

Ausbildungskonzept Jugendabteilung VfL Querfurt 1980 e.V.





Inhaltsverzeichnis

1 Grundgedanken.....	3
2 Soziales Leitbild und Grundgedanken.....	4
3 Voraussetzungen	5
3.1 Der Juniorentrainer: Anforderungen und Aufgaben.....	5
3.2 Trainerfortbildung	6
3.3 Sponsoren/Finanzierung	6
4. Sportliches Konzept.....	7
4.1 Didaktisch methodische Grundsätze für das Training	7
4.2 Strategische Ausrichtung der Nachwuchsmannschaften	8
4.3 Einteilung der Mannschaften	10
4.4 Trainingsinhalte und Leitlinien der Nachwuchsmannschaften.....	11
4.4.1 G- Jugend.....	11
4.4.2 F- Jugend	13
4.4.3 E- Jugend	15
4.4.4 D- Jugend	17
4.4.5 C- Jugend	19
4.4.6 B- Jugend	21
4.4.7 A- Jugend	23
5 Schlussbemerkung	25

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Organigramm zur Ausrichtung der Nachwuchsmannschaften	9
Abbildung 2: Inhaltsbausteine für das Training mit G- Junioren und deren Gewichtung.....	11
Abbildung 3: Inhaltsbausteine für das Training mit F- Junioren und deren Gewichtung	13
Abbildung 4: Inhaltsbausteine für das Training mit E- Junioren und deren Gewichtung	15
Abbildung 5: Inhaltsbausteine für das Training mit D- Junioren und deren Gewichtung.....	17
Abbildung 6: Inhaltsbausteine für das Training mit C- Junioren und deren Gewichtung.....	19
Abbildung 7: Inhaltsbausteine für das Training mit B- Junioren und deren Gewichtung	21
Abbildung 8: Inhaltsbausteine für das Training mit A- Junioren und deren Gewichtung	23



Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer G- Jugend	12
Tabelle 2: Trainingsinhalte für G- Jugend	12
Tabelle 3: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer F- Jugend.....	14
Tabelle 4: Trainingsinhalte für F- Jugend	14
Tabelle 5: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer E- Jugend	16
Tabelle 6: Trainingsinhalte E- Jugend	16
Tabelle 7: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer D- Jugend	18
Tabelle 8: Trainingsinhalte D- Jugend.....	18
Tabelle 9: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer C- Jugend	20
Tabelle 10: Trainingsinhalte C- Jugend.....	20
Tabelle 11: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer B- Jugend	22
Tabelle 12: Trainingsinhalte B- Jugend	22
Tabelle 13: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer A- Jugend	24
Tabelle 14: Trainingsinhalte A- Jugend	24



1 Grundgedanken

Dieses Ausbildungskonzept definiert die Vorstellungen des VfL Quersfurt 1980 e.V. zur Gestaltung des Jugendfußballs. Zentrales Anliegen des Konzeptes ist die planmäßige, einheitlichen Grundsätzen folgende und nachhaltige Gestaltung der Jugendfußballabteilung. Ziel ist es, die Kinder und Jugendlichen für den Fußballsport in unserem Sportverein zu begeistern und bestmöglich auszubilden! Lohn ist der sportliche Erfolg! Nicht zuletzt dient das Konzept als Orientierungshilfe für Vorstand, Mitglieder, Eltern, Förderer, Sponsoren, Interessierte sowie für Trainer, Co-Trainer und Betreuer.

Wir wollen das „Wir-Gefühl“ in unserem Verein durch eine gemeinsame Philosophie, ein planmäßiges Zusammenwirken und ein intaktes Umfeld mit verbindlichen Werten und Rahmenbedingungen weiter steigern. Im Mittelpunkt steht ein Umfeld, in dem sich jeder wohlfühlt und entsprechend der persönlichen und sportlichen Fähigkeiten und Vorlieben „seinen“ Platz findet. Dies passiert nach unserem Motto „**Wir für Hier**“. Fußballerische und soziale Kompetenzen sollen dabei altersgerecht und entwicklungsangepasst vermittelt werden. **Persönlichkeitsbildung, Spaß, Freundschaften** und **soziale Integration** sind dabei **elementare Bestandteile**.

In allen Bereichen des Vereinslebens sind charakterstarke Persönlichkeiten und Vorbilder gefragt: Eigenschaften wie Lern- und Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme, Fairness und Respekt sowie Leistungswille, Durchsetzungsvermögen, Selbstvertrauen und der angemessene Umgang mit Sieg und Niederlage sind Beispiele für soziale Verhaltensweisen, die erfolgreiche Persönlichkeiten auszeichnen. Wir wollen die Persönlichkeit fördern und fördern.



2 Soziales Leitbild und Grundgedanken

- Wir schaffen ein Umfeld, in dem sich jeder wohl fühlen kann.
- Kinder, Jugendliche, Erwachsene egal welcher Herkunft und Vorstand – wir alle pflegen einen respektvollen, offenen, konstruktiven, vertrauensvollen und aufrichtigen Umgang miteinander.
- Wir sind ein Team, gewinnen und verlieren gemeinsam, wir geben nie auf.
- Wir verhalten uns fair und sportlich gegenüber Mitspielern, Gegenspielern und Schiedsrichtern und natürlich lösen wir Konflikte gewaltfrei.
- Wir halten uns an die Regeln.
- Wir wollen gewinnen, **aber nicht auf Kosten von Spaß und Ausbildung eines Spielers**, denn insbesondere im Kinderfußball gilt: **Erlebnis kommt vor dem Ergebnis! „Im Kinderfußball wird gesät und nicht geerntet!“**
- Wir gehen mit dem Eigentum des Vereins sorgsam und pfleglich um!
- Ob Spieler, Trainer oder Zuschauer: Seid stets Vorbilder und gute Botschafter für unseren Verein und den Fußball!
- Ob Spieler oder Trainer, wir repräsentieren durch tragen der Vereinskleidung (z.B. Trainingsanzug und Poloshirt) an Spieltagen beziehungsweise Turnieren, die Farben unseres Vereines.
- Eltern halten sich während der Fußballspiele generell nicht direkt am Spielfeldrand, sondern hinter der jeweiligen Spielfeldabgrenzung (Barrieren) auf.
- **Eltern halten sich während der Fußballspiele verbal zurück, taktische Anweisungen sind Aufgabe der Trainer! Wir wollen uns auf das Training der Kinder konzentrieren und nicht die Eltern trainieren.**

Die Förderung jedes einzelnen Kindes und Jugendlichen hat absolute Priorität!



3 Voraussetzungen

3.1 Der Juniorentrainer: Anforderungen und Aufgaben

Der Juniorentrainer

- vermittelt Freude und Motivation für das Fußballspielen,
- plant und steuert den Ausbildungsprozess stets kind-, alters- und entwicklungsgerecht,
- erkennt die Rahmenbedingungen an, die durch diese Ausbildungskonzeption festgelegt sind,
- baut das Training schwerpunktorientiert, methodisch und periodisch auf,
- leistet einen wichtigen Beitrag zur Persönlichkeitsbildung junger Menschen,
- ist sich seiner Vorbildfunktion auf und neben dem Platz jederzeit bewusst,
- wählt die Art und Weise seiner Ansprache altersgerecht,
- trainiert und coacht effektiv mit viel Lob und positiver Bestätigung,
- gewährleistet eine gleichmäßige Verteilung der Spielanteile im Grundlagenbereich,
- fördert den Teamgeist und Zusammenhalt,
- trainiert im **Idealfall** gemeinsam mit einem Co-Trainer oder Betreuer eine Mannschaft in der Größe von max. 15 Kindern im Kleinfeldbereich, max. 20 im Großfeldbereich,
- kommuniziert mit der Elternschaft und bindet diese aktiv ein, z.B. durch Einberufung von Elternabenden, Ausgabe von Spielplänen und Organisation der Aufgabenverteilung (Verantwortliche für Freizeitaktivitäten, Weihnachtsfeier etc., Betreuer),



- sorgt für einen geregelten Trainings- und Spielbetrieb (Kein Training, kein Spiel soll wegen Unpässlichkeit des Trainers ausfallen. Für diese Fälle ist durch organisatorische Maßnahmen z.B. Vertreter Vorsorge zu treffen),
- interessiert sich für moderne Trainingsmethoden und Fortbildungsmaßnahmen,
- tauscht sich mit den anderen Trainern des Vereins regelmäßig aus,
- interessiert sich für die Gesamtentwicklung der Jugendabteilung und des Vereins.

3.2 Trainerfortbildung

Ziel ist es, langfristig alle Trainer mit Übungsleiterlizenzen (mindestens C-Lizenz Breitensport) auszustatten. Der VfL Quersfurt fördert die Fortbildung der Trainer und den Erwerb von Übungsleiterlizenzen indem er sich an den Ausbildungskosten beteiligt. Des Weiteren sollen Übungsleiter, welche keine Lizenz besitzen, regelmäßig an den Infoabenden oder Kurzschulungen des Fußballverbandes Sachsen Anhalt teilnehmen. Ziel dieser Maßnahmen ist es, eine stetig zeitgemäße Weiterentwicklung in der Trainingsgestaltung und Trainingsmethodik beim VfL Quersfurt zu gewährleisten.

3.3 Sponsoren/Finanzierung

Die Ausstattung der Jugendmannschaften mit Trikots, Trainingsanzügen und Poloshirts, die Anschaffung und Instandhaltung moderner Trainingsmaterialien und die Aus- und Fortbildung der Trainer sind ohne Sponsoren nicht möglich. Wir freuen uns über jeden Sponsor, der die Entwicklung der Jugendarbeit beim VfL Quersfurt fördern will und einen Beitrag dazu leistet, dass wir dieses Ausbildungskonzept umsetzen können. Des Weiteren ist der Verein, um die Voraussetzungen für ein ordentliches Umfeld mit zeitgerechten und altersgerechten Trainings- und Spielflächen zu schaffen, auf die Unterstützung der Stadt Quersfurt als Eigentümer der Sportanlage Friedrich Ludwig Jahn Sportpark angewiesen.



4. Sportliches Konzept

Der Vorstand des VfL Quersfurt, die Jugendleitung und die Trainer der Mannschaften verfolgen zwei Hauptziele: **Steigerung des Wohls der Kinder und des Wohls des Vereins.**

Der Verein profitiert davon, wenn Kinder und Jugendliche die gesamte Jugendabteilung des VfL Quersfurt durchlaufen und sich mit dem Verein und dessen Wertvorstellungen identifizieren.

Im Idealfall spielen die Kinder nach ihrer Jugendzeit in den Männermannschaften des Vereins und übernehmen nach oder während ihrer aktiven Sportlerlaufbahn schon in jungen Jahren selbst Aufgaben als Trainer, Co-Trainer, Betreuer, Schiedsrichter oder andere Ehrenämter. **Dadurch wird der Fortbestand des Vereins gesichert.** Wir wollen diese Entwicklung fördern und der Jugend den Raum zum Probieren und Mitgestalten geben.

4.1 Didaktisch methodische Grundsätze für das Training

Grundsätzlich wird nach den folgenden Prinzipien beim VfL Quersfurt trainiert:

- Vom Leichten zum Schweren/Vom Einfachen zum Komplexen/Vom Bekannten zum Unbekannten (**Methodikreihe**)
 - Den systematischen Aufbau aller Trainingsschritte beachten → Fordern aber nicht überfordern
- Maximierung der Ballkontakte, Maximierung der Wiederholungen
 - Die Organisation der Trainingsform immer darauf überprüfen
- Vormachen / Erklären / Nachmachen / Üben
 - Demonstrieren ist besser als erklären
- Spielsituationstraining
 - Techniken und Handlungen müssen mit konkreten Spielsituationen verknüpft werden



- Spielen lernen durch spielen
 - Schwerpunkte setzen durch Regeln und Organisation (z.B. Spielfeldgröße, Art der Tore, Spielerverhältnis etc.)

Für die Technischulung gelten die Grundsätze

- systematisches Erlernen der Techniken
- häufiges Wiederholen/ Üben
- demonstrieren durch den Trainer
- Korrekturen/ Verbesserungen
- motivierende Übungsformen
- **Techniktraining im erholten Zustand**
- Technikübungen schon im Erwärmungsteil
- Anwendung der Techniken in Spielformen
- **Beidfüßigkeit**
- **Methodikreihe beachten**

4.2 Strategische Ausrichtung der Nachwuchsmannschaften

Um einen möglichst hohen Durchfluss an Nachwuchsspielern von den untersten Altersklassen bis in den Männerbereich zu erhalten, verfolgt der VfL Quersfurt das Prinzip „Spitze durch Breite“. Dabei zeigt die Abbildung 1 auf Seite 9 den Idealzustand. Jeder Schritt in diese Richtung ist ein guter und wichtiger. Um diesen Zustand zu erreichen, öffnet sich der VfL Quersfurt auch gegenüber sogenannten Jugendspielgemeinschaften (JSG). **Grundvoraussetzung für das Zustandekommen einer Jugendspielgemeinschaft ist, dass der Kooperationsverein das Konzept akzeptiert oder dessen Konzept mit dem des VfL Quersfurt vereinbar ist.** Bei Jugendspielgemeinschaften handelt es sich um ein Kooperationsmodell, bei dem mindestens 2 Nachwuchsmannschaften zweier Vereine zu einer Mannschaft fusionieren. Mit diesem Modell kann der demografischen Entwicklung im Fußball entgegengewirkt werden.

Des Weiteren können über dieses Modell gemeinsame Ressourcen (z.B. Trainer, Trainingsmaterialien, Trainingsplätze, Vereinsbus usw.) der beiden Kooperationsvereine generiert werden.

So kann der VfL Quersfurt beispielsweise im Kleinfeldbereich (bis D- Jugend) als eigenständige Mannschaft in Erscheinung treten und später auf dem Großfeld (C- bis A- Jugend) kann es zu einer Jugendspielgemeinschaft kommen.

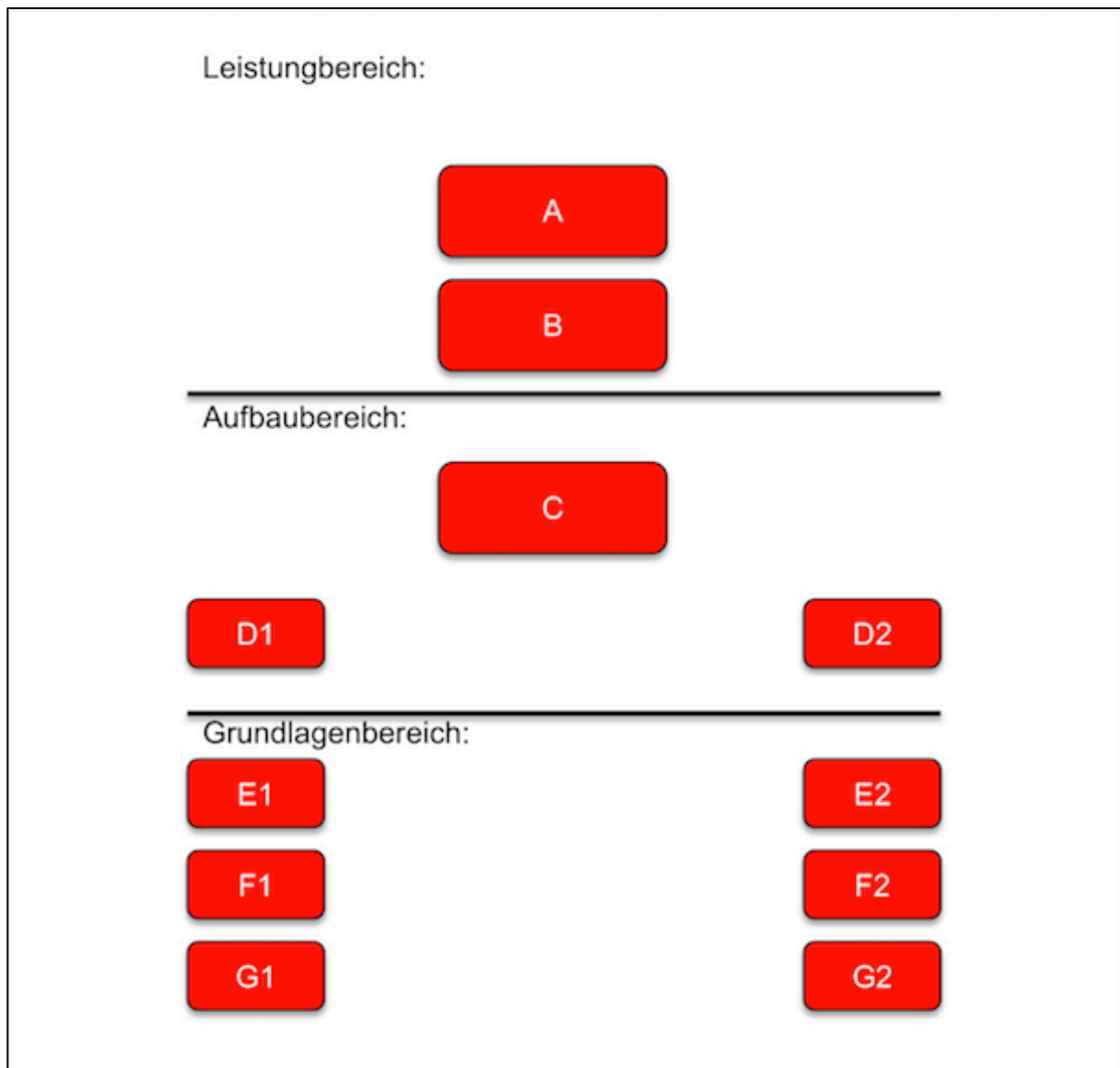


Abbildung 1: Organigramm zur Ausrichtung der Nachwuchsmannschaften



4.3 Einteilung der Mannschaften

Die Frage, ob man die Mannschaften im Juniorenfußball innerhalb der Altersstufen (G- bis A-Jugend) nach Geburtsjahrgängen oder nach Entwicklungsstand/Spielstärke zusammenstellen soll, ist nicht einfach zu beantworten. Es gibt für beide Varianten diverse Vor- und Nachteile. Dabei verfolgen wir einen einheitlichen **Grundsatz: Jedes Kind ist wichtig! Wir sind ein Breitensportverein und wollen allen Kindern unabhängig von Talent und Leistung eine sportliche Heimat geben!**

Innerhalb der Altersstufen G- bis E- Jugend erfolgt daher die Einteilung der Mannschaften nach den jeweiligen Altersjahrgängen und nicht nach dem Entwicklungsstand des einzelnen Spielers. Mit dieser Einteilung im Grundlagenbereich wollen wir erreichen, dass die Spieler die einen niedrigeren fußballerischen Entwicklungsstand haben, von den Spielern mit einem höheren Entwicklungsstand im Spiel und Training aktiv lernen und somit zur Weiterentwicklung des einzelnen Spielers beziehungsweise Mannschaft beitragen.

Der Mannschaftskader in den Altersstufen D- bis A- Jugend wird leistungsorientiert und nicht jahrgangsmäßig zusammengestellt. Gibt es beim VfL Quersfurt die Situation jeweils 2 Großfeldmannschaften zu haben (z.B. B1 und B2), hat die höherklassige Mannschaft Vorrang. Alle Spieler haben die gleiche Chance sich im Training für die höherklassige Mannschaft zu empfehlen. Ist der Fall von 2 Mannschaften auf dem Großfeld je Altersstufe nicht gegeben, besteht die Möglichkeit das Ausnahmespieler, Altersstufen ganz oder zum Teil überspringen können (situationsbedingte Entscheidung zwischen Trainern und Jugendleitung).

Die Leistungsorientierte Ausbildung hat zum Ziel, möglichst viele Nachwuchsspieler an den Männerbereich des VfL Quersfurt heranzuführen.

4.4 Trainingsinhalte und Leitlinien der Nachwuchsmannschaften

4.4.1 G- Jugend

Die ersten Eindrücke vom Üben und Spielen in einem Verein entscheiden meistens darüber, ob ein Kind weiter mit Begeisterung Fußball spielt und langfristig dabei bleibt. Deshalb muss das „Training“ vom ersten Augenblick an Spaß machen. Wichtig dabei ist, die Kinder mit vielseitigen und interessanten Bewegungsaufgaben ganzheitlich zu fördern! Die dazugehörigen Inhaltsbausteine für das Training mit G- Junioren und deren Gewichtung zeigt die Abbildung 2 (Quelle: DFB Ausbildungskonzept). Hinsichtlich der Gestaltung der Trainingszeit sollte sich diese im Zeitrahmen zwischen 60 bis 70 Minuten (einmal pro Woche) bewegen.

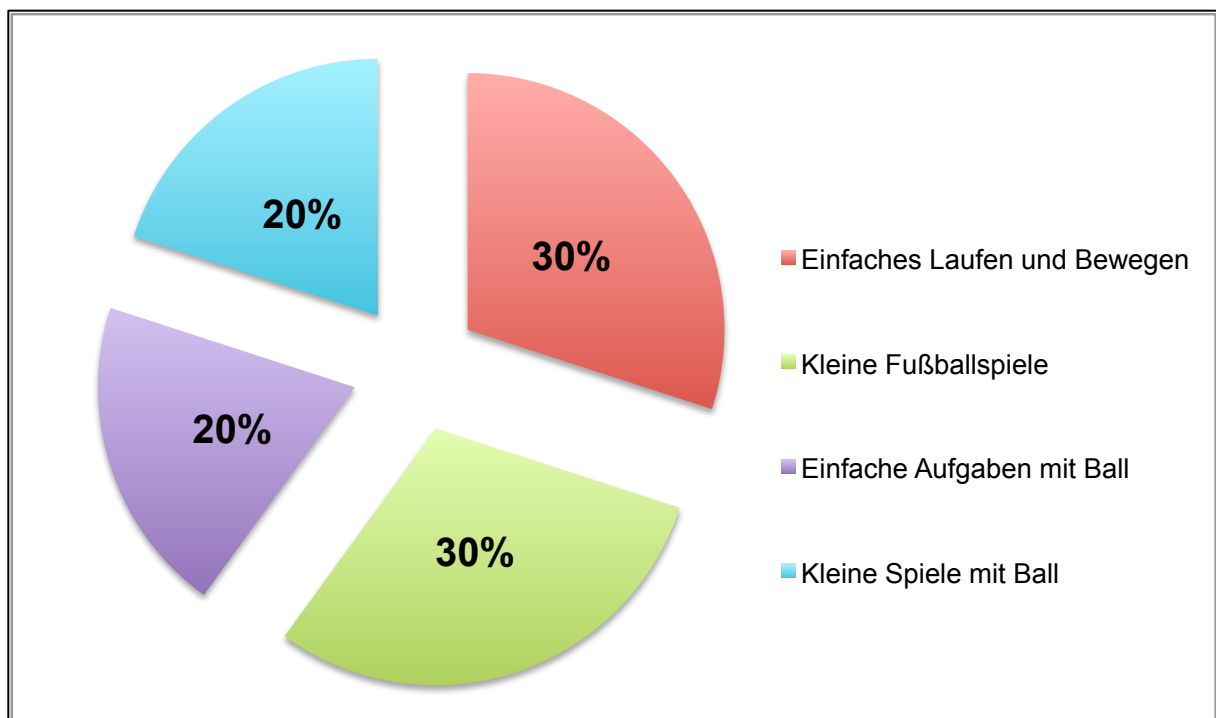


Abbildung 2: Inhaltsbausteine für das Training mit G- Junioren und deren Gewichtung



Tabelle 1: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer G- Jugend

Trainingsziele	Leitlinie für den Trainer
<ul style="list-style-type: none"> 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 kennen lernen einfacher Grundregeln des Mit- und Gegeneinanderspielens <p style="color: white; font-weight: bold;">→ Freude durch Bewegen</p>	<ul style="list-style-type: none"> Kleine Gruppen, viele Bewegungsaktivitäten für jeden Spieler! Begeisterung für das Bewegen und Spielen wecken! Einfache Bewegungsaufgaben interessant verpacken! Vielseitige Aufgaben mit verschiedenen Bällen! Einfache (Spiel-) Regeln vermitteln! Ein Herz und offenes Ohr für Kinder haben! Kein Leistungs- und Ergebnisdruk! In jeder Situation ein Vorbild sein!

Quelle: DFB Ausbildungskonzept

Tabelle 2: Trainingsinhalte für G- Jugend

		G- Jugend		F- Jugend		E- Jugend		D- Jugend		C- Jugend		B- Jugend		A- Jugend	
		U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	U 14	U 15	U 16	U 17	U 18	U 19	
Fitness	Ausdauer														
	Schnelligkeit														
	Kraft														
	Beweglichkeit														
Technik	Torschuss, Schießen														
	Dribbling														
	Fintieren														
	Ballkontrolle														
	Ballmitnahme														
	Passen														
	Kopfball														
	Torspieler														
	Jonglieren														
Individual-, Gruppen-, Mannschaftstaktik	1 gegen 1 defensive														
	1 gegen 1 offensiv														
	1 gegen 2 defensiv														
	2 gegen 1 (doppeln)														
	2 gegen 2														
	2 gegen 3														
	3 gegen 3														
	3 gegen 4														
	4 gegen 4														
	Anbieten/ Freilaufen														
	Dreierkette														
	Viererkette														
	Standards														
	Positionstraining														

	Erklärung:	= Trainieren, Wiederholen, Intensivieren, Perfektionieren
		= Einführung, Grundlagen, Altersgerecht trainieren
		= nicht trainieren

4.4.2 F- Jugend

Spätestens mit Schulbeginn verspüren viele Kinder Lust, über das Fußballspielen im Freundeskreis hinaus regelmäßig in einem Verein zu trainieren und zu spielen. Interessant und motivierend bleibt der Vereinsfußball für die Kinder, wenn sich die Juniorentrainer am Straßenfußball früherer Tage orientieren und diese Philosophie in das Vereinstraining übertragen. Inhaltsbausteine für das Training mit F- Junioren und deren Gewichtung zeigt die Abbildung 3 (Quelle: DFB Ausbildungskonzept). Hinsichtlich der Gestaltung der Trainingszeit sollte sich diese im Zeitrahmen zwischen 70 bis 90 Minuten (zweimal pro Woche) bewegen.

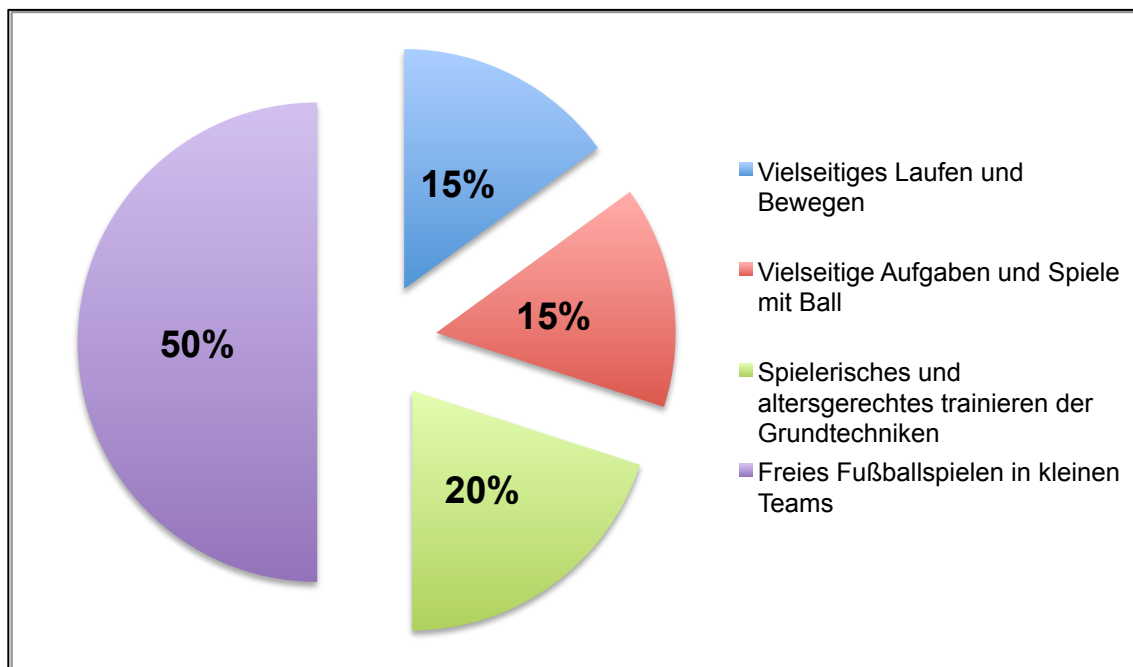


Abbildung 3: Inhaltsbausteine für das Training mit F- Junioren und deren Gewichtung



Tabelle 3: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer F- Jugend

Trainingsziele	Leitlinie für den Trainer
<ul style="list-style-type: none"> Freude am Fußballspielen Fußballspielen lernen durch kleine Fußballspiele Spielerisches Kennenlernen der Grundtechniken Vermitteln einfacher taktischer Tipps, die beim Tore schießen und Tore verhindern helfen Motivation zur Bewegung durch vielseitige sportliche Aktivitäten <p style="text-align: center; font-weight: bold; color: white;">→ Spielen – Interesse</p>	<ul style="list-style-type: none"> Kleine Gruppen, kleine Felder, viele Aktivitäten! Training ist Spielen mit vielen Ballkontakten für jeden Spieler! Durch „Vormachen – Nachmachen – Üben“ das Lernen fördern! Nahezu gleiche Spielzeiten für alle Spieler! Beidfüßigkeit erlernen und anwenden! Geduld zeigen! Kein Leistungs- und Ergebnisdruck! In jeder Situation Vorbild sein!

Quelle: DFB Ausbildungskonzept

Tabelle 4: Trainingsinhalte für F- Jugend

		G- Jugend		F- Jugend		E- Jugend		D- Jugend		C- Jugend		B- Jugend		A- Jugend	
		U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	U 14	U 15	U 16	U 17	U 18	U 19	
Fitness	Ausdauer														
	Schnelligkeit														
	Kraft														
	Beweglichkeit														
Technik	Torschuss, Schießen														
	Dribbling														
	Fintieren														
	Ballkontrolle														
	Ballmitnahme														
	Passen														
	Kopfball														
	Torspieler														
	Jonglieren														
	Individual-, Gruppen-, Mannschaftstaktik	1 gegen 1 defensive													
1 gegen 1 offensiv															
1 gegen 2 defensiv															
2 gegen 1 (doppeln)															
2 gegen 2															
2 gegen 3															
3 gegen 3															
3 gegen 4															
4 gegen 4															
Anbieten/ Freilaufen															
Dreierkette															
Viererkette															
Standards															
Positionstraining															

Erklärung:	= Trainieren, Wiederholen, Intensivieren, Perfektionieren
	= Einführung, Grundlagen, Altersgerecht trainieren
	= nicht trainieren

4.4.3 E- Jugend

Im Training der E- Junioren dominiert das freie Fußballspielen in kleinen Gruppen, auf kleinen Feldern und in immer neuen Varianten an Toren, um Spielfreude und Ideen der Kinder zu fördern. Daneben nimmt schrittweise das spielerische Kennenlernen aller wichtigen Basistechniken (in einfachen, aber stets attraktiven Organisationsformen) an Bedeutung zu! Inhaltsbausteine für das Training mit E- Junioren und deren Gewichtung zeigt die Abbildung 4 (Quelle: DFB Ausbildungskonzept). Hinsichtlich der Gestaltung der Trainingszeit sollte diese 90 Minuten (zweimal pro Woche) betragen.

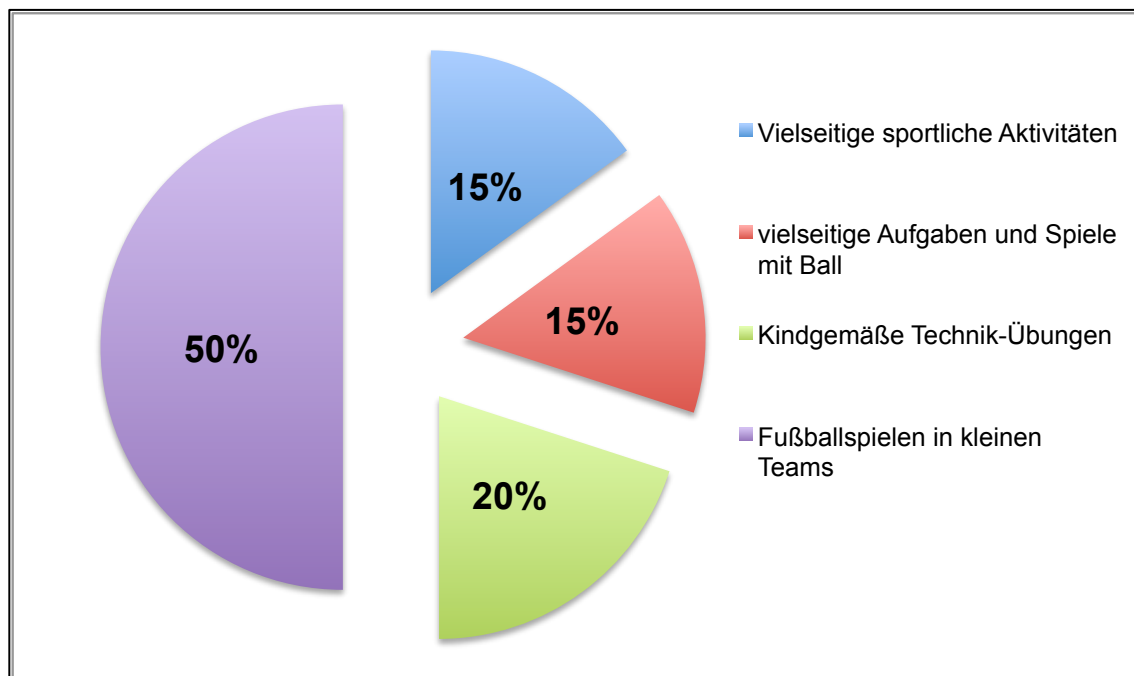


Abbildung 4: Inhaltsbausteine für das Training mit E- Junioren und deren Gewichtung

Tabelle 5: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer E- Jugend

Trainingsziele	Leitlinie für den Trainer
<ul style="list-style-type: none"> • 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 Raumaufteilung • Fordern und Fördern von Individualität – Siegen und Verlieren lernen <p>→ Spielen- Interesse</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Stärken fördern! • Technik- Training ist vor allem Spieltraining! • Auf genaue Abläufe achten, wenn nötig korrigieren! • Viele Ballkontakte und Spielaktionen für alle anstreben – gleiche Spielzeiten für alle Spieler! • Ein taktisches Grund-ABC vermitteln! • Fairness, Zuverlässigkeit, Höflichkeit... vorleben! • Beidfüßigkeit trainieren und anwenden! • Geduld zeigen! • Kein Leistungs- und Ergebnisdruck! • In jeder Situation Vorbild sein!

Quelle: DFB Ausbildungskonzept

Tabelle 6: Trainingsinhalte E- Jugend

		G- Jugend		F- Jugend		E- Jugend		D- Jugend		C- Jugend		B- Jugend		A- Jugend	
		U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	U 14	U 15	U 16	U 17	U 18	U 19	
Fitness	Ausdauer														
	Schnelligkeit														
	Kraft														
	Beweglichkeit														
Technik	Torschuss, Schießen														
	Dribbling														
	Fintieren														
	Ballkontrolle														
	Ballmitnahme														
	Passen														
	Kopfball														
	Torspieler														
Individual-, Gruppen-, Mannschaftstaktik	Jonglieren														
	1 gegen 1 defensive														
	1 gegen 1 offensiv														
	1 gegen 2 defensiv														
	2 gegen 1 (doppeln)														
	2 gegen 2														
	2 gegen 3														
	3 gegen 3														
	3 gegen 4														
	4 gegen 4														
	Anbieten/ Freilaufen														
	Dreierkette														
	Viererkette														
Standards															
Positionstraining															

Erklärung:

	= Trainieren, Wiederholen, Intensivieren, Perfektionieren
	= Einführung, Grundlagen, Altersgerecht trainieren
	= nicht trainieren

4.4.4 D- Jugend

Diese Altersklasse wird bewusst als „**goldenes Lernalter**“ charakterisiert, denn Mädchen und Jungen dieses Alters beeindruckt durch Bewegungs-, Spiel- und Leistungsfreude. Schnelle und geschickte Bewegungen gelingen relativ leicht. Auf der Basis einer breit angelegten Grundausbildung im Grundlagenbereich kann und muss jetzt ein systematisches Fußballtraining beginnen! Inhaltsbausteine für das Training mit D- Junioren und deren Gewichtung zeigt die Abbildung 5 (Quelle: DFB Ausbildungskonzept). Hinsichtlich der Gestaltung der Trainingszeit sollte diese 90 Minuten (zweimal pro Woche) betragen. Zudem soll damit begonnen werden, **bedarfsgerecht** Spielsituationen im Zuge der Taktikschulung auszuwerten und zu analysieren. Dies erfolgt mit Hilfe einer Taktiktafel.

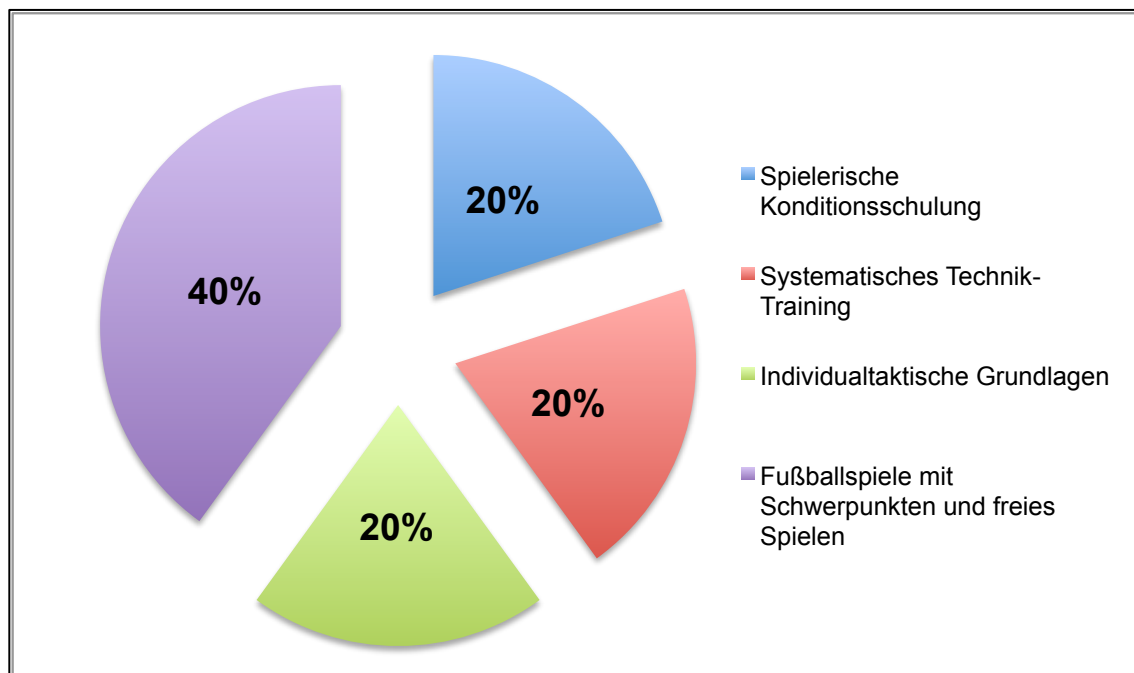


Abbildung 5: Inhaltsbausteine für das Training mit D- Junioren und deren Gewichtung



Tabelle 7: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer D- Jugend

Trainingsziele	Leitlinie für den Trainer
<ul style="list-style-type: none"> • Spielfreude und Spielkreativität • Systematisches Training der Basistechniken – anwenden in verschiedenen Situationen • Schulung individualtaktischer Abläufe in Offensive und Defensive (z. B. 1 gegen 1) • Erlernen gruppentaktischer Grundlagen für das Spielen im Raum (z. B. Dreier-Kette) • Fördern von Eigeninitiative, Leistungsmotivation und Willenseigenschaften <p style="color: white; font-weight: bold;">→ Lernen- Ernsthaftigkeit</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Alle Basistechniken schrittweise und im Detail verbessern! • Üben und Spielen zum gleichen Schwerpunkt verbinden! • Konsequenz auf Beidfüßigkeit achten! • Fitness vor allem durch Spielformen mitschulen! • Mit individuellem Training beginnen! • Intensiv kommunizieren. Die Spieler aktiv einbinden! • Fairness, Zuverlässigkeit, Höflichkeit...vorleben! • Geduld zeigen! • Mäßiger Leistungsdruck! • In jeder Situation Vorbild sein!

Quelle: DFB Ausbildungskonzept

Tabelle 8: Trainingsinhalte D- Jugend

		G- Jugend		F- Jugend		E- Jugend		D- Jugend		C- Jugend		B- Jugend		A- Jugend	
		U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	U 14	U 15	U 16	U 17	U 18	U 19	
Fitness	Ausdauer														
	Schnelligkeit														
	Kraft														
	Beweglichkeit														
Technik	Torschuss, Schießen														
	Dribbling														
	Fintieren														
	Ballkontrolle														
	Ballmitnahme														
	Passen														
	Kopfball														
	Torspieler Jonglieren														
Individual-, Gruppen-, Mannschaftstaktik	1 gegen 1 defensive														
	1 gegen 1 offensiv														
	1 gegen 2 defensiv														
	2 gegen 1 (doppeln)														
	2 gegen 2														
	2 gegen 3														
	3 gegen 3														
	3 gegen 4														
	4 gegen 4														
	Anbieten/ Freilaufen														
	Dreierkette														
	Viererkette														
	Standards														
Positionstraining															

Erklärung:		= Trainieren, Wiederholen, Intensivieren, Perfektionieren
		= Einführung, Grundlagen, Altersgerecht trainieren
		= nicht trainieren

4.4.5 C- Jugend

Kinder wachsen in diesem Altersabschnitt zu Jugendlichen heran. Diese nicht immer unproblematischen Reifungsprozesse bringen neue geistig-psychische und körperliche Eigenschaften hervor. Diese sind Grundlage für fußballerische Leistungssteigerungen und für positive Impulse auf dem Weg zu einer Persönlichkeit. Um diesen Prozess optimal zu fördern, muss der Trainer jeden Einzelnen individuell begleiten! Inhaltsbausteine für das Training mit D- Junioren und deren Gewichtung zeigt die Abbildung 6 (Quelle: DFB Ausbildungskonzept). Hinsichtlich der Gestaltung der Trainingszeit sollte diese 90 Minuten (zweimal pro Woche) betragen.

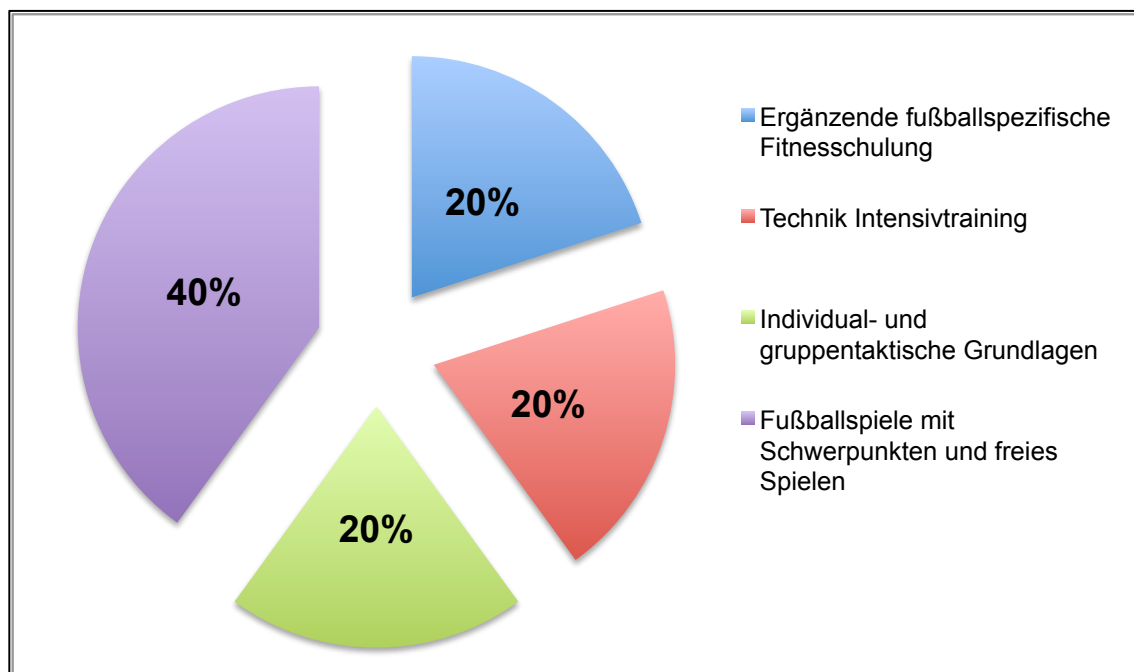


Abbildung 6: Inhaltsbausteine für das Training mit C- Junioren und deren Gewichtung



Tabelle 9: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer C- Jugend

Trainingsziele	Leitlinie für den Trainer
<ul style="list-style-type: none"> • Stabilisieren der Freude am Fußballspielen • Dynamische Techniken – mit Tempo und unter Druck des Gegners • Vertiefen der Individual- und 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 <p>→ Lernen- Ernsthaftigkeit</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Entwicklungsunterschiede beachten! • Stärken optimieren und Schwächen minimieren! • Konsequenz auf Beidfüßigkeit achten! • Fitness überwiegend mit dem Ball trainieren! • Eigeninitiative und Eigenmotivation aufbauen und stabilisieren! • Kreativität ist wichtiger als starre Abläufe! • Keine zu frühe Positionsspezialisierung! • Geduld zeigen! • Ausgewogener Leistungsdruck! • Hierarchien bilden Verantwortlichkeiten schaffen!

Quelle: DFB Ausbildungskonzept

Tabelle 10: Trainingsinhalte C- Jugend

		G- Jugend		F- Jugend		E- Jugend		D- Jugend		C- Jugend		B- Jugend		A- Jugend	
		U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	U 14	U 15	U 16	U 17	U 18	U 19	
Fitness	Ausdauer														
	Schnelligkeit														
	Kraft														
	Beweglichkeit														
Technik	Torschuss, Schießen														
	Dribbling														
	Fintieren														
	Ballkontrolle														
	Ballmitnahme														
	Passen														
	Kopfball														
	Torpieler														
Individual-, Gruppen-, Mannschaftstaktik	Jonglieren														
	1 gegen 1 defensive														
	1 gegen 1 offensiv														
	1 gegen 2 defensiv														
	2 gegen 1 (doppeln)														
	2 gegen 2														
	2 gegen 3														
	3 gegen 3														
	3 gegen 4														
	4 gegen 4														
	Anbieten/ Freilaufen														
	Dreierkette														
	Viererkette														
Standards															
Positionstraining															

Erklärung:		= Trainieren, Wiederholen, Intensivieren, Perfektionieren
		= Einführung, Grundlagen, Altersgerecht trainieren
		= nicht trainieren

4.4.6 B- Jugend

In dieser Juniorenaltersklasse gilt es, alle bisher erlernten technisch-taktischen Grundlagen zu stabilisieren, auf spezielle Positionsanforderungen abzustimmen und größeren Wettspielerforderungen anzupassen. Es muss ein möglichst reibungsloser Übergang in den Seniorenfußball vorbereitet werden. Diesen Prozess müssen die Jugendlichen als wachsende Persönlichkeiten aktiv mitgestalten können! Inhaltsbausteine für das Training mit B- Junioren und deren Gewichtung zeigt die Abbildung 7 (Quelle: DFB Ausbildungskonzept). Hinsichtlich der Gestaltung der Trainingszeit sollte diese 90 Minuten (zweimal pro Woche) betragen. Es erfolgt zudem eine intensive Taktikschulung in Theorie und Praxis.

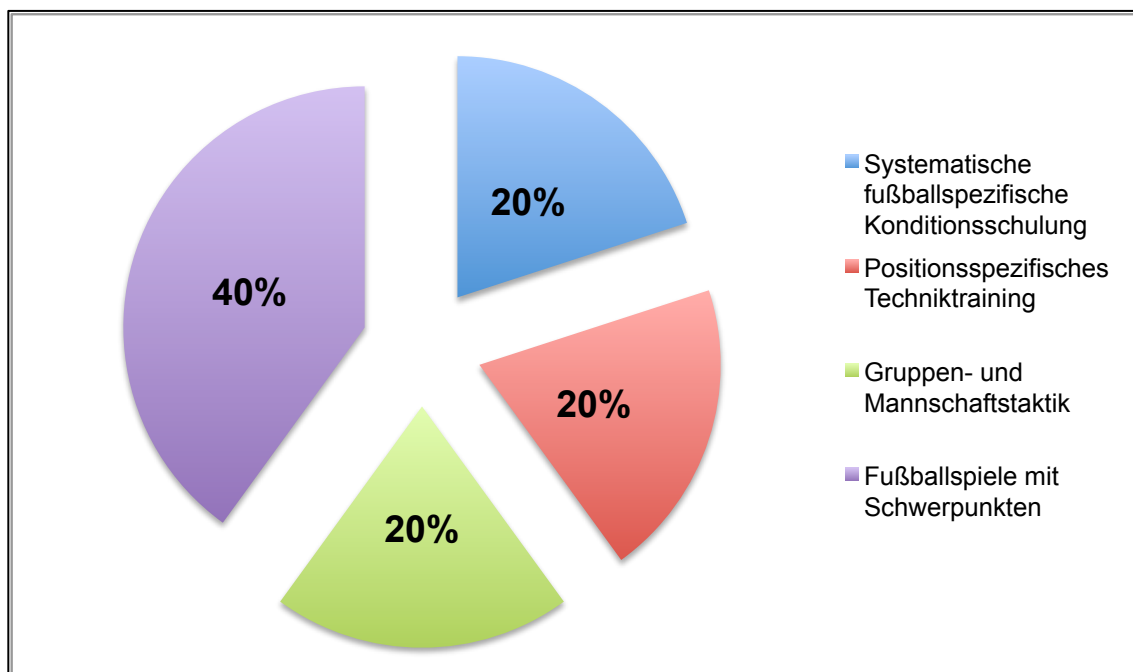


Abbildung 7: Inhaltsbausteine für das Training mit B- Junioren und deren Gewichtung



Tabelle 11: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer B- Jugend

Trainingsziele	Leitlinie für den Trainer
<ul style="list-style-type: none"> • Ernsthaftigkeit, Leistungswillen und Freude am Fußballspielen • Dynamische Techniken – exakte Abläufe mit Tempo sowie unter Zeit- und Gegnerdruck • Individuelle Vorbereitung auf spezielle Anforderungen verschiedener Positionen • Perfektionierung taktischer Abläufe in der Gruppe und Stabilisierung im Team • Individuelle Stabilisierung einer umfassenden Fitness <p>→ Anwenden- Leidenschaft</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 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! • Sportliche + schulische-berufliche Belastungen koordinieren!

Quelle: DFB Ausbildungskonzept

Tabelle 12: Trainingsinhalte B- Jugend

		G- Jugend		F- Jugend		E- Jugend		D- Jugend		C- Jugend		B- Jugend		A- Jugend	
		U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	U 14	U 15	U 16	U 17	U 18	U 19	
Fitness	Ausdauer														
	Schnelligkeit														
	Kraft														
	Beweglichkeit														
Technik	Torschuss, Schießen														
	Dribbling														
	Fintieren														
	Ballkontrolle														
	Ballmitnahme														
	Passen														
	Kopfball														
	Torspieler														
	Jonglieren														
	Individual-, Gruppen-, Mannschaftstaktik	1 gegen 1 defensive													
1 gegen 1 offensiv															
1 gegen 2 defensiv															
2 gegen 1 (doppeln)															
2 gegen 2															
2 gegen 3															
3 gegen 3															
3 gegen 4															
4 gegen 4															
Anbieten/ Freilaufen															
Dreierkette															
Viererkette															
Standards															
Positionstraining															

Erklärung:		= Trainieren, Wiederholen, Intensivieren, Perfektionieren
		= Einführung, Grundlagen, Altersgerecht trainieren
		= nicht trainieren

4.4.7 A- Jugend

In dieser Juniorenaltersklasse gilt es, alle bisher erlernten technisch-taktischen Grundlagen zu stabilisieren, auf spezielle Positionsanforderungen abzustimmen und größeren Wettspielerforderungen anzupassen. Es muss ein möglichst reibungsloser Übergang in den Seniorenfußball vorbereitet werden. Diesen Prozess müssen die Jugendlichen als wachsende Persönlichkeiten aktiv mitgestalten können! Inhaltsbausteine für das Training mit A- Junioren und deren Gewichtung zeigt die Abbildung 8 (Quelle: DFB Ausbildungskonzept). Hinsichtlich der Gestaltung der Trainingszeit sollte diese 90 Minuten (zweimal pro Woche) betragen. Es erfolgt zudem eine intensive Taktikschulung in Theorie und Praxis.

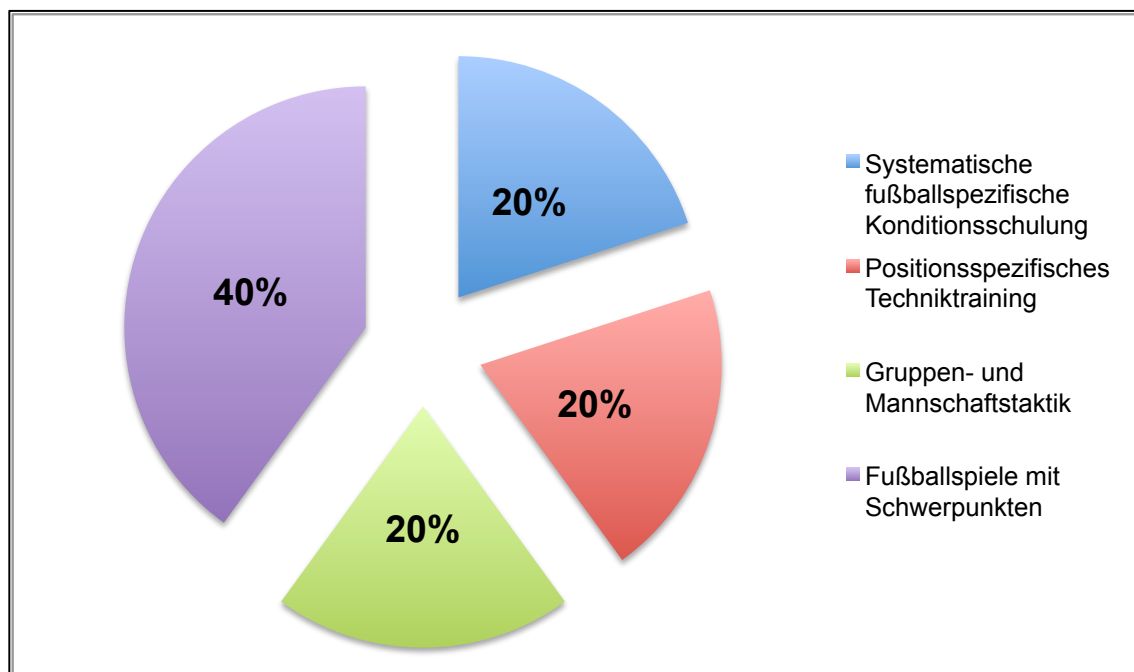


Abbildung 8: Inhaltsbausteine für das Training mit A- Junioren und deren Gewichtung

Tabelle 13: Trainingsziele und Leitlinie für den Trainer A- Jugend

Trainingsziele	Leitlinie für den Trainer
<ul style="list-style-type: none"> • Ernsthaftigkeit, Leistungswillen und Professionalität beim Fußballspielen • Dynamische Techniken – exakte Abläufe mit Tempo sowie unter Zeit- und Gegnerdruck • Technisch-taktische Variabilität im beherrschten Spielsystem • Perfektionierung taktischer Abläufe orientiert an Spielphilosophie und Spielsystem • Intensives Fördern und Fordern von Spielerpersönlichkeiten / Führungsspielern <p>→ Heranführen an die Aktive</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Intensive Trainingsabläufe und aktive Pausen abstimmen • In Theorie und Praxis technisch-taktische Details trainieren • Komplexer trainieren, aber die Individualität beachten • Automatismen wenn nötig und Kreativität wenn möglich • Eigeninitiative der Spieler für die eigene Leistung fördern • Außersportliche Einflussfaktoren beachten

Quelle: DFB Ausbildungskonzept

Tabelle 14: Trainingsinhalte A- Jugend

		G- Jugend		F- Jugend		E- Jugend		D- Jugend		C- Jugend		B- Jugend		A- Jugend	
		U 7	U 8	U 9	U 10	U 11	U 12	U 13	U 14	U 15	U 16	U 17	U 18	U 19	
Fitness	Ausdauer														
	Schnelligkeit														
	Kraft														
	Beweglichkeit														
Technik	Torschuss, Schießen														
	Dribbling														
	Fintieren														
	Ballkontrolle														
	Ballmitnahme														
	Passen														
	Kopfball														
	Torspieler														
Jonglieren															
Individual-, Gruppen-, Mannschaftstaktik	1 gegen 1 defensive														
	1 gegen 1 offensiv														
	1 gegen 2 defensiv														
	2 gegen 1 (doppeln)														
	2 gegen 2														
	2 gegen 3														
	3 gegen 3														
	3 gegen 4														
	4 gegen 4														
	Anbieten/ Freilaufen														
	Dreierkette														
	Viererkette														
	Standards														
Positionstraining															

Erklärung:

	= Trainieren, Wiederholen, Intensivieren, Perfektionieren
	= Einführung, Grundlagen, Altersgerecht trainieren
	= nicht trainieren



5 Schlussbemerkung

Übergangsregelungen sind dort möglich, wo sie notwendig und zielorientiert sind. Wir wollen den Verein gemeinsam „von unten“ nachhaltig und zielorientiert entwickeln. Der VfL Quersfurt nimmt dieses Ausbildungskonzept als Grundlage um Vorstellungen, Werte und Ziele innerhalb des Vereins zu harmonisieren. Die Umsetzung ist ein ehrgeiziges aber machbares Ziel.

Denn jeder Schritt zur Umsetzung des gesamten Konzeptes ist ein wichtiger und guter!