

# Jugendförderkonzept der SG Karlstein



# Agenda

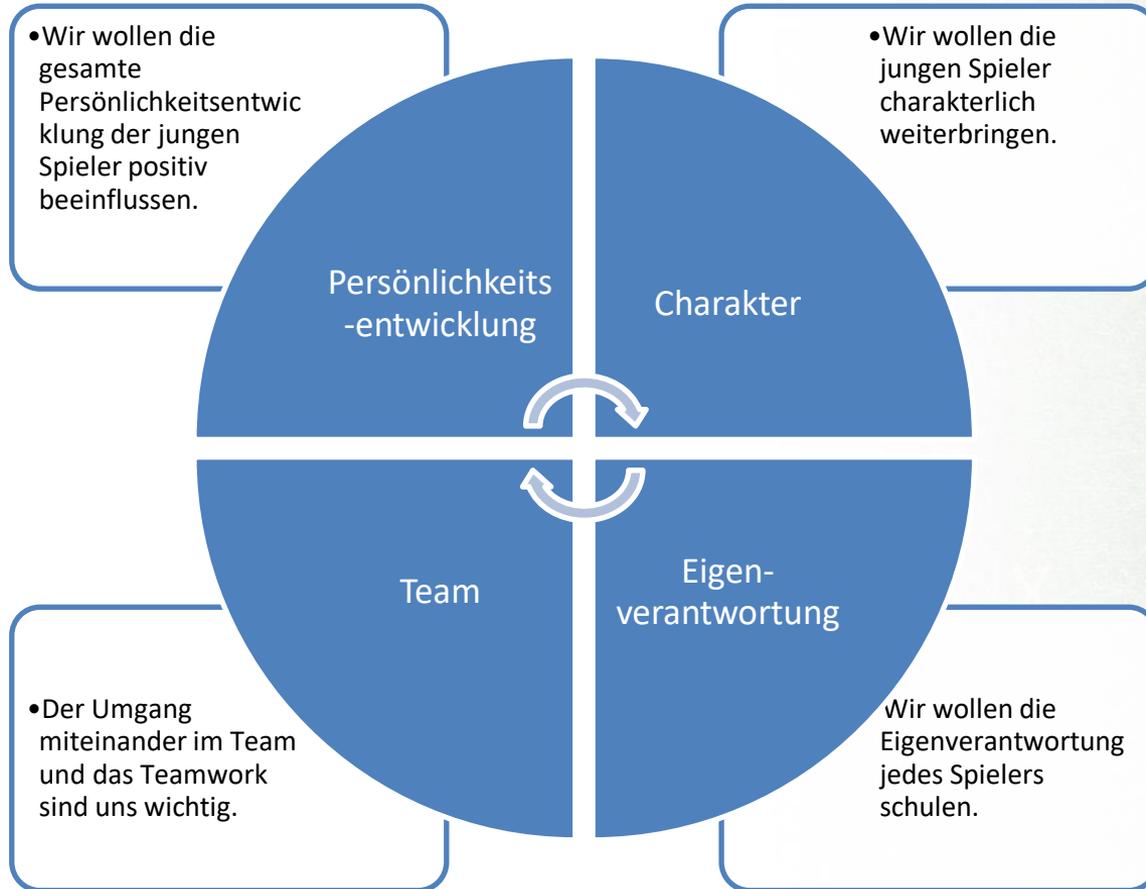
- Leitbild der SG Karlstein Seiten 4-6
- Schwerpunkte in den Jugendbereichen Seiten 8-12
- Juniorinnen und Junioren U7 (Bambini) Seiten 14-17
- Juniorinnen und Junioren U9 (F-Jugend) Seiten 19-22
- Juniorinnen und Junioren U11 (E-Jugend) Seiten 24-29
- Juniorinnen und Junioren U13 (D-Jugend) Seiten 31-33
- Juniorinnen und Junioren U15 (C-Jugend) Seiten 35-37
- Juniorinnen und Junioren U17 / U19 (A/B Jugend) Seiten 39-41
- Perspektivtraining (Zusatzangebot) Seiten 43-44
- Allgemeines zum Teamtraining (Teambuilding) Seiten 46-54
- Aufgaben (Trainer/ Betreuer/ Jugendleiter) Seiten 56-57



# Leitbild der SG Karlstein



# Leitbild der SG Karlstein



Über allen Themen stehen immer das Kindwohl und der Kinderschutz, sowie die sportliche Ausbildung und Weiterentwicklung.



# Erwartungen (an uns) / Aufgaben

- Ganzheitliche Sichtweise: Fußball, Schule und Soziales als Einheit
- Einhaltung Verhaltenskodex (Kinderschutzkonzept DFB)
- Umsetzung Rahmentrainingskonzeption
- Schulische Förderung
- Persönlichkeitsentwicklung
- Ausbildungsorientierung (keine reine Ergebnisorientierung)
- Leistungsorientierte Ausbildung von bewegungsbegabten Kindern zu kreativen, handlungsschnellen Spielern
- Gezielte individuelle Förderung der größten Talente (z.B. Kinder Perspektivteam)



# Übergreifende Ziel der Jugendarbeit in der SG Karlstein

Die langfristigen Ziel sind unter anderem eine altersgemäße Entwicklung und Stabilisierung körperlicher, technischer und spielerischer Grundlagen. Zusätzlich ist das vermitteln von grundlegenden Wertigkeiten in den Bereichen von Zuverlässigkeit, Engagement und Mitarbeit der Spieler eine zentrale Komponente.

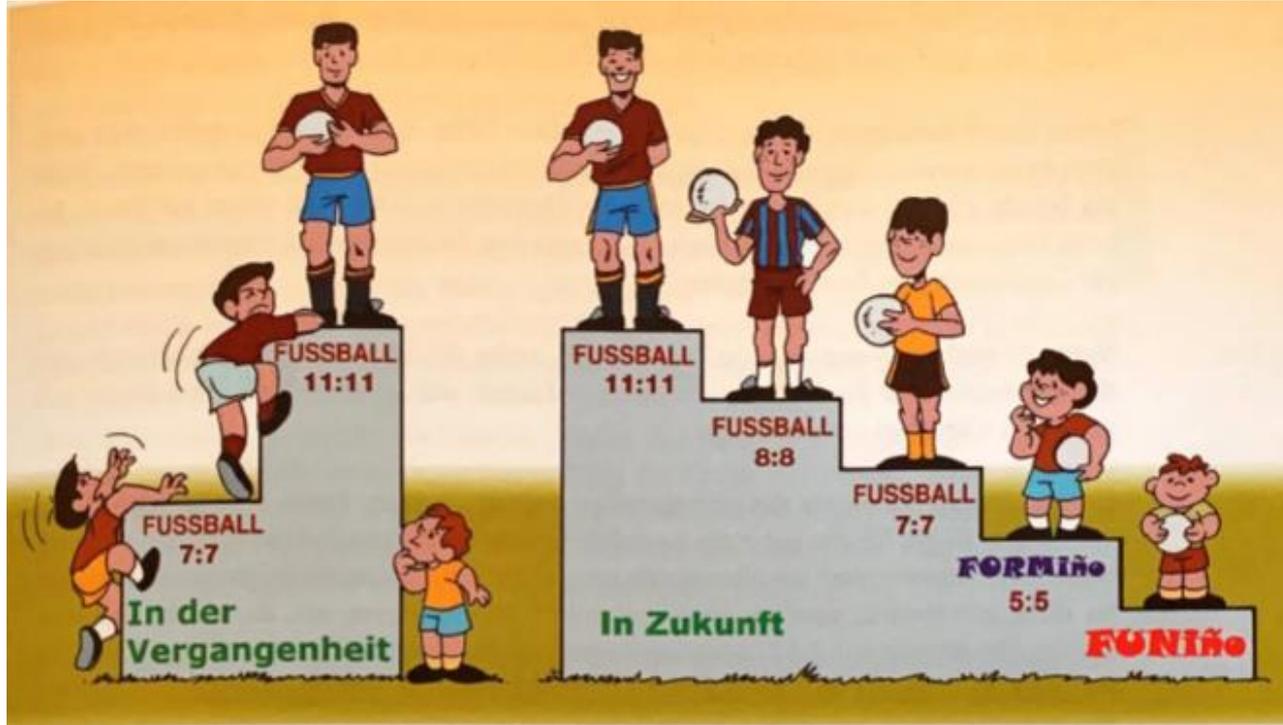


# Schwerpunkte in den Jugendbereichen

Allgemeines zu U7 –U13



# Zwei Wege zum Erfolg



Quelle: Spielintelligenz im Fußball (kindgemäß trainieren) von Horst Wein



# Rahmentrainingskonzept

- Bambinis (ab dem 5. Geburtstag)
- F-Jugend
- E-Jugend
  
- Grundlagentraining (U11)
- Jeweils 2.Jahrgänge



# Allgemeines zum Techniktraining in der (U7-U13)

Allgemeine Hinweise zum Techniktraining in der U13:

- Demonstration ist das A & O.
- Hohe Wiederholungszahl ist absolut notwendig.
- Nach Erlernen der Grobform sofort jede Technik mit Torschuss kombinieren.
- Techniken beidbeinig Erlernen.
- Trainer muss korrigieren.
- Technikübungen schon beim Aufwärmen einbringen.



# Bewegungsausbildung

## Vorteile einer vielseitigen Bewegungsausbildung

- Vor Pubertät günstiges Lernalter für Koordination
- Vielseitigkeit als Basis für Spitzenleistungen
- Vielseitigkeit als Basis für hohes Spieltempo
- Vielseitigkeit als Basis für Lerntempo
- Vielseitigkeit als Basis für Entwicklung von Kreativität
- Gute Koordination durch Vielseitigkeit dient als Verletzungsprophylaxe
- Vielseitigkeit / Abwechslung beugt frühzeitigem Ausstieg vor

**Wer langfristig erfolgreich sein will, muss kurzfristig vielseitig mit Kindern trainieren !!!**



# Umsetzung der Ziele / Inhalte im Grundlagenbereich

- Wöchentliches Vereinstraining (ab U9 2x wöchentlich)
- Ballschule als Zusatzangebot (1x Quartal / Bambinis)
- Spielerisches Koordinations- und Schnelligkeitstraining + „freies Zocken“ (wenn möglich zusätzlich 1x wöchentlich)
- 5:5 Spieltage + 7:7 Spieltage + Turniere (Verbandsspielrunde / BFV)
- Minifußball (3:3 auf 4 Tore) -Turniere / Spielrunde
- Kinderfußball-Spielfeste (1-2x im Halbjahr)
- Regelmäßige Fortbildungen/Vorträge für Trainer und Eltern
- Bereitstellung von Lehrvideos und Beispiel-Trainingseinheiten (DFB)
- „Kinder-Perspektivtraining“



# Juniorinnen und Junioren

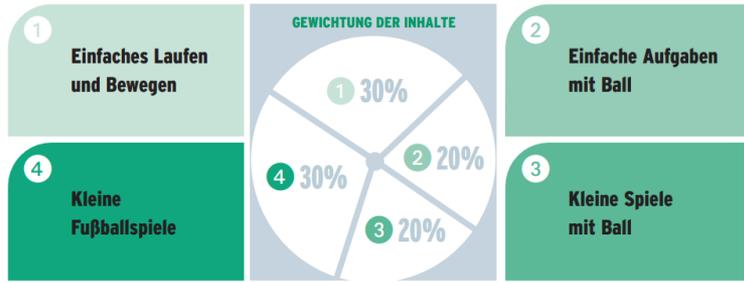
U7 – Bambini



# Fußballspezifisches Grundlagentraining (U7)

## Bewegen – Freude

### Inhaltsbausteine für Bambini-Spielstunden



### Ziele mit G-Junioren

- 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 Fußballspielen
- Kennenlernen einfacher Grundregeln des „des Mit- und Gegeneinanderspiels“



# Erste Fußballentwicklungsstufe

Fußballspezifisches Grundlagentraining (U7)

Spiele für grundlegende Fertig- und Fähigkeiten

Ballführung ohne  
und mit Gegner

Spiele im  
Labyrinth

Mehrzweck-  
spiele

Ballschule

Spiele zum  
Passen, zur  
Ballannahme  
und zum  
Torschuss

Spiele für  
individuelle  
Abwehr

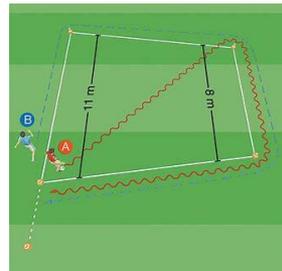
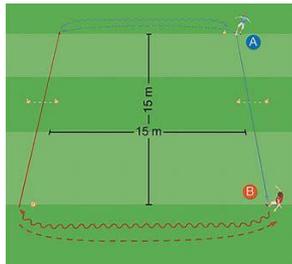
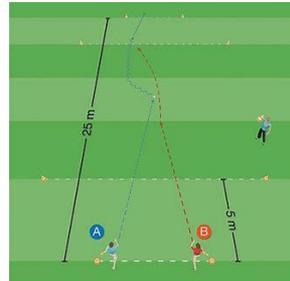
Triathlon 2:2

Dekathlon



# Fußballdekathlon

Der Dekathlon ist ein Fußballzehnkampf und sollte am Anfang, in der Mitte und am Ende einer Saison durchgeführt werden.



# Ballschule

In der Ballschule experimentieren die Kinder mit Bällen verschiedener Größe, aus unterschiedlichen Materialien, mit unterschiedlichen Flug- und Prolleigenschaften.

Dadurch soll das freie Spiel, das früher täglich auf der Straße, im Hof oder im Park stattgefunden hat ersetzt werden.



# Juniorinnen und Junioren

U9 – F-Jugend



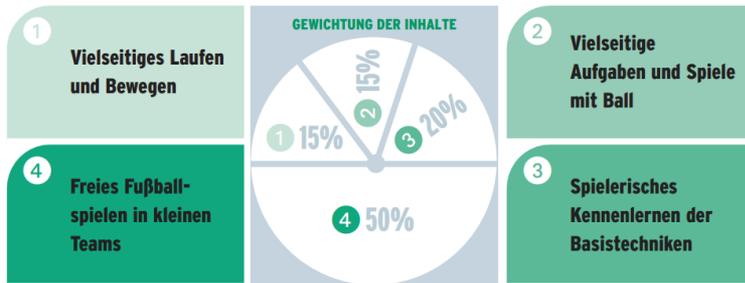
# Fußballspezifisches Grundlagentraining (U9)

## Spiele – Interesse

### Ziele mit F-Junioren

- Freude am Fußballspielen
- Fußballspielen lernen durch kleine Fußballspiele
- Spielerisches Lernen der Grundtechniken
- Vermitteln einfacher taktischer Tipps die beim „Tore schießen – Tore verhindern“ helfen
- Motivation zur Bewegung durch vielseitige sportliche Aktivitäten

### Inhaltsbausteine für das Training mit F-Junioren



# Ausbildungsschwerpunkte SG Karlstein (U9)

Allgemeine Hinweise zum Techniktraining in der U9:

- Elementare Techniken
  - Ballführen
  - Innenseitstoß
  - Stoppen
  - Ballan- und mitnahme
- Taktik
  - Freilaufen erklären
  - Aus dem Schatten des Gegenspieler laufen erklären

Verbesserung bzw. Vergrößerung des allgemeinen Bewegungsschatzes



# Zweit Fußballentwicklungsstufe

Fußballspezifisches Grundlagentraining (U9)

Spiele für FUNino

Spiele für  
grundlegende Fertig-  
und Fähigkeiten

Vorbereitende und  
Korrekturspiele für  
FUNino

Triathlon  
3:3

Test der  
Spielfähigkeit im  
FUNino

Vereinfachte Spiele  
2:2 mit  
Korrekturspielen

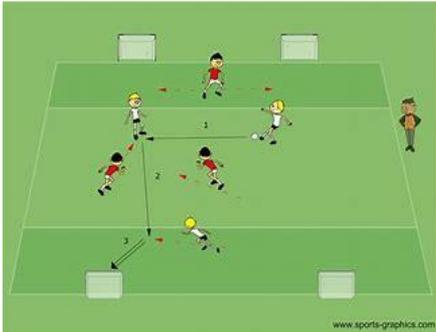
FUNino pentathlon

FUNino 3:3



# FUNinopentathlon

Der FUNino Pentathlon beinhaltet drei vereinfachte Fußballspiele und zwei kleine Sportspiele zur Verbesserung motorischer und koordinativer Fähigkeiten. Gespielt wird mit zwei Dreier- oder Vierermannschaften. Die fünf Wettkämpfe dauern ungefähr eine Stunde. Sieger wird die Mannschaft, die von den fünf Spielen mindestens drei gewinnt.



Quelle: DFB.de



# Juniorinnen und Junioren

U11 – E-Jugend



# Fußballspezifisches Grundlagentraining (U11)

## Die 2 Säulen des Kindertrainings

Kindgemäßheit

Vielseitigkeit



# Trainingsinhalte Grundlagentraining

## Minifußball (nach Horst Wein)

Bewegungsschulung  
(Fangspiele, Koordinationsspiele und -  
übungen, Geschicklichkeitsspiele,...)

Übungen / Spiele

Fußballspezifische  
Übungen  
(Basistechniken)

Spielerische Kräftigung  
(Hüpfen,  
Vierfüßlerläufe,  
Einbeinstand...)

„Kleine Spiele“  
(sportartübergreifend)

Vielseitiges, kurzweiliges und abwechslungsreiches Training mit ständigem Wechsel von Spielen und Üben

**50-60 % des Trainingsumfangs ist vielseitige motorische Allgemeinausbildung**



# Dritte Fußballentwicklungsstufe

Fußballspezifisches Grundlagentraining (U11)

Spiele für Fußball 5:5 und 7:7

Spiele für  
FUNino

Spiele für grundlegende  
Fertig- und Fähigkeiten

Triathlon  
4:4

Spiel für  
FORMino

Schulung des  
jungen Torhüters

Vereinfachte Spiele  
3:3 mit  
Korrekturspielen

Hallen-  
fußball 5:5

Fußball 5:5 und 7:7



# FORMino 5:5

Formino (5:5 auf 4 Tore) stellt eine Brücke zwischen dem Spiel FUNino und dem Fußball 5 gegen 5 auf 2 zentrale Tore dar.

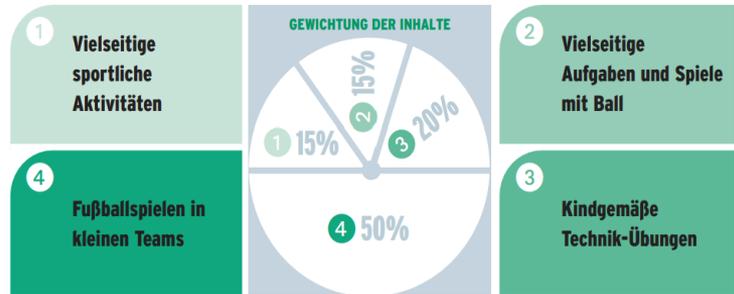
FORMino erlaubt es den Kindern, den zur Verfügung stehenden Raum optimal zu nutzen, sich im Spiel zurechtzufinden und es in allen Einzelheiten zu verstehen.



# Fußballspezifisches Grundlagentraining (U11)

## Spiele - Interesse

### Inhaltsbausteine für das Training mit E-Junioren



### Ziele mit E-Junioren

- Einfach Ausspielvarianten
  - Schussfinte
  - Übersteiger
  - Sohlenzieher
- Alle Stoßarten
  - Innenseite
  - Außenseite
  - Innenspann
  - Hüftdrehstoß
- Ballan- und mitnahme
  - Außenseit
  - Brust
  - Oberschenkel
  - Kopf



# Ausbildungsschwerpunkte SG Karlstein (U11)

Allgemeine Hinweise zum Techniktraining in der U11:

- Individualtaktisch
  - Freilaufen
  - Innere Linie
  - Halten der Position
- Gruppentaktik
  - Doppelpass

Vergrößern des allgemeinen Bewegungsschatzes und gezieltes Erlernen von fußballspezifischen Techniken



# Juniorinnen und Junioren

U13 – D-Jugend



# Fußballspezifisches Grundlagentraining (U13)

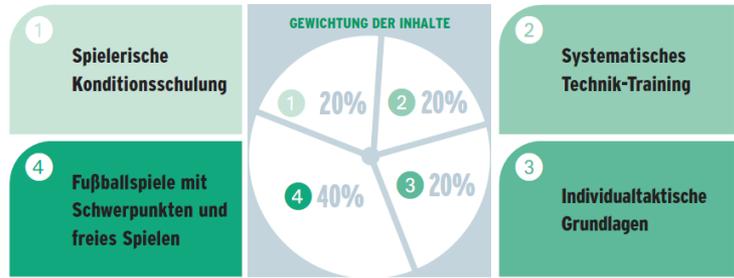
Diese Altersklasse wird bewusst als „goldenes Lernalter“ charakterisiert, denn Mädchen und Jungen dieses Alters beeindruckt durch Bewegungs-, Spiel- und Leistungsfreude. Schnelle und geschickte Bewegungen gelingen relativ leicht. Auf der Basis einer breit angelegten Grundausbildung im Kinderbereich kann und muss jetzt ein systematisches Fußballtraining beginnen!



# Fußballspezifisches Grundlagentraining (U13)

## LERNEN – ERNSTHAFTIGKEIT

### Inhaltsbausteine für das Training mit D-Junioren



### Ziele mit D-Junioren

- Spielfreude und -kreativität
- Systematisches Training der Basistechniken – Anwenden in verschiedenen Situationen
- Schulung individualtaktischer Abläufe in Offensive und Defensive
- Erlernen gruppentaktischer Grundlagen für das Spielen im Raum
- Fördern von Eigeninitiative, Leistungsmotivation, Willenseigenschaften



# Ausbildungsschwerpunkte SG Karlstein (U13)

Folgende Ausbildungsinhalte bilden den Schwerpunkt der D-Jugend in der SG Karlstein

- Hinterlaufen
- Doppelpass
- Grundlagen der 4er Kette
- Freistoßvarianten
- Pärchenbildung

Perfektionieren aller Fußballtechniken mit beiden Beinen im elementaren Bereich. Die Spieler sollten nach der D-Jugend die Techniken können.



# Juniorinnen und Junioren

U15 – C-Jugend



# Fußballspezifisches Grundlagentraining (U15)

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!



# Fußballspezifisches Grundlagentraining (U15)

## LERNEN – ERNSTHAFTIGKEIT (Schonalter)

### Inhaltsbausteine für das Training mit C-Junioren



### Ziele mit C-Junioren

- Stabilisieren der Freude am Fußballspielen
- „Dynamische Techniken“ – mit Tempo und unter Druck des Gegners
- Vertiefen der 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



# Ausbildungsschwerpunkte SG Karlstein (U15)

Folgende Ausbildungsinhalte bilden den Schwerpunkt der C-Jugend in der SG Karlstein

- Grundlagen des 4-4-2
- Forcechecking (gegen Pressing)
- Abseitsfalle
- Spielverlagerung
- Ballorientiertes Verschieben
- Taktikschulung, beginn der intensiven Arbeit mit der Taktiktafel.

Ziel am Ende der Jugend ist das Festigen der erlernten Techniken unter Gegner sowie Zeitdruck und das Verstehen und Anwenden von komplexen, taktischen Varianten.



# Juniorinnen und Junioren

U17 / U19 – A+B Jugend



# Fußballspezifisches Grundlagentraining (U17 / U19)

In den höchsten Junioren-Altersklassen 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!



# Fußballspezifisches Grundlagentraining (U17 / U19)

## ANWENDEN – LEIDENSCHAFT

### Ziele mit B/A-Junioren

- Ernsthaftigkeit, Leistungswillen und Freude am Fußballspielen
- „Dynamische Techniken“ – exakte Abläufe mit Tempo sowie unter Zeit-/Gegnerdruck
- Individuelle Vorbereitung auf spezielle Anforderungen verschiedener Positionen
- Perfektionierung taktischer Abläufe in der Gruppe und Stabilisierung im Team
- Individuelle Stabilisierung einer umfassenden Fitness

### Inhaltsbausteine für das Training mit B- und A-Junioren



# Ausbildungsschwerpunkte SG Karlstein (U17 / U19)

Folgende Ausbildungsinhalte bilden den Schwerpunkt der B/A-Jugend in der SG Karlstein

- Festigen und ständiges wiederholen der taktischen Formation 4-4-2 die als Grundlage für den Aktiven Bereich angesehen wird.
- Zusätzlich gilt es immer wieder Laufwege und 1:1 Situation zu vertiefen und Auszubilden.

Ziel ist es, dass die Spieler am Ende der U19 die taktischen Inhalte des Spielsystems 4-4-2 anwenden können und die Spielsituationen im 1:1 lösen können.



# Perspektivtraining

Zusatzausbildung



# Kinder Perspektivtraining

- Talentförderung
- Gezielte individuelle und ganzheitliche Förderung
- Gemeinsames Training einmal im Monat mit einem Lizenztrainer
- Diskussionen / Fortbildungen mit anderen Experten :
  - Mentales Training
  - Rhetorik
  - Training
  - ...

Das Perspektivtraining wird als zusätzliches Angebot geplant und Konzipiert.



# Ganzheitliche Entwicklung von Talenten

„Angestrebt wird ein

- selbstbewusster,
- verantwortungsvoller,
- gesunder und kooperativer Jugendlicher,

der die Notwendigkeit erkennt, sowohl Individualität als auch  
Gemeinschaft (Teamwork) leben zu können.“



# Allgemeines zum Teamtraining

Teambuilding



# Teamtraining

## Allgemeine Ziele des Teamtrainings

Gemeinschaftsgefühl herstellen/gemeinsam etwas erleben	Phantasie und Kreativität fördern
Integration von „Außenseitern“	Gewinnen und Verlieren lernen
Sozialverhalten lernen	Stärken und Schwächen erkennen
Vertrauen der Gruppenmitglieder schaffen	Kommunikation und Interaktion/gegenseitiges Kennen lernen
Spaß und Freude vermitteln und erleben	Entspannung und Spannung/müde machen oder in Schwung bringen
gutes Teamverhalten modellhaft verdeutlichen (Zum Wohle des Teams)	Lernen, sich an Regeln zu halten
Verschiedene Rollen im Team ausprobieren	



# Die konkrete Umsetzung des Teamtrainings

## Erlebnispädagogik

- kleine Übungseinheiten
- Aufforderungscharakter
- „Settings“
- ähnliche Ausgangsvoraussetzungen



# Die konkrete Umsetzung des Teamtrainings

In der Praxis Unterteilung in

## „lockere“ Maßnahmen

- im täglichen Training / von den Trainern angewandt
- einfach / leicht durchführbar
- wenig benötigte Zeit / geringer Vorbereitungsaufwand

## „feste“ Maßnahmen

- mit Übernachtung bei der E-Jugend (Trainingslager, Turniere,...)
- feste Termine
- „extern“ vorbereitet und geleitet



# Die konkrete Umsetzung des Teamtrainings

**Teamtraining – Unterlage „lockere Maßnahmen“**

**Aufgabe:** Bildet einen Teamkreis

**Ziele:** Organisation/ Durchführung/ Gemeinschaftsgefühl

**Variationen:** ohne zu Sprechen

**Foto:**



© Dominik Drobisch – TSG 1899 Hoffenheim – Februar 2009

**Teamtraining – Unterlage „lockere Maßnahmen“**

**Aufgabe:** Legt einen Spieler auf eure Beine

**Ziele:** Entscheidung/ Organisation/ Spaß

**Variationen:** und dreht ihn um

**Foto:**



© Dominik Drobisch – TSG 1899 Hoffenheim – Februar 2009



# Die konkrete Umsetzung des Teamtrainings

## Ziele:

- Gezielte Schulung sozialer Kompetenzen
- Gezielte Schulung von Eigenschaften des Zielprofils
- Teambildende Maßnahmen
- Zielvereinbarungen, Mannschaftsidentifikationen, Verhaltensweisen
- Basis legen an sportpsychologischem Training
- Abwechslung-Spaß



# Die konkrete Umsetzung des Teamtrainings

## Vorteile:

- abgegrenzt vom „normalen Betrieb“
- steuerbar-Möglichkeit zu beobachten
- Entspannte Atmosphäre-Extern geleitet
- „was anderes“



# Teambuilding

## **Definition Teambuilding:**

Maßnahmen zum Aufbau oder zur Förderung der Kommunikation und des Vertrauens zwischen den Mitgliedern einer Mannschaft als Basis für sportliche Leistungen.

## **Teambuilding ist ein Prozess:**

Gezieltes Teambuilding hat nur den gewünschten Effekt, wenn es vom Trainer auch durch seinen Umgang mit der Mannschaft gestützt wird.



# Teambuilding

Beispiele aus der Praxis

Koordination/ Kommunikation/Kooperation



# Teambuilding

## Leistungsvergleiche

- Bergläufe
- Fahrradläufe

## Freies Teambuilding

- selbst organisierte Maßnahmen
- freie Abendgestaltung  
( z.B. bei Ausflügen)

## Großes Teambuilding

- Radtouren
- Kino
- Wandern

## Events (Beispiele)

- Grillen
- Kino
- Alles in andere  
Atmosphäre was  
gemeinsam Erleben lässt



# Aufgaben

Trainer/ Betreuer/ Jugendleiter



# Aufgabenverteilung

## Betreuer



- Unterstützung beim Training
- Unterstützung beim Spiel
- Unterstützung bei Sportfesten

## Trainer



- Vorbereitung und Durchführung von Trainings
- Vorbereitung und Durchführung von Spielen
- Pflege DFBnet für die Mannschaft
- Kommunikation mit den Eltern
- Kommunikation mit den Jugendleitern
- Unterstützung bei Sportfesten

Mind. 1x Trainer und 1x Betreuer pro Team



# Aufgabenverteilung

## Jugendleiter



- Schnittstelle zum Vorstand
- Vermittler zwischen Trainer und Eltern
- Organisiert Sommerturnier
- Organisiert Hallenturnier
- Unterstützen bei den Fußballfesten
- Pass-Organisation

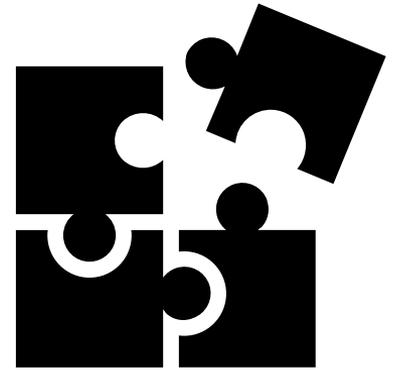
## Lizenz-Trainer



- Ballschule und Teambuildings
- Organisieren der Kinder Fußballfeste
- Fortbildung Eltern und Trainer
- Bereitstellen der DFB Lehrvideos
- Durchführen des Kinder Perspektivtrainings
- Beraten der Trainer zu Trainings

Ein Jugendleiter pro Jugend und ein Lizenztrainer für Kleinfeld





Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit