

ASV Einigkeit Süchteln e.V.

Handball – Abteilung



Jugendkonzept



Stand: März 2012

INHALTSVERZEICHNIS

1.	EINLEITUNG.....	3
2.	ZIELE.....	4
2.1	ANGESTREBTE SPORTLICHE ZIELE	4
2.2	ANGESTREBTE SOZIALE ZIELE.....	5
2.3	KOGNITIVE ZIELE FÖRDERN.....	5
3.	TALENTSICHTUNG UND TALENTFÖRDERUNG IN SCHULEN	6
4.	TRAINERKONZEPT	7
5.	HANDBALLSPEZIFISCHE AUSBILDUNG IM ALLGEMEINEN	9
6.	TRAININGSMETHODIK.....	11
7.	MINIS / F-JUGEND/ E-JUGEND	12
8.	D- UND C- JUGEND.....	14
9.	B- UND A-JUGEND.....	16

1. Einleitung

Im dem vorliegenden Jugendkonzept sind die wichtigsten Aufgaben und Ziele der Handballjugend des ASV-Süchteln festgelegt.

Für eine gute Jugendarbeit ist es notwendig, eine klare Struktur zu schaffen, um im wettkampf- und leistungsorientierten System bestehen zu können. Es soll die Basis für alle Jugendtrainer sein, die dieses Konzept als Rahmen für ihr eigenes Training sehen! Außerdem sollen die Ziele der Jugendarbeit verbindlicher gemacht werden.

Ein langfristiger und entwicklungsorientierter Trainingsaufbau ist eine unverzichtbare Grundlage für späteres Leistungsdenken. Sowohl der Leistungsbereich als auch der Breitensportbereich sollen im Handball abgedeckt werden.

Die Handballjugend des ASV-Süchteln soll so aufgebaut werden, dass sowohl im weiblichen als auch im männlichen Bereich alle Altersgruppen vertreten sind und am Spielbetrieb teilnehmen. Dadurch kann eine verlässliche Basis für unsere Seniorenmannschaften gebildet werden.

Es soll ein leistungsorientierter Handball betrieben werden, ohne die sozialen Aspekte der Vereinsarbeit und den Spaß am Handballsport aus den Augen zu verlieren.

Den Kindern und Jugendlichen muss neben den erforderlichen handballerischen Grundlagen auch soziales Verhalten auf der Basis von „Fair- Play“ vermittelt werden.

2. Ziele

2.1 Angestrebte sportliche Ziele

- ❖ Es werden möglichst alle Altersklassen von der F- bis zur A-Jugend sowohl im weiblichen als auch im männlichen Bereich besetzt.
- ❖ Pro Altersklasse werden möglichst zwei Mannschaften angestrebt. Bis zur D-Jugend werden Jahrgangsmannschaften angestrebt. Mit Eintritt in die C-Jugend erfolgt die Auswahl der Spieler/Spielerinnen nach Leistungsgesichtspunkten durch den Trainer der jeweiligen ersten Mannschaft. Dem Breitensport wird in der jeweiligen zweiten Mannschaft Rechnung getragen.
- ❖ Jeder Spieler spielt in der Mannschaft bzw. Altersklasse, wo er nach seinem kalendarischen Alter hingehört. Abweichende Regelungen sind nur im Einvernehmen mit dem abgebenden Trainer und in Rücksprache mit dem sportlichen Leiter Jugend möglich.
- ❖ Mittel- und Langfristiger Leistungsaufbau hat Vorrang vor kurzfristigem Erfolgdenken.
- ❖ Die Entwicklungs- und Gesundheitsförderung soll bei den Kindern und Jugendlichen im Vordergrund stehen. Dies bedeutet auch, dass die Trainingsinhalte nach dem Entwicklungsstand der Kinder auszurichten sind.
- ❖ Eine Teilnahme an den jeweils höchsten Spielklassen sollte das Ziel sein.
- ❖ Eine enge Bindung des Jugendbereichs an den Erwachsenenbereich soll angestrebt werden. Hierbei ist insbesondere die Zusammenarbeit der Jugend- und Seniorentainer erstrebenswert.
- ❖ Talentierte Spieler sollen zum Beispiel dadurch gefördert werden, dass sie zusätzlich in höheren Mannschaften trainieren bzw. spielen dürfen. Über diese Möglichkeit entscheiden jeweils die Trainer der abgebenden Mannschaften.

2.2 Angestrebte Soziale Ziele

◆ Persönlichkeitsentwicklung fördern

- ✓ Selbstwertgefühl und die Selbsteinschätzung werden gestärkt
- ✓ Erfolgserlebnisse werden geschaffen, um Selbstvertrauen aufzubauen
- ✓ Selbständigkeit und Eigenverantwortung werden gefördert
- ✓ Selbstdisziplin und Kritikfähigkeit sollen entwickelt werden
- ✓ Zielorientierung ist ein entscheidender Faktor zur Leistungsentwicklung

◆ Sozialkompetenz fördern

- ✓ Abwägen von Eigen- und Gruppeninteressen
- ✓ Übernahme von Verantwortung anderen gegenüber
- ✓ Toleranz, Rücksichtnahme, Hilfsbereitschaft

◆ Kooperationsfähigkeit

- ✓ Teamfähigkeit soll gefördert werden
- ✓ jeder Spieler ist gleich wichtig und immer nur ein Teil der Mannschaft
- ✓ gegenseitige Unterstützung und gemeinsame Zielerreichung
- ✓ Fähigkeiten und Stärken zum Einsatz bringen, Verantwortung für die gemeinsame Sache

◆ Spaß

- ✓ Spaß steigert die Lernbereitschaft, die Motivation, das Gefühl der Gruppenzusammengehörigkeit
- ✓ Handballübergreifende Angebote werden gewährleistet

2.3 Kognitive Ziele fördern

◆ Taktische Entwicklung durch freies und kreatives Spiel ermöglichen

◆ Kindern Freiraum für eigene Lösungen geben

3. Talentsichtung und Talentförderung in Schulen

Handball erfüllt viele Inhaltsbereiche des Schulsports (rote Schrift)...

1	• Den Körper Wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
2	• Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen
3	• Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik
4	• Bewegen im Wasser - Schwimmen
5	• Bewegen an Geräten – Turnen
6	• Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste
7	• Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele
8	• Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport
9	• Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport
10	• Wissen erwerben und Sport begreifen

Die Handballabteilung des ASV Süchteln strebt Kooperationen in Form von:







- Schul AG´s,
- Angebote in der Nachmittagsbetreuung,
- Schnuppertrainings und
- Unterstützung von Sportlehrern im Unterricht

folgende Zielsetzungen an:

1. Kindern und Jugendlichen den Handballsport näher zu bringen.
2. Talentsichtung und Talentförderung zu betreiben.
3. Voraussetzungen schaffen um in Spitze und Breite parallel arbeiten zu können.
4. Mitgliedergewinnung.

Ein Ausbau der Zusammenarbeit mit den örtlichen Schulen ist daher für beide Seiten ein Gewinn.

4. Trainerkonzept

-  Gewinnung von ehemaligen oder noch aktiven Spielern/Spielerinnen als Trainer für die Kinder- und Jugendmannschaften ist eine dauerhafte Aufgabe.
-  Alle Mannschaften werden nach Möglichkeit mit zwei Trainern bzw. einem Trainer und einem Betreuer besetzt, um eine optimale Betreuung zu gewährleisten.
-  Eine adäquate Ausbildung aller Trainer/Betreuer in fachlicher und pädagogischer Sicht wird verfolgt. Hierzu wird ihnen eine regelmäßige Teilnahme an Lehrgängen ermöglicht und finanziell vom Verein getragen. Darüber hinaus werden auch interne Trainerschulungen nach den Richtlinien des Deutschen Handballbundes angeboten.
-  Regelmäßige Trainersitzungen finden statt, um einen Austausch zu gewährleisten.
-  Alle Trainer arbeiten nach diesem ASV-Jugendkonzept, welches die optimale Ausbildung der Kinder und Jugendlichen fördern soll.
-  Für alle Trainer gelten folgende pädagogische Leitlinien:
 - ✓ Betreuung von Nachwuchsspielern darf sich nicht nur auf Training und Spiel konzentrieren. Für verantwortungsvolle Jugendtrainer ist jeder Nachwuchsspieler gleich wichtig, ob im sportlichen oder außersportlichen Bereich.
 - ✓ Nicht nur die individuelle sportliche Entwicklung, sondern vor allem die gesamte Persönlichkeitsentwicklung von Jugendspielern steht für die Jugendtrainer im Sinne eines ganzheitlichen Betreuungskonzepts im Vordergrund.
 - ✓ Jugendtrainer lehnen eine ausschließlich oder weit überwiegend ergebnisorientierte Kinder- und Jugendarbeit, die Ursache viele Fehlentwicklungen ist, ab.
 - ✓ Jugendtrainer fördern die Eigenverantwortlichkeit ihrer Nachwuchsspieler z. B. für die eigene Leistung, das trainieren und erarbeiten von Leistungsvoraussetzungen sowie für die Integration ins Team.
 - ✓ Jugendtrainer sind sich als anerkannte Bezugspersonen ihrer Vorbildfunktion gegenüber Heranwachsenden Kindern und Jugendlichen bewusst.
 - ✓ Jugendtrainer akzeptieren Kinder und Jugendliche als eigenständige Persönlichkeiten.

- ✓ Jugendtrainer akzeptieren, dass Kinder und Jugendliche in Training und Spiel Fehler machen; denn eigentlich sind es keine Fehler sondern vielmehr „Entwicklungshelfer“.
- ✓ Eigeninitiative, Selbständigkeit und Spontanität sollten gefördert und nicht verboten werden.
- ✓ Wer junge Handballer in taktische Zwänge presst, sie in Training und Spiel nicht selbst experimentieren lässt, der wird keine kreativen Spielerpersönlichkeiten ausbilden.
- ✓ Kreativität fördern heißt: Spiel und Training nicht permanent reglementieren, sondern Freiräume schaffen, ausprobieren und frei spielen lassen.
- ✓ Kreativität fördern heißt aber auch: Unkonventionelle Spielweisen nicht unterbinden, sondern Eigeninitiative und Spontanität fördern.

5. Handballspezifische Ausbildung im Allgemeinen

Die Rahmentrainingskonzeption des DHB sieht folgende Trainingsstufen vor:

Grundprinzip: Nachwuchstraining langfristig und entwicklungsgerecht aufbauen			
STUFE		KLASSE	ALTER
5	ANSCHLUSSTRAINING <i>Heranführung an Spitzenleistungen</i>	JUNIOREN	19-23 JAHRE
4	AUFBAUTRAINING II <i>Spezialisierter Leistungsaufbau</i>	A- JUGEND	17-18 JAHRE
3	AUFBAUTRAINING I <i>Systematischer Leistungsaufbau</i>	B- JUGEND	15-16 JAHRE
2	GRUNDLAGENTRAINING <i>Individuelle Schulung</i>	C- JUGEND	13-14 JAHRE
1	BASISSCHULUNG <i>Vielseitige motorische Grundausbildung</i>	F-, E-, D- JUGEND	6-12 JAHRE

Die Inhalte der einzelnen Trainingsstufen werden nach einem Baukastensystem zusammengesetzt, welches im Kern aus fünf Trainingsbausteinen besteht:

Individuelle Schulung

Offensives Abwehrspiel betont die zentrale Grundsituation im Handball: Eins gegen eins. Beginnend mit Formen der Manndeckung wird über erst offensive Formen der Raumdeckung der Bogen zu den klassischen Abwehrsystemen 3:2:1, 5:1 und 6:0 gespannt. Der aus dieser Abwehr resultierende Handlungsdruck für die Angreifer fördert auch deren Ausbildung, insbesondere im Spiel 1 gegen 1 ohne Ball.

Kooperatives Spiel

Aufbauend auf dem Angriff gegen offensive Abwehrspielweisen werden die Schwerpunkte zum Angriffsverhalten auch gegen defensive Formationen entwickelt. Zentraler Begriff ist das Zusammenspiel im Rahmen von Auslöse- und Folgehandlungen. Die Beschreibung der Ausbildungsinhalte in den einzelnen För-

derstufen umfasst das kooperative Verhalten (Zusammenspiel) benachbarter Angreifer und die Gegenmaßnahmen der Abwehrspieler.

Leitlinien im Team

Leitlinien im Team sind nicht gleichzusetzen mit Mannschaftstaktik - vielfach spielen im Nachwuchsbereich nämlich nicht die Kinder und Jugendlichen gegeneinander, sondern deren Trainer auf der taktischen Ebene. Leitlinien im Team sind auch nicht als taktische Handlungsanweisungen in Form von Systemen und Spielkonzeptionen zu verstehen. Sie stellen vielmehr einen Ordnungsrahmen dar, der vom Trainer gefüllt werden muss.

Gegenstoß

Tempohandball moderner Prägung ist eine deutlich zu beobachtende Tendenz. Ein gegenstoßorientiertes Spiel ist deshalb ein wichtiger Bestandteil im langfristigen Leistungsaufbau. Spieler, die eine grundsätzliche Gegenstoßbereitschaft erlernt haben, sind auch leichter in der Lage, das Tempo zu dosieren. Spieler, die aber nie das Tempospiel entwickelt haben, werden sich unter höheren Anforderungen schwer tun.

Motorik/ Athletik

Die Basis jeder sportlichen Leistung ist ein breites Repertoire an motorischen Grundlagen. Je stärker diese ausgeprägt sind, desto leichter haben es Sportler neue Bewegungen zu erlernen und komplexe Aufgabenstellungen, die in einem Sportspiel situativ vorkommen, ergebnisorientiert zu bewältigen. Die Athletik bietet dann die Grundlage das individuelle Handlungsrepertoire mit hoher Intensität langfristig ausführen zu können.

Eine Sonderstellung bekommt der sechste Baustein

Das Torwartspiel

Die Torhüter haben im Handball eine Sonderstellung. Sie sind letzter Rückhalt der Abwehr und müssen athletisch und koordinativ die bestausgebildetsten Spieler ihrer Mannschaft sein. Darüber hinaus müssen Sie bei hoher körperlicher Belastung auch die größten kognitiven Leistungen während eines Spiels erbringen.

6. Trainingsmethodik

Die vier Stundenbausteine im Grundlagen- und Aufbautraining verteilen sich folgendermaßen:

1. Aufwärmen (30 Min.)
2. Grundübungen (20 Min.)
3. Grundspiele (20 Min.)
4. Zielspiel (20 Min.)

Folgende Prinzipien sind in jedem Altersbereich zu beachten:

- ✓ ballorientierte Deckung
- ✓ jedem Spieler soll eine gute Grundausbildung auf jeder Position ermöglicht werden
- ✓ Gymnastik und Kräftigung gehören in jedes Training
- ✓ Koordinative Inhalte gehören in jedes Training

7. Minis / F-Jugend/ E-Jugend

Das Motto „Spielerlebnis steht vor Spielergebnis“ hat bei den Minis absolute Priorität. Gemäß Trainingskonzeption erfolgen Wettspiele nur in Verbindung mit Spielfesten (Handballturniere und Bewegungsstationen). Im Spiel steht das Erkämpfen des Balls und somit die Manndeckung im Mittelpunkt. Mädchen und Jungen dürfen zusammen spielen. Die Spieleranzahl pro Mannschaft ist nicht festgelegt.

Es besteht im Übrigen noch keine Spielerpass-Pflicht, wenngleich aus versicherungstechnischen Gründen die Mitgliedschaft im Verein notwendig ist.

Bei der Spielleitung steht das pädagogischen Pfeifen unter der Prämisse „Erklären steht vor Sanktionieren“ im Vordergrund.

Ab der F-Jugend ändert sich das Wettspielsystem für den Kinderhandball. So steht das offensive Abwehrspiel mit den Aussichten auf motivierende Spiel- und Lernerfolge im Vordergrund. Jeder Spieler kann hierdurch sein eigenes Erfolgserlebnis schaffen, wobei auch hier das Motto „Spielerlebnis steht vor Spielergebnis“ ein wichtiger Bestandteil ist. Im Rahmen des offensiven Abwehspiels gelten folgende Grundlagen:

- ✓ gezieltes Zusammenspiel in Breite und Tiefe wird erlernt
- ✓ agierendes Abwehrverhalten wird eingeübt
- ✓ elementare taktische Grundlagen werden effektiv vermittelt
- ✓ kreatives und flexibles Spielverhalten wird gefördert

Grundsätzlich ist die jeweils verbindliche Wettspielform (6 gegen 6 mit Manndeckung) unbedingt einzuhalten. Hiernach ist die Grundaufstellung mindestens in der eigenen Spielfeldhälfte außerhalb der Nahwurfzone mit einer klaren Zuordnung von einem Verteidiger gegen einen Angreifer einzunehmen. Angreifer, die in die Nahwurfzone laufen, können begleitet werden. Bei einer Unterzahl wird die verbindliche Wettspielform vorübergehend aufgehoben. Als Vorteile dieser Wettspielform werden gesehen:

- ✓ ausgeprägtes Mittelfeldspiel
- ✓ Individualisierung durch gezielte Paarbildung
- ✓ Förderung des Spiels 1 gegen 1 sowohl mit als auch ohne Ball

- ✓ Schaffung von Angriffstypen
- ✓ Schaffung von Handlungsdruck
- ✓ Provozierung von Tempospiel mit garantiert hoher konditioneller Belastung
- ✓ elementare taktische Grundlagen werden effektiv vermittelt

In diesen Altersstufen werden die Grundlagen für die spätere Handballlaufbahn gelegt. Die Lernziele für Spielanfänger lauten:

- ✓ Werfen lernen
- ✓ Aus dem Prellen werfen
- ✓ Werfen nach dem Freiprellen
- ✓ Werfen nach dem Anspiel
- ✓ Nach Überwindung des Spielfelds werfen
- ✓ Freilaufen und Werfen
- ✓ 2 gegen 1
- ✓ 2 gegen 2
- ✓ Vorbereitende Grundspiele
- ✓ Das erste Zielspiel 4 + 1

Die Fortgeschrittenen erlernen:

- ✓ Torwurf-Variationstraining
- ✓ Freilaufen – Freilaufen abwehren
- ✓ Freiprellen – Freiprellen abwehren
- ✓ Durchbruch – Durchbruch abwehren (in Tornähe)
- ✓ Im Spiel 2:2 angreifen und abwehren
- ✓ Im Spiel 3:3 angreifen und abwehren
- ✓ 6:6 vom Grundspiel zum Zielspiel
- ✓ Zweimal 3:3
- ✓ Torwarte finden und elementare Grundtechniken schulen

8. D- und C- Jugend

In der D- und C-Jugend sind neben der offenen Manndeckung nun auch verschiedenen Abwehrsysteme in der Zweiliniendeckung erlaubt. Ausgehend von diesen offensiven Deckungsvarianten, die von allen Mannschaften durch die Regeln verbindlich zu spielen sind, ergeben sich die Lernziele dieser Altersstufen.

Verfolgt wird im Erlernen der Deckungssysteme der Aufbau von der 1:5- über die 3:3- zur 3:2:1- Deckung. Im mannschaftstaktischen Bereich lauten die Lernziele:

- ✓ Rücken
- ✓ Ballbezogenen Deckung
- ✓ Dreiecksbewegung

Individualtaktische Voraussetzungen für diese Deckungssysteme sind:

- ✓ Ball herausspielen
- ✓ Laufwege blockieren/ Stürmerfoul provozieren
- ✓ Deckungsverhalten 1:1
- ✓ Passwege blocken
- ✓ Anspiele abfangen
- ✓ Blocken
- ✓ Stellung zum Mann (Kreis und frontaler Gegenspieler)
- ✓ Torwartspiel

In der Kleingruppe müssen darüber hinaus noch folgende Abstimmungen erfolgen:

- ✓ Übergeben/ Übernehmen
- ✓ Helfen
- ✓ Torwart/ Block

Aufgrund der vorgeschriebenen Deckungssysteme ergeben sich entsprechende Möglichkeiten für den Angriff zum Torerfolg zu kommen:

Individualtaktisch

- ✓ Körpertäuschungen
- ✓ Passtäuschungen
- ✓ Wurfäuschungen
- ✓ Schlagwurfvarianten
- ✓ Sprungwurfvarianten
- ✓ Lauftäuschungen
- ✓ Freiprellen

Gruppentaktisch

- ✓ Positionsspiel mit Durchbruchaktion
- ✓ Parallelstoß
- ✓ Gewohnte Passfolge abbrechen
- ✓ Positionsspiel mit Kreisläufereinsatz
- ✓ Freiwurf
- ✓ Kreuzen
- ✓ Übergänge

Darüber hinaus erfolgt in dieser Altersstufe auch die Entwicklung des Tempospiels mit dem Erlernen der ersten und zweiten Welle sowie der schnellen Mitte.

9. B- und A-Jugend

In der B- und A-Jugend gelten die gleichen Regeln, wie im Seniorenhandball. Folglich gleicht sich auch das Training zunehmend dem Training im Seniorenbereich an. Bei der athletischen Ausbildung spielen daher folgende Faktoren eine stetig wachsende Rolle:

- ✓ Kraft
- ✓ Ausdauer
- ✓ Schnelligkeit

Aufgrund der von den meisten Mannschaften bevorzugten defensiven Deckungen erlangen mannschafts- und gruppentaktische Maßnahmen eine größere Bedeutung. Nach standardisierten Auslösehandlungen werden den Spielern verschiedene Entscheidungssituationen aufgezeigt, um den Spielern eine möglichst hohe eigenverantwortliche Handlungskompetenz anzueignen. Insbesondere das Zusammenspiel mit der Kreisposition wird intensiviert. Ebenso werden deutlich mehr Torefolge aus der zweiten Reihe angestrebt und die taktische Schulung der Spieler wird vorangetrieben. Gefestigte Techniken, die vorangegangenen Altersstufen erlernt wurden, werden nun unter einem wesentlich höheren Zeit- und Präzisionsdruck ausgeführt.

Im Abwehrbereich wird das Handlungsrepertoire der Mannschaften um die 6:0 Formation erweitert. Diese defensive Deckungsformation erfordert ein hohes Maß an kooperativem Spiel und taktischem Verständnis.