

# Fußballclub Weiler e.V.

Nachwuchskonzept  
Fußball

Fassung März 2009

# 1. Ziele der Nachwuchsarbeit

In der heutigen schnelllebigen Zeit kommt dem Verein, insbesondere dem Sportverein, mehr und mehr die Verantwortung zu, einen Ausgleich zu schaffen.

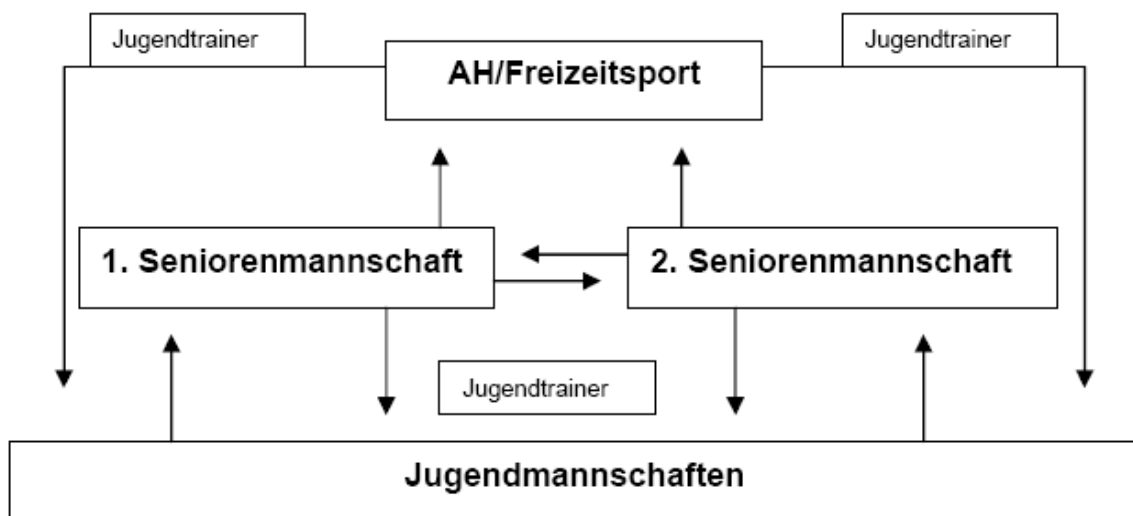
Eine wichtige Aufgabe ist hierbei den Bewegungsdrang von Kindern und Jugendlichen in die richtige Richtung zu lenken. Die Potenziale eines Sportvereines hängen dabei von der Vereinsstruktur und seinem Umfeld ab.

Die Ziele der Juniorenarbeit des FC Weiler e.V. sind:

- Hochwertige fußballerische Ausbildung von Nachwuchsspielern mit dem Ziel als Seniorenspieler in einer möglichst hohen Spielklasse spielen zu können.
- Kindern Freude am Sport zu vermitteln, unabhängig von ihrem Leistungsvermögen und Kinder zu sozialen, fairen und wettbewerbsorientierten Verhalten anleiten.

Aus diesen Zielen ergeben sich mehrere Schlussfolgerungen:

- Die Entwicklung der Einzelspieler und der Mannschaft hat Vorrang vor dem Gewinn von Meisterschaften
- Heranführen von Juniorenspielern an die eigene Seniorenmannschaft. Langfristig sollen die Seniorenmannschaften aus überwiegend eigenen Juniorenspielern bestehen.
- Junioren-Meisterschaften sind anzustreben, allerdings steht die Entwicklung der Einzelspieler sowie der Mannschaft im Vordergrund.
- Ständiges Bemühen, eine ausreichende Zahl von Kindern und Jugendlichen für die FC Weiler e.V. zu begeistern.



## 2. Instrumente des Nachwuchskonzeptes

Zusammenstellen der Mannschaften

Zunächst einmal muss eine möglichst große Anzahl von fußballbegeisterten Kindern und Jugendlichen für die FC Weiler e.V. interessiert werden.

Dies geschieht durch:

- qualifiziertes Trainerpersonal
- ein hochwertiges Trainingsangebot
- aber auch durch viele außersportliche Aktionen

Anhand der Beteiligung beim Training und Spiel werden wir versuchen in jeder Altersklasse die Spieler entsprechend ihrer Entwicklung in Übungsgruppen einzuteilen. Die Idee ist ein möglichst geringes Leistungsgefälle innerhalb der Übungsgruppen zu bekommen. Alternativ werden innerhalb einer Mannschaft mehrere Übungsgruppen gebildet.

#### Umsetzung von Trainingsplänen

Jeder Juniorentrainer erhält einen Rahmentrainingsplan sowie einen monatlichen Ausbildungsnachweis. Dieser Nachweis ist ausgefüllt am Monatsende dem Jugendleiter (Kordinator) abzugeben. Durch diese Maßnahme soll ein einheitliches Trainingskonzept eingeführt und somit die Trainingsqualität verbessert werden.

#### Weiterbildung

Zur Umsetzung der Ziele ist ein gut ausgebildetes Trainerpersonal notwendig. Es wird angestrebt, dass alle Juniorentrainer mindestens einen fußballspezifischen Lehrgang an der Sportschule Schöneck besucht. Zudem bietet die Jugendleitung regelmäßig interne Schulungen in Theorie und Praxis an.

#### Trainerstammtisch

Die Trainer der Juniorenteams treffen sich jeden zweiten Monat um über sportliche Entwicklungen, Probleme, u.s.w. zu sprechen. Die Organisation und die Festlegung der Inhalte übernimmt der Jugendleiter. Der Vorstand des Hauptvereines ist zu dieser Sitzung ebenfalls eingeladen um sich jederzeit ein Bild über die Jugend-/Nachwuchsarbeit machen zu können.

### 3. Der Trainer

#### Juniorentrainer

Der FC Weiler e.V. ist bemüht Kinder und Jugendliche fußballerisch aber auch charakterlich zu starken Persönlichkeiten auszubilden bzw. zu erziehen. Dies erfordert natürlich auch eine starke Persönlichkeit als Trainer. Genauso wie der Trainer die Kinder ausbilden soll, muss er zu einer permanenten Weiterbildung seiner eigenen sportlichen und didaktischen Fähigkeiten bereit sein. Diese Herausforderung bringen letztlich auch dem Trainer Erfolgserlebnisse, vermittelt ihm Fähigkeiten, die er ohne Beteiligung an der Nachwuchsarbeit vielleicht nie erreicht hätte.

#### Eltern als Trainer

Ausgebildete, lizenzierte Trainer, am besten ohne familiäre Beziehung zu den Spielern, sind der Wunsch jedes Fußballvereines, der sich aber aus finanziellen Gründen, bei einem Amateurverein, kaum erfüllen lässt. Aus diesem Grund gehören Eltern zum festen Bestandteil des Nachwuchskonzeptes des FC Weiler e.V..

Die beiden klassischen Wege der Akquisition sind:

1. das eigenständige Anbieten von Personen, die ein Traineramt übernehmen wollen.
2. Durch begeisterte Nachwuchsarbeit Interesse bei Eltern wecken, die dann durch gezielte Ansprache bereit sind eine Junioren bzw. Jugendmannschaft zu übernehmen.

Durch verschiedene außersportliche Aktivitäten (Gemeinsame Feiern, Ausflüge u. Teilnahmen am Dorffest oder Adventsmarkt u. s .w.) versuchen die Trainer selbst, immer wieder Personen für die Jugendabteilung zu interessieren.

#### Trainer und Co- Trainer

Effektiv wird das Juniorentraining innerhalb einer Mannschaft, wenn in möglichst kleinen Gruppen geübt werden kann. Dies erfordert in der Regel eine entsprechende Anzahl von Übungsleitern. Um Konfliktsituationen zu vermeiden sollte vor Saisonbeginn zwischen den Trainern eine Absprache getroffen werden, wer die Führungsrolle übernimmt. Dies muss allerdings nicht bedeuten, dass der Co- Trainer zum „ Koffertträger“ verkommt.

Wichtig ist, dass vorher getroffenen Absprache auch eingehalten werden und jeder seiner Tätigkeit kennt und akzeptiert.

## Tipps für den Trainer

- Der Trainer beginnt und beendet das Training mit allen Kindern zusammen
- Bloßstellung von Kindern im Spiel und beim Training wegen schlechter Leistung, ist der schlimmste Fehler eines Trainers
- Nicht zu viel erklären- spielen lassen
- Nicht zu früh in den Lernprozess eingreifen. Selbständiges Lösen von Aufgaben erhöht das Selbstbewusstsein.
- Einfache, anschauliche und verständliche Sätze bilden
- Auf Aufrichtigkeit und Eindeutigkeit der Äußerungen achten. Ironie können die Kinder oft nicht erkennen.
- Nie mit Lob sparen. Loben tut gut und stärkt das Selbstbewusstsein.
- Ein Juniorentainer muss ein Herz für Kinder haben

## 4. Die Eltern

Eltern können für den Verein eine enorme Hilfe und Entlastung darstellen. Nicht selten haben sich Eltern nach der Jugendarbeit später auch im Hauptverein engagiert und eine Aufgabe gefunden. Aus diesem Grund ist in der Jugendarbeit ein besonderes Augenmerk auf die Eltern zu legen. Eltern sind als Betreuer eine wesentliche Hilfe für den Trainer und somit für den Verein.

Die optimale Versorgung einer Mannschaft besteht aus Trainer, Co-Trainer und einem Betreuer. Die Aufgabenverteilung ist individuell abzusprechen. Wer hat das noch nicht erlebt: brüllende, keifende, hysterische und äußerst unsportliche Eltern am Spielfeldrand.

Wie soll sich der Trainer in so einem Fall verhalten:

Zuerst sollte er mit der Mannschaft sprechen. Danach sollte der Trainer auch nicht das Gespräch mit den Eltern scheuen.

## 5. Die Kinder

Der Spaß am Fußballsport, aber auch an leistungsorientiertem Wettbewerb soll im Vordergrund des Vereinstrainings stehen. Dazu gehört auch ein altersgerechter Umgang mit den Kindern und Jugendlichen. Die Persönlichkeit der Kinder muss immer geachtet werden.

### Disziplin

Dass Kinder nicht immer brav den Anweisungen des Trainers folgen ist kein Problem der heutigen Zeit, dieses Problem gab es schon immer.

Trotzverhalten, Aggressivität, den „Kasper“ spielen oder das Benutzen von „Kraftausdrücken“ ist oft nicht böse gemeint, und gehört bei den Kindern zum Ausloten Ihrer Grenzen, oder um Aufmerksamkeit zu gewinnen. Allerdings müssen Kinder lernen, wann bestimmte Grenzen im Training überschritten sind.

- Zuerst erfolgt ein Gespräch mit dem Kind, um auf das Fehlverhalten aufmerksam zu machen.
- Danach erfolgt der Ausschluss vom Training oder Spiel
- Als letzte Stufe sollte das Elterngespräch gesucht werden.

Angedrohte Maßnahmen müssen allerdings spätestens nach einer Verwarnung durchgeführt werden, da ansonsten die Kinder ihre Grenzen nicht kennen, und das Training weiter stören.

## 6. Das Vereinstraining

Den wesentlichen Baustein im Jugendkonzept bildet das regelmäßige Vereinstraining.

Bambini:	1 x wöchentlich
ab F-Junioren	2 x wöchentlich

### Jugendtorspielertraining

Die Torspielerausbildung kommt im regulären Vereinstraining oftmals zu kurz. Anzustreben ist ein Nachwuchstorspielertraining außerhalb der Mannschaftstrainingszeit um die Kinder nicht zu früh zu spezialisieren. Sollte das Nachwuchstorspielertraining ab den C-Junioren beginnen.

## 7. Der Trainingsaufbau im Juniorenbereich der FC Weiler e.V.

Regeln für eine effektive Trainingsgestaltung

### 1. Logischer Trainingsaufbau

Die Übungen sollten so angelegt sein, dass sie funktionieren. Evtl. vorher zu Hause durchspielen

### 2. Systematisch trainieren

„Vom Leichten zum Schweren“. Erst die Basis schaffen, bevor komplexe Bewegungsabläufe durchgeführt werden.

### 3. Viele Wiederholungen garantieren

Viele Wiederholungen ermöglichen uns das Gelernte zu behalten.  
(Gleiche Übungsinhalte anders verpacken)

### 4. Im Detail korrigieren

Die Kinder **müssen** angehalten werden die Übungen genauso auszuführen, wie sie der Trainer vorgibt (vorausgesetzt sie ist logisch). Wenn Kinder Übungsformen falsch wiederholen, werden sie sich einen falschen Bewegungsablauf aneignen. Dieser ist schwer wieder zu beheben.

Also: Immer korrigieren.

Aber: auch immer loben, wenn etwas richtig gemacht wird.

### 5. Konzentriert trainieren

Nur wer bei der Sache ist kann etwas lernen. Wer nur Quatsch macht lernt nichts.

Aber: kein Jugendspieler kann sich über 90 Minuten voll konzentrieren,  
Immer wieder leichtere Übungen einstreuen.

Aber: Bei allem „Ernst“ im Training muss auch gelacht werden.

### 6. Mit Geduld trainieren

Wenn mal etwas nicht klappt, nicht sofort laut werden oder die Nerven verlieren.

Evtl. war die Übung zu schwer und es muss eine leichtere Übung

vorgeschaltet werden. Vielleicht wurde die Übung nicht genügend wiederholt.

Motto: In der Ruhe (Geduld) liegt die Kraft

### 7. Variantenreich trainieren

Wiederholungen immer wieder neu verpacken.

## 8. Trainingsziele

Die FC Weiler e.V. unterscheidet je nach Alter- und Leistungsstand folgend Stufen:

- Grundlagentraining für Jugendliche von 6 – 10 Jahre
- Aufbautraining für Jugendliche von 12-14 Jahre
- Leistungstraining für Jugendliche von 14-18 Jahre

Alter	U7/U8	U9/U10	U11/U12	U13/U14	U15/U16	U17/U18
Spielklasse	F-Junioren	E-Junioren	D-Junioren	C-Junioren	B-Junioren	A-Junioren
Schulungsschwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"><li>• Spaß und Freude am Fussball erleben</li><li>• Sportliche Bewegung erlernen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fußballspielen verbessern</li><li>• Technische – taktische Elemente trainieren</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fussballspielen trainieren</li><li>• Technisch – taktisches Handeln spezialisieren</li></ul>			
Trainingsstufe	Grundlagentraining	Aufbautraining	Leistungstraining			

Möglichkeiten des Grundlagentrainings:

- Ballannahme/Ballmitnahme  
mit Kopf, Brust, Fußspann, Fußsohle, Oberschenkel, Innenseite, Außenseite
- Ballführen, Dribbeln  
Mit Fußspann, Fußsohle, Außenseite, Innenseite
- Stoßarten  
Mit Kopf, Spann, Innenseite, Außenseite, Hacke, Ferse
- Tackling
- Finten  
Schrittfinten, Schussfinten, Passfinten, Blickfinten
- Lauf ABC

### Ziele des Bambini-Trainings

- Freude und Spaß in der Gruppe sich zu betätigen
- Interesse am Sport wecken
- Bewegung mit dem Ball
- Verbesserung und Förderung der Motorik

### Ziele des F- und E- Juniorentrainings

- Vermittlung der Spielidee „Tore erzielen und Tore verhindern“
- Förderung der Freude am Fussball
- Spielerisches Erlernen der wichtigsten Fussball -Techniken in Grobform und vor allem in kleinen Gruppen
- 1 : 1 im Training fördern
- Grundgedanke „ Aktives Verteidigen“
- Koordinative Grundlagen schaffen
- Förderung von Teamgeist, Selbstvertrauen und Kreativität
- Keine Festlegung auf einzelne Positionen

### **Ziele des D- und C- Juniorentrainings**

- Spaß am Fußballspielen
- Festigen der Grundtechniken
- Anwendungen dieser Techniken unter Gegnerdruck
- 1: 1 bis 4 : 4 im Training fördern
- Verbesserung des Grundgedankens“ Aktives Verteidigen“
- Weiterhin in kleinen Gruppen trainieren
- Spielerische Stabilisierung der konditionellen Grundlagen
- Schaffung taktischer Grundlagen wie : Hinterlaufen, Doppelpass, usw.
- Raumaufteilung
- Koordinative Grundlagen weiter verbessern
- Förderung der positiven Persönlichkeitseigenschaften wie
- Selbständigkeit, Leistungsbereitschaft, Fairplay usw.

### **Ziele des B- und A-Jugendtrainings**

- Spaß am Fußballspielen
- Verbesserung der erlernten technisch-taktischen Grundlagen
- Schulung der Wettkampf-Technik d.h. Technik und Taktik spielnah anwenden
- Schulung taktischer Schwerpunkte  
z.B. Einführung und ständige Verbesserung der 4er-Kette
- Förderung von Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein, Mitverantwortung und Identifikation

Weitere Regeln:

Es wird ein einheitliches Spielsystem festgelegt

- B-Jugend: 4 : 4 : 2 bzw. 4 : 3 : 3
- D- C-Jugend: 3 : 5 : 2 bzw. 3 : 4 : 3
- Wir verteidigen immer aktiv

Motto „ Wir wollen den Ball erobern und warten nicht was

- der Gegner macht“
- (Bambini, F-,E- und D-Jugend)
- Bis einschließlich der C-Jugend steht grundsätzlich der Ball im Mittelpunkt des Trainings
- Reine „ Konditionstage“ ohne Ball haben auch bei den B- und A-Junioren nichts zu suchen.

## **9. Ausrüstung**

Um eine sinnvolle Trainingsarbeit ermöglichen zu können, ist eine vollständige und funktionsfähige Ausrüstung erforderlich. Jeder sollte die zur Verfügung gestellte Ausrüstung ordentlich behandeln. Die ständige Pflege sollte selbstverständlich sein. Die Kinder und Jugendlichen sollen hierbei aktiv mit eingebunden werden.

## **10. Kooperation mit benachbarten Vereinen**

Die FC Weiler e.V. ist bemüht, konzeptionell mit den Jugendabteilungen der benachbarten Vereine zusammen zuarbeiten, um möglichst viele Kinder und Jugendliche für den Fußballsport zu gewinnen.