

Jugendbereiche / Lerninhalte

Die SG Eder orientiert sich bei der Spielerausbildung sehr stark an den DFB-Empfehlungen. Die nachfolgend aufgeführten Trainingsschwerpunkte dienen als zusätzliche Orientierungshilfe für Trainer, Eltern und Kinder.

Jugendbereich (G, F, E) – Grundlagenbereich

In den jüngsten Nachwuchsmannschaften muss ein besonderes Augenmerk auf eine kindgerechte und motivierende Trainingsarbeit und Betreuung gelegt werden. Die Spiele bei der G- und F- Jugend sollten eher einen Freundschaftsspielcharakter haben.

Im Grundlagenbereich liegt von Anfang ein Schwerpunkt auf der Vermittlung der gemeinsamen Spielidee, die sich durch alle Jugenden im Grundlagenbereich ziehen und auch im Aufbau- und Leistungsbereich weiterhin eine wichtige Rolle spielen.

Die Mannschaftseinteilung sollte bis zum jüngeren Jahrgang (E2) weitestgehend nach Jahrgängen erfolgen. Dadurch sollen **Freundschaften** und Schulgemeinschaften **gefördert** und das Zusammengehörigkeitsgefühl der Kinder unterstützt werden. Durch die Beibehaltung des vertrauten Umfeldes über mehrere Jahre wird das Identifikationsgefühl mit dem Verein gestärkt und die Kinder lernen sich in wohlbehüteter und vertrauter Umgebung zu entwickeln.

Allerdings sollten **leistungsstärkere Spieler** des jeweils jüngeren Jahrgangs in die **nächsthöhere Mannschaft** aufrücken können um besser gefördert aber nicht überfordert zu werden (Durchlässigkeit). **Leistungsschwächeren Spielern** sollte die Möglichkeit gegeben werden in der nächstniedrigeren Mannschaft zu spielen um diese Spieler nicht zu überfordern.

Jugendbereich (C, D) - Aufbaubereich

Um das **goldene Lernalter** der Spieler entsprechend zu nutzen, wird die Trainingsarbeit im Aufbaubereich deutlich intensiviert. Das Spielfeld wird größer, es werden Meisterschaften ausgespielt. Die **Mannschaftseinteilung sollte Leistungsorientiert** und nicht Jahrgangsorientiert erfolgen.

Jugendbereich (A/B) - Leistungsbereich

Die Trainingsarbeit nähert sich langsam dem Charakter des Seniorentrainings.

Übergänge Jugend zu Jugend

Der **Übergang** von einer Jugend in die andere stellt Trainer, Betreuer sowie die Kinder immer wieder vor neue **Herausforderungen** (Spieldauer, Anzahl der Spieler pro Mannschaft, Meldeverfahren). Der Übergang in eine neue Jugend erfolgt in der Regel nach den Sommerferien.

Um die Übergänge zu vereinfachen bietet es sich an, eine Art Übergangregelung im Verein zu etablieren.

Einige Wochen vor den jeweiligen Sommerferien sollte damit begonnen werden den Übergang in die nächste Altersstufe vorzubereiten. Dies kann durch gemeinsame Trainingseinheiten oder durch z.B. Trainingsspiele zwischen dem älteren Jahrgang der jüngeren Jugend und dem jüngeren/leistungsschwächeren Jahrgang der älteren Jugend erfolgen. Dabei sollte unter den Bedingungen/Richtlinien der älteren Jugend trainiert/gespielt werden.

G-Jugend



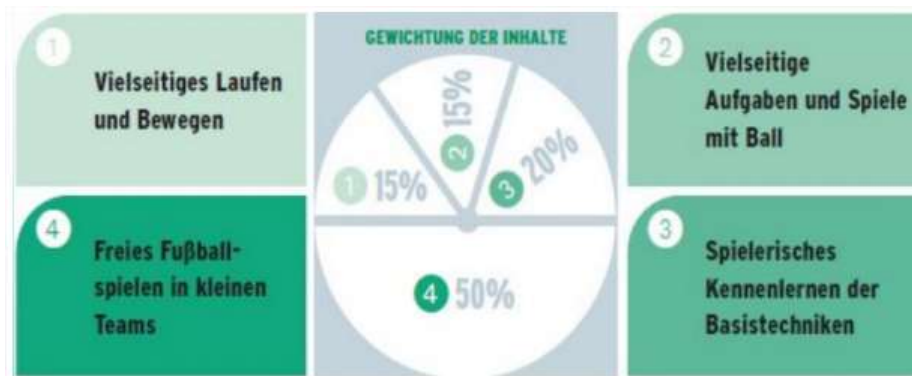
Trainingsschwerpunkte	Betreuung	Taktische Leitsätze
<ul style="list-style-type: none"> • Koordination steht im Mittelpunkt, mit Ball und ohne Ball • Spielerisch vermitteln alles aus der Bewegung • Wettbewerbe/Wettrennen/Staffeln (verlieren gehört auch dazu) • Wendigkeit • Ballgewöhnung • Einfaches Dribbling, Torschuss, Passen, Ballan- und Ballmitnahme • Spielformen in kleinen Gruppen 1:1 bis 4:4 zb 	<ul style="list-style-type: none"> • Erklären, Vormachen, Nachmachen • Spaß und Freude vermitteln • Siegen und Verlieren lernen • Normen und Werte einführen (z.B. Hilfsbereitschaft, Rücksicht, Respekt) • Fußballregeln vermitteln 	<ul style="list-style-type: none"> • Einfache Grundregeln des „Mit- und Gegeneinanderspiels“ • Jeder Spieler sollte jede Position spielen können

Spielform: Fairplay Liga oder Funino (ab Saison 2019)

Vermeiden: taktische Zwänge, negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining, stetiger Blick auf das Ergebnis, sture Erwärmung, Taktiktafel, Kinder auf festen Positionen

Onlinehilfen: [DFB Onlineseminar](#)

F-Jugend



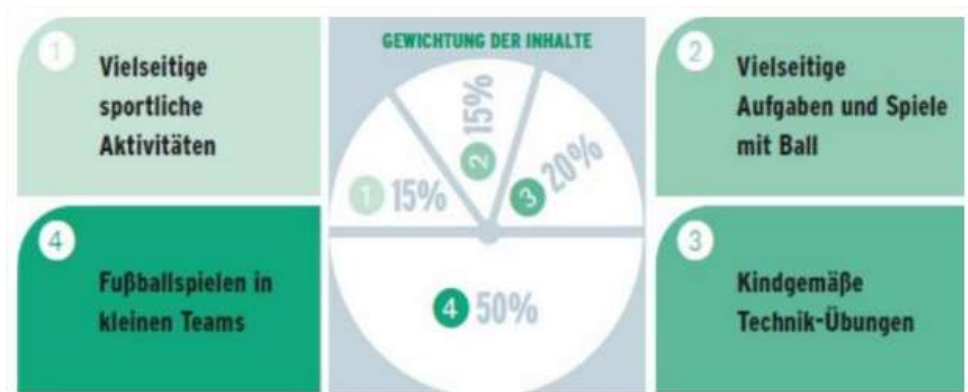
Trainingsschwerpunkte	Betreuung	Taktische Leitsätze
<ul style="list-style-type: none"> • G Ziele verfeinern • Beidfüßigkeit fördern • Finten, Tricks, Jonglieren • Schusstechniken (Spann, Innen, Außen) • Kreativität fördern • Deckungsschatten • Prallen, Klatschen lassen 	<ul style="list-style-type: none"> • Siehe G 	<ul style="list-style-type: none"> • Einfache Spielpositionen kennenlernen • Arten des Freilaufens

Spielform: Fairplay Liga oder Funino (ab Saison 2020)

Vermeiden: taktische Zwänge, negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining, stetiger Blick auf das Ergebnis, sture Erwärmung, Taktiktafel, Kinder auf festen Positionen

Onlinehilfen: [DFB Onlineseminar](#)

E-Jugend



Trainingsschwerpunkte	Betreuung	Taktische Leitsätze
<ul style="list-style-type: none"> • G+F Ziele verfeinern • Individuelle Stärken fördern • Finten, Tricks, Jonglieren • Schusstechniken (Spann, Innen, Außen) • Kreativität durch Kleinfeldspiele z.B. 2:2 bis 4:4 • Abwehrtraining • Hinterlaufen, Pressing • Seitenverlagerung • Kopfball in Grundlagen (leichte Bälle) 	<ul style="list-style-type: none"> • Siehe G • Individuelles Torwarttraining 	<ul style="list-style-type: none"> • G+F Punkte verfeinern • Taktisches Grund ABC • Umstellung auf 7er Feld und 5er Halle (E1) • Spielpositionen kennenlernen (E1) • Spielfeldzonen (E1) • Raumorientierung und -aufteilung

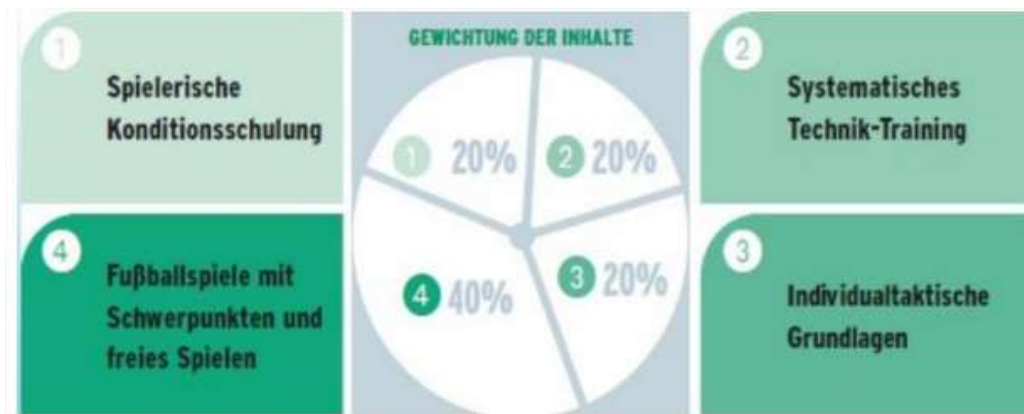
Spielform: Fairplay Liga oder Funino (ab Saison 2021 für jüngeren Jahrgang E2 geplant)

Vermeiden: taktische Zwänge, negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining, stetiger Blick auf das Ergebnis, sture Erwärmung, Taktiktafel, Kinder auf festen Positionen

Onlinehilfen: [DFB Onlineseminar](#)

Am Ende des 2. Jahres der E-Jugend sollte die Vorbereitung auf das größere Feld, die höhere Mannschaftstärke und längere Spieldauer ein Mittelpunkt bilden (siehe „Übergänge Jugend zu Jugend“).

D-Jugend



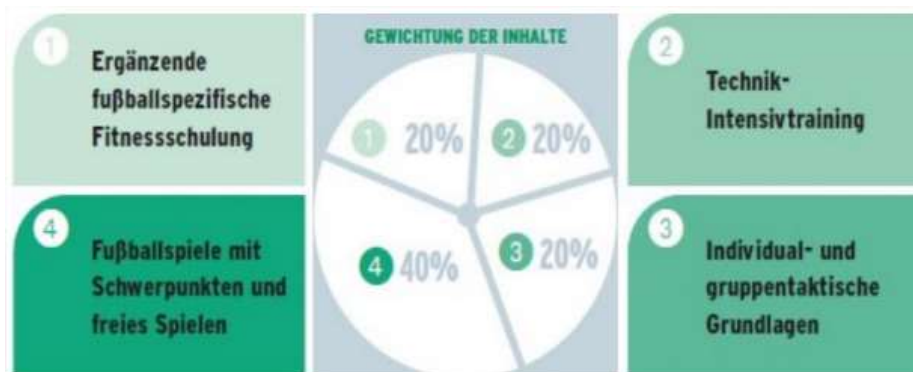
Trainingsschwerpunkte	Betreuung	Taktische Leitsätze
<ul style="list-style-type: none"> • Beginn Maximalkrafttraining • Schnellkraft/Schnelligkeit und Ausdauer sportartspezifisch trainieren • Koordination verfeinern • Technik im Detail (Ball An- Mitnahme, Finten, etc) • Basistechniken unter Druck • Offensives und Defensives 1 gegen 1 • Beidfüßigkeit und Kreativität • Parteispiele/Spielformen mit taktischen Vorgaben • Überzahl/Unterzahl • Handlungsschnelligkeit erhöhen • Wendigkeit/Schnelligkeit • Verbessern der Technik unter Tempo und Tempo unter Gegendruck • Finten, Tricks, Jonglieren • Schuss Techniken (Spann, Innen, Außen) (aber keine Vorgabe wie ein Tor erzielt werden soll/das Runde muss ins Eckige – ob mit Spann, Innen, Außen oder Pike ist egal) • Kopfball • Kombinationsformen einüben • Kreativität immer noch wichtiger als taktische Abläufe 	<ul style="list-style-type: none"> • Taktisches Verständnis schulen • Höherer Stellenwert der Spielbesprechung (auch individuell) • Individuelles Torwarttraining 	<ul style="list-style-type: none"> • Umstellung auf 9er Feld • Vermitteln der allgemeinen taktischen Leitsätze • Vertiefung individual- u. gruppentaktische Leitsätze -Angriff: einfache Spielzüge einüben - Abwehr: Deckungsverhalten schulen • Verbessern der Zweikampfschulung • Mannschaftstaktische Leitsätze - Spieleröffnung -Pressing • gegenseitiges Coachen vertiefen • verschieben / verlagern • Spielaufbau über 6er / 8er • Tiefe / Höhe

Spielform: 9er Feld mit Abseits

Vermeiden: negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining, stetiger Blick auf das Ergebnis

Onlinehilfen: [DFB Onlineseminar](#)

C-Jugend



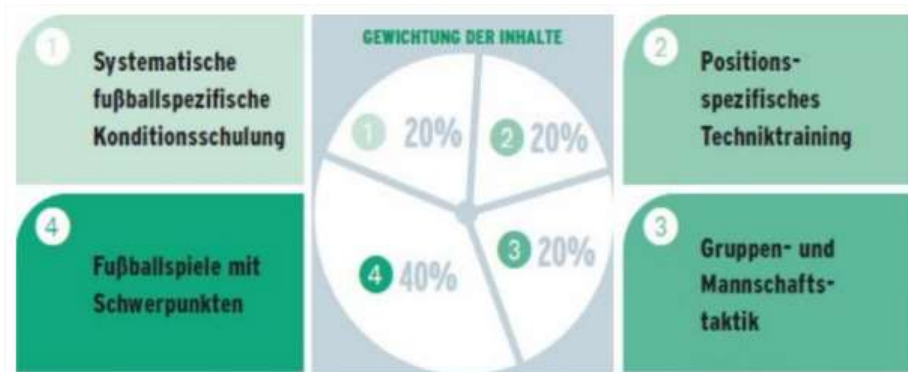
Trainingsschwerpunkte	Betreuung	Taktische Leitsätze
<ul style="list-style-type: none"> • D Ziele verfeinern • dynamische Techniken (unter Tempo und Gegenerdruck) • aerobe Ausdauer • Aufbau fußballspezifischer Fitness • Kraft mit eigenem Körpergewicht • Persönlichkeitsentwicklung (Verantwortung übertragen, Hierarchien bilden) • Kreativität immer noch wichtiger als taktische Abläufe 	<ul style="list-style-type: none"> • Siehe D 	<ul style="list-style-type: none"> • Siehe D

Spielform: 11er Feld

Vermeiden: starre taktische Vorgaben, negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining (z.B. Dauerläufe über 30 min, Krafttraining mit Gewichten)

Onlinehilfen: [DFB Onlineseminar](#)

B-Jugend



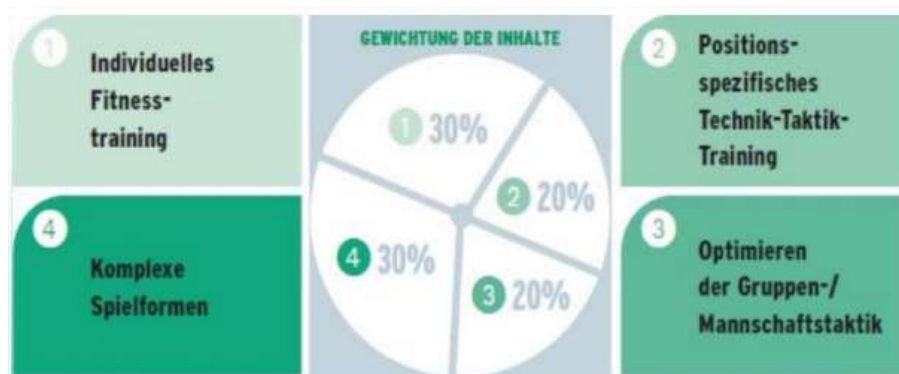
Trainingsschwerpunkte	Betreuung	Taktische Leitsätze
<ul style="list-style-type: none"> • koordinative Defizite aufarbeiten (Wiederholung) • Verbessern der Athletik • Maximalkrafttraining • Partenspiel/Spielformen -Mit taktischen Vorgaben -Mit Gegenerdruck/Zeitdruck -Schwerpunktsetzung -Höchste Belastung • Handlungsschnelligkeit weiter erhöhen • Wendigkeit/Schnelligkeit • Technische Defizite aufarbeiten • Verbessern der Technik unter höchstem Tempo • Kopfballtechniken • Schuss Techniken verfeinern • Anspruchsvolle Kombinationsformen einüben 	<ul style="list-style-type: none"> • Altersgerechte pädagogisches Einfühlungsvermögen • Den Leistungsgedanken vermitteln • Selbstkritik fordern • Mitspracherecht zugestehen • Mannschaft taktisch und psychisch auf Spiel einstellen • Detailtraining in Theorie und Praxis • Einsatz von Taktiktafel und Videoanalyse sinnvoll 	<ul style="list-style-type: none"> • Taktische Defizite aufarbeiten • Sondertraining der Spielpositionen und Mannschaftsteile • Taktik bei Standardsituationen -Angriff -Verteidigung • Kennzeichen verschiedener Spielsysteme kennen • Leistungsorientiert denken und handeln • gegenseitiges Coachen intensivieren • Spielanalyse

Spielform: 11er Feld

Vermeiden: starre taktische Vorgaben, negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining (z.B. Dauerläufe über 40 min, Kraft- und Haltetraining mit Gewichten)

Onlinehilfen: [DFB Onlineseminar](#)

A-Jugend



Trainingsschwerpunkte	Betreuung	Taktische Leitsätze
<ul style="list-style-type: none"> • Siehe B • technische und taktische Abläufe mit Tempo/Zeit- und Gegenerdruck 	<ul style="list-style-type: none"> • Siehe B 	<ul style="list-style-type: none"> • Siehe B

Spielform: 11er Feld

Vermeiden: negative Kritik, stures Kraft- und Ausdauertraining (z.B. Dauerläufe über 60 min, Kraft- und Haltetraining mit Gewichten)

Onlinehilfen: siehe B