



Aargauischer
Fussballverband

Das Kind kennen und verstehen lernen



Aargauer Fussballverband

Umfrage: Was meinen die Kinder?

Eine Umfrage bei 148 E- und F-Junioren über die eigene Situation im Umfeld Fussball hat folgende Ergebnisse zum Vorschein gebracht!

	Rang	%
Warum spielst Du Fussball?	- aus Freude und Spass	
	- damit ich zum spielen komme	
	- um fussballerisch zu lernen	
	- wegen den Kameraden	
Was findest Du am Fussballspiel schön?	- Freunde, Kameraden, Mannschaft	
	- Tore erzielen	
	- spielen und Training mit Ball	
	- spielen und der Match	
Was ist für dich im Spiel das Wichtigste?	- Tore zu erzielen	
	- dass ich auch mitspielen kann	
	- dass unsere Mannschaft gewinnt	
	- als Mannschaft gut spielen	
Wie soll ein Trainer sein?	- lieb, freundlich nett!	
	- man soll bei ihm etwas lernen	
	- gerecht, korrekt, fair	
	- das Training: spielerisch, spannend, abwechslungsreich	
Wenn ich Trainer wäre, würde ich.....	- viel von den Spielern fordern	
	- spielerisch, abwechslungsreich und spannend trainieren	
	- lieb, gerecht, nett, fair sein	
	- wenig schimpfen und fluchen, dafür loben und aufmuntern	



Aargauischer Fussballverband

1. Warum spielst du Fussball?

- 1 aus Freude und Spass 57%
- 2 damit ich zum spielen komme 16%
- 3 um fussballerisch zu lernen 15%
- 4 wegen den Kameraden 12%

2. Was findest du am Fussballspiel schön?

- 1 spielen und der Match 37%
- 2 Freunde, Kameraden, Mannschaft 25%
- 3 Tore erzielen 22%
- 4 spielen und Training mit Ball 16%

3. Was ist für dich im Spiel das Wichtigste?

- 1 als Mannschaft gut spielen 28%
- 2 Tore zu erzielen 25%
- 3 dass ich auch mitspielen kann 24%
- 4 dass unsere Mannschaft gewinnt 23%

4. Wie soll ein Trainer sein?

- 1 lieb, freundlich, nett 47%
- 2 gerecht, korrekt, fair 24%
- 3 man sollte bei ihm etwas lernen 18%
- 4 das Training: spielerisch, spannend abwechslungsreich 17%

4. Wenn ich Trainer wäre, würde ich...

- 1 lieb, gerecht, nett, fair sein 43%
- 2 spielerisch, abwechslungsreich und spannend trainieren 20%
- 3 viel von den Spielern fordern 19%
- 4 wenig schimpfen und fluchen, dafür loben und aufmuntern 18%



Aargauischer
Fussballverband

Das Kind soll immer im Mittelpunkt stehen





Aargauischer Fussballverband

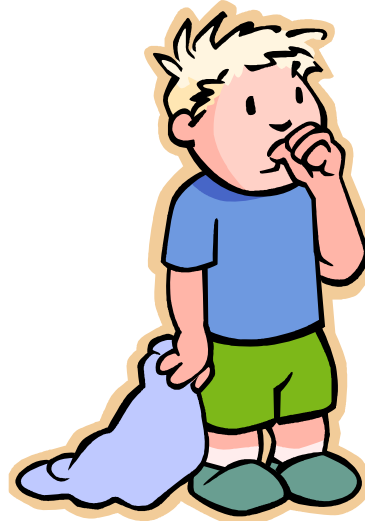
- Wir haben es mit diversen Eigenschaften zu tun



Draufgänger



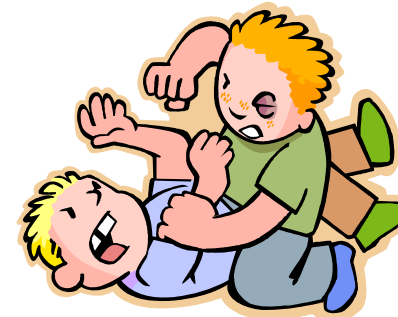
Körperliche



Psychische



Sonnenschein



Soziale



Aargauischer Fussballverband

Entwicklungsstufen

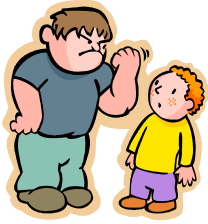
Ende des Wachstums	Erwachsen	20	A	Leistung	
		19			
Zweiter Wachstums Schritt	Phase 2	18	B		
		17			
	- Pubertät -	16	C	Aufbau	
		15			
	Phase 1	14	D		
		13			
Erster Wachstums Schritt	Phase 2	12	E		Grundlagen
		11			
	Schulalter	10	F		
		9			
	Phase 1	8	Fussball Kindergarten		
		7			
Vorschulalter	6	Entdecken Erleben "Machen lassen"			
	5				
	4				
	3				
Säugling	2				
	1				
	Entwicklungsphasen	Alter	Junioren Klassen	Trainings-Schwerpunkte	



Aargauischer

Fussballverband

**Allgemeine Charakteristik des
Kinderfussballers**



Körperliche

Zwischen dem 1. und 2. Längenwachstum – Entwicklung einzelner Körperregionen
Kaum zu überfordern – labile Gelenke und Wirbelsäule: Training mit eigenem Körper

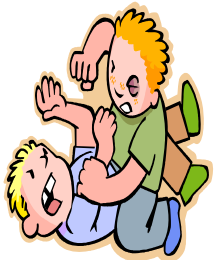
Ideales Lernalter für motorische Grundfertigkeiten (Koordinative Fähigkeiten)
(Polysportives Training wichtig)



Psychische

Grosse Unterschiede zwischen realem Alter und Verhalten
Spiel und Bewegungsbedürfnis

Lernfreude und Begeisterungsfähigkeit: einfache Übungen Nachahmungsfähigkeit
Begrenzte Orientierungs- und Antizipationsvermögen
Förderung der Kreativität



Soziale

Soziale Spielregeln lernen: von der Individualität in zur Gruppe
Kontakt- und Beziehungsfreude
Trainer als Vorbild und Elternstellvertreter



Aargauer Fussballverband

Entwicklung der speziellen altersbezogenen Trainingsinhalte Differenzierung der Trainingsgestaltung in Bezug auf das Kindesalter

Vorschulalter				1. Schulphase				2. Schulphase				1. Pubertätsphase			2. Pubertätsphase		
4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19		
<p>Freude und Faszination des Spieles entdecken</p> <p>Entwicklung von koordinativen Bewegungsabläufen vor allem in spielerischer Form</p> <p>Spiele mit und ohne Ball, Beweglichkeitstraining, Lauftechnikschule, polysportive Aktivitäten</p> <p>Vermittlung von speziellen Bewegungsabläufen verbunden mit diversen Auflagen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stafetten - Fangis - Schwarzer Mann - Hindernislauf 				<p>Freiraum zur Entdeckung des Fussballspieles</p> <p>Regelmässige Trainings im Freien</p> <p>Viele technische Grundelemente mit korrekten, sauberen Bewegungsabläufen</p> <p>Konditionstraining in spielerischer Form und Förderung der koordinativen Fähigkeiten mit Einbezug von Geräten</p> <p>Schnelligkeit und Reaktion</p> <p>Spiele</p>				<p>Freude am "richtigen" Fussball wecken</p> <p>Beginn einer Postenbezogenen Spezialisierung (Defensive./Offensive)</p> <p>Umfassende Vermittlung der Grundlagentechnik und der konditionellen Grundbasis (koordinative Fähigkeiten)</p> <p>Athletische Verbesserung Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kräftigungsübung - Ausdauer (Spiele) - Schnelligkeit - Beweglichkeit 				<p>Gezielter Ausgleich der körperlichen Ungleichheiten</p> <p>Umfangreiche Entwicklung der persönlichen (individuellen) körperlichen Stärken und Schwächen</p> <p>Steigerung des Trainingsumfanges</p> <p>Festigungsphase im technischen Bereich</p> <p>Taktische Grundsätze</p>			<p>Beginn des Hochleistungstrainings durch Steigerung der Trainingshäufigkeit und der Trainingsintensität in allen Bereichen des Fussballs</p> <p>Mithilfe bei der Lösung von sozialen und erzieherischen Problemen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ablösung Elternhaus - Lehre / Mittelschule - FreundIn - Finanzielle Not <p>Der Jüngling wird zum Mann und will auch so behandelt werden.</p>		
<p>Grundlagen</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Vielseitige Grundausbildung ● Bewegungslernen ● Fussballspielen 							<p>Aufbau</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Fussballspezifisches Training ● Spezialisieren ● Fussballspielen verbessern 				<p>Leistung</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Leistungsorientiertes Training ● Stabilisieren ● Fussballspielen trainieren 						



Aargauischer
Fussballverband

■ **F-Junior**

6-8 Jahre / Kindergarten bis 2.Klasse

Komplexe Bewegungsabläufe noch schwierig zu steuern

Ichbezogene Bedürfnisse (Ich und der Ball)

Gruppe bis 5 Spieler ideal



Aargauischer
Fussballverband

■ **E-Junior**

8-10 Jahre / 2. bis 4. Klasse

Körperliche Beschwerden eventuell häufiger

Kritisches, sachorientiertes Denken

Motorik besser steuerbar, Bewegungsabläufe nicht fixieren

Mehr Selbständiges und Selbstbewusstsein am und mit dem Ball

Sachkompetenz des Trainers

Gruppe bis 7 Spieler ideal



Aargauischer
Fussballverband

■ D-Junior

10 bis 12 Jahre / 4. bis 6. Klasse

Einsetzende pubertäre Entwicklung und 2. Längenwachstum gegen Ende

Motorik gut steuerbar

Situationsangepasstes Orientierungs- und Reaktionsvermögen

Herauslösung aus dem Elternhaus Peergruppe wird wichtig
(Gleichgesinnte)

Trainer als Persönlichkeit

Gruppe bis 9 Spieler ideal – Fussball als Mannschaftsspiel



Aargauischer
Fussballverband

■ Zitat von Calaprèse (1937)

„Das Kind ist kein Miniaturerwachsener, und seine Mentalität ist nicht nur quantitativ, sondern auch qualitativ von der des Erwachsenen verschieden, so dass ein Kind nicht nur kleiner sondern auch anders ist.“



Aargauischer
Fussballverband

F R A G E N

?