JUNIORENKONZEPT –
Stärken stärken, Schwächen schwächen.

ALTERSGRUPPE VON BAMBINI BIS U19-JUNIOREN

KSV Baunatal e. V.
Jugendfußball

Inhalt

des Juniorenkonzept

Warum wird ein Juniorenkonzept benötigt?	4 – 5
Welche Ziele verfolgen wir mit unserem Juniorenkonzept?	6 – 7
Grundlagenausbildung G-Junioren	8 – 11
Grundlagenbereich F-Junioren	12 – 15
Grundlagenbereich E-Junioren	16 – 19
Aufbaubereich D-Junioren	20 – 23
Aufbaubereich C-Junioren	24 – 31
Leistungsbereich B- und A-Junioren	32 – 39
Orientierung für ausbildungsfördernde Spielsysteme	40 – 43
Richtlinien und Verhaltenskodex Trainer	44 – 45
Richtlinien und Verhaltenskodex Spieler und Eltern	46 – 47
Schlusswort	48 – 49

Junjoren-konzept KSV Baunatal

Warum wird ein

Juniorenkonzept benötigt?

Warum wird ein Juniorenkonzept benötigt?

Ohne ein Juniorenkonzept heißt es planlos und ohne konkrete Ziele durch die Ausbildung und Weiterentwicklung zu gehen und von gewissen Zufällen abhängig zu sein. Fehlt ein Konzept, fehlen in der Regel auch die notwendigen Handlungsanweisungen und Zieldefinitionen, die für die Orientierung aller Beteiligten unabdingbar sind.

Der Name KSV Baunatal steht für eine qualitativ hochwertige fußballerische Ausbildung in Nordhessen. Wir sind uns unserer sozialen Verantwortung bewusst, die Spieler neben dem Leistungssport auch persönlich zu fördern.

Wir bilden unsere Juniorenspieler individuell, ganzheitlich und altersgerecht aus und streben eine optimale Förderung aller Spieler – unter anderem durch die Teilnahme an den jeweils höchsten Spielklassen in Hessen – an.

Das Juniorenkonzept ist die sportliche Leitlinie unserer Jugendarbeit und es sorgt für eine positive Außendarstellung und Transparenz.

Das Juniorenkonzept unterstützt die Identifikation des KSV Baunatal und gibt unseren Trainer, Betreuern und Funktionären eine Art Wegweiser an die Hand als Vorgabe für ihr Handeln.

Damit bildet es die Grundlage für die erfolgreiche Weiterentwicklung in unserem Verein und hilft uns, das Leistungsniveau der einzelnen Jugendmannschaften anzuheben.
Die optimale und altersgerechte Ausbildung des Nachwuchses wird beim KSV Baunatal immer weiter gefördert und verbessert.

Ab dem älteren Jahrgang D-Junioren, wird schrittweise die Leistungsorientierung angestrebt, so dass besonders talentierte und entwicklungswillige Jugendspieler des KSV Baunatal eine Plattform finden, kontinuierlich weiterzukommen.

Mit unserem Jugendkonzept möchten wir unseren Sponsoren, Förderern und Gönnern aufzeigen, dass sie die Juniorenarbeit des KSV Baunatal dankend unterstützen, die den Anspruch hat, die Menschen in unserem Verein nicht nur im sportlichen, sondern auch im sozialen und gesellschaftlichen Bereich weiterzuentwickeln.

Ziele verfolgen

Welche Ziele und welches Leitbild verfolgen wir mit unserem Juniorenkonzept?

Welche Ziele verfolgen wir mit unserem Juniorenkonzept?

Eine altersgemäße fußballerische Ausbildung – bei dem die einzelnen Ausbildungsschritte in den verschiedenen Altersklassen klar vorgegeben sind und ineinander greifen – stehen bei uns im Vordergrund.

Genau so wichtig ist uns die Persönlichkeitsförderung und das Vermitteln von gesellschaftlich relevanten Werten wie:

- Leistungswille
- Hilfsbereitschaft
- Rücksichtnahme
- Durchsetzungsvermögen
- Gewinnen und Verlieren lernen
- Selbstvertrauen entwickeln
- Ein fairer, respektvoller und gewaltfreier Umgang miteinander
- Fordern und fördern von Zuverlässigkeit und Verantwortungsbewusstsein

Spielfreude

- Wir haben Freude bei jedem Spiel, bei jedem Training!
- Wir motivieren uns gegenseitig!
- Wir wissen, dass technischtaktische und konditionelle Qualitäten die Basis für Freude am Fußball sind – dafür müssen wir hart trainieren!
- Wir sind kreativ und haben auch für schwierige Situationen eine Lösung parat!

Techniken unter Druck

- Wir konzentrieren uns auf perfekte Basistechniken (Ballkontrolle, Dribbling, Passspiel) aller Spieler!
- Wir lösen auf engstem Raum und unter Gegnerdruck – durch variable Techniken – Spielsituationen!

Fitness

- Wir sind fußballspezifisch fit, weil wir nur auf dieser Basis unsere fußballerische Qualität durchbringen können!
- Wir haben die physischen und psychischen Qualitäten für unser tempoorientiertes Spiel auf allen Positionen und über die komplette Spielzeit!
- Wir erfüllen die konditionellen Anforderungen jeder Position auf höchstem Niveau!

Taktisches Konzept

- Wir verfolgen eine klare Spielphilosophie!
- Wir haben ein Spielsystem mit konkreten Aufgaben für jede Position, für Gruppen und die gesamte Mannschaft!
- Wir bestimmen das Spiel in Offensive und Defensive!
- Wir sind offensiv ausgerichtet!
- Wir wollen attraktiv spielen, handeln jedoch ergebnisorientiert!

Siegeswille

- Wir geben nie auf und kämpfen bis zum Abpfiff!
- Wir zeigen Leidenschaft!
- Wir demonstrieren dem Gegner unsere Stärke!
- Wir verlieren auch in extrem schwierigen Situationen nicht die Kontrolle, sondern suchen höchstengagiert, konzentriert und diszipliniert den Erfolg!
- Wir motivieren uns selbst und gegenseitig!

Grundlagenausbildung

G-Junioren

Umfassende Bewegungsschulung.

>> In den Übungseinheiten steht grundsätzlich der Ball im Mittelpunkt <<

Altersgruppe „G-Junioren – U7“

Die ersten Eindrücke vom Üben und Spielen in einem Verein entscheiden meistens darüber, ob ein Kind weiter mit Begeisterung Fußball spielt und langfristig dabei bleibt. Deshalb muss das „Training“ vom ersten Augenblick an Spaß machen. Wichtig dabei ist, die Kinder mit vielseitigen und interessanten Bewegungsaufgaben ganzheitlich zu fördern.

Ziele

- Spielerisches Kennenlernen des fliegenden, rollenden, hüpfenden... Balles
- Ideenvielfalt und Spielfreude durch Variationen kleiner Spiele mit Ball
- Freude am (Fußball-)Spielen
- Kennenlernen einfacher Grundregeln des „Mit- und Gegeneinanderspielens“

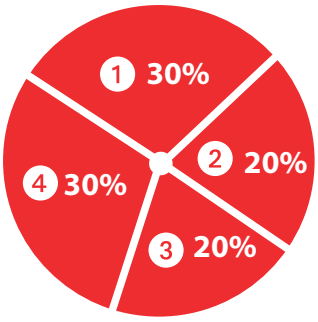
Ideale Wettspiele für Bambini

Spielformen:
4 gegen 4 (ohne Torhüter)
oder 4 + Torhüter gegen 4 + Torhüter

Spielfeld:
bis 20 x 15 Meter

Torbreite:
bis 2 Meter

Trainingsinhalte in %



1. **30% – Einfaches Laufen und Bewegen:**
   Fang- und Tunnelspiele, Blancieren, Koordination

2. **20% – Einfache Aufgaben mit Ball:**
   Ballführen, Ballkontrolle (Annahme), Torschuss, Werfen

3. **20% – Kleine Spiele mit Ball:**
   Platzwechselspiele, einzel- oder Teamwettbewerb

4. **30% Kleine Fußballspiele:**
   4 gegen 4 auf kleinem Feld mit und ohne Tore (Linientore)

Leitlinien für Trainer

- Kleine Gruppen, viele Bewegungsaktivitäten für jeden!
- Begeisterung für das Bewegen und Spielen wecken!
- Einfache Bewegungsaufgaben interessant „verpacken“!
- Vielseitige Aufgaben mit verschiedenen Bällen stellen!
- Einfache Regeln vermitteln!
- Ein Herz und offenes Ohr für Kinder haben!

G-Junioren

Merkmale von Bambini

- großer Bewegungsdrang
- großer Spieldrang
- schnelle Ermüdung und Regeneration
- schwach ausgebildete Muskulatur
- geringe koordinative Fähigkeiten
- geringes Konzentrationsvermšgen
- starke Ich-Bezogenheit
- hohe Emotionalität
- großes Ungerechtigkeitsempfinden
- starke Orientierung am Trainer
- ausgeprägte Neugier

Technik

Ziel ist das Erlernen von technischen Grundfertigkeiten. Hierzu gehören:

- verschiedene Lauftechniken
- Ballführen und Ballkontrolle
- Weitergabe des Balls an den Mitspieler
- einfaches Passen
- Torschuss
- vielseitiges Bewegungskönnen

Grundsätze im Trainings- und Spielbetrieb

- auf großen Bewegungsumfang achten
- viele kurze Pausen einlegen
- kein spezielles Kraft- und Ausdauertraining
- einfach Anforderungen stellen
- viele unterschiedliche Bewegungs- und Ballerfahrungen ermöglichen
- viele spielerische Varianten nutzen
- keinerlei taktische Lernziele
- ermutigend und verständnisvoll auf die Kinder eingehen
- möglichst alle Kinder gleich behandeln
- Vorbildfunktion beachten
- jedem Kind eigene Erfolgserlebnisse ermöglichen
- kurze und einfache Anweisungen nutzen

Taktik

Taktik spielt in der Altersgruppe Bambini eine untergeordnete Rolle. Ziele sind:

- Grundkenntnisse der Fußballregeln
- Grundfertigkeiten wie Einwurf, Eckball, Abstoß, usw.
- Kenntnisse zum Deckungsschatten und Freilaufen

Kondition

Es findet kein spezielles Konditionstraining statt, vielmehr muss die meist fehlenden Bewegung durch kleine Lauf- und Fangspiele ausgeglichen werden. Ziel ist, das eigene Leistungsvermögen zu erproben und Selbstvertrauen zur eigenen Leistungsfähigkeit aufzubauen.

Persönlichkeit

Kinder im Bambinialter müssen heute meist erst lernen, sich in einer Gruppe von Gleichaltrigen zurechtzufinden. Sie müssen lernen sich unterzuodnen und gleichzeitig zu behaupten. Sie sollen erfahren, dass es Verhaltensregeln gibt, deren Nichteinhaltung Konsequenzen nach sich zieht. Ziel ist, dass die Bambinis Emotionen durch Gemeinsamkeit erleben und zu Kreativität ermuntert werden, um die Persönlichkeit ganzheitlich zu fördern.

Trainingsaufbau

Einstimmen: Vielseitige Bewegungsschulung

- Einfache Bewegungsaufgaben (Laufen, Hüpfen, Springen, Rollen ...)
- Spielerische Ganzkörperkräftigung
- Lauf-, Fang- und Abschlagspiele
- Organisationsformen: Aufbau von "Bewegungslandschaften" und Geräteparcours"
- Kleine Fußballspiele

Hauptteil: Fußballorientierte Bewegungsschulung

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

Schlussteil: Fußball spielen

- Freie Fußball-Spiele in kleinen Teams auf Tore
- Kleine Spielfelder
- Einfache Spielregeln, z.B. Einrollen statt Einwerfen
- Kurze Wege zum Tor, viele Tore, viele Erfolgserlebnisse schaffen
- Fußballspezifisches Techniktraining kommt bei Bambini noch nicht vor

Grundlagenbereich

F-Junioren

Technisch-spielerische Vielseitigkeitsschulung.

>> In den Übungseinheiten steht grundsätzlich der Ball im Mittelpunkt <<

Altersgruppe „F-Junioren – U8/U9“

Die Altersgruppe F-Jugend besitzt eine große Begeisterungsfähigkeit für Wettspiele. Die Spieler entwickeln einen starken Eigenantrieb und besitzen eine ausgeprägte Bewegungs- und Spielfreude. Sie lernen spontan durch Beobachten und Nachmachen. 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.

Ziele

- Freude am Fußballspielen
- Fußballspielen lernen durch kleine Fußballspiele – Straßenfußball im Verein!
- Spielerisches Kennenlernen der Grundtechniken (Dribbeln, Passen, Ballkontrolle)
- Vermitteln einfacher taktischer Tipps, die beim „Tore schießen – Tore verhindern“ helfen!
- Motivation zur Bewegung durch vielseitige sportliche Aktivitäten

BEWEGEN – FREUDE

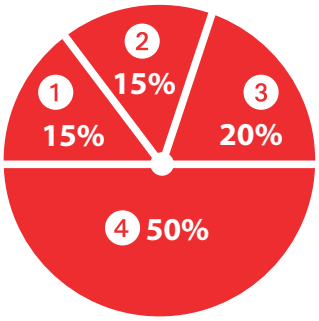
Ideale Wettspiele für F-Junioren

Spielformen:
5 gegen 5 bis 7 gegen 7
(jeweils inklusive Torhüter)

Spielfeld:
etwa 35 x 25 Meter (beim 5 – 5, 6 – 6),
etwa 40 x 35 Meter (beim 7 – 7)

Torbreite:
5 Meter breit, 2 Meter hoch

Trainingsinhalte in %



1. **15% – Vielseitiges Laufen und Bewegen:**
   Fang- und Tunnelspiele, Blancieren, Koordination

2. **15% – Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball:**
   Platzwechselspiele, Jonglieren

3. **20% – Spielerisches Kennenlernen der Basistechniken**
   Basistechniken: Dribbling, Innenseitstoß, An- und Mitnahme flacher Bälle, Spannstoß

4. **50% Freies Fußballspielen in kleinen Teams:**
   4 gegen 4 auf kleinem Feld mit und ohne Tore

Leitlinien für Trainer

- Kleine Gruppen, kleine Felder, viele Aktivitäten!
- Training ist Spielen mit vielen Ballkontakten für jeden!
- Beidfüssigkeit, Kreativität und Spielfreude fördern!
- Durch „Vormachen – Nachmachen“ das Lernen fördern!
- Geduld zeigen! Kein Zeit- und Leistungsdruck!
- In jeder Situation Vorbild für die Kinder sein!

F-Junioren

Merkmale von F-Junioren

- ausgeprägte Bewegungs- und Spielfreude
- schnelle Ermüdung und Regeneration
- große Unterschiede bei koordinativen Fähigkeiten
- sehr geringe Unterschiede von Mädchen und Jungen
- geringes Konzentrationsvermögen
- häufig sensibel und unausgeglichen
- personenorientiertes Lernen (Vorbilder)
- ausgeprägte Begeisterungsfähigkeit
- häufig nur geringes Selbstbewusstsein

Technik

In der F-Jugend sollten alle wichtige Fußballtechniken in der Grobform erlernt werden. Hierbei den schwachen Fuß nicht vergessen:

- Ballstoppen, Dribbeln, Passen und Schießen
- Blick vom Ball lösen - Bewegungsabläufe für Einwurf und Kopfball
- Wichtigste Schusstechniken
- Steigerung von Reaktion, Geschicklichkeit und Gewandtheit

Grundsätze im Trainings- und Spielbetrieb

- auf großen Bewegungsumfang mit Ball achten
- einfache Anforderungen stellen
- viele kurze Pausen einlegen
- viele spielerische Varianten nutzen
- kein spezielles Kraft- und Ausdauertraining
- Techniken spielerisch erlernen
- kurze und einfache Anweisungen geben
- möglichst alle Kinder gleich behandeln
- Trainer übernimmt zunehmend die Rolle als Hauptbezugsperson im Trainings- und Spielbetrieb
- jedem Kind Erfolgserlebnisse ermöglichen
- Vorbildfunktion beachten

Taktik

Das taktische Vermögen eines F-Jugendlichen beschränkt sich weitgehend auf das individuelle Verhalten:

- Grundlagen der Ausführung von Anspiel, Abstoß, Einwurf, Strafstoß, Eckball, Freistoß
- Spieleröffnung von hinten heraus erlernen
- Anspielmöglichkeiten bieten
- Mannschaftliches Zusammenspiel fördern
- Anbieten im freien Raum – Spielfeld ausnutzen
- Abspiel und Einzelaktionen situationsbedingt ausführen
- Grundformen der räumlichen Orientierung kennen (Grundordnung, Defensivverhalten)

Kondition

Ziel ist, dass die Kinder Freude an der Bewegung verspüren. Kondition ist ein Nebeneffekt und ergibt sich automatisch durch Kombination von Laufen, Springen, Hüpfen, Werfen, Fangen und Fußball spielen. Die Spieler kennen ihre konditionellen Fähigkeiten und setzen sie zu ihrem Vorteil ein. Sie kennen die Wichtigkeit des Freilaufens und der Bewegung ohne Ball. Kondition trainieren wir ausschließlich in Spielformen mit Ball wie 1 gegen 1 bis 4 gegen 4.

Persönlichkeit

F-Jugendliche sollen durch Zusammengehörigkeit und Gemeinschaftserlebnis Spaß am Fußballspiel erfahren. Sie ordnen sich in die Gruppe ein und sehen sich als Teil des Ganzen. Auch der Umgang mit Misserfolgen ist wichtig. Wir fördern Selbstvertrauen, Teamgeist und Kreativität.

Trainingsaufbau

Einstimmen:

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

Hauptteil:

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

Schlussteil:

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

Grundlagenbereich

E-Junioren

Technisch-spielerische Vielseitigkeitsschulung.

>> In den Übungseinheiten steht grundsätzlich der Ball im Mittelpunkt <<

Altersgruppe „E-Junioren – U10/U11“

Im Training der E-Junioren dominiert das freie Fußballspielen in kleinen Gruppen, auf kleinen Feldern und in immer neuen Varianten an Toren, um Spielfreude und Ideen der Kinder zu fördern. Daneben nimmt schrittweise das spielerische Kennenlernen aller wichtigen Basistechniken (in einfachen, aber stets attraktiven Organisationsformen) an Bedeutung zu!

Ziele

- Fußballspielen lernen wie im Straßenfußball in kleinen Teams und Feldern
- Geschicklichkeit und Schnelligkeit am und mit Ball
- Spielerisches Kennenlernen auch schwierigerer Techniken – Beidfüssigkeit
- Taktische Grundregeln für eine Raumorientierung und -aufteilung
- Fordern und Fördern von Individualität – Siegen und Verlieren lernen

>> SPIELEN – INTERESSE

Ideale Wettspiele für E-Junioren

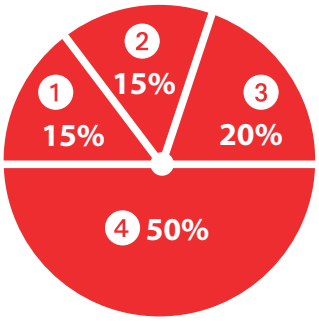
Spielformen:
7 gegen 7 (inklusive Torhüter)

Spielfeld:
etwa 55 x 35 Meter

Torbreite:
5 Meter breit, 2 Meter hoch

Spielbetrieb:
Spielrunden auf Kreisebene

Trainingsinhalte in %



1. **15% – Vielseitige sportliche Aktivitäten:**
   Jonglieren, Lauf-/Fangspiele, Koordination
2. **15% – Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball:**
3. **20% – Kindgemäße Technik-Übungen**
   Tempodribbling, Grobform Finten, Kopfball geradeaus
4. **50% Fußballspielen in kleinen Teams:**
   Fußballspiele in kleinen Teams auf kleinem Feld mit und ohne Tore

Leitlinien für Trainer

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

E-Junioren

Merkmale von E-Junioren

Extremitäten wachsen schneller als Rumpf und Wirbelsäule
- Bewegungsapparat noch nicht verfestigt
- verbesserte aerobe Ausdauerleistungsfähigkeit
- ausgeprägte Bewegungs- und Spielfreude
- Vorbildfunktion beachten
- verbessertes Konzentrationsvermögen
- großes Ungerechtigkeitsempfinden
- starke Orientierung an Vorbildern, u.a. aus dem Profibereich
- große Lernwilligkeit und Fußballbegeisterung

Grundsätze im Trainings- und Spielbetrieb

- großer Bewegungsumfang mit Ball
- vielfältige Koordinationsschulung
- Techniken spielerisch erlernen
- spielerische Kräftigung der Rumpf- und Haltemuskulatur
- kein spezielles Ausdauertraining
- Pausen reduzieren

Technik

Das konzentrierte Erlernen und Weiterentwickeln der wichtigsten Fußballtechniken steht im Mittelpunkt:
- Ballführung, Ballannahme und Passen mit der Innenseite
- Festigung der Beidfüßigkeit
- Weitentwicklung von Dribbling (Finten)
- Torschuss und Kopfballspiel

Hierbei ist auf eine korrekte Ausführung zu achten, da sich eingeschlichene Fehler nur schwer korrigieren lassen.

Taktik

Das E-Jugendtraining schafft die ersten taktischen Grundlagen:
- Grundkenntnisse des Ballorientierten Spielsystems
- Taktische Grundordnungen wie „Tannenbaum“ 1-3-2-1 und „Raute“ 1-2-3-1 sowie 1-3-3 werden geschult
- Die Kinder unterscheiden zwischen Angriffs- und Abwehrverhalten

Einfache fußballerische Verhaltensregeln werden geschult:
- Staffelung in Tiefe und Breite
- Verhalten im 1:1
- Verhalten bei Standardsituationen (Eckball, Freistoß, Einwurf)

Kondition

Durch spezielle Übungen soll der Grundstein für Schnelligkeit, Reaktionsfähigkeit und Beweglichkeit gelegt werden:
- möglichst hohe Variationen der Übungen
- immer mit Ball
- alle Spieler in Bewegung
- Reaktions- und Aktionsschnelligkeit
- Dribbling, Täuschung und Torschuss mit maximaler Geschwindigkeit abschließen
- die Spieler sollen die Fähigkeit erlernen, schnellstmöglich auf unerwartete Situationen reagieren zu können

Persönlichkeit

Die E-Jugendlichen erleben Erfolge und Misserfolge im Team. Hierbei ist sportliche und respektvolle Fairness gegenüber Gegner und Schiedsrichter wichtig. Neben einer weiteren Steigerung des Selbstvertrauens ist uns die Einhaltung von Ordnungsregeln wichtig.
Aufgrund des ausgeprägten Gerechtigkeitssinns sind die Regeln klar mit angemessenen Konsequenzen verbunden.
Die Spieler übernehmen erste Verantwortung für sich und ihre Teamkollegen.

Trainingsaufbau

Einstimmen:

- E-Junioren benötigen noch kein gezieltes Aufwärmprogramm, wie es später jede Trainingseinheit einleitet
- Kinder in diesem Alter wollen und können sich sofort schnell bewegen und austoben
- Zu diesem Zweck vor allem interessante, leicht verständliche Fang- und Ballspiele anbieten, diese schulen die wichtige Ball- und Bewegungsgeschicklichkeit

Hauptteil:

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

Schlussteil:

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

Aufbaubereich

D-Junioren

Fußballspezifisches Grundlagentraining.

>> In den Übungseinheiten steht grundsätzlich der Ball im Mittelpunkt <<

Altersgruppe „D-Junioren – U12/U13“

Diese Altersklasse wird bewusst als „goldenes Lernalter” charakterisiert, denn Mädchen und Jungen dieses Alters beeindrucken durch Bewegungs-, Spiel- und Leistungsfreude. Schnelle und geschickte Bewegungen gelingen relativ leicht. Auf der Basis einer breit angelegten Grundausbildung im Kinderbereich kann und muss jetzt ein systematisches Fußballtraining beginnen!

Ziele

- Spielfreude und -kreativität
- Systematisches Training der Basistechniken – Anwenden in verschiedenen Situationen
- Schulung individualtaktischer Abläufe in Offensive und Defensive
- Erlernen gruppentaktischer Grundlagen für das Spielen im Raum
- Fördern von Eigeninitiative, Leistungsmotivation, Willenseigenschaften

>> LERNEN – ERNSTHAFTIGKEIT

Ideale Wettspiele für D-Junioren

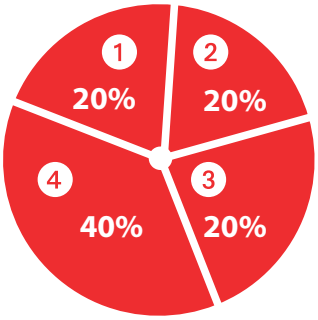
Spielformen:
7 gegen 7, 8 gegen 8 oder 9 gegen 9 (inklusive Torhüter)

Spielfeld:
etwa 50 x 70 Meter

Torbreite:
5 Meter breit, 2 Meter hoch

Spielbetrieb:
Meisterschaftsbetrieb

Trainingsinhalte in %



1. **20% – Spielerische Konditionsschulung:**
   Koordination, Parcours,
   1 gegen 1 bis 4 gegen 4
2. **20% – Systematisches Technik-Training:**
   Dribbling, Finten, Schusstechniken,
   Ballan- und -mitnahme
3. **20% – Individualtaktische Grundlagen**
   1 gegen 1 im Angriff,
   1 gegen 1 in der Abwehr
4. **40% Fußballspiele mit Schwerpunkten und freies Spielen**

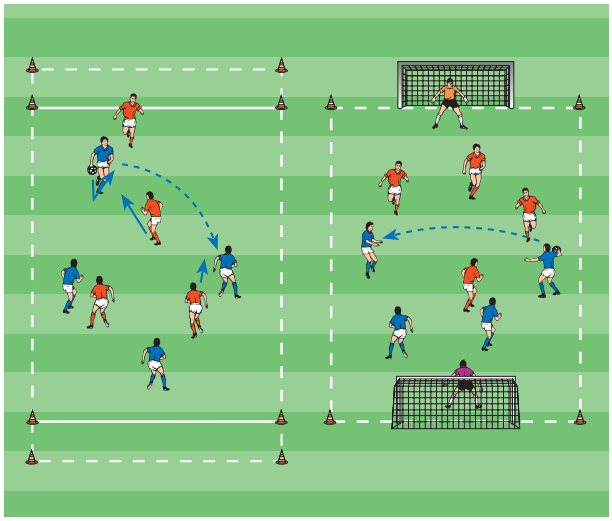
Leitlinien für Trainer

- Alle Basistechniken schrittweise und im Detail verbessern!
- Üben und Spielen zum gleichen Schwerpunkt verbinden!
- Konsequent auf Beidfüssigkeit achten!
- „Kondition” vor allem durch Spielformen mitschulen!
- Mit individuellem Training beginnen!
- Intensiv kommunizieren! Die Spieler aktiv einbinden!

D-Junioren

❶ 20% Spielerische Konditionsschulung

Kleine Ballspiele



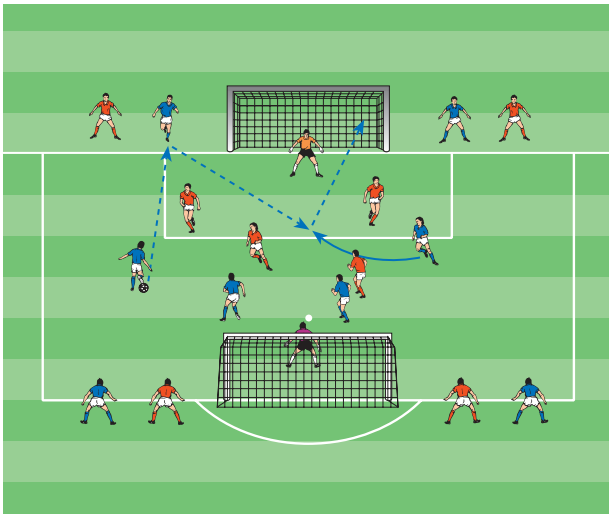
Organisation und Ablauf

- Zwei 10 x 15 Meter große Felder markieren.
- Feld 1: 2 Meter breite Endzonen markieren.
- Feld 2: 2 Tore mit Torhütern besetzen.
- 4 Mannschaften zu je 4 Spielern bilden.
- Handball- und Raufball-Spiele auf die Tore bzw. die Endzonen durchführen.

Tipps und Korrekturen

- Sportartübergreifende Turnierformen organisieren. Spielzeit je nach Teilnehmerzahl: 3 bis 5 Minuten.
- Spielfelder und damit auch die Sportart wechseln (großer Trainingseffekt für koordinative Fähigkeiten).
- Auch eine Schwerpunktsetzung z. B. in Richtung Kraft ist problemlos möglich.

Koordination



Organisation und Ablauf

- Die Spieler paarweise einteilen und gegenüber aufstellen.
- Je ein Spieler hat ein Leibchen in der Hand.
- Zuwerfen und Auffangen des Leibchens mit rechts/links, hinter dem Rücken und mit dem Fuß.

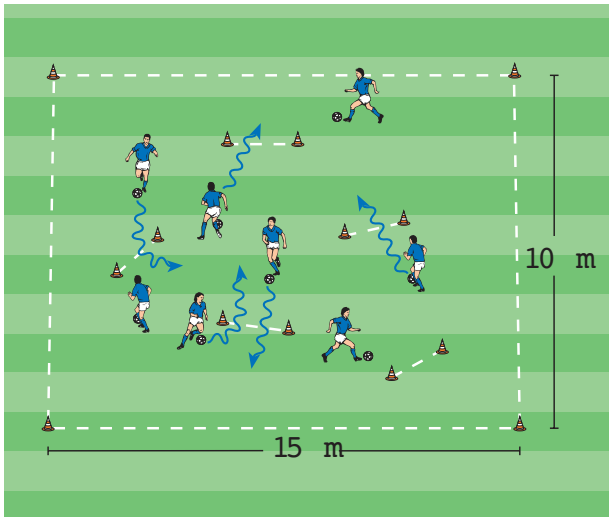
Variationen

- Zuwerfen aus dem Sprung
- Durch die Beine werfen
- Gleichzeitiges Zuwerfen und Auffangen eines Leibchens und eines Balles
- Auffangen des Leibchens, den Ball zurückpassen/zurückköpfen.
- Das Leibchen zuwerfen, den Ball flach hin- und herspielen.

Trainingsinhalte

❷ 20% Systematisches Technik-Training

Dribbeln üben



Organisation und Ablauf

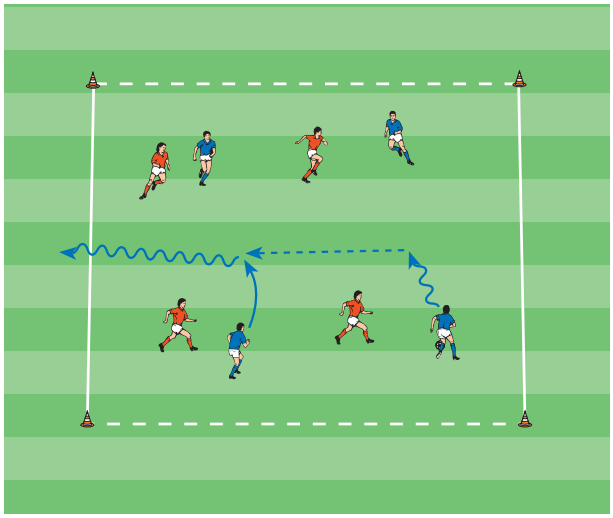
Ein 15 x 10 Meter großes Feld markieren.

- 5 etwa 2 Meter breite Hütchentore aufstellen.
- Jeder Spieler hat einen Ball.
- In einem Feld dribbeln bis zu 8 Spieler durch die Hütchentore.

Tipps und Korrekturen

- Für eine bessere Übersichtlichkeit zur Technikkorrektur sowie eine höhere Wiederholungszahl kleine Gruppen einteilen (mehrere Felder einrichten).
- Die Dribbeltechnik vorgeben (nur rechts/links, nur Innen-/Außenseiten usw.)
- Einen Wettbewerb organisieren.

Dribbelspiel



Organisation und Ablauf

- Ein Feld mit Dribbellinien markieren.
- 2 Teams zu je 4 Spielern bilden.
- 4 gegen 4 auf die gegnerische Grundlinie, die es zu überdribbeln gilt.

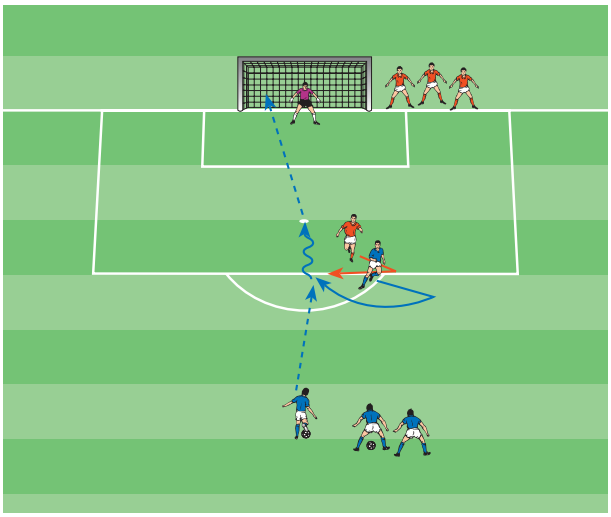
Tipps und Korrekturen

- Das Spiel breit anlegen, um bessere Möglichkeiten für das Überdribbeln der Linien herauszuspielen.
- Gelingen den Mannschaften nur wenig Torerfolge, das Feld ggf. verbreitern.
- Je nach Spielerzahl mehrere Felder errichten: Bei Mannschaften mit unterschiedlichen Leistungsniveaus die Gruppen so einteilen, dass in den Feldern die schwächeren und stärkeren Spieler untereinander spielen.

D-Junioren

❶ 20% – Individualtaktische Grundlagen

Gegner im Rücken: Lösen



Organisation und Ablauf

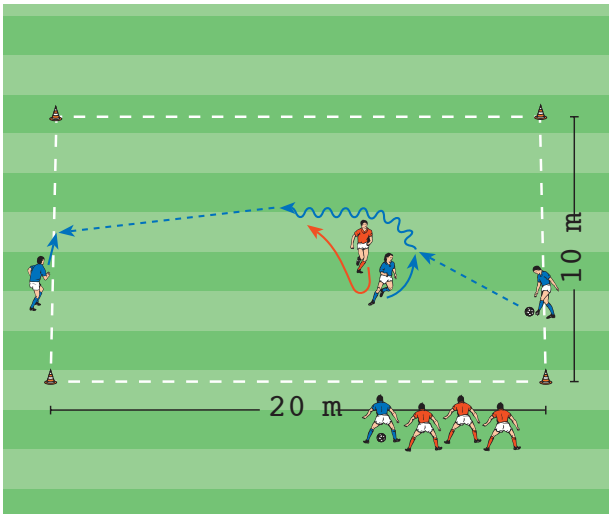
Auf der Grundlinie ein Jugendtor mit Torhüter postieren.

- Am Strafraum 1 Angreifer mit Verteidiger im Rücken auf stellen.
- Ein Anspieler und weitere Angreifer stehen 30 Meter vor dem Tor, weitere Verteidiger warten neben dem Tor.
- Anspiel auf den entgegenstartenden Angreifer, der versucht, zum Tor aufzudrehen und im 1 gegen 1 abzuschließen.

Tipps und Korrekturen

- Den Verteidiger durch diagonales Freilaufen aus der Mitte rausziehen.
- Den Ball möglichst in einer zum Tor gerichteten Vorwärtsbewegung und in offener Spielstellung annehmen.

Defensivverhalten im Rücken



Organisation und Ablauf

- Ein Feld markieren (10 x 20 Meter).
- An den Grundlinien 2 Spieler postieren.
- Im Feld spielt ein Angreifer gegen einen Verteidiger.
- Anspiel von einer Grundlinie auf den Angreifer, der im 1 gegen 1 gegen den Verteidiger versucht, zum gegenüberstehenden Außenspieler zu passen.
- Aufgabenwechsel nach 10 Aktionen oder nach Ballgewinn des Verteidigers

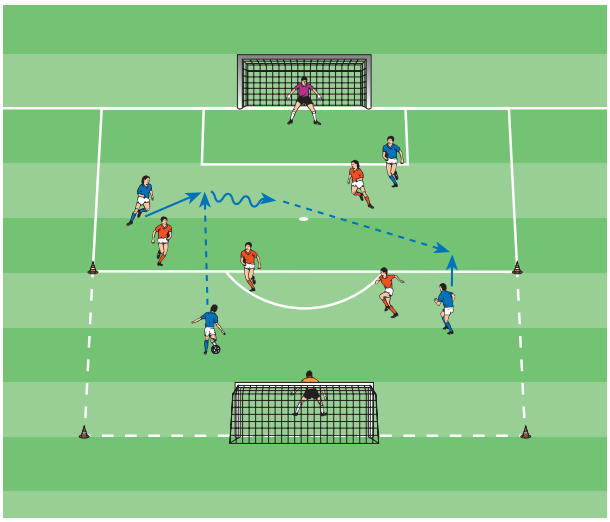
Tipps und Korrekturen

- Keinen zu engen Körperkontakt aufnehmen und sich möglichst wenig aus der Mitte ziehen lassen.
- Anspieler und Angreifer im Auge behalten, um den Pass zu antizipieren.
- Innen- und Außenspieler wechseln.

Trainingsinhalte

❷ 40% Fußballspiele mit Schwerpunkten und freies Spielen

‘Ballhalten’ gegen ‘Torejagd’



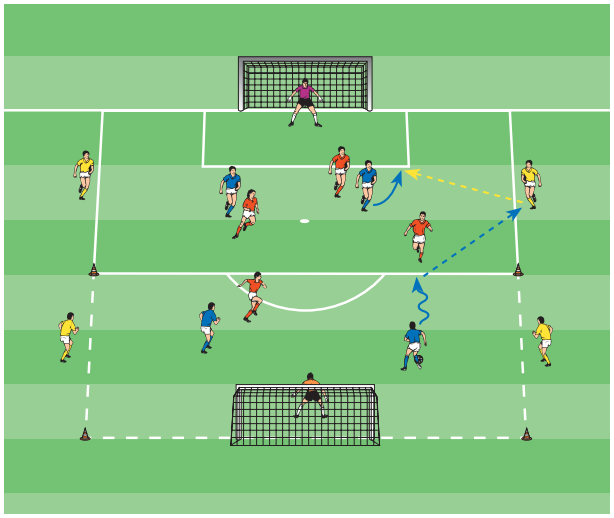
Organisation und Ablauf

- Auf doppeltem Strafraum 2 Jugendtore mit Torhütern besetzen.
- 2 Mannschaften à 4 Spieler einteilen.
- 4 gegen 4, wobei eine Mannschaft auf beide Tore angreifen darf, während die andere Punkte für ein ballhaltendes Kombinationsspiel in den eigenen Reihen erhält.
- Nach 4 Minuten Aufgabenwechsel

Tipps und Korrekturen

- Ballhaltendes, sicheres Dribbling fordern. Den Ball immer mit dem eigenen Körper behaupten.
- Die Breite und Tiefe ausnutzen. Aus dem Rücken der Gegner freilaufen.
- Variation: Die Torhüter agieren als Anspielstationen für die ‘Ballhalter’.

4 gegen 4 plus 4 auf 2 Tore



Organisation und Ablauf

- Den Aufbau beibehalten.
- 3 Teams zu je 4 Spielern einteilen.
- Die Spieler einer Mannschaft außen als neutrale Wandspieler positionieren.
- Im Feld 4 gegen 4 auf 2 Tore unter Einbeziehung der neutralen Außenspieler.
- Nach 5 Min. die Aufgaben wechseln.

Tipps und Korrekturen

- Mit sicheren Pässen die Überzahl ausnutzen. Keine Risikodribblings!
- Die Breite und Tiefe des Feldes ausnutzen und das Spiel schnell verlagern.
- Variationen: Die Anspieler auf den Torauslinien postieren; nur die Wandspieler in der eigenen/gegnerischen Hälfte dürfen mit dem jeweiligen Team spielen.

D-Junioren

Merkmale von D-Junioren

- sehr gutes Koordinationsvermögen
- „goldenes Lernalter“
- Ausgeprägtes Koordinationsvermögen, harmonische Bewegungen
- ausgeprägte Bewegungsfreude
- häufig Schwäche der Haltemuskulatur
- bessere Aufmerksamkeit und Konzentrationsfähigkeit
- hohe Lernbereitschaft, Lernen von Vorbildern
- in der Regel ausgeprägte Fußballbegeisterung
- zunehmend soziale Kompetenz und Urteilsfähigkeit

Grundsätze im Trainings- und Spielbetrieb

- konsequent auf Beidfüßigkeit achten!
- „Kondition” vor allem durch Spielformen mitschulen! Kein spezielles Ausdauertraining!
- viele Spielformen, spielnahe Übungsformen und Wettkampfformen
- Koordinationstraining ist wichtiger Bestandteil (evtl. regelmäßig in Erwärmungsteil einbinden)

Technik

Alle Fußballtechniken müssen konzentriert und korrekt ausgeführt werden. Schwerpunkte sind:

- Systematisches Erlernen aller Basis-Techniken
- Wechsel von Spielen und Üben zum gleichen Schwerpunkt
- Direktpass, Ballmitnahme mit Temposteigerung (guter Antritt)
- beidfüßige Ballführung, Tempo- und Richtungsänderungen
- schneller Abschluss, gezieltes Schießen
- „einfacher Kopfball“, Körperspannung
- Bewegungsabläufe Finten
- Koordinationsübungen
- Individuelle Technik-Schulung je nach Stärken/Schwächen

Taktik

Im D-Jugendbereich stehen teamtaktische Inhalte im Vordergrund:

- Verhalten bei Ballbesitz/Ballverlust
- Verhalten 1:1 offensiv und defensiv
- Verfestigung des Gelernten
- schnelles Umschalten
- kontrollierte Spieleröffnung
- Verschieben zum Ball, Grundlagen des Doppelns
- Erste Spielzüge: Hinterlaufen, Anspiel in Spitze, Diagonalpass, Seitenwechsel
- Standardsituationen

Spielerische Konditionsschulung

Die konditionellen Fähigkeiten gewinnen in der D-Jugend mehr an Bedeutung und kann jetzt auch in geringem Maße speziell trainiert werden. Zu den Inhalten gehören:

- Kraftübungen
- Schnelligkeit (möglichst in jedem Training)
- Komplexere Lauf- und Fangspiele
- Aufgaben zum Fördern der Lauf- und Sprungkoordination
- Motivierende Ganzkörperkräftigung
- Koordinations- und Kraftparcours

Persönlichkeit

In der Altersklasse D-Jugend sollen die Spieler vermehrt selbstständig handeln und denken. Sie sind an die Verhaltensregeln (Disziplin, Pünktlichkeit, Ordnung usw.) heranzuführen. Die Teambildung kann durch außersportliche Veranstaltungen unterstützt werden. Wichtig ist die richtige Balance zwischen Spaß und Ernsthaftigkeit. Der Trainer hat in dieser Altersgruppe eine besondere Vorbildfunktion.

Trainingsaufbau

Einstimmen:

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

Hauptteil:

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

Schlussteil:

- Zum Abschluss des Trainings: Spiele in kleinen Gruppen auf Tore
- Es betonen zusätzliche Spielregeln nochmals den technisch-taktischen Schwerpunkt – z.B. das Dribbling – des Trainings. Danach frei spielen lassen
- Beim Abschlussspiel ein 7 gegen 7 nicht überschreiten und relativ kleine Felder abstecken.
- Bei größeren Trainingsgruppen eine 3. Mannschaft bilden oder Spiel-Variationen mit neutralen Spielern und Wandspielern (äußeren Anspielstationen) organisieren

Aufbaubereich

C-Junioren

Fußballspezifisches Grundlagentraining

>> In den Übungseinheiten steht grundsätzlich der Ball im Mittelpunkt <<

Altersgruppe „C-Junioren – U14/U15“

Kinder wachsen in diesem Altersabschnitt zu Jugendlichen heran. Diese nicht immer unproblematischen Reifungsprozesse bringen neue geistig-psychische und körperliche Eigenschaften hervor. Diese sind Grundlage für fußballerische Leistungssteigerungen und für positive Impulse auf dem Weg zu einer Persönlichkeit. Um diesen Prozess optimal zu fördern, muss der Trainer jeden Einzelnen individuell begleiten!

Ziele

- Stabilisieren der Freude am Fußballspielen
- „Dynamische Techniken" – mit Tempo und unter Druck des Gegners
- Vertiefen der Gruppentaktik in der Offensive und Defensive
- Ausgleich koordinativer Defizite und Aufbau einer breiten fußballspezifischen Fitness
- Fördern persönlicher Verantwortung für sich und die Gruppe auf und neben dem Platz

>> LERNEN – ERNSTHAFTIGKEIT

Wettspiele für C-Junioren

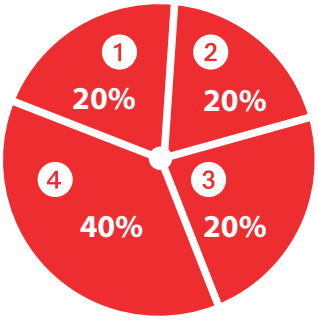
Spielformen:
11 gegen 11

Spielfeld:
etwa 70 x 100 Meter

Torbreite:
7,32 Meter breit, 2,44 Meter hoch

Spielbetrieb:
Meisterschaftsbetrieb

Trainingsinhalte in %



1. **20% – Ergänzende fußballspezifische Fitnessschulung:**
2. **20% – Technik-Intensivtraining:**
3. **20% – Individual- und gruppentaktische Grundlagen**
4. **40% Fußballspiele mit Schwerpunkten und freies Spielen**

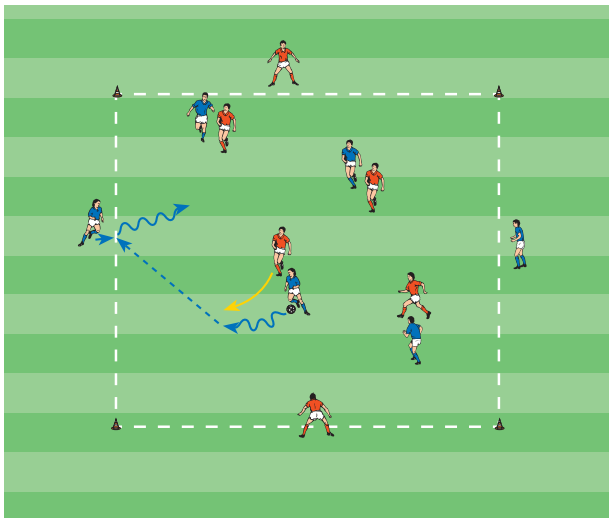
Leitlinien für Trainer

- Individuelle Entwicklungsunterschiede beachten!
- Individuell fördern: Stärken stärken, Schwächen schwächen!
- Eigeninitiative und -motivation aufbauen und stabilisieren!
- Kreativität ist wichtiger als starre taktische Abläufe!
- Keine zu frühe Positionsspezialisierung vorgeben!
- Hierarchien bilden, Verantwortlichkeiten schaffen!

C-Junioren

❶ 20% Ergänzende fußballspezifische Fitnessschulung

Fußballspezifische Ausdauer



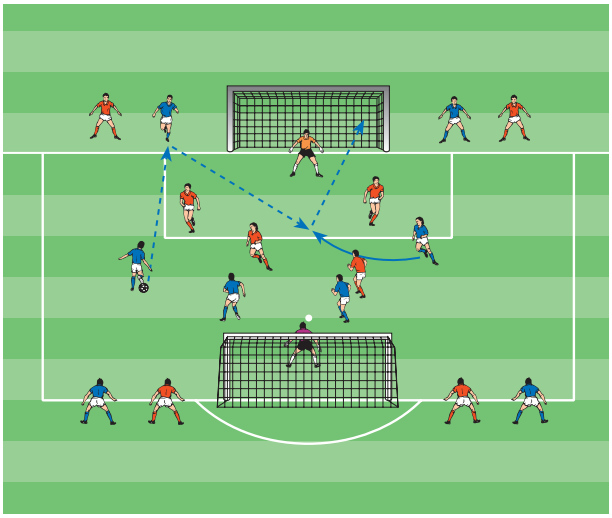
Organisation und Ablauf

- Ein 30 x 30 Meter großes Spielfeld markieren.
- 2 Teams zu je 6 Spielern bilden.
- 2 Anspieler von jedem Team stehen sich jeweils hinter den Markierungslinien gegenüber (s. Abb.).
- Im Feld 4 gegen 4 auf Ballhalten. Der Ballführende darf seine außerhalb des Feldes postierten Mitspieler einbeziehen und wechselt nach dem Abspiel mit ihnen die Position.

Tipps und Korrekturen

- Ausreichend Ersatzbälle bereithalten.
- Die Anspieler außerhalb des Spielfeldes bilden Überzahlsituationen und vermeiden so zu hohe Belastungen.

Handlungsschnelligkeit



Organisation und Ablauf

- 4 Teams zu je 4 Spielern bilden.
- 4-gegen-4 im Strafraum auf 2 Tore mit Torhütern.
- Die beiden anderen Teams postieren sich seitlich hinter den beiden Toren und fungieren als Anspieler.
- Tore dürfen nur direkt nach Anspielervorlage erzielt werden.
- Nach einem erfolgreichen Abschluss kein Wechsel des Ballbesitzes, sondern Angriff in Gegenrichtung.
- Spielzeit: 2 Minuten. Danach Aufgabenwechsel.

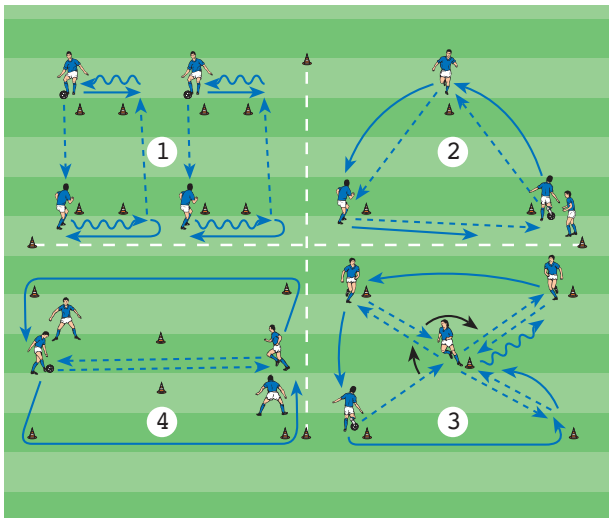
Tipps und Korrekturen

- Den Teams im Feld jeweils 1 Anspieler mannschaft fest zuordnen.
- Ausreichend Ersatzbälle bereithalten.

Trainingsinhalte

❷ 20% Technik-Intensivtraining

Passspiel mit der Innenseite



Organisation und Ablauf

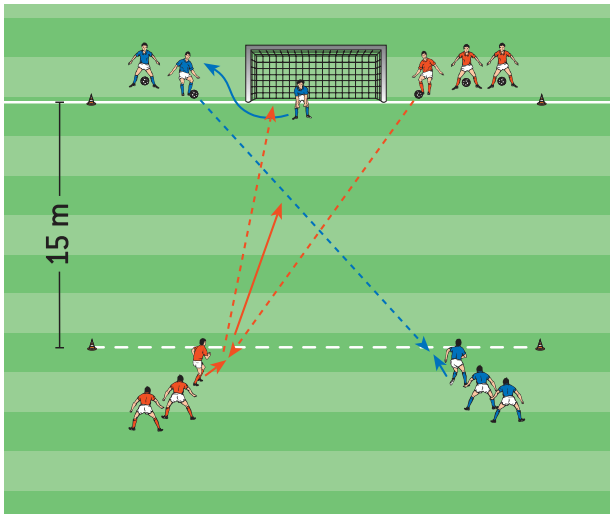
4 Pass-Stationen errichten:

- **Station 1:** 2 Spieler passen sich in einem rechteckigen Feld zu und nehmen außen herum an und mit.
  Die An-/ -mitnahme mit dem einen und den Pass mit dem anderen Fuß ausführen.
- **Station 2:** Kombinationsspiel im Dreieck:
  Die Spieler passen sich im Gegenuhrzeigersinn zu und laufen ihrem Abspiel nach.
- **Station 3:** Spiel über den Dritten im Uhr- und Positionswechsel im Gegenuhrzeigersinn (Anspieler tauschen).
- **Station 4:** Pässe durchs Hütchentor.

Tipps und Korrekturen

- Beidfüßig trainieren.

Torschuss mit dem Vollspann



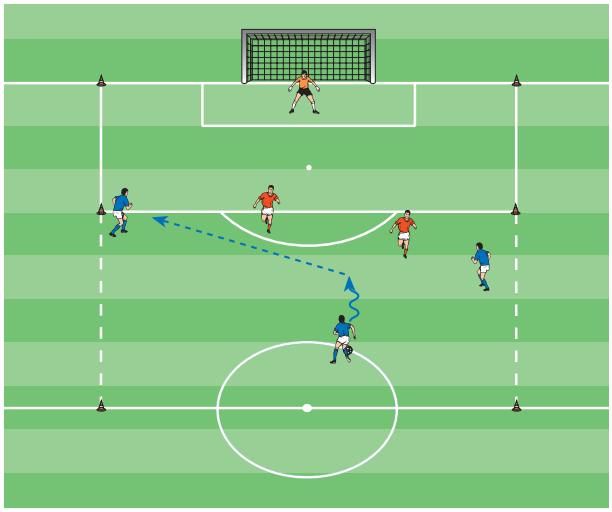
Organisation und Ablauf

- Vor dem Tor eine Schusslinie markieren.
- 2 Mannschaften bilden, deren Anspieler rechts bzw. links neben dem Tor stehen.
- Ihre Teamkameraden stehen hinter der Schusslinie diagonal gegenüber.
- Ein Spieler einer Mannschaft steht im Tor, das andere Team beginnt.
- Pass zum Mitspieler hinter der Schusslinie, der direkt auf das Tor schießt.
- Sofort wird der Schütze zum Torhüter, der Anspieler zum Schützen und der Torhüter zum Anspieler.
- Der Pass der anderen Mannschaft darf unmittelbar nach dem Schuss erfolgen.
- Welches Team erzielt zuerst 10 Treffer?

C-Junioren

❸ 20% Individual- und gruppentaktische Grundlagen

Überzahlangriffe im 3 gegen 2



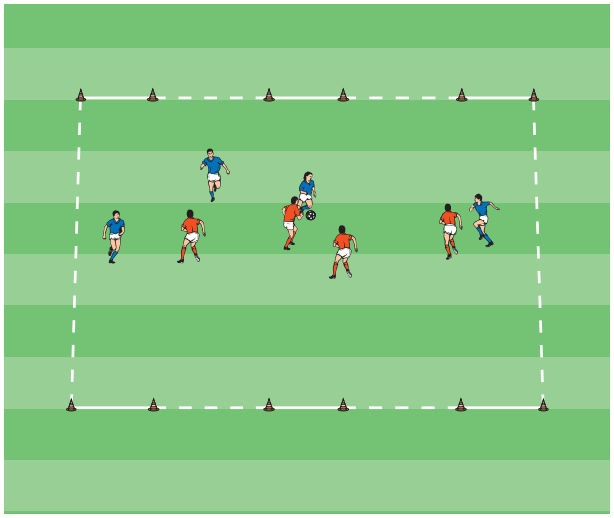
Organisation und Ablauf

- 3 Angreifer spielen auf Strafraumbreite von der Mittellinie gegen 2 Verteidiger auf 1 Tor mit Torhüter.
- Die Verteidiger kontern bei Ballgewinn über die Grundlinie der Angreifer.

Tipps und Korrekturen

- Die Angreifer sollen ihre Überzahl zielstrebig zum Tor nutzen.
- Auf die Verteidiger zudribbeln und unmittelbar vor ihnen auf die seitlich postierten Mitspieler passen.
- Durch geschicktes Ausnutzen der Breite den gefährlichen Durchbruch zum Tor möglich machen.
- Schnell auf das Tor abschließen!
- Nur Korrekturen zum gruppentaktischen Angriffsverhalten vornehmen!

Ballorientiertes Verteidigen



Organisation und Ablauf

- Ein 20 x 40 Meter großes Spielfeld mit jeweils 3 Hütchentoren auf den Grundlinien markieren. 2 Teams bilden.
- Die ballbesitzende Mannschaft greift auf die Hütchentore an. Die Verteidiger versuchen, in Ballbesitz zu kommen.
- Bei Ballgewinn wechselt das Angriffsrecht. Es wird aber wieder von der eigenen Grundlinie aus angegriffen.

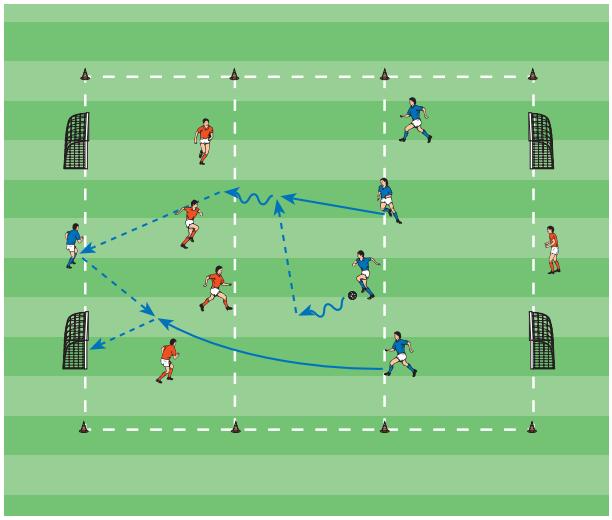
Tipps und Korrekturen

- Die verteidigende Mannschaft verschiebt im Verbund ballorientiert.
- Das Spielfeld wird in der Breite gedanklich in 4 Zonen unterteilt.
- Der Verteidiger, in dessen Zone sich der Ball befindet, tritt dem Ballbesitzer entgegen, um diesen zu stellen.

Trainingsinhalte

❹ 40% Fußballspiele mit Schwerpunkten / freies Spiel

Präzises Passspiel



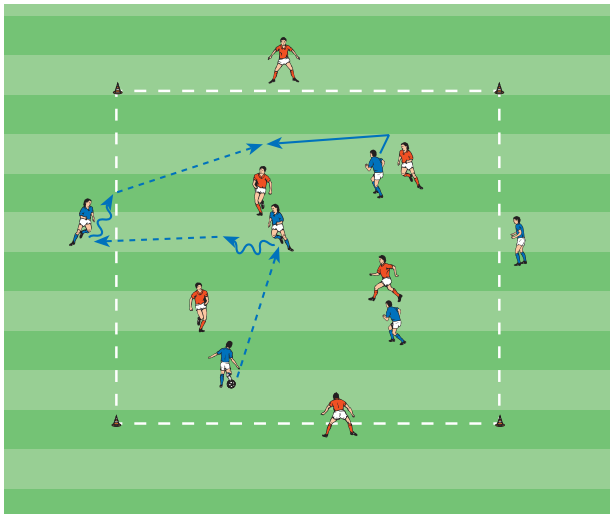
Organisation und Ablauf

- Ein 25 x 30 Meter großes Feld markieren. Drei Zonen einrichten (s. Abb.). Auf den Kopfseiten jeweils 2 Minitore aufstellen.
- 2 Teams zu je 5 Spielern bilden.
- Je 1 Spieler agiert als Zuspieler hinter der gegnerischen Grundlinie.
- Im Feld 4 gegen 4 auf die Minitore.
- Einen weiteren Punkt können die Teams erzielen, wenn sie aus der hinteren oder der mittleren Zone heraus ihren Zuspieler anspielen. Ein Tor nach Zuspielervorlage zählt zudem doppelt.

Tipps und Korrekturen

- Zur Vereinfachung des sicheren Spielaufbaus zwei Neutrale einsetzen.

Verarbeitung von Zuspielen



Organisation und Ablauf

- Ein 30 x 30 Meter großes Spielfeld markieren.
- 2 Mannschaften zu je 6 Spielern einteilen.
- 2 Anspieler von jedem Team stehen sich jeweils hinter den Markierungslinien gegenüber (s. Abb.).
- Im Feld 4 gegen 4 mit mindestens 2 Ballkontakten.
- Jedes Anspiel zum Mitspieler außerhalb des Feldes oder 10 Zuspiele innerhalb der Mannschaft im Feld ergeben 1 Punkt.

Tipps und Korrekturen

- Für das Training der Ballan- und -mitnahme unbedingt auf die Einhaltung der Pflichtkontaktzahl achten!

C-Junioren

Merkmale von C-Junioren

- starkes Längenwachstum
- vermindertes Koordinationsvermögen,
- disharmonische Bewegungen
- Kraftzunahme
- bessere Trainierbarkeit von Kraft, Schnellkraft
- psychische Unausgeglichenheit
- Lösen von Erwachsenen
- Stimmungs- und Leistungsschwankungen: Jugendliche sind empfindlich, labil, leicht gekränkt
- Psychische Unsicherheit: Identitätssuche
- Stärkere Eigeninitiative: Jugendliche wollen mitreden!

Grundsätze im Trainings- und Spielbetrieb

- Freude am Fußballspielen durch attraktives Training stabilisieren
- Übungen zunehmend mit Tempo und unter Gegner- und Zeitdruck durchführen
- beidfüßiges Üben fordern
- Anteil von Kraft- und Schnelligkeitsübungen nimmt zu
- Ausgleich koordinativer Defizite und Aufbau einer breiten fußballspezifischen Fitness
- Trainer ist Hauptbezugsperson im Trainings- und Spielbetrieb
- Individuelle Entwicklungsunterschiede beachten
- Spieler stärker einbeziehen
- Entscheidungen begründen
- Spieler übernehmen zunehmend Verantwortung auf und neben dem Platz
- Ernsthaftigkeit einfordern

Technik

- Dynamische Abläufe
- Systematisches Stabilisieren aller Basis-Techniken
- Spielen und Üben mit höherer Gegnerdruck
- Individuelle Technik-Schulung – Stärken stärken, Schwächen schwächen!

Taktik

- Systematisches Erlenen gruppentaktischer Mittel des „großes Spiels“
- Kennenlernen mannschaftstaktischer Grundlagen
- Ballorientiertes Verteidigen

  1 gegen 1 bis 6 gegen 6
  Unterzahl / Überzahl
- Spielsystem mit Viererkette
  4-2-3-1
  4-4 -2 mit Raute
  4-4-2 flach (Kette) mit 2 defensiven Mittelfeld-spielern als „6er“

Konditionstraining

- Verbesserung der Kondition durch viele spielgemäße Trainingsbelastungen
- Sporadische Schulung der Ausdauer und Schnelligkeit in einer motivierenden, fußballbezogenen „Verpackung“
- Regelmäßiges Beweglichkeits- und Kräftigungsprogramm

Persönlichkeit

Ziel ist, das Mannschaftsgefühl zu stärken:
- gemeinsames Quälen für den Erfolg
- außersportliche Aktionen

Die Spieler erkennen, dass Teaminteressen vor Eigeninteressen kommen, dass der Teamerfolg zählt. Sie lernen, dass die Erfüllung auch unbeliebter Aufgaben/Positionen für den Erfolg der Mannschaft wichtig ist.

Trainingsaufbau

Einstimmen:

- Interessante Aufwärmprogramme mit Ball (einzeln, paarweise oder in kleinen Gruppen) zur Technik-Schulung durchführen
- Zwischen die Ballübungen Stretching- und Kräftigungsprogramme zur gezielten muskulären Vorbereitung einfügen
- Ärwärmung nach Trainingsschwerpunkt
- Auf eine systematische Steigerung der Übungsanforderungen und der Intensität achten
- Aufwärmen stets variieren

Hauptteil:

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

Schlussteil:

- Im Abschlussspiel nochmals gezielt die technisch-taktischen Schwerpunkte des Hauptteils betonen, auch hier von allen Spielern konzentrierte Aktionen fordern
- Frei spielen lassen
- Jedes Training mit einer kurzen Besprechung beenden

Leistungsbereich

B- und A-Junioren

Beginnendes Spezialisierungstraining

Alle technisch-taktischen Grundlagen stabilisieren, auf spezielle Positions-anforderungen abstimmen und den Wettspielanforderungen anpassen!

B- und A-Junioren – U16/U17 und U18/U19

In den höchsten Junioren-Altersklassen gilt es, alle bisher erlernten technisch-taktischen Grundlagen zu stabilisieren, auf spezielle Positionsanforderungen abzustimmen und größeren Wettspielanforderungen anzupassen. Es muss ein möglichst reibungsloser Übergang in den Seniorenfußball vorbereitet werden. Diesen Prozess müssen die Jugendlichen als wachsende Persönlichkeiten aktiv mitgestalten können!

Ziele

- Ernsthaftigkeit, Leistungswillen und Freude am Fußballspielen
- „Dynamische Techniken" – exakte Abläufe mit Tempo sowie unter Zeit-/Gegnerdruck
- Individuelle Vorbereitung auf spezielle Anforderungen verschiedener Positionen
- Perfektionierung taktischer Abläufe in der Gruppe und Stabilisierung im Team
- Individuelle Stabilisierung einer umfassenden Fitness

>> ANWENDEN – LEIDENSCHAFTLERNEN

Wettspiele für C-Junioren

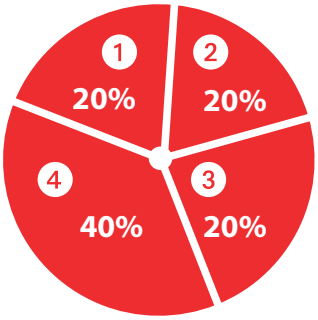
Spielformen:
11 gegen 11

Spielfeld:
etwa 70 x 100 Meter

Torbreite:
7,32 Meter breit, 2,44 Meter hoch

Spielbetrieb:
Meisterschaftsbetrieb

Trainingsinhalte in %



1. **20% – Systematische fußballspezifische Konditionsschulung**
2. **20% – Positionsspezifisches Techniktraining**
3. **20% – Gruppen- und Mannschaftstaktik**
4. **40% Fußballspiele mit Schwerpunkten**

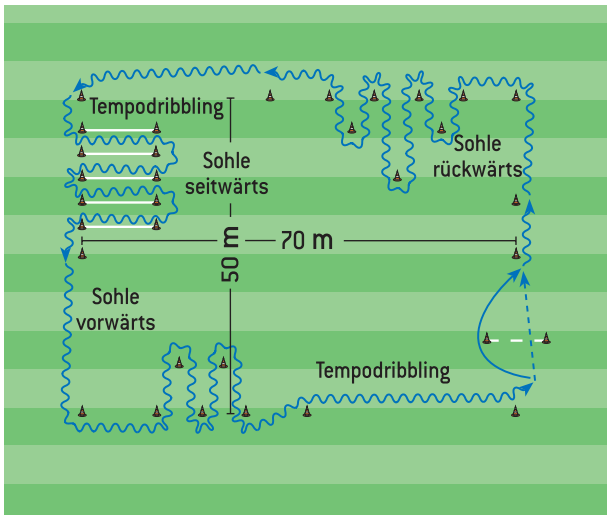
Leitlinien für Trainer

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

B- und A-Junioren

❶ 20% Kondition – systematisch und fußballspezifisch

Ausdauerparcours



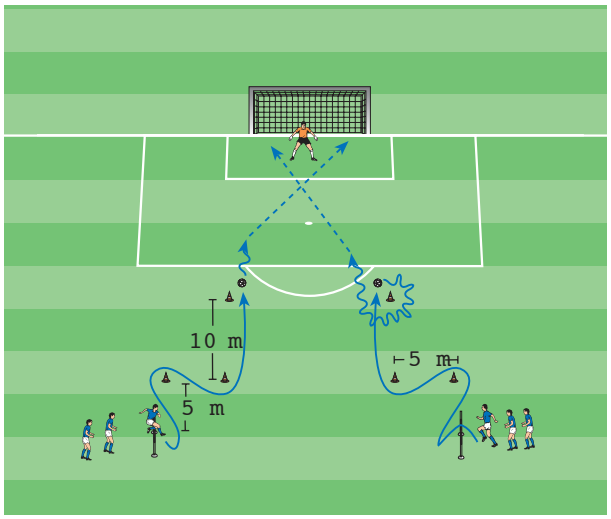
Organisation und Ablauf

- Auf 1 Spielfeldhälfte mit Hütchen und Stangen einen Ausdauerparcours gemäß Abbildung abstecken.
- Jeder Spieler mit Ball
- Die Spieler dribbeln mit unterschiedlichem Tempo und verschiedenen Technikaufgaben im Parcours (siehe Abbildung).
- **Aktionszeit: 20 Minuten**

Tipps und Korrekturen

- Die Technikaufgaben qualitativ hochwertig erledigen lassen.
- Auf deutliche Tempowechsel zwischen den Stationen achten(intervallartige Belastung).

Torschuss nach Sprint zum Ball



Organisation und Ablauf

- Vor dem Strafraum nebeneinander 2 identische Laufparcours errichten.
- Jeweils am Ende der Parcours auf Strafraumhöhe 1 Ball ablegen.
- Die Spieler gleichmäßig auf beide Laufparcours verteilen.
- Wettlauf zum Ball
- Der Sieger des Wettlaufes darf sofort mit seinem Ball auf das Tor abschließen, während der Verlierer zunächst einmal das letzte Hütchen des Lauf parcours umdribbeln muss.

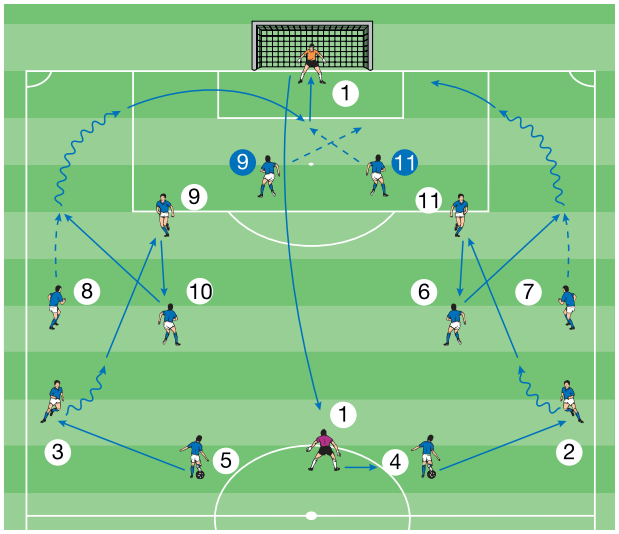
Tipps und Korrekturen

- Der Wettlauf gewährleistet höchstes Tempo, der Laufparcours fordert fußballspezifische Bewegungen.
- Nach jeder Aktion vollständig erholen.

Trainingsinhalte

❷ 20% Positionsspezifisches Techniktraining

Positionstechnik Im Mannschaftsverbund



Organisation und Ablauf

- Den Spielern ihre Positionen zuweisen.

Ablauf

- 5 (4) passt zu 3 (2), der mit einem kurzen Dribbling in die Mitte zieht und 9 (11) anspielt.
- 9 (11) lässt auf 10 (6) klatschen.

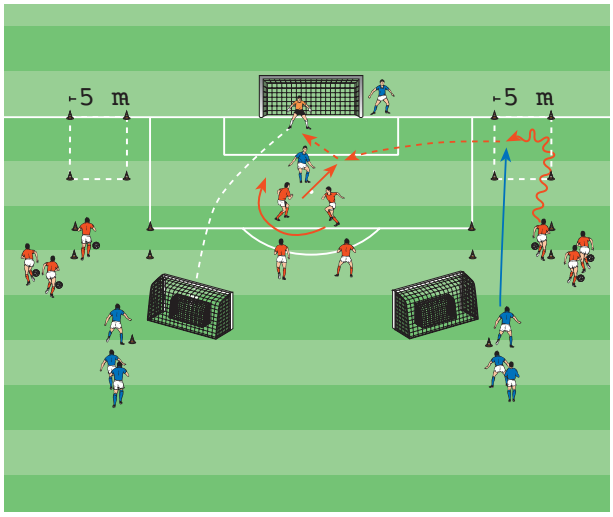
Dieser bedient den 'longline' startenden 8 (7).

- 8 (7) flankt nach einem Tempodribbling in das Zielfeld, in dem jetzt 2 Stürmer die Flanke per Kopf/Volleyabnahme auf das Tor abschließen sollen (auch als Wettkampf möglich).

Hinweis

- Zusammenführung der Positionen

Technik unter Druck



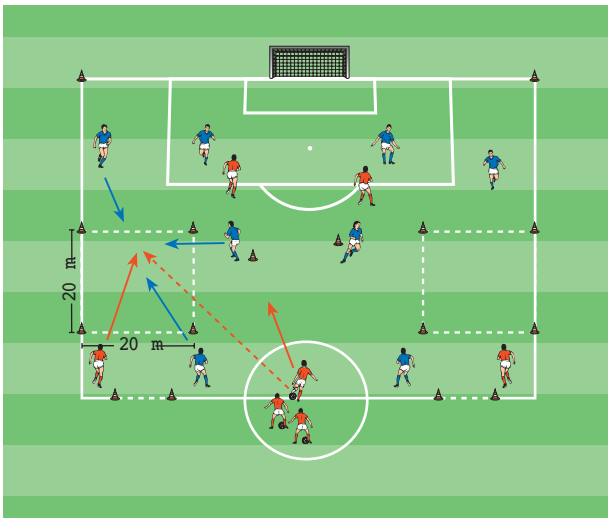
Organisation und Ablauf

- Eine Flankenstation errichten (siehe Abbildung). 2 Teams einteilen und den vorgegebenen Positionen zuweisen.
- Flankenwettbewerb mit Punktwertung
- Der Außenspieler dribbelt in die markierte Zielzone und versucht zu flanken (gezielte Flanke = 1 Punkt).
- Der nachsetzende Verteidiger versucht, dies zu verhindern (Balleroberung = 1 Punkt).
- Die Angreifer verwerten das Zuspiel (Tor = 1 P., direkter Treffer = 3 P.).
- Der Verteidiger soll den Ball nach außen abwehren (Abwehrkopfball ins Jugendtor = 1 Punkt).
- Fängt der Torhüter den Ball ab, soll er schnell auf 1 Minitor abwerfen (1 P.).

B- und A-Junioren

❶ 20% Gruppen- und Mannschaftstaktik

Spielgemäßes Doppeln



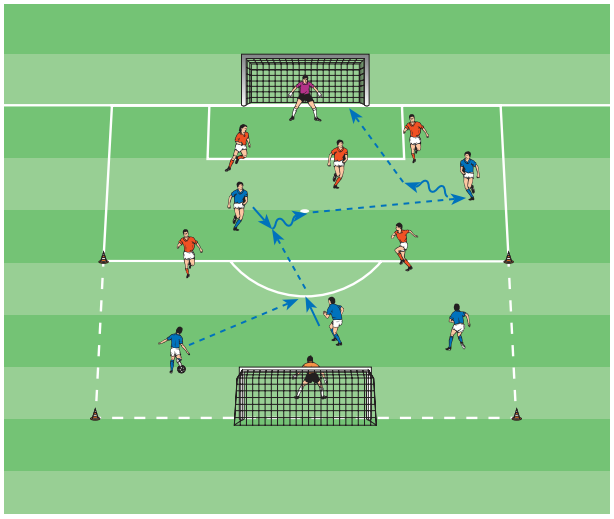
Organisation und Ablauf

- Vor 1 Tor mit Torhüter 2 Zielzonen und Hütchentore errichten (s. Abb.).
- 8 Verteidiger und 5 Angreifer gemäß der Abbildung postieren.
- Der zentrale Mittelfeldspieler eröffnet das Spiel mit einem Pass auf einen äußeren Mittelfeldspieler.
- Sobald dieser das Zuspiel annimmt, startet ein freies Spiel bis zum Torabschluss.
- Erobern die Verteidiger den Ball, kontern sie auf die Minitore.

Tipps und Korrekturen

- Blau verschiebt ballorientiert. Der Außenverteidiger und der ballnahe defensive Mittelfeldspieler doppeln den Angreifer situationsgemäß.

3 gegen 2 auf 2 gegen 3



Organisation und Ablauf

- Einen doppelten Strafraum mit Toren und Torhütern markieren.
- In jeder Spielfeldhälfte 3 Verteidiger und 2 Angreifer postieren.
- Die Verteidiger sollen aus dem Zusammenspiel ihre beiden Stürmer in der anderen Spielfeldhälfte zum Torabschluss anspielen.

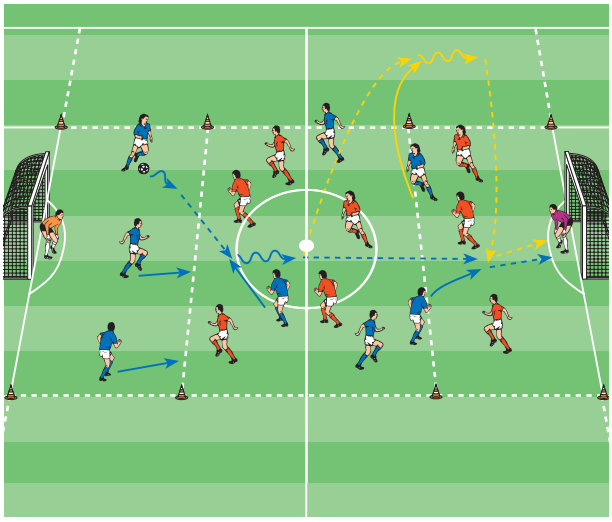
Tipps und Korrekturen

- Schwerpunkt: Spiel in die Tiefe
- Die Verteidiger sollen weiträumig und sicher miteinander kombinieren und im geeigneten Moment die Stürmer in der Tiefe anspielen.
- Nach einigen Durchgängen die Aufgaben wechseln.

Trainingsinhalte

❷ 40% Fußballspiele mit Schwerpunkten

Durch die Mitte/über den Flügel



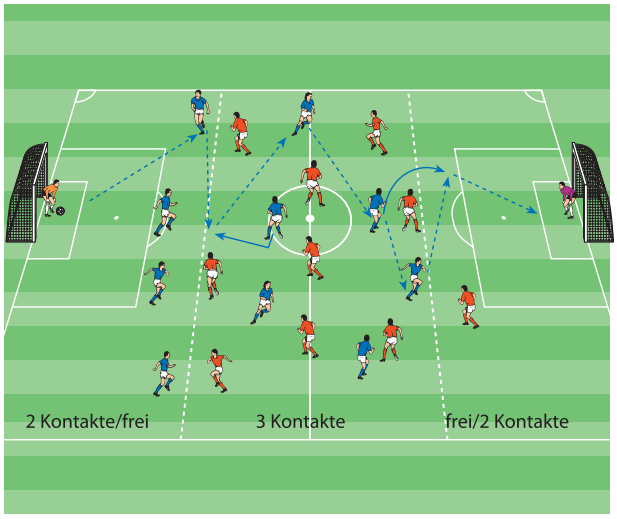
Organisation und Ablauf

- Zwischen den Strafräumen ein Feld errichten und in 3 Zonen unterteilen.
- 2 Tore mit Torhütern besetzen.
- 2 Teams zu je 8 Spielern bilden.
- Bei Ballgewinn in der gegnerischen Abwehrzone startet ein neuer Angriff vom eigenen Tor. In der Mittelzone geht das Spiel unmittelbar weiter.

Tipps und Korrekturen

- Mit schnellen, präzisen Pässen die Mittelzone überbrücken und möglichst zielstrebig in die Spitze spielen.
- Je nach Raum in die jeweils nächste Zone aufrücken.
- Variation (Schwerpunkt Flügelspiel): Auf ganzer Breite spielen und die Außenzonen als Flügelkorridore nutzen (gelbe Pfeile).

Spiel mit Provokationsregeln



Organisation und Ablauf

- Das Normalspielfeld in 3 gleich große Zonen unterteilen.
- 2 Teams zu je 11 Spielern einteilen.
- Spiel auf 2 Tore mit Torhütern
- Im jeweiligen Abwehrdrittel sind 2 und in der Mittelzone 3 Ballkontakte erlaubt. Im Angriffsdrittel ist freies Spiel.

Tipps und Korrekturen

- Schnellen, zielstrebigen Spielaufbau fordern. Im Angriff die Risikobereitschaft für ein gegnerüberwindendes Dribbling fördern.
- Das Spiel durch Abänderung der Provokationsregeln dem Trainingsziel anpassen (z. B. Tore gelten nur, wenn das komplette Team nachgerückt ist).

B- und A-Junioren

Merkmale von A- und B-Junioren

- Körperliche Ausgeglichenheit
- Stärkere Muskulatur
- Kraftzuwächse (größere Bewegungsdynamik
- Verbessertes Koordinationsvermögen
- Größere Lernbereitschaft und Auffassungsgabe, Sensibilisierung für Sachprobleme und Mitspieler
- Streben nach Selbstständigkeit und Anerkennung als gleichberechtigter Partner
- Lösen vom „ich-bezogenen" Denken der Pubertät
- Erhöhtes Streben nach individuellem und mannschaftlichem Erfolg
- zunehmende Persönlichkeitsentwicklung
- Zweites „goldenes Lernalter" der B-Junioren

Grundsätze im Trainingsbetrieb

- Wettspielgemäße Trainingsformen und Belastungen anbieten
- Im Detail trainieren
- Schwerpunkte trainieren
- Persönlichkeiten trainieren
- Technikorientiert trainieren
- Mit Motivation und Spaß trainieren
- Mit Spielen und Üben trainieren
- Möglichst offene Trainingsaufgaben stellen, die Eigeninitiative von den Spielern fordern
- Lösbare, jedoch leistungsherausfordernde Trainingsaufgaben anbieten
- Die Spieler taktisch möglichst vielseitig ausbilden
- Durch Demonstrationen/Korrekturen den Lernprozess forcieren

Technik

- Positionsspezifisches Techniktraining
- Erweitern des Technik-Repertoires
- Stabilisieren „dynamischer, schneller Techniken" unter Zeit- und Gegnerdruck
- Präzision, Variabilität und Schnelligkeit am Ball
- Spezielles Training positionsspezifischer Techniken

Taktik

- Erlernen mannschaftstaktischer Grundlagen
- Ballorientiertes verteidigen
- Schaffen der Grundlagen für eine offensiv ausgerichtete und attraktive Spielweise
- Sicheres Kombinieren zur Sicherung des Balles und zum Herausspielen von Torchancen
- Schnelles Umschalten nach Ballgewinn und Ballverlust
- Förderung von Spielwitz, Kreativität, Einsatzwillen und Risikobereitschaft
- Verständnis zu den einzelnen Mannschaftsteilen sowie deren Verbindung steigern
- Angreifen in verschiedenen ÜZ-, GZ- und UZ-Situationen
- Schulung gruppentaktischer Angriffsmittel über die Flügel
- Schulung gruppentaktischer Angriffsmittel durch das Zentrum
- Verteidigen in verschiedenen ÜZ-, GZ- und UZ-Situationen

Konditionstraining

Ausdauer:
- Laufformen (Wald/Laufbahn)
- Parcour mit läuferischen und technischen Aufgaben
- Kombination – Spiel und Lauf

Schnelligkeit:
- Laufschulung
- Schnellkraftübungen – Sprünge, Sprungläufe
- Antritte Sprints mit und ohne Ball
- Sprints gegen Wiederstand – Zugschlitten
- Langhandel-Training

Koordination:
- Koordinationsleiter
- Hürden, Stangen, Lauf ABC
- Sprungübungen
- Ballgeschicklichkeitsübungen

Kraft / Beweglichkeit:
- Gezielte Kräftigung einzelner Muskeln, Muskelgruppen, ganzer Körper
- Schnellkraftübungen – Sprünge, Sprungläufe
- Beweglichkeitsübungen
- Krafttraining an Geräten

Sprungkrafttraining

Trainingsaufbau

Einstimmen:

- Interessante Aufwärmprogramme mit Ball (einzeln, paarweise oder in kleinen Gruppen) zur Technik-Schulung durchführen
- Zwischen die Ballübungen Stretching- und Kräftigungsprogramme zur gezielten muskulären Vorbereitung einfügen
- Ärwärmung nach Trainingsschwerpunkt
- Auf eine systematische Steigerung der Übungsanforderungen und der Intensität achten
- Aufwärmen stets variieren

Hauptteil:

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

Schlussteil:

- Im Abschlussspiel nochmals gezielt die technisch-taktischen Schwerpunkte des Hauptteils betonen, auch hier von allen Spielern konzentrierte Aktionen fordern
- Frei spielen lassen
- Jedes Training mit einer kurzen Besprechung beenden

Spielsysteme

Orientierung für ausbildungsfördernde

Spielsysteme bei C-, B- und A-Junioren

Spielphilosophie

Das Jugendkonzept des KSV Baunatal besteht darin, möglichst gut auszubilden und offensive Jugendspieler zu formen, um damit ein attraktives und interessantes Spiel zu gestalten. Attraktivität zeichnet sich durch technisch versierte, am Ball kreative sowie taktisch gut geschulte, offensiv handelnde Spieler aus. Spaß am Fußball entsteht in erster Linie durch Torchancen herauszuspielen und Tore zu erzielen. Das heißt, dass die Spieler ausgebildet werden, sich Torchancen – entweder durch individuelle Aktionen (Dribblings) oder durch kollektive Aktionen (Kombinationen) – herauszuspielen. Das Hauptaugenmerk wird auf angriffsstarke Spieler gelegt, während sich das Defensivverhalten daraus ergibt. Jeder Spieler spielt mit ständiger Mitspiel- und Angriffsbereitschaft und stellt den Ball und das Toreschießen in den Mittelpunkt seines Spiels. Die Kinder und Jugendlichen von 6 bis 19 Jahren werden in ihrer Ausbildung von den Bambini bis zu den U19-Junioren in ihrer natürlichen Angriffslust bestärkt und ihre ständige Mitspielbereitschaft wird gefordert.

- Offensives 1 gegen 1
  (ist die Grundsituation unserer Ausbildung)
- Schwerpunkt 1. und 2. Ballkontakt
  (ab Aufbaubereich)
- Spielfreude (alle Bereiche)
- Höchstes Ziel ist der Torerfolg (alle Bereich)
- 1 Tor mehr schießen als der Gegner
- Agieren, nicht reagieren (ab Aufbaubereich)
- Alle Spieler haben Lösungen in der Offensive
- Taktisch variabel

Spielsysteme

- 4-2-3-1
- 4-4 -2 mit Raute
- 4-4-2 flach (Kette) mit 2 defensiven Mittelfeldspielern als „6er“

Die Praxis:

Jeder Spieler hat die Aufgabe den Ball zu „erobern“, Angriffe aufzubauen, Torchancen herauszuspielen und Torchancen zu verwerten. Alle Spieler erlernen im Training und im Spiel Angriffsspiel nach Ballgewinn.

Im Mittelpunkt der Trainingsarbeit steht ballorientiertes Techniktraining.
Die individuellen Fähigkeiten der Einzelnen sollen zu einer mannschaftlichen Geschlossenheit zusammengeführt werden.

Gespielt wird bei allen Junioren-Mannschaften ab den C-Junioren grundsätzlich mit Viererkette und das vorrangig im 4-2-3-1 oder im 4-2-2 Spielsystem entweder mit einer Raute im Mittelfeld oder mit einer flachen 4 mit zwei defensiven Mittelfeldspielern als „6er“. Als Varianten kann der Trainer auf ein 4-3-3 oder ein 4-1-4-1 ausweichen.

Die Spieler werden so ausgebildet, dass das Spielsystem während eines Spieles gewechselt werden kann. Eine Umstellung des Spielsystems setzt nicht zwingend das Auswechseln eines oder mehrerer Spieler voraus, so dass jeder Spieler auf unterschiedlichen Positionen einsetzbar sein sollte.

Spielsysteme

Orientierung für ausbildungsfördernde Spielsysteme bei C-, B- und A-Junioren

4-2-3-1

Im 4-2-3-1 sichern 2 defensive Mittelfeldspieler vor der Abwehr das Zentrum

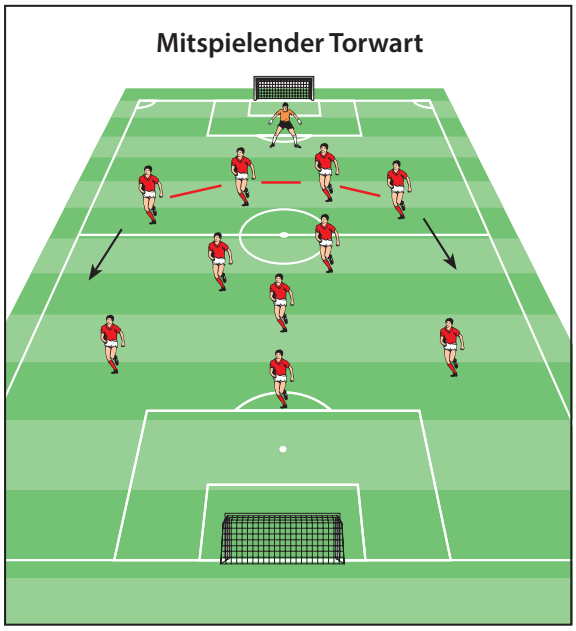
Defensive und offensive Auslegung
- mit nur einem Stoßstürmer
- mit 3 hängenden Spitzen und variablen vorstößen der Außenverteidiger

Abwehr:
- Viererkette
- Bei Ballbesitz stößt einer der Außenverteidiger vor – Dreierkette sichert vorübergehend ab
- Gegen den Ball – Viererkette steht eng auf Strafraumbreite

Mittelfeld:
Aufteilung unterteilt in zwei Linien

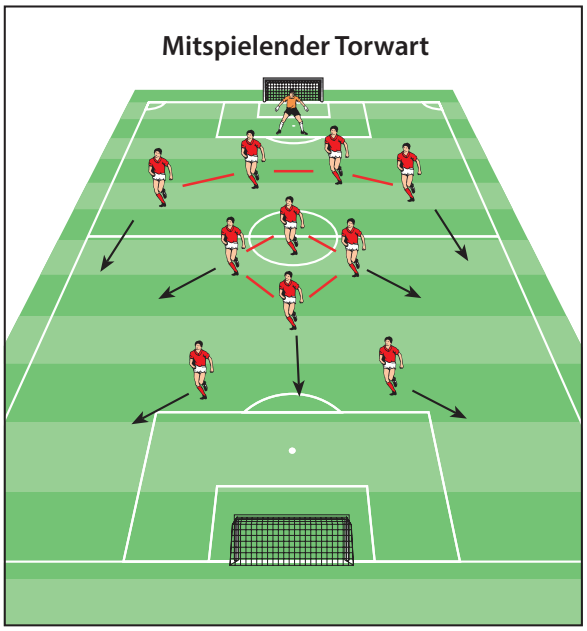
- zwei defensive 6er Zentrale Mittelfeldspieler sichern das Zentrum, verschieben zum Doppeln auch am Flügel
- Aufbauspiel der 6er mit Spielmacherqualitäten sowie Umschalten nach Ballgewinn in den Angriff

- Vordere Reihe mit 3 Mittelfeldspielern offensiver ausgerichtet
- Zentraler Mittelfeldspieler hat doppelte Absicherung und Freiheiten für die Offensive – offensive Interpretation als hängende Spitze
- Lauf- und dribbelstarke Außenspieler attackieren vom Flügel aus



Spitze:
Defensive Ausrichtung
- Stoßstürmer agiert nach Ballgewinn als Anspieler für den Pass in die Tiefe zum Ablegen auf die schnell nachrückenden Mittelfeldspieler
- Torgefährlichkeit nach hereingabe vom Flügel und durch die Schnittstelle im Zentrum

Offensive Ausrichtung
- Außenspieler offensiv – es dominiert das Kurzpassspiel in Kombinationen der 3 Spitzen und dem Zentralen Spielmacher, einem nachgerückten 6er und einem vorstoßenden Außenverteitiger



4-4-2 Raute

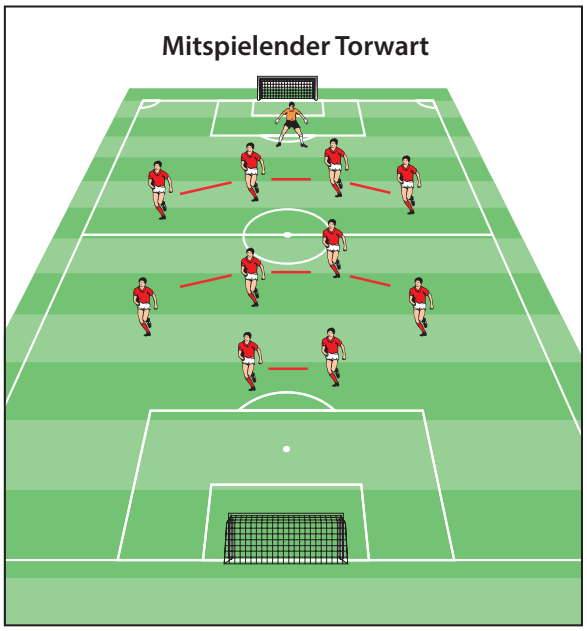
Ideale Voraussetzungen für das Kurzpassspiel und für variables Angreifen

Abwehr:
- Viererkette nutzt zahlenmäßige Übergewicht im Vergleich zu gegnerischen Spitzen
- gegenseitiges Absichern
- Sicherung in der Spielfeldbreite
- Hochgeschobene Außenverteidiger auf Höhe 6er spielen offensiv mit nach vorne
- Zweikampfstarke Innenverteidiger ermöglichen Rückpässe und Spielverlagerungen
- Bei Ballbesitz wird situativ 2-3-2-3 gespielt, das ermöglicht eine große Vielfalt an Kurzpasskombinationen

Mittelfeld: enge Raute
- Das Mittelfeld positioniert sich in einer engen Rautengrundformation
- Torgefährlicher Spielmacher ist vorgeschoben
- Ein zweikampfstarker und im Spielaufbau versierter 6er sichert den Spielmacher ab
- Bei einem sehr offensiven Spielmacher sichern alle drei Mittelfeldspieler nach hinten ab

Offensive Interpretation:
- Mit hochgeschobenen Rautenaußen auf Höhe des 10ners und hochpositionierten Außenverteidigern auf Höhe 6er ist diese Spielvariante sehr offensiv

Spitze:
- Stürmer sind breit aufgestellt um Platz für den nachstoßenden 10ner zu lassen
- Stürmer weichen zum Anspiel auf die unterbesetzten Flügel aus
- Es staffeln sich die beiden Stürmer und die drei offensiven Mittelfeldspieler nahe der gegnerischen verteidigungslinie



4-4-2 flach (mit zwei 6er)

Das 4-4-2 flach (Kette) ist Taktisch variabel offensiv und defensiv interpretierbar

Ausgewogene Mannschaftsteile, Spieler sind symmetrisch auf dem Feld verteilt – ideale Voraussetzungen für das Kurzpassspiel und für variables Angreifen und Verteidigen – Staffelung der Spieler in Tiefe und Breite

Abwehr:
- Viererkette nutzt zahlenmäßige Übergewicht im Vergleich zu gegnerischen Spitzen
- gegenseitiges Absichern
- Sicherung in der Spielfeldbreite
- Variables Angreifen – einer der Außenverteidiger stößt mit nach vorne
- Zweikampfstarke Innenverteidiger sorgen durch Dribblings und Passkombinationen im Zentrum für Gefahr

Mittelfeld: flache 4
- Leichter zu verrichtende Defensivarbeit in der Spielfeldbreite
- Mittelfeldreihe verteidigt wie Abwehrreihe und kann zusätzlich nach vorne und hinten in der Tiefe doppeln
- Vorteil offensiv – Außenbahnen doppelt besetzt

Spitze:
- Stürmer stehen im Zentrum eng versetzt zueinander – so halten sie die Flügel frei für die doppelt besetzten Außenpositionen
- 2 Anspielstationen im Zentrum
- Stürmer auf Ballseite geht in die Tiefe, der ball ferne Stürmer kommt zwischen die gegnerischen Reihen zum schrägen Anspiel entgegen

Richtlinien und Verhaltenskodex

für Trainer, Spieler, Offizielle und Eltern.

* * *

>> Wir sind uns bewusst, dass erhebliche Verstöße gegen den Kodex der KSV Baunatal Juniorenabteilung vereinsschädigendes Verhalten darstellt – dieses kann den sofortigen Vereinsausschluss zur Folge haben. <<

Richtilinien und Verhaltenskodex Trainer

Zielsetzung / Vorgabe:

Zielsetzung ist es, mit unseren Teams in den jeweiligen höchsten Ligen im Hessischen Fußballverband zu spielen und sich dort dauerhaft zu etablieren. Der Trainingsaufwand steigert sich je nach Spielklasse bis auf 3-5 mal wöchentlich.

- Bis einschließlich C-Junioren spielen die Teams nach Jahrgängen.
- Mit dem Wechsel in die B-Junioren endet die Zusammenstellung der Teams nach Jahrgängen. Diejenigen Spieler dieser Altersgruppen, die den Sprung in die höchste Spielklasse nicht auf Anhieb geschafft haben, wird die Möglichkeit geboten in der darunter liegenden hösten Spielklasse den Anschluss an die Spitze zu finden.
- Die Perspektivspieler die sich zum Kader des U17-Junioren Teams zählen und bei einem Pflichtspiel nicht zum Einsatz kamen, sind in der darunter liegenden hösten Spielklasse (U16-Junioren) gesetzt.

Hinführung:

- Spaß und Freude am Fußball lernen vermitteln, trotz Leistungsdruck
- Persönliche Entwicklung jedes einzelnen Spielers ist vorrangig
- Professionelle Einstellung zum Training und Spiel sowie Freizeit vermitteln – Ernährung, Motivation Konzentration etc.
- Einordnen in die Gemeinschaft fördern – Mannschaftsgedanke „Wir sind ein Team“
- Entwicklung sozialer Fähigkeiten fördern
- Erziehung zur Fairness und Sportlichkeit
- Hinführen zu selbstständigem Handeln und zur Eigenverantwortung, Persönlichkeitsentwicklung

Die Vorbildfunktion des Trainers – er vermittelt:

- Pünktlichkeit
- Sauberkeit
- Gerechtigkeit
- Erzieherisches Wirken
- Korrekte Umgangsformen
- Sportliche Lebensweise vorleben – kein Nikotin bzw. Alkohol vor den Kindern und Jugendlichen auf dem Sportplatzgelände
- Verhalten am Spielfeldrand – korrekte Umgangsform und Fairness
- Einfühlungsvermögen
- Begrüßung aller Eltern
- Guten Kontakt zu den Eltern pflegen – Bindungsglied zum Spieler, damit auch Problemstellung außerhalb des Sports erkennbar werden
- Dem Erfolgsdruck der Eltern entgegenwirken

Mannschaftsführung:

Gemeinsames Ziel:

- Zusammengehörigkeit
- Wir-Gefühl,
- Erfolge, zur individuellen Entwicklung des einzelnen Spielers beitragen
- Es wird eine langfristige, allumfassende Ausbildung angestrebt

Verhältnis Trainer und Spieler:

- Vertrauensverhältnis schaffen, um somit die Basis zur erhöhten Leistungsbereitschaft zu legen
- Einzelgespräche führen
- Der Spieler muss spüren, dass sich der Trainer um ihn kümmert
- Sich mit Höflichkeit, Respekt, Achtung und Taktgefühl begegnen
- Der Trainer bildet die Kinder und Jugendlichen zu selbstständigen, fairen Sportlern aus

Richtilinien und Verhaltenskodex Spieler

→ Sportliche Einstellung:

Vergiss nie! Du bist hier, um hart zu trainieren – daran Spaß und Freude zu haben – und stolz zu sein auf die eigene Leistung und die der Mannschaft!

→ Freundlicher und respektvoller Umgang:

- untereinander
- gegenüber Trainern, Betreuern, Offiziellen
- gegenüber Schiedsrichtern
- gegenüber gegnerischen Spielern und Verantwortlichen

Ich begegne Trainern, Betreuern, Offiziellen, Eltern und Spielern des KSV Baunatal und allen anderen Personen höflich und aufgeschlossen! Grüßen, Danken, Bitten, Entschuldigen, höfliches Fragen und freundliches Antworten sind für mich selbstverständlich. Folge den Weisungen Deiner Trainer, Betreuer oder Mitarbeiter des KSV Baunatal.

→ Identifikation mit dem KSV Baunatal und Verhalten in sozialen Netzwerken:

Du bist ein Teil des KSV Baunatal, identifiziere Dich mit dem Verein und sei loyal! Negative Veröffentlichungen in Bild und Text von Trainern, Mitspielern sowie Mitarbeitern des Vereins – im Internet sowie in sozialen Netzwerken wie z.B. über Facebook, Twitter und WhatsApp – sind strengstens untersagt.

→ Erscheinungsbild und Verantwortung:

Achte auf die Kleiderordnung – das einheitliche Erscheinungsbild bei Turnieren, Spielen und öffentlichen Auftritten präsentiert den KSV Baunatal. Beim Tragen von Vereinsbekleidung – wie Präsentationsanzug, Trainingsanzug und Sport-Shirts etc. – in der Öffentlichkeit erwarten wir besondere Sorgfalt und Benehmen. Diesen Anspruch haben wir auch unsere Sponsoren, Förderer und Gönner gegenüber, da wir diese mitpräsentieren.

→ Weltoffenheit:

Sei weltoffen und tolerant gegenüber allen Kulturen!

→ Pünktlichkeit / Zuverlässigkeit:

Sei pünklich, denn Pünktlichkeit ist der Respekt allen gegenüber. Es ist unhöflich die Trainer und das ganze Team beim Training oder beim Treffpunkt zu einem Spiel warten zu lassen. Wir halten Vereinbarungen zuverlässig ein.

→ Ordnung / Sauberkeit / Sorgsamkeit:

Ich halte Ordnung bei meinen eigenen Sachen und gehe auch sorgsam mit dem Vereins-inventar um. Ich achte, das ich die Kabinen nach Spiel und Training sauber verlasse.

→ Teamgeist:

Für die Entwicklung des Teamgeistes in Deiner Mannschaft ist eine gute Kommunikation mit Deinen Mitspieler absolut notwendig. Deshalb darfst Du im Kabinentrakt Dein Handy und Deinen MP3 Player nicht benutzen.

→ Rücksichtnahme:

Achte Deine Mitspieler und trage so zu einem positiven Mannschaftsklima bei! Verletzendes Verspotten und Auslachen von Schwächen anderer stört eine gute Gemeinschaft.

→ Ausübung des Fair-Play-Gedankens:

Wahre die Gesundheit deines sportlichen Gegners und erkenne die sportliche Leistung des Gegners an! Akzeptiere und respektiere die Entscheidungen der Schiedsrichter und halte dich an die Regeln des Fußballspiels!

→ Ernährung / Flüssigkeitszufuhr

Ernähre Dich gesund und achte auf ausreichend Flüssigkeitszufuhr.

→ Medikamente / Nahrungsergänzungsmittel:

Bei Einnahme von medizinisch notwendigen Medikamenten und Nahrungsergänzungs-mitteln sollst du deinen Trainer informieren!

→ „Keine Macht den Drogen!"

Jegliche Art von Alkohol, Nikotin (Rauchen) und Drogen sind für dich strengstens verboten

→ Gewalt:

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

Richtilinien und Verhaltenskodex Eltern

Der KSV Baunatal legt großen Wert darauf, seine Jugendspieler nicht nur fußballerisch auszubilden, sondern auch die Persönlichkeitsentwicklung zu fördern und grundlegende Werte wie Respekt, Toleranz und Fairness zu vermitteln. Als Eltern sind Sie die wichtigsten Bezugspersonen Ihres Kindes. Es ist deshalb von besonderer Bedeutung, dass Sie sich auch in Bezug auf den Fußball stets Ihrer Vorbildfunktion bewusst sind und folgende Verhaltensregeln konsequent einhalten.

→ Freundlicher und respektvoller Umgang:

- gegenüber Trainern, Betreuern und Offiziellen
- gegenüber den Mitspielern und deren Eltern
- gegenüber Schiedsrichtern
- gegenüber gegnerischen Spielern und Verantwortlichen

→ Akzeptanz Trainerentscheidungen:

Wir akzeptieren die Entscheidungen der Trainer und mischen uns nicht in sportliche Angelegenheiten ein. Wir versuchen nicht, auf die Mannschaftsaufstellung, insbesondere die Berücksichtigung des eigenen Kindes und die Spielposition, Einfluss auszuüben. Wir nehmen keinen Einfluss auf unser Kind vor und nach dem Spiel, insbesondere durch Kritik an den Trainermaßnahmen.

→ Öffentliche Diskussionen:

Probleme, die uns oder unser Kind beschäftigen, diskutieren wir niemals öffentlich, sonder nur intern und konstruktiv mit den Trainern, um Unruhe zu vermeiden.

→ Anweisungen bei Spiel und Training:

Wir unterlassen direkte Anweisungen im Verlauf eines Spieles und des Trainings an das eigenen Kind und an dessen Mitspieler.

→ Verhalten gegenüber Schiedsrichtern:

Vermeintliche Fehlentscheidungen müssen akzeptiert und sollen nicht lautstark kommentiert werden und Unmutsäußerungen gegen Schiedsrichter sind zu unterlassen.

→ Bewusste Zurückhaltung:

Durch bewusstes Zurückhalten fördern wir die Selbstständigkeit und die persönliche Entwicklung unserer Kinder

→ Lob

Lobt Eure Kinder und setzt sie nicht unnötig unter Druck.

→ Unterstützung:

Wir unterstützen unsere Kinder bestmöglich ohne zusätzlichen Leistungsdruck aufzubauen. Wir unterstützen das Team und werden niemals einzelne Spieler für Sieg oder Niederlage verantwortlich machen. Fußball ist Emotion. Feuern Sie unsere Mannschaften auch lautstark an, aber unterlassen Sie abwertendes Verhalten gegenüber der gegnerischen Mannschaft sowie gegenüber den gegnerischen Eltern und Fans. Nur fair errungene Siege machen stolz.

→ Diskriminierung:

Jegliche Form von Diskriminierung, Rassismus oder Gewalt wird von uns nicht geduldet und wird als vereinsschädigendes Verhalten gewertet und kann den sofortigen Vereinsausschluss zur Folge haben.

→ Repräsentieren:

Wir wissen, dass auch wir als Eltern den KSV Baunatal repräsentieren und verhalten uns bei allen Spielen, Turnieren, Trainingseinheiten oder anderen Aktivitäten zurückhatend und höflich.

→ Identifikation mit dem KSV Baunatal und Verhalten in sozialen Netzwerken:

Negativstimmungen gegenüber dem Verein, sowie der Mannschaft und dem Trainer – via E-Mail, Forumsbeiträge, in sozialen Netzwerken wie z.B. über Facebook, Twitter und WhatsApp – wird von uns nicht geduldet.

→ Vorbildfunktion:

Raucht bitte nicht am Spielfeldrand.
Trinkt bitte kein Alkohol am Spielfeldrand.
Achtet bitte mit auf Sauberkeit.

Schluss-wort

>> Die Juniorenkonzeption des KSV Baunatal richtet sich nach den Leitlinien und Empfehlungen des DFB <<

Verschiedenes und Schlusswort

Probetraining

→ Probetraining:

Externe Probetraining sind erlaubt, diese sind mit den Jugendabteilung abzustimmen.

Tipps zur Ernährung

Eine ausgewogene Ernährung ist die Grundlage für ein gesundes Leben und einen gesunden Körper. Leider wissen Kinder und Jugendliche heutzutage kaum noch, wie sie sich richtig ernähren. Deshalb wollen wir auch in diesem Bereich für Aufklärung sorgen und sowohl Eltern als auch Kindern einige wichtige Regeln mit auf den Weg geben:

Bunt ist gesund
Je unterschiedlicher die Lebensmittel sind, die wir aufnehmen, desto besser werden wir mit Nährstoffen versorgt. Wasser, Säfte, Brot, Brötchen, Nudeln, Kartoffeln, Reis, Obst, Gemüse, Milch, Käse, Joghurt, Wurst, Fleisch, Fisch, ... Vielfältigkeit hält nicht nur fit sondern macht auch Spaß.

Regelmäßig essen
Nur wer regelmäßig isst, kann auch regelmäßig Vollgas geben. Frühstück, Mittagessen und Abendessen gehören deshalb in jeden Tagesablauf.

Selbst ist der Sportler
Wenn ich mein Essen und Trinken selbst zubereite, weiß ich auch welche Zutaten enthalten sind. Darum ist eine selbst gemachte Apfelschorle beim Training besser als eine gekaufte Cola- oder Brause.

Schlusswort

Der KSV Baunatal kann auf eine erfolgreiche Fußballjuniorenarbeit der vergangenen Jahre zurückblicken.

Unser Juniorenkonzept ist die sportliche Leitlinie, mit dessen Hilfe eine ehrgeizige, ziel- und zukunftsorientierte Jugendarbeit nachhaltig verbessert werden soll.

Um das sportliche Konzept umsetzen zu können, ist die aktive Beteiligung aller Trainer, Betreuer und Funktionäre der Juniorenabteilung erforderlich.

Es ist daher für alle Beteiligten unerlässlich sich mit dem sportlichen Konzept auseinander zu setzen, es weiter zu entwickeln, in Training und Spiel umzusetzen und somit zu „Leben".

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

Verfasser:
Dirk Bindbeutel
Inhaber der DFB-Elite-Jugend-Lizenz

Quellen

• www.dfb.de
• Ausbildungskonzeption des DFB
• Hessischer-Fußball-Verband e.V.

KSV Baunatal e. V.
Jugendfußball
Altenritter Str. 37
34225 Baunatal
Telefon: (05 61) 5 70 59 90
geschaeftsstelle@ksv-baunatal.de