



Neuorientierung im Kinderfußball - Leitlinien für Training, Spiel und Betreuung

BEACHTEN

Fußballvereine sollten ein altersgerechtes, auf die individuellen Bedürfnisse und Belange der Kinder abgestimmtes Üben und Spielen anbieten. Es gilt Defizite unserer eingeschränkten Bewegungswelt aufzufangen.

Aktuelle Forderungen an den Kinderfußball

Die vorstehend kritisierte **ergebnisorientierte** Kinder- und Jugendarbeit ist Ursache vieler Fehlentwicklungen, die wir heute beklagen:

- Viele Spieler, die als sogenannte **Frühentwickler** bereits bei den E- und D-Junioren herausragende Leistungen brachten, erreichen in älteren Jahrgängen nicht ihre individuell mögliche Höchstleistung.
- Oft schon im C-Juniorenalter, spätestens aber an der Schwelle zum Erwachsenenfußball, kehren viele Spieler dem Verein, der Sportart oder sogar dem Sport insgesamt den Rücken (Drop-Out-Problem).
- Vielfach dominiert im Kinderfußball viel zu früh und sehr einseitig das Taktiktraining. Wichtige koordinative Grundlagen werden vernachlässigt.

Berücksichtigt man zudem die eingangs beschriebenen gesellschaftlichen Veränderungen und die aktuellen Defizite und Bewegungsmängel der Kinder, kann die Forderung an alle Fußballvereine nur lauten: Wir brauchen eine grundlegende Neuorientierung im Kinderfußball! Dazu folgende wichtige Zielsetzungen:

1. Ausgangspunkt aller Überlegungen: Wie sind Kinder? Was wollen Kinder? Im früheren Straßenfußball spielten Kinder selbstorganisiert so, wie sie es wollten. Dieses freie Fußballspielen müssen wir den Kindern im Vereinsfußball wieder anbieten! So vermitteln wir ihnen die Faszination des Spiels.
2. Die aus der eingeschränkten Bewegungswelt der Kinder resultierenden koordinativen Defizite müssen im Training beseitigt werden. Klarer Schwerpunkt muss daher eine vielseitige sportliche Grundausbildung verbunden mit gezielter Koordinationsschulung sein.

Zentrale Zielsetzungen im Kinderfußball



INFO



1

Den Kindern die Faszination des Spiels vermitteln!

2

Kinder brauchen eine vielseitige sportliche Grundausbildung!

3

Kinder in Training und Spiel fördern und fordern!

4

Kinder sportlich und außersportlich betreuen!

5

Kindertraining durch verantwortungsvolle Jugendtrainer!

3. Nicht das Spielresultat, sondern Entwicklung und Förderung **aller** Spieler müssen Ziel jeder Kinderfußballabteilung sein. Jedes Kind ist **gleich** wichtig!
4. **Betreuung** im Verein darf sich nicht nur auf Training und Spiel beschränken. Außersportliche Angebote wie Wochenendfahrten, Zeltlager oder andere gemeinsame Veranstaltungen gehören selbstverständlich zum Angebot.
5. Nicht nur die sportliche, sondern vor allem die gesamte Persönlichkeitsentwicklung der Kinder sollte für verantwortungsvolle Jugendtrainer im Vordergrund stehen.



Training und Spiel alters- und entwicklungsgerecht gestalten

BEACHTEN

Die Einteilung des Kinder- und Jugendtrainings in vier Stufen ist eine Hilfe, um Training und Spiel alters- und entwicklungsgerecht gestalten zu können.

Der rote Faden im Nachwuchstraining

Die übliche Einteilung der Nachwuchsmannschaften in Altersklassen (Tabelle unten, zweite Zeile) ist nur eine formale Hilfe bei der Organisation des Wettspielbetriebs. Training und Spiel mit Kindern muss sich in erster Linie an deren Entwicklungsstand orientieren. Daher gliedert sich die Nachwuchsförderung in vier Ausbildungsstufen mit ganz spezifischen Zielsetzungen. Sie sind eine **Hilfe** für Trainer und Übungsleiter, um Training und Spiel **alters- und entwicklungsgerecht** gestalten zu können. Diese methodisch aufgebauten Ausbildungsstufen stellen für alle Vereine den roten Faden bei der inhaltlichen Gestaltung ihres Nachwuchstrainings dar!

Grundlagenausbildung (6 Jahre und jünger): Der Schwerpunkt liegt auf der Entwicklung und Schulung einer breiten motorischen Vielseitigkeit (Mehr als Fußball: kleine Spiele mit verschiedenen Bällen, Klettern, Springen, Werfen

SO IST DAS NACHWUCHSTRAINING IM DEUTSCHEN FUSSBALL-BUND AUFGEBAUT

ALTER	U 6 und jünger	U 7/U 8	U 9/U 10
ALTERSKLASSE	G-Junioren/Bambinis	F-Junioren	E-Junioren
SCHULUNGS-SCHWER-PUNKTE	<ul style="list-style-type: none"> • Vielseitige Bewegungen schulen • Freude am freien Spielen kennen lernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Koordinative Fähigkeiten entwickeln • Technische Grundlagen in der Grobform erlernen • Spaß und Freude am Fußballspielen erleben 	
TRAININGS-STUFE	GRUNDLAGENAUSBILDUNG	GRUNDLAGENTRAINING	



usw.). So entsteht Bewegungsgeschick für jegliche Art des Sporttreibens. Die Fußballvereine tragen eine besondere Verantwortung, da bei ihnen die meisten Kinder mit dem Vereinssport beginnen.

Grundlagentraining (7 – 10 Jahre): Gemäß der körperlichen Entwicklung steht vor allem Koordinationsschulung im Mittelpunkt. Sie ist das **Fundament** für die Entwicklung fußballspezifischer technisch-taktischer Elemente (Spielfähigkeit). Daneben werden technische Grundlagen wie der Torschuss, das Dribbling oder das Passen in der Grobform erlernt. Kein monotones Üben: Viele kleine Spiele und Wettkämpfe müssen dafür sorgen, dass die Kinder Freude am Fußballspielen erleben.

Aufbautraining (11 – 14 Jahre): Hier steht zunächst die individuelle Schulung (Spiel 1-gegen-1) im Vordergrund. Hinzu kommen taktische Grundelemente (Raumaufteilung, Freilaufen/Anbieten, Gruppentaktik). Techniken werden schnell erlernt. In diesem Alter setzt die Pubertät ein, sie bedingt erhebliche Leistungsunterschiede innerhalb der Mannschaft. Trainingsziele und -inhalte müssen das berücksichtigen.

Leistungstraining (15 – 18 Jahre): Jetzt erfolgt eine zunehmende Spezialisierung auf einzelne Spielpositionen. Das gruppen- und zunehmend mannschaftstaktische Training gewinnt an Stellenwert, daneben werden konditionelle Leistungsfaktoren spezifisch trainiert.

Ausbildungsstufen im Nachwuchsfußball

1. Vielseitige, sportartübergreifende, allgemeine Bewegungsschulung
2. Gezielte Entwicklung koordinativer Fähigkeiten, verbunden mit fußballspezifischer Techniks Schulung
3. Breite, fußballspezifische, individuelle Schulung
4. Spezialisierung im Leistungstraining

	U 11/U 12 D-Junioren	U 13/U 14 C-Junioren	U 15/U 16 B-Junioren	U 17/U 18 A-Junioren
	<ul style="list-style-type: none"> • Technisch-taktische Elemente (Individual-, Gruppentaktik) trainieren • Fußballspielen verbessern 		<ul style="list-style-type: none"> • Spezifisches technisch-taktisches Handeln schulen • Fußballspielen trainieren 	
	AUFBAUTRAINING		LEISTUNGSTRAINING	



Inhaltsbausteine für Spiel- und Übungsstunden

Stampfen wie ein Riese

Vielseitige Bewegungsaufgaben sind nicht langweilig. Die Kinder sind neugierig, ob sie die ungewohnten Bewegungen nachmachen können. Geschichten wie die vom Riesen (vgl. Seite 110ff.) erfüllen außerdem ihr Bedürfnis nach phantasievollen Spielen.



Wie können nun Spiel- und Übungsstunden für den Kinderfußball alters- und entwicklungsgerecht zusammengestellt werden? Zunächst sollen sie an vier zentralen Inhaltsbausteinen (siehe das nebenstehende Schaubild) ausgerichtet sein. Natürlich erfahren die Schwerpunkte je nach Alters- und Könnensstand eine unterschiedliche Gewichtung, die Inhaltsbausteine geben jedoch eine erste gute Grundorientierung.

Inhaltsbaustein 1: Vielseitige Bewegungsschulung

Vielseitigkeit geht vor Spezialisierung (auf nur eine Sportart)! Dieser Leitlinie müssen Sportvereine und Übungsleiter heute angesichts der teilweise gravierenden Bewegungsmängel unserer Kinder folgen. Konsequenterweise sollten Spielstunden etwa mit Bambini-Gruppen auf keinen Fall ausschließlich Fußballspielen beinhalten. Die Palette der Möglichkeiten zur Förderung motorischer Vielseitigkeit von Kindern ist riesengroß:

- Bewegungsaufgaben wie Laufen, Springen, Hüpfen, Klettern oder Balancieren
- Kleine Spiele ohne Ball (siehe auch Info-Grafik auf der nächsten Doppelseite)
- Besonders im Hallentraining: verschiedenste Spiele mit, auf und an Geräten oder in ganzen Bewegungslandschaften

Heute ist unstrittig, dass Kinder und Jugendliche die für das Fußballspiel notwendigen Fähigkeiten nur auf der Basis einer breiten motorischen Grundausbildung erwerben können. Mehr noch: Die Vernachlässigung vielseitiger Bewegungsschulung führt zu einer Unterdrückung kindlicher Bedürfnisse, zu motorischen Defiziten und negativen Folgen sogar für die Persönlichkeitsentwicklung.

Diese Inhaltsbausteine sind im Nachwuchstraining von Bambini bis zu den A-Junioren zu beachten. In den einzelnen Entwicklungsstufen ist vor allem ihre Gewichtung von entscheidender Bedeutung.

Inhaltsbausteine Spiel- und Übungsstunden

Hilfen für eine alters- und entwicklungsgerechte Gestaltung


INFO**1****Vielseitige
Bewegungsschulung****2****Fußballorientierte
Bewegungsschulung****4****Fußball spielen****3****Fußballspezifisches
Techniktraining**



BEACHTEN

Die Kinder sollen einerseits sportartfremde Trainingsinhalte meistern, um eine breite Geschicklichkeit zu entwickeln. Andererseits sollen sie sich natürlich auch mit der Sportart beschäftigen dürfen, für die sie sich entschieden haben: Fußball spielen.

BEACHTEN

Vielseitiges Spielen ist im Kinderfußball Trumpf! Wir unterscheiden kleine Spiele (ohne und mit Ball) und kleine Fußballspiele. Siehe dazu auch die Infografik auf der Folgeseite.

Inhaltsbaustein 2: Fußballorientierte Bewegungsschulung

Der Ball übt gerade auf Kinder eine immens große Faszination aus! Vielseitige Bewegungsaufgaben mit einer Vielzahl unterschiedlicher Bälle und kleiner Ballspiele entwickeln und fördern die gesamte Bewegungskoordination. Mit Spiel- und Übungsformen dieses Inhaltsbausteins erwerben die Kinder den kreativen, sicheren Umgang mit rollenden, hüpfenden, fliegenden (...) Bällen. Schwere Bälle aber sind verboten!

Inhaltsbaustein 3: Fußballspezifisches Techniktraining

Nur auf der Basis einer guten Bewegungsschulung und -koordination ist gezieltes fußballspezifisches Techniktraining überhaupt erst effektiv. Mit zunehmendem Alter sollen kindgerechte Technikaufgaben und Übungen im Training an Bedeutung gewinnen, verbunden mit kleinen Wettbewerben, Technik-Motivationspielen oder Einzelaufgaben etwa zur Dribbel-Geschicklichkeit. Ziel: Eine kindgemäße, attraktive und abgestufte Einführung der Fußball-Techniken.

Inhaltsbaustein 4: Fußball spielen

Natürlich sollte in jeder Spielstunde bzw. Trainingseinheit mit Kindern auch Fußball gespielt werden. Freie Fußballspiele ohne Reglementierungen von außen in kleinen Gruppen auf Tore sollten dabei im Vordergrund stehen (Entwicklung von Spaß und Freude der Kinder am Fußballspielen).

Ein Mix aus Kleinen Spielen mit vielseitigen Wettbewerben, Kleinen Fußballspielen und einigen zusätzlichen interessanten Bewegungs- und Ballaufgaben gehört in jede Spielstunde mit Kindern!

Kleine Spiele und Kleine Fußballspiele



Merkmale Kleiner Spiele

Merkmale Kleiner Fußballspiele

Die Inhalte sind stets spielerische Grundformen des Laufens, Springens, Fangens, Werfens ...

Die Spielidee „Tore erzielen – Tore verhindern“ bleibt unangetastet

Diese Grundformen sind in kleine, attraktive Wettbewerbe verpackt



Unterschied zum „großen“ Spiel: kleinere Teams, Tore, Felder

Einfache Regeln, motivierende Aufgaben, viel Aktion

Vorteile: viele Ballkontakte und Torschussaktionen, überschaubares Spiel, kurze Wege, Spaß

Leichte Organisation: wenige Hilfsmittel, kleine Felder und Gruppen

Kinder können frei von Zwängen Fußball spielen – der Trainer nimmt sich bewusst zurück