#wirsindzukunft

AUSBILDUNGSKONZEPT

Konzeptionelle Grundlagen - Jugendfussball

Die Philosophie des VFB Hermsdorf - Abteilung Fussball -

Unsere Mission

Der Kinderfussball bildet das bedeutendste Einstiegstor in ein aktives Sportleben.
Beim VFB Hermdsdorf sind ein Viertel aller aktiven Spieler/-innen
im Kinderfussballalter. Dieser gesellschafts- und sportartspezifisch bedeutenden Bewegung nehmen wir uns an und möchten mit dem «Kinderfussballkonzept
» zur nachhaltigen qualitativen Verbesserung des Kinderfussballs hier mit diesem Ausbildungskonzept des VFB Hermsdorf beitragen.

> *Der VFB Hermsdorf setzt sich für kindergerechten Fussball ein.*

Unsere Haltung

Ein Kind hat das Recht, zu spielen und seine Emotionen auszudrücken. Zu diesem Recht möchten wir ihm auf dem Fundament des Fairplays und gegenseitigen Respekts verhelfen.
Dabei ist das Kind gleichermassen Ausgangs- und Zielperson all unserer Überlegungen, Planungen und Aktivitäten.
Unsere Grundhaltung lässt sich wie folgt zusammenfassen:
Jedes Kind ist begabt! Dabei
sind die Begabungen von Kindern ebenso vielfältig und unterschiedlich wie die Kinder selbst.
Diese Haltung bewegt uns dazu, beim Kinderfussballspiel Rahmenbedingungen zu setzen,
innerhalb derer sich die individuellen Begabungen und Potenziale jedes Kindes bestmöglich entfalten können.

> *Jedes Kind ist begabt und hat das Recht unter Einhaltung von Fairplay und Respekt zu spielen.*

Unsere Vision

Aus unserer Haltung hat sich eine klare Vision für den Kinderfussball entwickelt.
Das Modell der **«3 L»** beschreibt diese Vision treffend:
Das **erste L** steht für die Freude an der Bewegung oder am Erlebnis in der Gruppe:
Lachen!
Das **zweite L** bezeichnet die Möglichkeit, psychisch, motorisch und im Umgang mit anderen Fortschritte zu machen:
Lernen!
Das **dritte L** meint die Anstrengung an sich oder die persönliche Bewertung des Erreichten:
Leisten!
Jeden Anlass, den wir mit Kindern durchführen oder durchgeführt sehen, wollen wir an diesen **drei L** messen: Die Kinder sollen hier **lachen**, **lernen** und **leisten** können. Dementsprechend möchten wir die Trainer/-innen dazu bringen, dass sie sich nach jedem Anlass fragen, ob ihre Kinder heute **gelacht**, **gelernt** und **geleistet** haben. Und zwar in genau dieser Reihenfolge – denn ohne das **Lachen**, die positiven Emotionen, sind die beiden anderen **L** nicht umsetzbar.

> Lachen, Lernen, Leisten sind *die drei L, die in jedem Training und an jedem Spieltag gleichermassen eine Rolle spielen sollen.*

Wusstest Du schon?

„Hermsdorfer grüßt Hermsdorfer“

Das Ausbildungskonzept

Ausgehend von unserer Vision haben wir ein Ausbildungskonzept erarbeitet, dass Kindern einen erfolgreichen Start in der Sportart Fussball beim VFB Hermsdorf im Besonderen ermöglichen soll. Dieses hier folgende Konzept dient als Grundlage für die Ausbildung und soll allen Beteiligten helfen, das individuelle Potenzial jedes Kindes zu erkennen und es in seiner Entwicklung zu unterstützen.

Die Persönlichkeitsentwicklung

Kinder sind in ihrer Selbstständigkeit naturgemäss eingeschränkt. Deshalb müssen alle unsere Massnahmen einer Stimulation der Kinder zum Selbermachen dienen. Nur so kann ihre Autonomie wachsen – und dies in sämtlichen Lebenswelten, das heisst im Privat- und Schulbereich ebenso wie in seiner Rolle als Fussballer/-in.
Dabei muss uns klar sein:
Die Ausbildung im Fussball prägt immer auch die Persönlichkeitsentwicklung.

Wir unterstützen die Entwicklung des Kindes, indem wir es zum Selbermachen anregen.

Lebenswelten beeinflussen sich gegenseitig

Da sich der Privat- und Schulbereich sowie die Fussballwelt der Kinder sowohl positiv (Erfolge im Fussball – Erfolge in der Schule) als auch negativ (Frust im Fussball – Frust zu Hause) beeinflussen können, müssen wir die Kinder unbedingt ganzheitlich betrachten.

Mit vier Kompetenzen zur Persönlichkeit

Die Persönlichkeit einer Fussballerin oder eines Fussballers kann vereinfacht in vier Kompetenzen aufgeteilt werden: **Selbstkompetenz, Sozialkompetenz, Spielkompetenz und Bewegungskompetenz**
Wir gehen im Folgenden auf alle vier Kompetenzen ein,
auf die Spiel- und Bewegungskompetenz allerdings etwas umfassender, da sie im Zusammenhang mit dem hier behandelten Thema Kinderfussball von spezieller Bedeutung sind.

Spielkompetenz

Spielen will gelernt sein

Genetisch bedingt zeigen Kinder schon früh eine grosse Neugierde, mit der sie allem begegnen, was sich bewegt, klingt, anfassen lässt oder schmeckt. So ergeben sich vielfältige, meist individuelle Erfahrungs- oder Spielhandlungen, die bis zum sechsten Lebensjahr ca. 15 000 Stunden insgesamt oder 7 bis 8 Stunden täglich ausmachen (müssen). Das Spielen kann also durchaus als Beruf(ung) der Kinder verstanden werden.

Spielen ist Lernen

Im Spiel machen die Kinder handlungsintensive Erfahrungen, bei denen sie emotional berührt sind. Dieser hohe Bedeutungsgrad, den die Kinder in ihren Spielmomenten unmittelbar erleben, ermöglicht nachhaltige und ganzheitliche Lernfortschritte.

Lernen heisst selber machen

Es gibt keine direkten Einflussmöglichkeiten auf den Lernprozess von Kindern. Jedoch wirken Eltern, Lehrpersonen und Trainer/-innen sehr wohl als Vorbilder und Unterstützer, und diese Funktionen gilt es verantwortungsvoll wahrzunehmen. Die Erwachsenen sind insbesondere dafür zuständig, Rahmenbedingungen und Lernatmosphären zu schaffen, die den angeborenen Drang des Kindes zum Selbermachen unterstützen. So wird die natürliche Freude am, im und auf das Spiel erhalten und vergrössert.

Spielen ist ein kindliches Bedürfnis

Kinder kommen in erster Linie in den Fussballverein, um zu spielen, und nicht, um trainiert zu werden. Dies umso mehr in Anbetracht dessen, dass der Strassenfussball, der die natürliche Entwicklung vom Allgemeinen (verschiedene Spiel- und Bewegungsformen) zum Speziellen (Fussball) fördert, am Aussterben ist. Das Spielen entspricht einem essenziellen Bedürfnis des Kindes, und so muss der vereinsgeleitete Kinderfussball – als Alternative zum aussterbenden Strassenfussball – der Tendenz zur Frühspezialisierung ohne die notwendigen (Spiel-)Voraussetzungen und ohne selbst initiierte Erfahrungen entgegenwirken. Denn die Frühspezialisierung taugt weder als Basis für Talententwicklung noch als Garant für lebenslanges Sporttreiben.

Funktionen der Spielkompetenz

Wie alle weiteren Kompetenzen wirkt auch die Spielkompetenz von Kindern auf andere Entwicklungsebenen ein. Kinder, die viel und intensiv spielen, zeichnen sich vor allem in folgenden Bereichen aus:

Wusstest Du schon?

„Die Zukunft kann man am besten voraussagen, wenn man sie mitgestaltet.“

#wirsindzukunft

AUSBILDUNGSKONZEPT

Konzeptionelle Grundlagen - Jugendfussball

Sozialer Bereich

Höhere Regelakzeptanz, Regelbewusstsein, eigenständige Überwachung der Regeln, Respekt,
Fairplay, Kooperationsbewusstsein.

Emotionaler Bereich

Erkennen und Erleben von Gefühlen, Verarbeitung von Enttäuschung, Aufbau von Mitgefühl und Toleranz.

Kognitiver Bereich

Erwerb einfacher taktischer Verhaltensweisen (Täuschen, Freilaufen, Decken etc.), bessere Wahrnehmung.

Motorischer Bereich

Flüssigere Bewegungen, Ausbildung Feinmotorik, bessere Reaktions- und Gleichgewichtsfähigkeit.

Bewegungskompetenz

Die Gene legen fest, was aus einem Mensch werden könnte. Was aber tatsächlich aus ihm wird, hängt von den Erfahrungen ab, die er in seinem Leben und vor allem in seiner Kindheit macht. Eine frühe, regelmässige und breite Stimulation – das heisst möglichst vielfältige Gelegenheiten, um Bewegungs- und Sinneserfahrungen zu sammeln – führt zu verstärkten Verknüpfungen im Gehirn, die der Bewegungskompetenz förderlich sind.

Zusammenhang von Bewegungsformen und Bewegungskompetenz

Regelmässiges Fussballspielen stellt zwar bereits vielseitige Anforderungen in den Bereichen «Laufen, Springen» und «Werfen, Fangen», wobei Letzteres im Fussball dem «Passen, Annehmen» entspricht. Um jedoch eine breitere Bewegungskompetenz zu erzielen – und damit mehr und stärkere Verknüpfungen im Gehirn –, müssen weitere Bewegungsakzente erlernt werden (siehe die neun Bewegungsgrundformen in der Abbildung unten). Deshalb beinhaltet ein gutes Kinderfussballtraining ergänzende Bewegungsgrundformen, die anderen Sportarten entlehnt werden. Gemeinhin gilt: Je breiter die Bewegungs- und Sinneserfahrungen sind, desto komplexere Handlungen können später umgesetzt werden.

Zusammenhang von Koordination und Bewegungskompetenz

Einen enormen Einfluss auf die Qualität jeglicher motorischer Tätigkeit hat die koordinative Kompetenz. Sie reguliert die Muskelaktivitäten bei der Realisierung von Bewegungen.
Im Kindesalter kann sie sich unter der Bedingung der regelmässigen Stimulation optimal entwickeln. Koordinative Aufgaben gehören deshalb in jede Trainingslektion. Ein breit gefächertes, auf die Bewegungsgrundformen abgestütztes Kinderfussballtraining entspricht dieser Anforderung.

BEWEGUNGSGRUNDFORMEN

Laufen, Springen, Balancieren, Rollen, Drehen, Klettern, Stützen (keine Liegetütz), Schaukeln, Schwingen, Rythmisieren, Tanzen, Werfen, Fangen, Kämpfen, Raufen, Rutschen, Gleiten.

Wusstest Du schon?

„Nur der Ehrgeiz, durch den keine Eitelkeit schimmert, hat Zukunft.“

AUSBILDUNGSKONZEPT

Konzeptionelle Grundlagen - Jugendfussball

Selbstkompetenz

Für die individuelle Begabungsentfaltung des Kindes ist die Entwicklung der Selbstkompetenz entscheidend. Selbstkompetenz bedeutet, in sich verändernden Zusammenhängen motiviert handeln und aktiv mitgestalten zu können. Auf der Basis des Vertrauens lernen die Kinder, ihre eigenen inneren Zustände wahrzunehmen (Selbstwahrnehmung), sie auszudrücken (Selbstausdruck) und sie zu regulieren (Selbstregulierung). Daraus entwickeln die Kinder ihr Selbstbild: Wer bin ich? Was kann ich? Was weiss ich?

Sozialkompetenz

Kinder brauchen andere Kinder, um in eine soziale Gemeinschaft hineinwachsen und darin Verantwortung, Funktionen und Rollen übernehmen zu können. Sozialkompetentes Verhalten verknüpft die individuellen Handlungsziele mit den Einstellungen und Werten der Gruppe. Bedingung dafür ist, dass miteinander kommuniziert wird. Denn nur so wird dem Einzelnen klar, welche Ziele die Gruppe hat und wie diese mit den eigenen Zielen in Einklang gebracht werden können respektive wo Kompromisse gemacht werden müssen. Auf der Basis der Kommunikation also entwickeln sich die Kooperations- und die Konfliktfähigkeit als zentrale Elemente der Sozialkompetenz.

Wusstest Du schon?

„Veränderungen begünstigen nur den, der darauf vorbereitet ist.“

Die Ausbildungsgrundsätze

Wir unterscheiden vier Grundsätze, die beschreiben, wie ein erfolgreiches Training (oder eine erfolgreiche Ausbildung) gestaltet sein muss:
1. Spielerisch
2. Kindergerecht
3. Vielseitig
4. Spielsituationsorientiert

1. Spielerisch

Wenn wir Kinder – insbesondere die Jüngsten – im und durch den Fussball zum Lernen anregen wollen, müssen wir ihre Fantasie und ihre Emotionen ansprechen. Das gelingt ambesten, wenn wir die Inhalte spielerisch gestalten, indem wir die Kinder durch (Vor-)Bilder zum Nachahmen (z. B. «Hakenschlagen wie ein Hase») anregen oder durch herausforderndeAufgabenstellungen in ihrer Welt (z. B. «Dribbeln durch den Hütchenwald») ansprechen. Mit herausfordernden Aufgaben sind nicht nur Wettbewerbe unter den Kindern («Wer hat am meisten …?») gemeint, sondern auch messbare Aufgaben für das einzelne Kind («Wie schnell kannst du …?»).

2. Kindergerecht

Sämtliche kindlichen Entwicklungsprozesse – Wachstum, Reife oder die Entwicklung der geistigen und motorischen Kompetenzen – sind fortschreitend. Wir unterscheiden aber in Bezug auf das Entwicklungstempo retardierte (verzögerte) und akzelerierte (beschleunigte) Fortschritte. Und so verstehen wir unter dem Begriff «kindergerecht» eine Methodik und Didaktik, die dem Entwicklungsstand, den Bedürfnissen und den Kompetenzen der Kinder entspricht. Dazu braucht es fundierte Kenntnis des kindlichen Wesens sowie das echte Interesse an ihren individuellen Eigenschaften und Voraussetzungen. Das Wissen um die Möglichkeiten der Kinder zeigt sich in einem guten Lernklima. Kinder wollen lachen, lernen und leisten. Nur so sind sie nachhaltig motiviert.

3. Vielseitig

Kinder sind grundsätzlich keine Spezialisten, sondern neugierige, kreative Allrounder. Diesem natürlichen kindlichen Bedürfnis nach Abwechslung entspricht das Prinzip der Vielseitigkeit:
Für eine ganzheitliche Entwicklung benötigen Kinder vielfältige Bewegungserfahrungen. In Schnuppertrainings anderer Sportarten, aber auch in einem breit gefächerten Kinderfussballtraining eignen sie sich eine breite Basis an motorischen Kompetenzen – Bewegungsgrundformen – an und bauen so wertvolles Erfahrungswissen auf.
(Zusammenspiel, Passspiel etc.) in die Nähe des gegnerischen Tors zu bringen («Tore vorbereiten») respektive den Ball bei gegnerischem Ballbesitz zurückzuerobern.

4. Spielsituationsorientiert

Das Spiel ist der beste Lehrmeister. Doch wichtig ist dabei, dass das Spiel der Situation angepasst wird: Es sollten Distanzen und Räume gewählt werden, die Kinder bewältigen können.
Zwei Spielphasen, vier Spielsituationen
Wir unterteilen das Spiel der Kinder in zwei grundsätzliche Spielphasen: Die erste Phase läuft unter dem Motto «Wir haben den Ball», die zweite unter «Der Gegner hat den Ball». Daraus ergeben sich insgesamt vier verschiedene Spielsituationen, an denen sich die Ausbildung der Kinder orientieren muss: Tore erzielen» und «Tore vorbereiten», wenn wir den Ball haben, sowie «Tore verhindern» und «Ball erobern», wenn der Gegner den Ball hat. «Tore erzielen» kommt vor «Tore vorbereiten» Die anfänglich bedeutendsten Spielsituationen heissen «Tore erzielen» respektive «Tore verhindern», da gerade hier die besonders lernwirksamen Emotionen erlebt werden. Mit zunehmendem Alter wird es immer wichtiger, den Ball individuell (Dribbling, Finte etc.) oder kollektiv (Zusammenspiel, Passspiel etc.) in die Nähe des gegnerischen Tors zu bringen («Tore vorbereiten») respektive den Ball bei gegnerischem Ballbesitz zurückzuerobern.

Die Trainingsschwerpunkte

Unter Berücksichtigung der Ausbildungsgrundsätze und der Persönlichkeitsentwicklung hat der VFB Hermsdorf folgenden drei Trainingsschwerpunkte definiert:

1. Fussball spielen lernen
2. Vielseitigkeit erleben
3. Fussball spielen

1. Fussball spielen lernen

Die altersgerechte, schrittweise Vermittlung des Fussball-ABCs ist das Herzstück in jedem Training. Allem voran muss den Kindern eine hohe Zahl an Ballkontakten ermöglicht werden, denn das Spiel des Balles mit dem Fuss verlangt schon früh eine gut entwickelte Ballfertigkeit, um die vielfältigen und komplexen Spielsituationen lösen zu können. Zu diesem Zweck sollte jedes Kind in jedem Training mit einem eigenen Ball üben können («Ich und mein Ball»).

Vom Nebeneinander zum Miteinander

Viele, möglichst variantenreiche Ballberührungen ermöglichen den Aufbau eines stabilen technischen Repertoires. Daneben gewinnt zunehmend auch das «Ich und Du und der Ball» sowie das «Wir und der Ball» und damit das Passen und Zusammenspielen an Bedeutung. So kann sich aus dem anfänglichen Nebeneinanderspielen ein kooperatives Miteinanderspielen entwickeln.

Durch die spielsituationsorientierten Inhalte werden die Kinder ganzheitlich gefordert. Folglich können wir im Kinderfussball auf die klassische Unterteilung in die Einzelaspekte «Mental», «Taktik», «Technik», «Kondition» verzichten.

Wichtige Trainingsthemen oft trainieren

Die Trainingsthemen zum Schwerpunkt «Fussball spielen lernen» sind in der folgenden Tabelle aufgeführt. «Sich im Raum orientieren» und «Beidseitigkeit» sind Themen, die auf allen Stufen der Ausbildung von grosser Wichtigkeit sind. Die weiteren Themen sind den Spielphasen («Wir haben den Ball» oder «der Gegner hat den Ball»), in denen sie vorkommen, zugeordnet. Sie sind chronologisch gemäss der Spielentwicklung aufgeführt: Einzelaktionen («Ich»), Formen zu zweit («Ich und Du») oder in der Gruppe («Wir»). Die Sterne geben die Gewichtung der Themen an: Was drei Sterne hat, wird oft trainiert, dagegen sind Trainingsthemen, die in der angegebenen Alterskategorie eine geringere Bedeutung haben mit nur einem Stern gekennzeichnet.

		G	F	E
	Sich im Raum orientieren	***	***	***
	Beidseitigkeit	***	***	***

	Wir haben den Ball	G	F	E		Der Gegner hat den Ball	G	F	E
Ich	Tor erzielen	***	***	***	1:0/1:1	Ball erobern	***	***	***
	Ball führen	***	**	**	1:0/1:1	Ballbesitzer unter Druck setzen	*	**	***
	Ballgefühl entwickeln	**	**	***	1:0/1:1	Schuss blocken	*	**	***
	Ausspielen (Finten)	*	**	***	1:0/1:1	Pässe abfangen	*	**	***
	Richtungswechsel mit Ball	*	**	***	1:0/1:1	Abbremsen (tackeln)		*	**
	Ball abschirmen		*	**	1:1/1:2	Angriff zur Seite ablenken (steuern)			*
Ich + Du	Ball an- und mitnehmen	*	**	***	2:1/2:2 (+ Joker)	Helfen und unterstützen	*	**	***
	Passen	*	**	***	2:1/2:2 (+ Joker)				
	Sich anbieten	*	**	***	2:1/2:2 (+ Joker)				
Wir	Zusammenspielen; Überzahl schaffen		*	**	3:1/3:2/3:3 (+ Joker)	Gemeinsam den Ball jagen		*	**
	Sich freilaufen	*	**	***	3:1/3:2/3:3 (+ Joker)				
	Lücken erkennen und nutzen		*	**	3:1/3:2/3:3 (+ Joker)				

2. Vielseitigkeit erleben

In jedem Training sollen die Kinder Vielseitigkeit erleben. Verschiedene Kinderspielformen eignen sich als Inhalte in der Einleitung, der ersten Phase des Trainings. Auch im Hauptteil ist der Schwerpunkt «Vielseitigkeit erleben» fest verankert. Dafür eigenen sich die Basisübungsund -spielformen (siehe «Das 3mal3») zu den drei Themenbereichen «Mutig und stark», «Rhythmisch und geschickt» und «Flink und wendig». Regelmässig angewendet sorgen sie für viele fussballergänzende Bewegungsakzente und damit für eine ganzheitliche Entwicklung der Kinder. Das regelmässige Training der Beidseitigkeit trägt zur vielseitigen Beanspruchung und Entwicklung des Gehirns bei. Kinder werden auch dann vielseitig gefordert, wenn verschiedene Sinne über unterschiedliche Wahrnehmungskanäle angesprochen werden. Gut ausgebildete Sinne – gemeint sind: Sehen, Hören, Spüren und die inneren Informationssysteme, aber auch der Bewegungssinn (kinästhetisch) sowie der Gleichgewichtssinn – beeinflussen die Handlungsschnelligkeit positiv. Ebenso erweitern Umgebungswechsel, zum Beispiel vom Rasen in die Halle oder auf den Hartplatz, die Vielseitigkeit im Jahresprogramm.

3. Fussball spielen

Kinder brauchen in jedem Training Gelegenheit, ungezwungene Spielerfahrung zu sammeln und das Gelernte mutig auszuprobieren. Trainer/-innen können dies zur Lernkontrolle und zur Beobachtung nutzen. Sie greifen nur dann ein, wenn die Teamspielregeln (Fairplay, Respekt) verletzt, Konflikte nicht selbstständig gelöst oder Über- respektive Unterforderungen auftreten.
Das Spiel des Kinderfussballs muss sich in einer so interessanten Form präsentieren, dass es die Kinder animiert und befähigt, eigene Spielvarianten (des Fussballs) zu kreieren. Das freie, selbstbestimmte Spiel hat nicht nur einen grossen Einfluss auf die Entwicklung der Persönlichkeit, sondern auch auf die Entwicklung von Talenten.

Wusstest Du schon?

„Die Kinder von heute sind die Fussballer von morgen.“

#wirsindzukunft

AUSBILDUNGSKONZEPT

Konzeptionelle Grundlagen - Jugendfussball

Das Training

Kinder kommen in erster Linie in den Verein, um Fussball zu spielen, und nicht, um zu trainieren .Diese Erkenntnis legt die Basis für die Umsetzung der vier Ausbildungsgrundsätze «spielerisch», «spielsituationsorientiert», «kindergerecht» und «vielseitig». Falsch wäre jedoch die Annahme, dass die Kinder im Training «nur» spielen wollen. Sie haben den berechtigten Anspruch, das Fussballspiel zu lernen und Fortschritte zu machen, um ihreKompetenz in diesem Spiel steigern zu können.

Das Trainingsschema

Das Training besteht aus einer Einleitung, einem Hauptteil mit den Schwerpunkten «Fussballspielen», «Fussball spielen lernen» und «Vielseitigkeit erleben» sowie einem Ausklang. Bei der Gestaltung der Einleitung geniessen die Trainer/-innen viel Freiheit. Ziel ist es hier, die Kinder gedanklich und körperlich auf das Training vorzubereiten. Jedem Kind steht dabei ein eigener Ball zur Verfügung, damit es schon in diesem Teil des Trainings durch möglichst viele Ballkontakte ein Ballgefühl entwickeln kann. Bei den Kleinsten lässt sich dieser Abschnitt in eine kurze Geschichte verpacken, was die Bereitschaft und Neugierde auf die nachfolgenden Aktivitäten weckt. In der Einleitung für ältere Kinder gewähren Fang-, Lauf- und Orientierungsspiele eine hohe Bewegungsintensität. Im Hauptteil werden alle drei Trainingsschwerpunkte umgesetzt. Die Reihenfolge können die Trainer/-innen frei bestimmen. Im Ausklang wird das Training gemeinsam mit einem – falls nötig, beruhigenden – Spiel, einem Schlusswort und der gegenseitigen persönlichen Verabschiedung (per Handschlag) beendet.

EINLEITUNG	HAUPTTEIL Fußball spielen lernen! | Vielseitigkeit erleben! | Fussball spielen!			AUSKLANG
	Fußball spielen lernen	Vielseitigkeit erleben	Fussball spielen	
Kinder-/ Orientierungsspiele (jedes Kind mit einem Ball, alle aktiv	Spielsituationsorientierte Spiel- und Übungsformen	Bewegungsgrundformen	Spiel ohne einschränkende Zusatzregeln	Entspannungs-/ Beweglichkeitsspiele
••Einstimmen auf das Training ••Emotionen wecken wecken	••Spannende Lernangebote machen ••Beobachten, beurteilen, beraten •• Interesse am Lernfortschritt zeigen	••Ermutigen und Neugierde wecken ••Motivieren und Eigeninitiative ermöglichen	••Still beobachten und in den Pausen bezüglich Spielprinzipien beraten ••Gelungene Aktionen und Kreativität loben	••Alle einbeziehen ••Fantasievoll gestalten ••Beruhigen, Konflikte lösen

Empfohlene Zeitdauer in Minuten für die drei Alterskategorien:

G 5-15 min	5-20 min	5-20 min	5-20 min	5-10 min
F 5-20 min	20-25 min	15-20 min	20-25 min	5-10 min
E 10-20 min	20-30 min	15-20 min	20-30 min	5-10 min

Komplett = 90 Minuten

Wusstest Du schon?

„Die Kinder von heute sind die Fussballer von morgen."

Kindergerechte Methodik

Die kindergerechte Methodik hat zum Ziel, dass die Ausbildungsgrundsätze (spielerisch, spielsituationsorientiert, kindergerecht und vielseitig) und Trainingsschwerpunkte (Fussballspielen lernen, Vielseitigkeit erleben, Fussball spielen) so umgesetzt werden, dass die Kinder ihre Kompetenzen ganzheitlich entwickeln können. Folgende Methoden sollen beim VFB Hermsdorf angewand werden:

Methodik	Umsetzung
Hohe Wiederholungszahl	·Kleine Gruppen bilden (3–5 Kinder). ·Jede /-r Spieler/-in verfügt über einen Ball.
An Bekanntem anknüpfen	·Spiele und Übungen schrittweise einführen. ·Vieles wiederholen und variieren. ·2 bis max. 4 Regeln gleichzeitig einführen.
Gute Erfolgsaussicht	·Erfolgschance grösser als 50 Prozent. ·Viele Tore erzielen. ·Aufgaben meistern. ·Schwächere Kinder durch positives Feedback stärken.
Prinzip der Variation	Durch Variieren von Regeln, Feld, Spielerzahl, Material: ·Aufgabe dem individuellen Können anpassen (erleichtern/erschweren). ·Spannung in Spielen und Übungen erhalten.
Offene Lernsituationen	·Kindliche Neugierde wecken. ·Die Kinder Neues entdecken lassen. ·Ideen der Kinder einbeziehen. ·Offene Fragen stellen. ·Immer wieder «loslassen» und nicht immer führen. ·Jüngere Kinder sind 8 (üben) bis 20 Minuten (spielen) aufmerksam. ·Ältere Kinder sind bis 20 Minuten (üben) und länger (spielen) aufmerksam.
Organisation und Planung	·Regeln und Abmachungen treffen (z. B. «Nicht erlaubt ist, was dem anderen schadet oder ihn kränkt»). ·Vorausschauende Planung (Materialeinsatz, Spielereinteilung). ·Rituale gezielt und konsequent einsetzen. ·Farbige Markierungen bewusst einsetzen. ·Längere Umbauphasen verhindern. ·Gruppeneinteilung vor dem Training erstellen.
Inszenierung	·In fantasievolle Geschichten verpacken. ·Spiele und Wettbewerbe spannend inszenieren (Handlungsverlauf offen lassen). ·Bewegungsablauf bildlich beschreiben. ·Positive Stimmung schaffen (niemanden auslachen).
Perspektivenvielfalt	·Spielpositionen und Rollen wechseln. ·Kinder möglichst viel mithelfen lassen.
Beidseitigkeit	·Übungen und Aufgaben immer beidseitig ausführen.

Wusstest Du schon?

„Wer hohe Türme bauen will, muss lange beim Fundament verweilen.“

Methodischer Fahrplan für Spiele und Übungen

Der methodische Fahrplan bietet die Möglichkeit, ein Spiel oder eine Übung zu inszenieren. Er berücksichtigt wichtige Punkte des kindergerechten Unterrichtens.
1. Offen starten:
Die Kinder können im ersten Teil eigene Ideen einbringen, Neues entdecken und ausprobieren.

2. Üben:
Im zweiten Teil können die Trainer/-innen Lösungen vermitteln, den Fokus auf die Qualität legen, die Ausführung vorschreiben und Fehler korrigieren. So achten sie zum Beispiel auf die korrekten und beidseitigen Bewegungsausführungen und ermöglichen genügend Wiederholungen.

3. Wetteifern:
Mit einer spannenden Wettbewerbsform im dritten Teil lässt sich die Aufmerksamkeit und die Motivation der Kinder aufrechterhalten. Ein Wettbewerb bringt Emotionen ins Spiel und steigert dadurch die Intensität. Dieser Fahrplan eignet sich besonders für die Einleitung des Trainings sowie für die Trainingsschwerpunkte «Fussball spielen lernen» und «Vielseitigkeit erleben im Hauptteil».

Tipps zum Beobachten und Begleiten

Ziel: **Die Kinder sollen viele Tore erzielen können. Gelingt dies?**
Ja: Super!
Nein, es gelingen nur wenige oder keine Tore:
> Tore vergrössern oder Distanz zwischen den Toren verkürzen
> Teamgrösse verkleinern

Ziel: **Die Kinder können im Team zusammenspielen, z. B. drei bis fünf Pässe in Folge spielen (ab E-Jugend)**
Gelingt dies?
Ja: Super!
Nein, den Kindern gelingen keine Passfolgen:
> Feld breiter, evtl. auch länger machen
> Raum in Breite und Tiefe besser nutzen («Blume» erklären, siehe Spielsituation 1, «Tore gemeinsam vorbereiten»: Kat. E)
Bei Schwarmbildung: Spieleranzahl verringern und/oder auf je zwei kleine Tore spielen

Wusstest Du schon?

„Verweile nicht in der Vergangenheit, träume nicht von der Zukunft. Konzentriere dich auf den gegenwärtigen Moment."

Die Fussballkinder des VFB Hermsdorf

Während die physische Entwicklung bei Kindern meist konstant und regelmässig verläuftund eine Unterteilung nicht notwendig macht, bietet sich bei den psychischen Prozesseneine Unterteilung in ältere und jüngere Kinder an.

Physische Entwicklung

Die physische Entwicklung vollzieht sich aufgrund von Wachstum und Reifung sowie von Training und Lernen. Kinder zwischen 5 und 10 Jahren
> wachsen konstant schnell;
> werden immer stärker, schneller, geschickter;
>können immer mehr, immer besser, immer länger.
Einzig die Beweglichkeit bleibt gleich oder nimmt leicht ab. Das Wachstum bei Knaben und Mädchen ist nahezu identisch. Mädchen sind früher reif, Knaben konditionell leicht bevorteilt.

Psychische Entwicklung

Die psychische Entwicklung basiert auf der Hirnentwicklung und den gemachten Erfahrungen. Kinder zwischen 5 und 10 Jahren
> haben Freude an der Bewegung;
> sind motiviert;
> sind leistungsbereit;
> wollen sich in der Gruppe wohlfühlen;
> lernen durch das Beobachten von Modellen.

Unterschiede zwischen jüngeren und älteren Kinder

Kinder zwischen 5 und 8 Jahren
> sind hauptsächlich von innen motiviert;
> spielen, entdecken, experimentieren gerne;
>regulieren Emotionen durch Ablenkung;
>vergleichen sich vor allem mit sich selbst;
>haben meist ein gutes Selbstvertrauen;
>sind Ich-bezogen;
>verfügen über eine kurze Konzentrationsdauer;
>haben noch ein eingeschränktes Vorstellungsvermögen.

Kinder zwischen 7 und 10 Jahren
> sind von innen und aussen motiviert;
> brauchen zunehmend soziale Akzeptanz, Erfolg, Konkurrenz und Mitbestimmung als Motivationsquelle;
> verfügen über eine zunehmende Konzentrationsdauer;
> messen sich gern mit anderen, können sich in andere hineinversetzen;
> entwickeln ihre Orientierungsfähigkeit laufend weiter.

Wusstest Du schon?

„Wege entstehen dadurch, dass man sie geht.“

#wirsindzukunft

AUSBILDUNGSKONZEPT

Konzeptionelle Grundlagen - Jugendfussball

Der Spieltag beim VFB Hermsdorf (Heim -und Auswärts)

Der Spieltag ist für jedes Kind etwas Spezielles. Hier sollen die Kinder das im Training Erlernte mutig ausprobieren und anwenden dürfen. Das Spielen steht im Zentrum – ganz nach dem Motto: Erlebnis statt Ergebnis! Alle Teams absolvieren gleich viele Spiele und haben keine Wartezeiten. So garantiert jeder Spielanlass viele Erlebnisse und Spielerfahrung als Voraussetzungen zur Entwicklung der Persönlichkeit.
Kinderfussball ist kein reduzierter Erwachsenenfussball! Ranglisten und Ausscheiden sind keine Bestandteile unserer Kinderfussballkultur, weil
> sie das ergebnisorientierte Verhalten von Trainern und Eltern schüren
> Kinder in diesem Alter sind mehrheitlich im Hier und Jetzt.
> Das Erlebnis und nicht das Ergebnis soll im Mittelpunkt stehen.

Rahmenbedingungen für ein unbeschwertes Spiel

An unseren Spielanlässen sollen alle Kinder unbeschwert spielen können – in einem Rahmen, der von Fairplay und Respekt geprägt ist, und in einer Form, die den kindlichen Bedürfnissen gerecht wird. Um dies zu erreichen, setzt der VFB Hermsdorf folgende Rahmenbedingungen:
> Die Einsatzzeit ist für alle gleich.
> Die Teammitglieder spielen auf allen Positionen.
> Die Trainerinnen und Trainer beobachten das Spiel ruhig.
> Die Zuschauerinnen und Zuschauer sind auf Distanz.
> Handshakes zwischen Spieler/-innen und Trainer/-innen der gegnerischen Teams
nach jedem Spiel sind Ehrensache.
Die Vereinsverantwortlichen und die Trainer/-innen sorgen gemeinsam für die Einhaltung dieser Abmachungen, damit jeder Spielanlass für alle Beteiligten zum freudvollen Erlebnis wird.

Wusstest Du schon?

„Jeder Tag ist eine neue Chance, das zu tun was du möchtest.“

Die Spielprinzipien

Spielordnung zur Orientierung

Im Kinderfussball ist die taktische Spielpositionierung von geringer Bedeutung. Als Hinführu ngzum Grundlagenfussball und im Sinne der Spielentwicklung ist eine Grundordnung jedoch anzustreben. Diese Ordnung sollte möglichst einfach sein, da die Orientierungsfähigkeit von Kindern noch nicht so gut ausgebildet ist. Dabei hat sich insbesondere die Dreiecksbildung bewährt, weil sie nach einem erfolgreichen Zuspiel bereits die Spielfortsetzung auf die dritte Mitspielstation ermöglicht.

Wechselnde Spielpositionen statt Frühspezialisierung

Für eine ganzheitliche Ausbildung der Spielkompetenz müssen wir den Kindern zur grösstmöglichen Perspektivenvielfalt verhelfen, das heisst: Sie müssen das Spiel immer wieder aus verschiedenen Winkeln, Distanzen und Rollen erleben können. Eine Frühspezialisierung auf bestimmte Spielpositionen innerhalb des Kinderfussballs schadet nicht nur der späteren Entwicklung der Kinder als Fussballer/-innen, sondern ist auch der Entwicklung zur Persönlichkeit nicht förderlich.

Ebenfalls wechselnde Torspieler/-innen

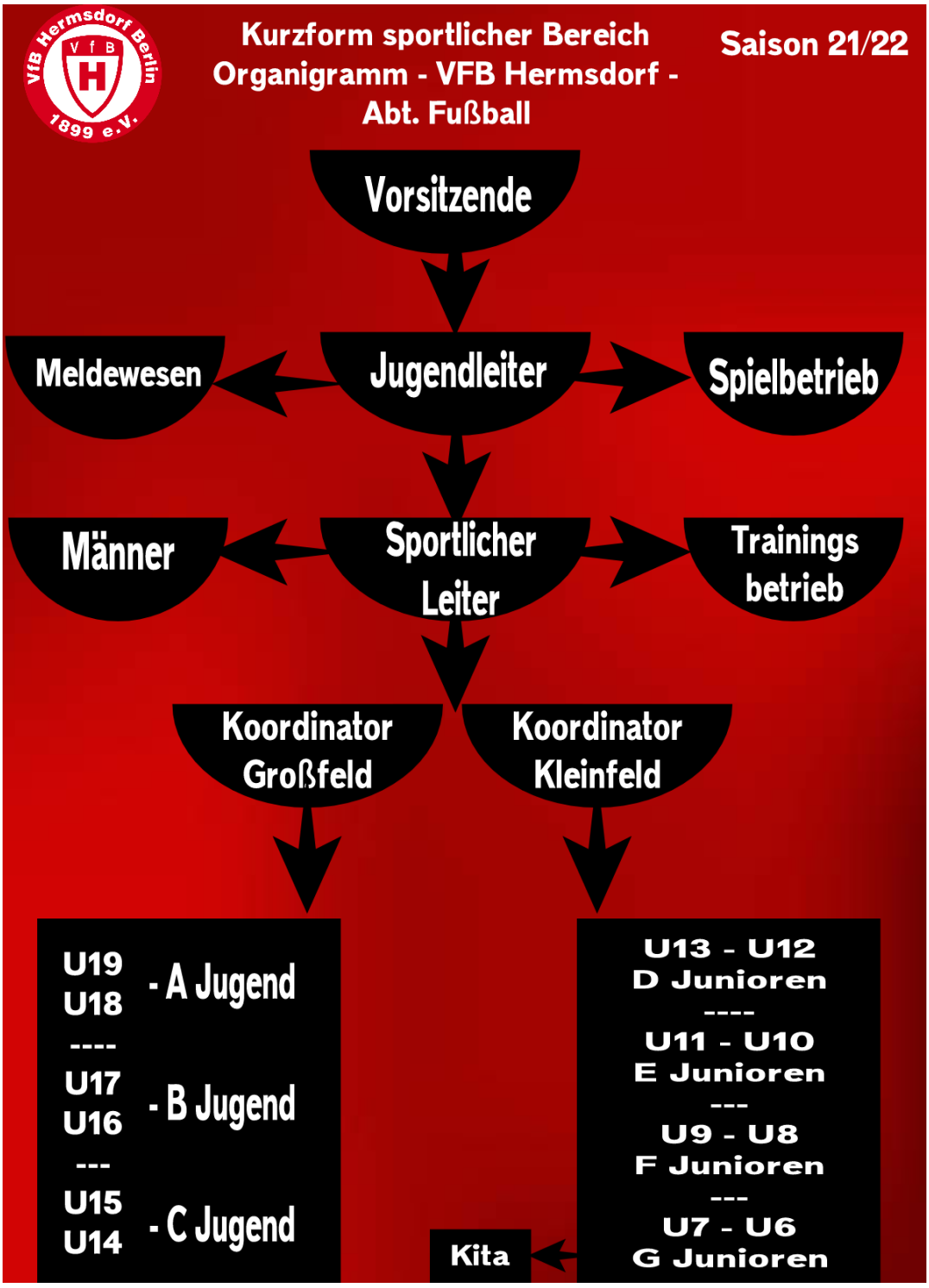
Der Torspieler nimmt aktiv am Spiel teil. Bei den G- und F-Junioren soll jedes Kind abwechselnd als Torspieler/-in eingesetzt werden, bei den E-Junioren vor allem diejenigen, welche die Position aktiv suchen.

Spielprinzipien		
	Wir haben den Ball	**Der Gegner hat den Ball**
Einzeln	> Mutig nach vorne dribbeln und passen. > Entschlossen den Abschluss suchen.	> Den Ball erobern. > Zum Ball verteidigen.
Gemeinsam	> Spiel in Breite und Tiefe. > Alle beteiligen sich am Angriffsspiel (freilaufen, anbieten).	> Zusammen den Ball jagen. > Alle helfen beim Verteidigen.

Wusstest Du schon?

„Wer hohe Türme bauen will, muss lange beim Fundament verweilen."

Organigramm



Wusstest Du schon?

„Jeder Tag ist eine neue Chance, das zu tun was du möchtest."

#wirsindzukunft

AUSBILDUNGSKONZEPT

Konzeptionelle Grundlagen - Jugendfussball

„Hermsdorfer grüßt immer Hermsdorf“

Grundsätze Zusammangefasst

• Die Jugendarbeit ist stets darauf ausgerichtet, Kinder und Jugendliche sowohl sportlich als auch menschlich zu schulen.
• Wir haben eine Verantwortung für die Kinder, die weit über den sportlichen Bereich hinausgeht.
• Kindern und Jugendlichen soll der Spaß am „Mannschaftsspiel" Fußball vermittelt werden.
• Die Entwicklung der Kinder und nicht der kurzfristige sportliche Erfolg, steht im Vordergrund.
• Die Entwicklung einer Persönlichkeit und das Vermitteln von gesellschaftlich relevanten Werten wie Hilfsbereitschaft, Ehrlichkeit, Respekt und Verantwortungsbewusstsein nehmen einen ebenso großen Stellenwert ein wie die sportliche Weiterentwicklung.
• Wir fördern Selbstsicherheit durch Lob und Anerkennung, konstruktive Kritik, sowie fachliche und soziale Kompetenz.

Ziele

• Kinder und Jugendliche sollen an den Fußballsport herangeführt und bestmöglich ausgebildet werden.
• Ein reibungsloser Übergang zwischen den Altersklassen muss gewährleistet sein.
• Wir möchten in allen Altersklassen dauerhaft mindestens eine Mannschaft für den Spielbetrieb melden.
• Langfristig sollen junge, sportlich und charakterlich gut ausgebildete Fußballer mit hoher Vereinsidentifikation an den Aktivenbereich abgegeben werden, um das Weiterbestehen des Vereins auf einer breiten Basis nachhaltig zu sichern.
• Die Jugendfußballspieler sollen sich beim VfB Hermsdorf wohl fühlen. Auch Spieler, die fußballerisch weniger talentiert sind, sollen langfristig an den Verein gebunden werden, um als Jugendbetreuer, Schiedsrichter oder Funktionär eingebunden werden zu können.

Jugendleitung / Jugendkoordinator

• Jugendleiter und Jugendkoordinator sind verantwortlich für die Organisation der Jugendarbeit.
• Sie repräsentieren den Jugend-Fußball gegenüber der Öffentlichkeit und sind Bindeglied und Ansprechpartner für die Eltern.
• Sie arbeiten eng mit der Vereinsführung zusammen.
• Sie organisieren die Trainerarbeit für die Mannschaften und schaffen bestmögliche Rahmenbedingungen für die Jugendarbeit.
• Sie fördern die Aus- und Weiterbildung der Jugendtrainer.
• Sie organisieren und leiten die Betreuersitzungen.

Die Jugendtrainer und Betreuer

Die Jugendtrainer und Betreuer sind nicht nur für das eigentliche Training und Spielgeschehen verantwortlich, sondern tragen auch zur Erziehung der Kinder und Jugendlichen bei. Sie haben in allen Bereichen eine Vorbildfunktion und vermitteln Werte wie Kameradschaft, Teamgeist, Toleranz, Leistungsbereitschaft und lehren ihnen respektvollen Umgang mit Schiedsrichtern und Gegnern. Außerdem fungieren sie als Organisatoren rund um das Team. Ihre Arbeit richtet sich nicht auf kurzfristige Erfolge, sondern strebt einen nachhaltigen Erfolg an. Die individuelle Ausbildung und Weiterentwicklung des einzelnen Spielers steht dabei im Vordergrund. Das Betreuerteam ist auch für die Kontaktpflege zu den Eltern verantwortlich. Ein Trainer sollte im Training wie im Spiel motivieren, Fehler erkennen und durch einfaches Coachen korrigieren sowie eigene Trainingsformen reflektieren können.

Leitlinien D-Jugend und Großfeld

D-Jugend

Spielen und Trainieren:

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. Taktisch setzen sich die Junioren dieser Altersklasse mit den neuen Gegebenheiten des größeren Spielfeldes auseinander. Ihre Techniken sollten die Spieler mit vielen Übungen unter Gegnerdruck langsam verfestigen.

Schnelligkeit:

Im ersten goldenen Lernalter muss in jedem Training eine Übung zur Schnelligkeitsverbesserung enthalten sein. Diese sollte variiert werden mit und ohne Ball.

Individual- und Gruppentaktik im Mittelpunkt:

Durch das hohe Maß an Lernwille in diesem Alter ist es wichtig, die Kinder im offensiven 1 gegen 1 wie auch defensiv sowie aber auch in kleinen Spielen im Gleichzahlspiel sowie im Über- und Unterzahlspiel taktisch zu schulen und ihnen Tipps an die Hand zu geben, wie sie sich in solchen Situation idealtypisch zu verhalten haben.

Leitlinien C-Jugendtraining

Die Freude am Fußballspiel erhalten Mittlerweile sind die Jugendlichen auf dem großen Feld im 11 gegen 11 angekommen. Auf dem Weg zum Erwachsenen komplettiert sich nun im Altersbereich der C-Junioren auch das Bild der Trainingsinhalte. Dabei gewinnt die fußballspezifische Fitness an Bedeutung genau wie die Schulung individual- und gruppentaktischer Grundlagen. Doch auch wenn das Training immer mehr Ernsthaftigkeit fordert, so ist es die wichtigste Aufgabe des Trainers, die Freude am Fußball zu erhalten !!!
Wichtig !!! Die Spieler langsam an das Großfeld zu gewöhnen und ihnen nun aufkommende Unterschiede zu den D - Junioren aufzeigen. Das Feld wird größer und somit ergeben sich neue Räume. Auf den Außenbahnen und in der Tiefe können diese für Dribblings aber auch für gezielte Pässe genutzt werden. Da nun die Physis an Gewicht gewinnt, ist es umso wichtiger technische Spieler weiterhin zu fördern und Einsatzzeiten zu geben. Wohingegen physisch überlegene Spieler dahin geführt werden sollten, sich nicht ausschließlich auf ihren körperlichen Vorteil verlassen. Für den Torwart kommt nun die Aufgabe des 11. Feldspielers hinzu, der im Rücken der Abwehr als Anspielstation agiert und den Raum zwischen sich und der Abwehrreihe verteidigt und gegnerische Pässe in die Tiefe abfängt. Der mitspielende Torwart gewinnt somit immer mehr an Bedeutung genau wie dessen Verhalten bei der Spieleröffnung.

Defensives Verhalten:

Schaffen die Spieler es, Überzahl in Ballnähe herzustellen und gemeinsam Druck auf den Ballführenden auszuüben?
Unterstützen die Spieler sich gegenseitig in der Defensive?
Entscheiden die Spieler sich im richtigen Moment, zurückzuweichen oder Druck auf den Gegner auszuüben?
Wie schnell schalten die Spieler im Moment des Ballverlusts um?
Wie ist das Umschaltverhalten nach Ballverlust; kann der Ballführende sofort wieder unter Druck gesetzt werden und wie verhalten sich die ballfernen Spieler?

Offensives Verhalten:

Wird ein druckvolles Passspiel genutzt, um Räume effektiv zu überbrücken? Schafft es das Team, die Breite des Feldes zu nutzen, falls Tiefe keine Option ist? Erkennen die offensiven Spieler Räume in der Tiefe, die angelaufen werden können? Erkennt der ballbesitzende Spieler Schnittstellen in der Abwehrreihe, um in die Tiefe passen zu können? Schafft das Team es, den torgefährlichen Raum zu bespielen (Zentral vor dem Tor)? Schaffen die Spieler es, gefährlich in das Zentrum zu stoßen?
Suchen die Spieler im torgefährlichen Raum zielstrebig den Abschluss - auch aus der mittleren Distanz - anstatt sich im Ballbesitz vor dem gegnerischen Tor zu verlieren?
Wie sichern die Spieler im Offensivspiel ab - wer bleibt und wer geht mit?

Allgemeine Beobachtung:

Wie erfüllen die Spieler ihre Positionen? Wie verhalten sich die ballfernen Spieler; wie reagieren sie auf einen Ballverlust oder bringen sich in das Offensivspiel ein? Wie schnell findet sich ein Spieler auf neuen Position zurecht? **Kondition:**
In diesem Altersbereich sind die Größenunterschiede am deutlichsten, einige sind bereits schnell in die Höhe gewachsen, andere noch im Wachstum retardiert. Dies muss mit gezieltem Koordinations-, aber auch Krafttraining trainiert werden um die Muskulatur zu stabilisieren.

Gruppentaktik als Erfolgsrezept:

Neben dem körperlichen Training nimmt die Taktik im Training eine immer wichtigere Rolle. In der C-Jugend wird erstmals mit 11 Spielern gespielt, also wird in den meisten Fällen auf eine Viererkette zurückgegriffen. Neben Gleichzahl- und Über-/Unterzahlspielen rückt im taktischen Bereich das komplexe Verhalten der Viererkette in den Mittelpunkt des Taktiktrainings.

#wirsindzukunft

AUSBILDUNGSKONZEPT

Konzeptionelle Grundlagen - Jugendfussball

Leitlinien B-Jugendtraining

Taktik und Athletik schulen - die Technik perfektionieren:

Die Entwicklung vom 'Jugend'- zum 'Erwachsenenfußball' nimmt nun langsam Formen an. Auch die Taktik rückt immer mehr in den Fokus. Ebenso gewinnt die fußballspezifische Athletik an Bedeutung und die technischen Fertigkeiten müssen sich daran messen lassen, wie sie im Wettkampf eingebracht werden. Es wird fast ausschließlich nur noch mit Gegnerdruck trainiert.

Komplexe Übungsformen:

Technik-, Taktik- und Konditionsübungen müssen in komplexen Übungsformen trainiert werden. Die Spieler müssen vom Kopf her gefordert werden, sonst empfinden diese das Training schnell als langweilig. Vereinzelt darf auch noch isoliert trainiert werden.

Mannschaftstaktik:

Nachdem in der C-Jugend die Individual - und Gruppentaktiken gefestigt wurden, steht ab der B-Jugend die in der C-Jugend angerissene Mannschaftstaktik im Mittelpunkt. Einzelne positionsspezifische Technikanweisungen (spieloffene Stellung beim AV) sowie gesamtheitliche mannschaftstaktische Aspekte (Spielaufbau, Pressing) werden in Spielformen mit immer unterschiedlichen Spielregeln trainiert, während der Trainer intensiv Fehler durch engagiertes Coaching korrigiert.

Leitlinien A-Jugendtraining

Rüstzeug für den Übergang:

Der Leistungsgedanke gewinnt nun an Gewicht. Im Übergang zum Bereich der Amateure muss ein A-Junior sich daran messen lassen, inwiefern er das erlernte erfolgsbringend im Wettkampf anwenden kann. Alle Übungen (einzelne Ausnahmen bei Passstafetten zum Aufwärmen) werden mit Gegnerdruck ausgeführt.

Komplexe Übungsformen:

Im letzten Jugendaltersbereich wird nur noch in komplexen Formen trainiert. Beispiel 6 gegen 6, in dieser Spielform werden individual- sowie gruppentaktische Element trainiert, aber auch alle technischen und zahlreiche koordinativen Aspekte.