

Klub2015

Juniorenkonzept

G- bis A -Junioren

**Ein Leitfaden für Trainerinnen, Trainer,
Betreuerinnen und Betreuer**

Inhaltsverzeichnis

1	VORWORT	4
2	DIE AUSGANGSLAGE	5
2.1	Spielbetrieb	5
2.2	Spielregeln	6
2.3	Haus- und Platzordnung	9
3	DIE JUNIORENABTEILUNG	11
4	DER TRAINER/BETREUER	12
4.1	Pflichten	12
4.2	Rechte – Übungsleiterpauschale und Reisekostenabrechnung	13
4.3	Anforderungsprofil eines Trainers bei den Junioren	15
4.4	Anforderungsprofil eines Trainers bei den D-Junioren	15
5	DER JUNIOR	16
5.1	Allgemein	16
5.2	Die verschiedenen Entwicklungsstufen	18
5.3	Der G Junior – Bambinis	18
5.4	Der F-Junior	18
5.5	E-Junioren	20
5.6	D-Junioren	21
5.7	C-Junioren	21
5.8	Der B u. A Junior	22
6	DIE ELTERN	24
7	TRAINING	27
7.1	Trainingsinhalte und Stellenwert	27
7.2	Grundsätze	27
7.3	Der Trainings-Aufbau	29
7.4	Das Lektionsschema	29
7.5	Die koordinativen Fähigkeiten	30
7.6	Der 4er-Drill	30
7.7	Trainingsprinzipien	31
7.8	Organisation der Technikschiulung	31
7.9	Erklärung und Demonstration	31
7.10	Steuerungsmöglichkeit	32
7.11	Taktiktraining Vierkette	32
7.12	Hausaufgaben	44
7.13	Analyse	44
7.14	Kondition - Grundsätze	44
7.15	Fehlersuche	45
7.16	Symbole für die Trainingsvorbereitung	45
7.17	Trainingsplan F- bis D-Junioren	46
7.18	Trainingsplan C bis A Junioren	47
7.19	Merkmale für ein effizientes Techniktraining	48
7.20	Coachingpunkte Technik	49
7.20.1	Ballannahme und Ballmitnahme (Ball muss immer in Bewegung bleiben)	49
7.20.2	Kurzpass	50
7.20.3	Übersteiger	50

Juniorenkonzept

7.20.4Dribbling/Ballführung	50
7.20.5Finte/Täuschung	51
7.20.6Torschuss	51
7.20.7 Kopfball (Kopfball im Sprung: Absprung mit einem Bein).....	51
7.20.8Einwurf.....	52
7.21 Taktiktraining.....	52
8 DAS SPIEL.....	53
8.1 Der Juniorentrainer als Coach	53
8.2 Grundsätze für das Spiel	53
8.3 Vor dem Spiel	53
8.4 Während dem Spiel	53
8.5 In der Halbzeitpause	53
8.6 Nach dem Spiel.....	53
8.7 Ergebnismeldung	54
9 ERGEBNISMELDUNG PER INTERNET	54
10 ERGEBNISMELDUNG PER SMS	54
11 ERGEBNISMELDUNG PER KOSTENLOSER 0800-NUMMER ÜBER FESTNETZ	54
12 DFB NET – PASSRECHT / MITGLIEDSCHAFT JFG /STAMMVEREINE	54
14 ANLEITUNG HOMEPAGE WWW.SVD-GO.DE.....	57
15 KONTAKTADRESSEN.....	65
16 INVENTAR UND AUSSTATTUNG	68
17 KINDERSCHUTZ.....	69
17.1 Mögliche negative Erlebnisse	69
17.2 Haltungen zur Vermeidung negativer Erlebnisse	69
17.3 Konkrete Massnahmen zum Kinderschutz	69
17.4 Spezialfall sexuelle Übergriffe	70
17.5 Mittel gegen sexuelle Übergriffe	70
17.6 Verhaltenskodex zur Prävention vor sexueller Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit der JFG Kronburg	70
18 MEDIZINISCHE ASPEKTE	71
18.1 Verhalten bei Verletzungen.....	71
18.1.1 Kurzregel für akute Sportverletzungen: P E C H	71
18.1.2 Optimales Vorgehen bei „geschlossenen“ Verletzungen (Muskel-, Sehnen-, Bänderverletzungen):.....	72
18.1.3 Hirnerschütterung (SHT).....	73
18.2 Möglicher Inhalt des medizinischen Koffers	Fehler! Textmarke nicht definiert.
19 NOTIZEN.....	75

1 Vorwort

Die Junioren sind unser wichtigstes Kapital, deshalb muss ihrer Ausbildung und Förderung besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden. Mit diesem Konzept wollen wir dies verankern. Wir möchten den Junioren auch weiterhin die Möglichkeit bieten, bei unserem Verein, spielen zu können, um später eventuell den Sprung in die erste Mannschaft des Stammvereins zu schaffen. Das Talent des einzelnen Juniors soll durch qualitativ hoch stehende Trainings, natürlichen Konkurrenzkampf mit anderen talentierten Junioren, gute Betreuung und gute Trainingsbedingungen gefördert werden. In der heutigen Zeit besteht die Jugendarbeit eines Vereins nicht mehr nur aus der sportlichen Ausbildung der Jugendspieler. Die Entwicklung der Persönlichkeit und das Vermitteln von gesellschaftlich relevanten Werten wie Hilfsbereitschaft, Ehrlichkeit, Verantwortungsbewusstsein usw. nimmt einen ebenso großen Stellenwert ein wie die sportliche Ausbildung. Wir bei der JFG Kronburg unterstützen den Breitensport. In einer familiären Atmosphäre werden deshalb alle Spieler, unabhängig von ihrem fußballerischen Talent, gleichermaßen gefördert und integriert.

Eine ganz wichtige Rolle spielt der soziale Gedanke. Der Junior soll in einem entspannten Umfeld sein „Hobby“ genießen können. Wir sind uns bewusst, dass das Erreichen der von uns gesetzten Ziele einen längeren Zeitraum beanspruchen wird.

Dieses Konzept bietet eine Grundlage. Wir werden uns bemühen, es den ständig gegebenen Neuerungen anzupassen und dabei das Wohl unserer Junioren nicht aus den Augen zu verlieren.

***Das Kind ist kein Miniaturerwachsener,
und seine Mentalität ist nicht nur quantitativ,
sondern auch qualitativ von der des Erwachsenen verschieden,
sodass ein Kind nicht nur kleiner,
sondern auch anders ist.***

Claparède 1937

Anmerkung:

Der Einfachheit halber wird in diesem Konzept für die Begriffe Spieler, Junioren, Juniorentrainer, Betreuer sowie Trainer ausschließlich die männliche Schreibweise verwendet. Die Begriffe gelten natürlich auch für die weibliche Form.

2 Die Ausgangslage

2.1 Spielbetrieb

Bei der Arbeit mit Kindern muss die „**Charta der Rechte des Kindes im Sport**“ immer beachtet werden:

Jedes Kind hat das Recht

**Sport zu treiben
sich kindgemäss zu vergnügen und zu spielen
von einer gesunden Umgebung zu profitieren
individuell angepasstes Training zu absolvieren
sich mit Gleichaltrigen zu messen
auf Wettkämpfe, die seinem Können angepasst sind
seinen Sport in aller Sicherheit zu betreiben
auf genug Erholungszeit
kein Sieger zu sein**

G Junioren sind im Freundschaftsspielbetrieb

F und E Junioren im Punkspielbetrieb

<http://www.bfv.de/cms/seiten/ergebnisse.do?reqCode=save&vereinsname=sv%20dickenreishausen&filterType=vereine>

C bis A Junioren im Punkspielbetrieb

http://www.bfv.de/cms/seiten/ergebnisse.do?reqCode=edit&showErgebnisse=1&staffel_id=01EGIE1J0C000000VV0AG813VS1CMK79&filterType=vereine&msart_id=359&spielklasse_id=0&bezirk_id=00ES8GNCQK000000VV0AG08LVUPGND5I&kreis_id=0&vereinsname=JFG%20Kronburg&reset=1

Trainingszeiten G-E Junioren:

<http://www.svd-go.de/trainingszeitern.html>

Trainingszeiten D-A Junioren:

<http://jfg-kronburg.de/kalender/month.php?month=1&year=2013&mystyle=&sid=>

2.2 Spielregeln

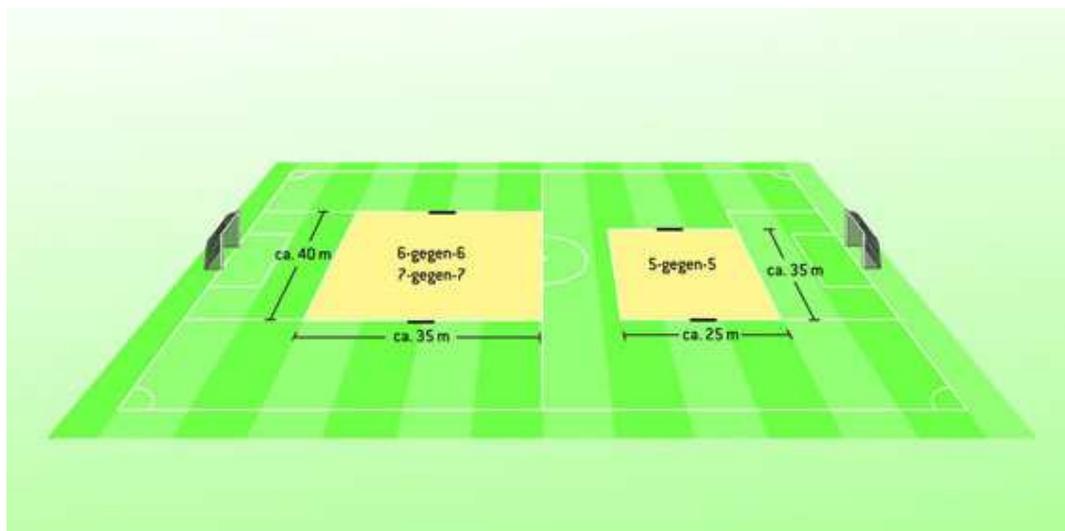
G-Junioren

Spieldauer	2 x 15 min
Pause	Min. 10 Minuten
Abseits	Es gibt kein Abseits
Abstoss	Von der Strafraumgrenze aus, der Torhüter darf den Ball mittels Auskick oder Abwurf von Hand ins Spiel bringen.
Eckstoss	Schnittpunkt des Strafraums (10 m)
Abstand	Bei ruhendem Ball 6 m
Rückpass	Rückpassregel gilt nicht
Regeln	Direkte und indirekte Freistöße, Einführung des Einwurfs und des Strafstoßes
Ballgröße	5 (290 g)
Strafen	Sollte kein Thema sein (Trainer nimmt Spieler vom Platz)
Spielbetrieb	Spielnachmittage und Freundschaftsspiele
Spielfeld	Max 20 Meter lang und 15 Meter breit - Kleinfeldtore
Anzahl Spieler	4 gegen 4 möglichst ohne Torhüter



F-Junioren

Spieldauer	2 x 20 min
Pause	Min. 10 Minuten
Abseits	Es gibt kein Abseits
Abstoss	Von der Strafraumgrenze aus, der Torhüter darf den Ball mittels Auskick oder Abwurf von Hand ins Spiel bringen.
Eckstoss	Schnittpunkt des Strafraums (10 m)
Abstand	Bei ruhendem Ball 6 m
Rückpass	Rückpassregel gilt nicht
Regeln	Direkte und indirekte Freistöße, Einführung des Einwurfs und des Strafstoßes
Ballgröße	5 (290 g)
Strafen	Sollte kein Thema sein (Trainer nimmt Spieler vom Platz)
Matchkarte	Keine
Spielfeld	Max. 50 Meter lang und 35 Meter breit - Kleinfeldtore



Juniorenkonzept

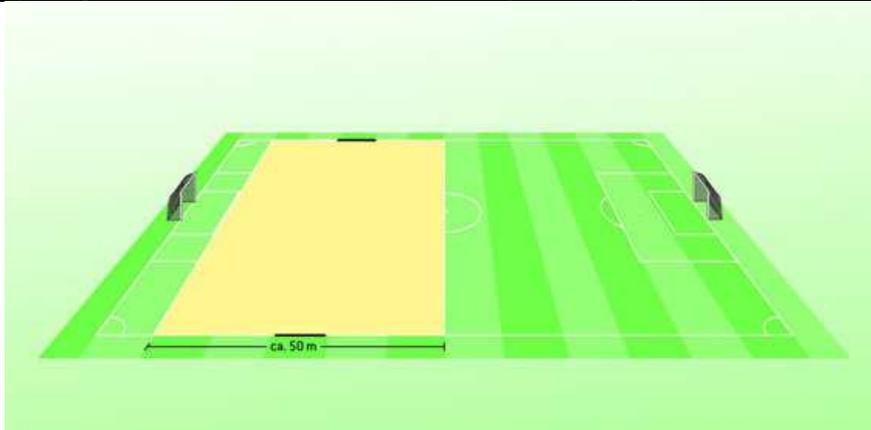
E-Junioren

Spieldauer	2 x 25 Minuten oder nach Turnierplan
Pause	Min. 10 Minuten
Abseits	Kein Abseits
Abstoss	Von der Strafraumgrenze aus, der Torhüter darf den Ball mittels Auskick oder Abwurf von Hand ins Spiel bringen.
Eckstoss	Schnittpunkt des Strafraums (10 m)
Abstand	Bei ruhendem Ball 6 m
Rückpass	Rückpassregel gilt nicht
Regeln	Direkte und indirekte Freistöße, Einführung des Einwurfs und des Strafstoßes
Ballgrösse	5 (290 g)
Strafen	Sollte kein Thema sein (Trainer nimmt Spieler vom Platz)
Matchkarte	Keine
Spielfeld	Max. 50 Meter lang und 35 Meter breit - Kleinfeldtore



D-Junioren

Spieldauer	2 x 30 Minuten
Pause	Min. 10 Minuten
Abseits	Offizielle Abseitsregeln
Abstoss	Vom Penaltypunkt aus
Eckstoss	Schnittpunkt des Strafraums (12 m)
Abstand	Bei ruhendem Ball 6 m
Rückpass	Rückpassregel gilt
Torhüter	Rückpassregel
Ballgrösse	5 (390 g)
Strafen	Bei grober Verletzung der Spielregeln kann eine Zeitstrafe von 10 Minuten verhängt werden, bei einem wiederholten Vergehen des gleichen Spielers erfolgt der Ausschluss.
Matchkarte	Kontrollformular für Spielerpasskontrolle – offizieller Schiri
Spielfeldgröße	70 Meter lang und 35 Meter Breit - Kleinfeldtor



C-Junioren

Spieldauer	2 x 35 Minuten
Pause	Min. 10 Minuten
Abseits	Offizielle Abseitsregeln
Abstoss	Vom Fünfmeterlinie aus
Eckstoss	Schnittpunkt des Strafraums (12 m)
Abstand	Bei ruhendem Ball 6 m
Rückpass	Rückpassregel gilt
Torhüter	Rückpassregel
Ballgrösse	5 Senioren
Strafen	Gelb, Rot Kartenregel – Zeitstrafe 5 Min.
Matchkarte	Kontrollformular für Spielerpasskontrolle – offizieller Schiri
Spielfeldgröße	100 Meter lang und 75 Meter Breit - Großfeldtor

BJunioren

Spieldauer	2 x 40Minuten
Pause	Min. 10 Minuten
Abseits	Offizielle Abseitsregeln
Abstoss	Vom Fünfmeterlinie aus
Eckstoss	Schnittpunkt des Strafraums (12 m)
Abstand	Bei ruhendem Ball 6 m
Rückpass	Rückpassregel gilt
Torhüter	Rückpassregel
Ballgrösse	5 Senioren
Strafen	Gelb, Rot Kartenregel – Zeitstrafe 5 Min.
Matchkarte	Kontrollformular für Spielerpasskontrolle – offizieller Schiri
Spielfeldgröße	100 Meter lang und 75 Meter Breit - Großfeldtor

A-Junioren

Spieldauer	2 x 45 Minuten
Pause	Min. 10 Minuten
Abseits	Offizielle Abseitsregeln
Abstoss	Vom Fünfmeterlinie aus
Eckstoss	Schnittpunkt des Strafraums (12 m)
Abstand	Bei ruhendem Ball 6 m
Rückpass	Rückpassregel gilt
Torhüter	Rückpassregel
Ballgrösse	5 Senioren
Strafen	Gelb, Rot Kartenregel
Matchkarte	Kontrollformular für Spielerpasskontrolle – offizieller Schiri
Spielfeldgröße	100 Meter lang und 75 Meter Breit - Großfeldtor

2.3 Haus- und Platzordnung

Sportverein Dickenreishausen

Laut Beschluss der Vorstandschaft werden folgende Vereinbarungen getroffen:

§ 1 Platzordnung

Alle Platznutzer und SVD/JFG -Mitglieder sind verpflichtet, die vereinseigenen Sportanlagen pfleglich zu behandeln und eigenverantwortlich dafür Sorge zu tragen, dass die Sportanlagen optisch und technisch in einwandfreiem Zustand bleiben.

Beschädigungen oder Verunreinigungen sind umgehend dem Platzverantwortlichen anzuzeigen.

Jeder Sportler, jede Sportlerin soll darauf achten, dass die Kosten für den Betrieb und die Pflege der Sportanlagen niedrig gehalten werden können.

Zu widerhandlungen, die die Sportanlagen beschädigen oder den Unterhalt dieser finanziell unnötig in die Höhe treiben, werden mit angemessenen Maßnahmen des Vereins geahndet.

Der Platzwart und der Vorstand nach BGB § 26 sowie deren Beauftragte sind berechtigt, die Einhaltung dieser Platzordnung zu überprüfen. Hierzu können sie das Hausrecht für den Sportverein Dickenreishausen/TV Woringen/TSV Lautrach

1. Die Rasenplätze sind generell nur Spielplätze.
2. Nur bei guter Witterung und bei entsprechendem Zustand kann der Hauptplatz zusätzlich als Trainingsplatz genutzt werden. Die Zustimmung des Abteilungsleiters bzw. Vorstands ist jedoch erforderlich.
3. Die Torräume der Rasenplätze sind im Training zu schonen. Torwarttraining ist in den feststehenden Großtoren auf den Rasenplätzen untersagt.
4. Punkttraining ist auf dem Hauptplatz nicht gestattet.
5. Die tragbaren Tore sind sowohl beim Training als auch bei evtl. Spielen ausreichend zu sichern. (mobile Sicherung) Die Verkehrssicherungspflicht obliegt dem verantwortlichen Übungsleiter. Nach den jeweiligen Spielen bzw. Trainingseinheiten sind die beweglichen Tore von den Spielfeldern zu entfernen und an den dafür vorgesehenen Plätzen abzustellen. Dies gilt für alle Plätze bzw. Trainingsflächen.
6. Mit den Trainingsgeräten ist schonend und pfleglich umzugehen. Die Übungsleiter haben dafür Sorge zu tragen, dass die Trainingsgeräte (Bälle, Markierungskegel, Koordinationsreifen, Trainingshürden etc.) nach der Benutzung auf Vollständigkeit überprüft und in den Aufbewahrungsraum zurückgebracht werden. Der Trainer/Übungsleiter ist für die Mannschaftsausstattung (Bälle, Leibchen, Trikots, Hüttchen, 1. Hilfeset) verantwortlich und hat diese zu verwahren.
7. Vor dem Betreten des Kabinentrakts sind die Fußballschuhe abzuklopfen.
8. Die Trainer/Übungsleiter werden gebeten, sich vom ordnungsgemäßen Aufenthalt ihrer Mannschaft in der Kabine vor und nach dem Spiel bzw. während der Halbzeitpause zu überzeugen. Das Toben und Lärmen in den Kabinen und Duschen ist untersagt. Im Anschluss an das Training bzw. Spiel sind die Kabinen und der Gang zu kehren.
9. Ballspielen in den Kabinen bzw. im Gang ist nicht gestattet.
10. Die Trainer/Übungsleiter und Spielführer haben dafür Sorge zu tragen, dass Kabinen, Duschen, Flure und Toiletten nicht verschmutzt werden. Die Verursacher von Beschädigungen

Juniorenkonzept

und Verunreinigungen von Wänden, Decken, Böden, Türen und Fenster sind schadensersatzpflichtig. Es ist nicht gestattet, Bälle und Fußballschuhe in den Duschen zu reinigen.

11. Die Trainer/Übungsleiter werden gebeten, darauf zu achten bzw. einzuwirken, dass alle zum Trainings- bzw. Spielbetrieb gehörenden Personen ihre Abfälle (Dosen, Flaschen, Papiertüten, Essensreste u. dgl.) in die dazu vorgesehenen Abfallbehälter werfen. Nach den Spielen gehört die Reinigung der Tribüne zur Aufgabe der Mannschaft, der Trainer/Übungsleiter sorgt für Ausführung.
12. Das Schießen mit Bällen gegen Hauswände (Vereinsheim) ist verboten.
13. Die Benutzung der Sportanlage ist nur Vereinsmitgliedern und Gästen bei Anwesenheit eines Trainers/Übungsleiters gestattet.
14. Generell ist die Haus- und Benutzungsordnung für die Sportanlage für alle Benutzer und Besucher bindend.
15. Für die Markierung des Spielfeldes sind die Übungsleiter/Trainer selbstverantwortlich. Sollte der Streukalk zu Ende gehen, oder der Wagen nicht Funktionsfähig sein, ist dies dem Abteilungsleiter Fußball zu melden. Der Streuwagen sollte nicht zu stark Gefüllt werden, sowie nach Gebrauch an der Unterseite gereinigt werden.

Den Weisungen des Platzwartes ist Folge zu leisten.

§2 Hausordnung

- Es gelten die gesetzlichen Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes
- Jede Ruhestörung ist zu vermeiden. Ab 22:00 Uhr ist jeder Lärm im und vor dem Anwesen zu unterlassen. (Fenster schließen)
- Die Räumlichkeiten sind bei Verlassen zu reinigen.
- Beim Verlassen, alle Lichtquellen ausmachen, Heizkörper zurückdrehen. Fenster schließen, Müll entsorgen
- Eltern haften für Ihre Kinder, diese sind von den Eltern zu beaufsichtigen
- Die Kabinen und Ballräumen werden während des Trainings- und Spielbetriebs nicht verschlossen, darum keine Wertgegenstände in den Kabinen hinterlassen. Der Verein kann auf Grund des offenen Publikumsverkehrs keine Haftung für persönliche Gegenstände übernehmen.

Nutzungsgenehmigungen können nur von der Vorstandschaft erteilt werden

Rauchen ist auf den Sportstätten gesetzlich Verboten.!!

3 Die Juniorenabteilung

Die Juniorenabteilung darf nicht reiner Selbstzweck sein, sondern hat folgende wichtige Aufgaben:

- Breitenfussballförderung
- Freizeitorganisation
- Jugendorganisation in der Gemeinde
- Nachwuchsförderung
- Finden von neuen Funktionäre (Ehrenamtlichkeit)

Die Hauptziele der Juniorenabteilung sind:

Soziales Ziel

Der soziale Gedanke muss im Vordergrund stehen mit den Ziel: „Spass am Fussball“.

Deshalb sind Erziehung, Charakterbildung, Fairplay, gemeinsames Beisammensein und Mannschaftsgefühl wesentliche Bestandteile für die Erreichung dieses Ziels.

Sportliches Ziel

Talentierte Spieler fördern. Dabei stehen immer die Interessen des Juniors im Vordergrund und über denjenigen eines einzelnen Trainers, einer einzelnen Mannschaft oder eines einzelnen Vereinsmitgliedes. Das Ziel der Juniorenabteilung ist, dass ein Junior nach Abschluss seiner Juniorenzeit alle technischen Fertigkeiten besitzt und sich auf die taktische Ausbildung konzentrieren kann.

Deshalb spielen die talentiertesten Spieler einer Juniorenkategorie immer in der ersten (A) Mannschaft der betreffenden Juniorenkategorie. Die übrigen Spieler werden auf die restlichen Mannschaften verteilt, sodass diese etwa gleich stark sind. Bei den F-Junioren werden die Junioren gemäss ihrem Alter eingeteilt.

Organisatorisches Ziel

Jede Mannschaft in der Juniorenabteilung sollte zwei Trainer / Betreuer haben, welche sich die Aufgaben individuell teilen können.

Die Juniorenabteilung ist durch den Leiter Junioren im Vorstand des Hauptvereins vertreten. Es ist seine Verantwortung, den Informationsfluss zwischen den beiden Organen aufrecht zu erhalten.

Der laufende Spielbetrieb der Juniorenabteilung wird über die Vereinskasse geregelt. So gehen alle Mitgliederbeiträge direkt in die Vereinskasse, woraus dann die ordentlichen Ausgaben (Material, Spesen usw.) finanziert werden.

4 Der Trainer/Betreuer

Aufgabengeld Jugendtrainer					
Trainingssteuerung	Wettkampfsteuerung	Betreuung	Erziehung	Freizeit	Öffentlichkeit
Planung	Planung	Taktisches Verhalten	Verhalten in der Gruppe	Wochenendfreizeit	Reiseorga
Durchführung	Durchführung	Aufgaben Position	Auftreten	Feriencamps	Getränke Material
Auswertung	Auswertung	Individuelle Entwicklung	Fair Play	Tagesveranstaltung	Termingestaltung
Konsequenz f. Wettbewerbssteuerung	Konsequenz für Trainingsgestaltung	Verletzungsvorsorge	Schulprobleme	Turniere	Elternabende
	Pässe	Positive Entwicklung	Elternhaus	Kontaktverwaltung	Svd-go
		Behandlung	Konflikte	Patenschaft	Werbung Mitglieder

4.1 Pflichten

Die Trainer und Betreuer sind bereit, in einem Team zum Wohle des Vereins, der Junioren und deren Eltern mitzuarbeiten und folgende Aufgaben zu erfüllen:

- Jeder Trainer ist bereit, sich im Rahmen seiner Möglichkeiten aus- und weiterzubilden (Verbands- oder J+S-Kurse, interne Ausbildung).
- Die Trainer haben pünktlich und vorbereitet zu erscheinen, bei Unabkömmlichkeit ist für einen geeigneten Stellvertreter zu sorgen.
- Die Trainer sind verantwortlich für einen geregelten Trainings- und Spielbetrieb ihrer Mannschaft sowie für das ihnen zur Verfügung gestellte Material.
- Die E- und F-Junioren trainieren mindestens einmal, die D-Junioren mindestens zweimal in der Woche.
- Jeder Trainer bzw. Betreuer organisiert bzw. nimmt mindestens einmal pro Saison einen Elternabend, um den Kontakt und die Zusammenarbeit mit den Eltern zu fördern, teil.
- Die Teilnahme an Juniorensitzungen ist für alle Trainer / Betreuer obligatorisch.
- Jeder Juniorentrainer muss mindestens einen Bericht pro Jahr für SVD-Go und das Internet schreiben.
- Einsatz / Hilfe der Juniorenabteilung bei Vereinsanlässen ist obligatorisch.
- Ein Fördertraining (Schwergewicht: Koordination / Technik) wird einmal pro Woche durchgeführt. Dieses Training ist zusätzlich zum Mannschaftstraining durchzuführen.

Die Trainer und Betreuer müssen Vorbilder sein, folgende Punkte beachten und diese von Junioren verlangen:

- Gutes Benehmen im Allgemeinen.
- Sportliches Auftreten, auch bei Niederlagen. *„Kinder brauchen einen Trainer, mit dem sie siegen können – und verlieren dürfen“*
- Akzeptieren von Fehlentscheidungen des Schiedsrichters.
- Hygiene (duschen ist obligatorisch).
- Verzicht auf Alkohol und Nikotin während des Trainings und des Matches.
- Sorge tragen zum Material.

Juniorenkonzept

4.3 Anforderungsprofil eines Trainers bei den Junioren

Mit dem regelmässigen Besuch von Kindergarten bzw. Spielgruppen, Sportvereinen und dem späteren Eintritt in die Schule verändert sich die bis dahin gewohnte Umwelt des Kindes. Das Kind findet vor allem in den Betreuern und Lehrkräften neue Bezugspersonen und baut auch innerhalb seiner Spiel- und Lerngruppen neue soziale Kontakte auf. Die Bedeutung der Altersgruppe (Schulklasse, Fussballteam) tritt zunächst für das Kind noch deutlich hinter die älteren Bezugspersonen zurück. Der Trainer (wie in der Schule der Lehrer) spielt bis etwa in das 10. Lebensjahr hinein eine dominierende Rolle in der Welt des Kindes. So wird der Trainer zum Vorbild, zu einer Idolfigur, der es sich bemüht nachzueifern und deren Verhaltensweisen es kritiklos und bedenkenlos als richtig empfindet und übernimmt.

Ein idealer Trainer muss für seine anspruchsvolle Tätigkeit folgende Punkte erfüllen:

- **Kinderfreund:** Er muss Kinder gern haben. Neugierige Fragen mit Geduld und in Ruhe beantworten.
- **Vorbild:** Er ist ein Vorbild und verhält sich dementsprechend (Fairplay, Rauchen, Alkohol, Pünktlichkeit, etc.)
- **Erzieher:** Er ist verständnisvoll, nimmt die Probleme des Kindes ernst und versucht sie zu lösen. Er fördert das selbstständige und einfallsreiche Handeln, um die Persönlichkeit zu stärken.
Er setzt Prioritäten: Familie – Schule – Sport.
- **Kommunikator:** Den Kontakt zu den Eltern und zur Vereinsleitung pflegen.
- **Tröster:** Geschick im Umgang mit den Kindern zeigen.
- **Motivator:** Er hat freundliche Ausstrahlung. Er spricht ruhig, bestimmt und freundschaftlich mit den Kindern. Er begrüsst alle Kinder und nimmt sie bewusst wahr.
- **Fachmann:** Er hat Basiswissen der Technikgrundlagen.
- **Organisator:** Er kann mit organisatorischen Aufgabenstellungen umgehen.

4.4 Anforderungsprofil eines Trainers bei den D-Junioren

Der Übergang vom Schulkindalter in die Pubertät drückt sich zunächst in körperlichen Veränderungen sowie in der raschen Zunahme an Körpergrösse aus. Der Jugendliche wächst in die kritische Zeit allgemeiner psychischer Verunsicherungen hinein.

Eine der Ursachen dieser Verunsicherungen lässt sich mit seiner mangelnden Kenntnis um die Zusammenhänge dieser körperlichen Entwicklungsvorgänge erklären. Der Jugendliche wird nach dem Warum fragen und nicht nur alles hinnehmen, was der Trainer sagt. Im Unterschied zum Vorschulalter steht nicht nur der Trainer im Mittelpunkt, sondern vermehrt auch der Freundeskreis oder das Team.

Zu den oben genannten Punkten, muss der Trainer bei den D-Junioren

- autoritärer sein (Kinder werden reifer und hinterfragen die vom Trainer gestellten Aufgaben).
- das selbstständige Handeln fördern (z.B. Hausaufgaben stellen)
- die Mitverantwortung für die Gruppe wecken
- zusätzliche technische und taktische Inhalte umsetzen können

5 Der Junior

Die verschiedenen Entwicklungsstufen

Entwicklungsstufen	Mädchen	Knaben
Frühes Schulkindalter	7. bis 10. Lebensjahr	7. bis 10. Lebensjahr
Spätes Schulkindalter	10./11. bis 12./13. Lebensjahr	10./11. bis 13./14. Lebensjahr
Erste puberale Phase (Pubeszens)	11./12. bis 13./14. Lebensjahr	12./13. bis 14./15. Lebensjahr

Diese verschiedenen Entwicklungsstufen bedeuten Unterschiede in den körperlichen, psychischen und sozialen Merkmalen, welche auch das Training bestimmen.

5.1 Allgemein

Die F- und E-Junioren (6 bis 10 Jahre) sind im Kinderfußballalter, die D-Junioren (10 bis 12 Jahre) bereits im so genannten Grundlagenalter. Diese Tatsache verlangt unterschiedliche Schwerpunkte.

Verhaltensgrundsätze für Jugendspieler/innen der JFG Kronburg und den Stammvereinen

Zuverlässigkeit

- ✓ Die Teilnahme am Training und Spiel ist für mich eine Selbstverständlichkeit. Kann ich nicht erscheinen, sage ich so früh wie möglich beim Jugendbetreuer ab.
- ✓ Ich versuche kein Training und kein Spiel zu versäumen
- ✓ Mein Jugendbetreuer bereitet sich auf das Training vor und schenkt mir seine Zeit. Deshalb sage ich nicht leichtfertig ein Training ab

Pünktlichkeit

- ✓ Ich erscheine pünktlich zum Training und zum Spiel
- ✓ Die Mannschaft wartet auf mich
- ✓ Ohne mich ist das Team nicht komplett
- ✓ Unpünktlichkeit stört das gesamte Team und den Trainingsbetrieb

Freundlichkeit

- ✓ Freundlichkeit ist für mich selbstverständlich, denn das Team und das gesamte Umfeld ermöglichen mit das Fußballspielen
- ✓ Freundlich sein ist für mich einfach. Ich grüße Kinder und Erwachsene, die ich kenne.

Teamfähigkeit und Disziplin

- ✓ Ich kann nicht jeden gleich gern mögen, akzeptiere aber jedes Teammitglied
- ✓ Ich verhalte mich im Kreis meiner Mannschaft diszipliniert. Nur im Team kann ich Fußball lernen und nur gemeinsam können wir unsere Ziele erreichen.
- ✓ Im Spiel und im Training gebe ich immer 100%, denn ich bin ein wichtiger Teil des Teams
- ✓ Wenn ich mal schlecht gespielt habe oder nicht die ganze Zeit gespielt habe, verliere ich nicht den Willen fleißig zu trainieren, um meine Leistung verbessern. Im nächsten Spiel möchte ich das wieder besser machen.
- ✓ Streitereien untereinander sollten vermieden werden, Handgreiflichkeiten sind nicht akzeptabel.

Hilfsbereitschaft

- ✓ Ich helfe jedem aus dem Team, wenn er Probleme hat und um Hilfe bittet. Dies bezieht sich sowohl auf das Spielfeld auch auf außerhalb
- ✓ Ich unterstütze schwächere Spieler und mache mich nicht über sie lustig.
- ✓ Ich übernehme das Wegräumen von Bällen und Trainingsmaterial beim Spiel und beim Training, sowie die Reinigung der Umkleidekabinen.

Umwelt und Sauberkeit

- ✓ Ich gehe sorgsam mit dem Vereinseigentum um. Sportplatz, Kabinen und alle andere Gemeinschaftseinrichtungen sollen meinem Verein, meiner Mannschaft und mir noch lange Freude bereiten.
- ✓ Der schonende Umgang mit Bällen, Trikots und Trainingsmaterial ist für mich eine Selbstverständlichkeit
- ✓ Auch mit meiner eignen Ausrüstung gehe ich sorgsam um. Dazu gehört z.B. auch das Putzen meiner Schuhe

Juniorenkonzept

- ✓ Bin ich Gast bei einem anderen Verein, gelten die Verhaltensweisen noch stärker. Wenn ich dagegen verstoße, schade ich nicht nur meinem Team, sondern auch meinem Verein.

Fairplay

- ✓ Ich verhalte mich stets freundlich und fair zu meinen Gegenspielern, egal ob Training oder im Spiel gegen einen anderen Verein.
- ✓ Ich verhalte mich fair und freundlich gegenüber dem Schiedsrichter
- ✓ Der Schiedsrichter ist mein Freund. Er ermöglicht mir das Spiel.

Zigaretten, Alkohol...

- ✓ Zigaretten und Alkohol hat im Sport nicht zu suchen und habe ich nicht nötig.
- ✓ Über die Gefahren von Drogen weiß ich Bescheid und ich halte mich von ihnen fern.

Vorbild für Jüngere

- ✓ Auch ich bin ein Vorbild – insbesondere für die jüngeren Spieler.

Konsequenzen bei Nichtbeachtung der Verhaltensregeln

- ✓ Wenn ich mich – trotz mehrmaligen Hinweisen meines Jugendbetreuers – nicht an die Verhaltensgrundsätze halte, so hat der Jugendbetreuer das Recht mich zeitweise von Trainings- und Spielbetrieb auszuschließen. Durch mein positives Verhalten erspare ich dem Jugendbetreuer solche Entscheidungen. Mein Jugendbetreuer bzw. die Jugendleitung hat für jedes Problem ein offenes Ohr – sei es sportlich oder privat.

Kinderfussball

Für die F- und E-Junioren gilt:

- erstes Ziel ist es, die Kinder gut auszubilden, die Mannschaft ist (noch) unwichtig
- die technischen Elemente (Ballführen, Torschuss, Zuspiel und Ballannahme) werden korrekt geübt (Qualität von Quantität!)
- mehrere Spiele mit kleinen Gruppen gehören in jedes Training
- die koordinativen Fähigkeiten werden mit einfachen Übungen gefördert
- es gibt kein spezifisches Ausdauertraining, ein gut organisiertes Training ist so intensiv, dass es die Ausdauer automatisch altersgerecht fördert
- an den Turnieren (F = Fünfertteams, E = Siebnertteams) spielen alle Kinder auf allen Positionen (keine Frühspezialisierung)
- gelegentlich wird polysportiv trainiert (im Hallentraining gibt es viele Möglichkeiten dazu)

Grundlagenalter

Für die D- und C Junioren gilt:

- sie sind im so genannten „goldenen Lernalter“, jetzt lernen sie besonders leicht
- was sie jetzt nicht lernen, lernen sie später nur noch mit viel mehr Aufwand
- folglich: Technische Elemente und koordinative Fähigkeiten intensiv üben
- folglich: perfekt organisiertes, ziel-orientiertes, klar geführtes Training
- das Spiel ist ein wichtiger Teil des Lernprozesses (nicht nur für das Gemüt)
- Übergang zum Positionsspiel: Das Kind findet allmählich seine Position im Team
- der Einzelne bleibt wichtig, die Mannschaft wird wichtiger

Spezialisierungsalter

Für die A- und A Junioren gilt:

- sie Verfestigung der erlernten Techniken unter Gegner und Zeitdruck
- Verstehen und Anwenden komplexer taktischer Varianten
- Vervollkommen aller leistungsbestimmenden Komponenten (Technik, Taktik, Kondition, Psyche)
- Beginnendes Spezialisierungstraining – intensive Trainingsabläufe
- Die Spieler aktiv einbinden. Mitbestimmung ermöglichen
- Komplexer Trainieren, aber die Individualität beachten

5.2 Die verschiedenen Entwicklungsstufen

Vorbemerkung zu den folgenden Charakteristiken

Die Entwicklung eines Kindes verläuft nicht linear. Einmal macht das Kind grosse Fortschritte, dann wieder scheint es zu stagnieren. Die Unterschiede zwischen dem biologischen und dem chronologischen Alter sind gerade in dieser Lebensphase recht gross. Ganz allgemein kann man sagen, dass Kinder in diesem Alter einen ungestümen Bewegungsdrang haben, psychisch im Gleichgewicht leben, eine optimistische Lebenseinstellung haben, unbekümmert leben und sich leicht begeistern lassen.

10 Goldene Regeln

1. Spaß am Sport fördern
2. Auf einfache Regeln, leichte Bälle, kleine Felder achten
3. Kleine Spielgruppen bilden
4. Auf kurze Spielzeit achten
5. Kurz erklären und vormachen
6. Viele Ballkontakte ermöglichen
7. Vielseitige Bewegungsaufgaben anbieten
8. Kinder auf allen Positionen spielen lassen
9. Jedem Kind einen Ball geben
10. Spielerische Aufgaben stellen

5.3 Der G Junior – Bambinis

Kinder sind ständig in Bewegung! Beginnt eine Bambinistunde mit einer Phase zum Austoben, laufen die Kinder wie aufgedreht durcheinander, springen, spielen oder schießen Bälle. Bewegung ist für sie ein elementarer, ganzheitlicher, auf alle Sinne bezogener Bestandteil ihrer Entwicklung.

Stellen wir ihnen vielseitige, also über reine Fussballinhalte weit hinausgehende Bewegungsaufgaben, so

- Fördern wir ihre Stärken wie Neugier, Bewegungsfreude und –drang, Spieltrieb, Spontanität und Risikobereitschaft
- Wecken wir Anstrengungs- und Lernbereitschaft zur Bewältigung auch schwieriger Bewegungsaufgaben
- Schaffen wir einen Ausgleich zur bewegungsarmen Umwelt und intensiver Reizüberflutung im heutigen Alltag
- Fördern wir neben körperlichen immer auch geistige, emotionale und soziale Entwicklungsprozesse

5.4 Der F-Junior

Körperliche Merkmale

- die Unterschiede zwischen Mädchen und Knaben sind noch gering
- Längen- und Breitenwachstum verlaufen harmonisch und ruhig
- allmählich entwickelt sich die Rumpfmuskulatur
- die Kinder sind zwar rasch müde, aber auch schnell wieder erholt
- eine körperliche Überforderung (beim gesunden Kind!) ist fast nicht möglich
- die koordinativen Fähigkeiten entwickeln sich
- dazu gehören Grundbewegungen wie laufen, hüpfen, springen, werfen und fangen

Daraus ergibt sich für das Training:

- alles mit dem Ball machen (Förderung des Ballgefühls)
- den Ball führen, den Ball beherrschen, mit dem Ball spielen (werfen, fangen, rollen)

Juniorenkonzept

Psychische Merkmale

Kinder in diesem Alter...

- ...haben ein ausgesprochenes Spiel- und Bewegungsbedürfnis
- ...lernen durch Zuschauen (visuell) und durch Ausprobieren, also durch Nachahmen
- ...können kurze Informationen verarbeiten, lange Anweisungen verstehen sie nicht
- ...haben Verständnis für ganz einfache Regeln
- ...sind spontan und kreativ (erfinden plötzlich ein lustiges Spiel)
- ...empfinden das Fussballspiel als einfach: Tore schießen - Tore verhindern
- ...haben ein schlechtes Verhältnis zu Raum- und Zeitrelationen
- ...können sich nicht lange konzentrieren, werden rasch einmal abgelenkt
- ...weinen gelegentlich im Training, weil das Gefühlsleben labil ist

Daraus ergibt sich für das Training:

- spielen, spielen, spielen (Fussball)
- dazu auch Lauf- und Fangspiele sowie Stafetten
- die GAG-Methode (spielen - üben - spielen) ist ideal
- gut zeigen, wenig reden

Soziale Merkmale

- die Eltern sind die wichtigsten Bezugspersonen
- der Trainer spielt oft auch noch die Eltern-Rolle
- Eltern und Trainer werden kritiklos anerkannt
- die Kinder denken ich-bezogen, erkennen den Sinn des Teamworks noch nicht
- die Kinder suchen die Vaterfigur
- das Verhältnis zum anderen Geschlecht ist unverkrampft
- Gruppen mit bis zu fünf Kindern sind noch überblickbar

Daraus ergibt sich für das Training:

- Übungen und Spiele nur in ganz kleinen Gruppen durchführen, also 2:2 oder 3:3

5.5 E-Junioren

Körperliche Merkmale

- die Unterschiede zwischen Mädchen und Knaben sind immer noch gering
- Gestaltwandel, durch verstärktes Längenwachstum kann kurz ein Ungleichgewicht zwischen Rumpf und Gliedmassen entstehen
- in der Regel aber harmonisches körperliches Erscheinungsbild
- die Rumpfmuskulatur entwickelt sich
- körperliche Beschwerden sind möglich (Ermüdung, Knochenschmerzen)
- Gelenke und Wirbelsäule sind wenig belastbar (Knochenbau nicht gefestigt)
- das Koordinationsvermögen ist verbessert, Bewegungen sind besser steuerbar, komplexere Bewegungsabläufe sind möglich

Daraus ergibt sich für das Training:

- alle technischen Elemente immer wieder üben (vormachen - nachmachen)
- viele Ballkontakte und Beidfüßigkeit sind entscheidend
- erste Korrekturen behutsam vornehmen: Fehler nicht als falsch oder schlecht bezeichnen, sondern einfach den richtigen Ablauf nochmals zeigen
- die Anforderungen im koordinativen Bereich steigern
- Schnelligkeitstraining in spielerischer Form ist jetzt möglich

Psychische Merkmale

Kinder in diesem Alter...

- ...haben ein ausgesprochenes Spiel- und Bewegungsbedürfnis
- ...erfassen Bewegungsabläufe schnell
- ...entwickeln einen starken Gerechtigkeitsinn
- ...bilden sich allmählich eine eigene Meinung, denken und urteilen kritisch
- ...entwickeln zunehmend grösseres Selbstvertrauen
- ...sind leistungsorientiert, optimistisch und motivierbar, wollen etwas lernen
- ...suchen Erfolgserlebnisse, entwickeln einen gewissen Ehrgeiz
- ...lernen visuell (gutes Vorzeigen ist entscheidend)
- ...sind begeisterungsfähig (aber: nur ein begeisterter Trainer begeistert!)
- ...reagieren oft verzögert

Daraus ergibt sich für das Training:

- das Spiel ist noch immer das Wichtigste (deshalb kommen die Kinder in den Verein)
- mit kleinen Wettbewerben immer wieder neue Anreize setzen (Wer kann mehr...)
- der Trainer sucht das Positive, findet immer wieder ein lobendes Wort

Soziale Merkmale

- die Autorität der erwachsenen Führungspersonen wird anerkannt
- die Kinder spüren die Vorbildwirkung und erahnen die Fachkompetenz des Trainers
- sie sind nicht mehr so ich-bezogen, allmählich wird das Denken team-bezogen
- die Kinder werden selbständiger und haben stabilere Beziehungen untereinander
- Gruppen mit bis zu sieben Spielern sind überblickbar
- sie suchen ihren Platz und die Anerkennung in der Mannschaft (Rangordnung)

Daraus ergibt sich für das Training:

- der Trainer überzeugt durch gut vorbereitetes und organisiertes Training
- erste Übungen zum Teamgedanken (Zusammenspiel) sind angebracht
- Spiele und Übungen noch immer in kleinen Gruppen (bis 4:4)

5.6 D-Junioren

Körperliche Merkmale

- harmonisches Wachstum
- ausgeprägtes Muskel- und Skelettwachstum
- viel Energie wird für das Körperwachstum gebraucht (daher auch einmal lustlos)
- die Motorik ist fast vollständig kontrollier- und steuerbar
- allmählich Beginn der pubertären Entwicklung

Daraus ergibt sich für das Training:

- optimaler Zeitpunkt zur Förderung der koordinativen Fähigkeiten
- jetzt alle Bewegungsabläufe der technischen Elemente intensiv trainieren

Psychische Merkmale

Kinder in diesem Alter...

- ...sind im besten Lernalter (goldenes Lernalter) und lernen auf Anhieb
- ...haben eine optimistische Einstellung
- ...möchten gerne Fortschritte machen und gute Leistungen zeigen
- ...machen nicht mehr einfach alles gedankenlos, sie fragen nach dem „Warum?“
- ...haben immer noch das grosse Spiel- und Bewegungsbedürfnis
- ...können sich gut an sportliche Regeln halten
- ...sind mit dem Beginn der Pubertät oft verunsichert

Daraus ergibt sich für das Training:

- Spiele sind immer noch wichtig, aber sie sind gleichwertig wie Übungen zur Technik
- der Trainier arbeitet ziel-orientiert und kann diese Ziele seinen Kindern klar machen
- der Trainer erklärt die Regeln und setzt sie durch
- Fairplay ist ein Thema, darüber wird gesprochen und der Trainer lebt es vor

Soziale Merkmale

- die Bindungen halten nun länger an, der Teamgeist entwickelt sich
- die Bindung zum Elternhaus dagegen wird lockerer, die Ablösung beginnt
- die Kinder nehmen Distanz zum anderen Geschlecht
- Idole werden bewundert, ihnen wird nachgeeifert
- Gruppen von bis zu neun Personen sind jetzt überblickbar
- das Selbstvertrauen wird stärker
- folglich: es kommt zu Auseinandersetzungen mit Autoritäten (Eltern, Trainer)
- Grenzen werden ausgelotet

Daraus ergibt sich für das Training:

- die Gruppen bei Spiel und Übungen können nun etwas grösser sein (bis 6:6)
- das Zusammenspiel wird zu einem wichtigen Element (gegen den Egoismus)
- der Trainer hat eine klare Linie und wagt es, Grenzen zu setzen, die für alle gelten
- allmählich suchen die Kinder ihre Position (Offensive, Defensive, Torhüter)

5.7 C-Junioren

Körperliche Merkmale

- Individuelle Entwicklungsunterschiede
- Unterschiedliche körperliche Entwicklungen – Retardation (Zurückgebliebene Spätentwickler) - Akzeleration (Frühentwickler, Muskel- u. Körperwachstum sehr stark – Warmmachen!!!) – Pubertät (Psychische und körperliche Entwicklung beachten) – Adoleszenz (Selbstmotivation und Ausbildung Erwachsener
- Gefahr Drop out und Motivation
- Trainer wird Anführer einer sportlicher Klique – Spielführer einbinden!!

Juniorenkonzept

Daraus ergibt sich für das Training:

- Auf die Bedürfnisse der Jugendlichen eingehen
- Spaß am Fußball vermitteln, und evtl. Pausen (Schonalter)
- Längere Phasen der Erklärung bei taktischen Dingen sinnvoll
- weg vom Spielen in kleinen Gruppen hinzu taktischen Spielformen (z.B. Zonen, Flügelspiel ect.)
- Technik – Längenwachstum kann vorübergehend zum Verlust von schon erlernten Techniken führen. Häufiges Wiederholen ist wichtig
- gutes Alter für Ausdauertraining – viel Spielformen
- Beginn des Krafttrainings
- Taktik – bestes Training für die Taktikschulung (Forechecking, 4er Kette, Abseitsfalle, Spielverlagerungen, ballorientiertes Verschieben.

Psychische Merkmale

Kinder in diesem Alter...

- ...voll in der Pubertät und sehr labil
- ...haben sehr schwankende Einstellung
- ...Trainer ist Kumpel und Anführer

Daraus ergibt sich für das Training:

- Spiele sind immer noch wichtig, aber sie sind gleichwertig wie Übungen zur Taktik
- Biologisches nicht kalendarisches Alter beachten
- Freudvolles Training mit evtl. Pausen (Schonalter)
- Gruppen- und Mannschaftstaktik
- Positionsspezifisches Techniktraining
- Fußballspielen mit Schwerpunkten
- Systematische fußballspezifische Konditionsschulung

Soziale Merkmale

- die Bindungen halten nun länger an, der Teamgeist entwickelt sich
- die Jungs orientieren sich zum anderen Geschlecht
- das Selbstvertrauen wird stärker
- folglich: es kommt zu Auseinandersetzungen mit Autoritäten (Eltern, Trainer)
- Grenzen werden ausgelotet

Daraus ergibt sich für das Training:

- Stabilisieren der Freude am Fußballspielen
- Vertiefung der Gruppentaktik in der Offensive und Defensive
- Fördern persönlicher Verantwortung für sich und die Gruppe auf und neben dem Platz
- Ausgleich koordinativer Defizite und Aufbau einer breiten fußballspezifischen Fitness
- Hierarchien bilden, Verantwortlichkeit schaffen! (Mannschaftskasse, Strafenkatalog – Spielführer)

5.8 Der B u. A Junior

Merkmale von B- und A Junioren

- Verbesserte Leistungsvermögen durch körperliche Veränderungen. Ausgleich der Körperproportionen/Kraftzuwachs
- Verbesserte Koordinationsvermögen
- Größere Lernbereitschaft und Auffassungsgabe, Sensibilisierung für Sachprobleme und Mitspieler
- Streben nach Selbstständigkeit und Anerkennung als gleichberechtigter Partner

Ziele des B- und A Juniorentrainings

- Spaß am Fußballspielen
- Verbessern der erlernten technisch-taktischen Grundlagen
- Anpassen an die erhöhten Anforderungen des Spiels- vor allem die Schulung die Schulung einer dynamischen „Wettspiel-Technik“

Juniorenkonzept

- Gezielte Schulung spezieller Taktik-Schwerpunkte
- Fördern von Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein und Mitverantwortung

Daraus ergibt sich für das Training:

- Systematisch eingesetzte Spielformen mit unterschiedlichen Gruppen zu bestimmten technisch-taktischen Schwerpunkten
- Anspruchsvollere (Komplex-) Übungen zum selben Schwerpunkt
- Spielformen zur Verbesserung der fußballspezifischen Kondition
- Antrittsübungen und Sprungkombinationen, Wettläufe um den Ball mit einer anschließenden Aktion (Torschuss)
- Regelmäßige Beweglichkeits- und Kräftigungsprogramme.

Trainingsaufbau

- ...Interessante Aufwärmprogramme mit Ball zur Technik-Schulung anbieten!
- ...zwischen die Ballübungen Stretching- und Kräftigungsprogramm zur gezielten muskulären Vorbereitung einfügen!
- ...Auf eine systematische Steigerung der Übungsanforderungen und der Intensität achten!
- ...konzentriert an einem Trainingsschwerpunkt arbeiten!
- ...Auf einen richtigen Wechsel von Belastung und Erholung achten! Kurze, intensive Spielzeiten mit aktiven Pausen im Anschluss
- ...Spielformen zu einem bestimmten technisch-taktischen Schwerpunkt anbieten- dazwischen Übungsformen zum selben Schwerpunkt!

- Allgemein will ein Kind im Fussballverein...
 - ...Fussball spielen (und nicht Runden laufen)
 - ...sich bewegen und austoben
 - ...sich mit Gleichaltrigen messen, aber auch zusammen mit ihnen spielen
 - ...etwas lernen und Fortschritte erzielen
 - ...einen verständnisvollen Trainer haben, der Grenzen setzt und loben kann

**Ein guter Trainer ist einer,
mit dem man siegen kann
und verlieren darf.**

6 Die Eltern

Aus den bisherigen Ausführungen geht klar hervor, dass die Eltern eine wichtige Rolle im Kinderfussball spielen. Auf der einen Seite sieht der Verein sie gerne als hilfreiche Mitarbeiter, auf der anderen Seite sind sie zum Teil als fanatische, einseitige Begleiter weniger erwünscht. Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass kaum in einem Fussballverein auf die Mitwirkung von Eltern im Kinderfussball verzichtet werden kann. Dieser Aspekt muss also die Zusammenarbeit zwischen Juniorentrainer und Eltern bestimmen.

Am Anfang jeder Saison sollte jeder Trainer einen Elternabend mit folgenden Schwerpunkten durchführen:

- Verhalten der Eltern beim Spiel und beim Training
- Abmelden
- rechtzeitige Erscheinen zum Spiel oder Training
- Abgabe einer Mannschaftsliste, eines Trainingsplanes, eines Spielplanes sowie einer Regelliste an die Eltern

Natürlich sind auch die schriftlichen Aufgebote zum Match oder Turnier eine Selbstverständlichkeit.

Um das Verhältnis zu den Eltern verbessern zu können, kann man auch ausserordentliche Anlässe mit den Junioren durchführen und die Eltern miteinbeziehen.

Da die Kinder in diesem Alter noch stark im Elternhaus verankert sind, haben die Eltern einen grossen Einfluss. Als Trainer müssen Sie die Eltern **informieren**, beraten und mit ihnen zusammenarbeiten.

Mögliche Punkte :

- Fairness
- Hygiene (Duschen,...)
- Ausrüstung (Nockenschuhe, Bälle, Schienbeinschoner, ...)
- Kind nicht überschätzen
- Lob / Kritik (im richtigen Verhältnis)
- Interesse zeigen für den Sport ihres Kindes
- usw.

Eltern oder Trainer stehen alleine im Kinderfussball auf verlorenem Posten.

In der Zusammenarbeit müssen zwei Regeln, bei denen auch die Umkehrung gilt, beachtet werden:

- **Eltern sollten die Anweisungen des Trainers akzeptieren und nicht bekämpfen.**
- **Eltern dürfen den Trainer im Beisein der Kinder nicht blossstellen oder lächerlich machen.**

Tipps für Erwachsene am Spielfeldrand

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

- ✓ Unterstützen Sie Ihre Kinder durch Lob, Aufmunterung und Anfeuerung!
- ✓ Kinderfußball ist kein Erwachsenenfußball! Bei den Kindern stehen Spaß am Spiel sowie die Verbesserung ihrer Fähigkeiten im Vordergrund
- ✓ Wissen Sie noch, wie Ihr Kind vor einem Jahr gegen den Verein XY gespielt hat? Welche Bedeutung hat das damalige Ergebnis heute? Ist es nicht viel wichtiger, wie sich Ihr Kind mittlerweile weiterentwickelt hat?
- ✓ Falls eine Aktion mal nicht so gelingt wie geplant, zeigen Sie Ihre Enttäuschung nicht durch negative Kommentare! Die Kinder wissen selber, wenn ihnen etwas misslungen ist. Wir als Erwachsene müssen mit Fehler besser umgehen können als die Kinder.
- ✓ Kinder sind sehr sensibel gegenüber abfälligen Kommentaren und reagieren oft mit Angst, Aggression oder Verunsicherung. Dadurch werden wichtige Lernprozesse blockiert!
- ✓ Aus Fehlern wird man klug! Einer ist nicht genug!
- ✓ Kritisieren Sie keine Entscheidung des Schiedsrichters, auch wenn sie vermeintlich falsch gewesen ist! Sie ermutigen damit Ihr Kind eigene Fehler zu ignorieren!

Juniorenkonzept

- ✓ Viele Köche verderben den Brei! Der Jugendbetreuer ist dankbar für jede Hilfe und Anregung, aber er allein ist für den sportlichen Bereich zuständig.
- ✓ Rauchen und Alkohol sind am Spielfeldrand ungerne Gaste. Wir alle sind Vorbilder für die Kinder und Jugendlichen!

6.1. Elternbrief 1/2013

An die Eltern unsere Jugendfußballabteilung

Liebe Eltern unserer Jugendfußballer,
bei einer Vorstandsschaftssitzung haben wir festgestellt, dass für die Jugendabteilung schwere Zeiten anbrechen. Das Ehrenamt wird durch verschiedene Faktoren auf einen immer höheren Prüfstand gestellt. So hatte die Sitzung zum Ergebnis, dass uns zum Ende der Saison einige ehrenamtliche Trainer aus verschiedenen Gründen nicht mehr zur Verfügung stehen werden und der Jugendvorstand nun vor der Aufgabe steht, die Posten zu besetzen.

In einem ersten Schritt hat sich der Jugendvorstand überlegt, mit der Einführung eines Elternbriefes regelmäßig auf die Belange der Jugendabteilung hinzuweisen und Sie über das Vereinsleben zu informieren.

Wir suchen für die neue Saison noch dringend ehrenamtliche Trainer, Betreuer und sonstige Helfer, damit wir auch in der kommenden Saison in allen Altersklassen gut aufgestellt und somit in der Lage sind, den Kindern und Jugendlichen unseres Vereins die reibungslose Teilnahme an Ihrem Hobby Fußball zu ermöglichen.

Vielleicht kennen Sie jemanden, die/der Fußballfan ist und Interesse hat, mit Kindern oder Jugendlichen zusammenarbeiten, vielleicht sind Sie aber auch selber interessiert. Bitte wenden Sie sich in diesem Fall an uns, die Kinder und Jugendlichen freuen sich auf eine gemeinsame Zusammenarbeit.

Vielleicht liegt gerade Ihnen aber nicht die regelmäßige Aufgabe des Trainers, aber Sie würden gerne an Organisationsstrukturen z.B. in den Planungen des Jugendturniers, Pressearbeit, Betreuung und Gewinnung von Sponsoren ect. mitwirken. Auch hier sind Sie herzlich eingeladen, Kontakt mit dem Jugendvorstand aufzunehmen.

Mit freundlichen Grüßen der Jugendvorstand
JFG Kronburg, TV Woringen, TSV Lautrach, SV Dickenreishausen

6.1. Elternbrief 2/2013

An die Eltern unsere Jugendfußballabteilung

Liebe Eltern unserer Jugendfußballer,
wir möchten uns zunächst dafür bedanken, dass Sie uns Ihr Kind anvertrauen. Wir werden uns bemühen, alles zu tun, damit Kinder und Eltern sich bei uns wohl fühlen. Gleichzeitig möchten wir Sie darüber informieren, worauf es uns beim Kinderfußball ankommt. Das Wichtigste zuerst: Das Erlernen fußballspezifischer Techniken oder gar taktischer Verhaltensweisen.

Jedoch ebenso wichtig ist es aber, dass sie bei uns lernen können,

- Sich in einer Gruppe Gleichaltriger zurechtzufinden
- In einer Mannschaft ein gemeinsames Ziel zu verfolgen
- Mit Siegen und Niederlagen umzugehen
- Einen Spielgegner zu respektieren
- (Spiel-)Regeln zu akzeptieren und einzuhalten

Weiterhin kann ihr Kind,

- Eigene Ideen im Umgang mit Sportgeräten entwickeln
- Allg. Bewegungserfahrungen in unterschiedlichen Spielsituationen sammeln.
- Die koordinative Fähigkeiten wie Gewandtheit, Geschicklichkeit und das Reaktionsvermögen verbessern und
- Spaß und Freude am Fußball und am Vereinsleben entwickeln
-

Juniorenkonzept

Jugendarbeit ist mehr als trainieren und spielen

- Förderung von Kreativität, Selbstvertrauen
- Mitbeteiligung der Kinder, Jugendlichen und Eltern
- Spaß und Abwechslung

Ihre Mithilfe und ihr Interesse ist gefragt

Zeigen Sie Interesse am Sport Ihres Kindes und schauen Sie gelegentlich beim Spiel zu. Wir sind auf Ihre aktive Mitarbeit angewiesen, als Beispiele seien hier besonders das Trikotwaschen oder Anfahrten zu Auswärtsspielen genannt, oder nur das Zuschauen.

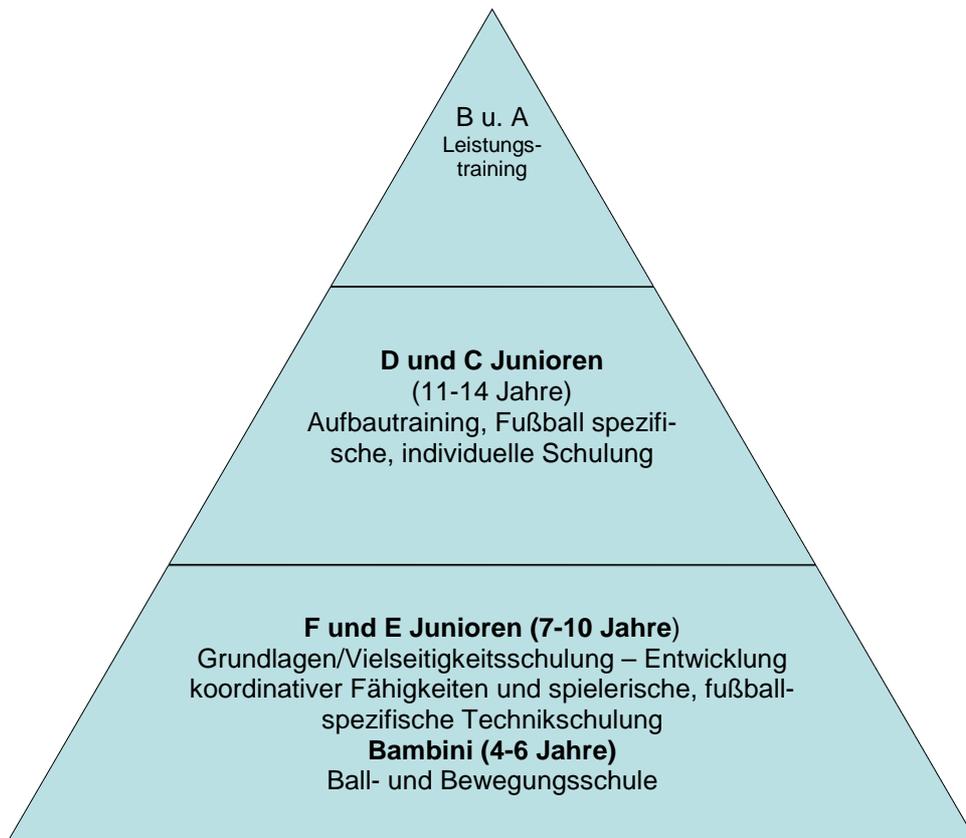
Mit freundlichen Grüßen

Mit freundlichen Grüßen der Jugendvorstand
JFG Kronburg, TV Woringen, TSV Lautrach, SV Dickenreishausen

7 Training

7.1 Trainingsinhalte und Stellenwert

Das Training dient in erster Linie der Förderung der technischen, koordinativen und taktischen (ab D-Junioren) Faktoren. Zwischen diesen Faktoren kann Wechselwirkung bestehen.



7.2 Grundsätze

Trainiere altersgerecht: nicht einfach das Training der Aktiven übernehmen.

Allgemein gilt: Je jünger die Junioren, desto mehr muss der reine Spielgedanke im Zentrum stehen.

Trainiere ausbildungsbewusst: Auch die jüngsten Junioren wollen etwas lernen und Fortschritte machen und nicht nur beschäftigt werden. Wichtige Begriffe in diesem Zusammenhang sind:

- **Einführung** = den richtigen Bewegungsablauf lernen
- **Schulung** = Variationen einbauen, üben in der Bewegung und mit passivem / teilaktivem Gegner
- **Training** = unter wettkampfnahen Bedingungen üben (mit aktivem Gegner)

Trainiere mit einer Saisonplanung: Um dieser Anforderung gerecht zu werden, benötigt der Trainer unbedingt eine Saisonplanung in groben Zügen, die die Zielsetzung für die Mannschaft beinhaltet.

Der Trainer bereitet jedes Training schriftlich vor, weil der vorbereitete Trainer besser trainiert.

Trainiere zielgerichtet: Setze Schwerpunkte für eine Trainingseinheit. Sie darf nicht zu viele Komponenten beinhalten (z.B. 1. Übung Kopfball, 2. Übung Schuss, 3. Übung Passen usw.). Lieber nur etwas trainieren und dafür Variationen einbauen.

Zielgerichtet heisst aber auch, folgende Richtlinien zu befolgen:

- Vom Bekannten zum Unbekannten.

Juniorrenkonzept

- Vom Einzelnen zum Zusammengesetzten.

Trainiere mit vielen Wiederholungen: Nur eine hohe Anzahl von Wiederholungen eines Elements verspricht den Erfolg (Ziel: 1000 Ballberührung).

Trainiere und korrigiere: vor allem beim Techniktraining müssen Fehler sofort korrigiert werden, damit sie nicht zu Automatismen werden, die später nur noch schwer zu ändern sind.

Bei den Fehlerkorrekturen gelten folgende Grundregeln:

- Nur zum Thema / zur Sache (nicht zur Person) korrigieren.
- Nur den Hauptfehler korrigieren.
- Aufmunternd korrigieren.
- Fehler nicht vordemonstrieren, sondern den richtigen Bewegungsablauf zeigen.

Trainiere mit Lernzielkontrollen: Bei den D-Junioren können von Zeit zu Zeit Lernzielkontrollen eingebaut werden.

Trainiere beidfüßig

Trainiere kindergerecht:

Nutze den natürlichen Bewegungsdrang und die kindliche Spielfreude und Sorge dafür, dass alle Kinder in Bewegung sind. Kinder suchen und brauchen (persönliche) Erfolgsergebnisse. Kinder bedürfen immer wieder die Anerkennung der Trainer. Alle Spieler kommen auf allen Positionen zum Einsatz. Verwende eine einfache, den Kinder angepasste Sprache bei Anweisungen (auf gleicher Höhe, z.B. kniend). Gehe individuell auf den Lernprozess der Kinder ein.

7.3 Der Trainings-Aufbau

Die Trainingslektion im Juniorenfußball ist in fünf Teile gegliedert:

Einstimmen – Spiel 1 – Üben – Spiel 2 – Ausklingen

Wer sein Training so aufbaut, trainiert nach der **GAG - Methode (Ganzheit–Analyse–Ganzheit)**. Mit Ganzheit bezeichnen wir das Spiel, mit Analyse den Übungsteil. Eingerahmt wird das Kernstück Spielen–Üben–Spielen vom Einstimmen, das die Lektion eröffnet, und vom Ausklingen, das sie abschliesst. Damit erhält die Lektion einen Rhythmus, der dem Bedürfnis der Kinder nach Abwechslung und Vielfalt gerecht wird.

7.4 Das Lektionsschema

Phase	Thema	Inhalt	Zeit
Einstimmen	Spielerisches Bewegen	Ein kleines Spiel danach koordinative Übungen Beweglichkeit oder Schnelligkeit	15 Minuten
Spielen G	Spiel 1	Ein Spiel mit bestimmten Aufgaben, die dem Lektionsschema entsprechen 5:5 , 4:4 , 3:3 , 2:2 , 1:1 oder in Unterzahl 3:2 , 4:3 , 5:4	15 – 20 Minuten
Üben A	Nur 2 Teile aus den folgenden auswählen	Technische Fähigkeiten – Ballführen – Torschuss – Zuspiel – Ballannahme – Kopfball Koordinative Fähigkeiten Spielverständnis schulen – Raumaufteilung Vierer-Drill In jedem Training ein Drill Übungsspiel mit bestimmten Aufgaben zum Thema	20 – 30 Minuten
Spielen G	Spiel 2	Freies Spiel mit den Zielen: Spießfreude, Kreativität Der Trainer zieht sich zurück: – Beobachten – Loben und aufbauende Kritik	15 – 20 Minuten
Ausklingen	Spielerisches Auslaufen	Kooperatives Spiel oder Wahrnehmungsspiel oder Auslaufen mit lustigen Aufgaben Ein paar Worte des Trainers – Loben und aufbauende Kritik	10 Minuten

Einstimmen:

Das Training beginnt mit einer spielerischen Form, welche dazu dient, die Kinder zu sammeln, motivieren und vorzubereiten, sich in den kommenden Sequenzen konzentrieren zu können.

Spiel 1:

Die Grundlage für das Spiel 1 ist der Trainingschwerpunkt. Wenn man sich als Ziel gesetzt hat, die Kopfbällfähigkeit zu verbessern, sollte man in diesem Teil ein Spiel wählen, welches vorwiegend Kopfbälle beinhaltet (2:2 nur Kopfballtore).

Üben:

In diesen Teil wird der Schwerpunkt (z.B. Kopfball) in verschiedenen Variationen geübt (z.B. 4er Drill Kopfball).

Spiel 2:

Das Spiel 2 dient ganz dem Spielerlebnis. Dies ist der wichtigste Teil des Trainings. Kinder brauchen das Spiel. Es gibt keine Aufträge, es gibt keinen Zwang mehr. Der Trainer zieht sich zurück und ist nur stiller Beobachter.

Ausklingen:

In diesem Teil sollte man die Kinder wieder zusammenführen, die Emotionen aus dem Spiel 2 wieder beruhigen und einen harmonischen, gemeinsamen Abschluss finden.

Die besten Übungsspiele zu diesem Schema findet man im Buch „1020 Spiel- und Übungsformen im Kinderfussball“ von B. Bruggmann, das in den KIFU-Kursen abgegeben wird.

7.5 Die koordinativen Fähigkeiten

Definition des Begriffes „koordinative Fähigkeiten“:

„Die koordinativen Fähigkeiten sind Grundlage für das Bewegungsklernen und beeinflussen sowohl die technisch-taktische als auch die konditionelle Entwicklung. Für das Fussballspielen sind sie deshalb unverzichtbare Lern- und Leistungsvoraussetzungen.“

Im Allgemeinen gilt: Je besser die koordinativen Fähigkeiten, desto besser die technischen Fertigkeiten.

Deshalb gilt:

In jedem Training dieser Alterskategorien müssen die koordinativen Fähigkeiten trainiert werden!

Die fünf verschiedenen Koordinationsfähigkeiten

Koordinative Fähigkeit	Beschreibung	Beispiele
Orientierungsfähigkeit	Sich auf dem Platz zurecht finden, antizipieren (Situationen voraussehen)	Position von Mitspielern und Gegnern erkennen
Reaktionsfähigkeit	Informationen schnell aufnehmen, analysieren und „antworten“ (reagieren)	Im Spiel auf neue Situationen reagieren
Differenzierungsfähigkeit	Krafteinsatz dosieren können	ein Zuspiel zum Mitspieler (nicht zu scharf, nicht zu kurz)
Rhythmisierungsfähigkeit	Fähigkeit, einen Bewegungsablauf dynamisch und rhythmisch zu gestalten	den Ball führen und dann eine Körpertäuschung/Finte einbauen
Gleichgewichtsfähigkeit	Gleichgewicht halten können	die Landung nach einem Kopfball

7.6 Der 4er-Drill

Der 4er-Drill ist die beste Methode zur Schulung eines Bewegungsablaufes (z.B. Kopfball). Er hat nur einen positiven Effekt, wenn er in jedem Training über mehrere Wochen wiederholt wird.

Die 5 Vierer-Drills (Ballführen, Zuspiel, Torschuss, Ballannahme und Kopfball) sind im Buch „1020 Spiel und Übungsformen im Kinderfussball“ von B. Bruggmann genau beschrieben.

Wichtige Informationen zu den Vierer-Drills:

- In jedem Training (Übungsteil) einen Vierer-Drill durchführen.
- Den gleichen Drill in mehreren Trainings hintereinander durchführen (Lerneffekt).
- Mit der Zeit kennen die Spieler jeden Drill: kleinerer organisatorischer Aufwand.
- Ein Drill läuft ohne Unterbrechung zwischen sieben und zehn Minuten.
- In den Drills wird die Beidfüßigkeit konsequent geübt.
- Der Trainer korrigiert individuell.

Juniorrenkonzept

7.7 Trainingsprinzipien

Vom leichten zum Schweren - Von der einfachen Grundform (Dribbeln ohne Gegner) steigert man nach beherrschen der Fertigkeit die Anforderung. Mit passivem Gegner (Kegel), mit dynamischen Tempo, Zusatzaufgaben (Richtungswechsel) mit teilaktivem Gegner, aktivem Gegner bis zur Anwendung im Wettbewerb.

Vom Bekannten zum Unbekannten – Bereits vorhandene Fertigkeiten werden durch einbau neuer Elemente, Techniken und Gegebenheiten verändert. Von der Körpertäuschung zum Übersteiger...

Üben-Üben-Spielen – Von der einfachen Übungsform, über veränderten oder verschärften Übungsform zur Spielform

7.8 Organisation der Technikschiulung

Zusammenstellung von Arbeitsgruppen (Zielgruppe u. Alter beachten)

Angemessene Spielfeldgröße

Einsatz von Hilfsmittel (Geräte,Bälle,Leibchen)

Sicherheitsvorkehrungen

Stellung zur Gruppe in Erklärungsphasen

Stellung zur Gruppe in Demonstrationsphasen

Überblick während der Ausführungsphase

Zielsetzung Trainingseinheit und Zeitpunkt sowie Umsetzungsplan

7.9 Erklärung und Demonstration

Erkläre:

- so wenig wie möglich, so viel wie nötig;
- mit einfacher Wortwahl und korrekter verständlicher Sprache
- Altersgerecht
- Engagiert und altersgerecht verständlich
- Kurze, präzise Anweisungen, Ausdruckfähigkeit und Lautstärke, Altersgemäße Formulierung

Demonstriere:

- Das Wichtigste
- Korrekte Bewegungshandlungen
- Für alle sichtbar
- Manchmal auch in Zeitlupe
- Altersgerecht

Demonstrationen schaffen Bewegungsvorstellung, eine schnelle verständliche Übersicht der Übung, Vermittelt eine räumliche Vorstellung. Technikdemonstration aus verschiedenen Perspektiven und in Zeitlupe bei den Schwerpunkten der Übung. Taktikdemonstration mit Spielpartner. Wichtig ist der Zeitpunkt, Dauer und Effektivität der Demonstration.

Korrigiere:

- Beobachte
- Beurteile
- Berate
- Arbeite bei der Korrektur mit dem Spieler zusammen
- Einzelne bei individuellen Fehlern – vor der Gruppe bei gleichem Fehler vieler Spieler
- Nur stete den einen, den wesentlichen Fehler korrigieren

Juniorenkonzept

7.10 Steuerungsmöglichkeit

Temposteigerung: Ballkontakte, Zeitvorgabe, Lauftempo, Wettbewerb, Aufgaben

Gegenspielereinsatz – aktiv, teilaktiv und passiv oder Mitspieler aktiv, teilaktiv

Veränderung der Spielfeldgröße, Ausnutzen der Spielgeldgröße

Je schärfer der Pass desto schwieriger die Annahme ect.

Regelvariation: Ballkontakte, Beidfüßig, Tabuzone, Abschluss, Einschränkungen, Zonen, Tore, Provokationsregel (Nur Tore wenn...) Unterzahl, Regeln aufheben (Abseits), Foulregelung.

Organisatorische Veränderungen und deren Auswirkungen

Organisatorische Veränderung	Auswirkung
Vergrößerung des Spielfelds bei gleicher Spielerzahl	Vermehrte Laufarbeit Weniger Druck durch Gegner und dadurch längerer Handlungszeitraum Weiträumiges Spiel Weniger Ballkontakte
Verkleinerung des Spielfeldes bei gleicher Spielerzahl	Maximale Ausnutzung des Spielfeldes Mehr Ballkontakte Vermehrte Zweikämpfe Pressingsituationen Kurzpaßspiel Hohe Antizipationsfähigkeit wird geschult Erhöhter Zeitdruck bei Ballbesitz, Anspiel Vermehrte Spielübersicht
Anzahl der Tore erhöht	Spielverlagerung Schulung Spielübersicht Schulung des peripheren Sehens Schulung des Raumdeckungsverhalten
Vergrößerung der Tore	Erhöhte Möglichkeit, Tore zu erzielen - höhere Trefferquote Größeres Erfolgserlebnis Statt Torschuss – Torlinien überdribbeln
Verkleinerung der Tore	Höhe Konzentration Erhöhte Präzision beim Torschuss Differenzierungsmittel für spielstärkeres Team
Größere Anzahl der Spielern	Mehr Ballkontakte Erhöhter Zeitdruck bei Ballbesitz Zweikampftensiver Höheres Tempo Erhöhte Aktivität
Geringer Anzahl von Spielern	Weniger Druck durch Gegner Laufintensiver
Änderung des Gleichzahlverhältnisses zugunsten eines Überzahlverhältnisses	Höhere Konzentration Höher Laufintensität Raumdeckungsverhalten Antizipationsfähigkeit Erhöhter Zeitdruck bei Ballbesitz Höheres Durchsetzungsvermögen Pressingverhalten Vermehrte Ballkontakte

7.11 Taktiktraining Vierkette

Crashkurs Viererkette (Tag 1)

Hat eine Mannschaft bisher nur gegnerorientiert mit Libero gespielt und als Trainer will man endlich die Vorteile einer **ballorientierten Verteidigung** für sich und seine Mannschaft nutzen, so ist es ideal mit dieser Trainingseinheit zu beginnen. In der **Animation** auf dieser Seite wird ein **kompletter Trainingstag** zur Umstellung auf die Viererabwehrkette gezeigt. Der große Vorteil der gezeigten Methodik ist die, dass alle Spieler **gleichzeitig** beschäftigt sind und im ballorientierten Verteidigen geschult werden. Es wurde Wert darauf gelegt, dass der Trainingstag trotz dem ausgeprägten Taktik-Thema für die Spieler **attraktiv** ist. Im Detail "verlernen" die Spieler an diesem Tag sich beim Verteidigen an der Gegnerposition zu orientieren und stattdessen lernen sie ihr Verhalten an der Ballposition und der Position des Mitspielers auszurichten.

Juniorenkonzept

Grundsätzlich soll man sich merken, dass bei einer zentralen Ballposition ein **Abwehrdreieck** und bei äußerer Ballposition eine **Abwehrsichel** gebildet wird.

Ablauf:

1. Hütchenreihe – Gleiche Farben
2. Hütchenreihe – Farben durcheinander
3. 4 gegen 4 – Stellungsspiel
4. 4 gegen 4 – Passwege zustellen
5. 4 gegen 4 – Freies Spiel
6. Abschlussspiel – Viererabwehrkette gegen Alle

Übungsbeschreibungen:



So sieht unsere Trainingseinheit zur Umstellung auf Viererkette aus

1. 16 Hütchen entsprechend der Zeichnung (rechte Hälfte, zentral vor dem Tor) aufbauen. Die vertikalen Hütchen haben jeweils die gleichen Farben (alternativ kann man diesen Hütchenlinien auch die Zahlen von 1 bis 4 zuordnen). Seitlicher Abstand der einzelnen Hütchen zueinander ca. 6 Meter. Abstand der Hütchenreihen zueinander ca. 8 Meter. Die Spieler teilen sich in einer Viererreihe ohne Ball vor jeder Hütchenreihe auf. Die Abstände zueinander betragen ca. 4 Meter. Der Trainer ruft nun eine der vier Farben und die Spieler laufen so, als wäre am genannten Hütchen vor ihnen der ballführende Gegner. Sie verharren dort einige Sekunden und gehen dann wieder in Ausgangsposition. Dies wird nun so oft wiederholt, bis die Spieler das System verstanden haben. **Tipp:** Beim Verschieben auf gleichmäßige Abstände der Spieler zueinander achten.
2. Gleicher Ablauf wie zuvor, jedoch werden die vier Farben jeder Hütchenreihe nun durcheinander gewürfelt. Jetzt können sich die hinteren Spieler nicht mehr an den Vorderen orientieren, weil nun jede Gruppe, bei gleich genannter Farbe, sich unterschiedlich verhalten muss.
3. Zwei 20 mal 15 Meter große Felder mit je zwei Minatoren auf den Grundlinien aufbauen (siehe Animation oben rechts). In jedem Feld werden zwei Vierermannschaften gebildet, die jeweils als Viererkette agieren. Die ballbesitzende Mannschaft steht auf einer Linie und lässt den Ball in den eigenen Reihen laufen. Der Ball muss nach jedem Pass drei Sekunden gehalten werden, bevor er weitergespielt werden darf. Die andere Viererkette postiert sich nach jedem Pass entsprechend der Ballposition. Nach jeweils zwei Minuten bekommt die andere Mannschaft den Ball. Dies wird nun so oft wiederholt, bis die Spieler das System ver-



Im ersten Teil des Crashkurses zur Umstellung auf das **ballorientierte Verteidigen** haben die Spieler gelernt, wie sie sich in der Viererabwehrkette, entsprechend der Ballposition, zu verhalten haben. Sie wissen nun, dass sie unabhängig von der Position der Gegenspieler, entweder auf den sicheren Abstand (22 Meter vom eigenen Tor) **zurückweichen**, ein **Abwehrdreieck** oder eine **Abwehrsichel** bilden sollen.



Linke Spielfeldhälfte zeigt die erste Übung und Rechts die Zweite

Hier im zweiten Teil des Crashkurses lernen die Spieler das ballorientierte Verteidigen im **Mannschaftsverband** eines **4-4-2-Systems** anzuwenden. Dabei agiert das Mittelfeld, bei einem ballführenden Gegner **zwischen** den Mannschaftsteilen **Angriff** und **Mittelfeld**, ebenfalls wie eine Viererabwehrkette. Ist der ballführende Gegner am Flügel, wird eine Abwehrsichel gebildet und ist er zentral, ein Abwehrdreieck. Die Abwehrrkette bildet im Fall einer Abwehrsichel des Mittelfeldes ebenfalls eine Abwehrsichel, jedoch leicht Richtung Zentrum eingerückt. Bildet das Mittelfeld ein Abwehrdreieck, so bildet die Abwehrrkette im Abstand von ca. 10 – 15 Meter dahinter eine Linie mit leicht aufgerückten Außenverteidigern (Chance zum Abfangen von Querpässen). Wird ein Mannschaftsteil überspielt, so setzt dieses nach. Der ballnächste Spieler

Juniorenkonzept

doppelt den ballführenden Gegner zusammen mit dem vorgerückten Spieler des tieferen Mannschaftsteiles. Die anderen Spieler versuchen hinter den Ball zu kommen.

Die **Angreifer** setzen nur nach hinten nach, wenn ihr Mannschaftsteil überspielt wird. Ansonsten bleiben sie trotzdem in ballnähe damit ein gewonnener Ball zu ihnen gespielt werden kann. Der **Torwart** agiert bei größerer Ballentfernung zu seinem Tor weiter vorgerückt, um lang gespielte Pässe abfangen zu können.

Ablauf:

1. Synchrones Verschieben
2. Stellungsspiel im Mannschaftsverband
3. Mannschaftsverband – Passwege zustellen
4. Abschlusspiel – Mannschaftsverband (4-4-0 oder 4-3-0) gegen Mannschaftsverband

Übungsbeschreibungen:

1. In einer freien Spielfeldhälfte postieren sich 11 Spieler im 4-4-2-System. Der Trainer steht an der Spitze des Mannschaftsverbandes und absolviert verschiedene Laufwege. Die Aufgabe des Mannschaftsverbandes ist es, alle Laufwege synchron zum Trainer zu absolvieren (siehe linke Spielfeldhälfte der 1. Zeichnung / Animation). Die Spieler sollen darauf achten, dass die Abstände während des Verschiebens zueinander immer gleich bleiben. **Tipp:** Die restlichen Spieler können die Übungen mit den **Hütchenreihen** oder dem **4-gegen-4 auf vier Minitoren** des ersten Teil des Crashkurses wiederholen und tauschen dann mit den anderen Spielern.



Linke Spielfeldhälfte zeigt die dritte Übung und Rechts die Vierte

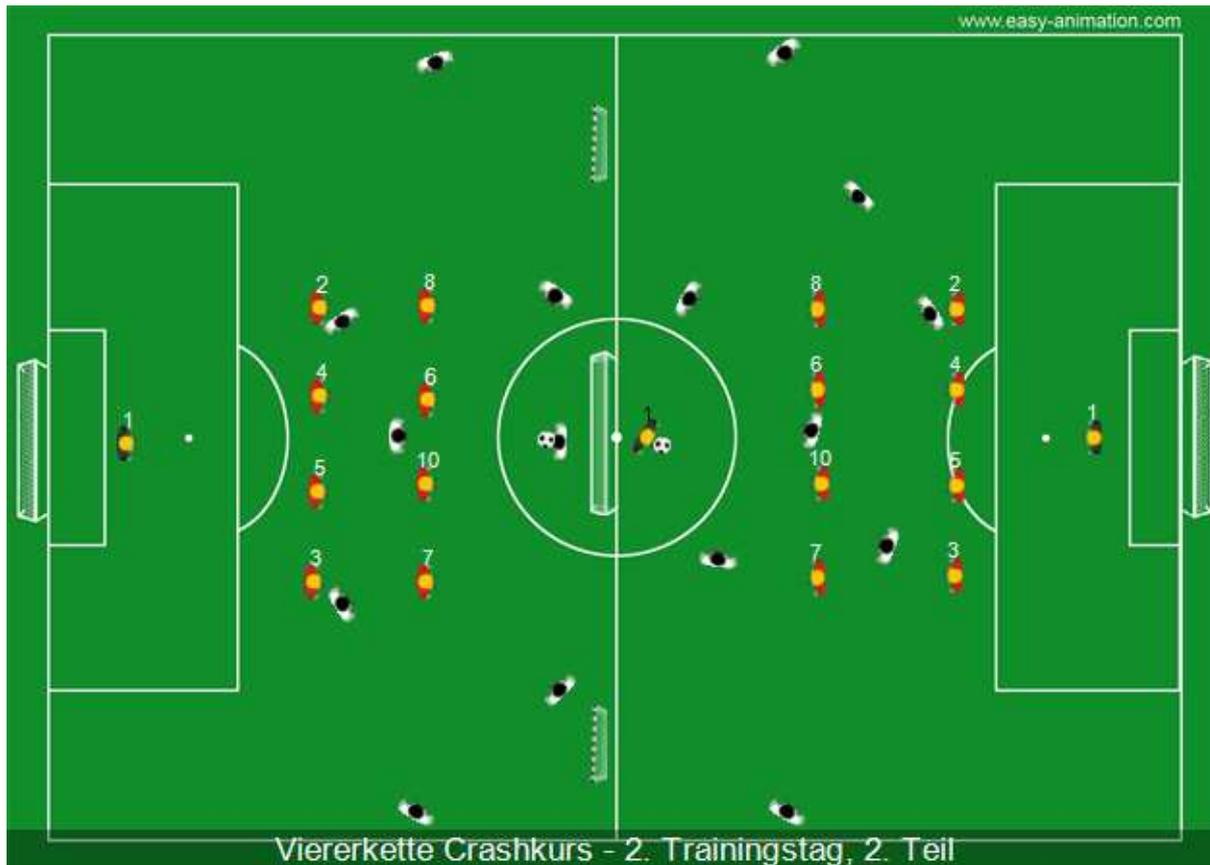
2. Nun werden acht Hütchen entsprechend der rechten Spielfeldseite der 1. Zeichnung / Animation aufgebaut. Jedes Hütchen simuliert einen ballführenden Gegner und bekommt eine klare Bezeichnung (rechtes Mittelfeld, linker Sturm, halblinkes Mittelfeld, halbrechter Sturm usw.), die später vom Trainer gerufen wird. Der Mannschaftsverband postiert sich nun so, dass das Mittelfeld zwischen den Hütchenreihen und die Abwehrkette im **sicheren Abstand** steht. Der Trainer ruft nun eine Position und **alle** Spieler postieren sich entsprechend. Dann wieder in Ausgangsposition gehen und es wird eine neue Ballposition vom Trainer gerufen. **Tipp:** Die restlichen Spieler können die Übungen mit den **Hütchenreihen** oder dem **4-gegen-4 auf vier Minitoren** des ersten Teil des Crashkurses wiederholen und tauschen dann mit den anderen Spielern.

3. Es wird nun ein Mannschaftsverband im 4-4-0-System gebildet, der ein Großtor zu verteidigen hat und bei einem Ballgewinn in eines der beiden Kontertore auf der Mittellinie abschließen kann (siehe linke Spielfeldhälfte der 2. Zeichnung / Animation). Ein Ballgewinn darf lediglich durch das Abfangen eines Passes erfolgen. Die restlichen Spieler bilden die angreifende Mannschaft. Diese dürfen keinen Verteidiger im 1-gegen-1 ausspielen. **Tipp:** Bei einem Rückpass der Angreifer rückt der komplette Mannschaftsverband vor,

Juniorenkonzept

um weiter am Ball kompakt zu stehen. Bei einem Rückpass auf zentraler Position rückt die Mannschaft aggressiver vor, als bei einem Rückpass auf eine Außenposition (Gefahr durch einen diagonalen Flugball in den Rücken der Abwehr).

4. Am Ende ein freies Abschlussspiel absolvieren (siehe rechte Spielfeldhälfte der 2. Zeichnung / Animation). Die beiden Mannschaften spielen je nach zur Verfügung stehender Spielerzahl entweder in einem 4-4-0 oder einem 4-3-0-System. Sollten noch weniger Spieler zur Verfügung stehen ist auch ein 4-2-0-System möglich. Dann aber in einem verengtem Spielfeld spielen. **Tipp:** Spieler der abwehrenden Mannschaft sollen nicht zu stürmisch in 1-gegen-1-Situationen gehen. Den ballführenden Gegner erst stellen, dann Tempo rausnehmen (durch zurückweichen – Zeit für nachrückende Spieler) und erst bei einer guten Gelegenheit (z. B. Ball weit vom Fuß)



4-Ketten-Training im Detail (Tag 3)

In den ersten beiden Teilen des **Crashkurses zur Viererkette** wurde der Mannschaft die Raumdeckung näher gebracht, und sie weiß nun diese im gesamten Mannschftsverband umzusetzen. Diese Trainingseinheit vermittelt den Spielern das Wissen, wie sie sich in verschiedenen Sonderfällen zu verhalten haben. Verteidigt man gegen geschickt agierende Offensivspieler, so muss man Mittel gegen das **Hinterlaufen** und eine **querlaufende Spitze** kennen und auch Wissen, wie man sich in **Unterzahlsituationen** zu verhalten hat. In Unterzahlsituationen ist die Defensive meist unsortiert und muss dann durch geschicktes Verschieben Zeit für nachrückende Mitspieler schaffen, bzw. durch Steuerung des Ballführenden aus einer Unterzahl- eine Gleichzahlsituation herstellen.

Die folgende Trainingseinheit ist so gestaltet, dass sie auf einer Platzhälfte mit allen Spielern (16 + 2 Torhüter) ohne viel Wartezeit absolviert werden kann. Ist man jedoch in der glücklichen Lage einen ganzen Platz zur Verfügung zu haben, baut man die Übungen 1 und 4 jeweils vor einem Großtor auf. So hat man spielnahe Distanzen und alle Spieler agieren in realistischen Spielfeldbereichen.

Juniorenkonzept

Für die Lerninhalte der ersten beiden Teile des Crashkurses bedarf es in der Regel keine weitere praktische Wiederholung. Anders sieht es jedoch bei dieser Trainingseinheit aus. Das Trainieren von Unterzahlsituationen und das Verteidigen gegen Hinterlaufen und querlaufende Spitzen sollte ab und zu wiederholt werden. Gerade das **Übergeben** von Gegenspielern (Hinterlaufen), das **Mitgehen** (querlaufende Spitze) und das akkurate **Verschieben** (Unterzahl) bedarf einer deutlichen **Kommunikation**, feinem **Timing** und klarem **Spielverständnis**. Dies alles kann durch theoretische Erklärungen nur bedingt erlernt werden. Nach dieser Trainingseinheit sollte man einmal pro Woche für 15 Minuten das freie 4-gegen-4-Spiel vom ersten Tag dieses Crashkurses absolvieren. Außerdem jeweils im Abschlussspiel eine feste Aufstellung und ein ballorientiertes Spielsystem bestimmen. So bleiben die Spieler ohne großen Aufwand fit im Spiel mit der Viererkette.

Ablauf:

1. 1 gegen 2 plus 1
2. 2 gegen 3
3. 2 gegen 3 plus 2
4. 4 gegen 4 (Hinterlaufen & querlaufende Spitze)

Übungsbeschreibungen:



Übungen 1, 2 und 3 zum Thema Unterzahl

1. Diagonal gegenüber vom Großtor wird auf der Mittellinie ein weiteres Tor aufgebaut (siehe linke Spielfeldhälfte der 1. Zeichnung/Animation). Jeweils gerade gegenüber den beiden Toren, auf fast maximaler Distanz zwei Hütchen (Angreifer) aufbauen und je ein Hütchen (nachrückender Verteidiger) auf maximaler Distanz. Die Spieler teilen sich zur Hälfte an den beiden Seiten auf. Ein Verteidiger steht kurz vor dem Strafraum und zwei Angreifer dribbeln nun auf ihn zu und versuchen ein Tor zu erzielen. Bei einem Trainer-signal (der Verteidiger soll zunächst 1 – 2 mal verschieben) startet der zweite Verteidiger dem anderen Verteidiger zur Hilfe, um aus der Unterzahlsituation eine Gleichzahlsituation herzustellen. Nach jeder Aktion wechseln die vier Spieler (zwei Verteidiger, zwei Angreifer) zur anderen Seite. **Wettbewerb:** Für ein Tor bekommen beide Angreifer einen Punkt und beide Verteidiger einen Punkt abgezogen. Wer hat am Ende die meisten Punkte? **Tipp:** Der Verteidiger muss den Angriff verzögern, um Zeit für den nachrückenden Mitspieler zu schaffen. Dies erreicht er dadurch, dass er erst vor, dann bei einem Abstand von ca. 3 – 4 Metern zum Ballführenden zurückweicht und diesen Abstand hält. Er soll Querpässe provozieren, in dem er den Steilpass zum zweiten Angreifer zustellt. Gleichzeitig bietet er dem Ballführenden nach außen den Durchbruch an. Wird dieser angenommen, hat er aus einer Unterzahlsituation eine Gleichzahlsituation gemacht. Der **Torwart** agiert weit vor dem Tor, um Pässe in die Tiefe abzulaufen.

2. Auf fast maximaler Distanz zum Großtor werden drei Hütchen aufgebaut (siehe rechte Spielfeldhälfte der 1. Zeichnung/Animation) und jeweils außen auf maximaler Distanz ein Hütchen (nachrückende Verteidiger). Es werden Angreifer und Verteidiger bestimmt, die man je zur Hälfte an den drei zentralen Hütchen

Juniorenkonzept

und am Großtor aufteilt. Zwei Verteidiger stehen kurz vor dem Strafraum und drei Angreifer dribbeln nun Richtung Tor und versuchen einen Treffer zu erzielen. Nach der Aktion greifen die nächsten drei Stürmer an und zwei neue Verteidiger gehen auf Position. Nach der Hälfte der Zeit wechseln die Spieler ihre Positionen.

Tipp Ball zentral: Der Verteidiger auf der Seite des Dribbelfußes rückt vor. Er bietet so dem Ballführenden die schwache Seite zum Durchbruch an. Dort hat sich bereits der zweite Verteidiger postiert, der auf den Durchbruch wartet, um den Angriff abzuwehren. Die Abstände der Verteidiger müssen so klein sein, dass sie sich gegenseitig absichern können, aber auch so groß, dass sie Steilpässe zustellen (ca. 4 – 5 Meter)!

Tipp Ball außen: Die Verteidiger gewinnen Zeit, wenn sie mit jedem Pass der Angreifer nach vorne, zurückweichen und seitlich Richtung Ball verschieben. Der ballnahe Verteidiger nimmt eine seitliche Stellung zum Ballführenden ein, um ihm den Durchbruch nach außen anzubieten. Aus einer Unterzahl- kann so eine Gleichzahlsituation werden. Die Verteidiger agieren in einer leichten Tiefenstaffelung und verhindern dadurch einen Steilpass. Die Angreifer werden so zu Querpässen provoziert.



Übung 4: Mittel gegen Hinterlaufen und querlaufender Spitze

3. Jetzt zusätzlich die beiden äußeren Hütchen mit “nachrückenden Verteidigern” besetzen (siehe Zeichnung). Die zwei “Innenverteidiger” starten bei dieser Übung aus einer höheren Ausgangsposition, so dass sie beim ersten Ballkontakt des Angreifers sofort zurückweichen müssen. Dann folgt aber der gleiche Ablauf wie zuvor. Auf Trainersignal starten die zwei nachrückenden Verteidiger den beiden Innenverteidiger zur Hilfe, um aus einer unorganisierten Abwehr wieder eine geordnete Abwehrkette zu schaffen. **Tipp:** Die nachrückenden Verteidiger versuchen im höchsten Tempo und auf direktem Weg zu den beiden Innenverteidiger zu starten, so dass schnellstmöglich eine Abwehrkette hergestellt werden kann.

4. Zwei Felder entsprechend der 2. Zeichnung/Animation aufbauen. In jedem Feld wird 4 gegen 4 gespielt. Die verteidigende Mannschaft agiert je nach Ballposition als Abwehrsichel oder Abwehrdreieck. Ein Ballgewinn darf nur durch das Abfangen eines Passes erfolgen. Ein Treffer ist nur gültig, wenn nach der Balleroberung ein weiterer Mitspieler Ballkontakt hatte. Bei Seitenaus immer neuer Spielaufbau von der eigenen Grundlinie. **Wettbewerb 1:** Erfolgt ein Treffer nach **Hinterlaufen**, so zählt dieser dreifach (auch wenn der Hinterlaufende nicht angespielt wurde). **Wettbewerb 2:** Erfolgt ein Treffer nach einer **querlaufenden Spitze**, so zählt dieser dreifach (auch wenn die querlaufende Spitze nicht angespielt wurde). **Tipp:** Sollte eine “querlaufende” Spitze steil Richtung Tor starten, so wird diese nicht verfolgt und Abseits gestellt.

Juniorenkonzept



Goldene Regeln der Viererkette

Die folgenden zwölf Regeln für eine funktionierende Viererkette orientieren sich an das Spielsystem 4-4-2, doch lassen sie sich auch auf alle anderen Spielsysteme übertragen:

1. Alle Spieler haben defensive und offensive Aufgaben!
2. Befindet sich der Gegner in der eigenen Hälfte im Ballbesitz, so bilden die beiden Angreifer die erste Verteidigungslinie!
3. Im Abstand von ca. 10 bis 15 Meter verschieben sie sich ballorientiert auf einer Höhe!
4. Die restlichen Spieler verschieben sich ebenfalls ballorientiert auf einer Höhe. Die Abstände zu den einzelnen Mannschaftsteilen beträgt ca. 10 Meter und die Abstände innerhalb der Mannschaftsteile ebenfalls ca. 10 Meter.
5. Wird die Verteidigungslinie der Angreifer überspielt, setzt der ballnahe Angreifer nach und doppelt nach hinten.
6. Der ballnahe Mittelfeldspieler rückt vor und die anderen drei Mittelfeldspieler rücken ein. Entweder bilden sie ein Abwehrdreieck oder eine Sichel, je nachdem ob sich der ballführende Gegner zentral oder außen befindet.
7. Die Viererabwehrkette bildet nun hinter den Mittelfeldspielern eine Linie. Die Außenverteidiger rücken leicht vor, um eventuelle Pässe nach außen abfangen zu können.
8. Wird das Mittelfeld überspielt, setzt ein ballnaher Mittelfeldspieler nach und doppelt nach hinten.
9. Ein ballnaher Abwehrspieler rückt jetzt vor und die anderen drei Abwehrspieler rücken ein. Entweder bilden sie ein Abwehrdreieck oder eine Sichel, je nachdem, ob sich der ballführende Gegner zentral oder außen befindet.
10. Alle Mittelfeldspieler versuchen sich tiefer als die Ballposition zu postieren.
11. Die beiden Angreifer brauchen, wenn das Mittelfeld überspielt wurde, keine Defensivaufgaben mehr zu erfüllen.
12. Immer kompakt und zweikampfstark!

Mögliche Fehlerquellen

Die Erfahrung zeigt, dass nach der Umstellung auf die Viererabwehrkette einige Dinge auf Anhieb verstanden werden, z. B. das Stellungsspiel. Aber in einigen Spielsituationen wiederholt die gleichen Fehler gemacht werden. Folgende Auflistung soll dem Trainer helfen Fehler zu erkennen und zu korrigieren:

- Ein Innenverteidiger rückt zu dem ballführenden Gegner vor und die beiden seitlich aufgestellten Abwehrspieler sichern nicht in die Tiefe ab. Beziehungsweise geschieht dies nicht schnell genug.
- Die Außenverteidiger rücken zu zögerlich zu dem ballführenden Gegenspieler am Flügel vor.
- Die Spieler attackieren beim Vorrücken zum Gegenspieler sofort den Ball, anstatt den Spieler erstmal zu stellen und das Spiel zu verzögern. Das Spiel zu verzögern bedeutet Zeitgewinn, so dass Spieler nachrücken können und sich die Mannschaft wieder geordnet formieren kann.
- Die Mittelfeldspieler/Angreifer doppeln nicht nach hinten, wenn sie ausgespielt werden.

Juniorenkonzept

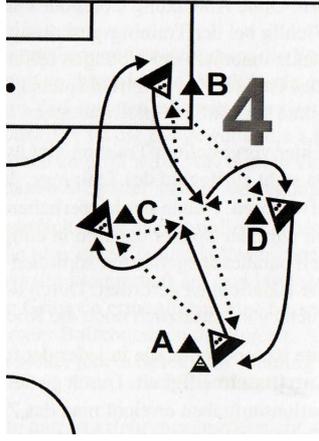
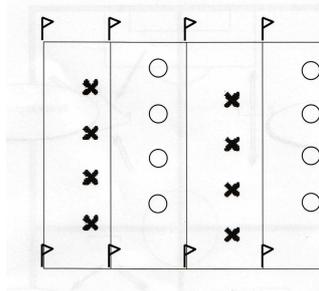
- Absolviert ein Mitspieler einen Zweikampf oder springt er zum Kopfball, wird er nicht abgesichert.
- Beim seitlichen Verschieben sind die Abstände zu den Nebenleuten zu groß oder zu gering. Idealer Abstand wäre eine maximale Distanz, wo aber immer noch die Möglichkeit besteht ein Pass dadurch abzufangen, also ca. 10 Meter.
- Der Mannschaftsverbund ist beim gegnerischen Spielaufbau zu weit aufgerückt, so dass ohne Mühe die ersten Spieler überspielt werden können. Damit macht man es dem Gegner leicht Überzahl im Angriff zu schaffen. Also tief stehen, aber dennoch auf genügend Abstand zum eigenen Tor achten (sicherer Abstand).
- Bei der Balleroberung und anschließendem Konter rücken die Abwehrspieler zu langsam und nicht weit genug auf. Der Abstand zum Mittelfeld sollte nicht mehr als 10 bis 15 Meter betragen.
- Die Außenverteidiger schalten sich nicht mit ins Angriffsspiel ein. Sie sollen sich aber entweder im Rückraum zu einer Flanke vors gegnerische Tor anbieten, die Mittelfeldaußen hinterlaufen oder selbst nach Innen zur Tormitte ziehen und zum Torabschluss kommen.
- Die Innenverteidiger kommunizieren nicht, z. B. wer von ihnen zum ballführenden Gegner im Zentrum vorrücken soll.
- Die Außenverteidiger postieren sich beim Spielaufbau nicht ausreichend in der Breite.
- Trotz Überzahlsituation in Ballnähe, wird der Ball ins Seitenaus geschlagen oder foulgespielt. In Überzahl immer versuchen den Ball kontrolliert zu erobern.
- Ist der ballführende Gegner am Flügel, lassen sich die Außenverteidiger zu weit nach außen drängen und schließen so nicht die Innenbahn zum Tor.
- Spieler der Viererabwehrkette attackieren zu früh den Ball. Dribbelt ein Gegner auf die Abwehr zu, weicht diese geschlossen bis auf 22 Meter vor dem eigenen Tor zurück. Erst dann Abwehrdreieck oder Abwehrsichel bilden. Das Zurückweichen schafft Zeit für nachsetzende Mittelfeldspieler.

Juniorenkonzept

• Ablaufplanung

Phase	Thema/Ziel	Inhalt	Zeit	Zeichnung/Aufbau
Ein- stimmen	Brasi- lianisches Aufwärmen	<p>Zweimal Sitesteps nach vorne links, dann zweimal Sidesteps nach vorne rechts (Alternativ rückwärts)</p> <p>Beide Ellebogen auf Schulterhöhe heben und den Oberkörper im Wechsel zweimal nach links und zweimal nach rechts drehen</p> <p>Mit beiden Händen den Fuß innen berühren. Abwechselnd zweimal rechts und zweimal links</p> <p>Beide Ellenbogen auf Schulterhöhe heben und zweimal nach hinten drücken, dann zweimal in die Hände klatschen</p> <p>Rechte Hand klatscht auf den rechten hochgezogenen Oberschenkel, linke Hand klatscht auf den linken hochgezogenen Oberschenkel, dann wieder zweimal in die Hände klatschen</p> <p>Rechte Hand berührt die rechte Ferse, linke Hand berührt die linke Ferse, dann wieder zweimal in die Hände klatschen</p> <p>Im Hopperlauf zweimal mit den Händen auf die Oberschenkel klatschen, einmal mit beiden Händen auf die Brust klopfen und dann mit den Händen über dem Kopf klatschen.</p>	10 Minuten	
Spiele n G	Doppelpass- übung	<p>Für je 4 Spieler im Abstand von ca. 6-8 Meter ein Hütchendreieck aufbauen. Je Spieler an die Hütchen A und B postieren. Der vorderste Spieler A mit einem Ball. Spieler A dribbelt kurz an, passt zu Spieler B und bietet sich am Hütchen C zum Doppelpass an. B spielt nun Doppelpass mit A und passt zum Spieler an Hütchen A. B wechselt nun nach A und B nach A.</p>	15 Minuten	
Üben A	Doppelpass- übung	<p>Zwei ca. 3 x 3 Meter große Quadrate nebeneinander aufbauen. Im Abstand von ca. 4 Meter die Hütchen B und im Abstand von ca. 7 Metern die 4 Hütchen A und C aufbauen.</p> <p>Die Spieler in zwei Gruppen aufteilen. Jede Gruppe spielt separat für sich Doppelpass im Pendelstaffelsystem. Zwei Spieler mit einem Ball an Starthütchen A und je ein Spieler ohne Ball an die Hütchen B und C.</p> <p>Spieler A Spielt Doppelpass mit Spieler B, so dass der Ball im Quadrat an Spieler C gepasst werden kann. A wechselt zu C. C spielt nun Doppelpass mit B und leitet den Ball im Quadrat an A weiter und wechselt auf B. B wechselt zu A.</p> <p>Ball möglichst direkt spielen, zwei Kontakte nur um einen ungenauen Ball zu kontrollieren.</p> <p>Druckvoll passen, Passgenauigkeit vor Passtempo, jedem Pass entgegen starten.</p>	10 Minuten	

Juniorenkonzept

	<p>Doppelpass-übung</p>	<p>Vier Hütchen als Raute im Abstand von ca. 8-10 Meter zueinander aufbauen. Zwei Spieler mit einem Ball ans Starthütchen A. Je ein Spieler ohne Ball an die Hütchen B bis D. Spieler A spielt Doppelpass mit Spieler C und leitet den Ball an Spieler B weiter. B spielt Doppelpass mit Spieler D und spielt den Ball zurück zum Starthütchen A. Anschließend rücken alle Spieler eine Station weiter. Steigerung: Spieler C und D als Teilaktive Gegner</p>	<p>10 Min.</p>	
<p>Spiele G</p>	<p>Spielform Linienabwehr (4er Kette) Durch Veränderung der Spielfeldgröße verändert sich der Schwierigkeitsgrad</p>	<p>Spielerzahl mind. 12 max. 16 Spieler Jede Mannschaft verteilt sich mit gleichviel Spieler pro Feld. Es gibt vier Korridore mit max. vier Spielern pro Raum. Gegnerkontakt ergibt sich nicht. Der Ball soll durch den Korridor der gegnerischen Mannschaft zu den Partnern im gegenüberliegenden Spielraum gespielt werden. Das Verschieben der Mannschaften in der Defensivfunktion führt zum Verschieben der Linienabwehr. Geschicktes und schnelles Passspiel der ballbesitzenden Partei kann Gelegenheiten zum Durchspiel des gegnerischen Korridors herstellen.</p>	<p>15 Min.</p>	

7.12 Hausaufgaben

Um eine Verbesserung in bestimmten Techniken zu erzielen, sollten die Kinder (ab D-Junioren) auch selbstständig üben. Daher soll der Trainer aus den Bereichen Jonglieren, Ballführen/Ballgefühl, Finten/Tricks, Passen und Schiessen Hausaufgaben aufgeben, die die Kinder üben können (z.B. Jonglieren Fuss-Knie-Kopf).

Die Kontrolle dieser Hausaufgaben soll in Tests mit Wettkampfcharakter in Training erfolgen

7.13 Analyse

Um eine Verbesserung in bestimmten Techniken zu erzielen, findet nach dem Training ein gemeinsame Analyse statt. Beobachten, Analysieren, Bewerten und Korrigieren schaffen die Grundlage für eine sinnvolle Weiterführung der Ausbildung.

7.14 Kondition - Grundsätze

Der Begriff Kondition umfaßt die motorischen Hauptbeanspruchungsformen Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft, Beweglichkeit und Koordination. Ausdauer ist die Ermüdungswiderstandsfähigkeit.

Schnelligkeit ist die Fähigkeit, auf einen Reiz in kürzester Zeit zu reagieren sowie zyklische und azyklische Bewegungen mit höchster Geschwindigkeit auszuführen.

- Kraft bezeichnet die Fähigkeit der Muskulatur, Widerstände zu halten, zu überwinden oder ihnen kontrolliert nachzugeben.
- Beweglichkeit beschreibt das Ausmaß der Bewegungsmöglichkeiten in den Gelenken
- Koordination bezeichnet das zielgerichtete Zusammenwirken von Zentralnervensystem und Muskulatur.
- Grundsätze: Konditionstraining fast immer mit Ball ausführen. Dabei werden Koordination, Beweglichkeit und Schnelligkeit vor Kraft und Ausdauer trainiert! Koordination und Schnelligkeit kombiniert ohne und mit dem Ball trainieren! Beweglichkeit durch Stretching-übungen beim Aufwärmen und in Erholungsphasen trainieren.
- Grundagentraining (Lernen): Schulung der Koordination in Verbindung mit Schnelligkeit, Geschicklichkeits- und Balltraining
- Aufbautraining (Üben): Koordinations-/ Schnelligkeitsschulung, „verdecktes“ Ausdauertraining, Krafttraining mit eigenem Körpergewicht, Stretching. Kombiniertes Ball- und Koordinationstraining.
- Leistungstraining (Anwenden): Neben dem Techniktraining isoliertes Ausdauer- und Schnelligkeits-, Kraft- und Koordinationstraining

Lauftechniken

Juniorenkonzept

Freies Laufen	Zusatzaufgaben	Figurenlaufen	Richtungswechsel	Lauftempowechsel
Durcheinander laufen und freie Laufbewegungen Laufen mit verschiedenen Armbewegungen	Mit einem Zeitungsblatt auf der Brust laufen Staffellauf Geräte	Formen in Buchstaben, Zahlen, Gegenständen laufen	Vorwärts- Rückwärts – seitwärts Slalomlaufen Zickzacklaufen	Temposteigerung Auf- und abschwelend Ruckartig In Intervallen
Laufartwechsel	Gruppenlaufen	Hindernislafen	Partnerlaufen	Geländewechsel
Mit kurzen Schritten Mit langen Schritten Drippelnd Knieheben Anfersen	In der Reihe In der Kette Überhollauf Figurenlauf	Unter dem Hindernis Um das Hindernis Laufen und springen über Hindernis	Hintereinander Nebeneinander Schattenlaufen Körperkontakt	Rasen, Halle, Wald, Bergauf, Bergab, hohes Gras, Sandboden, Kunstrasen

7.15 Fehlersuche

Basischeck

Organisation, Erklärung, Demonstration, Ausführung – Beobachtung, Korrektur

Detailsuche

Tempo, Gegenspieler, Form des Zuspiels, Spielfeldgröße, Spieleranzahl, Regelvariationen

7.16 Symbole für die Trainingsvorbereitung

Zeichen	Bedeutung	Zeichen	Bedeutung
●	Ball	● —————→	Weg des Balles
● 	Weg des Spielers mit Ball	-----→	Weg des Spielers ohne Ball
X	Spieler der eigenen Mannschaft	○	Spieler der gegnerischen Mannschaft
A, B, C, usw.	Spielerbezeichnung	A, A1, A2, A3, usw.	Position des Spielers A

7.17 Trainingsplan F- bis D-Junioren

	F-Junioren	E-Junioren	D-Junioren
Koordinative Fähigkeiten	Alle 5 Faktoren gezielt trainieren, mit und ohne Ball, jedoch nicht sportartbezogen, aber nur spielerisch, vermehrt auf Fussball bezogen. Am besten als regelmäßiger Bestandteil des Einstimmens.		
Laufschulung	Sollte so oft wie möglich geübt werden, z.B. Parcours über verschiedene Hindernisse		
Beweglichkeit	Noch nicht Gymnastik mit und ohne Ball, erste leichte Dehnübungen		
Schnelligkeit	In spielerischer Form (Starfinten, Mattkämpfe), nur Reaktionschnelligkeit		
Ausdauer	Schulung in kleinen Spielen		
Kräftigung	Noch nicht		
Schnellkraft	Noch nicht		
Stehvermögen	Noch nicht		
Ballgefühl	Einführung und Schulung so oft wie möglich (siehe Video von Coerver)		
Finten / Dribbeln	Einführung Übersteiger	Schulung Übersteiger, Einführung der Schussfinte, Körpertäuschung mit Austellschritt, weitere Tricks	
Passen / Flanken	Einführung von Innenrisspass	Schulung Innenrisspass	
Ballan- und -mitnahme	Einführung von Ballannahme mit dem Fuss	Einführung Ballan- und -mitnahme mit dem Fuss	
Schiessen	Einführung von Innenrisschüssen (aus dem Lauf)	Schulung von Innen- und Vollrisschüssen (immer aus dem Laufen, nie aus dem Stand)	
Kopfball	Einführung Kopfball mit Ballons, Schaumstoffballen	Schulung Kopfball	
Tackling	Noch nicht		
Zweikampfvverhalten	Einführung (viele Spiele 1:1 mit und ohne Tore)	Einführung und Schulung (viele Spiele 1:1 mit und ohne Tore)	
Freilaufen / Raumaufteilung Mann- / Raumddeckung	Ausprobieren lassen in kleinen Spielen	Einführung (3:1, 4:2, 6:2 usw.)	
Angriffslösung	Noch nicht	Einführung von Manndeckung	
Offside	Ball nicht planlos nach vorne spielen (Torwartblick), sondern nach vorne „tragen“ durch Einzelaktionen oder Zuspiel	Einführung von situationsgerechtem Offsidedeuten (3er)	
Standardsituationen	Noch nicht	Einführung von Freistossen, Eckbällen und Einwurf – in Angriff wie Verteidigung	
Spielorganisation	Ausprobieren lassen	Selbständige Organisation über die Mitspieler (z.B. ersetzen eines Mitspielers, wenn dieser sich von seiner Position löst)	
	Noch nicht		

7.18 Trainingsplan C bis A Junioren

Phase	Trainingsziel	Trainingsinhalte	Trainingsformen	Spielformen
C Junioren	Individualtechnik Mannschaftstaktik	Systematisches Erlernen und festigen technischer Fertigkeiten Wiederholungen der Schußtechnik Hinterlaufen Kurzpass und Doppelpass	Passen mit Innen/Aussenseite Tempo- u. Richtungswechsel Passen mit Vollspann Ballannahme/ -mitnahme Kopfball	1/1, 8 gegen 8, 9 gegen 9
B Junioren	Individualtechnik Gruppen- und Mannschaftstaktik	Technikschulung Koordination Schußtechnik Arbeiten an individuellen Schwächen und herausarbeiten der Stärken Seifallzeiher, Fallrückzieher, Flugkopfball, Kopfball, Hüftdrehstoß Angriff – Anbieten, Freilaufen, Stabilität, Gleichgewicht, Rempler Abwehr: Abwehrfingen, Stören, Vorschalten, Viererabwehrkette Hinterlaufen	Dauerläufe im aeroben Bereich Tempoläufe in aneueroben und aeroben Bereich Ball zwischen Füße, Beidfüßigkeit Viererabwehrkette	1-4:4, 1-5:5, 1+6:6
	Technikschulung	Optimieren der Pass- und Schusstechnik	Abstoßspiel, Eckballspiel, Pass-Flanken-Torschussparcours	Beidfüßigkeit Spezielle Regeln 2+2, 3+2
	Taktikschulung	Gruppentaktik Viererabwehrkette Flügelspiel Umschalten Abwehr – Angriff Ballorientiertes Verhalten	Torschussparcours mit Besetzung der Flügel Angriff – Abwehr Zu Beginn einfache Spielsituation z.B. Großes Feld, wenig Spieler, hohe Überzahl, Anschlussaktionen	4:1, 4:2, Spiel mit Offentouren auf Außen

7.19 Merkmale für ein effizientes Techniktraining

Auf folgende Punkte gilt es beim Techniktraining besonders zu achten:

- **Stoffauswahl**

- möglichst viele Ballkontakte pro Einheit („1000 Ballberührungen“ pro Training)
- Situationsbezogene technische Lösungen trainieren, d.h. Situationen, welche im Spiel vorkommen (z.B. Ballannahme und Ballmitnahme, Flachpass)

- **Methodischer Aufbau des Techniktrainings**

- Alters- und stufengerechter Wechsel von Spielen und Üben.
- GAG-Methode, wobei im analytischen Teil speziell auf die korrekte Ausführung geachtet wird und unbedingt korrigiert werden muss (Übungs- und Drillformen).

- **Methodik des Coaching**

- vom Einfachen zum Schwierigen!
- vorzeigen und erklären. Der Junior versteht die Zielsetzung und hat eine präzise Sollwertvorstellung
- Organisation, Gruppengröße, Platz- und Materialausstattung ermöglichen möglichst viele Ballkontakte
- kleine und ausgeglichene Gruppe vereinfacht das Coaching
- präzise, zielbezogene und unmittelbare Korrektur von fehlerhaften Bewegungsausführungen. Korrektur des Hauptfehlers!
- beharrlich weiter trainieren, auch wenn nicht immer alles beim erste Mal klappt. Die Junioren motivieren.
- trainiere beidfüssig!

- **Lernaktivität der Junioren**

- Konzentration und Aufmerksamkeit. Das Wichtigste sehen, spüren und hören
- Selbständigkeit verlangen (Motivation)
- Bewegungsvorstellung verbalisieren und speichern

- **Kindergerechtes Training**

- Den natürlichen Bewegungsdrang und die kindliche Spielfreude dafür nutzen, dass alle Kinder in Bewegung sind. Be-
- Kinder suchen und brauchen (persönliche) Erfolgserlebnisse. Kinder bedürfen immer wieder die
- Alle Spieler kommen auf allen Positionen zum Einsatz.
- Verwende eine einfache, den Kinder angepasste Sprache bei Anweisungen (auf gleicher Höhe, z.B. kniend)

- **Regelmässigkeit**

- zwei Mal in der Woche, um Fortschritt zu erreichen.
- Gleiche technische Ausführung über mehrere Wochen fokussieren und festigen (Trainingsplanung, Schwerpunkte setzen)
- Übungsgelegenheiten auch ausserhalb des organisierten Trainings. „Hausaufgaben“ geben.

- **Trainingsfeld und Material**

- für jeden Junior mindestens ein Ball im Training!
- breites Angebot an Hilfsmittel wie verschiedenartige, bewegliche Tore, Hütchen, Reifen, verschiedene Bälle (Größe und Härte) etc. Bäl-

7.20 Coachingpunkte Technik

Wir beschränken uns hier auf die wichtigsten Technikelemente, die in diesen Alterskategorien geschult werden sollen:

- Ballannahme und Ballmitnahme
- Kurzpass
- Übersteiger
- Dribbling/Ballführung
- Finte/Täuschung
- Torschuss
- Kopfball
- Einwurf

Die Coachingpunkte sollen im Training beobachtet werden und bei falscher Ausführung korrigiert werden.

Allgemeines zum Techniktraining von der F – bis zu D Jugend

- Demonstration ganz wichtig (einmal Sehen ist besser als tausendmal Hören – Begreifen)
- Hohe Wiederholungszahl absolut notwendig, sonst ist kein Einschleifen der Bewegung möglich
- Nach Erlernen der Grobform sofort jede Technik mit einem Torschuss (jede dritte Übung) kombinieren
- Beidbeiniges Erlernen Pflicht
- Trainer muß korrigieren!!!
- Techniklernen schon beim Aufwärmen zum Thema machen
- Stationstraining ist ideal für das Verfestigen von erlernten Techniken
- Genaue Vorgabe von Technikform
- Abschluss und Wettkämpfe wichtig für Motivation

7.20.1 Ballannahme und Ballmitnahme (Ball muss immer in Bewegung bleiben)

			
Orientierung zum Ball, leicht gebeugtes Spielbein.	Lockeres Spielbein federt mit der Ballberührung leicht zurück (Netzeffekt).	Ball wird eng vor dem Standbein mit dem Innenrist quer und flach gespielt. Fussspitze des Spielbeins ist leicht angehoben.	Mit dem nächsten Schritt wird der Ball sofort in den Lauf mitgenommen (Fusswechsel).

Juniorenkonzept

7.20.2 Kurzpass

			
Rhythmischer Anlauf. Orientierung zum Mitspieler.	Leicht gebeugtes Standbein zeigt in Spielrichtung, Standbein neben dem Ball. Spielbein holt aus.	Spielbein ausgedreht, Fussgelenk fixiert!	Spielbein durchschwingen.

7.20.3 Übersteiger

			
Ballführung Richtung Gegner (Kegel), Oberkörper leicht nach vorne geneigt.	Vor Gegner (Kegel) Ausfallschritt nach rechts über den Ball machen, Gewichtsverlagerung, Standbein gebeugt.	Spielbein kreuzt vor Körper und mit der Aussenseite des Fusses wird der Ball auf die linke Seite gespielt.	Gegner mit einem Rhythmuswechsel umspielen, Bewegung fließend.

7.20.4 Dribbling/Ballführung

			
Oberkörper leicht nach vorne geneigt. Führen/Treffen des Balles in der Mitte, Beidfüssig.	Viele Ballberührungen bei flüssigem Ablauf (jeder Schritt eine Berührung), Ballführung eng am Fuss.	Blick vom Ball lösen, Spielumgebung beobachten, „Kopf hoch“.	Laufrichtung wechseln, Rhythmus- und Tempowechsel.

Juniorenkonzept

7.20.5 Finte/Täuschung

			
Ballführung Richtung Gegner (Kegel), Oberkörper leicht nach vorne geneigt.	Vor Gegner (Kegel) Ausfallschritt nach rechts mit entsprechender Gewichtsverlagerung, Standbein gebeugt.	Spielbein kreuzt vor Körper und mit der Aussenseite dieses Fusses wird der Ball auf die linke Seite gespielt.	Gegner wird mit einem Rhythmuswechsel umspielt, Bewegung fließend.

7.20.6 Torschuss

			
Orientierung zum Tor. Rhythmischer, leicht schräger Anlauf.	Standbein federnd neben dem Ball, leicht gebeugtes Standbein zeigt in Schussrichtung.	Ausholen des Spielbeins, Fussspitze zeigt nach unten, Gelenk fixiert, Schnellkräftiges durchschwingen des Spielbeins. Der Ball wird in der Mitte getroffen.	Spielbein wird durchgeschwungen.

7.20.7 Kopfball (Kopfball im Sprung: Absprung mit einem Bein)

			
Ballbeobachtung und Zielorientierung. Bogenspannung durch zurücknehmen des Oberkörpers, Arme leicht nach vorne.	Augen offen, Kinn zur Brust, Nacken steif (fixiert).	Treffen des Balles mit der Stirn durch vorschnellen des Oberkörpers, Arme gleichzeitig zurück ziehen (keine Stossbewegung des Kopfes).	Gezielter Kopfball. Bewegung nach vorne zu Ende führen.

Juniorenkonzept

7.20.8 Einwurf

			
Ball mit beiden Händen umfassen, Füße hinter der Linie, Gesicht zum Spielfeld.	Bogenspannung durch zurücknehmen des Oberkörpers, Ball hinter dem Kopf.	Ball wird in einem Zug von hinten über den Kopf gezogen und weggeschleudert. Beide Füße bleiben am Boden.	Arme beenden Schwung vor Oberkörper.

7.21 Taktiktraining

Taktik ist ein planvolles, zielstrebiges u. überraschendes Handeln des einzelnen Spieler, einer Gruppe oder der gesamten Mannschaft.

Wettspielgemäße Trainingsformen anbieten – was macht das Spiel aus?

Welche Grundsituationen gibt es?

- Spielsituationen als Elemente des Trainings
- Wettspielnahes Training – spielbezogene Übungen
- Keine Spiel- und Übungsformen konstruieren
- Gegner und Zeitdruck

Individualtaktik: Angriff und Abwehr

Angriff – Ballbesitz Spieler – Dribbling, Pass, Flanke, Torschuss, Kopfball

Angriff – Ballbesitz Mitspieler – Freilaufen und Anbieten

Abwehr – Gegenspieler im Ballbesitz – Stören bei Ballannahme, Dribbling, Pass, Flanke, Torschuss

Abwehr – Gegenspieler nicht im Ballbesitz – Decken

Gruppentaktik: Angriff und Abwehr

Angriff: Zusammenspiel – Flügelspiel, Pressing, Kurzpass, Doppelpass, Hinterlaufen, Kreuzen

Abwehr: Balleroberung – abdrängen, attackieren, Spielräume verschieben, Ballgewinn anstreben, Zustellen

Mannschaftstaktik: 4:4:2; 3:4:3, Dreierkette, Viererkette

8 Das Spiel

8.1 Der Juniorentrainer als Coach

Jedes Spiel ist für die Kinder etwas Besonderes. Das bedeutet für den Trainer, dass er hier in pädagogischer, aber vor allem auch in fachlicher Hinsicht gefordert ist.

Der Trainer freut sich gemeinsam mit seinen Spielern über gelungene Aktionen, gibt Raum um Erlerntes auszuprobieren und bei Nichterfolg unterstützt er die Spieler mit positiven, aufmunternden Worten. Für den Trainer gilt es ebenfalls, die Spieler aufs Neue zu motivieren, auch wenn ihnen Fehler unterlaufen. Aber auch der Erfolg will den Kindern situationsgerecht vermittelt sein.

Folgende Punkte sollte ein Trainer beachten:

- Trainer und Spieler müssen pünktlich sein
- Wenn ein Spieler nicht am Spiel teilnehmen kann, muss er sich frühzeitig abmelden
- korrekte Ausrüstung der Spieler beachten (z.B. Schienbeinschoner, Trainer bei kalter Witterung)
- Die Verpflegung vor dem Spiel ist wichtig. Keine schwer verdaulichen Sachen kurz vor dem Spiel einnehmen (Pommes Frites, Hamburger etc.), sondern Kohlenhydrate essen (Spaghetti etc.)
- Wichtig ist auch, dass die Spieler genügend trinken (keine kohlenensäurehaltigen Getränke)

8.2 Grundsätze für das Spiel

Die Spielvorbereitung oder Spielbesprechung hat in dieser Altersstufe vorwiegend pädagogische Aspekte. Der Trainer sollte folgende Punkte deutlich machen:

- Der Sieg wird angestrebt, aber nicht unter allen Umständen! Daher steht nicht das Spielergebnis im Vordergrund, sondern die Freude am Spiel selbst.
- Alle spielen gleichlang und gleichviel, egal ob jemand ein besserer oder schlechterer Fußballspieler ist.
- Alle spielen auf jeder Position, es gibt noch keine Spezialisierung (F- und E-Junioren) auf die einzelnen Positionen (viele Aus- und Einwechslungen).
- Spieler dürfen Fehler machen. Durch gemeinsamen Einsatz versuchen alle Mitspieler, den Fehler wieder wettzumachen.
- In der Kabine werden das „Spielsystem“ und die Aufstellung erklärt und genaue Aufgaben erteilt.

8.3 Vor dem Spiel

- Begrüßung der Spieler per Handschlag
- Begrüßung des gegnerischen Trainers und des Schiedsrichters (falls vorhanden)
- Mannschaftsbesprechung in der Kabine oder auf dem Feld
- gegenseitige Passkontrolle der Spieler (D-Junioren)
- Zielsetzungen und genaue Aufgaben für die Spieler bekannt geben
- Einlaufen (Koordinationsübungen, verschiedene Pass-Torschussspiele, kleine Gruppenspiele)
- unmittelbar vor Spielbeginn die Spieler nochmals zusammen nehmen und letzte Vorbereitungen treffen

8.4 Während dem Spiel

- Beobachten der eigenen Mannschaft
- Coaching (einfache, ruhige und gezielte Anweisungen an die Spieler) -Auswechslungen tätigen (alle Spieler kommen zum Spielen)

8.5 In der Halbzeitpause

- Ruhe! Erholung und Pflege (Trinken etc.)
- Informieren: Wichtigste 2-3 Punkte auswählen; Aufgabenorientiert und nicht fehlerzentriert. Analyse – sachlich gibt der Trainer Tipps und Anregungen und verdeutlicht, was die Spieler noch ändern können, um ihr Spiel zu verbessern. Die Halbzeitsprache schließt mit der Motivation – heiß machen auf die zweite Halbzeit, damit sich die Spieler mit Freude und Engagement wieder dem Fußballspiel widmen.
- Kurze und klare Anweisungen geben (weniger ist oft mehr)

8.6 Nach dem Spiel

Shake Hands mit anderem Trainer und dem Schiedsrichter

- Mannschaft zusammen nehmen
- Kurzmitteilung über Geschehenes, gratulieren, trösten
- Keine (Einzel-) Kritik!
- Information, wie es weitergeht (nächstes Training, nächster Treffpunkt etc.)
- Nach Kontrolle der Kabine Verabschiedung der Spieler per Handschlag

8.7 Ergebnismeldung

9 Ergebnismeldung per Internet

- ✓ Rufen Sie die Internetseite spielplus.bfvb.de auf
- ✓ Geben Sie bei „Benutzererkennung“ Ihre 8 stellige Vereinsnummer (ohne PV) ein
- ✓ Geben Sie das dem Verein bekannte Kennwort ein und klicken Sie auf „Anmelden“
- ✓ Wählen Sie auf der linken Seite den Menüpunkt Ergebnismeldung und darunter die Vereinsmeldung aus
- ✓ Wählen Sie den gewünschten Datumsbereich und mögliche andere Parameter aus
- ✓ Geben Sie die Ergebnisse ein und klicken Sie anschließend auf „Speichern“ auf der rechten (unteren) Seite.

10 Ergebnismeldung per SMS

- ✓ Geben Sie folgenden Text als SMS in Ihr Handy ein und trennen Sie die Eingaben durch eines der nachfolgend Zeichen (Raute, Punkt, Leertaste, Doppelpunkt oder Strichpunkt)
bfv.Spielnummer.Spielnummer(9-stellig).Tore(Heim).Tore(Gast)
- ✓ Beispiel: bfv.310139002.1.0 d.h. 1:0 Sieg für einen Heimsieg
- ✓ Bei Sonderereignissen geben Sie anstatt eines Ergebnisses folgenden Wert ein: Spielausfall 1, Abbruch 2, Nichtantritt Heimmannschaft 3, Nichtantritt Gastmannschaft 4, Nichtantritt beide 5
- ✓ Senden Sie die SMS an die Rufnummer 33355

11 Ergebnismeldung per kostenloser 0800-Nummer über Festnetz

- ✓ Rufen Sie über das Festnetz die Rufnummer 0800/4411199 an und folgen Sie den Anweisungen

12 DFB Net – Passrecht / Mitgliedschaft JFG /Stammvereine

13 http://www.bfv.de/cms/docs/Passantrag_Jugend.doc

Mitgliedschaft JFG Kronburg

Mitgliedserklärung zur
Juniorenfördergemeinschaft



Name, Vorname _____

Straße, Hausnr. _____

PLZ, Ort _____

Handy _____

Telefon _____ e-mail _____

Geburtsdatum _____._____._____ Geburtsort _____

letzter Verein _____

Künftiger Stammverein _____ SV Dickenreishausen _____ TSV Lautrach/Illerbeuren _____ TV Woringen

Unterschrift
des Mitgliedes

Unterschrift
Erziehungsberechtigter

Die Austrittserklärung / Widerruf der Einzugsermächtigung muss schriftlich erfolgen.

Einzugsermächtigungen

bei eigenem Konto des Mitgliedes

bei Konto der/des Mutter/Vaters/Sponsors

Ich ermächtige die JFG Kronburg, den Mitgliedsbeitrag vom folgenden Konto einzuziehen:

eigenes Konto des Mitgliedes bei

Bankleitzahl

Konto Nr.:

Einzugsermächtigung ab

Datum/Unterschrift:

bei **Minderjährigen**: Unterschrift des **Erziehungsberechtigten**
.....

Ich ermächtige die JFG Kronburg, den Mitgliedsbeitrag vom folgenden Konto einzuziehen:

Name des Kontoinhabers:

Konto bei

Bankleitzahl

Konto Nr.:

Einzugsermächtigung ab

Datum/Unterschrift des Kontoinhabers



TSV LAUTRACH/ILLERBEUREN e.V. Beitrittserklärung

Name: Vorname: geboren:

Anschrift: Mitgl.Nummer: (.....)

wird vom Verein ausgefüllt

Telefon: Fax: E-Mail:

Ich erkläre hiermit meinen Beitritt zum TSV Lautrach/Illerbeuren e.V. zur Abteilung:

- Turnen Fussball Ski Tischtennis
 Tennis Leichtathletik passiv

Zusätzlich melde ich folgende Familienmitglieder an:

Name Vorname geboren Abteilung Mitgl.Nummer
wird vom Verein ausgefüllt

..... (.....)

..... (.....)

..... (.....)

..... (.....)

Ich bin damit einverstanden, dass meine persönlichen Daten für vereinsinterne Zwecke gespeichert werden und dass eventuelle Bilder von mir/uns im Rahmen von Vereinsveranstaltungen veröffentlicht werden dürfen.

Die fälligen Beiträge bitte ich mittels untenstehender Erklärung zum Einzug von Forderungen mittels Lastschrift einzuziehen.

Die Satzungen und Ordnungen des Vereins erkenne ich an.

Ort, Datum:

Bei Minderjährigen Unterschrift

Unterschrift: des Erziehungsberechtigten

Ermächtigung zum Einzug von Forderungen mittels Lastschrift

Hiermit ermächtige ich den TSV Lautrach/Illerbeuren e.V. widerruflich, die von mir zu entrichtenden Beiträge bei Fälligkeit von meinem Girokonto mittels Lastschrift einzuziehen,

Kontonummer: Bank:

BLZ:Kontoinhaber:

Wenn mein Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Geldinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Etwaige Bank-/Kontoänderungen teile ich dem Verein jeweils mit.

Mit meinem satzungsgemäßen Austritt erlischt diese Ermächtigung.

Ort, Datum

Unterschrift des Kontoinhabers

Bearbeitungsvermerke: EDV eingegeben: Vermerk Beitragsliste:

Vorsitzender:

Juniorenkonzept

Mitgliedschaft Sportverein Dickenreishausen

<http://www.svd-go.de/files/Download/Mitgliedserklaerung.pdf>

Mitgliedschaft TV Woringen

14 Anleitung Homepage www.svd-go.de

Einloggen:

Benutzernamen und Passwort (Anfrage - Jugendleitung SV Dickenreishausen) eingeben und über Schaltfläche **Anmelden** bestätigen.

Schriftgröße [Größer](#) [Reset](#) [Kleiner](#)



SV Dickenreishausen e. V. 1967

Aktuelle Seite: Home

Hauptmenü

- Aktuelles
- Verein
- Mannschaften
- Trainingszeiten
- Termine
- Bilder
- Sponsoren
- Kontakt
- Download
- Impressum

Anmeldung

Benutzername

Passwort

Angemeldet bleiben

[Passwort vergessen?](#)
[Benutzername vergessen?](#)

Aktuelles

Hallenturniere vom 25. und 26.02.2012

Viel Spaß und gute Spiele erlebten die Spieler, Trainer, Helfer und Zuschauer bei den Turniertagen des SV Dickenreishausen am 25./26.02.12 in den Turnhallen des JBS und BBZ. In fünf Turnieren wurden, in teilweise spannenden Begegnungen, die Siegerteams ermittelt. Bei den E1-Junioren kam es zum vorher erwarteten Finale zwischen dem TSV Ottobeuren und dem FC Memmingen, daß die Ottobeurer mit 2:1 für sich entscheiden konnten. Unsere Jungs kamen auf den sehr guten 3. Platz und mussten sich in der Vorrunde nur dem späteren Turniersieger TSV Ottobeuren geschlagen geben.

Bei den E2-Junioren setzte sich etwas überraschend der FC Benningen mit 4:3 n. E. gegen den TSV Ottobeuren durch. Auch hier verloren unsere Kicker nur gegen den späteren Turniersieger FC Benningen.

Die F1-Junioren spielten jeder gegen jeden. Wobei sich hierbei der SV Aichstetten vor dem SV Dickenreishausen durchsetzen konnte. Auch hier verloren unsere Jungs nur knapp gegen den Turniersieger SV Aichstetten.

Sieger bei den F2-Junioren wurde der TSV Mindelheim durch einen 3:0 Finalsieg über den TV Bad Grönenbach. Bei unseren F2-Junioren lief es leider nicht so rund und so überließ man als guter Gastgeber den anderen Mannschaften die vorderen Plätze.

Den Abschluß machten dann die kleinsten. Bei den Bambinis gewann der SV Lachen im Finale gegen den SV Aichstetten mit 3:0. Hier schlugen sich unsere "Kleinen" sehr gut und landeten verdient im Mittelfeld.

Alle Ergebnisse und Tabellen findet Ihr unter [Download](#).

[Hier](#) geht es zu den Bildern.



Aktuelle Termine

- [18.03.12](#) Hallenturnier FC Memmingen
- [18.03.12 | 14.00](#) Vorbereitungsspiel: SVD - SV M...
- [25.03.12 | 13.15](#) Punktspiel: SVD - Türkspor Me...
- [25.03.12 | 15.00](#) Punktspiel: SVD - Türkspor Me...
- [30.06.12](#) Turnier TV Bad Grönenbach
- [01.07.12](#) Turnier TV Bad Grönenbach

Sponsoren

KREBS HAUSTECHNIK
Heizen mit Sonne, Holz und Erdwärme
Tel.: 08331 / 2674 • Fax: 08331 / 48175
7 Tage Notruf 08331 / 49362

Passwort ändern:

Nach der ersten Anmeldung bitte das Kennwort ändern!!

Im Benutzermenü den Punkt **Benutzerprofil** anklicken und unter Profil bearbeiten das neue Passwort 2 x eingeben.

Hauptmenü

- ▣ Aktuelles
- ▣ Verein
- ▣ Mannschaften
- ▣ Trainingszeiten
- ▣ Termine
- ▣ Bilder
- ▣ Sponsoren
- ▣ Kontakt
- ▣ Download
- ▣ Impressum

Benutzermenü

- ▣ Download
- ▣ Beitrag erstellen
- ▣ Termin anlegen
- ▣ Benutzerprofil**
- ▣ Administration
- ▣ Anmeldung Trainingscamp

Anmeldung

Hallo Schönhals Stefan

> **Abmelden**

Profil bearbeiten

Name: *	<input type="text" value="Schönhals Stefan"/>
Benutzername: *	<input type="text" value="schoenhals"/>
Passwort: (optional)	<input type="password"/>
Passwort bestätigen: (optional)	<input type="password"/>
E-Mail-Adresse: *	<input type="text" value="stefan.schoenhals@googlemail.com"/>
E-Mail-Adresse bestätigen: *	<input type="text" value="stefan.schoenhals@googlemail.com"/>

Basiseinstellungen

Editor (optional)	<input type="text" value="Editor - JoomlaCK"/>
Zeitzone (optional)	<input type="text" value="- Standard benutzen -"/>
Websitesprache (optional)	<input type="text" value="- Standard benutzen -"/>
Backend Templatestil (optional)	<input type="text" value="- Standard benutzen -"/>
Administratorsprache (optional)	<input type="text" value="- Standard benutzen -"/>
Hilfeseite (optional)	<input type="text" value="- Standard benutzen -"/>

> **Senden** oder [Abbrechen](#)

Termin anlegen:

Im Benutzermenü den Punkt **Termin anlegen** aufrufen.

1. Unter Titel den Veranstaltungstitel eingeben. Auf gleiche Schreibweise achten.
Bitte folgende Schreibweisen für den Titel beachten:
Punktspiel: SVD – FC Memmingen
Vorbereitungsspiel: SVD – FC Memmingen
Freundschaftsspiel: SVD – FC Memmingen
Turnier FC Memmingen
Hallenturnier FC Memmingen
Hinweis: Umso einheitlicher wir die Termine schreiben, umso besser ist die Übersicht für den Besucher.
2. Veranstaltungsort über die Schaltfläche **auswählen (2a)** wählen.
Im darauffolgenden Fenster den Ort anklicken und das Fenster über das X oben rechts wieder schließen. Falls kein Veranstaltungsort angegeben werden soll auf die Schaltfläche **Keiner (2b)** klicken.
Wurde der gewünschte Veranstaltungsort noch nicht angelegt, kann dieser über die Schaltfläche **Veranstaltungsort anlegen (2c)** angelegt werden.
Für Auswärtsspiele würde ich aber keine Veranstaltungsorte anlegen, da sonst die Auswahl der Veranstaltungsorte zu unübersichtlich wird. Für die Platzbelegung sind die Veranstaltungsorte Hauptplatz und Trainingsplatz wichtig.
3. Kategorie auswählen.
4. Datum eingeben . Schreibweise: yyyy-mm-dd (z. B. 2012-03-10) oder per Schaltfläche auswählen. Das Enddatum muss nur bei mehrtägigen Veranstaltungen gesetzt werden.
5. Zeit eingeben. Schreibweise: hh:mm (z. B. 15:30)
6. Unter Beschreibung könnt Ihr dann noch irgendeinen Text hinzufügen.
7. Zum Abschluss die Schaltfläche **Speichern** drücken.

Juniorenkonzept

Termin anlegen

7 Speichern Abbrechen

Allgemein

Titel: 1 Punktspiel: SVD - FC Memmingen

Veranstaltungsort: Dickenreishausen Sport 2c Veranstaltungsort anlegen Keiner 2b
2a auswählen

Kategorie: 3 Herren 1

Datum: 4 2012-03-17

Enddatum:

Zeit: 5 17:00

Endzeit:

Registrierung

Anmelden erlauben: Ja Nein

Abmelden erlauben: Ja Nein

Wiederholung

Wiederholung: nichts

Bild

Bild Durchsuchen...



Beschreibung

6

Juniorenkonzept

Beitrag erstellen:

Im Benutzermenü den Punkt **Termin anlegen** aufrufen.

1. Unter Titel den gewünschten Titel eingeben.
2. Im Textfeld den gewünschten Text eingeben. (Geht wie unter Word bekannt)
3. **WICHTIG**: Unter Kategorie die gewünschte Kategorie (Menü) auswählen, in welcher der Artikel erscheinen soll.
4. Unter Veröffentlichung starten kann optional ein Termin eingegeben werden, ab wann der Artikel erscheinen soll.
5. Unter Freigabe beenden kann optional ein Termin angegeben werden, ab wann der Artikel nicht mehr erscheinen soll.
6. Die anderen Felder bitte nicht verändern.
7. Anschließend auf die Schaltfläche **Speichern** drücken, damit der Artikel gespeichert und veröffentlicht wird.

Wer einen Beitrag mit Bild veröffentlichen möchte, sollte sich am besten nochmal bei mir melden, damit wir das gemeinsam durchgehen können.

Juniorrenkonzept

- » Aktuelles
- » Verein
- » Mannschaften
- » Trainingszeiten
- » Termine
- » Bilder
- » Sponsoren
- » Kontakt
- » Download
- » Impressum

Benutzermenü

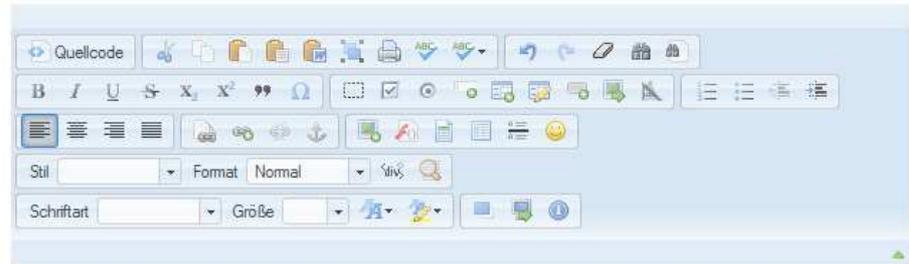
- » Download
- » Beitrag erstellen
- » Termin anlegen
- » Benutzerprofil
- » Administration
- » Anmeldung Trainingscamp

Anmeldung

Hallo Körper Rene

> Abmelden

Titel * Sommerfest
Alias



Hier steht der Text

body p

Freigegeben

Kategorie * Aktuelles
Autorialias
Status Freigegeben
Hauptbeiträge Nein
Veröffentlichung starten
Freigabe beenden

Juniorenkonzept

Vorhandenen Beitrag bearbeiten/löschen:

Nach der Anmeldung den gewünschten Artikel über das Menü auswählen.
Beispiel: Mannschaften -> F-Junioren -> Berichte F-Junioren
Auf die im Bild rot umrandete Schaltfläche klicken.

Aktuelle Seite: [Home](#) > [Mannschaften](#) > [F-Junioren](#) > [Berichte F-Junioren](#)

Hauptmenü	F1-Hallenturnier in Memmingerberg am 05.02.2012
» Aktuelles	
» Verein	Die F1-Junioren des SVD belegten beim Hallenturnier des SV Memmingerberg den 4. Platz von 8 Teilnehmern.
» Mannschaften	Nach der Vorrunde belegte man Platz 2 hinter dem FC Westerheim.
Herren 1	Ergebnisse der Vorrunde:
Herren 2	SVD - SV Amendingen 2:2 , SVD - FC Westerheim 1:4, SVD - SV Memmingerberg 4:1
AH	Im Halbfinale trafen unsere Jungs auf den TV Sontheim, gegen den wir trotz einer 3:1 Führung noch unglücklich 3:4 verloren.
A bis D-Jugend JFG Kronburg	Das Spiel um Platz 3 verloren wir dann abermals gegen den FC Westerheim mit 0:3.
E-Junioren	Trotzdem haben wir gemerkt, daß wir immer näher an die guten Mannschaften herankommen.
F-Junioren	
Berichte F-Junioren	
G-Junioren	
» Trainingszeiten	
» Termine	
» Bilder	
» Sponsoren	
» Kontakt	
» Download	
» Impressum	
Benutzermenü	
» Download	
» Beitrag erstellen	
» Termin anlegen	
» Benutzerprofil	
» Administration	
» Anmeldung Trainingscamp	

Jetzt gelangt man, wie beim Beitrag erstellen, in den Editor und kann den Artikel abändern.
Soll der Termin gelöscht werden, muss der Status von „Freigegeben“ auf „Papierkorb“ geändert werden.

Schaltfläche **Speichern** nicht vergessen!

Datenschutz im Verein

Veröffentlichung von Bildern:

Werden Bilder veröffentlicht, so ist immer von den Betroffenen eine schriftliche Einwilligung erforderlich, es sei denn, die Abgebildeten sind lediglich Beiwerk auf dem Bild. Bei Minderjährigen müssen die Erziehungsberechtigten zustimmen. Die Einwilligung muss auch den Hinweis enthalten, in welchen Medien die Veröffentlichung erfolgen so.. (z.B. Vereinshomepage, Vereinszeitung, örtliche Presse)

Verarbeitung von personenbezogenen Daten

Werden im Verein personenbezogene Daten elektronisch verarbeitet, so ist für die Verarbeitung und Nutzung dieser Daten eine schriftliche Einwilligung der Betroffenen erforderlich. Diese Einwilligung muss auch den Zweck der Datenerhebung enthalten. Die Einwilligung wird sinnvoller Weise mit der Beitrittserklärung erhoben. Wichtig ist aber dabei, dass für beide Erklärung getrennte Unterschriften erforderlich sind.

Altmitglieder

Auch hier ist eine schriftliche Einwilligung erforderlich, es kann keine Einwilligung zu unterstellen

Einwilligung
zur Verwendung von Personenabbildungen und personenbezogenen Daten
von Mitglieder in den Stammvereinen – TV Woringen, TSV Lautrach und SV Dickenreishausen und der JFG Kronburg

für:

[Vorname]

[Nachname]

1. Die JFG Kronburg, TSV Lautrach, TV Woringen und der SV Dickenreishausen beabsichtigt, Personenabbildungen von Kinder und Jugendlichen die im Rahmen des Sportbetriebes (mit oder ohne Personenabbildungen in diesem Sinne sind Fotos, Grafiken, Zeichnungen oder Videoaufzeichnungen, die Mitglieder individuell erkennbar abbilden. Veröffentlicht werden sollen Personenabbildungen, die im Rahmen des Trainings- und Spielbetriebes oder im Rahmen von Sport- und Freizeitveranstaltungen oder durch einen (seitens des Sportvereins oder der Spieler oder der Erziehungsberechtigten) beauftragten Fotografen angefertigt wurden oder die von den Spielern zur Verfügung gestellt wurden.
2. Im Rahmen der unter Ziffer 1 genannten Zwecke beabsichtigt der Verein auch, personenbezogene Daten in Form des Vornamens des Mitglieder (mit oder ohne Angabe der Jahrgangs) öffentlich zugänglich zu machen bzw. zu veröffentlichen; in Verbindung mit Personenabbildungen werden Vornamen jedoch nur so aufgeführt, dass die jeweilige Angabe nicht eindeutig einer bestimmten Person auf der Abbildung zugeordnet werden kann (z.B. in Form von Mannschaftsfotos mit einer geordneten Liste mit Vornamen).

Volle Namensangaben der Mitglieder (mit oder ohne Angabe des Jahrgangs) sollen lediglich über die interne Mitgliederliste veröffentlicht werden und/oder im vereinsinternen Netz und/oder einem passwortgeschützten Bereich der Homepage zugänglich gemacht werden; in Verbindung mit Personenabbildungen sollen die vollen Namensangaben dort auch so aufgeführt werden, dass die jeweilige Angabe eindeutig einer bestimmten Person auf der Abbildung zugeordnet werden kann (z.B. in Form eines Vereinszeitung des Vereins) Das Passwort für den passwortgeschützten Bereich der Vereinshomepage wird lediglich der Vorstandschaft, Trainer und Betreuer zur Verfügung gestellt. Die Unterzeichnenden verpflichten sich, das Passwort vertraulich zu behandeln und nur an den vorgenannten Personenkreis weiterzugeben.

3. **Datenschutzrechtlicher Hinweis:**
Durch die beabsichtigte Verwendung im Internet können die Personenabbildungen und/oder Namen sowie sonstige veröffentlichte personenbezogene Informationen der Mitglieder weltweit abgerufen und gespeichert werden. Entsprechende Daten können damit etwa auch über so genannte „Suchmaschinen“ aufgefunden werden. Dabei kann nicht ausgeschlossen werden, dass andere Personen oder Unternehmen diese Daten mit weiteren im Internet verfügbaren Daten des/der Mitglieder verknüpfen und damit ein Persönlichkeitsprofil erstellen, die Daten verändern oder zu anderen Zwecken nutzen. Dies kann insbesondere dazu führen, dass andere Personen versuchen Kontakt mit den Mitglieder aufzunehmen. Über die Archivfunktion von Suchmaschinen sind die Daten zudem häufig auch dann noch abrufbar, wenn die Angaben aus den oben genannten Internet-Angeboten der Schule bereits entfernt oder geändert wurden. Bei der Verwendung im passwortgeschützten Bereich der Vereinshomepage ist es möglich, dass das Passwort unbefugt weitergegeben wird und die Daten unberechtigt für ungeschützte Veröffentlichungen im Internet genutzt werden; letzteres ist auch bei der Vereinspublikation möglich.
4. Hiermit willige(n) ich/wir in die Anfertigung von Personenabbildungen, insbes. in Form von Mannschafts-, Gruppen- oder Einzelphotos durch einen seitens des Vereins oder der Mitglieder oder der Erziehungsberechtigten beauftragten Fotografen ein.

Darüber hinaus willige(n) ich/wir in die oben (Ziff. 1 und 2) genannte Verwendung der Personenabbildungen und personenbezogenen Daten ohne weitere Genehmigung ein. Die Rechteeinräumung an den Personenabbildungen erfolgt ohne Vergütung und umfasst auch das Recht zur Bearbeitung, soweit die Bearbeitung nicht entstellend ist.

Für das Zugänglichmachen von Einzelabbildungen des Mitgliedes erteilt/erteilen der/die Unterzeichnende(n) lediglich eine jederzeit für die Zukunft widerrufliche Einwilligung. Die Einwilligung der/des Unterzeichnenden ist jedoch bei Mehrpersonenabbildungen (z.B. Mannschafts- und ähnliche Gruppenabbildungen) unwiderruflich, sofern nicht eine Interessenabwägung eindeutig zugunsten der/des Abgebildeten ausfällt. Die Einwilligung für sonstige personenbezogene Daten (z.B. Namensangaben) kann für die Zukunft jederzeit widerrufen werden. Die Einwilligung kann auch teilweise widerrufen werden.

Im Falle des Widerrufs dürfen personenbezogene Daten und Einzelabbildungen zukünftig nicht mehr für die oben (Ziff. 1 und 2) genannten Zwecke verwendet werden und sind unverzüglich aus den entsprechenden Internet- und Intranet-Angeboten zu löschen. Soweit die Einwilligung nicht widerrufen wird, gilt sie zeitlich unbeschränkt, d.h. auch über das Ende der Vereinszugehörigkeit hinaus. Die Einwilligung ist freiwillig ; aus der Verweigerung der Einwilligung oder ihrem Widerruf entstehen keine Nachteile.

[Ort, Datum] _____

[Unterschrift des Mitglieds]

[Unterschriften der Erziehungsberechtigten]

15 Kontaktadressen

Link Internet JFG-Kronburg.de

Vorstandschafft

Rainer Moog (2. Vorsitzender)

87789 Woringen, Kirchstr. 24

(08331) 62891 oder (0151) 22401482

rainer.moog@web.de

Jürgen Seefeld (Jugendleiter des TSV Lautrach/Illerbeuren)

87763 Lautrach, Aichstetter Straße 15

(08394) 926301, (0174) 4709713 oder (08331) 100-0

idefix-lautrach@t-online.de

Johannes Dengler (Jugendleiter des TV Woringen)

87730 Bad Grönenbach-Zell, Äschweg

(08334) 1564 oder (0173) 6041202

kabadent@aol.com oder hanes45@web.de

Walter Bischof (Beisitzer)

87763 Lautrach, Kapellenweg 19a

(08394) 940220

walter.bischof@vr-web.de

Helmut Walcher (Beisitzer)

87700 Memmingen-Buxach, Kirchstraße 21

(08331) 62105

eyb-walcher@t-online.de

Erik Seifried (Beisitzer)

87789 Woringen, Brunnenstraße 16

(0170) 9387598

erik.seifried@web.de

Stammvereine

Rene Körper (Vorsitzender des SV Dickenreishausen)

87700 Memmingen-Dickenreishausen, Oberdorfstraße

(08331) 499973 oder (0173) 6736862

koerper_rene.79@arcor.de

Christian Kerwien (Abteilungsleiter des TSV Lautrach/Illerbeuren)

87758 Kronburg, Illerbeuren, Zum Hopfengarten 4

(08394) 1093 oder (0160) 3124232

chrmar1422@aol.com

Trainer und Betreuer

Daniel Pfalzer (A-Junioren)

87763 Lautrach, Aichstetter Straße 5

(08394) 9259522 oder (0160) 6119322

email.daniel.pfalzer@web.de

Manuel Weiß (B-Junioren)

87789 Woringen, Langenmahd 5

(08331) 47811 oder (0175) 4030524

m.weiss12@gmx.de

Thomas Zauzig (Schatzmeister)

87700 Memmingen, Oberdorfstr. 48

(08331) 927396

familie.zauzig@gmx.de

Stefan Schönhals (Jugendleiter des SV Dickenreishausen)

87700 Memmingen-Dickenreishausen, Oberdorfstraße 11

(08331) 926200 oder (0170) 4520041

jugendleiter.svd@googlemail.com

Alfred Gromer (Beisitzer)

87758 Kronburg, Am Gängele 5a

(08394) 792, (0160) 2820858

ali.gromer@vr-web.de

Thomas Stetter (Beisitzer)

87700 Memmingen, Oberdorfstraße 12

(08331) 65772 oder (0160) 7115657

thomas.stetter@web.de

Karl Tobler (Beisitzer)

87789 Woringen, Paldmuntstraße 14

(08331) 48861 oder (0160) 97306151

Winfrid Kern (Kassenprüfer)

87763 Lautrach, Fellhornstraße 10

(08394) 1422

winfrid@wkern.de

Thomas Fritsch (Abteilungsleiter des TV Woringen)

87789 Woringen, Altvaterstraße 4

(08331) 981642 oder (0170) 4817148, ☎ (08331) 981642

thomas-fritsch@pester.com

Thomas Stetter (2. Vorsitzender des SV Dickenreishausen)

87700 Memmingen, Oberdorfstraße 12

(08331) 65772

thomas.stetter@web.de

Horst Kühle (A2-Junioren)

87740 Buxheim, Westerhart 3a

(08331) 9278960

horst.kuechle@comu.de

Erik Seifried (B-Junioren)

87789 Woringen, Brunnenstraße 16

(0170) 9387598

erik.seifried@web.de

Juniorenkonzept

Christian Schmutzer (C-Junioren)
87700 Memmingen, Bismarckstr. 40
(0173) 3529931
christlbaer@hotmail.de

Claudia Petzold (C-Junioren)
87789 Woringen, Wälder 1
(08394) 1600 oder (0179) 5978344

Hartmut Grimm (C2-Junioren)
87700 Memmingen, Bessererstraße 17
(08331) 84505 oder (01520) 1843981
hartmut.grimm@gmx.net

Walter Bischof (C3-Junioren)
87763 Lautrach, Kapellenweg 19a
(08394) 940220
walter.bischof@vr-web.de

Johannes Dengler (D-Junioren)
87730 Bad Grönenbach-Zell, Äschweg 1
(08334) 1564 oder (0173) 6041202
kabadent@aol.com oder hanes45@web.de

Georg Kleß (D2-Junioren)
87789 Woringen, Rotensteinstraße 15
(08331) 3228
klessge.woringen@gmx.de

Uwe Baar (D3-Junioren)
87700 Memmingen, Tannenmähderweg 5 1/2
(08331) 48537
baaranneliese@web.de

Trainer der Stammvereine

Ulf Schmidt (SV Dickenreishausen, 1. Mannschaft)
87700 Memmingen
(08331) 61382 oder (0171) 5220517
ulf24@gmx.de

Karl Aolk (TV Woringen, 1. Mannschaft)
87724 Ottobeuren, Abt-Anselm-Str. 15
(08332) 6422 oder (0171) 2111667
fa.alkolk@t-online.de

Thomas Bischof (TSV Lautrach/Illerbeuren, 1. Mannschaft)
87758 Kronburg-Illerbeuren, Glaiipfenweg 8
(08394) 1620 oder (0176) 28694078
thomas@tmbi.de

Spielberichte und Pressemitteilungen

Kurt Kraus
87763 Lautrach, Fellhornstraße 8a
(08394) 926481, (0160) 4953547 oder (08382) 910-201
kurt-kraus.lautrach@t-online.de oder kurt.kraus@polizei.bayern.de

Gerhard Honold (C-Junioren)
87700 Memmingen, Einöde 30
(08331) 49315
honigkjad@o2online.de

Mike Halligan (C2-Junioren)
87700 Memmingen, Kreisauer Straße 18
(08331) 984838 oder (01520) 1843981

Jürgen Seefelder (C3-Junioren)
87763 Lautrach, Aichstetter Straße 15
(08394) 926301 oder (0174) 4709713
idefix-lautrach@t-online.de

Helmut Walcher (D-Junioren)
87700 Memmingen, Kirchstraße 21
(08331) 62105
eyb-walcher@t-online.de

Andreas Schäfer (D2-Junioren)
87789 Woringen, Edelweißweg 1
(08331) 9251793 oder (0170) 4135237
andreasschaefer@fbgmemmingen.de

Florian Stetter (D3-Junioren)
87700 Memmingen, Hindenburgring 5
(08331) 4989647 oder (0170) 8805128
flostetter@yahoo.de

Georg Baur (SV Dickenreishausen, 2. Mannschaft)
87700 Volkraathofen,
(08331) 901387 oder (0172) 8416849

Günther Nusko (TV Woringen, 2. Mannschaft)
87789 Woringen,

Juniorrenkonzept

Betreuer der Homepage

Gerald Jütten (ehem. Abteilungsleiter des TV Woringen)

87784 Rummeltshausen, Schelmenwinkelweg 1

(08393) 1280, (0170) 7365750 oder (08393) 7813

webmaster@tv-woringen.de, technik@joma.de

Juniorren-Spielgruppenleiter

Karl Haag (für Memmingen)

87700 Memmingen, Frühlingstraße 8

(08331) 47258, (08331) 5236353 oder (0151) 12541777

karl.haag@bahn.de

Kreisjugendleiter

Karl Heinz Giegerich

87534 Oberstaufen, Argenstraße 38

(08386) 960636, Telefax Nr. (08386) 960635

k.giegerich@bfv-schwaben.de

Markus Saiko (TSV Lautrach/Illerbeuren)

87758 Kronburg, Illerbeuren, Kardorfer Straße 1

(08394) 1340 oder (0170) 4827327

msaiko@freenet.de

Martin Lauer (für Mindelheim-Unterallgäu)

86879 Wiedergeltingen, Buchloer Straße 15a

(08241) 9974755 oder (0170) 4642854

bfvlauer@t-online.de

16 Inventar und Ausstattung

___ - Jugend Inventarliste 01 . __ . 201_ .

Farben	Bezeichnung	2011	2012	2013	Hersteller/Bemerkung
Gold,Blau	Trikots	14			
blau	Shorts	14			
blau	Stutzen (Paar)	18			
Rot	Trikots	14			
Weiss	Shorts	14			
rot	Stutzen (Paar)	13,5			
	Torwart Trikot	2			
Schwarz	Torwart Hose (lang)	2			
Schwarz	Torwart Hose (kurz)	1			
	Torwart Trikot	2			
	Torwart Hose (lang)				
	Torwart Hose (kurz)				
grün	Leibchen	14			
schwarz	Leibchen	14			
grün	Leibchen	7			
orange	Leibchen	4			
gelb	Leibchen	6			
silber	Trikotkoffer	1			
	Trikottasche	1			
	Eiskoffer	1			
	Erste Hilfe-Tasche	1			
	Hallenball	1			
Teamgeist	Spielball / Matchball	1			
	Trainingsbälle	36			
	Warmhaltejacken	4			
	Passmappe	1			
	Ballnetze	4			
	Stutzensocken				
	Taktikmappe				
	Spielführerbinde	1			
	Sonstiges:				

17 Kinderschutz

Kinder und Jugendliche sollen nicht nur sportlich Fortschritte machen, sondern auch in ihrem sozialen Verhalten. Dabei ist es wichtig, dass sie im Club vor Gewalt und Misshandlungen geschützt sind.

17.1 Mögliche negative Erlebnisse

Durch andere Kinder und Jugendliche:

- Mobbing im Team: z.B. von schwächeren Spielern, Neulingen
- rassistische Diskriminierung: z.B. dunkelhäutiger Spieler, oft auch durch ethnische Gruppen
- körperliche Gewalt: Prügeleien, Attacken auf dem Spielfeld
- sexuelle Gewalt: erniedrigende Kommentare unter der Dusche, Zwang zum Mitmachen bei sexuellen Aktivitäten

Durch Trainer und andere Betreuungspersonen

- körperliche Fehlhandlungen: zu hartes Training, Missachtung von Verletzungsgefahr
- emotionale Fehlhandlungen: vernichtende Kritik, Nicht-Anerkennen von Fortschritten
- Vernachlässigung: der Witterung nicht angepasste Kleidung, Verweigerung notwendiger medizinischer Hilfe
- Tolerieren von / Animieren zu Alkohol-, Nikotin- oder Drogenkonsum oder Doping
- Sexuelle Übergriffe: Berührungen an intimen Körperstellen, Begaffen von Kindern und Jugendlichen unter der Dusche, sexistische Sprüche und Witze etc.

17.2 Haltungen zur Vermeidung negativer Erlebnisse

Vor allem Siegen-Wollen sind die folgenden Werte zu beachten:

- Teamgeist: Wir machen einander nicht schlecht - auch dann nicht, wenn wir enttäuscht sind.
- Einsatz: Alle geben ihr Bestes – und vertrauen darauf, dass auch die andern das tun.
- Fehler: sind erlaubt, wir wollen daraus lernen – und wir akzeptieren, dass es seine Zeit braucht.
- Beachten von Fortschritten: Nicht alle sind gleich gut, aber alle sollen besser werden.
- Fairplay: Sport ist Kampf unter vollem Einsatz unter Einhaltung der vorgegebenen Regeln und immer mit Respekt vor der Persönlichkeit der Mitspieler, Gegner und Schiedsrichter.

Trainer und Betreuer sind verantwortlich für die Beachtung dieser Werte. Sie setzen sie durch im Team, sie sprechen auch Eltern darauf an, wenn diese Spiel und Verhalten von Spieler destruktiv kritisieren. Das kann sofort geschehen, doch manchmal ist es sinnvoller zu warten, bis die grösste Wut vergangen ist.

Innerhalb des Clubs ist Einigkeit in diesen Fragen wichtig. Sie müssen deshalb periodisch besprochen werden. Ebenso soll das Vorgehen geregelt werden, wenn einzelne Verantwortliche sich nicht gemäss diesen Werten verhalten.

17.3 Konkrete Massnahmen zum Kinderschutz

Die folgende Liste ist als Anregung gedacht und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit:

1. Wenn im Team eine miese Stimmung ist, muss das vor allem anderen bearbeitet werden, indem man darüber spricht und die Werte/Haltungen wieder klärt. Bei Krisen kann/soll ein weiterer Funktionär beigezogen werden.
2. Dasselbe gilt, wenn es einem einzelnen Spieler schlecht geht. Oft zeigt sich das in störendem Verhalten, das zwar gestoppt werden muss, das aber auch als Hinweis auf eine Missstimmung ernst genommen werden soll. In solchen Situationen ist das Gespräch mit einem Spieler aktiv zu suchen.

Zeigen sich dabei grosse Probleme, müssen weitere Hilfestellen (Jugendberatung, Tel 08331 beigezogen werden).

3. In Verein wird eine Kontaktperson (inkl. Telefonnummer) bekannt gegeben. Kinder oder Jugendliche können hier ihre Sorgen und Nöte zur Sprache bringen.

Juniorrenkonzept

4. Arbeiten am guten Klima im Team: gesellige Aktivitäten: gemeinsam Kochen, Bowlen, Spass haben. Gute gemeinsame Erlebnisse können beispielsweise rassistischen Tendenzen vorbeugen.
5. Besprechen der aufgeführten Werte. Ab und zu Gesprächsrunden einbauen: sind wir auf dem richtigen Weg diese Werte zu beachten? – Gerade in guten Zeiten ist dies wichtig!
6. Einbezug der Eltern durch Erklärung der Werte.
7. Nachfragen beim Austritt eines Kindes: war alles ok? Gab es „ungute“ Erfahrungen, die noch zu Konsequenzen führen müssen?

17.4 Spezialfall sexuelle Übergriffe

Die sexuellen Übergriffe sind speziell, weil

- sie sich oft im Verborgenen abspielen
- die Öffentlichkeit derzeit schon bei Kleinigkeiten stark reagiert und keinerlei Toleranzen zeigt
- deshalb viele Trainer verunsichert sind: was darf ich denn noch? Die Angst vor Beschuldigungen ist grösser, als die effektive Gefahr beschuldigt zu werden
- es Täter gibt, die gezielt und geplant Situationen suchen, in denen sie Übergriffe machen können. Sie sind mit den normalen Mitteln – Ansprechen des Problems – oft nicht zu stoppen.

17.5 Mittel gegen sexuelle Übergriffe

1. **Regeln im Club:** Heikle Situationen werden periodisch besprochen, eine gemeinsame Politik in diesen Fragen wird beschlossen resp. bekräftigt, das Vorgehen bei einem Verdacht wird geklärt. Dabei soll bewusst eine Normalität gewahrt werden: gute Körperkontakte sollen weiterhin gestattet sein, ebenso auch intensivere Betreuungsbeziehungen.
2. **Schutz der Intimsphäre:** die Intimsphäre der Kinder und Jugendlichen wird so gut wie möglich geschützt. Duschen werden nur im Notfall betreten, Garderobenaufenthalte sind auf das Notwendigste zu beschränken, allenfalls mit zusätzlichen Betreuungspersonen abzusichern. Kinder mit Schamgefühlen werden respektiert (Badehosen-Erlaubnis) und dieser Respekt ist bei anderen Kindern durchzusetzen.
3. **Trainer** sind wenn immer möglich **zu zweit aktiv**. In Kinder- und Damenmannschaften wenn möglich mit einer Frau.
4. **Transparenz gegenüber Eltern:** Die Clubregeln werden den Eltern bekannt gegeben, ebenso eine Kontaktperson, an die sich die Eltern oder Kinder wenden können bei ungunen Erfahrungen oder Beobachtungen.
5. **Rückfragen:** Bei neuen Trainern wird systematisch am Herkunftsort oder bei den letzten Vereinen nachgefragt, ob die Beziehungen zu den Kindern und die Arbeit in Ordnung waren.
6. **Fachstellen bei Verdacht:** Wenn konkrete Vorwürfe oder Verdächtigungen vorliegen, soll eine Fachstelle kontaktiert werden.
7. Thema in clubinternen **Weiterbildungen** behandeln.

17.6 Verhaltenskodex zur Prävention vor sexueller Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit der JFG Kronburg

Keine Grenzverletzungen, kein sexueller Missbrauch und keine sexualisierte Gewalt möglich werden.

Ich will die mir anvertrauten Jungen und Mädchen, Kinder und Jugendlichen vor Schaden und Gefahren, Missbrauch und Gewalt schützen.

Ich respektiere die individuelle Persönlichkeit von Kindern und Jugendlichen und bringe Ihre Wertschätzung und Vertrauen entgegen.

Juniorenkonzept

Ich respektiere die Intimsphäre und die persönlichen Grenzen der Scham und der mit anvertrauten Kinder und Jugendlichen sowie der anderen Vereinsmitgliedern.

Ich nehme die individuellen Empfindungen der Kinder und Jugendlichen zu Nähe und Distanz gegenüber anderen Menschen sehr ernst und respektiere ihre persönlichen Grenzen.

Ich habe eine besondere Vertrauens- und Autoritätsstellung gegenüber Kindern. Diese Position darf ich nicht missbrauchen. Als Vereinsmitarbeiter/in nutze ich meine Rolle nicht für sexuelle Kontakte zu mir anvertrauten jungen Menschen.

Mir ist bewusst, dass jede sexuelle Handlung mit Schutzbefohlenen eine strafbare Handlung ist, mit entsprechenden disziplinarischen und evtl. strafrechtlichen Folgen.

Abwertendes sexistisches, diskriminierendes und gewalttätiges Handeln – verbal und nonverbal – toleriere ich nicht und beziehe dagegen Stellung.

Ich nehme Grenzüberschreitungen durch andere Mitarbeitende und Teilnehmende in Gruppen, Mannschaften, bei Turnieren, Trainingslager, Spielen, Training, Angeboten und Aktivitäten bewusst wahr und vertusche sie nicht. Ich spreche die Situation bei den Beteiligten offen an.

Im Konflikt- und Verdachtsfall informiere ich den Ansprechpartner des Vereins, um gemeinsam das weitere Vorgehen abzuklären. Der Schutz der Kinder steht an erster Stelle.

Ich fördere bei den mir anvertrauten Kindern und Jugendlichen ein gesundes Selbstbewusstsein und die Fähigkeit zur Selbstbestimmung.

Denn Starke Kinder und Jugendliche können „Nein“ sagen und sind weniger gefährdet.

Datum: _____ Name (in Druckschrift) _____

Unterschrift: _____

Ansprechpartner im Verein _____ Unterschrift. _____

18 Medizinische Aspekte

18.1 Verhalten bei Verletzungen

Kurzregel für akute Sportverletzungen: P E C H

- P** = Pause (Ruhe)
- E** = Eis (Kühlen)
- C** = Kompression (elastische Binde)
- H** = Hochlagerung

Diese Sofortmassnahmen gelten für alle frischen Verletzungen!
Ziel: Schadenbegrenzung, schnelle und vollständige Ausheilung.

Juniorrenkonzept

Optimales Vorgehen bei „geschlossenen“ Verletzungen (Muskel-, Sehnen-, Bänderverletzungen):

a) Sofortmassnahmen

- **Notwendige Hilfsmittel:** elastische Binde und Kühlmittel
- Je rascher die Massnahmen durchgeführt werden, desto besser.

Mögliche Sofortmassnahmen sind:

- **Hochlagern**
- **Elastische Binde** (ca. 8 cm)
so fest um die verletzte Stelle wickeln, dass die Blutzirkulation nicht behindert wird.
Zeichen zu enger Bandage: Blässe, „Ameisenlaufen“ oder Gefühllosigkeit.
Die Kompression vermindert Blutergussentwicklung und Schwellung.
- **10 Minuten darüber Kühlen**
mit einer Kältepackung oder einem Plastiksack gefüllt mit Wasser und Eis.
Die Eisbehandlung niemals übertreiben (Kälteschäden!).

Ideal: 10 Minuten über die elastische Binde kühlen, stündlich, später alle 2 bis 3 Stunden (nur 10 Minuten!) während des ersten Tages wiederholen.

Kälte limitiert Schwellung, Schmerzen, Muskelverspannung und Gewebeerstörung durch den zellulären Stoffwechsel.

- **Ruhigstellen**

mit geeigneten Bandagen, Schienen oder durch Fixierung an benachbarte Extremität (Finger, Bein).

Verboten sind: Wärme, Massage, weitere Belastung der Verletzung!

Ziel: Diese Vorgehensweise sollte zur Routine werden!

Jeder Sportler und Betreuer sollte immer in der Lage sein diese Sofortmassnahmen unmittelbar nach der Verletzung durchzuführen.

Arzt beziehen bei

- starker Schwellung, enormen Schmerzen, Fehlstellung und Gebrauchsunfähigkeit.
Es gilt mittels Röntgenuntersuchung eine Fraktur auszuschliessen (Sportarzt, Notarzt, Spital).
- einer offenen Verletzung (blutende Wunde). Dies benötigt eine fachgerechte Behandlung.

Schürfungen

desinfizieren und sich versichern, dass ein Tetanusschutz besteht!

Medikamentöse Therapie

abschwellende, schmerzlindernde Mittel: z.B. Voltaren, Ponstan, Brufen, ... (Vorsicht: Verträglichkeit)

b) Frühmassnahmen (Vorgehen am nächsten Tag)

Fortsetzung der Sofortmassnahmen.

Bei grossem Bluterguss, starker Schwellung und Unfähigkeit, die verletzte Struktur auch nur leicht zu belasten: Arztbesuch!

Er wird die nötigen Abklärungen vornehmen und die korrekte Therapie einleiten zur raschmöglichen Rehabilitation.

Eventuell physikalisch-therapeutische Unterstützung.

c) Langzeitmassnahmen

Die optimale Rehabilitation ist abhängig von der verletzten Struktur und dem Ausmass der Verletzung.

Juniorenkonzept

Ersatztraining und die Zusammenarbeit zwischen Sportler (Sofortmassnahmen, Kooperation), Trainer (Ersatztraining), Therapeut (optimale Physio) und Arzt (Diagnose, Therapieplan) muss funktionieren!

Muskelerletzungen können 3 Wochen, Bänder- und Sehnenverletzungen 6 Wochen oder länger dauern.

Hirnerschütterung (SHT)

10% aller Sportunfälle sind Schädel-Hirn-Traumen (SHT)! – Davon 80% leichter Natur!

Beachte: auch nach leichten SHT kann es zu lebensbedrohlichen Komplikationen durch eine innere Blutung oder eine Hirnschwellung (Ödem) kommen!

Hauptsymptome der Hirnerschütterung:

Posttraumatische Verwirrtheit:

Spieler ist nach der Erschütterung zurzeit, zum Ort und zur Person nicht oder unscharf orientiert. (ev. Frage an den Patienten: „Was ist passiert?“ Er muss klare Antwort geben können.)

Bewusstlosigkeit

Patient ist nicht weckbar, Augen bleiben auf Rufen und Schmerzreize geschlossen.

Vorgehen bei Hirnerschütterung (Nicht weiterspielen!):

Bei den obigen Symptomen und/oder bei Kopfschmerzen und Übelkeit ist Weiterspielen verboten!

Bei anhaltenden Beschwerden: Arztkonsultation oder Spitaleinweisung.

Der Spieler muss in den folgenden 24 Stunden regelmässig kontrolliert werden, um eine Verschlechterung des Zustandes nicht zu verpassen.

Bei Bewusstlosigkeit: Halswirbelsäulefixation und Arzt beiziehen.

Bemerkung:

Mit der Spitaleinweisung ist die Beobachtung der neurologischen Symptome gewährleistet, so dass bei Komplikationen rechtzeitig eingegriffen werden kann!

Wichtig:

- Gefährlich ist, wenn ein zweites SHT auftritt! Deshalb braucht es nach einer Hirnerschütterung eine beschwerdefreie Zeit von mindestens einer Woche!
- Bei wiederholten SHT ist unter Umständen eine Sportpause von einem halben bis ganzen Jahr sinnvoll!
- Keine Aspirin oder ähnliche Schmerzmittel wegen Gefahr innerer Blutung bei SHT!
- Kleine chronische Blutungen nach SHT sind möglich und äussern sich mit Kopfschmerzen.

18.2 Unfallmeldungen – Beauftragter Stefan Kaulfersch

Der Sportverein verfügt über eine Sportversicherung (ARAG). Herr Stefan Kaulfersch ist der Beauftragte für Sportverletzungen. Versicherte Personen sind alle aktiven und passiven Mitglieder, Funktionäre, Übungsleiter.

Es besteht ein Versicherungsschutz bei der Teilnahme an sämtliche sportliche Aktivitäten auf Sportanlagen, als Zuschauer an sportlichen Aktivitäten und bei der Mitarbeit an Bauobjekten oder bei allen Wartungs- und Instandsetzungen einschließlich Auf- und Abbauarbeiten bei versicherten Veranstaltungen des Vereins.

Wegerisiko: Versicherungsfälle auf dem direkten Wege zu und von den versicherten Veranstaltungen, Unternehmungen und Tätigkeiten sind mitversichert. Fahrten, die in diesem Rahmen der Bildung von Fahrgemeinschaften dienen, sind mitversichert, auch soweit dadurch der direkte Weg verlassen wird.

Der Unfall ist unverzüglich dem Übungsleiter, oder besser dem Beauftragten Herrn Stefan Kaulfersch zu melden.

Kontakt: Stefan Kaulfersch, Anton-Hohl-Str. 13, 87758 Kronburg Illerbeuren. Telefon: 08394 657
email:st.kaulfersch@web.de Handy: 0179 6868645

18.3 Möglicher Inhalt des medizinischen Koffers

Ein gut ausgerüsteter medizinischer Koffer macht nur einen Sinn, wenn er immer griffbereit ist und wenn er ständig aktualisiert (Ablaufdaten, Ersatz, ...) wird.

- Desinfektionsmittel**
- Nichtalkoholische Desinfektionsmittel (Hibidil, Merfen)
 - Getränkte Gazeplättchen (Soffratule, Fucidine)
 - Evtl. Desinfektionsspray (Schürfungen)
 - Evtl. Seifenlösungen (z.B. Lubex)
- Heftpflaster**
- Wundschnellverband in verschiedenen Größen
 - Heftpflaster-Rolle schmal und breit (evtl. Hypoallergen)
 - Tape-Verband-Rollen 3.7 cm (z.B. Leucotape Beiersdorf)
 - Selbstklebender Verband (z.B. Mefix, Beiersdorf)
 - Verbandklammern
- Instrumente**
- Scheren
 - Pinzette
 - Sterile Nadeln (Injektionsnadeln) zum Aufstechen von Blasen
 - Taschenlampe
- Verbände**
- Elastische Binden 4.6 und 8 cm
 - Selbstklebende, elastische Binde (z.B. Elastoplast)
 - Selbsthaftende Gazebinde 4.6 cm (z.B. Elastomull haft)
 - (Selbstklebender) Schaumgummi zur Polsterung
 - Gazetupfer steril
 - Gazekompressen zur Abdeckung, nichthaftend (z.B. Telfa)
- Spezielles**
- Zweite Haut (z.B. Spenco 2 Skin)
 - Blutstillende Watte (z.B. Häemo-Stop)
 - Sterile Wundstreifen (z.B. Steri-Strip)
 - Gummihandschuhe (blutende Wunden)
- Diverses**
- Entzündungshemmendes Gel, Creme oder Spray
 - Vaseline
 - Feuerzeug
 - Eis: Als crushed ice oder Eiswürfel in Isolierbehälter mit Wasser als Cold-Pack (in Isolierbehälter) als Einmal-Eispackung (chemische Kühlung)
 - Kaltes Wasser ist zu wenig kühl (aber besser als nichts)
 - Eis nie auf bloße Haut auftragen (Verbrennungsgefahr)
 - Eisspray nur in die Hand eines erfahrenen Benutzers

Merkblatt: Erste Hilfe / Arzt /

Massnahmen bei Notfällen

Schauen

- **Situation überblicken**
 - Was ist geschehen?
 - Wer ist beteiligt?
 - Wer ist betroffen?

Denken

- **Folgegefahren für Helfer und Patienten erkennen**
 - Gefahr für Unfallopfer?
 - Gefahr für Helfende?
 - Gefahr für andere?

Handeln

- **Sich selbst vor Gefahren schützen**
 - Was ist geschehen?
 - Wer ist beteiligt?
 - Wer ist betroffen?

Massnahmen bei Bewusstlosigkeit

- Nichts zu trinken geben
- Den Bewusstlosen sofort in Bewusstlosenlage bringen
- Alarmieren 100

Jeder Bewusstlose wird ohne Ausnahme in die Bewusstlosenlagerung gebracht.

Bewusstlosenlagerung

- Kopf sorgfältig nach hinten, Gesicht schräg nach unten drehen (freier Abfluss aus dem Mund)
- Den Patienten dauernd überwachen
- Den Patienten mit einer Decke oder Jacke zudecken

Ursachen

- Schädigung des Gehirns durch Sauerstoffmangel, Vergiftung oder Verletzung

Gefahren

- Schluckreflex und Hustenreflex fehlen beim Bewusstlosen meistens
- Die Atemwege werden durch die zurückfallende Zunge, durch Fremdkörper oder Blut und Erbrochenes blockiert.

Wichtige nationale Rufnummern

Sanitäter	19222
Polizei	110
Feuerwehr	112

Inhalt einer Alarmmeldung

- wer
- was ist passiert
- wann
- wo
- wie viele Patienten
- weitere Gefahren

Massnahmen bei Blutungen

- Verletzte Person flach lagern
- Verletzten Körperteil hochhalten
- Fingerdruck an geeigneter Stelle
- Blutung mit Druckverband stoppen
- Nach der Blutstillung den verletzten Körperteil hochlagern und ruhig stellen
- Fachhilfe anfordern (144)

Massnahmen bei Schock

(Massive Störung der Blutversorgung im Körper)

- Unnötige Bewegungen und Schmerzen vermeiden
- Betroffene beruhigen, gut zusprechen
- Vorhandene äussere Blutungen stillen
- Nichts zu trinken geben
- Vor Kälte und übermässiger Hitze oder Sonne schützen
- Fachhilfe anfordern (110)

Lagerung eines bewusstlosen Schockpatienten



Wache Schockpatienten flachlegen

