

LEITFADEN JUGENDTRAINER WEITMAR 09

INHALTSVERZEICHNIS

Leitfaden Jugendtrainer Weitmar 09	1
1. Einleitung	1
2. Trainerhandout Jugendtraining	1
2.1. Leitlinie	1
2.2. Soziale Komponente	2
2.3. Fußballerische Komponente	2
2.4. Weitere allgemeine Punkte	3
2.5. Einteilung Teams	3
2.6. Ziel der Jugendabteilung	5
2.7. DFB – Kinderfußball: 10 goldene Regeln	6

1. EINLEITUNG

„Mehr als nur ein Verein“ ist unser Motto. Ganz entscheidend muss sich das Motto in der Trainingsarbeit unserer Trainer widerspiegeln. Schließlich ist bekannt, dass der Trainer der „Schlüssel zum Erfolg“ ist.

Wir wollen als Jugendvorstand also Grundlagen festlegen, die für unsere Trainer im Coaching obligatorisch sind.

2. TRAINERHANDOUT JUGENDTRAINING

2.1. LEITLINIE

Jugendvorstand, Trainer und die Kinder mit ihren Eltern sehen sich grundsätzlich als eine Gemeinschaft und „agieren auf Augenhöhe“. Unsere Kommunikation ist immer ehrlich und vertrauensvoll. Wir bieten den Kindern verlässliche Strukturen und einen wertschätzenden Umgang in jeglicher Situation. Unsere positive Vermittlung soll bei den Kindern Begeisterung und Spaß am Fußball hervorrufen bzw. erhalten.

Wir in Blau-Weiß Weitmar wollen, dass unsere Kinder und Jugendlichen in einer wahren Gemeinschaft erfolgreich das Fußball spielen lernen. Ein gutes Klima gepaart mit einem attraktiven Fußballtraining ist unser Grundstein für eine sportlich erfolgreiche Mannschaft. Die Kinder und Jugendlichen sollen hier mit Freunden zusammen sein, Verantwortung erleben und sich mit dem Verein identifizieren. Ein „Weitmar 09-Wir-Gefühl“ ist uns sehr wichtig. Wir wollen nicht nur irgendein Verein sein, bei dem man zufällig Fußball spielt.

Die gegenseitige Wertschätzung aller Personen untereinander, gerade aber auch den Kindern und Jugendlichen gegenüber, ist selbstverständlich und Maßstab einer jeden Handlung.

2.2. SOZIALE KOMPONENTE

- Unsere Trainer sind nicht nur „reine Fußballtrainer“. Sie gehen auch auf Bedürfnisse / Ängste / Nöte der Kinder auf und neben dem Platz ein, ggfs. auch in Einzelgesprächen. Bei anhaltenden Problemen sollte auch der Jugendvorstand informiert werden, um gemeinsam Lösungen, ggfs. auch zusammen mit den Eltern, zu finden.
- Die Trainer bieten ebenfalls außerfußballerische Aktionen an. Teamevents gehören mit dazu und fördern die Vereinsidentifikation.
- Feste Begrüßungs- und Verabschiedungsrituale geben den Kindern Sicherheit und ein Gemeinschaftsgefühl. Sie sollten ins Training integriert werden.
- Teambesprechungen (runder Kreis) werden durchgeführt, um mit den Kindern über das Training zu sprechen und sie aktiv einzubeziehen.
- Jedes Kind ist uns wichtig, natürlich auch wenn Kinder weniger Talent haben. Gerade bei den jüngeren Kindern ist es ganz normal, dass es Entwicklungsphasen gibt. Deshalb schließen wird niemanden, der motiviert ist Fußball zu spielen und sich an Teamregeln hält, aus.
- Mit disziplinarischen Maßnahmen wird äußerst verantwortungsbewusst umgegangen. Einzelne Kinder dürfen grundsätzlich nicht des Platzes verwiesen und nach Hause geschickt werden. Es besteht Aufsichtspflicht. Kollektivstrafen und das Ausschließen vom Rest einer Trainingseinheit (zugucken) sollen nur als allerletzte Maßnahmen verhängt werden. Gegebenenfalls sollten die Eltern informiert werden.
- Im Grundsatz ist Lob besser als Kritik. Eine wertschätzende und nie herablassende Ansprache ist in jeder Situation selbstverständlich.

2.3. FUßBALLERISCHE KOMPONENTE

Die zehn goldenen Regeln des DFB zum Thema Kinderfußball sind bekannt (siehe auch [Punkt 2.7.](#)) und bieten eine allgemeine Basis für alle Jahrgänge. Die konkreten Trainingsinhalte müssen alters- und entwicklungsgerecht ausgelegt sein, natürlich gibt es in einer C-Jugend andere Inhalte als in einer F-Jugend. Unser Trainingsleitfaden des Kinder- und Jugendtrainings von Weitmar 09 bietet die Basis. Hier sind, an DFB-Richtlinien angelehnt, allgemeine Empfehlungen sowie Richtlinien für ein Training in den entsprechenden Altersklassen aufgeführt. Es folgen einige allgemeine Punkte, die hier besonders betont werden sollen.

- Generell motivierende Art der Vermittlung mit Mischung aus altersgerechter Förderung und Forderung, um die Freude und Spaß am Sport zu vermitteln.
- Erstrebenswert sind maximal viele Ballkontakte eines jeden Spielers im Training, grundsätzlich steht also immer das „Spiel mit Ball“ im Vordergrund, deshalb kleine Gruppen bilden (viele Ballkontakte / hohe Belastung), auch Aufwärm- und Ausdauerübungen können und sollten mit Ball organisiert werden, reines Konditionstraining ohne Ball ist also die Ausnahme.
- Abwechslungsreiches Training anbieten und angemessene Durchführungszeit wählen (zu lang: Konzentration weg, Langeweile - zu kurz: kein Trainingseffekt, Frust bei Trainern und Kindern).
- Übungen in Wettkampfformen organisieren, da Punkte / Tore Kinder besonders motivieren (gerade bei Sprintübungen rennen die Kinder dann um „ihr Leben“ und der gewünschte Effekt wird viel leichter erzielt als bei stumpfen Sprints).
- Das Training orientiert sich altersgerecht an der konkreten sportlichen Entwicklung aller Kinder, schwächere Kinder werden genauso gefordert und gefördert wie stärkere Kinder. Auch hier ist die Trainingsgestaltung in Kleingruppen mit „niveauähnlichen Kindern“ sinnvoll.
- Schon bei unseren jüngsten Fußballer(innen) wird auf Beidfüßigkeit geachtet.

- Den Kindern soll möglichst immer Freiraum zum Ausprobieren gegeben werden (Dribbling, Finten, jedes Kind hat einen Ball, usw.), freie Abschlusspiele gehören regelmäßig dazu.
- In allen Mannschaften haben zurückliegend Zuläufe stattgefunden. Es kommt allerdings bei der Trainingsgestaltung nicht nur auf die absolute Zahl der Kinder an, sondern auch auf die Anzahl der Trainer, der so genannte "Trainerschlüssel". Auf einen Trainer sollten von den Minikickern bis zur E-Jugend maximal zehn Kinder kommen (Trainerschlüssel 1 zu 10).

2.4. WEITERE ALLGEMEINE PUNKTE

- Der Trainer ist spätestens 15 Minuten vor dem Trainingsbeginn am Platz, damit der Trainingsaufbau vor dem Trainingsstart vorgenommen werden kann.
- Tragen der Weitmar 09 Trainingskleidung bevorzugt, alternativ zwingend andere Sportkleidung.
- Grundsätzlich wird auch Zeit für Elterngespräche nach oder vor Trainings eingeräumt.
- Freundschaftsspiele sind wichtig und werden, insbesondere in der Vorbereitungszeit regelmäßig angeboten - alle Kinder müssen auch Spielzeiten in Spielen erhalten.
- Das Training sollte rechtzeitig unter Berücksichtigung der anwesenden Kinder (Anzahl) geplant werden, es empfiehlt sich die Nutzung der App „SpielerPlus“.
- Ein Training wird nur in absoluten Ausnahmefällen - und dann unbedingt möglichst früh und alle Familien erreichend - abgesagt. Der Jugendvorstand ist darüber als Erstes zu informieren. Ggf. kann auch hier Unterstützung zur Durchführung des Trainings gefunden werden.
- Unsere Trainer sind bereit sich fortzubilden. Es werden regelmäßig (Regelfall zweimal jährlich) Schulungen mit externen Referenten (DFB-Mobil, Trainerkurzschulungen) angeboten. Hier wird eine Teilnahme der Trainer erwartet. Intern finden bis zu sechs Trainersitzungen im Jahr statt, auch hier ist eine Teilnahme aller Trainer wünschenswert, mindestens jedes Team sollte vertreten sein.

2.5. EINTEILUNG TEAMS

Wir streben perspektivisch an, mit den Jugendteams ab dem Ligabetrieb in der D-Jugend in der höchsten Bochumer Spielklasse (Kreisliga A) anzutreten.

Grundsätzlich werden bei Weitmar 09 die Spieler altersgerecht ihren Jahrgangsteams (01.01. - 31.12.) zugeordnet. Alle davon abweichenden Zuordnungen bedürfen grundsätzlich der Absprache mit dem Jugendvorstand, den beteiligten Spielern / Eltern und Trainern. Lösungen im Einzelfall sind immer möglich. Alles Weitere je nach Jahrgang ergibt sich aus den folgenden Erläuterungen.

2.5.1. G-JUGEND - MINIKICKER

Die **Minikicker** bilden in der Regel den Start ins Vereinsleben. Hier wird EIN Team gebildet, welches Kinder in der Altersklasse von 4-6 Jahren zusammenführt. Entsprechende Abstufungen zwischen den größeren und kleineren Kindern werden im gemeinsamen Training koordiniert, so dass die Kleinsten noch andere Inhalte erfahren, als die Größeren.

2.5.2. F-JUGEND

In der **F-Jugend** werden jahrgangsgerecht eine F1 (Altjahrgang) und eine F2 (Jungjahrgang) gebildet. Bei größerer Spielerzahl wird eine F3 / F4 Mannschaft gegründet, die im Regelfall auch aus einem Jahrgang bestehen soll. Die Kinder sollen dabei leistungsunabhängig zunächst das Jungjahrgangsteam und dann das

Altjahrgangteam durchlaufen und so einen drucklosen Einstieg mit verlässlichen Strukturen im Mannschaftssport erleben.

2.5.3. E-JUGEND

Die **E-Jugend** bildet in der Folge die letzten beiden Jahre, bei denen in flexibler Gruppeneinteilung (je nach Teamstärke) des Fußballkreises Bochum ohne feste Ligazugehörigkeit gespielt wird. Auch hier erfolgt grundsätzlich die Jahrgangseinteilung der Kinder im Sinne einer E2 und einer E1 im Folgejahr. Analog ist dies bei weiteren Teams zu sehen (E3 / E4). Außer Acht lassen wir dabei jedoch nicht, dass das bis dahin mehrjährige Fußballtraining in Kombination mit den individuellen Talenten der Kinder zwangsläufig zu einem oft sehr unterschiedlichen Niveau der Kinder führt. Gerade in diesem Stadium ist es wichtig, sowohl für die talentierteren als auch weniger talentierten Kinder ein entsprechendes fußballerisches Angebot zu bieten, um sich in unserem Verein weiter entwickeln zu können. Es kann somit durchaus sinnvoll sein von der grundsätzlichen Jahrgangseinteilung abzuweichen, sofern die Beteiligten (Eltern/Kind, Trainer, Jugendvorstand) das befürworten. Es handelt sich ausdrücklich nicht, um die Einführung eines strikten „Leistungsprinzips“, sondern um eine Lösung mit Augenmaß, die den sozialen und fußballerischen Aspekten unseres Sports gerecht werden soll. Alle Kinder, welche motiviert sind Fußball zu spielen, sind uns wichtig und sollen sich entsprechend ihres Könnens weiterentwickeln können.

2.5.4. D-JUGEND

Die **D-Jugend** bildet die erste Altersklasse, in welcher sich die Kinder nun in einem festen Ligabetrieb mit Hin- und Rückrunde wiederfinden (Kreisliga A-C). Ganz unabhängig von der eigenen Spielstärke wird quasi die „übergebene Liga“ des vorherigen Jahrgangs übernommen. Wir als Weitmar 09 möchten unseren Mannschaften wieder eine hohe Bochumer Spielklasse bieten und haben deshalb das Ziel, auch eine möglichst leistungsstarke D1-Jugendmannschaft aufzubieten. Was in der E-Jugend im Einzelfall hinsichtlich eines Spielertausches möglich ist, kann hier, natürlich wieder in Abstimmung mit allen Beteiligten, auch mehr zum Regelfall werden. Talentiertere Spieler des Jungjahrgangs bekommen die Möglichkeit, in der stärkeren D1 zu spielen. Anders herum sollen auch weniger talentierte Spieler des Altjahrgangs die Möglichkeit bekommen, in der schwächeren D2 zu spielen. So soll sich jeder spielstärkenentsprechend wiederfinden können. Die Komponente einer gewachsenen Sozialstruktur wird dabei nie außer Acht gelassen, so dass sich auch jährlich unterschiedliche Ansätze zur Teameinteilung D1 / D2 ergeben können.

2.5.5. C-, B- UND A-JUGEND

Bei der **C-Jugend** bis zur **A-Jugend** wird zumeist nur noch ein Team gestellt. Ab einer Kaderstärke von 40 Kindern empfiehlt sich jedoch die Aufteilung in zwei Mannschaften (zum Beispiel C1 / C2). Die Einteilung richtet sich dann jahrgangsunabhängig nach dem Talent der Kinder, so dass die stärkste Mannschaft in dem „ersten Team“ (z.B. C1) spielt.

2.5.6. U13 MÄDCHENMANNSCHAFT

In unserer **U13 Mädchenmannschaft** werden in der Regel Mädchen ab 10 Jahre aufgenommen. Eine frühzeitige Aufnahme von jüngeren Mädchen ist wegen des großen Altersunterschieds und Entwicklungsstands der älteren Mädchen nicht sinnig. Die jüngeren Mädchen sollen zunächst in den entsprechenden Jahrgangsteams mit gleichaltrigen Jungs zusammenspielen. Prinzipiell können die Mädchen sogar in jahrgangsjüngeren Teams mit Jungs spielen. Leistungsstärkere Mädchen sollen auf Wunsch in den entsprechenden Jungenteams mittrainieren dürfen, um weitere Förderung zu erhalten. Auch die Teilnahme im Spielbetrieb der Jungenteams ist möglich. Im Grundsatz gehören die Mädchen jedoch zum festen Team der U13 Mädchenmannschaft und im Zweifel hat ein Spielbetrieb dort auch Priorität. Anderweitige Absprachen sind in Rücksprache mit Eltern / Kinder / Trainer und Jugendvorstand möglich.

Die U13 Mädchen sollen dann nahtlos in eine U15 / U17 Mädchenmannschaft überführt werden, welche sich im Aufbau befindet. Danach erfolgt die Übernahme in unsere **Damenmannschaft**.

2.6. ZIEL DER JUGENDABTEILUNG

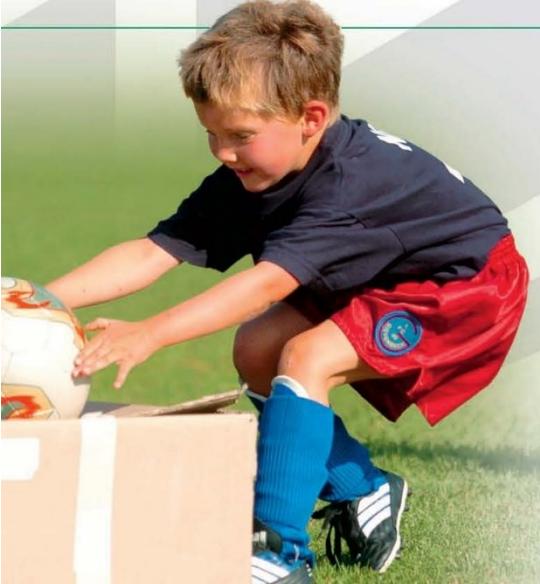
Ziel der Jugendabteilung ist es, dass alle unsere Spieler(innen) hier in einer gewachsenen Sozialstruktur eine schöne und auch erfolgreiche Kinder- und Jugendfußballzeit erleben dürfen. Wir wollen gute Fußballer ausbilden, die aber auch „echte 09er“ sind und langjährig bei uns gekickt haben. Danach sollen die Spieler(innen) nahtlos in die Seniorenmannschaften aufgenommen werden. Der Kern davon sollte aus Spielern bestehen, die wesentliche Jahre in unserer Jugend gespielt haben, um eine entsprechend hohe Identifikation zu erreichen. Ein Zukunftsziel ist somit, dass die Seniorenmannschaften auch durch Zugänge aus der eigenen Jugend an Qualität gewinnen. Die „Erste Mannschaft“ ist stets das Aushängeschild eines Vereins.

2.7. DFB – KINDERFUßBALL: 10 GOLDENE REGELN

DEUTSCHER FUSSBALL-BUND **QUALIFIZIERUNGSOFFENSIVE**

KINDERFUSSBALL

10 GOLDENE REGELN

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