

Jugendkonzept der DJK Villingen Abteilung Fußball



Inhaltsverzeichnis		Seite
1.	Einleitung	3
1.1	Warum wir ein Konzept für den JuniorInnen-Fußball erstellt haben	3
1.2	Unsere Ziele	3
2.	Allgemeine Verhaltensweisen und Regeln	4
3.	Verhalten im sportlichen Bereich	6
4.	Trainingsphilosophie	8
5.	Training	9
5.1	Allgemeine Regeln	9
5.2	Trainingsempfehlungen für die einzelnen Altersstufen	12
	Bambini/G-Jugend	12
	F-Jugend (Kleinfeld)	12
	E-Jugend (Kleinfeld)	13
	D-Jugend (Kleinfeld und verkürztes Großfeld)	14
	C-Jugend (Großfeld)	14
	B- und A-Jugend	15
5.3	Taktische Leitsätze und Ziele des Jugendtrainings	16
6.	Umsetzung	17
Anhang	Die modernen Spielsysteme	20

Anmerkung:

Wir haben die Erläuterungen in **Kapitel 5** „Training“ bewusst in aller Ausführlichkeit wiedergegeben um Interessierten und potentiellen Neueinsteigern bspw. als Betreuer eine klare Orientierung in den einzelnen Bereichen zu geben.

Für erfahrene Trainer mögen viele dieser (allgemeinen) Trainingsempfehlungen selbstverständlich sein. Vielleicht schadet es aber auch nicht, sich wieder einmal mit etwas vermeintlich Selbstverständlichem auseinanderzusetzen.

Jugendkonzept der DJK Villingen, Abteilung Fußball

1. Einleitung

1.1 Warum wir ein Konzept für den JuniorInnen¹⁾-Fußball erstellt haben:

1. Alles was ohne Konzept ist, ist überwiegend planlos und von gewissen Zufällen abhängig. Fehlt ein Konzept, fehlen in der Regel auch die notwendigen Handlungsanweisungen und Zieldefinitionen, die für die **Orientierung aller Beteiligten** unabdingbar sind.
2. Unser Konzept soll **Außenstehenden** unser Verständnis von Jugendfußball, dem sozialen und gesellschaftlichen Miteinander näher bringen und helfen Zusammenhänge zu verstehen und nachzuvollziehen.
3. Das Konzept ist für die **Trainer, Betreuer und Funktionäre** Wegweiser und Vorgabe für ihr Handeln.
4. **Sponsoren, Förderern und Gönnern** soll das Konzept aufzeigen, dass sie sinnvolle Arbeit unterstützen, die den Anspruch hat, die Menschen in unserem Verein nicht nur im sportlichen, sondern auch im sozialen und gesellschaftlichen Bereich weiterzuentwickeln, damit sie auch im privaten, schulischen und beruflichen Lebensraum in der Lage sind, sich entsprechend der Verhaltensstandards und –normen zu verhalten.
5. Das Konzept ist auch **Grundlage für den sportlichen Erfolg** und damit auch für die positive Weiterentwicklung des Vereins.

1.2 Unsere Ziele sind:

1. ein **Wir-Gefühl** zu initiieren, das möglichst Gruppenbildungen innerhalb der Mannschaften vermeiden helfen und die **Identifikation mit dem Verein** fördern soll,
2. Ausbildung der JuniorInnen, bei dem die **einzelnen Ausbildungsschritte in den verschiedenen Altersklassen klar vorgegeben sind und ineinander greifen**, mit dem Ziel, möglichst viele Jugendspieler an die Anforderungen der Aktivenmannschaften heranzuführen,
3. **altersgerechte Ausbildung** innerhalb der entsprechenden Jahrgangsstufen,
4. **Verbesserung** motorischer, koordinativer und technisch-taktischer Fähigkeiten,
5. **Förderung** des Spiel- u. Bewegungstriebes und Verbesserung der Beweglichkeit im Allgemeinen,
6. **Vermittlung** sozialer Werte, sozialen Verhaltens und Gemeinschaftssinns („Einer für alle, alle für einen.“) und
7. fordern und fördern von **Zuverlässigkeit und Verantwortungsbewusstsein**.

Jugendarbeit ist immer mittel- bis langfristig angelegt.

Im Idealfall ist der neunjährige E-Jugendspieler in zehn Jahren der Spieler der 1. Mannschaft.

Die DJK Villingen will durch **ein abgestimmtes Konzept** die Mannschaften so in eine Bahn lenken, dass von den Bambinis bis zu den Aktiven **„alle eine Sprache sprechen“** und **sportlich auf ein einheitliches Spielsystem hinarbeiten**.

Die **Ziele**, die wir formulieren sollen **realistisch, erreich- und möglichst messbar** sein. Sie werden laufend auf ihre Aktualität überprüft und angepasst.

1) Wir verwenden hier zur einfacheren Lesbarkeit statt der ausgeschriebenen Formulierungen Juniorin und Junior bzw. Juniorinnen und Junioren die Kurzbegriffe JuniorIn und JuniorInnen

2. Allgemeine Verhaltensweisen und Regeln

Wir erwarten von unseren JuniorInnen, dass sie die grundsätzlichen Verhaltensregeln kennen und anwenden.

Die Trainer, Betreuer und Eltern haben dabei absolute Vorbildfunktion.

Ein wichtiger **Grundsatz** ist: „**Es gibt keinen Grund unfreundlich zu sein.**“

Wenn wir diesen Grundsatz verinnerlichen und beachten, fallen die nachfolgenden, gesellschaftlichen Standards und Verhaltensweisen nicht schwer:

1. Pünktlichkeit

Es ist unhöflich die Trainer und das ganze Team beim Training oder beim Treffpunkt zu einem Spiel warten zu lassen.

2. Begrüßung

Jüngere grüßen Ältere zuerst. In jedem Fall erwidern wir einen Gruß („Hallo“, „Guten Tag“, „Tschüss“, „Auf Wiedersehen“).

3. Zuverlässigkeit

Wir halten Vereinbarungen zuverlässig ein.

SpielerInnen, die einmal nicht am Training teilnehmen können, informieren den Trainer rechtzeitig darüber. Das gleiche gilt für die Spieltermine, die in der Regel schon früh bekannt sind.

4. Freundlichkeit und Teamfähigkeit

Freundlichkeit ist eine selbstverständliche Grundeinstellung.

Es ist normal, dass man sich nicht mit jedem gleich gut versteht oder jeden gleich gerne mag. Unabhängig davon bringen wir uns aber Respekt entgegen und akzeptieren uns, denn das ist die Grundlage dafür, dass wir als Team und Mannschaft auf und neben dem Fußballplatz funktionieren und erfolgreich sind.

Das Prinzip der Freundlichkeit gilt auch gegenüber den gegnerischen Mannschaften und Schiedsrichtern.

5. Kritikfähigkeit – Diskussionen

In einem Team ist es wichtig, dass jeder einzelne seine Aufgaben kennt und erfüllt.

Sollten einmal Fehler passieren, ist es wichtig, dass wir alle wissen, dass das passieren kann.

Das frühzeitige Ansprechen und das Diskutieren von Problemen im Team sind wichtig. Wichtig ist auch, dass wir sachlich darüber reden, niemanden mit Worten verletzen und jeder bereit ist über sein Verhalten nachzudenken und es ggf. zu ändern.

6. Wir bekennen uns alle zur Gewaltlosigkeit innerhalb und außerhalb des Vereins.

7. Hilfsbereitschaft

Wenn jemand aus dem Team Probleme hat und um Hilfe bittet, versuchen wir ihm zu helfen.

Bei Veranstaltungen des Vereins, bei denen die Unterstützung aller benötigt wird, bringen wir uns im Rahmen unserer Möglichkeiten ein.

8. Sorgsamer Umgang mit anvertrauten Gegenständen

a. Umkleidekabinen und Vereinsheim

Wir achten alle auf Sauberkeit im Vereinsheim:

- Die Fußballschuhe werden vor der Eingangstür ausgezogen und können grundsätzlich auch dort gereinigt werden (bei zu niedrigeren Temperaturen muss das Wasser abgestellt werden, um zu verhindern, dass die Leitungen platzen).
- Die Trainingsbekleidung wird nicht in den Duschen oder in den Kabinen gereinigt.
- Die Wände in den Fluren, Kabinen und Duschen werden nicht beschmutzt.
- Jede Mannschaft hat dafür zu sorgen, dass die Kabinen immer sauber (besenrein) verlassen werden.
- Als Gast bei anderen Vereinen gelten diese Vorgaben in gleichem Umfang. Bei Verfehlungen gegen die Sauberkeitsgrundsätze beschädigen wir nicht nur den Ruf unseres Teams, sondern den des gesamten Vereins.

b. Energie einsparen

Der Verein erhält von der Stadt Villingen-Schwenningen für Strom, Wasser und Heizung einen festen Geldbetrag zur Verfügung gestellt (Budget).

Wenn wir sparsam mit Strom, Wasser und Heizung umgehen, können wir zur „Belohnung“ den nicht benötigten Geldbetrag für andere Zwecke verwenden.

Deshalb:

- Heizkörper in den Umkleidekabinen und Duschen bei Verlassen der Räume wieder zurückdrehen,
- nicht zu lange Duschen und die Duschen auch wieder ausmachen,
- Licht ausschalten und Fenster nach Anweisung schließen (Feuchtigkeit beachten) und
- Wasser für den Außenbereich täglich nach Trainingsende abdrehen.

c. Wir gehen mit den **Bällen, Trainingsutensilien und Trikots** vernünftig und verantwortungsvoll um.

d. Während des gesamten Trainings sind auf Anweisung der Trainer **alle in den Auf- und Abbau eingebunden**, etwa beim Einsammeln von Hütchen, Stangen und Bällen oder beim Transport der Tore. Wenn Bälle fehlen, so werden sie von allen zusammen gesucht.

9. Verhalten in der Freizeit

Beim Tragen von Vereinsbekleidung (z.B. Trainingsanzug) in der Öffentlichkeit erwarten wir besondere Sorgfalt und Benehmen entsprechend oben stehender Vorgaben.

Diesen Anspruch haben auch unsere Sponsoren, Förderer und Gönner, die wir in der Regel mit unseren Trainingsanzügen, Sport-Shirts usw. mitpräsentieren.

10. Alkohol, Nikotin und damit verbundene Vorbildfunktionen

- Im gesamten Vereinsheim (Umkleideräume usw. sowie Gaststätte und Nichtraucherzonen) besteht **Rauchverbot**. Das Rauchen in Trainings- oder Spielbekleidung ist nicht erlaubt. Die Erwachsenen sollten sich ihrer Vorbildfunktion bewusst sein und das Rauchen auf dem Sportgelände möglichst vermeiden.
- Beim Konsum (und der Abgabe) von **Alkohol** sind die **Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes** einzuhalten:
„Die Abgabe von branntweinhaltigen Produkten (Spirituosen, auch: branntweinhaltige Mischgetränke) an Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren ist verboten. Auch deren Verzehr darf unter 18-Jährigen nicht erlaubt werden. Andere alkoholische Produkte (Bier, Wein, Sekt, auch: Mischgetränke) darf an Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren nicht abgegeben werden beziehungsweise deren Verzehr durch unter 16-Jährige nicht gestattet werden.“
Die Erwachsenen haben Vorbildfunktion: wenn Alkohol getrunken wird, erfolgt dies in angemessenen Mengen.

11. Das **Sportgelände** wird aus Sicherheitsgründen **nicht mit dem Privat-Pkw** befahren.

An die Eltern:

Wir werden vor allem bei den jüngeren Jahrgängen den Erfolgsdruck von den Kindern nehmen. Also liebe Eltern, feuert eure Kinder an und lobt sie. Aber übt keine Kritik, oder schimpft und hadert vertanen Chancen nach. Alle tun ihr Bestes - und wenn es heute nicht klappt, klappt es halt Morgen. Seid fair gegenüber Gegenspielern, Schiedsrichtern, Eltern und Trainern - auch bei Niederlagen.

Wir arbeiten als Trainer und Betreuer in jedem Training daran, dass wir jedes Mal ein bisschen besser werden. Wir kennen unsere SpielerInnen und wissen am besten, welche Anweisungen uns während eines Spiels weiter bringen. Vertraut uns!

Für uns und eure Kinder ist es auch wichtig, dass ihr uns bei unserer Arbeit auch dahingehend unterstützt, dass ihr euch eurer Vorbildfunktion genauso bewusst seid, wie wir als Trainer und Betreuer.

Voraussetzung für ein „fruchtbares“ Miteinander ist natürlich auch, dass ihr euch mit unserem Verein identifiziert.

Das könnt ihr auch dadurch zum Ausdruck bringen, indem ihr uns bei den verschiedenen Aktivitäten während und außerhalb der Spiele unterstützt.

Die Teilnahme an den mindestens einmal pro Saison stattfindenden Elternabenden halten wir für eine Pflichtveranstaltung. Es sollte selbstverständlich sein, dass ihr euch dafür interessiert, was eure Kinder im Verein alles geboten bekommen und mit wem sie es zu tun haben.

Wir finden auch, dass wir Trainer euer Interesse und die Aufmerksamkeit verdient haben.

Umsetzung

1. Jeder Trainer sollte durch einen Co-Trainer und/oder Betreuer (evtl. 1 - 2 Eltern) unterstützt werden, um die Einhaltung der o. g. Punkte gemeinsam durchzusetzen.
Trainer können nicht überall gleichzeitig sein (bspw. Spielberichtsbogen ausfüllen und Mannschaft für ein Spiel aufwärmen) und stoßen bei der Begleitung der Mannschaften in allen Situationen und Bereichen an ihre Grenzen.
2. Die Trainer weisen nachweislich einmal im Jahr zu Beginn der Saison auf diese Verhaltensregeln hin, indem Sie die Spieler nach der Bekanntgabe der Regeln in einer Anwesenheitsliste unterschreiben lassen.
3. Die Verhaltensregeln werden auch im Vereinsheim (Umkleieräume, Gaststätte) ausgehängt.

3. Verhalten im sportlichen Bereich

1. Regelmäßiges Training ist die Grundlage für den sportlichen Erfolg

2. Fußball mit Leidenschaft spielen

- Der Siegeswille und die Bereitschaft sich dafür voll einzubringen, ohne jedoch unfair zu spielen, sind Voraussetzungen für den Erfolg in den leistungsorientierten Altersklassen.
- Wir nehmen Zweikämpfe an, vermeiden diese aber in den Situationen, wo sie unseren Spielfluss und das möglichst hohe Tempo behindern.
- Wir versuchen clever, voraussichtig und überlegt zu spielen.

3. Wir fordern und fördern

- eine offensiv ausgerichtete Spielweise,
- "Spielwitz", Engagement, Kreativität und Risikobereitschaft und
- den Einzelkönner (Talente) im Dienste der Mannschaft.

4. Wir sind ein großes Team

- Die jeweils älteren SpielerInnen übernehmen eine Vorbildfunktion für jüngere und sind für diese Ansprechpartner. Gegebenenfalls leisten sie Hilfestellung
- Die SpielerInnen passen sich in das jeweilige Mannschaftsgefüge ein. Sie zeigen Teamgeist, indem sie in erster Linie für die Mannschaft und deren Erfolg arbeiten.

5. Fair Play - Gedanke muss im Vordergrund stehen

- Wir zeigen Respekt und Fairness gegenüber
 - den eigenen Mannschaftskameraden,
 - dem Gegner,

- dem Schiedsrichter und
- den Trainern, Betreuern, Mitarbeitern sowie dem gesamten Umfeld.
- Fußball ist für uns die schönste Nebensache der Welt, aber auch nicht mehr. Gewalt gehört weder auf den Fußballplatz noch sonst irgendwo hin.
- Wir unterlassen unnötige Diskussionen und Geschreie.

6. Ordnung und Disziplin auf und außerhalb des Platzes

- Wir pflegen unsere Spiel- und Trainingsausrüstung (Fußballschuhe, Trainingsanzüge) und treten bei Spielen und in der Freizeit gepflegt und angemessen auf.
- Die Trainingsausrüstung wird den Jahreszeiten und den Temperaturen angepasst. Ab Ende Oktober/Anfang November ist bis April/Mai mit kalten Temperaturen zu rechnen!
- Für die Körperpflege stehen den Junioren und Juniorinnen entsprechend den Verbandsvorgaben räumlich getrennte Sanitär- und Duschbereiche zur Verfügung.
- Die Trikots, Stutzen und Hosen werden nach den Spielen wieder sorgfältig in den Koffer zurückgelegt. **Das Waschen der Trikots erfolgt im Wechsel durch die Eltern.**
- Wir gehen sorgsam mit dem Trainingsmaterial um:
 - verschossene Bälle werden nicht liegen gelassen, sondern sofort wieder geholt. Fehlende Bälle werden gemeinsam gesucht.
 - das Trainingsmaterial wird in den dafür vorgesehenen Räumen immer ordentlich aufgeräumt.
 - benutzte Tore werden nach dem Training von den Spielfeldern getragen und abgeschlossen
 - die benötigten Trainingsmaterialien werden gemeinsam auf den und vom Platz getragen.
- Wir beachten die Hinweisschilder auf den Rasenflächen.

Die Trainer weisen einmal jährlich zu Beginn der Saison nachweislich (durch Unterschrift aller Spieler auf einer Anwesenheitsliste) auf diese Punkte hin.

Wir erheben bezüglich der Aufzählungen unter „2. Allgemeine Verhaltensweisen und Regeln“ und „3. Verhalten im sportlichen Bereich“ keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Da dieses Konzept auch „leben“ soll, sind wir für Hinweise und Ergänzungen zu diesem Konzept dankbar. Wendet euch dazu bitte an die Jugendleitung. Beachtet bitte aber auch, dass, wenn man allgemeine Verhaltensweisen beachtet und den Verstand einsetzt, nicht alles schriftlich geregelt und vorgegeben werden muss.

4. Trainingsphilosophie

1. Allgemeine Grundsätze

- Der Trainer erläutert den Kindern und Jugendlichen die Trainingsinhalte kurz und verständlich und macht sie vor bzw. lässt sie vormachen. Ferner erklärt der Trainer den Zusammenhang der Trainingsinhalte mit den Abläufen im Spiel.
- Die Trainingseinheiten werden altersgerecht und mit dem entsprechenden Equipment durchgeführt (dem Alter entsprechende Übungen bzw. Belastungen)
- Die Taktikschulung erfolgt sowohl in praktischer Form auf dem Platz als auch in theoretischer Form an Taktiktafeln und mit Hilfe digitaler Medien (bspw. DVDs des DFB). Neue Spielregeln werden rechtzeitig bekannt gegeben.
- Wir setzen nach Möglichkeit nur ausgebildete Trainer (Inhaber C-Lizenz oder höher) ein. Wir unterstützen die Trainer bei ihren Aus- und Fortbildungsaktivitäten und erwarten, dass die Trainer ihren Wissensstand laufend aktualisieren.
- Die Trainer führen Spielanalysen durch um
 - Stärken und Schwächen zu erkennen,
 - diese zu dokumentieren und
 - die Trainingseinheiten in Bezug auf den Einzelnen wie auch auf das Team danach auszurichten.

2. Richtlinien

- Die Trainer bauen die Trainingseinheiten methodisch auf (vom Leichten zum Schwierigen).
- Das Techniktraining erfolgt in der Aufwärmphase.
- Bis einschließlich den D-JuniorInnen sollten keine Übungen ohne Ball durchgeführt werden.
- Wir lassen frei spielen, korrigieren aber gezielt.
- Übungen und Techniken werden vom Trainer verständlich erklärt und demonstriert (evtl. auch von ausgewählten Spielern)
- Es wird bereits in den frühesten Entwicklungsstadien auf Beidfüßigkeit geachtet.
- Wir loben gelungene Aktionen, Tadeln nach Möglichkeit aber nur unter vier Augen.
- Wir bevorzugen Spiele in kleinen Gruppen auf engem Raum (Intensitätssteigerungen) mit vielen Ballkontakten.
- Wir stellen lösbare Aufgaben, die dem Leistungsgrad der Spieler entsprechen.
- Fehler sind erlaubt! Nur risikofreudige Spieler werden kreativ.
- Der Trainer lebt seine Begeisterung und Leidenschaft für das Fußballspiel vor.

5. Training

Nachfolgend haben wir die allgemeinen Empfehlungen und die Trainingsempfehlungen für die einzelnen Altersstufen des Deutschen Fußball Bundes (DFB) übernommen (<http://www.training-wissen.dfb.de> → Training → Kinder- und Jugendfußball → Trainingstipps; auch mit konkreten Trainingsvorschlägen für die Altersklassen in der Rubrik „Training Online“):

5.1 Allgemeine Empfehlungen

Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung des Trainings im Jugendbereich bedeutet immer auch eine Menge Organisation. Viele der Aufgaben wiederholen sich immer wieder. Hat man den Ablauf einmal verinnerlicht, fällt es einem danach umso leichter. Deshalb sind hier die wichtigsten Punkte zusammen gefasst. Passen Sie diese bitte altersgemäß an Ihre Trainingsgruppe an.

- **Vor dem Training**

- **Rechtzeitig auf dem Trainingsgelände anwesend sein**

- Spätestens 15 bis 20 Minuten vor dem Training auf dem Trainingsgelände anwesend sein. Diese Zeit wird benötigt, um in Ruhe die folgenden Vorbereitungen zu treffen.

- **Kurze Platzbesichtigung**

- Der Trainer verschafft sich einen Überblick über die Platzbeschaffenheit (ist der Platz hart, weich, sind Löcher oder Maulwurfshügel zu sehen?) und die benötigten Tore (wo stehen die Tore, sind Tornetze und Befestigungen für die Tore vorhanden?). Gegebenenfalls muss er Mängel in Ordnung bringen.

- **Umkleideraum/Kabinen**

- Der Trainer schließt die Kabinen auf und achtet dabei auf folgende Punkte: Ist die Kabine (inkl. Duschaum) sauber, liegen ggf. Glasscherben herum, sind Beschädigungen oder Gefahrenpunkte festzustellen?

- **Trainingsplan aktualisieren**

- Der Trainer nutzt die letzten Minuten, um sich noch einmal seinen Trainingsplan durchzulesen. Dabei berücksichtigt er neuere Informationen (z.B. Absage von Spielern, Fehlen von Sportgeräten, Zustand des Platzes)

- **Begrüßung von Spielern und Eltern**

- Der Trainer begrüßt alle eintreffenden Kinder und Eltern freundlich. Falls Spieler zu spät kommen, bittet er sie oder die Eltern, in Zukunft rechtzeitig zu erscheinen. Keine „Standpauke“ wegen wiederholten Zuspätkommens halten. Das sollte später in Ruhe besprochen werden.

- **Beim Umziehen der Kinder behilflich sein**

- Der Trainer sollte, mit Unterstützung der Eltern, gerade den kleinen Fußballern behilflich sein (z.B. beim Zuschnüren der Schuhe). Denn bei zu langen Schnürbändern besteht eine große Sturzgefahr (mit Kopflandung!).

- **Liste über die Trainingsbeteiligung**

- Eine Teilnehmerliste gibt dem Trainer später die Möglichkeit festzustellen, welche Kinder mehrmals nicht zum Training erschienen sind. Daraufhin sollte er die Gründe dafür erörtern (Versäumnis der Eltern, Lustlosigkeit, Terminüberschneidung etc.).

- **Spieler in die Trainingsorganisation mit einbinden**

- Pädagogisch sinnvoll ist es, die Kinder an der Trainingsorganisation zu beteiligen. Sie können dem Trainer helfen, kleinere Aufgaben zu übernehmen (z.B. Materialien tragen/aufbauen, den Platzwart informieren, dass etwas gebraucht wird bzw. nicht in Ordnung ist).

- **Kinder niemals unbeaufsichtigt lassen**

- Wenn Kinder, insbesondere im jüngeren Altersbereich, nicht alle gleichzeitig zum Training erscheinen, sollten die ersten nicht schon alleine auf dem Platz herumtoben, während der Trainer und die anderen noch in der Kabine sind. Besondere Sorgfalt ist dann erforderlich, wenn zum Erreichen des Trainingsplatzes eine längere, unübersichtliche Strecke oder sogar eine Straße überwunden werden muss. Ideal ist es, wenn ein Betreuer oder Elternteil in der Kabine bleibt, während der Trainer schon mal auf den Platz geht. Wenn alle an ein pünktliches Erscheinen gewöhnt sind, sollte es keine Schwierigkeiten geben.

Telefon für den Notfall

Der Trainer sollte wissen, wo sich auf der Vereinsanlage das nächste Telefon befindet. Hat er kein Handy zur Verfügung und ein anderes Telefon ist nicht verfügbar (z.B. Clubhaus geschlossen), so muss der Trainer die Verantwortlichen (Jugendleiter, Vereinsführung) über diese Missstände informieren.

• **Während des Trainings**

Das Training nach Möglichkeit mit allen Spielern gleichzeitig beginnen

Sollten die Kinder nacheinander eintreffen, kann der Trainer – um die bereits anwesenden Kinder zu beschäftigen – schon auf den Platz gehen und Bälle verteilen. Voraussetzung dafür ist, dass ein weiterer Betreuer in der Kabine ist. So entsteht kein „Leerlauf“.

Begrüßung zum Trainingsbeginn

Der Trainer holt alle Kinder zusammen und bittet um „Ballruhe“. Er fragt nach dem Befinden und ob jemand gesundheitliche Probleme hat (Husten, Schnupfen, Unwohlsein etc.) und ob es etwas Neues gibt, was die Kinder ihm mitteilen wollen. Diese Phase sollte nicht zu lange dauern, weil die meisten Kinder gespannt auf das Training sind.

Über das Trainingsziel und Trainingsinhalte informieren

Bei Vorschulkindern können die einleitenden Worte sehr knapp ausfallen (z.B. „Ich habe Euch heute ein paar tolle Spiele mitgebracht und bin gespannt, ob sie Euch allen gefallen.“) Bei größeren Kindern kann der Trainer auf das letzte Spiel oder das letzte Training eingehen, was allgemein und speziell zu verbessern ist und was deswegen im heutigen Training gemacht wird.

Erklärungen in einer einfachen, für die Kinder verständlichen Sprache

Bei Erklärungen sollte sich der Trainer auf die zwei wesentlichsten Hinweise beschränken. Wenn notwendig, holt der Trainer die Kinder zusammen, um das jeweils nächste Spiel oder die nächste Übung zu erklären. Dabei sollte er darauf achten, dass „Ballruhe“ herrscht und er von allen Spielern gesehen wird bzw. dass er alle Spieler sehen kann (z.B. durch Hinsetzen der Kinder oder Aufstellung im Halbkreis). Demonstrationen mit einfachen Spielerklärungen erleichtern das Verständnis für die spätere Durchführung.

Gegebenenfalls selbst mitspielen

Der Trainer sollte gelegentlich selbst mitspielen, sich aber nicht zu stark in Szene setzen. Dadurch signalisiert er den Kindern, dass er Teil des Teams ist und dass er Interesse an ihrem Spiel hat. Gerade bei noch unbekanntem Spielern lernt die Gruppe durch Abgucken am schnellsten und am besten.

Freiräume schaffen und Kreativität fördern

Neben dem Prinzip „Lernen durch Vormachen“ sollte der Trainer den Kindern auch ein „Lernen durch Aufgabenstellung“ ermöglichen. Hierbei sollten die Kinder eigene Lösungsmöglichkeiten finden. Das fördert ihre Kreativität.

Nicht bei jedem Fehler gleich korrigieren

Der Trainer beobachtet die Kinder beim Üben und Spielen, ohne dass sie sich beobachtet fühlen. Denn das kann, gerade bei sensiblen Kindern, Unsicherheiten verursachen. Eingreifen und korrigieren sollte der Trainer erst dann, wenn ein Kind trotz wiederholten Bemühens nicht allein zu einer erfolgreichen Bewältigung der Aufgabe gelangt.

Einzelkorrekturen, Korrekturen vor der Gruppe

Bei unterschiedlichen Fehlern der Kinder werden Einzelkorrekturen (individuelle Fehlerkorrektur), bei gleichen typischen Fehlern mehrerer Kinder Korrekturen vor der Gruppe (kollektive Fehlerkorrektur) vorgenommen.

Motivation der Kinder in den Spiel- und Übungsformen beachten

In der Regel sind die kleinen Fußballer mit Eifer bei der Sache. Doch manchmal ist eine gewisse Lustlosigkeit, gerade bei bestimmten Übungen, zu beobachten. Der Trainer sollte sich dann folgende Fragen stellen:

- Ist die Übung ungeeignet für die Kinder (z.B. nicht genügend spielnah)?
- Sind die Kinder überfordert oder unterfordert?
- Sind sie zu erschöpft und damit nicht mehr aufnahmefähig?
- Können die Übungsbedingungen angepasst werden?
- Eventuell muss die Übung nun verändert werden.

Individuelle Beschäftigung mit einzelnen Kindern

Der Trainer sollte nicht den Eindruck entstehen lassen, Lieblinge zu haben, sondern Stärkere und Schwächere gleichermaßen fördern. Das Lob und die Anfeuerungen des Trainers sind für die Motivation der Kinder wichtig.

Abweichungen vom Trainingsplan

Wenn es erforderlich ist, z.B.:

- Das Training beginnt später als geplant.
- Klappt ein Spiel nicht, so sollte es unterbrochen werden, um notwendige Veränderungen vorzunehmen (Mannschaftsbesprechung, Spielaufgabe, Spielfeldgrößen, Materialien).
- Gewisse Spiel- und Übungsphasen benötigen mehr/weniger Zeit als geplant.
- Kinder benötigen mehr/weniger Zeit zur Erholung (Witterung berücksichtigen!), Kinder benötigen Trinkpausen.
- Die Kinder wünschen ein ganz bestimmtes Spiel.

Gemeinsamer Auf- und Abbau der Trainingsgeräte

Die Kinder sollten den Trainer unterstützen. Der Trainer achtet auch darauf, dass sie mit den eingesetzten Spielgeräten sorgfältig umgehen. Während des gesamten Trainings werden alle Kinder in den Auf- und Abbau eingebunden, etwa beim Einsammeln von Hütchen oder anderen Materialien. Wenn Bälle fehlen, so werden sie von allen zusammen gesucht.

• **Nach dem Training**

Platz sauber hinterlassen

Darauf achten, dass die Kinder keine leeren Getränkedosen, Flaschen oder sonstige Dinge liegen lassen (ggf. Regeln vereinbaren).

Geräte und Bälle einlagern

Materialien sollten im ordnungsgemäßen Zustand sein. Wenn trotz Suchens etwas fehlt oder Geräte beschädigt sind, sollte sich der Trainer das notieren, um es dem Verantwortlichen (Platzwart, Jugendleiter) später mitzuteilen.

Duschen und Waschen

Nach Abstimmung mit den Eltern sorgt der Trainer dafür, dass sich die Kinder duschen oder waschen. Bei schüchternen oder neuen Kindern sollte er das Duschen nicht erzwingen, um das eventuelle Schamgefühl der Kinder nicht zu verletzen.

Die Umkleidekabine sauber hinterlassen

Dazu gehört es, sie nicht mit stark verschmutzten Schuhen zu betreten, sondern diese eventuell schon draußen auszuziehen und an der vorgesehenen Stelle zu säubern (Kein Abklopfen an der Kabinenwand oder auf dem Boden im Eingangsbereich!). Der Trainer sollte darauf achten, dass alles – also auch der Duschaum – in sauberem Zustand hinterlassen wird und kein Papier oder sonstige Gegenstände auf dem Boden zurückbleiben.

Hinweis auf das nächste Spiel oder das nächste Training

Damit werden die Kinder nach Hause geschickt. Werden einzelne Kinder schon unmittelbar nach dem Training abgeholt, sollte der Trainer dieses schon beim Abschlusskreis zum Trainingsende ansprechen.

Gespräche mit einzelnen Elternteilen oder Eltern

Über Probleme mit Kindern, Absprachen, Fahrten zu Auswärtsspielen usw.

Gespräche mit einzelnen Kindern

Wenn der Trainer in der Übungsstunde unangebrachtes Verhalten beobachtet hat (Unlust, Streitigkeiten usw.), sollte er Ursachenforschung betreiben. Auch hier einen freundlichen, väterlichen Ton wählen.

5.2 Trainingsempfehlungen für die einzelnen Altersstufen

• **Bambini/G-Jugend**

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

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

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

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, Trikotwäsche, Kuchen)

• **F-Jugend (Kleinfeld)**

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!

Viele Übungen, viele Ballkontakte, viele Spiele

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 ohne taktische Vorgaben in kleinen Teams: max. 4 gegen 4 (kleines Feld mit/ohne Tore) -> **50%**;
Ballorientiertes Verteidigen: Über- bzw. Unterzahl-Situationen sind bereits zu empfehlen (s. „Fußball von Morgen – Band 4: Modernes Verteidigen“, S. 198/199, ISBN 978-3-89417-160-5)

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.

• **E-Jugend (Kleinfeld)**

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.

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.

Techniken verbessern, einfache Taktiken einführen

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%**;
Ballorientiertes Verteidigen: 1 gegen 1-Situationen, um Erfahrungen im Zweikampf zu sammeln

Spiel:

- Alle sollen spielen (auch die 'Guten' mal draußen lassen)!
- Möglichst viele Tore erzielen!
- Ergebnis ist zweitrangig: Der Spaß soll im Vordergrund stehen!
- Bereits bekannte (Kleinfeld-)Spielsysteme können genutzt werden.
- Spielsystem: ohne Libero; „Mann gegen Mann“ in der Abwehr

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)

• D-Jugend (Kleinfeld und verkürztes Großfeld)

Technik, Technik, Technik und natürlich auch schon die Grundlagen der Taktik stehen hier auf dem Lehrplan. Die jetzt sehr hohe Koordinationsfähigkeit verpflichtet geradezu zu einer systematischen Verfeinerung der fußballspezifischen Techniken.

Im taktischen Bereich erfolgt die Umstellung auf das 50 x 70 Meter Feld. Das 3-2-3 (aber ohne Libero!) ist eine gute Weiterführung des 3-3-Systems. Die 12- und 13-Jährigen verstehen bereits taktische Prinzipien, so dass sie z. B. Überzahl am Ball gezielt, wenn auch oft etwas ungeordnet herstellen können.

Wichtig: Auch auf dem 50 x 70 Meter Feld dürfen Abwehrspieler Tore schießen! Deshalb üben wir regelmäßig das sichere Pass- und Zusammenspiel. In 'sozialer' Hinsicht werden die im E-Junioren-Alter eingeführten Ziele weiterverfolgt und ausgebaut.

Die besten Lernvoraussetzungen unbedingt nutzen!

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%**
- Ballorientiertes Verteidigen:
- Ballorientiertes Verteidigen: systematisches Training von 1 gegen 1-Situationen:
 - frontales 1 gegen 1 in Abwehr und Angriff mit kurzer und je nach Leistungsvermögen auch größerer Distanz
 - Angreifer steht mit dem Rücken zum Verteidiger und ist bereits am Ball bzw. erwartet ein Zuspiel
 - 1 gegen 2-Situationen mit Abseitsregel
 - zu zweit in Unter-, Gleich- und Überzahl verteidigen.

Spiel:

- Alle sollen spielen. Möglichst viele Tore erzielen.
- Das Ergebnis wird wichtig, ohne die Philosophie zu dominieren: Der Spaß steht im Vordergrund!
- Systeme: 3-2-3 oder 3-3-2. Außenverteidiger spielen offensiv, Spitzen verteidigen mit.
- Positionen noch nicht festlegen (Vielseitigkeit)!
- Spielsystem: ohne Libero

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

• C-Jugend

Mit der jetzt meist einsetzenden Pubertät verändert sich auch das Training: Wir müssen auf die individuellen, unterschiedlichen Entwicklungsphasen eingehen und gegebenenfalls individuell reagieren. Kurz gesagt: Die Stärken stärken, die Schwächen abbauen, aber immer unter Beachtung dessen, was der jeweilige Spieler gerade physisch und psychisch zu leisten imstande ist.

'Auf dem Platz' kommt die mannschaftsinterne Hierarchie hinzu, die der Trainer beobachtet und bei Bedarf korrigiert. Nicht immer ist der Größte und Lauteste auch der kommende Führungsspieler! Das Spielsystem behalten wir bei (4-4-2 oder 4-3-3). Eine endgültige Positionsspezialisierung findet noch nicht statt, wenngleich wir durchaus Positionstechnik und -taktik verbessern. Variabilität und Kreativität sind wichtiger als starre taktische Abläufe.

Jeder ist anders – und will/muss so behandelt werden

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%**
- Ballorientiertes Verteidigen: Verfeinerung der individualtaktischen Grundlagen; detailliertes Training der Gruppentaktik in Unter-, Gleich- und Überzahlsituationen: zu zweit, zu dritt und zu viert verteidigen

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
- Spielsystem: mit Dreier- oder Viererkette

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.)

• B- und A-Jugend

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

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

Die taktische Lernfähigkeit ist jetzt so weit fortgeschritten, dass wir nicht nur als Mannschaft in Angriff und Abwehr kompakt agieren wollen, sondern die Spieler auch mit der Doppel-Sechs im flachen 4-4-2 oder sogar im 4-2-3-1 vertraut machen können.

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

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%**
- Ballorientiertes Verteidigen:
 - Verfeinerung der individual- und gruppentaktischen Verhaltensweisen
 - Mannschaftstaktische Schulung: einstudieren des gewählten Systems im Mannschaftsverband, Zusammenspiel von Abwehr und Mittelfeld sowie Mittelfeld und Angriff
 - unterschiedliche mannschaftstaktische Verhaltensweisen („tief stehen“, Mittelfeldpressing, Forechecking) trainieren

Spiel:

- Alle sollen spielen. Das Ergebnis ist wichtig, dominiert aber nicht die Philosophie!
- Systeme: 4-4-2 mit Raute, 4-4-2 flach, 4-3-3, 4-2-3-1, 4-3-2-1
- Positionsspezialisierung beginnt, aber die Stärken verbessern und die Schwächen beheben!
- Fairness gegenüber Gegner und Schiedsrichter
- Spielsystem: mit Dreier- bzw. Viererkette (abhängig vom Spielermaterial)

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

5.3 Taktische Leitsätze und Ziele des Jugendtrainings

- Wir lassen bei der Ballannahme keinen Ball springen (flache Bälle bevorzugen) und laufen zugespielten Bällen entgegen und bringen sofort den Körper zwischen Ball und Gegner.
- Wir streben durch taktisch kluges Verschieben Überzahl in Ballnähe an und attackieren sofort den Spieler am Ball (Pressing)
- Wir machen die Räume eng und „schalten“ nach Balleroberung blitzschnell um. Die Defensive verschiebt dabei kontrolliert mit nach vorne und sichert trotzdem ab (offensive Gegenspieler im Auge behalten).
- Bei eigenem Ballbesitz machen wir unser Spiel breit und spielen über außen.
- Wir orientieren uns vor der Ballannahme über Raum, Mitspieler und Gegenspieler. Dazu müssen wir in der Lage sein, den Ball ohne Blick auf den Boden zu kontrollieren (Kopf hoch)
- Ziel von Doppelpass, Ballübergabe und Dribbling ist es, in den Rücken des Gegners zu gelangen.
- Wir lernen Spiele „zu lesen“ (antizipieren). Das heißt, dass wir im Laufe der Zeit in der Lage sind zu erkennen, was die gegnerische Mannschaft vorhat und wohin der Ball als nächstes gespielt werden wird.
- Im Defensivbereich decken die Innenverteidiger die Sturmspitzen ab ca. 20 Meter vor dem Tor eng.
- Für alle Defensivspieler gilt, dass die innere Linie zum Tor zugestellt werden muss.
- Dribbelstarke Gegner werden am besten vor der Ballannahme gestört und auf die Außenbahnen abgedrängt um einem Mitspieler zu ermöglichen eine Überzahlsituation zu schaffen.
Laufstarke Gegner werden im Raum gedeckt.
- Ein Tackling (das „Reinrutschen“) ist immer das allerletzte Mittel und praktizieren wir nur, wenn es sein muss (liegende Spieler sind für den Moment, in dem sie liegen aus dem Spiel).
- Wenn es Situationen erfordern, sprechen wir miteinander auf dem Platz (bspw. mit „Simon Hintermann“ oder „Thomas Zeit“).
Wir diskutieren oder streiten aber nicht über Situationen, in denen Fehler gemacht wurden. Dafür sind die Trainer da.

6. Umsetzung

Bei der Umsetzung unseres **ganzheitlichen Ausbildungskonzepts**, das mannschafts- und altersübergreifend angelegt ist, gelten folgende Vorgaben:

- Wir verfolgen ein einheitliches System, bei dem alle Mannschaften an das **ballorientierte Spiel im Raum**, mit Dreier- oder Viererkette und dem Verschieben zur Schaffung von Überzahlsituationen und den damit verbundenen verschiedenen Pressings (Angriffs-, Mittelfeld- und Abwehrpressing) herangeführt werden.
Die Einzelspieler und die Mannschaften sollen dabei in die Lage versetzt werden, flexibel die verschiedenen Spielsysteme wie bspw. das „4-4-2-“ (mit und ohne Raute), „4-3-3-“ oder „4-2-3-1-System“ anzuwenden.
- Die **Trainingseinheiten** sind am einheitlichen System ausgerichtet **methodisch aufzubauen**. Neben dem im Rahmen der Trainerausbildung erlangten Wissen und der gemachten Erfahrungen hat der Deutsche Fußballbund (DFB) im Rahmen seiner „Qualifizierungsoffensive“ eine Vielzahl von Publikationen in gedruckter oder digitaler Fassung herausgebracht, die die Vereine, Trainer und Interessierte bei der methodischen Umsetzung eines ganzheitlichen Ausbildungskonzeptes unterstützen.

Exemplarisch seien hier folgende Druckwerke genannt (s. a. <http://trainermedien.dfb.de/> [ohne www.]

- „Fußball von Morgen, Band 4 – Modernes Verteidigen, Ballorientiertes Abwehrspiel“, ISBN 978-3-89417-160-5; mit Jugendkonzept als Kapitel 8
- „Fußball von Morgen, Band 1- Kinderfußball“, ISBN 3-89417-136-7 (für Bambinis/G-JuniorInnen bis D-JuniorInnen)
- „Fußballtraining – Praxisplaner, C-Junioren“, ISBN 978-3-89417-180-3 und
- „Fußballtraining – Praxisplaner, B- und A-Junioren“, ISBN 978-3-89417-157-5.

Digital bietet der DFB unter www.training-wissen.dfb.de/, in der Rubrik „Training“ und „Training online“ Informationen und konkrete Vorschläge für Trainingseinheiten im Jugendbereich an.

- Die **interne Schulung der Jugendtrainer** erfolgt nach Möglichkeit durch den Trainer der 1. Mannschaft und/oder externes Fachpersonal.
Die interne Schulung der Jugendtrainer hat zum Ziel, dass sämtliche Jugendmannschaften im Leistungsbereich, ab D-Junioren ein einheitliches Spielsystem umsetzen. Alle werden auf ein variables Spielsystem geschult, mit ballorientierter Raumdeckung und Pressing, dem Versuch also, durch Schaffen von Überzahlsituationen frühzeitig den Ball zu erobern.
- Die Umsetzung der altersbezogenen Lernziele wird eigenverantwortlich durch die Trainer überwacht.
- Die Ausbildung jedes Einzelnen zum Teamspieler steht im Vordergrund.
- Die Auswahl und Zuordnung der SpielerInnen zu den jeweiligen Mannschaften für die neue Saison erfolgt zum Saisonende;
Sichtungstrainings und die damit verbundene Aufnahme neuer SpielerInnen werden ausschließlich zum Ende der Saison für die kommende Saison durchgeführt, um rechtzeitig zu wissen, wie viele SpielerInnen in welchen Altersklassen vorhanden sind und wie viele Mannschaften für die kommende Saison dem Verband gemeldet werden können;
Probetrainings außerhalb dieser Sichtungstrainings sind nur in Ausnahmefällen möglich
- Für ausgewählte Spieler der D1 bis B-Jugend wird ein Fördertraining angeboten.
Das Fördertraining für die A-Jugend-Spieler erfolgt durch Integration in ein Training der 1. Mannschaft pro Woche.
- Wir versuchen auch bei außersportlichen Problemen zu helfen.
- Wir halten Kontakt zu den Eltern und suchen bei Bedarf das persönliche Gespräch.

Die erfolgreiche Umsetzung des Konzeptes setzt voraus, dass die verantwortlichen Trainer über eigene fundierte Erfahrungen als Spieler und/oder eine **gute Ausbildung** als Trainer (wünschenswert Trainerlizenz C) verfügen.

Die Trainer gestalten ihre Trainingseinheiten im Rahmen der Vorgaben dieses Konzeptes eigenverantwortlich. Die Trainer sind die direkten Ansprechpartner für die Spieler und die Spielereltern.

Direkter Ansprechpartner der Trainer bei Fragen und Problemen ist der Jugendleiter.

Die talentiertesten Jugendlichen des älteren Jahrgangs im A-Juniorenbereich werden **einmal die Woche ins Aktiventraining** eingeladen, um an die höheren Anforderungen herangeführt zu werden.

Auch die talentiertesten Jugendlichen des älteren Jahrgangs im C- und B-Juniorenbereich mit Perspektive werden **einmal die Woche ins höhere Juniorentraining** eingeladen, um an die höheren Anforderungen herangeführt zu werden. Zuständig sind die Trainer der jeweiligen Mannschaften in Absprache.

In den Juniorenklassen sollten Spieler, die verletzt sind oder Trainingsrückstand haben, in den jeweiligen 2. Mannschaften ihre Fitness wieder aufbauen.

Quartalsweise findet eine **Sitzung der Verantwortlichen** im Ausbildungsbereich statt. Durch den ständigen Erfahrungsaustausch zwischen Trainern, Jugendkoordinator und Aktiventrainer entsteht eine effiziente Linie der Weiterentwicklung.

Villingen, im Mai 2012

Die modernen Spielsysteme

- **4-4-2**

Das 4-4-2-System ist eine der häufigsten Aufstellungen im heutigen Fußball. Die vier Abwehrspieler spielen ohne Libero und versuchen den Torerfolg des Gegners zu verhindern. Die beiden Innenverteidiger spielen meistens "Mann-gegen-Mann" im Übergabesystem gegen die beiden gegnerischen Stürmer. Die beiden Außenverteidiger haben die Aufgabe der Stabilisierung der Verteidigung, sie sollen jedoch darüber hinaus über die Außenbahn das Spiel nach vorn tragen. Der Torwart spielt mit. Er steht weit vor dem Tor und soll die langen Bälle in Richtung des Strafraums abfangen. Die Mittelfeldspieler haben die Aufgabe, sowohl die Abwehr als auch den Sturm zu unterstützen: in der Regel gibt es einen zentralen Mittelfeldspieler, der das Spiel in der Offensive aufbauen soll, als zusätzlicher Stürmer fungiert und den Abschluss sucht. Zwei der vier Mittelfeldspieler sollen beim 4-4-2-System über die Außenbahnen kommen und Flanken von der Mittellinie in den Sturm schlagen, jedoch genauso den Gegner daran hindern, über die Außenbahnen zu spielen. Ein weiterer Mittelfeldspieler ist eher defensiv ausgerichtet und hat oft die besondere Aufgabe, den offensiven Mittelfeldspieler der gegnerischen Mannschaft, den "Spielmacher", zu bewachen und in seiner Entfaltung zu behindern.

Die Mittelfeldspieler versuchen, den beiden Stürmern Bälle für Torschüsse aufzulegen oder selbst Tore aus aussichtsreicher Position zu erzielen. Ein Vorteil des 4-4-2-Systems sind die beiden Vierer-Reihen. Wenn diese in Kette stehen und sich entsprechend aufbauen, bilden sie eine nahezu undurchdringliche Abwehrmauer. Nachteil dieser defensiven Ausrichtung kann aber sein, dass die Mannschaft Probleme hat, den Ball nach vorn zu bringen und im Offensivbereich aktiv zu werden. Die Spieler haben wenig Anspielstationen und sind in ihrer Kreativität eingeschränkt. Gerät eine Mannschaft in Rückstand, kann es deswegen erforderlich werden, auf offensivere Systeme zurückzugreifen, wie z.B. aufs 4-3-3 oder 3-4-3. Bei 4-4-2-Systemen, die auch offensiv Akzente setzen sollen, wird das Mittelfeld, die vordere Vierer-Reihe, oft auch als Raute positioniert. Dabei behalten die äußeren Mittelfeldspieler ihre Position, aus den beiden inneren Mittelfeldspielern wird einer offensiv und einer defensiv. Der defensive, der unmittelbar vor der Abwehr-Viererkette steht, ist Vorstopper Manndecker des eventuell vorhandenen dritten, gegnerischen Stürmers und auch Verteiler an die Flügel. Der offensive stärkt die Bemühungen in der Offensive. Als Mittelfeldregisseur gilt der offensive Mittelfeldspieler, der die Breite des gesamten Platzes ausnutzen und die Bälle so in den Sturm verteilen kann.

- **3-4-3**

Das 3-4-3-System wird im internationalen Fußball sehr selten eingesetzt, da es sehr risikoreich ist. Die 3 Verteidiger spielen Mann gegen Mann, wobei sich der freie Abwehrspieler immer wieder ins Offensivgeschehen einschaltet. Im Mittelfeld kann mit Raute (1 Defensiver, 2 Außen, 1 Offensiver) oder im Quadrat (2 Defensiv, 2 Offensiv) gespielt werden. Die Raute eignet sich besonders gut wenn die Mannschaft über einen klassischen Regisseur verfügt, der als Offensiver die gesamte Breite ausnutzen kann und die Bälle als Spielmacher verteilt. Mit dem Quadrat wird das Spielfeld für den Gegner sehr eng, und ein schneller Ballbesitz wird erzwungen. Die 3 Stürmer spielen variabel und tauschen Ihre Positionen ständig.

- **4-3-3**

Diese Aufstellung ist stärker offensiv ausgerichtet. Drei Mittelfeldspieler versuchen, Abwehr und Sturm zusammenzuhalten. Sie unterstützen einerseits die Abwehr, andererseits versuchen sie die Bälle zu den drei Stürmern zu befördern. Die drei Stürmer teilen sich die vorderste Position, wahlweise zwei oder einer kommen über die Außen, einer oder zwei füllen die Position des Mittelstürmers aus. Meistens spielt man bei diesem System mit 2 flankenstarken und trickreichen Außenstürmern und einem kopfballstarken Mittelstürmer. Die Aufstellung wird häufig am Ende eines Spieles verwendet wenn die eigene Mannschaft einen Rückstand aufholen muss.

- **5-3-2**

Diese sehr defensive Aufstellung hat drei zentrale Abwehrspieler. Die anderen beiden müssen neben ihren Abwehraufgaben über die Außenbahn das Spiel nach vorn tragen und flanken. Die Position der Außen hat hier eine besonders wichtige Rolle, da diese sowohl die Abwehr als auch den Sturm unterstützen und daher große Laufarbeit verrichten müssen.

- **3-5-2**

Die Aufstellung ist vergleichbar mit dem System 5-3-2, einziger Unterschied: Die beiden Spieler an den Außenlinien sind etwas offensiver ausgerichtet.

Ein 3-5-2 kann aber auch variabler als 3-2-3-2 ausgelegt werden, also mit je einem zentralen Mittelfeldspieler links und rechts, einem rechten und einem linken Offensivspieler sowie zwischen den beiden einem zentraloffensiven "Spielmacher".

- **5-4-1 und 4-5-1**

Diese Aufstellung ist sehr defensiv ausgerichtet. Sie wird häufig verwendet, um ein Ergebnis zu halten und auf Konter zu spielen. Auch wenn der Gegner sehr stark ist und ein Unentschieden für die Mannschaft schon ein großer Erfolg wäre, versucht man mit dieser Taktik, den starken Gegner am Tore schießen zu hindern und mit etwas Glück eine schnelle Attacke zu spielen.