



Nachwuchskonzept der SG Oberliederbach

Wichtig – unsere gemeinsamen Ziele:

- Wir alle identifizieren uns mit der SG Oberliederbach.
- Wir wollen Kinder und Jugendliche an den Fußballsport heranführen.
- Wir wollen Kinder und Jugendliche bestmöglich fordern und fördern.
- Wir wollen Kindern und Jugendlichen ein gutes Gemeinschaftsgefühl vermitteln.
- Wir wollen alle zusammen (Spieler, Trainer, Eltern) den Teamgedanken leben und als Einheit auftreten.
- Unser Wunsch: Wir wollen Spieler, die bei den Bambinis der SGO mit dem Fußballspielen beginnen und nachdem sie alle SGO-Jugendmannschaften durchlaufen haben, in den Seniorenmannschaften der SGO spielen.

Spielerinnen und Spieler ganzheitlich auszubilden bedeutet

1	sie nicht nur auf den Fußball, sondern auch auf das Leben vorzubereiten
2	die Entwicklung von Eigenverantwortlichkeit und Eigeninitiative
3	das Fördern von Selbstbewusstsein, Selbstkritik, Motivationen, Leistungswillen...
4	den Aufbau „psychischer Stärke“, um positive/negative Einflüsse zu verarbeiten
5	Fairness/Toleranz gegenüber dem Gegner, Trainer, Schiedsrichter... allen Menschen

Das erwarten wir von den Kindern, Jugendlichen und deren Eltern:

- Einhaltung des „Fair-Play-Gedankens“.
- Pünktlichkeit bei den Trainingseinheiten und Spielen und ein frühzeitiges Abmelden bei Verhinderung.
- Volle Einsatzbereitschaft bei den Trainingseinheiten und bei den Spielen.
- Ein respektvoller Umgang mit den eigenen Trainern, Betreuern, Mitspielern und Zuschauern sowie mit denselben Personengruppen des Gegners.
- Ein respektvoller Umgang mit den Schiedsrichtern ist selbstverständlich. Seine Entscheidungen werden akzeptiert (auch von den Eltern).
- Die Anweisungen der Trainer und Betreuer werden respektiert und befolgt.
- Kritik sollte konstruktiv und sachlich sein und in einem angemessenen Ton vorgebracht werden.



Inhalt

Wichtig – unsere gemeinsamen Ziele:	1
Das erwarten wir von den Kindern, Jugendlichen und deren Eltern:	1
Der Leistungsaufbau im Überblick	3
VORWORT!	4
Ausbildungsziele Bambini, F- und E-Jugend	5
Grundaufstellung im 7:7	5
Bambinis	6
Leitlinien für Trainer:	6
Ziele mit Bambinis:	6
F-Jugend	7
Leitlinien für Trainer:	7
Ziele mit der F-Jugend:	7
E-Jugend	8
Ziele mit der E-Jugend:	8
Ausbildungsziele D- und C-Jugend	9
Fußballspezifisches Training!	9
D-Jugend	10
Leitlinien für Trainer:	10
Ziele mit der D-Jugend:	10
C-Jugend	11
Leitlinien für Trainer:	11
Ziele mit der C-Jugend:	11
Ausbildungsziele B- und A-Jugend	13
Ziele mit der A+B-Jugend:	13
B-Jugend	14
A-Jugend	15
STRUKTUR der einzelnen Jugendmannschaften	16

Der Leistungsaufbau im Überblick

	BAMBINI + JÜNGER	F-JUNIOREN	E-JUNIOREN	D-JUNIOREN	C-JUNIOREN	B-JUNIOREN	A-JUNIOREN	PERSPEKTIVSPIELER	SPITZENSPIELER																					
	Bewegen		Spielen		Lernen		Spezialisieren		Vorbereitung von Höchstleistungen	Perfektionierung von Höchstleistungen		Stabilisierung von Höchstleistungen																		
PERSÖNLICHKEIT	Kennenlernen des eigenen Körpers und der Umwelt durch vielseitiges Bewegen		Erproben eigener Möglichkeiten und Grenzen		Anregen von Ideenreichtum und Phantasie		Fördern von Individualität und Leistungsmotivation		Fördern von Eigeninitiative für sich und die Gruppe		Integration des „Ich-“ in das „Wir-Denken“		Begleitung des Talents zur Höchstleistung		Fördern professioneller Eigenschaften inner- und außerhalb des Spielfeldes		Fördern und Fördern von Spielerpersönlichkeiten und -typen als Führungsspieler der Mannschaft		Fördern und Fördern von Spielerpersönlichkeiten: sportliche Professionalität für sich und Vorbild für alle!											
TAKTIK	Kennenlernen elementarer Grundregeln des Spiels		Kennenlernen faktischer Grundregeln des Spiels		Vertiefen taktischer Grundregeln des Spiels		Trainieren individualtaktischer Schwerpunkte		Trainieren gruppentaktischer Schwerpunkte		Taktische Ausrichtung auf ein Spielsystem		Taktisches Stabilisieren eines Spielsystems		Ausdifferenzieren mannschafts-, gruppen- und positionsspezifischer Abläufe im Spielsystem		Perfektionieren mannschafts-, gruppen- und positionsspezifischer Abläufe im Spielsystem		Stabilisieren mannschafts-, gruppen- und positionsspezifischer Abläufe im Spielsystem											
TECHNIK	Spielerisches und vielseitiges Kennenlernen des Balles		Spielerisches Kennenlernen der Basistechniken		Spielerisches Vertiefen der Basistechniken		Methodisches, individuelles Trainieren der Techniken		Stabilisieren und variables Anwenden der Techniken		Positionsspezifisches Trainieren der Techniken		Stabilisieren der Techniken in „Druck-Situationen“		Vorbereiten der Positionstechniken auf höchste Anforderungen im Spiel		Perfektionieren der Positionstechniken unter höchsten Anforderungen im Spiel		Stabilisieren der Positionstechniken unter höchsten Anforderungen im Spiel											
KONDITION	Vielseitiges Bewegen als Mittel ganzheitlicher Förderung		Spielerisches, geschicktes Laufen und Bewegen		Erleben vielseitiger sportlicher Aktivitäten		Gezieltes Mittrainieren konditioneller Eigenschaften		Fördern der Laufdynamik und Körperstabilität		Stabilisieren/Optimieren konditioneller Potenziale		Individuelle Ausrichtung konditioneller Schwerpunkte		Ansteuern einer optimalen fußballspezifischen Fitness auf Basis regelmäßiger Leistungsanalyse		Perfektionieren fußballspezifischer Fitness auf Top-Niveau mithilfe der Leistungsdiagnostik		Stabilisieren fußballspezifischer Fitness auf Top-Niveau mithilfe der Leistungsdiagnostik											
ALTER	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	23	25	27	29	30	31	32	33	34

14 DEUTSCHER FUßBALLBUND **DFB-AUSBILDUNGSKONZEPTION**

AUSBILDUNGSKONZEPTION IM ÜBERBLICK

Wie ist die Ausbildung inhaltlich und organisatorisch aufgebaut?

Ausbildungsstufen	Altersstufen	Jahre
7 Hochleistungstraining - Stabilisierung	SPITZENSPIELER	30
6 Hochleistungstraining - Perfektionierung		21-29
5 Belastungsgerechtes Übergangstraining	PERSPEKTIVSPIELER	19/20 17/18
4 Beginnendes Spezialisierungstraining	A-JUNIOREN U18/U19	15-18
3 Fußballspezifisches Grundlagentraining	B-JUNIOREN U16/U17	11-14
2 Technisch-spielerische Vielseitigkeitsschulung	C-JUNIOREN U14/U15	
1 Umfassende Bewegungsschulung	D-JUNIOREN U12/U13	7-10
	E-JUNIOREN U10/U11	3-6
	F-JUNIOREN U8/U9	
	BAMBINI UND JÜNGER U7	

Hinweis: Die Übergänge von Stufe zu Stufe sind je nach individuellem Entwicklungsstand flexibel und geschlechtsspezifisch!

Merkmale und Ziele der Ausbildungsstufen-Konzeption

- 1** Die Teilziele jeder Ausbildungsstufe bauen systematisch aufeinander auf!
- 2** Die Stufen der Ausbildung sind auf Entwicklungsphasen abgestimmt und daher fließend!
- 3** Der individuelle Entwicklungsstand beeinflusst auf jeder Stufe Ziele, Inhalte, Methoden...!
- 4** Das Auslassen bestimmter Stufen begrenzt einen systematischen Leistungsaufbau!

DEUTSCHER FUßBALLBUND

VORWORT!

<h1>KINDERFUSSBALL</h1> <h2>10 GOLDENE REGELN</h2>			
1	Spaß und Freude am Sport fördern!	4	Jedem Kind einen Ball geben!
2	Auf einfache Regeln, leichte Bälle, kleine Felder achten!	5	Auf kurze Spielzeiten achten!
3	Kleine Spielgruppen bilden!	6	Kurz erklären und vormachen!
		7	Viele Ballkontakte ermöglichen!
		8	Vielseitige Bewegungsaufgaben anbieten!
		9	Kinder auf allen Positionen spielen lassen!
		10	Spielerische Aufgaben stellen!

Es gibt **keinen** Punkt „Siegen ist wichtig“!

Kinder wollen Spaß haben! Trainer und auch Eltern sollen diesen vermitteln. Wir wollen die Kinder fordern und fördern und eine bestmögliche Basis schaffen, um gute Fußballspieler zu werden.

Siege kommen dann von allein!

Ausbildungsziele Bambini, F- und E-Jugend

Grundlagen (sportartspezifisch)

- Technische Grundformen erlernen
 - Dribbling
 - Ballgewöhnung
 - Torschuß
 - An- und Mitnahme
- (Vor)taktische Handlungen erlernen
 - Zusammenspiel
 - Anbieten
 - Freilaufen
 - Tore erzielen
 - Gegentore verhindern
- Heranführen an Grundsituationen
- Selbstständig Handeln lernen (keine „Fernsteuerung“ durch ständiges reinrufen!)
- Variables Einsetzen auf allen Positionen
- Regelkenntnisse erwerben

Vielseitige Grundausbildung:

- **Bewegungserfahrungen** sammeln durch:
 - Laufen, springen, werfen, klettern, rollen, balgen, stürzen, abfangen, ...
- Durch Ergänzungssportarten:
 - Turnen, Leichtathletik, Schwimmen, Judo, Handball, Rollschuh, ...

KEINE frühzeitige Spezialisierung auf Sportart und Position!

Grundaufstellung im 7:7

Im Bereich der F-Jugend sollte man es den Kindern leicht und einfach machen. Ein 3-3-System ist daher absolut sinnvoll.

Da ab der D-Jugend die Kinder auf ein größeres Spielfeld wechseln macht es Sinn ab der E-Jugend in 3 Reihen spielen zu lassen. (2-1-3, 2-3-1 oder 3-2-1)



Bambinis



Altersmerkmale: geringe Konzentrationsfähigkeit, Bewegungsdrang, große koordinative Schwierigkeiten, Orientierung an Bezugspersonen (Eltern, Trainer, ...)

Trainingsziele und Inhalte: motorische Grundausbildung, umfassende Bewegungsschulung und Koordination, spielerisches Kennenlernen des Balles, einfache Regeln vermitteln, Spaß am Fußball näherbringen, Technik in Grobform, kleine Fußballspiele, Tore erzielen und verhindern, mit- und gegeneinander spielen, Begeisterung für das Fußballspiel wecken, ein offenes Ohr haben, Ball in den Mittelpunkt rücken, Aufgaben interessant verpacken, Kinder auf allen Positionen spielen lassen, jedem Kind gleiche Spielzeiten zukommen lassen, kleine Gruppen für viele Wiederholungen und Erfolgserlebnisse

Bitte vermeiden: taktische Zwänge, negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining, stetiger Blick auf das Ergebnis, sture Erwärmung, Taktiktafel

DFB-Online Seminar: G-Junioren: <https://www.dfb.de/trainer/bambini/training-online/trainingseinheiten/>

Leitlinien für Trainer:

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

Ziele mit Bambinis:

- Ganzheitliche Förderung der Kinder durch vielseitige Bewegungsaufgaben
- Spielerisches Kennenlernen des fliegenden, rollenden, hüpfenden... Balles
- Ideenvielfalt und Spielfreude durch Variationen kleiner Spiele mit Ball
- Freude am (Fußball-)Spielen
- Kennenlernen einfacher Grundregeln des „Mit- und Gegeneinanderspiels“
- → **Bewegen und Freude**

F-Jugend



Altersmerkmale: geringe Konzentrationsfähigkeit, Bewegungsdrang, koordinative Schwierigkeiten, Orientierung an Bezugspersonen (Eltern, Trainer, ...)

Trainingsziele und Inhalte: Basistechniken erlernen (Dribbling, Torschuss, Passspiel in der Reihenfolge), Spaß vermitteln, Koordination und Bewegungsschulung, kleine Fußballspiele, Tore erzielen und verhindern, mit- und gegeneinander spielen, Beidfüßigkeit und Kreativität fördern, viele kleine Spiele als „Erwärmung“/zum Einstimmen, Begeisterung für das Fußballspiel wecken, ein offenes Ohr haben, Ball in den Mittelpunkt rücken, Aufgaben interessant verpacken, Kinder auf allen Positionen spielen lassen, jedem Kind gleiche Spielzeiten zukommen lassen, Vormachen – Nachmachen, viele Wettbewerbsformen, kleine Gruppen für viele Wiederholungen und Erfolgserlebnisse, einfache Regeln vermitteln

Bitte vermeiden: taktische Zwänge, negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining, stetiger Blick auf das Ergebnis, sture Erwärmung, Taktiktafel

DFB-Online Seminar: F-Junioren: <https://www.dfb.de/trainer/f-juniorin/training-online/trainingseinheiten/>

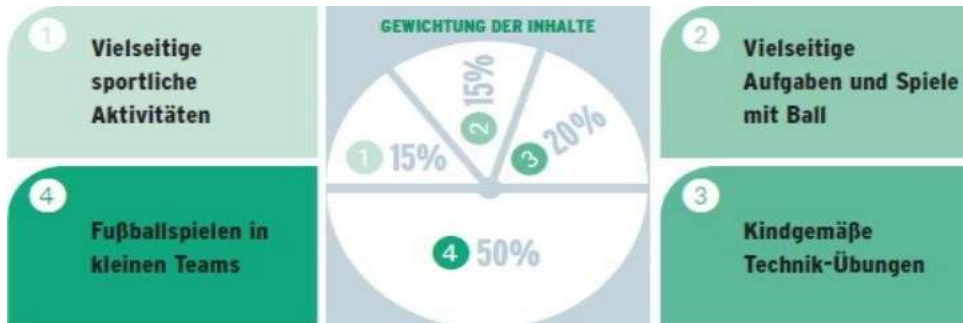
Leitlinien für Trainer:

- 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!

Ziele mit der F-Jugend:

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

E-Jugend



Altersmerkmale: geringe Konzentrationsfähigkeit, Bewegungsdrang, unkritische Haltung, Eifer und Ehrgeiz entwickeln sich, erste vorpubertäre Verhaltenszüge

Trainingsziele und Inhalte: Basistechniken verfeinern (Dribbling, Torschuss, Passspiel in der Reihenfolge), Spaß vermitteln, offensives und defensives 1-gegen-1 schulen, Koordination mit verschiedenen Reizen (kognitiv – visuell, akustisch, ...), kleine Fußballspiele, Tore erzielen und verhindern, Beidfüßigkeit und Kreativität fördern, ein offenes Ohr haben, Kinder auf allen Positionen spielen lassen, jedem Kind gleiche Spielzeiten zukommen lassen, Vormachen – Nachmachen, kleine Gruppen für viele Wiederholungen und Erfolgserlebnisse, fordern und fördern von Individualität, taktische Grundregeln (Raumorientierung), Siegen und Verlieren lernen, Geschicklichkeit und Schnelligkeit mit Ball, Techniktraining ist vor allem Spieltraining (4-gegen-4), auf genaue Abläufe achten und wenn nötig korrigieren, Steigerung durch Wettbewerb

Bitte vermeiden: taktische Zwänge, negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining, stetiger Blick auf das Ergebnis, sture Erwärmung, Taktiktafel

DFB-Online Seminar: E-Junioren: <https://www.dfb.de/trainer/e-juniorin/>

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!

Ziele mit der E-Jugend:

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



- → **Spiele** und **Interesse**

Ausbildungsziele D- und C-Jugend

Wir befinden uns in der Phase der besten Lernerfolge!

Grundsätzlich ist allerdings zu beachten, dass in den beiden Jahren die Kinder zu Jugendlichen werden. Wir befinden uns also in der vorpuberalen und puberalen Phase!

Vorpuberale Phase (D-Jugend)

- Ausgleich Längen- und Breitenwachstum
- Lernen (auf Anhieb) auch schwierigste Bewegungsabläufe
- Nachahmungstrieb ist stark ausgebildet, aber auch eigene Ideen entwickeln sich
- Die Bewegungen werden nun bewusst gesteuert
- Technische Fertigkeiten können spezialisiert und verfeinert werden
- Die Risikobereitschaft ist erhöht

Puberale Phase (C-Jugend)

- Motorische Lernfähigkeit stagniert wegen verstärktem Längenwachstum
- Neuerwerb von Bewegungen ist erschwert.
- Das Geübte bleibt erhalten

Fußballspezifisches Training!

Einfache taktische Handlungen erlernen, die auf Erfordernisse der einzelnen Spielpositionen im Spiel 11:11 zugeschnitten sind. (Erste Spezialisierung!)

D-Jugend



Altersmerkmale: **GOLDENES LERNALTER**, beste motorische Voraussetzungen, Lernen auf Antrieb, vorpubertäres Verhalten, abstraktes logisches Denken, langsame Ablösung vom Elternhaus, Wille und Lerneifer

Trainingsziele und Inhalte: Technik im Detail!!! (Ballan- und mitnahme, Finten, Basistechniken, etc.), Basistechnik unter Druck anwenden, offensives und defensives 1-gegen-1 schulen, Spaß vermitteln, Koordination mit verschiedenen Reizen (kognitiv – visuell, akustisch, ...), Beidfüßigkeit und Kreativität fördern, Kinder auf allen Positionen spielen lassen – grobe Unterscheidung von Offensive und Defensive, kleine Trainingsgruppen für viele Wiederholungen, individual- und gruppentaktische Grundlagen offensiv wie defensiv trainieren, Eigeninitiative fördern, auf Disziplin achten - Trainer soll vom „Freund“ zum Trainer werden, Fußballspiele mit Schwerpunkten (4-gegen-4), Wechsel von Übungs- und Spielformen mit Schwerpunkten

Bitte vermeiden: taktische Zwänge, negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining, stetiger Blick auf das Ergebnis

DFB-Online Seminar: D-Junioren: <https://www.dfb.de/trainer/d-juniorin/>

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!

Ziele mit der D-Jugend:

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

C-Jugend



Altersmerkmale: „Krisenzeit“ der Motorik, disharmonische Bewegungen, rasches Längenwachstum, große körperliche Unterschiede, aerobe Ausdauer und Schnelligkeit sind gut trainierbar, Kraftentwicklung setzt ein, Pubertät, Loslösung von Eltern, höchster Grad der Aufnahmefähigkeit des Gedächtnisses, Reizbarkeit, Ehrgeiz, (Über)Eifer, empfindlich für Kritik

Trainingsziele und Inhalte: dynamische Techniken (unter Tempo und Gegenerdruck) trainieren, individual- und gruppentaktische Grundlagen offensiv wie defensiv vertiefen, Stabilisieren der Freude am Fußball, Ausgleich koordinativer Defizite, Aufbau fußballspezifischer Fitness, Kraft mit eigenem Körpergewicht, Schnelligkeit und Ausdauer in Spielformen (mit Schwerpunkten) trainieren, Persönlichkeit entwickeln, Verantwortung übertragen, Hierarchien bilden, keine zu frühe Positionsbindung, Kreativität wichtiger als taktische Abläufe, Stärken stärken – Schwächen schwächen, Eigenmotivation und Initiative aufbauen, kleine Trainingsgruppen für viele Wiederholungen, auf Disziplin achten, Wechsel von Übungs- und Spielformen mit Schwerpunkten

Bitte vermeiden: starre taktische Vorgaben, negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining (z.B. Dauerläufe über 30 min, Krafttraining mit Gewichten)

DFB-Online Seminar: C-Junioren: <https://www.dfb.de/trainer/c-juniorin/>

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!

Ziele mit der C-Jugend:

- Stabilisieren der Freude am Fußballspielen
- „Dynamische Techniken“ – mit Tempo und unter Druck des Gegners
- Vertiefen der Gruppentaktik in der Offensive und Defensive
- Ausgleich koordinativer Defizite und Aufbau einer breiten fußballspezifischen Fitness



- Fördern persönlicher Verantwortung für sich und die Gruppe auf und neben dem Platz
- → **Lernen** und **Ernsthaftigkeit**

Ausbildungsziele B- und A-Jugend

DFB-Online Seminar: A+B-Junioren:

<https://www.dfb.de/trainer/b-juniorin/>

<https://www.dfb.de/trainer/a-juniorin/>

Leitlinien für Trainer A+B-Jugend:

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

Ziele mit der A+B-Jugend:

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

Orientierung für ausbildungsfördernde Spielsysteme bei B- und A-Junioren

<p>4:3:3 (4:2:3:1)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Viererkette • Defensives zentrales Mittelfeld mit 1 oder 2 Spielern • Besetzen der äußeren Positionen im Angriff 	<p>4:4:2 (mit Raute) oder 4:1:3:2</p> <ul style="list-style-type: none"> • Viererkette • Defensiv Sicherungsfunktion eines zentralen MF-Spielers, davor verschiedene Möglichkeiten • 2 variable Angriffsspitzen 	<p>4:4:2 (mit 2 Viererketten)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Defensivverband mit 2 Viererketten • 2 defensiv flexible zentrale MF-Spieler und 2 äußere MF-Spieler • 2 Angriffsspitzen

B-Jugend



Altersmerkmale: zweites „Goldenes Lernalter“, körperliche Reharmonisierung durch Ende des Längenwachstums, wieder verbesserte Koordinationsfähigkeit

Trainingsziele und Inhalte: positionsspezifisches Technik- und Taktiktraining, Gruppen- und Mannschaftstaktik trainieren, Perfektionierung der Technik, Fußballspiele und Übungsformen zu bestimmten Schwerpunkten, Beginn Maximalkrafttraining, Schnellkraft/Schnelligkeit und Ausdauer sportartspezifisch trainieren, Detailtraining in Theorie wie Praxis, komplexer trainieren, auf Individualität eingehen und fördern, strukturierte Hierarchien bilden, Mitbestimmung der Spieler zulassen, Trainer muss Fachmann sein, umfassende Fitness entwickeln, erste gebundene Positionsanforderungen beibringen, Taktiktafel und Videoanalyse können sinnvoll sein, intensive Trainingsabläufe und aktive Pausen, Kennenlernen alternativer Spielsysteme

Bitte vermeiden: starre taktische Vorgaben, negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining (z.B. Dauerläufe über 40 min, Kraft- und Haltetraining mit Gewichten)

A-Jugend



Altersmerkmale: Breitenwachstum, verbesserte Krafteigenschaften, Entwicklung zum Erwachsenen, Interessenskonflikte

Trainingsziele und Inhalte: Ernsthaftigkeit/Leistungswillen und Freude am Fußball fördern, exakte technische und taktische Abläufe mit Tempo/Zeit- und Gegenerdruck, Festigung der Positionsanforderungen, Stabilisieren einer umfassenden Fitness, Einsatz von Taktiktafel und Videoanalyse sinnvoll/ Spielzüge einstudieren, intensive Trainingsabläufe und aktive Pausen, dynamisches und positionsspezifisches Technik- und Taktiktraining, Gruppen- und Mannschaftstaktik trainieren, Fußballspiele und Übungsformen zu bestimmten Schwerpunkten, Maximalkrafttraining, Schnellkraft/Schnelligkeit und Ausdauer sportartspezifisch trainieren, Detailtraining in Theorie wie Praxis, komplexer trainieren, auf Individualität eingehen und fördern, strukturierte Hierarchien bilden, Mitbestimmung der Spieler zulassen, Trainer muss Fachmann sein, sportliche/schulische/berufliche Belastung koordinieren – Hilfe vom Trainer, Übergang in den Herrenbereich erleichtern

Bitte vermeiden: negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining (z.B. Dauerläufe über 60 min, Kraft- und Haltetraining mit Gewichten)



STRUKTUR der einzelnen Jugendmannschaften

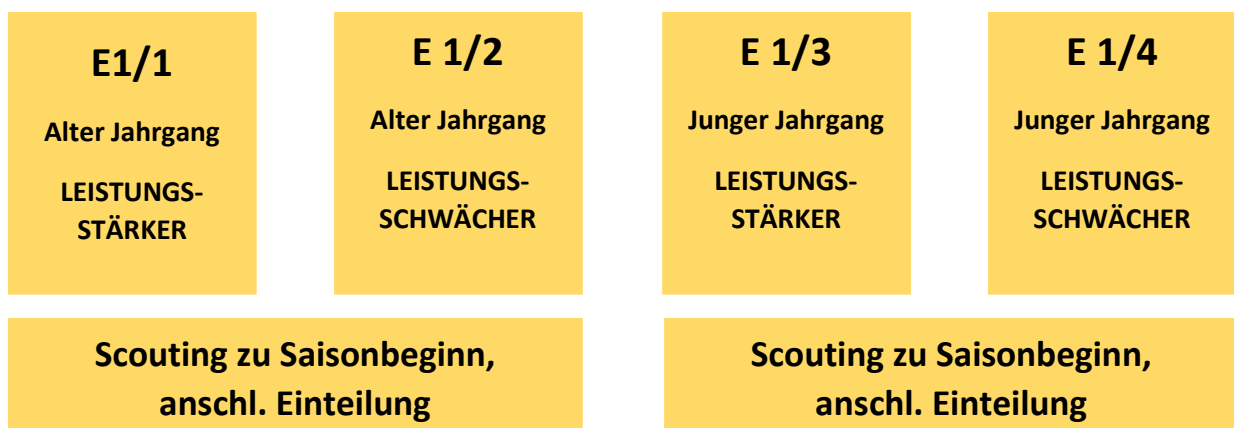
Bambini – E-Jugend

- Bis einschließlich E-Jugend werden die Mannschaften nach Jahrgängen sortiert.
- Sollte es geburtsstarke Jahrgänge geben, die es erfordern mehrere Mannschaften zu melden werden diese vor der Saison nach aktuellem Leistungsstand unterteilt

Beispiel:

- Es gibt insgesamt 52 Kinder innerhalb einer Jugend (als Beispiel „E-Jugend“), davon sind je 26 vom älteren und 26 vom jüngeren Jahrgang.
- Es werden dann insgesamt 4 Mannschaften á 13 Spieler gemeldet.
- Die älteren Jahrgänge bilden die E1/1 und E1/2.
- Die jüngeren Jahrgänge bilden die Mannschaften E1/3 und E1/4.
- Sowohl die älteren als auch die jüngeren Jahrgänge werden vor einer Saison in extra Trainingseinheiten gescoutet und in die beiden Mannschaften verteilt.
 - WICHTIG! Hier geht es darum zwei Mannschaften zu bilden die innerhalb der jeweiligen Mannschaft leistungsmäßig ausgeglichen sind. Wir wollen ein großes Leistungsgefälle innerhalb einer Mannschaft vermeiden, damit die einzelnen Spieler sich innerhalb ihres Teams bestmöglich weiterentwickeln können.
 - Anmerkung: In diesem Alter ist es normal, dass sich die Kinder unterschiedlich entwickeln. Es ist normal, dass sich ein „Überflieger“ zwei bis drei Jahre später zu einem „Ergänzungsspieler“ entwickelt, andersrum ist dies aber auch möglich!
 - Daher wollen wir allen! Kindern die Möglichkeit geben sich bestmöglich weiterzuentwickeln!

Bildliche Darstellung:



- **Auch Ausnahmetalente sollten mit gleichaltrigen spielen. Ist der Leistungsunterschied zu groß kann das Eingliedern in einen älteren Jahrgang**



stattfinden. Diese Fälle sind einzeln zu betrachten und werden gemeinsam mit den jeweiligen Trainern und der Jugendleitung entschieden!

D-Jugend

- Es gilt die Grundordnung der Bambini – E-Jugend

Solange wir mit drei Mannschaften in unterschiedlichen Klassen spielen, werden wir vor der Saison die Mannschaften nach Leistungsstärke sortieren.

Sollte sich an der Zugehörigkeit der Klassen etwas ändern werden wir die Mannschaften nach Alter und Leistungsstärke sortieren.

C-Jugend – A-Jugend

- Es gilt die Grundordnung der Bambini – E-Jugend

Unterschied:

Es wird nicht mehr nach Jahrgängen sortiert, sondern nach Leistungsstärke.

Ergänzend:

Die Einteilung der einzelnen Mannschaften zur neuen Saison werden von den Trainern in Zusammenarbeit mit den Verantwortlichen im Jugendbereich vorgenommen. Hier werden, je nach Bedarf, auch externe Trainer zu Rate gezogen, um eine gewisse Neutralität zu fördern und wahren.