

# Leitfaden

## Nachwuchsabteilung



**2007**



## Inhaltsverzeichnis

Einleitung.....	3
Leitgedanken .....	4
Ausbildungsziele.....	5
Ausbildung Junioren F (5:5).....	6
Ausbildung Junioren E (7:7) .....	7
Ausbildung Junioren D (9:9) .....	8
Ausbildung Junioren C (11:11) .....	9
Ausbildung Junioren B & A (11:11).....	10
Beurteilung .....	11
Talentförderung .....	12
Verhaltenskodex für Trainer .....	13
Organisatorisches.....	14
Trainingshilfen .....	15



## Leitfaden Nachwuchsabteilung FC-Härkingen

### Einleitung

Die Juniorenabteilung des FC-Härkingens ist in den letzten Jahren stetig gewachsen. Diesen Zulauf an fussballbegeisterten Kindern zieht eine grosse Verantwortung mit sich. Um allen Beteiligten gerecht zu werden, müssen gewisse Rahmenbedingungen geschaffen werden. So wird sichergestellt, dass der Juniorenabteilung ein sicheres Fundament für eine florierende Zukunft gelegt wird. Zudem ist es unser Bestreben, mit den geleisteten Stunden aller Helfer das Optimum zu erzielen in sozialen und sportlichen Gesichtspunkten. Die Verantwortung dieses Strebens liegt in den Händen der Trainer. Es gilt, die Junioren in den verschiedenen Alterskategorien entsprechend auszubilden.

Die Ausbildung unserer Junioren basiert auf dem Konzept des Schweizerischen Fussballverbandes (SFV). Dies ist unterteilt in den Kinderfussball (F, E & D) und den Jugendfussball (C, B & A). Es werden Schwerpunkte aufgezeigt, welche die Arbeit der Trainer erleichtern sollten. Um Juniorenfussball spielen zu lassen, muss man ihn vorgängig verstehen.

Dieses Konzept dient als Orientierung für alle Beteiligten in der Nachwuchsförderung und den Verein als Ganzes. Es zeigt, welche Richtung der FC-Härkingen einschlägt. Natürlich unterliegt dieses Papier einer periodischen Überarbeitung.



## Leitgedanken

Um eine Nachhaltigkeit der Nachwuchsarbeit zu erreichen, müssen alle Beteiligten ihr Bestes leisten und sich an den Vorgaben orientieren. **Unsere Jugend ist unsere Zukunft.**

Nachfolgend einige Grundsätze, die unser Denken und Handeln bestimmen. Diese Gedanken sind nicht nur Theorie, sondern **gelebte Praxis.**

### **Sportlich**

- Unsere Junioren werden als Menschen/Kinder und nicht als Spieler oder Leistungsfussballer gesehen
- Erfolg ist das Nebenprodukt eines intakten Umfeldes
- Unsere Junioren werden ausgebildet für die Aktivmannschaften
- Persönliches Wohlergehen des einzelnen Juniors ist wichtiger als jedes erzielte Tor
- Die Trainer sind entsprechend ausgebildet
- Wir sind bestrebt, alle Juniorenkategorien zu führen
- Interne Förderung von Talenten
- Taktik und Ausbildung ist unabhängig von den Aktivmannschaften

### **Sozial**

- Wir respektieren einander
- Fairplay gegenüber Eltern, Gegner, Spieler, Zuschauer und Schiedsrichter
- Wir wollen in der Region eine Vorbildfunktion in der Nachwuchsarbeit einnehmen
- Grundsätzlich hat jeder ein Recht, beim FC-Härkingen Fussball zu spielen
- Trainer übernehmen Verantwortung und Vorbildfunktion
- Bindeglied zum Aktivfussball



## Ausbildungsziele

Hier vier Ziele, die es unbedingt anzustreben gilt:

### Ziel 1

---

Optimale fussballerische Ausbildung des einzelnen Spielers in den Bereichen Technik (Einzelausbildung), Taktik (Teamausbildung), Koordination und koordinative Fähigkeiten

### Ziel 2

---

Charakterlich und menschlich anständiger Umgang mit Mitspielern, Trainer, Schiedsrichter, Zuschauer, Gegner und Funktionären

### Ziel 3

---

Kinder und Jugendlichen eine regelmässige, sportlich gezielte, kameradschaftliche und attraktive Freizeitgestaltung bieten.

### Ziel 4

---

Alle Beteiligten (auch die Eltern) sind aufgefordert, miteinander zu kommunizieren.

**Junioren sind wie Kinder,  
nicht kleine Erwachsene!**

## Ausbildung Junioren F (5:5)

### Grundsätze

- Einführung in den Fussball (Technik)
- Spass an der Bewegung
- Teamfähigkeit und soziales Verhalten
- Spieler auf vielen Positionen einsetzen
- Spielerfahrung und Selbständigkeit entwickeln



### Schwerpunkte Ausbildung *(Koord./Kondition/Soz. Elem. nur provisorisch)*

Technik	Taktik	Koordination	Kondition	Soziale Elemente
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Beidfüssigkeit</li> <li>■ Ballführung</li> <li>■ Flachpass kurz</li> <li>■ Ballannahme</li> <li>■ Torschuss</li> </ul>	<p><i>Spielformen mit:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Spiel auf Tore</li> <li>■ Kleine Teams (2:2, 3:3, <b>4:4</b>)</li> <li>■ Raumaufteilung</li> <li>■ Zusammenspiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Orientierung</li> <li>■ Antizipation</li> <li>■ Laufschulung</li> <li>■ Gleichgewicht</li> <li>■ Rhythmus</li> <li>■ Differenzieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Beweglichkeit</li> <li>■ Geschicklichkeit</li> <li>■ Polysportiv</li> </ul> <p><i>Fangspiele, Staffeln und Hindernisparcours</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Teamsinn</li> <li>■ Uebungsdisziplin</li> <li>■ Verhalten auf dem Platz</li> <li>■ Mitspieler respektieren</li> <li>■ Spielfreude</li> </ul>

### Verhalten/Umsetzung

Trainer/Coach/Betreuer	Junior
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Besitz KIFU-Diplom</li> <li>■ Freund, Helfer und Förderer</li> <li>■ Alle gleich behandeln</li> <li>■ Spielfreude vermitteln</li> <li>■ Soziale/sportliche Werte vorleben</li> <li>■ Fairness bei Niederlagen zeigen</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Übungen ohne Druck</li> <li>■ Übungen vorzeigen (visualisieren)</li> <li>■ Laufend korrigieren und loben</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Mindestens ein Betreuer für 8 Spieler (Wunsch)</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kontakt zu Eltern pflegen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Abmelden von Training und Spiel</li> <li>■ Kinder helfen mit beim Geräte auf und -abbau</li> <li>■ Kurzes Zusammenkommen vor/nach Training</li> </ul>

## Ausbildung Junioren E (7:7)

### Grundsätze

- Spielfreude, Optimismus, Mut zum Risiko
- Kombinationsspiel
- Spiel über Aussenzonen
- Überzahl in Ballnähe (Bewegung)
- Alle Spieler beteiligen sich defensiv/offensiv
- Spiel ohne Libero
- Torhüter Miteinbeziehen
- Flexibles 3-3 als Grundordnung (2 Linien)



### Schwerpunkte Ausbildung

(Koord./Kondition/Soz. Elem. nur provisorisch)

Technik	Taktik	Koordination	Kondition	Soziale Elemente
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Beidfüßigkeit</li> <li>■ Ballführung</li> <li>■ Flachpass k + l</li> <li>■ Ballannahme</li> <li>■ Ballmitnahme</li> <li>■ Torschuss</li> <li>■ Dribbeln/Finten</li> <li>■ Zweikampf</li> <li>■ 4er-Drill (*)</li> <li>■ Torhütertraining</li> </ul> <p>Einführung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Flugball</li> <li>■ Zuspiel Volley</li> <li>■ Jonglieren</li> </ul>	<p><i>Spielformen mit:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 1:1, 2:1, 1:2</li> <li>■ <b>def./off.</b></li> <li>■ 3:1 / 4:1</li> <li>■ Freilaufen</li> <li>■ 2:2, Zone</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Aufbau hinten</li> <li>■ Flügelspiel</li> <li>■ Abschluss aus allen Lagen</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Magnettafel</li> <li>■ Schulung 7:7</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Orientierung</li> <li>■ Antizipation</li> <li>■ Laufschulung</li> <li>■ Rhythmisierung</li> <li>■ Gleichgewicht</li> <li>■ Antizipation</li> <li>■ Differenzieren</li> <li>■ Räumliches Sehen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Beweglichkeit</li> <li>■ Schnelligkeit</li> <li>■ Stopp and Go</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Teamsinn</li> <li>■ Disziplin</li> <li>■ Spielfreude</li> <li>■ Aufgaben übernehmen</li> <li>■ Respekt</li> <li>■ Hygiene (Duschen, Bälle, Schuhwerk)</li> <li>■ Konzentration</li> </ul>

(\*) Ballführen / Zuspiel / Ballan- und Mitnahme / Torschuss

### Verhalten/Umsetzung

Trainer/Coach/Betreuer	Junior
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Besitz KIFU-Diplom</li> <li>■ Freund, Helfer und Förderer</li> <li>■ Alle gleich behandeln</li> <li>■ Soziale/sportliche Werte vorleben</li> <li>■ Fairness bei Niederlagen zeigen</li> <li>■ Übungen vorzeigen (visualisieren)</li> <li>■ Laufend korrigieren und Loben</li> <li>■ Keine Kritik gegenüber Schiedsrichter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Abmelden von Training und Spiel</li> <li>■ Pünktlichkeit</li> <li>■ Kurzes Zusammenkommen vor/nach Training</li> <li>■ Kinder helfen mit beim Geräteauf und -abbau</li> <li>■ Ordnung in Garderoben</li> <li>■ Dress auf drei Haufen legen</li> <li>■ Leibchen in den Hosen</li> <li>■ Schienbeinschoner obligatorisch</li> </ul>

## Ausbildung Junioren D (9:9)

### Grundsätze

- Spielfreude, Optimismus, Mut zum Risiko
- Konsequent den Abschluss suchen
- Raum schaffen durch Bewegung für ein flüssiges, offensives Kombinationsspiel
- Spiel über Aussenzonen
- Alle greifen an, alle verteidigen
- Flexibles 3:3:2, 2:3:3 oder 3:2:3 (auf 3 Linien)
- Zentrumsspieler schaffen Überzahl und Unterstützung
- Umsetzung Technik und Taktik ins Spiel
- Grundzüge 4er-Kette
- Vorbereitung auf 11er-Fussball



### Schwerpunkte Ausbildung

(Koord./Kondition/Soz. Elem. nur provisorisch)

Technik	Taktik	Koordination	Kondition	Soziale Elemente
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Beidfüssigkeit</li> <li>■ Jonglieren</li> <li>■ Ballschule (u.a. Finten)</li> <li>■ Flugball</li> <li>■ Torschuss</li> <li>■ Dribblings</li> <li>■ Zweikampf</li> <li>■ 4er-Drill in Bewegung (*)</li> <li>■ Spezifisches Torhütertraining</li> </ul> <p>Einführung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kopfball</li> </ul>	<p><i>Spielformen mit:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 1:1, 2:1, 1:2</li> <li>■ 3:1 / 4:1</li> <li>■ Freilaufen</li> <li>■ Aufbau hinten, kombinieren</li> <li>■ Übergang</li> <li>■ Abwehr/Angriff</li> <li>■ Spiel über Aussenzonen</li> <li>■ Zonendeckung</li> <li>■ Abschluss aus allen Lagen</li> <li>■ Schulung 9:9</li> <li>■ Spielwitz</li> <li>■ 4er-Kette</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Orientierung</li> <li>■ Antizipation</li> <li>■ Laufschulung</li> <li>■ Rhythmisierung</li> <li>■ Gleichgewicht</li> <li>■ Antizipation</li> <li>■ Differenzieren</li> <li>■ Reaktion</li> <li>■ Zeitliche Belastung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Beweglichkeit</li> <li>■ Schnelligkeit</li> <li>■ Gewandtheit</li> <li>■ Stopp and Go</li> </ul> <p>Mit/ohne Ball</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Teamsinn</li> <li>■ Disziplin</li> <li>■ Polysportiv</li> <li>■ Aufgaben übernehmen</li> <li>■ Respekt</li> <li>■ Hygiene (Duschen, Bälle, Schuhwerk)</li> </ul>

(\*) Ballführen / Zuspiel / Ballan- und Mitnahme / Torschuss

### Umsetzung

Trainer/Coach/Betreuer	Junior
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ C-Diplom</li> <li>■ Freund, Helfer und Förderer</li> <li>■ Alle gleich behandeln</li> <li>■ Soziale/sportliche Werte vorleben</li> <li>■ Fairness bei Niederlagen zeigen</li> <li>■ Übungen in Bewegung und intensiv</li> <li>■ Spielaufbau von hinten im Wettkampf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Abmelden von Training und Spiel</li> <li>■ Pünktlichkeit</li> <li>■ Kurzes Zusammenkommen vor/nach Training</li> <li>■ Kinder helfen mit beim Geräteauf und -abbau</li> <li>■ Ordnung in Garderoben</li> <li>■ Verantwortung übernehmen</li> </ul>



## Ausbildung Junioren C (11:11)

### Grundsätze

- Spielfreude, Begeisterung und Teamgeist stehen über allem
- Spiel über Aussenzonen
- Angriffsspressing
- Rasches Aufrücken der Abwehr
- Aggressives und kollektives Zweikampf- und Spielverhalten
- Fairplay
- Flexibles 4:4:2, 4:3:3, oder 3:4:3 als Grundordnung
- Spiel **ohne** Libero
- Beide Aussenverteidiger und die beiden Mittelfeldspieler (aussen) schalten sich in den Angriff ein über die Aussenzonen
- Zentrale Mittelfeldspieler nicht zu früh spezialisieren
- Alle Spieler beteiligen sich am Offensiv- und Defensivspiel
- 4er-Kette



### Schwerpunkte Ausbildung

(Koord./Kondition/Soz. Elem. nur provisorisch)

Technik	Taktik	Koordination	Kondition	Soziale Elemente
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Zweikampf/Unterstützung (1:1, 1:2, 2:1, 1:2)</li> </ul> <p><i>Technik unt. Druck &amp; in Bewegung:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Dribblings</li> <li>■ Ballkontrolle</li> <li>■ Pass</li> <li>■ Flanke</li> <li>■ Kopfball</li> <li>■ Spezifisches Torhütertraining</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Organisation (4:4:2, 3:4:3)</li> <li>■ Ballgewinn und Umschalten auf Angriff</li> <li>■ Aufbau hinten</li> <li>■ Spiel in Tiefe und Abschluss</li> <li>■ Flügelspiel, Flanken, Tor</li> <li>■ Zonendeckung</li> <li>■ Ballverlust und Umschalten</li> <li>■ Abwehrkette</li> <li>■ Stehende Bälle off./def.</li> <li>■ Schulung 11:11 (Magnettafel)</li> <li>■ Spielwitz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Orientierung</li> <li>■ Antizipation</li> <li>■ Laufschiule</li> <li>■ Rhythmisierung</li> <li>■ Gleichgewicht</li> <li>■ Antizipation</li> <li>■ Reaktion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Beweglichkeit</li> <li>■ Schnelligkeit</li> <li>■ Antritts-Schnelligkeit</li> </ul> <p>Mit/ohne Ball</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Teamsinn</li> <li>■ Disziplin</li> <li>■ Polysportiv</li> <li>■ Aufgaben übernehmen</li> <li>■ Respekt</li> <li>■ Hygiene (Duschen, Bälle, Schuhwerk)</li> </ul>

### Umsetzung

Trainer/Coach/Betreuer	Junior
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Besitz C-Diplom</li> <li>■ Freund, Helfer und Förderer</li> <li>■ Alle gleich behandeln</li> <li>■ Soziale/sportliche Werte vorleben</li> <li>■ Fairness bei Niederlagen zeigen</li> <li>■ Übungen in Bewegung und intensiv</li> <li>■ Spielaufbau von hinten im Wettkampf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Abmelden von Training und Spiel</li> <li>■ Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit</li> <li>■ Kurzes Zusammenkommen vor/nach Training</li> <li>■ Kinder helfen mit beim Geräteauf und -abbau</li> <li>■ Ordnung in Garderoben</li> <li>■ Verantwortung übernehmen</li> </ul>

## Ausbildung Junioren B & A (11:11)

### Grundsätze

- Wille zum Sieg
- Dynamik, Einsatz und Teamgeist
- Konsequentes Spiel über Aussenzonen
- Langer Pass als gezielte Alternative
- Spiel in die Tiefe und Abschluss
- Verengung gegnerischer Spielräume durch Zonendeckung und Pressing
- Aggressives und kollektives Zweikampf- und Spielverhalten
- Flexibles 4:4:2, 4:3:3, oder 3:4:3 als Grundordnung
- Spiel **ohne** Libero
- Beide Aussenverteidiger und die beiden Mittelfeldspieler (aussen) schalten sich in den Angriff ein über die Aussenzonen
- Alle Spieler beteiligen sich am Offensiv- und Defensivspiel
- 4er-Kette



### Schwerpunkte Ausbildung

(Koord./Kondition/Soz. Elem. nur provisorisch)

Technik	Taktik	Koordination	Kondition	Soziale Elemente
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Zweikampf/ Unterstützung (1:1, 1:2, 2:1, 1:2, 2:3, 3:2, 3:3) off./def.</li> </ul> <p><i>Technik unt. Druck &amp; in Bewegung:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Dribblings</li> <li>■ Ballkontrolle</li> <li>■ Pass</li> <li>■ Flanke</li> <li>■ Kopfball</li> <li>■ Spezifisches Torhütertraining</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Organisation (4:4:2, 3:4:3)</li> <li>■ Ballgewinn und Umschalten auf Angriff</li> <li>■ Aufbau hinten</li> <li>■ Flügelspiel, Flanken, Tor</li> <li>■ Zonendeckung</li> <li>■ Ballverlust und Umschalten</li> <li>■ Abwehrkette</li> <li>■ Stehende Bälle off./def.</li> <li>■ Gegenangriffe (schnell)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Orientierung</li> <li>■ Antizipation</li> <li>■ Rhythmisierung</li> <li>■ Antizipation</li> <li>■ Reaktion</li> <li>■ Zeitliche Belastung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Schnelligkeit</li> <li>■ Ausdauer</li> <li>■ Schnellkraft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Teamgeist</li> <li>■ Disziplin</li> <li>■ Selbstständigkeit</li> <li>■ Aufgaben übernehmen</li> <li>■ Verantwortung</li> <li>■ Mut und Kreativität</li> </ul>

### Umsetzung

Trainer/Coach/Betreuer	Junior
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Besitz C-Diplom/evtl. B-Diplom</li> <li>■ Wettkampfnahes Training</li> <li>■ Übungen in Bewegung und unter Druck</li> <li>■ Fairness bei Niederlagen zeigen</li> <li>■ Übungen in Bewegung und intensiv</li> <li>■ Spielaufbau von hinten im Wettkampf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Vorbild für jüngere Junioren</li> <li>■ Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit</li> <li>■ Kurzes Zusammenkommen vor/nach Training</li> <li>■ Ordnung in Garderoben</li> </ul>



## Beurteilung

Wir verzichten bewusst auf eine Einzelbeurteilung eines jeden einzelnen Juniors. Jeder Trainer wird periodisch zu einem Gespräch aufgefordert. Folgende Aspekte sollten immer Betracht gezogen werden:

- Warum gewinnen wir
- Warum verlieren wir
- Stand anfangs Saison
- Stand Ende Saison

Bei diesem Vorgehen sind einige Indikatoren über den Zustand der Mannschaft sowie das Verhältnis Coach/Spieler zu erfahren.



## Talentförderung

Als Dorfverein ist Qualität und Quantität der Junioren erheblicher Schwankungen ausgesetzt. Diesbezüglich setzt der FC-Härkingen und die Nachwuchsabteilung das Augenmerk auf eine fachgerechte Ausbildung im Breitensport. Das heisst nicht, dass einzelne Trainingselemente keine leistungssportliche Aspekte beinhalten dürfen. Jedoch überlassen wir den totalen, sportlichen Leistungsgedanke den Vereinen im bezahlten Fussball.

Talentierte Spieler unseres Vereines werden an erster Stelle intern gefördert. Es besteht auch die Möglichkeit der frühzeitigen Aufnahme in die Aktivmannschaften.

Ein weiteres Schaufenster für unsere Junioren ist die Gruppierung mit dem SC Fulenbach (Stand Juni 2007). Zusammen wird versucht, willige und begabte Spieler gemeinsam zu fördern.

Grundsätzlich sind wir aber bestrebt, die Junioren in den Kategorien laufen zu lassen, in der sie altersbedingt zugeteilt sind.



## Verhaltenskodex für Trainer

- Keine Kritik am Schiedsrichter
- Händedruck vor und nach jeder Zusammenkunft mit jedem Spieler
- Kein Alkohol- und Zigarettenkonsum während Juniorenbetreuung
- Probleme intern besprechen und nicht extern austragen
- Kommunikation mit anderen Trainern suchen
- Trainer ist Freund, Helfer und Förderer zugleich
- Jedes Kind als eigene Persönlichkeit respektieren und akzeptieren
- KIFU-Trainer duschen **nicht** mit Kinder
- Teilnahme an Trainersitzungen obligatorisch
- Vorbereitung Trainings
- Regelmässig Feedback an Junioren-Obmann
- Standortbestimmung Nach jeder Vor- respektive Rückrunde

## Verhaltenskodex für Spieler

- Respekt vor Gegner und Zuschauer
- Kein Fluchen
- Reinigung Schuhe nach dem Spiel
- Keine Kritik am Schiedsrichter
- Motivieren eigener Spieler
- Fairness gegenüber Mitspieler



## Organisatorisches

- Pro Juniorenkategorie ein Hauptverantwortlicher Trainer (Koordinator und Organisator)
- Trainer muss Trainings vorbereiten (**GAG**-Methode)
- Regelmässig Feedback an Junioren-Obmann (E-Mail genügt)
- Ordnung in Garderoben und Materialraum

Die hauptverantwortlichen Trainer, der J&S Coach sowie der Junioren-Obmann bilden eine ‚Technische Kommission‘. Diese tagt regelmässig und ist für die Einhaltung der Ziele sowie die strategische Ausrichtung zuständig.

## Trainingshilfen

Beim FC Härkingen trainieren wir grundsätzlich die Philosophie des SFV und FCH. Die Trainingsmethode GAG steht im Zentrum der Lektionen und wird entsprechend übermittelt. Dazu stehen die Unterlagen aus den jeweiligen Kursen zur Verfügung.

Das Training muss nicht neu erfunden werden. Trainingshilfen gibt es zur Genüge! Hier ein paar sehr gute Möglichkeiten:

### 1020 Spiel- und Übungsformen im Kinderfussball



### DFB (Deutscher Fussball-Bund)

Der DFB bietet im Internet absolut super Trainingsunterlagen online an. Diese werden sogar per PDF-Datei bereitgestellt. Schaut unbedingt rein. Die Möglichkeiten sind schier unerschöpflich!

Link: [http://www.dfb.de/dfb-info/training/online\\_training/index.html](http://www.dfb.de/dfb-info/training/online_training/index.html)

1. Altersstufe wählen.

2. Nach der Auswahl der Altersstufe findest du unten den Link zur Online-Datenbank.

gezielte Suche	
<b>Trainingsort</b>	Wählen
Sporthalle	<input type="radio"/>
Sportplatz	<input type="radio"/>
<b>Trainingsschwerpunkt</b>	
Wählen	
Zweikampf Angriff	<input type="checkbox"/>
Zweikampf Abwehr	<input type="checkbox"/>
Koordination	<input type="checkbox"/>
Techniktraining	<input type="checkbox"/>
Dribbling	<input type="checkbox"/>
Finten	<input type="checkbox"/>
Torschuss	<input type="checkbox"/>
Pass-Spiel	<input type="checkbox"/>
Ballkontrolle	<input type="checkbox"/>
Suchen:	<input type="button" value="Los"/>
Folgende Trainingsschwerpunkte entfallen bei F- und E-Junioren	
Taktik Angriff, Taktik Abwehr, Torwarttraining, Kopfball, Konditionstraining	
Volltextsuche	
Suchbegriff / e	<input type="text"/>
Suchen:	<input type="button" value="Los"/>

3. Jetzt kannst du den **Trainingsort** und den **Trainingsschwerpunkt** bestimmen.

... und los geht's!