



# SG Eckental/ SC Eckenhaide Konzept Jugendfußball

Leitfaden für Jugendtrainer:innen und -betreuer:innen, Spieler:innen und Eltern

## 1. Vorwort

Die Fußball Jugendabteilung der SG Eckental/ des SC Eckenhaide versteht sich als zentrale Säule unseres Vereinslebens. Mit diesem Konzept möchten wir unsere Ziele, Werte und Strukturen im Jugendfußball festlegen. Es dient als Orientierung für Trainer:innen, Spieler:innen, Eltern und alle, die sich für unsere Nachwuchsarbeit engagieren. Im Mittelpunkt steht die altersgerechte Förderung aller Kinder und Jugendlichen. Neben der sportlichen Ausbildung legen wir großen Wert auf die Entwicklung sozialer Kompetenzen wie Teamgeist, Respekt, Verantwortungsbewusstsein und Fairness. Fußball soll Spaß machen, Gemeinschaft stiften und lebenslange Freude am Sport vermitteln. Wir streben eine moderne, strukturierte Ausbildung an, die sich an aktuellen Erkenntnissen der Trainingslehre orientiert. Unser Ziel ist es, eine starke Identifikation mit der SG Eckental/ dem SC Eckenhaide zu schaffen und den Jugendbereich zu einem Vorbild in der Region zu entwickeln. Denn wir bereiten unsere Spieler:innen nicht nur auf den Fußball, sondern auch auf das Leben vor.

## 2. Ziele der Jugendarbeit

- a. **Persönlichkeitsentwicklung fördern** – Kinder und Jugendliche sollen ihre Stärken entdecken, Selbstvertrauen entwickeln und ihre Identität finden.
- b. **Soziale Kompetenzen stärken** - Teamfähigkeit, Empathie, Konfliktlösung und Verantwortungsbewusstsein werden durch gemeinschaftliche Aktivitäten gefördert.
- c. **Partizipation ermöglichen** - Junge Menschen sollen lernen, sich aktiv in Gesellschaft und Politik einzubringen.
- d. **Chancengleichheit und Inklusion fördern** - Jugendarbeit setzt sich für die Inklusion aller Kinder und Jugendlichen ein – unabhängig von Herkunft, Geschlecht, Religion, sozialem Status oder einer körperlichen Beeinträchtigung.
- e. **Prävention und Schutz** - Jugendarbeit hilft, Risiken wie Sucht, Gewalt oder Radikalisierung vorzubeugen und bietet Schutzräume für junge Menschen.
- f. **Demokratie und Werte vermitteln** - Jugendarbeit fördert das Verständnis für demokratische Prozesse, Toleranz, Solidarität und Menschenrechte.

### 3. Eltern

#### a. Regeln

- i. **Trainer:in hat das Sagen** – Die sportliche Leitung liegt beim Trainerteam. Bitte keine Einmischung ins Coaching. Zusätzliche Anweisungen während dem Spiel lenken ab.
- ii. **Keine Anweisungen von außen** – Die Spieler:innen sollen selbstständig Entscheidungen treffen, um ihre Entscheidungsfähigkeit zu entwickeln.
- iii. **Positive Unterstützung** – Anfeuern ja, aber bitte keine negativen Kommentare oder Anweisungen von der Seitenlinie
- iv. **Fairness und Vorbildfunktion** – Eltern sind Vorbilder. Respekt gegenüber Schiedsrichtern, Trainer:innen, anderen Eltern, Kindern und Jugendlichen ist selbstverständlich.
- v. **Pünktlichkeit** – Bei Training und Spielen auf Pünktlichkeit achten.
- vi. **Verlässlichkeit** – Bei Krankheit oder Abwesenheit bitte rechtzeitig Bescheid geben.
- vii. **Fotos und Datenschutz** – Bitte keine Fotos oder Videos ohne Zustimmung der anderen Eltern und des Vereins veröffentlichen.

#### b. Mitwirken

- i. Fahrer:in zu Spielen
- ii. Trikots waschen
- iii. Helfer:innen bei Spielen/ Turnieren

### 4. Tipps für Trainer:innen

#### a. Vorbildfunktion:

- i. Wir äußern keine Kritik an Schiedsrichter und Gegner.
- ii. Wir konsumieren keinen Alkohol während der Jugendbetreuung (auch auf Turnieren).
- iii. Wir rauchen nicht während der Jugendbetreuung (auch auf Turnieren).
- iv. Wir respektieren alle Kinder und Jugendliche als eigene Persönlichkeit.
- v. Wir sind uns der Vorbildfunktion ständig bewusst.

#### b. Kommunikation:

- i. Wir behandeln unsere Spieler:innen respektvoll und pflegen einen angemessenen Umgangston.
- ii. Wir sind freundlich und verbindlich im Umgang mit den Eltern.

- iii. Bloßstellung von Spieler:innen im Spiel und beim Training wegen schlechter Leistung, ist der schlimmste Fehler von Trainer:innen.
  - iv. Auf Aufrichtigkeit und Eindeutigkeit der Äußerungen achten.
  - v. Loben tut gut und stärkt das Selbstvertrauen.
  - vi. Kommunikation mit anderen Jugendtrainer:innen und Jugendleuten suchen.
  - vii. Probleme intern besprechen und nicht extern austragen.
  - viii. Probleme mit Spieler:innen „Face to Face“ besprechen und nicht über soziale Medien.
- c. Zuverlässigkeit
- d. Pünktlichkeit bei Training und Spielen (als Erster kommen, als Letzter gehen).
- e. Für Ersatz sorgen, wenn man kurzfristig verhindert ist.
- f. Ordnung auf Sportgelände und in Kabinen gewährleisten. Spieler:innen mit einbeziehen.
- g. Trainingsmaterialien pfleglich behandeln und ordnungsgemäß aufräumen.
- h. Trainingsplanung/ Fortbildung:
  - i. Trainingseinheiten planen und vorbereiten.
  - ii. Angebotene Trainerschulungen besuchen.
  - iii. Nicht zu viel erklären – spielen lassen.
- i. Erscheinungsbild:
  - i. Bei Spielen/Turnieren möglichst in Vereinskleidung erscheinen.
  - ii. Im Training auf angemessene Trainingskleidung achten (Vorbild).

## 5. Sportliches Konzept – Die Entwicklung steht über dem Ergebnis!

### Oberster Grundsatz: Freude – Intensität – Wiederholung

Freude – am Training, am Erreichen von Zielen, an der Weiterentwicklung.

Intensität – Intensive Einheiten benötigen keine Lafeinheiten, Fitness kommt über Spielformen.

Wiederholungen – Die Kinder und Jugendlichen brauchen so viele Wiederholungen wie möglich, Vermeiden von Standzeiten → jede Trainingseinheit sollte eine Nettospielzeit von mindestens 32 Minuten pro Spieler:in haben (Fokus auf Spielformen wie Funino, 2vs.2 etc. → Stichwort Wiederholungen).

### a. Grundprinzipien

- i. **Altersgerechte Ausbildung:** Inhalte und Methoden orientieren sich an der körperlichen und geistigen Entwicklung der Kinder und Jugendlichen.

| Altersklasse                | Fokusbereiche                                                                                                 |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| U6–U9 (Bambini/ F-Junioren) | Ballgewöhnung, Koordination, einfache Technikübungen, kleine Spielformen                                      |
| U10–U13 (E-/D-Junioren)     | Technikschulung (Dribbling, Passspiel, Torschuss), erste taktische Grundlagen, Teamverhalten                  |
| U14–U15 (C-Junioren)        | Positionsspiel, komplexere Taktik, Athletiktraining, Spielintelligenz                                         |
| U16–U19 (B-/A-Junioren)     | Wettkampforientiertes Training, Individualtaktik, Spielsysteme, mentale Stärke, Übergang in den Herrenbereich |

- ii. **Ganzheitlicher Ansatz:** Technik, Taktik, Athletik, Persönlichkeit und Teamfähigkeit werden gemeinsam gefördert.
- iii. **Spaß am Spiel:** Freude und Motivation stehen im Vordergrund – besonders in den unteren Altersklassen.

### b. Trainingsinhalte:

- i. Trainingsvision Jugendfußball: [Trainingsvision Jugendfußball](#)

1. Spielen – viele Ballkontakte und Aktionen, kleine Teams und Felder, Spielformen aus Spiel ableiten, Anforderungen steigern, dynamisch und präzise Spielabläufe.
2. Lassen – flexible/kreative Lösungen provozieren, risikofreudige/mutige Aktionen herausstellen, koordinative Vielfältigkeit, variantenreiche Spielformen, Coaching zeitweise bewusst reduzieren.
3. Individualisieren – Individuelles Coaching in allen Trainings (Stärken/Schwächen), differenzierte Trainingsgruppen, intensiver Dialog, Austausch zwischen Trainer:innen.

4. Planen – Trainingsschwerpunkte planen, stufenweise Zeit-, Raum & Gegnerdruck steigern, voraussichtliche Coaching Punkte mitplanen, individuelle Einzelförderung.
5. Organisieren – einfache Aufbauten, Basisorganisation, Flexibel für Anpassungen, Einzel-/Gruppentraining aufeinander abstimmen, Aufbau vor dem Training (wenig Umbauten), klare Aufgabenverteilung.
6. Steuern – durch anpassen/verändern von Feldgrößen/Spielregeln, variable Abschlussziele oder Zusatzregeln, Raum & Gegnerdruck systematisch steigern, Grundwerte vorleben, standardisierte Abläufe.
7. Begleiten – Korrekturen auf Detail begrenzen, Taktik und Technik korrigieren, richtigen Zeitpunkt abwarten, Vorschläge eigener Einheiten durch Spiele, Feedback durch das Spiel, Trainingseinheiten reflektieren.

ii. Trainingsphilosophie Deutschland: [PowerPoint-Präsentation](#)

1. Beste Trainingseinheit (6-18 Jahre)

| ÜBUNG UND DAUER                                             | INHALT                                                                                                                                                  | TRAININGSZIELE                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12 – 15 Minuten                                             | Jedes Kind mit einem Ball<br>Dribbling und Finten Üben<br>+ Fangspiele mit und ohne Ball                                                                | Viele Ballkontakte und wenig Standzeiten, um Technik zu entwickeln/<br>Spielfähigkeit erarbeiten                     |
| 4 – 5 x 3 Minuten<br>(ca. 1 Minute Pause) 3 vs. 3 Varianten | 3 vs. 3 Varianten                                                                                                                                       | Ganzheitliche Entwicklung der Spieler:innen (körperlich / technisch / Spielverständnis und Freude am Fußball)        |
| 12 – 15 Minuten<br>Technik in hoher Wiederholung            | Möglichst viele Wiederholungen mit dem Ball: Dribbeln, Passen, Ballmitnahmen in verschiedene Richtungen und Torschuss + Wettrennspele mit und ohne Ball | Wiederholungen von relevanten Fußballaktionen ermöglichen und wenig Standzeiten zulassen / Spielfähigkeit erarbeiten |
| 4 – 5 x 3 Minuten<br>(ca. 1 Minute Pause) 3 vs. 3 Varianten | 1 vs. 1 bis 3 vs. 3 Varianten                                                                                                                           | Ganzheitliche Entwicklung der und Spieler:innen (körperlich / technisch / Spielverständnis und Freude am Fußball)    |

2. Nettospielzeit – U8-U16 mindestens 48 min. pro Woche, U17 – X mindestens 32 min. pro Woche.
3. Basis Trainingsformen 1 v 1 – 4 v 4 – Gleichzahl, Gleichzahl mit Anspieler:innen, Über-/Unterzahl, Linie Verteidigen/Bespielen.

4. Anzahl Aktionen im Laufe der Jugend 3 vs. 3 vs. 7 vs. 7 Varianten.

| 32 min netto<br>pro Spieler:in                                          | Ballaktio-<br>nen | Fußball spezifische<br>Entscheidungen | Zwei-<br>kämpfe   | Tor-<br>schüsse |
|-------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------|-------------------|-----------------|
| 1<br>TRAININGSEINHEIT<br>3 vs. 3 Varianten<br>7 vs. 7 Varianten         | 200<br>50         | 200<br>50                             | 100<br>30         | 25<br>5         |
| 10 TRAININGSEINHEI-<br>TEN<br>3 vs. 3 Varianten<br>7 vs. 7 Varianten    | 2.000<br>500      | 2.000<br>500                          | 1.000<br>300      | 250<br>50       |
| 100 TRAININGSEINHEI-<br>TEN<br>3 vs. 3 Varianten<br>7 vs. 7 Varianten   | 20.000<br>5.000   | 20.000<br>5.000                       | 10.000<br>3.000   | 2.500<br>500    |
| 1.000 TRAININGSEI-<br>NHEITEN<br>3 vs. 3 Varianten<br>7 vs. 7 Varianten | 200.000<br>50.000 | 200.000<br>50.000                     | 100.000<br>30.000 | 25.000<br>5.000 |

**Spaß am Spiel – Respekt im Verein!**

