

fußball

10

7. Jahrgang · Oktober 1989

DM 5,-

Zeitschrift für Trainer, Sportlehrer
und Schiedsrichter

training



Herausgeber:
Gero Bisanz, Mitglied
des DFB-Lehrstabs



Schwerpunktthema:

Kinder- und

Jugendtraining

Liebe Leser,

„Die Kinder ‚trainieren‘, bevor sie Gelegenheit hatten zu spielen“, bringt **Knut Dietrich** eine Entwicklung im Kinder- und Jugendbereich auf den Punkt: Für immer mehr Kinder erfolgt der erste Kontakt mit dem Fußball über den organisierten Vereinsbetrieb und nicht wie früher über das selbstorganisierte Spiel im Freundeskreis.

Aus dieser Rückentwicklung des freien, un gelenkten Bewegungsspiels von Kindern und Jugendlichen resultiert nicht nur ein fußballspezifisches Defizit an Fertigkeiten mit dem Ball. Darüber hinaus ist auch ein Verlust an Phantasie in der Selbstgestaltung des Spiels und an sozialen Verhaltensweisen zu beklagen, die die Kinder für einen reibungslosen Verlauf dieses selbstorganisierten Spiels unmittelbar „vor der Haustür“ oder auf dem „Spielplatz um die Ecke“ aufzubringen hatten.

Eine erste trainingsmethodische Konsequenz liegt sicherlich in der Übertragung der Gestaltungsprinzipien der vielfältigen, interessanten „kleinen Spiele“ aus der freien Spielwelt des „Straßenfußballs“ in das Vereinstraining.

Diese „Neu“-Orientierung im Kinder- und Jugendtraining fordern auch **Frank Reckwald** und **Ulrich Clemens**, wohingegen in den Trainingsvorschlägen von **Hermann Bomers** und **Gerhard Bauer** diese methodischen Grundforderungen bereits trainingspraktisch verwirklicht sind.

Dennoch bleibt aber ein „fader Beigeschmack“: Auch wenn das Trainingsprogramm noch so attraktiv, motivierend und lernintensiv gestaltet wird – in der Vereinswirklichkeit bestimmt letzt-

lich allein der Trainer, wie den Jüngsten das Fußballspiel begegnet. Er begrenzt die Bewegungsräume, bestimmt die Spielformen, legt die Spielpositionen oder -rollen fest... Die Kinder verharren vorrangig in einer „Konsumentenrolle“ und damit gerade in einer Position, die Pädagogen für die Kinder auch in anderen Lebensbereichen beklagen.

Um deshalb neben fußballspezifischen Fertigkeiten auch die sozialpädagogische Wirkung des Fußballs zu steigern, sind aus diesen Gründen über alle traditionellen Konzepte hinaus auch in der Organisation des Spielbetriebs neue Wege zu beschreiten: Vom Verein ins Leben gerufene „Spielstationen“, die freie Spielgelegenheiten anbieten und damit für die Kinder Chancen eröffnen, ein Fußballspiel „selbst zu inszenieren“, sind hier sicherlich ein erster, praktischer Schritt.

Ihr

Norbert Vieth

(Norbert Vieth)

In dieser Ausgabe

Knut Dietrich	
Kinder- und Jugendfußball im Verein	3
Hermann Bomers	
Kleine Spiele für das Hallentraining	
(3. Teil)	9
Frank Reckwald · Ulrich Clemens	
Ohne Straßenfußball keine Talente mehr!?	13
BDFL-News	26
Gerhard Bauer	
Das Training dem Alter angemessen gestalten!	27
Diskussionsforum	
Detlev Brüggemann	
Fußballinternat – am Beispiel des PSV Eindhoven	34

**fußball
training**

Zeitschrift für Trainer,
Sportlehrer und Schiedsrichter

Herausgeber:

Gero Bisanz, Mitglied des Lehrstabes des Deutschen Fußball-Bundes

Redaktion:

Gero Bisanz (verantwortlich), Dietrich Späte, Norbert Vieth (Schlußredaktion)

Redaktionskollegium:

Gerhard Bauer, Gunnar Gerisch, Detlev Brüggemann, Tina Theune-Meyer, Erich Rutemöller, Horst R. Schmidt

Zeichnungen:

Michael Jäger

Redaktionsanschrift:

siehe bei Verlag

Verlag und Anzeigenverwaltung:

Philippka-Verlag Konrad Honig, Postfach 6540, 4400 Münster, Telefon (0251) 235045, Fernkopierer: 0251/235047

Anzeigen:

Peter Möllers, Konrad Honig

Diese Zeitschrift bildet mit den Titeln „deutsche volleyball-zeitschrift“, „handballmagazin“, „handballtraining“, „deutscher fischtennis-sport“ und „Leistungssport“ die Philippka-„sportivkombi“.

Erscheinungsweise:

In der ersten Hälfte jeden Monats

Bezugspreis:

Für Abonnenten jährlich (12 Hefte!) DM 56,40 (bei Abbuchung 2% Skonto) incl. Versandkosten. Im Ausland DM 61,20. Bei Vereins-Sammelbestellungen ab 6 Hefen 20% Rabatt. Einzelhefte: DM 5,00 zzgl. DM 1,- Versandspesen. Bei einem Bestellwert von unter DM 15,- Lieferung nur gegen Vorkasse (Scheck, Briefmarken, Abbuchungsauftrag).

Abonnementbestellungen:

Direkt beim Verlag; möglichst mit Lastschrift-Ermächtigung, sonst Rechnung abwarten. Mindestbezugsdauer 1 Jahr. Kündigungen nur schriftlich und mit einer Frist von sechs Wochen zum Ende des Kalenderjahres.

Gesamtherstellung:

Graph. Betriebe E. Holterdorf, 4740 Oelde



Angeschlossen der Informationsgemeinschaft zur Feststellung der Verbreitung von Werbeträgern

Urheberrechtlicher Hinweis:

Die Zeitschrift sowie alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Titelfoto: Bongarts

Die steigenden Mitgliederzahlen in den unteren Altersklassen beweisen: Der Fußball übt auf die Kinder nach wie vor eine große Faszination aus.



Foto: Uhl

Knut Dietrich

Kinder- und Jugendfußball im Verein

Die Kinder „trainieren“, bevor sie die Gelegenheit hatten zu spielen

Aktuelle Probleme im Jugendfußball

Der Fußballsport lebt noch immer davon, daß es eine begeisterte Jugend gibt, die Fußball spielt, die bereit ist, dies kontinuierlich zu machen und die willens ist, heute Zeit und Energie aufzuwenden, um morgen im Wettspiel erfolgreich zu sein. Nur auf dieser Grundlage ist der heutige organisierte Wettspielbetrieb der Vereine und der Verbände vom Breitensportorientierten bis hin zum professionellen Fußball dauerhaft zu realisieren.

● Durch **geburtensärmere Jahrgänge** gibt es heute weniger Kinder, die mit beginnendem Schulalter Verbindung zum Verein suchen.

● Fußball ist **nicht mehr** wie ehemals **der attraktivste Sport** für die Jugendlichen.

● **Andere Sportarten** sind – nicht zuletzt durch überzeugende Konzepte anderer Sportverbände – in den Interessenshorizont der Jugend gerückt.

● Auch außerhalb des Sports werden der Jugend vielfältige und **attraktive Freizeitangebote** gemacht, die noch dazu eher zu passivem Konsum verleiten.

Die Bindung an den Verein wird dadurch lockerer. Jugendliche, die im Verein sind, „steigen aus“, oft selbst dann, wenn sie in ihrer Mannschaft erfolgreich sind und eine erfolgreiche „Karriere“ als Fußballer durchaus möglich wäre. Insgesamt nimmt zudem die Bereitschaft

ab, heute etwas für morgen zu tun, die ja für das Training einer Sportart Voraussetzung ist. Das Bedürfnis, sich hier und jetzt zu erleben, diese ehemals Kindern zugestandene Erfahrung, wird zunehmend von Jugendlichen (und Erwachsenen!) als erfüllte Art der Lebensgestaltung reklamiert.

Die Fußballvereine reagieren auf diese veränderte Lage des Jugendsports mit traditionellen Konzepten, die wenig geeignet sind, den Wettspielbetrieb in Umfang und Qualität zukünftig zu sichern.

Damit können sie auch den in ihren Satzungen ausdrücklich formulierten pädagogischen Auftrag gegenüber der Jugend nur schwer erfüllen. Diese provokative These bedarf der Erläuterung.

Die Vereine können heute immer weniger auf Jugendliche zurückgreifen, die bereits in ihrer Spielwelt außerhalb des Vereins praktische Erfahrungen im Fußball gemacht haben. Viele dieser **Spielerfahrungen** sind aber für eine dauerhafte Bindung an das Spiel unverzichtbar.

Im nächsten Abschnitt soll deshalb an einem Beispiel verdeutlicht werden, welche auch heute unverzichtbaren Grundlagen sich Kinder und Jugendliche – früher mehr als heute möglich – in ihrem selbstorganisierten Spiel geschaffen haben, die als Basis erfolgreicher Vereinsarbeit zwingend notwendig waren.

Wenn es so ist, dann müßten die Vereine heute auf diese neue Ausgangslage mit anderen Konzepten antworten.

Sie aber bieten den Kindern und Jugendlichen „Training“ an, wo sie doch für das Spiel durch erlebnisreiche Spielerfahrungen erst gewonnen werden müßten, um sich an das Spiel dauerhafter zu binden.

Zur **inhaltlichen Struktur dieses Beitrags:**

Wie diese Trainingspraxis heute zumeist aussieht, soll zunächst anhand von Protokollauschnitten aus dem Jugendfußballtraining verdeutlicht und kritisch bewertet werden.

Am Ende dieses Beitrages werden dann einige Überlegungen angestellt, in welcher Richtung man nach neuen Konzepten suchen müßte, und schließlich wird erwogen, was angesichts der Analyse der derzeitigen Situation des Jugendfußballs von Vereinen und Verbänden getan werden müßte.

Zum Wandel der Kinderspielkultur

Freies Fußballspielen von Kindern und Jugendlichen

Mitte der 60er-Jahre haben wir in Untersuchungen zum un gelenkten Bewegungsspiel von Kindern und Jugendlichen ¹⁾ eine Vielfalt von Fußballspielen beschreiben können: „Spiele mit dem Fußball“, „Torschußspiele“, „Kampfspiele auf 1 und auf 2 Tore“.

Die Vielfalt und Verbreitung solcher Fußballspiele haben wir damals auf verschiedene Faktoren zurückgeführt. Grundlegend schien uns die Popularität des Fußballspiels und ihr Einfluß auf die Spielbereitschaft der Kinder. Die Chance aber, ihre Spiele zu inszenieren, erwies sich letztlich abhängig vom vorhandenen Spielraum, von gemeinsam verfügbarer Zeit und davon, zu Gleichgesinnten Kontakt herzustellen.

Die Initiativen zum Spiel wuchsen zu meist in den **inoffiziellen Spielräumen** unmittelbar „vor der Haustür“ oder auf dem „Spielplatz um die Ecke“. Von da aus konnte der oft selbst errichtete „Bolzplatz“ erreicht werden. Die Vielfalt der beobachteten Spielformen erklärten wir uns aus der Phantasie der Kinder, ihr Spiel den unterschiedlichsten Bedingungen (verfügbarer Raum, Zahl der Spieler, verfügbares Gerät, verfügbare Zeit...) immer neu anzupassen.

Wie Kinder ihr Fußballspiel hervorbringen, wie es sich weiterentwickelt, nach Maßgabe äußerer Bedingungen verändert und dann wieder in den Alltag zurückmündet, soll ein **Beispiel** zeigen. Es wurde **Anfang der 70er-Jahre** in Hamburg beobachtet und protokolliert.

„Ecki“, ein 12jähriger, betritt mit seinem Fußball den großen Rasen des Stadtparks. Allein versucht er, den Ball möglichst oft hochzuspielen. Ein anderer, etwa gleichaltriger Junge, Nils, den Ecki nicht kennt, betritt den Platz, fragt, ob er mitspielen kann. Erst spielen sie sich den Ball nur zu, dann bauen sie ein Tor auf, wechseln sich in den Rollen des Tormanns und des -schützen ab. Hin und wieder wird ihr Spiel durch Unterhaltungen unterbrochen. Sie tauschen Informationen aus: „Bist du im Verein?“ und so fort. Das Spiel wird schließlich fordernder, wird mit mehr Ehrgeiz betrieben: „Mit diesen Schüssen kommst du nicht mehr durch“, sagt der im Tor stehende Ecki. „Ich werde dich täuschen“, ruft der Schütze. – „Das war aber schwach“, kommentiert der Tormann. Das Spiel ändert sich abermals, als ein Freund von Ecki auftaucht. Sie spielen jetzt zu dritt „einer gegen einen auf ein Tor“. Immer öfters wird das Spiel nun durch Unterhaltungen unterbrochen, bis schließlich alle zusammen in ein Gespräch vertieft den Platz verlassen.

Ecki ist mit seinem Ball ein Kommunikationsangebot für einen anderen Jungen. Beide müssen Initiativen ergreifen, um ein gemeinsames Spiel in Gang zu bringen.

Aus einem zunächst wortlosen Hin- und Herspiel wird ein Spiel mit verteilten Rollen (Torwart und Torschütze), das schließlich mit Wetteifer betrieben wird. Daß solche Rollen und die mit ihnen verbundenen wechselseitigen Handlungserwartungen im Spiel selbst erst erlernt werden müssen, kann man bei Fußballwettspielen mit „Knirpsen“ gut beobachten:

Die Spieler der unteren Altersklassen sind aufgrund ihres Entwicklungsstandes (und zumeist fehlender eigener Spielerfahrungen) gar nicht in der Lage, ihre Rolle im differenzierten Mannschaftsgefüge zu erkennen und zu erfüllen. Hierzu bedarf es gerade des selbstinszenierten Spiels, in dem Rollen definiert, erprobt und ausdifferenziert werden können.

Eine andere Erfahrung, die in dem von uns angeführten Beispiel gemacht werden kann, ist der **Umgang mit den Regeln** eines Spiels. Erinnern wir uns: Ein neu hinzukommender Junge schafft eine neue Lage: Das Fußballspiel muß so verändert werden, daß eine weitere Person in das Spiel integriert werden kann. Dazu muß eine veränderte soziale Beziehung zwischen den Spielern gestiftet und durch Vereinbarungen abgesichert werden. Hier wird gelernt, Regeln als Vereinbarungen zu begreifen, um gemeinsame Interessen zu sichern.

Bemerkenswert für die informell geregelte Spielwelt von Kindern ist auch der **Übergang vom Spiel zum Nicht-Spiel**. Das Spielen selbst wird mit Gesprächen mehr und mehr durchsetzt und mündet schließlich in eine andere Interaktionssituation, in der das gemeinsame Spielen bedeutungslos wird.

Insgesamt schaffen solche selbstinszenierten Spiele Lerngelegenheiten, bei denen allgemeine Grunderfahrungen für Sportspiele gewonnen werden:

Das Spielthema muß vereinbart, eine den Bedingungen angemessene Spielform entwickelt, Rollen definiert und ausdifferenziert, Regeln als Vereinbarungen über die Gestaltung des Spiels und Sanktionen zu deren Absicherung bestimmt und Spielformen bei sich verändernden äußeren Bedingungen abgewandelt werden, und so weiter.

Daß sich daneben spezielle, also hier **fußballspezifische Erfahrungen** machen lassen wie spezifische Fertigkeiten im Umgang mit dem Ball und die Fähigkeit zu taktischen Entscheidungen der Erfolgssicherung, mag als ebenso wichtig eingeschätzt werden.

Das Problem ist allerdings, daß Fußballvereine, die heute Kinder und Jugendliche aufnehmen, mit solchen breiten Grunderfahrungen keineswegs mehr rechnen können. Kinder und Jugendliche finden kaum noch die Bedingungen vor, sich das Fußballspiel auf eigenen Wegen zu erschließen, wie wir es noch Anfang der 60er-Jahre beobachten konnten. Versuche, Erhebungen selbstinszenierten Spiels heute zu wiederholen, stoßen ins Leere. **Kinderspiel im Freien ist stark zurückgegangen. Selbst vorhandene Bolzplätze werden selten genutzt.**

Man macht sich die Erklärung dieser Rückentwicklung sicherlich zu einfach, wenn man auf die Veränderung eben jener Bedingungen hinweist, die oben für das Zustandekommen der damaligen Spielwirklichkeit angegeben wurden.

SUPER-ANGEBOT

10 Bälle
nur DM
189,-



Wettspielfußball aus dem abriebfesten BAREX-Material, 32tlg., s/w, handgenäht, für alle Witterungsverhältnisse, sowohl Hartplätze als auch Rasen.

Art.-Nr. 23007 10 Bälle nur DM **189,-**
zzgl. DM 5,- Portoanteil

Telefonisch bestellen geht schneller und ist bequem:

(08465) 1429

SPORTVERSAND H. WERNER OHG
Postfach 65, 8079 Kipfenberg

Auslieferung für die Schweiz:
Girtag AG, Postfach 81,
CH-8152 Glattbrugg

Aber Tatsache ist sicherlich, daß das Zeitbudget unserer Kinder heute stärker besetzt ist als früher, daß die ehemals informellen Spielräume im Umfeld des Wohnbereichs offiziellen Nutzungszwecken zugeführt und entsprechend kontrolliert werden, daß Spielgruppen (insbesondere heterogene) sich heute informell schwerer finden, als dies einmal der Fall war.

Der Zugang unserer Kinder zum Fußball vollzieht sich nicht mehr in informellen Szenen einer sich relativ frei entfaltenden Kinderspielkultur. **Kinderfußball hat sich in den organisierten Vereinsbetrieb verlagert.**

Noch nie hat es so viele F-Jugendmannschaften in den Vereinen gegeben wie heute.

Man trifft sich in der Spielsaison wöchentlich 1- bis 2mal zum „Training“, einer Veranstaltung, die für viele Kinder die erste ernsthafte Berührung mit dem Fußballspiel darstellt. Eltern geben dort ihre Kinder ab wie in der Klavierstunde, in der Gewißheit, sie bei den meist rührigen Übungsleitern in guter Obhut zu wissen. Der soziale Kontext, in dem die-

ses Training stattfindet, definiert zugleich, was Fußball für die Kinder und Jugendlichen ist oder sein soll. **Kinder begegnen dem Spiel hier auf ganz andere Weise.**

Fußballspielen im Verein

Wir wollen diese andere Wirklichkeit von Fußball an Protokollausschnitten verfolgen, die von der Sprache des „Trainers“ während des Trainings erstellt wurden:

„– So, Jury, Tassin und Reimann, dahinten hin zum Tor. – Los, kommt, bewegt Euch 'nen bißchen! Andreas und Stephan Gruhl kommen mit, ein Ball dazu, die restlichen 6 machen hier erst mal ein Spielchen quer über den Platz, nachher kommt Ihr dran. Komm her, ein Ball her, Leute komm, komm!“

Der **Übungsleiter inszeniert hier Fußball** auf seine Weise. Er definiert Umfang und Nutzung der Bewegungsräume, legt die Übungen fest, verteilt die Rollen, ist zuständig für die zeitliche Gliederung, stellt die Mannschaften oder Parteien nach eigenen Maßgaben fest. Die

Sprache ist zwingend, Widersprüche und Einwände sind nicht vorgesehen.

„– Dirk, Thomas, muß das sein? Ja, ja, merk' das schon wieder bei Euch! Ihr flippt schon wieder reichlich aus wieder. So, zwei Tore auf, wählt zwei Mannschaften. So, her mit dem Ball, komm her! Andreas, also echt, ach hör doch auf, Mensch, Dennis, Mensch, immer nur Kinderkram im Kopf.“

Der „Trainer“ macht sich zum „Grenzwächter“, der entscheidet, welches Verhalten angemessen, welches unangemessen ist. Jedes Verhalten, das von seinen Vorstellungen eines geordneten Trainingsbetriebes abweicht, wird sofort angemerkt und gegebenenfalls getadelt. Abweichungen von seinen Vorstellungen markiert er mit persönlicher Betroffenheit. Mit seiner ganzen Person repräsentiert er, „was Sache ist“.

Die „Leistungen“ der Spieler sind allein auf Vollzug der vom Trainer vorgegebenen Aufgaben beschränkt. Entsprechend erfolgt die Leistungsbeurteilung allein nach dem Kriterium der „Aufgabenbefolgung“.

Sport kann schmerzen.



Thomas Wessinghage, vielfacher Deutscher Meister, Rekordhalter über 1500 bis 5000 m, Welt- und Europacup-Sieger.

„Als aktiver Läufer vertraue ich voll auf Vaxicum. Bei leichteren Sportverletzungen hat

sich gezeigt, daß Vaxicum schnell den Schmerz lindert und die Heilung

beschleunigt. Meistens konnte ich das Training fortsetzen. Für

mich ist Vaxicum die ideale Sport- und Schmerzsalbe bei leichten

Prellungen, Stauchungen und Zerrungen.“

VAXICUM®
Vaxicum hält in Schwung.

VAXICUM · Sport- und Schmerzsalbe

Zusammensetzung: 100 g Salbe enthalten Ol. camphoratum (19% Camphora) 2 g, Ol. Caryophylli 0,9 g, Ol. Lavandulae 1 g, Ol. Rosmarini 2 g, Ol. Terebinthinae 1 g, Polidocanol (Hydroxypolyaethoxydodecan) 2 g, in hautfreundlicher Salbengrundlage. Anwendungsgebiete: Verletzungen und Sportverletzungen wie Hexenschuß, Ischialgien, Neuralgien, Sehnenscheidenentzündungen, Schulter-Arm-Syndrom, Prellungen, Verstauchungen, Blutergüsse, Schwellungen und Tennisarm. Packungsgrößen und Preise: 50-g-Tube DM 11,35, 100-g-Tube DM 19,85, 300-g-Topf DM 39,85.

Wenn Sie VAXICUM näher kennenlernen wollen, schicken Sie den Info-Scheck an:
Wörwag Pharma GmbH, Lindenbachstr. 74, 7000 Stuttgart 31

Ich bin an VAXICUM-
Informationsmaterial
interessiert.

„– Los, hier, baut 'ne Mauer auf, und zwar Mike gibt Euch Bescheid, und die beiden machen Freistoß zusammen, und zwar eine Ausführung eines indirekten, keines direkten – die Ausführung eines Indirekten, und laßt Euch nicht so'n Spielkram einfallen – so, und Du gibst Deinen drei Leuten immer, wo sie stehen sollen. So, los, zack! Loslegen! So, Leute, nun macht vernünftig, und zack! Ja, aber nicht den Kopf einziehen, Leute, versuchen, den Ball auch mit dem Kopf abzuwehren, dafür steht Ihr in der Mauer – nicht nur wie Zinnsoldaten da stehen, sondern den Ball da abwehren! – Los, weiter, weiter! – So, Tassin, geh noch mal mit rüber!“

Mit seinem dirigierenden Einreden auf die Übenden gibt der Trainer Verhaltensregeln zur Bewältigung einer taktischen Situation (indirekter Freistoß). In ständiger Rede führt er seine Schützlinge wie Marionetten. Über seine Sprache versucht er, die „Fäden“ in der Hand zu halten. Dabei muß er ständig 2 zuwiderlaufende Verhaltenstendenzen regeln. Mit dem Hinweis: „kein Spielkram!“ versucht er, subjektive Auslegungen der Situation durch die Beteiligten zu verhindern. „Was gespielt wird“, bestimmt er selbst. Mit dem Hinweis: „Nicht nur wie Zinnsoldaten...“ versucht er andererseits, die Spieler zum Mitdenken anzuregen, sie nicht nur abhängig von Verhaltensvorschriften von außen agieren zu lassen.

Der hier gezeigte Ausschnitt aus dem Training einer B-Jugendmannschaft hatte taktische Übungen zum Inhalt. Es ließen sich ebenso aus den insgesamt fast 70 Protokollen²⁾ Beispiele für das Konditions- und das Techniktraining auswählen.

Alle Protokollausschnitte zeigen übereinstimmend, wie die „Trainer“ das Han-



Fußball unmittelbar „vor der Haustür“.

Foto: Horstmüller

deln der Spieler fast lückenlos sprachlich begleiten. Die meist laut und für alle hörbar intonierte Sprache der Trainer liegt wie ein Netz über dem Trainings- und Spielbetrieb.

Die **Sprache** ist hier das Hauptmittel, den Übungsbetrieb hervorzuheben, in den richtigen Bahnen zu halten, reglementierend, befehlend, antreibend, lobend, abwertend, fluchend. Was würde eigentlich geschehen, wenn der Trainer die Spieler sich selbst überließe?

Über Vereinsjugendarbeit nachdenken

Fußballjugendtraining, das ist eine der sogenannten Sozialisationsagenturen, die **der Jugend den Sport** vermitteln. Den Übungsleitern oder „Trainern“ obliegt die Aufgabe, dieses Kunststück zu vollbringen. Sie tun es in dem sicheren Bewußtsein, daß man heute Fußball nur so vermitteln kann.

Die Jugendtrainer orientieren sich bei der Fußballvermittlung an durchaus fragwürdigen Vorbildern ihrer Trainerkollegen aus der Bundesliga wie an den nicht mehr zeitgemäßen Konzepten, die ihnen in der Übungsleiter- und Trainerausbildung vermittelt wurden.

Das „Training“ der Jüngsten hat heute – wie wir eingangs belegt haben – mehr und mehr die zusätzliche Aufgabe zu erfüllen, das Spiel überhaupt zu erlernen.

„Trainiert“ wird ja schon mit 5- und 6-jährigen Kindern. Sie sind in dieser Entwicklungsstufe noch gar nicht in der Lage, die Rollenverteilung im Fußball zu begreifen, die wichtigsten Handlungselemente als regelhaft zu erkennen und als Verhaltensrepertoire der Mitspieler und Gegner zu antizipieren.

Dies wird besonders anschaulich, wenn Kinder dieses Alters ein „richtiges Spiel“ gegen eine andere Mannschaft austragen sollen. Dort handeln sie dann mit großer Orientierungslosigkeit, die durch den Erwartungsdruck der Eltern und des Trainers, die vom Spielfeldrand mit Eifer und großem Ernst verbal „eingreifen“, noch verstärkt wird.

Wenn die Kinder die Handlungselemente, die die Spielleistung bestimmen, aber noch nicht begreifen können, ist es auch sinnlos, sie zum Gegenstand eines Trainings zu machen.

Training heißt doch, bestimmte Leistungselemente systematisch zu optimieren. Trainieren heißt immer, sich zu trainieren. Das passiert zwar sinnvollerweise unter Anleitung eines Trainers. Aber beide, Trainer und Spieler, müssen begreifen, was für das Spiel trainiert werden kann, mit welchem Ziel und wie das geschieht.

Voraussetzung ist also allemal, daß man im Fußball mitspielen kann, ehe man trainiert. Die Kinder erschließen sich aber die Welt des Fußballspiels nicht mehr selbst (wie ehemals); sie begegnen der institutionalisierten Welt des Sports

Sonne - Wald - Meer
Sommerferien 1990

Trainingslager für Jugendmannschaften

in Südfrankreich
16 Tage ab 405,- DM
incl. Busfahrt, Camping,
Reiseleitung

Programm anfordern bei:

VOYAGE Reiseorganisation

Warburger Straße 88 · 4790 PADERBORN
Tel.: 0 52 51/6 59 34 · Fax: 0 52 51/6 62 11

mit den dort eingelagerten Deutungen des organisierten Spiels.

Die Kinder „trainieren“, bevor sie die Gelegenheit hatten zu spielen.

Und Training heißt immer, den Augenblick für etwas in der Zukunft Liegendes und Bedeutsameres zu opfern. Gegenwartserfülltes Spielen, das sich selbst genug ist, kommt in dem organisierten Übungsbetrieb des Vereins kaum vor. Warum eigentlich?

Die selbstinszenierten Formen des Spiels waren dadurch gekennzeichnet, daß sich die Kinder miteinander austauschen mußten, um ihr Spiel hervorzuheben und es aufrechtzuerhalten.

Im organisierten Vereinsbetrieb wird ihnen gerade diese Erfahrungsmöglichkeit genommen. Sie werden konfrontiert mit der typischen Form des Fußballs, wie sie Vereine hervorbringen. Diese Art des Spiels ist durchsetzt mit institutionellen Regelungen, wie sie von den Repräsentanten des Vereinslebens (Übungsleiter, Trainer, Betreuer...) anspruchsvoll und zumeist dirigistisch eingebracht werden. In den Fußballverein geht man, um in Mannschaften über eine Saison hinweg eine Spielrunde auszutragen. Dafür wird in der Woche mindestens 1mal trainiert. Das Training hat über die Wettkampfvorbereitung hinaus die Funktion, die Gruppe derer zu bestimmen, die dazu gehören. Wer nicht trainiert, wird nicht aufgestellt; nur wer im Training zeigt, daß er fähig ist, in dieser Mannschaft mitzuspielen, ist geduldet. Training hat also so gesehen einerseits die Funktion, eine Spielgruppe zu schaffen, aus der eine Mannschaft gebildet werden kann, und andererseits jene auszuschließen, die dazu nicht leistungsfähig genug sind. Nur wer dieser Gruppe angehört, kann sagen, er spiele „richtig“ Fußball. Wer dabei ist ohne die baldige Aussicht, für ein Wettspiel aufgestellt zu werden, wird von sich aus „aussteigen“. Fußballspielen im Verein ohne die Verpflichtung, eine ganze Spielrunde durchzuhalten und dafür zu trainieren, ist auf dem Hintergrund dieses Verständnisses von Vereinspraxis nicht möglich.

Für immer mehr Kinder wird diese organisierte Form des Spiels zur einzigen Erfahrung. Gegenüber den Selbstinszenierungen muß man neben einem Verlust an Spielerfahrung und Spielerlebnis einen Verlust eigenverantwortlichen sozialen Handelns beklagen. Es ist zu vermuten, daß **dieser andersartige Zugang zum Fußballspiel**, die unterschiedliche Art, sich im Spiel und mit dem Spiel

auseinanderzusetzen, auch **zu einer nicht mehr so engen und dauerhaften Bindung an das Spiel und zu einem anderen Spielverständnis führen.**

Das sogenannte „drop out“, das man vor allem für den Bereich der 16- bis 18jährigen beklagt hat, wird sich vermutlich in das frühere Jugendalter verlagern.

Dabei kann man durchaus unterstellen, daß viele Kinder und Jugendliche Fußball spielen wollen. Aber sie wollen es nicht in den Grenzen, die der etablierte Vereinsfußball traditionell setzt.

Wie also sollten Vereine ihrer selbst gestellten Aufgabe der Jugenderziehung heute nachkommen?

Was ist zu tun?

Eines ist wohl deutlich geworden: Wenn sich Fußballvereine und -verbände – im Sinne ihrer Satzung – als Institution der Jugenderziehung verstehen, dann müssen sie in ihrem speziellen Bereich des Jugendfußballs **umdenken**. Das ist nicht leicht, denn unter spielpädagogischen Gesichtspunkten ergeben sich 2 gegenläufige und nur schwer zu vereinbarende Aufgaben:

- Einerseits muß es darum gehen, wann und wo immer möglich, Kindern und Jugendlichen die **Chance zum selbst-gestalteten Spiel** (wieder) zu eröffnen;
- andererseits müssen sie aber auch die Möglichkeit erhalten, **Zugang zur Wirklichkeit des traditionellen Vereinssports** zu bekommen mit der Chance der dauerhaften und verantwortungsvollen Teilnahme an Formen des organisierten Wettspielbetriebes.

● Schafft am Rande des Vereins, in Zusammenarbeit mit Jugendzentren und den Schulen, Spielgemeinschaften, die noch Außenstehenden Anreiz und Chance bieten, „mitzumachen“.

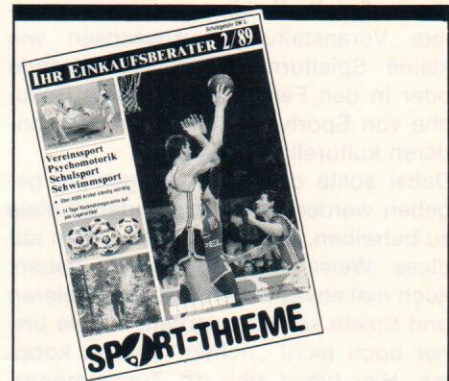
Mitmachen kann man beim Fußball schon auf relativ geringem Niveau spezieller Spielfähigkeit. Der Spielleiter hätte die Aufgabe, neuen Spielern den Zugang zur Spielgruppe zu erleichtern. Dieses Hineinwachsen in eine bestehende Spielgruppe ist die „natürlichste“ Form des Lernens.

● Schafft Spielgelegenheiten, die Chancen eröffnen, Fußballspiele „selbst zu inszenieren“; Voraussetzung dazu ist ein Angebot an Spielraum und -gerät. Die Fähigkeit, ein Spiel gemeinsam mit anderen, aber ohne Lenkung von außen

selbst zu inszenieren, ist wichtige Grundlage sozial-verantwortlichen Handelns in Spiel und Sport.

● Gebt Hilfen und Anleitungen, wie man das Spiel „ausgestalten“ kann. Ausgestalten heißt, die Spannung und die Dramatik des Spiels herzustellen beziehungsweise wiederherzustellen.

Es heißt aber auch, die im Sportspiel üblichen taktischen Überlegungen anzustellen, taktische Züge zu erproben und weiterzuentwickeln. Der Reiz des Sportspiels als Wettspiel liegt ja gerade



Der neue
SPORT-THIEME
Versandhauskatalog ist da,
mit mehr als 3.500 Artikeln,
durchgehend farbig illustriert,
180 Seiten stark.

Von Sportfachleuten
für Sportler.

Bestellen Sie Ihren
Katalog bei:

SPORT-THIEME

Postfach 320/72
3332 Grasleben/Helmstedt
Telefon 0 53 57 / 1 81 81



Diesen Gutschein ausfüllen
und abschicken an:

SPORT-THIEME
Postfach 320/72 3332 Grasleben

Ja, schicken Sie mir den
neuen Katalog

NAME

STRASSE

PLZ ORT

in diesem Punkte, und Erfahrungen mit Kindern und Jugendlichen zeigen, daß sie dazu sehr wohl und mit Erfolg in der Lage sind³⁾.

Nicht unwichtig ist dabei die Art der Inszenierung solcher Spielgelegenheiten.

Es erscheint sinnvoll, sie zu festen Zeiten an festgelegten Orten als **Spielstationen** dauerhaft einzurichten. Kinder und Jugendliche müssen wissen, daß zum Beispiel am Dienstag und Donnerstag zwischen 16 und 18 Uhr im Stadtpark oder auf einer Vereins- oder Schulsportanlage gespielt werden kann. Aus diesen Spieltreffs können durchaus weitere Veranstaltungen erwachsen wie kleine Spielturniere am Wochenende oder in den Ferien, gemeinsame Besuche von Sportveranstaltungen oder anderen kulturellen Angeboten.

Dabei sollte durchaus Gelegenheit gegeben werden, auch mal andere Spiele zu betreiben. Die Teilnehmer sollten auf diese Weise die Möglichkeit haben, auch mal etwas anderes auszuprobieren und Spiele kennenzulernen, die sie bisher noch nicht „richtig“ spielen konnten. Hier bietet sich die **Zusammenarbeit zwischen den Vereinen** an.



Kinderfußball im organisierten Vereinsbetrieb.
Foto: Baumann

Der Zugang zu solchen Spielgelegenheiten sollte grundsätzlich offen sein, aber zugleich die Möglichkeiten bieten, sich bestehenden Mannschaften anzuschließen oder auch neue zu bilden, um dann in einer Spielrunde des Verbandes mitzumachen.

Diese Art der Sportspielpraxis sollte dabei als fester und kontinuierlicher Bereich der Vereinsarbeit eingerichtet werden. Er sollte nicht als vorübergehende Werbekampagne und ebensowenig als eine Sichtungveranstaltung mißverstanden werden, um etwa neue Vereinsmitglieder zu gewinnen oder Talente zu entdecken.

Als fester Ansprechpartner und als Bezugsperson ist ein **Spielleiter** nötig. Es ist vor allem seine Aufgabe, die Teilnehmer ins Spiel zu bringen, Organisationshilfen zu geben und zu helfen, Spielformen zu variieren, damit möglichst alle ins Spiel kommen⁴⁾.

¹⁾ DIETRICH, K./LANDAU, G.: Handballspielen und Fußballspielen im freien Bewegungsleben der Kinder und Jugendlichen. In: diess.: Beiträge zur Didaktik der Sportspiele. Teil I. Schorndorf 1977.

²⁾ Diese Protokolle wurden im Rahmen einer Untersuchung zum Jugendfußballtraining an der Universität Hamburg gesammelt, die von Ernst Dieter Roßmann geleitet wurde.

³⁾ Siehe dazu DIETRICH, K. (Hrsg.): Sportspiele. Reinbek 1985

⁴⁾ Weitere Anregungen für eine spielgemäße Anleitung zum Spielen sind zu entnehmen bei: DIETRICH, K.: Fußball – spielgemäß lernen – spielgemäß üben. Schorndorf 1975.

Prof. Dr. Knut Dietrich,
Fachbereich Sportwissenschaft,
Universität Hamburg

Fußball-Videothek

Mehr und mehr Trainer benutzen Videocassetten für die Technik- und Taktikschulung. Dafür haben sie gute Gründe. Denn Videocassetten bieten gegenüber anderen Lehrmitteln wesentliche Vorteile: Sofortige Wiederholungsmöglichkeit wichtiger Sequenzen, Verlangsamung (Slow Motion), Bildstop bei Schlüsselszenen, einfache Handhabung, etc. Daß bewegte Bilder die Aufmerksamkeit der Spieler in besonderer Weise erhöhen und die Demonstrationsspieler geradezu eine Vorbildfunktion übernehmen, braucht man da eigentlich gar nicht mehr zu erwähnen...

Coerver: Fußball-Technik (2 Teile)

Teil 1: Grundtechniken, Dribbling, Freispielen, Gruppenspiele

Teil 2: Abwehrtechniken, Kopfballspiel, Passen und Torschußtraining, Mannschaftsspiele

je Cassette **DM 68,-**

DFB (Dettmar Cramer/Gero Bisanz): Fußballschule

Training und Wettkampf. Spezielle Video-Bearbeitung der erfolgreichen Fernsehserie. In mehreren Abschnitten (Technik – Torwart – Verteidiger – Libero – Mann- und Raumdeckung – Mittelfeldspieler – Sturmspitzen – Standardsituationen) werden von Könnern ihres Fachs Spieltechnik und taktische Konzepte vorgestellt. Dazu beispielhafte Szenen aus Bundesliga- und WM-Spielen.

DM 79,90

Coerver-Lehrplan „Treff“

Torchancen kreieren und verwerten. Ein **Paket** von **4 VHS-Videocassetten** mit jeweils einer knappen Stunde Laufzeit sowie einem Lehrheftchen; nur komplett lieferbar.

Knapp 4 Stunden Laufzeit! DM 150,-

Teil 1: Ballgefühl und Geschick am Ball (50 Übungen und Wettkämpfe mit Ball).

Teil 2: Grundtechniken und Scheinbewegungen (über 15 Scheinbewegungen/Täuschungen, demonstriert von der individuellen zur Gruppenübung, mit und ohne Gegner)

Teil 3: Umspielen des Gegners (im Zweikampf oder mit Mitspielern, Doppelpässen etc.)

Teil 4: 96 Übungen und Spielformen (Zweikämpfe, Techniks Schulung für Schießen, Köpfen, Ballannahme, Ballführungen, Nutzen von freien Räumen usw.)

Bitte benutzen Sie den Bestellschein auf Seite 16!

Bei Eilbestellung: ☎ 02 51 / 23 50 45



Hermann Bomers

Kleine Spiele für das Hallentraining

(3. Teil)

Hiermit werden weitere kleine Spielformen für das Hallentraining vorgestellt. Der spielerische Charakter kommt den Erwartungen der jüngsten Altersstufen entgegen, weckt Interesse und Freude und erzielt schneller einen Lernerfolg. Die Spielvorschläge sind ohne großen organisatorischen Aufwand möglich, leicht verständlich und bewegungsintensiv.

Platzsuche

Trainingsziel:

Dribbeln

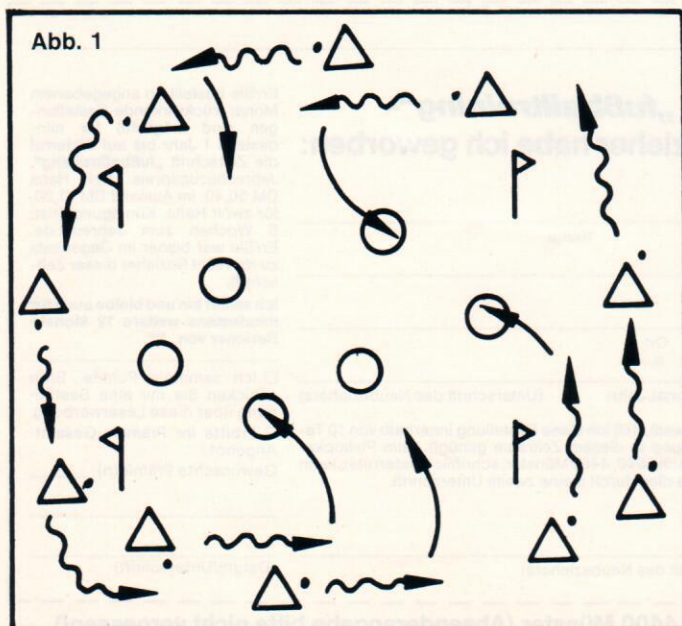
Schwerpunkte:

- Dribbeln (enge Ballführung)
- Blick vom Ball lösen

Ablauf (Abb. 1):

Die Spieler umdribbeln ein rechteckiges Spielfeld, in dem Reifen (etwa 2 oder 3 weniger als die Spielerzahl) ausliegen. Auf Pfiff des Trainers versuchen alle, möglichst schnell einen der Reifen zu erdribbeln und zu besetzen. Dessen Ball im Reifen liegt, ist jeweils der „Besetzer“. In jedem Reifen darf sich jeweils nur 1 Ball – also 1 Spieler – befinden. Somit bleiben 2 oder 3 Spieler ohne Reifen. Diese erhalten einen Minuspunkt.

In dieser Form wird das Spiel mehrmals wiederholt. Wer hat danach die wenigsten Minuspunkte? Oder: Die Verlierer müssen jeweils ein „Pfand“ abgeben (Band).



Kegel-Treffball

Trainingsziel:

Dribbeln und Schießen

Schwerpunkte:

- Enge Ballführung
- Blick vom Ball lösen
- Gezielte Torschüsse

Ablauf (Abb. 2):

Die Hälfte der Spieler erhält einen möglichst weichen Ball. Die andere Hälfte bekommt einen Kegel und stellt diesen irgendwo im Spielfeld auf.

Aufgabenverteilung: Die Ballbesitzer versuchen, die aufgestellten Kegel so zu treffen, daß sie umfallen.

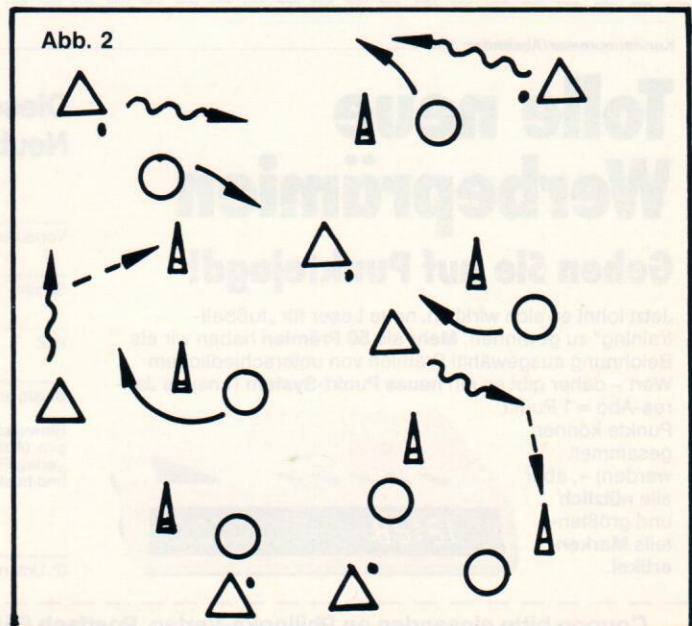
Die Kegelbesitzer dagegen schützen die Kegel, indem sie angreifenden Spielern den Ball wegschießen, Schüsse abblocken usw. Dessen Kegel umgeschossen wird, scheidet aus.

Sind alle Kegel abgeschossen, wird die Zeit gestoppt, und es erfolgt ein Rollenwechsel.

Welche Gruppe schafft die schnellste Zeit?

Variationen:

- Je nach Leistungsstand wird die Zahl der Bälle verringert.
- Jeder gegen jeden: Alle Spieler besitzen einen Kegel. 3 (oder mehr) Bälle werden ins Spielfeld gegeben.



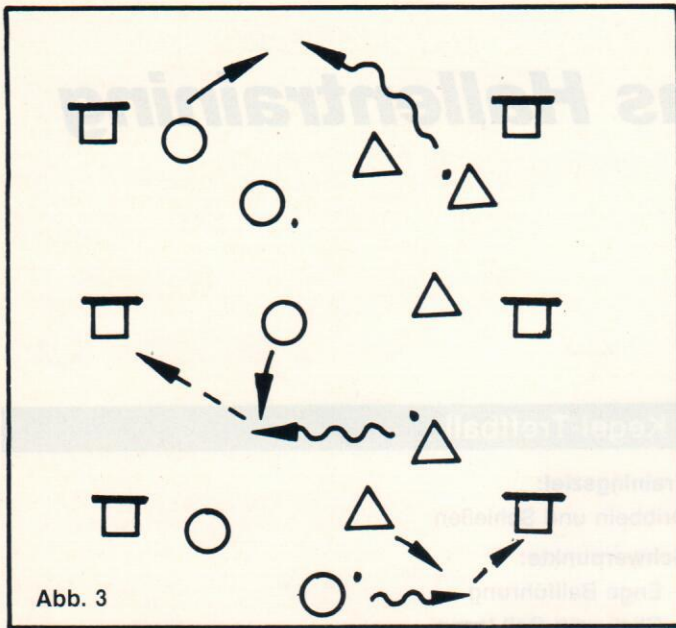


Abb. 3

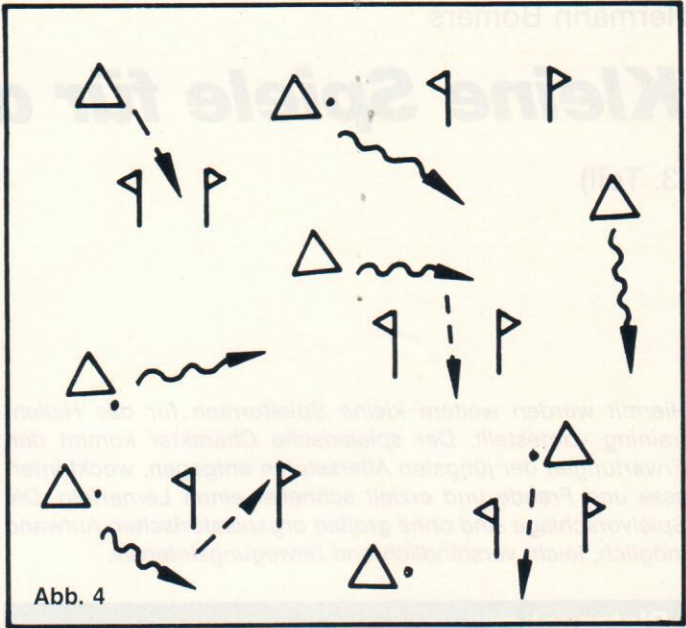


Abb. 4

Kastentorball

Trainingsziel:

Dribbeln und Schießen

Schwerpunkte:

- Dribbeln (Blick vom Ball lösen)
- Schießen: gezielte Torschüsse auf kleine Tore
- Taktik: Aufgabenverteilung Angriff/Abwehr

Ablauf (Abb. 3):

Es spielen 2 Mannschaften gegeneinander auf je 3 Kastentore. Die Zahl der Bälle wird dem Leistungsvermögen der Spieler angepaßt (im Grundlagenalter etwa die Hälfte der Spielerzahl). Aufgabe ist es, möglichst viele Tore zu erzielen und die eigenen Tore zu verteidigen.

Möglichst mit weichen Bällen spielen lassen, ansonsten Schüsse über Hüfthöhe bestrafen (Gegentor/1minütiges Ausscheiden).

Variationen:

- Ab der Mittellinie darf nicht mehr abgespielt werden.
- Bei Ballverlust (oder Berühren der Wand oder Seitenauslinie/Torauslinie) muß der Spieler zunächst in die eigene Spielhälfte zurück.
- In der eigenen Hälfte darf nicht angegriffen werden.
- Bei Erzielen eines Tores muß zunächst in die eigene Hälfte zurückgekehrt werden.

Torball

Trainingsziel:

Dribbeln und Schießen

Schwerpunkte:

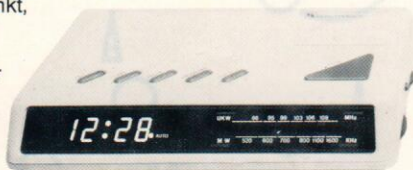
- Dribbeln (enge Ballführung)
- Schießen (gezielter Torschuß bei rollendem Ball)

Kundennummer/Absender: 1.14.

Tolle neue Werbeprämien

Gehen Sie auf Punktejagd!

Jetzt lohnt es sich wirklich, neue Leser für „fußballtraining“ zu gewinnen: **Mehr als 50 Prämien** haben wir als Belohnung ausgewählt! Prämien von unterschiedlichem Wert – daher gibt es ein **neues Punkt-System** (1 neues Jahres-Abo = 1 Punkt, Punkte können gesammelt werden) –, aber alle **nützlich** und größtenteils **Markenartikel**.



Diesen „fußballtraining“-Neubezieher habe ich gewonnen:

Vorname _____ Name _____

Straße _____

PLZ _____ Ort _____

Bezug ab (Monat/Jahr) _____ (Unterschrift des Neubeziehers)

Hinweis: Ich weiß, daß ich diese Bestellung innerhalb von 10 Tagen (Absendung in diesem Zeitraum genügt) beim Philippka-Verlag, Postfach 6540, 4400 Münster, schriftlich widerrufen kann und bestätige dies durch meine zweite Unterschrift.

(2. Unterschrift des Neubeziehers)

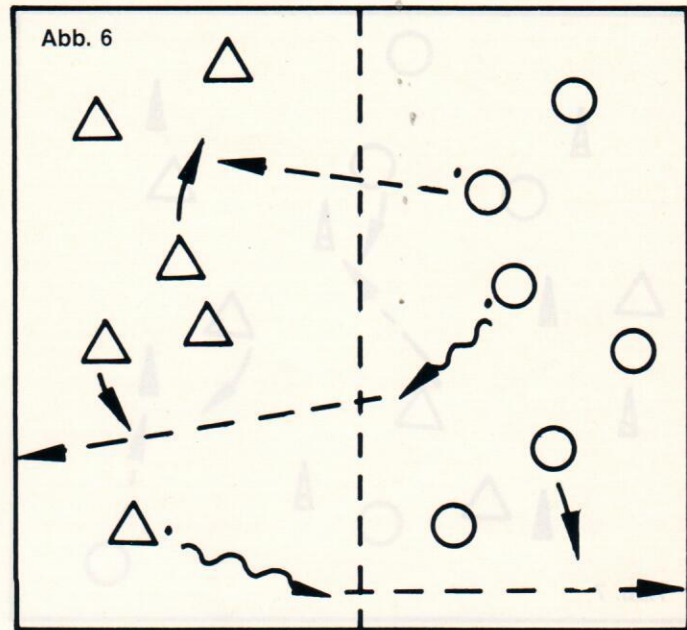
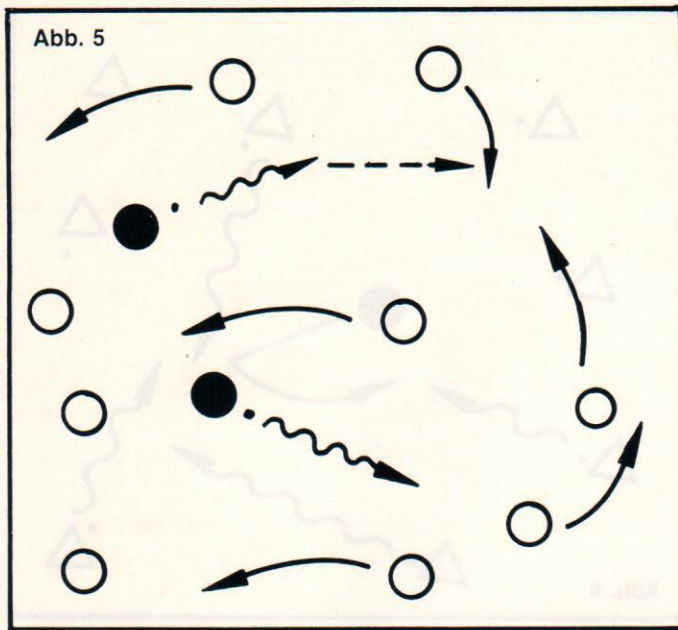
Er/Sie bestellt ab angegebenem Monat (rückwirkende Bestellungen sind möglich!) für mindestens 1 Jahr bis auf Widerruf die Zeitschrift „fußballtraining“. Jahresbezugspreis frei Haus DM 56,40, im Ausland DM 61,20, für zwölf Hefte. Kündigungsfrist: 6 Wochen zum Jahresende. Er/Sie war bisher im Gegensatz zu mir nicht Bezieher dieser Zeitschrift.

Ich selbst bin und bleibe auch für mindestens weitere 12 Monate Bezieher von „ft“.

Ich sammle Punkte. Bitte schicken Sie mir eine Bestätigung über diese Leserwerbung.
 Erbitte Ihr Prämien-Gesamt-Angebot.
Gewünschte Prämie(n): _____

(Datum/Unterschrift)

Coupon bitte einsenden an Philippka-Verlag, Postfach 6540, 4400 Münster (Absenderangabe bitte nicht vergessen!)



Ablauf (Abb. 4):

- Jeder Spieler erhält einen Ball.
 Aufgabe der Spieler ist es, abwechselnd von Tor zu Tor zu dribbeln und möglichst viele Tore zu erzielen. Dabei darf der Ball nie die Wand (Torauslinie) berühren.
 Die Spielaufgabe läßt sich erweitern und variieren:
- Hindernisse aufstellen, die nicht berührt werden dürfen (Kästen, Sprungkästen, Kegel, Langbänke).
 - Balddiebe im Feld versuchen, umherrollende Bälle zu rauben.
 - Slalomtore aufstellen, die durchdribbelt werden müssen.

Variationen:

- Spiel auf Tore ohne/mit Torwart.
- Spiel auf seitlich gelegte Langbänke als Tore.
- Spiel auf nach vorne offene Sprungbänke.
- Spiel auf Kegel (Pylone).
- Torschüsse nur von außerhalb einer bestimmten Markierung.

Jägerball

Trainingsziel:

Dribbeln und Schießen

Schwerpunkte:

- Dribbeln
- Blick vom Ball lösen
- Gezielte Torschüsse

Ablauf (Abb. 5):

2 „Jäger“ (mit Band gekennzeichnet) erhalten einen Softball. Deren Aufgabe ist es, die anderen Spieler („Hasen“), die sich frei in der Halle bewegen, abzuschießen. Wer getroffen worden ist, holt sich vom Spielleiter ebenfalls ein Band und wird zum weiteren Jäger.

Die beiden letzten Hasen sind Sieger und beginnen das Spiel als Jäger von vorn. Wer nun getroffen wird, gibt sein Band ab und wird zum Jäger.

Je nach Leistungsstärke der Gruppe wird die Zahl der Softbälle erhöht (maximal pro Jäger 1 Ball).

Torschußspiel

Trainingsziel:

Festigung von Schußarten

Schwerpunkt:

Gewöhnung an gezielte, harte Torschüsse

Ablauf (Abb. 6):

Die Mittellinie teilt das Spielfeld (oder die Halle). In jeder Spielhälfte befindet sich eine Mannschaft.

Aufgabe der Mannschaften ist es, an der Stirnseite der gegnerischen Mannschaft Tore zu erzielen bzw. Tore des Gegners zu verhindern. Dabei dürfen die Spieler bis zur Mittellinie vorgehen, aber das eigene Spielfeld nicht verlassen.

Gespielt wird je nach Leistungsstärke mit Bällen bis zur Hälfte der Spielerzahl.

Wer die meisten Treffer erzielt, gewinnt!

Variationen:

- Abwehr der Bälle nur mit Füßen oder Händen erlaubt.
- Zusätzliche Hindernisse (z. B. Kästen) aufstellen.
- Torfläche verkleinern (Langbänke/Weichbodenmatten...).
- Schußhöhe eingrenzen (hüfthoch!).

Pylone umschießen

Trainingsziel:

Dribbeln und Schießen

Schwerpunkte:

- Enge Ballführung
- Blick vom Ball lösen
- Gezielte Torschüsse mit der Innenseite

Ablauf (Abb. 7):

Im Spielfeld werden verschiedenfarbige Pylone (Kegel) aufgestellt (2 Farben). Jede Mannschaft hat die Aufgabe, die Pylone der gegnerischen Mannschaft abzuschießen. Die Mannschaft, die als erste alle Pylone des Gegners umgeschossen hat, ist der Sieger (je nach Spieldauer mehrmals wiederholen).

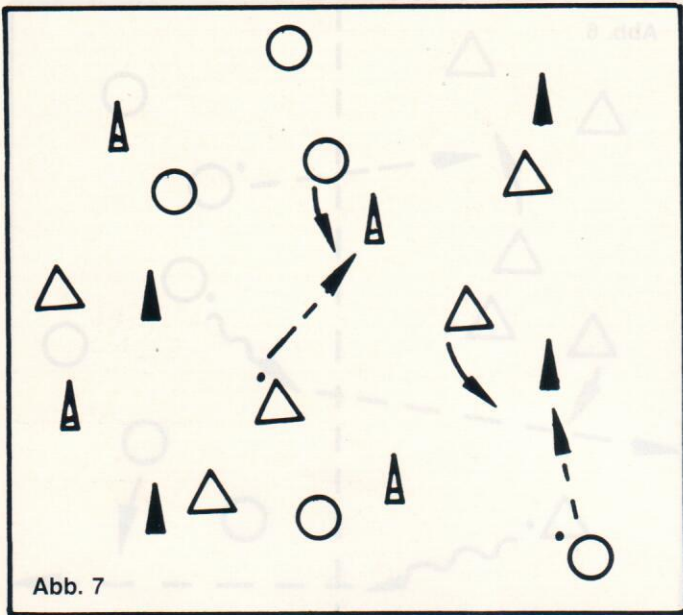


Abb. 7

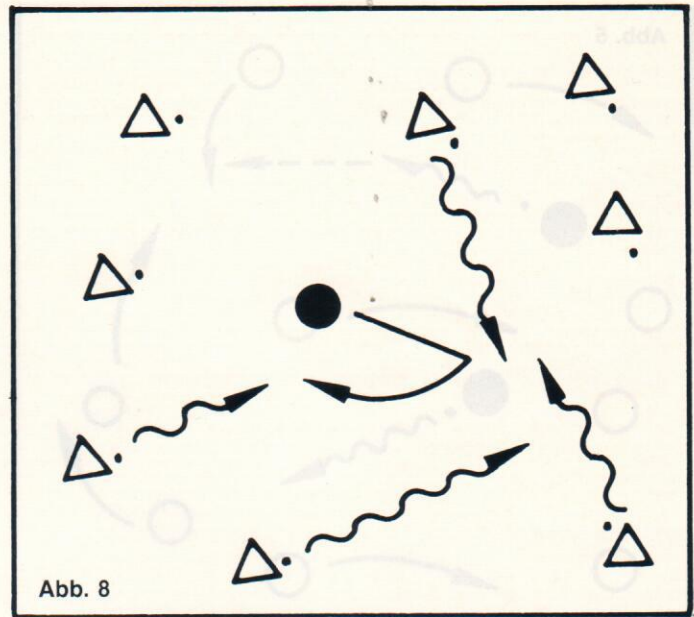


Abb. 8

Variationen:

- Kegel (Pylone) können frei im Feld verteilt werden oder befinden sich jeweils an der Stirnseite des Feldes.
- Die Zahl der Bälle wird dem Leistungsvermögen angepaßt.
- Bei leistungsunterschiedlichen Mannschaften kann die Zahl der jeweiligen Kegel verschieden sein.

Jägerball

Trainingsziel: Dribbeln und Schießen

Schwerpunkte: - Enges Dribbling - Blick vom Ball lösen
- Gezielte Schüsse

Ablauf: Alle Spieler erhalten 1 Ball. 1 Spieler wird durch ein Zeichen (Band, Überziehhemd) zum „Hasen“ bestimmt. Aufgabe der Gruppe ist es, den Hasen innerhalb von 1 Minute möglichst oft zu treffen. Der Hase versucht, dies durch Hakenschlagen und Tempowechsel zu verhindern. Nach 1 Minute wird 1 anderer Spieler zum Hasen bestimmt, bis jeder einmal Hase gewesen ist:

Wer hat als Hase die wenigsten Abschüsse?

Variation: Bei Gruppen von über 12 Spielern „Hasen-Paare“ bilden, die sich nur per Handfassung zusammen bewegen dürfen. Lassen diese Paare beim Weglaufen vor den Jägern einander los, so wird dies auch als Treffer gewertet.

Redaktionshinweis:

„Hallentraining im Kinder- und Jugendbereich“ wird auch in den nächsten Ausgaben von „fußballtraining“ ein Themenschwerpunkt sein.

Denn gerade bei den „Jüngsten“ läuft der ganze Spiel- und Trainingsbetrieb während der Wintermonate ausschließlich in der Halle ab.

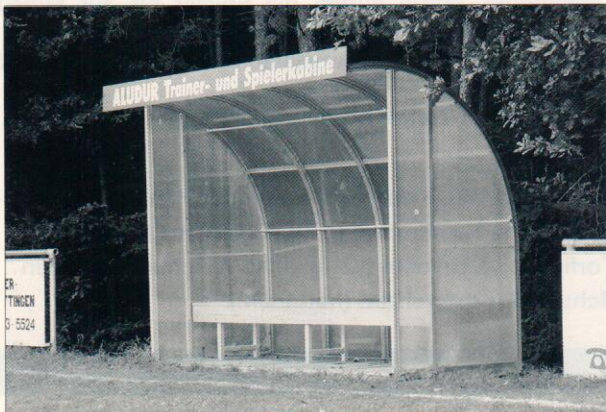
Damit werden insbesondere die Trainer dieser untersten Altersstufen notwendigerweise mit folgenden Fragen konfrontiert:

- Welchen grundsätzlichen Stellenwert nimmt das Hallentraining bei der Ausbildung meiner Spieler ein?

- Wie trainiere ich bei großen Trainingsgruppen und den begrenzten räumlichen Kapazitäten einer Halle dennoch möglichst effektiv und motivierend?

Hierauf wird „fußballtraining“ einfache und praktikable Antworten geben.

ALUDUR® Trainer- und Spielerkabine



der wettersichere Platz für Betreuer und Auswechselspieler Ihrer Heim- und Gast- Mannschaften. Komplett mit Holz- Bodenrost und stabiler Holzbohlen - Sitzbank. Neben dem sehr günstigen Preis bieten sich jede Menge Werbeflächen für Sponsoren: auf Frontblende, Seitenwänden und Rückwand. Lieferung direkt vom Hersteller! Deshalb besonders preiswert! Fordern Sie Detailunterlagen an bei

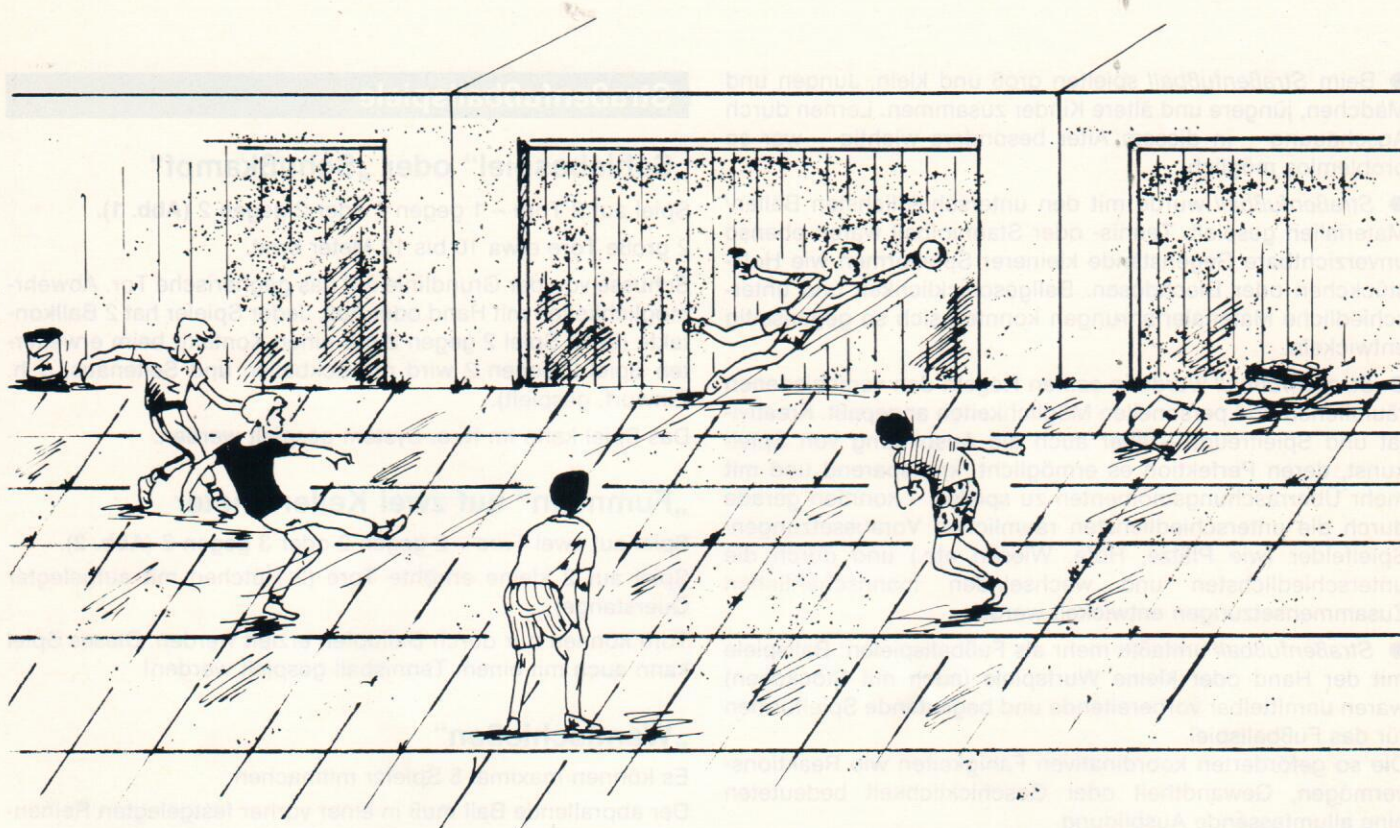
AWW

ALUMINIUM WERKE WUTOSCHINGEN GMBH

D-7896 Wutöschingen · Telefon 077 46/81-0

Telex 07 921 435 · Telefax 077 46/81217





Frank Reckwald · Ulrich Clemens

Ohne Straßenfußball keine Talente mehr!?

Möglichkeiten zu einer Neuorientierung im Kinder- und Jugendfußball

Vorbemerkungen

Der bundesdeutsche Fußball hat an Attraktivität und Originalität verloren. Diese Entwicklung wird allseits beklagt, über die Gründe wird gestritten. Mitentscheidend für diese Misere waren zweifellos Fehlentwicklungen im Bereich des Jugendfußballs in den zurückliegenden Jahren.

Immer häufiger taucht in dieser aktuellen Diskussion der Begriff des „Straßenfußballs“ auf. Damit ist dann meist das selbstorganisierte Ball- oder Fußballspiel der Kinder auf der Straße, im Hof oder auf dem Bolzplatz gemeint. Diese meist abgewandelten Spielformen des „großen Spiels“ gibt es heute kaum noch. Die Gründe sind bekannt. Die Kinder haben weniger Zeit, es mangelt an Spielmöglichkeiten. Darüber hinaus weisen Videospiele und Computertechnik einen immer größer werdenden Stellenwert in der Freizeitgestaltung von Kindern auf.

Kein Straßenfußball – keine Talente mehr!?

Zweifellos mag diese These übertrieben scheinen, dennoch sollte diesem Gedankenweg Beachtung geschenkt werden.

Der Deutsche Fußball-Bund hat in Zusammenarbeit mit den Vereinen aus diesem Verlust an Spielstätten und Spielmöglichkeiten seine Konsequenzen abgeleitet: Das Kinder- und Jugendtraining setzte immer früher ein: E- und F-Jugendmannschaften entstanden – die fehlende Spielerfahrung der Kinder sollte auf diese Weise kompensiert werden.

Doch schon der Begriff „Training“, der doch planmäßige und gezielte Verbesserung der sportlichen Leistungsfähigkeit bedeutet, ist im Grunde entlarvend: Er macht genau den Unterschied zum Straßenfußball, zum „Fummeln, Pöhlen, Kicken“ – also zu gegenwartserfülltem Spiel – deutlich.

In Fachkreisen ist man sich heute darüber einig, daß Elemente des Straßenfußballs – zumindest für den Bereich der C-Junioren abwärts – unmittelbarer Bestandteil des Kinder- und Jugendtrainings werden sollten.

Straßenfußball war vieles

Straßenfußball war aber nicht nur ein Spiel, bei dem sich Kinder und Jugendliche zusammenfanden, um Fußball zu spielen. *Straßenfußball* war mehr:

● Beim *Straßenfußball* spielen groß und klein, Jungen und Mädchen, jüngere und ältere Kinder zusammen. Lernen durch Anschauung – in diesem Alter besonders wichtig – war so problemlos möglich!

● *Straßenfußball* wurde mit den unterschiedlichsten Bällen/Materialien gespielt. Tennis- oder Stanniolball waren ebenso unverzichtbare Gegenstände kleinerer Spielformen wie Holzstückchen oder Blechdosen. Ballgeschicklichkeit und unterschiedliche Materialerfahrungen konnten sich so gegenseitig entwickeln.

● *Straßenfußball* wurde in seinen Regeln den verschiedenen räumlichen und personellen Möglichkeiten angepaßt. Kreativität und Spielfreude – aber auch die Ausbildung von Spielkunst, deren Perfektion es ermöglicht, kraftsparend und mit mehr Überraschungsmomenten zu spielen – konnten gerade durch die unterschiedlichsten räumlichen Voraussetzungen/Spielfelder (wie Plätze, Höfe, Wiesen etc.) und durch die unterschiedlichsten und wechselnden mannschaftlichen Zusammensetzungen entwickelt werden.

● *Straßenfußball* umfaßte mehr als Fußballspielen: Ballspiele mit der Hand oder kleine Wurfspiele (auch mit Stöckchen) waren unmittelbar vorbereitende und begleitende Spielformen für das Fußballspiel.

Die so geförderten koordinativen Fähigkeiten wie Reaktionsvermögen, Gewandtheit oder Geschicklichkeit bedeuteten eine allumfassende Ausbildung.

Der bundesdeutsche Fußball muß wieder attraktiver werden! Ein schwieriges, wenngleich aber auch erforderliches Ziel. Die Weichen dazu können, vielmehr müssen im Kinder- und Jugendbereich gestellt werden.

Spielwitz und Kreativität sind unbestreitbare Grundlagen eines attraktiven „großen“ Spiels. Sie können nur dann zur Anwendung kommen, wenn sie im Kinder- und Jugendalter gefördert werden.

Kreativität konnte sich im Straßenfußball abseits des Regelwerks entwickeln, **Spielfreude** durch häufige Tor-situationen und **Spielwitz** durch immer wieder wechselnde Spielformen und -orte.

Wir plädieren daher für eine Neuorientierung des Kinder- und Jugendtrainings, wobei es uns in erster Linie darum geht, das Vereinsjugendtraining mit interessanten Elementen des Straßenfußballs zu bereichern.

Bei unseren Nachforschungen zu diesem Thema sind wir auf zahlreiche Spielformen gestoßen, von denen einige nachfolgend vorgestellt werden sollen.

Unsere Vorgabe ist nur als Anreiz zu verstehen. Jeder Trainer sollte eigene Spielformen hinzufügen . . .

NEU-ERSCHEINUNG

Angreifen...aber wie??

Anregungen und Hinweise für systematisches und zielstrebiges Angriffsspiel.
Eine neue Broschüre aus der Schriftenreihe

„Fußballtaktik unter der Lupe“.

Fußballtrainer – Profil · Aufgabe · Arbeitsweise
Der inzwischen tausendfach ausgelieferte Leitfaden für Trainer aller Klassen und solche, die es werden wollen.

Jedes Heft: **DM 10,-/sFr 10,-/öS 90,-**
Bezug und Info über weitere Fachschriften zur Fußballtaktik durch:
Fußballfachberatung · Postf. 1324 · 7858 Weil a. Rh. · Tel. 0041-61-610842

Straßenfußballspiele

„Schiebespiel“ oder „Schußkampf“

Spiel auf 2 Tore – 1 gegen 1 oder 2 gegen 2 (Abb. 1).

2 große Tore etwa 10 bis 12 Meter breit.

Schüsse von der Grundlinie auf das gegnerische Tor. Abwehrmöglichkeiten mit Hand oder Fuß. Jeder Spieler hat 2 Ballkontakte (beim Spiel 2 gegen 2 nur einen Kontakt; beim erweiterten Spiel 2 gegen 2 wird mit Eckbällen und Seitenaus, d. h. Einwurf, gespielt).

Das Spiel kann im K.-o.-System gespielt werden.

„Fummeln“ auf zwei Kellerfenster

Spiel auf zwei Tore – 2 gegen 2 oder 3 gegen 3 (Abb. 2).

Spiel auf 2 kleine erhöhte Tore (2 Hütchen mit aufgelegter Querstange).

Tore können nur durch Ballupfen erzielt werden. Dieses Spiel kann auch mit einem Tennisball gespielt werden!

„Wandschießen“

Es können maximal 5 Spieler mitmachen.

Der abprallende Ball muß in einer vorher festgelegten Reihenfolge angenommen und gegen eine Wand (Gitterbegrenzung hinter Toren) weitergespielt werden.

Jeder Spieler hat zu Beginn drei Punkte – nach Verlust scheidet er aus (Abb. 3).

Variationen:

– Ball darf nur einen Bodenkontakt haben (bei hohem Spiel gegen die Wand).

– Spiel gegen die Wand in eingeteilte Felder.

– Direktes Weiterspielen des zurückprallenden Balles.

„Meisterschießen“

Ein normales Spielfeldtor wird in verschiedene Zonen eingeteilt und mit Torhütern besetzt (maximal 4 Bereiche).

Ein Schütze versucht, aus etwa 14 Metern im gesamten Tor Tore zu erzielen; bei einem gehaltenen Schuß wechselt der Schütze mit dem Spieler, der den Ball gehalten hat.

Sieger ist derjenige, der als erster 5 (10) Tore erzielt hat.

Hinweis:

Eventuellen Verletzungen kann durch das Aufstellen von Torstangen bzw. Hütchen vorgebeugt werden (genaue Markierungen!).

„Pfosten- und Latenschießen“

Normales Spielfeldtor, beliebige Zahl an Spielern. Es werden Punkte für Treffer an Pfosten und Latte verteilt.

Sieger ist derjenige Spieler, der als erster 5 (10) Punkte erreicht hat.

Spiel auf eine „Mülltonne“

Beliebige Spielerzahl: Spiel von 2 Mannschaften auf ein Tor/Mal.

Es wird rund um ein Tor herum gespielt – Tore können von allen Seiten erzielt werden. Beim Spiel auf ein Mal muß der Ball für einen Torerfolg im Mal liegenbleiben (Abb. 5).

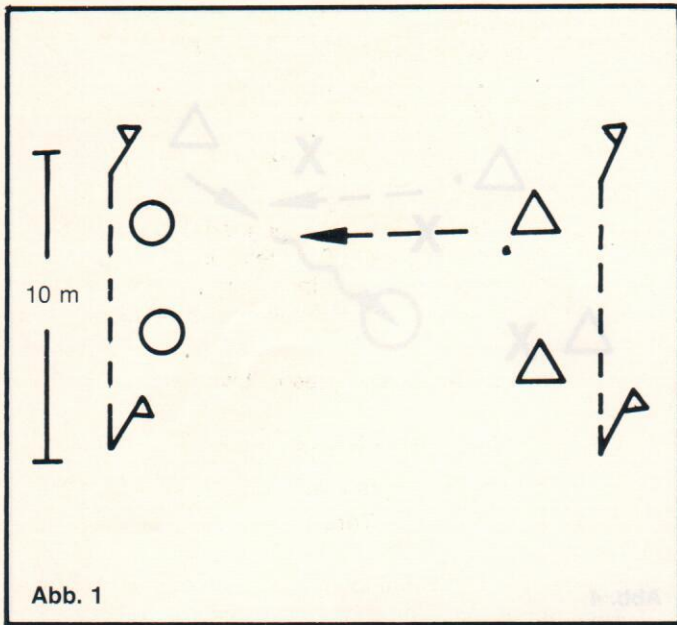


Abb. 1

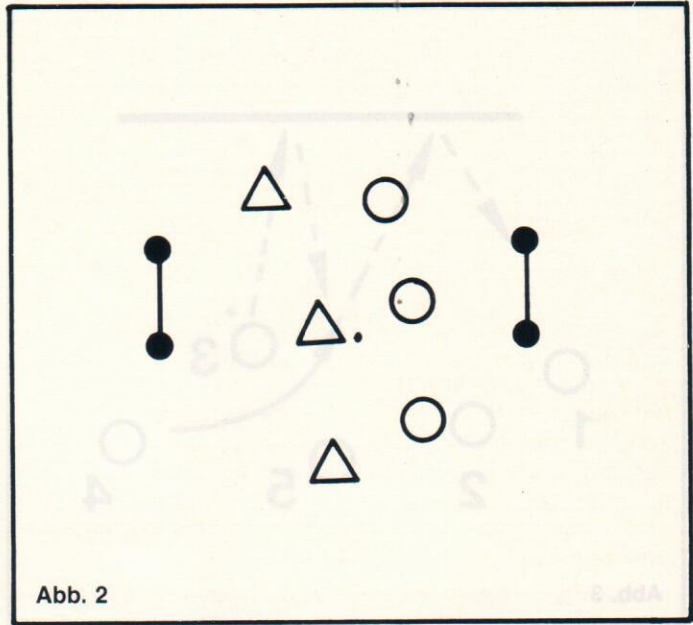


Abb. 2

„Elferkönig“

Normales Spielfeldtor; beliebige Spielerzahl.
In einer vorher festgelegten Reihenfolge erfolgen Torschüsse vom Elfmeterpunkt: Der Torhüter bleibt so lange im Tor, bis er einen Elfmeter gehalten hat; danach wechselt er mit dem Schützen, der seinen „Elfer“ nicht verwandelt hat.

Sieger ist derjenige Spieler, der als erster 10 Elfmeter verwandelt hat.

„Drei Ecken ein Elfer“

Spiel von 2 Mannschaften auf 2 kleine Tore.
Bei 3 verschuldeten Eckbällen erhält die Gegenmannschaft einen „Elfmeter“: direkter Torschuß von der Mittellinie.

Fußball-Kartotheken: Training à la carte

Claus Binz/Heinz Janowski/Ernst Middendorp
Fußball-Kartothek 3
Ausdauertraining



philippa

Ausdauer

Über keinen anderen Konditionsfaktor hat die Trainingstheorie in neuester Zeit so kontrovers diskutiert. Ausdauer – kein anderer Trainingsinhalt bereitet dem Trainer so viel Kopfzerbrechen, denn mit Ausdauertraining verbinden Spieler immer schon Begriffe wie „Qualerei“, „Schinderei“ und „Monotonie“.

Aber:

- Müssen notwendigerweise monotone Rundenläufe, die automatisch Motivationsprobleme bei den Spielern hervorrufen, auf dem Trainingsprogramm stehen?

- Wenn nicht, wie verpacke ich durch attraktive Trainingsformen ein systematisches Ausdauertraining so, daß die Spieler „lächelnd zu Boden sinken“?

Hierzu bietet die Fußball-Kartothek 3 „Ausdauertraining“ auf 87 Karten ausreichend Trainingsvorschläge, die auch bei nur 2 bis 3 Trainingseinheiten pro Woche ein kontinuierliches und interessantes Ausdauertraining ermöglichen.

Die Systematik der Kartothek beweist, daß auch bei der Ausdauererschulung der **Ball im Mittelpunkt** stehen kann:

1. Läufe mit und ohne Ball in verschiedenen Organisationsformen
2. Komplexübungen, bei denen fußballspezifische Spielelemente mit verschiedenen Laufformen kombiniert werden
3. Spielformen, die besonders gut für ein Ausdauertraining geeignet sind.

Erich Rutenmüller/Roland Koch
Fußball-Kartothek 1
Hallentraining



philippa

Auf 80 Doppelkarten (teilweise beidseitig bedruckt) finden sich zahlreiche Übungs- und Spielformen, die exakt auf die inhaltlichen und organisatorischen Besonderheiten des **Hallentrainings** zugeschnitten sind. Schwerpunkte: Motivierendes Aufwärmen, Verbesserung technischer Fertigkeiten (z. B. Kopfstoß, Dribbling) und taktischer Fähigkeiten.

Erich Rutenmüller/Roland Koch
Fußball-Kartothek 2
Torwarttraining



philippa

85 Doppelkarten als praktische Trainingshilfe für gezieltes **Torwarttraining**; ausgehend von konkreten Spielsituationen werden folgende Schwerpunkte behandelt: Reaktionsvermögen, Konzentrationsausdauer, Sprungkraft, Stellungsspiel, Abfangen von Flanken, Zusammenarbeit mit Abwehrspielern etc., dazu viele organisatorische Tipps zum Torwarttraining.

Preis je Kartothek (inkl. Beiheft und praktischem Karteikasten):
DM 29,80 (zzgl. Versandkosten)

philippa
Bestellschein
Seite 16

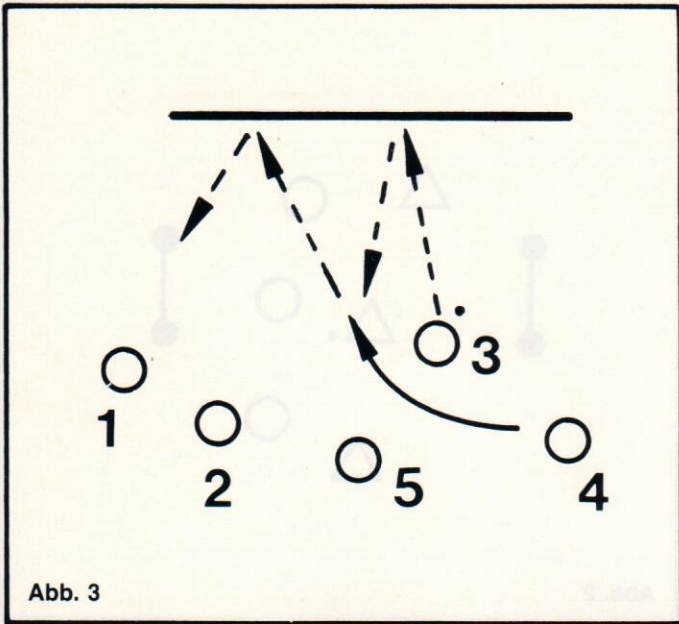


Abb. 3

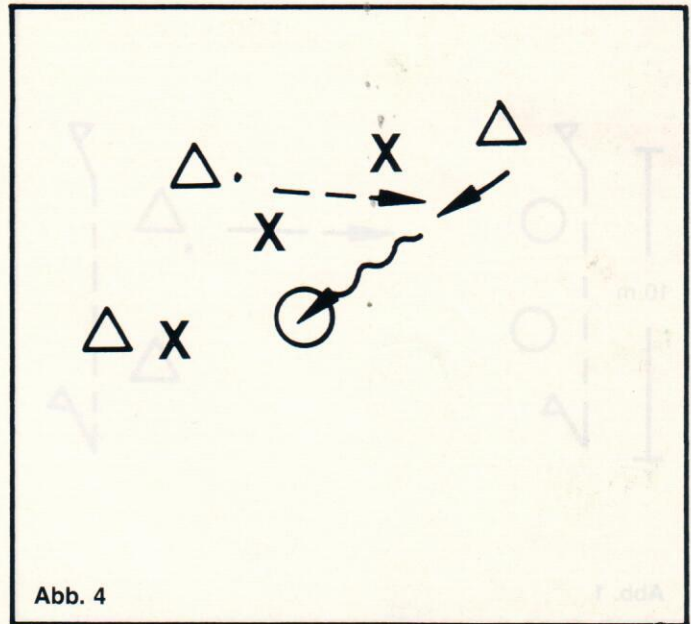


Abb. 4

Variation:

Wenn auf 2 große Tore mit Torhütern gespielt wird, kann der Elfer in Form eines Pennaltys erfolgen.

„Jonglierwettstreit“

Beliebige Spielerzahl. Ziel ist es, den Ball solange wie möglich

hochzuhalten: Der Ball darf dabei mit Fuß, Knie, Brust, Kopf etc. gespielt werden. Dieses Spiel sollte mit den unterschiedlichsten Bällen erfolgen.

Variation:

Eine vorgegebene Strecke ist jonglierend zurückzulegen. Wer erreicht zuerst das Ziel? Bei Ballverlust muß der Spieler wieder am Start beginnen.

Bestellschein (bzw. Kopie) einsenden an Philippka-Verlag, Postfach 6540, D-4400 Münster
 Bestellungen aus der Schweiz an: ISM Sportmarketing, Guntenbachstr. 275, CH-8603 Schwerzenbach

Ich abonniere fußballtraining

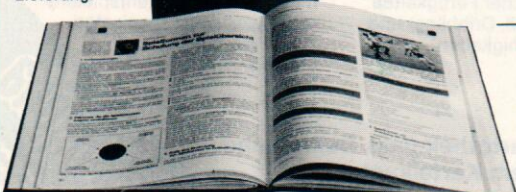
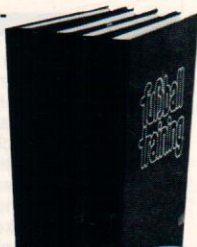
Gleich mitbestellen

Damit Sie „fußballtraining“ praktisch archivieren können – unzerschnitten, ungelocht und trotzdem immer griffbereit – haben wir schicke Sammelmappen herstellen lassen: in grünem Regentleinen mit gelber Prägung des Originaltitels auf Vorderseite und Rücken. Die Hefte werden einzeln hinter Stäbe geschoben, was einwandfreies Blättern, Lesen ohne toten Rand und eine Entnahme von Heften problemlos macht.

Jetzt mit Jahreszahlen-Aufklebern 1981-1992 in 4er-Sets.

12er-Mappe DM 13,80

Versandspesen DM 3,- je Sendung, ab 5 Mappen spesenfreie Lieferung.



● Bitte liefern Sie mir/uns die Zeitschrift „fußballtraining“ (Herausg.: Gero Bisanz) ab Heft ____ / Jahr ____ (frühestmöglicher Abo-Beginn: Heft 1/84) im Abonnement.

Diese Bestellung gilt bis auf Widerruf, mindestens aber für 1 Jahr. Kündigen kann ich mit 6-Wochen-Frist zum Ende eines Kalenderjahres.

Das Jahres-Abonnement kostet 1989 (12 Hefte) im Inland DM 56,40, im Ausland DM 61,20, jeweils frei Haus.

● **Gewünschte Zahlungsweise:**

Buchen Sie den dann **ermäßigten** Bezugspreis jährlich nach dem 1. Januar bzw. bei Literaturbestellungen den Rechnungsbetrag ab von meinem/vom*

Konto-Nr. _____

bei (Bank): _____

_____ BLZ: _____

* Konto-Inhaber bin nicht ich, sondern:

Ich zahle sogleich nach Rechnungserhalt.

Datum: _____

Unterschrift: _____

Besteller:

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Ich bestelle aus Ihrem Programm an Sportfachliteratur:

_____ Expl. **Sammelmappen ft**

_____ Expl. _____
 (Titel abkürzen)

_____ Expl. _____

_____ Expl. _____

_____ Expl. _____

Hinweis für den Verlag

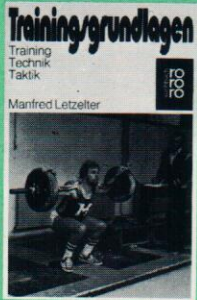
Ich weiß, daß ich die Abonnement-Bestellung innerhalb von 10 Tagen (Absendung in diesem Zeitraum genügt) beim Philippka-Verlag, Postfach 6540, 4400 Münster schriftlich widerrufen kann.

(2. Unterschrift des Abonnenten)



Trainingslehre/Spiele/Gymnastik/Kondition/Sportmedizin usw.

Allgemeines, Trainingslehre



Letzelter, M.: Trainingsgrundlagen (rororo-Sportbuch) **DM 12,80**

Grosser/Neumaier: Techniktraining **DM 19,80**

Band 14: Ballreich/Baumann: Biomechanische Leistungsdiagnostik, Ziele - Organisation - Ergebnisse; früher DM 28,- jetzt **DM 12,80**

Baumann, H.: Methoden der Fehleranalyse durch Bewegungsbeobachtung. Neuersch. 1986, 327 S., Manuskriptdruck **DM 38,00**

Der Sport-Brockhaus. Alles vom Sport von A bis Z. Über 1300 Stichwörter, 576 Seiten DIN A5, Leinen, Neuauflage 1984 **DM 58,00**

Dietrich/Dürwächter/Schaller: Die Großen Spiele (Methodische Aufarbeitung von Basketball, Handball, Fußball und Volleyball), 224 Seiten A6 **DM 17,80**

Digel, H.: Lehren im Sport. Ein Handbuch für Sportlehrer, Sportstud. und Übungsleiter **DM 15,80**

Döbler: Grundbegriffe der Sportspiele. 232 Seiten **DM 18,50**

Gröbning: Einführung in die Sportdidaktik. 5. Aufl. 1988. 250 S. **DM 49,80**

Grosser/Brüggemann/Zintl: Leistungssteuerung in Training und Wettkampf, 203 Seiten **DM 28,00**

Harre, Dietrich: Trainingslehre, das DDR-Standardwerk, 280 S. **DM 32,80**

Löcken/Dietze: Das Betreuungssystem im modernen Hochleistungssport, 255 Seiten **DM 12,80**

Martin, D.: Grundlagen der Trainingslehre:

Teil I: Die inhaltliche Struktur des Trainingsprozesses, 292 S. **DM 33,60**

Teil II: Die Planung, Gestaltung, Steuerung des Trainings; Kinder- und Jugendtraining, 1. Aufl. 1980, 304 S. **DM 33,60**

Rigauer: „Sportsoziologie“ (Grundlagen, Methoden, Analysen) **DM 11,80**

Röthig: Sportwissenschaftliches Lexikon, 5. Auflage 1983 **DM 45,80**

Weineck, J.: Optimales Training, Neuauflage **DM 44,00**

Rieder/Fischer: Methodik und Didaktik im Sport, 174 S. **DM 24,00**

Saziorski: Biomechanische Grundlagen der Ausdauer, DDR 1987 **DM 20,80**

Thieß/Schnabel: Grundbegriffe des Trainings, 192 Seiten **DM 19,80**

Thieß u. a. (DDR): Training von A bis Z. Kleines Wörterbuch für die Theorie und Praxis des sportlichen Trainings. 347 S. DIN A5, Pappereinb. **DM 14,80**

Willimczik/Roth: Bewegungslehre - Grundlagen, Methoden, Analysen **DM 14,80**

Kleine Spiele



Döbler, E. und H.: Kleine Spiele (Ein Handbuch für Schule und Sportgemeinschaft), 429 Seiten **DM 24,80**

Fluri, H.: 1012 Spiele und Übungsformen in der Freizeit. 240 S. **DM 26,80**

Ketelhut/Brünner: Spiele für Sport und Freizeit. Eine Fundgrube für jeden Trainer. 134 Seiten **DM 16,80**

Löschner: Kl. Spiele für viele **DM 9,80**

Schubert, Renate u. a.: Kleine Spiele mit Ball (Spiele-Kartothek 1), 88 Doppelkarten mit Beiheft in prakt. Kartekasten **DM 28,00**

Schubert u. a.: Lauf- und Abschlagsspiele (Spielekartothek). 80 Doppelkarten **DM 28,00**

Rammler/Zöllner: Kleine Spiele - wozu? 144 Seiten **DM 24,80**

Gymnastik, Aufwärmen

Bucher: 1000 Spiel- und Übungsformen zum Aufwärmen, 280 S. **DM 32,80**

Fidelus/Kocjasz: Atlas der Trainingsübungen (2000 Übungen) **DM 18,00**

Dassel, H./Haag, H.: Circuit-Training (66 Bildtafeln); **DM 24,80**

Teil I: Sportmotorische Eigenschaften **DM 29,80**

Teil II: Balltechn. Fertigkeiten (52 Tafeln) **DM 28,80**

Knebel: Funktionsgymnastik (rororo) **DM 12,80**

Koch/Rutkowski: Spielen - Üben und Trainieren mit dem Medizinball **DM 20,80**

Kos, B.: Gymnastik, 1200 Übungen **DM 17,80**

Maehl, O.: Beweglichkeitstraining, 142 Seiten **DM 21,00**

Maehl, O./Höhnke, O.: Aufwärmen. Anleitungen und Programme für die Sportpraxis. 188 S. zahlr. Abb. **DM 20,-**

Medau u. a.: Organgymnastik Lehrweise Medau. 96 S., 169 Abb. **DM 21,00**

Sölveborn, Sven-A.: Das Buch vom Stretching. 122 S./165 Zeichn., 16x22 cm **DM 19,80**

Roy: Richtig Fitneßgymnastik **DM 12,80**

Forstreuter, Hans: Gymnastik. Körperschule ohne Gerät. 31. Auflage, 256 Seiten **DM 29,80**

Klein, G. u. a.: Gymnastikprogramm, 128 S., ca. 300 Fotos **DM 19,80**

Gerlach-Riechardt: Gymnastik; Körperschule, die Spaß macht. Übungen zum Aufwärmen, Lockern, Kräftigen. 173 Seiten DIN A5 **DM 16,80**

Neumaier/Zimmermann: richtig Konditionsgymnastik, 127 S. **DM 12,80**



Roy: Richtig Fitneßgymnastik **DM 12,80**

Forstreuter, Hans: Gymnastik. Körperschule ohne Gerät. 31. Auflage, 256 Seiten **DM 29,80**

Klein, G. u. a.: Gymnastikprogramm, 128 S., ca. 300 Fotos **DM 19,80**

Gerlach-Riechardt: Gymnastik; Körperschule, die Spaß macht. Übungen zum Aufwärmen, Lockern, Kräftigen. 173 Seiten DIN A5 **DM 16,80**

Neumaier/Zimmermann: richtig Konditionsgymnastik, 127 S. **DM 12,80**

Spring, u. a.: Dehn- und Kräftigungsgymnastik. Grundlagen des Stretchings, 142 Seiten **DM 22,80**

Ortner/Obitschnig: Aufbau- und Heilgymnastik. 132 S., zahlr. Fotos **DM 24,80**

Konditions- und Krafttraining

Gain: Muskelkraft durch Partnerübungen **DM 10,80**

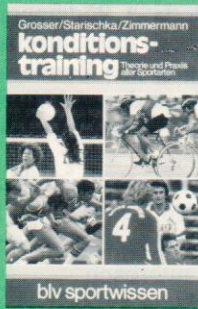
Gold/Roth: Krafttraining, 2. Aufl. 1980, 160 Seiten, 150 Abb. **DM 20,00**

Grosser/Herbert: Konditionsgymnastik, 119 S. (21x24), 5. Aufl. **DM 24,80**

Grosser/Zimmermann: Krafttraining (Grundlagen, Methoden, Übungen, Trainingsprogr.), 160 S. **DM 19,80**

Grosser u. a.: Richtig Muskeltraining, 127 S., zahlr. Abb. u. Fotos **DM 12,80**

Hartmann/Tünnemann: Modernes Krafttraining, 352 S. (DDR) **DM 16,80**



Grosser/Starischka: Konditionstests, 138 S. **DM 22,00**

Grosser u. a.: Konditions-training, 93 S. **DM 22,00**

Hartmann: 100 Zweikampfübungen **DM 9,80**

Jonath: Circuittraining, rororo-Sportbuch, 188 Seiten **DM 12,80**

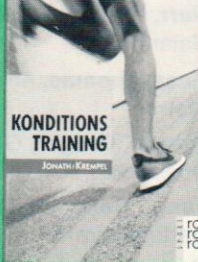
Kos, B./Teply, Z.: Kondition durch Gymnastik (aus der DDR), 312 S., ca. 1500 Abb. **DM 17,80**

Kreidler, H.-D.: Konditionsschulung durch Spiele, 104 Seiten **DM 18,80**

Kruber/Fuchs: Allgemeine Konditionsschulung, **DM 23,80**

Teil I: 72 Arbeitskarten **DM 24,80**

Teil II: 72 Arbeitskarten **DM 24,80**



Jonath, K./Krempel, R.: Konditions-training, rororo-Sportbuch, 429 S. **DM 16,80**

Letzelter: Krafttraining (rororo) **DM 16,80**

Matkovic: 400 Übungen zur Entwicklung von Kraft, Beweglichkeit und Geschicklichkeit **DM 24,80**

Scholich: Kreistraining (aus der DDR) **DM 9,60**

Scholich: Kreistraining (aus der DDR) **DM 9,60**

Sportmedizin

Clasing: Sportärztliche Ratschläge **DM 16,00**

Ehrich/Gebel: Aufbau- und Kräftigungstraining nach Sportverletzungen. Völlig überarbeitete Neuauflage. **DM 36,00**

Exel/Dungl: Zerrung, Prellung, Tennisarm. Selbsthilfe bei Sportverletzungen, Vorbeugung, Trainingsaufbau, Heilung. 197 Seiten **DM 29,80**

Forgo: Sportmedizin für alle. Ein Buch, das den Laien in die Lage versetzt, Sportmedizin zu überschauen und zu verstehen. 253 S. **DM 42,00**

Grisogono: Sportverletzungen erkennen und behandeln. 214 S., zahlr. Abb. (Paperback) **DM 26,80**

Hinrichs: Sportverletzungen. Erkennen, vorbeugen, heilen (rororo) **DM 16,80**

Weineck: Sportanatomie, 210 Seiten **DM 48,00**

Mirkin: Die Dr.-Mirkin-Fitneß-Sprechstunde. 224 S. **DM 24,00**

Müller-Wohlfahrt u. a.: Süße Pille Sport - Verletzt, was nun? 172 S. A 5 **DM 14,80**

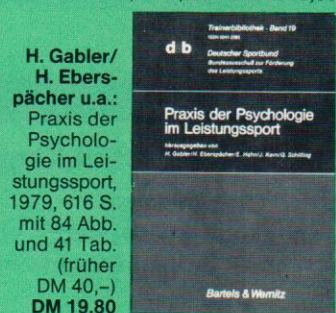
Ortner/Skribot: Wirbelsäulentrauma. Sport- und Gesundheitsgymnastik für Zivilisations- und Bandscheiben-Geschädigte, 126 S. **DM 25,00**

McLatchie: Verletzungen im Kampfsport, Neuersch. 1986. Ein allgemeinverständlich. Leitfaden: Verletzungen verhüten, erkennen, behandeln. 248 Seiten **DM 34,80**

Sportpsychologie

Baumann: Praxis der Sportpsychologie, 166 Seiten, viele Abb. **DM 24,00**

Schubert: Psychologie zwischen Start und Ziel, DDR, 295 S. **DM 19,80**



H. Gabler/H. Eberspächer u. a.: Praxis der Psychologie im Leistungssport, 1979, 616 S. mit 84 Abb. und 41 Tab. (früher **DM 40,-**) **DM 19,80**

Hans Eberspächer: Sportpsychologie. rororo-Sachbuch **DM 11,80**

Porter/Forster: Mentales Training. Der moderne Weg zur sportlichen Leistung. 1987, 152 Seiten **DM 32,00**

Rodinow u. a.: Psychologie in Training und Wettkampf (aus dem Russischen). 176 Seiten **DM 16,80**

Rokusfalvy: Sportpsychologie. 244 S. statt **DM 34,80** **DM 12,80**

Sporternährung

Baron: Optimale Ernährung des Sportlers, Neuersch. 1986, 184 Seiten **DM 44,00**

Donath/Schüler: Ernährung der Sportler, aus der DDR, 167 S. **DM 14,80**

Hamm/Weber: Sporternährung praxisnah. 135 S., zahlr. Abb. und Tab. **DM 24,80**

Konopka: Sporternährung. Leistungsförderung durch vollwertige und bedarfsangepasste Ernährung. Neuersch. 1985, 190 S. **DM 24,00**

Haas: Die Dr.-Haas-Leistungsdiät, USA-Bestseller! 240 Seiten **DM 28,00**

Nöcker: Die Ernährung des Sportlers, 116 Seiten **DM 18,80**

Haas: Die Dr.-Haas-Leistungsdiät, USA-Bestseller! 240 Seiten **DM 28,00**

Nöcker: Die Ernährung des Sportlers, 116 Seiten **DM 18,80**

Haas: Die Dr.-Haas-Leistungsdiät, USA-Bestseller! 240 Seiten **DM 28,00**

Nöcker: Die Ernährung des Sportlers, 116 Seiten **DM 18,80**

Haas: Die Dr.-Haas-Leistungsdiät, USA-Bestseller! 240 Seiten **DM 28,00**

Haas: Top-Diät. Für Erfolg und persönliche Bestleistung. 287 Seiten **DM 28,00**

News



Bund Deutscher Fußball-Lehrer

Rheingaustraße 129a, 6200 Wiesbaden
Telefon 0 61 21 / 84 34 69



Herbert Widmeyer, Präsident des Bundes Deutscher Fußball-Lehrer und der Union Europäischer Fußball-Trainer, bei seiner Dankesrede anlässlich der Verleihung des Bundesverdienstkreuzes durch den Kölner Regierungspräsidenten Dr. Franz-Josef Antwerpes (re.). Links lauscht Dr. Wilfried Gerhardt, Generalsekretär des Deutschen Fußball-Bundes.

Termine

Regionale Fortbildung

23. Oktober (Montag)

14.00 Uhr **Verbandsgruppe West**
Duisburg, Sportschule
Wedau

27. Oktober (Freitag), 15.00 Uhr
bis

28. Oktober (Samstag) ca. 13.00 Uhr
Verbandsgruppe Bayern
Gochsheim bei Schwein-
furt

Treffpunkt: Sportanlage des
TSV Gochsheim

Weitere Einzelheiten bitte einholen beim
Tagungsleiter Gerhard Bauer, Menzinger
Straße 99 a, 8000 München 50, Tel.
089/8112263

8. November (Mittwoch)

14.00 Uhr **Verbandsgruppe
Baden-Württemberg**
Stuttgart-Ruit, WFV-Sport-
schule Nellingen/Ruit

13. November (Montag)

18.00 Uhr Berlin, Sportschule
Schöneberg

Aufnahmeanträge

Nachfolgende Trainer mit Fußball-Lehrer-Diplom/A-Lizenz beantragen die Mitgliedschaft im Bund Deutscher Fußball-Lehrer (BDFL):

Aßmann, Holger, Nienhöfener Weg 22,
2000 Hamburg 53

Beierlorzer, Bertram, Ringstraße 4, 8531
Launerstadt

Bernreuther, Roland, 8500 Nürnberg 90

Dietl, Hans, Trausnitzstraße 22, 8000
München 80

Emken, Ewald, An der Münz 12, 6420
Lauterbach

Giese, Bernd, Behringstraße 33, 4600
Dortmund

Grote, Thomas, Schwartauer Landstraße
502, 2400 Lübeck 1

Häffner, Rainer, Klingenhub 22, 6980
Wertheim-Nassig

Hellmich, Thomas, Forstweg 6, 3406 Bo-
venden 1

Heringlehner, Robert, Riesenfeldstraße
76, 8000 München 40

Herr, Rainer, Eisenbahnstraße 48, 7982
Baienfurt

Hess, Thomas, Am Güllenacker 10, 7806
March

Jeretin, Gregor, Glockenstraße 35, 4000
Düsseldorf 30

Jung, Reinhard, Wehrstraße 17, 6234
Hattersheim 3

Karkuth, Dirk, An der Friedweide 42,
4650 Gelsenkirchen-Horst

Kühn, Hermann, Vogelsbergweg 11,
6050 Offenbach

Mertesacker, Stefan, Am Gogericht 12,
3017 Pattensen

Moline, Gonzalo, Martinsfeld 47, 5000
Köln 1

Rehbein, Manfred, Schöne Aussicht 21,
6251 Hahnstädten

Spatz, Uwe, Leinenstraße 3, 6800 Mann-
heim 31

Specht, Klaus, Silberbergstraße 39/2,
6901 Mauer

Steidle, Klaus, Heubergstraße 8, 7475
Meßstetten

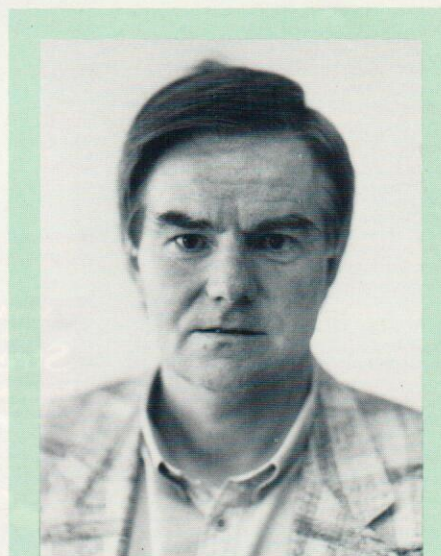
Strobel, Thomas, Lazarettstraße 8, 7987
Weingarten

Stumpf, Rainer, Am Kirschenberg 12,
6309 Rockenberg 1

Weber, Karl-Heinz, Sonnenbühlstraße
96, 7750 Konstanz

Winkler, Anton, Reichenberger Straße
137, 6980 Wertheim

Gemäß BDFL-Satzung unterliegen die
Aufnahmeanträge einer Einspruchsfrist
von vier Wochen.



Herzlichen Glückwunsch!

Das Lektorat und das Redaktionskollegium gratulieren Detlev Brügge – Verbandstrainer von Westfalen und Redaktionsmitglied dieser Fachzeitschrift – zu seinem 50. Geburtstag.



Foto: Bongarts

Gerhard Bauer

Das Training dem Alter angemessen gestalten!

Kindertraining ist kein reduziertes Jugendtraining! Jugendtraining ist kein reduziertes Erwachsenentraining! Also nicht nur das Nachwuchstraining der Jugendlichen hat sich wesentlich vom Training der Senioren zu unterscheiden. Auch das Nachwuchstraining selbst unterscheidet sich von Altersstufe zu Altersstufe erheblich. Denn die physisch-psychischen Grundlagen sind bei Jugendlichen vor, während und nach der Pubertät außerordentlich unterschiedlich entwickelt. In den trainingsrelevanten Fähigkeiten (Fähigkeiten, die für die Planung, Durchführung und Wirksamkeit des Trainings von Bedeutung sind) unterscheidet sich ein normal entwickelter

17jähriger weitaus weniger von einem 27jährigen, als ein 10jähriger von einem 15jährigen. Die erforderlichen trainingsmethodischen Grundüberlegungen für ein alters- und entwicklungsangemessenes Training mit Kindern und Jugendlichen werden am trainingspraktischen Beispiel der Schulung des Spannstoßes innerhalb verschiedener Alters- und Leistungsstufen anschaulich vorgestellt.

Vorbemerkungen

Die alters- und entwicklungstypischen Unterschiede zeigen sich unter anderem besonders deutlich an folgenden Punkten:

- dem Leistungsstand im technischen, konditionellen und taktischen Bereich;
- der Einstellung zu konsequent regelmäßigem Training und
- zur Anstrengungsbereitschaft im Training;
- der Motivation und den Motiven zur Leistung;
- der Trainierbarkeit konditioneller Teilfähigkeiten (sensitive Phasen, z. B. für das Training der Beweglichkeit und der Sprungkraft);
- der allgemeinen Koordinationsfähigkeit und damit
- dem Tempo, mit dem technische Fertigkeiten erlernt werden;
- den kognitiven (geistigen) Fähigkeiten und damit
- dem Vermögen, Anweisungen des Trainers (vor allem abstrakt vorgetragener!) zu erfassen und damit
- dem Vermögen, Informationen zur Taktik in Spielhandlungen umzusetzen.

Der Seniorentainer hat es dabei leichter! Bei seinen erwachsenen Spielern variieren diese Faktoren zwar auch von Spieler zu Spieler; beim einzelnen Spieler selbst aber bleiben sie, da der Reife- und Entwicklungsprozeß in der Regel abgeschlossen ist, weitgehend konstant.

Der Jugendtrainer dagegen muß zusätzlich immer die entwicklungsbedingten Veränderungen beim einzelnen Spieler registrieren und in seine Vorüberlegungen für das Training mit einbeziehen. Erschwerend kommt dabei hinzu, daß das Tempo der Entwicklung bei den einzelnen Jugendlichen meist völlig unterschiedlich verläuft. Auch das Entwicklungstempo von Teilfaktoren aus dem körperlichen, seelischen und geistigen Bereich ist individuell unterschiedlich. So kann ein Jugendlicher, der rein körperlich schon auf dem Entwicklungsstand eines 16jährigen ist, seelisch oder geistig durchaus noch auf dem Entwicklungsstand eines typischen 14jährigen sein.

Angesichts dieser besonderen Schwierigkeiten bei der Analyse der trainingsrelevanten Voraussetzungen kann dem Jugendtrainer – und vor allem dem noch jungen Trainer – nur dringend geraten werden, sich vor Beginn einer Saison mit den altersstufentypischen Eigenarten der betreuten Jugendlichen gründlich zu befassen. Wer sich die wichtigsten Punkte noch zusätzlich stichpunktartig notiert, der hat dann immer einen roten Faden, an dem er sich bei der Planung und Durchführung des Trainings orientieren kann. Die Konsequenzen, die sich aus diesen vorhergehenden Aspekten ergeben, sind ebenso vielfältig wie wichtig.

Je nach den Erkenntnissen, zu denen man bei der Analyse der trainingsrelevanten Grundlagen gekommen ist, wird das Training vor allem in folgenden Punkten unterschiedlich sein:

- den Zielen des Trainings,
- dem Schwierigkeitsgrad der Spiel- und Übungsformen, und dabei insbesondere
- der Komplexität der Trainingsformen,
- der konditionellen Belastung und damit
- den Belastungsmethoden, d. h. vor allem dem Verhältnis von Umfang und Intensität der Trainingsbelastung,
- den Methoden zum motorischen Lernen,
- dem Korrekturverhalten,
- den Tests und Kontrollverfahren,
- dem Lehr- und Unterrichtston,
- dem Führungsverhältnis zwischen Trainer und Spieler,
- dem Kameradschaftsverhältnis der Spieler untereinander.

Mit einem Wort: Das ganze Training hat in den einzelnen Alters- und Entwicklungsstufen zwangsläufig einen völlig unterschiedlichen Charakter. Es kommt nicht nur darauf an „WAS“ im Training gemacht wird, sondern die Form der Stoffvermittlung, also das „WIE“ der Trainingsgestaltung, ist entscheidend. Diese Feinheiten können in schriftlich formulierten Trainingsprogrammen (so wie sie beispielhaft auch im folgenden vorgestellt sind) nicht ausreichend deutlich zum Ausdruck gebracht werden. Hierauf kann nicht oft und eindringlich genug verwiesen werden. Das müssen sich vor allem jene Jugendtrainer immer wieder in Erinnerung rufen, die mit einer Mannschaft „mitgehen“. Trainer, die eine Mannschaft z. B. von der D- zur C- und weiter zur B- und A-Jugend begleiten, kommen leicht dazu, die dynamische Veränderung der Trainingsvoraussetzungen zu übersehen.

Wie die theoretischen Forderungen in der Trainingspraxis umgesetzt werden können, das zeigen die folgenden exemplarischen Trainingseinheiten für die drei Altersstufenbereiche von 7 bis 10, 11 bis 14 und 15 bis 18 Jahren.

Um dem Leser die typischen Veränderungen des Trainings innerhalb des Jugendbereiches besonders anschaulich vor Augen zu führen, wird dabei der Schwerpunkt des Trainings im technischen und im konditionellen Bereich konstant gehalten.

In allen drei Trainingseinheiten soll

- der Spannstoß und seine situative Anwendung im Spiel geschult bzw. verbessert werden,
- die Schnelligkeit spielrelevanter Aktionen (Starten, Stoppen, Abspielen, Tore erzielen etc.) entwickelt werden.

Jeder Trainingseinheit werden (unter Berücksichtigung der einleitend genannten Trainingsgrundsätze) die wichtigsten trainingsmethodischen Vorüberlegungen vorangestellt. Dadurch werden die Absichten, die dem jeweiligen Programmbeispiel zugrunde liegen, transparent gemacht.

Die natürliche Leistungssteigerung – DAS GEHEIMNIS DES SPITZENSPORTLERS!

BIOCARN® (nur in Apotheken erhältlich) enthält **Carnitin**, eine körpereigene, natürliche Substanz, die, um sportliche Ausdauer zu gewährleisten, das Sauerstoff-Aufnahmeverfahren zu steigern und die Herzfrequenz nach Belastung zu verringern, in ausreichender Menge vorhanden sein muß.

- steigert das Sauerstoff-Aufnahme-Vermögen
- verbessert die Herzleistung
- fördert die bei Dauerleistung nötige Fettverbrennung
- liefert vor dem Wettkampf das nötige Carnitin
- enthält reines L-Carnitin, wie es im Körper vorkommt

BIOCARN® und Sportler zeigen Spitzenleistungen

Weitere Informationen bitte anfordern bei:
DR. DIETL PHARMA GMBH
Postfach 2063 · 5860 Iserlohn · Tel. 0 23 71 / 3 51-1

BIOCARN®-Sirup: Zusammensetzung: 3,3 ml BIOCARN®-Sirup (= 1 Meßbecher) enthalten 1 g L-Carnitin · **Indikationen:** zur Substitution bei primärem und sekundärem systemischem Carnitin-Mangel · **Gegenanzeigen:** Sorbit-intoleranz · **Nebenwirkungen:** in sehr seltenen Fällen leichter Durchfall · **Dosierung:** etwa 2 g Carnitin (= 2 Meßbecher) pro Tag · **Handelsformen:** 20 ml, 50 ml, 3 x 50 ml gebündelt · **Preis:** DM 26,98; DM 60,19; DM 160,55.

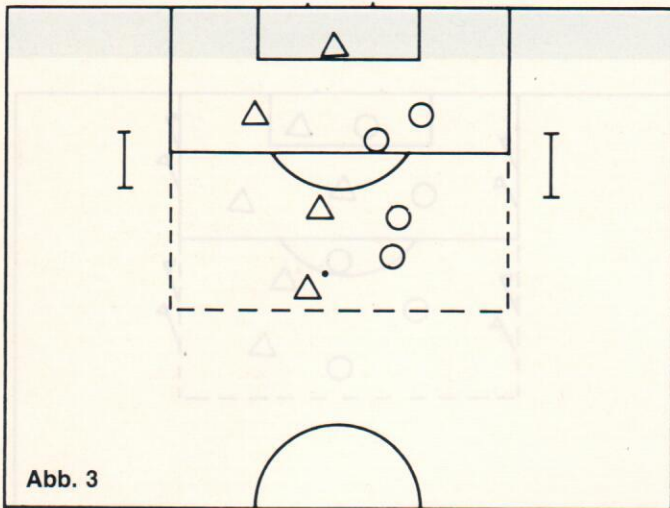


Abb. 3

Handball-Fußball-Spiel II

Das Spielfeld wird durch Stangenmarkierung auf doppelte Strafraumlänge erweitert; hinter den beiden Endlinien werden im Abstand von 5 Metern zu den Linien Tore von etwa 3 bis 5 Metern gesetzt (Abb. 3).

Der Ball wird jetzt zugeworfen und soll möglichst mit Hüftdrehstoß weitergeleitet werden. Tore dürfen nur von innerhalb des Spielraumes und mit Hüftdrehstoß erzielt werden.

Übungen zur Verbesserung der Technik in 2er-Gruppen

Übung 1:

A spielt den Ball halbhoch im Wechsel rechts/links von B, B spielt mit Hüftdrehstoß auf A zurück.

Übung zuerst im Stand, dann aus dem Lauf (A läuft rückwärts/ B vorwärts).

Übung 2:

Der Ball wird nun weiter nach rechts/links zugeworfen, so daß **B zum Ball starten** muß.

Übung 3:

Der Ball wird im unregelmäßigen Wechsel nach rechts/links geworfen, so daß **B reagieren und zum Ball starten** muß.

Abschlußspiel (20 Minuten)

Spiel 6 gegen 6 auf gleichem Spielfeld wie oben

Innerhalb des Spielfeldes wird der Ball gedribbelt und mit dem Fuß wie üblich zugespielt. Vor dem gegnerischen Tor kann er mit der Hand zum Hüftdrehstoß zugeworfen werden. Nach dem Zuwurf muß der Ball mit Hüftdrehstoß auf das Tor geschlagen werden, sonst Freistoß für den Gegner.

Freiwilliges Zusatztraining (10 Minuten)

In kleinen Gruppen werden Eckbälle geschlagen und mit Hüftdrehstoß verwandelt.

DER SPORT IM REVIER HAT EINE ZEITUNG

*Wenn Sie sonntags...
...schlecht aus den Federn kommen*



**...dann abonnieren Sie die
Reviersport doch einfach !!**

**REVIER
SPORT
AM SONNTAG**

- **aktuelle Spielberichte**
- **Spielanalysen**
- **Stimmen zum Spiel**
- **Einzelkritik**
- **viele Actionfotos**
- **Reportagen**
- **Statistik**
- **Gewinnspiel**

Abo-Coupon:

Hiermit abonniere ich die Reviersport zum Jahresabonnementspreis von DM 90,- (incl. Verpackung und Porto / Zustellung am Wochenanfang)

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ / Ort: _____

Unterschrift _____

Ich kann diese Vereinbarung innerhalb einer Woche ohne Angabe von Gründen durch eine Mitteilung an den Reviersport, PROKOM Verlag, Dickmannstr. 2-4, 4300 Essen 1, widerrufen. Zur Fristwahrung genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Das Abonnement verlängert sich um ein Jahr, wenn es nicht spätestens drei Monate vor Ablauf schriftlich gekündigt wird. Hiervon habe ich Kenntnis genommen.

Unterschrift: _____

Trainingseinheit für B- und A-Jugendliche

3. Ausbildungsabschnitt:

Leistung (Leistungsorientiertes Training)

Leistungsstand:

Weiterhin inhomogen wegen Unterschiede in Trainingsalter und Entwicklungstempo; Verbesserung der Hebelkraftverhältnisse durch Kraftzuwachs; ansteigende Spezialisierung und Ausreifung der individuellen Fähigkeiten.

Trainierbarkeit:

Aufgrund hormonaler Reifungsprozesse kann die Trainingsbelastung stufenweise erhöht werden; passiver Bewegungsapparat wie Sehnen, Knorpeln, Bänder aber noch nicht voll belastbar!

Motivation:

Spieler möchte seine Leistungsgrenzen kennenlernen, persönlicher Erfolg rangiert oft vor dem Erfolg der Mannschaft; aber häufig auch Motivationseinbrüche aus schulisch-beruflichen Gründen oder wegen sportfremder Interessen, deshalb in der Mannschaft oft erhebliche Motivationsunterschiede.

Verhältnis von Trainer zu Spieler:

Trainer sollte hohe fachliche Autorität ausstrahlen, er muß überzeugen können, er sollte taktische Zusammenhänge erklären und Aufgaben klar formulieren können. Vorbildfunktion noch wichtiger als bisher.

Verhältnis Spieler zu Spieler:

Bei leistungsstarken Spielern kann das Streben nach der Position in der 1. Mannschaft zu übertriebenem Ehrgeiz und Rivalität führen.

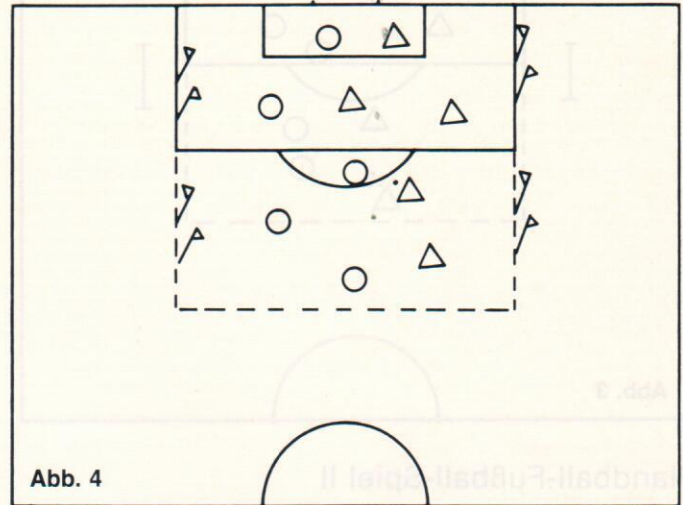


Abb. 4

mit 1 oder 2 Medizinbällen gespielt. Der Angriff ist nur auf den Ball erlaubt, das Laufen mit Ball kann eingeschränkt werden. Spielzeit: 2 x 5 Minuten (Abb. 4).

Partnerübungen zur Kraftschulung mit dem Medizinball

Übung 1:

Partner A steht und wirft den Ball im Wechsel rechts und links von B, so daß dieser den Ball gerade noch erlaufen kann. B wirft den Ball sofort aus der Drehung auf A zurück.

Übung 2:

Mit Einwurftechnik den Partner so weit als möglich nach hinten treiben.

Übung 3:

Partner in 5 Meter Abstand in Gegenüberstellung: den über dem Kopf gehaltenen Ball aus der Halbhocke mit beiden Armen so hoch als möglich im Bogen zum Partner stoßen. Der Partner fängt den Ball im Sprung und landet sofort wieder in Halbhocke, um zurückzustößen.

Aufwärmen/Einstimmen (20 Minuten)

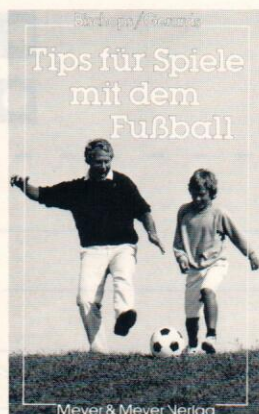
Raufballspiel auf 4 kleine Tore

Auf den beiden Endlinien eines Feldes von 30 x 40 Meter werden je 2 kleine Tore markiert. Je nach Zahl der Spieler wird

NEU IN UNSEREM VERSANDPROGRAMM



Erkenntnisse über den besonderen Menschentyp „Trainer“ am Beispiel berühmter Trainer-Persönlichkeiten.
112 Seiten **DM 39,00**



200 Fußball-Spielmöglichkeiten für alle Altersgruppen und zu den verschiedensten Gelegenheiten.
112 Seiten **DM 12,80**



Beiträge verschiedener Experten zu Training, Wettkampf, Sportmedizin, Talentsichtung u. a. im Leistungsfußball. 318 S. **DM 28,00**

Ein erfolgreiches Buch (rd. 80 000 mal verkauft) wurde verfilmt. Allerdings ersetzt der Film nicht das Buch, er ergänzt es. Mit filmischen Mitteln wie Zeitlupe, Computergraphik, Detailaufnahmen ... werden Informationen gegeben, die im Buch nur schwer darzustellen sind. Gezeigt wird die erfolgversprechende Schulung aller wesentlichen Technik-elemente wie: Grundformen des Stoßes, alle Variationen der Ballannahme und -mitnahme, Verbesserung des Zusammenspiels a.v.m. (VHS-System) **DM 49,00**



Philippa
Bestellschein
Seite 16

Übung 4:

A und B stehen in 1 Meter Abstand Rücken an Rücken: durch gegengleiches Rumpfdrehen wird der Ball in einer Achterbewegung wechselweise überreicht (nicht zugeworfen!).

Hinweise:

- Wenn kein Medizinball vorhanden ist, kann auch mit Fußball trainiert werden.
- Je Übung pro Spieler 2 Serien à 6 Wiederholungen

Hauptteil (40 Minuten)

Torabschlüsse nach Kombinationen in der 2er-Gruppe

In 2er-Gruppen werden vor der Mittellinie aus weiträumige Angriffsspielzüge in Richtung Tor gestartet – für die langen Pässe wird eine technisch saubere Spannstoß- oder Innenspannstoßtechnik gefordert. Jeder Spielzug wird mit einem Torschußversuch abgeschlossen. Im Strafraum wird die Aktion durch einen stationären Abwehrspieler gestört. Beispiele für Spielzüge: (Abb. 5).

Tore von außerhalb des Strafraumes zählen doppelt; welche Gruppe erzielt die meisten Tore?

Variationen:

- Regelmäßiger Wechsel der Positionen zwischen den beiden Spielern
- Wechsel der Angriffsseite
- Gute Spieler können bereits im Spielaufbau durch Gegner gestört werden (Bildung von Leistungsgruppen).

Abschlußspiel (20 Minuten)

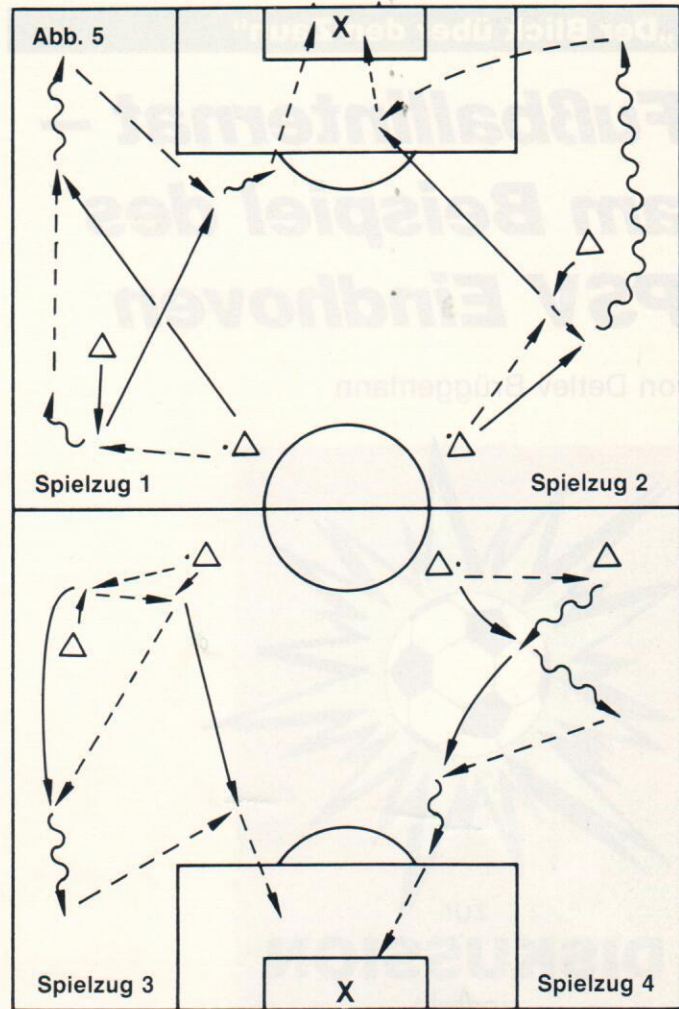
Spiel 6 gegen 6 auf ein Tor des Großfeldes

Wechsel der Aufgaben bei Ballverlust (die Angreifer werden zu Abwehrspielern und umgekehrt).

Bevor die neu ballbesitzende Mannschaft ein Tor erzielen kann, muß der Ball einem neutralen Zuspeler (Trainer) in Nähe des Mittelkreises zurückgespielt werden.

Provokationsregel:

Tore mit dem Kopf zählen 2fach, Tore mit Hüftdrehstoß 3fach (d. h., ist taktisch zweckmäßig).

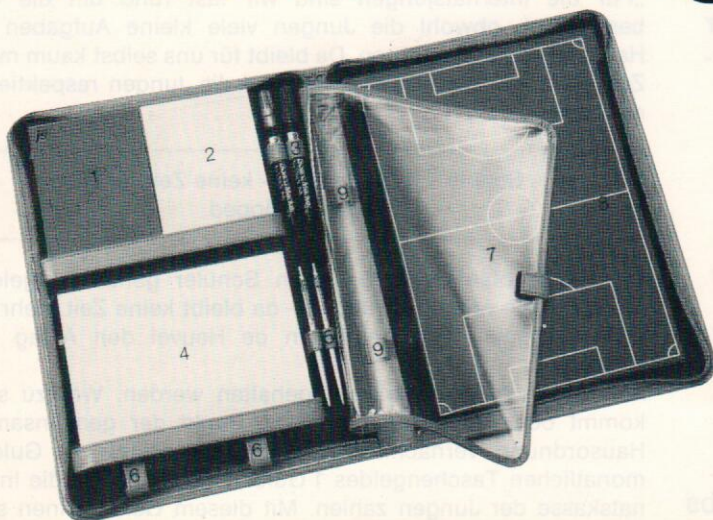


Freiwilliges Zusatztraining (15 Minuten)

Die Spieler teilen sich in Kleingruppen auf und schlagen Eckstöße, Freistöße und Strafstöße.

Anschließend 3 Platzrunden lockeres Auslaufen.

Taktiktafel und Kollegmappe in einem!



In dieser sehr „professionellen“ Trainermappe im handlichen Format (38x29 cm) aus strapazierfähigem Kunstleder sind alle wesentlichen Unterlagen stets griffbereit. Ausgestattet mit diversen Fächern, einer beschriftbaren Taktiktafel mit farbigen Magneten sowie Spielfeld- und Notizblöcken ist diese Mappe der ideale Begleiter für Training, Spiel, Theorie, Beobachtung usw.

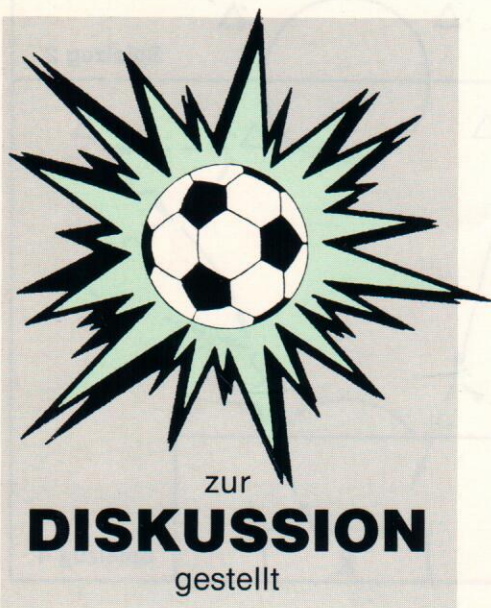
**JS Trainermappe
„Fußball“
komplett nur DM 148,-**

Philippa
Bestellschein
Seite 16

„Der Blick über den Zaun“

Fußballinternat – am Beispiel des PSV Eindhoven

von Detlev Brüggemann



„Konzentration der Kräfte schon im Jugendalter?“

Verbesserung des Leistungsniveaus im bundesdeutschen Jugendfußball – Konzentration der Kräfte scheint das Ei des Kolumbus zu sein! Jugendoberliga, deutsche Meisterschaften – der Ruf der finanzkräftigen Vereine ist nicht zu überhören. Konkurrenz hebt das Geschäft, wer will diese alte Weisheit schon anzweifeln?! Trainieren und Spielen gegen gleichstarke und bessere Spieler, dieses Prinzip ist auch als ein Eckpfeiler der Talentförderung durch Auswahlmannschaften unbestritten. Wen wundert es da, wenn in letzter Zeit immer häufiger still und laut über eine weitere Möglichkeit zur Verbesserung der Ausbildung junger Fußballtalente nachgedacht wird. Konzentration der Kräfte: Fußballinternat – die neue Zauberformel? Wir sind zu Gast im Fußballinternat des Europapokalsiegers und holländischen Renommierclubs PSV Eindhoven.

Das Internat – ein beschaulicher Ort der Ruhe und Disziplin

Unauffällig fügt sich die dreigeschossige, schmucke Villa in den typisch niederländischen Baustil der kleinen Ortschaft Geldrop, etwa 20 Kilometer vor den Toren Eindhovenens. Auch die behaglich eingerichteten Wohnräume bieten auf den ersten Blick keinerlei Anhaltspunkte für ein Internat, in dem 16 Jungen im Alter zwischen 14 und 17 Jahren ihr zweites Zuhause genommen haben. Man muß sich schon genau umschauen, um die kleinen bescheidenen Kammern der Jungen zu finden, in denen nach Alter, Schulklasse und auch persönlichen Wünschen jeweils ein, zwei oder drei Internatschüler zusammenleben.

In einem langgezogenen Studierzimmer erledigen die Jungen ihre Schulaufgaben an 8 abgeteilten, kleinen Arbeitsplätzen. Bei strikter Ruhe – kein Radio läuft, kein Walkman unterhält. Ein Lehrer führt Aufsicht.

„Nicht zur Kontrolle“, betont der pensionierte Pädagoge C. Willems. „Die Jungen wissen selbst, was ihnen nützt und schadet!“ Jeden Tag kommt der fußballbegeisterte ehemalige Studienrat ins Internat und hilft den Jungen, wenn einer nicht recht vorankommt oder Fragen hat.

Eines fällt dem Besucher sofort ins Auge: Ob man nun den kleinen Speisesaal mit seinen spartanischen Vierertischen betritt, die Kleiderkammer oder die Schuhputzräume mit allen Sportsachen der Jungen, ob die Freizeiterrasse, auf der gern Tischtennis gespielt wird, oder die Fitneß- und Massageräume des Internats – bei den 16 Jungen im Hause herrscht Ordnung und Sauberkeit.

Internatseltern müssen manches persönliche Opfer bringen

„Man muß bereit sein, für die Arbeit mit den Jungen Opfer zu bringen“, erklären die jungen Internatseltern R. und M. van de Heuvel freimütig. „Ein normales Eheleben, eigene Kinder sind nicht möglich. Die Jungen sind unsere Kinder.“

Beide sind „vorbelastet“ im Umgang mit jungen Menschen. Er steht als gelernter Physiotherapeut schon seit langem in den Diensten des PSV Eindhoven und kommt aufgrund seiner Tätigkeit ständig mit jungen Menschen zusammen. Sie bringt als gelernte Kindergärtnerin ebenfalls langjährige pädagogische Erfahrungen mit.

„Für die Internatsjungen sind wir fast rund um die Uhr beschäftigt, obwohl die Jungen viele kleine Aufgaben im Haushalt selber ausführen. Da bleibt für uns selbst kaum mehr Zeit. Aber wir machen es gern, und die Jungen respektieren das auch.“

60% Schule – 40% Fußball – keine Zeit für Disco, Freundin, Moped

Der Tagesablauf wird für jeden Schüler genau festgelegt. „60% Schule und 40% Fußball – da bleibt keine Zeit mehr für andere Dinge“, beschreibt van de Heuvel den Alltag der Jungen.

Alle Zeiten müssen strikt eingehalten werden. Wer zu spät kommt oder auch einen anderen Punkt der gemeinsamen Hausordnung vernachlässigt, muß von seinen 16 Gulden monatlichen Taschengeldes 1 Gulden „Bußgeld“ in die Internatskasse der Jungen zahlen. Mit diesem Geld können sich die Jungen nach eigenen Vorstellungen einige Wünsche erfül-

len, z. B. ein Video ausleihen. Wer mehrfach gegen die Ordnung und Disziplin verstößt, wird aus dem Internat entlassen und nach Hause geschickt.

Jeden Samstag nach den Pflichtspielen und in den Ferien können die Jungen auf Kosten des Clubs zu den Eltern nach Hause reisen. Die Entfernungen sind nicht zu groß. In höchstens 2 bis 3 Stunden ist jeder daheim. Am Sonntagabend um 22 Uhr müssen die Jungen dann wieder im Internat sein. Auch in der Woche dürfen die Jungen jederzeit aus dem Internat kostenlos mit ihren Eltern und Freunden telefonieren. „Ein Stück Heimat muß für die Jungen immer greifbar bleiben“, unterstreicht die Internatsmutter W. van de Heuvel.

Alle Probleme werden jeden Montagabend gemeinsam besprochen

Das Vertrauen in das eigene Können, der Glaube an die eigene Stärke, Selbstbewußtsein – sie bilden ein wichtiges Ausbildungsziel beim PSV. „Selbstvertrauen kann sich immer nur dort entwickeln, wo der junge Mensch immer wieder ‚versuchen darf‘ und nicht schon ‚beweisen muß‘.“ Internatsleiter van de Heuvel weist auf die typischen kleinen und großen Probleme im Miteinander einer so großen und individuell unterschiedlichen Gemeinschaft hin.

„So wie Fehler und Schwierigkeiten im Fußballtraining zusammen besprochen werden und die Jungen selbst an den Lösungen mitarbeiten und eigene Vorschläge machen dürfen, so regeln auch wir hier alle Fragen des Zusammenlebens gemeinsam!“

Jeden Montagabend setzen sich alle Jungen und Internatseltern zusammen. Der Ablauf der Woche wird abgesprochen und alle kleinen und größeren Probleme diskutiert. Jeder kann seine Meinung sagen, Wünsche vortragen und Vorschläge unterbreiten. „Jede Meinung wird ernst genommen. Alle Jungen sollen letztlich hinter unseren Absprachen stehen, sich für sie mitverantwortlich fühlen! Die Jungen lernen mitzureden, erfahren etwas über sich selbst und ihren Stellenwert in der Gemeinschaft – lernen mit der Achtung und Anerkennung, aber auch mit der Kritik aus der Umgebung umzugehen.“

Aus dem gleichen Grund erhalten die Jungen auch Unterricht im Umgang mit den Medien. Fachkräfte von Funk und Fernsehen und der Presse unterweisen die Jungen in der Technik von Interviews und dem Auftreten vor der Kamera.

„Wer sich von seiner Umwelt beeindrucken oder gar beeinflussen läßt, der macht nicht das, was er will und kann – auch auf dem Fußballplatz.“

Was wird aus den Jungen, die nach der Schulzeit nicht den Sprung in die Profimannschaft des PSV schaffen?

„Das ist zweifellos die Mehrzahl. Aber auch für sie hat sich die Ausbildung in unserem Internat rentiert. Sie haben kostenlos einen qualifizierten Schulabschluß geschafft und sportlich sicherlich viel gelernt, was ihnen für eine Karriere in einem anderen Club weiterhelfen kann. Wollen sie Amateure bleiben, können sie ohne Ablöse sofort den Verein wechseln. Der Wechsel zu einem anderen Proficlub unterliegt den üblichen Ablösesummen.“

Jeder kann die daheim eingeschlagene Schulausbildung im Internat fortsetzen

„Die schulische Ausbildung genießt bei uns absoluten Vorrang“, betont der ehemalige niederländische Nationalspieler Hyp Stevens. „Wir halten mit den Schulleitern und Lehrern der umliegenden Schulen einen sehr engen Kontakt.“



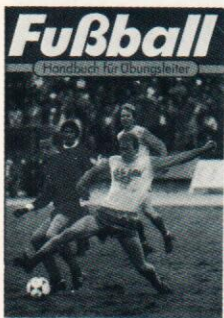
Gruppenarbeit auf dem Zimmer – normalerweise werden die Schulaufgaben in einem großräumigeren Arbeitsraum angefertigt.
Foto: Jan Zandee

7.00 Uhr	Aufstehen und Frühstück Montags und mittwochs sogar um 6.00 Uhr zum Krafttraining noch vor dem Frühstück.
8.00 Uhr	Zur Schule mit dem Fahrrad
8.30 Uhr	Schulunterricht
14.00 Uhr	Individualtraining Etwa ab 13.30 Uhr, unmittelbar nach Rückkehr von der Schule und noch vor einem kräftigen Mittagessen, fahren die Jungen – so wie sie aus der Schule kommen – mit PSV-Bussen zum Einzel- und Sondertraining.
16.00 Uhr	Essen In der Schule und nach Rückkehr von der Schule erhalten die Jungen kleine Zwischenmahlzeiten. Erst nach dem Individualtraining erfolgt die Hauptmahlzeit.
16.45 Uhr	Studierzeit Nach einem festgelegten Plan werden unter Anleitung eines vom PSV angestellten Lehrers die Schulaufgaben angefertigt.
18.30 Uhr	Mannschaftstraining Die PSV-Busse fahren die Jungen zum PSV-Trainingsgelände, wo die Internatschüler zusammen mit den anderen, zuhause wohnenden Mannschaftskameraden innerhalb der jeweiligen Mannschaft trainieren.
20.30 Uhr	Kleines Abendessen Nach Rückkehr vom Mannschaftstraining erhalten die Jungen noch eine kleine Mahlzeit.
20.45 Uhr	Studierzeit und freie Zeit
21.30 Uhr	Internatsruhe Alle Jungen müssen im Internat sein.
22.00 Uhr	Betruhe

Fußball- Bibliothek

I. Umfass. Darstellungen

- Bauer:** Fußball perfekt. Vom Anfänger zum Profi. 142 Seiten **DM 28,00**
- Bauer/UEberle:** Fußball. Faktoren der Leistung, Spieler- und Mannschaftsführung. 191 Seiten **DM 18,00**
- Bisanz/Gerisch:** Fußball, Training, Technik, Taktik. rororo-Sportbuch, 316 S., für Trainer aller Leistungsklassen **DM 16,80**
- Brüggemann/Albrecht:** Modernes Fußballtraining, 344 S., 2., verb. Aufl. (Fußball-Handbuch 1) **DM 48,00**
- Brüggemann:** Die TV-Fußballschule. Begleitbuch zur 13teiligen ARD-Fernsehserie, 208 Seiten, bisher DM 29,80 jetzt **DM 19,80**
- Deutscher Fußball-Bund:** Lehrplan I (Training mit der Nationalmannschaft), 94 Seiten **DM 19,80**
- Huba (Hg.):** Fußball-Weltgeschichte. 479 Seiten **DM 52,00**
- Kacani/Horsky:** Modernes Fußballtraining, 250 Seiten. Insgesamt 250 Übungen **DM 32,00**
- Kunze:** Fußball. 153 Seiten **DM 22,00**
- Rohr/Simon:** Lexikon Fußball, 3500 Stichwörter, 448 S. **DM 49,80**



Koch u.a.: Fußball. Handbuch für Übungsleiter. Sportverlag (DDR) 1986. 264 Seiten **DM 27,80**

Talaga: Fußballtraining. 272 Seiten.

- Talaga:** Fußballtechnik. 202 Seiten.
- Talaga:** Fußballtaktik. 219 Seiten. Drei Bände. Je Band **DM 15,90**
- WFV-Fußballpraxis:** Teil 1: Technik und Taktik (16. Auflage, 500 Abb., 304 Seiten) **DM 28,00**

II. Fußball-Trainingslehre

- Albrecht (Hrsg.):** Fußballsport. Ergebnisse sportwissenschaftlicher Forschung. 248 Seiten **DM 32,00**
- Jung:** Attraktiver Amateurfußball. 160 Seiten **DM 24,60**
- Klante:** Die Periodisierung des Fußball-Trainings. 230 Seiten. Eine Hilfestellung zur Vorbereitung auf die Punktspielsaison. **DM 19,80**

III. Teilgebiete

1. Konditionsschulung

- Auste:** Konditionstraining Fußball (rororo, 2. Aufl.), 282 S. **DM 16,80**
- Bantz/Weisweiler:** Spiel und Gymnastik für den Fußballer, 132 S. **DM 18,80**
- Frank:** Konditionsgymnastik für das Fußballtraining. 158 Seiten, zahlreiche Fotos **DM 27,50**
- Fuchs/Kruber/Jansen:** Technik- und Konditionsschulung Fußball. (28seitiges Beiheft, 48 Arbeitsk.) **DM 28,80**
- Grindler/Pahlke/Hemmo:** WFV-Handbuch „Fußball-Praxis“. 2. Teil: Konditionstraining. 11. Auflage, 800 Abb., 216 Seiten **DM 28,00**

Knebel/Herbeck/Hamsen: Fußball-Funktionsgymnastik. 192 Seiten, zahlr. Abb. und Fotos **DM 14,80**

2. Jugendtraining

- Bauer:** richtig fußballspielen. 128 Seiten. Zur Erstinformation vor allem für Jugendtrainer **DM 12,80**
- Benedek:** Fußballtraining mit Kindern, 274 S., zahlr. Abb. **DM 24,80**
- Bisanz/Gerisch:** Mini-Fußball, 84 S. **DM 14,00**



1983, 1986 und 1987 jetzt als Sammelbände.

Alte Jahrgänge von „fußballtraining“ noch zum Originalpreis (DM 4,-/4,40 je Heft) lieferbar. 1984: 6 Hefte; 1985, 1988: 12 Hefte pro Jahrgang.

Brüggemann: Kinder- und Jugendtraining. Fußball-Handbuch 2. 202 Seiten **DM 44,00**

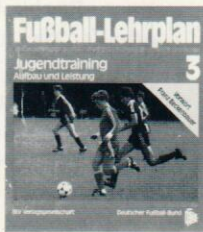
Wittmann/Maier/Pfeifer: WFV-Handbuch „Fußball-Praxis“. 3. Teil: Jugendtraining. 294 Seiten **DM 28,00**

Pfeifer/Maier: „Fußball-Praxis“. 4. Teil: Jugendtraining II (Technik, Taktik, Kondition), 290 Seiten, über 1000 Übungs-, Spiel- und Wettkampfformen **DM 28,00**

Sneyers: Spielübungen für den Jugendtrainer. 40 Trainingseinheiten für 8-12j./12-14j./14-16j./16-20j., 208 Seiten (2. Auflage) **DM 29,80**

Rogalski/Degel: Fußball (Reihe „Schülersport“/DDR). 160 Seiten **DM 10,80**

Deutscher Fußball-Bund: Lehrplan II: Kinder- und Jugendtraining (Grundlagen), 95 Seiten, ca. 100 Fotos/Abbildungen **DM 24,00**



Deutscher Fußball-Bund: Lehrplan III: Jugendtraining (Aufbau und Leistung), 144 Seiten **DM 24,00**

3. Torwarttraining

- Bucher:** 766 Spiel- und Übungsformen für den Fußball-Torhüter. 168 Seiten **DM 20,80**
- Hoek:** Der Fußball-Torwart. Eine systematische Gesamtdarstellung. 151 Seiten **DM 27,00**
- Hargitay:** Modernes Torwart-Training. 244 Seiten **DM 24,00**
- Thissen/Roelgen:** Torwartspiel im Fußball. 336 Seiten, 675 Abb. und Fotos **DM 32,00**

5. Sonstiges

- Beck:** Der lachende Fußballer. 102 S., 55 Zeichnungen **DM 16,80**
- Coerver:** Fußballtechnik, Dribbeln und Tricksen. Passen und Schießen. 199 Seiten, 725 Fotos **DM 29,80**
- Bauer:** Fußballregeln leicht verständlich. 127 Seiten **DM 12,80**



Sportdater 89/90 Chronik und Handbuch für Training und Spielbetrieb (erscheint jedes Jahr vor Saisonbeginn neu) **DM 21,80**

Funcke: Fußball. Ein humoristisches Wörterbuch. 96 Seiten **DM 18,00**

Gray: Verletzungen im Fußballsport. 149 Seiten, 25 Abb. **DM 24,80**

Hochgesand: Gefeierte - gefeuert; Macht und Ohnmacht der Fußballtrainer. 160 Seiten, 50 Fotos **DM 24,80**

Klante: Der Weg zur B-Lizenz, 232 Seiten **DM 28,00**

Reinert: Stichwort Fußball. Ein Lern- und Testprogramm. 134 S. **DM 24,80**

Summer: Die internationalen Fußball-Regeln. 128 Seiten **DM 17,00**

Wagner: Fußball-Lehrhefte. Farbiger Kunststoffordner, 10 Einzel-Lehrhefte, 350 A4-Seiten, Register. Inhalt: Mannschaftsführung, Trainingslehre, Taktik, Praxis Grundlehrgang, Praxis Aufbaulehrgang, Regelkunde, Verwaltungslehre, Sportmedizin, Damenfußball, Jugendfußball **DM 65,00**

4. Übungssammlungen

Benedek: Fußball - 600 Übungen. 416 Seiten **DM 20,00**



Benedek: Zweikämpfe im Fußball. 133 Seiten **DM 24,00**

Bucher: 1009 Spiel- und Übungsformen im Fußball. 224 S. **DM 26,80**

Frank: Trainingsprogramme für Fußball-Amateurrvereine. 128 Seiten **DM 24,80**

Lammich: Spiele für das Fußballtraining. 177 Spiele, 168 S. **DM 10,80**

Studener: Fußballtraining. Teil I und II. 312 Abb., 282 Seiten **DM 24,80**

Wenzlaff: 100 Spiele mit dem Fußball und Medizinball. 208 Seiten, 100 Skizzen **DM 29,80**

Zeeb: Fußball-Training (Planung, Durchführung), 94 Trainingsprogramme. 160 Seiten **DM 24,80**

IV. Für Sportlehrer

Albrecht/Brüggemann: Schulfußball - spielen, lernen, mitgestalten. 236 Seiten **DM 42,80**

Busch: Fußball in der Schule. 5. Aufl., 87 S. bisher DM 14,80, jetzt **DM 9,80**

Dietrich: Fußball, Spielgemäß lernen - spielgemäß üben. 5. Auflage, 91 Seiten **DM 17,80**

Frank: Fußball - Stundenmodelle für den Sportunterricht (Neuerscheinung). 196 Seiten **DM 34,80**

V. BDFL-Kongressberichte

(Lehrgänge des Bundes Dt. Fußball-Lehrer)

Trier ('80), Warendorf ('81) **je DM 13,00**

Regensburg ('82), Duisburg ('83), Hennef ('84) **je DM 15,00**

Sylt ('85), Berlin ('86), Warendorf ('87), Bad Füssing ('88) **je DM 17,00**

Uhrzeit	= Studierzeit (Gruppe 1)		= Studierzeit (Gruppe 2)		Bus
	14.00	15.00	16.00	17.00	
5 Lars					2
1 Peter					2
Alfred		5			2
6 Stefan					2
8 Francois					1
7 Marco de Laat					2
Lloyd					2
4 Twan					2
Dick		7			1
2 Rik					1
3 Rutger					1
Mitchel					1
Raymond					2
Mario					1
Marco de Jong		6			1
Erik					

Beispiel für den individuellen Studierplan jedes einzelnen Internatsschülers so wie er für jeden Wochentag herausgegeben wird.

Die Jungen werden in der Gesamtschule von Geldrop genau in die Klassen und Ausbildungskurse aufgenommen, die sie bis dahin auch in ihrer Heimatstadt besucht haben. Wer auf der Gesamtschule nicht seinen speziellen Ausbildungsweg antrifft, wird auf eine entsprechende Schule in der unmittelbaren Umgebung geschickt.

Die unterschiedlichen Unterrichtszeiten bestimmen die Studier- und Trainingszeiten. Für jeden Internatsschüler wird ein genauer Studierplan erstellt, an den er sich zu halten hat. Dadurch steht jedem ausreichend Zeit und Platz zur Verfügung, um unter Anleitung eines erfahrenen Lehrers die Schulaufgaben anzufertigen.

Der obenstehende Originalplan zeigt die Studierzeiten der Jungen am Donnerstag, so wie sie gemeinsam abgesprochen für jeden Tag ausgegeben werden.

Wer in der Schule schlechte Leistungen bringt, darf nicht spielen

Fleiß in der Schule und die Einstellung zum Training und Spiel hängen eng miteinander zusammen. Wer Schwierigkeiten hat, bekommt „trainingsfrei“ und individuellen Nachhilfeunterricht von dem betreffenden Fachlehrer seiner Schule. Auch das ist mit den Schulen abgesprochen. Dem Jungen wird zunächst schnell geholfen. Er spürt aber auch, daß mangelnder Fleiß automatisch Einbußen in seiner Fußballausbildung nach sich zieht. So lernt er, sich seine Trainingsmöglichkeiten und -zeiten durch Strebsamkeit in der Schule zu sichern. Wer einmal den Wert von Strebsamkeit begriffen hat, nimmt diese automatisch auch mit hinein in sein Fußballtraining und in das Spiel.

Und wenn die schulischen Leistungen unzureichend bleiben?
 „Wer in der Schule keine guten Leistungen bringt, darf bei uns nicht spielen – und sei es der beste Spieler.“ Auch Cheftrainer G. Hiddink unterstützt das Ausbildungskonzept des PSV-Internats. „Wir haben die Aufgabe, zu erziehen. Wir sind den Eltern gegenüber für die Jungen verantwortlich.“

Und wenn die Fähigkeiten eines Jungen den schulischen Anforderungen nicht mehr gewachsen sind?

Stevens: „Wir sprechen mit diesem Jungen und seinen Eltern. Möchte er bei uns bleiben, dann übernimmt er mit seinen Eltern das weitere Risiko seiner beruflichen Ausbildung. Mit Zustimmung der Eltern bringen wir den Jungen in einer „Pflegefamilie“ unter und besorgen eine Lehrstelle. Dadurch kann er allerdings nicht mehr an allen unseren Trainingsmöglichkeiten teilhaben.“

Wer zurück in seinen Heimatverein möchte, kann ohne Schwierigkeiten zurückgehen. Er bekommt die sofortige Freigabe und braucht keine Ausbildungskosten zurückzuzahlen.

Das gleiche gilt auch für jeden anderen, dem das Leben im Internat bei uns nicht mehr gefällt. Die Jungen sollen freiwillig unserer schulischen und sportlichen Ausbildung nachgehen. Nur so ist ein optimaler Erfolg für den Jungen, aber auch für uns als Club erreichbar!“

Ihr Vertrauen ist unser Kapital

Bei uns kaufen Sie Qualität preisgünstig! · Alle **Fußbälle** sofort ab Lager lieferbar! Einkauf ohne Risiko (Sie können innerhalb 14 Tagen unfrei zurücksenden)! Alle Preise inkl. MwSt. · Lieferung ab 300,- DM Auftrag **FREI HAUS!**

Wetspielfußbälle zu Sonderpreisen!

DNB EM '88
 strapazierfähiges Barax-Material, weiß, geeignet für alle Plätze **DM 39,-**

DNB Europa
 Cordley-Leather, weiß, für alle Plätze geeignet **DM 39,-**

Derbystar EURO '88
 Top-Fußball in bekannter Spitzenqualität, sw-Deko **DM 39,-**

BOS München
 Porvair-Leather, mit vier Lagen Polyester, sw-Deko **DM 39,-**

BOS Champion
 Porvair-Leather, mit vier Latex-Beschichtungen, weiß und sw-Deko **DM 39,-**

BOS Bundesliga
 Leder mit Spezial-Kaschierung, weiß + sw-Deko **DM 49,-**

Derbystar Flamenco 2
 ein Klasseball mit SLC-Soft-Veredelung, weiß und sw. **DM 59,-**

Ihr Sportversand vom Niederrhein Schmelende 17d
 Inh. H. D. Neunstöcklin 4194 Bedburg-Hau
 Eilbestellungen Tel.: 0 28 21 / 68 93 (auch nach 17 Uhr)

Mark en Lloyd

Maandag

- 1 Sit-ups, 2 keer 30 herhalingen.
- 2 Leg-extension, 2 keer 15 maal 20 kg.
- 3 Leg-curl, 2 keer 20 maal 5 kg.
- 4 Calf-raise, 3 keer 15 maal 40 kg.
- 5 Leg-press (vert.), 3 keer 20 maal 20 kg.
- 6 Side-lift, 15 maal L. + 15 maal R.
- 7 Armfrequentie specifiek m.b.v. losse dumbbells 2 keer 15 sec. L. + R. 2 kg.
- 8 Bankdrukken schuin, 2 keer 20 maal 20 kg.
- 9 Chinnies, 2 keer 15 maal.
- 10 Onderbuikspieren schuin, met partner, 2 keer (15 L. + 15 R.).

22 Februari 1988

Montag

- 1 Sit-ups, 2 Serien á 30 Wiederholungen
- 2 Beinstreckung, 2 Serien 15mal 20 kg
- 3 Beinbeugen, 2 Serien 20mal 5 kg
- 4 Wadenheben, 3 Serien 15mal 40 kg
- 5 Beinpresse (vertikal), 3 Serien 20mal 20 kg
- 6 Seitliche Liegestütz, 15mal links + 15mal rechts
- 7 Hantelheben mit spezifischer Armfrequenz, 2 Serien á 15 Sekunden, links + rechts 2 kg
- 8 Schräges Bankdrücken, 2 Serien 20mal 20 kg
- 9 Klimmzüge, 2 Serien 15mal
- 10 Unterbauchmuskulatur, mit Partner, in der Schräge (15mal links + 15mal rechts)

Exemplarischer Trainingsplan für das individuelle Krafttraining der Internatsschüler (links: niederländische Originalangaben/rechts: deutsche Übersetzung).

Die sportliche Ausbildung ist ganz auf eine umfassende physische und psychische Entwicklung des einzelnen ausgerichtet

3mal wöchentlich schulen 4 hauptamtliche Nachwuchstrainer die Internatsschüler in kleinen Gruppen hinsichtlich ihrer technischen und taktischen Stärken und Schwächen. Erkenntnisse und Ergebnisse werden für jeden einzelnen fortlaufend in Leistungsbücher eingetragen. Dadurch kann das Trainingsprogramm dem aktuellen Leistungsstand angepaßt werden.

Neben dem Individualtraining kommen die Jungen 3- bis 4mal in der Woche zum Mannschaftstraining mit ihren Team-Kameraden, die nicht im Internat wohnen, zusammen.

Vor allem in der Vorbereitungs- und Winterzeit heißt es montags bis mittwochs bereits um 6 Uhr Wecken zum **Krafttraining** noch vor dem Frühstück und der Schule. Jeder Spieler erhält einen speziell auf seine Bedürfnisse und augenblicklichen Fähigkeiten abgestimmten Übungsplan. Dieser Plan wird von sportmedizinischen Tests und Untersuchungen begleitet und entsprechend der individuellen athletischen Entwicklung von Zeit zu Zeit neu formuliert.

Die obenstehenden Originalpläne zeigen, welche Übungsaufgaben die Internatsschüler Mark und Lloyd zur athletischen Durchbildung auszuführen haben.

Über das Mitwirken an vielen internationalen Turnieren sollen



Das Eßzimmer des Jugendinternats.

Bild: Jan Zandee

die Nachwuchsspieler für eine Profikarriere unverzichtbare Spielerfahrungen sammeln. „Die Jungen müssen lernen, unter Druck gute Leistungen zu bringen“, begründet Stevens auch die Entscheidung des PSV, die Jugendmannschaften in den Pflichtspielen jeweils in der höheren Altersklasse gegen Ältere spielen zu lassen (z. B. C-Junioren in der Spielklasse der B-Junioren usw.).

Die Ausbildung im Internat ist kostenlos. Die Jungen erhalten keine finanziellen Zuwendungen!

Wer in das PSV-Internat kommt, erhält vom PSV keinerlei Vertrag und auch kein Geld. Dafür kann jeder das Internat kostenlos besuchen und jederzeit ohne Schwierigkeiten wieder verlassen.

„Wer bleibt, will wirklich lernen!“

Der Club trägt alle Kosten für eine qualifizierte schulische und sportliche Ausbildung. Jeder Schüler erhält lediglich ein monatliches Taschengeld von 16 Gulden.

„Frühzeitige Geldzuwendungen, um Talente zu gewinnen, wirken meistens als Bumerang für Club und Spieler“, warnt Stevens mit Nachdruck. „Das gesunde Verhältnis des jungen Menschen zu seiner Leistung und zum Wert des Geldes würde zerstört und die Lern- und Leistungsbereitschaft nur behindern. Der Club will und muß sich leistungsbewußte Spieler heranbilden!“

Ihr Zweiteinkommen

durch Direktvertrieb von

Fuß- und Handbällen – Trikots und Sportanzügen

Zur Verstärkung unseres Außendienstes suchen wir für einige PLZ-Gebiete sowie für die **Schweiz** und **Österreich** noch einige nebenberufliche Verkäufer.

Schaffen Sie sich ein zweites Standbein!

Zuschriften unter Chiffre ft 10a/89 an den

Philippka-Verlag
Postfach 6540, 4400 Münster

Nur Spieler mit überdurchschnittlichen Leistungen auch in der Schule kommen ins Internat

Der PSV besitzt ein sogenanntes Scouting-Team, einen Stab fachkundiger Talentbeobachter, die Woche für Woche in ganz Holland regelmäßig die Jugendspiele besuchen.

Für einen der begehrten Plätze im Internat kommen nur Jungen in Frage, deren schulische Leistungen einen erfolgreichen Schulabschluß versprechen. Nur solche Spieler können sich auch ausreichend Zeit für eine umfangreiche sportliche Ausbildung leisten.

Sportliche Voraussetzungen zum Eintritt in das Internat sind ein überdurchschnittliches spieltechnisches Können, gute und entwicklungsfähige koordinative Eigenschaften, eine spielbestimmende taktische Handlungsfähigkeit und gute athletische Grundlagen. Ganz besonderer Wert wird auf die mentale Einstellung zum Wettspiel und dessen Anforderungen gelegt – auf Willensstärke, Beharrlichkeit und Leistungsbereitschaft, die in mehreren Gesprächen mit dem Jungen und seinen Eltern bald erkennbar werden.

Weist ein talentierter Spieler nur in einem der verschiedenen Beurteilungsbereiche spürbare Defizite auf, so kommt er für das Internat nicht mehr in Frage.

„Wir wollen nicht unsere Jugendmannschaften auffüllen und verstärken. Wir wollen einzelne Spieler optimal ausbilden, die alle Voraussetzungen mitbringen für eine spätere erfolgreiche Profilaufbahn.“

Würde ein Fußballinternat auf Verbandsebene für die besten Vereinsspieler unter solchen Bedingungen nicht eine weitere Steigerung der sportlichen Leistungen junger Talente erbringen können?

Chefjugendcoach Stevens lehnt diesen Gedanken rundweg ab.

„Alle bisherigen Versuche in dieser Richtung – ob in England, Frankreich und auch in anderen Sportarten – haben nicht den erhofften Erfolg gebracht. Ein Verein vermittelt immerhin noch ein wenig ‚familiäre‘ Atmosphäre – das Gefühl, zu einer Gemeinschaft zu gehören und nicht nur zu einer Mannschaft.“

Ein Internat für Auswahlspieler bietet dagegen nicht einmal diese heimische Clubwärme. Die Jungen würden sich eher zu ‚Einzelkämpfern‘ – sportlich und auch **vor allem** menschlich – entwickeln. Wichtige Bereiche des sozialen Verhaltens, die auch für das gute Fußballspiel von Bedeutung sind, kämen zu kurz.

Selbst wir können nicht mit Sicherheit sagen, daß unser Internat langfristig der richtige Weg ist. Das Internat existiert erst 2 Jahre, zu kurz für eine verbindliche Aussage.

Auswahlinternate oder Eliteschulen können sicher nicht im Interesse einer gesunden und natürlichen Entwicklung eines jungen Fußballers liegen – ganz abgesehen davon, daß wohl kaum ein Verein einen solchen Weg mittragen würde.“

Welt- hunger. Ernte- dank.

Die Deutsche Welthungerhilfe unterstützt Selbsthilfe-Projekte von Bauern der Dritten Welt, damit für sie Ernährung aus eigener Kraft möglich wird. Und sie hilft den Bauern, Natur und Umwelt als Lebensgrundlage zu erhalten, damit Entwicklung auch Zukunft hat.

 **DEUTSCHE
WELTHUNGERHILFE**
Spendenkonto Sparkasse Bonn: 111

Adenauerallee 134 · 5300 Bonn 1 · Tel.: 02 28/22 88 0

MIKR S

Gelenkverstärkungen

— Von Krankenkassen zugelassen —

MIKROS –
beschleunigt
den Heilungsprozeß
von Verletzungen.

MIKROS –
verhindert Verdrehen,
Verstauchen und
Umnicken.

MIKROS –
Bewegungsfreiheit
und Sprungkraft
bleiben erhalten.



Beratung und
Information:

Ing. Harald Warncke GmbH

Weg beim Jäger 222 · 2000 Hamburg 63 (Fuhlsbüttel)
Tel: 040/59 83 38, nach 16 Uhr 538 33 46 · Telex 217 44 88

Durst, Energie, Kraft.



Isostar löscht den Durst sofort.



Perform steigert die Ausdauer.



Powerplay gibt Kraft.

WANDER
sport

isostar
perform
powerplay

Ein Sportler, der seine optimale Leistung bringen will, braucht eine optimale Ernährung. ISOSTAR ist der schnelle isotonische Durstlöcher. Er gibt dem Körper sofort die Flüssigkeit, Mineralstoffe und Vitamine zurück, die er durch Schwitzen verloren hat. PERFORM HIGH ENERGY ist die kon-



zentrierte Energie. Durch hochwertige Kohlenhydrate baut PERFORM HIGH ENERGY langanhaltende Energiereserven auf. POWERPLAY ist die konzentrierte Eiweißquelle für Kraft und Figur. Mit hochwertigem Milcheiweiß fördert POWERPLAY gezielt den Muskelaufbau, damit Sie mit voller Kraft dabei sind.