ehrenamtlichen Trainer im Besonderen muss stets darauf ausgerichtet sein, Kinder und Jugendliche sowohl sportlich als auch menschlich zu schulen. Wir müssen stets daran denken, dass wir nicht nur Nachwuchsspieler ausbilden sondern auch Nachwuchs heranziehen, die das spätere gesellschaftliche Leben prägen und gestalten werden. Daher darf jedes Kind und jeder Jugendliche, egal welcher Nationalität, Hautfarbe, Behinderung oder welchen Talents bei uns im Verein Fußball spielen. Darüber hinaus sollte es selbstverständlich sein, dass rassistische, chauvinistische und jegliche anderen diskriminierenden Kommentare schon grundsätzlich, erst recht aber im sportlichen Miteinander völlig fehl am Platz und somit nicht geduldet werden. Die Integration der Kinder unserer ausländischen Mitbürger liegt uns am Herzen. Deshalb wollen wir auf dem Sportgelände untereinander Deutsch reden. Die Auswahl der Trainer darf nicht dem Zufallsprinzip überlassen sein. Trainer müssen sportlich und menschlich in die Jugendarbeit und zum VFL Hamm/ Sieg passen.

## **Ziele der Jugendarbeit**

Mit der Entscheidung Jugendarbeit zu leisten, entscheiden wir uns gleichzeitig neben den sportlichen Zielen auch pädagogische Ziele zu verfolgen. Wir haben eine Verantwortung für die Kinder, die weit über den sportlichen Bereich hinaus geht. Dies muss uns in jedem Training und in jedem Spiel als Verantwortliche für die Jugendarbeit bewusst sein.

## **Pädagogische Ziele**

In unserer Jugendarbeit steht der Mensch an erster Stelle. Als Sportler kann man gewinnen oder verlieren, aber wir sehen unsere wichtigste Aufgabe darin, jenseits von Gewinnen und Verlieren, für eine positive menschliche Entwicklung unserer Kinder und Jugendlichen zu sorgen. Gerade im Hinblick auf gesellschaftliche Entwicklungen der Gegenwart versuchen wir dem Spieler eine Atmosphäre zu Bieten, die vergleichbar ist mit einer großen Familie, in der er Rückhalt, Sicherheit und vor allen Dingen ein offenes Ohr für seine Probleme findet. Wir machen uns stark für eine pädagogische, körperliche, geistige und auf Gefühlen basierende Erziehung, bei der das Kind ein Anrecht auf Achtung hat. Das hat konkrete

Auswirkung auf den Umgang miteinander, speziell was die pädagogische Betreuung unserer Jugendmannschaften betrifft. Die sportliche Entwicklung geht mit der menschlichen Entwicklung einher. Unsere Jugendspieler sollen zu mündigen Persönlichkeiten auf und neben dem Platz heranreifen. Persönlichkeiten, die Probleme mit Mut und Lebensfreude angehen, die für Werte wie Ehrlichkeit und Toleranz eintreten und im sozialen Miteinander lernen, dass neben vielen Gedanken und Ideen besonders eine Sache für den Lebensweg von entscheidender Relevanz ist: „Die Achtung der Menschenwürde“.

Den Trainern im Jugendbereich kommt daher ein erweiterter Verantwortungsbereich zu. Sie sind Bezugsperson für ihre Kinder und Jugendlichen und müssen sich stets verdeutlichen als Vorbild zu handeln.

## **Sportliche Ziele**

Kinder und Jugendliche sollen entsprechend ihrem Leistungsstand gezielt gefördert werden. Wir wollen insbesondere im Kleinfeldbereich jahrgangsbezogene Mannschaften bilden, um Freundschaften und Schulgemeinschaften nicht zu behindern. Ein vorzeitiges Hochschieben von den Bambinis in die F oder F in die E-Junioren soll vermieden werden, um den Kindern eine positive Entwicklung zu ermöglichen, in der sie Selbstbewusstsein aufbauen und auf dem Spielfeld agieren statt lediglich reagieren zu können. Die Trainer sollen, wenn möglich, von den F- Junioren bis zu den E-Junioren die gleichen Personen bleiben, um Kontinuität zu erreichen und den Kindern eine feste Bezugsperson zu sein. Ab den D- bis zu den A-Junioren soll regelmäßig alle 2 Jahre ein anderer Trainer die Mannschaft übernehmen. Hier werden die spielstärksten Jugendlichen jahrgangsunabhängig regelmäßig in der ersten Mannschaft zusammengefasst. Der engen und primären Abstimmung der Trainer einer Altersklasse kommt besondere Bedeutung zu. Mittelfristig soll in jeder Altersklasse eine Mannschaft höherklassig spielen ohne dass dabei die anderen Mannschaften gleichen Alters vereinsseitig vernachlässigt werden dürfen. Die eigene Jugendarbeit wird optimiert und für Kinder, Jugendliche und Eltern attraktiv gestaltet. Eine regelmäßige Trainerausbildung wird gefördert (auch finanziell) und angeboten.

### **Aus diesen Zielen ergeben sich mehrere Schlussfolgerungen:**

1. *Ständiges Bemühen, eine ausreichend Zahl von Kindern und Jugendlichen für den VFL Hamm/ Sieg zu begeistern.*
2. Die Entwicklung der Einzelspieler und der Mannschaft hat Vorrang vor dem Gewinn von Meisterschaften
3. Die Jugendspieler sollen an die eigene Seniorenmannschaft herangeführt werden. Langfristig sollen die Seniorenmannschaften aus überwiegend eigenen Jugendspielern bestehen.
4. Junioren- Meisterschaften sind anzustreben, allerdings steht die Entwicklung der Einzelspieler sowie der Mannschaft im Vordergrund

## **Zusammenarbeit mit den Eltern**

Mit dem Jugendkonzept sollen auch die Eltern und Erziehungsberechtigten erreicht werden. In diesem Zusammenhang werden seitens der Nachwuchsleitung auch erforderliche Rahmenbedingungen aufgezeigt, um die Situation der Trainer und Betreuer und der Sportstätte des VFL Hamm/ Sieg transparent darzustellen. Trainer und Betreuer sind ehrenamtlich tätig. Sie investieren ihre Freizeit zum Wohle der Kinder und Jugendlichen. Daher wird von den Eltern erwartet, dass Sie

- unterstützend wirken,
- die Autorität der Trainer/Betreuer nicht untergraben,
- sich während dem Spiel außerhalb der Umrandung aufhalten,
- von außen keine Unruhe ins Spiel bringen,
- die Kinder aufmuntern und positiv beeinflussen,
- nicht die Rolle des Trainers und Betreuers übernehmen.

Zielsetzung der Zusammenarbeit mit den Eltern sind sowohl Anregungen für das Training als auch konstruktive Kritik zu erhalten.

## **Teil 2: Instrumente des Jugendkonzeptes**

### **2.1 Sammeln - Sichten - Einteilen**

#### **Zusammenstellen der Mannschaften**

Zunächst einmal muss eine möglichst große Anzahl von fußballbegeisterten Kindern und Jugendlichen für den VFL Hamm/ Sieg interessiert werden. Dies geschieht durch:

- qualifiziertes Trainerpersonal
- ein hochwertiges Trainingsangebot
- aber auch durch viele außersportliche Aktionen

Anhand der Beteiligung beim Training und Spiel werden wir versuchen in jeder Altersklasse die Spieler entsprechend ihrer Entwicklung in Übungsgruppen einzuteilen. Die Idee ist, ein möglichst geringes Leistungsgefälle innerhalb der Übungsgruppen zu bekommen. Alternativ werden innerhalb einer Mannschaft mehrere Übungsgruppen gebildet.

### **2.2. Umsetzung von Trainingsplänen**

Fest verankerte Trainingspläne machen bei einem Amateurverein, wie dem VFL Hamm/ Sieg, keinen Sinn. Der organisatorische Aufwand sowie die dazu erforderliche Ausbildung des Trainerpersonals ist im Ehrenamt nicht leistbar. Deshalb wird es als Richtlinie lediglich einen Rahmentrainingsplan geben, der in Kapitel 3.4 beschrieben ist. Es obliegt der Ausbildung und Erfahrung jedes Trainers die Trainingseinheiten in Anlehnung an den Rahmentrainingsplan frei zu gestalten. Dies ist auch deshalb erforderlich, weil die Randbedingungen wie Platzverfügbarkeit, Witterungsverhältnisse, Trainingsbeteiligung u. a. praktisch nicht planbar sind. Dies entbindet die Trainer jedoch nicht von der Verpflichtung jede Trainingseinheit sorgfältig vorzubereiten.

Durch den Rahmentrainingsplan wird ein einheitliches Trainingskonzept eingeführt und somit die Trainingsqualität verbessert.

### **2.3. Weiterbildung**

Zur Umsetzung der Ziele ist ein gut ausgebildetes Trainerpersonal notwendig. Es wird angestrebt, dass alle Jugendtrainer mindestens die Prüfung zum Fachübungsleiter C ablegen. Zudem bietet die Jugendleitung regelmäßig interne Schulungen in Theorie und Praxis an.

### **2.4. Trainersitzungen**

Die Trainer, Co-Trainer und Betreuer der Jugendmannschaften treffen sich monatlich um über sportliche Entwicklungen, Probleme, usw. zu sprechen. Die Organisation und die Festlegung der Inhalte übernimmt der Jugendleiter. Der Vorstand der Fußballabteilung ist zu dieser Sitzung ebenfalls eingeladen um sich jederzeit ein Bild über die Jugendarbeit machen zu können.

### **2.5. Trainer**

Der VFL Hamm/ Sieg ist bemüht, Kinder und Jugendliche fußballerisch aber auch charakterlich zu starken Persönlichkeiten auszubilden bzw. zu erziehen. Dies erfordert natürlich auch eine starke Persönlichkeit 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 Herausforderung bringt letztlich auch dem Trainer Erfolgserlebnisse, und vermittelt ihm Fähigkeiten, die er ohne Beteiligung an der Jugendarbeit vielleicht nie erreicht hätte.

Die Trainer erstellen einen Trainerkodex, der Grundregeln für den Umgang untereinander, mit den Mannschaften, den Spielern und den Schiedsrichtern aufstellt.

## **2.6. Eltern als Trainer**

Ausgebildete, lizenzierte Trainer, am besten ohne familiäre Beziehung zu den Spielern, sind der Wunsch jedes Fußballvereines, der sich aber aus finanziellen Gründen, bei einem Amateurverein, kaum erfüllen lässt. Aus diesem Grund gehören Eltern zum festen Bestandteil des Jugendkonzeptes des VfL Hamm/ Sieg.

Die beiden klassischen Wege der Akquisition sind:

1. das eigenständige Anbieten von Personen, die ein Traineramt übernehmen wollen.
2. Durch begeisterte Jugendarbeit Interesse bei Eltern wecken, die dann durch gezielte Ansprache bereit sind eine Junioren bzw. Jugendmannschaft zu übernehmen.

Durch verschiedene außersportliche Aktivitäten (Gemeinsame Wanderungen, gemeinsame Feiern, usw.) versuchen die Trainer selbst, immer wieder Personen für die Jugendabteilung zu interessieren.

## **2.7. Trainer und Co-Trainer**

Effektiv wird das Jugendtraining innerhalb einer Mannschaft, wenn in möglichst kleinen Gruppen geübt werden kann. Dies erfordert in der Regel eine entsprechende Anzahl von Übungsleitern. Um Konfliktsituationen zu vermeiden sollte vor Saisonbeginn zwischen den Trainern eine Absprache getroffen werden, wer die Führungsrolle übernimmt. Dies muss allerdings nicht bedeuten, dass der Co-Trainer zum „Kofferträger“ verkommt. Wichtig ist, dass vorher getroffene Absprachen auch eingehalten werden und jeder seine Tätigkeit kennt und akzeptiert.

### **Tipps für den Trainer:**

- Der Trainer beginnt und beendet das Training mit allen Kindern zusammen
- Bloßstellung von Kindern im Spiel und beim Training wegen schlechter Leistung ist der schlimmste Fehler eines Trainers.
- Nicht zu viel erklären, spielen lassen
- Nicht zu früh in den Lernprozess eingreifen. Selbstständiges Lösen von Aufgaben erhöht das Selbstbewusstsein.
- Auf Aufrichtigkeit und Eindeutigkeit der Äußerungen achten. Ironie können Kinder oft nicht erkennen.
- Nie mit Lob sparen. Loben tut gut und stärkt das Selbstbewusstsein.
- Ein Jugendtrainer muss ein Herz für Kinder haben.

## **2.8. Die Eltern**

Eltern können für den Verein eine enorme Hilfe und Entlastung darstellen. Nicht selten haben sich Eltern nach der Jugendarbeit später auch im Hauptverein engagiert und eine Aufgabe gefunden. Aus diesem Grund ist in der Jugendarbeit ein besonderes Augenmerk auf die Eltern zu legen. Eltern sind als Betreuer eine wesentliche Hilfe für den Trainer und somit für den Verein. Die optimale Versorgung einer Mannschaft besteht aus Trainer , Co-Trainer und einem Betreuer. Die Aufgabenverteilung ist individuell abzusprechen.

## **2.9. Die Kinder**

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 Kinder muss immer geachtet werden.

### **Disziplin:**

Dass Kinder nicht immer brav den Anweisungen des Trainers folgen ist kein Problem der heutigen Zeit, dieses Problem gab es schon immer. Trotzverhalten, Aggressivität, den „Kasper“ spielen oder das Benutzen von „Kraftausdrücken“ ist oft nicht böse gemeint und gehört bei den Kindern zum Ausloten Ihrer Grenzen oder um Aufmerksamkeit zu gewinnen. Allerdings müssen Kinder lernen, wann bestimmte Grenzen im Training überschritten sind.

- Zuerst erfolgt ein Gespräch mit dem Kind, um auf das Fehlverhalten aufmerksam zu machen.
- Danach erfolgt der Ausschluss vom Training oder Spiel
- Als letzte Stufe sollte das Elterngespräch gesucht werden.

Angedrohte Maßnahmen müssen allerdings spätestens nach einer Verwarnung durchgeführt werden, da ansonsten die Kinder ihre Grenzen nicht kennen, und das Training weiter stören.

### 3.1. Das Vereinstraining

Den wesentlichen Baustein im Jugendkonzept bildet das regelmäßige Vereinstraining.

Bambini:	1 x wöchentlich
ab F-Junioren	2 x wöchentlich
C - B- und A Junioren	3 x wöchentlich

Wenn möglich:

Fördertraining für Spieler der F- E- D – Jugend 1 x wöchentlich

#### **Fördertraining:**

Den jeweils Jahrgangsbesten aus der F- E- und D-Jugend ist ein vereinsinternes Fördertraining außerhalb der Regeltrainingszeit anzubieten. Angestrebt wird eine zusätzliche Einheit von ca. 1 Stunde pro Woche.

#### **Jugendtorwarttraining**

Die Torwartausbildung kommt im regulären Vereinstraining oftmals zu kurz. Anzustreben ist ein Jugendtorwarttraining außerhalb der Mannschaftstrainingszeit Um die Kinder nicht zu früh zu spezialisieren. sollte das Jugendtorwarttraining ab der D-Jugend beginnen.

### 3.2. Der Trainingsaufbau

Regeln für eine effektive Trainingsgestaltung:

#### **1. Logischer Trainingsaufbau**

Die Übungen sollten so angelegt sein, dass sie funktionieren. Evtl. vorher zu Hause durchspielen

#### **2. Systematisch trainieren**

„ Vom Leichten zum Schweren“. Erst die Basis schaffen, bevor komplexe Bewegungsabläufe durchgeführt werden.

#### **3. Viele Wiederholungen garantieren**

Viele Wiederholungen ermöglichen uns das Gelernte zu behalten.

#### **4. Im Detail korrigieren**

Die Kinder müssen angehalten werden, die Übungen genauso auszuführen, wie sie der Trainer vorgibt. Wenn Kinder Übungsformen falsch wiederholen, werden sie sich einen falschen Bewegungsablauf einprägen. Dieser ist schwer wieder zu beheben.

Also: immer korrigieren!

Aber: immer loben, wenn etwas richtig gemacht wird.

#### **5. Konzentriert trainieren**

Nur wer bei der Sache ist, kann etwas lernen. Wer nur Quatsch macht, lernt nichts.

Aber: kein Jugendspieler kann sich über 90 Minuten voll konzentrieren. Deshalb immer wieder leichtere Übungen einstreuen.

Aber: Bei allem Ernst im Training, muss auch gelacht werden!

#### **6. Mit Geduld trainieren**

Wenn mal etwas nicht klappt, nicht sofort laut werden oder die Nerven verlieren. Evtl.

war die Übung zu schwer und es muss eine leichtere Übung vorgeschaltet werden.

Vielleicht wurde die Übung nicht genügend wiederholt

#### **7. Variantenreich trainieren**

Wiederholungen immer wieder neu verpacken!



### **3.4. Inhalte des Jahrgangstrainings**

Die Kinder und Jugendliche sollen beim Erreichen der Altersgrenze für die Jahrgangsmannschaften bestimmte Fertigkeiten als Abholpunkte für die nächste Mannschaft haben. Um dieses bestmöglich umzusetzen, sollen folgende Ziele und Inhalte als Grundlage für den Trainingsbetrieb den Trainern als Hilfe dienen.

#### **Bambinis**

##### **Ziele**

- Kindgerechte und abwechslungsreiche Aufbereitung der Trainingszeit
- Kameradschaftliches Verhältnis zu den Kindern aufbauen
- Geborgenheit vermitteln
- Kameradschaft unter den Kindern fördern
- Vermittlung von Grundlagen, die benötigt werden, um später mit Erfolg und Freude Fußball zu spielen
- Vertrauensverhältnis zu den Eltern aufbauen und pflegen

##### **Trainingsinhalte**

- Grundbewegungsarten:
  - Gehen
  - Laufen
  - Hüpfen
  - Rollen
  - Kriechen
- Bewegungsarten mit Material und Geräten:
  - Werfen,
  - Fangen,
  - Schießen von unterschiedlichen Bällen
  - Klettern
  - Balancieren
- Spiel- und Bewegungsformen zu Erfahrung der eigenen Körperhaltung
- Spielformen um die Wahrnehmungsfähigkeit, sowie die Orientierung im Raum zu fördern
- Kooperative Spiele zur Förderung des sozialen Verhaltens

## **F- Junioren**

### **Ziele**

- Erlernen von Grundfertigkeiten:
  - Dribbling
  - Passspiel
  - Torschuss
  - Kopfballspiel
- Ballkontrolle von flachen Bällen
- Mannschaftszusammenhalt fördern
- Kontakt zu Eltern weiter vertiefen und pflegen
- Persönlichkeitsbildung unterstützen
- Toleranz untereinander fördern
- Faire Spielweise fördern

### **Trainingsinhalte**

- Torschusspiel
- Bewegung mit Ball
- Wettkämpfe mit Ball
- Koordination mit und ohne Gerät
- Der Ball steht im Mittelpunkt
- Abwechslungsreiche Spielformen mit Ball
- Turnierspiele
- Spielen, Spielen, Spielen

## **E- Junioren**

### **Ziele**

- Vertiefen der Grundfertigkeiten:
  - Dribbling
  - Passspiel
  - Torschuss
  - Kopfballspiel
- Ballkontrolle von halb hohen Bällen
- Anwendung von Grundtechniken in verschiedenen Spielsituationen
- Schulung im Zweikampfverhalten durch verschiedene Spielformen
- Lernen mit Niederlagen umzugehen
- Den Gegner als Sportkamerad akzeptieren
- Teamgeist fördern (gemeinsam erreichen wir unser Ziel)

### **Trainingsinhalte**

- Torschuss
- Passspiel
- Annahme von flachen und halb hohen Bällen
- Abwechslungsreiche Spielformen in Kleingruppen (möglichst viele Ballkontakte)
- Koordinationstraining (Lauf- und Bewegungsübungen)
- Parteispiele mit ausgewählten Schwerpunkten:
  - Dribbling
  - Kopfball
  - Ballkontrolle
  - Torschuss
  - Doppelpass
- Spielen, Spielen, Spielen

## **D- Junioren**

### **Ziele**

- Systematisches Erlernen und Festigen technischer Fertigkeiten:
  - Dribbling
  - Passspiel
  - Stoßarten
  - Ballkontrolle von flachen, halb hohen und hohen Bällen
  - Kopfballspiel
- Variables Anwenden der Grundtechniken in verschiedenen Spielsituationen unter Gegnerdruck
- Vermittlung von allen individual- und gruppentaktischen Grundlagen:
  - Zweikampfverhalten im 1:1
  - Behaupten des Balles
  - Anbieten und Freilaufen
  - Raumaufteilung und Zusammenspiel
- Spielerische Festigung konditioneller Grundlagen (1:1 bis 6:6)
- Verbesserung wichtiger Schnelligkeitskomponenten(Reaktionsfähigkeit, Erhöhung der Schrittfrequenz)
- Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten
- Vermittlung einer positiven Einstellung zu Training und Wettkampf

### **Trainingsinhalte**

- Motivierende Einzelübung zur Verbesserung der Ballgeschicklichkeit (Täuschungen, Ballgewandtheitsübungen)
- Parteespiele in kleinen Gruppen mit ausgewählten technischen/taktischen Schwerpunkten:
  - Dribbling
  - Passspiel
  - Doppelpass
  - Ballkontrolle
  - Torschuss
  - Kopfball
- Schulung von individual- und gruppentaktischem Verhalten(Frontalangriff, Spielverlagerung, Abwehr)
- Techniktraining
- Zweikampfschulung über Linien oder Kleintore als Trainingsform/Spielform
- Koordinationstraining
- Freie Spiele und Turnierformen mit kleinen Mannschaften (4:4)
- Stationsbetrieb mit technischen Aufgaben
- Motivierende Laufwettbewerbe über Staffelformen, Reaktionsformen

## **C-Junioren**

### **Ziele**

- Anwendung sämtlicher technischer Elemente in Wettkampfformen
- Schulung spezieller Taktiken (Standardsituationen)
- Thematisierung mannschaftstaktischer Inhalte in Theorie und Praxis (Teamwork, Zusammenwirken der Mannschaftspositionen)
- Ballorientiertes Verteidigen
- Schulung der allgemeinen Fitness
- Unterstützung technischer Abläufe sowie Vermeiden von Stagnation im Bewegungsverhalten über koordinative Beanspruchungen
- Anpassung des individuellen technisch-taktischen Leistungsvermögen
- Bewusstseinsbildung zu technischen Abläufen
- Förderung von Selbständigkeit, Verantwortungsbewusstsein und Leistungsbereitschaft

### **Trainingsinhalte**

- Verbesserung des individual- und gruppentaktischen Verhaltens
- Spiel- und Trainingsformen mit anspruchsvolleren technischen/taktischen Schwerpunkten:
  - Kreuzen
  - Hinterlaufen
  - abgestimmtes Deckungsverhalten
  - Hinführung zur Ballorientierung
  - Verhalten bei Standardsituationen
- Differenzierung und Spezialisierung des Trainings über Stationstraining (Technik, Taktik oder konditionellen Schwerpunkten)
- Ausdauerparcours/ Ausdauer Spiele
- Beweglichkeits- und allgemeine Kräftigungsprogramme
- Reaktions- und Startübungen zur Verbesserung der Reaktionsfähigkeit
- Betontes Koordinationstraining, allgemein und fußballspezifisch

## **B-Junioren**

### **Ziele**

- Alle technischen Elemente in hohem Lauftempo und in der Wettkampfsituation unter Stress und Zeitdruck ausführen
- 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
- Fußballspezifisches Koordinationstraining
- Vielseitiges Kraft- und Schnelligkeitstraining
- Ausprägung der fußballspezifischen Ausdauer
- Förderung der Leistungsmotivation
- Vermittlung von Kenntnissen zur sportlichen Lebensführung
- Entwicklung der Fertigkeit der Selbstkritik

### **Trainingsinhalte**

- Systematisch eingesetzte, auch variierte Spiel- und Trainingsformen mit unterschiedlichem Zahlenverhältnis
- Herausbilden eines mannschaftstaktischen Konzepts über Spielformen mit zahlenmäßig größeren Mannschaften
- Verbesserung der aeroben Kapazitäten über Ausdauerläufe, sowie Regenerationsläufe nach dem Training
- Schnellkrafttraining
- Sondertraining zur Beseitigung individueller Schwächen, vor allem aber zum Ausbau und zur Stabilisierung der Stärken
- Verbesserung von Fertigkeiten in isolierter Form über komplexe Übungsformen, auch unter Zeit- und Präzisionsdruck
- Fußballspezifisches Koordinationstraining unter Zeit- und Präzisionsdruck

## **A-Junioren**

### **Ziele**

Der Schwerpunkt im Bereich der A-Junioren ist durch die konsequente Vorbereitung auf den Seniorenbereich gekennzeichnet.

Kenntnisse der Spielsysteme

- 4-4-2
- 4-3-3
- 3-4-3
- 3-5-2

sollen vermittelt werden.

Ziele und Inhalte des Trainings können sowohl von den B-Junioren, als auch von den Senioren übernommen werden.

## **4. Mannschaften und Mannschaftseinteilung**

In den E- bis A- Jugendmannschaften werden jeweils 2 -3 Spieler als Mannschaftsräte gewählt. Die Mannschaftsräte vertreten die Mannschaft nach außen und gegenüber dem Trainer. Die Mannschaftsräte treffen sich regelmäßig mit dem Vorstand der Jugendfußballabteilung und den Vertrauenstrainern.

### **4.1. Mannschaftseinteilung**

Die Mannschaftseinteilung der A- bis D- Jugend erfolgt nach folgenden Richtlinien: Die spielstärksten Jugendlichen spielen in der 1. Mannschaft. Die Einteilung erfolgt jahrgangsunabhängig.

Vor jeder neuen Saison findet rechtzeitig ein gemeinsames Sichtungstraining aller Spieler der betroffenen Jahrgänge statt. Die beteiligten Trainer stimmen sich bei der Aufteilung der Spieler untereinander ab.

Die Mannschaftseinteilung der E- Jugend erfolgt primär nach Jahrgängen, um Freundschaften und Schulgemeinschaften nicht zu behindern. Ein Abweichen hiervon in eine höhere Jugend ist nur möglich,

- nach Abstimmung der beteiligten Trainer
- mit Zustimmung der Eltern
- und nach Leistungskriterien

Die spielstärksten Kinder des älteren Jahrgangs spielen regelmäßig in der 1. Mannschaft. Vor jeder neuen Saison findet rechtzeitig ein gemeinsames Sichtungstraining aller Spieler des älteren E-Jugend Jahrgangs statt. Die beteiligten Trainer stimmen sich bei der Aufteilung der Spieler untereinander ab.

Die Mannschaftseinteilung der F- Jugend erfolgt primär nach Jahrgängen, um Freundschaften und Schulgemeinschaften nicht zu behindern. Ein Abweichen hiervon in eine höhere Jugend ist nur möglich,

- nach Abstimmung der beteiligten Trainer
- mit Zustimmung der Eltern
- und nach Leistungskriterien

## **5. Zusammenarbeit mit der Seniorenabteilung**

Die Jugendfußballabteilung strebt eine enge Anbindung an die Seniorenabteilung an. Durch gemeinsame Trainings- und Spieleinheiten, Senioren als Schiedsrichter und Trainer bzw. Co-Trainer sollen den Jugendspielern verstärkt Perspektiven in der eigenen Seniorenmannschaft aufgezeigt werden.

Auch die Jugendspieler sind in die eigene Seniorenmannschaft verstärkt einzubinden.