

Jugendkonzept FFC Wacker München 99

I. Grundgedanke

Die Jugendarbeit des FFC Wacker München 99 ist seit vielen Jahren ein fester und anerkannter Bestandteil des Mädchenfußballs in Bayern. Die aufeinander abgestimmten Trainingsinhalte der einzelnen Jahrgänge unseres Jugendkonzeptes sind wesentliche Faktoren für eine erfolgreiche Weiterentwicklung unserer Jugendarbeit.

Das vorliegende Konzept stellt insgesamt einen roten Faden für das Jugendtraining dar, mit dessen Hilfe eine qualifizierte, kind- und jugendgerechte sowie leistungsorientierte Ausbildung und Förderung realisiert werden kann. Damit dient es als Wegweiser vor allen Dingen für Trainer und Betreuer, aber auch für Eltern, Spielerinnen oder Sponsoren.

II. Trainer und Betreuer

Grundsätzlich sollen alle Trainer entsprechend ausgebildet sein. Dies angefangen bei der Übungsleiterausbildung bis hin zu den DFB-Trainer-Lizenzen. Der Verein unterstützt die Trainer beim Erwerb der Lizenzen.

Jedem Trainer einer am Spielbetrieb teilnehmenden Mannschaft steht ein/eine NachwuchstrainerIn / Co-TrainerIn / BetreuerIn zur Seite. Hierfür sollen möglichst Spielerinnen gewonnen werden, die aus dem Jugendbereich „herausgewachsen“ sind. Damit wird die Identifikation aller mit dem Verein frühzeitig gefördert und letztendlich das gesamte Vereinsleben auf Dauer gestärkt. Der Verein strebt an, dass die Trainerteams aus männlichen und aus weiblichen Mitgliedern bestehen.

Federführend für den sportlichen Bereich ist der Trainer / die Trainerin. Er/Sie bereitet das Training vor, leitet es und ist für die Aufstellung der Mannschaft verantwortlich.

Alle Trainer und Betreuer arbeiten ehrenamtlich. Trainer und Betreuer üben dabei eine **Vorbildfunktion** aus, sie sind zugleich **Aushängeschild** des Vereins.

- Zuverlässigkeit
- Pünktlichkeit
- positive Kommunikation mit Spielern, Eltern, Schiedsrichtern, Zuschauern und Gästen
- Fairness
- Respekt und Anstand gegenüber allen Beteiligten, insbesondere Schiedsrichtern

sind für Trainer und Betreuer unerlässlich.

Beim Umgang mit den Kindern/Jugendlichen verfolgen wir folgende Prinzipien:

- möglichst viel mit den Kindern/Jugendlichen reden
- sie immer mit dem Vornamen ansprechen
- offen für persönliche Probleme sein
- mit positiver und konstruktiver Kritik animieren (pauschale Aus- und Ansagen wie „*Ihr müsst Euch mehr bewegen*“, „*so geht's nicht weiter*“ bringen die Kinder nicht viel weiter: Besser: „*Komm, Du schaffst diesen Laufweg noch*“ oder „*Das kannst Du viel besser, das weiß ich, versuche es noch einmal.....*“).
- Kritische Themen im Einzelgespräch klären, nicht vor anderen Mitspielerinnen.
- Termine frühzeitig durch Handzettel/Email o.Ä. bekannt geben
- Spaß am Sport und am Mannschaftsspiel vorleben/vermitteln
- Gewünschtes Sozialverhalten vorleben/vermitteln
- Zusammenhalt innerhalb der Mannschaft aber auch des Vereins fördern

Die Trainingseinheiten sollen abwechslungsreich und attraktiv gestaltet werden. Die in der Konzeption aufgeführten Trainingsinhalte der jeweiligen Jugendmannschaften sind Grundlage und Zielsetzung der ganzheitlichen Trainingsabläufe. Die Jugendleitung unterstützt die Trainer gerne bei der Erstellung einzelner Trainingskonzepte.

Darüber hinaus bietet der FFC Wacker München den Trainerteams folgende Unterstützung an:

- Erfahrungsaustausch auf regelmäßigen Trainersitzungen (ca. alle 6 Wochen)
- Förderung der Teilnahme an Aus- und Weiterbildungen auf Verbandsebene (externe Angebote)
- Schulungen aus dem Bereich des CORE-Trainings
- Bereitstellung von Informationen zur gesunden Ernährung
- Events innerhalb und außerhalb des Trainings- und Spielbetriebs (wie Trainingslager, Abschlussfahrten, Besuche von Bundesliga-/Länderspielen, Schwimmbad o.ä.)

III. Lernziele der Mannschaften/Trainingsinhalte

Die nachfolgenden Lernziele sind altersgerechte Schwerpunkte in der Trainingsarbeit, die aufeinander bauen und ineinander greifen und so die umfassende und qualifizierte fußballerische Ausbildung der Kinder und Jugendlichen fördern und gewährleisten. **Die Trainingsinhalte sind Grundlage und Zielsetzung der ganzheitlichen Trainingsabläufe der jeweiligen Jugendmannschaften und verbindlich von den Trainern umzusetzen.**

Allgemein gilt:

1. Für jedes Kind muss ein Trainingsball zur Verfügung stehen.

2. Die Schulung von Beweglichkeit und Muskulatur des ganzen Körpers ist altersunabhängig und soll daher von den F-Juniorinnen ausgehend regelmäßiger Bestandteil der Trainingseinheiten sein.
3. Ab der E-Jugend erfolgt die Einteilung und Förderung der Kinder und Jugendlichen nach dem jeweiligen Entwicklungsstand (Training / Mannschaftsmeldungen).
Diese Einteilung ist wichtig, um die Kinder und Jugendlichen entsprechend ihrem Leistungsstand und ihren körperlichen Merkmalen (Wachstumsphase) individuell gezielt zu fördern und Schwächen gezielt angehen zu können. Sie ermöglicht es die Kinder und Jugendlichen weder zu über- noch zu unterfordern und vermittelt allen gleichzeitig die notwendige Spiel- und Trainingspraxis.
Die Einteilung wird von der Jugendleitung in Zusammenarbeit mit dem Trainer vorgenommen.
4. Ab der D-Jugend werden, neben der immer erforderlichen Förderung der technischen Grundfertigkeiten, die Grundlagen der ballorientierten Raumdeckung (Kettensysteme) trainiert und im Spiel umgesetzt.
Das Erlernen gruppen- und mannschaftstaktischer Mittel ist erforderlich, da diese Spielformen übergreifend auf dem Großfeld praktiziert werden.
5. Am Ende der Ausbildung sollten die Jugendlichen in der Lage sein die Mannschaften oberhalb der U-17 Jahrgänge qualitativ zu verstärken (bis zur 2. Bundesliga).

Zur Förderung von Talenten arbeitet der Verein eng mit dem Verband zusammen. Es wird angestrebt möglichst viele Fußballerinnen in das Talentförderprogramm und die Auswahlmannschaften des Verbandes zu integrieren. Alternativ bietet der Verein im Rahmen einer Kooperation mit dem FC Wacker auf unserer Sportanlage ein leistungsförderndes Training mit altersgerechten, männlichen Jugendmannschaften an. Diese Fördermöglichkeit wird von der Jugendleitung zusammen mit den Trainern in Abstimmung mit den Fußballerinnen und deren Eltern vorgenommen.

F-Jugend:

(Es findet noch kein Ligabetrieb statt, lediglich Turnierrunden ohne Tabelle mit Bambini-Jungs)

- Förderung der Freude am Sport und Spiel
- Vermittlung der Spielidee „Tore erzielen und Tore verhindern“
- Spielerisches Erlernen der Ballführung in Grobform, Ballgewöhnung (Abbau der Angst vor dem Ball)
- Spielerisches Erlernen des Dribblings (einfache Finten). Spielerisches Erlernen des Kopfballspiels (Luftballon, Softball)
- Förderung von Teamgeist
- Schulung der Beidfüßigkeit
- Regelmäßiges Wechselspiel der Positionen
- Vermittlung von Mindestregeln (Anstoß, Einwurf, Eck-, Frei-, Straf- und Anstoß)

- Training 2 x / Woche für je 1 Stunde

E-Jugend:

- Erlernen der wichtigsten Fußballtechniken (Ballführung, Ballannahme (Fuß, Schenkel, Oberkörper) und Passen mit der Innenseite)
- Festigung der Beidfüßigkeit
- Schulung Ballannahme und -mitnahme
- Weiterentwicklung von Dribbling (Finten), Torschuss und Kopfballspiel
- Torschuss nach Zusammen-/Kombinationsspiel
- Spielverhalten im 1:1, 2:2
- Überzahl- / Unterzahlschulung (3:1, 4:1)
- Regelmäßiges Wechselspiel der Positionen (kein „Festspielen“!!)
- Erlernen von Standardssituationen: Eckball, Freistoß, Einwurf
- Erlernen der Spielvorbereitung („warm machen“, „aufs Spiel vorbereiten“)
- Vertiefung der Regelkenntnisse (Anstoß, Einwurf, Eck-, Frei-, Straf- und Anstoß)
- Erläuterung des Abseits in Grobform (nur kleine Regelkunde, Learning by doing)
- Training 2 x / Woche für 1,5 Stunden

D-Jugend:

- Verfeinerung der erlernten Fußballtechniken (Ballführung, Ballannahme und Passen mit der Innenseite, Kopfballspiel)
- Festigung der erlernten Finten
- Verfeinerung der Beidfüßigkeit
- Schulung der ballorientierten Raumdeckung, gruppentaktische Spielsysteme
- Spielverhalten im 1:1 bis hin zum 4:4
- Überzahl- / Unterzahlschulung (5:2)
- Aggressive Balleroberung
- Verfeinern der Standardssituationen Eckball und Einwurf (Verhalten mit und ohne Ball)
- Schulung der Schnelligkeit (koordinatives Laufen, keine Schnelligkeitsausdauer!)
- Beginn der gezielten Torwartausbildung

Ballorientierte Spielsysteme Training 2 x / Woche für 1,5 Stunden

C-Jugend:

- Festigung der erlernten Fußballtechniken (umfassend)
- Festigung der Beidfüßigkeit
- Schulung der Schnelligkeit (koordinatives Laufen, keine Schnelligkeitsausdauer!)
- Körperbetonte Zweikämpfe
- Spielverhalten vom 1:1 bis hin zum 4:4
- Flexibles Verteidigen in Ketten (3 er, 4er Kette)
- Schulung des schnellen Umschaltens von Abwehr auf Angriff (betontes Offensivspiel über die Außen)

- Positionsspezifisches Training (Laufwege und Zweikampfverhalten)
- Torwarttraining als fester Bestandteil der Trainingseinheiten, mitspielender Torwart
- Förderung des Direktpasses / Direktspiels (2-Kontakte)
- Ballorientierte Spielsysteme

Training 2 x / Woche für 1,5 Stunden

B-Jugend:

- Vertiefung der erlernten Techniken
- Verstärktes Grundlagen-, Ausdauer- und Krafttraining (auch ohne Ball)
- Intensive Vorbereitung auf Spiel und Gegner (Mannschaftstaktische Besprechungen)
- Beidfüßige Torschüsse
- Schulung der Schnelligkeit
- Torwarttraining als fester Bestandteil der Trainingseinheiten, mitspielender Torwart
- Förderung des Direktpasses / Direktspiels (1, 2-Kontakte)
- Perfektionierung des schnellen Umschaltens von Abwehr auf Angriff (betontes Offensivspiel über die Außen)
- Positionsspezifisches Training (Laufwege und Zweikampfverhalten)
- Ballorientierte Spielsysteme

Training 2-3 x / Woche für 1,5 Stunden

IV. Körperliche Fitness / Ernährung

Die Gesundheit der Kinder/Jugendlichen hat beim allem Tun oberste Priorität.

Ganzkörperfitness und Beweglichkeit sollen altersübergreifend geschult und gesunde Ernährung gefördert werden. Aus diesem Grund werden Schulungen der Trainer aus dem Bereich Core-Training angeboten. Wir empfehlen, dass einzelne Trainingseinheiten aus dem Core-Bereich durchgeführt werden.

Die Trainer und Betreuer achten im Trainingsalltag und im Spielbetrieb, insbesondere bei Turnieren, auf eine sportgerechte Ernährung und geben entsprechende Tipps und Hinweise. Die Jugendleitung unterstützt hier gerne mit Info-Materialien.

V. Elternkodex

Die vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Eltern ist die Grundlage für einen erfolgreichen Sportverein. Trainer und Betreuer investieren ihre Freizeit zum Wohle der Kinder und Jugendlichen. Daher sollten die Eltern jederzeit unterstützend wirken und sich ihrer Vorbildfunktion bewusst sein. Insbesondere wird von den Eltern erwartet, dass sie :

- die Autorität der Trainer und Betreuer nicht untergraben,
- sich im Rahmen ihrer Möglichkeiten aktiv und unterstützend für den Verein einsetzen (Sommerturnier-/fest, Hallencup, Spielberichte schreiben, Trikotpflege, Mitfahrgelegenheiten bieten,.....)

- fair gegenüber Gegner, Schiedsrichter und Sportkameraden sind,
- von außen keine Unruhe in das Spiel bringen,
- die Kinder aufmuntern und positiv beeinflussen,
- nicht die Rolle des Trainers und Betreuers übernehmen.

Die Eltern können sich bei Gesprächsbedarf jederzeit an die Jugendleitung und/oder die Trainer wenden.

VI. Eine positive Außendarstellung wird unter Beachtung folgender Punkte erreicht:

Die Vereinsfarbe ist blau. Der Verein legt Wert darauf, dass zukünftige Anschaffungen von Trainingsshirts, Trainingsanzügen usw. zur Erreichung eines einheitlichen Auftritts in den Vereinsfarben getätigt werden.

- Der Verein bietet hierzu entsprechende Ausrüstung mit Vereinslogo an und unterstützt darüber hinaus mit Adressen günstiger Anbieter bzw. Rahmenverträgen
- Die Trainer werden mit einheitlichem Outfit ausgestattet.
- Vor dem Hintergrund des generellen Wunsches von Sponsoren und unter Berücksichtigung unseres Selbstverständnisses, versteht es sich von selbst, dass während des Trainings- oder Spielbetriebs Sportkleidung mit Aufdruck anderer Fußballvereine / Sponsoren nicht verwendet wird.
- Regelmäßige aktuelle und mannschaftsübergreifende Berichterstattung: Ergebnismeldungen, Spielankündigungen, Spielberichte auf der Homepage (HP) und in lokalen Zeitungen („Sendlinger Anzeiger“, „Hallo München“ etc.)
- Pflege der HP
- Aktuelle Bilder der Jugendmannschaften auf der HP
- Durchführung eines Sommerturniers und eines Hallenturniers

Die Jugendleitung, Trainer und Betreuer stehen den Eltern nach Absprache für konstruktive Kritik und Anregungen gerne zur Verfügung.

Wir hoffen auf ein gutes Miteinander und eine positive Entwicklung der Fußballerinnen des FFC Wacker München.