

Klaus Bischops/Heinz-Willi Gerards

Handbuch für Kinder- und Jugendfußball

Meyer & Meyer Verlag

Inhaltsverzeichnis

1	Grußwort.....	7
2	Einführung.....	9
3	Kinder- und Jugendtraining im Fußball.....	10
	- Der Stellenwert des Jugendtrainings.....	11
	- Zur Entwicklung bei Kindern und Jugendlichen.....	11
	- Planungshilfen für den Aufbau einer Trainingseinheit.....	14
3.1	Fußballspielen muß Freude machen (5 bis 10 Jahre).....	16
	- 15 Trainingseinheiten für die F-Junioren.....	19
	- 12 Trainingseinheiten für die E-Junioren.....	35
3.2	Wir wollen uns beim Fußballspielen verbessern (10 bis 14 Jahre).....	48
	- 12 Trainingseinheiten für die D-Junioren.....	53
	- 12 Trainingseinheiten für die C-Junioren.....	67
3.3	Wir spielen Leistungsfußball (14 bis 18 Jahre).....	80
	- 12 Trainingseinheiten für die B-Junioren.....	83
	- 12 Trainingseinheiten für die A-Junioren.....	97
3.4	15 Trainingseinheiten für die Halle.....	109
3.5	Sondertraining für die einzelnen Mannschaftspositionen.....	125
3.6	Hinweise zur Taktik.....	136
3.7	Zielgerichtete Trainingsschwerpunkte.....	140
4	Fußball und Organisation.....	150
4.1	Der Jugendleiter.....	151
4.2	Der Jugendausschuß.....	153
4.3	Checkliste für die Planung eines Fußballturniers.....	156
5	Fußballer erleben Gemeinschaft.....	159
5.1	Feste und Feiern.....	160
5.2	Eine Mannschaft auf Reisen.....	162
5.3	Internationale Begegnungen.....	163
6	Stretching, zum Auf- und Abwärmen unverzichtbar.....	164
7	Literatur.....	168