



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitt-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

Leitfaden für die Jugendarbeit



JSG Eichelatal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

Ziele im Kinderfußball

Ziele

- Vielseitige, motorische Grundausbildung
- Durch Training und Spiel fördern und fordern
- Sportlich und Außersportlich betreuen
- Faszination des Spiels vermitteln

Anforderungen

- Vielseitige Bewegungsschulung
- Langfristiger und entwicklungsgemäßer Trainingsaufbau
- Förderung der ganzen Persönlichkeit
- Spielfreude und Kreativität entwickeln



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

Grundlagenausbildung	-	G-Jugend (spielen und bewegen)
Grundlagentraining	-	F-Jugend (spielen und lernen) E-Jugend (spielen und üben)
Aufbautraining	-	D-Jugend (trainieren und spielen) C-Jugend (trainieren und anwenden)
Leistungstraining	-	B- und A-Jugend (trainieren und verfeinern)

Wichtig:

**Kindertraining ist kein reduziertes
Erwachsenentraining!!!**

Kinder- und Jugendtraining ist zudem langfristig aufgebaut.³



JSG Eichelatal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

G-Jugend

Motorische - körperliche Merkmale von G-Junioren

- Großer Bewegungs- und Spieldrang
- Schnelle Ermüdung
- Hohe Beweglichkeit
- Schwach ausgebildete Muskulatur
- Geringe koordinative Eigenschaften
- Unterschiedliche Leistungsvoraussetzungen
- Geringes Konzentrationsvermögen



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

G-Jugend

Vielseitiges Laufen und Bewegen

- Bewegungsaufgaben
 - Laufen, Hüpfen, Klettern, Balancieren,...
 - Mit unterschiedlichen Bällen
 - Mit verschiedenen Materialien (z.B. Luftballons)
- Spielerische Ganzkörperkräftigung
- Lauf- und Fangspiele

**Ziel ist die Verbesserung der Geschicklichkeit als Basis
für alle fußballspezifischen Bewegungen**

Vielseitige Aufgaben und Spiele mit dem Ball

- Schwerpunkt: vielseitige und kreative Koordination von Ball und Körper (Ballsicherheit/Ballgefühl)
- In Kombination mit koordinativen Zusatzaufgaben
- Abwurfspiele/ Zielschußspiele

**Ziel ist ein kreativer, sicherer Umgang mit rollenden, 5
hüpfenden, fliegenden, ...Bällen.**



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

G-Jugend

Spielerisches kennen lernen der Basistechniken

- Fußballorientierte Einzelaufgaben
 - Z.B. Dribbel-Geschicklichkeit
- Kindgerechte Technikaufgaben und Übungen
 - Z.B. als kleine Wettbewerbe
- Technik-Motivationsspiele
 - Z. B. Dribbel-, Schuss-Spiele

Ziel ist die kindgemäße, attraktive und stufenweise Einführung der Grundtechniken

Fußballspiele in kleinen Teams

- Freie Fußballspiele in kleinen Mannschaften auf Tore
 - 1 gegen 1 bis 6 gegen 6
- Fußball-Turnierformen
- Kleine Fußballspiele mit Schwerpunktaufgaben

Ziel ist Spaß und Freude am Fußballspielen zu fördern.



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitt-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

G-Jugend

Anforderungen an die Bambini Spielstunde

Lange Wartezeiten vermeiden!

Aufgaben einfach gestalten!

Spielerisch üben!

Spielangebote wechseln!

Erfolgserlebnisse ermöglichen!

Nicht nur fußballspezifische Lernziele verfolgen!



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitt-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

G-Jugend

Leitlinien für den Trainer

- Kleine Gruppen, viele Bewegungsaktivitäten für jeden
- Begeisterung für das Bewegen und spielen wecken
- Einfache Bewegungsaufgaben interessant gestalten
- Vielseitige Aufgaben mit verschiedenen Bällen stellen
- Einfache Regeln vermitteln
- Ein Herz und ein offenes Ohr für die Kinder haben



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

F-Jugend

Merkmale von F- Junioren

- Motorisch-körperliche Merkmale
 - Große Unterschiede zwischen den Kindern
- Psychosoziale Merkmale
 - Ausgeprägte Bewegungs- und Spielfreude
 - Geringes Konzentrationsvermögen
 - Hohe Sensibilität
 - Personenorientiertes Lernen
 - **Vorbildfunktion des Trainers umso wichtiger**



JSG Eichelatal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

F-Jugend

Vielseitiges Laufen/Bewegen

- Hindernis - Parcours
- Fangspiele. Staffeln
- Bewegungsfertigkeiten
 - Starten, stoppen, ausweichen, hüpfen, springen, fallen, rollen, usw.

Allgemeine Bewegungsfertigkeiten sind die Basis für eine optimale Fußball-Leistung

Vielseitige Aufgaben u. Spiele mit Ball

- Einzelne Aufgaben mit fliegenden, rollenden und springenden Bällen
- Aufgaben mit Ball zu zweit, zu dritt
- Wettelfern mit Ball

Eine umfassende Geschicklichkeit mit dem Ball



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

F-Jugend

Spielerisches kennen lernen der Basistechniken

- Motivierende Technikübungen
 - Zum dribbeln, passen, schießen und Ball An- und Mitnahme
- Technikspiele
- 1 gegen 1
- Beidfüßigkeit

Freies Fußballspielen in kleinen Teams

- Spiele und Turniere
- 1 gegen 1 bis 6 gegen 6
- Kleine Fußballspiele und parallel dazu Ablauf von Technikaufgaben
- Vermitteln einfacher taktischer Tipps, die beim Tore schießen- Tore verhindern helfen



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitt-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

F-Jugend

Leitlinien für den Trainer

- Kleine Gruppen, kleine Felder, viele Aktionen
- Training ist Spielen mit vielen Ballkontakten für jeden
- Beidfüßigkeit, Kreativität und Spielfreude fördern
- Durch Vormachen-Nachmachen das Lernen fördern
- Geduld zeigen, sowie kein Zeit- und Leistungsdruck
- In jeder Situation Vorbild für die Kinder sein



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

E-Jugend

Merkmale von E- Junioren

- Bewegungs- und Spielfreude
- Wetteifern
- Orientierung an Vorbildern
- Lern- und Leistungsbereitschaft prägen sich aus
- Selbstvertrauen und Konzentration entwickeln sich
- Körperliche und psychische Ausgeglichenheit

**Man spricht bei den E- Junioren auch vom Übergang
vom Spiel- zum Lernalter**



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

E-Jugend

- **Geschicklichkeit und Schnelligkeit am und mit Ball**
- **Spielerisches kennen lernen auch schwierigerer Techniken- Beidfüssigkeit**
 - **Dribbeln mit Innen/Außen/Spann**
 - **Passen mit der Innenseite**
 - **Schießen mit der Innenseite/Vollspann**
- **Taktische Grundregeln für eine Raumorientierung und –Aufteilung**
- **Spiele mit einer 3er Kette**
- **Fordern und Fördern von Individualität- Siegen und Verlieren Lernen**



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

E-Jugend

Beginn des systematischen Techniktrainings

- Pro Trainingseinheit einen Schwerpunkt setzen
- Orientierung an der Idealtechnik
- Wechseln zwischen spielen und üben
- Stets beidfüßig trainieren

Viele Wiederholungen einer Technik

- Erlernen der Grobform
- Verfeinern der Technik
- Stabilisierung der Technik

Aufbauende methodische Stufen

- Vom Leichten zum Schweren
- Vom Einfachen zum Komplexen
- Vom Bekannten zum Unbekannten



JSG Eichelatal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

E-Jugend

Leitlinien für den Trainer

- Individuelle Stärken fördern
- Techniktraining ist vor allem Spieltraining
- Viele Ballkontakte und Spielaktionen für alle anstreben
- Auf genaue Abläufe achten, wenn nötig korrigieren
- Ein taktisches Grund - ABC vermitteln (Individualtaktik)
- Fairness, Zuverlässigkeit und Höflichkeit vorleben



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitt-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

D-Jugend

Merkmale von D-Junioren

- Hohe Lern- und Leistungsbereitschaft
- Verbesserte Konzentration
- Körperliche und psychische Ausgeglichenheit
- Selbstvertrauen
- Große Begeisterung für neue Aufgaben
 - optimistische Grundeinstellung
- Optimale motorische Grundlagen zur Schulung technischer Fertigkeiten

Goldenes Lernalter



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitt-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

D-Jugend

- **Systematisches Erlernen und Festigen der Grundtechniken**
- **Schulung von individualtaktische Abläufe in Offensive und Defensive**
- **Erlernen gruppentaktischer Grundlagen für das Spiel im Raum (3erKette oder 4er Kette)**
- **Erlernen gruppentaktisches Grundlagen im Angriffsspiel (Doppelpass, Hinterlaufen, Kreuzen)**
- **Richtiges Anwenden der Techniken in unterschiedlichen Spielsituationen**
- **Spielerisches vermitteln taktischer Grundlagen**
- **Fördern von Eigeninitiative, Kreativität und Leistungsbereitschaft**



JSG Eichelatal

VFB Ober-Schmitt-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

D-Jugend

Mix-Training

- Grundbewegungen mit fußballspezifischen Inhalten kombinieren (z.B. beim Schusstraining)
- Übungen mit zusätzlichen Beobachtungsaufgaben
- Haltungsschule, Ganzkörperkräftigung

Ballgefühl und Ballsicherheit festigen

- Dribbelgeschicklichkeit
- Ballzauber-Grundübungen (Finten)
- Ballübungen + Beobachtungsaufgaben

Kreativität fördern:

Kunststücke mit dem Ball erfinden lassen

Fußballspezifisches Techniktraining

- Variantenreiches Dribbeln mit Richtungswechseln
- Grundabläufe verschiedener Täuschungen
- Passen, Ballkontrolle, Spannstoß
- Erlernen des Kopfballspiels

1-1 im Training anwenden

Fußball spielen

- Technisch-taktischen Schwerpunkt provozieren



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

C-Jugend

Merkmale von C-Junioren

- Rasches Längenwachstum
- Große, staksige, ungelenkige Spieler
- Disharmonische Bewegungen
- Psychische Unsicherheit (Auf der Suche)
- Bessere Auffassungsgabe

Kinder werden Jugendliche



JSG Eicheltal

VFB Ober-Schmitt-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

C-Jugend

Technik „Intensivtraining“

- Dynamische Abläufe
- Höherer Gegnerdruck

Taktikschulung über das 1-1 hinaus

- Systematisches Erlernen gruppentaktischer Mittel des großen Spiels
- Kennen lernen mannschaftstaktischer Grundlagen
- Spielen mit der 4er Kette

Konditionstraining

- Verbesserung der Kondition durch viele spielgemäÙigte Trainingsbelastungen
- Schulung der Ausdauer und Schnelligkeit in einer motivierenden fuÙballbezogenen Verpackung
- Beweglichkeits- und Kräftigungsübungen



JSG Eichelatal

VFB Ober-Schmitten-SV Eichelsdorf
FC Ober-Widdersheim-KTSV Borsdorf
TSV Geiß-Nidda

B- und A-Jugend

Merkmale von B- und A-Junioren

- Körperliche Ausgeglichenheit
- Stärkere Muskulatur
- Kräftezuwachs
- Verbessertes Koordinationsvermögen
- Verbesserte Auffassungsgabe
- Heranreifen zur selbstbewussten Persönlichkeit

Zweites goldenes Lernalter



JSG Eichelatal

VFB Ober – Schmitten - SV Eichelsdorf
FC Ober - Widdersheim - KTSV Borsdorf
TSV Geiß - Nidda

B- und A-Jugend

- Im Detail trainieren
- Schwerpunkte trainieren
 - Gezielte Taktikschulung
- Persönlichkeiten trainieren
 - Förderung junger Persönlichkeiten
- Technikorientiert trainieren
 - Schulung dynamische, variabler Techniken
- Positionsspezifische Schulung
- Motivierende Ausdauerprogramme