



# SV Planegg-Krailling

## UNSER AUSBILDUNGSKONZEPT IM JUGENDFUSSBALL



# Inhaltsverzeichnis

## 1. Vorwort & Leitbild

## 2. Ziele des Vereins und der Jugendarbeit

- 2.1 Begeisterung für den Fußball wecken und erhalten
- 2.2 Leistung gezielt fördern
- 2.3 Fußball als Lebensschule
- 2.4 Ehrenkodex des SV Planegg-Krailling
- 2.5 Trainer als Schlüsselfiguren

## 3. Ausbildungsphilosophie

## 4. Trainingsstruktur & Inhalte

## 5. Ausbildungsstufen: Inhalte & Ziele

- 5.1 Bambini (4–7 Jahre)
- 5.2 F-Jugend (U8/U9 7–9 Jahre)
- 5.3 E-Jugend (U10/U11 9–11 Jahre – das „goldene Lernalter“)
- 5.4 D-Jugend (U12/U13 11–13 Jahre – letztes Jahr des „goldenem Lernalters“ mit Beginn der Pubertät)
- 5.5 C-Jugend (U14/U15 13–15 Jahre)
- 5.6 B-Jugend (U16/U17 15–17 Jahre)
- 5.7 A-Jugend (U18/U19 17–19 Jahre)

## 6. Zusatzangebote & Fördermaßnahmen

## 7. Zusammenarbeit & Netzwerk

## 8. Organisation & Struktur

## 9. Ausblick & Weiterentwicklung



## Verzicht auf Gendersprache

In der vorliegenden Abhandlung wird bewusst auf die Verwendung von Gendersprache verzichtet. Dies erfolgt aus Gründen der Klarheit und Lesbarkeit, ohne jedoch die Bedeutung der Gleichstellung der Geschlechter zu schmälern. Der Verzicht auf gendergerechte Sprachformen soll keinesfalls als Missachtung der Vielfalt und Gleichberechtigung verstanden werden. Vielmehr wird angestrebt, den Lesefluss zu erleichtern und die Verständlichkeit des Inhalts zu erhöhen.

Es ist wichtig zu betonen, dass alle in diesem Text verwendeten Personenbezeichnungen sowohl weibliche als auch männliche und diverse Personen gleichermaßen einschließen. Damit soll sichergestellt werden, dass sich alle Leserinnen und Leser, unabhängig ihres Geschlechts, angesprochen fühlen.

Wir bitten um Verständnis dafür, dass die Entscheidung, auf Gendersprache zu verzichten, aus praktischen Überlegungen getroffen wurde und nicht als Positionierung gegen gendergerechte Sprache interpretiert werden sollte. Ziel dieses Textes ist es, den Fokus auf die inhaltlichen Aspekte zu legen und dadurch einen klaren und prägnanten Diskurs zu fördern.

## 1. Vorwort & Leitbild

Sehr geehrte Spielerinnen und Spieler, sehr geehrte Eltern, geschätzte Trainerinnen und Trainer,  
es ist uns eine besondere Freude, Ihnen unser umfassendes Ausbildungskonzept zu präsentieren, das wir, der SV Planegg-Krailling, mit großer Sorgfalt und Hingabe entwickelt haben.

Dieses Konzept stellt eine solide Grundlage für unser gemeinsames Handeln, sowohl auf als auch neben dem Spielfeld, dar. Es soll als Kompass dienen, der allen Beteiligten – von den jüngsten Bambini bis hin zur A-Jugend, von den engagierten Eltern bis hin zum gesamten Trainerteam – klare Orientierung und umfassende Unterstützung bietet. Mit diesem Leitfaden möchten wir sicherstellen, dass alle Akteure im Einklang miteinander arbeiten und sich auf gemeinsame Ziele konzentrieren können.

Unser Ziel ist es, die jungen Spielerinnen und Spieler nicht nur in ihren fußballerischen Fähigkeiten zu schulen, sondern sie auch in ihrer ganzheitlichen Entwicklung zu unterstützen. Dabei legen wir großen Wert sowohl auf die sportliche Förderung als auch auf die menschliche Reifung jedes Einzelnen. Es ist unser Anliegen, eine Umgebung zu schaffen, in der Werte wie Respekt, Teamgeist und Verantwortungsbewusstsein gelebt und gestärkt werden.

Wir laden Sie herzlich ein, mit uns zusammenzuarbeiten, um gemeinsam die Grundlage für eine erfolgreiche und erfüllende sportliche Zukunft unserer Kinder zu legen.

Herzliche Grüße

Elvis Didovic

Jugendleiter-Fußball  
SV Planegg-Krailling



## 2. Ziele des Vereins

Unser Verein verfolgt zwei zentrale Ziele:

### 2.1. Begeisterung für den Fußball wecken und erhalten

Das Wecken und Erhalten der Begeisterung für den Fußball ist ein bedeutendes Ziel, das jeden Spieler, unabhängig von seinem Leistungsniveau, einschließt. Unsere Herangehensweise stellt die Freude am Spiel in den Vordergrund, da wir glauben, dass echte Begeisterung die Grundlage für langfristigen Erfolg und Engagement bildet.

#### Zielgruppe:

Unsere Zielgruppe umfasst Spieler aller Altersgruppen und Leistungsklassen. Vom Anfänger bis zum leistungsorientierten Fußballer möchten wir sicherstellen, dass jeder die Möglichkeit hat, die Freude am Fußball zu erleben und zu vertiefen.

#### Ansatz:

Unser Ansatz basiert darauf, eine Umgebung zu schaffen, die Spaß und Lernmöglichkeiten gleichermaßen bietet. Hier sind einige Lösungsansätze, um die Begeisterung zu wecken und zu erhalten:

- **1. Individuelle Förderung:** Durch maßgeschneiderte Trainingsprogramme, die auf die individuellen Bedürfnisse und Fähigkeiten der Spieler eingehen, kann jeder Spieler sein volles Potenzial ausschöpfen. Dies fördert nicht nur die Fähigkeiten, sondern auch das Selbstvertrauen und die Freude am Spiel.
- **2. Kreative Trainingsmethoden:** Der Einsatz von innovativen und abwechslungsreichen Trainingsmethoden kann die Motivation der Spieler erhöhen. Spiele, Herausforderungen und Wettbewerbe, die Spaß machen und gleichzeitig die Fähigkeiten verbessern, halten das Interesse aufrecht.
- **3. Positive Teamkultur:** Eine unterstützende und positive Teamkultur ist entscheidend. Durch den Aufbau eines Gemeinschaftsgefühls und die Förderung von Teamgeist fühlen sich Spieler als Teil eines größeren Ganzen und sind motivierter.
- **4. Feedback und Anerkennung:** Regelmäßiges, konstruktives Feedback und die Anerkennung von Fortschritten und Erfolgen sind entscheidend, um die Motivation aufrechtzuerhalten. Spieler sollen sich wertgeschätzt und gesehen fühlen.
- **5. Einbindung von Familien und Gemeinschaft:** Indem wir Familien und die Gemeinschaft in die Fußballerlebnisse der Spieler einbeziehen, schaffen wir eine unterstützende Umgebung, die das Engagement der Spieler stärkt und die Freude am Spiel teilt.

Durch die Umsetzung dieser Ansätze möchten wir sicherstellen, dass die Begeisterung für den Fußball nicht nur geweckt, sondern auch langfristig erhalten bleibt. Der Schlüssel liegt darin, das Spiel als eine Quelle von Freude und persönlicher Entwicklung zu sehen.



## 2.2. Leistung gezielt fördern

### Ziel: Spielerentwicklung in unseren Leistungsmannschaften, wie z. B. U15 Bay.liga und U17 BOL

Unsere Hauptzielsetzung ist die systematische Förderung der Spieler in unseren Leistungsmannschaften, um ihre individuellen Fähigkeiten zu maximieren und ihre sportliche Karriere nachhaltig zu unterstützen. Dabei liegt der Fokus auf den Teams der U15 Bayernliga und U17 BOL, wo talentierte junge Athleten die Möglichkeit erhalten, sich in einem leistungsorientierten Umfeld weiterzuentwickeln.

#### Strategie:

Durch gezielte Fördermaßnahmen streben wir an, die Spieler langfristig an den Verein zu binden und ihre sportliche Entwicklung zu beschleunigen. Hierbei stehen die individuelle Betreuung und Förderung der Athleten im Vordergrund, um sowohl ihre technischen als auch taktischen Fähigkeiten auszubauen und zu verfeinern.

- **1. Lösungsansätze und Ideen:** Individuelle Trainingspläne: Erstellung maßgeschneiderter Trainingspläne, die auf die spezifischen Stärken und Schwächen jedes Spielers eingehen. Dies ermöglicht eine gezielte Verbesserung der Fähigkeiten und fördert die persönliche Entwicklung.
- **2. Mentoring-Programme:** Etablierung von Mentoring-Programmen, bei denen erfahrene Spieler oder Trainer als Mentoren fungieren. Diese Programme sollen den jüngeren Spielern helfen, sich besser im Team zu integrieren und wertvolle Einblicke in die leistungsorientierte Welt des Sports zu gewinnen.
- **3. Regelmäßige Leistungsanalysen:** Durchführung regelmäßiger Leistungsanalysen, um den Fortschritt der Spieler zu überwachen. Diese Analysen bieten wertvolles Feedback und helfen dabei, die Trainingsmethoden kontinuierlich zu optimieren. Zusätzlich werden Taktikanalysen durch die Aufzeichnung der Spiele integriert.
- **4. Feedbackgespräche einmal im Quartal:** Regelmäßige Feedbackgespräche bieten den Spielern die Möglichkeit, ihre Fortschritte zu besprechen und individuelle Zielsetzungen zu formulieren.

Durch diese Maßnahmen hoffen wir nicht nur die sportlichen Leistungen unserer Spieler zu steigern, sondern auch ihre Bindung an den Verein zu stärken und ihre persönliche Entwicklung zu fördern.



## **2.3. Fußball als Lebensschule**

Fußball ist weit mehr als nur ein Spiel, bei dem ein Ball ins Tor befördert wird. Es ist eine faszinierende Welt voller Herausforderungen und Lernmöglichkeiten, die über das Spielfeld hinausreichen. Unser Verständnis von Fußball geht über die bloße Sportart hinaus – wir sehen ihn als eine Lebensschule, die wertvolle Lektionen für das tägliche Leben bietet.

### **Technik, Taktik und Fitness**

Natürlich sind die technischen Fähigkeiten, taktischen Kenntnisse und die körperliche Fitness grundlegende Aspekte des Fußballspiels. Durch intensives Training und ständige Verbesserung in diesen Bereichen entwickeln die Spieler nicht nur sportliche Fähigkeiten, sondern auch Selbstdisziplin und Durchhaltevermögen. Sie lernen, wie man Ziele setzt und hart arbeitet, um diese zu erreichen, was auch außerhalb des Sports von unschätzbarem Wert ist.

### **Soziale Werte**

Ein ebenso wichtiger Bestandteil unseres Ansatzes ist die Vermittlung von sozialen Werten. Fußball bietet eine ideale Plattform, um Fairness zu praktizieren – sei es durch das Akzeptieren von Entscheidungen des Schiedsrichters oder das respektvolle Verhalten gegenüber Gegnern.

### **Teamgeist**

Der Teamgeist ist ein wesentliches Element des Fußballs. Durch die Zusammenarbeit mit Teamkollegen lernen die Spieler, wie wichtig es ist, gemeinsame Ziele zu verfolgen, die Fähigkeiten anderer zu nutzen und zusammenzuhalten, insbesondere in schwierigen Zeiten. Diese Fähigkeit zur Zusammenarbeit und zum Aufbau starker Beziehungen ist in jedem Lebensbereich von Bedeutung.

### **Selbstverantwortung**

Fußball fördert die Selbstverantwortung, da jeder Spieler eine Rolle im Team hat und für seine Handlungen auf dem Feld verantwortlich ist. Die Fähigkeit, für die eigenen Entscheidungen und deren Konsequenzen einzustehen, ist eine wertvolle Lektion, die das persönliche Wachstum fördert.

### **Disziplin**

Disziplin ist im Fußball unerlässlich, sei es im Training oder während eines Spiels. Indem die Spieler lernen, sich an Regeln zu halten und sich auf ihre Aufgaben zu konzentrieren, entwickeln sie eine Disziplin, die ihnen hilft, auch in anderen Lebensbereichen erfolgreich zu sein.

Insgesamt sehen wir Fußball als eine umfassende Lebensschule, die die Spieler auf vielfältige Weise bereichert und sie darauf vorbereitet, nicht nur auf dem Spielfeld, sondern auch im Leben erfolgreich zu sein.



## **2.4 Ehrenkodex des SV Planegg-Krailling**

### **1. Respekt und Fairplay**

Alle Mitglieder verpflichten sich, Respekt gegenüber Mitspielern, Trainern, Schiedsrichtern und Gegnern zu zeigen. Fairplay steht im Mittelpunkt unseres Handelns auf und neben dem Platz.

### **2. Verantwortung und Vorbildfunktion**

Als Vertreter des Vereins tragen alle Mitglieder Verantwortung für das Image des Vereins. Wir verhalten uns stets vorbildlich und fördern eine positive Vereinsatmosphäre.

### **3. Engagement und Leidenschaft**

Jedes Mitglied zeigt Engagement und Leidenschaft für den Sport und den Verein. Wir setzen uns für die gemeinsamen Ziele ein und unterstützen einander, um Erfolge zu erzielen.

### **4. Teamgeist und Zusammenhalt**

Der Teamgeist ist eine zentrale Säule unseres Vereins. Wir fördern den Zusammenhalt und die Zusammenarbeit und verstehen uns als eine große Familie, in der alle Mitglieder gleich wichtig sind.

### **5. Toleranz und Offenheit**

Unser Verein steht für Vielfalt und Toleranz. Wir akzeptieren und schätzen Unterschiede und fördern eine Kultur der Offenheit, in der sich jeder willkommen fühlt.

### **6. Verantwortungsbewusstsein und Nachhaltigkeit**

Alle Mitglieder tragen Verantwortung für die Umwelt und den nachhaltigen Umgang mit Ressourcen. Wir fördern umweltfreundliche Praktiken und ein Bewusstsein für Nachhaltigkeit.

### **7. Disziplin und Einsatzbereitschaft**

Disziplin und Einsatzbereitschaft sind entscheidend für den sportlichen Erfolg. Jedes Mitglied verpflichtet sich zu regelmäßiger Teilnahme an Trainingseinheiten und Spielen, um die persönliche und gemeinsame Entwicklung zu fördern.

### **8. Kommunikation und Transparenz**

Eine offene und transparente Kommunikation ist unerlässlich für das Funktionieren des Vereins. Alle Mitglieder sind eingeladen, aktiv an Diskussionen teilzunehmen und ihre Meinung respektvoll zu äußern.

### **9. Förderung der Jugend**

Die Förderung der Jugend ist ein zentrales Anliegen unseres Vereins. Wir bieten jungen Talenten die Möglichkeit, sich sportlich und persönlich zu entwickeln, und unterstützen sie auf ihrem Weg.

### **10. Gesundheit und Wohlbefinden**

Die Gesundheit und das Wohlbefinden unserer Mitglieder sind uns wichtig. Wir legen Wert auf eine ausgewogene Ernährung, regelmäßige Bewegung und die Vermeidung von Verletzungen.

Dieser Ehrenkodex dient als Leitfaden für das Verhalten und die Werte, die unser Verein vertritt. Alle Mitglieder sind aufgefordert, diese Prinzipien zu respektieren und aktiv zu leben, um eine positive und erfolgreiche Vereinsgemeinschaft zu gewährleisten.



## 2.5 Trainer als Schlüsselfiguren

### Rolle der Trainer:

Unsere Trainer sind mehr als nur Vermittler von sportlichen Fähigkeiten. Sie fungieren als Vorbilder, diemit ihrem Verhalten und ihrer Einstellung die Werte des Sports verkörpern. Mit ihrer Erfahrung und ihrem Wissen inspirieren sie die Spieler, ihr Bestes zu geben und sich kontinuierlich weiterzuentwickeln.

### Verantwortung:

Die Verantwortung der Trainer geht weit über das bloße Anleiten von Trainingseinheiten hinaus. Sie sind für die ganzheitliche Entwicklung der Spieler verantwortlich, sowohl auf sportlicher als auch auf persönlicher Ebene. Durch ihre Vorbildfunktion prägen sie das soziale und emotionale Umfeld der Mannschaft. Indem sie Vertrauen aufbauen und die individuellen Stärken jedes Spielers fördern, tragen sie entscheidend zur positiven Entwicklung des Teams bei. Trainer sind daher ein unverzichtbarer Bestandteil unseres Ausbildungskonzepts und tragen wesentlich dazu bei, dass die Spieler nicht nur sportlich, sondern auch menschlich wachsen.



### **3. Ausbildungsphilosophie**

Ein umfassendes Ausbildungskonzept bildet die Basis, das sich an den folgenden grundlegenden Prinzipien orientiert:

#### **1. Langfristiger, systematischer und altersgerechter Aufbau der Leistungsfähigkeit**

Unsere Philosophie zielt darauf ab, die Leistungsfähigkeit unserer Spieler langfristig und systematisch zu entwickeln. Dabei berücksichtigen wir das jeweilige Alter und den Entwicklungsstand der Spieler, um eine optimale Förderung zu gewährleisten.

#### **2. Ganzheitliches Ausbildungskonzept**

Wir setzen auf ein umfassendes Konzept, das verschiedene Prinzipien umfasst, um die bestmögliche Entwicklung der Spieler zu fördern.

#### **3. Individuelle Entwicklung vor kurzfristigem Erfolg**

Der Fokus liegt auf der individuellen Entwicklung jedes einzelnen Spielers. Kurzfristige Erfolge treten in den Hintergrund, um langfristige Fortschritte zu sichern.

#### **4. Spaß und Motivation als Treiber für nachhaltiges Lernen**

Freude am Spiel und Motivation sind entscheidend für nachhaltiges Lernen. Wir fördern eine positive Umgebung, in der Spieler mit Begeisterung lernen und sich verbessern.

#### **5. Technik vor Taktik in den frühen Jahren**

In den Anfangsjahren steht die technische Ausbildung im Vordergrund. Die Vermittlung von Taktik erfolgt erst später, um eine solide technische Basis zu schaffen.

#### **6. Frühzeitige Schulung von Spielintelligenz und Kreativität**

Wir legen großen Wert auf die Entwicklung von Spielintelligenz und Kreativität. Spieler sollen früh lernen, Situationen eigenständig zu bewerten und kreative Lösungen zu finden.

#### **7. Systematischer Aufbau der Ausbildungsstufen**

Unsere Ausbildungsstufen sind systematisch gestaltet und bauen aufeinander auf. Sie sind an den biologischen und psychischen Entwicklungsstand der Spieler angepasst.

#### **8. Ziel der Ausbildung**

Das Ziel ist es, nicht nur leistungsstarke Spieler für den gehobenen Jugendfußball auszubilden, sondern auch verantwortungsvolle Teamplayer, die im Leben bestehen können.



## 4. Trainingsstruktur & Inhalte

Unser Training folgt einer klaren und durchdachten Struktur, die auf mehreren essenziellen Säulen basiert. Diese Struktur stellt sicher, dass die Spieler eine umfassende und ausgewogene Ausbildung erhalten, die ihren individuellen Bedürfnissen und Fähigkeiten gerecht wird.

- **1. Regelmäßiges Mannschaftstraining:** Je nach Altersstufe bieten wir 2 bis 3 Trainingseinheiten pro Woche an. Diese Einheiten zielen darauf ab, die technischen, taktischen und strategischen Fähigkeiten der Spieler zu verbessern. Durch regelmäßige Praxis und Wiederholung werden die Spieler in der Lage sein, ihr spielerisches Können kontinuierlich zu verbessern. Unser Fokus liegt darauf, eine harmonische Teamdynamik zu schaffen, die sowohl die individuellen Stärken der Spieler als auch die kollektive Leistung der Mannschaft fördert.
- **2. Fördertraining für besonders talentierte und motivierte Spieler:** Dieses spezielle Training richtet sich an Spieler, die überdurchschnittliches Talent und großes Engagement zeigen. In kleineren Gruppen und mit intensiver Betreuung durch unsere erfahrenen Trainer können die Spieler gezielt an ihren Stärken arbeiten und ihre Schwächen ausgleichen. Ziel ist es, ihnen die Möglichkeit zu geben, ihr volles Potenzial auszuschöpfen und ihre Fähigkeiten auf das nächste Level zu heben.
- **3. Torwarttraining durch spezialisierte Trainer ab E-Jugend:** Das Torwarttraining wird von Trainerinnen und Trainern durchgeführt, die sich auf die Ausbildung von Torhütern spezialisiert haben. Ab der E-Jugend erhalten unsere Torhüter individualisiertes Training in kleinen Gruppen von 1 bis 5 Spielern, das auf die speziellen Anforderungen ihrer Position abgestimmt ist. Dazu gehören Reaktionsschnelligkeit, Sprungkraft, Fangtechnik und das Spiel mit dem Ball am Fuß. Das Training zielt darauf ab, ihre Fähigkeiten zu schärfen und ihnen das Selbstvertrauen zu geben, das Spiel entscheidend zu beeinflussen.
- **4. Athletiktraining ab der D-Jugend:** Um die physische Entwicklung der Spieler zu fördern und Verletzungen vorzubeugen, integrieren wir ab der D-Jugend ein speziell abgestimmtes Athletiktraining. Dieses Training konzentriert sich auf die Verbesserung der Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination. Durch gezielte Übungen wird nicht nur die allgemeine Fitness der Spieler gesteigert, sondern auch ihr Körper auf die Anforderungen des Spiels optimal vorbereitet.
- **5. Taktische Schulung:** Neben den physischen und technischen Aspekten legen wir großen Wert auf die taktische Ausbildung unserer Spieler. In taktischen Schulungen werden die Spieler mit verschiedenen Spielsystemen und -strategien vertraut gemacht. Ziel ist es, das Verständnis für Spielabläufe zu vertiefen und die Fähigkeit zu entwickeln, in unterschiedlichen Spielsituationen die richtigen Entscheidungen zu treffen.
- **6. Mentale Stärke und Teamgeist:** Ein weiteres wichtiges Element unserer Trainingsphilosophie ist die Förderung der mentalen Stärke und des Teamgeists. Durch gezielte Maßnahmen und Übungen sollen die Spieler lernen, mit Druck umzugehen, Rückschläge zu überwinden und als Einheit zusammenzuarbeiten. Der Fokus liegt darauf, ein positives und unterstützendes Umfeld zu schaffen, in dem sich jeder Spieler wertgeschätzt fühlt und sein Bestes geben kann.

Unser übergeordnetes Ziel ist es, unseren Spielern ein vielseitiges, anspruchsvolles und altersgerechtes Trainingsangebot zu bieten, das sie bestmöglich auf den nächsten Schritt vorbereitet – sei es der Aufstieg in eine höhere Mannschaft, die Aufnahme in ein Förderprogramm, oder der Sprung in den Herrenbereich.



## 5. Ausbildungsstufen: Inhalte & Ziele

### 5.1. „Bambini“ (4-7 Jahre)

#### Allgemeines zu der Altersstufe:

Kinder im Alter von vier bis sieben Jahren befinden sich in einer spannenden Entwicklungsphase, in der sie ihre motorischen Fähigkeiten und sozialen Kompetenzen stetig erweitern. Diese Altersstufe ist geprägt von einer natürlichen Neugierde und einem großen Drang, Neues auszuprobieren. Die Kinder sind in der Lage, einfache Anweisungen zu befolgen und zeigen Freude an Bewegung und Teamaktivitäten.

#### Merkmale in dem Alter:

- **Motorische Entwicklung:** Kinder entwickeln ihre Grundmotorik, einschließlich Laufen, Springen und Rollen.
- **Soziale Fähigkeiten:** Sie beginnen, soziale Interaktionen zu verstehen und Freundschaften zu schließen.
- **Kognitive Entwicklung:** Die Fähigkeit, einfache Regeln zu verstehen und sich auf Aufgaben zu konzentrieren, nimmt zu.
- **Emotionales Wachstum:** Kinder zeigen ein wachsendes Selbstbewusstsein und Lust am Spielen.

#### Anforderungen an das Training:

- **Spielerisch und abwechslungsreich:** Die Trainings sollten spielerisch gestaltet werden, um die natürliche Neugier zu fördern.
- **Kurze Einheiten:** Aufgrund der kurzen Aufmerksamkeitsspanne sollten die Trainingseinheiten nicht zu lang sein.
- **Viel Bewegung:** Aktivitäten mit hohem Bewegungsanteil halten die Kinder engagiert. Individuelle Aufmerksamkeit: Kleine Gruppen ermöglichen es, auf die Bedürfnisse jedes Kindes einzugehen.

#### Anforderungen an den Trainer:

- **Geduld und Einfühlungsvermögen:** Ein Trainer sollte Verständnis für die Bedürfnisse und das Tempo der Kinder haben.
- **Kreativität:** Die Fähigkeit, abwechslungsreiche und spielerische Übungen zu entwickeln, ist wichtig.
- **Kommunikationsfähigkeit:** Klare und einfache Anweisungen helfen den Kindern, Aufgaben zu verstehen.
- **Motivationsfähigkeit:** Der Trainer sollte in der Lage sein, die Kinder zu ermutigen und zu loben.

#### Ziele:

- **Spaß am Spiel entdecken:** Die Kinder sollen Freude am Fußballspielen finden. Erste Bewegungs- und Ballgewöhnung: Die Kinder sollen grundlegende Ballfertigkeiten in einer entspannten Umgebung erlernen.
- **Teamgefühl entwickeln:** Die Bedeutung der Zusammenarbeit im Team wird vermittelt.



## Umsetzung:

- **Kleine Gruppen:** Dies ermöglicht individuelle Betreuung und fördert das Gemeinschaftsgefühl.
- **Vielseitige Übungen:** Abwechslungsreiche Übungen halten das Interesse der Kinder aufrecht.
- **Positive Verstärkung:** Lob und Anerkennung für Erfolge motivieren die Kinder.

## Trainingsstruktur:

- **Aufwärmen:** Spiele, die die Grundmotorik fördern, wie „Fangen“ oder „Hindernislauf“.
- **Hauptteil:** Kurze Übungen zu Ballgefühl und einfache Spielformen, die Spaß machen.
- **Abschluss:** Ein kleines Spiel oder eine gemeinsame Übung zur Förderung des Teamgefühls.

## Spielform und Leistung:

- **Spielform:** Funino, eine Kleinfeldspielform, die den Kindern hilft, ihre Spielfähigkeiten zu entwickeln.
- **Leistung:** Der Fokus liegt nicht auf Leistung, sondern auf Spaß und persönlichem Wachstum. Es gibt keinen Leistungsdruck, sondern die Förderung individueller Fortschritte.

## 5.2. F-Jugend (U8/U9, 7–9 Jahre)

### Allgemeines zu der Altersstufe:

Kinder im Alter von sieben bis neun Jahren befinden sich in einer dynamischen Entwicklungsphase, die durch ein schnelles Wachstum ihrer physischen und kognitiven Fähigkeiten gekennzeichnet ist. In dieser Altersstufe beginnen Kinder, komplexere Bewegungsmuster zu erlernen und entwickeln ein stärkeres Interesse an strukturierten Teamaktivitäten. Sie sind in der Lage, detailliertere Anweisungen zu verstehen und zeigen eine steigende Fähigkeit, sich auf Aufgaben zu konzentrieren.

### Merkmale in dem Alter:

- **Motorische Entwicklung:** Kinder in diesem Alter verbessern ihre Koordination und Geschicklichkeit. Sie beginnen, fortgeschrittenere Bewegungen wie Dribbeln und präzises Passen zu erlernen.
- **Soziale Fähigkeiten:** Die Fähigkeit, in einem Team zu arbeiten, wird stärker ausgeprägt. Kinder beginnen, die Rolle von Führung und Zusammenarbeit zu verstehen.
- **Kognitive Entwicklung:** Kinder sind in der Lage, komplexere Regeln zu verstehen und strategisches Denken zu entwickeln, was im Spiel von Vorteil ist.
- **Emotionales Wachstum:** Sie entwickeln ein stärkeres Selbstbewusstsein und beginnen, mit Erfolg und Misserfolg besser umzugehen.

### Anforderungen an das Training:

- **Strukturiert und dennoch spielerisch:** Die Trainings sollten eine klare Struktur haben, jedoch spielerische Elemente enthalten, um das Interesse der Kinder zu wecken.
- **Körperliche Aktivität:** Längere Einheiten mit einem hohen Maß an körperlicher Aktivität sind förderlich.
- **Techniktraining:** Einführung in grundlegende Techniken wie Passen, Schießen und Dribbeln.
- **Kleine Wettkämpfe:** Einbau von kleinen, freundlichen Wettbewerben, um den Ehrgeiz der Kinder zu fördern.

### Anforderungen an den Trainer:

- **Fachkenntnis:** Ein Trainer sollte über fundierte Kenntnisse der Grundlagen des Fußballs verfügen.
- **Förderung von Teamgeist:** Die Fähigkeit, ein starkes Teamgefühl zu fördern, ist entscheidend.
- **Anpassungsfähigkeit:** Der Trainer sollte in der Lage sein, das Training an die individuellen Bedürfnisse der Kinder anzupassen.
- **Motivation und Begeisterung:** Die Fähigkeit, Kinder zu inspirieren und für den Sport zu begeistern.



## Ziele:

- **Technikverständnis entwickeln:** Die Kinder sollen grundlegende Fußballtechniken erlernen und anwenden.
- **Teamwork fördern:** Die Bedeutung der Zusammenarbeit und des gegenseitigen Respekts wird vermittelt.
- **Selbstvertrauen stärken:** Durch Erfolgserlebnisse im Training und Spiel wird das Selbstbewusstsein der Kinder gestärkt.

## Umsetzung:

- **Regelmäßige Trainingseinheiten:** Feste Trainingstage schaffen Routine und fördern die kontinuierliche Entwicklung.
- **Variation in den Übungen:** Eine Vielzahl von Übungen hält das Training spannend und fördert unterschiedliche Fähigkeiten.
- **Individuelles Feedback:** Regelmäßige Rückmeldungen helfen den Kindern, ihre Fähigkeiten zu verbessern und ihre Fortschritte zu erkennen.

## Trainingsstruktur:

- **Aufwärmen:** Spiele, die die Beweglichkeit und Koordination fördern, wie „Katzen und Mäuse“ oder „Balljagd“.
- **Hauptteil:** Fokussiert auf Techniktraining und kleine Spielformen, um die erlernten Fähigkeiten anzuwenden.
- **Abschluss:** Ein kleines Spiel oder eine Übung, die das Gelernte zusammenfasst und den Teamgeist stärkt.

## Spielform und Leistung:

- **Spielform:** Kleinfeldspiele, die den Kindern ermöglichen, ihre taktischen Fähigkeiten und ihr Spielverständnis zu entwickeln.
- **Leistung:** Der Fokus liegt weiterhin auf Spaß und persönlichem Wachstum. Der Wettkampfgedanke wird spielerisch integriert, ohne Leistungsdruck zu erzeugen.



## 5.3. E-Jugend (U10/U11, 9–11 Jahre – das „goldene Lernalter“)

### Allgemeines zu der Altersstufe:

In der E-Jugend befinden sich Kinder im Alter von 9 bis 11 Jahren. Diese Phase wird oft als das „goldene Lernalter“ bezeichnet, da Kinder in diesem Alter besonders aufnahmefähig und lernbegierig sind. Es ist entscheidend für die Entwicklung grundlegender sportlicher Fähigkeiten und die Förderung der Freude am Spiel. Kinder in dieser Altersstufe befinden sich in einem dynamischen Entwicklungsstadium, in dem sie sowohl körperlich als auch geistig rasch Fortschritte machen.

### Merkmale in dem Alter:

- **Körperliche Entwicklung:** Kinder zeigen in diesem Alter eine schnelle Verbesserung ihrer motorischen Fähigkeiten, Beweglichkeit und Koordination. Kognitive Fähigkeiten: Die Fähigkeit, komplexe Anweisungen zu verstehen und umzusetzen, nimmt zu.
- **Soziale Interaktion:** Teamarbeit und soziale Fähigkeiten entwickeln sich weiter, was für das Mannschaftsspiel von Vorteil ist.
- **Emotionale Entwicklung:** Kinder beginnen, ein besseres Verständnis für Emotionen und soziale Regeln zu entwickeln.

### Anforderungen an das Training:

Das Training sollte abwechslungsreich und spielerichtet gestaltet sein, um die Motivation und den Spaß der Kinder zu fördern. Wichtige Aspekte sind:

- Förderung der technischen Grundlagen wie Dribbling, Passen und Schießen.
- Einführung in taktische Grundprinzipien.
- Stärkung der konditionellen Fähigkeiten durch spielerische Übungen.

### Anforderungen an den Trainer:

#### Ein Trainer in dieser Altersgruppe sollte:

- Geduld und Empathie besitzen, um auf die Bedürfnisse und Fragen der Kinder einzugehen.
- Motivationsfähigkeiten haben und in der Lage sein, ein positives und unterstützendes Umfeld zu schaffen.
- Grundlegende sportpädagogische Kenntnisse besitzen und diese altersgerecht anwenden können.

### Ziele:

- Entwicklung grundlegender Fußballtechniken und -taktiken.
- Förderung der Teamfähigkeit und des fairen Spiels.
- Schaffung einer positiven Einstellung zum Sport und zum lebenslangen Lernen.

### Umsetzung:

- **Regelmäßige Trainings:** Mindestens zwei bis drei Mal pro Woche, um Kontinuität und Fortschritt zu gewährleisten.
- **Freundschaftsspiele und Turniere:** Gelegenheiten bieten, um das Gelernte in Spielsituationen anzuwenden.

### Trainingsstruktur:

- **Aufwärmungen:** Kurze, dynamische Übungen, um die Muskulatur zu aktivieren.
- **Technikübungen:** Fokus auf Ballkontrolle und Passübungen.
- **Spielformen:** Kleine Spiele, um das Gelernte unter Wettkampfbedingungen umzusetzen.
- **Abschluss:** Leichtes Auslaufen und Dehnen, gefolgt von einer kurzen Reflexionsrunde.

### Spielform und Leistung:

- **Spielform:** 7 gegen 7 ist eine gängige Spielform, die genügend Raum für individuelles Spiel und Teamtaktiken bietet.
- **Leistung:** Der Fokus liegt auf der individuellen Entwicklung und dem Spaß am Spiel, weniger auf dem Gewinnen von Spielen.



## **5.4. D-Jugend (U12/U13, 11–13 Jahre – letztes Jahr des „goldenen Lernalters“ – Beginn der Pubertät**

### **Allgemeines zu der Altersstufe:**

Die D-Jugend umfasst Kinder im Alter von 11 bis 13 Jahren. In dieser Phase befinden sich die Kinder im letzten Jahr des sogenannten „goldenen Lernalters“ und am Beginn der Pubertät. Diese Lebensphase ist von großen physischen und emotionalen Veränderungen geprägt. Kinder in diesem Alter beginnen, ihre Unabhängigkeit zu entdecken, und entwickeln ein stärkeres Bewusstsein für ihre eigenen Fähigkeiten und Grenzen.

### **Merkmale in dem Alter:**

- **Physische Entwicklung:** Die Kinder erleben oftmals einen Wachstumsschub, der zu Veränderungen in der Koordination und Beweglichkeit führen kann.
- **Kognitive Entwicklung:** Das abstrakte Denken und das Verständnis für komplexe Zusammenhänge werden besser ausgeprägt.
- **Emotionale Entwicklung:** Emotionale Schwankungen sind häufiger, da die Kinder beginnen, ihre Identität zu formen und soziale Bindungen zu vertiefen.

### **Anforderungen an das Training:**

- **Individuelle Förderung:** Jedes Kind sollte entsprechend seiner Fähigkeiten und Bedürfnisse gefördert werden.
- **Techniktraining:** Der Schwerpunkt liegt weiterhin auf der Verbesserung der technischen Fähigkeiten wie Dribbling, Passen und Schießen.
- **Koordinationstraining:** Übungen zur Verbesserung der Bewegungskoordination sind wichtig, um die Auswirkungen des Wachstumsschubs abzufedern.
- **Spielverständnis:** Das taktische Verständnis sollte durch spielpnahe Übungen gefördert werden.

### **Anforderungen an den Trainer:**

- **Einfühlungsvermögen:** Der Trainer sollte in der Lage sein, die emotionalen und physischen Veränderungen der Kinder zu verstehen und darauf einzugehen.
- **Geduld und Flexibilität:** Anpassungsfähigkeit ist entscheidend, um auf individuelle Lernfortschritte und Herausforderungen einzugehen.
- **Förderung der Teamarbeit:** Die Bedeutung von Teamgeist und Zusammenarbeit sollte im Vordergrund stehen.

### **Ziele:**

- **Technische Fähigkeiten verbessern:** Kinder sollten grundlegende Techniken beherrschen und anwenden können.
- **Taktisches Verständnis entwickeln:** Einführung in grundlegende taktische Konzepte und Spielstrategien.
- **Soziale Kompetenzen stärken:** Förderung von Teamarbeit, Fairplay und Respekt.



## **Umsetzung:**

- **Regelmäßiges Training:** Zwei- bis dreimal pro Woche sollte trainiert werden, um kontinuierliche Fortschritte zu gewährleisten.
- **Motivierende Übungen:** Spiele und Übungen sollten so gestaltet werden, dass sie Spaß machen und die Motivation der Kinder hoch bleibt.
- **Feedback-Kultur:** Regelmäßiges konstruktives Feedback hilft den Kindern, sich zu verbessern und selbstbewusster zu werden.

## **Trainingsstruktur:**

- **Aufwärmen:** Allgemeine und spezifische Übungen zur Vorbereitung auf das Training.
- **Technik- und Taktiktraining:** Fokussiertes Training auf spezifische Fähigkeiten und Spielverständnis.
- **Spielformen:** Anwendung des Gelernten in spielerischen Situationen.
- „**Cool-Down**“: Dehn- und Entspannungsübungen zur Förderung der Regeneration.

## **Spielform und Leistung:**

- **Spielformen:** Kleine Spiele und Wettkampf-Situationen fördern das Lernen unter realen Bedingungen.
- **Leistungsmessung:** Regelmäßige Beobachtung der Fortschritte, ohne übermäßigen Leistungsdruck aufzubauen. Der Spaß am Spiel sollte immer im Vordergrund stehen.



## 5.5. C-Jugend (U14/U15, 13–15 Jahre)

### Allgemeines zu der Altersstufe:

Die C-Jugend umfasst Jugendliche im Alter von 13 bis 15 Jahren, wobei diese Altersstufe oft als Übergangsphase zwischen der Kindheit und dem beginnenden Jugendalter betrachtet wird. In dieser Phase beginnen viele Jugendliche, ihre Persönlichkeit stärker auszubilden und ihre Unabhängigkeit zu suchen. Dies ist auch eine Zeit, in der körperliche Veränderungen durch die Pubertät eine große Rolle spielen, was Auswirkungen auf das Training und die Entwicklung der Spieler hat.

### Merkmale in dem Alter:

- **Körperliche Entwicklung:** Jugendliche in dieser Altersgruppe durchlaufen oft erhebliche Wachstumsschübe, die ihre Koordination und Motorik kurzfristig beeinflussen können.
- **Psychosoziale Veränderungen:** Die Suche nach Identität und der Einfluss von Gleichaltrigen sind in dieser Phase ausgeprägt. Jugendliche suchen Anerkennung und möchten sich als Teil einer Gruppe fühlen.
- **Kognitive Entwicklung:** Die Fähigkeit zum abstrakten Denken entwickelt sich weiter, was eine veränderte Herangehensweise an taktische Konzepte erlaubt.

### Anforderungen an das Training:

- **Anpassung an körperliche Veränderungen:** Übungen, die Flexibilität und Koordination fördern, sind wichtig, um den sich schnell verändernden Körper zu unterstützen.
- **Individualisierte Förderung:** Da Jugendliche unterschiedlich schnell wachsen und sich entwickeln, sollte das Training individuell angepasst werden.
- **Vielfalt und Abwechslung:** Um die Motivation hochzuhalten, sollte das Training abwechslungsreich gestaltet werden.

### Anforderungen an den Trainer:

- **Empathie und Verständnis:** Der Trainer sollte einfühlsam auf die individuellen Bedürfnisse und Sorgen der Jugendlichen eingehen können.
- **Fachwissen:** Ein fundiertes Wissen über die körperlichen und psychologischen Veränderungen in dieser Altersstufe ist essentiell.
- **Kommunikationsfähigkeit:** Klare und motivierende Kommunikation ist entscheidend, um die Jugendlichen zu erreichen und zu leiten.

### Ziele:

- **Technische Fähigkeiten verbessern:** Der Fokus liegt auf der Verfeinerung der technischen Grundlagen.
- **Taktische Kompetenz erweitern:** Einführung und Vertiefung von taktischen Konzepten.
- **Soziale Fähigkeiten fördern:** Teamgeist und Verantwortungsbewusstsein innerhalb der Gruppe stärken.

### Umsetzung:

- **Regelmäßige Feedback-Runden:** Um den Fortschritt der Spieler zu besprechen und individuelle Ziele zu setzen.
- **Individuelle und gruppenspezifische Übungen:** Kombination aus Einzelübungen und Gruppentraining, um sowohl individuelle als auch Teamfähigkeiten auszubauen.



## **Trainingsstruktur:**

- **Aufwärmen:** 15 Minuten mit Fokus auf Koordination und Flexibilität.
- **Techniktraining:** 30 Minuten, mit Übungen zur Ballkontrolle, Passspiel und Schussgenauigkeit.
- **Taktikschulung:** 20 Minuten, mit Fokus auf Spielverständnis und Teamarbeit.
- **Abschlusspiel:** 25 Minuten, um das Gelernte in Spielsituationen anzuwenden.

## **Spielform und Leistung:**

- **Erstes Jahr 11 gegen 11:** Spiele über 70 Minuten (2x35 Minuten), um die Jugendlichen an die Spielfeldgröße und die Spielstruktur im Großfeld zu gewöhnen.

## **5.6. B-Jugend (U16/U17, 15–17 Jahre)**

### **Allgemeines zu der Altersstufe:**

Die B-Jugend umfasst Jugendliche im Alter von 15 bis 17 Jahren. In dieser Phase machen die Jugendlichen bedeutende körperliche, emotionale und soziale Entwicklungen durch. Sie befinden sich oft mitten in der Pubertät, was zu einer Vielzahl von Veränderungen führt. Diese Altersgruppe beginnt, ein stärkeres Bewusstsein für ihre individuelle Identität sowie für ihre Rolle innerhalb eines Teams zu entwickeln.

### **Merkmale in dem Alter:**

- **Körperliche Entwicklung:** Jugendliche in dieser Altersgruppe erleben oft einen Wachstumsschub, der ihre Koordination und Motorik beeinflussen kann.
- **Mentale Entwicklung:** Die Fähigkeit, komplexe Strategien zu verstehen und umzusetzen, verbessert sich. Die Jugendlichen entwickeln ein besseres taktisches Verständnis des Spiels.
- **Emotionale Reife:** Jugendliche zeigen verstärktes Interesse an ihren sozialen Beziehungen und entwickeln ein stärkeres Selbstbewusstsein.

### **Anforderungen an das Training:**

- **Individuelle Förderung:** Das Training sollte auf die individuellen Stärken und Schwächen der Spieler eingehen.
- **Technik und Taktik:** Die Vermittlung und Verfeinerung von technischen Fähigkeiten sowie taktisches Verständnis sind zentral.
- **Kondition:** Aufbau von Ausdauer, Schnelligkeit und Kraft ist wichtig, um die physischen Anforderungen des Spiels zu bewältigen.

### **Anforderungen an den Trainer:**

- **Fachwissen:** Ein Trainer in dieser Altersgruppe benötigt ein fundiertes Wissen über Trainingsmethoden und Spieldynamiken.
- **Kommunikationsfähigkeit:** Der Trainer muss in der Lage sein, effektiv mit Jugendlichen zu kommunizieren und sie zu motivieren.
- **Empathie und Geduld:** Ein Verständnis für die emotionalen und sozialen Herausforderungen dieser Altersgruppe ist notwendig.

### **Ziele:**

- **Individuelle Verbesserung:** Die Spieler sollen ihre technischen und taktischen Fähigkeiten verbessern.
- **Teamentwicklung:** Förderung des Teamgeists und der Zusammenarbeit innerhalb der Mannschaft.
- **Wettkampferfahrung:** Vorbereitung auf höhere Leistungsstufen und mögliche Sichtung durch Talentscouts

### **Umsetzung:**

- **Regelmäßiges Training:** Mindestens drei bis vier Trainingseinheiten pro Woche, um kontinuierliche Entwicklung zu gewährleisten.
- **Spielanalysen:** Videoanalysen von Spielen zur Erkennung von Verbesserungsmöglichkeiten.



## **Trainingsstruktur:**

- **Aufwärmphase:** Beginn jeder Einheit mit einer gründlichen Aufwärmphase, um Verletzungen vorzubeugen.
- **Hauptteil:** Fokus auf Technikübungen, taktische Einheiten, und Spielsimulationen.
- **Cool-Down:** Abschluss jeder Einheit mit Dehnübungen und einer kurzen Besprechung.

## **Spielform und Leistung:**

- **Wettkämpfe:** Teilnahme an regionalen und überregionalen Wettbewerben, um praktische Erfahrung zu sammeln.
- **Leistungskontrollen:** Regelmäßige Bewertung der individuellen und teambezogenen Leistungen zur Anpassung des Trainingsplans.

## **5.7. A-Jugend (U18/U19, 17–19 Jahre)**

### **Allgemeines zu der Altersstufe:**

Die A-Jugend ist die höchste Altersklasse im Jugendfußball und umfasst Spieler im Alter von 17 bis 19 Jahren. In dieser Phase stehen die Jugendlichen oft am Übergang vom Jugend- zum Erwachsenenfußball. Diese Altersstufe ist entscheidend für die Entwicklung zukünftiger Profis, da hier die **körperliche, technische und taktische Reife weiterentwickelt wird**.

### **Merkmale in dem Alter:**

- **Körperliche Entwicklung:** Jugendliche in diesem Alter befinden sich häufig in der Endphase ihres körperlichen Wachstums. Sie entwickeln mehr Muskelmasse und Kraft, was ihre Leistungsfähigkeit auf dem Spielfeld erhöht.
- **Mentale Reife:** Die Spieler beginnen, ein besseres Verständnis für das Spiel zu entwickeln und können komplexere taktische Anweisungen umsetzen.
- **Verantwortungsbewusstsein:** In diesem Alter übernehmen die Spieler mehr Verantwortung, sowohl auf als auch neben dem Spielfeld.

### **Anforderungen an das Training:**

- **Individuelle Förderung:** Es ist wichtig, auf die spezifischen Stärken und Schwächen jedes Spielers einzugehen.
- **Hohe Intensität:** Das Training sollte intensiv sein, um die Leistungsfähigkeit zu maximieren und an die Anforderungen des Erwachsenenfußballs heranzuführen.
- **Kombination von Technik und Taktik:** Übungen sollten sowohl technische Fertigkeiten als auch taktisches Verständnis fördern.

### **Anforderungen an den Trainer:**

- **Fachliche Kompetenz:** Der Trainer muss ein tiefes Verständnis für die technischen und taktischen Aspekte des Spiels haben.
- **Pädagogische Fähigkeiten:** Sensibilität im Umgang mit den Jugendlichen und die Fähigkeit, ihnen bei der persönlichen und sportlichen Entwicklung zu helfen.
- **Motivationsfähigkeit:** Der Trainer sollte in der Lage sein, die Spieler zu inspirieren und zu motivieren, ihr Bestes zu geben.

### **Ziele:**

- **Übergang zum Erwachsenenfußball:** Die Spieler auf den Sprung in den Seniorenbereich vorzubereiten.
- **Individuelle Entwicklung:** Die technische, taktische und mentale Weiterentwicklung jedes einzelnen Spielers.
- **Teamfähigkeit:** Förderung des Teamgeistes und der Zusammenarbeit auf dem Spielfeld.



## **Umsetzung:**

Regelmäßige Spiele gegen starke Gegner: Um die Spieler an die Herausforderungen des Erwachsenenfußballs zu gewöhnen.

Analyse und Feedback: Regelmäßige Videoanalysen und persönliches Feedback, um Stärken zu fördern und Schwächen zu minimieren.

## **Trainingsstruktur:**

- **Aufwärmung und Mobilisation:** Um Verletzungen vorzubeugen und die Spieler auf das Training vorzubereiten.
- **Technik- und Taktikübungen:** Kombination von Ballfertigkeiten und taktischem Verständnis.
- **Spielformen:** Anwendung und Umsetzung des Gelernten in realen Spielsituationen. Abkühlung und **Regeneration:** Wichtiger Bestandteil zur Erholung und Prävention von Überlastungen.

## **Spielform und Leistung:**

- **Verschiedene Spielformen:** Nutzung von Klein- und Großfeldspielen zur Förderung unterschiedlicher Fähigkeiten.
- **Leistungsüberwachung:** Regelmäßige Tests und Spielevaleutationen, um die Entwicklung der Spieler zu verfolgen und anzupassen.



## 6. Zusatzangebote & Fördermaßnahmen

### Zielsetzung:

Das Ziel der Zusatzangebote und Fördermaßnahmen ist es, die Spieler über das reguläre Mannschaftstraining hinaus individuell und leistungsorientiert zu fördern. Durch gezielte Zusatzmaßnahmen sollen technische, taktische, athletische und mentale Fähigkeiten nachhaltig verbessert werden – angepasst an Alter, Leistungsstand und individuelle Entwicklungsziele.

### Individualtraining (1 Spieler:1 Trainer)

#### Ziel:

- Maximale individuelle Förderung
- Korrektur technischer Schwächen
- Positionstraining & Verbesserung spezieller Fertigkeiten

#### Inhalte:

- Technik (z. B. Ballan- und -mitnahme, Torschuss, Dribbling)
- Bewegungsabläufe verbessern
- Videoanalyse + gezieltes Feedback
- Mentales Training & Selbstvertrauen stärken

#### Organisation:

- 30–60 Minuten, 1–2x pro Woche oder als Block (z. B. Ferien)
- Analyse + Trainingsplanung im Vorfeld
- Indoor & Outdoor möglich

#### Zielgruppe:

- Hochmotivierte, ambitionierte Spieler
- Spieler mit klaren Entwicklungszielen (z. B. Profipfad, Rückkehr nach Verletzung)

### Kleingruppentraining (2–6 Spieler)

#### Ziel:

- Technikschulung unter Wettkampfbedingungen
- Förderung durch Wiederholungen & Feedback
- Spielerisches Lernen mit leichtem Leistungsdruck

#### Inhalte:

- Pass- und Kombinationsspiel
- 1-gegen-1 / 2-gegen-2 / Überzahlspiele
- Abschlusstraining unter realistischen Bedingungen
- Schnelligkeit & Handlungsschnelligkeit

#### Organisation:

- Gruppenzusammenstellung nach Alter/Leistungsniveau
- 60 Minuten Trainingseinheit, wöchentlich oder flexibel
- Trainer: Spieler-Verhältnis bleibt eng (hohe Qualität)

#### Zielgruppe:

- Vereinsspieler aus allen Altersklassen
- Auch für Torhüter geeignet (Torwart-spezifische Gruppen möglich)



## Fördertraining (7–12 Spieler)

### Ziel:

- Breitenförderung mit leistungsgerechter Binnendifferenzierung
- Technisch-taktische Grundlagen vertiefen
- Ergänzung zum Mannschaftstraining

### Inhalte:

- Technik & Koordination
- Spielformen mit taktischem Fokus
- Thematische Schwerpunkte (z. B. Umschalten, Spielverlagerung)

### Organisation:

- Gruppentraining im Wochenrhythmus oder als Kursreihe
- 60–90 Minuten, 1x pro Woche
- Trainer arbeitet mit Helfer oder Co-Trainer zur Differenzierung

### Zielgruppe:

- Ambitionierte Spieler im Vereins- oder Schulfußball
- Talente, die (noch) nicht in Leistungszentren sind
- Fußballcamps (Ferienprogramme, 3–5 Tage)

### Ziel:

- Spaß, Spiel und Technikförderung in den Ferien
- Gemeinschaft & Teamgeist stärken
- Soziale & motorische Entwicklung unterstützen

### Inhalte:

- Täglich 2–3 Trainingseinheiten + Pausenprogramm
- Technikparcours, kleine Turniere, Wettbewerbe
- Ernährungstipps, Beweglichkeit, Teamspiele

### Organisation:

- Ganztagsbetreuung (inkl. Mittagessen, Betreuung)
- Teilnahmezertifikat & kleine Preise
- 20–60 Teilnehmer pro Camp, mehrere Trainer/Stationen

### Zielgruppe:

- Kinder von 6–14 Jahren
- Offen für Vereins- & Freizeitspieler

## Leistungscamps (Intensivförderung, z. B. Auswahlspieler)

### Ziel:

- Leistungsdiagnostik, Talentförderung auf hohem Niveau
- Positionsspezifische Schulung
- Vermittlung von Profistrukturen (z. B. Videoanalyse, Ernährung, Athletik)

### Inhalte:

- Spielformen, Taktiktraining, Einzelgespräche
- GPS-Tracking, Leistungstests, Individualpläne
- Workshops (z. B. Spielintelligenz, mentale Stärke)

### Organisation:

- 3–5 Tage (z. B. Wochenende oder Ferien)
- Auswahlverfahren oder Einladung erforderlich
- Enge Betreuung durch erfahrene Lizenztrainer

### Zielgruppe:

- Leistungsorientierte Spieler ab ca. U12–U19
- Auswahlspieler, Talente mit Perspektive



## Athletiktraining / Athletikkurse

### Ziel:

- Verbesserung der physischen Leistungsfähigkeit
- Verletzungsprophylaxe & Bewegungsqualität
- Individuelle Kraft-, Schnelligkeits- und Mobilitätsentwicklung

### Inhalte:

- Koordination, Stabilisation, Core-Training
- Sprinttechniken, Sprungkraft, Richtungswechsel
- Beweglichkeit, Faszientraining, Mobilisation
- Ernährungs- & Regenerationswissen

### Organisation:

- Gruppen- oder Einzeltraining
- Ganzjährig als Kurs oder ergänzend zum Teamtraining
- Kooperation mit Physiotherapeuten oder Athletiktrainer möglich

### Zielgruppe:

- Spieler ab ca. U13 aufwärts
- Auch für Spieler nach Verletzungen oder mit körperlichem Rückstand

### Fazit:

Die Kombination aus Mannschaftstraining und gezielten Zusatzangeboten ermöglicht eine nachhaltige, individuelle und leistungsdifferenzierte Entwicklung von Fußballspielern. Sie schafft neue Lernreize, fördert Motivation und ermöglicht jungen Talenten, ihre Potenziale gezielter auszuschöpfen.



## **7. Zusammenarbeit & Netzwerk**

Ein starkes, vertrauensvolles Netzwerk bildet das Rückgrat unserer Jugendarbeit beim SV Planegg-Krailling. Durch gezielte Kooperationen mit renommierten Partnern aus den Bereichen Sport, Bildung und sozialem Umfeld eröffnen wir unseren Nachwuchsspielern vielfältige Entwicklungsräume – sei es sportlich, persönlich oder sozial. Gleichzeitig stärken wir die Position und Präsenz unseres Vereins nachhaltig in der Region und darüber hinaus.

### **Partnerschaft mit dem FC Bayern München:**

Bereits seit mehreren Jahren pflegen wir eine enge Zusammenarbeit mit dem FC Bayern München im Rahmen der offiziellen Feriencamps. Die Durchführung dieser Camps auf unserer Sportanlage bringt nicht nur professionelle Strukturen und eine hohe Ausbildungsqualität zu uns, sondern bietet unseren Spielern auch außergewöhnliche Entwicklungsmöglichkeiten.

Sie profitieren von hochqualifiziertem Training, modernen Trainingsmethoden und wertvollen Erfahrungen im sozialen Miteinander – stets unter dem Dach eines der erfolgreichsten Fußballvereine Europas. Diese Kooperation unterstreicht unsere Ausrichtung als moderner Ausbildungsverein mit einem starken Partner an unserer Seite.

### **Kooperation mit Schulen:**

In enger Abstimmung mit der Grundschule Planegg engagieren wir uns im Bereich des schulischen Nachmittagssports. Im Rahmen der Ganztagsangebote bieten wir bewegungsfördernde und sportpädagogisch fundierte Fußballangebote für Kinder im Grundschulalter an. Unser Ziel ist es, Kinder frühzeitig für Sport und Bewegung zu begeistern, ihnen Werte wie Teamgeist, Fairness und Disziplin zu vermitteln – und gleichzeitig eine soziale Bindung zum SV Planegg-Krailling aufzubauen. Diese Zusammenarbeit ist ein wichtiger Bestandteil für die langfristige Mitgliederbindung und sportliche Nachwuchsgewinnung.

### **Zusammenarbeit mit dem Bayerischen Fußball-Verband (BFV):**

Als anerkannter Ausbildungsverein stehen wir in regelmäßigen und aktivem Austausch mit dem Bayerischen Fußball-Verband (BFV). Dies betrifft sowohl die organisatorische Ebene – etwa rund um Spielbetrieb, Passwesen oder Förderprogramme – als auch die inhaltliche Zusammenarbeit in Form von Schulungen, Trainerfortbildungen, Talentförderprogrammen oder Informationsveranstaltungen. Unser Ziel ist es, aktuelle Entwicklungen im Verbandsgeschehen aufzugreifen, qualitätsorientiert umzusetzen und unseren Spielern bestmögliche Perspektiven innerhalb der offiziellen Förderstrukturen zu bieten.

### **Vernetzung mit regionalen Vereinen & Partnern:**

Der regelmäßige Austausch mit umliegenden Vereinen und sportlichen Partnern ist uns ein großes Anliegen. Durch gemeinsame Leistungsvergleiche, Turniere, Testspiele oder auch gezielte Spielerwechsel im Sinne der individuellen Entwicklung fördern wir nicht nur die Qualität unseres Spielbetriebs, sondern stärken auch das Gemeinschaftsgefühl im regionalen Fußballumfeld. Diese respektvolle, kooperative Haltung gegenüber unseren Nachbarvereinen ist ein wesentlicher Bestandteil unserer Philosophie.

### **Elternarbeit & Kommunikation:**

Die Eltern unserer Nachwuchsspieler sehen wir als zentrale Partner in der sportlichen und persönlichen Entwicklung ihrer Kinder. Nur durch eine offene, transparente und regelmäßige Kommunikation kann eine vertrauensvolle Zusammenarbeit entstehen, die das Wohl und die Förderung der Kinder in den Mittelpunkt stellt. Wir setzen dabei auf Elternabende, persönliche Gespräche, Infobriefe, digitale Kanäle und eine stets ansprechbare Jugendleitung. Unsere Eltern sind eingeladen, sich einzubringen, mitzugehen – und gemeinsam mit uns die Fußballentwicklung ihrer Kinder aktiv zu begleiten.

### **Fazit:**

Unsere Netzwerkarbeit ist weit mehr als eine organisatorische Notwendigkeit. Sie ist gelebte Überzeugung. Durch die aktive Pflege und den Ausbau unserer Kooperationen schaffen wir ein stabiles Fundament für qualitativ hochwertige Jugendarbeit mit klarer regionaler Verankerung und überregionaler Perspektive.



## 8. Organisation & Struktur der Jugendabteilung

Die Jugendabteilung des SV Planegg-Krailling ist organisatorisch klar strukturiert, um eine professionelle, effiziente und altersgerechte Betreuung aller Mannschaften sicherzustellen. Hier sind die wesentlichen Bestandteile unserer Organisation:

### Jugendleitung:

Die sportliche und organisatorische Gesamtverantwortung liegt beim Jugendleiter. Seine Aufgaben umfassen:

- Strategische Ausrichtung: Der Jugendleiter ist verantwortlich für die langfristige Planung und Entwicklung der Jugendabteilung.
- Kommunikation: Es erfolgt ein enger Austausch mit dem Hauptverein, den Trainern und den Eltern.
- Repräsentation nach außen: Der Jugendleiter vertritt die Interessen der Jugendabteilung gegenüber externen Partnern und in der Öffentlichkeit.

### Koordination nach Altersbereichen:

Um eine gezielte Betreuung und Weiterentwicklung zu gewährleisten, ist die Jugendabteilung in folgende Altersbereiche strukturiert:

- **Bambini bis E-Jugend (U6–U11):** Grundlagenbereich, Fokus auf spielerischem Lernen.
- **D- bis C-Jugend (U12–U15):** Aufbau- und Übergangsbereich, Entwicklung technischer und taktischer Fähigkeiten.
- **C- bis B-Jugend (U14–U17):** Leistungsaufbau und Anschlussförderung, Intensivierung des Trainings.
- **B- bis A-Jugend (U16–U19):** Leistungsbereich und Vorbereitung auf den Herrenfußball, Förderung von Wettbewerb und Disziplin.

Jede dieser Stufen wird durch Koordinatoren begleitet, die als Ansprechpartner für Trainer, Eltern und Spieler dienen.

### Trainerteam & Austausch:

Unser Trainerteam besteht aus rund 35 Trainern, die eng zusammenarbeiten. Die Zusammenarbeit wird durch folgende Maßnahmen unterstützt:

- **Regelmäßige Trainerbesprechungen:** Austausch von Erfahrungen und Best Practices.
- **Interne Fortbildungen:** Kontinuierliche Weiterbildung der Trainer.
- **Feedbackformate:** Systematische Rückmeldungen zur Verbesserung der Trainingsqualität.
- **Altersklassenübergreifender Austausch:** Förderung der Talententwicklung und reibungslose Übergänge zwischen Jahrgängen.

### Ehrenamt & Engagement:

Die Jugendarbeit beim SV Planegg-Krailling lebt vom Engagement vieler Ehrenamtlicher. Dazu gehören:

- **Eltern:** Unterstützung bei der Organisation von Veranstaltungen und als Fahrgemeinschaften.
- **Helper und ehemalige Spieler:** Aktive Beteiligung in verschiedenen Funktionen.
- **Anerkennung und Förderung:** Der Verein schätzt und fördert dieses Engagement ausdrücklich.

### Kommunikation & Feedback:

Klare Kommunikation ist ein zentraler Baustein unseres Konzepts. Wir legen großen Wert auf:

- **Regelmäßige Elternabende:** Informationsaustausch und Feedback.
- **Persönliche Entwicklungsgespräche mit Spielern:** Individuelle Betreuung und Förderung.
- **Strukturierte Trainerbesprechungen:** Koordination und Planung.
- **Offene Kommunikationskanäle zur Jugendleitung:** Förderung einer offenen, respektvollen und konstruktiven Feedbackkultur.

Unser Ziel ist es, eine Umgebung zu schaffen, in der die Entwicklung der Kinder im Mittelpunkt steht.



## 9. Ausblick & Weiterentwicklung

Die Nachwuchsarbeit beim SV Planegg-Krailling ist ein dynamischer Prozess, der von stetiger Reflexion, Weiterentwicklung und dem Willen lebt, bestehende Strukturen zu hinterfragen und zu verbessern. Unsere bisherigen Schritte bilden ein starkes Fundament, doch wir wollen noch mehr erreichen. Im Folgenden stellen wir unsere Entwicklungsziele für die kommenden Jahre detaillierter vor:

### Struktureller Aufbau einer U16-Leistungsmannschaft

Die Einrichtung einer U16-Leistungsmannschaft ist ein entscheidender Schritt in der Nachwuchsarbeit des SV Planegg-Krailling. Diese Mannschaft schließt die Ausbildungslücke zwischen der U15 (Bayernliga) und der U17 (BOL) und spielt eine zentrale Rolle in der Weiterentwicklung unserer jungen Talente. Besonders hervorzuheben ist der sogenannte Relativ Age Effekt, der in der U15 aufgrund des hohen Leistungsdrucks häufig dazu führt, dass Spieler mit späterem Entwicklungsverlauf wenig Spielzeit erhalten. Diese Spieler haben in der U16-Förderliga die Möglichkeit, sich ohne den enormen Leistungsdruck optimal zu entwickeln.

- **Förderung der Spätentwickler** Spieler, die in der U15 weniger Spielzeit erhalten, weil sie sich körperlich oder technisch langsamer entwickeln, können in der U16 endlich ihr volles Potenzial ausschöpfen. Ohne den unmittelbaren Druck auf Ergebnisse können sie in einer fördernden Umgebung ihre Fähigkeiten verbessern und zu den früh entwickelten Spielern aufschließen. Dies ist entscheidend, um sicherzustellen, dass Talente nicht auf der Strecke bleiben und ihre fußballerische Leidenschaft und ihr Potenzial weiterhin entfalten können.
- **Individuelle Entwicklung und Teamgeist** In der U16-Leistungsmannschaft wird der Fokus auf die individuelle Entwicklung gelegt, was langfristig auch dem Teamgeist zugutekommt. Spieler lernen, Verantwortung zu übernehmen und ihre persönlichen Stärken im Sinne der Mannschaft einzubringen. Der Weg der U16 ist damit nicht nur eine Brücke zur U17, sondern auch ein bedeutender Entwicklungsschritt für die Spieler, der ihnen Selbstvertrauen und die notwendigen Fähigkeiten für zukünftige Herausforderungen vermittelt.
- **Fazit** Die U16-Leistungsmannschaft des SV Planegg-Krailling ist mehr als nur ein Zwischenschritt in der fußballerischen Ausbildung. Sie ist ein wesentlicher Bestandteil unseres Engagements, jedem Spieler die bestmögliche Entwicklung zu ermöglichen. Durch die Schaffung eines leistungsdruckfreien Umfelds fördern wir Talente, die andernfalls möglicherweise übersehen würden, und stärken somit die Basis für zukünftige Erfolge auf und neben dem Platz.



# Unser Verein in Zahlen

**100 JAHRE  
VEREINS-TRADITION**

**2.000 MITGLIEDER**

**2 GASTSTÄTTEN**

**2 RASENPLÄTZE**

**1 KUNSTRASENPLATZ**

**7 TENNISPLÄTZE**

**1 TENNISHALLE**

**5 ABTEILUNGEN - 8 SPARTEN**

**100 EHRENAMTLICHE**

**900**

**JUGENDLICHE**

**1 VEREIN**



## **Trainerqualifizierung weiter stärken**

Die Qualifikation unserer Trainer ist ein wesentlicher Bestandteil unseres Erfolgs. Langfristig streben wir an, dass alle Mannschaften ab der D-Jugend von Trainern mit mindestens einer C-Lizenz betreut werden. Unsere Leistungsbereiche bleiben weiterhin mit Trainern besetzt, die mindestens eine BLizenz oder höher besitzen. Um diesen Standard zu erreichen, werden wir unsere Trainer sowohl finanziell als auch organisatorisch bei der Erlangung ihrer Lizenzen unterstützen. Dies gewährleistet, dass unsere Trainer stets auf dem neuesten Stand der Trainingsmethodik sind und die Spieler bestmöglich fördern können.

## **Digitalisierung & moderne Trainingsmethodik**

In der modernen Fußballwelt spielen digitale Technologien eine immer wichtigere Rolle. Wir setzen zunehmend auf moderne Analyse-Tools und digitale Trainingshilfen wie Videoanalyse und Tracking-Apps. Diese ermöglichen eine noch individuellere Förderung unserer Spieler und bieten gezielteres Feedback. Durch den Einsatz dieser Technologien können wir die Stärken und Schwächen jedes Spielers besser identifizieren und gezielt an ihrer Weiterentwicklung arbeiten.

## **Vernetzung & Sichtbarkeit erhöhen**

Der Austausch mit anderen leistungsorientierten Vereinen, dem BFV und regionalen Stützpunkten ist für uns von großer Bedeutung. Wir wollen diesen Austausch intensivieren, um von den Erfahrungen anderer zu profitieren und unser Netzwerk zu erweitern. Darüber hinaus möchten wir unsere Nachwuchsarbeit über soziale Medien und digitale Plattformen sichtbarer machen. So erreichen wir nicht nur Eltern und Partner, sondern können auch potenzielle neue Talente und Trainer auf uns aufmerksam machen.

## **Infrastruktur & Ausstattung**

Um dauerhaft leistungsorientiert arbeiten zu können, prüfen wir kontinuierlich die Trainingsbedingungen, wie die Platzverfügbarkeit, das Material und die Ausstattung der Kabinen. Unser Ziel ist es, die Infrastruktur mittel- bis langfristig weiter zu optimieren. Dabei bleibt unser Leitsatz stets: „Ausbildung vor Ergebnis“ – jedoch auf höchstem Niveau. Wir investieren in Menschen, nicht nur in Tabellenplätze. Denn am Ende geht es um mehr als Fußball – es geht um die ganzheitliche Entwicklung unserer Spieler, sowohl auf als auch abseits des Platzes.



# Der Verein im Überblick - 1926 bis heute

Der SV Planegg-Krailling, auch kurz „SVP“ oder die „Schwarz-Blauen“ genannt, blickt nunmehr auf fast über 100-jährige Vereinsgeschichte zurück. Das Vereinsgelände liegt im Westen des Landkreises München, in der Gemeinde Planegg. Der SVP hat derzeit über 2.000 Mitglieder in acht verschiedenen Sparten. Geleitet wird der Verein von den BGB-Vorständen Florian Härlinger (Präsident) und Franziska Richter (Vizepräsidentin). Darüber hinaus besteht das Präsidium aus fünf weiteren Fach-Vorständen und fünf Abteilungsleitungen.



Erste Erwähnung fand der Verein schon 1921 auf einer Mannschaftsfotografie als „F.A. Planegg“. Nur fünf Jahre später, im Jahr 1926, gründeten diese 20 Fußballer den Sportverein Planegg. Schon nach ein paar Jahren wuchs der Verein auf stolze fünf Mannschaften an. Schon damals wurde die Nachwuchsarbeit im Verein groß geschrieben, weshalb bis zu den

Kriegsjahren noch duzende Kinder und Jugendliche im SV Planegg eine sportliche Heimat fanden und zahlreiche sportliche Erfolge feiern konnten.



Nach dem Krieg war es der SV Planegg-Krailling, der wegen seiner stets unpolitischen Haltung, als erster Sportverein in der Region durch die amerikanische Militärregierung die Genehmigung zur Neugründung erhielt. In kürzester Zeit fanden sich die Gründerväter und viele andere Sportler aus dem Großraum München zusammen und bildeten den ersten Mehrspartenverein im Würmtal. Junge und ältere Sportler und Sportlerinnen fanden in den verschiedensten Sparten ihre sportliche Heimat. Andere Vereine sollten in den nächsten Jahren diesem Beispiel folgen.

1958 endete dann auch die sog. „Nomadenzeit“ des Vereins. Der SVP erhielt aufgrund seiner stetig wachsenden Mitgliederzahl, seiner engen Verbundenheit mit regionalen Unternehmen und auch wegen der Hartnäckigkeit seiner damaligen Vorstände das bis heute im Vereinsbesitz befindliche 43.000 qm große Gelände an der legendären Hofmarkstraße in Planegg.

In den Folgejahren entstanden mehrere Fußball- und Tennisplätze. Auch ein Vereinsheim mit Gaststätte, ein Tennisheim und eine große Zuschauertribüne konnten die Schwarz-Blauen bald ihr Eigen nennen.

In den Jahren 1992 bis 2012 wurde das Gelände in Eigenregie komplett umgestaltet. Es entstanden zwei neue Vereinsheime jeweils mit eigener Gaststätte, neue Wirtschaftsgebäude, ein Kampfsport-Dojo, eine Kegelbahn und zwei Angestelltenwohnungen.

Die sehr gepflegte Vereinsanlage, zwei Gaststätten, der Kunstrasenplatz und eine große Tribüne sind der ganze Stolz unserer Mitglieder. Sieben Tennisplätze und in der Winterzeit eine Tennishalle runden die Sportstätten an der Hofmarkstraße heute ab. Der Verein legt seit jeher großen Wert auf Integration, Inklusion und eine ausgeglichene Energiebilanz. Daher wurden zwischen 2020 - 2024 barrierefreie Umkleideräumlichkeiten gebaut, weitestgehend alle Lichtquellen auf LED umgerüstet und eine moderne und emissionsarme Wärmepumpenheizung verbaut. Darüber hinaus sind unsere Mitarbeitenden der Geschäftsstelle, Übungsleiterinnen und Trainer mehrsprachig, um jedem Menschen seinen Wunschsport ohne Sprachbarriere zu ermöglichen.

Wir sind ein moderner, traditions- aber auch selbstbewusster und erfolgreicher Verein.

