

# JFG 2004

# Bayerisches Vogtland



## Ausbildungskonzept

**Sportliche Ausbildung und Förderung**  
**Persönlichkeitsentwicklung - Soziale Kompetenz**

# Vorwort

**Der ideale Jugendtrainer ist Vorbild in allen Lebenslagen, er ist immer gut drauf, hat nie schlechte Laune, er ist ein qualifizierter Übungsleiter, Helfer, Freund, Tröster und Autorität in einer Person. Er hat stets ein offenes Ohr für die Sorgen seiner Schützlinge, er vermittelt Freude und Begeisterung am Fußball, er ist Motivator und Animateur, er hört sich geduldig die Kritik der Väter und Mütter an, deren Filius mal wieder auf der falschen Position oder zu kurz oder gar nicht zum Einsatz gekommen ist. Er bewahrt selbst in der größten Hektik die Ruhe, hat bei Niederlagen als Trost stets ein paar Süßigkeiten dabei, er ist ein Experte im Lösen von verknoteten Schnürsenkeln und kann es einfach nicht begreifen, warum dieser nette Schiedsrichter zum wiederholten Mal das Abseits übersehen hat.**

**Keine Frage, es gibt sicher ruhigere Hobbies als Jugendfußballtrainer zu sein!**

**Aber warum tun wir uns das alles an? Warum stehen wir bei Wind und Wetter auf dem Sportplatz? Warum nehmen wir es hin, dass am Ende einer stressigen Fußballwoche für uns kein Wort der Anerkennung übrig bleibt, sondern nur eine einzige Frage: „Na, wie habt ihr gespielt?“**

**Die Antwort lautet schlicht und einfach:**

**Wir sind Jugendtrainer, weil wir im positiven Sinne „Fußballverrückte“ sind und weil uns die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen Spaß macht und wir unsere Freude am Fußballsport gerne an andere weitergeben wollen.**

**Doch auch die Begeisterung des engagiertesten Fußballtrainers stößt irgendwann an ihre Grenzen. Denn wer motiviert uns eigentlich? Wer sorgt dafür, dass wir stets aufs Neue mit Spaß und Freude zum Training gehen?**

# Vorwort

Die Antwort liegt im Fußballspiel selbst: Fußball ist ein Mannschaftssport, bei dem man nur gemeinsam, mit Hilfe und Unterstützung der anderen das Ziel erreichen kann. Und so können auch wir als Jugendtrainer nur gemeinsam, im Team, unsere Ziele erreichen. Diese Ziele allerdings gilt es zu definieren und schwarz auf weiß festzuhalten.

Ein modernes Ausbildungskonzept darf sich aber nicht nur in der sportlichen Ausbildung von Kindern und Jugendlichen erschöpfen. Die Entwicklung der Persönlichkeit und das Vermitteln von gesellschaftlich relevanten Werten wie Hilfsbereitschaft, Ehrlichkeit, Verantwortungsbewusstsein usw. nimmt einen ebenso großen Stellenwert ein. Dieser sozial-politischen und gesellschaftlichen Aufgabe gilt es sich zu stellen und entsprechende Verantwortung zu übernehmen.

**Unser Ausbildungskonzept ist zunächst nicht mehr als ein bedrucktes Papier. Um es mit Leben zu füllen brauchen wir Menschen, die sich mit den Inhalten auseinandersetzen, sich mit ihnen identifizieren und sie konsequent umsetzen. Nur so bekommt es einen Wert.**

Auch die Eltern können uns bei der Verwirklichung des Konzeptes helfen, indem sie sich mit unseren Zielen und Wertvorstellungen identifizieren.

Unser Ausbildungskonzept ersetzt nicht die Eigenverantwortung des Trainers, sondern es ist offen für neue Ideen, für Anregungen und Ergänzungen und für Kritik um die Qualität der Ausbildung laufend zu verbessern und anzupassen.

Der Vorstand

Trogen, Februar 2014

# Wozu brauchen wir ein Ausbildungskonzept ?

## Unser Ausbildungskonzept

- unterstützt die Identifikation mit unserem Verein.
- stärkt das Wir-Gefühl innerhalb der JFG und ihrer Stammvereine.
- bildet die Grundlage für den Fortbestand und eine erfolgreiche Weiterentwicklung unserer Stammvereine.
- gibt Trainern, Betreuern und Funktionären eine Art Wegweiser an die Hand.
- gibt jedem unserer Spieler\*) die Möglichkeit, seine fußballerischen Fähigkeiten und Talente optimal zu entwickeln.
- basiert auf den technischen und taktischen Erkenntnissen der modernen Trainingslehre.
- sorgt für ein planvolles, zielgerichtetes Training frei von Zufallsprinzipien.
- verzahnt die Ausbildungsschritte in der einzelnen Jahrgangsstufen und garantiert so möglichst reibungslose Übergänge zwischen den Altersklassen.
- soll das Leistungsniveau der einzelnen Jugendmannschaften anheben.
- sorgt für eine positive Außendarstellung und Transparenz, so dass auch Eltern, Gönner und Sponsoren die Zusammenhänge in der JFG und deren Stammvereine besser verstehen und nachvollziehen können.

**Zudem gilt es die Ausbildung jahrgangsübergreifend abzustimmen und so zu gestalten, dass immer auf dem bisher Erlernten aufgebaut werden kann. Dabei wäre es optimal, wenn für jede Jahrgangsstufe ein qualifizierter und auf die jeweilige Altersklasse spezialisierter Trainer zur Verfügung stehen würde.**

\*) Aus Vereinfachungsgründen wird auf die Unterscheidung der weiblichen bzw .männlichen Sprachform verzichtet. Die Nennung der Begriffe „Kinder“, „Jugendliche“ und „Spieler“ bezieht sich immer auf Mädchen und Jungen. Gleiches gilt auch bei der Nutzung der Begriffe „Trainer“ und „Betreuer“.

# Die Grundsätze unsere Jugendarbeit:

- In unserer JFG ist **J E D E R**  
**– unabhängig von HERKUNFT, HAUTFARBE und GLAUBE –**  
der nach unseren Regeln Fußball **L E R N E N** oder **L E H R E N** will, herzlich willkommen.
- Die fußballerische Ausbildung sowie die Förderung der Persönlichkeit und der sozialen Kompetenz der Spieler steht im Vordergrund und geht einem möglichen kurzfristigen Erfolg vor.
- Jeder einzelne unserer Spielern ist als Persönlichkeit wichtig und wird entsprechend seinen Fähigkeiten gefördert und gefordert.
- Die Kinder und Jugendlichen spielen in den für sie altersmäßig vorgegebenen Teams. Über eine mögliche Abweichung hiervon wird in begründeten Ausnahmefällen durch die verantwortlichen Trainer sowie die Vorstandschaft der JFG entschieden. Hauptkriterium hierfür ist allein die optimale Förderung und Ausbildung des betreffenden Spielers.
- Die Spieler bekommen in den Bereichen U7 – U13 im Rahmen von Spielen und Turnieren genügend Einsatzzeit. Beginnend ab dem Bereich U15 (C-Junioren) gehen wir sukzessive dazu über die Teams nach dem Leistungsprinzip zu trainieren und aufzustellen.
- Trainer, Betreuer und Spieler identifizieren sich mit unserem Verein, erkennen geltende Regeln an und verhalten sich auf bzw. neben dem Platz entsprechend. Ehrlichkeit, Fairplay, Respekt und die Einhaltung der Fußballregeln ist hierbei selbstverständlich.
- Wir lehnen Drogenmissbrauch, alle radikale Strömungen und Gesinnungen strikt ab.
- Die auf den nächsten Seiten genannten Verhaltensregeln sind elementare Grundvoraussetzungen für ein faires und respektvolles Miteinander und damit für ALLE verbindlich. Ein fort-dauerndes Fehlverhalten zieht entsprechende Konsequenzen nach sich.

# Werte und Regeln für mich als Spieler:

- **Mir ist der Teamgedanke wichtig. Ohne Teamgeist kann weder eine Mannschaft funktionieren noch lassen sich sportliche Ziele erreichen. Das heißt für mich:**
  - + **Wir gewinnen gemeinsam und wir verlieren gemeinsam.**
  - + **Für mein Team gebe ich im Training und im Spiel immer mein Bestes.**
- **Ich vermittele durch mein Auftreten – auf und neben dem Sportplatz – ein positives Erscheinungsbild meines Vereins.**
- **Ich lebe die allgemein gültigen Umgangsformen. Hierzu gehört, dass**
  - + **ich Mitspieler, Trainer, Betreuer und mir bekannte Personen auf und neben dem Sportplatz grüße.**
  - + **die Worte BITTE und DANKE für mich selbstverständlich sind.**
- **Für mich sind Ehrlichkeit, Respekt und Fairness gegenüber Mitspielern, Trainern/Betreuern, Gegnern, Schiedsrichtern und Zuschauern selbstverständlich.**
- **Ich mache mich über vermeintlich schwächere Spieler nicht lustig, sondern helfe Ihnen, ihren Leistungsstand zu verbessern.**
- **Ich erscheine pünktlich zum Training, zu Spielen und allen offiziellen Anlässen. Sollte in Ausnahmefällen eine Teilnahme nicht möglich sein melde ich mich rechtzeitig und in geeigneter Form bei meinem Trainer ab.**
- **Ich benutze keine Kraftausdrücke bzw. Schimpfwörter und verzichte auf körperliche Gewalt.**
- **Ich befolge die Anweisungen der Trainer und Betreuer.**
- **Ich achte auf einen sorgsamen Umgang mit überlassener Kleidung, Ausrüstung und Vereinseigentum. Sportplätze und Umkleidekabinen verlasse ich in tadellosen Zustand.**
- **Ich trage die einheitliche Vereinskleidung entsprechend der Vorgaben der Trainer/ Betreuer zu Spielen und anderen offiziellen Anlässen.**

# Werte und Regeln für mich als Trainer/Betreuer:

- Ich bin Repräsentant des Vereins und für ein positives Erscheinungsbild innerhalb und außerhalb unserer JFG mitverantwortlich. Mein Auftreten ist daher gegenüber den eigenen Spielern, Gegnern, Schiedsrichtern, Eltern und Zuschauern geprägt von Ehrlichkeit, Respekt und Fairness.
- Ich bin stets pünktlich und zuverlässig. Hierzu zählt insbesondere, dass
  - + die Absage des Trainings oder das Fernbleiben bei Spielen nur in absoluten Ausnahmefällen erfolgt.
  - + ich abgesprochene Termine und gemachte Zusagen einhalte.
  - + Rückrufbitten, Mails etc. von mir schnellstmöglich beantwortet werden.
- Ich kenne die aktuelle Lebenssituation der mit anvertrauten Spieler und stehe Ihnen bei Problemen beratend zur Seite.
- Ich pflege einen guten und regelmäßigen Kontakt mit den Eltern unserer Spieler und schaffe so Transparenz, Planungssicherheit und Vertrauen.
- Ich bin Vorbild für die Kinder, Jugendlichen und auch Eltern. Ich bin mir dieser Aufgabe bewusst und gehe entsprechend verantwortlich damit um.
- Ich trage die Verantwortung für das Verhalten der mir anvertrauten Kinder und Jugendlichen auf und neben dem Platz. Ich vermittele meinen Spielern die Regeln und Werte unser JFG, lebe diese vor und achte auch auf deren Einhaltung.
- Ich löse auftretende Konflikte innerhalb des Teams, mit Eltern, im Verein etc. ruhig, sachlich und fair.
- Ich vermittele neben sportlichen Zielen auch Teamgeist sowie den Spaß und die Freude am Fußballspiel. Außerdem stärke ich die soziale Kompetenz meiner Spieler und trage zu deren Persönlichkeitsentwicklung positiv bei.
- Ich versuche den Spielern eine möglichst gute fußballerische Ausbildung zu bieten. Ich nutze daher die mir zur Verfügung stehenden Möglichkeiten zur sportlichen Fort- u. Weiterbildung, um so einen möglichst hohen Standard zu garantieren. Neuen Trainingsmethoden stehe ich aufgeschlossen gegenüber.

# Unsere Trainingsgrundsätze:

- Das Training ist vor Trainingsbeginn zu planen. Eine unvorbereitete Trainingseinheit gibt es nicht.
- Die Trainingsinhalte sind altersgerecht zu vermitteln und auf das fußballerische Können des Teams abzustimmen. (Bedenke: „Kinder sind **K E I N E** kleinen Erwachsenen.“)
- In der Trainingsgestaltung sind Trainingsprinzipien
  - von leicht zu schwer
  - von einfach zu komplex
  - von bekannt zu unbekanntzu beachten.
- Gemäß des Grundsatzes

**„Präzision vor Schnelligkeit“**

hat die präzise technische Übungsausführung grundsätzlich Priorität gegenüber der Durchführungsgeschwindigkeit.
- Um viele Wiederholungen für den Einzelnen zu erreichen, sind alle Übungen/Spiele in möglichst kleinen Gruppen durchzuführen.
- Die Trainingsinhalte sind möglichst so zu wählen, dass diese mit Ball ausgeführt werden können.
- Alle Übungen sollten in spielnaher Form durchgeführt werden.
- Die Übungen nicht nur zu erklären sondern auch zu demonstrieren und die Ausführung ggf. zu korrigieren. (Bedenke: „Einmal gezeigt ist besser als tausendmal erklärt.“)
- Die Übungen sind je nach Können der Spieler zu vereinfachen bzw. zu erschweren.
- Alle Übungen sind beidfüßig durchzuführen.
- Erlernte Techniken sollten zum Abschluss der Übung/Trainingseinheit als Wettkampf oder im Rahmen einer Spielform umgesetzt werden.
- Jede Trainingseinheit sollte immer mit einem Spiel ohne Vorgaben abgeschlossen werden.



# Grafische Darstellung unseres Ausbildungskonzeptes

## Unser Ausbildungskonzept

Unsere Konzept ist jahrgang-  
übergreifend abgestimmt und baut  
immer auf dem bisher Erlernten auf !!!

Neben sportliche Zielen ist die Unterstützung der  
Persönlichkeitsentwicklung und die ...

U19 / A-Junioren

U17 / B-Junioren

U15 / C- Junioren

U13 / D-Junioren

U11 / E -Junioren

U9 / F-Junioren

U7 / G-Junioren

Unser Konzept verzahnt alle Altersklassen  
miteinander und ermöglicht so eine lang-  
fristige und systematische Ausbildung !!!

... Stärkung der sozialen Kompetenz  
ein zentraler Punkt unseres Konzeptes !!!

..... Jugend lernt !!!

Kinder spielen .....

vielseitige, motorische Ausbildung als Grundlage  
für Technik und Koordination  
Erlernen wichtiger Fussballtechniken in Grobform

Erlernen, Stabilisieren und Verbessern  
der Technik und der Koordination  
Kennenlernen einfacher Individual-  
/Gruppentaktiken

Ausbau von Technik und Koordination  
Individual-/Gruppen-/Mannschaftstaktik  
Konditionstraining

# Richtlinien und Hintergrundwissen für Trainer und Betreuer

## Wichtige Hinweise

U7 / G-Junioren | U9 / F-Junioren | U11 / E -Junioren | U13 / D-Junioren | U15 / C- Junioren | U17 / B-Junioren | U19 / A-Junioren

Freude, Begeisterung und Leidenschaft

erfolgs- u. ergebnis- orientierte Spielweise\*)

psychisches Erscheinungsbild

normal harmonisch

entwicklungsbedingte Probleme  
bzw. Unterschiede sind möglich

körperliches Erscheinungsbild

normal harmonisch

entwicklungsbedingte Probleme  
bzw. Unterschiede sind möglich

normal harmonisch

Vermittlung der Trainingsinhalte in\*)

Spielform

Übungsform

Techniklehre\*)

elementar

komplex

Taktiklehre\*)

elementar

komplex

empfohlene wöchentliche Trainingseinheiten

2 x 60 Minuten

2 x 75 Minuten

2 x 90 Minuten

Spielsystem

freies Spiel, keine  
festen Positionen

Grundsystem: 2-3-1; aber Spieler werden  
auf wechselten Positionen eingesetzt




4er-Kette in einem modernen und offensiv ausgerichteten Spielsystem

\*) Die Intensität der Farbgebung entspricht der Wichtigkeit des Inhalts in der jeweiligen Altersklasse.

# Schwerpunkte unserer Ausbildung in den Bereichen Kondition, Technik und Taktik

## Ausbildungsschwerpunkte

	Kondition				Technik										Einzel-/ Gruppen-/ Mannschaftstaktik														
	Kraft	Schnelligkeit	Ausdauer	Beweglichkeit/ Koordination	Spann	Stoßarten			Sonstige	Kopfball	Torwart	Zweikampf	Dribbling / Finten	Ballkontrolle	Ballan-/ mitnahme	Positionstraining	1 - 1 offensiv	1 - 1 defensiv	Anbieten/ Freilaufen	Spielzüge		verhalten bei				variables Angriffsspiel	variable Teamtaktik		
U7	Red	Red	Red	Green	Yellow	Yellow	Red	Red	Red	Red	Red	Yellow	Yellow	Yellow	Red	Yellow	Yellow	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	U7
U9	Red	Red	Red	Green	Yellow	Yellow	Red	Red	Red	Yellow	Red	Yellow	Yellow	Yellow	Red	Yellow	Yellow	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	U9
U11	Red	Red	Red	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Green	Yellow	Yellow	Red	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	U11
U13	Yellow	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	U13
U15	Yellow	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Yellow	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	U15
U17	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	U17
U19	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	U19

-  = Wird in dieser Altersgruppe nicht trainiert.
-  = Grundlagen und Grobformen werden altersgerecht vermittelt.
-  = Wird regelmäßig und intensiv trainiert um die Abläufe zu perfektioniert.

# Ausbildungsbereich U7/G – Junioren

Wir sind mit Freude und Spaß dabei.

Wir spielen ohne Druck und lernen die Grundregeln der Sportart kennen.

## Alterstypische Merkmale:

- Ich-bezogen
- Neugierig und phantasievoll
- Ausgeprägter Bewegungs- und Spieltrieb
- Hohe Beweglichkeit aber geringe Koordination
- Geringe Konzentrationsfähigkeit
- Schnelle Ermüdung
- Schwache Muskulatur

## Anforderung an den Trainer:

- Große Vorbildfunktion in jeder Situation
- „Guter Freund“ jedes Kindes
- Kindgerechte Sprache und Vermittlung der Spiel- und Übungsformen
- Klar strukturierte, immer gleiche Trainingsabläufe (z.B. Tummelphase, feste Trinkpause)
- Trainingsgrundsätze finden aufgrund der alters-typischen Merkmale nur bedingt Anwendung
- Altersgerechte Vermittlung unserer Werte u Regeln
- Förderung der Persönlichkeit und der sozialen Kompetenz der Spieler

## Trainingsschwerpunkte:

- Allgemeine Bewegungsschule mit und ohne Ball (links/rechts, Laufen, Springen, Werfen, Fangen)
- Spielerisches Kennenlernen des Balls und dessen Eigenschaften
- Lauf- und Fangspiele
- Variable Spielformen/-angebote
- Fußballspiele in möglichst kleinen Gruppen (viele Ballkontakte)

## Hinweis:

Den Kindern sollte durch die Teilnahme an Turnieren o.ä. möglichst oft die Gelegenheit zum Fußball spielen - **ohne Erfolgs- und Leistungsdruck** - gegeben werden. (Entdeckendes Lernen)

## Ausbildungsziele:

- Spaß an Bewegung im Allgemeinen und auf Fußball im Besonderen wecken und fördern
- Ganzheitliche sportliche und koordinative Förderung
- Vermittlung elementarer Fußballtechniken (z.B. Schuss, Pass)
- Kennenlernen fußballerischer Grundregeln (z.B. Anstoß, Einwurf)
- Stärkung des Selbstvertrauens und der Kreativität
- Vermittlung von Respekt, Ehrlichkeit und Fairness als Grundlagen des Miteinanders

## Hinweis:

Insbesondere gilt es bereits unseren Kleinsten Begeisterung und Freude für Sport und Bewegung zu vermitteln. Gleichzeitig sollen von Beginn an mit kindgerechten Spiel-/Übungsformen breite sportliche und koordinative Grundlagen für die weitere Ausbildung in unserem Verein und/oder auch einer späteren sportlichen Betätigung der Kinder geschaffen werden.

	Kondition				Technik										Einzel-/ Gruppen-/ Mannschaftstaktik										U7				
	Kraft	Schnelligkeit	Ausdauer	Beweglichkeit/ Koordination	Spann	Stoßarten			Sonstige	Kopfball	Torwart	Zweikampf	Dribbling / Finten	Ballkontrolle	Ballan- mitnahme	Positionstraining	1 - 1 offensiv	1 - 1 defensiv	Anbieten/ Freilaufen	Spielzüge		verhalten bei							
U7																				einfach (Doppelpass etc.)	komplex (Seiten- wechsel etc.)	2 - 1 Situation offensiv/defensiv	2 - 2 bis 4 - 4	Standards	3-/4-Kette	variables Angriffsspiel	variable Teamtaktik	U7	

# Ausbildungsbereich U9/F – Junioren

Wir sind mit Freude und Begeisterung dabei.

Wir spielen offensiv ohne Druck und lernen Fußball als Teamsport kennen.

## Alterstypische Merkmale:

- Große Begeisterungsfähigkeit
- Teils große Unterschiede im sportlichen Können
- Geringe Konzentrationsfähigkeit
- Hohe Emotionalität
- Ausgeprägter Bewegungs- und Spielrang
- Nur einfache koordinative Fähigkeiten
- Muskulatur nur gering ausgeprägt
- Starke, unkritische Orientierung an erwachsenen Vorbildern

## Anforderung an den Trainer:

- Große Vorbildfunktion in jeder Situation
- „Großer Bruder“ jedes Kindes
- Geduld und Verständnis zeigen
- Kindgerechte Sprache und Vermittlung der Spiel- und Übungsformen (erklären/vormachen > nachmachen/üben > loben/korrigieren)
- Kein Leistungs- und Ergebnisdruck
- Vermittlung von Freude und Begeisterung an Fußball und Bewegung im Allgemeinen
- Altersgerechte Vermittlung unserer Werte u Regeln
- Förderung der Persönlichkeit und der sozialen Kompetenz der Spieler
- Trainingsgrundsätze beachten

## Trainingsschwerpunkte:

- Mehr Spiel- als Übungsformen
- Vielseitige Bewegungs- und Koordinationsübungen mit u. ohne Ball
- freie Fußballspiele in kleinen Teams (entdeckendes Lernen bei vielen Ballkontakten)
- Lauf- und Fangspiele
- **KEIN** Konditions-/Schnelligkeitstraining
- **KEIN** spezifisches Positionstraining
- Technik (Grundlagen/Grobformen)  
=> Vermittlung von Basistechniken (Dribbeln, Passen, Schießen)  
=> Ballkontrolle (Auf beidfüßige Ausbildung achten !)
- Taktik (Grundlagen/Grobformen)  
=> Kennenlernen von einfachen taktischem Verhalten

## Ausbildungsziele:

- Spaß am Fußball und Bewegung fördern
- Stärkung und Ausbau koordinativer Fähigkeiten
- Kennen einfacher Fußballtechniken (Spann-/Innenseitstoß, Ballan-/mitnahme)
- Vermittlung von einfachen Fußballtaktiken (Tore erzielen/Tore verhindern)
- Stärkung von Selbstvertrauen, Teamgeist und Kreativität
- Vermittlung von Respekt, Ehrlichkeit und Fairness als Grundlagen des Miteinanders

	Kondition				Technik									Einzel-/ Gruppen-/ Mannschaftstaktik										U9										
	Kraft	Schnelligkeit	Ausdauer	Beweglichkeit/ Koordination	Spann	Stoßarten			Sonstige	Kopfball	Torwart	Zweikampf	Dribbling / Finten	Ballkontrolle	Ballan-/ mitnahme	Positionstraining	1 - 1 offensiv	1 - 1 defensiv	Anbieten/ Freilaufen	Spielzüge		verhalten bei												
U9																																		

# Ausbildungsbereich U11/E – Junioren

Wir sind mit Freude und Interesse dabei.

Wir spielen offensiv nach vorne und bauen unser Spiel von hinten heraus auf.

## Alterstypische Merkmale:

- Konzentrationsfähigkeit steigt
- Koordination wird besser
- Harmonischer Bewegungsablauf
- Muskulatur nicht stark ausgeprägt
- Hoher Bewegungsdrang

## Anforderung an den Trainer:

- Lust auf Fußball wecken und fördern
- Übungen interessant und vielseitig gestalten
- Übungen möglichst in Spielformen verpacken
- Kein Leistungs- und Ergebnisdruck
- Erfolgserlebnisse schaffen
- Offenes Ohr für Kinder haben
- Altersgerechte Vermittlung unserer Werte u Regeln
- Immer Vorbild sein
- Förderung der Persönlichkeit und der sozialen Kompetenz der Spieler
- Trainingsgrundsätze beachten

## Hinweis:

- Jeder Spieler unabhängig von Können und Position ist für das Team wichtig. Auf die positive/negative Nennung Einzelner (z.B. Torschützen) wird daher insbesondere in den Bereichen U7 - U11 verzichtet.
- Kinder machen keine Fehler – Sie lernen !!**

## Trainingsschwerpunkte:

- Mehr Spiel- als Übungsformen
- Vielseitige Koordinationsübungen mit u. ohne Ball
- Einfache, auf Alter abgestimmte Stabilisationsübungen
- Lauf- und Fangspiele
- **KEIN** isoliertes Konditions-/Schnelligkeitstraining
- **KEIN** spezifisches Positionstraining
- Technik (Grundlagen/Grobformen)
  - => Ballan-/mitnahme, Stoßarten, Dribbling, Finten
  - => einfache Kopfbälle (leichte Bälle verwenden)
- Taktik (Grundlagen/Grobformen)
  - => Aufgaben der einzelnen Positionen erlernen
  - => Erlernen des individuellen Verhaltens im Spiel

## Ausbildungsziele:

- Erhöhung der Geschicklichkeit und Schnelligkeit am und mit Ball
- Kennenlernen von Stoß- und Dribbeltechniken in Grobform bzw. vertiefen des bisher Erlernten
- Ausbau der koordinativen Fähigkeiten
- Erlernen taktischer Grundregeln für eine Raumorientierung und –aufteilung
- Stärkung von Selbstvertrauen, Teamgeist und Kreativität

	Kondition				Technik									Einzel-/ Gruppen-/ Mannschaftstaktik										U11				
	Kraft	Schnelligkeit	Ausdauer	Beweglichkeit/ Koordination	Spann	Stoßarten			Sonstige	Kopfball	Torwart	Zweikampf	Dribbling / Finten	Ballkontrolle	Ballan-/ mitnahme	Positionstraining	1 - 1 offensiv	1 - 1 defensiv	Anbieten/ Freilaufen	Spielzüge		verhalten bei						
U11						Innenseite	Aussenrist	Effetball												einfach (Doppelpass etc.)	komplex (Seiten- wechsel etc.)	2 - 1 Situation offensiv/defensiv	2 - 2 bis 4 - 4	Standards	3-/4-Kette	variables Angriffsspiel	variable Teamtaktik	

# Ausbildungsbereich U13/D – Junioren

**Wir sind mit Interesse und der nötigen Konzentration am Ball.  
Wir spielen offensiv und lernen moderne Taktik in Grobform kennen.**

## Alterstypische Merkmale:

### „GOLDENES LERNALTER“

- Beste körperliche und psychische Voraussetzungen zum Erlernen aller Fußballtechniken
- Fähigkeit das Gesehene schnell umzusetzen ist stark ausgeprägt
- Gute koordinative Fähigkeiten
- Weniger Emotion, dafür mehr Selbstvertrauen und höhere Konzentration
- Hohe Leistungs- und Lernbereitschaft
- Kraftzuwachs aber kaum Längen/Breitenwachstum
- Beginnende Pubertät

## Anforderung an den Trainer:

- Freude am Fußball fördern und vorleben
- Gute Kenntnis der Fußballtechniken um diese genau erklären und vorführen zu können
- Lerninhalte interessant und vielseitig gestalten und weiterhin möglichst in Spielformen verpacken
- Hinführung zur Leistungs- und Ergebnisorientierung
- Teamerfolg/-erlebnis steht im Vordergrund
- Altersgerechte Vermittlung unserer Werte u Regeln
- Immer Vorbild sein und Verständnis zeigen
- Förderung der Persönlichkeit und sozialen Kompetenz durch entsprechende Maßnahmen
- Trainingsgrundsätze beachten

## Trainingsschwerpunkte:

- Fußballtechniken stehen variantenreich im Fokus
- Vielseitige Koordinationsübungen mit und ohne Ball
- Altersgerechte (Rumpf-)Stabilisations- und Kräftigungsübungen aber **KEIN** Krafttraining
- Lauf- und Fangspiele als Schnelligkeitstraining
- Verbesserung der Lauftechnik durch entsprechende Laufschule
- Mehr Spiel- als Übungsformen
- **KEIN** isoliertes Konditions-/Schnelligkeitstraining
- **KEINE** festen Positionen
- Technik (wichtigster Baustein im Training der U13) :
  - => Bekanntes vertieft und verbessern
  - => Unbekanntes erlernen
  - => Konsequente beidfüßige Ausbildung
- Taktik (Grundlagen/Grobformen)
  - => Verbesserung einzeltaktischer Verhaltensweisen
  - => Vermittlung der Grundlagen und Grundzüge von Gruppen- und Mannschaftstaktiken

## Ausbildungsziele:

- Verbesserung der Geschicklichkeit und Schnelligkeit am und mit Ball
- Beherrschung der Basistechniken – auch unter wechselnden Bedingungen; weitere Techniken sind zumindest in Grobform bekannt.
- Ausbau -auch komplexer- koordinativer Fähigkeiten
- Beherrschung von einzeltaktischen Aufgaben (z.B. 1 - 1)
- Erlernen von Gruppen- und Mannschaftstaktiken in Grundformen (z.B. 4er-Kette) bzw. Beherrschung in einfachen Aufgabenstellungen (z.B. Doppelpass, Hinterlaufen)
- Förderung einer kreativen Spielweise
- Stärkung des Teamgedankens, der Eigeninitiative und des Leistungswillens durch offene Kommunikation und Übertragung von Verantwortung

	Kondition				Technik								Einzel-/ Gruppen-/ Mannschaftstaktik										U13					
	Kraft	Schnelligkeit	Ausdauer	Beweglichkeit/ Koordination	Spann	Innenseite	Aussenrist	Effetball	Sonstige	Kopfball	Torwart	Zweikampf	Dribbling / Finten	Ballkontrolle	Ballan-/ mitnahme	Positionstraining	1 - 1 offensiv	1 - 1 defensiv	Anbieten/ Freilaufen	Spielzüge		verhalten bei						
U13																				einfach (Doppelpass etc.)	komplex (Seitenwechsel etc.)	2 - 1 Situation offensiv/defensiv	2 - 2 bis 4 - 4	Standards	3-/4-Kette	variables Angriffsspiel	variable Teamtaktik	U13
26.09.2017																15	Meyer/Ortmann/Schnabel/Seim/Ziehr											

# Ausbildungsbereich U15/C – Junioren

Wir sind mit Konzentration und der nötigen Leidenschaft am Ball.

Wir spielen offensiv und bringen unser taktisches Wissen zur Anwendung.

## Alterstypische Merkmale:

- Pubertätstypische Verhaltensweisen stark ausgeprägt
- Psychische Unsicherheit, Identitätssuche
- Kritisch aber selbst wenig kritikfähig
- Starkes Wachstum – insbesondere der Extremitäten – aber wenig Kraft
- Starke Unterschiede in der Entwicklung (früh- und spätentwickelte Spieler)
- Wachstumsbedingte Bewegungseinschränkungen möglich

## Anforderung an den Trainer:

- Fachkundiges Fußballwissen in Theorie und Praxis muss vorhanden sein
- Psychische und körperliche Entwicklungsunterschiede beachten
- Gewöhnung an Leistungs- u. Ergebnisorientierung
- Altersgerechte Vermittlung unserer Werte u Regeln
- Immer Vorbild sein
- Förderung der Persönlichkeit und der sozialen Kompetenz der Spieler
- Trainingsgrundsätze beachten

## Trainingsschwerpunkte:

- Fußballtechniken stehen variantenreich im Fokus
- Vielseitige Koordinationsübungen mit und ohne Ball
- (Rumpf-)Stabilisations- und Kräftigungsübungen zum Ausgleich altersbedingter Defizite
- Altersgerechtes Schnelligkeits- u. Ausdauertraining mit Ball (Spielform bevorzugt)
- Positionsspezifisches Training aber KEINE Positionsspezialisierung
- KEIN Krafttraining
- Technik:
  - => Bekanntes vertieft und stabilisieren
  - => Neues ist altersbedingt kaum erlernbar
  - => Individuelle Förderung (Stärke/Defizite)
  - => Konsequente beidfüßige Ausbildung
- Taktik
  - => Gezielte Schulung von einzeltaktischer Verhaltensweisen unter wechselnden Bedingungen
  - => Vermittlung von Gruppen- und Mannschaftstaktiken in verschiedenen Situationen (z.b. Offensive, Defensive)

## Ausbildungsziele:

- Erhalt und Förderung der Freude und Begeisterung für den Fußballsport
- Dynamische Umsetzung bekannter Fußballtechniken unter wechselten Bedingungen (z.B. Gegner- oder Zeitdruck, Wettkampfcharakter)
- Behebung koordinativer Defizite
- Aufbau einer breiten fußballspezifischen Fitness
- Vertiefen und Erlernen von Einzel-/ Gruppen- und Mannschaftstaktiken bzw. Beherrschung in verschiedenen Aufgabenstellungen (z.B. Seitenwechsel, Verschieben)
- Aufbau eines modernen Spielsystems (4er-Kette)
- Förderung einer kreativen Spielweise und individueller Stärken
- Schaffung erster Teamstrukturen
- Stärkung des Teamgedankens, der Eigeninitiative und des Leistungswillens durch offene Kommunikation und Übertragung von Verantwortung

U15	Kondition				Technik							Einzel-/ Gruppen-/ Mannschaftstaktik										U15						
	Kraft	Schnelligkeit	Ausdauer	Beweglichkeit/ Koordination	Spann	Stoßarten			Sonstige	Kopfball	Torwart	Zweikampf	Dribbling / Finten	Ballkontrolle	Ballan-/ mitnahme	Positionstraining	1 - 1 offensiv	1 - 1 defensiv	Anbieten/ Freilaufen	Spielzüge			verhalten bei					
						Innenseite	Aussenrist	Effetball											einfach (Doppelpass etc.)	komplex (Seiten- wechsel etc.)	2 - 1 Situation offensiv/defensiv	2 - 2 bis 4 - 4	Standards	3-/4-Kette	variables Angriffsspiel	variable Teamtaktik		



# Ausbildungsbereich U17/B – Junioren

Wir sind mit Leidenschaft und der nötigen Ernsthaftigkeit am Ball.

Wir spielen offensiv, erfolgsorientiert und nutzen gezielt unser taktisches Wissen.

## Alterstypische Merkmale:

### „Zweites Goldenes Lernalter“

- Emotionalität geringer, dafür höhere Konzentration
- Körper nimmt Erwachsenengestalt an
- Mehr Breiten- als Längenwachstum (Muskulatur)
- Pubertätstypische Probleme mit sich u. der Umwelt
- Streben nach Selbstständigkeit und Eigenverantwortung

## Anforderung an den Trainer:

- Fußballsachverstand (Taktik) und Eigenkönnen (Demonstration der Übungen) ist wichtig
- Breites Anforderungsprofil
  - => unterschiedlichste Typen u. Herausforderungen
  - => Berücksichtigung altersspezifischer Unterschiede und Interessen
  - => Berücksichtigung von sportlichen und schulischen/beruflichen Belangen
- Teamführung (kooperativ bis autoritär) ist dem Gruppenverhalten anzupassen
- Steigende Leistungs- und Ergebnisorientierung
- Einfordern unserer Regel und Werte
- Immer Vorbild sein
- Förderung der Persönlichkeit und der sozialen Kompetenz der Spieler
- Trainingsgrundsätze beachten

## Trainingsschwerpunkte:

- Mehr Übungs- als Spielformen
  - Schwerpunkt neben Technik und Koordination auch taktisches Verhalten
  - Isoliertes Kraft-/Ausdauer-/Schnelligkeitstraining möglich
  - Individuelle, positionsbezogene Ausbildung
- Technik (Theorie und Praxisschulung)

- => Erlernte fußballspezifische Techniken weiter festigen/vertiefen
- => Bekannte Techniken in komplexen Abläufen bzw. in Kombination mit Unbekanntem sicher anwenden
- => Individuelle Förderung (Ausgleich von Defiziten und Ausbau von Stärken)  
(Auf beidfüßige Ausbildung achten !)

## Taktik (Theorie und Praxisschulung)

- => Mannschaftstaktik ( z.B. 4er-Kette, Pressing, Abseitsfalle)
- => Weitere Optimierung des individuellen Verhaltens im Spiel

**HINWEIS:** Ggf. Trainingsschwerpunkte mit Seniorentrainern abstimmen

## Ausbildungsziele:

- Heranführung an den Seniorenbereich
- Förderung von Leistungswille und Leidenschaft für den Fußballsport
- Exaktes und dynamisches Anwenden der Fußballtechniken unter wechselnden Bedingungen (z.B. Gegner- oder Zeitdruck, Wettkampfcharakter)
- Ausbau koordinativer Fähigkeiten
- Erlernen komplexerer taktischer Inhalte, auch Mannschaftstaktik
- Stärkung von Selbstvertrauen, Teamgeist und Kreativität
- Spieler in Entscheidungsprozesse einbinden und Verantwortung übertragen
- Aufbau von Teamstruktur und Hierarchie

	Kondition				Technik							Einzel-/ Gruppen-/ Mannschaftstaktik																
	Kraft	Schnelligkeit	Ausdauer	Beweglichkeit/ Koordination	Spann	Stoßarten			Sonstige	Kopfball	Torwart	Zweikampf	Dribbling / Finten	Ballkontrolle	Ballan- mitnahme	Positionstraining	1 - 1 offensiv	1 - 1 defensiv	Anbieten/ Freilaufen	Spielzüge		verhalten bei						
						Innenseite	Aussenrist	Effetball											einfach (Doppelpass etc.)	komplex (Seiten- wechsel etc.)	2 - 1 Situation offensiv/defensiv	2 - 2 bis 4 - 4	Standards	3-/4-Kette	variables Angriffsspiel	variable Teamtaktik		
U17																												

# Ausbildungsbereich U19/A – Junioren

Wir sind mit Leidenschaft und einer professionellen Ernsthaftigkeit dabei.

Wir spielen offensiv, setzen moderne Taktik zielgerichtet ein um erfolgreich zu sein.

## Alterstypische Merkmale:

- Junge Erwachsene
- Verbessertes Leistungs- und Koordinationsvermögen durch körperliche Veränderungen
- Ausgleich der Körperproportionen/Kraftzuwachs
- Größere Lernbereitschaft und Auffassungsgabe
- Streben nach Selbstständigkeit und Anerkennung als gleichberechtigter Partner

## Anforderung an den Trainer:

- Vergleichbar mit Seniorentainer (im Bedarfsfall auch autoritär)
- Detaillierter Fußballsachverstand und Eigenkönnen sind wichtig
- Absolute Leistungs- und Ergebnisorientierung
- Ausstrahlung von Ruhe und Souveränität
- Außersportliche Einflussfaktoren beachten
- Einfordern unserer Werte und Regeln
- Immer Vorbild sein
- Förderung der Persönlichkeit und der sozialen Kompetenz der Spieler
- Eigeninitiative und –verantwortung der Spieler für die eigene Leistung vermitteln, fördern und nachhalten
- Trainingsgrundsätze beachten

## Trainingsschwerpunkte:

- Inhalte analog Seniorentaining
- wettkampforientierte Schwerpunkte im Bereich Technik und Koordination
- Individuelle, positionsbezogene Ausbildung
- Kraft-/Ausdauer-/Schnelligkeitstraining
- Automatismen schulen und Kreativität fördern
- Regelmäßige Beweglichkeits- und Kräftigungsprogramme (Verletzungsprävention)

### Technik (Theorie und Praxisschulung)

- => Komplexe Abläufe bzw. wechselnde Kombinationen verschiedener Techniken schulen
- => Defizite beheben, Stärken fördern
- => Basierend auf dem jeweiligen Leistungsstand die fußballspezifischen Techniken weiter festigen/vertiefen (Auf beidfüßige Ausbildung achten !)

### Taktik (Theorie und Praxisschulung)

- => Komplexe taktische Abläufe systematisch und gezielt schulen (Einzel-, Gruppen-, Mannschaftstaktik)
- => Weiterer Ausbau des individuellen Verhaltens im Spiel

**HINWEIS:** Ggf. Trainingsschwerpunkte mit Seniorentrainern abstimmen

## Ausbildungsziele:

- Heranführung an den Seniorenbereich
- Exaktes und dynamisches Anwenden der Fußballtechniken unter wechselnden Bedingungen (z.B. Gegner- oder Zeitdruck, Wettkampfcharakter)
- Beherrschung komplexer koordinativer Fähigkeiten
- Erlernen komplexer taktischer Inhalte, insbesondere Mannschaftstaktik
- Förderung und Forderung von Spielerpersönlichkeiten und Führungsqualitäten
- Stärkung von Selbstvertrauen, Teamgeist und Kreativität

U19	Kondition				Technik							Einzel-/ Gruppen-/ Mannschaftstaktik										U19							
	Kraft	Schnelligkeit	Ausdauer	Beweglichkeit/ Koordination	Spann	Stoßarten			Sonstige	Kopfball	Torwart	Zweikampf	Dribbling / Finten	Ballkontrolle	Ballan- mitnahme	Positionstraining	1 - 1 offensiv	1 - 1 defensiv	Anbieten/ Freilaufen	Spielzüge			verhalten bei				variables Angriffsspiel	variable Teamtaktik	

# Impressum

## Verantwortlich für Inhalt und Layout:

### **Oliver Meyer**

Jugendleiter u. ehem. Seniorentainer SG Gattendorf  
ehem. Landesligaspieler SpVgg Selbitz

### **Alexander Ortmann**

C-Lizenz Breitensport  
Trainer U11 ZV Feilitzsch /JFG Bayerisches Vogtland

### **Rudi Schnabel**

C-Lizenz Leistungssport

### **Hans-Jürgen Seim**

Vorstand JFG Bayerisches Vogtland  
Übungsleiter  
Trainer U9 ZV Feilitzsch/JFG Bayerisches Vogtland

### **Andreas Ziehr**

C-Lizenz Breitensport

Für Fragen zum Ausbildungskonzept stehen wir jederzeit gerne zur Verfügung !!

## Unsere Quellen:

1. Eigene Ideen
2. Vorgaben und Ausarbeitungen des Deutschen Fußball-Bundes e.V.
3. Ausbildungsinhalte des Lehrgangs C-Lizenz Breitensport des Bayerischen Fußball-Verbandes
4. Verschiedene Ausarbeitungen zum Thema Ausbildungskonzept/Jugendarbeit anderer Vereine

Im Sinne des Fußballnachwuchses und einer nachhaltigen, guten Ausbildung dürfen wir davon ausgehen, dass einer Nutzung der genannten Quellen im Sinne unseres Sportes nichts entgegen steht.

Im Gegenzug sind wir grundsätzlich auch damit einverstanden, wenn andere Verein unser Konzept für ihre Jugendarbeit nützen. Es würde uns jedoch freuen, wenn wir hierüber kurz informiert werden.