



Zum Konzept

Das Juniorenkonzept verfolgt das Ziel, dem Juniorentraining des FC Buchs eine bestimmte Richtung vorzugeben. Zudem dient es den Trainern, den Eltern und den Junioren als Orientierungshilfe, um das eigene Können und Handeln zu überdenken und zu optimieren.

Die folgende Version gilt für den Zeitraum des Jahres 2021.

Inhaltsverzeichnis

1	Das Leitbild der Buchser Junioren	3
2	Der Trainer	4
3	Das Kind	5
3.1	Entwicklungsstufen nach Lukas Zahner	5
3.2	Schwerpunkte für das Training mit Junioren im Kindesalter	6
3.3	Rechte des Kindes im Sport	7
3.4	Pflichten des Kindes im Sport	8
4	Die Eltern	12
5	Das Training	13
5.1	GAG-Modell	13
5.2	Trainingselemente	14
5.3	Training verschiedener Spielsituationen	14
5.4	Die Bedeutung des Spiels	15
5.5	Techniktraining	15
6	Das Spiel	17
7	Lernziele im Kinderfussball: (G), F und E-Junioren	20
8	Lernziele im Jugendfussball: D-Junioren	21
9	Schlusswort	23
10	Abbildungsverzeichnis	23

1 Das Leitbild der Buchser Junioren

Das Leitbild der Junioren vereint die wichtigsten Grundsätze, nach welchen sich die Junioren, Trainer und Eltern im Verein richten. Die Umsetzung des Leitbilds und seinen 4 Inhalten soll das alleroberste Ziel aller Vereinsmitglieder sein. Dabei steht der gegenseitige Respekt an oberster Stelle gefolgt von den «3 L».



Abbildung 1: Das Leitbild

- 1. respektieren:** Um zu garantieren, dass sich alle Junioren akzeptiert fühlen, soll der gegenseitige Respekt trotz grosser Unterschiede in Person und Leistung immer vorhanden sein. Ob auf oder neben dem Spielfeld muss stets ein positiver, förderlicher Umgangston herrschen. Dabei gilt gegenseitige Unterstützung statt gegenseitiger Vorwürfe! Auch gegenüber dem Gegner und Schiedsrichter wird ein immer vorhandener Respekt gefordert.
- 2. lachen:** Der Spass am Fussball ist das, was alle Beteiligten in einem Verein an erster Stelle verbindet. Es ist absolut zentral, diesen Spass beizubehalten und zu fördern. Durch Freude am Training und Freude am Lernen werden auch Lernerfolge begünstigt und somit auch das zweite und dritte «L» gefördert.
- 3. lernen:** Die Kinder haben ein Recht darauf, bei jedem Training neues dazulernen und sich zu verbessern. Durch die Ermöglichung des ersten «L» wird auch dem Lernen entsprechend Raum geboten.
Durch viele Ballkontakte und spielerische Lernformen werden die Kinder entsprechend gefördert und allmählich an grössere Spielformen herangeführt.
- 4. leisten:** Das dritte «L» leisten ist bewusst an letzter Stelle vermerkt. Als klarer Bestandteil des Juniorenfussballs ist das Leisten von grosser Bedeutung, um gelernte Fortschritte zu präsentieren und selbst zu erkennen, wo ein Lernerfolg stattgefunden hat und wo noch Lernpotenzial besteht.
Auch das Leisten ist stark an die anderen beiden «L» und das Respektieren gekoppelt, denn alle diese Bereiche sollen auch in Leistungssituationen gebraucht und gefördert werden.

2 Der Trainer

Die Trainer und Betreuer sind bereit, in einem Team zum Wohle der Junioren, des Vereins und deren Eltern mitzuarbeiten.

Für die Trainer gilt es, die folgenden Aufgaben zu erfüllen und Pflichten einzuhalten:

- Die Trainer sind in erster Linie Vorbilder auf und neben dem Sportplatz (Pünktlichkeit, gut vorbereitet, Nikotin, Fairplay usw.) und leben vor, was sie sagen.
- Die Trainer sind für einen geregelten Trainings- und Spielbetrieb ihrer Mannschaft verantwortlich.
- Die Trainer sind bereit, sich im Rahmen ihrer Möglichkeiten aus- und weiterzubilden (Verbands- oder J+S Kurse, interne Ausbildung).
- Die Trainer reden die Sprache der Spieler in einem angemessenen Ton, beachten jedes Kind und vermeiden Pauschalurteile. Sie verhalten sich korrekt und fair gegenüber all ihren Spielern.
- Die Trainer unterhalten einen guten und angemessenen Umgang zu den Eltern und respektieren familiäre Gepflogenheiten. Sie machen aber auch ihre Ziele deutlich.
- Die Trainer/Betreuer fordern und fördern ihre Spieler gemäss den Vorgaben ihres Vereins und dem SFV.
- Die Trainer wissen, dass sie die Hilfe des Unterstützungstrainers beanspruchen können und akzeptieren dessen Ratschläge. Der Unterstützungstrainer bietet den Juniorentrainern eine Grundlage für ihr Training und führt ein Schautraining durch, das zur eigenen Verwendung in Zukunft verwendet werden kann.
- Die Trainer berücksichtigen die Entwicklungsstufen der Kinder.
- Die Trainer und Betreuer sind sich ihrer Rolle und Verantwortung als Vorbilder bewusst und verlangen von ihren Junioren folgende Punkte:
 - Gutes Benehmen, vorbildliches Auftreten
 - Sportliches Auftreten, auch bei Niederlagen – „*Kinder brauchen einen Trainer, mit dem sie siegen können – und verlieren dürfen*“ (Beni Bruggmann)
 - Akzeptieren von Fehlentscheidungen des Schiedsrichters
 - Hygiene
 - Sorge tragen zum Material
- Die Trainer kennen die vom SFV publizierten Richtlinien des «Kinder und Jugendschutz im Schweizer Fussball» und verfolgen diese jederzeit.

3 Das Kind

Die Entwicklung eines Kindes verläuft nicht linear. Einmal macht es grosse Fortschritte, dann wieder scheint es zu stagnieren. Die Unterschiede zwischen dem biologischen und dem kalendarischen Alter sind gerade in dieser Lebensphase recht gross.

Ganz allgemein kann man sagen, dass Kinder in Bereich der F bis D-Junioren einen grossen Bewegungsdrang, eine unbändige Lernbereitschaft, eine ausgeprägte Lernfähigkeit haben, psychisch im Gleichgewicht leben, unbekümmert leben und sich leicht begeistern lassen.

Die wichtigsten für den Vereinssport bedeutsamen Merkmale der Entwicklung eines Kindes sind in der folgenden Tabelle der Entwicklungsstufen zusammengefasst.

3.1 Entwicklungsstufen von Kindern und Jugendlichen

	Frühes Schulkindalter 5-9 Jahre	Spätes Schulkindalter 9-12 Jahre	Pubeszenz Mädchen: 11-14 Jahre) Knaben: 12-15 Jahre	Adoleszenz Mädchen: 13-18 Jahre Knaben: 14-19 Jahre
Bewegungsdrang	Sehr ausgeprägt	Vorhanden	Fehlt eher, oft phlegmatisch, meist stark mit sich selbst beschäftigt	Differenziert, je nach Sozialisation und Lebensumständen
Lernbereitschaft	Gross	Natürliche Motivation vorhanden	Brauchen Unterstützung	Differenziert, nach Lerninhalt
Leistungsbereitschaft	Gut	Meist sehr gut	Eher gering (brauchen Unterstützung)	Gut
Wettkampffreudigkeit	Spontan	Ausgeprägt	Eher abnehmend: Furcht vor Blamage und Versagen, oft auch Ablehnung der Leistung	Differenziert, je nach Umfeld
Umgang mit Autoritätspersonen	Meist problemlos	Die Leiterin / der Leiter wird distanzierter gesehen, Autorität beschränkt sich zunehmend auf Fachliches	Autoritäre Personen werden allgemein abgelehnt, Mitsprache wird erwartet	Partnerschaftliche Führung bevorzugt
Konzentrationsfähigkeit	Gut bis zu 15 Minuten	Meist gut	Sehr gut	Gut
Psychische und soziale Merkmale	Gutes psychisches Gleichgewicht, eher optimistische Lebenseinstellung, eher unbekümmert, oft aber ichbezogen	Selbstbewusst, zweifeln noch nicht an sich und ihren Kompetenzen, meist mutig und risikofreudig aber weiterhin ichbezogen, suchen zunehmend eine Gemeinschaft und werden teamfähig	Auf der Suche nach Identität, leicht zu verunsichern und oft mangelndes Selbstwertgefühl (Mut für schwierige Übungen fehlt oft), Folge: Ausgeprägtes Gruppenbewusstsein	Soziale Integration und zunehmende individuelle Persönlichkeitsausprägung

3.2 Schwerpunkte für das Training mit Junioren im Kindesalter

Für den Entwicklungsprozess der G-Junioren gilt ...

- Viele Übungen und Tätigkeiten mit dem Ball am Fuss → Jedes Kind hat einen Ball!
- Polysportives Training und das spielerische Lernen stehen im Vordergrund.
- Die Kinder sollten die verschiedenen Bestandteile von Einzel-, Team- und Mannschaftssportarten kennen lernen.
- Die Kinder sollen in diesem Alter selbständige Erfahrungen mit dem Ball tätigen und somit die Freude am Fussball erfahren / ausleben können.

Für den Entwicklungsprozess der F- und E-Junioren gilt ...

- In dieser Altersstufe sind die Voraussetzungen für das Entwickeln von technischen Fähigkeiten und das Erwerben von fussballspezifischen Bewegungen günstig.
- Mehrere Spiele mit kleinen Gruppen gehören in jedes Training (1:1 bis maximal 4:4).
- Die technischen Elemente (Ballführen, Torschuss, Zuspiel, Ballan- und -mitnahme) werden korrekt geübt.
- Die koordinativen Fähigkeiten werden mit einfachen Übungen gefördert.
- Es gibt **kein** spezifisches Ausdauertraining. Durch ein gut organisiertes, strukturiertes und dosiertes Training wird die Ausdauer automatisch altersgerecht gefördert.
- Die Kinder spielen an den Turnieren auf allen Positionen (keine Frühspezialisierung).
- Es wird gelegentlich immer noch polysportiv trainiert.

Für den Entwicklungsprozess der D-Junioren gilt ...

- Durch variationsreiches, zielgerichtetes, aber weiterhin kindgemässes Üben werden in diesem ausgezeichneten Lernalter die grundlegenden sportlichen Techniken erworben.
- **Goldenes Lernalter:** Sie lernen jetzt besonders leicht – wichtig ist hier das präzise Erlernen der Bewegungen.
- Technische Elemente und koordinative Fähigkeiten intensiv und genau üben:
 - optimaler Zeitpunkt zur Förderung der koordinativen Fähigkeiten
 - jetzt alle technischen Bewegungsabläufe intensiv trainieren
- Das Spiel ist ein wichtiger Teil des Lernprozesses:
 - Spiele sind immer noch wichtig, aber die Übungen zu Technik sind nun gleichwertig
 - Die Gruppen bei Spiel und Übungen können nun grösser sein (bis 6:6)
 - Das Zusammenspiel wird zu einem wichtigen Element
- Der Trainer arbeitet zielorientiert und kann diese Ziele seinen Kindern klar machen. Er erklärt die Regeln und setzt sie durch.
 - Fairplay ist ein Thema, darüber wird gesprochen und der Trainer lebt es vor
 - Der Trainer hat eine klare Linie, setzt Grenzen und gibt Rahmenbedingungen vor
- Die Kinder suchen und finden allmählich ihre Position (Offensive, Defensive, Torhüter).

Allgemein will ein Kind im Fussballverein ...

- ! Fussball spielen (und nicht Runden laufen)
- ! sich bewegen und austoben
- ! sich mit Gleichaltrigen messen, aber auch mit ihnen zusammenspielen
- ! etwas lernen und Fortschritte erzielen
- ! einen verständnisvollen Trainer haben, der sie fordert, Grenzen setzt und loben kann

3.3 Rechte des Kindes im Sport

Jedes Kind hat das Recht...

1. Sport zu treiben.
2. sich zu vergnügen und zu spielen wie ein Kind.
3. von einer gesunden Umgebung zu profitieren
4. sich mit Jugendlichen, die die gleichen Erfolgsaussichten haben, zu wetteifern.
5. Wettkämpfe, die seinem Können angepasst sind zu betreiben.
6. seine Sportart in absoluter Sicherheit auszuüben.
7. auf eine angemessene Zeit zum Ausruhen.
8. kein Spitzensportler sein zu müssen.

(gemäss Charta der Rechte des Kindes im Sport)

Wir ergänzen...

9. ...bei Problemen oder Anliegen ernst genommen zu werden und Unterstützung zu erhalten.

3.4 Pflichten des Kindes im Sport

Der für alle Juniorinnen und Junioren des FC Buchs gültige Kodex an Rechten und Pflichten:

Rechte und Pflichten eines(r) Juniorenspielers(in) des FC Buchs



Eine Lizenz zu unterzeichnen, bedeutet, sich als Spieler und Eltern zu engagieren, einen Ethik-Code des Fussballs zu respektieren. Indem Sie dieses Dokument unterschreiben, akzeptieren Sie die besonderen Regeln unseres Klubs (festgelegt durch den Vorstand und die JuKo (Juniorenkommission)).

ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN

Um den Fussball in unserem Klub praktizieren zu können, muss jeder Lizenzierte und seine Eltern die folgenden Punkte kennen:

- Die Summe der verschiedenen Werte jedes Einzelnen bildet ein Kollektiv. Dieses Kollektiv repräsentiert unseren Klub, den FC Buchs. Als Mitglied unseres Klubs „ist es wichtig, durch ein beispielhaftes Verhalten auf oder ausserhalb des Terrains ein gutes Image abzugeben.“
- Es ist obligatorisch, seine jährliche Mitgliederbeitragspflicht fristgerecht zu erfüllen.
- 1 Bund Lösli werden ab dem Jahrgang der Junioren D zusammen mit dem Jahresbeitrag in Rechnung gestellt. Es besteht auch die Möglichkeit mehr zu verkaufen.
- Jedes lizenzierte Mitglied ab dem Jahrgang der Junioren A und älter ist verpflichtet Frondienst gemäss dem separaten Frondienstkonzept zu leisten. Für die Mitglieder ab den Junioren B und jünger können die Eltern für Einsätze (z.B. Juniorenhallenturnier, Festwirtschaft, WUP usw. zur Mithilfe aufgefordert werden. Dabei wird pro geleistete Stunde CHF 10.00 am Mitgliederbeitrag der folgenden Saison vergütet)
- Das untenstehende interne Reglement hat allen Personen bekannt zu sein und ist zu respektieren (gesetzlicher Vertreter für die Minderjährigen)
- Der Spieler engagiert sich, an Veranstaltungen oder Aktionen teilzunehmen, welche der Klub im Hinblick auf die Beschaffung von Geldern zugunsten des Vereins organisiert.
- Der Trainer wird entsprechend seiner technischen Kompetenzen und seiner Fähigkeiten vom technischen Verantwortlichen der Juniorenkommission ausgewählt. Der Trainer besitzt für die Mannschaft, die er trainiert, sämtliche Entscheidungsbefugnisse betreffs technischer und taktischer Wahl, Mannschaftsaufstellung und Führung der Equipe.

MITGLIED SEIN = RECHTE UND PFLICHTEN HABEN

INTERNES REGLEMENT

Alle Angehörigen des FC Buchs sind angehalten, das interne Reglement des Klubs einzuhalten.

- Artikel 1: Stammdaten

Diese muss beim Einschreiben oder der Erneuerung erstellt werden. Sie enthält alle nützlichen Angaben des Mitglieds. Dieses verpflichtet sich, jede Änderung der Klubadministration zeitnah zu melden (Adresse, Telefonnummer usw.)

- Artikel 2: Jahresbeitrag

Jeder Spieler, welcher für den FC Buchs spielen will, hat seinen Mitgliederbeitrag innerhalb der gesetzten Fristen zu bezahlen. Im Falle von Nichtbezahlen kann der Klub ein Trainings- und/oder Spielverbot aussprechen.

Jeder Spieler, welcher den Austritt geben oder transferiert werden möchte, muss seine Beitragspflicht erfüllt haben. Im gegenteiligen Fall wird sich der Klub dem Ansinnen widersetzen. Jeder Spieler, welcher seiner Beitragspflicht nicht nachgekommen ist, kann die folgende Saison nicht bestreiten. Erst nach erfolgter Einzahlung seines letzten Beitrags kann er in der neuen Saison mitmachen.

Zahlungsmodalitäten:

- Rechnung zahlbar innert 30 Tagen (Rechnungsstellung August/September).
- Es wird eine einzige Mahnung mit einer Zahlungsfrist von 10 Tagen verschickt. Bei Nichtbezahlung wird der Spieler von Trainings und Spielen (Freundschafts- und offizielle Matches) ausgeschlossen.
- Anschliessend kann der Club eine Betreuung einleiten.
- In Ausnahmefällen kann bezüglich der Zahlungsmodalitäten mit dem FC Buchs über ein Arrangement diskutiert werden.

Rückzahlungsmodalitäten und Rabatte:

- Bis im Dezember der laufenden Saison werden jenen Spielern, welche den Klub aus technischen oder anderen valablen Gründen verlassen müssen, 50 Prozent des Beitrags (ohne Löslis) zurückerstattet. Nach diesem Datum wird keinerlei Rückerstattung mehr geleistet.
- Ab dem Januar der laufenden Saison haben alle neu Lizenzierten 50 Prozent des Jahresbeitrags zu entrichten. Sie sind dabei denselben Zahlungsmodalitäten unterstellt wie oben beschrieben.
- Im Falle einer langwierigen Verletzung (lange Absenz) kann ein Arrangement betreffs Beitragspflicht geprüft werden.

Schuldanererkennung

- Die Unterschrift unter diesem Dokument gilt als Schuldanererkennung gemäss Artikel 80 ff.SchKG und somit als Rechtsöffnungstitel.

- Artikel 3: Versicherungen

Die Unfallversicherung ist Sache des Spielers (Familien-Krankenkasse der Eltern). Der FC Buchs lehnt jede Verantwortung ab.

- Artikel 4: Respekt

Jeder Angehörige respektiert Gegner, Schiedsrichter, Zuschauer und alle Vereinsangehörigen.

- Artikel 5: Pünktlichkeit

Für den Kinderfussball bis zu den 11-jährigen ist es wichtig, in Erinnerung zu rufen, dass der Klub kein Kinderhütedienst ist und es sich geziemt, die Kinder bei Beendigung des Trainings oder zur vorgesehenen Zeit nach einem Spiel abzuholen.

Der Klub lehnt jegliche Verantwortung ab, wenn die Eltern die Spieler zur vorgesehenen Zeit nicht abholen oder diese mit ihren eigenen Mitteln nach Hause zurückkehren.

- Artikel 6: Sanktionen

Jeder Verstoß gegen das gute Funktionieren des Klubs, jeder ordnungsgemäss festgestellter Fehler (Diebstahl, Undiszipliniertheit usw.) werden durch eine Verwarnung, eine Suspendierung oder einen Ausschluss oder gar eine Anzeige bei der Polizei bestraft.

- Artikel 7: Getränke und verbotene Substanzen

Der Sport in des FC Buchs versteht sich für alle Spieler und Trainer ohne Alkohol, Tabak und Drogen. Jede Zuwiderhandlung gegen diese Regel wird gemäss Artikel 6 gehandhabt.

Hier könnte man noch anfügen, dass dies vor allem vor und nach den Spielen (bei Junioren) gilt.

- Artikel 8: Weitergabe persönlicher Daten zu marketingtechnischen Zwecken

Da der FC Buchs finanziell von Sponsoren getragen wird, behält sich der Klub vor, gewisse Informationen an diese weiterzuleiten (Publipostage). Falls ein Spieler damit nicht einverstanden ist, hat er uns dies unverzüglich schriftlich mitzuteilen.

- Artikel 9: Foto, Filmmaterial und WhatsApp

Der FC Buchs kann auf seiner Homepage (www.fcbuchs.ch) und auf sozialen Medienplattformen (z.B. Facebook, Instagram usw.) Teamfotos, Bilder und Filmaufnahmen aus Spielen veröffentlichen. Ebenfalls können vom Trainer für die Organisation von Trainings und Spielen, z.B. WhatsApp Gruppen erstellt und verwendet werden. Falls ein Spieler oder Elternteil damit nicht einverstanden ist, soll er das dem zuständigen Trainer unverzüglich mitteilen.

DER SPIELER:

- Jeder Spieler muss an den Trainings teilnehmen und den Aufgeboten zu den Spielen Folge leisten. Im Verhinderungsfall muss er den Trainer so frühzeitig und rasch wie möglich benachrichtigen.
- Jeder Spieler muss die Verpflichtungen akzeptieren, welche dem Klub durch die Wettbewerbe, in welchen er engagiert ist, auferlegt sind. Es ist deshalb wichtig, seine Ferien dem Meisterschaftsprogramm anzupassen.
- Er hat sich physisch (genügend Schlaf, Ernährung) auf die Trainings und die Matches vorzubereiten.
- Die Bekleidung des Spielers hat der Ausübung des Fussballsports angepasst zu sein: Schuhe für Kunstrasen- und Rasenplätze, Schienbeinschoner, kurze Hosen oder Winterkleidung (je nach den meteorologischen Bedingungen) und soll weder für ihn noch seine Mitspieler und Gegner eine Gefahr darstellen (Uhren, Ringe, Armbänder).
- Er ist dafür verantwortlich, Getränke ins Training mitzunehmen. Eine Trink- oder normale Flasche ist deshalb obligatorisch.
- Er muss Material und Räumlichkeiten unseres sowie anderer Klubs respektieren (Schuhe putzen im Freien, Einsammeln der Trinkflaschen und Duschgel-/Shampoo-Behälter usw.)
- Jeder Spieler enthält sich der Kritik gegenüber Schiedsrichtern, Mitspielern, Gegnern und seinem Trainer. Diesbezügliche Bussen gehen auf seine eigenen Kosten.
- Jeder Spieler, welcher in flagranti bei einem Diebstahl oder bei Beschädigungen auf der Sportanlage erwischt wird, wird unverzüglich von allen Aktivitäten im Klub ausgeschlossen und bei der Polizei angezeigt.
- Konzentration auf den Match
- Respekt und Fair-Play gegenüber seinen Kameraden

DIE ELTERN:

- Indem sie ihr Kind im Klub einschreiben, nehmen die Eltern Kenntnis vom internen Reglement und helfen mit, dieses anzuwenden.

Die Eltern müssen:

- Am Informationsabend (mindestens ein Elternteil) anwesend sein (zu Saisonbeginn für jede Mannschaft).
- Die Zeiten von Trainingsbeginn und Matches respektieren.
- Sie engagieren sich, im Falle unvorhergesehener Absenz oder Verspätung den Trainer zu informieren.
- Jeder Spieler muss die Verpflichtungen akzeptieren, welche dem Klub durch die Wettbewerbe, in welchen er engagiert ist, auferlegt sind. Es ist deshalb wichtig, seine Ferien dem Meisterschaftsprogramm anzupassen.
- Alle Eltern engagieren sich, die Entscheidungen von Verantwortlichen oder Trainern des Klubs zu respektieren.
- Alle Eltern engagieren sich, Gegner, Schiedsrichter, Zuschauer sowie alle anderen Angehörigen des Klubs während den Spielen zu respektieren.

Buchs, den ____ . ____ . ____

FC Buchs

Der Spieler: _____

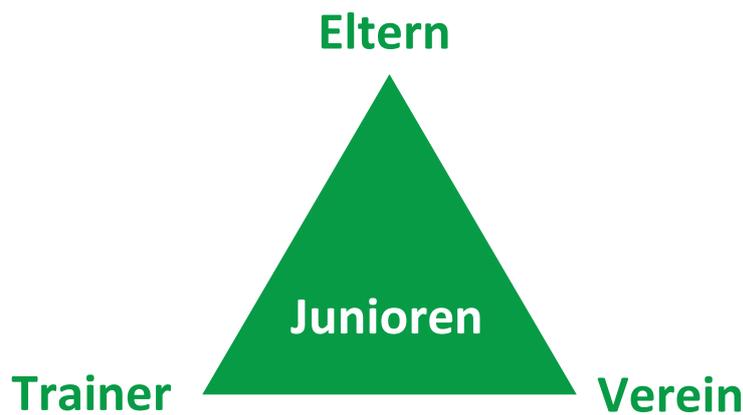
Die Eltern: _____
(Gesetzlicher Vertreter bei Minderjährigen)

Roger Kreis, Verantwortlich Juniorenkommission

Marcel Marti, SpiKo Präsident

(gemäss Verhaltenskodex für die Juniorinnen und Junioren des FC Buchs)

4 Die Eltern



Als Kinderfußballtrainer befinden Sie sich in einem erzieherischen Dreieck. Unter dem Begriff „Pädagogisches Dreieck“ versteht man die Zusammenarbeit von Eltern, Schule und Sportverein in Erziehung und Führung der Kinder, damit sich diese in einem optimalen Umfeld entwickeln und zu einer Persönlichkeit heranwachsen können.

Die Eltern spielen eine wichtige Rolle im Kinderfußball. Auf der einen Seite sieht der Verein sie gerne als hilfreiche Mitarbeiter, auf der anderen Seite sind sie als korrekte Fans und Begleiter erwünscht.

Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass kaum in einem Fußballverein auf die Mitwirkung von Eltern im Kinderfußball verzichtet werden kann. Dieser Aspekt bildet also die Basis für die Zusammenarbeit zwischen Juniorentrainer und Eltern.

Die Eltern halten die folgenden Pflichten ein:

- Die Eltern verhalten sich beim Spiel und im Training angemessen.
- Die Eltern wenden sich bei Fragen und Anliegen in erster Instanz an den Trainer.
- Die Eltern nehmen Termine des Vereins wahr und tragen sich die Spiel- bzw. Turnierdaten frühzeitig ein.
- Das Kind wird rechtzeitig (mindestens 1 Stunde vor Trainingsstart & 1 Tag vor Wettkampfspiel) abgemeldet.
- Die Eltern legen die Erwartungen und den Umgang mit den Kindern dem Kind angepasst aus. Das Kind wird nicht überschätzt und überfordert. Lob und Kritik werden im richtigen Verhältnis mitgeteilt.
- Die Eltern zeigen Interesse für den Sport ihres Kindes.
- Die Kinder erscheinen pünktlich zum Spiel und Training.
- Der Mitgliederbeitrag (180.- Mitgliederbeitrag und 120.- Lösligeld) wird beglichen. Bei sozialen Härtefällen werden Unterstützungen angeboten.
- Die Eltern unterstützen und respektieren die Trainerentscheidungen und -anweisungen.
- Die Eltern respektieren die folgende Garderobenregelung:
 - G- Junioren: Hilfe beim Umziehen falls nötig
 - F-Junioren: Hilfe beim Schuhe Binden falls nötig
 - Ab E-Junioren: Keine Eltern in der Garderobe und keine erwachsenen Personen in der Garderobe nach dem Turnier / Spiel

5 Das Training

Das Training dient in erster Linie der Förderung der technischen, koordinativen und taktischen Faktoren. Zwischen diesen Faktoren kann Wechselwirkung bestehen.
Wegweisend für die Trainingsgestaltung ist das «GAG - Modell» des SFV.

5.1 GAG-Modell

Das GAG - Modell			
Phase	Thema	Inhalt	Zeitangabe (ca.)
Einstimmen	spielerisches Bewegen	kleines Spiel oder koordinative Übung	15 Minuten
G Spielen	Spiel 1	Ein Spiel mit bestimmten Aufgaben, die dem Lektionsschema entsprechen 5:5, 4:4, 3:3, 2:2, 1:1 oder in Untersahl 3:2, 4:3, 5:4	15 – 20 Minuten
A Üben	Schwerpunkt setzen	<ul style="list-style-type: none"> • Technische Fähigkeiten • Koordinative Fähigkeiten • Taktische Fähigkeiten • Drills • Übungsspiele 	20 – 30 Minuten
G Spielen	Spiel 2	Freies Spiel mit den Zielen: Spielfreude und Kreativität Der Trainer beobachtet: <ul style="list-style-type: none"> • Loben • aufbauende Kritik 	15 – 20 Minuten
Ausklingen	Spielerisches «Auslaufen»	Kooperatives Spiel oder Auslaufen mit lustigen Aufgaben und ein paar lobenden und aufbauenden Worten des Trainers	10 Minuten

5.2 Trainingselemente

Zu den Trainingselementen gilt es wiederholt zu sagen, dass bis zu den E-Junioren den technischen, koordinativen und sozialen Faktoren Beachtung geschenkt wird. Taktische und konditionelle Faktoren sind in diesem Altersbereich noch nicht von essenzieller Bedeutung!

Technik	Taktik	Koordination	Kondition	sozial
<ul style="list-style-type: none"> → Beidfüßigkeit → Ballkontrolle in Bewegung → Ballan- und mitnahme → Finten → Dribbling → Torschuss → Passvariation → Ballbehauptung → Zweikampf → Kopfball → Jonglieren 	<ul style="list-style-type: none"> → 1:1, 2:2, 3:3 → 2:1, 3:1, 3:2 → Funiño → Freilaufen → Spielaufbau → Umschaltspiel → Aussenzonen → Gegnerdeckung → Abwehrkette → Offensive & defensive Grundposition → Raum schaffen → Pressing 	<ul style="list-style-type: none"> → Orientierung → Laufschulung → Rhythmisierung → Gleichgewicht → Differenzieren → Reaktion → Gezielte Bewegungschulung → Bewegungsanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> → Schnelligkeit → Gewandtheit → Stabilisation → Stopp and Go → Agilität → Spielerische Ausdauerförderung → Alles in der Regel mit Ball 	<ul style="list-style-type: none"> → Teamsinn → Disziplin → Respekt → Pflichtbewusstsein → Hygiene

5.3 Training verschiedener Spielsituationen

Wir unterteilen das Spiel der Kinder in zwei grundsätzliche Spielphasen: «Wir haben den Ball» oder «der Gegner hat den Ball».



Abbildung 2: Spielsituationen (Quelle: SFV)

Daraus ergeben sich insgesamt vier verschiedene Spielsituationen, an denen sich die Ausbildung der Kinder orientieren muss:

1. «Tore erzielen» und
2. «Tore vorbereiten», wenn wir den Ball haben, sowie
3. «Ball erobern» und
4. «Tore verhindern», wenn der Gegner den Ball hat.

Die bedeutendste Spielsituation ist «**Tore erzielen**» respektive «**Tore verhindern**», da gerade hier die lernwirksamen Emotionen erlebt werden. Mit zunehmendem Alter wird es wichtiger, den Ball individuell (Dribbling, Finte etc.) oder kollektiv (Zusammenspiel, Passen etc.) in die Nähe des gegnerischen Tores zu bringen (Tore vorbereiten) respektive diesen, bei gegnerischem Ballbesitz, wieder zu erobern.

5.4 Die Bedeutung des Spiels

Kinder brauchen in jedem Training Gelegenheit, ungezwungene Spielerfahrung zu sammeln und das Gelernte mutig auszuprobieren. Der Trainer nutzt dies zur Lernkontrolle und zur Beobachtung. Er greift nur dann ein, wenn die Teamspielregeln (Fairplay, Respekt) verletzt, Konflikte nicht selbständig gelöst oder Über- respektive Unterforderungen auftreten.

Das Spiel des Kinderfussballs muss sich in einer so interessanten Form präsentieren, dass es die Kinder animiert und befähigt, eigene Spielvarianten (des Fussballs) zu kreieren. Das freie, selbstbestimmte Spiel hat nicht nur einen grossen Einfluss auf die Entwicklung der Persönlichkeit, sondern auch auf die Entwicklung der Talente.

5.5 Techniktraining

Das Techniktraining bildet einen der zentralen Pfeiler im Juniorentaining.

Auf folgende Punkte gilt es beim Techniktraining besonders zu achten:

- Stoffauswahl
 - Möglichst viele Ballkontakte pro Einheit
 - Situationsbezogene technische Lösungen trainieren, d.h. Situationen, welche im Spiel vorkommen (z. B. Ballan- und -mitnahme, Flachpass)
- Methodischer Aufbau des Techniktrainings
 - Alters- und stufengerechter Wechsel von Spielen und Üben
 - GAG-Methode, wobei im analytischen Teil speziell auf die korrekte Ausführung geachtet wird und unbedingt korrigiert bzw. gecoacht werden muss (Übungs- und Drillformen)
- Methodik als Coaching
 - Vom Einfachen zum Schwierigen!
 - Vorzeigen und erklären
 - Der Junior versteht die Zielsetzung und hat eine präzise Vorstellung

- Organisation
 - Gruppengrösse, Platz- und Materialausrüstung ermöglichen viele Ballkontakte
 - Kleine und ausgeglichene Gruppen vereinfachen das Coaching
- Präzise, zielbezogene und unmittelbare Korrektur von fehlerhaften Bewegungsausführungen. Korrektur des Hauptfehlers!
 - Beharrlich weiter trainieren, auch wenn nicht immer alles beim ersten Mal funktioniert
 - Die Junioren motivieren
 - Die Junioren trainieren beidfüssig
- Lernaktivität der Junioren
 - Konzentration und Aufmerksamkeit und das Wichtigste sehen, spüren und hören
 - Selbständigkeit verlangen (Motivation)
 - Bewegungsvorstellung verbalisieren und speichern
- Kindergerechtes Training
 - Den natürlichen Bewegungsdrang und die kindliche Spielfreude dafür nutzen, dass alle Kinder in Bewegung sind
 - Kinder suchen und brauchen (persönliche) Erfolgserlebnisse
 - Eine einfache, den Kindern angepasste Sprache bei Anweisungen verwenden
- Regelmässigkeit
 - 2 – 3 Mal in der Woche um Fortschritte zu erzielen
 - Gleiche technische Ausführung über mehrere Wochen fokussieren und festigen
 - Übungsgelegenheiten auch ausserhalb des organisierten Trainings, z. B. Trainings-Hausaufgaben
- Trainingsfeld und Material
 - Für jeden Junior mindestens einen Ball im Training
 - Breites Angebot an Hilfsmittel wie verschiedene bewegliche Tore, Hütchen, Reifen; verschiedene Bälle (Grösse und Härte) etc.

6 Das Spiel

Jedes Spiel ist für die Kinder etwas Besonderes. Der Trainer freut sich gemeinsam mit seinen Spielern über gelungene Aktionen, gibt Raum um Erlerntes auszuprobieren und bei Nichterfolg unterstützt er die Spieler mit positiven und aufmunternden Worten. Auch die Spieler unterstützen sich gegenseitig und bleiben in ihrem Umgangston untereinander stets positiv.

Für den Trainer gilt es ebenfalls, die Spieler aufs Neue zu motivieren, auch wenn ihnen Fehler passieren. Aber auch der Erfolg will den Kindern situationsgerecht vermittelt werden.

Der Sieg wird angestrebt, aber nicht unter allen Umständen! Daher steht nicht das Spielergebnis im Vordergrund, sondern die Freude am Spiel selbst. Trotz Ranglistenspielen lautet die zentrale Devise für Wettkampfspiele:



Abbildung 3: Fairplay im Kinderfussball (Quelle: SFV)

Folgende Punkte müssen für das Wettkampfspiel berücksichtigt werden:

- Trainer und Spieler müssen pünktlich sein.
- Wenn ein Spieler nicht am Spiel teilnehmen kann, muss er sich frühzeitig (1 Tag vorher) abmelden.
- Auf die korrekte Ausrüstung der Spieler achten (Schienbeinschoner, angepasste Kleidung).
- Auf die Verpflegung achten, keine schwer verdaulichen Sachen kurz vor dem Spiel einnehmen (Pommes Frites, Hamburger etc.) und genügend Wasser trinken.
- Spieler dürfen Fehler machen. Durch gemeinsamen Einsatz versuchen alle Mitspieler den Fehler wieder zu korrigieren und sich gegenseitig aufzubauen.

Vor dem Spiel gilt ...

- Die Spieler begrüßen sich untereinander und den Trainer mit Handschlag.
- Nach dem Umziehen folgt die Mannschaftsbesprechung in der Kabine. Hier werden Zielsetzungen und genaue Aufgaben für die Spieler bekannt geben.
- Durch das gemeinsame Aufwärmen bereiten sich die Spieler physisch und psychisch auf das bevorstehende Spiel vor.
- Unmittelbar vor Spielbeginn kommen die Spieler nochmals zusammen und treffen die letzten Spielvorbereitungen (Wort des Captains).
- Als letzter Schritt vor Spielbeginn leitet der Captain den gemeinsamen Schlachtruf ein.

Während dem Spiel gilt...

- Der Trainer coacht mit einfachen, ruhigen und zielgerichteten Anweisungen an die Spieler.
- Er achtet darauf, dass seine Anweisungen kurz, klar und verständlich sind.
- In den Pausen folgen Informationen zu den wichtigsten 2-3 Punkten. Diese Informationen sind aufgabenorientiert und nicht fehlerzentriert.
- Spieler und Trainer motivieren sich gegenseitig, muntern einander auf und schaffen eine zuversichtliche Atmosphäre.
- Die Mannschaft versucht mutig nach vorne zu spielen und gibt niemals auf.

Nach dem Spiel gilt...

- Nach dem Spiel folgt zuerst das Shake-Hands mit den anderen Spielern, dem gegnerischen Trainerteam und dem Schiedsrichter.
- Die Mannschaft versammelt sich und der Trainer gibt eine kurze Mitteilung über das Geschehene. Die Mannschaft gratuliert oder tröstet sich gegenseitig. (Einzel-) Kritik ist hier absolut zu vermeiden!
- Die Spieler duschen und ziehen sich um. Das Trikot wird in der Mitte der Kabine ausgelegt und gesammelt.
- Die Spieler achten darauf, dass die Dusche und Garderobe in einem ordentlichen Zustand verlassen wird.
- Nach der Kontrolle der Kabine verabschieden sich alle Trainer, Spieler und Coaches untereinander per Handschlag.

7 Lernziele im Kinderfussball: (G), F und E-Junioren

Technik	Taktik	Koordination	Kondition	sozial
<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich kann den Ball so mit dem Vollspann, dem Innenrist und der Sohle führen, dass ich ihn bei jedem Schritt mit dem Fuss berühre. ➔ Ich kann während dem Führen des Balles auch ab und zu aufschauen, um freistehende Mitspieler zu sehen. ➔ Ich kann die Techniken Innenristpass, Vollspannschuss und Körpertäuschung (Messi-Finte) am ruhenden und rollenden Ball vorzeigen. ➔ Ich kann den Ball mit dem linken und rechten Fuss durch einen Parcours führen. ➔ Ich kann Zweikämpfe fair führen. ➔ Ich kann mindestens 2 Finten in zwei Richtungen am rollenden Ball vorzeigen. ➔ Ich kann den Ball meistens mehr als 8 Mal jonglieren. 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich weiss, dass es auf dem Fussballfeld verschiedene Positionen gibt, welche alle auch eigene und gemeinsame Aufgaben haben. ➔ Ich kann je nach Situation richtig entscheiden, ob ich zum Ball gehen muss oder in den freien Raum laufen sollte. 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich beherrsche die Schnelllauftechnik (Ich kann auf den Fussballen sprinten). ➔ Ich kann auf einem Bein stehen und dabei einen zugeworfenen Ball mit dem Vollspann immer wieder zurückspielen ohne das Gleichgewicht zu verlieren. ➔ Ich kann auf einen entgegenkommenden Ball reagieren und meinen Körper so bewegen, dass der Ball optimal gefangen/kontrolliert werden kann. 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich kann mein eigenes Alter in Minuten laufen, ohne dabei anhalten zu müssen. 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich zeige einen immer vorhandenen Respekt gegenüber Trainer, Mitspieler, Gegner und Schiedsrichter, auf und neben dem Spielfeld. ➔ Ich kann auf die anderen Teamkameraden Rücksicht nehmen und gehe dabei auf deren Wünsche ein (zB. mitspielen wollen, Positionen auf dem Spielfeld, etc.). ➔ Ich kann Termine und Besammlungszeiten wahrnehmen und erscheine immer rechtzeitig im Training. ➔ Ich trage Sorge zum Material und Infrastruktur. ➔ Ich kann der eigenen Gesundheit Sorge tragen und berücksichtige die Hygienevorschriften (zB. Duschen nach dem Turnier).

8 Lernziele im Jugendfussball: D-Junioren

Technik	Taktik	Koordination	Kondition	sozial
<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich kann den Ball auch in der Laufbewegung so mit dem Spann, dem Innenrist und der Sohle führen, dass ich ihn bei jedem Schritt mit dem Fuss berühre. ➔ Ich kann mich während dem Führen des Balles immer wieder orientieren und Gegner sowie Mitspieler frühzeitig erkennen. ➔ Ich beherrsche die Basistechniken zum Passspiel beidfüssig und kann diese der Distanz zum Mitspieler anpassen: <ul style="list-style-type: none"> ○ Innenristpass (gedrückt) ○ Innenristpass (geschwungen) ○ Stoppball ○ Flanke ➔ Ich beherrsche mehrere Schusstechniken beidfüssig und kann diese der Distanz zum Tor / TH anpassen: <ul style="list-style-type: none"> ○ Schuss mit dem Innenrist ○ Vollspannschuss ○ Chip ○ Volley / Dropkick ➔ Ich kann den Ball mit dem linken und rechten Fuss durch einen 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich kenne die Positionen im 3-2-3 & 3-3-2 und kenne deren Hauptaufgaben. ➔ Ich kann mindestens zwei Positionen des 9er Felds so spielen, dass ich in jeder Spielsituation meine geeignetste Positionierung auf dem Feld kenne. ➔ Ich kann auf die beiden Spielsituationen «Wir haben den Ball» und «Der Gegner hat den Ball» auf meiner bevorzugten Position richtig reagieren. 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich wende die Schnelllauftechnik an und kann meinen Schrittintervall der Situation anpassen. ➔ Ich orientiere mich immer wieder durch aufschauen am Ball und erkenne freie Mitspieler sowie deckende / angreifende Gegner. ➔ Ich kann durch schnelle Richtungs- und Tempowechsel Gegner umspielen und mich von ihnen loslösen. ➔ Ich kann auf einem Bein stehen und dabei einen zugeworfenen Ball mit dem Vollspann, Innenrist oder nach Annahme mit dem Oberschenkel zurückspielen, ohne dass ich das 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich kann mein eigenes Alter in Minuten laufen, ohne dabei anhalten zu müssen. ➔ Ich kann die Stützposition (Unterarm – Füsse) mindestens 30 Sekunden lang halten. ➔ Ich kann über mehrere nacheinander aufgereichte kniehohe Hindernisse springen, indem ich die Beine vorne anhebe. ➔ Ich berücksichtige die Wichtigkeit einer angemessenen Grundkraft 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich bin gerne Mitglied des FC Buchs und spiele gerne Fussball. ➔ Ich zeige einen immer vorhandenen Respekt gegenüber Trainer, Mitspieler, Gegner und Schiedsrichter, auf und neben dem Spielfeld. ➔ Ich kann meine eigenen Bedürfnisse einfordern, ohne dabei Dritte (insbesondere Mitspieler) zu beeinträchtigen. ➔ Ich Sorge mich um das Wohlbefinden meiner Teamkameraden. ➔ Ich kann Konflikte vorbeugen und kenne Möglichkeiten, Konflikte sinnvoll zu bewältigen, sollten diese entstehen. ➔ Ich respektiere jeden Entscheid von Mitspielern, Trainern und Schiedsrichter und bleibe in meinem Umgangston stets positiv. ➔ Ich kann mit einer hohen Motivation und hohem Einsatz an meinen fussballerischen Zielen arbeiten und anspruchsvolle Übungen meistern.

<p>Parcours führen und nutze dabei den folgerichtigen Fuss bzw. die folgerichtigen Teile des Fusses (Aussenseite – Innenseite – Spann).</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich kann im 1:1 und 2:1 geschickt agieren und verwende Finten und Doppelpässe bei Ballbesitz, sowie Abwehrfinten und Tacklings bei gegnerischem Ballbesitz mannschaftsdienlich. ➔ Ich kann hohe und tiefe Zuspiele (mit Fuss, Oberschenkel und Brust) kontrollieren und sogleich zielgerichtet weiterverarbeiten. ➔ Ich kann den Ball abschirmen und den Oberkörper zur Zweikampfführung gezielt einsetzen. ➔ Ich kann mindestens 3 Finten in zwei Richtungen vorzeigen und diese situationsangepasst in Spielsituationen anwenden. ➔ Ich kann einen Kopfball technisch korrekt mit der Stirn spielen. ➔ Ich kann den Ball aus 10 Versuchen mindestens ein Mal über 30 jonglieren. 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich unterstütze das Spiel über die Breite im Ballbesitz. ➔ Ich unterstütze das kompakte Abwehrverhalten bei gegnerischem Ballbesitz. ➔ Ich kann ein schnelles Umschalten bei Ballverlust bzw. Ballgewinn umsetzen. ➔ Ich weiss, welches der offensive Fuss in einer spezifischen Situation ist und benutze diesen entsprechend. 	<p>Gleichgewicht verliere.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich kann auf einen entgegenkommenden Ball schnell reagieren indem ich meinen Körper so bewege, dass der Ball gefangen/kontrolliert und sofort weiterverarbeitet werden kann. ➔ Gezielte Ballan- und mitnahme ➔ Ich kann mir Bewegungen und fussballspezifische Bewegungsfolgen vorstellen und auf meine eigene Ausführung übertragen (mentales Training). 	<p>(Stabilisation) um konditionell Fortschritte zu erzielen und mich vor Verletzungen zu schützen.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich kann verschiedene Geschicklichkeitsaufgaben meistern (zB. ein Ball wird geworfen und der andere wird gepasst.). 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ Ich kann über meine Komfortzone hinausgehen und mich zu persönlichen Bestleistungen ermutigen. ➔ Ich kann Termine, Start- und Besammlungszeiten wahrnehmen und bin immer pünktlich. ➔ Ich kann meine Konzentration auf aktuell handlungsrelevante Inhalte lenken. ➔ Ich trage Sorge zum Material und Infrastruktur und hinterlasse Kabinen und Spielfelder immer im geordneten Zustand. ➔ Ich kann der eigenen Gesundheit Sorge tragen und berücksichtige die Hygienevorschriften (zB. Duschen nach dem Spiel). ➔ Ich kann meine Emotionen situationsgerecht regulieren. ➔ Ich kann mein Aktivierungsniveau bei Bedarf nach oben (Mobilisierung) oder nach unten (Entspannung) regulieren. ➔ Ich kann meine Mitspieler durch eine förderliche Kommunikation auf dem Feld unterstützen (Kommandos).
---	--	---	--	---

9 Schlusswort



10 Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Das Leitbild	3
Abbildung 2: Spielsituationen (Quelle: SFV)	14
Abbildung 3: Fairplay im Kinderfussball (Quelle: SFV).....	17

11 Rechtliches

Die Zustimmung zur Nutzung der Abbildung 2 und 3 wurde vom SFV erteilt. Sämtliche weiteren Abbildungen und Bilder sind Eigentum des FC Buchs und sind urheberrechtlich geschützt.