

VfR Volkmarsen  
Am Stadtbruch 2  
34471 Volkmarsen

## Jugendkonzept des Fußballvereins

- 
- Vorwort
  - Wozu brauchen wir ein Jugendkonzept?
    - Allgemeine Ziele
  - Was erwarten wir von unseren Nachwuchsspielern?
    - Das Training im Nachwuchsbereich
    - Einige Grundsätze für das Kindertraining
      - Koordination oder Kondition?
        - G-Junioren/innen
        - F-Junioren/innen
        - E-Junioren/innen
        - D-Junioren/innen
        - C-Junioren/innen
        - A- und B-Junioren/innen
      - Das Trainerteam
      - Der Spielbetrieb
      - Ohne Eltern geht es nicht
    - Der Verein/Vorstand
  - Schlusswort
  - Anhang
  - Verhaltenskodex der Nachwuchsspieler & Trainer
    - Tipps für Erwachsene am Spielfeldrand

## Vorwort

---

Der Jugendtrainer von heute ist Vorbild in allen Lebenslagen, er ist immer „gut drauf“, kennt keine schlechte Laune, er ist qualifizierter Übungsleiter, Helfer, Freund, Tröster und Autorität in einer Person.

Hat stets ein offenes Ohr für die Sorgen seiner Schützlinge, vermittelt Freude und Begeisterung, ist Motivator und Animateur, er hört sich geduldig die Kritik der Väter und Mütter an, deren Kind mal wieder auf der falschen Position, zu kurz oder gar nicht zum Einsatz gekommen ist.

Er bewahrt selbst in der größten Hektik Ruhe, hat bei Niederlagen als Trost stets ein paar Süßigkeiten dabei, er ist ein Experte im Lösen von verknoteten Schnürsenkeln und kann es einfach nicht begreifen, warum dieser nette Schiedsrichter zum wiederholten Male das Abseits übersehen hat...

Keine Frage, es gibt sicher ruhigere Hobbys als Jugendfußballtrainer zu sein!

Aber warum tun wir uns das alles an?

Warum stehen wir bei Wind und Wetter auf dem Fußballplatz?  
Warum riskieren wir im besten Mannesalter graue Haare, weil unsere Spieler mal wieder nicht hören wollen und wie eine Horde Ameisen durcheinander laufen? Oder weil unser Mittelstürmer das Kunststück fertig bringt, aus fünf Metern neben das leere Tor zu schießen? Warum nehmen wir es hin, dass am Ende einer stressigen Fußballwoche für uns kein Wort der Anerkennung übrig bleibt, sondern nur eine einzige Frage:  
„Na, wie habt ihr gespielt?“

Die Antwort lautet schlicht und einfach:

Wir sind Jugendtrainer, weil wir in positivem Sinne „Fußballverrückte“ sind, weil uns die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen Spaß macht und weil wir unsere Freude am Fußballsport gerne an andere weitergeben wollen.

Doch auch die Begeisterung des engagiertesten Jugendtrainers stößt irgendwann an ihre Grenzen.

Denn wer motiviert uns eigentlich?

Wer sorgt dafür, dass wir stets aufs Neue mit Spaß und Freude zum Training gehen?

Die Antwort liegt im Fußballspiel selbst: Fußball ist eine Sportart, bei der man nur gemeinsam, mit Hilfe und Unterstützung der Anderen das Ziel erreichen kann. Und so können auch wir als Jugendtrainer nur gemeinsam, im Team, unsere Ziele erreichen.

Diese Ziele allerdings gilt es zu definieren und schwarz auf weiß festzuhalten.

## Wozu ein Jugendkonzept?

---

### Unser Jugendkonzept...

- stärkt das Wir-Gefühl innerhalb der Jugendfußballabteilung und des Vereins.
  - unterstützt die Identifikation mit unserem Verein.
- gibt Trainern, Betreuern und Funktionären eine Art Wegweiser an die Hand.
- bildet die Grundlage für die erfolgreiche Weiterentwicklung in unserem Verein
  - steht für (sportlichen) Erfolg.
- sorgt dafür, dass wir planvoll und frei von Zufallsprinzipien trainieren können.
  - garantiert möglichst reibungslose Übergänge zwischen den Altersklassen.
- hilft uns, das Leistungsniveau der einzelnen Jugendmannschaften anzuheben
- sorgt für eine positive Außendarstellung und Transparenz, so das auch Eltern, Gönner und Sponsoren die Zusammenhänge in der Abteilung Jugendfußball besser verstehen und nachvollziehen können.

### Allgemeine Ziele!

Jugendarbeit darf sich nicht nur in der fußballerischen Ausbildung von Nachwuchsspielern erschöpfen.

Vielmehr haben wir als Sportverein eine Verantwortung, die weit über den sportlichen Bereich hinausgeht.

Die Entwicklung einer Persönlichkeit sowie das Vermitteln von gesellschaftlich relevanten Werten wie Hilfsbereitschaft, Ehrlichkeit, Verantwortungsbewusstsein usw. nimmt einen ebenso großen Stellenwert ein!

Anders formuliert:

Wir bereiten den Nachwuchs nicht nur auf den Fußball, sondern auch auf das Leben vor.

Beim VfR Volkmarsen werden deshalb alle Spieler, unabhängig von ihrem fußballerischen Talent, gleichermaßen gefördert und integriert.

Zum einen ist aus einem Spätentwickler oft doch noch ein passabler Fußballer geworden. Und zum anderen ist ja vielleicht der 12-jährige Nachwuchskicker, dem heute fast jeder Ball vom Fuß springt, der künftige erste Vorsitzende des Vereins, ein Betreuer, Trainer, engagierter Vater, Schiedsrichter, Gönner, Sponsor – in jedem Fall eine tragende Säule unseres Vereins.

In Zeiten, in denen es immer schwieriger wird, (ehrenamtliche) Mitarbeiter zu finden, kann es sich ein Sportverein wie der unsere nicht leisten, dieses Potenzial auf Kosten einer einseitig auf Leistung und Erfolg ausgerichteten Jugendarbeit leichtfertig zu verschenken.

## Ziele des VfR Volkmarsen

---

- Spaß am Fußball
- Lebenslange Freude am Fußball und an der körperlichen Leistung
  - Optimale Talentförderung
  - Erleben der Gemeinschaft
- Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung
- Hohe Identifikation mit dem VfR Volkmarsen

Was erwarten wir von unseren Nachwuchsspielern?

Wir möchten Spieler, die eine positive Einstellung zum Fußballspiel und zum Sport allgemein haben.

Wir möchten Spieler, für die Teamgeist und Loyalität, keine Fremdworte, sondern eine Selbstverständlichkeit ist.

Ebenso wie ein sportlich-freundliches, hilfsberechtigtes Auftreten auf und außerhalb des Spielfeldes.

Verhaltensregeln wie Pünktlichkeit, Sauberkeit und Fairness müssen bereits bei den jüngsten Kickern eingeübt werden.

Ab der D-Jugend bekommen unsere Spieler zusätzlich einen Verhaltenskodex (s. Anhang) überreicht, in dem die bereits bekannten Regeln erweitert und präzisiert werden.

Dieser Verhaltenskodex trägt zudem zu einer besseren Identifikation mit dem

VfR Volkmarsen bei.

Die Jugendtrainer erfüllen hier eine absolute Vorbildfunktion!



1920  
VOLKMARSEN

# Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

## Das Training im Nachwuchsbereich!

Unser Jugendkonzept ist angelehnt an die Ausbildungskonzeption des Deutschen Fußballbundes, siehe [www.dfb.de](http://www.dfb.de), das DFB-Lehrbuch „Fußball von morgen“ (Band 1 – Kinderfußball, 2005), sowie an das Konzept der [Spvvgg. Möhnesee](#). Hier werden aktuelle sportwissenschaftliche und pädagogische Erkenntnisse und Prinzipien gleichermaßen berücksichtigt.

Die wichtigste Regel am Anfang:

Kinder- und Jugendtraining ist kein reduziertes Erwachsenentraining!

Vielmehr muss sich Kinder- und Jugendtraining ausschließlich an dem orientieren, was Heranwachsende in den verschiedenen Altersstufen leisten können. So macht es keinen Sinn, mit Bambini den Spannstoß zu üben oder mit F-Jugendlichen Kondition zu bolzen.

Beides geht am biologischen und psychischen Entwicklungsstand der oben genannten Altersgruppen vorbei.

Jeder Abschnitt im Kinder- und Jugendfußball weist andere Ziele auf, setzt eigene Schwerpunkte und benötigt deshalb auch auf ihn abgestimmte Methoden.

Nur so erreichen wir eine optimale Forderung und Förderung.

Erstes Ziel im Jugendfußball ist die perspektivisch angelegte Ausbildung jedes einzelnen Spielers, nicht der kurzfristige Erfolg der Mannschaft.

Meisterschaften und Siege sind zwar anzustreben, dürfen aber niemals Selbstzweck sein und auf Kosten der Förderung des einzelnen Spielers gehen.

Der Deutsche Fußballbund unterscheidet vier Ausbildungsstufen, die aufeinander aufbauen. Die Übergänge sind dabei fließend und hängen in erster Linie vom Entwicklungsstand der Kinder ab.

In jedem Fall stellen die vier Ausbildungsstufen aber einen roten Faden für die Gestaltung des Nachwuchstrainings beim VfR Volkmarsen dar!

Ziel ist es, dass die Kinder und Jugendlichen beim Wechsel in die nächst höhere Mannschaft bestimmte Fertigkeiten und Fähigkeiten mitbringen, auf denen dann wiederum, möglichst nahtlos, aufgebaut werden kann.

## Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---



Bei diesen Ausbildungsstufen wird der Unterschied zum Erwachsenenfußball deutlich: Während bei den Senioren kurzfristige Erfolge im Vordergrund stehen, geht es beim Nachwuchsfußball um einen langfristigen Ausbildungsprozess mit perspektivisch angelegten Zielen.

Das erfordert von den Jugendtrainern vor allem eines: viel Geduld!

## Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

### Einige Grundsätze für das Kindertraining (G-Jugend bis D-Jugend)

- Mit vielseitigen Bewegungserfahrungen eine breite motorische Grundlage schaffen, auf der dann ab der D-Jugend mit gezieltem Fußballtraining aufgebaut werden kann!
  - Freude an der Bewegung und Lernfortschritte zählen, nicht Siege oder obere Tabellenplätze!
  - Im Spiel: Dosierte Anweisungen ja, aber nur kurze Tipps und Ratschläge! Grundsätzlich müssen die Kinder lernen, selbst zu entscheiden!
  - Alle Kinder lange genug spielen lassen! Nicht nach Spielstand auswechseln!
  - Offensiv spielen! Gegentore sind nach einigen Tagen vergessen, an ein selbst geschossenes Tor erinnern sich die Kinder noch lange!
- Die Spieler auf verschiedenen Positionen, (auch im Tor), Erfahrungen sammeln lassen!
- Im Spiel 7 gegen 7 bietet sich ein 3-3-System an. Auf die Libero-Position wird verzichtet!
- Ergebnisorientierter Kinderfußball und eine zu frühe Spezialisierung auf die Sportart Fußball sind Ursachen vieler Fehlentwicklungen:
  - So kehren Spieler dem Verein frühzeitig den Rücken (Drop-out) bzw. erreichen später nicht ihre individuell mögliche Höchstleistung.

„Es ist ein echtes Problem, dass bereits in der E-Jugend die Ausbildung keine Rolle mehr spielt, sondern das Ergebnis und die Tabelle. Der Trainer macht sich am meisten Gedanken darüber, wie er am nächsten Wochenende das Spiel gewinnen kann, und lässt folglich die Besten spielen. Wie sollen sich unter solchen Vorzeichen die anderen verbessern, die in ihrer Entwicklung vielleicht noch nicht so weit sind? Ich stelle die individuelle Förderung stets über das Ergebnis der Mannschaft. Lasst unsere Kinder doch verlieren und verurteilt sie nicht dafür!“

Matthias Sammer, ehem. Sportdirektor DFB

## Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

### Koordination oder Kondition ?

Beide Bereiche sind, neben der Technik und Taktik, sehr wichtig für die Qualität der fußballerischen Leistung und müssen daher unbedingt geschult werden – allerdings mit unterschiedlichen Schwerpunkten in den jeweiligen Altersklassen.

- Die Ausbildung koordinativer Fähigkeiten hat im Kinderfußball (G-Jugend bis D-Jugend) absolut Vorrang und ist das zentrale Element im Training!
- Dagegen darf im Kinderfußball auf keinen Fall ein spezielles Konditionstraining wie im Erwachsenenbereich stattfinden!

Entscheidend sind im Fußball vor allem fünf verschiedene koordinative Fähigkeiten:

1. Differenzierungsfähigkeit  
(wichtig für Ballgefühl, Ballkontrolle, dosierte Pässe,...)
2. Gleichgewichtsfähigkeit  
(wichtig bei Zweikämpfen, Kopfballduellen, Torwart-Aktionen, ...)
3. Rhythmisierungsfähigkeit  
(wichtig beim Timing, bei Laufbewegungen, Finten, ...)
4. Orientierungsfähigkeit  
(wichtig zum Wahrnehmen von Spielsituationen, beim Stellungsspiel, ...)
5. Reaktionsfähigkeit  
(wichtig bei Laufduellen, Zweikämpfen, Torwart-Aktionen, ...)

Unstrittig ist, dass fußballspezifische Techniken und taktische Verhaltensweisen nur auf Basis einer sehr gut ausgeprägten motorischen Vielseitigkeit und koordinativer Fähigkeiten optimal erlernt und entwickelt werden können.

Deshalb gehören Spiele und Übungen zur Schulung der Koordination in jedes Training im Kinderfußball – egal ob beim Aufwärmen, im Haupt- oder Schlussteil.

Dabei gilt es folgendes zu beachten:

Koordinative Fähigkeiten sind nur im Alter von sechs bis etwa 13 Jahren gut trainierbar. Was in dieser Zeit versäumt wird, kann später gar nicht mehr oder nur mit extrem hohem Aufwand nachgeholt werden!

Koordinative Fähigkeiten werden bei den G, F- und E-Junioren vor allem durch vielfältige Spielformen und Bewegungsaufgaben gefördert.

Spieler ab der D-Jugend befinden sich dann im sogenannten „Goldenen Lernalter“ in der es umso wichtiger ist Koordinative- sowie fußballspezifische Koordinationsschulung zu fördern



## Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

Kondition setzt sich zusammen aus Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit inklusive zahlreicher Zwischenformen (Schnelligkeitsausdauer, Schnellkraft...).

Konditionelle Eigenschaften sollten bei Kindern (G Jugend bis D-Jugend) ausschließlich in kindgemäßen Spiel- und Wettkampfformen geschult werden, damit keine Überbelastung stattfindet!

Dabei bietet sich eine Kombination mit koordinativen Übungen als ideale Ergänzung an – beide zusammen eingesetzt führen zu größeren Fortschritten.

Bei den C-Junioren steht der Aufbau einer breiten, fußballspezifischen Fitness auf dem Trainingsprogramm.

Bei den B- und A-Junioren wird, analog zum Senioretraining, die Belastung immer mehr gesteigert.

Durch eine systematische Konditionsschulung wird die Fitness stabilisiert.

Im Einzelnen:

### 1. Kraft:

Ein Krafttraining im Alter von 9 bis 12 Jahren sollte vielseitig und abwechslungsreich sein und eine ganzheitliche Kräftigung des gesamten Haltungs- und Bewegungsapparates leisten.

In der Pubertät muss ein Krafttraining unter strikter Vermeidung von Fehlhaltungen durchgeführt werden, da der passive Bewegungsapparat der Jugendlichen ungemein anfällig gegenüber Fehlbelastung ist.

### 2. Schnelligkeit:

Bei G- und F-Junioren bieten sich Fangspiele und Staffelwettbewerbe an.

Mit E- und D-Junioren kann bereits ein einfaches, fußballspezifisches Schnelligkeitstraining erfolgen (1-gegen-1-Wettkämpfe, Dribbelspiele mit Torschuss,...).

Eine gute Koordination wirkt sich dabei positiv auf die Schnelligkeit aus.

### 3. Ausdauer:

Im Kindertraining sollte eine Grundlagenausdauer geschaffen werden- mit kleinen Spielen und dem Fußballspiel selbst wird die Ausdauer aber bereits ausreichend mittrainiert! Spezielles Ausdauertraining hat im Kinderfußball nichts verloren!

Schnelligkeitsausdauer nicht vor dem 16. Lebensjahr trainieren!

### 4. Beweglichkeit:

Bis etwa zum 10. Lebensjahr haben Kinder eine natürliche, gut ausgeprägte Beweglichkeit. Dann aber beginnen die Muskeln und Bänder sich immer mehr zu verkürzen. Deshalb ist es als Pflicht zu betrachten das ab dem D-Juniorenalter ein gezieltes Dehnprogrammen (Stretching) in jede Einheit eingebaut wird.

# Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

## G-Junioren/innen!

Bei den G-Junioren findet kein Training, sondern Spielstunden statt. Der Trainer ist deshalb auch kein Trainer im herkömmlichen Sinne, sondern vor allem Mitspieler, Spaßmacher und Geschichtenerzähler.

Wichtig ist, die Kinder mit kleinen Spielen und interessanten Bewegungsaufgaben ganzheitlich zu fördern. Es ist normal, wenn nicht alles auf Anhieb funktioniert: Vielmehr soll den Kindern ausreichend Zeit und Gelegenheit zum Ausprobieren und zum Finden von eigenen Lösungen gegeben werden.

Zu Beginn bietet sich eine Tummelphase an, in der die Kinder sich mit verschiedenen Bällen selbst beschäftigen dürfen. Jede Spielstunde (Rituale) zusammen mit den Kindern beginnen und beenden (z.B. im Kreis)!

Fußball ist in den Spielstunden nur ein Schwerpunkt von vielen. Eine zu frühe, einseitige Fixierung auf ausschließlich fußballspezifische Ziele, Leistungsfortschritte und Inhalte ist als nicht altersgerecht strikt abzulehnen.

Ein fußballspezifisches Techniktraining kommt bei den Bambini noch nicht vor.

## Leitlinien für den Trainer!

- Kleine Gruppen, viele Bewegungsaktivitäten für alle!
  - „Schlangestehen“ ist zu vermeiden!
- Begeisterung für das Bewegen und Spielen wecken!
- Einfache Bewegungsaufgaben in kleine Geschichten „verpacken“!
- Vielseitige Bewegungsaufgaben mit verschiedenen Bällen stellen!
  - Einfache Regeln vermitteln!
  - Auf Trillerpfeifen ist zu verzichten!
  - Der Spaß steht an oberster Stelle
- Keine Positionen „bestimmen“, (jeder darf alles sein)!
  - Ein Herz und offenes Ohr für Kinder haben!

## Gewichtung der Inhalte!

Einfaches Laufen und Bewegen	=> 30%
Kleine Fußballspiele	=> 30%
Einfache Aufgaben mit Ball	=> 20%
Kleine Spiele mit Ball	=> 20%

## Erwünschte Lernziele!

**Bewegungsabläufe, Bewegungskontrolle.**  
(diese Lernziele gilt es Altersgerecht zu trainieren)

# Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

## F-Junioren/innen!

Bei den F-Junioren stehen kleine Ballspiele im Mittelpunkt, dabei sollte sich der Trainer am Straßenfußball früherer Tage orientieren. Ziel sind möglichst viele Ballkontakte für alle Spieler.

Daneben bleibt eine vielseitige Bewegungsschulung klarer Schwerpunkt, d.h. es darf nicht ausschließlich fußballspezifisch trainiert werden.

Eine Koordinationsschulung mit verschiedenen Bällen wird nun immer wichtiger. Dabei geht es vor allem darum, das Ballgefühl und die Ballgeschicklichkeit weiter zu entwickeln. Die Kinder lernen die Grundtechniken (Dribbeln, Passen, Schießen, Täuschungen) kennen – allerdings vorwiegend durch spielerische Mittel und auch nur in der Grobform. Dabei sollte der Trainer nur gravierende technische Mängel, jedoch keine Details korrigieren.

F-Junioren benötigen noch kein gezieltes Aufwärmprogramm. Stattdessen bieten sich Fang- und Ballspiele an.

## Leitlinien für den Trainer!

- Kleine Gruppen, viele Bewegungsaktivitäten für alle!
  - „Schlangestehen“ ist zu vermeiden!
  - Koordinationstraining in Spielform!
- Training ist spielen mit vielen Ballkontakten für alle!
  - Kreativität, Spielfreude und Beidfüßigkeit fördern!
- Durch „Vormachen – Nachmachen“ das Lernen fördern!
  - Der Spaß steht an oberster Stelle!
- Keine Positionen „bestimmen“, (jeder darf alles sein!)
  - Kein Zeit- und Leistungsdruck! Geduld zeigen!
  - In jeder Situation Vorbild für die Kinder sein!

## Gewichtung der Inhalte!

Vielseitiges Laufen und Bewegen => 15%  
Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball => 15%  
Freies Fußballspielen in kleinen Teams => 50%  
Spielerisches Kennenlernen der Basistechniken => 20%

## Erwünschte Lernziele!

Bewegungskontrolle, Balltechnik, Torschuss,  
(diese Lernziele gilt es Altersgerecht zu trainieren)

# Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

## E-Junioren/innen!

Auch bei den E-Junioren dominiert das freie Fußballspielen in kleinen Gruppen und auf kleinen Feldern. Immer wieder neue Varianten fördern dabei Spielfreude und Kreativität sowie Geschicklichkeit und Schnelligkeit am und mit dem Ball.

Vielseitige Spiel- und Bewegungsangebote wie Lauf- und Fangspiele zur Schulung der Koordination gehören weiterhin in jedes Training.

Die Kinder lernen jetzt auch schwierigere Techniken spielerisch und beidfüßig kennen. Natürlich müssen die gelernten Techniken auch in Spielsituationen angewandt werden.

Das 1-gegen-1 gehört deshalb in vielen kleinen Spielformen in nahezu jede Trainingseinheit.

Im Verlauf des E-Juniorenalters (älterer Jahrgang) erfolgt dann der Übergang vom „Spielalter“ zum „Lernalter“, d.h. schrittweise wächst der Stellenwert des systematischen Erlernens und Festigens der Grundtechniken. Der Trainer muss dabei erkennen, ob ein Kind die körperlich-psychischen Grundlagen (wie z.B. Konzentrationsfähigkeit) mitbringt, die ein systematisches Üben erst ermöglichen.

E-Junioren benötigen noch kein gezieltes Aufwärmprogramm.

## Leitlinien für den Trainer!

- Individuelle Stärken fördern!
- Viele Ballkontakte und Spielaktionen für alle!
  - „Schlangestehen“ ist zu vermeiden!
  - Koordinationstraining in Spielform!
- Technik-Training ist vor allem Spieltraining!
  - Beidfüßigkeit in allen Spielformen üben!
  - Ein taktisches „Grund - ABC“ vermitteln!
- Die Positionen „einschränken“, aber Wechsel weiterhin ermöglichen!
  - Fußballübungen im Training wiederholen!
- Vom leichten zum schweren – vom Bekannten zum Unbekannten!

## Gewichtung der Inhalte!

Vielseitiges Laufen und Bewegen =>15%  
Fußballspielen in kleinen Teams =>50%  
Vielseitige Aufgaben und Spiele mit Ball =>15%  
Kindgemäße Technikübungen =>20 %

## Erwünschte Lernziele!

Balltechnik, Doppelpass, Disziplin, Finten, Torschuss.  
(diese Lernziele gilt es Altersgerecht zu trainieren)

# Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

D-Junioren/innen!

D-Junioren befinden sich im sogenannten „Goldenen Lernalter“. Mädchen und Jungen zeigen dabei eine große Lern- und Leistungsbereitschaft sowie viel Selbstvertrauen und ein verbessertes Konzentrationsvermögen – deshalb dürfen Übungsphasen jetzt auch mal länger dauern.

Oftmals gelangen neue Bewegungen auf Anhieb.

Auf der Basis einer breit angelegten Grundausbildung bei den G-, F- und E-Junioren muss jetzt ein systematisches Fußballtraining beginnen!

Die Basistechniken werden verfeinert und in verschiedenen Spielsituationen angewandt. Individualtaktische Abläufe in Offensive und Defensive werden geschult. Deshalb gehört das 1-gegen-1 in nahezu jede Trainingseinheit.

Hinzu kommt das Erlernen gruppentaktischer Grundlagen für das Spielen im Raum. Dazu werden kleine Fußballspiele (ideal ist ein 4 gegen 4) mit taktischen Schwerpunkten durchgeführt.

Spielfreude und Kreativität müssen stets im Vordergrund stehen.

Mit Dehnprogrammen (Stretching) muss nun begonnen werden.

Leitlinien für den Trainer!

- Alle Basistechniken im Detail verbessern!
- Koordinationstraining in Spielform sowie Technikform!
- Kraft und Stabilitätstraining finden spielerisch Einklang!
- Üben und Spielen zum gleichen Trainingsschwerpunkt verbinden!
  - Konsequenz auf Beidfüßigkeit achten!
  - Das taktische „Grund - ABC“ verfeinern!
- Kondition vor allem durch Spielformen mitschulen!
- Keine zu frühe Positionsspezialisierung vorgeben!
  - Intensiv kommunizieren!
  - Die Spieler aktiv einbinden!

Gewichtung der Inhalte!

Spielerische Kraft-Konditionsschulung => 20%  
Fußballspiele mit Schwerpunkten, freies Spiel => 40%  
Systematisches Taktiktraining => 20%  
Individualtaktische Grundlagen => 20%

**Erwünschte Lernziele**

**Abseits, Hinterlaufen, Finten, Dribbling, Balltechnik, Ballübergabe, Doppelpass, Taktik, Disziplin, Torschuss.**

**(diese Lernziele gilt es Altersgerecht zu trainieren)**

# Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

## C-Junioren/innen!

C-Junioren durchlaufen die Pubertät, die dabei auftretenden Reifungsprozesse sind nicht immer unproblematisch.

Es gilt, die neuen geistig-psychischen und körperlichen Eigenschaften für eine fußballerische Leistungssteigerung und für Impulse auf dem Weg zu einer positiven Persönlichkeit zu nutzen.

Um diesen Prozess optimal zu fördern, muss der Trainer jeden einzelnen Spieler individuell begleiten.

Das Techniktraining wird jetzt intensiviert – mit Tempo und unter Druck des Gegners. Gleiches gilt für die Individualtaktik (1 gegen 1) in der Offensive und Defensive. Neu kommen gruppentaktische Grundlagen.

Eine breite fußballspezifische Fitnessschulung (Kondition) ergänzt das Training.

### Leitlinien für den Trainer!

- Individuelle Entwicklungsunterschiede beachten!
- Kraft und Stabilisationstraining finden in Technikform statt!
  - Koordinationstraining in Groß – und Feinform (je „Zirkusreifer“ umso förderlicher)!
  - Jeden Spieler individuell fördern!
- Eigeninitiative und Eigenmotivation aufbauen und stabilisieren!
  - Kreativität ist wichtiger als starre taktische Abläufe!
  - Konsequente Beidfüßigkeit trainieren!

### Gewichtung der Inhalte!

Technische Kraft-Konditionsschulung => 20%  
Fußballspiele mit Schwerpunkten, freies Spiel => 40%  
Intensives Techniktraining => 20%  
Individuelle und Gruppentaktische Grundlagen => 20%

### Erwünschte Lernziele!

Abseits, Hinterlaufen, Finten, Dribbling, Balltechnik, Ballübergabe, Doppelpass, Taktik, Überzahlsituationen, Disziplin, Torschuss!  
(diese Lernziele sind in allen Bereichen, insbesondere der Taktik, zu vertiefen)

# Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

## B-und A Junioren/innen!

Bei den A-und B-Junioren gilt es, alle bisher erlernten technisch-taktischen Grundlagen zu stabilisieren und auf spezielle Positionsanforderungen abzustimmen.

Es muss ein möglichst reibungsloser Übergang in den Seniorenfußball vorbereitet werden. Diesen Prozess müssen die Jugendlichen als wachsende Persönlichkeiten aktiv mit gestalten können.

Ziel im Training ist eine dynamische Wettspiel-Technik, alle Übungen werden mit hohem Tempo ausgeführt. Dabei sollte die Technikschiilung bereits in das Aufwärmen integriert werden. Zudem werden taktische Abläufe perfektioniert.

Hinzu kommen regelmäßige Beweglichkeits- und Kräftigungsprogramme. Die fußballspezifische Kondition wird auch durch Spielformen verbessert. Antrittsübungen und Wettläufe um den Ball mit anschließendem Torschuss bieten sich an.

## Leitlinien für den Trainer!

- Intensive Trainingsabläufe und aktive Pausen abstimmen!
  - Kraft- und Stabilisationstraining wird weiter aufgebaut!
    - Koordinationstraining weiterführen!
    - Beidfüßigkeit weiterführen
- In Theorie und Praxis technisch-taktische Details trainieren!
  - Komplexer trainieren, aber die Individualität beachten!
  - Die Spieler aktiv einbinden! Mitgestaltung ermöglichen! (Mitarbeit im Jugendvorstand)
    - Eine strukturierte Hierarchie im Team aufbauen!
- Der Seniorentainer bindet nach Absprache mit dem Trainer A-Junioren Spieler in die Erwachsenenmannschaft Schritt für Schritt ein!

## Gewichtung der Inhalte!

Technische Kraft-Konditionsschiilung => 20%  
Fußballspiele mit Schwerpunkten, freies Spiel => 40%  
Positionsbezogenes Techniktraining => 20%  
Gruppen und Mannschaftstaktik => 20%

## Erwünschte Lernziele!

Hinterlaufen, Finten, Dribbling, Balltechnik, Ballübergabe, Doppelpass, Taktik, Disziplin, Torschuss, Standardsituationen, hohe Kondition, Überzahlsituation, Zweikampfverhalten, Spielverlagerung!  
(diese Lernziele sind in allen Bereichen mit hoher Intensität und Genauigkeit zu fordern)

# Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

## Das Trainer-Team!

Die Jugendtrainer des VfR Volkmarsen verstehen sich als Trainer-Team und machen dies auch Spielern und Eltern gegenüber deutlich.

Das ergibt ein nach außen einheitliches Bild und stärkt außerdem das Wir-Gefühl innerhalb der Jugendfußballabteilung.

Ein regelmäßiger Gedankenaustausch der Jugendtrainer ist sinnvoll, z. B. in Form eines quartalsmäßigen Trainerstammtisches.

Den Jugendtrainern wird durch den Verein die Möglichkeit zur Weiterbildung geboten: in Lehrgängen, bei vereinsinternen Schulungen und durch Bereitstellung von Lehrmaterialien.

## Spielbetrieb!

Langfristiges Ziel bei der VfR Volkmarsen muss es sein, mit den C-, B- und A-Junioren auf überregionaler Bezirksebene zu spielen.

Damit schaffen wir die Grundlage, dass unsere talentierteren Nachwuchsspieler nicht zu anderen, höherklassigen Vereinen abwandern, sondern vor Ort bleiben.

Bei den Bambini, F- und E-Junioren werden die Mannschaften nach Jahrgängen eingeteilt, um so Rücksicht auf Freundschaften zu nehmen. Ausnahmen sind nur nach vorheriger Absprache aller Beteiligten (Trainer, Spieler und Eltern) möglich.

In der D-Jugend wird jedes Jahr erneut darüber entschieden ob Groß- oder Kleinfeld gespielt wird, um so perfekt auf den „Leistungsstand“ des aufsteigenden Jahrgangs reagieren zu können.

Fußball ist längst kein reiner Jugendsport mehr.

Deshalb wird beim VfR Volkmarsen der Aufbau von Mädchenfußballteams in allen Altersklassen angestrebt.

Außerdem bekommen Mädchen und Jungen so Gelegenheit, Kontakte innerhalb des Sportvereins zu knüpfen – was sich wiederum positiv auf das Vereinsleben und auf eine langfristige Bindung an den VfR Volkmarsen auswirkt.



## Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

Ohne Eltern geht es nicht!

Bei der Jugendarbeit ist ein besonderes Augenmerk auf die Eltern zu legen. Denn Eltern stellen nicht nur für die Jugendabteilung, sondern für den gesamten Verein eine große Hilfe und Entlastung dar. Ohne sie kann das Vereinsleben nicht aufrecht gehalten werden.

Grundlage dafür ist eine vertrauensvolle Zusammenarbeit. Deshalb bietet sich z.B. vor der Saison ein Elternabend an, bei dem die jeweiligen Trainer sich selber und ihre Ziele vorstellen und zudem für Fragen zur Verfügung stehen. Die Eltern haben schließlich ein Recht darauf, sich ein Bild von der Person zu machen, dem sie ihre Kinder anvertrauen.

Außerdem werden so die Eltern in Entscheidungsprozesse mit einbezogen – was sich wiederum positiv auf deren Engagement auswirkt.

Vor allem bei den jüngeren Jugendmannschaften sind Eltern auch als Zuschauer am Spielfeldrand dabei. Das ist sehr zu begrüßen, zugleich ist es aber auch wichtig, den oftmals sehr emotional reagierenden Eltern hilfreiche Tipps an die Hand zu geben (s. Anhang). So können bereits im Vorfeld mögliche Spannungen zwischen Eltern, Spielern und Trainern vermieden werden.

Der Verein / Vorstand!

Der VfR Volkmarsen beschreibt sich als „moderner“ Verein.

Nicht nur das Rassismus und Beleidigungen in allerschärfster Form verurteilt werden, sondern diese Dinge werden strafrechtlich sowie auf Vereinsebene geahndet!

Der Verein duldet in keiner Weise Beleidigungen von Spielern untereinander, von Zuschauern an unserer Mannschaft, einzelnen Spielern, dem Gegner, sowie dem Schiedsrichter.

Sollte dieser Fall auftreten wird von unserem Hausrecht Gebrauch gemacht!

Der VfR Volkmarsen ist gewillt, neuen Trainingsmethoden sowie den neusten sportwissenschaftlichen Untersuchungen offen entgegen zu treten und versucht diese, durch ständige Weiterbildung seiner Jugendtrainer im Trainingsbetrieb zu integrieren!

Der Jugendvorstand, der aus jeweils 2 Spielern der A und B-Junioren/innen besteht, nimmt an Vorstandssitzungen Teil um einen regelmäßigen Austausch über die Probleme und Sorgen der zukünftigen Seniorenspieler/innen zu ermöglichen!

# Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

## Schlusswort

Unser Jugendkonzept ist zunächst nicht mehr als bedrucktes Papier.  
Um es mit Leben zu füllen,  
braucht es Menschen, die sich mit den Inhalten auseinandersetzen,  
sich mit ihnen identifizieren  
und sie letztlich konsequent in der täglichen Praxis umsetzen.

Nur so bekommt es einen Wert.

Unser Jugendkonzept ersetzt nicht die Eigenverantwortung des Trainers, sondern es ist  
offen: für neue Ideen, für Anregungen und Ergänzungen, für Kritik.

Sollten einige Punkte in diesem Konzept nicht verständlich oder irgendwann nicht mehr  
auf dem neuesten Stand sein, so gilt es diese zu diskutieren und  
gegebenenfalls richtig zu stellen.

Volkmarsen, im Januar 2015

Der Vorstand des VfR Volkmarsen.

*Jürgen Salokat*

*Michael Salokat*

*Carmello Valle,*

*Andre Michels*

*Tobias Kuhaupt*

*Joachim Rest*

*Andreas Henze,*

*Martin Bieding*

# Ehrenkodex der Nachwuchsspieler-/innen des VfR Volkmarsen

## 1. Zuverlässigkeit

Die Teilnahme am Training und Spiel ist für mich eine Selbstverständlichkeit.  
Kann ich nicht erscheinen, sage ich so früh wie möglich beim Trainer ab.

•  
Ich versuche kein Training und kein Spiel zu versäumen.

•  
Es ist unfair Training leichtfertig abzusagen, weil mein Trainer sich vorbereitet und Zeit investiert.

•  
Mein Trainer und mein Team sorgen sich, wenn ich unentschuldig fehle.

## 2. Pünktlichkeit

Ich erscheine pünktlich zum Training und zum Spiel.

•  
Das Team wartet auf mich.

•  
Ohne mich ist das Team nicht komplett.

•  
Meine Unpünktlichkeit stört das gesamte Team.

## 3. Freundlichkeit

Freundlichkeit ist für mich selbstverständlich, denn das Team und das gesamte Umfeld ermöglichen mir das Fußballspielen.

•  
Es ist für mich einfach freundlich zu sein. Ich grüße Kinder und Erwachsene, die ich kenne.

•  
Das Umfeld wird nicht nur mich, sondern auch mein Team für meine Freundlichkeit mögen.

## 4. Teamfähigkeit, Disziplin

Ich kann nicht jeden gleich gern mögen, akzeptiere aber jeden Mannschaftskameraden.

•  
Ich verhalte mich im Kreis meiner Mannschaft diszipliniert. Nur im Team kann ich Fußball lernen und nur gemeinsam können wir unsere Ziele erreichen.

•  
In Spiel und Training gebe ich immer 100%, denn ich bin ein wichtiger Teil des Teams.

•  
Wenn ich mal schlecht gespielt habe, verliere ich nicht den Willen fleißig zu trainieren, um meine Leistung zu verbessern.

## 5. Hilfsbereitschaft

Ich helfe jedem aus dem Team, wenn er Probleme hat und um Hilfe bittet.

•  
Ich übernehme das Wegräumen von Bällen und Trainingshilfen beim Spiel und beim Training.

## 6. Umwelt und Sauberkeit

Ich gehe sorgsam mit dem Vereinseigentum um. Sportplatz, Kabinen und alle anderen Gemeinschaftsflächen sollen meinem Verein, meiner Mannschaft und mir noch lange Freude bereiten.

•  
Der pflegliche Umgang mit Bällen, Trikots und Trainingshilfen sowie persönliche Hygiene ist für mich eine Selbstverständlichkeit.

•  
Bin ich Gast bei einem anderen Verein, gelten die genannten Grundsätze noch stärker. Bei Verfehlungen schade ich nicht nur meinem Team, sondern auch meinem Verein.

## 7. Kritikfähigkeit – Diskussionen

Ich überprüfe mein Teamverhalten ständig und nehme positive Kritik an meinen Verhaltensweisen dankbar an.

•  
Wenn ich selber Kritik üben möchte, suche ich das Gespräch mit meinem Trainer bzw. meinen Mitspielern. Denn auch mein Trainer und meine Mitspieler sind kritikfähig.

•  
Das frühzeitige Ansprechen und das Diskutieren von Problemen innerhalb des Teams helfen der Mannschaft und mir.

## 8. Fairplay

Ich verhalte mich stets freundlich und fair zu meinen Gegenspielern, egal ob im Training oder im Spiel gegen einen anderen Verein.

•  
Ich verhalte mich fair und freundlich gegenüber dem Schiedsrichter.

•  
Der Schiedsrichter ist Partner. Er ermöglicht mir das Spiel.

## 9. Ehrlichkeit

Mein Trainer verträgt Ehrlichkeit. Habe ich mal keine Lust zum Training, kann ich das sagen.

## 10. Drogen

Drogen, Alkohol und Nikotin haben im Sport nichts zu suchen.

# Ehrenkodex der Betreuer -/innen des VfR Volkmarsen

## 1. Zuverlässigkeit

Die Teilnahme am Training und Spiel ist für mich eine Selbstverständlichkeit.  
Unsere Nachwuchsspieler brauchen Zuverlässigkeit  
Kann ich nicht erscheinen, Sorge ich frühzeitig für einen Ersatztrainer.

Es ist unfair ein Training leichtfertig abzusagen, weil die Jugendlichen sich darauf freuen und ihre Zeit investieren.

Ich bin meinem Team gegenüber verpflichtet und darf nicht unentschuldigt fehlen.

## 2. Pünktlichkeit

Ich erscheine pünktlich zum Training und zum Spiel.

Ich erwarte das Team und nicht umgekehrt.

Ohne mich ist das Team nicht komplett.

Meine Unpünktlichkeit stört das gesamte Team.

## 3. Freundlichkeit & Respekt

Freundlichkeit ist für mich selbstverständlich, denn das Team und das gesamte Umfeld ermöglichen mir die Möglichkeit mein Fußballwissen weiterzugeben.

Es ist für mich einfach freundlich zu sein. Ich grüße alle Kinder und Erwachsene.  
Ich mache keinen Unterschied zwischen Religion, Hautfarbe oder Können.

## 4. Teamfähigkeit, Disziplin

Ich kann nicht jeden gleich gern mögen, akzeptiere aber jeden teilnehmenden Nachwuchsspieler.

Ich verhalte mich im Kreis meiner Mannschaft diszipliniert. Nur mit dem Team kann ich Fußball lehren und nur gemeinsam können wir unsere Ziele erreichen.

In Spiel und Training bin ich immer 100% auf die Mannschaft konzentriert und lasse mich nicht durch Handynutzung oder ähnliches ablenken.

Wenn wir mal schlecht gespielt haben, verliere ich nicht den Willen weiter die Mannschaft zu trainieren, um ihre Leistung zu verbessern.

## 5. Hilfsbereitschaft

Ich helfe jedem aus dem Team, wenn er Probleme hat und um Hilfe bittet.

## 6. Umwelt und Sauberkeit

Ich gehe sorgsam mit dem Vereinseigentum um. Sportplatz, Kabinen und alle anderen Gemeinschaftsflächen sollen unserem Verein, meiner Mannschaft und mir noch lange Freude bereiten.

•  
Der pflegliche Umgang mit Bällen, Trikots und Trainingshilfen sowie persönliche Hygiene ist für mich eine Selbstverständlichkeit.

•  
Bin ich Gast bei einem anderen Verein, gelten die genannten Grundsätze noch stärker. Bei Verfehlungen schade ich nicht nur meinem Team, sondern auch meinem Verein.

## 7. Kritikfähigkeit – Diskussionen

Ich überprüfe mein Teamverhalten ständig und gebe nur konstruktive Kritik an meine Jugendspieler weiter und achte sie dabei auf einen vernünftigen Umgangston.

•  
Wenn ich selber Kritik in der Kritik bin, suche ich das Gespräch mit meinem Team bzw. dem Vereinsvorstand. Denn auch ich als Trainer bin kritikfähig.

•  
Das frühzeitige Ansprechen und das Diskutieren von Problemen innerhalb des Teams oder Vereins helfen der Mannschaft und mir.

## 8. Fairplay

Ich verhalte mich stets freundlich und fair zu den gegnerischen Mannschaften, egal ob im Spieler oder Trainer / Betreuer eines anderen Vereins.

•  
Ich verhalte mich fair und freundlich gegenüber dem Schiedsrichter.

•  
Der Schiedsrichter ist Partner. Er ermöglicht das Spiel.

## 9. Ehrlichkeit

Ich bin immer ehrlich dem Team und dem Verein / Vorstand gegenüber

•  
Ich leite ein Training getreu den Grundsätzen des Vereins und des Jugendkonzepts.

## 10. Weiterentwicklung

Hat ein Nachwuchsspieler mehr Potential als Andere suche ich das Gespräch mit dem Vorstand um eine weitere Entwicklungsmöglichkeit des Spielers zu ermöglichen.

•  
Mir liegt es fern, sich an dem Können des betroffenen Spielers persönlich zu bereichern oder z.B. bei anderen Vereinen damit zu profilieren.

## 11. Drogen

Drogen, Alkohol und Nikotin haben im Sport nichts zu suchen.

# Jugendkonzept des VfR Volkmarsen

---

## Tipps für Erwachsene am Spielfeldrand!!

Liebe Eltern, tragen Sie durch Ihr Verhalten dazu bei, dass Ihre Kinder mit Spaß, Freude und Begeisterung Fußball spielen!

Dazu einige Tipps:

•  
Unterstützen Sie die Kinder durch Lob, Aufmunterungen und Anfeuern!

•  
Kinderfußball ist kein Erwachsenenfußball! Während bei den Senioren der Erfolg im Vordergrund steht, spielen Kinder aus Spaß an der Freude, um Fußball zu lernen und um sich zu verbessern!

•  
Wissen Sie noch wie Ihr Kind vor einem Jahr gegen den Verein XY gespielt hat? Welche Bedeutung hat dieses Ergebnis heute? Ist es nicht viel wichtiger, wie sich Ihr Kind in dieser Zeit insgesamt weiter entwickelt hat?

•  
Falls eine Aktion mal nicht so gelingt wie geplant: Zeigen Sie nicht Ihre Enttäuschung durch negatives Zurufen! Wir als Erwachsene müssen mit Fehlern besser umgehen können als die Kinder.

•  
Kinder sind sehr sensibel gegenüber abfälligen Kommentaren und reagieren oft mit Angst und Aggressionen! Dadurch werden wichtige Lernprozesse blockiert!

•  
Fehler gehören zum Lernprozess dazu!

•  
Kinder und Jugendliche sind keine Bundesligaspieler! Welche Fehler passieren Woche für Woche in der Bundesliga?

•  
Kritisieren Sie keine Schiedsrichterentscheidung, auch wenn sie vermeintlich falsch gewesen ist! Sie ermutigen damit Ihr Kind, eigene Fehler zu ignorieren.

•  
Viele Köche verderben den Brei! Der Trainer ist dankbar für jede Hilfe und Anregung, aber er allein ist für den sportlichen Bereich zuständig!