



Leitlinien für D- und C-Juniorentrainer



RICHTIG BETREUEN

Fußballerisches Können vermitteln
und Persönlichkeiten entwickeln!

Viel mit den Jugendlichen reden!
Offen für persönliche Probleme sein!

Mitbestimmung zulassen und
Eigeninitiative fördern!

Vorbild sein! Gerecht sein!



Leitlinien für D- und C-Juniorentrainer



RICHTIG TRAINIEREN

Durch attraktives Training Begeisterung, Spielfreude und Kreativität fördern!

Durch leistungsgemäße und attraktive Aufgaben individuelle Fortschritte erzielen!

Die Jugendlichen aktiv in das Training einbinden!

Individuelle Fortschritte hervorheben! Mit Korrekturen helfen! Durch Lob motivieren!



Leitlinien für D- und C-Juniorentrainer



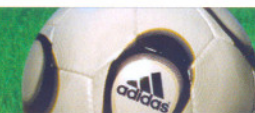
RICHTIG COACHEN

Nicht alles am Spielerfolg (z.B. Taktiken, Einsatzzeiten, „Druck“) ausrichten!

Freude an der fußballerischen Leistung fördern!

Konkrete Hinweise geben!
Stolz auf die eigene Leistung vermitteln!

Teamgeist und ein positives Mannschaftsklima fördern!



Aufbau einer Trainingseinheit

PHASE	INHALTE	ZIELE
 Aufwärmen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Individuelle Ballarbeit/ Technik-Aufgaben 2. Beweglichkeits- und Kräftigungsübungen 3. Aufwärmspiele 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Auf das Training einstimmen ▶ Konzentration aufbauen ▶ Ballsicherheit/ Ballgeschicklichkeit
 Hauptteil	<ol style="list-style-type: none"> 1. Spielformen zum technisch-taktischen Schwerpunkt 2. Übungen zum technisch-taktischen Schwerpunkt 3. Kondition spielgemäß schulen 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Trainingsschwerpunkt erarbeiten ▶ Spielwitz und Kreativität fördern
 Abschluss	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fußballspielen auf Tore 2. Abschlussbesprechung 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Freude am Spiel ▶ Für das nächste Training motivieren