

Nachwuchskonzept des FC Münzkirchen



Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort	3
2. Der Verein FC Münzkirchen	4
3. Organisatorische Rahmenbedingungen	5
4. „Fairhalten“ aller Beteiligten	6
4.1. „Fairhalten“ der Trainer/Betreuer	6
4.2. „Fairhalten“ der Eltern	8
4.3. „Fairhalten“ der Spieler	10
5. Allgemeine Ziele und Grundsätze	11
5.1. Ziele der Nachwuchsarbeit des FCM	11
5.2. Grundsätze der Nachwuchsarbeit des FCM	13
6. Trainingslernziele und Leitlinien	14
6.1. Leitlinien Bambinigruppe	14
6.2. Trainingsinhalte und Leitlinien U8-U9	15
6.3. Trainingsinhalte und Leitlinien U10-U11	17
6.4. Trainingsinhalte und Leitlinien U12-U13	19
6.5. Trainingsinhalte und Leitlinien U14-U15	21
6.6. Trainingsinhalte und Leitlinien U16-U18	23
7. „Lebensschule“ Fußball	25

Vorwort

Der FC Münzkirchen kann sich sicherlich mit zu den sehr gut geführten Vereinen im Bezirk Schärding und Umgebung zählen. Durch sein Vereinsleben und unterschiedlichste Veranstaltungen hat sich der Verein als wichtiger Bestandteil in der Marktgemeinde etabliert.

Mitunter den höchsten Stellenwert hat in unserem Verein die Kinder- und Jugendarbeit inne, nicht nur gemessen an der Anzahl der aktiven Kinder im Verein.

Aufgrund dieses Stellenwerts und den damit auch verknüpften Ansprüchen, haben wir uns entschlossen ein überarbeitetes Nachwuchskonzept zu erstellen, um einen durchgehenden „roten Faden“ für die Nachwuchsarbeit in den nächsten Jahren zu haben. Anhand dieses Grundgerüsts können sich alle Akteure im Nachwuchsbereich orientieren um neben einer hochwertigen sportlichen Ausbildung auch den sozialen, integrativen Faktor des Sports ebenfalls nicht zu vernachlässigen.

Dieses Konzept soll als erster wichtiger Schritt zu einer transparenteren aber auch richtungsweisenden Vereinsarbeit gesehen werden, bei der sowohl auf einen organisatorischen als auch sportlichen Rahmen besonders geachtet wird.

Ganz nach dem Motto „**Stillstand ist Rückschritt**“, soll dieses Papier aber in Zukunft natürlich durch stetigen Austausch aller Verantwortlichen im Nachwuchsbereich überarbeitet bzw. weiterentwickelt werden. Dieses Nachwuchskonzept ist nicht starr, sondern lebt von konstruktiver Kritik, Anregungen und neu gewonnenen Erkenntnissen.

Im Voraus danken möchten wir allen Trainern und Betreuern (teilweise in Ihrer Funktion als verantwortliche Eltern) für Ihre Mitarbeit und die unterschiedlichsten Ideen die zum Entstehen dieses Konzepts beigetragen haben.

Münzkirchen, Jänner 2014

Im Namen der gesamten Nachwuchsleitung

Der Verein FC MÜNZKIRCHEN

„Sport ist ein wesentlicher Teil unserer Kultur. Ein fitter und gesunder Körper trägt zu Lebensqualität und Lebensfreude bei.“

Wir sehen uns als Verein als einen Anbieter für Sport, der seine Aufgaben in Selbstverwaltung ehrenamtlich macht.

Die Angebote des FC Münzkirchen basieren auf Selbstbestimmung, Selbstorganisation und Selbstverwaltung. Wir sehen uns als einen sehr familiär geführten Verein - die sportliche und gesellige Begegnung in unserem Verein ermöglicht Kontakte zu Menschen aller gesellschaftlichen Schichten.

Wo Begegnung, Kommunikation und Geselligkeit gelingen, findet Vereinsleben statt. Vereinsleben bedeutet ein Miteinander, das gemeinsame Verfolgen von gesteckten Zielen, welche auf die verschiedenen Altersgruppen abgestimmt sind.

„Integration als einer der Leitsätze“

In unserer Gesellschaft kann der Sport in besonderer Weise die Integration ausländischer Kinder (und Erwachsener), aber auch sozial schwach gestellter Kinder fördern. Der Sport kann durch seine Kontaktmöglichkeiten, die nicht nur auf Sprache angewiesen sind, Isolation und Fremdheit überwinden und Toleranz wecken.

Wir erwarten von

- den Vorstandsmitgliedern,
- den Trainern und Betreuern,
- den Eltern,
- sowie von den Kindern und Jugendlichen selbst

ein vorbildliches Verhalten auf und neben dem Sportplatz (Fair Play).

Organisatorische Rahmenbedingungen

Die Festlegung organisatorischer Rahmenbedingungen obliegt dem Nachwuchsleiter in Abstimmung mit den Verantwortlichen im Vorstand des Vereins. Die einzelnen **Nachwuchstrainer stehen dem Nachwuchsleiter bei verschiedensten Aufgaben unterstützend zur Seite**. Zu den organisatorischen Rahmenbedingungen zählen:

- **Trainingszeiten** für die Altersgruppen; dem sportlichen Konzept folgend trainieren die Jahrgänge einer Altersgruppe am Feld mindestens zwei Mal gemeinsam, in der Halle zumindest einmal.
- Die **Aufteilung des Platzes für die Trainingseinheiten** erfolgt nach den Maßgaben des sportlichen Konzepts und den Anforderungen der Altersklassen
- Des weiteren Tornutzung, Kabinenbelegung
- **Div. Veranstaltung** unter Teilnahme und Mitwirkung unserer Nachwuchsspieler (Zeltlager, Abschlussfeiern, Nikolausfeier, Fahrten zu Bundesligaspielen,...)
- Ansprechpartner für die Nachwuchstrainer ist in erster Linie der Nachwuchsleiter.
- Um eine möglichst gute Zusammenarbeit zwischen Nachwuchs und Vorstandschaft zu gewährleisten, sollen auch die Nachwuchstrainer regelmäßig an den Vorstandssitzungen teilnehmen.
- **Sponsoring** von Nachwuchsveranstaltungen bzw. Sponsoring für einzelne U-Mannschaften (Bsp. Dressen, Aufwärmleibchen,...) sollte in der bereits vorhandenen Form weitergeführt werden. Eine gewisse Eigeninitiative der jeweiligen Trainer wird vorausgesetzt.
- Der FC Münzkirchen ist bestrebt, möglichst regelmäßig auch vereinsintern Weiterbildungen anzubieten. Für die Nachwuchstrainer besteht die Verpflichtung, an diesen auch teilzunehmen.
- Die **Zusammenstellung des Nachwuchstrainerteams** obliegt dem Nachwuchsleiter. Unterstützend sollen alle Nachwuchstrainer wirken, indem sie eventuell geeignete Personen für die Nachwuchsarbeit an den NW-Leiter weiterempfehlen.
- Die Überwachung der Umsetzung des Konzepts obliegt dem Nachwuchsleiter sowie natürlich den Trainern der einzelnen Altersgruppen.

„Fairhalten“ aller Beteiligten

Auf die Vorbildfunktion von Trainern, Betreuern und Eltern wurde bereits hingewiesen. Daraus entwickelt sich eine eindeutige Erwartungshaltung des Vereins an diesen Personenkreis, die wir unter dem Begriff „Fairhalten“ zusammengefasst haben.

„Fairhalten“ der Trainer/Betreuer:

Trainer sind Vorbilder! Sie haben die Verpflichtung Kinder und Jugendliche positiv zu beeinflussen. Das kann in einer richtig ausgerichteten Mannschafts-, Trainings- oder Wettkampfsituation oft besser gelingen als in der Schule und auch manchmal besser als im Elternhaus. Für Kinder und Jugendliche steht der Spaß an erster Stelle. Daneben ist aber auch ein „richtiges“, **altersgerechtes Training** erforderlich. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Tatsache, dass Kinder und Jugendliche sich eine breitere Freizeitgestaltung wünschen. Dem haben die Trainer Rechnung zu tragen.

Die Trainer sollten **Ansprechpartner** bei Problemen und auch „kleinen“ Dingen des Alltags sein. Oft ist der Trainer nach den Eltern der wichtigste Ansprechpartner in solchen Dingen. Dessen müssen sich die Trainer in ihrem Verhalten gegenüber den Kindern und Jugendlichen immer bewusst sein.

Die Trainer und Betreuer müssen im Nachwuchsbereich viele Rollen übernehmen. Sie müssen aufrichten und ermutigen, fordern und motivieren, trösten, loben und bestätigen können. Dazu gehören auch kritische Worte, z.B. wenn ein Spieler vergisst, dass Fußballspielen ein Mannschaftsspiel ist.

„Niemand wird ALLEINE ein Spiel gewinnen, genauso wenig verliert kein Spieler ALLEINE ein Spiel.“

Die sportlichen und pädagogischen Fähigkeiten eines Trainers werden genauso von einem wenig talentierten wie von einem hoch talentierten Spieler gefordert.

Für die Trainer und Betreuer bedeutet dies, dass eine **Kommunikation stets auf „Augenhöhe“ der jeweiligen Altersgruppe** erfolgen muss.

In manchen Situationen erforderliche Kritik muss auch immer positive Aufmunterung folgen. Es darf keine Ausgrenzung von Kindern und Jugendlichen, gleich aus welchem Grund, geben.

Die Nichtberücksichtigung eines Spielers aus pädagogischen Gründen sollte als Erziehungsmittel mit äußerster Vorsicht angewendet werden, da eine solche Maßnahme ein Kind sehr verletzen kann. Hält ein Trainer diese Maßnahme jedoch für unbedingt erforderlich, muss er das Gespräch mit den Eltern suchen.

Falls ein Nachwuchsspieler aus disziplinarischen Gründen vom Training heimgeschickt werden muss oder sich dieser Schritt schon abzeichnet (Spieler wurde bereits mehrmals abgemahnt) – ist dies mit dem Nachwuchsleiter bzw. bei der nächsten Nachwuchssitzung im Team unbedingt zu besprechen.

FCM-Nachwuchskonzept

Alkohol- und Tabakkonsum vor ihren minderjährigen Mannschaften bei Training und Spiel ist ein absolutes Tabu. Darüber hinaus herrscht bei Nachwuchsveranstaltungen im Clubheim striktes Rauchverbot!

Die **Kommunikation zwischen Eltern, Trainern und Betreuern** ist eine wesentliche Erfolgskomponente für das Funktionieren der Nachwuchsarbeit. Zu Beginn einer Saison werden die Trainer angehalten, die Eltern in Form eines Elternabends über die Inhalte des Nachwuchskonzepts des FC Münzkirchen und weitere wichtige Dinge rund um den Spielbetrieb umfassend zu informieren.

Bei Problemen und Missständen jeglicher Art informieren die Trainer und Betreuer unverzüglich den Nachwuchsleiter. Eine „Sportplatzdiskussion“ ist zu vermeiden.

Die **Ausbildung der Trainer im NW-Bereich** ist für die sportliche und soziale Entwicklung der Kinder und Jugendlichen ein wichtiger Baustein. Die Trainer bekunden ausdrücklich ihre Bereitschaft zur Aus- und Fortbildung.

Trainer und Betreuer sollten eine Mannschaft nicht kontinuierlich von den Kleinsten bis zum Juniorenbereich betreuen. Vielmehr wirken sich Trainerwechsel in sinnvollen Zeitabschnitten förderlich auf die Entwicklung der Kinder aus.

Verhaltenskodex für NW-Trainer zusammengefasst:

- Pünktlichkeit
- Disziplin
- kein Alkohol/Tabak (siehe oben)
- Verhalten/Respekt gegenüber Schiedsrichter, Gegner, Zuschauern
- Angemessene, altersgerechte Wortwahl und Lautstärke der Anweisungen
- Spieler gleich behandeln
- Fairness (sportliches Verhalten)
- Loben!!
- Motivieren!!
- gute Trainingsvorbereitung
- Kommunikation mit den Eltern pflegen
- Spieler einbinden
- Kritikfähigkeit

„Fairhalten“ der Eltern:

Eltern spielen im Nachwuchsbereich eine wichtige Rolle. Speziell im Kinderfußball ist es kaum vorstellbar, dass ein reibungsloser Spielbetrieb ohne Eltern machbar ist.

Aber **Eltern am Spielfeldrand** legen bei einem Spiel nicht immer das Verhalten an den Tag, das sich der Trainer und die Spieler wünschen. Das Anfeuern der Mannschaft und das lautstarke Bejubeln gelungener Aktionen und Tore sind stets erwünscht. Die lautstarke Kritik am eigenen Kind, am Mitspieler des eigenen Kindes, am Gegenspieler oder am Trainer während des Spiels muss unterbleiben. Sie schadet meist mehr, als sie hilft. Es kann nicht im Interesse eines guten Miteinanders sein, wenn durch solch ein Einwirken Unruhe in ein funktionierendes Mannschaftsgefüge gebracht wird. Während des Spiel- und Trainingsbetriebes ist von den Eltern immer auch der entsprechende Abstand zu wahren.

Das **gute Miteinander von Eltern, Trainern und Betreuern sowie dem Jugendleiter** bringt ausschließlich Vorteile für die Kinder und Jugendlichen unseres Vereins. Ein **regelmäßiger Austausch** zwischen den einzelnen Beteiligten ist daher von Nöten. Der Nachwuchsleiter sowie alle Nachwuchstrainer stehen den Eltern für Kritik/Anregungen gerne zur Verfügung.

Man sollte sich immer vor Augen führen:

„Trainer/Betreuer investieren ihre Freizeit zum Wohle meiner Kinder, wollen sie sowohl sportlich als auch in ihrer Entwicklung als Persönlichkeit weiterentwickeln.“

Eltern sind oftmals hilfreiche „Mitarbeiter“

„Die Mitwirkung von Eltern im Vereinsleben ist ein ausdrücklicher Wunsch des FC Münzkirchen.“

Im Trainingsbetrieb selbst kann es sich dabei in erster Linie nur um Unterstützungsmaßnahmen in bestimmten Bereichen handeln, die Trainer oder Betreuer allein nicht abdecken können. Für unsere NW-Fußballer muss immer deutlich bleiben, dass der Trainer der Verantwortliche ist.

An folgenden Stellen ist eine **Mitarbeit der Eltern** darüber hinaus besonders hilfreich und deswegen unbedingt erwünscht:

- Eltern übernehmen Fahrdienste zu Spielen/Turnieren und Trainings.
- Sie sollen nach Möglichkeit bei Nachwuchsveranstaltungen mit einbezogen werden (Zeltlager, Nikolausfeier, Abschlussfeiern, Fahrten zu Bundesligaspielen,...)
- Gleiches gilt für Veranstaltungen des Vereins im Allgemeinen (Zeltfestbetrieb,...)

Verhaltenskodex für Eltern zusammengefasst:

- unterstützend wirken und definierte Verhaltensregeln akzeptieren
- Verhalten/Respekt gegenüber Schiedsrichter, Gegner, anderen Zuschauern
- die Autorität der Trainer/Betreuer nicht untergraben
- die Kinder aufmuntern und positiv anfeuern
- Entscheidungen der Trainer akzeptieren (speziell beim Spielertausch – im Jugendbereich sollen soweit möglich, ALLE zum Einsatz kommen – nicht das Ergebnis ist wichtig – sondern die Mannschaft als KOLLEKTIV).
- nicht die Rolle des Trainers/Betreuers übernehmen.

„Fairhalten“ der Spieler:

Neben einem entsprechenden Verhalten von Trainern und Eltern erwarten wir auch von unseren Spieler, natürlich unter Berücksichtigung der unterschiedlichen altersbedingten Entwicklung, ein angemessenes Auftreten.

Im Vordergrund steht ein **respektvoller und freundlicher Umgang** mit allen Beteiligten.

Auch hier gilt wieder:

„Fußball ist ein Mannschaftssport. Ich möchte mit MEINER Leistung dazu beitragen, dass die GESAMTE Mannschaft erfolgreich ist.“

Verhaltenskodex für Spieler zusammengefasst:

- Ordnung in der Kabine, sorgsamer Umgang mit Vereinseigentum
- Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit, frühzeitiges informieren der Trainer, wenn man bei einem Spiel oder Training verhindert ist
- Disziplin
- Kameradschaft einfordern
- Trainingsbetrieb:
 - o Motiviert und mit Freude beim Training/Spiel
 - o Anweisungen der Trainer befolgen
 - o Offen für neue Trainingsmethodik und –inhalte
 - o Trainingsgeräte werden mit den Trainern nach dem Training gemeinsam abgebaut
- Fairplay steht im Vordergrund - Verhalten/Respekt auf dem Sportplatz gegenüber...
 - o Mitspielern
 - o Schiedsrichter
 - o Trainer/Betreuer
 - o Gegnern
 - o Zuschauern
- Kommunikation
 - o Wortwahl
 - o keine fleghaften oder beleidigende Ausdrücke
 - o in deutscher Sprache
- Kritikfähigkeit
 - o Meinung anderer anhören und gelten lassen

Allgemeine Ziele und Grundsätze unserer Nachwuchsarbeit

Wie bereits im Vorwort beschrieben soll dieses Konzept den „roten Faden“ in der Nachwuchsarbeit des FC Münzkirchen bilden.

Es soll allen in der Nachwuchsabteilung tätigen Personen eine Hilfe sein, damit unsere Kinder und Jugendliche eine möglichst qualifizierte, kind- und altersgerechte Ausbildung in sportlicher und sozialer Hinsicht erfahren können.

Bevor auf die die Lernziele der einzelnen Altersgruppen eingegangen wird, werden zuvor die allgemeinen Ziele (mit dazugehörigen Teilzielen) sowie Grundsätze unserer Nachwuchsarbeit formuliert:

Ziele der Nachwuchsarbeit des FC Münzkirchen:

- **Hochwertige fußballerische Ausbildung** von Nachwuchsspielern, um in der Kampfmannschaft in einer möglichst hohen Spielklasse spielen zu können.
 - Wir wollen, sofern möglich, jedes Jahr mit zumindest 2 Kinder- sowie 2 Jugendmannschaften am Spielbetrieb teilnehmen.
 - In jeder Nachwuchsmannschaft soll mindestens ein Trainer mit Ausbildung eingesetzt sein.
 - Sukzessives **Heranführen von möglichst vielen Nachwuchsspielern an die eigene Kampfmannschaft**, sodass diese überwiegend mit eigenen Spielern antreten kann.
- Kindern soll die **Freude am Sport** vermittelt werden, egal welches Leistungsvermögen beim jeweiligen Kind vorliegt. Sie sollen zu einem **sozialen, fairen aber auch wettbewerbsorientiertem Verhalten** angeleitet werden, von dem sie auch in anderen Lebensbereichen profitieren sollen.
 - Bei der Ausbildung hat die **Entwicklung der Einzelspieler sowie der Mannschaft eindeutig Vorrang vor dem Gewinn von Meisterschaften**. Darüber hinaus sollen aber auch sportliche Erfolge angestrebt werden.
 - Schaffung von Spiel- und Entwicklungsmöglichkeiten für jedes Kind. Alle Kinder sollen ein **hochwertiges Training und ausreichend Spielzeiten** in ihren jeweiligen Nachwuchsmannschaften erhalten.

FCM-Nachwuchskonzept

- Wir bieten unseren Trainern die Möglichkeit, ständig an ihrer Qualifikation zu arbeiten. Eine Kostenbeteiligung hierzu wird durch den Verein gewährleistet.
- „**Spezialtraining**“, wie z.B. Koordinationstraining soll regelmäßig in den Trainingsalltag einfließen. **Torwarttraining** soll nach Möglichkeit und Absprache mit den Nachwuchstrainern individuell abgehalten werden.
- **Unabhängig vom Spielsystem der Kampfmannschaft** ist ab der U14 die 4er-Kette als mannschaftstaktisches Spielsystem sowie Ball- und Raumorientierte Verteidigung zu forcieren.

Grundsätze der Nachwuchsarbeit des FC Münzkirchen

- **Im Mittelpunkt stehen immer die Kinder und Jugendlichen** und deren Entwicklung im sportlichen sowie sozialen Bereich. Der kurzfristige Erfolg darf niemals höher gestellt werden!
- Die Trainingsarbeit ist so durchzuführen, dass die Anforderungen im Training für eine altersgerechte Ausbildung stehen. Damit verbunden ist eine **gewissenhafte Vorbereitung**.
„Nachwuchsfußball ist kein reduzierter Erwachsenenfußball.“
- Kindern soll der **Spaß am Sport** im Allgemeinen, am Mannschaftssport im Speziellen vermittelt werden.
- Wir streben zwar nach dem bestmöglichen sportlichen Erfolg, wollen die Kinder dadurch aber nicht überfordern und gleichzeitig, dass sie mit Spaß bei der Sache sind.
- Wir wollen eine **funktionierende Zusammenarbeit und Kooperation mit den Eltern**. Durch Transparenz und regelmäßigen Austausch soll Spannungen oder Missverständnissen vorgebeugt werden. Sowohl Eltern als auch Verein sollen von dieser Zusammenarbeit profitieren können.

Trainingslernziele und Leitlinien der einzelnen Altersgruppen

Bambini-Gruppe (allerfrühestens 3 Jahre bis 5 Jahre)

In dieser Altersgruppe kann man noch nicht von „Training“ sprechen, sondern ist vielmehr als Spielgruppe zu verstehen, bei der die Kinder **ersten Kontakt mit Ballspielen** bekommen sollen.

Oberste Priorität ist es, die Kinder mit **vielseitigen und interessanten Bewegungsaufgaben** ganzheitlich zu fördern. Das Spielen in der Gruppe soll Spaß machen und erste „Gehversuche“ mit dem Ball am Fuß können immer wieder in kurzen Elementen eingebaut werden.

Lernziele:

- Ganzheitliche Förderung der Kinder durch vielseitige Bewegungsaufgaben
- spielerisches Kennenlernen von Bällen (Softball, Luftballon, Fußball)
- spielerisches Kennenlernen des fliegenden, rollenden, hüpfenden..... Balles
- Ideenvielfalt und Spielfreude durch Variationen kleiner Spiele mit Ball
- Einfache Ball- und Körperkoordination (Bsp. Bälle dribbeln)
- Kennenlernen einfacher Grundregeln des Mit- und Gegeneinander

Leitlinien für Trainer:

- Ein Herz und offenes Ohr für die Kleinen haben
- Übungen/Spiel in einfachster Sprache erklären
- Begeisterung für das Bewegen und Spielen wecken
- Einfache Bewegungsaufgaben interessant und kindgerecht „verpacken“
- vielseitige Bewegungsabläufe
- Vielseitige Übungen in Kleingruppen mit vielen Balkontakten
- Alle Aufgaben spielerisch vermitteln

Inhaltsbausteine für Bambini – Spielstunden:

- Einfaches Laufen und Bewegen ca. 30 %
- Einfache Aufgaben am Ball ca. 30 %
- Kleine Spiele mit Ball ca. 30 %
- Kleine Fußballspiele ca. 10 %.

Trainingsinhalte und Leitlinien U8 - U9

Mit Einstieg in die Schule spüren viele Kinder Lust, über das Fußball spielen im Freundeskreis hinaus, aktiv im Verein mit zu trainieren und zu spielen. Im Mittelpunkt aller Trainingsarbeit sollte in dieser Altersgruppe die **Freude an der Bewegung und sportlicher Betätigung** im Allgemeinen stehen.

Die Kinder sollen **an das Fußballspielen spielerisch herangeführt** werden. Der Trainer muss ihnen immer wieder auch die Freiräume gewähren, damit die Kinder zum selbständigen Finden von Situationslösungen angeleitet werden. Neben dem fußballspezifischen Aufbau nimmt in dieser Altersstufe Bewegung und sportliche Betätigung im Allgemeinen einen durchaus einen großen Teil ein. Das Üben, Trainieren sowie Spielformen soll immer im Kleinfeld durchgeführt werden

Lernziele:

- Freude am Fußballspielen
- Fußballspielen lernen durch kleine Fußballspiele (Orientierung am „Straßenfußball“)
- Spielerisches Kennenlernen der Grundtechniken (Dribbeln, Erstes Pass-Spiel, Ballannahme bzw. Kontrolle)
- Beidfüßiges Schießen und Passen
- Kontrolliertes Ball dribbeln
- Körperkoordination
- Motivation zur Bewegung durch vielseitige sportliche Aktivitäten.

Leitlinien für Trainer:

- Kleine Gruppen, kleine Felder, viele Aktivitäten
- Training ist Spielen mit vielen Ballkontakten für jeden
- verschiedene Bälle ins Spiel bringen
- kleine koordinative Elemente immer wieder in die Übungen mit einbauen
- Passen (durch Vor- und Nachmachen das Lernen fördern)
- Beidfüßigkeit, Kreativität und Spielfreude fördern
- Erste leichte Torschüsse
- Freies Fußballspielen in kleinen Teams mit vielen Toren
- Geduld zeigen
- Kein Zeit- und Leistungsdruck
- In jeder Situation Vorbild für die Kinder sein.

Inhaltsbausteine für das U8 – U9 Training:

- Vielseitiges Laufen und Bewegen ca. 15 %
- Vielseitige Aufgaben und Spiele am Ball ca. 15 %
- Spielerisches Kennenlernen der Basistechniken ca. 20 %
- Freies Fußballspielen in kleinen Teams ca. 50%

Trainingsinhalte und Leitlinien U10 - U11

Die Kinder fangen an, ihre Spielfreude und ihre Spielideen umzusetzen. In diesem Alter dominiert das freie Fußballspielen in kleinen Gruppen, auf kleinen Feldern in immer neuen Varianten an Toren, um Spielfreude und Ideen der Kinder zu fördern. Oberstes Ziel in dieser Altersgruppe ist die **Vermittlung von Basistechniken** (in einfachen, aber stets attraktiven Organisationsformen).

Die allgemein-sportliche Ausbildung ist weiterhin ein wichtiger Bestandteil in der Trainingsarbeit.

Eine **universelle Ausbildung – sprich in allen Spielformationen** – hat Priorität.

Defizite von Quereinsteigern sollen in dieser Altersstufe mit entsprechendem Training korrigiert werden.

Lernziele:

- Fußballspielen lernen in kleinen Teams und Feldern
- Spielerische Kennenlernen der Grundtechniken (beidfüßiges Pass-Spiel, Ball-An-/Mitnahme, Schusstechnik)
- Spielerisches vermitteln und verfeinern der kennengelernten Grundtechniken
- Beginn des Kopfballspiels (ACHTUNG: leichte Bälle z.B. Softbälle, Luftballons, Wasserball)
- Taktische Grundregeln für eine Raumaufteilung
- Alle Mannschaftspositionen kennenlernen
- Koordination + Geschicklichkeit und Schnelligkeit am und mit Ball
- Fordern und Fördern von Individualität – Siegen und Verlieren lernen.

Leitlinien für Trainer:

- Individuelle Stärken fördern
- Technik Training ist vor allem Spieltraining
- Viele Ballkontakte und Spielaktionen für alle anstreben
- Auf genaue Abläufe achten, wenn nötig korrigieren
- Ein taktisches „Grund-ABC“ vermitteln
- Freies Fußballspielen in kleinen Teams (2:2, 3:3, 4:4)
- Technikübungen in kindgemäßem Spieltraining
- Fangspiele, vielfältige Parcours
- Einfaches Kopfballspiel mit Softbällen, etc.

- Fairness, Zuverlässigkeit, Höflichkeit vorleben.

Inhaltsbausteine für das U10 – U11 Training:

- Vielseitige sportliche Aktivitäten ca. 15 %
- Vielseitige Aufgaben und Spiele am Ball ca. 15 %
- Kindgemäße Technik-Übungen ca. 20 %
- Fußballspielen in kleinen Teams ca. 50%

Trainingsinhalte und Leitlinien U12 – U13

Diese Altersstufe wird oft als „**das goldene Lernalter**“ bezeichnet. Die Kinder sprühen vor Bewegungs-, Spiel- und Leistungsfreude. Schnelle und geschickte Bewegungen gelingen oft „relativ“ leicht. Auf der Basis einer in den vorherigen Altersstufen breit angelegten Grundausbildung im Kinderbereich kann und **muss jetzt ein systematisches Fußballtraining beginnen**.

Lernziele:

- Spielfreude und Kreativität
- Systematisches Training der Basistechniken – Anwenden in verschiedenen (Spiel-)Situationen
- Die Basistechniken werden stabilisiert und im flüssigen Spiel umgesetzt
- Gruppentaktisches Verhalten wird geweckt, Schulung individuelltaktischer Abläufe in Offensive und Defensive.
- Spielerpositionen sind bekannt (Positionsrotation)
- Erlernen gruppentaktischer Grundlagen für das spielen im Raum
- Kopfballspiel entwickeln, alle Schusstechniken sind anwendbar
- Koordinationsdefizite werden vermindert
- Individuelle Stärken werden gefördert
- Zweikampfverhalten
- Torwarttechnik und –verhalten
- Persönlichkeitsentwicklung durch Fördern der Eigeninitiative, Leistungsmotivation und Willenseigenschaften. Übernahme von Verantwortungen innerhalb der Mannschaft

Leitlinien für Trainer:

- Alle Basistechniken schrittweise und im Detail verbessern
- Üben und Spielen zum gleichen Schwerpunkt verbinden
- Konsequenz auf Beidfüßigkeit achten
- Freies Fußballspielen in Teams bis 9:9 in einem Anteil von etwa 40%
- Gruppentaktische Übungen in 2:2 bis 4:4
- Kondition durch adäquate Spielformen immer MIT Ball,
- Mit individuellen Training beginnen, z.B. Torschusstraining in spielerischen Formen
- Torwarttraining

- Wahl von Mannschaftskapitän und anderer Funktionen
- Intensiv kommunizieren. Die Spieler aktiv einbinden.

Inhaltsbausteine für das U12 – U13 Training:

- Spielerische Konditionsschulung ca. 20 %
- Systematisches Techniktraining ca. 20 %
- Individualtaktische Grundlagen ca. 20 %
- Fußballspielen mit Schwerpunkten und freies Spielen ca. 40%

Trainingsinhalte und Leitlinien U14 – U15

Kinder **wachsen zu Jugendlichen heran**. Diese nicht immer unproblematischen Reifungsprozesse bringen **neue geistig-psychische und körperliche Eigenschaften** hervor. Diese werden positiv begleitet, um fußballerische Leistungssteigerungen -hervorzurufen und neue Impulse für die Persönlichkeitsentwicklung zusetzen. Um diesen Prozess optimal zu fördern, muss der Trainer nach Möglichkeit **jeden Einzelnen individuell begleiten**. Die häufig in diesem Alter auftretenden Schwierigkeiten gilt es so gut es geht „abzufangen“ und darauf als Trainer positiv einzuwirken.

Lernziele:

- Stabilisieren der Freude am Fußballspielen
- Grundtechniken können in Tempo und unter Druck des Gegners angewendet werden
- Gruppentaktisches Verhalten wird verfeinert und das Abwehr- und Angriffsverhalten automatisiert
- Ausgleich koordinativer Defizite und Aufbau einer breiten fußballspezifischen Fitness
- Körperliche Fitness und Athletik wird aufgebaut
- Individualtaktisches Verhalten wird verstärkt
- Individuelle Stärken werden gefördert
- Torwarttechnik und –verhalten
- Teamfähigkeit wird durch Kommunikation auf dem Platz gestärkt
- Fördern persönlicher Verantwortung für sich und die Gruppe auf und neben dem Platz
- Persönlichkeitsentwicklung wird damit individuell gefördert

Leitlinien für Trainer:

- Individuelle Entwicklungsunterschiede beachten
- Individuell fördern: Stärken stärken, Schwächen schwächen!
- Eigeninitiative und -motivation aufbauen und stabilisieren
- Kreativität ist wichtiger als starre taktische Abläufe
- Keine zu frühe Positionsspezialisierung vorgeben
- Freies Fußballspielen in Teams bis 11:11 in einem Anteil *von ca. 40%*

FCM-Nachwuchskonzept

- Positionsspiele, Freilaufen, Raumaufteilung,
- Üben von Spielverlagerungen und taktischem Verhalten bis 6:6
- Aufwärmtraining, Fitness- und Konditions- und Sprintübungen
- Zweikampfverhalten mit Ball
- Torabschlussübungen in spielerischen Formen
- Torwarttraining
- Spieler erhalten aktive Aufgaben in der Trainingsarbeit und weitere Funktionen
- Hierarchien bilden, Verantwortlichkeiten schaffen.
- Auf Spannungen innerhalb der Mannschaft achten; eventuelles Mobbing, versuchen im Keim zu ersticken.

Inhaltsbausteine für das U14 – U15 Training:

- Ergänzende fußballspezifische Fitnessschulung ca. 20 %
- Technik Intensivtraining ca. 20 %
- Individual- und gruppentaktische Grundlagen ca. 20 %
- Fußballspielen mit Schwerpunkten und freies Spielen ca. 40%

Trainingsinhalte und Leitlinien U16 – U18

Die Jugendlichen entwickeln ihre eigene Persönlichkeit, beim Sport und in der Gesellschaft. In dieser Phase muss die Freude am Fußballspielen erhalten und die **Ernsthaftigkeit und der Leistungswille gestärkt werden**. Sportlich sind die technisch-taktischen Grundlagen zu stabilisieren und die körperlich-athletischen Möglichkeiten zu fördern. In der höchsten Junioren-Altersklasse werden die Jugendlichen **auf einen reibungslosen Übergang in die Kampfmannschaft** bzw. Reserve **vorbereitet**. Die erlernten Grundlagen werden den schnelleren, kampfbetonteren und größeren Wettspielforderungen angepasst. Diesen Prozess müssen die Jugendlichen als wachsende Persönlichkeit aktiv mitgestalten können.

Lernziele:

- Ernsthaftigkeit - Leistungsbereitschaft und Freude am Fußballspielen
- Taktische Abläufe in der Gruppe und der Mannschaft werden verfeinert und automatisiert
- Erlernen von verschiedenen Spielsystemen (Theorie + Praxis)
- Dynamische Techniken – exakte Abläufe mit Tempo sowie unter Zeit- und Gegnerdruck
- Umfassende körperliche Fitness
- Positionsspezifische Anforderungen erlernen
- Individuelle Vorbereitung bzw. Stärken werden spezialisiert
- Zweikampfverhalten
- Selbständigkeit der Spieler einfordern, um die wachsenden Persönlichkeiten zu unterstützen
- Teamfähigkeit der Spieler weiter entwickeln
- Mannschaftstaktik auf verschiedene Spielsysteme optimieren
- Perfektionierung taktischer Abläufe in der Gruppe und Stabilisierung im Team
- Positionsspezifische Techniken werden perfektioniert
- Individuelle Stabilisierung einer umfassenden Fitness und psychische Stärke
- Die Spieler sind selbständig und übernehmen Verantwortung für die Mannschaft und für den Verein

Leitlinien für Trainer:

- Spaß am Fußball im Team vermitteln
- Intensive Trainingsabläufe und aktive Pausen abstimmen

FCM-Nachwuchskonzept

- In Theorie + Praxis technisch-taktische Details trainieren
- Komplexer trainieren, aber die Individualität beachten
- Spezielle Konditions- und Fitnessübungen
- Spielabläufe automatisieren, Mannschaftstaktische Szenen üben
- Pressing-Übungen
- Auftaktbewegungen, Finten automatisieren
- Standard-Situationen (Ecke, Freistoß, etc.) vorbereiten
- Spieler aktiv einbinden, Mitbestimmung ermöglichen
- Komplexe Spielformen einstudieren
- Spezielle Konditions-, Fitness- und Kraftübungen
- Individuelle Fähigkeiten perfektionieren
- Führungsspieler leiten einzelne Trainings-Segmente und werden in die Jugendtrainertätigkeit integriert.
- Sportliche + schulisch-berufliche Belastungen koordinieren.
- Viele Einzelgespräche über Schule, Beruf, Privates; können Druck vom Spieler nehmen

Inhaltsbausteine für das U16 - 18 Training:

- Systematische fußballspezifische Konditionsschulung ca. 15 %
- Positionsspezifisches Techniktraining ca. 20 %
- Gruppen- und Mannschaftstaktik ca. 25 %
- Fußballspiele mit Schwerpunkten ca. 40%

„Lebensschule“ Fußball

Abschließend wollen wir Danke sagen bei allen, die im Verein an der Ausarbeitung dieses Konzepts ihren Teil dazu beigetragen haben und noch einmal einen sehr wichtigen Aspekt aufgreifen.

Fußball spielt in unserer Gesellschaft oft eine sehr wichtige Rolle, sei es durch die Mitarbeit oder Mitgliedschaft bei einem Verein wie dem FC Münzkirchen, die bereichernden „Stammtischdiskussionen“ über den FC oder die Nationalmannschaft, etc.

Doch oft wird etwas wesentliches, speziell im Nachwuchsfußball, übersehen:

...Fußball als Lebensschule...

