

JUGENDKONZEPT



Ein Leitfaden für
Spieler, Eltern, Jugendbetreuer
und Freunde des
BSV Nordstern Radolfzell.



Inhaltsverzeichnis

1	VORWORT	3
2	DAS KONZEPT	4
2.1	Wozu brauchen wir ein Jugendkonzept?	4
2.2	Grundsätze / Leitmotive	4
3	DIE JUGENDABTEILUNG.....	5
3.1	Kultur	5
3.2	Ziele.....	5
3.3	Organisation der Jugendabteilung	6
4	SPORTLICHES KONZEPT	7
4.1	Grundsätzliche Ausrichtung und Ziele	7
4.2	Prinzipien (in Anlehnung an die Ausbildungskonzeption des DFB)	7
4.3	Anforderungen an Spieler	8
4.4	Pflichten/Anforderungen an Jugendtrainer / Jugendbetreuer	9
4.5	Rechte von Jugendtrainern / Jugendbetreuern.....	9
4.6	Anforderungsprofil eines Trainers bei den G- bis E-Junioren	10
4.7	Anforderungsprofil eines Trainers ab den D-Junioren	10
5	DER JUNIOR	11
5.1	Allgemein.....	11
5.2	Die verschiedenen Entwicklungsstufen.....	12
5.3	Der Bambini und F-Junior (DFB-Ausbildungskonzeption Seite 16 - 19).....	12
5.4	E-Junioren (DFB-Ausbildungskonzeption Seite 20 & 21)	13
5.5	D-Junioren (DFB-Ausbildungskonzeption Seite 22 & 23)	15
6	DIE ELTERN	16
7	DAS TRAINING	16
7.1	Grundsätze	16
7.2	Das Training	17
7.3	Das Lektionsschema	18
7.4	Die koordinativen Fähigkeiten	19
7.5	Trainingsplan für F- bis D-Junioren.....	20
7.6	Merkmale für ein effizientes Techniktraining.....	21
8	DAS SPIEL	22
8.1	Der Jugendtrainer als Coach	22
8.2	Grundsätze für das Spiel.....	22
8.3	Vor dem Spiel.....	22
8.4	Während dem Spiel.....	22
8.5	In der Halbzeitpause	23
8.6	Nach dem Spiel	23
9	KINDERSCHUTZ	24
9.1	Mögliche negative Erlebnisse	24
9.2	Haltungen zur Vermeidung negativer Erlebnisse.....	24
9.3	Maßnahmen zum Kinderschutz	24
9.4	Spezialfall sexuelle Übergriffe.....	25
9.5	Mittel gegen sexuelle Übergriffe.....	25



VORWORT

Die Jugendarbeit eines Vereins besteht heutzutage nicht mehr nur aus der sportlichen Ausbildung der Jugendspieler. Vielmehr übernehmen die Sportvereine auch erzieherische Aufgaben und Verantwortung, die weit ins gesellschaftliche Leben hineinreichen. Die Entwicklung der Persönlichkeit und das Vermitteln von gesellschaftlichen Werten wie Hilfsbereitschaft, Ehrlichkeit, Verantwortungsbewusstsein etc. nimmt einen ebenso großen Stellenwert ein wie sportliche Ausbildung. Die Kinder und Jugendlichen sind die Zukunft von morgen, weshalb ihrer Ausbildung und Förderung besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden muss.

Wir beim BSV Nordstern Radolfzell unterstützen den Breitensport in einer familiären Atmosphäre. Ohne den sportlichen Erfolg aus den Augen zu verlieren, stellen wir stets die Aus- und Weiterbildung der Kinder und Jugendlichen sowie deren Persönlichkeitsentwicklung in den Vordergrund. Talentierte und leistungsorientierte Kinder und Jugendliche sollen indes durch qualitativ hoch stehendes Training, natürlichen Konkurrenzkampf, gute Betreuung sowie attraktive Rahmenbedingungen gefordert und gefördert werden, sodass hier sportliche Erfolge erzielt werden können.

Fußball ist längst kein reiner Jugendsport mehr. Im Sinne eines Fußballangebots für alle Kinder und Jugendlichen hat bei uns der Mädchenfußball den gleichen Stellenwert wie der der Jungs.

Folgende Punkte haben wir uns zum Ziel gesetzt:

- ✚ Spaß und lebenslange Freude am Fußball
- ✚ Sportlicher Erfolg (Aufstieg ab den D-Junioren in die nächst höhere Spielklasse)
- ✚ Erleben und Einbringen in die Gemeinschaft
- ✚ Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung
- ✚ Hohe Identifikation mit dem BSV Nordstern Radolfzell

***Das Kind ist kein Miniaturerwachsener,
und seine Mentalität ist nicht nur quantitativ,
sondern auch qualitativ von der des Erwachsenen verschieden,
sodass ein Kind nicht nur kleiner, sondern auch anders ist.***

Claparède, 1937

Anmerkung:

Der Einfachheit halber wird in diesem Konzept für die Begriffe Spieler, Trainer sowie Betreuer ausschließlich die männliche Schreibweise verwendet. Die Begriffe gelten natürlich auch für die weibliche Form.



1 Das Konzept

1.1 Wozu brauchen wir ein Jugendkonzept?

- ✚ Ohne Konzept ist alles planlos und von Zufall abhängig, ein längerfristige Planung ist nicht möglich
- ✚ Ein Konzept bietet die Möglichkeit Ziel klar zu formulieren und zu definieren
- ✚ Ein Konzept ermöglicht eine klare und konkrete Ausrichtung der Jugendabteilung und sorgt für eine positive Außendarstellung sowie Transparenz, sodass Eltern, Gönner und Sponsoren die Zusammenhänge in der Jugendabteilung besser verstehen und nachvollziehen können
- ✚ Ein Konzept bietet einen roten Faden und eine Art Wegweiser für die Trainer, Betreuer sowie Funktionäre in der Jugendabteilung
- ✚ Das Konzept bildet den organisatorischen und sportlichen Rahmen für die Vereinsarbeit im Jugendfussball des BSV Nordstern Radolfzell

1.2 Grundsätze / Leitmotive

- ✚ Persönlichkeitsförderung; d.h. Spieler ganzheitlich auszubilden
 - Spieler nicht nur auf den Fußball, sondern auch auf das Leben vorbereiten
 - Die Entwicklung von Eigenverantwortlichkeit und Eigeninitiative fördern
 - Fördern von Selbstbewusstsein, Selbstkritik, Motivationen, Leistungswillen...
 - Den Aufbau „psychischer Stärke“, um positive und negative Einflüsse zu verarbeiten
 - Fairness und Toleranz gegenüber dem Gegner, Trainer, Schiedsrichter... allen Menschen
- ✚ Individuelle Förderung; d.h. eine stärkere Individualisierung des Ausbildungsprozesses
 - Intensives Interesse des Trainers an jedem Spieler
 - Intensive individuelle Begleitung über den Trainingsplatz hinaus
 - Detaillierte und regelmäßige Analyse des aktuellen Leistungsstandes
 - Umfangreiches individuelles Trainingsprogramm (wo möglich und sinnvoll)
 - Individuell angepasste Erhöhung der psychischen und physischen Belastungen
- ✚ Schlüsselfunktion Trainer; d.h. Hauptaufgaben des Trainers je nach Alters- und Spielklasse
 - Vermittlung von Freude und Motivation für das Fußballspielen
 - Herausbildung einer positiven Einstellung zum leistungsorientierten Fußball
 - Planung und Steuerung eines leistungsfördernden Ausbildungsprozesses
 - Effektives, erfolgsorientiertes Coachen des Teams/der Spieler rund um ein Spiel
 - Vorbildfunktion und Autorität in jeder Situation auf und neben dem Platz



2 Die Jugendabteilung

2.1 Kultur

Sport ist ein wesentlicher Teil unserer Kultur und tief in der Gesellschaft verankert. Er trägt zur Lebensqualität und Lebensfreude bei. Der BSV Nordstern Radolfzell bietet diverse Sportmöglichkeiten auf Basis ehrenamtlichen Engagements an. Die Jugendabteilung agiert dabei unter Selbstbestimmung, Selbstorganisation und Selbstverwaltung im Rahmen des Gesamtvereins und hat dabei folgende wichtige Aufgaben:

- ✚ Breitenfußballförderung
- ✚ Freizeitorganisation
- ✚ Nachwuchsförderung
- ✚ Finden von neuen Funktionäre für die Jugendarbeit (Ehrenamtlichkeit)

Unser Verein ermöglicht und fördert die sportliche und gesellige Begegnung von Kindern und Jugendlichen aller gesellschaftlichen Schichten. Vereinsleben bedeutet für uns ein offenes und vertrauensvolles Miteinander, das die gesteckten Ziele nachhaltig verfolgt. Dabei soll unser Sport und unser Verein helfen auch ausländische und/oder sozial schwächer gestellte Kinder zu integrieren und zu fördern. Wir wollen Isolation und Fremdheit überwinden und Toleranz sowie Hilfsbereitschaft leben.

Wir erwarten von allen Helfern in der Jugendabteilung, den Trainern und Betreuern, den Eltern und auch von den Kindern und Jugendlichen selbst ein vorbildliches Verhalten auf und neben dem Sportplatz (Fair Play).

Darüber hinaus ist es unser Ziel, dass während des Trainings- und Spielbetriebes Genussmittel wie Alkohol oder Tabak in der näheren Umgebung des Spielfelds tabu sind und wir verlangen ein entsprechendes Verhalten von den Beteiligten. Wir Erwachsene müssen unserer Vorbildfunktion gegenüber den Kindern und Jugendlichen stets bewusst sein und dieser nachkommen!

2.2 Ziele

Soziales Ziel

Der soziale Gedanke muss im Vordergrund stehen mit dem Ziel: „Spass am Fussball“.

Deshalb sind Erziehung, Charakterbildung, Fairplay, gemeinsames Beisammensein und Mannschaftsgefühl wesentliche Bestandteile für die Erreichung dieses Ziels.

Sportliches Ziel

Talentierte Spieler sind zu fördern. Dabei stehen immer die Interessen des Spielers im Vordergrund und über denjenigen eines einzelnen Trainers, einer einzelnen Mannschaft oder eines einzelnen Vereinsmitgliedes. Ein Spieler sollte nach Abschluss seiner Juniorenzeit alle technischen Fertigkeiten besitzen, um sich dann auf die taktische Ausbildung konzentrieren zu können.

Deshalb spielen die talentiertesten Spieler einer Juniorenkategorie immer in der ersten Mannschaft der betreffenden Juniorenkategorie. Die übrigen Spieler werden auf die restlichen Mannschaften verteilt, sodass diese etwa gleich stark sind. Bei den G- und F-Junioren werden die Junioren gemäss ihrem Alter eingeteilt.

Organisatorisches Ziel

Jede Mannschaft in der Juniorenabteilung sollte pro 10 Spieler einen Trainer / Betreuer haben, welche sich die Aufgaben individuell teilen können.

Die Jugendabteilung ist durch den Jugendleiter im Vorstand des Hauptvereins vertreten. Es ist seine Verantwortung, den Informationsfluss zwischen den beiden Organen aufrecht zu erhalten.

2.3 Organisation der Jugendabteilung

Jugendleitung:

Die Jugendleitung setzt sich aus dem Jugendleiter und dem stellvertretenden Jugendleiter. Der Jugendleiter vertritt die Interessen der Vereinsjugend und ist Vorsitzender des Jugendausschusses sowie stimmberechtigtes Mitglied im Vorstand des Vereins. Die Jugendleitung ist für die Sicherstellung des Spielbetriebs verantwortlich und stellt die hierfür notwendigen Materialien zur Verfügung. In diesem Kontext legt die Jugendleitung die Richtlinien über die Verwendung der finanziellen Mittel fest. Weitere wesentliche Aufgaben sind:

- ✚ Entscheidet über die grundsätzliche Ausrichtung der Jugendabteilung
- ✚ Regelmäßige Abstimmung zu Trainings- und Spielbetrieb mit den Jugendtrainern
- ✚ Koordiniert die Zusammenarbeit mit den anderen Abteilungen des Vereins
- ✚ Entscheidet über die Ausrichtung von Festivitäten von/durch/für die Jugendabteilung

Jugendkassenwart:

Der Jugendkassenwart ist für die Durchführung und Überwachung aller buchhalterischen Vorgänge der Jugendabteilung verantwortlich. Dabei wirtschaftet die Jugendabteilung selbständig und eigenverantwortlich über ihr zur Verfügung stehenden finanziellen Mittel. Dem Vereinsvorstand gegenüber ist die Jugendkasse rechen-schaftspflichtig und muss dem Vorstand des Vereins daher jederzeit Einblick in die Buchhaltung geben.

Jugendausschuss:

Der Jugendausschuss besteht neben der Jugendleitung und dem Jugendkassenwart aus der in der Jugend-versammlung gewählten Elternvertretung sowie den gewählten Juniorenvertretern. Die Sitzungen des Ju-gendausschusses finden nach Bedarf statt; auf Antrag der Hälfte der Mitglieder des Jugendausschusses ist vom Jugendleiter eine Sitzung binnen 2 Wochen einzuberufen. Der Jugendausschuss koordiniert dabei alle Aktivitäten außerhalb des Trainings- und Spielbetriebs und ist verantwortlich für die Rahmenbedingungen zur Erreichung der festgelegten Ziele, insbesondere im Hinblick auf unser Vereinsleben und unsere Vereinskultur.

Sportliche Leitung:

Die sportliche Leitung wird von der Jugendleitung ernannt und koordiniert die Zielsetzungen und Rahmenbe-dingungen für die sportlichen Belange, um für die Umsetzung des sportlichen Konzeptes Sorge zu tragen. Da-bei erarbeitet die sportliche Leitung neue Zielsetzungen und berät die Jugendleitung. Dies bedeutet:

- ✚ Spielbeobachtung und Sichtung von Spielern (sowohl eigene als auch bei anderen Vereinen)
- ✚ Konzeption der Trainingsinhalte, Trainingsmethodik und Spielphilosophie in der Jugendabteilung
- ✚ Unterstützung der Jugendtrainer bei der Konzeption ihrer Trainingsarbeit
- ✚ Vermittlung von A-Jugendlichen zu den Aktiven Mannschaften im Verein

Orga-Leitung Jugend:

Die „Orga-Leitung“ Jugend wird von der Jugendleitung ernannt und ihr obliegt die Organisation sowie Koordi-nation von Veranstaltungen im Jugendbereich (Turniere, Feste etc.). Die Abwicklung der Festivitäten erfolgt in Abstimmung mit der Jugendleitung und dem Jugendausschuss.

Elternvertretung:

Die Elternvertretung wird durch die Jugendversammlung gewählt und stellt die Wahrung der Interessen der Eltern sicher. Sie ist Anlaufstelle für Fragen / Sorgen der Eltern und somit das Bindeglied zur Jugendleitung. Darüber hinaus koordiniert die Elternvertretung die Einbindung ins Vereinsleben sowie die Mithilfe bei Festen.

Jugendvertretung:

Die Jugendvertretung wird durch die Jugendversammlung gewählt und sollte aus einem Mädchen und einem Jungen bestehen. Ihre Aufgabe besteht darin die Interessen der Kinder und Jugendlichen zu vertreten, An-laufstelle für Fragen und Probleme der Spieler zu sein und als Bindeglied zur Jugendleitung zu fungieren.

3 Sportliches Konzept

Die Jugendabteilung des BSV Nordstern orientiert sich bei der sportlichen Ausbildung der Kinder und Jugendlichen an der Ausbildungskonzeption des DFB. Entsprechend finden sich einige „Konzeptionelle Grundlagen“ auch in diesem Jugendkonzept wieder.

3.1 Grundsätzliche Ausrichtung und Ziele

Die Kinder und Jugendlichen sollen sich beim BSV Nordstern wohl fühlen, an den Fußball herangeführt und bestmöglich ausgebildet werden. Ein reibungsloser Übergang zwischen den Jugenden muss gewährleistet sein; eine Zuordnung zu einer höheren Altersklasse darf nur im Ausnahmefall erfolgen und ist von der Jugendleitung zu genehmigen.

Wir möchten in allen Altersklassen dauerhaft mindestens eine Mannschaft für den Spielbetrieb melden. Dies gilt auch ausdrücklich für den Mädchenfußball. Ab der D-Jugend soll ständig eine Mannschaft in einer höherklassigen Staffel spielen. Hierfür werden wir ab dem Jahrgang U10 oder U12 so leistungsorientiert wie möglich trainieren und handeln als auch ein gesondertes Torwarttraining durchführen. Die Gruppengröße pro Trainer / Betreuer sollte daher auch maximal 10 Spieler betragen.

Das Spielsystem bzw. die Spielphilosophie des Aktivenbereichs dient als Maßgabe für den Jugendbereich und sollte ab dem Jahrgang U12 aufgebaut sowie kontinuierlich angewendet und weiterentwickelt werden. Die Trainer verfolgen altersgerechte Trainingsziele und wenden altersgerechte Trainingsmethoden an; die grundsätzliche Methodik und Standards werden durch die Sportliche Leitung vorgegeben.

Langfristig sollen junge, sportliche und charakterlich gut ausgebildete Spieler mit hoher Vereinsidentifikation an den Aktivenbereich abgegeben werden, um das Weiterbestehen des Vereins auf einer breiten Basis nachhaltig zu gewährleisten. Auch Spieler, die fußballerisch weniger talentiert sind, sollen langfristig an den Verein gebunden werden, um als Jugendbetreuer, Schiedsrichter oder ehrenamtlicher Helfer eingebunden zu werden.

3.2 Prinzipien (in Anlehnung an die Ausbildungskonzeption des DFB)

- ✚ Systematischer Leistungsaufbau der Spielerpersönlichkeit (Technik, Taktik und Kondition/Konstitution)

Ein systematischer und langfristiger Leistungsaufbau berücksichtigt

- 1 eine breit angelegte koordinative Grundausbildung als „sportliche Basis“
- 2 eine „gesetzmäßige“ Abfolge bei der Entwicklung der Leistungsvoraussetzungen
- 3 die Förderung der Persönlichkeit (Wille, Konzentration, soziale Einstellungen)
- 4 eine Prognose der Spitzenleistungen im Weltfußball als Maßstab
- 5 Geduld, Zeit, Leidenschaft, Identifikation, Enthusiasmus bei Trainer und Spieler

✚ Altersgemäßer Leistungsaufbau

Ein alters- und entwicklungsgerechter Leistungsaufbau berücksichtigt

1	eine Abstimmung von sportlichen Zielen + „sensitiven Phasen“ in der Entwicklung
2	das aktuelle psychomotorische + physische Können der Spielerinnen und Spieler
3	eine personenorientierte pädagogische Begleitung der Kinder und Jugendlichen
4	eine vielseitige sportliche Grundausbildung als Basis für stabile Fußballleistungen
5	ein größeres und stabileres Leistungspotenzial durch einen dosierten Aufbau

✚ Individueller Leistungsaufbau

Ein individueller Leistungsaufbau (Individualisierung) berücksichtigt

1	individuelle Ausprägungen der aktuellen psychomotorischen/physischen Reife
2	die individuelle außersportliche Situation (z.B. schulisch-berufliche Anforderungen)
3	die individuelle Belastung insgesamt (Training, Wettspiel, Schule/Beruf...)
4	eine individuelle Kommunikation als Basis einer Trainings- und Leistungssteuerung
5	eine umfassende Individualisierung und Differenzierung des Trainingsprozesses

Als Leitlinie für unser Training und Wettspiel dient das Leitbild der deutschen Spielkultur. Eine hilfreiche Orientierung für Training, Spiel und pädagogische Betreuung der Kinder und Jugendlichen bieten die entsprechenden Ausbildungsstufen und –strukturen (siehe Seite 12 -15 der DFB-Ausbildungskonzeption im Anhang).

3.3 Anforderungen an Spieler

- ✚ Wir möchten Spieler, die eine positive Einstellung zum Fußballspielen und zum aktiven Sport im Allgemeinen haben.
- ✚ Wir möchten Spieler, für die Teamgeist kein Fremdwort ist.
- ✚ Wir möchten Spieler, für die ein sportlich-freundliches Auftreten auf und außerhalb des Sportplatzes eine Selbstverständlichkeit ist.
- ✚ Verhaltensregeln wie Pünktlichkeit, Sauberkeit und Fairness müssen bereits bei den Jüngsten eingeübt werden.
- ✚ Ab dem Jahrgang U12 sind die erweiterten Verhaltensgrundsätze einzuhalten.

3.4 Pflichten/Anforderungen an Jugendtrainer / Jugendbetreuer

Die Trainer und Betreuer verstehen sich als Team und sind bereit zum Wohle des Vereins, der Junioren und deren Eltern mitzuarbeiten und folgende Aufgaben zu erfüllen:

- ✚ Jeder Trainer ist bereit, sich im Rahmen seiner Möglichkeiten aus- und weiterzubilden. Die Teilnahme an Schulungen und Weiterbildungsmaßnahmen des Südbadischen Fußballverbands werden begrüßt und unterstützt.
- ✚ Die Trainer haben pünktlich und vorbereitet zu erscheinen, bei Unabkömmlichkeit ist für einen geeigneten Stellvertreter zu sorgen.
- ✚ Die Trainer sind verantwortlich für einen geregelten Trainings- und Spielbetrieb ihrer Mannschaft sowie für das ihnen zur Verfügung gestellte Material.
- ✚ Die Teilnahme an Juniorensitzungen ist für alle Trainer / Betreuer obligatorisch.
- ✚ Jeder Juniorentrainer muss mindestens einen Bericht pro Monat für das Internet schreiben.

Die Trainer und Betreuer haben in allen Bereichen eine Vorbildfunktion, leben folgende Punkte vor und verlangen diese ebenso von den Spielern:

- ✚ Zuverlässigkeit, Pünktlichkeit, positive Kommunikation, Spaß am Sport, Gleichbehandlung aller Kinder
- ✚ Sportliches Auftreten, auch bei Niederlagen gegenüber Schiedsrichter und Gegner. *„Kinder brauchen einen Trainer, mit dem sie siegen können – und verlieren dürfen“* (Beni Bruggmann)
- ✚ Akzeptieren von Fehlentscheidungen des Schiedsrichters.
- ✚ Hygiene (Duschen ist obligatorisch).
- ✚ Verzicht auf Alkohol und Nikotin während Training und Wettspielen.
- ✚ Sorge tragen zum Material.

Das Trainer-/Betreuerteam ist auch für die Kontaktpflege zu den Eltern der Spieler verantwortlich und ist stets für Fragen, Probleme oder Anregungen offen.

3.5 Rechte und Pflichten von Jugendtrainern / Jugendbetreuern

Trainer-Vereinbarung

Mit jedem Trainer wird bei Aufnahme der Trainertätigkeit im Verein eine entsprechende Vereinbarung im Hinblick auf die Einhaltung dieses Jugendkonzeptes getroffen. Eine Aufwandsentschädigung ist aufgrund des ehrenamtlichen Charakters nicht obligatorisch und im Einzelfall mit dem Vorstand zu regeln.

Spesen

Die Auszahlung von Spesen - in diesem Sinne z.B. Auslage von Turniergebühren oder Schulungsgebühren - erfolgt durch die Jugendkasse. Die jeweiligen Belege müssen vom Jugendleiter visiert werden, bevor sie dem Kassier des Vereins übergeben werden.

Vereinsmitgliedschaft

Alle Juniorentrainer und -betreuer sind automatisch Vereinsmitglieder. Ihnen wird der jährliche Mitgliederbeitrag des Vereins erlassen.



3.6 Anforderungsprofil eines Trainers bei den G- bis E-Junioren

Mit dem regelmässigen Besuch von Kindergarten bzw. Spielgruppen, Sportvereinen und dem späteren Eintritt in die Schule verändert sich die bis dahin gewohnte Umwelt des Kindes. Das Kind findet vor allem in den Betreuern und Lehrkräften neue Bezugspersonen und baut auch innerhalb seiner Spiel- und Lerngruppen neue soziale Kontakte auf. Die Bedeutung der Altersgruppe (Schulklasse, Fussballteam) tritt zunächst für das Kind noch deutlich hinter die älteren Bezugspersonen zurück. Der Trainer (wie in der Schule der Lehrer) spielt bis etwa in das 10. Lebensjahr hinein eine starke Rolle in der Welt des Kindes. So wird der Trainer zum Vorbild, teils zu einer Idolfigur, der es sich bemüht nachzueifern und deren Verhaltensweisen es kritiklos und bedenkenlos als richtig empfindet und übernimmt.

Ein idealer Trainer sollte für seine anspruchsvolle Tätigkeit folgende Punkte erfüllen:

- + **Kinderfreund:** Er muss Kinder gern haben. Neugierige Fragen mit Geduld und in Ruhe beantworten.
- + **Vorbild:** Er ist Vorbild und verhält sich dementsprechend (Fairplay, Rauchen, Alkohol, Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit, Hilfsbereitschaft etc.)
- + **Erzieher:** Er ist verständnisvoll, nimmt die Probleme des Kindes ernst und versucht sie zu lösen. Er fördert das selbstständige und einfallsreiche Handeln, um die Persönlichkeit zu stärken.

Er setzt Prioritäten: Familie – Schule – Sport.

- + **Kommunikator:** Den Kontakt zu den Eltern und zur Vereinsleitung pflegen.
- + **Tröster:** Geschick im Umgang mit den Kindern zeigen.
- + **Motivator:** Er hat eine freundliche Ausstrahlung. Er spricht ruhig, bestimmt und freundschaftlich mit den Kindern. Er begrüsst alle Kinder und nimmt sie bewusst wahr.
- + **Fachmann:** Er hat Basiswissen der Technikgrundlagen.
- + **Organisator:** Er kann mit organisatorischen Aufgabenstellungen umgehen.

3.7 Anforderungsprofil eines Trainers ab den D-Junioren

Der Übergang vom Schulkindalter in die Pubertät drückt sich zunächst in körperlichen Veränderungen sowie in der raschen Zunahme an Körpergrösse aus. Der Jugendliche wächst in die kritische Zeit allgemeiner psychischer Verunsicherungen hinein.

Eine der Ursachen dieser Verunsicherungen lässt sich mit seiner mangelnden Kenntnis um die Zusammenhänge dieser körperlichen Entwicklungsvorgänge erklären. Der Jugendliche wird nach dem Warum fragen und nicht nur alles hinnehmen, was der Trainer sagt. Im Unterschied zum Vorschulalter steht nicht nur der Trainer im Mittelpunkt, sondern vermehrt auch der Freundeskreis oder das Team.

Zu den oben genannten Punkten, muss der Trainer ab den D-Junioren:

- + bestimmter auftreten, aber auch Sinn und Zweck erklären (Kinder werden reifer und hinterfragen die vom Trainer gestellten Aufgaben).
- + das selbständige Handeln fördern
- + die Mitverantwortung für die Gruppe wecken
- + zusätzliche technische und taktische Inhalte umsetzen können



4 Der Junior

Die verschiedenen Entwicklungsstufen

Entwicklungsstufen	Mädchen	Jungen
Frühes Schulkindalter	7. bis 10. Lebensjahr	7. bis 10. Lebensjahr
Spätes Schulkindalter	10./11. bis 12./13. Lebensjahr	10./11. bis 13./14. Lebensjahr
Erste puberale Phase	11./12. bis 13./14. Lebensjahr	12./13. bis 14./15. Lebensjahr

Diese verschiedenen Entwicklungsstufen bedeuten Unterschiede in den körperlichen, psychischen und sozialen Merkmalen, welche auch das Training bestimmen.

4.1 Allgemein

Die F- und E-Junioren (6 bis 10 Jahre) sind im Kinderfußballalter, die D-Junioren (10 bis 12 Jahre) bereits im so genannten Grundlagenalter. Diese Tatsache verlangt unterschiedliche Schwerpunkte im Training.

Für die F- und E-Junioren gilt:

- ✚ erstes Ziel ist es, die Kinder gut auszubilden, die Mannschaft ist (noch) unwichtig
- ✚ die technischen Elemente (Ballführen, Torschuss, Zuspiel und Ballannahme) werden korrekt geübt (Qualität geht vor Quantität!)
- ✚ mehrere Spiele mit kleinen Gruppen gehören in jedes Training
- ✚ die koordinativen Fähigkeiten werden mit einfachen Übungen gefördert
- ✚ es gibt kein spezifisches Ausdauertraining, ein gut organisiertes Training ist so intensiv, dass es die Ausdauer automatisch altersgerecht fördert
- ✚ an den Turnieren (F = Fünferteams, E = Siebenerteams) spielen alle Kinder auf allen Positionen (keine Frühspezialisierung)
- ✚ gelegentlich wird polysportiv trainiert (im Hallentraining gibt es viele Möglichkeiten dazu)

Für die D-Junioren gilt:

- ✚ sie sind im so genannten „goldenen Lernalter“, jetzt lernen sie besonders leicht
- ✚ was sie jetzt nicht lernen, lernen sie später nur noch mit viel mehr Aufwand
 - technische Elemente und koordinative Fähigkeiten intensiv üben
 - klar strukturiertes, organisiertes und ziel-orientiertes Training notwendig
- ✚ das Spiel ist ein wichtiger Teil des Lernprozesses (nicht nur für das Gemüt)
- ✚ Übergang zum Positionsspiel: Das Kind findet allmählich seine Position im Team
- ✚ der Einzelne bleibt wichtig, die Mannschaft wird wichtiger

4.2 Die verschiedenen Entwicklungsstufen

Unser Jugendkonzept lehnt sich an die DFB-Ausbildungskonzeption an und die dort definierten Ausbildungsstufen, die aufeinander aufbauen. Die Übergänge sind dabei fließend und hängen in erster Linie vom Entwicklungsstand der Kinder ab. Die aufgeführten Ausbildungsstufen stellen eine klare Orientierung für die Gestaltung des Nachwuchstrainings dar.



Im folgenden beschränken wir uns auf eine umfassendere Betrachtung von den Bambini bis zu den D-Junioren, da diese Altersstufen von zentraler Bedeutung für die sportliche und charakterliche Ausbildung der Kinder zu Jugendlichen und letztlich Erwachsenen darstellt. Für weitere detaillierte Ausführungen und Informationen zu den C- bis A-Junioren verweisen wir auf die DFB-Ausbildungskonzeption Seite 16 – 27.

Die Entwicklung eines Kindes verläuft nicht linear. Einmal macht das Kind grosse Fortschritte, dann wieder scheint es zu stagnieren. Die Unterschiede zwischen dem biologischen und dem chronologischen Alter sind gerade in dieser Lebensphase recht gross. Ganz allgemein kann man sagen, dass Kinder in diesem Alter einen ungestümen Bewegungsdrang haben, psychisch im Gleichgewicht leben, eine optimistische Lebenseinstellung haben, unbekümmert leben und sich leicht begeistern lassen.

4.3 Der Bambini und F-Junior (DFB-Ausbildungskonzeption Seite 16 - 19)

Körperliche Merkmale

- ✚ Längen- und Breitenwachstum verlaufen harmonisch und ruhig
- ✚ allmählich entwickelt sich die Rumpfmuskulatur
- ✚ die Kinder sind zwar rasch müde, aber auch schnell wieder erholt
- ✚ eine körperliche Überforderung (beim gesunden Kind!) ist fast nicht möglich
- ✚ die koordinativen Fähigkeiten entwickeln sich
- ✚ dazu gehören Grundbewegungen wie laufen, hüpfen, springen, werfen und fangen

Jugendkonzept

Daraus ergibt sich für das Training:

- ✚ alles mit dem Ball machen (Förderung des Ballgefühls)
- ✚ den Ball führen, den Ball beherrschen, mit dem Ball spielen (werfen, fangen, rollen)

Psychische Merkmale

Kinder in diesem Alter

- ✚ haben ein ausgesprochenes Spiel- und Bewegungsbedürfnis
- ✚ lernen durch Zuschauen (visuell) und durch Ausprobieren, also durch Nachahmen
- ✚ können kurze Informationen verarbeiten, lange Anweisungen verstehen sie nicht
- ✚ haben Verständnis für ganz einfache Regeln
- ✚ sind spontan und kreativ (erfinden plötzlich ein lustiges Spiel)
- ✚ empfinden das Fussballspiel als einfach: Tore schießen - Tore verhindern
- ✚ haben ein schlechtes Verhältnis zu Raum- und Zeitrelationen
- ✚ können sich nicht lange konzentrieren, werden rasch einmal abgelenkt
- ✚ weinen gelegentlich im Training, weil das Gefühlsleben labil ist

Daraus ergibt sich für das Training:

- ✚ spielen, spielen, spielen (Fussball)
- ✚ dazu auch Lauf- und Fangspiele sowie Stafetten
- ✚ die GAG-Methode (spielen - üben - spielen) ist ideal
- ✚ gut zeigen, wenig reden

Soziale Merkmale

- ✚ die Eltern sind die wichtigsten Bezugspersonen, Eltern und Trainer werden kritiklos anerkannt
- ✚ die Kinder denken ich-bezogen, erkennen den Sinn des Teamworks noch nicht
- ✚ die Kinder suchen die Vaterfigur
- ✚ Gruppen mit bis zu fünf Kindern sind noch überschaubar

Daraus ergibt sich für das Training:

- ✚ Übungen und Spiele nur in kleineren Gruppen durchführen, max. 4:4

4.4 E-Junioren (DFB-Ausbildungskonzeption Seite 20 & 21)

Körperliche Merkmale

- ✚ Gestaltwandel, durch verstärktes Längenwachstum kann kurz ein Ungleichgewicht zwischen Rumpf und Gliedmassen entstehen; in der Regel aber harmonisches körperliches Erscheinungsbild
- ✚ die Rumpfmuskulatur entwickelt sich
- ✚ körperliche Beschwerden sind möglich (Ermüdung, Knochenschmerzen)
- ✚ Gelenke und Wirbelsäule sind wenig belastbar (Knochenbau nicht gefestigt)

Jugendkonzept

- ✚ das Koordinationsvermögen ist verbessert, Bewegungen sind besser steuerbar, komplexere Bewegungsabläufe sind möglich

Daraus ergibt sich für das Training:

- ✚ alle technischen Elemente immer wieder üben (vormachen - nachmachen)
- ✚ viele Ballkontakte und Beidfüßigkeit sind entscheidend
- ✚ erste Korrekturen behutsam vornehmen: Fehler nicht als falsch oder schlecht bezeichnen, sondern einfach den richtigen Ablauf nochmals zeigen
- ✚ die Anforderungen im koordinativen Bereich steigern
- ✚ Schnelligkeitstraining in spielerischer Form ist jetzt möglich

Psychische Merkmale

Kinder in diesem Alter

- ✚ haben ein ausgesprochenes Spiel- und Bewegungsbedürfnis
- ✚ erfassen Bewegungsabläufe schnell
- ✚ entwickeln einen starken Gerechtigkeitsinn
- ✚ bilden sich allmählich eine eigene Meinung, denken und urteilen kritisch
- ✚ entwickeln zunehmend grösseres Selbstvertrauen
- ✚ sind leistungsorientiert, optimistisch und motivierbar, wollen etwas lernen
- ✚ suchen Erfolgserlebnisse, entwickeln einen gewissen Ehrgeiz
- ✚ lernen visuell (gutes Vorzeigen ist entscheidend)
- ✚ sind begeisterungsfähig (aber: nur ein begeisterter Trainer begeistert!)
- ✚ reagieren oft verzögert

Daraus ergibt sich für das Training:

- ✚ das Spiel ist noch immer das Wichtigste (deshalb kommen die Kinder in den Verein)
- ✚ mit kleinen Wettbewerben immer wieder neue Anreize setzen (Wer kann mehr...)
- ✚ der Trainer sucht das Positive, findet immer wieder ein lobendes Wort

Soziale Merkmale

- ✚ die Autorität der erwachsenen Führungspersonen wird anerkannt
- ✚ die Kinder spüren die Vorbildwirkung und erahnen die Fachkompetenz des Trainers
- ✚ sie sind nicht mehr so ich-bezogen, allmählich wird das Denken teambezogen
- ✚ die Kinder werden selbständiger und haben stabilere Beziehungen untereinander
- ✚ sie suchen ihren Platz und die Anerkennung in der Mannschaft (Rangordnung)

Daraus ergibt sich für das Training:

- ✚ der Trainer überzeugt durch gut vorbereitetes und organisiertes Training
- ✚ erste Übungen zum Teamgedanken (Zusammenspiel) sind angebracht
- ✚ Spiele und Übungen noch immer in kleinen Gruppen (bis 4:4)

4.5 D-Junioren (DFB-Ausbildungskonzeption Seite 22 & 23)

Körperliche Merkmale

- ✚ harmonisches Wachstum, ausgeprägtes Muskel- und Skelettwachstum
- ✚ viel Energie wird für das Körperwachstum gebraucht (daher auch einmal lustlos)
- ✚ die Motorik ist fast vollständig kontrollier- und steuerbar
- ✚ allmählich Beginn der pubertären Entwicklung

Daraus ergibt sich für das Training:

- ✚ optimaler Zeitpunkt zur Förderung der koordinativen Fähigkeiten
- ✚ jetzt alle Bewegungsabläufe der technischen Elemente intensiv trainieren

Psychische Merkmale

Kinder in diesem Alter

- ✚ sind im besten Lernalter (goldenes Lernalter) und lernen auf Antrieb
- ✚ haben eine optimistische Einstellung, möchten gerne Fortschritte machen und gute Leistungen zeigen
- ✚ machen nicht mehr einfach alles gedankenlos, sie fragen nach dem „Warum?“
- ✚ sind mit dem Beginn der Pubertät oft verunsichert

Daraus ergibt sich für das Training:

- ✚ Spiele sind immer noch wichtig, aber sie sind gleichwertig wie Übungen zur Technik
- ✚ der Trainier arbeitet ziel-orientiert und kann diese Ziele seinen Kindern klar machen
- ✚ der Trainer erklärt die Regeln und setzt sie durch, der Trainer lebt Fairplay vor und fordert es ein

Soziale Merkmale

- ✚ die Bindungen halten nun länger an, der Teamgeist entwickelt sich
- ✚ die Bindung zum Elternhaus dagegen wird lockerer, die Ablösung beginnt
- ✚ das Selbstvertrauen wird stärker, es kommt zu Auseinandersetzungen mit Eltern und Trainer
- ✚ Grenzen werden ausgelotet

Daraus ergibt sich für das Training:

- ✚ die Gruppen bei Spiel und Übungen können nun etwas grösser sein (bis 6:6)
- ✚ das Zusammenspiel wird zu einem wichtigen Element (gegen den Egoismus)
- ✚ der Trainer hat eine klare Linie und wagt es, Grenzen zu setzen, die für alle gelten
- ✚ allmählich suchen die Kinder ihre Position (Offensive, Defensive, Torhüter)



5 Die Eltern

Dieses Jugendkonzept ist auch für die Eltern gedacht, um die Arbeit der Jugendabteilung transparenter zu machen. Die Eltern sind ein wichtiger Bestandteil der Jugendabteilung, ohne sie ist ein funktionierendes Vereinsleben nicht denkbar. Dies muss die Zusammenarbeit zwischen Trainer und Eltern bestimmen, sodass ein vertrauensvolles Verhältnis aufgebaut und gepflegt werden kann.

Hierfür sollte jeder Trainer die Eltern auf folgendes hinweisen (bspw. im Rahmen eines Elternabends):

- ✚ Verhalten der Eltern beim Spiel und beim Training
- ✚ rechtzeitiges Erscheinen zum Spiel oder Training oder Abmelden
- ✚ Fairness auf und neben dem Sportplatz
- ✚ Richtige Ausrüstung der Kinder
- ✚ Interesse zeigen für den Sport ihres Kindes
- ✚ Hygiene (Duschen nach Training und Spiel)
- ✚ Lob und Kritik im richtigen Verhältnis einsetzen

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

- ✚ Motivation, Lob und Anfeuern aller (nicht nur der eigenen) Kinder
- ✚ Eltern sollten die Anweisungen des Trainers akzeptieren und unterstützen, nicht bekämpfen

Die Jugendtrainer und Betreuer sind alle ehrenamtlich tätig und investieren ihre Freizeit zum Wohle der Kinder und Jugendlichen. Konstruktive Kritik und Anregungen sind jederzeit willkommen, aber nicht während Spiel oder Training vor den Augen und Ohren der Kinder zu besprechen; letztlich ist der Trainer für alle sportlichen Entscheidungen zuständig.

Liebe Eltern, tragen Sie durch Ihr Verhalten während eines Spiels dazu bei, dass Ihre Kinder mit Spaß, Freude und Begeisterung Fußball spielen. Wir haben als Hilfestellung im Anhang ein paar „Tipps für Erwachsene“ notiert und würden Sie bitten diese zu berücksichtigen.

6 Das Training

Das Training dient in erster Linie der Förderung der technischen, koordinativen und taktischen Faktoren. Zwischen diesen Faktoren kann Wechselwirkung bestehen.

6.1 Grundsätze

Trainiere altersgerecht: nicht einfach das Training der Aktiven übernehmen. Allgemein gilt: Je jünger die Junioren, desto mehr muss der reine Spielgedanke im Zentrum stehen.

Trainiere ausbildungsbewusst: Auch die jüngsten Junioren wollen etwas lernen und Fortschritte machen und nicht nur beschäftigt werden. Wichtige Begriffe in diesem Zusammenhang sind:

- ✚ Einführung: den richtigen Bewegungsablauf lernen
- ✚ Schulung: Variationen einbauen, üben in der Bewegung und mit passivem / teilaktivem Gegner
- ✚ Training: unter wettkampfnahen Bedingungen üben (mit aktivem Gegner)

Jugendkonzept

Trainiere mit einer Saisonplanung: Um dieser Anforderung gerecht zu werden, benötigt der Trainer unbedingt eine Saisonplanung in groben Zügen, die die Zielsetzung für die Mannschaft beinhaltet.

Der Trainer bereitet jedes Training schriftlich vor, weil der vorbereitete Trainer besser trainiert.

Trainiere zielgerichtet: Setze Schwerpunkte für eine Trainingseinheit. Sie darf nicht zu viele Komponenten beinhalten (z.B. 1. Übung Kopfball, 2. Übung Schuss, 3. Übung Passen usw.). Lieber nur etwas trainieren und dafür Variationen einbauen.

Zielgerichtet heisst aber auch, folgende Richtlinien zu befolgen:

- ✚ Vom Bekannten zum Unbekannten.
- ✚ Vom Einzelnen zum Zusammengesetzten.

Trainiere mit vielen Wiederholungen: Nur eine hohe Anzahl von Wiederholungen eines Elements verspricht den Erfolg.

Trainiere und korrigiere: vor allem beim Techniktraining müssen Fehler sofort korrigiert werden, damit sie nicht zu Automatismen werden, die später nur noch schwer zu ändern sind.

Bei den Fehlerkorrekturen gelten folgende Grundregeln:

- ✚ Nur zum Thema / zur Sache (nicht zur Person) korrigieren
- ✚ Nur den Hauptfehler korrigieren
- ✚ Aufmunternd korrigieren
- ✚ Fehler nicht vordemonstrieren, sondern den richtigen Bewegungsablauf zeigen

Trainiere beidfüssig: Beide Füsse müssen regelmäßig trainiert werden.

Trainiere kindergerecht: Nutze den natürlichen Bewegungsdrang und die kindliche Spielfreude und Sorge dafür, dass alle Kinder in Bewegung sind. Kinder suchen und brauchen (persönliche) Erfolgserlebnisse. Kinder bedürfen immer wieder die Anerkennung der Trainer. Alle Spieler kommen auf allen Positionen zum Einsatz. Verwende eine einfache, den Kinder angepasste Sprache bei Anweisungen (auf gleicher Höhe, z.B. kniend). Gehe individuell auf den Lernprozess der Kinder ein.

6.2 Das Training

Die Trainingslektion im Juniorenfußball ist in fünf Teile gegliedert:

- Einstimmen
- Spiel 1
- Üben
- Spiel 2
- Ausklingen

Wer sein Training so aufbaut, trainiert nach der **GAG - Methode (Ganzheit–Analyse–Ganzheit)**. Mit Ganzheit bezeichnen wir das Spiel, mit Analyse den Übungsteil. Eingerahmt wird das Kernstück Spielen–Üben–Spielen vom Einstimmen, das die Lektion eröffnet, und vom Ausklingen, das sie abschliesst. Damit erhält die Lektion einen Rhythmus, der dem Bedürfnis der Kinder nach Abwechslung und Vielfalt gerecht wird.

6.3 Das Lektionsschema

Phase	Thema	Inhalt	Zeit
Einstimmen	Spielerisches Bewegen	Ein kleines Spiel danach koordinative Übungen Beweglichkeit oder Schnelligkeit	15 Minuten
Spiele G	Spiel 1	Ein Spiel mit bestimmten Aufgaben, die dem Lektionsschema entsprechen 5:5 , 4:4 , 3:3 , 2:2 , 1:1 oder in Unterzahl 3:2 , 4:3 , 5:4	15 – 20 Minuten
Üben A	Nur 2 Teile aus den folgenden auswählen	Technische Fähigkeiten <ul style="list-style-type: none"> – Ballführen – Torschuss – Zuspiel – Ballannahme – Kopfball Koordinative Fähigkeiten Spielverständnis schulen <ul style="list-style-type: none"> – Raumaufteilung Vierer-Drill In jedem Training ein Drill Übungsspiel mit bestimmten Aufgaben zum Thema	20 – 30 Minuten
Spiele G	Spiel 2	Freies Spiel mit den Zielen: Spielefreude, Kreativität Der Trainer zieht sich zurück: – Beobachten – Loben und aufbauende Kritik	15 – 20 Minuten
Ausklingen	Spielerisches Auslaufen	Kooperatives Spiel oder Wahrnehmungsspiel oder Auslaufen mit lustigen Aufgaben Ein paar Worte des Trainers – Loben und aufbauende Kritik	10 Minuten

Jugendkonzept

Einstimmen: Das Training beginnt mit einer spielerischen Form, welche dazu dient, die Kinder zu sammeln, motivieren und vorzubereiten, sich in den kommenden Sequenzen konzentrieren zu können.

Spiel 1: Die Grundlage für das Spiel 1 ist der Trainingsschwerpunkt. Wenn man sich als Ziel gesetzt hat, die Kopfballfähigkeit zu verbessern, sollte man in diesem Teil ein Spiel wählen, welches vorwiegend Kopfbälle beinhaltet (2:2 nur Kopfballtore).

Üben: In diesen Teil wird der Schwerpunkt (z.B. Kopfball) in verschiedenen Variationen geübt (z.B. 4er Drill Kopfball).

Spiel 2: Das Spiel 2 dient ganz dem Spielerlebnis. Dies ist der wichtigste Teil des Trainings. Kinder brauchen das Spiel. Es gibt keine Aufträge, es gibt keinen Zwang mehr. Der Trainer zieht sich zurück und ist nur stiller Beobachter.

Ausklingen: In diesem Teil sollte man die Kinder wieder zusammenführen, die Emotionen aus dem Spiel 2 wieder beruhigen und einen harmonischen, gemeinsamen Abschluss finden.

6.4 Die koordinativen Fähigkeiten

Definition des Begriffes „koordinative Fähigkeiten“:

„Die koordinativen Fähigkeiten sind Grundlage für das Bewegungsklernen und beeinflussen sowohl die technisch-taktische als auch die konditionelle Entwicklung.

Für das Fussballspielen sind sie deshalb unverzichtbare Lern- und Leistungsvoraussetzungen.“

Je besser die koordinativen Fähigkeiten, desto besser die technischen Fertigkeiten.

→ In jedem Training müssen koordinative Fähigkeiten trainiert werden!

Die fünf verschiedenen Koordinationsfähigkeiten:

Koordinative Fähigkeit	Beschreibung	Beispiele
Orientierungsfähigkeit	Sich auf dem Platz zurecht finden, antizipieren (Situationen voraussehen)	Position von Mitspielern und Gegnern erkennen
Reaktionsfähigkeit	Informationen schnell aufnehmen, analysieren und „antworten“ (reagieren)	Im Spiel auf neue Situationen reagieren
Differenzierungsfähigkeit	Krafteinsatz dosieren können	ein Zuspiel zum Mitspieler (nicht zu scharf, nicht zu kurz)
Rhythmisierungsfähigkeit	Fähigkeit, einen Bewegungsablauf dynamisch und rhythmisch zu gestalten	den Ball führen und dann eine Körpertäuschung / Finte einbauen
Gleichgewichtsfähigkeit	Gleichgewicht halten können	die Landung nach einem Kopfball

6.5 Trainingsplan für F- bis D-Junioren

	F-Junioren	E-Junioren	D-Junioren
Koordinative Fähigkeiten	Alle 5 Faktoren gezielt trainieren, mit und ohne Ball, jedoch nicht sportartbezogen	aber nur spielerisch, vermehrt auf Fussball bezogen. Am besten als regelmässiger Bestandteil des Eintrainings.	
Laufschulung	Sollte so oft wie möglich geübt werden, z.B. Parcours über verschiedene Hindernisse		
Beweglichkeit	Noch nicht		Gymnastik mit und ohne Ball, erste leichte Dehnübungen
Schnelligkeit	In spielerischer Form (Staffetten, Wettläufe)	nur Reaktionschnelligkeit, aber auch Aktionsschnelligkeit
Ausdauer	Schulung in kleinen Spielen		
Kräftigung	Noch nicht		
Schnellkraft	Noch nicht		
Stehvermögen	Noch nicht		
Ballgefühl	Einführung und Schulung so oft wie möglich (siehe Video von Coerver)		Schulung so oft wie möglich
Finten / Dribbeln	Einführung Übersteiger	Schulung Übersteiger, Einführung der Schussfinte, Körpertäuschung mit Ausfallschritt, weitere Tricks	Schulung aller möglicher Tricks
Passen / Flanken	Einführung von Innenristpass	Schulung Innenristpass	Schulung von Innen- und Vollfrist-Pass sowie Flanken, Einführung von weiten Pässen und Direktspiel
Ballan- und -mitnahme	Einführung von Ballannahme mit dem Fuss	Einführung Ballan- und -mitnahme mit dem Fuss	Einführung Ballan- und -mitnahme mit dem Fuss, Einführung Ballannahme mit Brust, Knie und Kopf
Schiessen	Einführung von Innenristschüssen (aus dem Lauf)	Schulung von Innen- und Vollristschüssen (immer aus dem Laufen, nie aus dem Stand)	Schulung aller Schussarten (auf Präzision achten, nicht nur auf Schussstärke)
Kopfball	Einführung Kopfball mit Ballons, Schaumstoffballen	Schulung Kopfball	
Tackling	Noch nicht		Einführung
Zweikampfvorhalten	Einführung (viele Spiele 1:1 mit und ohne Tore)	Einführung und Schulung (viele Spiele 1:1 mit und ohne Tore)	Schulung; Einführung situatives Verhalten, z.B. Tackling (1:1, 2:2, 3:3)
Freilaufen / Raumdeckung	Ausprobieren lassen in kleinen Spielen	Einführung (3:1, 4:2, 6:2 usw.)	Schulung (3:1, 4:2)
Mann- / Raumdeckung	Noch nicht	Einführung von Manndeckung	Schulung von Manndeckung
Angriffsföschung	Ball nicht planlos nach vorne spielen (Torwartauskick), sondern nach vorne „tragen“, durch Einzelsaktionen oder Zuspiel		
Offside	Noch nicht	Grundbegriffe	Einführung von Verhalten bei Ballgewinn
Standardsituationen	Ausprobieren lassen	Technik Einwurf üben	Einführung von situationsgerechtem Offsidespielen (9er)
Spielorganisation	Noch nicht		Einführung von Freistossen, Eckballen und Einwurf – in Angriff wie Verteidigung Selbstständige Organisation über die Mitspieler (z.B. Ersetzen eines Mitspielers, wenn dieser sich von seiner Position löst)



6.6 Merkmale für ein effizientes Techniktraining

Auf folgende Punkte gilt es beim Techniktraining besonders zu achten:

Stoffauswahl

- ✚ Möglichst viele Ballkontakte pro Einheit („1000 Ballberührungen“ pro Training)
- ✚ Situationsbezogene technische Lösungen trainieren, d.h. Situationen, welche im Spiel vorkommen (z.B. Ballannahme und Ballmitnahme, Flachpass)

Methodischer Aufbau des Techniktrainings

- ✚ Alters- und stufengerechter Wechsel von Spielen und Üben.
- ✚ GAG-Methode, wobei im analytischen Teil speziell auf die korrekte Ausführung geachtet wird und unbedingt korrigiert werden muss (Übungs- und Drillformen).

Methodik des Coaching

- ✚ Vom Einfachen zum Schwierigen!
- ✚ Vorzeigen und erklären. Der Junior versteht die Zielsetzung und hat eine präzise Sollwertvorstellung
- ✚ Organisation, Gruppengrösse, Platz- und Materialausrüstung ermöglichen möglichst viele Ballkontakte
- ✚ Kleine und ausgeglichene Gruppe vereinfacht das Coaching
- ✚ Präzise, zielbezogene und unmittelbare Korrektur von fehlerhaften Bewegungsausführungen.
- ✚ Korrektur des Hauptfehlers!
- ✚ Beharrlich weiter trainieren und motivieren, auch wenn nicht immer alles beim erste Mal klappt.
- ✚ Trainiere beidfüssig!

Lernaktivität der Junioren

- ✚ Konzentration und Aufmerksamkeit. Das Wichtigste sehen, spüren und hören
- ✚ Selbständigkeit verlangen (Motivation)
- ✚ Bewegungsvorstellung verbalisieren und speichern

Kindergerechtes Training

- ✚ Den natürlichen Bewegungsdrang und die kindliche Spielfreude dafür nutzen, dass alle Kinder in Bewegung sind.
- ✚ Kinder suchen und brauchen (persönliche) Erfolgserlebnisse.
- ✚ Alle Spieler kommen auf allen Positionen zum Einsatz.
- ✚ Verwende eine einfache, den Kinder angepasste Sprache bei Anweisungen.

Regelmässigkeit

- ✚ Gleiche technische Ausführung über mehrere Wochen fokussieren und festigen (Trainingsplanung, Schwerpunkte setzen).

Trainingsfeld und Material

- ✚ Für jeden Junior mindestens ein Ball im Training!
- ✚ Breites Angebot an Hilfsmittel wie verschiedenartige, bewegliche Tore, Hütchen, Reifen, verschiedene Bälle (Grösse und Härte) etc.



7 Das Spiel

7.1 Der Jugendtrainer als Coach

Jedes Spiel ist für die Kinder etwas Besonderes. Das bedeutet für den Trainer, dass er hier in pädagogischer, aber vor allem auch in fachlicher Hinsicht gefordert ist.

Der Trainer freut sich gemeinsam mit seinen Spielern über gelungene Aktionen, gibt Raum um Erlerntes auszuprobieren und bei Nichterfolg unterstützt er die Spieler mit positiven, aufmunternden Worten. Für den Trainer gilt es ebenfalls, die Spieler aufs Neue zu motivieren, auch wenn ihnen Fehler unterlaufen. Aber auch der Erfolg will den Kindern situationsgerecht vermittelt sein.

Folgende Punkte sollte ein Trainer beachten:

- ✚ Trainer und Spieler müssen pünktlich sein
- ✚ Wenn ein Spieler nicht am Spiel teilnehmen kann, muss er sich frühzeitig abmelden
- ✚ Korrekte Ausrüstung der Spieler beachten (z.B. Schienbeinschoner, Kleidung bei kalter Witterung)
- ✚ Die Verpflegung vor dem Spiel ist wichtig. Keine schwer verdaulichen Sachen kurz vor dem Spiel einnehmen (Pommes Frites, Hamburger etc.), sondern Kohlenhydrate essen (Spaghetti etc.).
- ✚ Wichtig ist auch, dass die Spieler genügend trinken (keine kohlenensäurehaltigen und süßen Getränke).

7.2 Grundsätze für das Spiel

Die Spielvorbereitung oder Spielbesprechung hat vorwiegend pädagogische Aspekte. Der Sieg wird angestrebt, aber nicht unter allen Umständen! Daher steht nicht das Spielergebnis primär im Vordergrund, sondern die Mannschaftsleistung und die Freude am Spiel selbst.

Spieler dürfen Fehler machen. Durch gemeinsamen Einsatz versuchen alle Mitspieler, den Fehler wieder wettzumachen.

In der Kabine werden das „Spielsystem“ und die Aufstellung erklärt und genaue Aufgaben erteilt.

7.3 Vor dem Spiel

- ✚ Begrüßung der Spieler per Handschlag
- ✚ Begrüßung des gegnerischen Trainers und des Schiedsrichters (falls vorhanden)
- ✚ Mannschaftsbesprechung in der Kabine oder auf dem Feld
- ✚ Zielsetzungen und genaue Aufgaben für die Spieler bekannt geben
- ✚ Warmlaufen (Koordinationsübungen, verschiedene Pass-Torschussspiele, kleine Gruppenspiele).
- ✚ Vor Spielbeginn die Spieler nochmals zusammen nehmen und letzte Vorbereitungen treffen

7.4 Während dem Spiel

- ✚ Beobachten der eigenen Mannschaft
- ✚ Coaching (einfache, ruhige und gezielte Anweisungen an die Spieler)
- ✚ Auswechslungen tätigen (alle Spieler kommen zum Spielen)

7.5 In der Halbzeitpause

- ✚ Ruhe! Erholung und Pflege (Trinken etc.)
- ✚ Informieren: Wichtigste 2-3 Punkte auswählen; Aufgabenorientiert und nicht fehlerzentriert
- ✚ Kurze und klare Anweisungen geben (weniger ist oft mehr)
- ✚ Motivieren, aufmuntern: Atmosphäre der Zuversicht schaffen

7.6 Nach dem Spiel

- ✚ Shake Hands mit anderem Trainer und dem Schiedsrichter
- ✚ Mannschaft zusammen nehmen
- ✚ Kurzmitteilung über Geschehenes, gratulieren, trösten
- ✚ Keine (Einzel-) Kritik!
- ✚ Information, wie es weitergeht (nächstes Training, nächster Treffpunkt etc.)
- ✚ Nach Kontrolle der Kabine Verabschiedung der Spieler per Handschlag



8 Kinderschutz

Kinder und Jugendliche sollen nicht nur sportlich Fortschritte machen, sondern auch in ihrem sozialen Verhalten. Dabei ist es wichtig, dass sie im Club vor Gewalt und Misshandlungen geschützt sind.

8.1 Mögliche negative Erlebnisse

Durch andere Kinder und Jugendliche:

- ✚ Mobbing im Team: z.B. von schwächeren Spielern, Neulingen
- ✚ Rassistische Diskriminierung: z.B. dunkelhäutiger Spieler, oft auch durch ethnische Gruppen
- ✚ Körperliche Gewalt: Prügeleien, Attacken auf dem Spielfeld
- ✚ Sexuelle Gewalt: erniedrigende Kommentare unter der Dusche, Zwang zu sexuellen Aktivitäten

Durch Trainer und andere Betreuungspersonen

- ✚ Körperliche Fehlhandlungen: zu hartes Training, Missachtung von Verletzungsgefahr
- ✚ Emotionale Fehlhandlungen: vernichtende Kritik, Nicht-Anerkennen von Fortschritten
- ✚ Vernachlässigung: der Witterung nicht angepasste Kleidung, Verweigerung medizinischer Erst-Hilfe
- ✚ Tolerieren von / Animieren zu Alkohol-, Nikotin- oder Drogenkonsum oder Doping
- ✚ Sexuelle Übergriffe: Berührungen an intimen Körperstellen, Begaffen von Kindern und Jugendlichen unter der Dusche, sexistische Sprüche und Witze etc.

8.2 Haltungen zur Vermeidung negativer Erlebnisse

Vor allem Siegen-Wollen sind die folgenden Werte zu beachten:

- ✚ Teamgeist: Wir machen einander nicht schlecht - auch dann nicht, wenn wir enttäuscht sind.
- ✚ Einsatz: Alle geben ihr Bestes – und vertrauen darauf, dass auch die andern das tun.
- ✚ Fehler: sind erlaubt, wir wollen daraus lernen – und wir akzeptieren, dass es seine Zeit braucht.
- ✚ Beachten von Fortschritten: Nicht alle sind gleich gut, aber alle sollen besser werden.
- ✚ Fairplay: Sport ist Kampf unter vollem Einsatz, unter Einhaltung der vorgegebenen Regeln und immer mit Respekt vor der Persönlichkeit der Mitspieler, Gegner und Schiedsrichter.

Trainer und Betreuer sind verantwortlich für die Beachtung dieser Werte. Sie setzen sie durch im Team, sie sprechen auch Eltern darauf an, wenn diese Spiel und Verhalten von Spielern destruktiv kritisieren. Das kann sofort geschehen, doch manchmal ist es sinnvoller zu warten, bis die größte Wut vergangen ist.

8.3 Maßnahmen zum Kinderschutz

Die folgende Liste ist als Anregung gedacht und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit:

- ✚ Wenn im Team eine miese Stimmung ist, muss das vor allem anderen bearbeitet werden, indem man darüber spricht und die Werte/Haltungen wieder klärt. Bei Krisen kann/soll ein Vertreter der Jugendabteilung hinzugezogen werden.

Jugendkonzept

- ✚ Dasselbe gilt, wenn es einem einzelnen Spieler schlecht geht. Oft zeigt sich das in störendem Verhalten, das zwar gestoppt werden muss, das aber auch als Hinweis auf eine Misstimmung ernst genommen werden soll. In solchen Situationen ist das Gespräch mit einem Spieler aktiv zu suchen.
- ✚ In Verein wird eine Kontaktperson (inkl. Telefonnummer) bekannt gegeben. Kinder oder Jugendliche können hier ihre Sorgen und Nöte zur Sprache bringen.
- ✚ Arbeiten am guten Klima im Team: gemeinsame gesellige Aktivitäten und Spaß haben. Gute gemeinsame Erlebnisse können beispielsweise rassistischen Tendenzen vorbeugen.
- ✚ Besprechen der aufgeführten Werte. Ab und zu Gesprächsrunden einbauen: sind wir auf dem richtigen Weg diese Werte zu beachten? – Gerade in guten Zeiten ist dies wichtig!
- ✚ Einbezug der Eltern durch Erklärung der Werte.
- ✚ Nachfragen beim Austritt eines Kindes: war alles ok? Gab es „ungute“ Erfahrungen, die noch zu Konsequenzen führen müssen?

8.4 Spezialfall sexuelle Übergriffe

Die sexuellen Übergriffe sind speziell, weil

- ✚ sie sich oft im Verborgenen abspielen
- ✚ die Öffentlichkeit derzeit schon bei Kleinigkeiten stark reagiert und keinerlei Toleranzen zeigt
- ✚ deshalb viele Trainer verunsichert sind: was darf ich denn noch? Die Angst vor Beschuldigungen ist grösser, als die effektive Gefahr beschuldigt zu werden
- ✚ es Täter gibt, die gezielt und geplant Situationen suchen, in denen sie Übergriffe machen können. Sie sind mit den normalen Mitteln – Ansprechen des Problems – oft nicht zu stoppen.

8.5 Mittel gegen sexuelle Übergriffe

Regeln im Club: Heikle Situationen werden periodisch besprochen, eine gemeinsame Politik in diesen Fragen wird beschlossen resp. bekräftigt, das Vorgehen bei einem Verdacht wird geklärt. Dabei soll bewusst eine Normalität gewahrt werden: gute Körperkontakte sollen weiterhin gestattet sein, ebenso auch intensivere Betreuungsbeziehungen.

Schutz der Intimsphäre: die Intimsphäre der Kinder und Jugendlichen wird so gut wie möglich geschützt. Duschen werden nur im Notfall betreten, Garderobenaufenthalte sind auf das Notwendigste zu beschränken, allenfalls mit zusätzlichen Betreuungspersonen abzusichern. Kinder mit Schamgefühlen werden respektiert (Badehosen-Erlaubnis) und dieser Respekt ist bei anderen Kindern durchzusetzen.

Trainer sind wenn immer möglich **zu zweit aktiv**. In Kinder- und Damenmannschaften wenn möglich mit einer Frau.

Transparenz gegenüber Eltern: Die Vereinsregeln werden den Eltern bekannt gegeben, ebenso eine Kontaktperson, an die sich die Eltern oder Kinder wenden können bei ungunstigen Erfahrungen oder Beobachtungen.

Rückfragen: Bei neuen Trainern wird systematisch am Herkunftsort oder bei den letzten Vereinen nachgefragt, ob die Beziehungen zu den Kindern und die Arbeit in Ordnung waren.

Thema in clubinternen **Weiterbildungen** behandeln.

Anhang 1: Verhaltensmaßstäbe für Spieler beim BSV Nordstern Radolfzell***Zuverlässigkeit***

- ✓ Die Teilnahme am Training und Spiel ist für mich eine Selbstverständlichkeit. Kann ich nicht erscheinen, sage ich so früh wie möglich beim Jugendbetreuer ab.
- ✓ Ich versuche kein Training und kein Spiel zu versäumen.
- ✓ Mein Jugendbetreuer bereitet sich auf das Training vor und schenkt mir seine Zeit. Deshalb sage ich nicht leichtfertig ein Training ab.
- ✓ Mein Jugendbetreuer und mein Team machen sich Sorgen, wenn ich unentschuldig fehle.

Pünktlichkeit

- ✓ Ich erscheine pünktlich zum Training und zum Spiel.
- ✓ Die Mannschaft wartet auf mich.
- ✓ Ohne mich ist das Team nicht komplett.
- ✓ Meine Unpünktlichkeit stört das gesamte Team und den Trainingsbetrieb.

Freundlichkeit

- ✓ Freundlichkeit ist für mich selbstverständlich, denn das Team und das gesamte Umfeld ermöglichen mir das Fußballspielen.
- ✓ Freundlich sein ist für mich einfach. Ich grüße Kinder und Erwachsene, die ich kenne.
- ✓ Das Umfeld wird nicht nur mich, sondern auch mein Team für meine Freundlichkeit mögen.

Teamfähigkeit und Disziplin

- ✓ Ich kann nicht jeden gleich gern mögen, akzeptiere aber jedes Teammitglied.
- ✓ Ich verhalte mich im Kreis meiner Mannschaft diszipliniert. Nur im Team kann ich Fußball lernen und nur gemeinsam können wir unsere Ziele erreichen.
- ✓ Im Spiel und im Training gebe ich immer 100%, denn ich bin ein wichtiger Teil des Teams.
- ✓ Wenn ich mal schlecht gespielt habe oder nicht die ganze Zeit gespielt habe, verliere ich nicht den Willen fleißig zu trainieren, um meine Leistung zu verbessern. Im nächsten Spiel möchte ich das wieder besser machen.
- ✓ Streitereien untereinander sollten vermieden werden, Handgreiflichkeiten sind nicht akzeptabel.



Hilfsbereitschaft

- ✓ Ich helfe jedem aus dem Team, wenn er Probleme hat und um Hilfe bittet. Dies bezieht sich sowohl auf das Spielfeld als auch auf außerhalb.
- ✓ Ich unterstütze schwächere Spieler und mache mich nicht über sie lustig.
- ✓ Ich übernehme das Wegräumen von Bällen und Trainingsmaterial (Stangen, Hütchen, ...) beim Spiel und beim Training.

Umwelt und Sauberkeit

- ✓ Ich gehe sorgsam mit dem Vereinseigentum um. Sportplatz, Kabinen und alle anderen Gemeinschaftseinrichtungen sollen meinem Verein, meiner Mannschaft und mir noch lange Freude bereiten.
- ✓ Der schonende Umgang mit Bällen, Trikots und Trainingsmaterial ist für mich eine Selbstverständlichkeit.
- ✓ Auch mit meiner eigenen Ausrüstung gehe ich sorgsam um. Dazu gehört z. B. auch das Putzen meiner Schuhe.
- ✓ Bin ich Gast bei einem anderen Verein, gelten die Verhaltensweisen noch stärker. Wenn ich dagegen verstoße, schade ich nicht nur meinem Team, sondern auch meinem Verein.

Fairplay

- ✓ Ich verhalte mich stets freundlich und fair zu meinen Gegenspielern, egal ob im Training oder im Spiel gegen einen anderen Verein.
- ✓ Ich verhalte mich fair und freundlich gegenüber dem Schiedsrichter.
- ✓ Der Schiedsrichter ist mein Freund. Er ermöglicht mir das Spiel.

Zigaretten, Alkohol, ...

- ✓ Zigaretten und Alkohol am Spielfeldrand habe ich nicht nötig.
- ✓ Über die Gefahren von Drogen weiß ich Bescheid und ich halte mich von ihnen fern.

Vorbild für Jüngere

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

Konsequenzen bei Nichtbeachtung der Verhaltensregeln

Wenn ich mich - trotz mehrmaligen Hinweisen meines Jugendbetreuers - nicht an die Verhaltensgrundsätze halte, so hat der Jugendbetreuer das Recht mich zeitweise vom Trainings- und Spielbetrieb auszuschließen. Durch mein positives Verhalten erspare ich dem Jugendbetreuer solche Entscheidungen.

Mein Jugendbetreuer hat für jedes Problem ein offenes Ohr - sei es sportlich oder privat.

Anhang 2: Tipps für Erwachsene am Spielfeldrand

Liebe Eltern, tragen Sie durch Ihr Verhalten dazu bei, dass Ihre Kinder mit Spaß, Freude und Begeisterung Fußball spielen.

- ✓ Unterstützen Sie Ihre Kinder durch Lob, Aufmunterung und Anfeuern!
- ✓ Kinderfußball ist kein Erwachsenenfußball! Bei den Kindern stehen Spaß am Spiel sowie die Verbesserung ihrer Fähigkeiten im Vordergrund.
- ✓ Wissen Sie noch, wie Ihr Kind vor einem Jahr gegen den Verein XY gespielt hat? Welche Bedeutung hat das damalige Ergebnis heute? Ist es nicht viel wichtiger, wie sich Ihr Kind mittlerweile weiterentwickelt hat?
- ✓ Falls eine Aktion mal nicht so gelingt wie geplant, zeigen Sie Ihre Enttäuschung nicht durch negative Kommentare! Die Kinder wissen selber, wenn ihnen etwas misslungen ist. Wir als Erwachsene müssen mit Fehlern besser umgehen können als die Kinder.
- ✓ Kinder sind sehr sensibel gegenüber abfälligen Kommentaren und reagieren oft mit Angst, Aggression oder Verunsicherung. Dadurch werden wichtige Lernprozesse blockiert!
- ✓ Aus Fehlern wird man klug! Einer ist nicht genug!
- ✓ Kinder und Jugendliche sind keine Bundesligaspieler! Welche Fehler passieren (aus Sicht der Kinder: zum Glück) Woche für Woche in der Bundesliga?
- ✓ Kritisieren Sie keine Entscheidung des Schiedsrichters, auch wenn sie vermeintlich falsch gewesen ist! Sie ermutigen damit Ihr Kind eigene Fehler zu ignorieren!
- ✓ Viele Köche verderben den Brei! Der Jugendbetreuer ist dankbar für jede Hilfe und Anregung, aber er allein ist für den sportlichen Bereich zuständig!
- ✓ Rauchen und Alkohol sind am Spielfeldrand ungern gesehene Gäste. Wir alle sind Vorbilder für die Kinder und Jugendlichen!