

# Starthilfe für neue Kinder- und Jugendtrainer/Betreuer

## Allgemein:

Kinder brauchen Bewegung um sich zu entwickeln. Ein Mangel an Bewegung kann zu ernstesten Problemen führen. Haltungsschäden, Übergewicht, Diabetes sind nur einige dieser Probleme.

Auch die Entwicklung der Persönlichkeit und das Vermitteln von gesellschaftlich relevanten Werten wie Hilfsbereitschaft, Ehrlichkeit, Verantwortungsbewusstsein, Teamfähigkeit und Respekt gegenüber anderen, nimmt einen ebenso großen Stellenwert ein wie die sportliche Ausbildung.

Weiterhin brauchen wir auch in Zukunft Nachwuchs im Herren- und Damenbereich, die aus den Jugendmannschaften generiert werden.

Dafür brauchen wir Euch als ehrenamtliche Trainer und Betreuer.

Du hast Dich entschlossen beim JSG Wiesmoor unseren Kindern die Möglichkeit der Bewegung mit dem Sport Fußball zu ermöglichen. Dafür ein großes **Dankeschön**.

Um neuen Trainern/Betreuern den Einstieg zu erleichtern, wurde diese Hilfe erarbeitet.

Das Buch „**Spielintelligenz im Fußball – kindgemäß trainieren**“ von Horst Wein wird hier ausdrücklich empfohlen. Zu empfehlende Homepage [www.trainertalk.de](http://www.trainertalk.de)

Weiterhin ist eine **C-Lizenz „Profil Kinder und Jugend“** anzustreben. Kosten hierzu trägt der Verein.

Eines vorweg: Es ist zeitaufwendiger als man denkt, aber zu sehen wie sich die Kinder entwickeln entschädigt für alles!!!

## Organisation:

In Wiesmoor spielen der VfB Germania Wiesmoor, der VFL Mullberg und der SV Hinrichsfehn in einer Spielgemeinschaft unter den Namen JSG Wiesmoor.

Es ist unabdingbar als Trainer/Betreuer auch Mitglied einer der Mannschaften zu sein.

## Jugendobmänner:

Erster Ansprechpartner ist der Jugendobmann bzw. der Sportlicher Leiter/Koordinator Kinder- und Jugendfußball des jeweiligen Vereins. Sie organisieren Deine Erstausrüstung.

- Bälle
- Leibchen
- Hütchen
- Torwarthandschuhe
- Pfeife
- Schlüssel für Umkleidekabinen, Materialraum etc.
- Sonstige Trainingshilfen wie Stangen, Pylonen, Koordinationsleiter etc. in den jeweiligen Materialräumen der Vereine

- Torwarthandschuhe können selber gekauft werden. Eine Erstattung erfolgt durch Yannik Schoon.  
Höchstbeträge pro Saison:  
G-D-Junioren: 40€  
C-B-Jugend: 70€  
A-Jugend: 100€

### **Ansprechpartner:**

VfB Germania Wiesmoor: Dieter Burmeister (0173-9007166) / Stefan Buss (01512-8988983)

SV Hinrichsfehn: Christian „Kiki“ Reitmeyer (0172-5445153)

VfL Mullberg: Yannick Schoon (0176-30750079)

Teilt dem verantwortlichen bitte Eure Kontaktdaten mit (E-Mail und WhatsApp), um entsprechende Informationen zu erhalten.

### **DFB.net:**

Die Spielerpässe sind weggefallen. Alles (Auch der Spielbericht) wird über die Plattform DFB.net digital abgewickelt. Deine Spieler sind hier erfasst. Spielergebnisse müssen bis 1 Stunde nach Spielende in das DFB.net eingegeben werden, ansonsten gibt es empfindliche Strafen. Hierzu bekommst du eine Kennung und ein Passwort damit du das Ergebnis online eingeben kannst. Dies wird durch den VfB Germania Wiesmoor durch den Koordinator Kinder- Jugendfußball geregelt.

Der Spielbericht wird durch die Trainer/Betreuer ausgefüllt. Ab der C-Jugend geschieht dies durch den Schiedsrichter/in.

Wichtig ist auch das Deine Spieler mit einem Portraitfoto im DFB.net eingestellt sind. Auch hier gibt es Strafen, wenn dem nicht so ist.

### **Spielverlegungen:**

Spielverlegungen müssen zuerst mit beiden Mannschaften einstimmig abgesprochen werden. Erst dann kann es im DFB.net selber oder über den Staffelleiter geändert werden.

### **Trainingsorte:**

Die Trainingsplätze werden durch alle 3 Vereine gestellt. Die Trainingsorte und -zeiten werden zu Saisonbeginn eingeteilt. Die Vergabe der Hallenzeiten erfolgt vor den Herbstferien. Wünsche werden berücksichtigt.

### **Fahrtkosten/Sonstige Erstattungen:**

Fahrtkosten zu den Spielen etc. werden auf Antrag zur Winterpause und zum Ende der Saison erstattet. Auch hier erhältst Du eine Einweisung bzw. es wird auf den Betreuerversammlungen thematisiert.

Für Turniere wird ein Zuschuss von zurzeit 150€ gewährt. Die Erstattung erfolgt mit der Fahrtkostenabrechnung. Außersportliche Aktivitäten mit der Mannschaft können ebenfalls bezuschusst werden.

### **Neuanmeldung Spieler:**

Neue Spieler müssen umgehend im Verein eintreten damit Versicherungsschutz besteht. Die Beitrittserklärungen können bei den jeweiligen Vereinen runtergeladen werden. Um am Spielbetrieb teilzunehmen muss eine Spielerlaubnis beantragt werden. Den aktuellen Antrag findet ihr auf der NFV-Webseite <https://www.nfv.de/recht/formulare-der-passtelle/>

Des Weiteren wird eine Kopie der Geburtsurkunde benötigt. Bei ausländischen Spielern muss zudem eine Zusatzerklärung ausgefüllt werden. Diese ist auch unter der o.g. Seite des NFV zu entnehmen. Eine Meldebestätigung der Stadt muss ebenfalls bei ausländischen Spielern eingereicht werden. Abgabe dann an die Jugendobmänner.

### **Verletzungen während des Trainings/Spielbetriebs:**

Verletzt sich ein Spieler beim Training oder während des Spielbetriebs ist je nach Schwere ein Krankenwagen über die 112 zu informieren. Es besteht Versicherungsschutz durch den Verein bzw. der Stadt Wiesmoor.

Zudem muss der Bogen „KSA – Fragebogen für Unfälle von Kindern, Schülern oder Jugendlichen“. Dieser ist bei der Stadt abzugeben. Der Bogen kann über „Google“ gefunden werden.

### **Trikots etc.:**

Neue Trikots oder auch andere Kleidung wie z.B. Trainingsanzüge werden über [www.flyeralarm-sports.com](http://www.flyeralarm-sports.com) in grau/schwarz mit JSG Wiesmoor Emblem bestellt. Unterstützung durch Torsten Schoon (Gambo) unter 01523-6922729.

### **Elternabende:**

Ein gutes Verhältnis zu den Eltern erleichtert einiges. Mindestens ein Elternabend pro Saison, am besten vor Saisonbeginn, sollte durchgeführt werden. Hier sollten den Eltern nähergebracht werden,

- Eure Ziele
- Wie euer Training aussieht, (hier auch erklären das Übungen dabei sein können, die auf den ersten Blick nichts mit Fußball zu tun haben z.B. Koordinationsübungen)
- Was dir als Trainer wichtig ist (z.B. Werte etc.)
- Regeln aufstellen (Pünktlichkeit etc.)
- Erwartungen an die Eltern (beim Spiel nicht rumbrüllen, etc.;
- Organisatorisches (Telefonnr., Trikotwäsche, etc.)
- sonstiges

### **Sonstiges:**

Es wird vielleicht nicht alles rund laufen und es werden früher oder später Differenzen mit Spielern, den Eltern etc. auftreten. Falls diese Differenzen nicht selbstständig geklärt werden können, dann kontaktiert die Jugendobmänner. Diese werden versuchen eine Lösung herbeizuführen.

Wenn keine gravierende Fehlverhalten durch Euch nachgewiesen werden können, stehen die Jugendobmänner in jedem Fall hinter Euch!

Vieles (Fragen, Anregungen, Kritik etc.) wird sich während Deiner Trainertätigkeit ergeben.

## **Training/Trainingsinhalte/Spielbetrieb bei Kindern bis 12 Jahren:**

### **Oberste Devise:**

- **Spaß am Fußball vermitteln**
- **Nicht den kurzfristigen Erfolg suchen und sich selbst profilieren!!**
- **Ausbildungsorientiert und nicht erfolgsorientiert denken!**

### **Grundsätzliches zum Kindertraining:**

Kindertraining ist **kein** abgespecktes Erwachsenentraining. Vielmehr sollen der Spaß und die Freude am Fußball im Vordergrund stehen. Ziel ist es Kinder zu Jugendspieler und später zu Herrenspielern **auszubilden**. Ziel ist nicht der kurzfristige Erfolg. Alles braucht seine Zeit, habt Geduld.

Es sollte 2x die Woche trainiert werden. Trainingszeiten richten sich nach dem Alter der Kinder.

Es ist sinnvoll ein Training auf lange Sicht zu planen, um seine Ziele für die Saison zu erreichen.

Das einzelne Training sollte auch vorbereitet und möglichst auch nachbereitet werden. Vordrucke hierzu gibt es auf der DFB Seite und sind auch hier als Anlage angefügt.

### **Es gilt:**

L = Lange Wartezeiten vermeiden!

A = Aufgaben einfach, aber variantenreich anbieten!

S = Spielerisch üben!

S = Spiele in kleinen Feldern und kleinen Gruppen organisieren!

E = Erfolgserlebnisse für jedes einzelne Kind ermöglichen!

N = Nicht nur fußballspezifische Lernziele verfolgen

### **Generelle Mannschaftsregeln:**

1. Ich versuche kein Training zu versäumen.
2. Ich versuche pünktlich zum Training und zum Spiel zu erscheinen.
3. Wir begrüßen uns.
4. Im Training oder beim Spiel wird keiner ausgelacht oder ausgegrenzt.
5. Ich kann nicht jeden gleich mögen, aber wir gehen höflich und freundlich miteinander um.
6. Im Training und im Spiel gebe ich immer mein Bestes.
7. Ich helfe jedem aus dem Team.
8. Ich spiele fair und meckere nicht über Entscheidungen.
9. Ich bin Ehrlich und nehme gerechtfertigte Kritik an.
10. Ich gehe sorgsam mit Vereinseigentum um und halte den Platz und die Kabine sauber.

## **BEACHTEN:**

- Der Trainer sollte Vorbild sein. Rauchen und Alkohol während des Trainings und bei Spielen sind tabu.
- Schienbeinschützer sind immer Pflicht
- Die Tore sind immer im Boden zu fixieren
- Nach jedem Training oder Spiel sind die Tore wieder zurückzustellen und das Trainingsgerät wegzuräumen
- Der Trainer hat eine Aufsichtspflicht gegenüber seinen Spielern, insbesondere bei den Kindern. Er hat zu gewährleisten dass jeder nach dem Training wieder die Heimreise antritt.

## **G-Junioren:**

Die Kleinen sollen an den Fußball durch Spielstunden herangeführt werden. Hier sollte das Hauptaugenmerk auf die Bewegung, Koordination und die Motorik gelegt werden. Hüpfen, balancieren, Rollen, Lauf- und Fangspiele stehen hier im Vordergrund. Der Trainer ist der Spaßmacher.

Im weiteren Verlauf geht es darum das Spielobjekt Ball kennenzulernen. Spielstunden für die Bambini sind reichlich im Internet unter [dfb.de](http://dfb.de), [soccerdrills.de](http://soccerdrills.de) etc. eingestellt.

## **F und E -Junioren:**

Auch hier sollte die Koordination/Motorik nicht vernachlässigt werden. Koordination ist der Anfang von allem. Konditionstraining ist zu vernachlässigen. Kinder in diesem Alter lieben den Wettkampf, also dementsprechend Übungen als Wettkampf verpacken.

Weiter Erlernen der Techniken:

- Dribbeln
- Passen
- Ballannahme und – mitnahme
- Fintieren
- Schießen
- 1 gegen 1 bis 3 gegen 3
- Beidfüßigkeit

Übungen hierzu findet ihr reichlich unter [dfb.de](http://dfb.de), [soccerdrills.de](http://soccerdrills.de), Buch Horst Wein.

Es ist zu empfehlen viel 1:1 bis 3:3 oder auch 2:1, 3:1 bis 3:2 etc. zu spielen und im Spiel zu korrigieren. Viele Ballkontakte ermöglichen.

## **Worauf achten:**

- Kinder in diesem Alter brauchen keine langen Aufwärmübungen,
- Lasst sie am Anfang tummeln und austoben die Schule war lang genug
- Kurze Begrüßung und Erklärungen keine Zeit mit Reden verlieren
- Zum Aufwärmen kein stumpfes Rundenlaufen etc., es gibt super Aufwärmspiele
- Kinder lernen am besten, wenn man ihnen die Technik vormacht. Keine langen Erklärungen, einfach machen lassen und korrigieren.
- Keine langen Wartezeiten
- Einfacher Aufbau
- Spielerisch üben, keine stumpfen Übungen

- Wenn Übungen dann nicht zu lange machen sonst wird's langweilig, alle 15 bis 20 Min. eine andere Übung
- Spiele nur mit kleinen Gruppen um viele Ballkontakte und Erfolgserlebnisse zu haben, hier ist das Funino zu empfehlen
- Teamgeist festigen: Außersportliche Unternehmungen machen z.B. Besuch Bundesligaspiel, Fußballgolf, Zoobesuch, Kino etc.

### **D-Junioren:**

Die D -Jugend ist der Beginn des systematischen Trainings. Kinder in diesem Alter zeichnen sich u.a. durch:

- Hohes Selbstvertrauen
- Hohe Konzentration
- Hohe Leistungsbereitschaft
- Hohe Lernbereitschaft
- körperliche und psychische Ausgeglichenheit

aus.

Man spricht vom ersten „Goldenen Lernzeitalter“.

### **Trainingsinhalte:**

- Festigen der erlernten Techniken
- Konsequenz auf Beidfüßigkeit achten
- Koordination
- Spielerische Konditionsschulung (Kräftigung, Schnelligkeit etc.)
- Finten
- 1:1, 2:1, 3:1 bis 4:4 etc.
- Taktik (Laufwege, Verschieben etc.)
- Auch erste Gruppentaktische Grundlagen vermitteln

Wichtig ist aber weiterhin die Spieler für den Fußball zu begeistern. Die ersten Spieler (vor allem der ältere Jahrgang) können das Interesse verlieren und sich anderen Hobbies/Interessen widmen.

### **Spiele der Kindermannschaften:**

Wie oben bereits erklärt darf der Kinderfußball niemals erfolgsorientiert sein, wo nur die besten Spieler durchspielen und die schwächeren auf der Bank sitzen.

Nicht zu viel coachen und instruieren (ich weiß, es ist nicht ganz einfach 😊). Den Kindern ihre Kreativität lassen und dadurch ihre Spielintelligenz fördern. Daher keinen Druck aufbauen, sie sollen angstfrei spielen dürfen. Viel loben, aufmuntern und keine negative Kritik, wenn Kritik dann positiv verpacken.

Um dem Prinzip der Vielseitigkeit des Fußballs gerecht zu werden ist es erforderlich, eine regelmäßige Rotation der Positionen durchzuführen (Auch Torwart). Nur so können vielseitige Erfahrungen gemacht werden. Die Kinder lernen das Spiel aus dem Blickwinkel des anderen zu lesen und zu verstehen.

## **C-Junioren:**

Ab der C-Jugend soll leistungsorientierter ausgebildet werden. Allerdings gilt auch weiterhin alle Spieler für den Sport zu begeistern.

Ab diesem Zeitabschnitt ist die Pubertät in vollem Gange und die Trainer müssen ein gewisses Fingerspitzengefühl für ihre Schützlinge entwickeln.

Ab diesem Alter soll die Grundausbildung der Basistechniken abgeschlossen sein und sollen nun intensiviert werden. Hinzu kommen nun gruppentaktische Grundlagen und eine fußballspezifische Fitnessschulung.

### **Leitlinien für Trainer**

- Individuelle Entwicklungsunterschiede beachten
- Individuell fördern: Stärken stärken, Schwächen schwächen
- Eigeninitiative und -motivation aufbauen und stabilisieren
- Kreativität ist wichtiger als starre taktische Abläufe
- Keine zu frühe Positionsspezialisierung vorgeben
- Hierarchien bilden, Verantwortlichkeiten schaffen

## **B/A-Junioren:**

Ab diesem Alter kommen wir dem Erwachsenentraining immer näher. Den Spielern sollen Ernsthaftigkeit, Leistungswillen und Freude am Fußballspielen nähergebracht werden. Es werden nun bereits exakte Abläufe mit Tempo und unter Zeitdruck trainiert. Die Positionen stehen mehr oder weniger fest und die einzelnen Spieler werden auf ihren Positionen speziell geschult. Einzelgespräche führen.

### **Leitlinien für Trainer**

- Intensive Trainingsabläufe und aktive Pausen abstimmen
- In Theorie + Praxis technisch-taktische Details trainieren
- Komplexer trainieren, aber die Individualität beachten
- Die Spieler aktiv einbinden! Mitbestimmung ermöglichen
- Eine strukturierte Hierarchie im Team aufbauen
- Sportliche + schulisch-berufliche Belastungen koordinieren

Auf geht's!