



FC Eintracht Holzhausen

Nachwuchskonzept | Bambini bis D-Jugend

Orientiert an den Konzepten des Deutschen Fußballbundes (DFB) (<http://www.dfb.de/trainer/>)



Nachwuchskonzept – Wofür?



- Eine erfreulicherweise **stetig wachsende Anzahl an Jugendfußballern und – fußballerinnen** in unserem Verein macht die Koordination der Betreuung und Ausbildung dieser Kinder und Jugendlichen nötig.
- Alle Kinder – egal, ob (vermeintlich) talentiert oder nicht –, die in unserem Vereine dem Fußballsport nachgehen, sollen **gleichermaßen eine kompetente Förderung** erhalten.
- Es soll eine Abstimmung von Entwicklungsmerkmalen der jeweiligen Altersklasse und der daraus resultierenden Anforderungen an die Ausbildungsinhalte erfolgen.
- Daraus werden für die jeweilige Altersklasse Leitlinien abgeleitet, die in die Planung von Training und Spielbetrieb einzubeziehen sind.
- Ziele sind Nachhaltigkeit der Ausbildung und Bindung an den Verein.
- Dieses Konzept ist **verbindliche** Grundlage für Training und Spielbetrieb des Vereins FC Eintracht Holzhausen.



Bambini und G-Jugend

Alter der Kinder: 4–7 Jahre

■ Altersmerkmale

- **Große Neugierde**
- **Sehr geringes Konzentrationsvermögen** und auch nur kurze Zeitspannen der Konzentration
- Fehlende bzw. gering vorhandene Möglichkeit, **Geschwindigkeiten und Entfernungen** einzuschätzen (Fehlende Voraussetzungen für ein Passspiel)
- **Starke Ich-Bezogenheit** (Kombinationsspiel und Passspiel sind deshalb nicht altersgerecht!)
- **Große Fantasie**
- **Verspieltheit**
- **Schnelle Ermüdung**

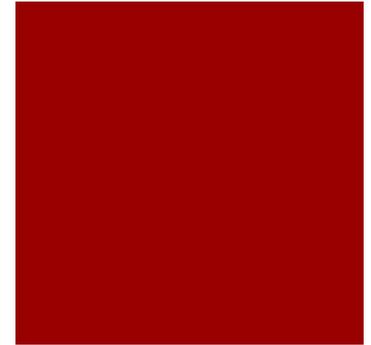
■ Empfehlungen

- **Fähigkeit zu Bewegung und Koordination** in unterschiedlichster spielerischer Form fördern (Laufen, Springen oder Werfen)
- **Vielseitiges Bewegungsrepertoire ausbilden**, auf das in der späteren Spezialisierung zurückgegriffen werden kann
- **Spielstunden** in denen der Ball eine große Rolle spielt, um die Kinder für den Fußball zu begeistern (Einzelaktionen und Schüsse)
- **Fangspiele, Parcours** und vielfältigen **Bewegungsaufgaben**, um die Motorik zu fördern



Bambini und G-Jugend

Alter der Kinder: 4–7 Jahre



■ Regeln für Spielstunden

- Ein **Herz und offenes Ohr für Kinder** haben!
- **Action und Bewegung!** Längere Erklärungen kommen bei Bambini nicht an.
- **Kleine Gruppen**, viele Bewegungsaktivitäten für jeden!
- Begeisterung für das **Bewegen und Spielen** wecken! Mitmachen und vormachen!
- Einfache Bewegungsaufgaben **interessant „verpacken“!**
- **Vielseitige Aufgaben** – auch mit verschiedenen Bällen – stellen!
- **Einfache Regeln** vermitteln!

■ Kein Inhalt der Spielstunde sind

- **Spezifisches Techniktraining** (langweilig und ohne erhebliche Entwicklungspotentiale)
- **Taktische Elemente** (können nicht verstanden werden und sind langweilig)



Bambini und G-Jugend

Alter der Kinder: 4–7 Jahre

Die Betreuung von Bambinigruppen erfordert **keine besonderen fußballerischen Fertigkeiten**, sondern vielmehr Freude am Umgang mit kleinen Kindern und an sportlicher Betätigung. Zudem sind **Flexibilität** und **Nervenstärke** sind gefragt. Nicht jede Spiel- und Übungsstunde wird so verlaufen, dass die Kinder mit Begeisterung die vorbereiteten Spiele und Übungen mitmachen. Es kommt vor,

- dass sich Übungen entgegen der Überlegungen des Betreuers nicht eignen,
- dass Erklärungen zu komplex sind,
- dass mehr Kinder kommen als gedacht,
- dass Kinder vielleicht auch einfach nicht in Form sind.
- dass die Kinder lieber andere Kinder ärgern



■ Hinweise für Trainer

- **Die Kinder einfach spielen lassen!**
- **Ganz wichtig:** „Coaching“ (Hinweise auf technische Fehler etc.) findet nicht statt!
- Der Trainer **begleitet** und **motiviert** die Kinder
- **Gelobt** werden sollen vor allem Dribblings und Einzelaktionen.



Bambini und G-Jugend

Alter der Kinder: 4–7 Jahre

■ Spielbetrieb

- Von einem geordneten Spielbetrieb wird bei Bambini abgesehen. Hier sind sogenannte **Spielfeste** vorzuziehen.
- Ideal sind für Bambini Spiele in Teamstärke **3 gegen 3** und **4 gegen 4**.
- Alle beteiligten Spieler erhalten in etwa **gleiche Spielzeit!** Das gilt für das jeweilige Spielereignis wie auch übergreifend für die Saison!
- Bei Bambini **spielen Ergebnisse keine Rolle**, der Spaß steht über allem. Wechsel dürfen nicht abhängig gemacht werden vom Spielstand!
- Es gibt **keine Positionsfestlegungen**. Die Spieler sollen sich frei entfalten.
- Motivation erfolgt ausschließlich durch **Lob**. Negative Kritik und Tadel sind in sportlicher Hinsicht unangebracht!
- Das **freie Spiel** soll möglichst nicht gestört werden. **Passspiel soll nicht eingefordert werden**

Info:

Die derzeit angebotenen Bambini-Turnierunden des FVSL werden in Gestalt neuer Spielformen durchgeführt, von 2 gg 2 auf 4 Tore über 3 gg 3 auf 4 Tore bis 4 gg 4 auf 2 Tore ist nach Vorgabe des FVSL alles möglich. Für jede Teilnahme ist darauf zu achten, dass ein kindgerechtes Umfeld gegeben. Spielfeste benachbarter Vereine sind eine sinnvolle Alternative.



F-Jugend

Alter der Kinder: 6–8 Jahre



■ Altersmerkmale

- Mit Mitspielern messen, **gegeneinander antreten** und erfahren, wer der stärkere ist.
- Die Kinder sind **voller Energie**, die raus muss
- **Konzentration strengt an** – F-Junioren fällt es nicht immer leicht, sich zu konzentrieren.
- Der **Trainer** ist eine wichtige Bezugsperson im Alltag der kleinen Fußballer.
- F-Junioren sind alles andere als innerlich gefestigt.

■ Empfehlungen

- Immer wieder kleine **Wettkämpfe** einbauen und jeden Spieler zu seinen **Erfolgslebnissen** kommen lassen.
- **Viele kleine Spiele** und **keine langen Wartezeiten**.
- Erklärungen des Trainers stets kurz und einfach.
- **Kritik** und **negative Äußerungen** kann F-Junioren hart treffen und sollte daher wohl bedacht und gut dosiert erfolgen.
- Der Trainer sollte vielmehr versuchen, mit **ehrlichem Lob zu motivieren**.



F-Jugend

Alter der Kinder: 6–8 Jahre

■ Trainingsinhalte



Tipp: Mixed Training!
Altersgemäße
Technikaufgaben, parallel
dazu kleine Spiele und Turniere

- I)
 - Spiele mit Geräten, Hindernis-Parcours
Fangspiele, Staffeln
 - Starten, Stoppen, Ausweichen, Hüpfen,
Fallen, usw.
- II)
 - Einzelaufgaben mit fliegenden,
rollenden und springenden Bällen
 - Aufgaben mit Ball zu zweit, zu dritt usw.
 - Wettfeiern mit Ball
- III)
 - **Technikübungen** zum Dribbeln,
Fintieren, Passen, An- und Mitnehmen,
Schießen
 - **Technik-Spiele:** 1 gegen 1 (Dribbeln,
Fintieren)
 - Überzahlspele (Passen, Schießen)
- IV)
 - Spiele und Turniere
 - 1 gegen 1 bis maximal 6 gegen 6

Beispiele für Übungen finden sich auf
[http://www.dfb.de/trainer/f-
juniorin/artikel/fangen-werfen-rollen-148/](http://www.dfb.de/trainer/f-juniorin/artikel/fangen-werfen-rollen-148/)



F-Jugend

Alter der Kinder: 6–8 Jahre

An einem geordneten Spielbetrieb sollen nach den Empfehlungen des DFB F-Jugendliche nicht teilnehmen. Der FVSL hat hier eine sehr fortschrittliche Möglichkeit, einen Spielbetrieb durchzuführen, gefunden. Die Kinder spielen auf kleinen Feldern (Teamstärke 1:5) nach den Kleinfeldrichtlinien des SFV in Pools ohne Auf- und Abstiegsregelungen. Ergebnisse werden nur nach Tendenzen (1:0, 0:1 und 1:1) notiert. Außerdem wird nach den Regeln der Fair-Play-Liga gespielt. Zusammengefasst bedeutet das:

■ Spielbetrieb

- Kein Schiedsrichter
- Trainer halten sich zurück und helfen bei von den Kindern nicht lösbaren Problemen und Fragen
- **Eltern** halten einen gewissen Abstand zum Spielfeld ein.
- Das führt im Idealfall dazu, dass der Ergebnisdruck deutlich reduziert wird.

■ Hinweise an die Betreuer

- **Ergebnisse sind zweitrangig**, die Entwicklung aller Kinder ist wichtig.
- **keine sture Positionsfestlegung**, alle Kinder dürfen sich auf **allen „Positionen“ (vorne, hinten, Torwart)** versuchen.
- unverändert **Zurückhaltung beim „Coaching“** von außen
- Alle an einem Spiel beteiligten Kinder erhalten in etwa **gleiche** Spielzeit. Wechsel aufgrund des Spielergebnisses sind zu unterlassen.



Minifußball/Fair-Play-Liga

Aufgrund der zunehmenden Bedeutung des Mini-Fußballs bietet der FVSL aktuell wahlweise die Teilnahme am „klassischen“ Spielbetrieb Fußball 6 gegen 6 (FairPlay-Liga) wie auch die Durchführung von Minifußball-Festivals an (3 gegen 3 auf 4 Minitore). Hier wird im sogenannten Champions-League-Modus auf mehreren kleinen Feldern gespielt. Über kurz oder lang spielen – so die Idee – dann in etwa gleich starke Teams gegeneinander. Auch die Wahl eines wöchentlichen Wechsels zwischen Fair-Play-Liga und Minifußball ist möglich.

Letztlich ist es eine Abwägungsfrage des Trainers, welche Form des Spielbetriebs wahrgenommen wird.

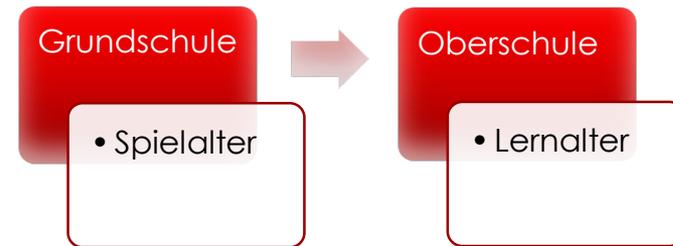


E-Jugend

Alter der Kinder: 8–11 Jahre

■ Altersmerkmale

- Hoher **Bewegungsdrang**
- E-Junioren wollen lernen, **neue Dinge kennenlernen** und zeigen, dass sie etwas verstanden haben oder beherrschen.
- Der **Wetteifer** ist noch immer vorhanden.
- Die Aufmerksamkeit der Kinder nimmt immer weiter zu. So können sie Erklärungen des Trainers besser folgen und nehmen bestimmte Situationen auf dem Spielfeld anders wahr.
- Das Selbstbewusstsein nimmt zu und motiviert sie, Gelerntes anzuwenden.
- Die großen Stars sind die **Vorbilder** der kleinen Fußballer.
- Die Kinder haben ihren Körper immer mehr unter Kontrolle und wissen, wie sie damit umgehen müssen.



■ Empfehlungen

- **Viele kleine Spiele** und **keine langen Wartezeiten**.
- Kleine **Erfolge** bereiten ihnen große Freude und sollten vom Trainer stets mit **lobenden Worten** belohnt werden.
- Kleine Wettkämpfe, um zu motivieren – jeder Spieler sollte zu seinen Erfolgen kommen.
- Der Trainer kann **Vorbilder** nutzen: *Der Messi dribbelt nicht nur, sondern spielt auch ab, wenn ein Mitspieler frei ist.*
- Deutliche Fortschritte in puncto Technik und Koordination möglich



E-Jugend

Alter der Kinder: 8–11 Jahre

- **Trainingsinhalte**
 - **Läuferische Beweglichkeit**
 - Lauftechnik/-koordination (Lauf-ABC)
 - Fangspiele und Staffelwettkämpfe
 - Haltungsschulung, Ganzkörperkräftigung, Beweglichkeit
 - **Aufgaben und Spiele mit Ball**
 - Vielseitige Erfahrungen mit rollenden, springenden und fliegenden Bällen
 - Rollen, Werfen, Fangen, Prellen von Bällen – auch im Rahmen der positionsübergreifenden Torhüterschulung
 - Einsatz von **verschiedenen Bällen** zur Verbesserung des Ballgefühls
 - **Kindgerechte Technikübungen durch**
 - Verschiedene **spielerische Formen** des Ballführens
 - Unterschiedliche Möglichkeiten des Fintierens (Übersteiger usw.) lernen
 - **Spielerisches** Üben der Passtechniken (unverändert kein Kombinationstraining!)
 - **Spielerische** Schulung der Ballan- und –mitnahme
 - **Torschussspiele** zur Anwendung der Schusstechniken (Voll-/Innen-/Außenspann)
 - Kennenlernen des Kopfballs (nur mit Leichtbällen oder Luftballons)
 - **Fußballspiele in kleinen Teams**
 - **Erste taktische Zusammenhänge**
 - **Spielerisch** orientierte Schulung individualtaktischer Verhaltensweisen (1:1)
 - Raumorientierung und -aufteilung als Grundlagen des Zusammenspiels
 - Kennenlernen (nicht einstudieren!) von Über-/Unterzahlsituationen
 - **Anwendung aller Trainingsinhalte in wettkampfnahen Spielen**



E-Jugend

Alter der Kinder: 8–11 Jahre

■ Spielbetrieb

- Seit der Saison 2016/17 wird auf verkleinertem Spielfeld und 1:5 gespielt
- Wahlweise kann am Spielbetrieb Fair-Play-Liga mit „Tendenzwertung“ oder am Spielbetrieb mit Schiedsrichtern und klassischer Ergebniswertung teilgenommen werden.
- Teilnahme am Ligabetrieb kann **fördernden Charakter** haben
- **Dennoch sollten** Ergebnisse zweitrangig sein und einige Grundsätze beachtet werden:



■ Leitlinien des DFB

- Einfache Tipps und Hinweise!
- **Anfeuern – Ermutigen – Loben!**
- Alle Kinder lange genug spielen lassen!
- Alle Kinder dürfen sich auf allen Positionen ausprobieren!
- Kein Einfluss von Spielstand oder „Taktik“ auf Wechsel!
- Kinder stets persönlich ansprechen!
- **Der Trainer ist jederzeit Vorbild!**



„Goldenes Lernalter“ :
belastbar und motiviert!

■ Altersmerkmale

- Hohes Selbstvertrauen und Mut, Erlerntes anzuwenden
- Hohe Leistungsbereitschaft
- Hohes Konzentrationsvermögen, was mehr Komplexität im Training ermöglicht
- Körper und Geist ausgeglichen und belastbar

D-Jugend

Alter der Kinder: 10–13 Jahre

■ Spielbetrieb

- halbes Großfeld
- Teamstärke 1:7
- Überlegungen des FVSL, den Übergang auf das Großfeld durch Angebot des 9:9 zu erleichtern.

Auch wenn es kein striktes Gebot gibt, allen beteiligten Spielern die gleiche Spielzeit zu gewähren, so soll doch jeder beteiligte Spieler/jede Spielerin zumindest eine Halbzeit an Spielzeit erhalten.



D-Jugend

Alter der Kinder: 11–13 Jahre

■ Spielerische Konditionsschulung

- Steigerung der Ausdauer durch kleine Fußballspiele
- Verbesserung schnellkräftiger Bewegungen mit motivierenden Lauf- und Sprungwettbewerben
- Kräftigungsübungen mit motivierenden Einzel- und Partneraufgaben

■ Systematisches Techniktraining

- Erlernen und Festigen aller Techniken (Dribbeln, Passen, An- und Mitnehmen, Schießen, Köpfen usw.)
- Verbessern der Ballgeschicklichkeit und der Kreativität mit dem Ball
- Kennenlernen der Beziehung von Technik und Taktik: Mit den technischen Fähigkeiten Spielsituationen lösen.

Trainingsinhalte

■ Individualistischen Grundlagen

- Schulung individualtaktischer Verhaltensweisen (z.B. Laufwege aus dem Deckungsschatten des Gegners usw.)
- Intensive Zweikampfschulung
- Erlernen gruppentaktischer Grundlagen für das Spielen im Raum (z.B. Verschieben, Übergeben/Übernehmen usw.)
- Gruppenspiele mit Provokationsregeln (z.B. Spiel mit 3 Ballkontakten, langer Pass nach 3 kurzen Zuspielen usw.)

■ Schwerpunktspiele und freies Spiel

- Anwendung aller technischen und individualtaktischen Elemente
- Erste Spielerfahrungen mit gruppentaktischen Grundlagen
- Motivierende Turniere auf dem Kleinspielfeld zur Förderung von Spielfreude und Kreativität
- Freie Fußballspiele in verschiedenen Mannschaftsgrößen