



FC TELEGRAPH BASEL

Postfach 160
4015 Basel
www.fctelegraph.ch

Nachwuchs Leitbild

Einleitung

Momentan spielen ca. 80 Kinder und Jugendliche beim FC Telegraph, organisiert Fussball. Dazu für alle Junioren und Kinderfussball Mannschaften Trainer und Betreuer. Um dieses Geflecht zielorientiert und nachhaltig, zu unterstützen und zu fördern, wurde dieses Nachwuchs-Leitbild entworfen.

Der Ausdruck (Nachwuchs) schliesst übergreifend Kinder und Juniorenfussball ein. Zur einfacheren Lesbarkeit wird im Leitbild nur die männliche Form verwendet.

Der Nachwuchs ist beim FC Telegraph folgendermassen unterteilt:

- Junioren G (5 - 6 Jahre)
- Junioren F (7 - 8 Jahre)
- Junioren E (9 - 10 Jahre)
- Junioren D (11 - 12 Jahre)
- Junioren C (13 - 14 Jahre)
- Junioren B (15 - 16 Jahre)
- Junioren A (17 - 19 Jahre)

Im Kinderfussball spielen 5, 7 oder 9 Spieler auf verkleinerten Spielfeldern.

Im Juniorenfussball agieren dagegen 11 Spieler auf einem Originalfeld, wie die Erwachsenen.

Der regionale Fussball ist vom FVNWS, folgendermassen organisiert:

Kinderfussball

Bei den G und F Junioren finden Spielturniere statt.

Die E und D Junioren spielen eine normale Meisterschaft.

Juniorenfussball

Die Junioren C - A, spielen einen normalen Meisterschaftsbetrieb, gemäss den Richtlinien der jeweiligen Verbände.

Für die sportliche Entwicklung wäre es wünschenswert das jeweils in jeder Altersklasse ein Team in der Höchstmöglichen Klasse vertreten wäre.

Der Ansatz und die Denkweise im Nachwuchsbereich des FC Telegraph ist:

Im Mittelpunkt steht der einzelne Spieler, Resultat-, Erfolgs- und Ranglistendenken, stehen im Hintergrund.

Was wirklich zählt, ist das wachsen und Reifen der sportlichen und charakterlichen Eigenschaften jedes einzelnen!

Nachwuchsförderung im Breitenfussball schliesst aber keineswegs aus, in diesem Bereich durch Ehrgeiz, Fleiss und zielgerichtetes Arbeiten (Trainieren) erstklassige Leistungen zu erbringen und dem Verein möglichst viele, komplett ausgebildete Spieler, zur Verfügung zu stellen.

Dies ist die Messlatte, welcher sich die Trainer und Betreuer des FC Telegraph stellen müssen.

Die aktuelle Klubpolitik des FC Telegraph wird darauf ausgerichtet in den nächsten Jahren, die erste Mannschaft vorwiegend mit Eigengewächsen zusammenzustellen. Dies ist für den Nachwuchsbereich eine sehr interessante Konstellation und wird dazu beitragen alle Mitwirkenden im höchsten Masse zu motivieren.

Basierend auf dieser Grundlage ergeben sich im Nachwuchsbereich im Besonderen

Vier Ziele

die es unbedingt vom ganzen Betreuer-Staff einzuhalten gilt:

Ziel 1

Optimale fussballerische Ausbildung des einzelnen Spielers in den Bereichen Technik, Taktik und Athletik und zwar bewusst in dieser Reihenfolge.

So erreichen wir Ziel 1

- Durch ein gezieltes, interessantes Training sollen alle Nachwuchsspieler individuell gefördert und gefordert werden und so an die persönliche Leistungsgrenze herangeführt werden.
 - Die wichtigsten Trainings spezifischen Punkte dazu stehen im Anhang und sind in die Trainingspläne zwingend einzubeziehen.
 - Die Spieler werden dort eingeordnet, wo sie weder unter noch überfordert sind, auch während der laufenden Saison.
 - Bei mehreren Teams in der gleichen Altersklasse wird nach Leistung und Können eingeteilt, die besten sollen auch im Besten Team spielen.
 - Möglichst viele Techniktrainings durchführen.
 - Technik auch Drillmässig üben, einzeln und in Gruppen
 - Spieler zu Selbstständigkeit und Selbstkritik erziehen und ihnen dabei ehrlich und konstruktiv zu helfen
 - Spieler nicht zu früh auf bestimmte Positionen festbinden, sonder vielseitig ausbilden, vor allem im Kinderfussball.
 - Testspiele gegen höherklassige Gegner ansetzen
 - Frühzeitiges schnuppern bei den Aktiven, B und A - Junioren
 - Fussballerische Hausaufgaben mitnehmen
 - Spieler beim Training einbeziehen, kleinere Gruppen sollen einmal zusammen ein Training gestalten.
 - Im Kinderfussball ohne taktische Fesseln spielen lassen.
-

Ziel 2

Charakterlich und menschlich anständiger Umgang mit Mitspielern, Trainer, Schiedsrichter, Gästen Zuschauer, Funktionären, Gegnern, usw. Kurz sportliches und faires Auftreten, auf und neben dem Platz.

So erreichen wir Ziel 2

- Eigendisziplin ist notwendig, um ein angenehmes, leistungsförderndes Klima herzustellen. Das beginnt mit sauberen Fussballutensilien, einer aufgeräumten Kabine, geht weiter mit Pünktlichkeit und endet mit persönlichem Sälü und Tschüss - Sagen, bei allen Anlässen.
 - Bei Fehlverhalten jeglicher Art (unentschuldigtes Fernbleiben, unsportliches Benehmen, usw.) müssen die Verantwortlichen den Sachverhalt erklären und dem Grund auf die Spur gehen (Eltern einbeziehen) und entsprechend konsequent handeln.
 - Disziplin nicht nur mit Härte erreichen wollen, auch weiche Methoden und eine gewisse Bauernschläue können durchaus zum Erfolg führen. Beispielsweise ständige Meckerer gegenüber den Spielleitern sollen auch einmal die Möglichkeit bekommen ein Trainingsspiel zu leiten.
 - Die Mannschaft mit Miteinander - Reden dazu bringen, dass sie sich selber diszipliniert, das heisst, dass die Verursacher nicht immer vom Betreuer bestraft werden müssen, sonder durch die Mannschaft.
 - Diszipliniertes Verhalten ist von den Verantwortlichen selber im Sinne einer Vorbildfunktion, auf und neben dem Spielfeld, vorzuleben.
-

Ziel 3

Kindern und jugendlichen eine regelmässige, sportliche, kameradschaftliche und attraktive Freizeitbeschäftigung anbieten, damit diese die Anlässe mit Freude und einer möglichst hohen Leistungsbereitschaft besuchen.

So erreichen wir Ziel 3

- Cliquenbildung ist meistens der Anfang vom Ende des Teamgeistes. Beim Training deshalb immer wieder die Gruppen durchmischen.
 - Im Kinderbereich die Kapitänsbinde unter den verschiedenen Spielern zirkulieren lassen. Dies kann auch als Belohnung für tollen Einsatz gelten.
 - Lob austeilen und geduldig Verbesserungen zeigen, dies spornt an und fördert die Lernbereitschaft.
 - Gerechte und faire Behandlung aller Mannschaftsmitglieder.
 - Bei Verhaltensänderungen das Gespräch suchen und wenn nötig die Eltern beiziehen.
 - Auf die Bedürfnisse des einzelnen und der Mannschaft (Trainingszeiten) Rücksicht nehmen, sofern dies möglich ist.
 - Spass und Humor, eingebettet in ein Freudbetontes Training, gehören zum Fussballalltag.
 - Alle Spieler regelmässig mitspielen lassen und ihnen den verdienten Respekt entgegenbringen.
 - Keine Stammplatz - Garantie
 - Abwechslungsreiche Trainingsgestaltung, regelmässige Vereinsinterne Ausbildungs-Morgen sollen dabei unterstützen.
 - Gemeinsam sportliche und/oder aussersportliche Anlässe besuchen.
-

Ziel 4

Kommunikation: alle Beteiligten (auch die Eltern) sind aufgefordert, miteinander zu sprechen und Problemlösungen zu finden, die für alle akzeptabel sind.

So erreichen wir Ziel 4

- Möglichst das direkte Gespräch mit den Betroffenen anstreben, auch die Eltern einbeziehen, mittels Elternabende und/oder Einzelgesprächen.
 - Auf Trainer - Betreuerenebene miteinander Erfahrungsaustausch über Spieler und Spiele betreiben.
 - Der Trainer ist die erste Ansprechperson für seine Spieler oder deren Eltern, sollte sich keine Lösung finden lassen, ist der jeweilige Obmann beizuziehen.
 - Konstruktive, ehrliche und offen Kritik anbringen, ohne die Spieler „Fertigzumachen“
 - Mannschaftssitzungen organisieren und über die Trainings und Spiele sprechen, wenige Minuten reichen dazu.
 - Sich anbahnende Konflikte erahnen und im Keime ersticken.
 - Frühzeitige, vorausschauende Saisonplanung
-

Allgemeine, organisatorische Leitlinien

- Neu Eintretende erstmal schnuppern lassen, dies immer in der pro Alterstufe schwächsten Mannschaft (höher steigen geht besser). Erst wenn der Spieler definitiv eintreten will, den Pass organisieren und die Einteilung vornehmen.
- Wünsche betreffend Übernahme einer neuen Mannschaft sind an den zuständigen Obmann zu richten.
- Die Trainer sind verantwortlich für das Trainingsmaterial und die Vollständigkeit desselben.
- Jede Mannschaft hat nachstehendes Trainingsmaterial zur Verfügung:
 1. 20 Stk. Fussbälle in der entsprechenden Grösse
 2. 20 Stk. Überzieh - Leibchen in verschiedenen Farben
 3. 40 Stk. Markierkegel
 4. 1 Stk. Dresssatz
 5. 1 Stk. Dresstasche

Das restliche Material (Ringe, Markierhüte, usw.) steht für alle Mannschaften zur Verfügung

- Mutwillig zerstörtes Material wird vom Spieler bezahlt.
- Der Club bezahlt für jede Mannschaft höchstens 2 Turniereinsätze pro Halbsaison.
- Mannschaftskassen sind erlaubt.
- **Juniorenbeiträge:**

A - Junioren	300.- CHF
B - Junioren	280.- CHF
C - Junioren	280.- CHF
D - Junioren	250.- CHF
E - Junioren	240.- CHF
F - Junioren	200.- CHF

Bei mehreren Junioren aus derselben Familie müssen alle den vollen Betrag bezahlen.

Erwartungen an die Trainer und Betreuer

- Nachwuchs - Leitbild, allgemeine und organisatorische Leitlinien und die Trainingsmethodik, mit Überzeugung und Konsequenz anwenden.
- Selbstständigkeit
- Disziplin und Pünktlichkeit, Vorbild sein in allen Belangen
- Gegenseitige Unterstützung bei Engpässen
- Durchsetzungsvermögen
- Teamarbeit und Loyalität gegenüber dem Verein und den Spielern
- Initiative zeigen, Aus und Weiterbildung forcieren
- Mit Freude und Begeisterung die Teams führen

Erwartungen an die Nachwuchsspieler

- Leistungsbereitschaft und Lernwille
- Durchhaltevermögen, Geduld, Motivation und Disziplin
- Regelmässiges mitmachen bei Training und Spiel, frühzeitiges Abmelden bei Verhinderung.
- Ehrlichkeit, Kameradschaft, Teamgeist
- Vollständige Ausrüstung bei den Trainings und Spielen mitnehmen

Erwartungen an die Eltern

- Unterstützung des Juniors und seiner Ziele
 - Konstruktive Kritik an den Junior und Trainer
 - Mitmachen bei Autofahrdiensten und Anlässen
 - Kommunikation mit dem Betreuerstab
-

Erwartungen an den Obmann

- Ansprechperson
- Präsenz bei Trainings und Spielen
- Leistungsdenken
- Trainerausbildung
- Organisation und Koordination
- Unterstützung der Trainer und Betreuer

Trainingsmethodik, Kinder / Juniorenfußball

- Kifu - Bereich: Ballgrösse 4 light, Trainingsdauer 60 - 90 Min.
- Junioren: Ballgrösse 5, Trainingsdauer 75 - 90 Min.
- Besser öfters trainieren, dafür kürzere Einheiten
- Trainingseinheiten 3 - 4 mal wiederholen
- Trainingsvorbereitung, damit keine Pausen entstehen
- Spielerisch, spielend trainieren
- Trainingsablauf erklären
- Übungen erklären, oder noch besser vorzeigen (kann auch von einem Spieler gemacht werden)
- **Kein Training bei Verletzungen oder Krankheiten**
- Kein Ausdauer oder Krafttraining im Kifu - Bereich
- Übungen unterbrechen und korrigieren
- Nicht von Spiel zu Spiel trainieren, langfristig planen und üben, Fortschritte brauchen Zeit!

**Nachwuchstraining ist nicht einfach verkleinertes
Erwachsenentraining**

Kleine Felder

- Technikfehler müssen Folgen haben
 - Konzentration und Vorhersehen werden gefördert
 - Kurze Laufwege, Athletik steht nicht im Vordergrund
 - Möglichst rechteckige Felder wie das Original
 - Gut markiert
 - Übersichtliche Anordnung
-

Kleine Gruppen

- 1:1, 2:2, 3:3, 4:4, grössere Gruppen nur wenn es nicht anders geht oder um taktisches Verhalten zu üben
- Minder- gegen Überzahl, regelmässig ins Training einbauen
- Mit und ohne Torhüter trainieren, auch Torhüter ins normale Training einbeziehen
- Möglichst viele Ballberührungen pro Training, Pausen überbrücken mit Jongglieren oder ähnlichem
- Der Trainer stellt die Gruppen zusammen, nicht selber wählen lassen (Cliquenbildung)
- Überschaubarkeit des Spielfeldes und der Spieler

Verschiedene Spiele (Polysportiv)

- Handball, Basketball, Rugby, usw. fördern die Laune und dienen dem besseren Verständnis der Spielsituationen
- Emotionen in die Partien bringen
- Trainingsturniere veranstalten, zBsp: 1. Liga bis Champions League, 4 Felder die Gewinner steigen auf die Verlierer steigen ab.

Koordination

- Vor allem beim Aufwärmen integrieren
- Spiele mit verschiedenen grossen Bällen (Tennisbälle, Handbälle, Rugbybälle)
- Ballone jonglieren
- Spiele mit verschiedenen farbigen Bällen
- Spiele mit verschiedenen grossen Toren, oder mit mehreren Toren
- Laufschulung regelmässig integrieren

Tausende Ballberührungen, Dribblings

- Beschäftigung mit dem Ball, immer und immer wieder
 - Einlaufen und Auslaufen mit Ball
 - Tricks zeigen und beibringen
 - Bewusste Ballschule mit Fuss innen, aussen, oben, unten, Knie, Oberschenkel und Kopf
 - Beidfüssigkeit fordern und fördern
 - Kopf hoch, seitlich blicken
 - Alles in Bewegung ausüben, Fussball ist ein Bewegungssport
 - Dribblings fördern, wenn es zuviel ist korrigieren
 - Drillmässig üben
 - Den Nachwuchs spielen lassen
-

Zielgerichtet spielen- auf Tore oder Ziele

- Verschafft Erfolgserlebnisse
- Immer Ersatzbälle bereithalten
- Korrigieren während den Übungen

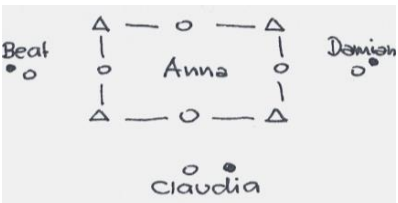
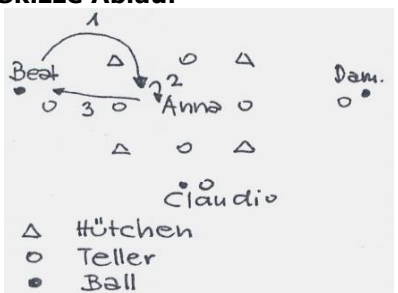
Torschustraining

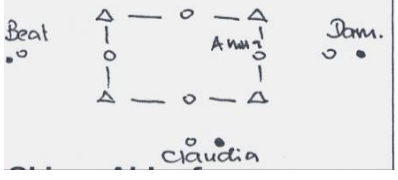
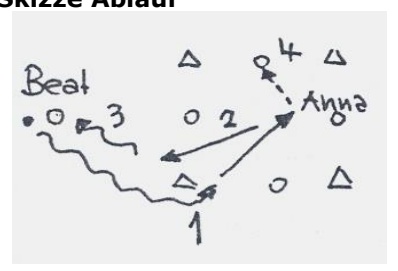
- Nur kurz, konzentriert und temporeich durchführen
- Torschuss selten alleine trainieren, einbeten in eine Übung (nach Flanken, nach Zweikämpfen)
- Torschussspiele auf engem Raum
- Beidfüssigkeit beachten, auch bei Flanken

Nicht empfehlenswert oder sogar falsch

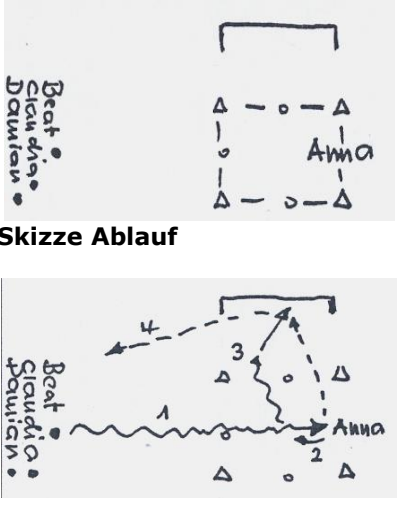
- Spurtübungen im ermüdeten Zustand (am Schluss der Trainings)
 - keine Schnelligkeitsausdauer
 - Zu früh auf bestimmte Positionen festlegen
 - Den schlechtesten ins Tor stellen!!!!!!
 - Stammspielergarantie
 - Körperlich stärkere Spieler, einem schwächeren vorziehen
 - Torschussübungen bei welchen, nur alle 2-3 Minuten eine Ballberührung stattfindet
 - Zu grosse Spielfelder
-

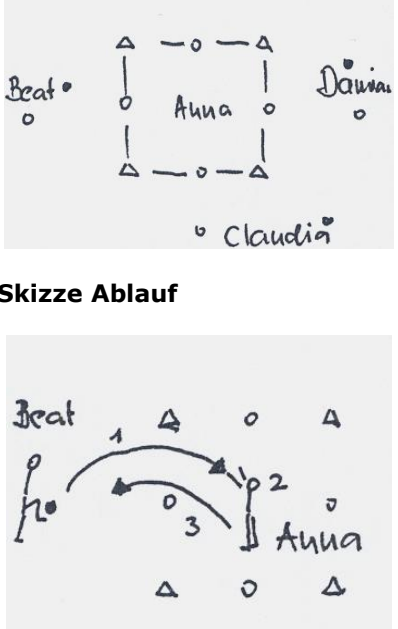
Trainingseinheiten

1. Ballannahme		
<p>Ausgangslage</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anna ohne Ball im Feld - Beat, Claudia und Damian mit dem Ball ausserhalb (hinter den Tellern) <p>Ablauf</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Beat wirft den Ball mit Outeinwurf ins Feld 2 Anna nimmt den Ball an (Ballannahme frei, also zuerst auf den Boden prallen lassen oder aus der Luft direkt berühren) 3 Anna spielt den Ball zu Beat zurück 4 Beat nimmt den Ball in die Hand = erste Runde fertig (ergibt einen Punkt) 5 Nun folgt Claudia, dann Damian, dann wieder Beat 	<p>Skizze Ausgangslage</p>  <p>Skizze Ablauf</p>  <p> △ Hütchen ○ Teller ● Ball </p>	<p>Coaching aus der Sicht des Kindes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ich werfe den Ball so genau, dass mein Partner ihn leicht annehmen kann - Ich spiele den Pass sorgfältig zum Partner zurück - Ich bin stets aufmerksam <p>Organisation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rollenwechsel nach 2 Min. - Totale Dauer: 8 Minuten <p>Fehler</p> <ul style="list-style-type: none"> - den Ball nicht im Feld angenommen - der Rückpass ist nicht angekommen <p>Variante</p> <ul style="list-style-type: none"> - nur mit einem Ball, der Ball „wandert“ weiter

2. Ballführen und flaches Zuspiel		
<p>Ausgangslage</p> <p>Wie bei der Ballannahme</p> <p>Ablauf</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Beat führt den Ball nach rechts zum Hütchen und spielt dort den Ball mit dem re Fuss zu Anna 2 Anna nimmt den Ball an und spielt ihn auf der anderen Seite des Hütchens zu Beat zurück 3 Beat geht zum Start zurück = 1 Punkt 4 Anna geht zum Teller zurück 5 Jetzt startet Claudia, dann Damian, dann wieder Beat 	<p>Skizze Ausgangslage</p>  <p>Skizze Ablauf</p> 	<p>Coaching aus der Sicht des Kindes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ich führe den Ball deutlich neben dem Hütchen vorbei - Ich schaue vor dem Pass den Partner an - Ich spiele den Ball genau zu meinem Partner <p>Organisation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Richtungswechsel nach 2 Min. - Rollenwechsel nach 4 Min. <p>Fehler</p> <ul style="list-style-type: none"> - der Ball kommt nicht an - der Ball berührt ein Hütchen - der Ablauf ist fehlerhaft (zum Beispiel Ball verstopft)

3. Ballführen und Torschuss		
<p>Ausgangslage</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anna steht ohne Ball auf einer Linie des Quadrats 	<p>Skizze Ausgangslage</p>	<p>Coaching aus der Sicht des Kindes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ich spiele den Ball mit der

<p>- Beat, Claudia und Damian stehen ihr mit dem Ball gegenüber</p> <p>Ablauf</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Beat führt den Ball direkt auf Anna zu 2 Kurz vor Anna rollt er den Ball mit der Sohle leicht rückwärts 3 Anna erläuft den Ball, führt ihn kurz und schießt mit dem li Fuss ins Tor = ein Punkt 4 Beat läuft zum Tor, holt den Ball und geht wieder zu Start 5 Nun startet Claudia, dann Damian, dann wieder Beat 	 <p>Skizze Ablauf</p>	<p>Sohle sorgfältig rückwärts</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ich mache meinem Partner den Weg frei - Ich schaue vor dem Schuss auf das Tor - Ich will ins Tor treffen <p>Organisation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rollenwechsel nach 2 Min. - Seitenwechsel nach 8 Min.. <p>Fehler</p> <ul style="list-style-type: none"> - der Ablauf fehlerhaft ist (Ball verstopft) - das Tor wird nicht getroffen - die beiden Spieler stehen sich im Weg <p>Variante</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ball im Flug ins Tor
--	--	--

4. Volley-Zuspiele		
<p>Ausgangslage Wie Übung 1 „Ballannahme“</p> <p>Ablauf</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Beat hat den Ball in der Hand 2 Er spielt den Ball aus der Hand direkt (volley) ins Feld 3 Anna fängt den Ball aus der Luft 4 Nun spielt Anna den Ball auf die gleiche Art zu Beat zurück 5 Beat fängt den Ball aus der Luft. Das ergibt einen Punkt 6 Nun spielt Claudia in die Mitte, dann Damian und dann wieder Beat 	 <p>Skizze Ausgangslage</p> <p>Skizze Ablauf</p>	<p>Coaching aus der Sicht des Kindes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ich drücke die Fussspitze nach unten - Ich schaue vor dem Zuspiel zum Partner - Ich versuche, jedes Zuspiel zu fangen <p>Organisation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fusswechsel nach 2 Min. - Rollenwechsel nach 4 Min. <p>Fehler</p> <ul style="list-style-type: none"> - der Ball fällt zu Boden - das Kind übertritt beim Teller <p>Variante</p> <ul style="list-style-type: none"> - den Ball zu Boden fallen lassen und dann spielen