



# Konzept

## Fußball Leistungssport Nottuln



**DJK GW Nottuln**

## Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Vorwort</b> .....	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Leitbild</b> .....	<b>4</b>
<b>3</b>	<b>Ziele / Prämissen</b> .....	<b>5</b>
<b>4</b>	<b>Aufbauorganisation</b> .....	<b>6</b>
<b>5</b>	<b>Aufgaben Sportliche Leitung</b> .....	<b>7</b>
<b>6</b>	<b>Organisation</b> .....	<b>8</b>
	6.1 Fahrdienst .....	8
	6.2 Trainersitzungen .....	8
	6.3 Probetraining.....	9
<b>7</b>	<b>Scouting</b> .....	<b>10</b>
	7.1 Verantwortung der Trainer / Ausbilder.....	10
	7.2 Sichtung .....	10
<b>8</b>	<b>Trainingsbedingungen und Ausrüstung</b> .....	<b>11</b>
	8.1 Trainingszeiten.....	11
	8.2 Ausrüstung.....	11
<b>9</b>	<b>Ausbildung der Nachwuchsmannschaften / Spielkonzept</b> .....	<b>12</b>
<b>10</b>	<b>Ausbildung der Nachwuchsmannschaften / Ausbildungsstufen</b> .....	<b>13</b>
	10.1 Mini-Kicker / F-Jugend / E-Jugend (7er-Mannschaften).....	13
	10.2 D- / C-Junioren U12/13 und U14/15 - Fußballspezifisches Grundlagentraining .....	13
	10.2.1 Ziele .....	13
	10.2.2 Leitlinien für Trainer .....	13
	10.3 B- / A-Junioren U16/U17 und U18/U19 – Beginnendes Spezialisierungstraining .....	14
	10.3.1 Ziele .....	14
	10.3.2 Leitlinien für Trainer .....	14
	10.4 Übergang zur U23 und 1. Senioren – Belastungsgerechtes Übergangstraining .....	15
	10.4.1 Ziele .....	15
	10.4.2 Leitlinien für Trainer .....	15
<b>11</b>	<b>Ausbildung der Nachwuchsmannschaften / Trainingsziele</b> .....	<b>16</b>
	11.1 Mini-Kicker / F-Jugend - 7er Mannschaften.....	16
	11.2 E-Jugend - 7er Mannschaften .....	17
	11.3 Jugend ab U 13 - Allgemeine Ziele.....	18
	11.4 Technik- und Koordinationstraining .....	19
	11.5 Modernes Verteidigen im Leistungssport .....	19
	11.5.1 Merkmale ballorientiertes Verteidigen .....	19
	11.5.2 Trainingsinhalte modernes Verteidigen .....	20
	11.6 Erfolgreiches Angreifen.....	21
	11.6.1 Merkmale erfolgreiches Angreifen .....	21
	11.6.2 Trainingsinhalte erfolgreiches Angreifen .....	21
	11.7 Torwarttraining.....	22
	11.7.1 Ziele und Inhalte .....	22
	11.7.2 Qualitätskriterien für das Jugend-Torwarttraining.....	22
<b>12</b>	<b>Leitlinien der DFB-Spielphilosophie</b> .....	<b>23</b>
	12.1 Leitlinie 1 - Betontes Offensivspiel über die Außen.....	23
	12.2 Leitlinie 2 - Individuelle Angriffsaktionen gepaart mit Kombinationen .....	23
	12.3 Leitlinie 3 – Aktive Balleroberungen .....	23
	12.4 Leitlinie 4 – Flexibles Verteidigen zu viert.....	23
	12.5 Leitlinie 5 – Mitspielender Torwart .....	23
<b>13</b>	<b>Fortbildung der Trainer / Betreuer</b> .....	<b>24</b>
	13.1 Allgemeines .....	24
	13.2 Trainerkurzschulungen .....	24
<b>14</b>	<b>Literatur</b> .....	<b>25</b>

## 1 Vorwort

Die Fußballabteilung betreibt seit vielen Jahren eine erfolgreiche Jugend- und Seniorenarbeit, der Stellenwert innerhalb des Gesamtvereins gewinnt immer mehr an Bedeutung.

Unsere mehr als 30 Jugendmannschaften sind sehr erfolgreich. Dazu bedarf es vieler ehrenamtlicher Helfer / innen und einer besonderen Organisation innerhalb der Abteilung. Die jungen Mädchen und Jungen werden gemäß ihres Alters und ihrer Leistungsfähigkeit betreut und gefördert. Das bedeutet, dass die jungen Menschen intensiv und ohne Druck ihrem Hobby nachgehen können. Das bedeutet aber auch, dass die jungen Fußballer / innen, die zu besonderen Leistungen fähig sind und gewillt sind, sich höheren Leistungsanforderungen zu stellen, besonders gefördert werden müssen. Die Jugendverantwortlichen haben in diesem Sinne bereits 2006 / 2007 mit dem ‚Konzept der Jugendfußballabteilung‘ wesentliche Impulse gesetzt und damit u. a. herausgestellt, dass es ohne Breitensport keinen Leistungssport geben kann.

Um die Ausbildung der Jugend- und Seniorenmannschaften zu verbessern und die Übergänge zu den Senioren / innen zu vereinfachen, haben wir dieses Konzept entwickelt. Die Inhalte können auch dabei hilfreich sein, neue Trainer und Betreuer für unsere Sache zu gewinnen..

Die Voraussetzung für die erfolgreiche Umsetzung ist eine uneingeschränkte Identifikation aller Beteiligten mit der Philosophie der Fußballabteilung und den Inhalten dieses Konzeptes.

Das Konzept ist innerhalb der Fußballabteilung verbindlich und für alle Beteiligten als Hilfestellung und Leitfaden zu verstehen. Es ist weder vollständig noch vollkommen und wird permanent weiter entwickelt. Wir werden die Inhalte selbstkritisch und verantwortungsbewusst bei der Arbeit mit den jungen Menschen umsetzen. Der Erfolg stellt sich dann von alleine ein.

**Wir haben alle ein gemeinsames Ziel:** Modern ausbilden und zukunftsorientiert Fußball spielen.

## 2 Leitbild

- **Wir fühlen uns unserer Gemeinde und der Region verpflichtet.**

Unsere Verpflichtung:

- Breiten- und Leistungssport in unserer Gemeinde ermöglichen.
- Unseren Jugendlichen Anreize bieten, uns als Senioren erhalten zu bleiben durch möglichst attraktive Rahmenbedingungen.

- **Spieler/ innen ganzheitlich auszubilden / Persönlichkeitsförderung unterstützen**

Das bedeutet:

- Sie nicht nur auf dem Fußball, sondern auch auf das Leben vorzubereiten.
- Die Entwicklung von Eigenverantwortlichkeit und Eigeninitiative zu fördern.
- Das Fördern von Selbstbewusstsein, Selbstkritik, Motivationen, Leistungswillen.....
- Fairness/Toleranz gegenüber dem Gegner, Trainer, Schiedsrichtern und allen Menschen vorzuleben.

- **Wir fühlen uns als Verein innerhalb der Gemeinschaft der DJK dem christlichen Wertesystem verpflichtet.**

Wir glauben daran, dass Teamgeist, miteinander gewinnen und verlieren, für den anderen ein zustehen und dem Gegner Achtung und Fairness entgegen zu bringen, die jungen Menschen weiterbringt und ihnen dabei hilft, für ihr Leben zu lernen.

- **Vorbildfunktion der Beteiligten**

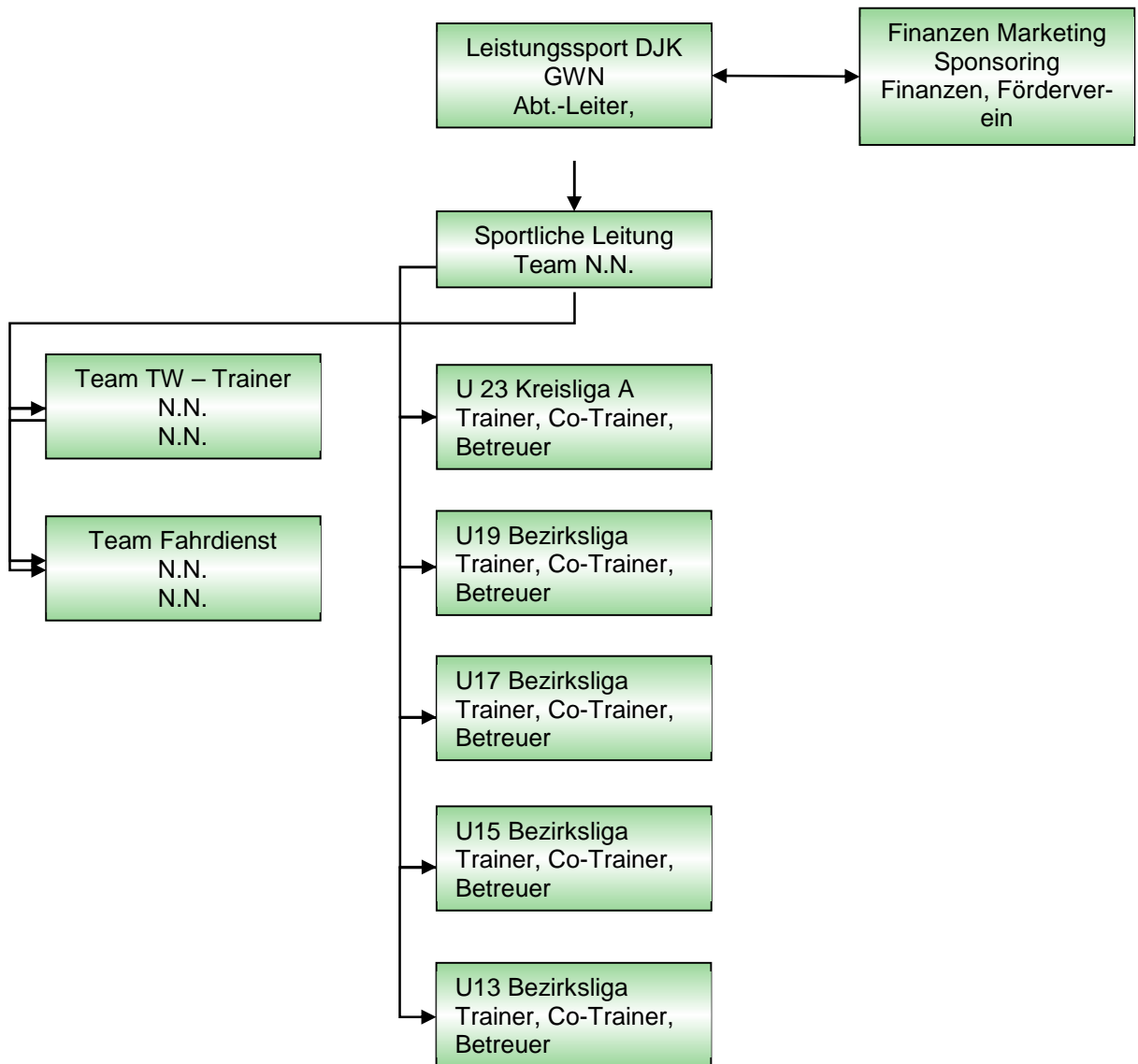
Das bedeutet:

- Trainer, Betreuer, Helfer und Funktionäre sehen sich als Vorbild im Sinne dieses Leitbildes und verstehen dieses Konzept als Leitfaden für Trainer- und Spielerverhalten.
- Auch die Spieler der Seniorenmannschaften sind in diesem Sinne als Vorbilder zu sehen und darauf vorzubereiten. Wir glauben dass die Jugendlichen beim Besuch der 1. Mannschaften und U23-Spiele entsprechende Erlebnisse haben werden.

### 3 Ziele / Prämissen

- Die Gruppe „Fußball Leistungssport Nottuln“ der DJK Grün-Weiß Nottuln versteht sich als leistungsorientierter Ausbildungsbetrieb.
- Folgende Mannschaften sind der Leistungssportgruppe zugeordnet:
  - Jugend U13 (D1)
  - Jugend U15 (C1)
  - Jugend U17 (B1)
  - Jugend U19 (A1)
  - U23
- Oberstes Ziel ist es, talentierte Spieler über die Nachwuchsteams in den Kader der 1. Mannschaften zu bringen.
- Talentierte Fußballer / innen werden entsprechend ihrem Lernalter von qualifizierten Trainern in ihrer fußballerischen und individuellen Entwicklung gefördert.
- Die sportliche Leitung (Team Leistungssport) nimmt eine zentrale Rolle in der Jugendarbeit ein. Im Einvernehmen und in Abstimmung mit den Trainern und Betreuern legt diese die sportliche Zielsetzung fest. Im regelmäßigen Dialog wird diese weiterentwickelt und aktualisiert.
- Trainer und Betreuer sind ein Team und ergänzen einander. Sie sind sich ihrer Vorbildfunktion immer bewusst. Die Aufgabenverteilung innerhalb der Teams kann durchaus variieren.

4 Aufbauorganisation



## 5 Aufgaben Sportliche Leitung

- **Sportlich**
  - Zusammenarbeit mit Trainern und Scouts in allen sportlichen Belangen, z. B. Beratung der Spieler, Trainer, Scouts im täglichen sportlichen Ablauf.
  - Beratung bei der Planung von Trainingszeiten
  - Probetraining mit Spielern/Spielerinnen planen, durchführen
  - Integration jüngerer Spieler in die nächst höhere Mannschaft vorbereiten
- **Administrativ**
  - Verantwortlich für die Auswahl von Trainern, Spielern/Spielerinnen, Medizinern, Betreuern, Scouts in Abstimmung mit dem Abteilungsleiter und dem Jugendobmann
  - Zusammenstellung der Mannschaften gemeinsam mit dem verantwortlichen Trainer
  - Planung und Durchführung der Trainingslager
  - Planung, Einkauf und Verwaltung von einheitlicher Ausrüstung / Sportkleidung
  - Mitwirkung bei Planung und Durchführung von Marketingaktionen
  - Verwaltung und Veröffentlichung von Daten der jeweiligen Mannschaften
  - Organisation des Fahrdienstes
- **Finanziell**
  - Verwaltung / Verteilung der Gelder für die Leistungssportgruppe entsprechend der mit dem Vorstand abgestimmten Budgetplanung

## 6 Organisation

### 6.1 Fahrdienst

Die Trainingszeiten werden so gelegt, dass

- U19, U23 und 1. Herren
- U17, U15 und U13

möglichst zusammen trainieren. Dadurch können auswärtige Spieler verschiedener Altersstufen regional zusammengefasst werden und auf einer Tour eingesammelt werden.

Das Scouting für auswärtige Spieler kann gezielt auf Regionen ausgedehnt werden in denen bereits vereinseigene Spieler mit Führerschein wohnen.

Für die U17, U15, U13 ist zunächst abzuklären, ob Eltern mit Fahrgeld ausgestattet werden können.

Zusätzlich sollte der Vereinsbus für den Fahrdienst geblockt werden (wenn möglich). Ein oder mehrere Fahrer sind bereit, gegen stundenweise Bezahlung den Fahrdienst zu übernehmen. Vornehmlich sollte der externe Fahrdienst insbesondere die Regionen anfahren, in denen sich die größten Gruppierungen von Spielern/Spielerinnen befinden.

Der Fahrdienst ist entsprechend und in Verbindung mit der sportlichen Leistung durch eine Person zu koordinieren.

### 6.2 Trainersitzungen

Alle 6 Wochen, (immer donnerstags), finden im Vereinsheim Trainersitzungen statt. Teilnehmer sind die Trainer der Mannschaften der Leistungsgruppe sowie die sportliche Leitung.

Themeninhalte sind:

- Administration / Organisation (Verbesserungsmöglichkeiten etc.)
- Trainingsinhalte etc.



### 6.3 Probetraining

- Spieler aus eigenen Mannschaften

Ab der Rückrunde werden **alle** Spieler der Erstmannschaften, die aus der darunter liegenden Altersstufe kommen, sowie Spieler aus den Zweit- oder Drittmannschaften, die von den Trainern für geeignet befunden werden, im Rotationsprinzip 1 Mal in der Woche in Gruppen von bis max. 3 Spielern/Spielerinnen in den Erstmannschaften der darüber liegenden Altersstufe zum Training eingeladen.

- Spieler aus fremden Mannschaften

Spieler aus vereinsfremden Teams, die von den Trainern für geeignet befunden können jederzeit zum Probetraining eingeladen werden. Es ist unbedingt darauf zu achten, dass während der Saison die Zustimmung des Fremdvereins eingeholt werden muss.

## 7 Scouting

### 7.1 Verantwortung der Trainer / Ausbilder

Neben der Ausbildung der Jugendlichen durch Training und Wettkampf spielt das Scouting bzw. die Sichtung im Nachwuchsbereich eine wichtige Rolle.

In den jeweiligen Jahrgangsstufen muss eine intensive Sichtung stattfinden.

- Die Trainer (U19, U17, U15, U13) sind für die Sichtung von Spielern/Spielerinnen mitverantwortlich.
- Ziel der Sichtungen ist es, jedem Team am Ende der Saison neue talentierte Spieler zuzuführen.
- Über den Internetauftritt und die örtliche Presse werden Probetrainingstermine bekannt gegeben.

### 7.2 Sichtung

#### • **Spieler aus den eigenen Reihen**

- Darunter verstehen wir Spieler aus den jüngeren Jahrgängen und auch Spieler aus den II. und III. Mannschaften.
- Für jeden Spieler/in, der in Frage kommt, wird ein Beobachtungsbogen (s. Anlage) ausgefüllt.
- Talentierte Spieler sollen in regelmäßigen Abständen am Trainingsbetrieb der I. Mannschaften teilnehmen.

#### • **Spieler aus anderen Vereinen**

- Darunter verstehen wir Spieler aus der näheren Umgebung von Nottuln (Billerbeck, Coesfeld, Darup, Schapdetten, Appelhülsen, Havixbeck etc.).
- Talentierte Spieler werden von den Trainern mit einem Beobachtungsbogen (s. Anlage) erfasst.
- Diese Spieler werden über einen definierten Zeitraum beobachtet und bei Eignung angesprochen.
- Talentierte Spieler aus der näheren Umgebung sollten auch über den DFB-Stützpunkt Seppenrade beobachtet und sondiert werden.

## 8 Trainingsbedingungen und Ausrüstung

### 8.1 Trainingszeiten

Team	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1. Sen.	-	19.15 – 20.45	-	19.15 – 20.45	18.30 – 20.00
U23	-	19.15 – 20.45	-	19.30 – 21.00	19.30 – 21.00
U19	-	19.15 – 20.45	-	19.15 – 20.45	18.00 – 19.30
U17	-	19.15 – 20.45	-	17.45 – 19.15	18.00 – 19.30
U15	-	17.45 – 19.15	-	18.00 – 19.30	16.30 – 18.00
U13		17.45 – 19.15	-	17.45 – 19.15	-

### 8.2 Ausrüstung

Jedem Team / jeder Trainingsgemeinschaft steht ausreichendes Trainingsmaterial zur Verfügung:

- Taktikboard für den Trainer
- Ausreichend Bälle
- Markierungshemden
- Markierungshauben
- Koordinationsmaterialien

## 9 Ausbildung der Nachwuchsmannschaften / Spielkonzept

Die Nachwuchsmannschaften von den D-Junioren (U13) bis zu den A-Junioren (U19) spielen nach Möglichkeit mit einer einheitlichen Spielphilosophie. Es ist zu beachten, dass die Grundlagen des Fußballspiels bereits viel früher gelegt werden. Deshalb ist in diesem Konzept ein besonderes Kapitel der Ausbildung der Minikicker, der F- und der E – Jugend gewidmet.

Abgesehen von der Tatsache, dass sich die Taktik für die Mannschaft und jeden Spieler/in aus jeder speziellen Spielsituation ergibt, werden die Mannschaften des Leistungsbereichs mit modernen Spielsystemen, wie z. B. dem 4:4:2-System (4:2:3:1/3:5:2/4:3:3 etc.), vertraut gemacht.

Spielsysteme mit einem Libero werden auch in den unteren Amateur- und Jugendligen immer mehr durch modernere Spielsysteme abgelöst.

Auf folgende **taktische Spielelemente** wird innerhalb der Nachwuchsausbildung größter Wert gelegt:

- Verkleinerung des Spielfeldes durch Rausrücken von hinten und Einrücken von der Seite bei gegnerischem Ballbesitz
- Sofortiges Einnehmen der eigenen Position bei gegnerischem Ballbesitz
- Aktives, aggressives Bekämpfen des Ballbesitzers
- Schnelles Umschalten von Abwehr auf Angriff
- Vergrößerung des Spielfeldes durch optimales Besetzen der Außenpositionen bei Ballbesitz
- Hilfestellung für den Ballbesitzer durch Dreiecksbildung
- Spiel über Außen mit sofortiger Flanke aus der Vorwärtsbewegung

## 10 Ausbildung der Nachwuchsmannschaften / Ausbildungsstufen

### 10.1 Mini-Kicker / F-Jugend / E-Jugend (7er-Mannschaften)

Es ist zu beachten, dass die Grundlagen des Fußballspielens bereits im frühen Kindesalter gelegt werden. Deshalb sind einige zusätzliche Artikel dieses Konzepts der Ausbildung der Minikicker, der F- und der E - Jugend gewidmet.

#### Ziele / Grundgedanken

- Förderung von Bewegung, Spaß, Gesundheit und Sozialverhalten in (zunächst heterogenen) Trainings- und Spielgruppen
- Prozessorientierung, nicht Ergebnisorientierung steht im Vordergrund
- individuelle Förderung als Mittelpunkt des Planens und Handelns

### 10.2 D- / C-Junioren U12/13 und U14/15 - Fußballspezifisches Grundlagentraining

#### 10.2.1 Ziele

- Stabilisieren der Freude am Fußballspielen
- „Dynamische Techniken“ – mit Tempo und unter Druck des Gegners trainieren
- Vertiefen der Gruppentaktik in der Offensive und Defensive
- Ausgleich körperlicher Defizite und Aufbau einer breiten fußballspezifischen Fitness.
- Fördern persönlicher Verantwortung für sich und die Gruppe auf und neben dem Platz.
- Techniken mit verbesserter Schnelligkeit und unter Gegnerdruck stabilisieren. Unterstützend regelmäßige Bewegungsschulung.
- Individualtaktik ohne Ball (Lösen) automatisieren.
- Vertiefung gruppentaktischer Angriffsmittel wie Dreiecksspiel, Spiel über den dritten Mann, Hinterlaufen, Doppelpass, komplexe Gruppentaktiken.
- Mannschaftstaktik: Vorgaben für ausgewählte Standards (z.B. Ecken), einfache Kombinationsvorgaben kennen lernen.

#### 10.2.2 Leitlinien für Trainer

- Individuelle Entwicklungsunterschiede beachten.
- Individuell fördern: Stärken fördern, Schwächen vermindern.
- Eigeninitiative und Motivation aufbauen und stabilisieren.
- Kreativität ist wichtiger als starre taktische Abläufe.
- Keine zu frühe Positionsspezialisierung vorgeben.
- Hierarchien bilden, Verantwortlichkeiten schaffen.

### 10.3 B- / A-Junioren U16/U17 und U18/U19 – Beginnendes Spezialisierungstraining

#### 10.3.1 Ziele

- Ernsthaftigkeit, Leistungswillen und Freude am Fußballspielen fördern
- „Dynamische Techniken“ – exakte Abläufe mit Tempo sowie unter Zeit-/Gegnerdruck trainieren
- Individuelle Vorbereitung auf spezielle Anforderungen verschiedener Positionen ermöglichen
- Perfektionierung taktischer Abläufe in der Gruppe und Stabilisierung einer umfassen Fitness erreichen
- Spezialisierung auf Positionen zulassen
- Bekannte gruppentaktische Angriffsmittel automatisieren, komplexe Gruppentaktik (z.B. Dreiecksspiel, Spiel über den dritten Mann, Hinterlaufen, Doppelpass) verfeinern
- Mannschaftstaktik: Angreifen aus verschiedenen Spielsystemen, Kombinationsvorgaben verfeinern und erweitern (Diagonalball, Gegner locken), weitere Standards üben.

#### 10.3.2 Leitlinien für Trainer

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

## 10.4 Übergang zur U23 und 1. Senioren – Belastungsgerechtes Übergangstraining

### 10.4.1 Ziele

- Verstärkung individueller Trainingssteuerung
- Individuelle Vorbereitung auf konditionelle Anforderungen einer Position trainieren
- Perfektionierung der Basistechniken angepasst an spezielle Positions-Anforderungen
- Optimierung taktischer Abläufe orientiert an Spielphilosophie und – system
- Fördern von Leistungswillen und Disziplin auf und neben dem Platz
- Gruppentaktiken automatisieren
- Mannschaftstaktik: Bekannte mannschaftstaktische Muster vertiefen und erweitern, gezieltes Training von Standardsituationen

### 10.4.2 Leitlinien für Trainer

- Für eine erhöhte Individualisierung im Training sorgen, wenn machbar
- Intensiv, aber dennoch dosiert (aktive Pausen) belasten
- Eine ausreichende Spielpraxis sicherstellen
- Für eine schnelle Integration der jungen Spieler sorgen
- Außersportliche Einflussfaktoren beachten

## 11 Ausbildung der Nachwuchsmannschaften / Trainingsziele

### 11.1 Mini-Kicker / F-Jugend - 7er Mannschaften

Maßnahme	Ziele / Inhalte
<ul style="list-style-type: none"> <li>„Schnuppertraining“ (G-Junioren Neueinsteiger)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>2 Termine: Ende Saison alt &amp; Beginn Saison neu</li> <li>nur Kinder der entsprechenden Altersklasse (= 2 Jahrgänge)</li> <li>Voraussetzungen: kompletter Platz, ca. 6 – 8 Übungsleiter, diverses Equipment (Bälle, Hütchen, etc.)</li> <li>(begleitende) Elterninfos</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsbildung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aufteilung der Kinder in Mannschaften (z. B. G3 – G5) ausschließlich nach „sozialen Gesichtspunkten“ (Wohngebiet, Kindergarten, Freunde, ...)</li> <li>Kinder des älteren Jahrgangs ggf. in bestehende Mannschaften (z. B. G1 – G2) integrieren</li> <li>Idealfall: Mannschaften nach Jahrgängen</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Training</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trainingsgestaltung/Förderung gemäß Vorgaben FLVW und DFB</li> <li>Broschüren „Bambini-/F-Junioren-Training“ / “DFB-online”</li> <li>„Einführungsveranstaltung“ für neue Trainer</li> <li>maximale Gruppengröße = 14 Kinder</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Spielbetrieb</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Teilnahme ab Rückrunde des jüngeren Jahrgangs fakultativ; ab Hinrunde des älteren Jahrgangs obligatorisch</li> <li>Förderung gemäß Vorgaben FLVW und DFB, d. h. möglichst gleiche Spielanteile für alle Spieler auf unterschiedlichen Positionen (Defensive – Offensive), kein fester Torwart, „3 – 3 – Rotation“ ohne „freie Positionen“</li> <li>Turnierorganisation (Halle &amp; Feld) nach einheitlichen Vorgaben (z. B. wie G2 &amp; G1-Turniere Halle 2008)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Organisation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>in den ersten 3 Jahren (möglichst) keine Änderungen der Trainingsgruppe aus Leistungsgesichtspunkten</li> <li>ggf. Änderungen aufgrund sozialer Faktoren nach Absprache mit betroffenen Trainern und Eltern</li> <li>Ausnahme: offensichtliche und ausgeprägte Überforderung eines Kindes; ggf. Wechsel der Mannschaft nach Absprache mit betroffenen Trainern und Eltern</li> <li>Kinder spielen grundsätzlich in einer Mannschaft des entsprechenden Jahrgangs</li> <li>Ordnung der Mannschaften des älteren Jahrgangs G-Junioren sowie der F-Junioren nach Leistungsstärke (G1, G2, ...)</li> <li>F1-Junioren: keine uneingeschränkte „Bestenauslese“, jedoch leistungsbezogene Ergänzung nach Absprache mit betroffenen Trainern und Eltern</li> <li>halbjährliche „Koordinationsrunde“ mit Trainern der jeweiligen Altersklasse (November/Dezember bzw. April/Mai)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Sonstiges</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>keine Ergebnismeldung / Spielberichte in den Medien</li> </ul>



## 11.2 E-Jugend - 7er Mannschaften

Maßnahme	Ziele / Inhalte
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsbildung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zusammenstellung der E1 sowie der entsprechenden Mannschaft des jüngeren Jahrgangs (z. B. E2) erfolgt nach Jahrgängen sowie leistungsorientierten Gesichtspunkten</li> <li>• Zusammenstellung der weiteren Mannschaften nach Absprache der Trainer unter (möglichst weitgehender) Beibehaltung der bisherigen Mannschaftsstrukturen</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Training</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ordnung der Mannschaften nach Leistungsstärke (E3, E4, ...)</li> <li>• Trainingsgestaltung/Förderung gemäß Vorgaben FLVW und DFB</li> <li>• Broschüre „E-Junioren-Training“ / “DFB-online” Gruppengröße E1 &amp; E2 (jüngerer Jahrgang) = 12 Kinder</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielbetrieb</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Förderung gemäß Vorgaben FLVW und DFB, d. h. möglichst Spielanteile für eine Vielzahl von Spielern auf unterschiedlichen Positionen</li> <li>• Spielsystem 3 – 2 – 1 oder 2 – 3 – 1 ohne „freie Positionen“</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisatorisches</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kinder spielen grundsätzlich in einer Mannschaft des entsprechenden Jahrgangs</li> <li>• halbjährliche „Koordinationsrunde“ mit Trainern der jeweiligen Altersklasse (November/Dezember bzw. April/Mai)</li> <li>• Trainer E1 → Lizenz „Trainer-C Kinder- und Jugendtraining“ Trainer E2 (jüngerer Jahrgang) → möglichst „Trainer-C Kinder- und Jugendtraining“ bzw. Lizenzvorstufe im Kinder- /Jugendbereich</li> <li>• standardisierte „Leistungsbeurteilung“ durch Trainer E1</li> </ul>

### 11.3 Jugend ab U 13 - Allgemeine Ziele

Mannschaften	Trainingsziele	Trainingsinhalte	Trainingsprinzipien
<b>U 13 / U15</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fußballspezifische Ausbildung durch individuelles Training</li> <li>• Festigung eines dynamischen Bewegungsablauf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung von Spielsystem, Mannschaftstaktik, positions-spezifischem Verhalten</li> <li>• Individual-, gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten bei Ballbesitz</li> <li>• ballorientierte Raumdeckung</li> <li>• beidfüßige Schulung der Basistechniken mit höherem Tempo</li> <li>• Positionsspezifisches Techniktraining</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewusstes Fördern der 1:1 Situationen</li> <li>• Entwicklung der Lernbereitschaft</li> <li>• Förderung der Selbstständigkeit</li> </ul>
<b>U17 – U23</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vervollkommnung des taktischen Verhaltens</li> <li>• Individuelle Verbesserung der technischen Fähigkeiten</li> <li>• Erziehung zur Bereitstellung der optimalen Wettkampfleistung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ballorientierte Raumdeckung, Spiel ohne Libero, Pressing</li> <li>• Positionsspiel, Kurzpassspiel, durch Tempospiel Überzahl erspielen</li> <li>• Perfektionierung der Ballsicherheit</li> <li>• Koordinationsgymnastik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siegermentalität und Leidenschaft fördern</li> <li>• Kreativität, Spielfreude und Risikobereitschaft fördern</li> <li>• Taktische Flexibilität und Spielverständnis entwickeln</li> </ul>

## 11.4 Technik- und Koordinationstraining

### Koordinationstraining

- Erlernen des Bewegungsapparates durch turnerische Übungen
- Fangspiele
- Lauf ABC
- Laufen über Stangen mit technischen Schwerpunkten
- Sprungschule (über Stangen, Hindernisse, Hürden)
- Kennen lernen der Eigenbewegung des Balles
- Schulung des Ballgefühls
- Stabilisierung der Alltagsmotorik
- vielfältige Körperbeherrschung im Zweikampf
- Bewegungsschnelligkeit unter Gegner-, Raum- und Zeitdruck

### Techniktraining

- Führen des Balles und Torschuss
- Ball an- und -mitnahme
- Passen
- Finten
- Alle Techniken in der Bewegung
- positionsspezifische Techniken automatisieren
- Bewusstes Anwenden der Techniken zur Lösung taktischer Ziele
- Ball An- und Mitnahme – (Beidfüßig)
- Pass – Schuss – Flanke – (Beidfüßig)
- Dribbling – offensiver Zweikampf – Finte – (Beidfüßig)
- Abwehrverhalten – defensiver Zweikampf
- Kopfball

## 11.5 Modernes Verteidigen im Leistungssport

### 11.5.1 Merkmale ballorientiertes Verteidigen

- Alle verteidigen
- Spiel wird durch Verschieben zum Ball eng gemacht und den Gegner somit unter Zeit- und Gegnerdruck bringen
- Überzahl herstellen → Der Ballführenden Gegner oder Empfänger zu zweit attackieren
- Auswege blockieren, Passwege zustellen
- Gegenseitig absichern → Der Nebenmann sichert immer → somit 2:1 Situation
- Positionen halten
- Kommunizieren

## 11.5.2 Trainingsinhalte modernes Verteidigen

<b>Trainingsinhalte</b>	<b>Modernes Verteidigen</b>
Individualtaktik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frontales 1 gegen 1 am Flügel, im Zentrum (kurze Distanz)</li> <li>• Frontales 1 gegen 1 am Flügel, im Zentrum (größere Distanz)</li> <li>• 1 gegen 1 im Rücken des Angreifers im Zentrum, am Flügel</li> </ul>
Gruppentaktik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In Unterzahl               <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 gegen 3, 3 gegen 4, 4 gegen 5</li> </ul> </li> <li>• In Gleichzahl               <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 gegen 2, 3 gegen 3, 4 gegen 4</li> </ul> </li> <li>• In Überzahl               <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 gegen 1, 3 gegen 2, 4 gegen 3</li> </ul> </li> </ul>
Mannschaftstaktik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 Verteidiger plus 1 Mittelfeldspieler</li> <li>• 4 Verteidiger plus 2 Mittelfeldspieler</li> <li>• 4 Verteidiger plus 3 Mittelfeldspieler</li> <li>• 4 Verteidiger plus 4 Mittelfeldspieler</li> <li>• Angriffspressing</li> <li>• Mittelfeldpressing</li> <li>• Abwehrpressing</li> </ul>

## 11.6 Erfolgreiches Angreifen

Immer mehr Mannschaften „**verteidigen ballorientiert**“, d.h. dass die Mannschaft auch dementsprechend ihr Angriffsspiel auf die speziellen Schwierigkeiten und Möglichkeiten gegen ballorientierte Systeme abzustimmen. Die Ausbildung darf sich **nicht** nur darauf beschränken, wie man verteidigt. Die Spieler müssen vorbereitet werden, wie man Torchancen **herausspielt**.

### 11.6.1 Merkmale erfolgreiches Angreifen

- Flexibel spielen → Alle Spieler nehmen am Angriffsspiel teil
- Schnell umschalten
- Vorausdenken! Das Spiel antizipieren
- Schnell spielen, keine Zeit verlieren mit unnötigen Querpässen etc.
- Taktische Angriffsmittel nutzen
- Beherrzt angreifen → Mutig sein, Risiko nicht scheuen, selbstbewusst

### 11.6.2 Trainingsinhalte erfolgreiches Angreifen

Trainingsinhalte	Erfolgreiches Angreifen
Individualtaktik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel ohne Ball: Anbieten und Freilaufen</li> <li>• Echte Lauffinte</li> <li>• Plötzlicher Richtungs- und Tempowechsel</li> <li>• Offene Spielstellung</li> <li>• Freie Räume nutzen</li> <li>• Ball an- und Mitnahme</li> <li>• Dribbling und Finten</li> </ul>
Gruppentaktik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Doppelpass</li> <li>• Spiel über den dritten Mann</li> <li>• Hinterlaufen</li> <li>• Raum Freiziehen</li> <li>• Kreuzen</li> <li>• Ballübergabe</li> </ul>
Mannschaftstaktik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielaufbau/Spieleröffnung/Staffelung</li> <li>• Dreiecksspiel</li> <li>• Steil-Klatsch</li> <li>• MAMAM (Mitte-Außen-Mitte-Außen-Mitte)</li> <li>• Spiel über den Flügel</li> <li>• Der zweite Ball</li> <li>• Schnelles Umschalten</li> <li>• Diagonalball</li> <li>• Langer Ball in den Raum</li> </ul>

## 11.7 Torwarttraining

Zusätzlich zum Mannschaftstraining absolvieren die Torhüter mindestens 1x pro Woche ein spezielles Torwart-Basistraining.

### 11.7.1 Ziele und Inhalte

- Basis: perfektes Beherrschen aller spielrelevanten Torhüter-Techniken
- Optimale Spielübersicht – vor allem beim Dirigieren der ballorientiert agierenden
- Hintermannschaft und bei Pässen in die Angriffsspitze
- Optimales Stellungsspiel bei Torschüssen, Flanken, Standardsituationen
- Situationen schnell erkennen und richtig lösen
- Sicheres Verarbeiten und Weiterleiten von Rückpassen
- Schnelles Umschalten
- Körperliche Fitness
- Konzentrationsvermögen
- Selbstvertrauen
- Absoluter Leistungswillen
- DFB-Philosophie Leitlinie 5: Mitspielender Torwart

### 11.7.2 Qualitätskriterien für das Jugend-Torwarttraining

- Lerneffekt / Wiederholungen / Qualitätsverbesserung
- Qualifikationsstufe / Anforderung Trainer
- Trainerdemonstration und Fehlerkorrektur
- Belastungsintensität (Belastung / Erholung)
- Altersgemäßheit / Motivation / Spaßfaktor
- Psycho-soziale Betreuung
- Einbindung älterer TW in das Training jüngerer (Verantwortung)
- Einzelcoaching während des Mannschaftstrainings
- Analyse Trainingseinheit / Spiel
- TW - spezifisches Konditionstraining
- Sprung- und Schnellkraft-Training
- Sprungseil

## 12 Leitlinien der DFB-Spielphilosophie

### 12.1 Leitlinie 1 - Betontes Offensivspiel über die Außen

- Den Torhüter beim Spielausbau mit einbeziehen
- Das Spiel bereits von hinten heraus breit und tief machen
- Durch trickreiche und dynamische Einzelaktionen Tore über die Flügel vorbereiten
- Durch variables Kombinieren und Einschalten aus hinteren Positionen über Außen angreifen

### 12.2 Leitlinie 2 - Individuelle Angriffsaktionen gepaart mit Kombinationen

- Stets mutig nach vorne spielen! Mit minimaler Passquote vor das Tor kommen
- Schnelle, variable und dynamische Angriffaktionen auf allen Spielpositionen zeigen
- Das 1 gegen 1 für eine erfolgreiche Anschlussaktion suchen
- Jeder muss im Angriffsdrittel mit seinen Aktionen individuellen Tordrang signalisieren

### 12.3 Leitlinie 3 – Aktive Balleroberungen

- Nach Ballverlust alle Aktionen auf Rückeroberung des Balles ausrichten
- Zum Ball hinbewegen, um ein Übergewicht um den Ball herum herzustellen
- Mit aggressivem Attackieren aus einer kompakten Formation den Ball erobern
- Jederzeit die Initiative haben – nicht nur auf Angriffsaktionen des Gegners warten

### 12.4 Leitlinie 4 – Flexibles Verteidigen zu viert

- Die beiden Innenverteidiger machen vorrangig das Zentrum zu und bleiben innen
- Die Außenverteidiger verschieben sich situativ nach vorne und seitlich, um Druck auszuüben
- Je nach Situation sich durch eine leichte Tiefenstaffelung absichern oder auf einer Höhe agieren
- Nach Ballgewinn schnell umschalten und Anspielstationen in Breite und Tiefe schaffen

### 12.5 Leitlinie 5 – Mitspielender Torwart

- Vor allem mit exzellenten Torhüter spezifischen Aktionen Tore verhindern
- Die Vorderleute coachen und organisieren – Pässe in die Tiefe abfangen
- Als zusätzlicher Feldspieler den Spielaufbau der Mannschaft aktiv mitgestalten
- Mit Abschlag, Abwurf oder per Fuß schnell auf Angriff umschalten







## 14 Literatur

Buch: Modernes Verteidigen von Ralf Peter

Buch: Erfolgreiches Angreifen von Dirk Reimöller

[www.dfb.de](http://www.dfb.de)

[www.fussballtraining.com](http://www.fussballtraining.com)

Fußballtraining / Philipika – Sportverlag