

Jugendkonzeption
des
FSV Schwarz-Weiß
Neunkirchen – Seelscheid 1926 e.V.



GRUNDLAGENBEREICH

Autor: Sebastian Kleemann

16.04.2012

Inhaltsverzeichnis:

Vorwort.....	2
1. Allgemeine Ziele der Nachwuchsförderung.....	3
2. Leitlinien zum Trainings & Spielbetrieb	4
3. Tugenden und Werte des Vereins.....	7
4. Verhaltenskodex für Trainer, Eltern und Spieler.....	8
5. sportliche Ausbildungsphilosophie	9
5.1. Grundlagenbereich (U7 – U11)	9
5.1.1 U7	12
5.1.2 U8	14
5.1.3 U9.....	16
5.1.4 U10.....	18
5.1.5 U11.....	20
6. Literatur.....	22

VORWORT

Dieses Dokument soll der Aufgabe gerecht werden, die sportlichen Belange der Jugendabteilung des Vereins FSV Schwarz-Weiß Neunkirchen – Seelscheid 1926 e.V. (im Weiteren *FSV* oder *der Verein* bezeichnet) zu strukturieren und jeder Ausbildungsstufe sportliche Ziele zu nennen. Der FSV hat, begleitet aus den Zielen des Vereins, für den Bereich der Jugendarbeit seine Zielvorstellungen festgelegt, in dem nachfolgenden Jugendkonzept formuliert und mit konkreten Vorgaben den Weg zur Zielerreichung festgeschrieben. Es erhebt nicht den Anspruch vollständig zu sein, deshalb bedarf es auch einer **steten Überprüfung** und gegebenenfalls auch **Überarbeitung** durch die Verantwortlichen des Vereins.

Es gewährleistet, dass die Nachwuchsspieler eine den Ansprüchen gerecht werdende **sportliche und auch soziale Reife** erlangen können.

Diese Konzeption kann nur Erfolg erlangen, wenn **jeder Trainierende** und **jeder Verantwortliche** sein Verhalten innerhalb der Vereinsstruktur (Trainingsbetrieb, Spielbetrieb und sonstige Veranstaltungen) daran ausrichtet.

1. Allgemeine Ziele der Nachwuchsförderung

Die allgemeinen Ziele der Nachwuchsförderung des FSV - NKS sind:

- Heraus- & Weiterbildung einer allgemeinen sportiven Lebenseinstellung
- Schaffen einer Vereinsidentifikation
- Soziale Integration von Kindern und Jugendlichen
- Binden der Kinder und Jugendlichen im Hinblick auf eine langfristige Vereinsaktivität
- Die Vermittlung eines gemeinschaftlichen Beisammenseins innerhalb des Vereins
- Ab dem Eintritt in den Ausbildungsbereich (U13) wird die Teilnahme am Spielbetrieb in der höchstmöglichen Spielklasse (bis 2020 mind. Bezirksklasse) angestrebt
- Ausbildung der fußballerischen Fähigkeiten und Fertigkeiten in den Bereichen: Technik, Taktik und Athletik

2. Leitlinien zum Trainings- & Spielbetrieb

Der Trainer im Grundlagenbereich muss sich bewusst werden, dass er mehrere Rollen im Trainings- & Spielbetrieb einnimmt.

Der Kindertrainer ist:

- *Ausbilder, Erzieher, Vorbild, väter- bzw. mütterlicher Freund, Spaßmacher, Mitspieler*

Seine Aufgabe ist es, diesen vielen verschiedenen Rollen, so gut es geht gleichermaßen im Trainings- und Spielbetrieb gerecht zu werden.

Der Trainingsbetrieb

Die folgenden Leitlinien helfen Trainern und den Spielern zu einem **flüssigen, anspruchsvollen, motivierenden, interessanten und spaßigen Training**.

- Gut vorbereitet zum Training erscheinen (Trainer & Spieler)
→ Trainingsplanung und –vorbereitung
- Ca. 15 Minuten vor Trainingsbeginn am Platz sein (Aufbau, Bälle aufpumpen, Eltern- oder Spielergespräche etc.)
- Trainingszeit ist Trainerzeit (keine privaten Gespräch)
- Detaillierte Technikkorrekturen vornehmen („So klappt es besser...“)
- Übungs- und Spielformen zeigen und nicht nur verbal erklären (wertvolle Trainingszeit geht verloren)
- Techniken immer richtig demonstrieren (lassen) (Nachahmung)
- Den einzelnen Spieler korrigieren
- In kleinen Gruppen üben / spielen (keine Langeweile durch Warten)
- Alle Techniken beidfüßig ausprobieren und üben lassen
- Hohe Erfolgsaussichten für die Spieler schaffen
- Spannende Wettbewerbe organisieren (*Motivation*)
- Während des Trainings die Übung erleichtern oder erschweren
- Kindertraining ist kein Erwachsenentraining mit Kindern
- Während der Umbauphasen Trinkpausen oder kleine Technikaufgaben einflechten
- Für ein motivierendes und angenehmes Trainingsklima sorgen

Der Spielbetrieb

Folgende Richtlinien sind von uns festgelegt worden, **welche die Trainer des FSV beachten und befolgen sollen**, um jedem Kind im Wettspiel gegen andere Mannschaften ideale Entwicklungsmöglichkeiten zu ermöglichen.

Nur Erfolgserlebnisse im Trainings- und besonders im Spielbetrieb erhöhen das Vertrauen in die eigenen technischen Fähigkeiten bei jedem einzelnen Spieler.

Die Richtlinien:

- 30 Minuten vor Spielbeginn treffen sich die Spieler und die Trainer am Spielort (Anfahrtsmöglichkeiten sicherstellen)
- Max. 10 Min. „Mannschaftsbesprechung“ (Aufstellung, Motivation, alle Spieler verteidigen UND alle Spieler greifen an → Ziel: Ball besitzen)
- Auf dem Platz befinden sich nur die Trainer, Betreuer und Spieler
- Zu bevorzugendes „Spielsystem“: 1 – 3 – 3
- Spieleinstimmung / „Aufwärmen“ vor dem Spiel mit Ball (alle Kinder machen mit, Aufwärmen = Trainingseinheit)
- Mannschaftsritual vor dem Spiel (Motivationskreis...)
- Jeder Spieler darf / soll jede Position spielen (inkl. Torspieler)
- Jeder Spieler spielt, wenn er auf dem Spielbericht steht, mind. 50 % der Gesamtspielzeit (z. B.: Bambini & F-Jugend: 20 Minuten), wobei die Spielzeit nicht zusammenhängend absolviert werden muss.
- Kein „over-coaching“, d.h. Jeder Spieler entscheidet auf dem Feld selbst, ob er passt, schießt, dribbelt ...
- Der Trainer ermutigt den Spieler nach Misserfolg und lobt nach Erfolg
- Kurzes Fazit nach Spielende im Kreis (mit einem guten Gefühl trennt sich die Mannschaft)

3. Tugenden und Werte des Vereins

Der Sportverein hat neben der Vermittlung sportartspezifischer Techniken und Taktiken, ebenfalls die Aufgabe des Vermittelns von Werten und Tugenden.

Die Sozialisation von Kindern und Jugendlichen wird insbesondere durch die Vorbildfunktion der Erwachsenen (Trainer, Betreuer, Eltern und ältere Spieler) vorangetrieben und beeinflusst.

Das Ziel ist es, neben der sportlichen Ausbildung, die folgenden Werte und Tugenden zu vermitteln und vor zu leben:



4. Verhaltenskodex für Trainer, Eltern und Spieler

Freundlicher und respektvoller Umgang

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

Ordentliches und freundliches Auftreten in der Öffentlichkeit (Training, Trainingslager, Spiele, Turniere etc.)

Einheitliches Erscheinungsbild bei Turnieren und Spielen
(Kleiderordnung: Grün, Schwarz, Weiß)

Das Tragen von Schienbeinschonern ist im Training und Spiel Pflicht

Das Tragen von Schmuck ist im Training und im Spiel untersagt.

Alkohol und Rauchen in offizieller Funktion (Spieler, Trainer, Betreuer) strengstens verboten („Keine Macht den Drogen!“)

Kabinen nach dem Training/ Spiel sauber verlassen

Der Materialraum ist stets ordnungsgemäß zu hinterlassen

Materialien (Minitore, Hütchen, Kleintore etc.) sind nach dem Training vom Platz zu räumen

Auf dem Spielfeld befinden sich während dem Trainings-/Spielbetrieb nur Spieler, Trainer, Betreuer und Offizielle

Gegenseitiges Achten der Verhaltensregeln neben dem Platz als Voraussetzung für ein funktionierendes Team auf dem Platz

Pünktlichkeit ist der Respekt den Anderen gegenüber (Training, Spiel, Turnier)

**Ältere Spieler und Erwachsene sind
Vorbilder für Jüngere!**

5. Sportliche Ausbildungsphilosophie

Die im Folgenden betrachteten Ausbildungsbereiche sind:

- Grundlagenbereich (U7 – U11)
- Aufbaubereich (U12 – U15)
- Leistungsbereich (U16 – U23 / Reservemannschaft)

Jeder Bereich wird einer kurzen Analyse der Voraussetzungen unterzogen um anschließend jeder Altersstufe Lernziele (athletisch, technisch und taktisch) zu geben.

Diese Unterteilung in die oben aufgeführten drei Ausbildungsbereiche bleibt theoretisch, weshalb seine Grenzen fließend sind, da bekanntlich nicht jedes Kind oder jeder Jugendliche seine Entwicklungsstufen zeitgleich durchläuft. Die Angabe von konkreten Lernzielen soll die Trainerin und den Trainer in ihrer/seiner verantwortungsvollen Aufgabe unterstützen und sicherstellen, dass gewisse Lerninhalte und Trainingsstrukturen bekannt sind und nicht komplett neu erlernt werden müssen. **Die Periodisierung jeder Altersstufe sichert ein konzeptionelles Ausbilden.** Im Folgenden wird nun dargestellt welche Lernziele jede Altersstufe besitzt.

5.1 Grundlagenbereich (U7 – U11)

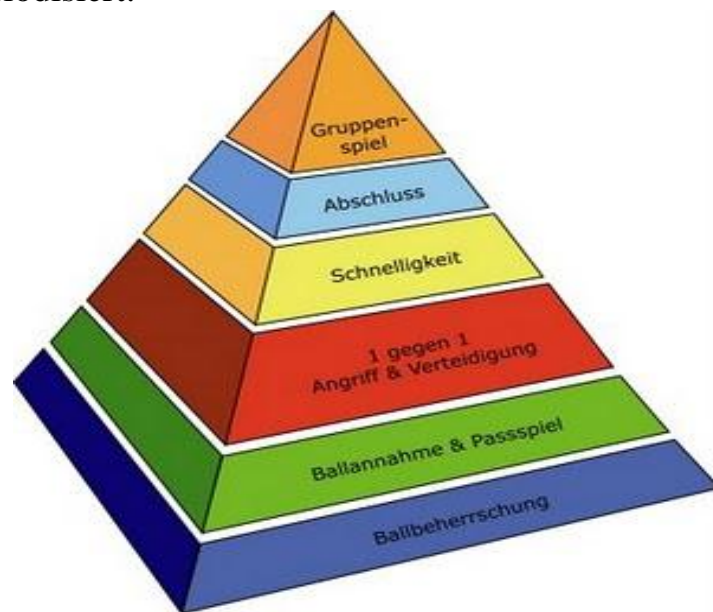
Die Entwicklungsmerkmale von Kindern in dieser Altersstufe:

- Hohe Bewegungsfreude
- Geringe Konzentrationsfähigkeit
- Geringes Selbstvertrauen
- Rückgang der körperlichen Unausgewogenheit (Kindergarten → Schule)
- Unausgeglichenheit
- Hohe Sensibilität
- Kein gefestigter Knochenbau
- Keine körperliche Reaktion auf Kraft- und Ausdauerreize
- Unkritisches Nachahmungsverhalten
- Beschleunigtes koordinatives Lernen

Hiernach ergeben sich klare Ziele für das Fußballtraining dieser Altersstruktur:

1. Vielseitige Bewegungsschulung (allgemeine koordinative Entwicklung unterstützen)
2. Fußballspezifisches Techniktraining (Dribbling, Passspiel, Schießen, Fintieren, Fangtechniken des Torwartspiels)
3. Fußballorientierte Bewegungsschulung
4. Spielfreude am Zielspiel Fußball entwickeln und fördern

Für Spieler dieser Altersstufen eignet sich das Training nach „Coerver-Coaching ©“ ideal, da es die Ziele 2 bis 4 in sich vereint und strukturiert behandelt. Die Schulung der allgemeinen koordinativen Entwicklung (Ziel 1) wird separat periodisiert.



Das *Fundament* jedes Fußballspielers bildet mit Sicherheit die Fähigkeit **den Fußball zu beherrschen**. Da das Fußballspiel jedoch im 7-7 bzw. später im 11-11 bestritten wird, muss jeder Fußballer in der Lage sein, den Ball mit dem entsprechenden **Tempo** und der entsprechenden **Präzision zu seinem Mitspieler zu spielen** (Ebene 2 der Pyramide: Ballannahme und Passspiel). Sind diese Grundlagen vorhanden kommt der nächste Schritt: **1 gegen 1 - Situation zu seinen Gunsten zu entscheiden** („Die Keimzelle des Spiels“). Daran anschließend wird **die Schnelligkeit** (Reaktionsschnelligkeit, Handlungsschnelligkeit, Bewegungsschnelligkeit mit Ball) des Spielers verbessert, um schließlich zu dem Ziel des Spiels, **dem Torabschluss** zu kommen.

Alle diese Bausteine münden in der Zielspielform, **dem Gruppenspiel**.

Trainingsperiodisierung:

Jeweils zwei Ebenen sollten in einem vierwöchigen Block trainiert werden, wobei die jeweiligen Inhalte erlernt werden, jedoch auch andere, bereits bekannte Techniken wiederholt werden sollen. Selbstverständlich kann der Trainer ebenfalls themenfremde Übungs- und Spielformen punktuell einfließen lassen.

Es sollten **3 Trainingseinheiten pro Woche (inklusive Wettspiel)** durchgeführt werden.

Es ergibt sich folgende Blockperiodisierung:

BLOCK	THEMA 1	THEMA 2
1 (1. - 4. W)	Ballbeherrschung I	1 – 1 Situationen (off. & def.) I
2 (5. - 8. W)	Passspiel I	Schnelligkeit I
3 (9. - 12. W)	Abschluss I	Gruppenspiel I
4 (13. - 16. W)	Ballbeherrschung II	1 – 1 Situationen (off. & def.) II
5 (17. - 20. W)	Passspiel II	Schnelligkeit II
6 (21. – 24. W)	Abschluss II	Gruppenspiel II
7 (25. - 30. W)	Ballbeherrschung III	1 – 1 Situationen (off. & def.) III
8 (31. - 35. W)	Passspiel III	Schnelligkeit III
9 (36. – 40. W)	Abschluss III	Gruppenspiel III
10 (41. - 42. W)	Ballbeherrschung IV	1 – 1 Situationen (off. & def.) IV
11 (43. - 44. W)	Passspiel IV	Schnelligkeit IV
12 (45. – 46. W)	Abschluss IV	Gruppenspiel IV

Jedes der beiden Themen in einem Block behandelt **schwerpunktmäßig maximal drei Bereiche.**

Im Folgenden werden die Lernziele jedes Themas zu jeder Altersstufe angegeben, um die Trainerarbeit zu erleichtern.

Die Trainerrolle im Grundlagenbereich:

- **Vorbild sein** (Pünktlichkeit, Umgang mit Spielern, Eltern und Trainern)
- **Offen und gesprächsbereit sein** (Kindern zuhören)
- **Konstruktiv korrigieren** (Wissen vermitteln, nicht die Person kritisieren)
- **Konflikte lösen** (demokratisch aber bestimmt auftreten)
- **Trainingszeit ist Trainerzeit** (Fokus auf die Trainerrolle legen)

5.1.1 U 7

Dem Bereich der U 7 (Bambini-Mannschaften) kommt eine spezielle Rolle zu, da hier der Anteil an technischen Lerninhalten noch geringer ist, als in den Folgejahren. **Das Ziel in diesem Altersbereich ist eine vielseitige Bewegungsschulung.** Fußballspezifische Techniken sollten nur angeschnitten werden, da die Konzentrationsfähigkeit der Kinder noch nicht ausreichend ausgeprägt ist.

Lernziele dieser Altersklasse:

- Vielseitige motorische Fertigkeiten / Fähigkeiten
- Spielerisches Kennenlernen des Spielgerätes, dem Ball (rollend, hüpfend, fliegend usw.)
- Kreativität und Spielfreude in kleinen Spielen mit Ball fördern
- Kennenlernen der einfachsten Grundregeln des Zielspieles („Fairplay“)
- Freude an der Bewegung entwickeln

Geeignete Lerninhalte für die U 7 lassen sich in vier Kategorien untergliedern:

1. Bewegungsformen ohne Ball
2. Bewegungsformen mit Ball
3. Kleine Spielformen mit Ball (ohne Zielspielcharakter)
4. Kleine Fußballspiele

1. Bewegungsformen ohne Ball:

- Lauf- und Fangspiele
- Parcours-Aufgaben als Wettkampfs Spiele
- Staffelaufgaben durch Hindernisse
- Bewegungsaufgaben mit Hilfsmitteln (Stangen, Hütchen, Pylonen, Leibchen, Reifen usw.)
- Allgemeine Bewegungsaufgaben mit dem eigenen Körper (Rollen, Springen, Rückwärtslauf, Drehungen usw.)

2. Bewegungsformen mit Ball:

- Unkomplizierte, motivierende Aufgaben mit Ball (Zuwerfen, Rollen, Stoppen usw.)
- Koppeln dieser Aufgaben mit Ball mit anschließenden koordinativen Aufgaben aus Kategorie 1 (Bewegungsformen ohne Ball)
- Freies und unkorrigiertes Dribbling um diverse Hindernisse
- Einfache Schüsse auf verschiedene Ziele (Hütchen, Tore, Matten, Bänke ...)

3. Kleine Spielformen mit Ball (ohne Zielspielcharakter)

- Abwerfen in verschiedenen Ausführungen (Völkerball ...)
- Zuwerfen im Kreis („Schweinchen in der Mitte“)
- Wurfspiele auf Ziele (Stangen, Pylonen, Bälle ...)
- Fußballfremde Spiele (Handball, Basketball, Ball über die Schnur, Football usw.)

4. Kleine Fußballspiele

- Turnierform (1 gegen 1 bis zum 4 gegen 4)
- Fußballspiel auf verschiedene Ziele (Matten, offene Tore, Minitorer, Kleintore, Linien, Bänke usw.)
- Kleinspielformen (4 gegen 4 bis zum 7 gegen 7)

Leitlinien für den U 7 – Trainer

1. Hohe Bewegungsaktivität jedes einzelnen Kindes sichern
2. Interessante Verpackung der Bewegungsaufgaben (Geschichten erzählen)
3. Mit verschiedensten Materialien spielen lassen (Ballvariationen)
4. Einfach Reglementieren
5. Den Kindern zuhören
6. Trainingszeit ist Trainerzeit (keine Privatgespräche mit Eltern)
7. Eigene Freude am Training mit den Kindern offen zeigen
8. Keine langen Pausen zwischen den Spielformen
9. Wettkampfspiele sichern Freude der Kinder
10. Viel Trainingszeit mit Ball
11. Keine torwartspezifischen Übungen

6. Literatur

Peter R. & Bode G. (2005). *Fußball von morgen, Band 1: Kinderfußball*. Münster: Philippka-Verlag.

Peter R. (2003). *Fußball von morgen, Band 4: Modernes Verteidigen*. Münster: Philippka-Verlag.

Bisanz G. & Gerisch G. (2008). *Fußball: Kondition – Technik - Taktik & Coaching*. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.

Galustian A. & Cooke C. (2005). *Coerver Coaching: Make your move*. DVD.

Galustian A. & Cooke C. (2008). *Coerver Coaching: Improve your game*. DVD.

Deutscher Fußball-Bund (10.03.2012). <http://talente.dfb.de/index.php?id=518767>

Deutscher Fußball-Bund (16.03.2012). <http://www.training-wissen.dfb.de/index.php?id=507600>

Coerver Coaching (24.03.2012). <http://coerver.co.uk/video.asp>