



Das Trainingskonzept des Jugendfußballs des TVC

„Der wahre Erfolg im Jugendfußball ist der Lernerfolg“

Der TV Cannstatt hat eine neue Philosophie des Nachwuchstrainings entwickelt, die auf die gesamte Persönlichkeitsentwicklung der Kinder gerichtet ist. Durch das Fußballtraining werden wir nicht nur Techniken lehren oder Kondition entwickeln, sondern auch die Kinder aktiv in den Übungs- und Trainingsprozess einbeziehen, so dass neben einer qualitativen Verbesserung ihrer Fähigkeiten auch deren Selbsttätigkeit gefördert wird.

„Alle Kinder sind gleich wichtig...“

Wir sind davon überzeugt, dass der Lernerfolg nur bei hoher Übung – und Spielbeteiligung zu erreichen ist. Wir werden versuchen, dass alle Kinder gleichzeitig und gleich lang üben und spielen werden. Auch bei den Wettkampfspielen gegen andere Mannschaften werden wir darauf achten, dass alle Spieler zum Einsatz kommen – nicht nur die Besten.

„...aber jedes Kind ist anders“

Wir werden die unterschiedlichen Leistungsvoraussetzungen, Erwartungen und Interessen der Kinder berücksichtigen. Die Kinder werden mit unserer Unterstützung lernen, ihr Anspruchsniveau und damit die Aufgabenschwierigkeit selbst zu bestimmen und behutsam zu steigern.

„Für jeden Spieler einen Ball“

Wir werden den Ball in den Mittelpunkt unseres Trainings stellen. Da die Spielformen mit dem Ball immer sehr motivierend und erlebnisreich für die Kinder sind, werden wir versuchen, dass die Zahl der Ballkontakte möglichst hoch sein wird.

„Kinder lernen das Fußballspiel, indem sie Fußball spielen“.

Wenn die Kinder spielen, haben sie die Möglichkeit, die gelernten Techniken auszuprobieren. Die Kinder lernen auch, sich mit anderen Kindern zu verständigen und die Spielregeln zu akzeptieren.

In der Trainingsplanung unterscheiden wir drei Phasen, die aber unabhängig vom kalendarischen Alter des Spielers sind, sondern sich primär an seinem individuellen Können orientieren:

- **Bewegungsschulung:** fußballspezifische Techniken können nur auf Basis sehr gut ausgeprägter motorischer Vielseitigkeit und koordinativer Fähigkeiten erlernt und entwickelt werden. Dazu werden die Kinder mit Spiel und Übungsformen den Umgang mit rollenden, hüpfenden und fliegenden Bällen erwerben.
Allgemeine Bewegungsschulung, Gleichgewichtsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit, Rhythmusfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, Koordinative Fähigkeit
- **Fußballspezifisches Techniktraining:** absolut im Vordergrund steht für uns das Erlernen der Fußballtechniken. Jedes Training wird unter einem Leitthema stehen.
Ballgefühl – Dribbling, Jonglieren, Ball An- und –Mitnahme, Passen-Doppelpass, Kopfball, Tor-schuss, Torhütertechniken
- **Fußball spielen:** zum Ende jeder Trainingseinheit wird immer gespielt, damit wird die gelernte Technik in der Fußballspielform vertieft.



Kleine Fußballspiele mit kleinen Mannschaften auf Tore (z.B. 3:3, 4:4, 6:6 bis 11:11, zwei Tore spiele, Spiele auf ein Tor, Großfeldtore, Kleinfeldtore, Großfeld, Kleinfeld).

Die Trainingseinheiten werden so geplant, dass die Kinder möglichst viel lernen und motiviert trainieren. Im Normalfall dauert eine Trainingseinheit zwischen 60 und 90 Minuten und besteht aus den folgenden Phasen:

1. Aufwärmen, das immer mit dem Ball stattfindet (20-30 Min.)
2. Hauptteil mit einem Schwerpunkt Thema (20-30 Min.)
3. Abschluss-Spiel/Wettkampf (20-30 Min.)

„Trainer leben Teamwork vor“