



Neues vom 1. FC Schöneiche

Die Entwicklung vom Bambini zum Jugendkicker (Teil 6) – B-Junioren: 16- bis 17-Jährige

Die Jugendlichen dieser Altersstufe entwickeln ihre eigene Persönlichkeit, im Sport als auch in der Gesellschaft. Die realistische Selbsteinschätzung und das Streben nach Selbstständigkeit und Anerkennung als gleichberechtigter Partner nehmen bei den Jugendlichen zu.

Jetzt ist es wichtig, ihnen die Ernsthaftigkeit des Trainings nahezubringen und den Leistungswillen zu stärken. Die Selbstständigkeit der Spieler sollte eingefordert werden. Dabei darf der Spaß keinesfalls zu kurz kommen, damit sie dem Fußball erhalten bleiben. Sie sind in die Trai-

ningsplanung mit einzubinden.

Die athletischen Fähigkeiten und körperliche Fitness sind wichtige Voraussetzungen, um weitere Verbesserungen in Kondition, Ausdauer und Schnelligkeit zu erreichen. Daher wird in dieser Altersklasse das Hauptaugenmerk auf diese Grundlagen gerichtet. Die Körperproportionen normalisieren sich, so dass sich diese Bausteine gut ins Training integrieren lassen.

Mit dem vielfach zu beobachtendem gesteigerten Leistungsvermögen geht eine ebenfalls gesteigerte Spielgeschwindigkeit einher. Dadurch wächst der



Druck auf die Spieler, so dass diese die erlernten Techniken stabilisieren müssen, um sie unter einem immer höheren Zeit- und Gegnerdruck trotzdem sauber ausführen können.

Wenn die Jugendlichen in den Jahren zuvor eine umfassende Ausbildung auf allen Positionen erfahren haben, können sich in dieser Altersklasse die individuellen Stärken und Schwächen zeigen und die positionsspezifische Ausbildung nimmt einen breiten Raum ein. Es gilt, die speziellen Anforderungen zu erlernen und im Spiel umzusetzen.

Taktische Abläufe in der Gruppe und der Mannschaft werden verfeinert und automatisiert; dazu zählen – nun – auch Standard-Situationen wie Ecken, Freistöße und dergleichen.

Vielältige Spielformen in unterschiedlichen Spielsystemen sollten das Training bereichern. Die Teamfähigkeit der Spieler wird weiter entwickelt.

Wenn diese Punkte alle ihre Berücksichtigung finden, sollte der Übergang in die höchste Junioren-Altersklasse am Ende der B-Jugend nicht schwer fallen.



Neue Serie: Die größten Irrtümer im Jugendfußball

Die Kinder brauchen Druck, um zu lernen und sich zu verbessern.

Wer kennt das nicht aus seiner Schulzeit? Der Lehrer steht vorn am Pult und ruft einen Schüler zu sich nach vorn. Wieder erwischt es dich und du schwitzt schon beim Gedanken an die bevorstehende Aufgabe. Dann die Frage... aber in deinem Kopf herrscht gähnende Leere, Festplatte gelöscht. Nichts geht mehr. Du weißt, dass alle auf eine Antwort warten und nur dieser Gedanke hat Platz. Blackout, Sechs, setzen.

Druck lähmt und macht Angst.

Kinder im Verein wollen kicken, sie lieben den Fußballsport. Mit Druck nimmt man ihnen den Spaß und macht aus ihnen ängst-

liche Spieler, die nur aufgrund der „Ansagen“ von Trainern, oder auch Eltern, funktionieren und Dinge tun, die man von ihnen erwartet. Sie sind ängstlich darauf bedacht, nichts falsch zu machen, um kein negatives Feedback zu erhalten. Dass so eine fußballerische Entwicklung und auch die Leistungsfähigkeit eher gehemmt wird, dürfte einleuchten. „Schieß doch endlich!“ „Gib ab!“ „Steh da nicht rum!“: Wer ständig mit solchen Dingen konfrontiert wird, erlangt irgendwann die Erkenntnis, kein guter Fußballer zu sein und wird der eigentlich geliebten Sportart den Rücken kehren, weil mit diesem ein unangenehmes Druckgefühl verbunden ist.

Dabei machen die jungen Kicker diese Dinge nicht mit Absicht, sondern weil sie es (noch) nicht besser können. Kinder benötigen Zeit, um sich zu entwickeln und als Spieler zu reifen. Dem sollte man Rechnung tragen und ihnen die Zeit geben.

Druck selektiert und nur Kinder, die damit gut umgehen können, bleiben davon unbeeindruckt. Das betrifft allerdings die wenigsten in den jungen Altersklassen.

Bei uns, dem 1. FC Schöneiche, wird im Grundlagenalter – von den Bambini an – u. a. viel an der Technik und Koordination gearbeitet. Das Einstudieren von Finten erfordert teilweise sehr anspruchsvolle Bewegungsmuster und da ist es normal, dass gerade zu Beginn die noch ungewohnten Bewegungen fehlerhaft ausgeführt werden.

Wir arbeiten ohne Druck, um die Kinder zu ermutigen, es immer und immer wieder zu versuchen, bis sie diesen oder jenen Trick sicher beherrschen. Wir arbeiten mit positiver Verstärkung – Druck motiviert nicht – und geben umfangreiche Hilfestellungen. Da die Kinder bei uns keinen Druck verspüren, probieren sie sich aus und Fehler entmutigen sie nicht. Unser schönster Lohn ist immer wieder die Motivation der Kinder selbst, die solange selbstständig üben, bis sie stolz das Erlernte vorführen können. Die Begeisterung der Kinder zeigt uns den richtigen Weg.

Daher lautete das Fazit:

Wer Druck auf die Kinder ausübt, trainiert sie falsch.



**Mit Stand auf dem Heimatfest:
Wir stellen uns vor!**

Am Sonntag, dem 14. Juni, werden wir erstmalig mit einem eigenen Stand auf dem Heimatfest vertreten sein. Wir wollen uns präsentieren und man kann uns persönlich kennenlernen, Fragen stellen.

Natürlich wird es auch viele Aktivitäten rund um den Fußball geben.

Wir freuen uns auf interessante Begegnungen.

Schaut ruhig einmal vorbei!



Sidney-Che Schulz

Michaela Schulz

1. FC Schöneiche e. V.

www.fc-schoeiche.de

www.facebook.com/1.fc.schoeiche