



# JUNIORENKONZEPT

Version 1, März 2011

[www.fchaag.ch](http://www.fchaag.ch)

FC HAAG  
POSTFACH  
9469 HAAG

## Inhaltsverzeichnis

1	Vorwort.....	3
2	Ziele der Juniorenarbeit.....	3
3	Juniorenabteilung.....	4
3.1	JUKO.....	4
3.2	Trainer.....	5
3.3	Trainingsziele.....	5
4	Kategorien.....	7
4.1	Übersicht.....	7
4.2	Fussballschule FS.....	8
4.2.1	Alter.....	8
4.2.2	Ausgangslage.....	8
4.2.3	Trainingsinhalte.....	8
4.2.4	Qualifikation des Trainers.....	9
4.2.5	Ziel.....	9
4.3	Junioren F.....	10
4.3.1	Alter.....	10
4.3.2	Ausgangslage.....	10
4.3.3	Trainingsinhalte.....	10
4.3.4	Trainerqualifikation.....	11
4.3.5	Ziel.....	11
4.4	Junioren E.....	12
4.4.1	Alter.....	12
4.4.2	Ausgangslage.....	12
4.4.3	Trainingsinhalte.....	12
4.4.4	Trainerqualifikation.....	13
4.4.5	Besonderheiten.....	13
4.4.6	Ziel.....	13
4.5	Junioren D.....	14
4.5.1	Alter.....	14
4.5.2	Ausgangslage.....	14
4.5.3	Trainingsinhalte.....	14
4.5.4	Trainerqualifikation.....	15
4.5.5	Besonderheiten.....	15
4.5.6	Ziel.....	15
4.6	Junioren C.....	16
4.6.1	Alter.....	16
4.6.2	Ausgangslage.....	16
4.6.3	Trainingsinhalte.....	16
4.6.4	Trainerqualifikation.....	17
4.6.5	Besonderheiten.....	17
4.6.6	Ziel.....	17
4.7	Junioren B.....	18
4.7.1	Alter.....	18
4.7.2	Ausgangslage.....	18
4.7.3	Trainingsinhalte.....	18
4.7.4	Trainerqualifikation.....	19
4.7.5	Besonderheiten.....	19
4.7.6	Ziel.....	19
4.8	Junioren A.....	20
4.8.1	Alter.....	20
4.8.2	Ausgangslage.....	20
4.8.3	Trainingsinhalte.....	20
4.8.4	Trainerqualifikation.....	21
4.8.5	Besonderheiten.....	21
4.8.6	Ziel.....	21
5	Schlusswort.....	22

## **1 Vorwort**

Das vorliegende Juniorenkonzept wurde von der Juniorenkommission ins Leben gerufen und hat folgende Ziele:

Das Juniorenkonzept soll:

- als einheitliches Konzept für die gesamte Juniorenabteilung gelten
- die Leitplanken für die Arbeit innerhalb der Juniorenabteilung definieren
- klare Transparenz der Juniorenarbeit innerhalb des Vereins und gegen aussen schaffen
- neue Trainer in die neue Funktion einführen und ihnen als Leitfaden für ihre Arbeit dienen
- die Aufgabenbereiche innerhalb der Juniorenabteilung definieren
- bestehende und zukünftige Sponsoren über die Arbeit der Juniorenabteilung informieren

## **2 Ziele der Juniorenarbeit**

Die Arbeit mit den Junioren hat folgende Ziele:

- Freude an Bewegung und Sport fördern
- Den Kindern und Jugendlichen in der Gemeinde eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung bieten
- Förderung des Teamverhaltens
- Förderung des Respekts vor den Teamkollegen, Trainern und Vereinsmitglieder
- Integration von ausländischen Kindern und Jugendlichen
- eigenen Nachwuchs für die Aktiv-Mannschaften aufbauen

## 3 Juniorenabteilung

### 3.1 JUKO

Die Juniorenkommission wurde ins Leben gerufen, um die wichtige Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen auf eine breitere Basis abzustützen. Die Mitglieder der Juniorenkommission arbeiten ehrenamtlich ohne finanzielle Interessen in ihrer Freizeit. Durch die mehrköpfige Zusammenstellung der JUKO können die Arbeiten und Aufgaben auf mehrere Personen aufgeteilt werden und so der Einzelne entlastet werden. Die Juniorenkommission wird in folgende Bereiche aufgeteilt, die jeweils von einer Person als Hauptverantwortlicher geführt wird:

- Juniorenobmann (Vorstandsmitglied)
- JUKO Kinderfussball
- JUKO Grundlagenfussball
- JUKO Juniorenfussball

Mehr zu den einzelnen Kategorien siehe Kapitel 4.

Die wichtigsten Punkte aus den einzelnen Bereichen werden in regelmässigen JUKO-Sitzungen besprochen und Entscheide werden nach Möglichkeit gemeinsam getroffen. Dadurch ist sichergestellt, dass Entscheide so gut wie möglich im Interesse der Junioren und des Vereines gefällt werden und die ganze JUKO dahinter steht.

Die Aufgaben der JUKO sind:

- die Organisation der Juniorenarbeit innerhalb des Vereins
- die Vertretung der Junioren-Interessen gegenüber dem Vorstand
- Entsprechende Ausbildung für Trainer fördern und fordern
- Konstruktive Zusammenarbeit mit den Trainern
- Den Trainern geeignetes Trainingsmaterial zur Verfügung stellen
- Dresses und Sanitätstaschen für den Meisterschaftsbetrieb zur Verfügung stellen

### **3.2 Trainer**

Die Trainer sind die Kontaktpersonen der Kinder und Jugendlichen. Sie stehen neben den Kindern und Jugendlichen im Mittelpunkt der Juniorenarbeit. Gleichzeitig vertreten sie die Interessen des Vereins gegenüber den Eltern.

Jeder Trainer hat folgende Aufgaben innerhalb der Juniorenabteilung:

- Die Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen
- 1. Bezugsperson für die Spieler
- Verantwortung für die ihm zugeteilte Mannschaft
- Leiten der Trainings
- Betreuung der Mannschaft bei Spielen
- Förderung des respektvollen Umganges mit Schiedsrichtern, Gegnern, Mitspielern, Trainern und Zuschauern.
- Kontakt zwischen Eltern und Fussballclub aufrecht halten
- Für sorgsamen Umgang mit der Infrastruktur sorgen
- Konstruktive Zusammenarbeit mit der JUKO

### **3.3 Trainingsziele**

Die Trainings in den einzelnen Kategorien werden dem Alter und dem Können der Kinder angepasst. Diese Aufgabe wird durch die Trainer wahrgenommen. Es gibt verschiedene Institutionen die den Trainer dabei unterstützen können. Sowohl vom Schweizerischen Fussballverband als auch vom Liechtensteinischen Fussballverband gibt es entsprechende Programme und Angebote, um die Trainer für ihre Tätigkeit zu schulen, Ihnen neue Wege aufzuzeigen oder ihnen einfach den entsprechenden Rückhalt zu geben. Trainerkurse werden immer wieder den neusten Erkenntnissen der Fussballexperten angepasst und können dem Trainer wichtige Impulse für seine Trainings im Verein geben. Die Trainer sind aufgefordert, diese Angebote zu nutzen und werden vom Verein entsprechend unterstützt.

Auf die Trainingsinhalte und -ziele der einzelnen Kategorien wird in Kapitel 4 eingegangen.

Für alle Kategorien gelten auch gemeinsame Grundregeln, die nicht unbedingt mit Fussball selber zu tun haben, sondern eher mit Teamverhalten, Fairplay und Anstand. Es sollen deshalb bei Trainings und Spielen folgende Grundsätze gelten:

- Ich grüsse die FC Mitglieder wenn ich sie sehe
- Ich verhalte mich fair gegenüber Mitspielern, Gegnern und Schiedsrichtern
- Ich füge niemandem absichtlich Schmerzen zu
- Ich bin anständig gegenüber Trainer, Mitspieler, Eltern, Gegner,...
- Ich gehe vorsichtig und respektvoll mit Eigentum vom FC Haag um

Es ist eine grosse Herausforderung für die Trainer, den Kindern diese Verhaltensregeln beizubringen, aber wir wollen uns dieser Aufgabe stellen.

## 4 Kategorien

### 4.1 Übersicht

Die Junioren werden in folgende drei Hauptgruppen und sieben Kategorien unterteilt:

**Kinderfussball:**      Fussballschule FS  
                              Junioren F  
                              Junioren E

**Grundlagenfussball:** Junioren D  
                              Junioren C

**Juniorenfussball:**    Junioren B  
                              Junioren A

Die Kategorien werden nach Jahrgängen getrennt, wobei in jeder Kategorie zwei Jahrgänge gemeinsam sind.

## **4.2 Fussballschule FS**

### **4.2.1 Alter**

Kinder im Alter von 5-7 Jahren, je nach Geburtsdatum

### **4.2.2 Ausgangslage**

Mit dem Eintritt in die Fussballschule beginnt für die meisten Kinder eine neue Herausforderung. Alles was sie bis jetzt können, haben sie ausserhalb des Fussballclubs erlernt. Entsprechend der familiären und gesellschaftlichen Verhältnisse des Kindes sind die Fähigkeiten der einzelnen Kinder sehr unterschiedlich. Auf diese Unterschiede gilt es einzugehen und die Kinder auf die weitere Arbeit in den folgenden Kategorien vorzubereiten.

### **4.2.3 Trainingsinhalte**

An erster Stelle steht immer die Freude und Begeisterung für den Fussball, niemals das Ergebnis!

Folgende Trainingsinhalte sollen verfolgt werden:

- Spielen
- Spielen
- Spielen

Spielen ist das Wichtigste im Training der Fussballschule. Dabei geht es nicht darum, wer gewinnt, sondern darum, dass jeder Spieler möglichst viele Ballkontakte hat. Entsprechend soll in kleinen Gruppen und auf kleinen Feldern gespielt werden. Daneben sollen die Kinder im Spiel die Grundregeln und dem Umgang mit einem Schiedsrichter lernen.

Zwischen die Spieleinheiten gehören Übungen um die Grundfertigkeiten der Kinder zu schulen. Dazu gehört:

- Ballführen
- Ball stoppen
- Ball spielen
- Torschuss

Auch bei diesen Übungen soll das spielerische Lernen im Vordergrund stehen.



Daneben stehen in der Fussballschule noch andere Themen an. Dazu gehören auch die Fähigkeiten neben dem Platz, wie zum Beispiel selbständiges Umziehen und Schuhe binden.

#### **4.2.4 Qualifikation des Trainers**

Der Fussballschultrainer sollte folgende Voraussetzung mitbringen:

- Freude am Umgang mit kleinen Kindern
- Viel Geduld und Sozialkompetenz
- Begeisterung für den Fussball
- Bereitschaft für erste Kurse im Kinderfussball
- Zeit (Training 1x pro Woche / Trainingsvorbereitung / ca. 12 Turniere pro Jahr, max. 3 Hallenturniere im Winter)

#### **4.2.5 Ziel**

Bei der Übergabe des Kindes von der Fussballschule zu den F-Junioren sollten folgende Fähigkeiten vorhanden sein:

- Trikot selber anziehen können
- Grundregeln des Spieles kennen (Anspiel, Einwurf, Tor, Handspiel, Foul, Freistoss, Eckball)
- Ball führen können
- Schüsse aufs Tor aus kleiner Entfernung sollten auch dort ankommen
- Schiedsrichter als Spielleiter kennen
- Nach Möglichkeit Schuhe selber binden können

Dies sind Empfehlungen auf die die Trainer hinarbeiten. Natürlich kann nicht jedes Kind dieselben Ziele erreichen. Diese Ziele sollten deshalb nicht erzwungen werden.

## **4.3 Junioren F**

### **4.3.1 Alter**

Knaben im Alter von 7-9 Jahren, je nach Geburtsdatum

Mädchen im Alter von 7-10 Jahren, je nach Geburtsdatum

### **4.3.2 Ausgangslage**

Bei den F-Junioren gibt es Kinder die bereits die Fußballschule besucht haben und entsprechend schon einige fußballerische Fähigkeiten besitzen. Daneben gibt es aber in diesem Alter auch Neueinsteiger die nicht mehr können als ein Fußballschüler. Dieser Niveauunterschied macht es dem Trainer nicht einfach, allen Kindern gerecht zu werden.

### **4.3.3 Trainingsinhalte**

Auch hier gilt: Spielen ist das Wichtigste im Training der F-Junioren. Dabei geht es nicht darum, wer gewinnt, sondern darum, dass jeder Spieler möglichst viele Ballkontakte hat. Entsprechend soll in kleinen Gruppen und auf kleinen Feldern gespielt werden. Daneben sollen die Kinder im Spiel die Grundregeln und den Umgang mit einem Schiedsrichter lernen.

Zwischen einzelne Spieleinheiten im Training gehören Übungen um die Grundfertigkeiten der Kinder zu schulen. Dazu gehört:

- Ballführen
- Ball stoppen
- Ball spielen
- Torschuss
- Pass spielen, vorwiegend auf kurze Distanz
- Position einnehmen und halten (Stürmer, Verteidiger)

Auch bei diesen Übungen soll das spielerische Lernen im Vordergrund stehen.

Wichtig: In diesem Alter sollen die Kinder jede Position spielen, kein Kind darf jetzt schon auf eine Position spezialisiert werden!

#### **4.3.4 Trainerqualifikation**

Der F-Junioren Trainer sollte folgende Voraussetzung mitbringen:

- Freude am Umgang mit kleinen Kindern
- Viel Geduld und Sozialkompetenz
- Begeisterung für den Fussball
- Kurs Kinderfussball oder Bereitschaft diesen zu machen
- Zeit (Training 1-2x pro Woche / Trainingsvorbereitung / ca. 12 Turniere pro Jahr, max. 3 Hallenturniere im Winter)

#### **4.3.5 Ziel**

Bei der Übergabe des Kindes von den F-Junioren zu den E-Junioren sollten folgende Fähigkeiten vorhanden sein:

- Trikot selber anziehen können
- Schuhe selber binden können
- Grundregeln des Spieles kennen (Anspiel, Einwurf, Tor, Handspiel, Foul, Freistoss, Eckball)
- Ball führen können
- Schüsse aufs Tor aus kleiner Entfernung sollten auch dort ankommen
- Schiedsrichter als Spielleiter kennen
- Mitspieler sehen und anspielen können
- Seine Position auf dem Feld kennen und auch wahrnehmen

Dies sind Empfehlungen auf die die Trainer hinarbeiten. Natürlich kann nicht jedes Kind dieselben Ziele erreichen. Diese Ziele sollten deshalb nicht erzwungen werden.

## **4.4 Junioren E**

### **4.4.1 Alter**

Knaben im Alter von 9-11 Jahren, je nach Geburtsdatum  
Mädchen im Alter von 9-12 Jahren, je nach Geburtsdatum

### **4.4.2 Ausgangslage**

E-Junioren haben meist schon die F-Junioren besucht und können deshalb bereits Fussball spielen. Aber auch hier gibt es Kinder die neu anfangen. Dies führt zu noch grösseren Niveauunterschieden und macht es noch schwieriger, allen Kindern gerecht zu werden. Trotzdem sollte versucht werden, alle Kinder zu fördern. Ziel ist, dass die Anfänger auf den nötigen Stand kommen und die guten noch besser werden

### **4.4.3 Trainingsinhalte**

Auch hier gilt: Spielen ist das Wichtigste im Training der E-Junioren. Und auch hier gilt der Grundsatz: in kleinen Gruppen und auf kleinen Feldern spielen. Daneben sollen die Kinder im Spiel die Grundregeln und dem Umgang mit einem Schiedsrichter lernen.

Zwischen einzelne Spieleinheiten im Training gehören Übungen um die Grundfertigkeiten der Kinder zu schulen. Dazu gehört:

- Ball annehmen, auch mittelweite Bälle
- Torschuss, auch hohe Bälle
- Pass spielen, auch auf mittlere Distanz
- Beide Füsse brauchen
- Position einnehmen und halten (Stürmer, Verteidiger)
- Freistellen, sich anbieten
- Kopfball
- Erste leichte Ausdauerübungen

Auch bei diesen Übungen soll das spielerische Lernen im Vordergrund stehen.

Wichtig: Auch in diesem Alter sollen die Kinder jede Position spielen, kein Kind sollte jetzt schon auf eine Position spezialisiert werden!

#### **4.4.4 Trainerqualifikation**

Der E-Junioren Trainer sollte folgende Voraussetzung mitbringen:

- Freude am Umgang mit Kindern
- Viel Geduld und Sozialkompetenz
- Fussballverständnis, nach Möglichkeit eigene Erfahrung im Fussball
- OFV-Kurs Kinderfussball
- Zeit (Training 2x pro Woche / Trainingsvorbereitung / ca. 12 Turniere pro Jahr, max. 3 Hallenturniere im Winter)

#### **4.4.5 Besonderheiten**

- E-Junioren kommen bereits in ein Alter, wo es vereinsübergreifende Förderungsmöglichkeiten gibt (Auswahltrainings). Der FC Haag steht klar zu diesen Förderungsmöglichkeiten und wir melden geeignete Spieler zu diesen an.
- Bei den E-Junioren kommt zum ersten Mal die Abseitsregel (ab Höhe 16er) zum Zuge.

#### **4.4.6 Ziel**

Bei der Übergabe des Kindes von den E-Junioren zu den D-Junioren sollten folgende Fähigkeiten vorhanden sein:

- Regeln des Spieles kennen (Anspiel, Einwurf, Tor, Handspiel, Foul, Freistoss, Eckball, Abseits)
- Ball annehmen können, auch wenn er von weiter her kommt
- Schüsse aufs Tor aus mittlerer Entfernung
- Schüsse aufs Tor die den Boden nicht berühren
- Mitspieler sehen und anspielen können, auch auf mittlere Distanz
- Seine Position auf dem Feld kennen und auch wahrnehmen
- Kopfball

Dies sind Empfehlungen auf die die Trainer hinarbeiten. Natürlich kann nicht jedes Kind dieselben Ziele erreichen. Diese Ziele sollten deshalb nicht erzwungen werden.

## **4.5 Junioren D**

### **4.5.1 Alter**

Knaben im Alter von 11-13 Jahren, je nach Geburtsdatum  
Mädchen im Alter von 11-14 Jahren, je nach Geburtsdatum

### **4.5.2 Ausgangslage**

Bei den D-Junioren spielen die Meisten bereits seit mehreren Jahren Fussball und kennen die Grundregeln des Fussballspiels. Im 1. Schritt gilt es, die Junioren vom 7-er auf den 9-er Fussball zu schulen und im 2. Schritt sollen die Junioren in den 2 Jahren auf den 11-er Fussball vorbereitet werden.

### **4.5.3 Trainingsinhalte**

In den Trainings soll das bereits erlernte vertieft und angewandt werden. Ebenso sollen individuelle Schwächen durch gezielte Trainings in kleinen Gruppen ausgemerzt und die jeweiligen Stärken gefördert werden.

Um dies zu erreichen soll in den Trainings folgenden Punkten Beachtung geschenkt werden:

#### **Technik:**

- Beidfüssig trainieren, Schusstechniken vertiefen und verfeinern
- Koordinierte Ballan- und Ballmitnahme in verschiedenen Spielsituationen
- Ballführen, Finten, Dribbling und Pass spielen
- Vorgaben Position einnehmen und halten (Stürmer, Verteidiger)
- Freistellen, sich anbieten, Spiel über die Seiten
- Ausdauer und Stehvermögen verbessern

#### **Taktik:**

- Absichern, in der Zone verteidigen
- Zonenspiel in der Offensive wie auch in der Defensive
- Abseitsfalle
- Spielverlagerung
- Taktische Vorgaben des Trainer befolgen und umsetzen

#### **4.5.4 Trainerqualifikation**

Der D-Junioren Trainer sollte folgende Voraussetzung mitbringen:

- Freude am Umgang mit Jugendlichen
- Hohes Engagement gegenüber dem Verein und der Mannschaft
- Einsatz- und Verantwortungsbereitschaft eine Mannschaft zu trainieren
- Fussballverständnis, nach Möglichkeit eigene Erfahrung im Fussball
- Minimum OFV-Kurs Kinderfussball
- Wunsch: C-Diplom, oder Bereitschaft dieses zu machen
- Zeit (Training 2x pro Woche / Trainingsvorbereitung / ca. 9 Spiele pro Saison, max. 3 Hallenturniere im Winter)

#### **4.5.5 Besonderheiten**

- D-Junioren sind in einem Alter, wo es vereinsübergreifende Förderungsmöglichkeiten gibt (Auswahltrainings U13/U14/ SGO und LSV). Der FC Haag steht klar zu diesen Förderungsmöglichkeiten und wir melden geeignete Spieler zu diesen an.
- Abseitsregel gilt bereits ab Mittellinie
- Rückpassregel wird angewendet

#### **4.5.6 Ziel**

Bei der Übergabe des Kindes von den D-Junioren zu den C-Junioren sollten folgende Fähigkeiten vorhanden sein:

- Ballannahme und -mitnahme aus dem Spiel
- gezielte Schüsse aufs Tor aus verschiedenen Entfernungen
- Mitspieler sehen und anspielen können
- Seine Position auf dem Feld kennen und auch wahrnehmen
- Kurzpassspiel
- Spiel über die Seiten
- Taktische Vorgaben umsetzen
- Regeln des 11-er Spieles kennen

Dies sind Empfehlungen auf die die Trainer hinarbeiten. Natürlich kann nicht jedes Kind dieselben Ziele erreichen.

## **4.6 Junioren C**

### **4.6.1 Alter**

Kinder im Alter von 13-15 Jahren, je nach Geburtsdatum

### **4.6.2 Ausgangslage**

Die C-Junioren spielen nun zum 1. Mal auf dem grossen Spielfeld 11-er Fussball und die Spiele werden neu durch einen offiziellen Schiedsrichter geleitet.

### **4.6.3 Trainingsinhalte**

In den Trainings soll das bereits Erlernte vertieft und angewandt werden. Es soll im speziellen auf die Raumaufteilung und das Zusammenspiel auf dem grossen Spielfeld wert gelegt werden.

Um dies zu erreichen soll in den Trainings folgenden Punkte Beobachtung geschenkt werden:

#### **Technik:**

- Spielverlagerung aus dem Spiel
- Spiel über die Aussenpositionen
- individuelle Verbesserung der technischen Fähigkeiten
- Ausdauerübungen
- Förderung der Leistungsbereitschaft
- Förderung der Koordination und Geschicklichkeit

#### **Taktik:**

- Offensiv- und Defensivverhalten
- Förderung der Koordination und Geschicklichkeit
- Förderung des taktischen Verhaltens
- Förderung der Selbstständigkeit
- Förderung der Eigen- und Mitverantwortung



#### **4.6.4 Trainerqualifikation**

Der C-Junioren Trainer sollte folgende Voraussetzung mitbringen:

- Freude am Umgang mit Jugendlichen
- Hohes Engagement gegenüber dem Verein und der Mannschaft
- Einsatz- und Verantwortungsbereitschaft eine Mannschaft zu trainieren
- Fussballverständnis, nach Möglichkeit eigene Erfahrung im Fussball
- C-Diplom
- Zeit (Training 2x pro Woche / Trainingsvorbereitung / ca. 9 Spiele pro Saison, max. 3 Hallenturniere im Winter)

#### **4.6.5 Besonderheiten**

- Zum ersten Mal auf dem grossen Feld mit den grossen Toren.
- Zum ersten Mal nach offiziellen Regeln des SFV
- Spielleitung durch einen offiziellen Schiedsrichter.

#### **4.6.6 Ziel**

Bei der Übergabe des Kindes von den C-Junioren zu den B-Junioren sollten folgende Fähigkeiten vorhanden sein:

- Position auf dem Feld wahrnehmen
- Grosses Spielfeld ausnutzen
- Taktische Vorgaben des Trainers im Spiel befolgen
- Bereitschaft Verantwortung zu übernehmen
- Bereitschaft sich weiter zu entwickeln

## **4.7 Junioren B**

### **4.7.1 Alter**

Jugendliche im Alter von 15-17 Jahren, je nach Geburtsdatum

### **4.7.2 Ausgangslage**

B-Junioren beherrschen meist schon das Fussball-ABC. Doch auch hier gibt es grössere Niveauunterschiede und dies macht es dem Trainer schwer, die besseren Spieler noch mehr zu fördern und den schwächeren Spielern zu einem guten Level zu verhelfen.

### **4.7.3 Trainingsinhalte**

Wichtig ist, soviel wie möglich mit dem Ball zu trainieren. Auch hier wird in kleinen Gruppen auf kleinen Feldern gespielt. Gutes Einwärmen und am Schluss das Auslaufen soll nicht zu kurz kommen.

Zwischen den einzelnen Spieleinheiten im Training gehören Übungen um die Grundfertigkeiten zu schulen. Dazu gehören:

- Technik
- Grundschnelligkeit
- Taktik
- Kraftübungen
- Beidfüssigkeit
- Kopfball
- Schusstechnik
- Ausdauer
- Fairplay

Bei diesen Übungen soll das spielerische lernen im Vordergrund bleiben. Wichtig: Die Übungen sollten im Matchtempo durchgeführt werden.

#### **4.7.4 Trainerqualifikation**

- Freude am Umgang mit Jugendlichen
- Hohes Engagement gegenüber dem Verein und der Mannschaft
- C-Diplom
- Fussballerfahrung, wenn möglich selber aktiv oder ehemals aktiv
- Zeit (2x Training pro Woche Minimum)
- Trainingsvorbereitung

#### **4.7.5 Besonderheiten**

B-Junioren sind Teenager, in einem Alter in dem noch andere Interessen vorhanden sind. Da braucht es viel Geduld und Motivation, dass die Junioren dem Fussball treu bleiben. Für viele fängt das Berufsleben an, darauf ist besondere Rücksicht zu nehmen

#### **4.7.6 Ziel**

Die Junioren auf die Aktiv-Ligen vorzubereiten.

Folgende Fähigkeiten sollten vorhanden sein:

- Ballbeherrschung im Lauf
- Präzises Passspiel
- Kopfball
- Weite Bälle, Seitenwechsel
- Taktik und Spielintelligenz

## **4.8 Junioren A**

### **4.8.1 Alter**

Jugendliche im Alter von 17-20 Jahren, je nach Geburtsdatum

### **4.8.2 Ausgangslage**

A-Junioren werden gezielt für die Aktiv-Mannschaften aufgebaut. Sie sollen sporadisch bei den Aktiven trainieren und spielen, so dass sie sich an den höheren Rhythmus gewöhnen.

### **4.8.3 Trainingsinhalte**

Alle Übungen mit Ball sind zu forcieren, das Tempo zu verschärfen und mehr Bewegung ins Spiel zu bringen. Die Spieler sollen sich läuferisch und athletisch steigern. Der Körper soll mit ins Spiel gebracht werden.

Zwischen die Spieleinheiten gehören Übungen, um die Grundfertigkeit zu verbessern. Dazu gehört:

- Taktik
- Kraftübungen
- Kopfball
- Schusstechnik beidfüssig
- Grundschnelligkeit

Wichtig: Die Übungen sollten in Matchtempo durchgeführt werden.

#### **4.8.4 Trainerqualifikation**

- Freude am Umgang mit Jugendlichen
- Hohes Engagement gegenüber dem Verein und der Mannschaft
- C-Diplom
- Fussball- und Trainererfahrung
- Zeit 2-3x Training pro Woche
- Trainingsvorbereitung

#### **4.8.5 Besonderheiten**

A-Junioren haben meist schon den Schritt in das Berufsleben oder Studium gemacht. Als Trainer ist es daher wichtig, Verständnis für die individuelle Situation zu zeigen, auf sie zuzugehen und ihnen die Freude am Fussball zu erhalten.

#### **4.8.6 Ziel**

Nach Vollendung der A-Juniorenzeit sollte ein Spieler bereit sein, in einer Aktivmannschaft mitspielen zu können. Folgende Fähigkeiten sollten vorhanden sein:

- Ballbeherrschung
- Präzises Passspiel
- Kopfball
- Taktik und Spielintelligenz

## 5 Schlusswort

All die aufgeführten Punkte sollen uns helfen, einen reibungslosen Ablauf ins Vereinsleben zu bringen.

Es ist der besondere Wunsch der Juniorenkommission, dass...

- ... wir begeisterte Junioren im Verein haben
- ... Spiel, Sport und Fairness im Vordergrund stehen
- ... uns die Junioren so lange als möglich erhalten bleiben
- ... sich Junioren, Eltern und die Öffentlichkeit mit dem Verein identifizieren
- ... wir in jeder Kategorie mindestens eine Mannschaft melden können