

Einleitung

G- Junioren

Spaß an der Bewegung und am Fußball

Training, Spiel, Coaching

F-Junioren

Die ersten Schritte zum Fußballer

Training, Spiel, Coaching

E-Junioren

Allmählich beginnt die Feinarbeit

Training, Spiel, Coaching

D-Junioren

Der große Sprung aufs Großfeld

Training, Spiel, Coaching

C-Junioren

Die Pubertät macht allen zu schaffen

Training, Spiel, Coaching

A- und B-Junioren

Auf die Senioren vorbereiten

Training, Spiel, Coaching

Die Trainingsschwerpunkte

Torwarttraining

Kaderzusammenstellungen

Trainerbesetzungen

Organisatorischer Bereich

Merkmale für ein effizientes Techniktraining

Spiel- und Trainingsbetrieb

Die Eltern



„VFR 07, mehr als nur ein Verein, ein Zuhause“

Leitfaden des VFR Limburg 07

Unserem Ausbildungslogan „VFR Limburg 07, mehr als nur ein Verein, ein Zuhause“ folgend, liegt es uns sehr am Herzen, neben dem sportlichen Erfolg und der optimalen Förderung unserer Spieler, eine warme und familiäre Atmosphäre auf unserer Anlage und in unserem Clubheim zu schaffen. Alle unsere Mitglieder sollen sich auf der Platzanlage zuhause fühlen und diese gerne und oft betreten. Neben dem Trainings und Spielbetrieb gehören dazu auch gemeinsame Feste, Turniere und sonstige Veranstaltungen.

Oberste Priorität hat die umfassende individuelle Förderung jeden Spielers, unabhängig von ethnischer Herkunft, Glaubenszugehörigkeit und sozialer Lage. Diskriminierung lehnt der VFR 07 ganz entschieden ab. Integration von Spielern, Trainern und Familien mit Migrationshintergrund sehen verstehen wir als eine wichtige Aufgabe und als unsere soziale Verantwortung.

Die Junioren sind unser wichtigstes Kapital, deshalb müssen ihrer Ausbildung und Förderung besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden. Mit diesem Konzept wollen wir dies verankern. Wir möchten den Junioren auch weiterhin die Möglichkeit bieten, bei unserem Verein, nahe ihres Wohnortes, spielen zu können, um später eventuell den Sprung in die erste Mannschaft des Stammvereins oder sogar in eine Junioren-Spitzenfußballmannschaft zu schaffen. Das Talent des einzelnen Juniors soll durch qualitativ hoch stehende Trainings, natürlichen Konkurrenzkampf mit anderen talentierten Junioren, gute Betreuung und gute Trainingsbedingungen gefördert werden.

Eine ganz wichtige Rolle spielt der soziale Gedanke. Der Junior soll in einem entspannten Umfeld seinen Sport genießen können. Wir sind uns bewusst, dass das Erreichen der von uns gesetzten Ziele einen längeren Zeitraum beanspruchen wird. Dieses Konzept bietet eine Grundlage. Wir werden uns bemühen, es den ständig gegebenen Neuerungen anzupassen und dabei das Wohl unserer Junioren nicht aus den Augen zu verlieren.

Da wir den Breiten- und den Leistungssport fördern wollen, bieten wir in allen Altersstufen leistungsorientierte und Breitensportorientierte Teams an. Wenn möglich, werden die Kader nach Jahrgängen zusammengestellt. Grundsätzliches Ziel ist es, entwicklungsorientiert und nicht ergebnisorientiert mit unseren Jugendspielern zu arbeiten. Ziel ist eine stetige Leistungsverbesserung aller Teams, welche in erster Linie jedoch nicht an Meisterschaften und Aufstiegen festgemacht wird. Vielmehr geht es uns darum, jedem unserer Jugendspieler die optimale Ausbildung zukommen zu lassen und durch ein durchdachtes Konzept die Spieler an unseren Verein zu binden, sie systematisch technisch und taktisch optimal auszubilden und damit stetig die Qualität im Seniorenfußball zu sichern und zu verbessern. Es soll eine enge Verzahnung mit dem Seniorenbereich erreicht werden, was Spielsystem und Spielphilosophie angeht, damit eine frühzeitige Integration der A-Jugendspieler in den Seniorenkader gewährleistet werden kann.

Die Kader der einzelnen Altersklassen haben schwimmende Grenzen und helfen sich untereinander.

Es gibt nicht eine E1, E2, E3 usw, beim VFR 07 sondern eine große E-Jugend, wo jeder Spieler jeden Trainer und jeder Trainer jeden Spieler kennt. Einzig und alleine die Trainer bestimmen, in Abstimmung mit dem sportlichen Leiter in welchem Team welcher Spieler spielt. Konkurrenz der einzelnen Teams untereinander darf und wird es nicht geben in unserem Verein. Diese Maßgabe gilt für alle unsere Altersbereiche. Wie sehen uns als eine große Gemeinschaft in der Jeder den Anderen unterstützt und fördert. Um diesen Grundsatz zu fördern, werden sollen u.a. gemeinsame Ferien-Fußballschulen mit allen Teams einer Altersklasse organisiert.

„VFR 07, mehr als nur ein Verein, ein Zuhause“

Als Basis hierfür sind gut ausgebildete Trainer unerlässlich und wir sehen diese als das Hauptpotenzial des Vereines. Beim VFR 07 sollten alle Trainer lizenziert sein, oder mit eigener Spielererfahrung ausgestattet sein. Eine stetige Aus- und Weiterbildung unserer Trainier wird aktiv und finanziell vom Verein gefördert. Pro Quartal gibt es mind. eine Trainerfortbildung/Workshop mit internen und externen Kapazitäten/Referenten.

Es folgt der sportliche Leitfadens des VFR 07 Limburg basierend auf dem Ausbildungsleitfadens des DFB. Darauf folgen dann Grundsätze und Vorgaben, die auf die Bedürfnisse und Bedingungen des VFR 07 Limburg abgestimmt sind.

Der VFR 07 will damit erreichen, dass es durch alle Altersstufen zu einer einheitlichen, in sich nachvollziehbaren Jugendarbeit kommt.

Das Ziel der Jugendarbeit muss es sein, sportliche und charakterlich gut ausgebildete Spieler in den Seniorenbereich zu überführen.

G- Junioren

Spaß an der Bewegung und am Fußball

Bei den Bambinis geht es vor allem darum, den Spaß an der Bewegung zu vermitteln. Der Trainer ist hier noch nicht die Autoritätsperson, deren Anweisungen unbedingt zu befolgen sind, sondern eher der große Freund, der tolle Spielideen hat und auch gerne mal selbst dabei mitmacht.

Im Vordergrund stehen vielseitige Bewegungsspiele mit und ohne Ball, die die Kinder keinesfalls überfordern.

Auch Regeln sollten so einfach wie möglich gehalten werden. Deshalb reden wir hier auch nicht von Trainingseinheiten, sondern von Spielstunden.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist das soziale Miteinander. Zwar haben die Kinder in den Kitas und Kindergärten

meist bereits gelernt, sich in einer größeren Gruppe zurechtzufinden, doch ist das Verhalten einer 'Fußballmannschaft' eben doch oft etwas anderes.

Training (von Anfang an immer beidfüßiges Ausbilden)

- Einfaches Laufen und Bewegen: Fang- und Tunnelspiele, Balancieren, Koordination -> **30%**
- Einfache Aufgaben mit Ball: Ballführen, Ballkontrolle (Annahme), Torschuss, Werfen -> **20%**
- Kleine Spiele mit Ball: Platzwechselspiele, Einzel- oder Teamwettbewerb -> **20%**
- Kleine Fußballspiele: 4 gegen 4 auf kleinem Feld mit und ohne Tore (Linien Tore) -> **30%**

Spiel

- Alle sollen spielen: Also auch die „Guten“ mal draußen lassen!
- Möglichst viele Tore erzielen!
- Das Ergebnis ist zweitrangig: Der Spaß steht im Vordergrund!
- Kein vorgeschriebenes Spielsystem
- Ballorientiertes Verhalten nicht verändern!!!

Coaching

- Die Freude am (Fußball-)Spiel entwickeln und ständig fördern
- Die Teamfähigkeit (Gemeinsam macht's mehr Spaß) langsam entwickeln
- Der Trainer ist der 'große Freund' der Kinder!
- Eltern ins soziale Umfeld des Vereins einbinden und Aufgaben zuweisen

F-Junioren

Die ersten Schritte zum Fußballer

Bei den Bambinis geht es vor allem darum, den Spaß an der Bewegung zu vermitteln. Der Trainer ist hier noch nicht die Autoritätsperson, deren Anweisungen unbedingt zu befolgen sind, sondern eher der große Freund, der tolle Spielideen hat und auch gerne mal selbst dabei mitmacht.

Im Vordergrund stehen vielseitige Bewegungsspiele mit und ohne Ball, die die Kinder keinesfalls überfordern.

Auch Regeln sollten so einfach wie möglich gehalten werden. Deshalb reden wir hier auch nicht von Trainingseinheiten, sondern von Spielstunden.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist das soziale Miteinander. Zwar haben die Kinder in den KiTas und Kindergärten

meist bereits gelernt, sich in einer größeren Gruppe zurechtzufinden, doch ist das Verhalten einer 'Fußballmannschaft' eben doch oft etwas anderes.

Viele Übungen, viele Ballkontakte, viele Spiele

Training (von Anfang an immer beidfüßiges Ausbilden)

- Vielseitiges Laufen und Bewegen: Fang- und Tummelspiele, Balancieren, Koordination -> 15%
- Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball: Platzwechselspiele, Jonglieren -> 15%
- Basistechniken: Dribbling, Innenseitstoß, An -und Mitnahme flacher Bälle, Spannstoß -> 20%
- Freie Fußballspiele in kleinen Teams: max. 4 gegen 4 (kleines Feld mit/ohne Tore) -> 50%

Spiel

- Alle sollen spielen: Also auch die „Guten“ mal draußen lassen!
- Möglichst viele Tore erzielen. Der Spaß am Fußball ist wichtiger als das Ergebnis!
- Spielsystem: 3-3 Die Abwehrspieler spielen mit nach vorne, die Stürmer mit nach hinten.
- Torwart in der Halbzeit wechseln. Keine festgelegten Positionen für einzelne Spieler: Die Vielseitigkeit aller Kinder fördern!

Coaching

- Die Freude am (Fußball-)Spiel weiterentwickeln und ständig fördern.
- Die Teamfähigkeit weiterentwickeln.
- Der Trainer ist der 'große Freund' der Spieler
- Eltern sollen angetragene Aufgaben als Hilfe für die Trainer empfinden.

E-Junioren (von Anfang an immer beidfüßiges Ausbilden)

Allmählich beginnt die Feinarbeit

Bei den E-Junioren dominieren zu Beginn des Trainings weiterhin vielseitige Bewegungen. Gleichwohl tragen wir dem deutlich verbesserten Koordinationsvermögen Rechnung und 'individualisieren', indem wir die fußballspezifischen Techniken verfeinern: Das Dribbling wird zielgerichteter und schneller, Finten wie Ausfallschritt und Übersteiger werden eingeführt. Der Ball steht im Mittelpunkt und das Fußballspielen rückt immer mehr in den Vordergrund. Dabei vermitteln wir langsam einfache taktische Verhaltensmuster wie Freilaufen und Anbieten. Die Kinder sind jetzt alt genug, um auch Pflichten zu übernehmen: Die Kabinen sind sauber zu verlassen, die Materialiensorgsam zu behandeln und der Respekt vor dem Trainer, aber auch vor den Gegen- und Mitspielern ist einzuhalten.

Techniken verbessern, einfache Taktiken einführen

Training

- Vielseitige sportliche Aktivitäten: Jonglieren, Lauf-/Fangspiele, Koordination -> 15%
- Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball: Handball, Kopfballsport m. Softball usw. -> 15%
- Kindgemäße Technikübungen: Tempodribbling, Grobform Finten, Kopfball geradeaus -> 20%
- Fußballspiele in kleinen Teams auf kleinem Feld mit und ohne Tore -> 50%

Spiel

- Alle sollen spielen (auch die 'Guten' mal draußen lassen)!
- Möglichst viele Tore erzielen!
- Ergebnis ist zweitrangig: Der Spaß soll im Vordergrund stehen!
- Spielsysteme: 3-2-1 und 2-3-1 müssen erlernt werden.
- Torwart in der Halbzeit wechseln.
- Ballorientiertes Verhalten schulen.

Coaching

- Die Freude am (Fußball-)Spiel entwickeln und ständig fördern
- Teamfähigkeit (gemeinsam macht's mehr Spaß) langsam entwickeln
- Der Trainer als 'großer Freund' und Respektsperson der Spieler
- Eltern noch stärker ins soziale Umfeld des Vereins einbinden z.B. Fahrdienst, Trikotwäsche, Mannschaftskasse, Berichte etc.

D-Junioren (Spiel auf 9er Feld)

Der große Sprung aufs Großfeld und gleichzeitig beginnt das goldene Lernalter!!!

Technik, Technik, Technik und natürlich auch schon die Grundlagen der Taktik stehen hier auf dem Lehrplan. Die jetzt sehr hohe Koordinationsfähigkeit verpflichtet geradezu zu einer systematischen Verfeinerung der fußballspezifischen Techniken.

Im taktischen Bereich erfolgt die oft schwierige Umstellung auf das Großfeld. Der Torwart darf Rückpässe nun nicht mehr mit den Händen aufnehmen und mit dem Abseits kommt eine weitere schwierige Regel dazu.

Das 4-3-1, 3-1-3-1 oder das 3-3-2 ist eine gute Weiterführung des 3-2-1 und des 2-3-1 Systems vom Kleinfeld. Die 12- und 13-Jährigen verstehen bereits taktische Prinzipien, so dass sie z. B. Überzahl am Ball gezielt, wenn auch oft etwas ungeordnet, herstellen können.

Wichtig: Auch auf dem Großfeld dürfen Abwehrspieler Tore schießen! Deshalb üben wir regelmäßig das sichere Pass- und Zusammenspiel. In 'sozialer' Hinsicht werden die im E-Junioren-Alter eingeführten Ziele weiterverfolgt und ausgebaut.

Die besten Lernvoraussetzungen unbedingt nutzen!

Training

- Spielerische Fitnessschulung: Koordination, Parcours, 1 gegen 1, Handball, Staffeln -> 20%
- Systematisches Techniktraining: Dribbling, Finten, Schusstechniken, An-/Mitnahme -> 20%
- Individual- und gruppentaktische Grundlagen: 1 gegen 1 etc., Hinterlaufen, Doppelpass -> 20%
- Fußballspiele mit Schwerpunkten und freies Spielen: Überzahl, auf mehrere Tore usw. -> 40%

Spiel

- Alle sollen spielen. Möglichst viele Tore erzielen.
- Das Ergebnis wird wichtig, ohne die Philosophie zu dominieren: Der Spaß steht im Vordergrund!
- Systeme: 4-3-1, 3-1-3-1 oder das 3-3-2 . Verteidiger spielen offensiv, Spitzen verteidigen mit.
- Positionen noch nicht festlegen (Vielseitigkeit)!

Coaching

- Freude am Fußballspiel und die Teamfähigkeit weiterentwickeln
- Trainer achtet zunehmend auf Disziplin: Weg vom 'großen Freund' hin zur Respektsperson
- Die Eigeninitiative der Spieler fördern (Material einsammeln, Bälle pflegen usw.) Disziplin und Ordnung; Identifikation mit dem Verein schaffen
- Faires Verhalten gegenüber dem Gegner und Schiedsrichter

C-Junioren (11er Feld)

Die Pubertät macht allen zu schaffen

Mit der jetzt meist einsetzenden Pubertät verändert sich auch das Training: Wir müssen auf die individuellen, unterschiedlichen Entwicklungsphasen eingehen und gegebenenfalls individuell reagieren. Kurz gesagt: Die Stärken noch verstärken, die Schwächen abbauen, aber immer unter Beachtung dessen, was der jeweilige Spieler gerade physisch und psychisch zu leisten imstande ist´.

‘Auf dem Platz’ kommt die mannschaftsinterne Hierarchie hinzu, die der Trainer beobachtet und bei Bedarf korrigiert. Nicht immer ist der Größte und Lauteste auch der kommende Führungsspieler!

Das Spielsystem ändert sich durch das 11er Feld in 4-2-3-1, 4-4-2 oder 4-3-3. Eine endgültige Positionsspezialisierung findet noch nicht statt, wenn gleich wir durchaus Positionstechnik und -taktik verbessern.

Jeder ist Teil des Teams und niemand wird bevorzugt.

Training

- Ergänzende fußballspezifische Fitness mit Ball: Technik-Rundläufe, 1 gegen 1 usw. -> 20%
- Technikintensivtraining: Techniken festigen/automatisieren (Passfolgen, Rundlauf) -> 20%
- Individual-und gruppentaktische Grundlagen: Zweikampf, Ballorientierung -> 20%
- Fußballspiele mit Schwerpunkten und freies Spielen: Über-/Unterzahl, auf 6 Tore usw. -> 40%

Spiel

- Alle sollen spielen. Viele Tore erzielen. Ergebnis ist wichtig, steht aber nicht im Vordergrund!
- Systeme: 4-2-3-1, 4-4-2. Außenverteidiger spielen nach vorne, Spitzen verteidigen mit.
- Positionen noch nicht festlegen, aber die Stärken verbessern und die Schwächen beheben!
- Fairness gegenüber Gegner und Schiedsrichter

Coaching

- Teaminterne Hierarchien und Verantwortungsbewusstsein schaffen
- Die Freude am Fußballspiel und die Teamfähigkeit weiterentwickeln
- Zunehmend auf noch viel mehr Disziplin und Ordnung achten
- Die Eigeninitiative der Spieler fördern (Material einsammeln, Bälle pflegen, usw.)
- Disziplin und Ordnung; Identifikation mit dem Verein schaffen

A- und B-Junioren

Auf die Senioren vorbereiten

Mehr oder weniger kurz vor dem Übergang ins Erwachsenenalter achten wir vor allem auf Ernsthaftigkeit und Leistungswillen unserer Spieler. Sie sind einerseits in der Lage, in bestimmten Bereichen mitzusprechen, neigen aber andererseits auch zu allerlei 'Unfug'.

Jetzt sollte eine strukturierte Mannschaftshierarchie bestehen. Die Trainingsabläufe werden intensiver und komplexer, allerdings nicht auf Kosten individueller, auch positionsspezifischer Fähigkeiten. Folglich vertiefen und erweitern wir das Verhalten innerhalb des Spielsystems.

Die taktische Lernfähigkeit ist jetzt so weit fortgeschritten, dass wir nicht nur als Mannschaft in Angriff und Abwehr kompakt agieren wollen, sondern auch wollen, dass die Spieler die verschiedenen Varianten des Pressings erlernen sollen.

Die Mannschaften im A+B Jugendbereich sollten in der Lage sein ihr gesamttaktisches Verhalten Während eines Spiels zu verändern.

Training

- Systematische fußballspezifische Fitness: Parcours, 1 gg. 1 bis 11 gg. 11, Intervalle -> 20%
- Positionsspezifisches Techniktraining: Drehung zum Torabschluss, Flanken, Pässe -> 20%
- Gruppen- und Mannschaftstaktik: Vertiefung der Grundlagen; Flügelspiel, Pressing -> 20%
- Fußballspiele mit Schwerpunkten: Ballorientierung, Umschalten, Positionsspiel usw. -> 40%

Spiel

- Alle sollen spielen. Das Ergebnis ist wichtig, dominiert aber nicht die Philosophie!
- Systeme: 4-2-3-1, 4-4-2, 4-3-3 und 3-5-2
- Positionsspezialisierung beginnt, aber die Stärken verbessern und die Schwächen beheben!
- Fairness gegenüber Gegner und Schiedsrichter

Coaching

- Team-Hierarchien, Eigeninitiative und Verantwortung fördern, in Entscheidungen einbinden
- Freude am Fußball und Teamfähigkeit weiterentwickeln
- Disziplin und Ordnung; Identifikation mit dem Verein schaffen
- Altjahrgänge an das Seniorentaining heranführen

Allgemeine Zielsetzung

Mit dem Eintritt in den Erwachsenenbereich endet ein Ausbildungsabschnitt, der von den Minnis an bis zu 14 Jahre gedauert haben kann und in welchem alle Basistechniken, Individual-, Gruppen und Mannschaftstaktiken vermittelt wurden. Wie bei allen Vereinen ist das Interesse konkurrierender Vereine an perfekt ausgebildeten Jugendspielern sehr groß. Deshalb sollte nach Möglichkeit alles getan werden, dass so genannte „Perspektivspieler“, die den Juniorenbereich verlassen, möglichst fließend in den Seniorenbereich des VFR 07 eingebaut werden.

Hierzu ist eine regelmäßige und sehr intensive Kommunikation zwischen den verantwortlichen Trainern von U18+ U19, der 1.+ 2. Mannschaft, sowie dem Abteilungsleiter Senioren und dem sportlichen Leiter unerlässlich und hat sehr hohe Priorität.

Der talentierte und leistungswillige Spieler des VFR 07 soll bereits sehr früh erkennen, dass er beim VFR 07 die besten Möglichkeiten vorfindet, um sich weiter zu entwickeln.

Die Trainingsschwerpunkte

- Heranführen der Nachwuchsspieler an den Leistungsbereich und die 1. Mannschaft
- Taktiktraining zur Stabilisierung des Spielsystems 4:X:X
- Mentale und körperliche Vorbereitung um im Leistungsbereich bestehen zu können.
- Handlungsschnelligkeit und ballorientiertes Verschieben innerhalb der Mannschaft
- Individualtraining um Stärken auszubauen und an Schwächen zu arbeiten.

Torwarttraining

Der Torhüter von heute hat sich verändert. Es werden heute von ihm mehr Fertigkeiten in der Ballan- und Mitnahme, sowie Fähigkeiten des schnellen Spielaufbaus und Mitspielens gefordert. Er nimmt voll an der ballorientierten Raumdeckung teil und hält stets den richtigen Abstand zur Viererkette.

Er ist eine Schlüsselposition, die durch das Ausstrahlen von Ruhe seinem Team den Rücken stärkt und damit ein Garant für den Erfolg ist. Der VFR 07 plant seinen Torhütern von der U10 bis zur U19 ein separates Torwarttraining durch einen sehr erfahrenen Torwarttrainer an zu bieten.

Außerdem stellt der Torhüter der 1. Mannschaft sich bereit, bei diesen Einheiten unterstützend mitzuwirken. Ein hochqualifiziertes Torwarttraining soll mithelfen, unsere jungen Torhüter optimal auf diese Anforderungen vorzubereiten. In allen Altersklassen wird der TW in das Spielerorientierte Training voll mit eingebunden, um hier den spielenden Torhüter bereits ganz früh zu fördern.

Patenschaften

Die Spieler der 1. Mannschaft übernehmen Patenschaften zu den Juniorenteams. Hiermit soll frühzeitig eine Brücke zwischen dem Junioren und Seniorenbereich geschlagen werden. Aufgaben einer solchen Patenschaft sind es, gelegentlich an den Trainingseinheiten der Jugendmannschaften mitzuwirken und bei Weihnachtsfeiern nach Möglichkeit anwesend zu sein. Wir erhoffen uns zudem aus dieser Aktion, dass sich die Juniorenspieler dann auch die Spiele ihrer Paten anschauen und damit ein großes Ziel frühzeitig vor Augen geführt zu bekommen, nämlich in der 1. Mannschaft des VFR 07 in Zukunft zu spielen.

Kaderzusammenstellungen

Die Trainer stellen im Rahmen der Saisonvorbereitung auf Grundlage der Beobachtungen ihre Kader zusammen.

Gemeinsame Trainingseinheiten aller Spieler einer Altersgruppe gemeinsam mit allen Trainern dieser Altersgruppe gehören zu den Schwerpunkten im Sichtszeitraum der Saisonvorbereitung.

Nach Abschluss dieser Sichtungseinheiten stellen die Trainer der spezifischen Altersgruppe, z.B. U10 und U11 im E-Jugendbereich, die Kader der einzelnen Teams zusammen.

Über die Saison hin gesehen ist diese Kaderzusammenstellung jedoch durchlässig. Die verantwortlichen Trainer können in Absprache mit dem Jugendleiter und sportlichen Leiter Veränderungen innerhalb der Kader, z.B. aufgrund der unterschiedlichen Leistungsentwicklung einzelner Spieler vornehmen. Das bedeutet, dass jederzeit Spieler aus dem Kader einer Mannschaft aufrücken können und umgekehrt. Diese Entscheidung obliegt allerdings einzig und alleine den Trainern und sportlichen Leiter und nicht den Eltern.

Ein Erpressen der Eltern mit der Androhung einer Abmeldung des Kindes bei Kaderverschiebungen wird beim VFR 07 Limburg nicht geduldet.

Folgende Kadergrößen sollen weder unter- noch überschritten werden:

U7 – U11 10 bis maximal 14 Spieler inklusive Torhüter

U12 – U19 15 bis maximal 20 Spieler

Senioren 16 bis maximal 22 Spieler

Es wird angestrebt, in jedem Jahrgang ein Team zu stellen.

Ausnahme bilden hier Teams, die den Sinn und Zweck haben, Spielern im Kaderüberhang die Spielpraxis zu geben. Dieses jahrgangsorientierte Prinzip wird angestrebt,

ist aber immer vom vorhandenen Spielermaterial abhängig.

Speziell ab der D-Jugend aufwärts, wo auch Spieler des jungen Jahrgangs zum Kader der 1er Truppe berufen werden können.

Die Abgabekriterien sind hier leistungsbezogen.

Der VFR 07 Limburg strebt in den Altersklassen keine reine Quantität sondern Qualität an, aus diesem Grund werden Sichtungseinheiten in der Saisonvorbereitung durchgeführt.

Alle Spieler beider Jahrgänge der Altersklasse trainieren möglichst zur gleichen Zeit und am gleichen Ort.

Trainerbesetzungen

Trainerbestzungen im Jugendbereich werden im Feb/März durch folgendes Gremium für die kommende Saison abgestimmt und dem Vorstand vorgelegt. Dem Vorstand obliegt ein Einspruchsrecht, falls begründbare Bedenken gegenüber einem der gesetzten Trainer vorliegen.

Das Gremium setzt sich zusammen aus: Abteilungsleitern und dem Sportlicher Leiter.

Die letztendlich Entscheidung liegt beim sportlichen Leiter.

Organisatorischer Bereich Beobachtung und Bewertung während der Saison

Vor, während, nach dem Training Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung: Training im Jugendbereich bedeutet immer auch eine Menge Organisation. Viele der Aufgaben wiederholen sich immer wieder. Hat man den Ablauf einmal verinnerlicht, fällt es einem danach umso leichter. Deshalb sind hier die wichtigsten Punkte zusammen gefasst. Passen Sie diese bitte altersgemäß an Ihre Trainingsgruppe an.

Vor dem Training

-Trainingseinheiten müssen vorher geplant sein (Erfolg ist planbar)

-Rechtzeitig da sein

-Spätestens 15 bis 20 Minuten vor dem Training . Diese Zeit wird benötigt, um in Ruhe die folgenden Vorbereitungen zu treffen:

Kurze Platz und Kabinenbesichtigung

-Der Trainer verschafft sich einen Überblick über die Platzbeschaffenheit (ist der Platz hart, weich, sind Löcher oder Maulwurfshügel zu sehen?) und die benötigten Tore (wo stehen die Tore, sind Tornetze und Befestigungen für die Tore vorhanden?). Gegebenenfalls muss er Mängel in Ordnung bringen oder dem Jugendleiter melden.

-Umkleideraum/Kabinen Der Trainer schließt die Kabinen auf und achtet dabei auf folgende Punkte: Ist die Kabine (inkl. Duschaum) sauber, liegen ggf. Glasscherben herum, sind Beschädigungen oder Gefahrenpunkte festzustellen?

Trainingsplan aktualisieren

-Der Trainer nutzt die letzten Minuten, um sich noch einmal seinen Trainingsplan durchzulesen. Dabei berücksichtigt er neuere Informationen (z.B. Absage von Spielern, Fehlen von Sportgeräten, Zustand des Platzes). **Egal was passiert, es darf keinen Trainingsausfall geben.**

Begrüßung von Spielern und Eltern

-Der Trainer begrüßt alle eintreffenden Kinder und Eltern freundlich. Falls Spieler zu spät kommen, bittet er sie oder die Eltern, in Zukunft rechtzeitig zu erscheinen.

-Beim Umziehen der Kinder nicht behilflich sein, das ist Sache der Eltern!!!

(Ausnahme: beim Zuschnüren der Schuhe)

Liste über die Trainingsbeteiligung

-Eine Teilnehmerliste gibt dem Trainer später die Möglichkeit festzustellen, welche Kinder mehrmals nicht zum Training erschienen sind. Daraufhin sollte er die Gründe dafür erörtern (Versäumnis der Eltern, Lustlosigkeit, Terminüberschneidung etc.).

-Spieler in die Trainingsorganisation mit einbinden

-Pädagogisch sinnvoll ist es, die Kinder an der Trainingsorganisation zu beteiligen. Sie können dem Trainer helfen, kleinere Aufgaben zu übernehmen (z.B. Materialien tragen/aufbauen, den Platzwart informieren, dass etwas gebraucht wird bzw. nicht in Ordnung ist).

Kinder niemals unbeaufsichtigt lassen!!!

-Wenn Kinder, insbesondere im jüngeren Altersbereich, nicht alle gleichzeitig zum Training erscheinen, sollten die ersten nicht schon alleine auf dem Platz herumtoben, während der Trainer

und die anderen noch in der Kabine sind. Ideal ist es, wenn ein Betreuer oder Elternteil in der Kabine bleibt, während der Trainer schon mal auf den Platz geht.

Wenn alle an ein pünktliches Erscheinen gewöhnt sind, sollte es keine Schwierigkeiten geben.

-Telefon für den Notfall

Der Trainer sollte wissen, wo sich auf der Vereinsanlage das nächste Telefon befindet. Hat er kein Handy zur Verfügung und ein anderes Telefon ist nicht verfügbar (z.B. Clubhaus geschlossen), so muss der Trainer den Verantwortlichen (Jugendleiter) über diese Missstände informieren.

Grundsätze für das Training

Trainiere altersgerecht: nicht einfach das Training der Senioren oder deiner Kindheit übernehmen.

Allgemein gilt: Je jünger die Junioren, desto mehr muss der reine Spielgedanke im Zentrum stehen.

Trainiere ausbildungsbewusst: Auch die jüngsten Junioren wollen etwas lernen und Fortschritte machen und nicht nur beschäftigt werden. Wichtige Begriffe in diesem Zusammenhang sind:

- Einführung = den richtigen Bewegungsablauf lernen
- Schulung = Variationen einbauen, üben in der Bewegung und mit passivem / teilaktivem Gegner
- Training = unter wettkampfnahen Bedingungen üben (mit aktivem Gegner)

Trainiere mit einer Saisonplanung: Um dieser Anforderung gerecht zu werden, benötigt der Trainer unbedingt eine Saisonplanung in groben Zügen, die die Zielsetzung für die Mannschaft beinhaltet.

Der Trainer bereitet jedes Training schriftlich vor, weil der vorbereitete Trainer besser trainiert.

Trainiere zielgerichtet: Setze Schwerpunkte für eine Trainingseinheit. Sie darf nicht zu viele Komponenten beinhalten (z.B. 1. Übung Kopfball, 2. Übung Schuss, 3. Übung Passen usw.). Lieber nur etwas trainieren und dafür Variationen einbauen.

Bearbeite ein Thema mehrere Wochen und lass Dich nicht davon abbringen.

Zielgerichtet heißt aber auch, folgende Richtlinien zu befolgen:

- Vom Bekannten zum Unbekannten.
- Vom Einzelnen zum Zusammengesetzten.

Trainiere mit vielen Wiederholungen: Nur eine hohe Anzahl von Wiederholungen eines Elements verspricht den Erfolg (Ziel: 1000 Ballberührung).

Trainiere und korrigiere: vor allem beim Techniktraining müssen Fehler sofort korrigiert werden, damit sie nicht zu Automatismen werden, die später nur noch schwer zu ändern sind.

Bei den Fehlerkorrekturen gelten folgende Grundregeln:

- Nur zum Thema / zur Sache (nicht zur Person) korrigieren.

- Zuerst den Hauptfehler korrigieren, dann Stück für Stück verfeinern.
- Aufmunternd korrigieren.
- Fehler nicht vordemonstrieren, sondern den richtigen Bewegungsablauf zeigen.

Trainiere mit Lernzielkontrollen: Bei den D-Junioren können von Zeit zu Zeit Lernzielkontrollen eingebaut werden, z.B. gemeinsames Ablegen des DFB Fußball Abzeichens.

Trainiere beidfüßig

Trainiere kindergerecht

Nutze den natürlichen Bewegungsdrang und die kindliche Spielfreude und Sorge dafür, dass alle Kinder in Bewegung sind. Kinder suchen und brauchen (persönliche) Erfolgserlebnisse. Kinder bedürfen immer wieder die Anerkennung der Trainer. Alle Spieler kommen auf allen Positionen zum Einsatz. Verwende eine einfache, den Kinder angepasste Sprache bei Anweisungen (auf gleicher Höhe, z.B. kniend). Gehe individuell auf den Lernprozess der Kinder ein.

Merkmale für ein effizientes Techniktraining

Auf folgende Punkte gilt es beim Techniktraining besonders zu achten:

- Welches Thema soll in dieser Trainingseinheit bearbeitet werden?
- **Immer beidfüßig trainieren!!!**
- möglichst viele Ballkontakte pro Einheit („1000 Ballberührungen“ pro Training)
- Situationsbezogene technische Lösungen trainieren, d.h. Situationen, die im Spiel vorkommen
(z.B. Ballannahme und Ballmitnahme, Flachpass, Torschuss)
- so viele Übungen wie möglich mit Torabschluss kombinieren. (Erfolgserlebnisse schaffen)
- Alters- und stufengerechter Wechsel von Spielen und Üben.

Methodik des Coaching

- vom Einfachen zum Schwierigen!
- vorzeigen und erklären. Der Junior versteht die Zielsetzung und sieht, so soll es sein.
- Gruppengröße, Platz- und Materialausstattung ermöglichen möglichst viele Ballkontakte
- kleine und ausgeglichene Gruppe vereinfacht das Coaching.
- präzise, zielbezogene und unmittelbare Korrektur von fehlerhaften Bewegungsausführungen.
Korrektur des Hauptfehlers!
- beharrlich weiter trainieren, auch wenn nicht immer alles beim erste Mal klappt.

Die Junioren motivieren.

- Lernaktivität der Junioren

- Konzentration und Aufmerksamkeit. Das Wichtigste sehen, spüren und hören
- Selbständigkeit verlangen (Motivation)
- Bewegungsvorstellung verbalisieren und dadurch speichern, z.B. Übersteiger in einzelnen Elementen erklären und benennen.
- Kindergerechtes Training

- Den natürlichen Bewegungsdrang und die kindliche Spielfreude dafür nutzen, dass alle Kinder in Bewegung sind.
- Kinder suchen und brauchen (persönliche) Erfolgserlebnisse.
- Alle Spieler kommen auf allen Positionen zum Einsatz.
- Verwende eine einfache, den Kinder angepasste Sprache bei Anweisungen
- Regelmäßigkeit, zwei Mal in der Woche, um Fortschritt zu erreichen
- Gleiche technische Ausführung über mehrere Wochen fokussieren und festigen (Trainingsplanung Schwerpunkte setzen)
- Übungsgelegenheiten auch außerhalb des organisierten Trainings. „Hausaufgaben“ geben.

Trainingsfeld und Material

- für jeden Junior mindestens ein Ball im Training!
- breites Angebot an Hilfsmittel wie verschiedenartige, bewegliche Tore, Hütchen, Reifen, verschiedene Bälle (Größe und Härte) etc.

Coaching, Punkte, Technik

Wir beschränken uns hier auf die wichtigsten Technikelemente, die in diesen Alterskategorien geschult werden müssen:

- Ballannahme
- Ball An- und Mitnahme (Ab F-Jugend)
- Kurzpass
- Übersteiger (Ab F- Jugend)
- Dribbling/Ballführung
- Finte/Täuschung

-Torschuss

-Kopfball (Ab E-Jugend mit Light Ball)

-Einwurf

Die Coaching Punkte sollen im Training beobachtet werden und bei falscher Ausführung korrigiert werden.

Hausaufgaben

Um eine Verbesserung in bestimmten Techniken zu erzielen, sollten die Kinder auch selbstständig üben. Daher soll der Trainer aus den Bereichen Jonglieren, Ballführen/Ballgefühl, Finten/Tricks, Passen und Schießen Hausaufgaben aufgeben, die die Kinder üben können. Die Kontrolle dieser Hausaufgaben soll in Tests mit Wettkampfcharakter im Training erfolgen.

Spiel- und Trainingsbetrieb

Vor, während, nach dem Spiel

Hier gelten die gleichen o.g. Regeln wie vor dem Training, jedoch sehen wir die Aufwärmphase vor dem Spiel, wie eine halbe Trainingseinheit und nutzen diese auch so. Anstelle stupider Laufarbeit werden unsere Jugendteams mit Ball und durch entsprechende Übungsformen auf das Spiel vorbereitet.

Aus diesem Grund treffen wir uns bereits mind. 45 Minuten vor dem Spiel auf der entsprechenden Anlage um ein vernünftiges Aufwärmprogramm durchführen zu können.

Bei Auswärtsspielen soll sich immer auf dem 07er getroffen werden.

Der Juniorentrainer als Coach

Jedes Spiel ist für die Kinder etwas Besonderes. Das bedeutet für den Trainer, dass er hier in pädagogischer, aber vor allem auch in fachlicher Hinsicht gefordert ist.

Der Trainer freut sich gemeinsam mit seinen Spielern über gelungene Aktionen, gibt Raum um Erlerntes auszuprobieren und bei Nichterfolg unterstützt er die Spieler mit positiven, aufmunternden Worten. Für den Trainer gilt es ebenfalls, die Spieler aufs Neue zu motivieren, auch wenn ihnen Fehler unterlaufen.

Aber auch der Erfolg will den Kindern situationsgerecht vermittelt sein.

Folgende Punkte sollte ein Trainer beachten:

- Trainer und Spieler müssen pünktlich sein.

- Wenn ein Spieler nicht am Spiel teilnehmen kann, muss er sich frühzeitig abmelden

- korrekte Ausrüstung der Spieler beachten (z.B. Schienbeinschoner, Witterung bedenken)
- Die Verpflegung vor dem Spiel ist wichtig. Keine schwer verdaulichen Sachen kurz vor dem Spiel einnehmen (Pommes Frites, Hamburger etc.), sondern Kohlenhydrate essen (Spaghetti etc.)
- Wichtig ist auch, dass die Spieler genügend trinken (keine kohlenensäurehaltigen Getränke)

Grundsätze für das Spiel

Die Spielvorbereitung oder Spielbesprechung hat in dieser Altersstufe vorwiegend pädagogische Aspekte.

Der Trainer sollte folgende Punkte deutlich machen:

- Der Sieg wird angestrebt, aber nicht unter allen Umständen! Daher steht nicht das Spielergebnis im Vordergrund, sondern die Freude am Spiel selbst.
- Alle spielen gleichlang und gleichviel, egal ob jemand ein besserer oder schlechterer Fußballspieler ist.
- Alle spielen auf jeder Position, es gibt noch keine Spezialisierung (F- und E-Junioren) auf die einzelnen Positionen (viele Aus- und Einwechslungen).
- Spieler dürfen Fehler machen. Durch gemeinsamen Einsatz versuchen alle Mitspieler, den Fehler wieder wettzumachen.
- In der Kabine werden das „Spielsystem“ und die Aufstellung erklärt und genaue Aufgaben erteilt.

Vor dem Spiel

- Begrüßung der Spieler per Handschlag
- Begrüßung des gegnerischen Trainers und des Schiedsrichters (falls vorhanden)
- Mannschaftsbesprechung in der Kabine oder auf dem Feld
- gegenseitige Passkontrolle der Spieler (D-Junioren)
- Zielsetzungen und genaue Aufgaben für die Spieler bekannt geben
- Einlaufen (Koordinationsübungen, verschiedene Pass-Torschussspiele, kleine Gruppenspiele)
- unmittelbar vor Spielbeginn die Spieler nochmals zusammen nehmen und letzte Vorbereitungen treffen.

Während des Spieles

- Beobachten der eigenen Mannschaft
- Coaching (einfache und gezielte Anweisungen an die Spieler)
- Auswechslungen tätigen (alle Spieler kommen zum Spielen)

In der Halbzeitpause

- Ruhe! Erholung und Pflege (Trinken etc.)
- Informieren: Wichtigste 2-3 Punkte auswählen; Aufgabenorientiert und nicht fehlerzentriert
- Kurze und klare Anweisungen geben (weniger ist oft mehr)
- Motivieren, aufmuntern: Atmosphäre der Zuversicht und Zusammenhalts schaffen

Nach dem Spiel

- Shake Hands mit anderem Trainer und dem Schiedsrichter
- Mannschaft zusammen nehmen
- Kurzmitteilung über Geschehenes, gratulieren, trösten
- Keine (Einzel-) Kritik!
- Information, wie es weitergeht (nächstes Training, nächster Treffpunkt etc.)
- Nach Kontrolle der Kabine Verabschiedung der Spieler per Handschlag

Die Spielphilosophie

Ausgehend von der Fußballphilosophie unseres Vereins soll den Nachwuchsteams ein zukunftsorientiertes Angriffsspiel vermittelt werden. Ziele sind das schnelle Umschalten von Abwehr auf Angriff bei eigenem Ballgewinn und die Überraschung des Gegners im unorganisierten Deckungsverband. Daher ist eine gute Abwehrorganisation mit dem Ziel, so oft wie möglich in Ballbesitz zu gelangen und damit unser Offensivkonzept zum Tragen zu bringen, besonders wichtig.

Kommunikation

Externes Repräsentieren – interner Zusammenhalt

Trainer oder Betreuer beim VFR 07 Limburg zu sein, bedeutet für jeden Einzelnen ein hohes Maß an Loyalität und Identifikation sowie die Bereitschaft sich ehrenamtlich aus Eigenmotivation für seine

Mitmenschen zu engagieren. Diese Werte zu vermitteln ist Grundlage dauerhafter Bindung eigener Talente.

Eine professionelle Außendarstellung sowie kommunikative Begegnung untereinander soll präventiven Einfluss auf ein fruchtbares, kollegiales Verhältnis aller Beteiligten haben. Dazu wird ein regelmäßiger Erfahrungsaustausch bei Trainer und Betreuerversammlungen angestrebt sowie gemeinsame außersportliche Veranstaltungen geplant.

Die Eltern

Die Eltern spielen eine wichtige Rolle im Kinderfußball.

Auf der einen Seite sieht der Verein sie gerne als hilfreiche Mitarbeiter, auf der anderen Seite sind sie zum

Teil als fanatische, einseitige Begleiter weniger erwünscht. Zusammenfassend kann festgestellt werden,

dass kaum in einem Fußballverein auf die Mitwirkung von Eltern im Kinderfußball verzichtet werden kann.

Dieser Aspekt muss also die Zusammenarbeit zwischen Juniorentrainer und Eltern bestimmen.

Am Anfang jeder Saison sollte jeder Trainer einen Elternabend mit folgenden Schwerpunkten durchführen:

Verhalten der Eltern beim Spiel und beim Training

Abmelden rechtzeitig Erscheinen zum Spiel oder Training

Abgabe einer Mannschaftsliste, eines Trainingsplanes, eines Spielplanes sowie einer Regelliste an die Eltern.

Natürlich sind auch die schriftlichen Aufgebote zum Match oder Turnier eine Selbstverständlichkeit. Um das Verhältnis zu den Eltern verbessern zu können, kann man auch außerordentliche Anlässe mit den Junioren durchführen und die Eltern mit einbeziehen. Da die Kinder in diesem Alter noch stark im Elternhaus verankert sind, haben die Eltern einen großen Einfluss. Als Trainer müssen Sie die Eltern informieren, beraten und mit ihnen zusammenarbeiten.

Mögliche Punkte:

Fairness

Hygiene (Duschen,...)

Ausrüstung (Nockenschuhe, Bälle, Schienbeinschoner, ...)

Kind nicht überschätzen

Lob / Kritik (im richtigen Verhältnis)

Interesse am Sport des Kindes zeigen (Mitfahren etc.)

Eltern oder Trainer stehen alleine im Kinderfußball auf verlorenem Posten.

In der Zusammenarbeit müssen folgende Regeln beachtet werden:

- Eltern haben die Anweisungen des Trainers zu akzeptieren und nicht zu bekämpfen.
- Eltern dürfen den Trainer im Beisein der Kinder nicht bloßstellen oder lächerlich machen.
- Eltern können gerne anfeuern, jedoch taktische Anweisungen auf dem Platz geben, das darf einzig und alleine die Trainer.
- Eltern haben auf dem Spielfeld nichts zu suchen, sondern stehen, wie vom Fußballverband vorgeschrieben, hinter den Banden.
- Spätestens ab der E-Jugend sollten sich die Spieler alleine aus- und anziehen können und damit ist die Kabine, speziell vor den Spielen, tabu für die Eltern.
- Der Trainer alleine entscheidet über die Aufstellung, Position und Spielzeit der Spieler.
- Kadereinteilungen, sowie deren Verschiebungen werden nur von den Trainern, in Verbindung mit dem Jugendleiter und den sportlichen Leiter vorgenommen.
- im DFB – Stützpunktkader zu stehen bedeutet nicht automatisch in der leistungsstärkeren Mannschaft zu spielen.
- ein Stützpunktspieler oder talentierter Spieler genießt keine Sonderrechte, er ist genauso wie alle anderen Teil des Teams.
- Spenden oder andere Unterstützung der Eltern werden sicherlich gerne gesehen, haben allerdings keinen Einfluss auf den Kader, die Aufstellung oder die Spielzeit des Kindes

- Die Teilnahme am Wettkampf bestimmt einzig und alleine der Trainer, der VFR 07 Limburg
Ermöglicht den Kindern die Ausübung ihrer Sportart, jedoch bedeutet dies in keiner Weise eine
Auflaufgarantie oder eine garantierte Spielzeit.
- Konflikte werden in persönlichen Gesprächen mit den Trainern geklärt und nicht auf dem Platz.
- Sinn und Zweck von allem was wir tun ist, die Kinder in ihrer Entwicklung so gut und so
wie möglich zu fördern. Es geht nicht darum Freundschaften oder Homogenität der Eltern
untereinander zu schaffen, sondern einzig und alleine um die Kinder. Selbstverständlich sollte
auch immer unter den Eltern ein gutes Miteinander angestrebt werden.
Eltern müssen immer daran denken, dass mitgehörte Aussagen über Trainer und Mitspieler,
sich auch auf das Verhalten und die Leistung des eignen Kindes auswirken.
- Trainer sind Respektspersonen und nicht auf einer Stufe mit den Spielern zu betrachten.

**Der VFR 07 Limburg steht voll hinter seinen Trainern, vertraut deren Kompetenz und trägt jede,
von den Trainern disziplinarisch angeordnete Maßnahme mit.**