

Fußballtraining



Die Zeitschrift für Kinderfußball
in Verein und Schule

JUNIOR



Zündende Ideen aus dem hohen Norden

DANISH DYNAMITE 2.0

UMSCHALTSPIEL

Auf eine Aktion
folgt die nächste

FT-EXPERTENTEAM

Kein Training ohne
Spaß und Intensität

BAMBINI

Eine Spielstunde
zur Einschulung





SportBöckmann

SPORT
2000

ABSOLUTE TEAMSPORT



WWW.ABSOLUTE-TEAMSPORT-BOECKMANN.DE



„DANISH DYNAMITE“: GROSSE VIELFALT IN EINEM KLEINEN LAND

Völlig überraschend gelang der dänischen Nationalmannschaft bei der EM 2021 der Einzug ins Halbfinale. Der Triumphzug des A-Teams hinterließ auch Spuren im nationalen Nachwuchsfußball. Zahlreiche Kinder drängen seitdem in die Vereine – zu viele. Etliche Klubs, vor allem jene in der Hauptstadt Kopenhagen, können keine Spieler mehr aufnehmen und führen Wartelisten im mittleren dreistelligen Bereich.

Dabei fehlt es den Klubs nicht nur an Trainern – bekanntlich auch ein deutsches Problem –, sondern vor allem an der nötigen Infrastruktur: Die Sportanlagen sind völlig überlastet. In Frederiksberg beispielsweise teilen sich drei Vereine knapp ein Dutzend nebeneinander liegende Sportplätze. Mehr als genug, sollte man meinen. Das mehrere Hektar große Areal gleicht einer eigenen Stadt. Und dennoch stoßen die Vereine dort an ihre Grenzen: An einem normalen Trainingstag ist jeder der elf Natur- und Kunstrasenplätze mit je 80 spielenden Kindern ausgelastet.

Der dänische Fußballverband (DBU) ist bemüht, Lösungen zu finden, und pflegt den Austausch mit Vereinen und Politik. Kein Wunder, wirbt er doch schließlich höchstselbst offensiv mit dem Slogan: Der Fußballsport soll jedem in Dänemark offen stehen.

Wir haben mit Jesper Jacobsen, dem DBU-Experten für Kinderfußball, auch über dieses Thema gesprochen und zudem sechs Vereine im Land besucht, die unterschiedlicher kaum sein können. Hier der FC Midtjylland und die Gentofte Fodbold Akademi, die als relativ junge Vereine mit innovativen Ideen den Leistungsgedanken in rasender Geschwindigkeit vorantreiben und somit echtes „Danish Dynamite“ sind.

Ein gänzlich anderes Konzept verfolgen Nørrebro United und FB Boldklub. Beide Klubs leisten vorrangig soziale Integrationsarbeit und sind damit Inbegriff eines Breitensportvereins. Die klaffende Lücke zwischen diesen vier besetzten Vereinen wie Viborg FF und FA 2000, die wir ebenfalls besucht haben. Diese spannende Vielfalt und ihre grundverschiedenen Trainingsansätze stellen wir euch in diesem Heft sowie in einer kleinen Reihe in den Folgeausgaben bis Ende des Jahres vor.

M. Kuhlmann

MARC KUHLMANN

Zum Saisonstart: Ein Geschenk, von dem Dein Team noch lange etwas hat!

- Euer persönliches Mannschaftsbuch**
- > in eurem Vereinsdesign (Logo/Farbe),
 - > mit attraktiven Mitmach-Seiten und
 - > mit Platz für wichtige Ereignisse in eurer Saison.

10%
Rabattcode
FTJ2022



Auf 40 Seiten finden sich – in kindgerechter Ansprache – viele Informationen rund um den (Kinder-)Fußball sowie vielfältige Möglichkeiten der Mitgestaltung durch dich und die Kinder.



**Kinderleicht in wenigen Minuten
das Buch für dein Team gestalten!**

Informationen und Bestellungen auf
www.mein-fussball-buch.de

ZÜNDET DAS NEUE DANISH DYNAMITE?
von Jesper Jacobsen und Marc Kuhlmann

06



INHALT

HEFTSCHWERPUNKT

ZÜNDET DAS NEUE DANISH DYNAMITE?

06 Sichtweisen und Ideen des dänischen Fußballverbands
von Jesper Jacobsen und Marc Kuhlmann

DIE KINDERFUSSBALLSPEZIALISTEN

12 Gentofte Fodbold Akademi – die innovative Talentschmiede
von Victor Koppel und Marc Kuhlmann

FREUNDSCHAFTEN STATT FÄHIGKEITEN

18 Nørrebro United – der lokale und soziale Fußballklub
von Thomas Jensen und Marc Kuhlmann

DIE FUNKTIONIERENDE DREIECKSBEZIEHUNG

22 FC Kopenhagen, Fodbold Alliance 2000, Frederiksberg Boldklub
von K. Toft, J. Westermann, M. Busk und M. Kuhlmann

33

**GLÜCKSSPIEL KANN
SÜCHTIG MACHEN!**
von Michael Wilms



46

ZURÜCK ZU DEN WURZELN
von Marc Kuhlmann



WEITERE BEITRÄGE

GLÜCKSSPIEL KANN SÜCHTIG MACHEN!

33 Spiel, Spaß und Schnelligkeit miteinander verbinden
von Michael Wilms

EINFACH KICKEN

40 Das Fußball-3-Bolz-Konzept des TSV Diedorf
von Matthias Schmid

ZURÜCK ZU DEN WURZELN

46 4. Teil der Reihe: FT-Experte zu Besuch beim PSV Wesel
von Marc Kuhlmann

HURRA, ICH BIN EIN SCHULKIND!

52 4. Teil der Reihe zum Bambinifußball
von Rica Plogmann und Julian Friedrich

AB GEHT DIE POST!

58 Ideen für ein kindgemäßes Training des Umschaltens
von Marc und Fabian Bädorf



TRAINING TO GO!

Acht Trainingskarten zum Heraustrennen:
zwei Einheiten zum Torschuss
von Lukas Hauer

AUTOREN DIESER AUSGABE

MARC KUHLMANN

Der FTJ-Chefredakteur war eine ganze Woche lang Gast des dänischen Fußballverbandes (DBU) und durfte tief hinter die Kulissen der Kopenhagener Vereinslandschaft und damit hinter die Umsetzung der neuen Kinderfußballstrategie blicken. Kurz nach seiner Rückkehr stattete er dann seinem Heimatklub PSV Wesel-Lackhausen einen Besuch ab. Auch diese Demo-Einheit stellen wir in dieser Ausgabe vor.

JESPER JACOBSEN

Der DBU-Kinderfußball-Koordinator ist hauptverantwortlich für die neue Kinderfußballstrategie. Auch wenn das Projekt noch in den Kinderschuhen steckt, gab er uns im großen Interview ab Seite 6 tiefe Einblicke in die Gedankengänge der Arbeitsgemeinschaft.

VICTOR KOPPEL

führt die sportlichen Geschicke der Gentofte Fodbold Akademi, die kein geringeres Ziel ausgerufen hat, als der beste Kinderfußballverein Dänemarks zu werden.

THOMAS JENSEN

Mehr Basisarbeit als bei Nørrebro United geht kaum. Mit dem demütig und bescheiden auftretenden Nachwuchsleiter – so zumindest der Eindruck der Redaktion – hat der Klub aus einem hippen multikulturellen Bezirk von Kopenhagen genau den richtigen Mann beschäftigt.

KIM TOFT, JESPER WESTERMANN UND MARTIN BUSK

Als Administrativer Leiter Fußball des Kopenhagener Boldklub, Leiter der Talentförderung der Fodbold Alliance 2000 bzw. Geschäftsführer des Frederiksberg Boldklub pflegen alle Drei ein

gutes Miteinander und prägen das Gesicht des Fußballs in Frederiksberg.

MICHAEL WILMS

Der Leichtathletik-Bundesstützpunktleiter aus München ist bei *philippka*. kein Unbekannter, verantwortete er doch bis Sommer 2021 noch unsere Schwesterzeitschrift *leichtathletiktraining*.

MATTHIAS SCHMID

ist Lehrer an einer Realschule in Bayern. Als Trainer und Jugendleiter des TSV Diedorf war er vielleicht auch aufgrund seines sportartfremden Hintergrunds von Anfang an offen für Innovationen und neue Konzepte.

RICA PLOGMANN

begleitet uns durch das gesamte Jahr 2022. Die Bremer Grundschullehrerin gestaltet für jede Ausgabe eine Bambini-Spielstunde zu einem für die Saisonphase passenden Thema.

JULIAN FRIEDRICH

sagt als Leiter der Kita-Ballschule des 1. FC Magdeburg: „Kinder müssen frei von Druck, Leistungs- und Konkurrenzgedanken spielen können.“ Daher hat er sieben Leitsätze entwickelt, die Bambinitrainer mindestens in dieser Hinsicht sicher und verlässlich durch ihre Spielstunden führen.

MARC UND FABIAN BÄDORF

Die Brüder gehen nun in das fünfte Jahr als Trainer. Nach einem kurzen Ausflug in den Jugendbereich konzentrieren sie sich aktuell auf ihre U10 beim TuS Zülpich – vor allem aus Spaß an der Arbeit mit Kindern. Nirgendwo sonst, finden sie, ist die Lernkurve so steil, die Fußball-Leidenschaft so groß wie hier.



Fotos: Conny Kurth (2), Michael Wilms

Training wie bei den Profis !

Fußball-TRAININGSBÄLLE
10er-Set
Größe 4

Handgenäht, erfüllen d. FIFA-Normen
Art.-Nr. 1265 nur € 114,90

LEIBCHEN
mit
Wunschaufdruck

Logos, Wappen, Nr., Namen, Werbung usw.
Art.-Nr. 697 ab nur € 4,20

Aluminium MINITOR
(klappbar) - 1,20 x 0,80 m

Stabile, TÜV-geprüfte Profiware
Art.-Nr. 2654 nur € 149,90

REBOUNDER
Trainingsrückprallwand
1,10 x 1,10 m

Verstellbar - inkl. Top5 Download-Trainingsübungen
Art.-Nr. 289 nur € 79,90

V-MAXX Sportradar
SPEED Check

Bereichert jedes Training - Profiware
Art.-Nr. 1046 nur € 99,90

Katalog gratis bestellen unter
www.Teamsportbedarf.de

GRATIS



Art.-Nr. 660

GRATIS

TEAMSPORTBEDARF.DE

...alles das und noch viel mehr finden Sie in unserem Online-Shop:
www.Teamsportbedarf.de

Der Profishop für den modernen Trainer!



Interview mit Jesper Jacobsen,
DBU-Kinderfußball-Koordinator

ZÜNDET DAS NEUE DANISH DYNAMITE?

Der dänische Fußballverband (DBU) verändert seit Jahresbeginn den Kinderfußball. In fünf Jahren sollen erste Ergebnisse sichtbar werden. Doch bis dahin gibt es eine Menge zu tun.

„We want longtime lovers of the game!“ Mit diesem Satz schloss Jesper Jacobsen, Chef der neuen dänischen Kinderfußballstrategie, unser Interview – und gab somit deutlich zu verstehen, dass der Fokus wieder von der Spitze in die Breite rücken soll. Die FTJ-Redaktion hat sich anschließend selbst ein Bild davon gemacht und eine Woche lang Verband und Vereine in unserem Nachbarland besucht.

Fußballtraining Junior: Der dänische Fußball blickt auf ereignisreiche Jahre zurück: Es begann 2020 mit dem Corona-Lockdown schmerzlich. 2021 spielte die A-Nationalmannschaft dann eine überaus erfolgreiche Europameisterschaft, die sie bis ins Halbfinale führte. Und Anfang 2022 startete eure viel beworbene neue Kinderfußballstrategie. Was überwiegt im Rückblick? Die Höhen oder die Tiefen?

Jesper Jacobsen: Natürlich hat uns Corona wie alle anderen Länder auch getroffen. Aber insgesamt sind wir noch glimpflich davongekommen. Das positive Abschneiden bei der EM hat sicherlich die ein oder andere coronabedingte Vereinsabmeldung aufgefangen. Unsere neue Strategie für den Kinderfußball steckt noch in den Kinderschuhen und es ist noch zu früh, um ein erstes Resümee zu ziehen. Mir ist wichtig zu sagen, dass die beiden letzten Punkte – Nationalmannschaft und Kin-

derfußball – für uns nicht in Beziehung zueinander stehen. Klar, am Ende brauchen wir oben stets 25 Nationalspieler. Aber wir haben eben vor allem auch 140.000 fußballspielende Jungen und Mädchen an der Basis. Die meisten sind nicht dabei, um Spitzensportler zu werden, sondern weil sie Spaß an der Sache haben. Und das müssen wir ihnen zunächst ermöglichen.

Dementsprechend werbt ihr in dem neuen Programm offensiv damit, dass jedes Kind in Dänemark Fußball spielen darf. Dies ist aber aktuell nicht der Fall ...

Das stimmt leider. Besonders in der Hauptstadt Kopenhagen führen zahlreiche Vereine lange Wartelisten im mittleren dreistelligen Bereich. Den Klubs fehlt es an Infrastruktur: an Fußballplätzen, an Klubheimen,

an Trainern. Natürlich ist das ein Grund, warum wir an einer Neuausrichtung arbeiten. Wir haben dafür sechs sogenannte „Lokomotiven“ als Treiber der Entwicklung ausgerufen. Ich möchte jetzt nicht mit Details langweilen, aber im Wesentlichen geht es darum, mehr Trainer auszubilden, die echte Altersklassenspezialisten sind – und dann natürlich auch das Training besser machen.

„In vielen Einheiten wird immer noch 8 gegen 8 auf Ballbesitz gespielt, obwohl die Wettspiele längst im 3 gegen 3 oder 5 gegen 5 stattfinden. Solche Denkweisen und Praktiken müssen wir schnellstmöglich ändern!“

Eine dieser Sportstätten in Kopenhagen, die kurz vor dem Kollaps stehen, liegt in Frederiksberg. Kannst du die dort bestehende besondere Konstellation einmal erläutern?

Drei Vereine, nämlich Kopenhagen Boldklub, FA 2000 und Frederiksberg Boldklub teilen sich elf Fußballplätze. Ein riesiges Areal, und dennoch stoßen sie an ihre Grenzen. An einem normalen Trainingstag spielen auf jedem Feld bis zu 80 Kinder. Alle Klubs führen lange Wartelisten, obschon sie eine Heimat für ganz unterschiedliche Leistungsniveaus bieten. Das ist etwas, an dem wir arbeiten müssen. Eine Überlegung ist, eine webbasierte Lösung zu schaffen. Hier können Eltern mit einem Klick einsehen, welche Klubs Wartelisten führen und welche nicht. Dann kann mein Kind vielleicht nicht in der Jugend vom FC Kopenhagen, aber dafür einen Kilometer nordwestlich in Vanløse Fußball spielen. Hauptsache, es kann überhaupt erst einmal seiner Leidenschaft mit Freunden und anderen Gleichaltrigen nachgehen.

Eines eurer Ziele lautet ja, für je acht Kinder einen ausgebildeten Trainer zu haben ...

Das ist nur ein Punkt. Natürlich ist es wichtig, dass wir große Gruppen in den Einheiten durch die Anwesenheit mehrerer Übungsleiter teilen können. Aber die neue Trainergeneration soll vorrangig einen Wandel hinsichtlich ihrer Denkweisen und Praktiken mitbringen. vielerorts sehen wir immer noch Coaches, die stets ihre besten Spieler einsetzen und alle anderen dahinter vergessen. Oder die im Training 8 gegen 8 auf Ballbesitz spielen, obwohl sie in den Wettspielen im 3 gegen 3 oder 5 gegen 5 auflaufen. Ich möchte aber „longlife lovers of the game“ haben, also Spielerinnen und Spieler, die möglichst dauerhaft und mit viel Spaß gegen den Ball treten. Und da sind eben andere Herangehensweisen besser.

Skizzierst du einmal den aktuellen Status des Kinderfußballs in Dänemark? Was läuft gut? Wo wollt ihr euch noch verbessern?

Die wichtigsten Punkte, bei denen wir handeln müssen, sind bereits angesprochen. Wir müssen schauen, dass wir die Jungen und Mädchen in die Vereine bekommen und die Wartelisten kürzen oder noch besser zu den Akten legen. Dann müssen wir die Trainer und die freiwilligen Helfer besser ausbilden. Fußball ist ein komplexes Spiel und ich wünsche mir, dass diese Erkenntnis mehr Berücksichtigung in den Trainingsstunden findet. Natürlich kannst du im Techniktraining auf ein Hütchen zudribbeln, davor fintieren – und das immer und immer wieder. Besser ist aber, wenn wir die Anforderungen in der Komplexität des Spiels abbilden. Das geht am besten über Spielformen, denn das Spiel ist der beste Lehrmeister. Irgendwann mit acht, neun Jahren verändert sich der Blickwinkel auf den Fußball – weg von „Ich und der Ball“ hin zu „Wir und der Ball“, was jetzt aber nicht heißen soll, dass die Taktik plötzlich in den Vordergrund rückt. Aber wir müssen schon sensibel dafür sein, dass sich etwas verändert. Der Pass kann jetzt auch eine gute Option sein.

Und was gut läuft ... Wir sehen ja jetzt auch bei euch in Deutschland, dass ihr ab 2024 die Wettspielformate umstellt. In dieser Hinsicht sind wir bereits gut aufgestellt. Von den U5- bis U7-Junioren spielen wir 3 gegen 3, die U8- bis U10-Junioren 5 gegen 5, und die U11 und U12 spielt 8 gegen 8. Alle Kindermannschaften spielen ohne Tabellen und Wertungen. Die Einteilung der Gegner erfolgt über ein Kategoriensystem von 1 bis 4 für Jungen und 1 bis 3 für Mädchen. Der jeweilige Verein entscheidet gemeinsam mit dem verantwortlichen Trainer, in welcher Kategorie die Mannschaften zur neuen Saison antreten. Ich halte das für ein sehr kindgerechtes System, denn die Jungen und Mädchen kommen in kleinen Teams auf viele Ballkontakte und treffen nahezu ausschließlich auf etwa gleich starke Gegner.

Die DBU hat ein digitales Klubhaus geschaffen: ein Online-Treffpunkt für Trainer. Die App „Fodbold“ ist ein Teil davon. Was liefert sie?

Die App beinhaltet Trainingseinheiten und Trainingsformen für den Kinderfußball nach unseren Schwerpunkten. Jeden Freitag wird eine neue Einheit an die dänischen Kindertrainer versendet. So haben sie das Wochenende Zeit, sich Gedanken zu machen, inwieweit sie die Inhalte für ihr Training in der darauffolgenden Woche nutzen wollen. Die Spiele und Übungen sind von Trainern für Trainer. Auch Kim Toft von K.B. und Thomas Jensen von Nørrebro United, die ja im Heft ebenfalls noch vorgestellt werden, sind Autoren dieser Inhalte.

DAS INTERVIEW FÜHRTE MARC KUHLMANN

TRAININGSPRAXIS DER „FODBOLD“-APP

Auf den Seiten 8 bis 10 stellen wir ausgewählte Trainingsformen zum Dribbling und Passspiel aus der „Fodbold“-App der DBU vor.

