



Fortuna Babelsberg e.V.

BSG Märkische Volksstimme, BSG Rotation, BSG DefaBabelsberg, DDR-Oberliga von 1949-1958

Newtonstraße 8 * 14480 Potsdam * ☎ 0331/624231 (direkt auf dem Stern-Sportplatz)

E-Mail: geschaeftsstelle@fortunababelsberg.de * Internet: www.fortunababelsberg.de



Fortuna Babelsberg – Nachwuchs geht neue Wege

Inhaltsverzeichnis

Fortuna Nachwuchskonzept	S. 3 – 7
Anlagen:	
DFB – Lizenzen	S. 8 – 8
DFB – Ausbildungskonzept (Auszüge)	S. 9 – 11
Trainingsmethoden im Nachwuchs	S. 11 – 14
Betreuung, Erziehung und Beratung im Nachwuchsbereich	S. 14 - 18
Der Star ist die Mannschaft – Teamsport schult soziales Verhalten	S. 18 – 19
Die 4 Säulen des Fußballs	S. 19 – 20
Phasen der Trainierbarkeit	S. 20 – 20
Beispiel Mannschaftsregeln (Kleinfeld)	S. 20 – 21
Ehrenkodex für Fußballtrainer	S. 21 – 22
DFV – Fußball- Techniker- Abzeichen	S. 22 – 22
DFB – Fußball-Abzeichen	S. 23 – 26
Bekannte Fußballquellen im Internet	S. 26 - 26

Sportvereine tragen eine hohe soziale Verantwortung. Es ist in der heutigen Zeit sehr wichtig, den jungen Menschen einen Rückhalt und Orientierungsrahmen zu bieten. In unserem Verein sollen sie lernen, dass es eine Gemeinschaft gibt, in der die Erfolge und Niederlagen gemeinsam erlebt und bewältigt werden, aber auch, dass man für Erfolge Leistungsbereitschaft und Eigenmotivation einbringen muss. Die Trainer, Betreuer und Funktionäre des Vereins haben es sich zur Aufgabe gemacht im Sinne dieser Verantwortung den Kindern und Jugendlichen eine sinnvolle Beschäftigung zu bieten. Gemäß dem Motto "Breite und Klasse" versteht sich Fortuna Babelsberg als leistungsorientierter Amateur-Fußballverein und möchte somit allen Kindern und Jugendlichen – egal welchen Talents - die Gelegenheit geben, das Fußballspielen zu erlernen. Ab den E-Junioren soll in der jeweiligen ersten Mannschaft aber auch die leistungsorientierte Spiel- und Trainingsweise praktiziert werden.

Eines unserer Ziele in unserer Nachwuchsarbeit ist Förderung der sozialen positiven und menschlichen Entwicklung unserer Kinder und Jugendlichen. Unsere Philosophie ist es, dass die sportliche Entwicklung mit der menschlichen Entwicklung einhergeht. Die Nachwuchsspieler sollen zu mündigen Persönlichkeiten auf und neben dem Spielfeld heranreifen. Persönlichkeiten, die Probleme mit Mut und Lebensfreude angehen, die für Werte wie Ehrlichkeit und Toleranz eintreten und im sozialen Miteinander lernen, dass neben vielen Gedanken und Ideen besonders eine Sache für den Lebensweg von entscheidender Relevanz ist: ein großes Herz. Ein weiteres wichtiges Ziel ist es den Kindern und Jugendlichen durch ein qualitativ hochwertiges Training, sowie fachlich geschulten Trainern frühzeitig eine gezielte sportliche Ausbildung zu geben. Die Ausbildung der einzelnen Trainer und Betreuer im Verein wirkt sich auf den Erfolg jedes Kindes und Jugendlichen aus. Mit einem umfassenden Weiterbildungsangebot, bestehend aus externen Aus- und Weiterbildungsmaßnahmen durch den Fußballverband oder anderen Bildungsträgern, Regeltraining, DVD, CD, Video und Druckschriften und vereinsinternen Schulungen, regelmäßigen Trainersitzungen möchten wir, unseren Trainern und Betreuern praxisorientierte Hilfen und Informationen geben. Als nächstes wichtiges Ziel unserer Nachwuchsarbeit betrachten wir Stärkung der Vereinsbindung. Durch eine entsprechende sportliche sowie außersportliche Ausbildung soll eine enge Bindung an den Verein, hergestellt werden. Diese Bindung soll über die Phase der Junioren-Fußball-Zeit hinausgehen. Somit versorgen wir den Männerbereich von Fortuna Babelsberg mit ausgebildeten, fertigen Spielern. Weiterhin spricht für eine enge Bindung, dass ehemalige Fortuna-Nachwuchsspieler leichter bereit sind, sich im Nachwuchsfußball von Fortuna Babelsberg zu engagieren, z.B. als die Trainer von morgen.

In unserer Nachwuchsabteilung spielen bzw. trainieren zurzeit 12 Mannschaften, die durch mindestens einen Trainer und einen Betreuer pro Mannschaft trainiert und betreut werden. Die in unserer Nachwuchsabteilung tätigen Trainer und Betreuer sind für die sportliche Ausbildung - „Das Erlernen des Fußballspiels“ - der Kinder und Jugendlichen verantwortlich, aber sie haben neben ihrer Hauptaufgabe darüber hinaus eine absolut wichtige und nicht zu vernachlässigenden erzieherische Aufgabe. Im Folgenden werden Aufgaben des Vereins aufgeführt, von denen einige auch gerade unter dem besonderen Aspekt der Verbesserung des Sozialverhaltens zu sehen sind. Zu den Aufgaben unseres Vereins gehören:

- Aufnahme von Kindern und Jugendlichen unabhängig von ihrem Geschlecht, ihrer Herkunft, ihrem sozialen Status und ihrem Glauben.
- Integration des Nachwuchses in ein soziales Umfeld.

- Heranführen der Nachwuchsspieler an die nächsten Jahrgangsstufen bis hin zum Seniorenbereich.
- Besetzung aller Jahrgangsstufen von den Mini- bis zur A-Junioren
- Altersgerechte Ausbildung innerhalb der entsprechenden Jahrgangsstufen.
- Vermittlung sozialer Werte / soziales Verhalten.
- Gemeinschaftssinn, Zuverlässigkeit und Verantwortungsbewusstsein.
- Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme und Fairness.

Unsere Mannschaften sind von den Minis bis zu den A-Junioren unterteilt. Ein wichtiger Bestandteil unseres Konzeptes ist die Zusammenarbeit mit den Eltern, von denen wir erwarten, dass sie:

- unterstützend wirken,
- bei jüngeren Kindern: Vorsorge für pünktliches und regelmäßiges Erscheinen zum Training und zu Spielen
- Übernahme von Fahrdiensten zu Auswärtsspielen, Mitnahme von Mitspielern
- Übernahme von Aktivitäten bei eigenen Turnieren (Bewirtung, Dekoration, Aufnahme von Gastkindern...)
- Begleitung der Kinder und Jugendlichen zu auswärtigen Turnieren
- Beteiligung am Elternabend
- Unterstützung der Anforderungen des Trainers
- Rege Begleitung und anfeuernde positive Unterstützung der Mannschaft bei Spielen
- die Autorität der Trainer/Betreuer nicht untergraben,
- sich während des Spiels außerhalb der Umrandung aufhalten,
- von außen keine Unruhe ins Spiel bringen,
- die Kinder aufmuntern und positiv beeinflussen,
- nicht die Rolle des Trainers und Betreuers übernehmen.
- Es werden alle Eltern aufgefordert, sich im Interesse ihrer Kinder so viel wie möglich an den verschiedenen Aktivitäten zu beteiligen. Die Mannschaft der Kinder sollte auch die Eltern als Mannschaft hinter sich wissen

Leitbilder/Sportliche Philosophie

- Trainer als Vorbild für Disziplin, Ehrgeiz, Teamfähigkeit und Können
- Sportlich fairer Umgang mit Gegnern, Schiedsrichtern und Eltern
- altersgerechter Umgang mit den Spielern
- Erfolg wird nicht ausschließlich an Ergebnissen gemessen
- eine leistungsorientierte und eigenmotivierende Einstellung zum Spiel und Trainingsbetrieb
- selbstkritisches Auseinandersetzen mit der eigenen Leistung und mit den Vorgaben des Trainers
- die Fähigkeit zum Teamgeist und zum Miteinander

Trainer-/Betreueraufgaben sind u.a.

- Der Trainer ist für die sportlichen Belange seiner jeweiligen Mannschaft verantwortlich. Er konzipiert auf der Grundlage des Nachwuchskonzeptes und in Zusammenarbeit mit den anderen Trainern/Übungsleitern im Verein das Training

für die gesamte Saison und fördert jeden Jugendspieler entsprechend seiner Möglichkeiten.

- Über Fördermaßnahmen einzelner Spieler (Landes- oder Kreisauswahl o.a.) stimmen sich Trainer und Nachwuchsleitung ab. Der Vorstand wird hierüber von der Nachwuchsleitung informiert.
- Sollte der Trainer verhindert sein (Training oder Spiele), sorgt er für kompetente Vertretung.
- Der Trainer berichtet der Nachwuchsleitung des Vereins bei den Versammlungen der Junioren-Trainer über den aktuellen Stand der Mannschaft. Wichtige Probleme sind dem Vorstand durch die Nachwuchsleitung umgehend mitzuteilen.
- Der Trainer ist im Fußball auf dem aktuellen Stand der Spiel- und Trainingslehre. Er besitzt die Qualifikation, eine Fußballmannschaft zu trainieren und nimmt an Aus- und Weiterbildungsmaßnahmen teil.
- Der/die Betreuer sind als Bindeglied zwischen Kindern/Jugendlichen und deren Eltern auf der einen Seite und Trainer, Vorstand und gegnerischem Verein auf der anderen Seite fungieren. Gute Voraussetzungen hat derjenige, der Interesse und Spaß am Sport hat, der gut und oft erreichbar ist, ein aufmerksamer Zuhörer und Beobachter ist, viel Engagement und Enthusiasmus aufbringt und Einfühlungsvermögen für Kinder/Jugendliche und deren Eltern hat.
- Die Trainer/Betreuer sind für die Öffentlichkeitsarbeit der jeweiligen Mannschaft verantwortlich. Auf der vereinseigenen Homepage, den Wandtafeln auf dem Stern-Sportplatz berichten sie über die Spiele, Turniere und andere Veranstaltungen der Mannschaften

Unsere Nachwuchsabteilung ist in den Grundlagenbereich und den Leistungsbereich strukturiert. Juniorinnen werden ihrem jeweiligen Leistungsstand entsprechend einer Junioren-Mannschaft zugeordnet und sollen möglichst lange am gemeinsamen Spielbetrieb teilnehmen. Darüber hinaus bietet der Verein im Leistungsbereich auch Spielmöglichkeiten in reinen Juniorinnen-Mannschaften an.

Grundlagenbereich: Minikicker und F-Junioren sollen in dem ihrem Alter entsprechenden Jahrgang spielen. Die Spielklasse in die Spieler ihre Punktspiele austragen ist nicht wichtig. Ansonsten kann es vorkommen, dass sie sehr negative Erfahrungen machen, wenn sie Gegner haben, die ihnen körperlich und geistig weit überlegen sind (bis zu 2 Jahren Altersunterschied). In Ausnahmefällen, z.B. zur speziellen Förderung sehr talentierter Spieler, kann von dieser Vorgabe in Abstimmung mit den Vereinsverantwortlichen abgewichen werden. Im Vordergrund der Trainingsarbeit bei den Jüngsten stehen selbstverständlich der Spaß und die Freude am Fußballspiel. Es wird aber auch bereits in kindgerechter Form an Grundtechniken, Gewandtheit, Beweglichkeit und einfachen taktischen Grundzügen trainiert. Die Gewichtung der Inhalte orientiert sich an altersspezifischen Grundsätzen. Das Training beinhaltet vorwiegend Spielformen und der Ball ist stets im Mittelpunkt des Trainings.

- Trainingsziele: Umfassende fußballspezifische Grundausbildung, Schulung der Gewandtheit/Beweglichkeit (Koordination), Laufschule; Erlernen und Perfektionieren der Basistechniken (Passspiel, Schusstechnik, Dribbeln, Finten)
- Trainingsinhalte: Üben der Basistechniken mit hoher Wiederholungszahl; Geschicklichkeit und Gewandtheit mit Lauf- und Ballspielen fördern; Im Kleinfeld elementares technisches und taktisches Verhalten spielerisch trainieren
- Trainingsprinzipien: Der Ball steht stets im Mittelpunkt des Trainings; Gelegenheit zum freien Spiel ohne Reglementierung; Keine Festlegung auf Spielpositionen;

Altersgerechter Umgang mit den Spielern; Erziehung zur Selbstständigkeit; Fördern von Risikobereitschaft; Teamspirit fördern; Belohnungsprinzip statt Bestrafung

Leistungsbereich: Ab den E-Junioren arbeiten wir in den ersten Mannschaften auf eine leistungsorientierte Trainings- und Spielweise hin und wollen in der höchstmöglichen Spielklasse vertreten sein. Eine entsprechende Qualifizierung des Trainers stellt dafür die Voraussetzung dar. Um eine spielstarke erste Mannschaft aufzustellen, wird in betroffenen Altersgruppen vor Saisonbeginn ein Sichtungstraining durchgeführt und eine entsprechende Kadereinteilung vorgenommen. Während der laufenden Saison sollten dauerhafte Wechsel nur in Sonderfällen und nach Absprache zwischen den betroffenen Trainern und der Nachwuchsleitung stattfinden. Unterstützungen in Notfällen aus den Parallelmannschaften sind als selbstverständlich anzusehen. Schwerpunkt der Trainingsarbeit im jüngeren Leistungsbereich ist es, die erlernten Basistechniken zu perfektionieren, gruppentaktische Spielformen auf dem Großfeld umzusetzen, die Gewandtheit/Beweglichkeit zu optimieren und die athletischen Grundvoraussetzungen zu entwickeln. Spezielle theoretische Fortbildung zählen ebenso zum Ausbildungskonzept.

- Trainingsziele: Festigung eines dynamischen Bewegungsablauf; Vertiefung des taktischen Verhaltens (Individual-, Gruppen- und Mannschaftstaktik); Individuelle Verbesserung der technischen Fähigkeiten; Erziehung zur Bereitstellung der optimalen Wettkampfleistung
- Trainingsinhalte: Einführung von Spielsystem, Mannschaftstaktik, positionsspezifischem Verhalten; ballorientierte Raumdeckung, Spiel ohne Libero; Individual-, gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten bei Ballbesitz; beidfüßige Schulung der Basistechniken mit höherem Tempo; Positionsspezifisches Techniktraining; Positionsspiel, Kurzpassspiel, durch Tempospiel Überzahl erspielen; Perfektionierung der Ballsicherheit; Koordinationsgymnastik
- Trainingsprinzipien: Bewusstes Fördern der 1:1 Situationen; Entwicklung der Lernbereitschaft; Förderung der Selbstständigkeit; Siegermentalität und Leidenschaft fördern; Kreativität, Spielfreude und Risikobereitschaft fördern; Taktische Flexibilität und Spielverständnis entwickeln

Ein Verein lebt von der Identifikation seiner Mitglieder. Eine starke sichtbare Identifikation steigert in gleichem Maße das Image des Vereins in der Gemeinde, dem Kreis und dem Land, evtl. darüber hinaus. In unserem Verein wollen wir eine einheitliche Außendarstellung bei den Mannschaften, Trainern und Betreuern erzielen. Zudem sollen die Trainer und Betreuer Vorbilder für die Kinder und Jugendlichen, aber auch alle anderen Personen auf unserem Vereinsgelände darstellen. Voraussetzung dafür sind folgende Punkte:

- Vereinsidentifikation durch Mitgliedschaft aller Trainer und Betreuer
- Sichtbare Identifikation durch Tragen der Vereinsausstattung bei offiziellen Terminen, Spielen und Turnieren
- Bedarfsbezogene Materialausstattung der Mannschaften nur durch den Verein (keine mannschaftsbezogenen Sondermaterialien)
- Beachtung der aufgestellten Regeln des Vorstands oder Platzwartes bezüglich des Verhaltens auf der Sportanlage,
- Pfleglicher Umgang mit den Vereinsmaterialien
- Steuerung von Außendarstellungen in Medien und bei Veranstaltungen durch den Vorstand
- Arbeitseinsatz der Mitglieder an Vereinsveranstaltungen und anderen Aktionen

Wir sind als gemeinnütziger Verein dazu verpflichtet uns selbst finanziell zu tragen. Deshalb führt der Schatzmeister eine Ausgaben-/Einnahmenübersicht, die letztendlich im Jahresabschluss mündet. Jedes Jahr zur Mitgliederversammlung werden die Mitglieder darüber informiert. Zur Gesetzmäßigkeit der ordnungsgemäßen Buchführung ist es Voraussetzung, dass alle Einnahmen und Ausgaben, auch aus steuerlichen Aspekten, mit Belegen nachgewiesen werden. Diese Aufgabe muss von den jeweiligen Betreuern oder Trainern für ihre Mannschaft wahrgenommen werden. Dazu gehören im Fußballbereich:

- Startgeld als Einnahme bei eigenen Turnieren
- Startgelder als Ausgabe bei Teilnahme an Turnieren
- Schiedsrichtergebühren
- Auslagen bei Weiterbildungen, z.B. Teilnahmegebühr, Kilometergeld
- Reelle Turnierabrechnungen mit Gegenüberstellungen von Kosten und Erlösen
- Auslagen bei der Materialbeschaffung

Zudem lebt ein Verein neben den Mitgliedsbeiträgen auch in verstärktem Maße von Spenden, Sponsorengeldern und Fördergeldern. Über die Verwendung von Zuwendungen aus diesen Bereichen entscheidet der Vorstand. Dabei gilt folgendes Prinzip: „Die Förderung des Vereines steht im Mittelpunkt. Die Förderung der einzelnen Mannschaften wird bedarfsbezogen vorgenommen.“ In diesen Prozess zur Stärkung des Zusammengehörigkeitsgefühls und Identifikation mit dem Verein müssen gerade die Eltern der Kinder und Jugendlichen mit einbezogen werden. Diese sollen den Verein als soziale Institution für ihre Kinder verstehen und ebenso handeln. Ziel ist die Förderung der Gemeinschaft und die Verhinderung vom „Verein im Verein“.

ANLAGEN

In den Anlagen sind Beispiele zu finden, die zum Thema „Fußball“ veröffentlicht wurden. Eine kleine Auswahl dazu, die vielleicht den einen oder anderen interessieren werden.

DFB – Trainerlizenzen

Quelle: www.dfb.de

QUALIFIZIERUNG IM FUSSBALL

ÜBERBLICK DER FUSSBALLPRAKTISCHEN AUS-, FORT- UND WEITERBILDUNGSANGEBOTE

INSTITUTION/UMFANG	FUSSBALL-LEHRER		EINSATZBEREICH
DFB/HENNES-WEISWEILER- AKADEMIE (HWA) • 44 Ausbildungswochen, davon: 25 Wochen Präsenzausbildung HWA • 13 Wochen Praktikum • 6 Wochen Selbststudium			Hauptamtliche Stellen • DFB • Lizenzmannschaften • Leiter Nachwuchszentren • Verbände
INSTITUTION/UMFANG	A-TRAINER		EINSATZBEREICH
DFB 100 Lerneinheiten zuzüglich 20 Lerneinheiten Prüfung			1. Alle Amateurmannschaften 2. Alle Juniorenmannschaften 3. Alle Frauenteams (inklusive Bundesliga) 4. Honorartrainer Landesverbände, D-Lizenz-Ausbilder
INSTITUTION/UMFANG	B-TRAINER		EINSATZBEREICH
DFB 80 Lerneinheiten zuzüglich 20 Lerneinheiten Prüfung			1. Alle Juniorenteams inklusive Junioren-Regionalliga 2. DFB-Stützpunkttrainer 3. Mitarbeiter (nicht Leiter) in den Leistungszentren der Lizenzvereine 4. Honorartrainer (Junioren) der Landesverbände
INSTITUTION/UMFANG	TRAINER C-LEISTUNGSFUSSBALL		EINSATZBEREICH
Landesverbände 120 Lerneinheiten zuzüglich 20 Lerneinheiten Prüfung, davon 80 Lerneinheiten Basiswissen, 40 Lerneinheiten Profibildung	PROFIL JUNIOREN- TRAINER	PROFIL ERWACHSENE- TRAINER	1. Alle Juniorenmannschaften außer Junioren- Regionalliga/Bundesliga 2. Alle Frauenteams (außer Bundesliga) 3. Alle Amateurmannschaften bis 6. Spielklasse
INSTITUTION/UMFANG	TRAINER C-BREITENFUSSBALL		EINSATZBEREICH
Landesverbände 120 Lerneinheiten inklusive Prüfung, davon 30 Lerneinheiten Basiswissen und 2 x 40 Lerneinheiten profilspezifische Lerninhalte	PROFIL KINDER- UND JUGENDTRAINING	PROFIL ERWACHSENE (UNTERER AMATEURBEREICH)	Vorrangig breitenfußballorientierte Mannschaften aller Altersklassen
INSTITUTION/UMFANG	LIZENZ-VORSTUFEN		EINSATZBEREICH
Landesverbände 70 Lerneinheiten inklusive Prüfung, davon 30 Lerneinheiten Basiswissen und 40 Lerneinheiten profilspezifisch	TEAMLEITER KINDER	TEAMLEITER JUGEND	• Bambini bis E-Junioren- Mannschaften • D- bis A-Junioren-Mannschaften • Seniorenmannschaften im unteren Amateurbereich • AH-Mannschaften über 35 Jahre
	INFOABENDE KURZSCHULUNGEN DFB-MOBIL TRAINING & WISSEN ONLINE		

DFB – Ausbildungskonzept (Auszüge)

Was wollen und können Minikicker? „Umfassende Bewegungsschulung“

- Ziele mit Minikickern: Ganzheitliche Förderung der Kinder durch vielseitige Bewegung - Spielerisches kennen lernen des fliegenden, rollenden, hüpfenden Balls - Ideenvielfalt und Spielfreude durch Variationen kleiner Spiele mit Ball - Freude am (Fußball-) Spielen - kennen lernen einfacher Grundregeln des „Mit- und Gegeneinanderspielens - Bewegen – Freude
- Inhaltsbausteine für Minikicker – Spielstunden: Einfaches Laufen und Bewegen (30%) - Kleine Spiele mit Ball (20%) - Einfache Aufgaben mit dem Ball (20%) - Kleine Fußballspiele (30%)
- 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 ein offenes Ohr für Kinder haben!

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.

Was wollen und können F-Junioren? „Technisch–spielerische Vielseitigkeitsschulung“

- Ziele mit F – Junioren: Freude am Fußballspielen - Fußballspielen lernen durch kleine Fußballspiele – Straßenfußball im Verein - Spielerisches Kennenlernen der Grundtechniken (Drippeln, Passen, Ballkontrollen) - Vermitteln einfacher taktischer Tipps, die beim „Tore schießen – Tore verhindern“ helfen - Motivation zur Bewegung durch vielseitige sportliche Aktivitäten - Spielen – Interesse
- Inhaltsbausteine für das Training mit F – Junioren: Vielseitiges Laufen und Bewegen (15%) - Spielerisches kennen lernen der Basistechniken (20%) - Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball (15%) - Freies Fußballspielen in kleinen Teams (50%)
- 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

Spätestens mit Schulbeginn verspüren viele Kinder Lust, über das Fußballspielen im Freundeskreis hinaus regelmäßig in einem Verein zu trainieren und zu spielen. Interessant und motivierend bleibt der Vereinsfußball für die Kinder, wenn sich die Juniorentrainer am Straßenfußball früherer Tage orientieren und diese Philosophie in das Vereinstraining übertragen.

Was wollen und können E – Junioren? „Technisch–spielerische Vielseitigkeitsschulung“

- Ziele mit E – Junioren: Fußballspielen lernen wie im Straßenfußball in kleineren Teams und Feldern - Geschicklichkeit und Schnelligkeit am und mit Ball - Spielerisches kennen lernen auch schwieriger Techniken - Beidfüßigkeit - Taktische Grundregeln für eine Raumorientierung und –Aufteilung - Fordern und Fördern von Individualität – Siegen und Verlieren lernen - Spielen – Interessen
- Inhaltsbausteine für das Training mit E – Junioren: Vielseitige sportliche Aktivitäten (15%) - Kindgemäße Technik – Übungen (20%) - Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball (15%) - Fußballspielen in kleinen Teams (50%)
- 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!

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 wichtigsten Basistechniken (in einfachen, aber stets attraktiven Organisationsformen) an Bedeutung zu.

Was wollen und können D – Junioren? Fußballspezifisches Grundlagentraining

- Ziele mit D – Junioren: Spielfreude und –Kreativität - Systematisches Training der Basistechniken – Anwendungen 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
- Inhaltsbausteine für das Training mit D – Junioren: Spielerische Konditionsschulung (20%) - Individualtaktische Grundlagen (20%) - Systematisches Technik – Training (20%) - Fußballspielen mit Schwerpunkten und freies Spiel (40%)
- Leitlinien für Trainer: Alle Basistechniken schrittweise und im Detail verbessern! - Üben und Spielen zum gleichen Schwerpunkt verbinden! - Konsequenz auf Beidfüßigkeit achten! - Kondition“ vor allem durch Spielformen mitschulen! - Mit individuellem Training beginnen! - Intensiv kommunizieren! Die Spieler aktiv einbinden!

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

Was wollen und können C – Junioren? „Fußballspezifische Grundlagentraining“

- Ziele mit C – Junioren: 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 fußballspezifischer Fitness - Fördern persönlicher Verantwortung für sich und die Gegner auf und neben dem Platz - Lernen – Ernsthaftigkeit
- Inhaltsbausteine für das Training mit C – Junioren: Ergänzende fußballspezifische Fitnessschulung (20%) - Technik – Intensivtraining (20%) - Individual- und gruppentaktische Grundlagen (20%) - Fußballspiele mit Schwerpunkten und freies Spielen (40%)
- 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!

Kinder wachsen in diesem Altersabschnitt zu Jugendlichen heran. Diese nicht immer unproblematischen Reifungsprozesse bringen neue geistig- psychologische 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!

Was wollen und können B – und A – Junioren? „Beginnendes Spezialisierungstraining“

- Ziele mit B – und A – Junioren: Ernsthaftigkeit, Leistungswillen und Freude am Fußballspielen - „Dynamische Techniken“ – Exakte Abläufe mit Tempo sowie unter Zeit-/Gegendruck - Individuelle Vorbereitung auf spezielle Anforderungen verschiedener Positionen - Perfektionierung Taktischer Abläufe in der Gruppe und Stabilisierung im Team - Individuelle Stabilisierung einer umfassenden Fitness
- Inhaltsbausteine für das Training mit B - und A – Junioren: Systematische fußballspezifische Konditionsschulung (20%) - Fußballspiele mit Schwerpunkte (40%) - Positionsspezifisches Techniktraining (20%) - Gruppen- und Mannschaftstaktik (20%)
- 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!

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

Trainingsmethoden im Nachwuchsbereich

Im diesem Bereich sind Details zu den unterschiedlichen Trainingsmethoden in den verschiedenen Jahrgängen nachzulesen. Sie stammen von Fußballlehrern und Sportpsychologen.

Das Training:

1. Grundbedingungen:

- Didaktik und Methodik der sportlichen Ausbildung müssen sich an den biologischen Entwicklungsmerkmalen der Kinder und Jugendlichen orientieren.
- Das Training muss somit an der Trainierbarkeit der Kinder und Jugendlichen, d.h. es muss an deren sensiblen Phasen angelehnt sein.
- Die optimale sportliche und außersportliche Ausbildung setzt die Schaffung eines zielgerichteten, systematischen und langfristigen Leistungsaufbaus voraus.
- Die Lernphase besteht aus drei verschiedenen und aufeinander aufbauenden Ausbildungsabschnitten

2. Ausbildungsphasen:

Grundlagenphase (Fertigkeitsphase): (G-, F- und E-Jugend)

- Voraussetzungs- und Vorbereitungscharakter
- psychomotorische Grundausbildung als Basis zur Entwicklung der größtmöglichen Leistungsfähigkeit
- vielfältiges, spielerisches Bewegungsangebot
- Grobformung der Grundtechniken des Fußballspiels

Altersklasse Mini-Junioren:

- Im Alter von 4 - 6 Jahren kommt der allgemein-sportlichen Ausbildung eine entscheidende Bedeutung zu!
- Intensive und vielseitige Bewegungserfahrungen führen zu leichterem Erlernen neuer Fertigkeiten.
- Die koordinative Basis entsteht durch eine frühe Bekanntschaft mit elementaren Bewegungshandlungen verschiedener Sportarten.
- Ein vielseitiges sportliches Üben erhöht nicht nur die motorische Lernfähigkeit, sondern sichert auch ein differenziertes Bewegungsgefühl und garantiert eine individuelle Verfügbarkeit des Angeeigneten!
- Der fußballspezifische Anteil sollte von der Ballführung als Basis ausgehen!
- Lauf-, Fang- und Tummelspiele (sportartunspezifische Motivationsspiele)
- allgemeines Koordinationstraining (Hindernisturnen, Spiele mit und ohne Ball, Geschicklichkeits- und Gewandtheitsübungen, Lauf-, Sprung- und Wurfkombinationen)
- Mehrkämpfe (Vielseitigkeitswettbewerbe)

Altersklasse F- Junioren

- Im Alter von 6 - 8 Jahren nimmt der Anteil der fußballspezifischen Ausbildung zu!
- Im fußballspezifischen Bereich kommt es nun zur umfangreichen Grobformung der technischen Fertigkeiten!

- Die Kinder sollten aber weiterhin mit Sportarten bekannt gemacht werden, die dem Fußball oder Teilen davon nahe stehen!
- Im Vordergrund stehen aber weiterhin neben Ball- und Bewegungsgeschicklichkeit auch die Spielerfahrung!
- Lauf-, Fang- und Tummelspiele
- allgemeines Koordinationstraining
- Vielseitigkeitswettbewerbe
- Staffeln
- technische Übungsformen
- Parteispiele mit technischen Schwerpunkten

Altersklasse E- Junioren

- Im Alter von 8 - 10 Jahren nimmt der Anteil der fußballspezifischen Ausbildung weiter zu, so dass die Grobformung der technischen Fertigkeiten abgeschlossen werden und mit der Feinformung (2tes E-Jahr) begonnen werden kann!
- Die geistige Aktivität in diesem Alter lässt auch das Trainieren grundlegender taktischer Verhaltensweisen in überschaubaren Räumen und Gruppengrößen zu!
- Das allgemeine Koordinationstraining wird mehr und mehr vom speziellen Koordinationstraining überlagert, welches nun stärker durch Schnelligkeitstraining ergänzt wird!
- Der für dies Alter typische Wissensdrang kann nun in angemessenem Maße zur einfachen theoretischen Schulung sowie zur grundlegenden Wissensvermittlung genutzt werden!
- Lauf-, Fang- und Tummelspiele
- allgemeines und spezielles Koordinationstraining
- Vielseitigkeitswettbewerbe
- Staffeln
- technische Übungsformen
- Parteispiele mit technischen und einfachen taktischen Schwerpunkten

Aufbauphase (Anpassungsphase): (D- und C-Junioren)

- sportartspezifisches Bewegungslernen
- Feinformung der Grundtechniken des Fußballspiels
- sportartspezifische Ausbildung der technisch-taktischen Handlungsfähigkeit
- sportartspezifische Ausbildung grundlegender konditioneller Eigenschaften

Altersklasse D- Junioren:

- Im Alter von 10 - 12 Jahren steht mittlerweile der fußballspezifische Anteil der Ausbildung im Vordergrund!
- Das D-Jugendalter ist die Zeit der Feinformung der technomotorischen Fertigkeiten!
- Auch im koordinativen Bereich sowie im Bereich der Bewegungsschnelligkeit lassen sich nun schnell und einfach erhebliche Fortschritte erzielen!
- Deshalb ist es auch sinnvoll besonders in dieser Zeit immer wieder besondere technische Fertigkeiten anzubieten!
- Die individualtaktischen Schwerpunkte des 2ten E-Jahres werden verstärkt und erweitert!
- Allerdings sollten parallel auch gruppentaktische Schwerpunkte gesetzt werden!
- Sofort mit Beginn der Großfeldphase sollte in knapper und vereinfachter Form das grundlegende mannschaftstaktische Verhalten (u.a. GW Großbeeren- Philosophie) erläutert und trainiert werden!
- Erst mit Beginn dieser Ausbildungsphase (Aufbauphase) ist ein gezieltes Torwart-Training sinnvoll!
- Lauf-, Fang- und Tummelspiele
- allgemeines, aber besonders spezielles Koordinationstraining
- Vielseitigkeitswettbewerbe
- Staffeln
- technische Übungsformen
- Parteispiele mit technischen Schwerpunkten

- Parteispiele mit individual- und gruppentaktischen Schwerpunkten

Altersklasse C- Junioren

- Im Alter von 12 - 14 Jahren hat der allgemein-sportliche Anteil der Ausbildung nur noch Ergänzungs- bzw. Motivationsfunktion!
- In diesem Alter muss der Anteil des gruppen- und mannschaftstaktischen Verhaltens, um das nun verbesserte räumliche Orientierungsvermögen nutzen zu können zunehmen!
- Auch die konditionellen Eigenschaften sollten nun vermehrt trainiert werden, da im koordinativen sowie technomotorischen Bereich in diesem Alter aufgrund des Längenwachstums kaum Verbesserungen erzielt werden können!
- Die Spieler sollten spätestens jetzt befähigt werden, die erlernten Techniken und Regeln spieltaktisch klug einzusetzen!
- Lauf- und Fangspiele
- Beweglichkeits- und Kräftigungsgymnastik
- Parteispiele mit individual-, gruppen- und mannschaftstaktischen Schwerpunkten
- Parteispiele mit konditionellen Schwerpunkten (i. d. R. in Verbindung mit taktischen Schwerpunkten)

Leistungsphase (Ausformungsphase): (B- und A-Junioren)

- Überleitungscharakter
- Vertiefung der Spezialisierung
- spezielle Ausbildung der taktischen Handlungsfähigkeit
- spezielle Ausbildung aller konditioneller Eigenschaften

Altersklasse B- Junioren

- Im Alter von 14 - 16 Jahren hat der allgemein-sportliche Anteil der Ausbildung nur noch Ergänzungs- bzw. Motivationsfunktion!
- Technische Fertigkeiten können nun wieder mit Erfolg trainiert werden, weil der jugendliche Organismus in eine Beruhigungsphase tritt - physische und psychische Ausgeglichenheit!
- Die Schwerpunkte liegen jedoch im gruppen- und mannschaftstaktischen Bereich!
- Auch der Anteil des konditionellen Trainings nimmt weiter zu, ganz speziell der Bereich Schnelligkeit!
- Nach der technisch-taktisch-konditionellen Grundschulung kann nun langsam ein Positionstraining einsetzen, welches die Spieler auf 2-3 verschiedenen Positionen besonders ausbildet!
- Beweglichkeits- und Kräftigungsgymnastik
- Motivationsspiele fußballspezifischer und nicht-fußballspezifischer Art
- Übungsformen mit technischen, taktischen und konditionellen Schwerpunkten
- Parteispiele mit individual-, gruppen- und mannschaftstaktischen Schwerpunkten
- Parteispiele mit konditionellen Schwerpunkten (i. d. R. in Verbindung mit taktischen Schwerpunkten)

Altersklasse A- Junioren

- Auch in der Altersgruppe 16 - 18 Jahren hat der allgemein-sportliche Anteil der Ausbildung nur noch Ergänzungs- bzw. Motivationsfunktion!
- Technische Fertigkeiten werden in der Regel nur noch im Zusammenhang mit der Lösung taktischer Varianten trainiert!
- Die Schwerpunkte liegen im mannschaftstaktischen Bereich!
- Schwerpunkte sind jedoch nun auch im konditionellen Bereich zu suchen!
- Spezielles Positionstraining - auf einer Position - sollte erst jetzt einsetzen!
- Spezielles Standardsituationen - Training setzt auch erst bei den A - Junioren ein!
- Das Training kann nun auch zum Verbessern aktueller Mängel eingesetzt werden, zumal es sich von der Belastungsstruktur her mehr und mehr dem Seniorentaining angleicht!
- Beweglichkeits- und Kräftigungsgymnastik
- Motivationsspiele fußballspezifischer und nicht-fußballspezifischer Art
- Übungsformen mit technischen, taktischen und konditionellen Schwerpunkten

- Parteispiele mit individual-, gruppen- und mannschaftstaktischen Schwerpunkten
- Parteispiele mit konditionellen Schwerpunkten (i. d. R. in Verbindung mit taktischen Schwerpunkten)
- Einzeltraining

Das sportliche Training sollte natürlich besonders zur Persönlichkeitsbildung beitragen:

- o Erlernen einer sportlichen Haltung (Respekt vor Trainer, Schiedsrichter, Mit- und Gegenspieler)
- o Fähigkeit zur Kommunikation mit Trainer und Mitspielern, aktive und passive Kritikfähigkeit
- o Fähigkeit zur Selbstkritik
- o Fähigkeit zur Analyse von Leistung und Spiel
- o Offenheit für andere Meinungen
- o Akzeptanz von Autoritäten (Trainer, Schiedsrichter)
- o Akzeptanz und Befolgen von Anweisungen und Entscheidungen
- o Verantwortungsbewusstsein, z.B. für Eigentum anderer (Trainingsmaterial)
- o Selbstverantwortung
- o Selbstständigkeit
- o Zuverlässigkeit
- o Kameradschaftlichkeit

Basis für das Erlernen und Herausbilden all dieser Fähigkeiten und Eigenschaften ist die Entwicklung von Leistungsbereitschaft, hoher Eigenmotivation, der Fähigkeit zur "aktiven" Trainings- und Spielteilnahme, also von Konzentrationsfähigkeit! Wenn es auch für die Entwicklung geistiger, psychischer und sozialer Fähigkeiten und Eigenschaften gewisse sensible Phasen gibt, so ist es dennoch nicht angebracht, diese isoliert voneinander oder gar nacheinander zu entwickeln. Nichtsdestotrotz ist die Ausbildung gewisser Fähigkeiten und Eigenschaften in bestimmten Phasen besonders zu forcieren. Beispielsweise ist die Entwicklung einer grundlegenden Konzentrationsfähigkeit im E- und D-Juniorenalter äußerst effektiv, wohingegen dies im C-Juniorenalter wenig sinnvoll wäre. Wichtig ist jedoch, dass sportliche und außersportliche Entwicklung parallel zueinander vorangetrieben werden sollten!

Betreuung, Erziehung und Beratung im Nachwuchsbereich

Entwicklungsmerkmale der Kinder und Jugendlichen:

Mini-Junioren (Vorschulalter):

- ❖ Zeit der "kleinen Pubertät"
- ❖ zu Beginn: ausgeglichen, ruhig
- ❖ später: leichte Erregbarkeit, gesteigertes Liebebedürfnis, motorische Unruhe
- ❖ stärkeres Längenwachstum der Gliedmaßen
- ❖ bewegungsfreudig
- ❖ geringe Konzentrationsfähigkeit
- ❖ eingeschränkte räumliche Orientierungsfähigkeit

F-Junioren (frühes Schulkindalter):

- ❖ abklingende körperliche Unausgeglichenheit
- ❖ schwach ausgeprägte Muskulatur
- ❖ physische Ausdauer ist größer als die psychische
- ❖ geringe Konzentrationsfähigkeit
- ❖ eingeschränkte räumliche Orientierungsfähigkeit
- ❖ streitsüchtig und albern
- ❖ geringes Selbstvertrauen
- ❖ "süchtig" nach Lob

- ❖ ziellos bei Tätigkeiten
- ❖ bewegungsfreudig
- ❖ neugierig

E-Junioren (mittleres Schulkindalter):

- ❖ ausgeglichen, selbstsicher, optimistisch, gut motivierbar
- ❖ neigen zu Dramatisierungen
- ❖ starker Wissensdrang
- ❖ unkritisches Nachahmungsverhalten
- ❖ bewegungsfreudig
- ❖ hohes Bewegungsgeschick
- ❖ hohes Anpassungsvermögen des Herz-Kreislauf-Systems
- ❖ verbessertes gedankliches Erfassen von Bewegungsabläufen
- ❖ verbessertes Wahrnehmungsvermögen

D-Junioren (spätes Schulkindalter (vorpuberale Phase / reife Kindheit)):

- ❖ ausgeglichenes körperliches Erscheinungsbild
- ❖ hohes Bewegungsgeschick
- ❖ hohes Anpassungsvermögen des Herz - Kreislauf - Systems
- ❖ ungestümer Bewegungsdrang
- ❖ starker Neugiertrieb
- ❖ große Lernfähigkeit und -bereitschaft
- ❖ innere Ausgeglichenheit und Selbstsicherheit
- ❖ sachgerecht und leistungsorientiert
- ❖ Beginn der Entwicklung zur Selbständigkeit
- ❖ Gruppendenken setzt ein

C-Junioren (Erste puberale Phase ("negative" Phase der Reifezeit)):

- ❖ beschleunigtes Längenwachstum
- ❖ körperliche und psychische Disharmonie
- ❖ gestörtes Bewegungsgeschick
- ❖ Beginn der geschlechtlichen Reifung
- ❖ Verunsicherung und Verlust des Selbstvertrauens
- ❖ Stimmungsschwankungen und hohe Empfindlichkeit
- ❖ egozentrisches Denken
- ❖ "Unfugmachen" als Zeichen innerer Unordnung
- ❖ Drang nach Anerkennung
- ❖ gestörtes Verhältnis zum Erwachsenen
- ❖ Drang zu den Gleichaltrigen (Gruppendenken, Bandenbildung)

B-Junioren (Zweite puberale Phase ("positive" Phase der Reifezeit)) :

- ❖ beschleunigtes Wachstum des Muskel-Band-Apparates sowie der Organe
- ❖ Rückkehr körperlicher und psychischer Ausgeglichenheit
- ❖ verbessertes Koordinationsvermögen
- ❖ Verbesserung der Kraft- und Ausdauerleistungen
- ❖ stärkeres Selbstbewusstsein erzeugt größeres Selbstvertrauen
- ❖ sachgerechtes und problembewusstes Denken und Verstehen
- ❖ kritische Überprüfung von Anweisungen und Forderungen (geistiges Trotzalter)
- ❖ Widerrede als Unsicherheit des Eingeständnisses, belehrt worden zu sein

A-Junioren (Adoleszenz=Übergang zum Erwachsenen):

- ❖ körperliche Ausreifung (> sehr gute konditionelle Steigerungsvoraussetzungen)
- ❖ Ausreifung psychischer und kognitiver Fähigkeiten (sehr gute Trainierbarkeit)
- ❖ taktischen Verhaltens
- ❖ Fortschreitung der Persönlichkeitsentwicklung

- ❖ Spezialisierung aufgrund persönlicher Eigenschaften
- ❖ sachgerechtes, vernunftgemäßes Verhalten und Benehmen

Betreuung, Erziehung und Beratung im Kindes- und Jugendalter:

Im Kindes- und Jugendalter werden Leistungsvoraussetzungen nicht unerheblich von der Umgangsart (Führungsstil) des Trainers mit seinen Spielern mitbestimmt!

Es gibt 3 verschiedene Führungsstile:

1. autoritärer Stil
2. demokratisch-kooperativer Stil
3. Laissez-faire Stil (kein Eingreifen des Trainer, keine Regeln, die Kinder werden sich selbst überlassen)

Es gibt jedoch keinen Stil, der in reiner Form immer der Richtige ist. Man muss stets eine Mischform finden und auch diese immer wieder anpassen. Dazu sollte der Trainer die Führungsstile der Eltern der Spieler kennen, um den "richtigen" Stil zu finden, einfach besser auf seine Spieler eingehen zu können! Vollkommen abzulehnen sind jedoch der reine Laissez-faire Stil sowie der rein autoritäre Stil. Während der erste keine zielgerichtete methodische Arbeit zulässt, so behindert der zweite die Entwicklung von Selbständigkeit und Verantwortungsgefühl und stört das Vertrauensverhältnis zwischen Spielern und Trainer! Richtig verstandene und angewandte Betreuung, Erziehung und Beratung im sportlichen Trainingsprozess kann erhebliche Auswirkungen auf die geistige, soziale und psychische Entwicklung von Kindern und Jugendlichen haben und somit auch die sportliche Ausbildung beeinflussen! In diesem Prozess ist der Trainer / Betreuer die entscheidende Schaltstation zwischen Kind bzw. Jugendlichen und dem Sport (!), so dass ihm nicht nur im sportlichen sondern auch im psychologisch-pädagogischen Bereich eine enorme Verantwortung zukommt!

Betreuung, Erziehung und Beratung in der Mini-, F- und E-Junioren:

Der Trainer ist das große Vorbild der Kinder (!), dementsprechend sollte er sich auch selbst so verhalten, wie er es von "seinen" Kindern verlangt:

- Freundlichkeit, Offenheit, Verantwortungsbewusstsein gehören genauso dazu wie die Selbstverständlichkeit, nicht jähzornig oder ungerecht zu sein bzw. vor den Kindern nicht zu rauchen und keinen Alkohol zu trinken!
- Der Trainer sollte den Kindern vielfältige Leistungsmaßstäbe und somit Erfolgserlebnisse schaffen, um alle Spieler Anerkennung finden zu lassen und um Leistungsbereitschaft, Einsatzfreude und Eigenmotivation von Anfang an optimal entwickeln zu können!
- Alle Kinder werden gern gelobt - besonders die F-Junioren!
- Die Kinder - spätestens die E-Junioren - sollten zur aktiven Trainings- und Spielteilnahme erzogen werden (Entwicklung der Konzentrationsfähigkeit)!
- selbständiges, einfallsreiches Handeln fördern (auch wenn's mal nicht zum Ziel führt)!
- Den großen Wissensdrang als Vertrauensbeweis verstehen, Geduld und Verständnis zeigen und noch so nebensächliche Fragen ruhig beantworten!
- Außenseiter und schwächere Spieler bedürfen einer besonderen Zuwendung!
- Wichtig ist, die kindlichen Interessen und Vorstellungen (Bewegung) zu verwirklichen und eben nicht die Interessen der Erwachsenen (Eltern, ...) dem Kinderfußball aufdrücken zu lassen.
- Deshalb sollte den Eltern auch der Betreuungs-, Erziehungs-, Beratungs- und Trainingsprozess in groben Zügen erläutert werden, so dass sie dafür Verständnis haben, dass wir sie von Anfang an vom reinen Trainings- und Spielbetrieb ausschließen!

Betreuung, Erziehung und Beratung in der D- und C-Junioren:

Das Kind wendet sich mehr und mehr vom Erwachsenen ab, sucht seine Vorbilder bei den Gleichaltrigen, so dass der Trainer dieses einsetzende Gruppendenken zur Formung einer verschworenen Mannschaftseinheit nutzen sollte (Entwicklung der Kameradschaftlichkeit)!

- Wichtig ist, dass die Spieler dahingehend befähigt werden, dass sie noch vor Beginn der Pubertät (!) in der Lage sind, Autoritäten anzuerkennen und deren Entscheidungen zu akzeptieren!
- Das steigende Selbstwertgefühl orientiert sich noch stark am Erfolg bzw. Misserfolg, so dass der Trainer viele verschiedene Leistungsmaßstäbe anbieten sollte!
- Selbständigkeit, Zuverlässigkeit und Verantwortungsbewusstsein sollten nun auf und auch außerhalb des Platzes gefördert werden (Übertragen kleinerer Aufgaben)!
- Die nun langsam auftretenden puberalen Probleme sollten im partnerschaftlichen Umgang als vorübergehende Wachstumserscheinungen erklärt werden, so dass der Trainer jedem Spieler das Gefühl vermitteln sollte, gerade an ihn besonders zu glauben!
- Um das nachher wieder langsam schwindende Selbstvertrauen u.a. fehlender Erfolge (koordinative Schwierigkeiten) zu stärken, sollten auch mutige Versuche und eifriges Bemühen anerkannt werden!
- Vorsichtige Kritik immer in Zusammenhang mit einsichtigen Argumenten und besonders das Aufzeigen von anderen, aussichtsreicheren Lösungswegen
- (konstruktive Kritik). Es erhält die Hoffnung auf Erfolg und damit auch die Leistungsbereitschaft. Zudem baut dies beim Jugendlichen eine dauerhafte Autorität auf!
- Auffälliges, provozierendes Verhalten basiert meist nicht auf Bösartigkeit, sondern auf innerer Unruhe, die sich nach außen kehrt. Der Trainer muss deshalb dem Spieler Selbstvertrauen einflößen, ihm seine Wichtigkeit für die Mannschaft aufzeigen und dass er hinter ihm steht, um die psychische Verunsicherung zu lösen!
- Stimmungslabile Empfindlichkeit drückt häufig den Ruf nach Zuwendung aus, so dass der Trainer in partnerschaftlichem Umgang mit verständnisvollen Worten dies Bedürfnis befriedigen sollte!

Betreuung, Erziehung und Beratung in der B- und A-Junioren:

Rückkehr zu körperlicher und damit auch psychischer Ausgeglichenheit führt zu mehr Sachlichkeit und Argumentation, so dass der Jugendliche Anweisungen und Korrekturen nicht mehr unkritisch entgegennimmt!

- Der Trainer muss die Einwände des Jugendlichen ernst nehmen und bereit sein,
- Zu erklären, zu überzeugen bzw. auch fähig sein, eigene Fehler einzugestehen!
- Der Trainer sollte bereit sein, dem Jugendlichen zuzuhören und versuchen, ihn zu verstehen (sportlich sowie außersportlich)!
- Eigene Ansichten und deren Richtigkeit sollte der Trainer nicht durch größere Erfahrung begründen, sondern mit den Gründen, die ihn zu dieser Meinung gelangen ließen! Wichtig ist, auch immer die Darstellung der Folgen bestimmter Entscheidungen zu erklären!
- Der in der Jugendkrise befindliche Spieler sieht etwas um so eher ein, desto weniger autoritär es ausgesprochen wird!
- Besonders im B-Juniorenalter lassen sich u.a. aufgrund wiederkehrender Sachlichkeit aktive und passive Kritikfähigkeit sowie die Fähigkeit zur Selbstkritik entwickeln!
- Der Trainer sollte dem Jugendlichen weiterhin breiten Spielraum zur Persönlichkeitsentwicklung bieten, indem er eigenständiges Entscheiden und Handeln fördert!
- Verantwortungsbewusstsein sollte u.a. durch das Übertragen von entsprechenden Aufgaben gefördert werden: Hilfestellung für leistungsschwächere Spieler, Organisationsaufgaben- und Beobachtungsaufgaben. (z.B. Aufsicht über eine Trainingsgruppe)
- Der Trainer sollte sich der Jugendsprache anpassen, um seine Ziele und Wünsche leichter verständlich zu machen, so dass die Spieler sie bereitwilliger ausführen und um das Wir-Gefühl weiter zu vertiefen!

- Der Trainer sollte seine Spieler nicht mit einem Mal siezen, weil die Spieler dies meist als unangenehm empfinden, weil die Spieler so ein Gefühl von Distanz zum Trainer vermittelt bekommen!

Der Star ist die Mannschaft - Teamsport schult soziales Verhalten

Quelle: www.soccerdrills.de

1. Pünktlichkeit

- Das Team wartet auf mich.
- Ohne mich ist das Team nicht komplett.
- Meine Unpünktlichkeit stört das gesamte Team.

2. Zuverlässigkeit

Trainingsbeteiligung

- Ich versuche kein Training zu versäumen. Es ist unfair Training leichtfertig abzusagen, weil mein Trainer sich vorbereitet und Zeit investiert.
- Ich sage ab, wenn ich nicht zum Training kommen kann. Mein Trainer und mein Team sorgen sich, wenn ich nicht zum Training erscheine.
- Gehe ich nicht zum Training, blockiere ich nicht nur meine Lernziele, sondern auch das Team.
- Nur im Training lernen ich und mein Team das Fußballspielen. Wollen wir erfolgreich sein, müssen wir trainieren.

Pflicht- und Freundschaftsspiele

- Die Teilnahme ist für mich eine Selbstverständlichkeit. Mir sind die Termine oft sehr früh bekannt. Kann ich nicht erscheinen, sage ich so früh wie möglich persönlich beim Trainer ab.
- Ich werde alle Möglichkeiten ausschöpfen, diese Termine zu halten. Einladungen zu Geburtstagen oder Familienfeiern kann ich mit dem Hinweis "Ich habe Verantwortung für mein Team, es wartet auf mich" oft zeitlich verändert werden.
- Meine Eltern helfen mir bei meinem Vorhaben, das Fußballspielen zu erlernen.

3. Freundlichkeit - Teamfähigkeit

- Freundlichkeit ist für mich selbstverständlich.
- Das Team und das gesamte Umfeld ermöglichen mir das Fußballspielen.
- Ich kann nicht jeden gleich gern mögen, akzeptiere aber jeden Mannschaftskameraden.
- Es ist für mich einfach nett und freundlich zu sein. Beispiel: Ich grüße Kinder und Erwachsene, die ich kenne.
- Das Umfeld wird nicht nur mich, sondern auch mein Team für meine Freundlichkeit mögen. Bin ich unfreundlich, schade ich meinem Team.
- Ich verhalte mich im Kreis meiner Mannschaft diszipliniert. Nur im Team kann ich Fußball lernen und die Ziele erreichen.
- Fußball ist ein Mannschaftssport. Schaffe ich es allein zu gewinnen? Nein! Jeder auf dem Feld muss dieses Ziel verfolgen und sich ins Team einbringen.
- Wie spielen wir erfolgreich Fußball? Indem Ich das Fußballspielen lerne. Nur so kann ich der Mannschaft weiterhelfen.
- In Spiel und Training gebe ich immer 100%. Ich bin ein wichtiger Teil des Teams und stelle mich vollständig in den Dienst der Mannschaft.

4. Umwelt und Sauberkeit

- Ich gehe pflegsam mit dem Vereinseigentum um. Das Gelände, die Umkleideräume, Duschräume und alle anderen Gemeinschaftsflächen sollen meinem Verein, meinem Team und mir noch lange Freude bereiten.
- Der vernünftige Umgang mit Bällen, Trikots, und Trainingshilfen ist für mich eine Selbstverständlichkeit.
- Als Gast bei anderen Vereinen gelten die genannten Grundsätze noch stärker. Bei Verfehlungen gegen die Sauberkeitsgrundsätze schade ich nicht nur meinem Team, sondern auch meinem Verein.

5. Kritikfähigkeit - Diskussionen

- Ich überprüfe mein Teamverhalten ständig.
- Kritik an meine Verhaltensweisen nehme ich ernst.
- Ich kann ungerechtfertigte Kritik jederzeit in Gesprächen zurückweisen.
- Ich habe schlecht gespielt, verliere aber nicht den Willen fleißig zu trainieren, um meine Leistung zu verbessern.
- Das frühzeitige Ansprechen und das Diskutieren von Teamproblemen helfen dem Team und mir.
- Ich akzeptiere auch, dass mich der Trainer mal nicht aufstellt. Durch mehr Trainingsfleiß dränge ich mich für das nächste Mal auf.

6. Hilfsbereitschaft

- Ich helfe jedem aus dem Team, wenn er Probleme hat und um Hilfe bittet.
- Bittet mein Verein um Hilfe (z.B.: Gruppenarbeit), helfe ich sofort im Rahmen meiner Möglichkeiten.
- Ich übernehme das Wegräumen von Bällen und Trainingshilfen bei Spiel und Training.
- Ich akzeptiere auch schwächere Teammitglieder und gebe Tipps, damit sie sich verbessern können.

7. Fairplay

- Ich verhalte mich stets freundlich und korrekt zu meinen Gegenspielern, egal ob im Training oder im Spiel gegen einen anderen Verein.
- In meinem Team spielt jeder Fußball. Bei Fehlern unterstütze ich jeden einzelnen im Team, damit es beim nächsten Versuch besser klappt.
- Der Schiedsrichter ist mein Freund. Er ermöglicht mir das Spiel.
- Ich spiele harten und dynamischen Fußball, werde aber niemals jemanden absichtlich foulern.

8. Ehrlichkeit

- Mein Trainer verträgt Ehrlichkeit. Habe ich mal keine Lust zum Training, kann ich das sagen.
- Lügen schaden dem Vertrauensverhältnis.

Die 4 Säulen des Fußballs

- Technik – Entscheidende Grundlage der Spieltätigkeit zur Lösung von rationalen und ökonomischen Bewegungshandlungen mit Ball
- Taktik – Zielgerichtete Anwendung der vorhandenen Möglichkeiten im Spielverhalten einer Mannschaft, ihrer Mannschaftsteile und ihrer einzelnen Spieler. Wir unterscheiden ein grundsätzlich – planmäßiges und situationsbezogenes – individuelles Spielverhalten

- Psychisch/konditioneller Bereich – Komponente der sportlichen Leistungsfähigkeit, die durch das Niveau der konditionellen Komponenten (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Gewandtheit und Koordination) bestimmt wird.
- Willenmäßig/moralischer Bereich: Ausgeprägter Siegeswille, Risikobereitschaft, Selbstvertrauen/nicht Selbstgefälligkeit, Lebensregime, Ordnung, Disziplin, Pünktlichkeit, Ehrgeiz, Motivation

Phasen der Trainierbarkeit

	Kindheit 6/7 – 9/10	10/12– 12/13	Jugend 12/13 – 14/15	14/15 – 16/18
Techniklernen	***	****		***
Reaktionsfähigkeit	****			
Gleichgewichtsfähigkeit	****	****		
Orientierungsfähigkeit	***		***	****
Differenzierungsfähigkeit	****	****		
Schnelligkeitsfähigkeit	****	****		
Maximalkraft			****	****
Schnellkraft	***	****		
Aerobe Ausdauer	***	***	***	***
Anaerobe Ausdauer		**	***	****

Beispiel Mannschaftsregeln (Kleinfeld)

Fair Play der Kinder

- o Wir sind ein Team, gewinnen und verlieren gemeinsam
- o Ich benutze keine Schimpfwörter
- o Ich halte mich an die Fußballregeln
- o Ich entschuldige mich nach einem Foul und gebe dem Spieler die Hand
- o Ich halte mich an die Anweisungen meines Trainers
- o Ich akzeptiere die Schiedsrichterentscheidungen
- o Meine Mannschaft tritt ordentlich auf (Trikot, Hosen, Stutzen, Schienbeinschoner, Schuhe) und geht sorgsam mit Vereinseigentum um
- o Wir helfen alle mit (Material, Kabine)
- o Ich begrüße die Trainer per Handschlag und klatsche meine Mitspieler ab
- o Wir beginnen gemeinsam das Training (Pünktlichkeit)
- o Wir beenden gemeinsam das Training (Mannschaftsschlachtruf im Kreis)

Fair Play der Eltern

- o Wir sind ein Team, gewinnen und verlieren gemeinsam
- o Wir akzeptieren die Entscheidungen des Trainers vor, während und nach dem Spiel
- o Wir benutzen keine Schimpfwörter
- o Wir akzeptieren die Schiedsrichterentscheidungen
- o Wir sorgen dafür, dass wir mit unserem Kind pünktlich am Treffpunkt sind
- o Falls unser Kind am Training bzw. Spiel nicht teilnehmen kann, sagen wir beim Trainer rechtzeitig ab
- o Beim eigenen Jugendturnier, sowie bei Festen, helfen wir tatkräftig mit und stehen somit unserem Team (Kinder-Eltern-Trainer) stets zur Seite

Fair Play der Trainer

- o Wir sind ein Team, gewinnen und verlieren gemeinsam
- o Ich bin Vorbild (Pünktlichkeit, kein Alkohol/Nikotin auf dem Sportplatz und in der Kabine)
- o Ich bereite mich auf das Training und Spiel vor
- o Ich akzeptiere die Schiedsrichterentscheidungen
- o Ich benutze keine Schimpfwörter
- o Fair Play gegenüber allen Beteiligten (Spieler, Schiedsrichter, gegnerische Spieler und Trainer, Eltern, Zuschauer etc.)
- o Stets zwei offene Ohren gegenüber Spieler und Eltern

Ehrenkodex für Fußballtrainer

www.soccerdrills.de

- Der Trainer / die Trainerin respektieren die Würde der Sportlerinnen und der Sportler; diese sind unabhängig vom Geschlecht, sozialer und ethnischer Herkunft, Weltanschauung, politischer Überzeugung und wirtschaftlicher Stellung gleich zu behandeln.
- Der Trainer / die Trainerin bemühen sich, die Anforderungen des Fußballsports in Training und Wettkampf, mit den Belastungen des sozialen Umfelds, insbesondere von Familie und Beruf, in Einklang zu bringen.
- Der Trainer / die Trainerin bemühen sich um ein pädagogisch verantwortliches Handeln:
 - Sie geben an die zu betreuenden Sportlerinnen und Sportler die wichtigen Informationen zur Entwicklung und Optimierung ihrer Leistungen weiter.
 - Sie beziehen die Sportlerinnen und Sportler bei Entscheidungen mit ein, die sie persönlich betreffen.
 - Sie bemühen sich bei Konflikten um offene, gerechte und humane Lösungen.
 - Sie wenden gegenüber den Athleten keine Gewalt an.
 - Sie erziehen zur Eigenverantwortlichkeit und zur Selbständigkeit in Hinblick auf das spätere Leben.
- Der Trainer / die Trainerin erziehen ihre Sportlerinnen und Sportler darüber hinaus
 - zu sozialem Verhalten in der Trainingsgemeinschaft,
 - zu fairem Verhalten innerhalb und außerhalb des Wettkampfes und zum nötigen Respekt gegenüber allen anderen in das Leistungssportgeschehen eingebundenen Personen (u.a. der gegnerischen Mannschaft, der eigenen Mannschaft, dem Schiedsrichter, den Zuschauern und den Medien),
 - zum verantwortungsbewussten Umgang mit Sportmaterialien, Räumen, Gebäuden und der Mitwelt.
- Das Interesse der Sportlerinnen und Sportler, ihre Gesundheit, ihr Wohlbefinden und ihre persönliche Entwicklung stehen über den Interessen und den Erfolgszielen der Trainerinnen und Trainer. Alle Trainingsmaßnahmen sollen dem Alter, der Erfahrung sowie dem aktuellen physischen und psychischen Zustand der Sportlerinnen und Sportler entsprechen.
- Trainerinnen und Trainer verpflichten sich, den Gebrauch verbotener Mittel (Doping) zu unterbinden und Suchtgefahren (Drogen-, Nikotin und Alkoholmissbrauch) vorzubeugen. Sie wirken ihren negativen Einflüssen und Auswüchsen durch gezielte Aufklärung und Wahrnehmung ihrer Vorbildfunktion entgegen.
- Der Trainer / die Trainerin respektieren in allen Verhaltensweisen die Grundsätze des Fairplay, insbesondere beachten sie die Ordnungen des DFB, sie üben Korrektheit, Recht und Kollegialität und bemühen sich um gegenseitiges Vertrauen.
- Der Trainer / die Trainerin unterlassen diffamierende Äußerungen über Kollegen, insbesondere im Hinblick auf Können, Arbeitsleistung und persönliche Wertschätzung.
- Der Trainer / die Trainerin greifen nicht in ein geschütztes Arbeitsverhältnis eines Kollegen ein, d.h. solange die vertragsrechtlichen Angelegenheiten eines Kollegen nicht ordnungsgemäß mit dem Verein geklärt sind, beginnt und übernimmt kein Trainerkollege die neue Tätigkeit.

- Der Trainer / die Trainerin bemühen sich um eine hohe Allgemeinbildung und kommen ständig ihrer Fortbildungspflicht nach.

DFV – Fußball-Techniker-Abzeichen

1. Übung: JONGLIEREN

– mit dem Vollspann (rechts, links und im strengen Wechsel)

– mit der Innenseite (rechts, links und im strengen Wechsel) – nur für Gold

– mit dem Kopf

Beginn aus der Hand. Bei weniger als drei Ballberührungen gilt der Versuch als nicht begonnen, kann er zusätzlich bis zu zweimal wiederholt werden. Er ist beendet, wenn der Ball den Boden oder einen anderen als den jeweils vorgeschriebenen Körperteil berührt.

Für Gold muß der strenge Wechsel zwischen vorgeschriebenem Körperteil und Wand eingehalten werden.

Bei jeder Form wird jeweils der Bestwert aus drei gültigen Versuchen notiert.

Hinweis: In allen Altersklassen wird für das Fußball-Technik-Abzeichen der Stufen Bronze und Silber frei jongliert, für Gold grundsätzlich gegen die Wand. Zusätzlich wird für Gold in jeder Altersklasse mit der Innenseite (rechts, links und im strengen Wechsel gegen die Wand) gefordert.

Der der Altersgruppe Kinder kann das Jonglieren mit dem Fuß beliebig (Vollspann oder Innenseite, rechts, links oder im Wechsel) durchgeführt werden.

2. Übung: ZIELSTÜSSE MIT DER INNENSEITE

Aus der Bewegung (4 bis 6 m) erfolgt ein direkter flacher Stoß gegen den von vorn zugespielten Ball in ein Tor von 1,5 m Breite. Die Entfernungen zum Tor betragen:

Kinder	8 m
Knaben	10 m
Schüler	12 m
Jugend	14 m
Junioren	16,50 m

Der Zuspieler befindet sich in der Mitte hinter dem Tor. Je Bein 5 Versuche. Die Zahl der Gesamttreffer wird gewertet.

3. Übung: STÜSSE MIT DEM INNENSPANN (FLUGBALL)

Zielstoß (Flanke) aus dem Ballführen (ca. 2 bis 4 m) im annähernd rechten Winkel zur Laufrichtung (zweckmäßig ist die Strafraumlinie) in ein Quadrat von 4 x 4 m.

Die Entfernungen zum Zielmittelpunkt betragen:

Kinder	15 m (Quadrat 5 x 5 m)
Knaben	15 m
Schüler	20 m
Jugend	25 m
Junioren	30 m

Je Bein fünf Versuche. Die Zahl der Gesamttreffer wird gewertet.

4. Übung: STÜSSE MIT DEM VOLLSPANN (TORSCHUSS)

Der Torschuss erfolgt rechts und links in die Torhälfte qualifiziertes Großfeldtor, wobei der Ball frontal 6 m bis zu einer Linie geführt wird. Die Entfernungen zum Tor betragen:

Kinder	10 m
Knaben	12 m
Schüler	14 m
Jugend	16,50 m
Junioren	18 m

Es werden nur scharfe Torschüsse gewertet!

Je Bein fünf Versuche. Die Zahl der Gesamttreffer wird gewertet.

5. Übung: KOPFSTÜSSE (GENAUIGKEIT)

Der Kopfstoß erfolgt aus der Bewegung nach Gerecht von vorn in ein Zielrektorium von der Größe 2,5 x 2,5 m in der durch Leitern gestrichelten Rechteckfläche von 5 x 2,5 m.

Die Entfernungen zum Tor betragen:

Kinder	4 m
Knaben	6 m
Schüler	8 m
Jugend	10 m
Junioren	12 m

Jeweils fünf Versuche in das untere und obere Zielrektorium. In das obere Zielrektorium kann der Ball nur aufsteigend (übermalen) eingebracht werden.

Der Kopfstoß zum Kopfstoß erfolgt jeweils in der Mitte von dem Zielrektorium, in das geklopft werden soll (siehe Skizze).

Hinweis: Kinder und Knaben können in ein größeres Zielrektorium von der Größe 2,5 x 2,5 m (balkenloses Rechteckfeld von 5 x 2,5 m). Der Ball muß als Flugball in das Torfeld geklopft werden.

6. Übung: BALLFUHREN IM SLALOM

Der Lauf erfolgt um acht Fahnenstangen. Die Strecke ist hin und zurück zu durchlaufen, wobei die vierte Fahne auf dem Hinweg und die dritte auf dem Rückweg ganz zu umlaufen ist. Der schnellste von zwei Läufen gelangt in die Wertung. Es ist wichtig, daß der Lauf links neben der Start- und Zielfahne beginnt und an der zweiten Fahne rechts vorbeigelaufen wird. Zur Erleichterung der Zeitnahme ist die Verwendung eines Zeitbandes vorteilhaft.

7. Übung: ZUSAMMENGESetzte TECHNISCHE Übung: BALLMITNAHME – DRIBBLING – TORSCHUSS

Der Spieler befindet sich außerhalb eines Quadrats von 3 x 3 m. Im Eingangsraum nimmt er ein Quadrat den ihm von schräg vorn zugespieltem Ball an. Er bringt ihn in unter Kontrolle, daß er in der Lage ist, sofort eine zügige Ballführung um Fahnenstangen und einen gezielten Torschuss anzuschließen. Die Ballannahme kann beliebig (Kopf, Brust, Oberschenkel, Fuß) erfolgen.

Die Ballführung erfolgt durch fünf Fahnenstangen, die im Abstand von jeweils zwei Metern aufgestellt sind (die erste Fahnenstange steht auf der Linie des Quadrats, die fünfte zwei Meter vor der Abwehrlinie).

Rechtigen Einlauf beachten! Soll der Stoß mit dem rechten Bein geschossen, wird an der rechten Seite eingelaufen und umgelenkt. Der scharfe Innenspannstoß erfolgt in das halbierte Tor (rechtes Bein – linke Torhälfte; linkes Bein – rechte Torhälfte).

Die Entfernungen zum Tor betragen:

Kinder	10 m
Knaben	12 m
Schüler	14 m
Jugend	16,50 m
Junioren	18 m

Je Bein fünf Versuche. Die Zahl der Gesamttreffer wird gewertet.

Hinweis: Als Fehlversuch gelten:

- Ballannahme außerhalb des Quadrats
- Ballführung nach falscher Seite

– Berührung einer Fahnenstange durch den Ball

Anmerkung für alle Zielrektorien:

Für jeweils zwei Zielstöße, die an den Füssen, die Linie oder Fahnenstange gehen, ist ein Treffer zu vergeben.

NORMTABELLE für die Altersklassen Kinder – Knaben – Schüler – Jugend – Junioren															
Übung	E-Junioren Kinder			D-Junioren Knaben			C-Junioren Schüler			B-Junioren Jugend			A-Junioren Junioren		
	B	S	G	B	S	G	B	S	G	B	S	G	B	S	G
1 X	6	10	10	10	20	20	20	30	30	30	40	40	40	50	50
2	5	7	9	5	7	9	5	7	9	5	7	9	5	7	9
3	5	7	9	5	7	9	5	7	9	5	7	9	5	7	9
4	5	7	9	5	7	9	5	7	9	5	7	9	5	7	9
5	5	7	9	5	7	9	5	7	9	5	7	9	5	7	9
6	23,2	22,8	22,2	22,2	21,7	21,2	21,3	20,8	20,3	20,7	20,2	19,7	19,8	19,3	18,8
7	5	7	9	5	7	9	5	7	9	5	7	9	5	7	9

X Anmerkung zur Übung 1: Die vorgegebene Norm ist bei jeder Jonglierart zu erreichen.

Die fünf Stationen des DFB - Fußball-Abzeichens

Eine sorgfältige Vorbereitung sowie eine gewissenhafte Organisation helfen, einen reibungslosen Ablauf der Veranstaltung sicher zu stellen. Im Folgenden einige Tipps zu den fünf Stationen.
Ballmaterial: Mindestens zwei Leichtbälle 360 g (bis 13 Jahre) und zwei Normalbälle pro Station bereithalten.

Schnellerer Aufbau: Der Durchlauf durch die Stationen kann beschleunigt werden, indem wartende Teilnehmer/innen bei den folgenden Stationen den Teilnehmer/innen die Bälle zurückspielen:
Kopfbalkönig, Flankengeber, Elferkönig

Aufbau: Die Stationen müssen genau abgemessen werden. Bei allen Stationen muss darauf geachtet werden, dass die Teilnehmer/innen genügend Freiraum haben, um die Übungen zu absolvieren und nicht durch wartende Teilnehmer/innen bedrängt werden. Gegebenenfalls muss die Station im Start- oder Schussbereich abgegrenzt werden.

Bei hohen Teilnehmerzahlen empfiehlt es sich, die Stationen je nach Beanspruchung der Rasenfläche zu versetzen

Sicherheitshinweis: Bewegliche Tore verankern!

Anzahl der Helfer/innen und Stationsbetreuer/innen – 10 insgesamt; Dribbelkünstler – 1; Kurzpass-Ass – 2; Kopfbalkönig – 2; Flankengeber – 2; Elferkönig – 1; Springer für die Stationen – 1; Organisation (u.a. Anmeldung & Ausstellen der Urkunden) – 1

Die einzelnen Stationen im Überblick

1. Dribbelkünstler; 2. Kurzpass-Ass; 3. Kopfbalkönig; 4. Flankengeber; 5. Elferkönig

Station 1: Dribbelkünstler

Aufgabe: Start mit ruhendem Ball von der Startlinie. Die Laufrichtung durch den Parcours ist vorgegeben. Den Ball mit dem Fuß durch die Stangen dribbeln. Die Ballprellwand durch einen gezielten Innenseitstoß anspielen und den zurückprallenden Ball in die weitere Laufbewegung mitnehmen. Anschließend das Stangentor mit dem Ball am Fuß durchlaufen, um die nächsten zwei Hütchen dribbeln. Durch einen gezielten und entsprechend dosierten Innenseitstoß muss der Ball so durch das kleine Stangentor gespielt werden, dass bei gleichzeitigem Umlaufen des Tores (rechts oder links herum) der Ball hinter dem Stangentor und vor der Ziellinie wieder aufgenommen werden kann.



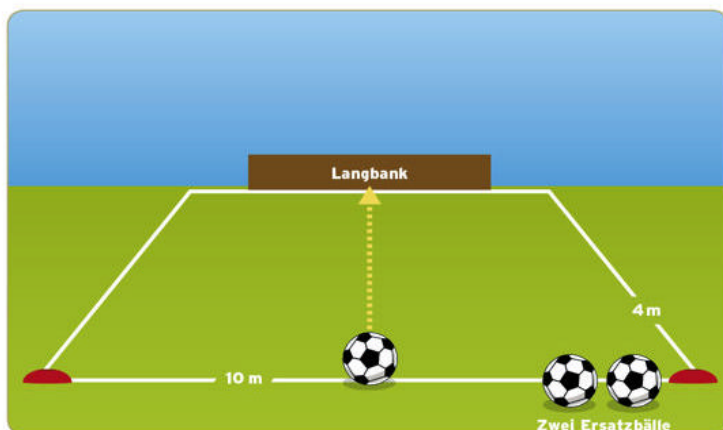
Wertung: Alle Altersgruppen haben zwei Versuche. Die beste Zeit wird gewertet. Die Zeit wird gestoppt, wenn die Ziellinie vom Teilnehmer mit dem Ball am Fuß überquert wird. Punktzahl Es wird immer auf volle Sekunden abgerundet (z. B. 21,9 Sek. wird gerundet auf 21 Sekunden): 1-17 Sek. 60 Punkte; 18-21 Sek. 50 Punkte; 22-25 Sek. 40 Punkte; 26-29 Sek. 30 Punkte; 30-33 Sek. 20 Punkte; 34-37 Sek. 10 Punkte; > 37 Sek. 0 Punkte; Maximal erreichbare Punktzahl: 60

Aufbau: Als Ballprellwand kann z.B. eine (Lang)-Bank (bitte befestigen) verwendet werden. Die Höhe der Ballprellwand darf max. 30 cm betragen. Die Skizze zeigt, wie Stangen, Hütchen und Markierungsteller aufgebaut werden müssen. Bitte unbedingt diesen Aufbauplan einhalten.
Durchführung Der Laufweg muss eingehalten werden (siehe Skizze). Wenn die Teilnehmer/innen den Laufweg nicht einhalten, darf der Durchgang nicht gewertet werden. Dies gilt auch dann, wenn die Teilnehmer/innen nicht mit dem Ball am Fuß über die Ziellinie dribbeln. Ein/e Stationsbetreuer/in achtet auf die genaue Durchführung, der/die andere nimmt die Zeit.

Station 2: Kurzpass-Ass

Aufgabe: Der Spieler muss den Ball mit der Innenseite 30 Sekunden gegen eine Ballprellwand spielen. Der Abstand zur Bank beträgt vier Meter. Während der Übung darf zweimal ein Ersatzball verwendet werden.

Aufbau Als Ballprellwand kann z.B. eine Langbank oder eine sonstige stabile Bank verwendet werden. Die Höhe der Langbank darf max. 30 cm betragen. Die Skizze zeigt, wie Langbank und Markierungsteller/-hütchen aufgebaut werden muss.



Wertung: Jeder Kontakt mit der Bank zählt als Treffer, auch wenn der Ball nicht über die Passlinie zurückkommt. Nur Innenseitstöße zählen.

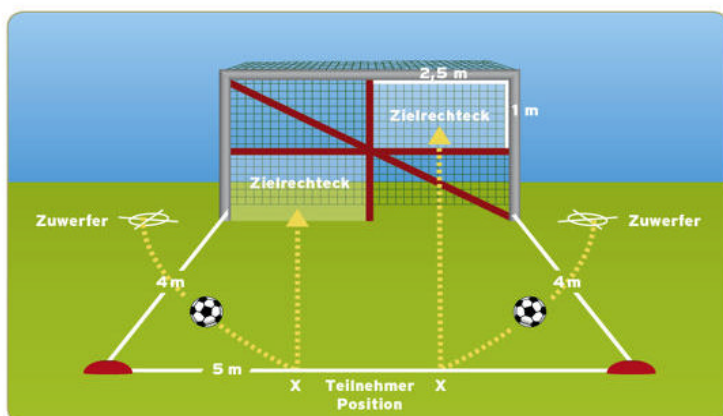
Punktzahl: Jeder Spieler hat 30 Sekunden Zeit, möglichst viele Pässe zu spielen, wobei jeder regelgerechte Kurzpass (Innenseite, Mindestabstand), der auf die Bank trifft (auch Kantentreffer, die in die Richtung des Teilnehmers zurückprallen), mit 3 Punkten gewertet wird. Maximal erreichbare Punktzahl: 60

Die Passlinie sollte zur besseren Orientierung für Teilnehmer/innen und Stationsbetreuer/innen deutlich markiert werden. Es kann ein Tor hinter die Bank gestellt werden

Durchführung Jeder Kontakt mit der Bank zählt als Treffer, auch wenn der Ball nicht über die Passlinie zurückkommt. (Hinweis: In diesem Fall darf der Ball auf die Passlinie zurückgeholt werden!) Der zurückspringende Ball darf nach jedem Rückprall mit dem Fuß kontrolliert oder auch direkt gespielt werden. Der von der Bank hoch zurückspringende Ball darf nicht mit der Hand gefangen werden. Wenn der/die Teilnehmer/in den Ball vor der Passlinie gegen die Bank spielt, wird der Pass nicht gewertet. Dies ist unbedingt einzuhalten. Nur wenn der Ball über die Bank oder neben die Bank gespielt wird, darf ein Ersatzball verwendet werden. Die zwei Ersatzbälle liegen auf der Passlinie an einem der beiden Eckpunkte bereit und dürfen nur vom Teilnehmer selbst wieder ins Spiel gebracht werden. Ein/Eine Stationsbetreuer/in achtet auf die genaue Durchführung, der/die andere stoppt die Zeit.

Station 3: Kopfbalkkönig

Aufbau In einem Kleinfeldtor (2 x 5m) wird ein Band in der Mitte der Latte senkrecht zum Boden gespannt. Ein zweites wird mittig zwischen den Pfosten horizontal befestigt und ein drittes



Wertung: Jeder Spieler hat je zwei Versuche aus vier Meter Entfernung in das untere und obere Zielrechteck zu treffen. Punktzahl: Jeder korrekte Treffer wird mit 15 Punkten gewertet. Die Punktzahl ergibt sich aus allen vier Versuchen. Maximal erreichbare Punktzahl: 60

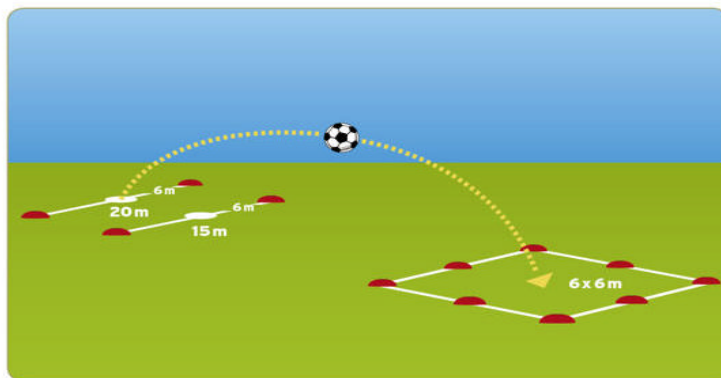
vom oberen linken Toreck diagonal an das untere rechte Toreck angebracht. Unbedingt auf straffe Bänder achten und die Heringe fest im Boden verankern. (Unfallgefahr!) Die Viermeterlinie mit Markierungskreide oder Markierungstellern/Hütchen abgrenzen.

Aufgabe: Der Kopfstoß erfolgt aus der Bewegung in ein gevierteltes Kleinfeldtor. Der Abstand zum Tor beträgt vier Meter. In das untere Rechteck kann der Ball als Aufsetzer geköpft werden. Ein Treffer ist auch dann gültig, wenn es zu einer Berührung der Bänder kommt und der Ball anschließend durch das korrekte Zielrechteck ins Tor fliegt.

Durchführung Der Zuwerfer steht seitlich neben dem Tor (immer auf Seite des Zielrechtecks). Er wirft von dort je zweimal von links und rechts den Ball beidhändig von unten nach oben (Bogenwurf) zum Spieler. Gute Zuwürfe sind für das Gelingen der Übung entscheidend. Bei einem schlecht zugeworfenen Ball, wird der Versuch wiederholt. Wenn der/die Teilnehmer/in den Ball innerhalb der Viermeterzone köpft, wird ein Treffer nicht gewertet. Sollte ein geköpfter Ball von den Bändern zurückprallen, wird der Versuch wiederholt. Bälle, die gegen den Pfosten oder die Latte geköpft werden und nicht ins Tor (Zielrechteck) gehen, werden als Fehlversuch gewertet.

Station 4: Flankengeber

Aufbau: Das Zielquadrat wird mit bunten Markierungstellern



4
STATION

Wertung: Jeder Schütze hat vier Versuche, den ruhenden Ball ins Zielquadrat zu flanken. Entfernung bis 13 Jahre: 15m; ab 14 Jahre: 20m
Punktzahl: Für jeden Treffer erhält der Teilnehmer 15 Punkte. Die Punkte aller vier Versuche werden zusammengezählt.
Maximal erreichbare Punktzahl: 60

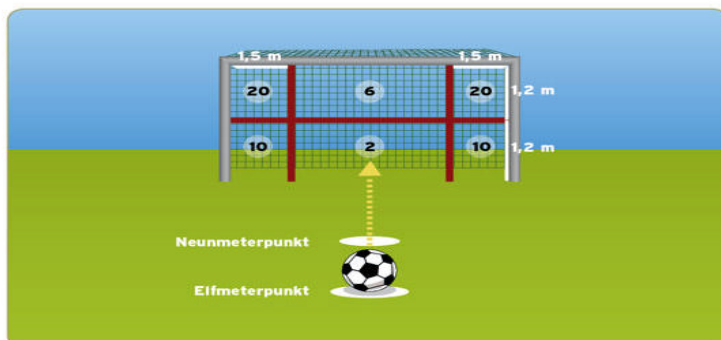
gekennzeichnet. Die zwei unterschiedlichen Entfernungen werden von der vorderen, den Teilnehmer/innen zugewandten Seite des Quadrats aus gemessen. Die Schusslinien mit Kreide, Farbe oder Spray kennzeichnen

Aufgabe: Der Ball wird mit einem Zielstoß (Innenspann) als Flanke in ein quadratisches Zielgebiet gespielt.

Durchführung Einer/Eine der Stationsbetreuer/innen muss in der Nähe des Zielquadrats stehen, um genau erkennen zu können, ob der Ball im Quadrat oder auf den zum Quadrat gehörenden Linien landet. Der Ball muss nicht im Zielquadrat liegen bleiben. Wenn der Ball vorher den Boden berührt, gilt der Versuch als ungültig Auch die Markierungsteller und die Linie des Zielquadrats zählen zur Trefferfläche.

Station 5: Elferkönig

Aufbau: In einem Großfeldtor werden zwei Bänder im Abstand von



5
STATION

Wertung: Jeder Spieler hat drei Versuche. Die Wertung ergibt sich aus dem oben abgebildeten Punktegitter; Entfernung bis 13 Jahre: 9m; ab 14 Jahre: 11m
Punktzahl: Die Punkte aller drei Versuche werden zusammengezählt.
Maximal erreichbare Punktzahl: 60

1,5 Meter vom rechten und linken Pfosten entfernt, senkrecht zum Boden gespannt. Ein drittes wird mittig horizontal zwischen den Pfosten befestigt. Unbedingt auf straffe Bänder achten und die Heringe fest im Boden verankern (Unfallgefahr!) Neun- und Elfmeterpunkt deutlich markieren
Aufgabe: Torschuss frontal vom Neun- oder Elfmeterpunkt auf ein Großfeldtor.
Durchführung: Der/Die Teilnehmer/in schießt dreimal auf das Tor (Punktegitter). Sollte ein geschossener Ball von den Bändern zurückprallen, wird der Versuch wiederholt. Bälle die gegen Pfosten oder Latte geschossen werden, und nicht ins Tor gehen, werden als Fehlversuch gewertet (keine Wiederholung).

Bekannte Fußballquellen im Internet:

- www.fussball.de
- www.dfb.de
- www.flb.de
- www.fortunababelsberg.de
- www.soccerdrills.de
- www.fussballtraining.de