

Ausbildungskonzept für Feldspieler im Jugendbereich bei den Sportfreunden Dönberg e.V.

Allgemeine Grundsätze:

- Wir bilden unsere Spieler aus, damit sie nach der A-Jugend möglichst in der Ersten Mannschaft spielen - „Familienverein Dönberg“
- Wir bewerten unsere Spiele an der Spielqualität, nicht am Ergebnis
- Wir trainieren die Offensive vor der Defensive. Tore zu schießen ist schwieriger zu erlernen als Tore zu verhindern. Außerdem gilt: Technik vor Taktik
- Wir sind bemüht, dass jeder Spieler in jeder Einheit so viele Ballkontakte wie möglich erhält. Standzeiten und Schlange stehen werden dabei vermieden und Mannschaften und Trainingsgruppen so klein wie möglich gehalten (maximal 3-5 Spieler pro Mannschaft)
- Wir versuchen, das Spiel kontrolliert und flach vom Torwart über die Abwehrspieler nach vorne aufzubauen
- Wir verzichten vollständig auf Ausdauertraining ohne Ball während unserer Platzzeiten. Auch in der Saisonvorbereitung werden die Schwerpunkte auf Technik und Spielformen ausgelegt
- Wir setzen für jede Trainingswoche genau einen Schwerpunkt
- Wir lehren modernes, ballorientiertes Verteidigen. Auf Manndeckung und Libero wird verzichtet
- Wir legen die Spieler nicht auf eine Position fest. Jeder Spieler soll möglichst viele Aufgaben auf dem Platz kennenlernen

Das Training der Feldspieler erfolgt nach den Empfehlungen des DFB
Spezielle Lernziele für die Jahrgänge sind:

	Jugend	Anforderungen	Inhalte
Kinder- training	Bambini	- Bewegen lernen - Gewöhnen an den Umgang mit Bällen mit Hand und Fuß	- Spielerische Bewegungsschule - Allgemeine Koordination
	F bis E2	- Kennenlernen der fußball-spezifischen Grundtechniken - Erlernen von „Klatsch!“ und „Dreh!“	- Ballbezogene Koordination - Technische Grundlagen: Torschuss, Dribbling, Passspiel - Anbieten und Freilaufen
Jugend- training	E1 bis D1	- Goldenes Lernalter: Technik - Einführung in das ballorientierte Spielen	- Festigen der Grundtechniken - Einführung in das 1 gegen 1 - Verteidigen zu Zweit
	C	- Techniken perfektionieren - Festigen des ballorientierten Spielens	- Grundlagen des Verteidigens in einer Kette - Einführung in systematischen Spielaufbau - Gruppentaktik Doppeln
Leistungs- training	B	- Zweites Goldenes Lernalter: Spielübersicht - Perfektionieren des kontrollierten Spielaufbaus	- Möglichkeiten des Spielaufbaus unter verschiedenen Drucksituationen - Lenken des gegnerischen Spielaufbaus - Erkennen von Pressingauslösern
	A	- Vorbereitung auf den Seniorenfußball	- Festigen aller gruppentaktischen Grundsätze

Gewichtung der Grundtechniken nach Altersstufen:

	Bambini	F	E	D	C
Allgemeine Koordination	++++	++++	+++	++	+(+)
Dribbeln	++	+++	+++	+++(+)	++(+)
Flachpass/Ballannahme	+	++	+++	+++(+)	++++
Schießen	++	+++	+++	++(+)	++
Köpfen	-	-	-	+	+
Jonglieren	+	++	+++	++	+
Flugball	-	-	-	(+)	+