



# Jugendkonzept

des JfV Rhein-Selz 2016 e.V.



**Gemeinsam stark!**



## Inhaltsverzeichnis

|  |    |
|--|----|
| Die Grundidee & Philosophie .....                            | 2  |
| Leitbild Trainer*innen & Ehrenkodex .....                    | 3  |
| Leitbild Spieler*innen .....                                 | 4  |
| Leitbild Eltern .....  | 5  |
| Umgang mit Schiedsrichter*innen“ & Regelungen Spieltag ..... | 7  |
| Präventionskonzept & sexualisierte Gewalt .....              | 9  |
| Grundsätze der Trainingsphilosophie .....                    | 13 |
| Spielintelligenz .....                                       | 13 |
| Einteilungen der Mannschaften .....                          | 14 |
| Grundlagentraining - Spielalter (U5 bis U11) .....           | 15 |
| Trainingsziele und -inhalte .....                            | 16 |
| U5 bis U7 (Spielgruppe & G-Jugend) .....                     | 16 |
| U8/ U9 (F-Junioren) .....                                    | 18 |
| U10 / U11 (E-Junioren) .....                                 | 20 |
| Leistungstraining – Lernalter (U12 bis U19) .....            | 22 |
| U12 / U13 (D-Junioren) .....                                 | 23 |
| U14/U15 (C-Junioren) .....                                   | 25 |
| U16/U17 (B-Junioren) .....                                   | 27 |
| U18/U19 (A-Junioren) .....                                   | 29 |
| Aus- und Fortbildung Trainer & Vorstandsmitglieder .....     | 31 |
| Integration in den Aktivenbereich der Stammvereine .....     | 31 |
| Spielsysteme .....   | 31 |
| Aufwandsentschädigung für Trainer & Betreuer .....           | 31 |

## Die Grundidee & Philosophie

Der JFV Rhein-Selz bildet, im Auftrag und mit Unterstützung der Stammvereine, Jugendspielerinnen und -spieler im Alter zwischen 5 und 19 Jahren aus. Der JFV Rhein-Selz möchte durch eine strukturierte und qualifizierte Ausbildung Kinder und Jugendliche schon früh für den Mannschaftssport und die Vereinsarbeit begeistern. Langfristiges Ziel ist es, Spielerinnen und Spieler für den Aktiven Fußball der Stammvereine heranzuziehen, als Schiedsrichter oder für andere ehrenamtliche Tätigkeiten im Umfeld der Vereine zu qualifizieren. Dabei sind folgende Grundsätze für die Ausbildung und das Miteinander im JFV Rhein-Selz besonders wichtig:

### Der Mensch steht immer im Mittelpunkt!

Jedes Kind und jeder Jugendliche wird als Mensch wertgeschätzt, respektiert und in seiner Persönlichkeitsentwicklung unterstützt.

### Fußball verbindet und überwindet Grenzen!

Über den gemeinsamen „Sport“ ermöglichen wir unseren Sportlerinnen und Sportlern bessere Perspektiven – unabhängig von ihrem sportlichen Leistungsniveau, ihrem sozialen Umfeld, ihrer Nationalität oder Religion.

### Wir arbeiten engagiert und professionell!

Unsere Trainerinnen und Trainer arbeiten mannschaftsübergreifend eng zusammen und bilden sich regelmäßig sportlich und außersportlich weiter. Die sportliche Ausbildung unserer Kinder- und Jugendlichen orientiert sich immer an den jeweils aktuellen Empfehlungen des DFB für den Kinder- und Jugendfußball in Deutschland.

### Wichtige Werte prägen unser Ehrenamt!

Toleranz, Respekt, Fairness und Verantwortungsbewusstsein. Als Vorbild leben und vermitteln alle Trainer, Betreuer und Vorstandsmitglieder diese Werte.

### Wir pflegen gute und freundschaftliche Beziehungen!

Die gute und konstruktive Zusammenarbeit zwischen einzelnen Mannschaften, mit anderen Vereinen und Bildungseinrichtungen, der Stadt Nierstein, der VG Rhein-Selz und der Kreisverwaltung Mainz-Bingen ist uns wichtig und unverzichtbar.

### Wir geben uns verbindliche Regeln und Leitlinien!

Gemeinsam mit Trainern, Spielern und Vorstandsmitgliedern entwickeln wir verbindliche Regeln und Leitlinien im Umgang miteinander und die altersgerechte Förderung der uns anvertrauten Kinder und Jugendlichen im sportlichen und außersportlichen Bereich.

### Der JFV Rhein-Selz ist nur „Gemeinsam Stark!“

Die vertrauensvolle Zusammenarbeit auf allen Ebenen der am JFV Rhein-Selz beteiligten Menschen und Vereine ist unverzichtbar für eine erfolgreiche und zielführende Jugendarbeit!

## Grundsätze der Trainingsphilosophie

Die Freude am Fußballspielen sollte stets die Grundlage für ein qualifiziertes Fußballtraining darstellen. Nur wer dauerhaft mit Spaß dabei ist, wird seine Fähigkeiten laufend verbessern und motiviert zum Training kommen. Der Ball sollte daher immer im Mittelpunkt des Trainings stehen. Übungen und stupide Laufeinheiten sollten vor allem in den jüngeren Jahrgängen vermieden werden.

Die Trainer\*innen bereiten das Training ausführlich vor und berücksichtigen dabei die individuellen Fähigkeiten innerhalb der Mannschaft. Alle Spieler\*innen sollte stets gefordert, aber nicht überfordert werden. Durch abwechslungsreiches Training wird die Vielseitigkeit gefördert und Einseitigkeit vermieden (z.B. Beidfüßigkeit). Zu diesem Zweck werden Übungssammlungen gemeinsam von den sportlichen Leitern und dem Qualifizierungsbeauftragten erstellt und im Vereinsheim jeder Mannschaft zur Verfügung gestellt.

Während des Trainings werden falsch ausgeführte Übungen und Techniken korrigiert, da fehlerhafte, automatisierte Bewegungsmuster später kaum veränderbar sind. Die Betreuer\*innen sollten daher auch in der Lage sein, die Techniken selbst korrekt auszuführen und vorzumachen. Bei der Auswahl der Übungen gelten die Grundsätze vom Einfachen zum Schweren sowie vom Bekannten zum Unbekannten, damit viele Erfolgserlebnisse für jeden Spieler geschaffen werden.

## Spielintelligenz

Spielintelligenz definiert sich als eine „Fähigkeit, sich mit einem Denkprozess den Forderungen und neuen Situationen, die sich ergeben, anzupassen und bereit zu sein, sie zu lösen“. Die Spielintelligenz eines Fußballspielers wird in seiner bewussten Suche nach optimalen Lösungen für alle im Spiel auftretenden Probleme deutlich. Während er die Aktionen seiner Mitspieler\*innen und Gegner\*innen assimiliert, sieht, kennt und beherrscht er die verschiedenen Möglichkeiten zur Lösung dieser Probleme und zeichnet sich dadurch aus, dass er häufig richtig handelt.

Unsere Jugendtrainer\*innen sind mitverantwortlich für die Anhebung des Spielniveaus auf allen Ebenen. Aber dies kann nur erreicht werden, wenn sie mehr als zuvor vereinfachte Spiele im Trainingsprogramm anbieten, in denen die Prozesse

- der Wahrnehmung
- der korrekten Analyse einer Spielsituation
- der richtigen gedanklichen Lösung derselben als auch
- die einwandfreie technische Ausführung der geplanten Spielaktion

Junge Spieler\*innen werden so die Fähigkeit erwerben, nicht nur eine Spielsituation richtig wahrzunehmen und zu lesen, sondern ihre mögliche Weiterentwicklung aufgrund der aufgenommenen und verarbeiteten Informationen auch richtig zu antizipieren! Die Antizipationsfähigkeit, der immer eine optimale Wahrnehmungsfähigkeit und Entscheidungsfindung vorausgeht, ist eine wichtige „Waffe“ intelligenter Spieler\*innen. Aber nur dann, wenn vorher im motorischen Lernprozess die Stufe der Automatisierung der sportartspezifischen Technik erreicht wurde, haben die Spieler\*innen wichtige Kapazitäten frei, um intelligent und antizipativ entscheiden zu können, ohne dauernd auf den Ball zu sehen. Je mehr intelligente Spieler\*innen wir auf dem Feld haben, umso höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass das Spiel auf einem höheren Niveau stattfindet.

Um diese Spielintelligenz zu fördern, konfrontieren wir die Spieler\*innen mit verständlichen und lösbaren Aufgabenstellungen, zu denen sie eigenständig oder mit Unterstützung der Trainer\*innen Lösungen finden müssen.

## Einteilungen der Mannschaften

Spätestens ab den D-Junioren sollte regelmäßig andere Trainer\*innen die Mannschaft übernehmen. Hierbei streben wir ab der D-Junioren an, mit Übergabe der Jugend in die nächsthöhere Jugend auch die Trainer\*innen zu wechseln (regulär alle 2 Jahre). Allerdings ist bei den Minis bis E-Junioren Kontinuität in der Mannschaftsbetreuung wünschenswert.

Jeweils die ersten Mannschaften (ab E-Junioren) in Ihren Jahrgängen sollen leistungsorientiert trainiert werden. Wir wollen ein hohes Leistungsgefälle innerhalb einer Mannschaft vermeiden und Mannschaftsstärken nach Möglichkeit reduzieren, um die bestmögliche Ausbildung zu gewährleisten. Diese Einteilung ist wichtig, um die Kinder und Jugendlichen entsprechend Ihrem Leistungsstand und ihren körperlichen Merkmalen (Wachstumsphase) individuell gezielt zu fördern und Schwächen gezielt zu trainieren. Sie ermöglicht es, die Kinder und Jugendlichen nicht zu über- aber auch nicht zu unterfordern und vermittelt allen gleichzeitig die notwendige Spiel- und Trainingspraxis. Mittelfristig soll in jeder Altersklasse eine Mannschaft höherklassig spielen, ohne dass dabei die anderen Mannschaften gleichen Alters vereinsseitig vernachlässigt werden dürfen. Für diese Ausrichtung mit Leistungskomponente sind der Verein und das Umfeld groß genug. Am Ende der Ausbildung sollten die Jugendlichen in der Lage sein, den Kader der Seniorenmannschaften qualitativ zu verstärken, einzelne aber auch den Wechsel in höherklassige Vereine schaffen.

### A- bis E-Junioren (leistungsorientiert)

Die spielstärksten Kinder werden regelmäßig in der ersten Mannschaft zusammengefasst, dieses erfolgt jahrgangsunabhängig. Ausnahmen sind ebenso wie Härteregelungen in gegenseitiger Absprache möglich. Der engen und primären Abstimmung der Trainer\*innen einer Altersklasse kommt besondere Bedeutung zu.

### F-Junioren

Die Einteilung der Kinder erfolgt primär nach den Jahrgängen, um Freundschaften und Schulgemeinschaften nicht zu behindern, ein Abweichen davon ist nach Übereinkunft der Trainer\*innen in Abstimmung mit den Eltern möglich, insbesondere nach Leistungskriterien.

### G-Junioren

Hier steht Bewegungsförderung und Spaß am Spiel im Mittelpunkt, angereichert um zunehmend fußballerische und Wettkampfelemente. Sie verbleiben nach Jahrgängen geordnet.

## Grundlagentraining - Spielalter (U5 bis U11)

Im ersten Ausbildungsabschnitt des Fußballtrainings muss auf eine vielseitige sportliche Grundausbildung Wert gelegt werden. Die stetige Verbesserung der koordinativen und kognitiven Fähigkeiten der Kinder steht im Vordergrund. Einfache Übungen wie vorwärts- rückwärts- und seitwärts laufen, auf einem Bein stehen und springen, unterschiedliche Fangspiele und einer einfachen Ballschule (fangen, werfen, schießen) bilden die Trainings-Schwerpunkte. Der Spaß und spielerische Elemente stehen jederzeit im Vordergrund. Taktische Anweisungen haben gerade im Alter zwischen 5 und 9 Jahren keinen Sinn. Die Kinder lernen durch Versuch und Irrtum. Anreize setzen und ausprobieren lassen. Die Kinder finden ihre Lösungen. Dadurch erreichen Trainer\*innen eine stetige Weiterentwicklung im Trainingsbetrieb.

Es wird in kleinen Gruppen trainiert, dadurch wird eine große Anzahl von Ballkontakten ermöglicht, die zum Erlernen unterschiedlicher Techniken erforderlich ist. Eine Trainer\*in kümmert sich im Training idealerweise um max. 6 Kinder. Das Vormachen ist besser als langatmiges erklären. Alle Übungen sollten vorrangig mit Bällen in unterschiedlichen Größen, Formen und Farben durchgeführt werden. Spielformen finden in möglichst kleinen Gruppen statt (2 gegen 2, 3 gegen 3) damit auch schwächere Spieler\*innen häufig in das Spielgeschehen eingreifen können.

Konditions- und Ausdauertraining ist im Grundlagentraining tabu. Kondition erlangen die Kinder durch vielseitige Bewegungsformen. Freude am Spiel mit dem Ball und häufige Erfolgserlebnisse für jeden Einzelnen sind die Erfolgsformel. Grundsätzlich wird anfangs mit weichen und kindgerechten sowie in Gewicht und Größe altersangepassten Bällen trainiert und gespielt.

Wichtig ist der Vertrauensaufbau zu Mitspieler\*innen und Trainer\*innen. Deshalb ist es das Ziel, dass die Trainer\*innen nach Möglichkeit die Mannschaften in der G- und F-Jugend (evtl. auch in der E-Jugend) begleiten, um Kontinuität zu vermitteln. Danach ist die Übergabe an andere Trainer\*innen sinnvoll, um sportlich und persönlich neue Anreize zu schaffen.

## Leistungstraining – Lernalter (U12 bis U19)

Im zweiten Ausbildungsabschnitt des Fußballtrainings muss auf ein systematisches Training Wert gelegt werden. Das Leistungsprinzip wird die Mannschaften ab der U12 ständig begleiten. So werden die Spieler nun nach Leistung in ihre Mannschaften eingeteilt. Dies soll ein hohes Leistungsgefälle verhindern. Zudem trägt es dazu bei, dass alle Spieler\*innen Spielzeit bekommen, dass sich spielerisch stärkere Spieler\*innen im Training nicht langweilen und spielerisch schwächere Spieler\*innen immer Spaß im Training haben.

Generell wird das Training für die Spieler\*innen anspruchsvoller. So wird vermehrt mit taktischen Schwerpunkt trainiert und gezielte Mannschafts- und Spieltaktiken mit eingeführt. Die Trainer können auf unsere Veo Spielanalyse zurückgreifen, um so den Spieler\*innen vertiefte Einblicke in die Taktikschulung zu geben und gezielte Hilfestellungen mit passenden Beispielen vermitteln.

Der individuelle Wettkampf mit den Mannschaftskollegen aber auch der Wettkampf in der Liga wird immer wichtiger. Die Spieler\*innen wollen sich gegenseitig messen und weiterentwickeln. Genau dies wird im Lernalter genutzt, um in spielerischen Wettkämpfen auch die Kondition und Koordination voranzutreiben. Dynamik und Schnelligkeit sind essenziell für einige Spielsysteme im modernen Fußball.

Ab dem Lernalter sollten die Spieler\*innen stückweise immer mehr in das Vereinsgeschehen integriert werden. Sie wollen Verantwortung übernehmen und sollen diese bekommen. Ein aktives Vereinsleben entscheidet oft über den Verbleib der Spieler\*innen. Nur wenn das Vereinsleben um den Spiel- und Trainingsbetrieb ansehnlich und abwechslungsreich ist, können sich die Spieler\*innen wohl fühlen.

Ab der A-Jugend ist es nun erforderlich die Spieler\*innen vermehrt auf den Übergang in den Aktiven Fußball vorzubereiten. Die Jugendspieler\*innen interessieren sich für die Aktiven, so sollte man beide Bereiche vermehrt zusammen bringen. Ein gemeinsamer Mannschaftsabend oder gemeinsame Aktionen im Verein stärken die Bindung zu den Stammvereinen und den Aktiven Mannschaften.