

Fußball Club Laiz 1919 e.V.



FC Laiz 1919 e.V. * Postfach 19 * 72485 Sigmaringen 1

FC Laiz - Jugendabteilung –

Konzept zur Förderung von Kindern und Jugendlichen

Die Jugendabteilung des FC Laiz hat ein Konzept erarbeitet, in dem die gezielte Förderung von Kindern und Jugendlichen in unserem Verein erläutert wird.

Das Konzept steht unter dem Motto

„Kinder stark machen im Verein.“

Zunächst sollen einige allgemeine Überlegungen zum Jugendtraining vorgestellt werden.

Entwicklung und Wachstum

Die Entwicklung von Kindern ist ein fortwährender Prozess. Sie verläuft in bestimmten Stufen, die sich durch hervorstechende Merkmale voneinander abheben.

<u>1. Stufe</u>	Vorschulalter	3 – 6 Jahre
Die Kinder	- zeigen eine ausgeprägte Bewegungsfreude zeigen spontane Begeisterung wollen sich messen sind aber noch Ich-betont	
<u>2. Stufe</u>	frühes Schulkindalter	6 – 10 Jahre
Die Kinder	- machen schnelle Fortschritte in der Motorik erlernen das Mannschaftsspiel entwickeln koordinative Fähigkeiten	
<u>3. Stufe</u>	spätes Schulkindalter	10 – 12/13 Jahre
	bestes Lernalter	
Die Kinder	- haben die beste motorische Lernfähigkeit besitzen eine hochgradige Körperbeherrschung erlernen spielend alle Techniken	

sind hoch motiviert
 ahmen Vorbilder nach
 entwickeln das Wir-Gefühl
 entwickeln das Gruppengefühl

4. Stufe **frühes Jugendalter** **12/13 – 14/15 Jahre**

Die Jugendlichen - sind im Gestaltwandel
 sind egoistisch, trotzig, empfindlich
 zeigen Unlustgefühl, Leistungsschwäche, Unsicherheit

5. Stufe **spätes Jugendalter** **15/16 – 18 Jahre**

Die Jugendlichen - werden psychisch stabil
 wollen Anerkennung und Mitverantwortung
 haben ein gesteigertes Geltungsbewusstsein
 ändern ihre Interessen

Aus diesen Entwicklungsphasen ergeben sich folgende Trainingsinhalte in den jeweiligen Altersstufen unserer Jugendmannschaften.

Trainingsinhalte für Kinder und Jugendliche

Mannschaft	Technik	Taktik	Kondition
Bambini F-Jugend	Ballgewöhnung Innenspannstoß Innenseitstoß Torschusspiele Ball führen An- und Mitnahme Torwarttechnik	Spielverhalten (durch unterschiedl. Fang- und Ballspiele)	Reaktionsübungen Schnelligkeitsübungen Beweglichkeit
E-Jugend	Spannstoß Innenseitstoß Stoppen, Passen Dribbling mit Finten Kopfballspiel (mit Softbällen) Torwarttechnik	Spielverhalten s. F-Jugend	Reaktion Schnelligkeit Gewandtheit Beweglichkeit aerobe Ausdauer
D-Jugend	Spannstoß Innenseitstoß An- und Mitnahme Volleyschuss Dribbling mit Finten Kopfballspiel Einwurf	Freilaufen Verhalten bei Pass/ Flanke Stellungsspiel Torwart Gruppentaktik Torschuss	Reaktion Schnelligkeit Gewandtheit Beweglichkeit aerobe Ausdauer

	Torwarttechnik	Direktspiel mannschaftstaktisches Verhalten	
C-Jugend	Spannstoß Innenseitstoß Stoppen/Passen Dribbling Kopfballspiel Doppelpass Übergeben/Übernehmen Torwarttechnik	Spieltaktische Grundfähigkeiten (Wahrnehmung, Raum-Zeitgefühl) Taktik Spielposition Freilaufen Deckungsformen Zusammensp.m.TW	Kraft Kraftausdauer aerobe Ausdauer Beweglichkeit
B-Jugend	Spannstoß Innenseitstoß Kunst- und Effetstöße An- und Mitnahme Doppelpass Übergeben/Übernehmen Dribbling Kopfballspiel Torwarttechnik	Taktik der Spielposition Überzahlspiel Unterzahlspiel Zweikampfverhalten Deckungsformen	aerobe Ausdauer anaerobe Ausdauer Schnelligkeit Maximalkraft Schnellkraft Beweglichkeit
A-Jugend	Spannstoß Innenseitstoß Kunst- und Effetstöße An- und Mitnahme Doppelpass Übergeben/Übernehmen Dribbling Kopfballspiel Torwarttechnik	s. B-Jugend Verhalten in Standardsituationen Spiel gegen verstärkte Abwehr taktische Wettkampfformen Zusammenarbeit mit Trainer, Mannschaft des aktiven Bereichs	aerobe Ausdauer anaerobe Ausdauer Schnelligkeit Maximalkraft Schnellkraft Beweglichkeit Kraftausdauer

Allgemeine Ziele des Trainings und der Betreuung sind:

- Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- technische und taktische Ausbildung
- Erziehung zu sozialem Verhalten
- Ausbildung von Willenseigenschaften
- Reifung zur Persönlichkeit
- Gestaltung der Freizeit

Schlussbemerkung:

Für die Arbeit mit Jugendlichen ergibt sich somit ein langfristig angelegter Leistungsaufbau über ca. 10 Jahre hinweg. Dieser lange Steuerungsprozess erfordert sehr viel Geduld und Sachverstand. Die Jugendabteilung des FC Laiz mit ihren Jugendtrainern bemüht sich in Zusammenarbeit mit den Eltern diesen Weg erfolgreich zurückzulegen.

Der Jugendleiter

Stark auch ohne Leistungsdruck

Anregungen für Eltern, Kinder und Trainer

Was wäre der Sport im Verein ohne Eltern? Eltern beteiligen sich an Fahrten zu den wöchentlichen Spielen. Ohne sie wäre ein regelmäßiger Spielbetrieb kaum möglich. Eltern helfen bei Vereinsfesten und Turnieren. Sie ermöglichen abwechslungsreiche Jugendarbeit im Verein.

Allerdings sehen sich Kinder gerade durch ihre Eltern oft einem großen Leistungsdruck ausgesetzt. Eltern wollen ihre Kinder spielen sehen, aber das Leistungsniveau reicht nicht für eine Aufstellung. Eltern wollen ihre Kinder siegen sehen, aber manchmal sind andere eben besser. Dann sind manche Eltern mit dem Trainer nicht einverstanden, reden in die Aufstellung hinein. Damit untergraben sie die Autorität des Trainers. Das hat mitunter negative Auswirkungen auf Teamgeist und Leistung.

Um solche Konflikte zu lösen oder gar nicht erst entstehen zu lassen, ist eine offene Kommunikation zwischen Eltern und Trainer notwendig.

Als hilfreich hat sich dabei erwiesen, wenn sich Eltern und Trainer an gemeinsame Spielregeln halten.

Die Jugendabteilung des FC Laiz möchte folgende 12 Spielregeln vorstellen:

1. Der Trainer stellt die Mannschaft auf
2. Der Trainer bezieht die Eltern bewusst mit ein
3. Der Trainer informiert die Eltern über die Leistung der Kinder und den Entwicklungsstand der Mannschaft
4. Eltern die unzufrieden sind, sollten das persönliche Gespräch suchen
5. Eltern und Trainer gehen freundschaftlich miteinander um, sollten aber stets eine gewisse Distanz wahren
6. Spieler in Mannschaftssportarten müssen frühzeitig lernen, auf ihre Aufstellung zu warten, die Leistungen der Mitspieler anzuerkennen und sich innerhalb der Mannschaft unterzuordnen
7. Für schwächere Spieler, die nicht immer zum Einsatz kommen, sollten Freundschaftsspiele und andere Wettkämpfe stattfinden
8. Kinder freuen sich bei Spielen und Wettkämpfen über Anfeuerung. Taktische Anweisungen aber gibt nur der Trainer
9. Eltern sollten es unterlassen, vor den Kindern die Autorität des Trainers in Frage zu stellen
10. Für Eltern, Kinder und Trainer gilt sportlich fair zu sein. Gegnerische Spieler ebenso wie Schiedsrichter dürfen weder beschimpft noch beleidigt werden
11. Im Vordergrund steht immer die Mannschaft. Eltern, Spieler und Trainer können beim Aufbau eines guten Teamgeistes mitwirken
12. Alle Erwachsenen sind Vorbilder. Sie können den Kindern vorleben, dass Fußball mehr ist als Sieg oder Niederlage. Alle Erwachsenen können durch Lob und Aufmunterung viel dazu beitragen, dass das große Ziel erreicht wird:

Kinder stark machen im Verein

Der Jugendleiter