

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

Wir empfehlen bzw. streben an, dass

- jede Mannschaft über (mindestens) 2 Torhüter verfügt
- alle Torhüter in Trainingsspielen sowie regelmäßig (mindestens eine Spielhälfte im Monat) in Meisterschafts- oder Pokalspielen als Spieler eingesetzt werden
- Torhüter regelmäßig am Training der Spieler als Spieler teilnehmen
- jeder Torhüter ab der E-Jugend 1x wöchentlich (bis D: mindestens 30 Min./ab C: mindestens 45 Min.) ein spezielles Training durch einen ausgebildeten Torhüter-Trainer erhält
- wir Trainingsgruppen (optimal: jeweils 3 Torhüter) der E-, D-, C-, B- und A-Jugend bilden

Die Torhüter-Trainer

- stimmen sich regelmäßig mit den Trainern ab, um ein optimales Training zu ermöglichen
- sichten monatlich mindestens ein Spiel der Torhüter, um Erkenntnisse für das Training zu erlangen

Das Training der Torhüter erfolgt nach den Empfehlungen des DFB.

Spezielle Lernziele für die Jahrgänge sind:

Jugend	Anforderungen	Techniken
G-, F-Jugend und junger Jahrgang E-Jugend	- Kein fester Torwart - Durchwecheln der Torwartposition	- Fangen und Werfen für jeden Spieler - Alles spielerisch! - Feldspielerfähigkeiten
E- Jugend alter Jahrgang, D- und C- Jugend	- Goldenes Lernalter - Auf die Rolle des TW spezialisieren - Alle Techniken erlernen!	- Zonentraining, Stellungsspiel bei Torschüssen aus unterschiedlichen Position und Distanzen, bei Flanken, Standartsituationen - Agieren gegen den Stürmer - 1 gegen 1 - Dirigieren der Mannschaft - Fangen und Ablenken von Schüssen - Fangen und Fausten hoher Bälle - Abwerfen, Abschlagen und weiterleiten mit Fuß → Spielaufbau - Motivation und Selbstbewusstsein fördern - Einsatzbereitschaft, Konzentration
B- und A- Jugend	- Alle Techniken perfektionieren - Intensiver trainieren - Konzentration fördern - Konditions- und Muskelaufbau - Übergang zu Senioren in der A-Jugend herstellen	- D- und C- Jugendtraining perfektionieren (siehe oben) - Beweglichkeit und Gewandtheit - Schnelligkeit - Grundlagenausdauer - Sprungkraft - Körperliche Fitness