

TUS EINTRACHT OBERLÜBBE



Konzept

Jugendabteilung

2006



- 1 Grundsätze der TEO Jugendarbeit
- 2 Organisation
- 3 Jugendtrainerteam
- 4 Eventteam und Sonderbeauftragte
- 5 Jugendwart
- 6 stellvertretender Jugendwart
- 7 Jugendtrainer
- 8 Trainingsinhalte
 - 8.1 Inhalte Minihandball
 - 8.2 Inhalte E - Jugend
 - 8.3 Inhalte D - Jugend
 - 8.4 Inhalte C - Jugend
 - 8.5 Inhalte B - Jugend
 - 8.6 Inhalte A - Jugend

Anhang

- DHB Rahmentrainingskonzept
- Vorteile der Manndeckung



1 Grundsätze der Jugendabteilung

Der Handballsport entwickelt und fördert nachweislich Fähigkeiten der Kinder und Jugendlichen, im Team aktiv zu werden, sich zu behaupten, Verantwortung für das Team zu übernehmen, zu tragen und zu erleben, wie gemeinsame Leistung zum Erfolg führt.

Teamfähigkeit, Teambildung, Teamarbeit sind Fähigkeiten, die heute in Schule, Berufsausbildung, Studium und im Arbeitsprozess überaus wichtig sind. Dieser Mannschaftssport befähigt die Kinder und Heranwachsenden durch seine speziellen Regeln und Techniken darüber hinaus zur Entwicklung von Reaktionsschnelligkeit, rascher, dynamischer Entscheidungsbildung und sportlich fairem Verhalten ihrer Umgebung gegenüber.

Unsere Grundsätze lauten:

1. Wir führen Menschen zusammen und schaffen Gemeinschaft.
2. Wir stärken die Persönlichkeit der Kinder und Jugendlichen durch ein intaktes soziales Umfeld.
3. Wir fördern die sportmotorische Grundausbildung unserer Kinder.
4. Wir bieten eine fundierte und entwicklungsorientierte handballerische Ausbildung in einer attraktiven Mannschaftssportart.
5. Wir orientieren uns am Rahmentrainingskonzept des DHB.
6. „Kinder- und Jugendhandball“ bedeutet für uns nicht „Seniorenhandball für Kinder“
7. Wir spielen erfolgreich mit dem eigenen Nachwuchs „so hoch wie möglich“.
8. Wir ermöglichen jedem Spaß und Erfolgserlebnisse im Handballsport.
9. Wir fordern und fördern das Engagement.



-
10. Wir pflegen ein positives Image im Handballkreis und sind als innovativer Verein ein „Bunter Klecks“ in unserer Gemeinde.
 11. Fair geht für uns immer vor!
 12. Gute Spieler werden gefordert und schwächere gefördert.
 13. Wir führen die älteren Jahrgänge behutsam an die Seniorenbereich heran, helfen beim Übergang auf der Suche nach eine neuen Mannschaft und finden auch für jeden Spieler eine neues Team.
 14. Alle Teammitglieder haben für uns die gleiche Bedeutung.
 15. Spielerlebnis geht bei uns vor Spielergebnis.



2 Organisation / Ämter / Gremien / Termine

Gremien:

Jugendtrainerteam

Eventteam und Sonderbeauftragte

Positionen:

Jugendvorstand

- Jugendwart (JTS)

- stellvertretender Jugendwart (Eventteam)

Regelmäßige Termine:

Jugendtrainersitzung 6-8 Wochen

Weihnachtsfeier Jugendtrainerstab

Saisonabschluss

Jahresfahrt Turnier

Kinderkarneval

Minispielfeste

Osterfeuer



3 Jugendtrainerteam

Organisation:

- ⇒ Trifft sich regelmäßig zu Jugendtrainersitzungen
- ⇒ Legt die Grundsätze der Jugendabteilung fest
- ⇒ Schlägt bei notwendigen Neuwahlen dem Vorstand mögliche Kandidaten für die Ämter des Jugendwartes bzw. Jugendkoordinators vor
- ⇒ Unterstützt das Eventteam bei der Planung und Durchführung der Ereignisse (z.B. Minispielfeste)

Training / Spiel:

- ⇒ gegenseitige Vertretung bei Verhinderung

Sonstiges:

- ⇒ Unterstützt die Jugendspieler bei Problemen (Schule, Beruf, Privat)
- ⇒ Unterstützt den Jugendwart bei der Trainersuche
- ⇒ „Lebt“ das Konzept der Jugendabteilung zu jeder Zeit vor



4 Eventteam und Sonderbeauftragte

Organisation:

- ⇒ Organisiert für die Jugendveranstaltungen die Verpflegung
- ⇒ Plant und führt die Weihnachtsfeier für Trainerteam durch
- ⇒ Plant und führt einen Sommerabschluss für alle Jugendmannschaften durch
- ⇒ Unterstützt die Jugendtrainer bei der Durchführung der Minispielfeste
- ⇒ Plant und organisiert die Durchführung der sportlichen und außersportlichen Angebote

Training / Spiel:

- ⇒ Vertritt die Jugendtrainer bei Abwesenheit und in Notfällen
- ⇒ Unterstützt die Jugendtrainer bei der Organisation und Planung sportliche Sonderveranstaltungen (z.B. Trainingslager; Torwarttrainingseinheit)
- ⇒ Besucht Trainingseinheiten/Spiele und sichtet Talente für eine spezielle Förderung
- ⇒ Koordiniert und bestimmt „Förderungsübertritte“ (Jahrgang höher)

Sonstiges:

- ⇒ Unterstützt die Jugendspieler bei Problemen (Schule, Beruf, Privat)
- ⇒ Unterstützt den Jugendwart bei der Trainersuche
- ⇒ „Lebt“ das Konzept der Jugendabteilung zu jeder Zeit vor



5 Jugendwart

Organisation:

- ⇒ Trägt die Verantwortung für sämtliche Belange der Jugendabteilung
- ⇒ Vertritt die Jugendarbeit von TEO Oberlütbe und ist Vorstandsmitglied
- ⇒ Erstellt das Jugendbudget und trägt die Budgetverantwortung gemeinsam mit seinem Stellvertreter
- ⇒ Wirkt mit bei der Beantragung von Doppelspielrecht
- ⇒ Plant und organisiert die Hallenzuteilung innerhalb seiner Abteilung mit der Handballabteilungsleitung
- ⇒ Kontrolliert die Materialverteilung und Abgabe (per Quittung)?
- ⇒ Organisiert und leitet die Teamanpassungssitzung im Januar/Februar
- ⇒ Aushang Trainingszeiten
- ⇒ Führt Adressenlisten aller an der Jugendabteilung beteiligten Personen
- ⇒ Verwaltet die Mannschaftslisten
- ⇒ TrainerInnen für Jugendmannschaften organisieren
- ⇒ Ausbildung für TrainerInnen organisieren und anbieten
- ⇒ Betreuung/Koordination der Mannschaften untereinander
- ⇒ Fahrten und Außersportliche Aktivitäten organisieren
- ⇒ Besucht Trainingseinheiten/Spiele und sichtet Talente für eine spezielle Förderung

Ansprechpartner:

- ⇒ Ist Ansprechperson für die Handballabteilungsleiter
- ⇒ Repräsentiert die Jugendabteilung gegenüber anderen Vereinen, dem Kreis und weiteren Institutionen
- ⇒ Ansprechpartner für alle Jugendlichen innerhalb und außerhalb des Vereins
- ⇒ Ansprechpartner für die Eltern



Kontrolle:

- ⇒ Informiert sich über die Ausbildung der Trainer / Spieler gemäß Konzept
- ⇒ Prüft und genehmigt sämtliche von seiner Abteilung beantragten Mittel
- ⇒ Einhaltung der "goldenen Trainerregeln": Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit, Vorbildfunktion
- ⇒ Einhaltung inhaltlicher und organisatorischer Vorgaben (Kontrollsystem aufbauen)

Sonstiges:

- ⇒ Sucht engagierte Mitarbeiter/Helfer für besondere Aufgaben
- ⇒ Trainiert oder betreut möglichst nur ein Team
- ⇒ Betreibt Förderung Spieler/Schiedsrichter/Trainer/Zeitnehmer/Betreuer/...
- ⇒ Betreibt Jugendförderung gemäß Konzept
- ⇒ „Lebt“ das Konzept der Jugendabteilung zu jeder Zeit vor
- ⇒ Ausstattung der Trainer mit Material und Literatur
- ⇒ Verbindung mit den Schulen aufnehmen, pflegen und erweitern
- ⇒ Projekte im Kinderhandball initiieren und koordinieren



6 stellvertretender Jugendwart

Organisation:

- ⇒ Vertritt die Jugendarbeit von TEO Oberlütbe
- ⇒ Erstellt das Jugendbudget und trägt die Budgetverantwortung gemeinsam mit dem Jugendwart
- ⇒ Organisiert die Teamanpassungssitzung im Januar/Februar
- ⇒ Führt Adressenlisten aller an der Jugendabteilung beteiligten Personen
- ⇒ Unterstützt die Suche nach TrainerInnen für Jugendmannschaften
- ⇒ Fahrten und Außersportliche Aktivitäten organisieren
- ⇒ Legt in Zusammenarbeit mit dem Jugendwart im Juli/August die Termine für das kommende Jahr fest (sportliche und kulturelle Veranstaltungen, Trainerfortbildungen usw.)

Ansprechpartner:

- ⇒ Ansprechpartner für alle Jugendlichen innerhalb und außerhalb des Vereins
- ⇒ Ansprechpartner für die Eltern
- ⇒ Ansprechpartner für Sonderbeauftragte

Kontrolle:

- ⇒ Einhaltung der "goldenen Trainerregeln": Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit, Vorbildfunktion

Sonstiges:

- ⇒ Sucht engagierte Helfer und Sonderbeauftragte für besondere Anlässe
- ⇒ Betreibt Förderung Spieler / Schiedsrichter / Trainer / Zeitnehmer / Betreuer / ...
- ⇒ Organisiert eine Weihnachtsfeier für alle Jugendtrainer



-
- ⇒ Organisiert, kontrolliert die Presse-/Internetpräsenz der Jugendabteilung
 - ⇒ Betreibt Jugendförderung gemäß Konzept
 - ⇒ „Lebt“ das Konzept der Jugendabteilung zu jeder Zeit vor
 - ⇒ Presseartikel -> Pressewart
 - ⇒ Verbindung mit den Schulen aufnehmen, pflegen und erweitern
 - ⇒ Projekte im Kinderhandball initiieren und koordinieren



7 Jugendtrainer

Training / Spiel:

- ⇒ Informiert sich über die DHB Rahmenrichtlinie und das Konzept der Jugendabteilung von Eintracht Oberlütbe
- ⇒ Bildet bzw. informiert sich gemäß des von ihm zum betreuenden Jahrgangs weiter intern/extern
- ⇒ Bildet sein Team/Spieler altersgemäß aus
- ⇒ Organisiert in Zusammenarbeit mit dem Jugendwart Abenteuer-, Jugend-, Trainingscamps sowie weitere sportliche Veranstaltungen (z.B. Sylvesterturnier)
- ⇒ Organisiert Teamanlässe (z.B. Fahrradtour, Schwimmen, Weihnachtsfeier, Trainingslager, usw.) und beantragt die benötigten Mittel beim Jugendwart
- ⇒ Führt SpielerInnen an den Schiedsrichterrolle heran (Trainingsspiele pfeifen lassen)
- ⇒ Führt SpielerInnen an die Trainerrolle heran
- ⇒ Achtet auf fairen Umgang mit Schiedsrichtern

Elternarbeit:

- ⇒ Organisiert einen Elternabend
- ⇒ Informiert über das Konzept der Jugendabteilung und Module und pflegt den Kontakt mit den Eltern

Organisation:

- ⇒ Erstellt eine Teamliste (Formular wird gestellt) und Mannschaftsfoto am Saisonanfang und leitet diese an den Jugendwart und Cheftrainer weiter
- ⇒ Verteilt vor Saisonbeginn Teamliste und Spielplan an seine Spieler
- ⇒ Meldet sämtliche Ein- und Austritte mit allen Unterlagen an den Vereinsverantwortlichen



- ⇒ Organisiert Doppelspielrecht mit Jugendwart (A-Jugend / A-Mädels) Spielwart (stellvertretender Abteilungsleiter)
- ⇒ Beantragt neues Ausbildungsmaterial beim Jugendwart
- ⇒ Liefert pro Saison mindestens einen Spielbericht für die Halbstarke
- ⇒ Verfasst zum Saisonende einen Saisonbericht für das Archiv

Helfer:

- ⇒ Unterstützt den Jugendwart bei der Trainersuche
- ⇒ Unterstützt seine Trainerkollegen bei Trainings- und Spielabwesenheit

Sonstiges:

- ⇒ Einhaltung der "goldenen Trainerregeln": Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit, Vorbildfunktion
- ⇒ Trainiert oder betreut möglichst nur ein Team
- ⇒ Meldet bei der Teamanpassungssitzung im Januar/Februar seine Vorstellungen gemäß Konzept dem Jugendwart
- ⇒ Teilnahmepflicht bei den regelmäßigen Jugendtrainersitzungen und Trainerworkshops (auch extern)
- ⇒ Vorbildfunktion und Botschafter für Eintracht Oberlütbe
- ⇒ Teilnahmepflicht bei der Weihnachtsfeier Mannschaft bzw. Trainerstab
- ⇒ „Lebt“ das Konzept der Jugendabteilung zu jeder Zeit vor



8 Trainingsinhalte



8.1 Inhalte Minihandball

Allgemeine Leitlinien		
<ul style="list-style-type: none"> - keine taktischen Zwänge - Grundprinzip freies Spiel - breite motorische Grundausbildung - Spielerfahrung auf allen Positionen erwerben, keine Positionsspezialisierung - Zusammenspiel im Parteeballspielen in verschiedenen Variationen - Spielanteile gleichmäßig verteilen 		
Koordination und Kondition		
Koordination	Kondition	Kräftigung
<ul style="list-style-type: none"> - Koordinationsschulung mit und ohne Ball - elementare Schnelligkeitsfähigkeiten - Grundfertigkeiten erwerben (laufen, springen, werfen) 	<ul style="list-style-type: none"> - spielerisches „Konditionstraining“ 	
Grundübungen und Spielformen		
Balltechnik	Wurftechnik	1:1 ohne Ball
<ul style="list-style-type: none"> - Ballkontrolle erwerben - Dribbling in der Bewegung - Pässe und Bodenpass über verschiedene Entfernungen - einfache Täuschungen 	<ul style="list-style-type: none"> Werfen erlernen - Schlagwurf mit Variationen nach verschiedenen Schrittfolgen - aus dem Prellen - nach dem Freiprellen - nach dem Anspiel 	<ul style="list-style-type: none"> - Befreiungsaktionen in die Tiefe und Breite - einfache Lauf- bzw. Körpertäuschungen
1:1 mit Ball	Abwehr	Angriff
<ul style="list-style-type: none"> - Dribbling durch Parcours 	<ul style="list-style-type: none"> - Lauf- bzw. Sprinttechniken in verschiedene Richtungen (vorwärts, seitwärts, rückwärts, diagonal) 	<ul style="list-style-type: none"> - Prellgegenstoß - freigewordene Räume besetzen
Grund- und Zielspiele		
<ul style="list-style-type: none"> - den gesamten Spielraum öffnen - Vorfahrt für den Ballführer - absichern des Ballführers nach hinten - Spielverlagerung in den freien Raum - Manndeckung über das gesamte Feld 		



Quellen

- K Roth; Ballschule
- R. Schubert; Video zum Koordinationstraining mit verschiedenen Bällen
- Handball Fibel 97
- Handball Fibel 2000
- Handball Fibel 3
- Handball Handbuch Band 1



8.2 Inhalte E-Jugend

Allgemeine Leitlinien
<ul style="list-style-type: none"> - keine taktischen Zwänge - Grundprinzip freies Spiel - breite motorische Grundausbildung - Anbieten fördern - Raumaufteilung steuern - Spielerfahrung auf allen Positionen erwerben, keine Positionsspezialisierung - Zusammenspiel im Parteeballspielen in verschiedenen Variationen - Spielanteile auf Spieler gleichmäßig verteilen

Koordination und Kondition		
Koordination	Kondition	Kräftigung
<ul style="list-style-type: none"> - Koordinationsschulung mit und ohne Ball - elementare Schnelligkeitsfähigkeiten - Grundfertigkeiten erwerben 	<ul style="list-style-type: none"> - spielerisches „Konditionstraining“ 	

Grundübungen und Spielformen		
Balltechnik	Wurftechnik	1:1 ohne Ball
<ul style="list-style-type: none"> - Ball in der Bewegung passen und fangen - Dribbling in der Bewegung - Schlagwurf - Bodenpass über verschiedene Entfernungen - einfache Täuschungen 	<ul style="list-style-type: none"> Werfen erlernen - Schlagwurf mit Variationen nach verschiedenen Schrittfolgen - aus dem Prellen - nach dem Freiprellen - nach dem Anspiel 	<ul style="list-style-type: none"> - Befreiungsaktionen in die Tiefe und Breite - einfache Lauf- bzw. Körpertäuschungen
1:1 mit Ball	Abwehr	Angriff
<ul style="list-style-type: none"> - Dribbling in Tiefe und Breite - Pass- Wurf- Lauftäuschung zur Wurfarm(gegen)seite 	<ul style="list-style-type: none"> - Lauf- bzw. Sprinttechniken in verschiedene Richtungen (vorwärts, seitwärts, rückwärts, diagonal) - Grundtechnik im 1:1 mit und ohne Ball - Gegner begleiten - Abstand halten - Ball herausspielen - Ball abfangen 	<ul style="list-style-type: none"> - Prellgegenstoß 1:0 / 1:1 - Paßgegenstoß 2:1 /2:2 - freigewordene Räume besetzen - schnellere Ballverlagerung



Grund- und Zielspiele

- den gesamten Spielraum öffnen
- Vorfahrt für den Ballführer
- absichern des Ballführers nach hinten
- Spielverlagerung in den freien Raum
- Manndeckung über das gesamte Feld / ab der Mittellinie

Quellen

- K Roth; Ballschule
- R. Schubert; Video zum Koordinationstraining mit verschiedenen Bällen
- H. Zelewski; Gegenstoßtraining
- Handball Fibel 97
- Handball Fibel 2000
- Handball Fibel 3
- Handball Handbuch Band 1
- ht 12/2000; Office is different
- ht spezial; 9+10 2002; Parteiballvarianten
- P. Schreiner; Effektiver Einsatz der Koordinationsleiter im Fußball
- ht spezial; In der Manndeckung spielen lernen
- Trainingsbausteine für die E-Jugend; Video
- Trainingsbausteine für E-Jugend II; Video



8.3 Inhalte D – Jugend

Allgemeine Leitlinien
<ul style="list-style-type: none"> - vielseitiges Technikkernen - Förderung der Kreativität - Anbieten fördern - Raumaufteilung steuern - Spielerfahrung auf allen Positionen erwerben, keine Positionsspezialisierung - Zusammenspiel im Parteiballspielen in verschiedenen Variationen - Spielanteile auf Spieler gleichmäßig verteilen - Gruppentaktik: Positionsspiel; Parallelstoßaktionen einführen; Give & Go

Koordination und Kondition		
Koordination	Kondition	Kräftigung
<ul style="list-style-type: none"> - Koordinationsschulung mit und ohne Ball - elementare Schnelligkeitsfähigkeiten - Grundfertigkeiten erwerben 	<ul style="list-style-type: none"> - spielerisches „Konditionstraining“ 	<ul style="list-style-type: none"> - allgemeine Körperkräftigung (Kämpfen und Ringen)

Grundübungen und Spielformen		
Balltechnik	Wurftechnik	Täuschungen
<ul style="list-style-type: none"> - Ball in der Bewegung passen und fangen - Dribbling in der Bewegung - Schlagwurf-, Sprungwurf-, Bodenpass über verschiedene Entfernungen - einfache Täuschungen 	<ul style="list-style-type: none"> Werfen erlernen - Schlagwurf zur und gegen die Wurfarmseite nach verschiedenen Schrittfolgen - Sprungwurf mit Variationen - Fallwurf mit Variationen 	<ul style="list-style-type: none"> - Befreiungsaktionen in die Tiefe und Breite - Durchbruchsaktionen - einfache Lauf- bzw. Körpertäuschungen
1:1 mit Ball	Abwehr	Angriff
<ul style="list-style-type: none"> - Dribbling in Tiefe und Breite - Pass-, Wurf-, Lauf- bzw. Körpertäuschung zur Wurfarm(gegen)seite 	<ul style="list-style-type: none"> - Lauf- bzw. Sprinttechniken in verschiedene Richtungen (vorwärts, seitwärts, rückwärts, diagonal) - Grundtechnik im 1:1 mit und ohne Ball - Gegner begleiten - Abstand halten - Ball herausspielen - Ball abfangen - Manndeckung in Tornähe 	<ul style="list-style-type: none"> - Prellgegenstoß 1:0 / 1:1 - Paßgegenstoß 2:1 / 2:2 - freigewordene Räume besetzen - schnellere Ballverlagerung - Umstellungs- und Reaktionszeiten beim Wechsel Angriff – Abwehr verkürzen - Positionswechsel - erst Gegenspieler binden und dann abspielen



Grund- und Zielspiele

- Grundspiele 1:1; 2:1; 2:2; 3:2; 3:3
- Reifen-, Kasten- oder Mattenball mit mehreren Zielen
- den gesamten Spielraum öffnen
- Vorfahrt für den Ballführer
- absichern des Ballführers nach hinten
- Spielverlagerung in den freien Raum
- Manndeckung über das gesamte Feld / ab der Mittellinie
- Zielspiel 3:3 oder 1:5

Quellen

- K Roth; Ballschule
- R. Schubert; Video zum Koordinationstraining mit verschiedenen Bällen
- ht 12/2000; Office is different
- ht 9+10+11+12/2002; Parteiballspiele
Handball Handbuch Band 1
- ht spezial; 9+10 2002; Parteiballvarianten
- P. Schreiner; Effektiver Einsatz der Koordinationsleiter im Fußball
- ht spezial; In der Manndeckung spielen lernen
- Trainingsbausteine für die E-Jugend; Video
- Trainingsbausteine für E-Jugend II; Video



8.4 Inhalte C – Jugend

Allgemeine Leitlinien
<ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen der Spielfähig ausbauen - Förderung der Kreativität - Spielerfahrung auf allen Positionen erwerben, keine Positionsspezialisierung - Zusammenspiel im Parteiballspielen in verschiedenen Variationen - Spielanteile auf Spieler gleichmäßig verteilen - Gruppentaktik: Positionsspiel; Parallelstoßaktionen einführen; Give & Go - Grundformen der Gruppentaktik (2:2 auf verschiedenen Positionen) - Positionswissen vermitteln (z.B. Linien- und Eckaußen)

Koordination und Kondition		
Koordination	Kondition	Kräftigung
<ul style="list-style-type: none"> - spezifisches Koordinations-training - Feinform der Bewegungskombination Stoßen / 1:1 (Täuschungen) 	<ul style="list-style-type: none"> - spielerisches „Konditionstraining“ 	<ul style="list-style-type: none"> - Ganzkörperstabilisation - Kräftigungsübungen

Grundübungen und Spielformen		
Balltechnik	Wurftechnik	Täuschungen
<ul style="list-style-type: none"> - Ball in der Bewegung (Sprint) passen und fangen – links und rechts - Dribbling in der Bewegung - Pässe mit rechts und links - bewegliches Handgelenk - variables Kreisenspiel 	<ul style="list-style-type: none"> - Schlagwurf zur und gegen die Wurfarmseite nach verschiedenen Schrittfolgen und über verkehrten Fuß - Sprungwurf mit Variationen - Fallwurf mit Variationen - Wurfvariationen nach Wurfäuschung - Hüftwurf 	<ul style="list-style-type: none"> - einfache Lauf- bzw. Körpertäuschungen
1:1 mit Ball	Abwehr	Angriff
<ul style="list-style-type: none"> - Wackler zur/gegen Wurfarmseite (mit Ausfallschritt oder Sprung in die parallele Grundstellung) - Pass-, Wurf-, Lauf- bzw. Körpertäuschung zur Wurfarm(gegen)seite - Überzieher - 1:1 – Aktionen nach Wurfäuschung 	<ul style="list-style-type: none"> - Grundtechniken im Spiel 1:1 - Abwehr von Schlag- und Sprungwurf - Antizipative Abwehrgrund-techniken - Ball herausspielen - Ball abfangen - Manndeckung in Tornähe 	<ul style="list-style-type: none"> - Prellgegenstoß 1:0 / 1:1 - Paßgegenstoß 2:1 /2:2 - erst Gegenspieler binden und dann abspielen



Grund- und Zielspiele

- Grundspiele 1:1; 2:1; 2:2; 3:2; 3:3
- Gruppentaktik: Parallelstoßaktionen; Rückstoß; Kreuzen und Sperren in der 2er Gruppe auf allen Positionen; Übergeben – Übernehmen beim Kreuzen und Sperren
- situative Manndeckung
- Zielspiel 3:3 oder 1:5

Persönlichkeit

- positives, realistisches Selbstbild
- Ausbildung des „Wir-Gefühls“

Quellen

- D. Späte; Entscheidungstraining
- ht 8/2005; schnelle Mitte
- H. Zelewski; Gegenstoßtraining
- ht 12/2000; Office is different
- DHB Handballbuch 2
- ht spezial; 9+10 2002; Parteiballvarianten
- P. Schreiner; Effektiver Einsatz der Koordinationsleiter im Fußball



8.5 Inhalte B – Jugend

Allgemeine Leitlinien		
<ul style="list-style-type: none"> - Weiterentwicklung der Spielfähig - Förderung der Kreativität - beginnende Positionsspezialisierung ohne einseitige Orientierung - Gruppentaktik: Positionsspiel; Parallelstoßaktionen einführen; Give & Go - Grundformen der Gruppentaktik weiterentwickeln - Individualtaktik unter positionsspezifische Gesichtspunkten verstärken 		
Koordination und Kondition		
Koordination	Kondition	Kräftigung
<ul style="list-style-type: none"> - spezielles Schnellkraft-training durch Sprung- und Wurfübungen 	<ul style="list-style-type: none"> - Grundlagenausdauer entwickeln 	<ul style="list-style-type: none"> - allgemeines Muskelaufbautraining
Grundübungen und Spielformen		
Balltechnik	Wurftechnik	Täuschungen
<ul style="list-style-type: none"> - Pässe mit rechts und links - bewegliches Handgelenk - variables Kreisenspiel 	<ul style="list-style-type: none"> - verschiedene Wurftechniken verfeinern 	<ul style="list-style-type: none"> - einfache Lauf- bzw. Körpertäuschungen
1:1 mit Ball	Abwehr	Angriff
<ul style="list-style-type: none"> - Entscheidungstraining mit Ballbesitz 	<ul style="list-style-type: none"> - Einführung 3 : 2 : 1 Abwehr - Beibehaltung des Systems bei Übergängen - Blocktechnik - Gruppentaktische Abweherschulung 	<ul style="list-style-type: none"> - Weiterentwicklung des Positionswechselspiels - Einführung verschiedener taktischer Auslöshandlungen - Gegenstoß mit 1. und 2. Welle - variable Gruppentaktik (2:2 oder 3:3 mit Kreis) auf verschiedenen Positionen
Torwarttraining		
<ul style="list-style-type: none"> - Grundtechniken erweitern und verfeinern - Stellungsspiel trainieren 		
Grund- und Zielspiel		
<ul style="list-style-type: none"> - Gruppentaktik: Parallelstoßaktionen; Rückstoß; Kreuzen und Sperren in der 2er Gruppe auf allen Positionen; Übergeben – Übernehmen beim Kreuzen und Sperren - Gruppentaktische Abweherschulung 		



Persönlichkeit

- Fähigkeit zur Selbstorganisation
- „Teamgeist“ entwickeln

Quellen

- D. Späte; Entscheidungstraining
- ht 8/2005; schnelle Mitte
- H. Zelewski; Gegenstoßtraining
- ht spezial; 9+10 2002; Parteiballvarianten
- DHB Handballbuch 3
- Handball training spezial; 3:2:1 – Abwehr mit Libero
- P. Schreiner; Effektiver Einsatz der Koordinationsleiter im Fußball
- Kartothek Torwarttraining



8.6 Inhalte A – Jugend

Allgemeine Leitlinien
<ul style="list-style-type: none"> - größere Präzision und höheres Spieltempo - Grundformen der Gruppentaktik weiterentwickeln - Positionsschulung auf taktisch anderen Positionen

Koordination und Kondition		
Koordination	Kondition	Kräftigung
<ul style="list-style-type: none"> - wettkampfspezifisches Schnellkrafttraining - azyklisches Spielschnelligkeit 	<ul style="list-style-type: none"> - konditionelle Zusatzbelastungen einführen - wettkampfspezifische Spieldauer ausbilden 	<ul style="list-style-type: none"> - allgemeines Muskelaufbautraining

Grundübungen und Spielformen		
Balltechnik	Wurftechnik	Täuschungen
<ul style="list-style-type: none"> - Pässe mit rechts und links - bewegliches Handgelenk - variables Kreisenspiel 	<ul style="list-style-type: none"> - verschiedene Wurftechniken verfeinern 	<ul style="list-style-type: none"> - einfache Lauf- bzw. Körpertäuschungen
1:1 mit Ball	Abwehr	Angriff
<ul style="list-style-type: none"> - Entscheidungstraining mit Ballbesitz 	<ul style="list-style-type: none"> - 3 : 2 : 1 System verfeinern - Einführung der 6:0 Abwehrsystems - Gruppentaktische Abwehrschulung - sit - uationsgerecht variieren (defensiv, offensiv, antizipativ) - individuelle Abwehrschulung - blocken 	<ul style="list-style-type: none"> - Verkürzung der Aufbauphase (Spieltempo variieren) - Repertoire verschiedener taktischer Auslöse-Handlungen erweitern - Weiterspielen aus der 2. Welle - gezieltes Weiterspielen nach verschiedenen taktischen Auslösehandlungen

Torwarttraining
<ul style="list-style-type: none"> - Zusammenarbeit Torwart mit Abwehr - Stellungsspiel trainieren

Grund- und Zielspiel
<ul style="list-style-type: none"> - Gruppentaktik: Parallelstoßaktionen; Rückstoß; Kreuzen und Sperren in der 2er Gruppe auf allen Positionen; Übergeben – Übernehmen beim Kreuzen und Sperren - Gruppentaktische Angriffs- und Abwehrschulung - Spielen in Standardsituationen



Persönlichkeit

- Fähigkeit zur Selbstorganisation
- „Teamgeist“ entwickeln
- Ausbildung von Selbstvertrauen
- Ziel: „mündiger Spieler“

Quellen

- D. Späte; Entscheidungstraining
- ht 8/2005; schnelle Mitte
- H. Zelewski; Gegenstoßtraining
- ht 9+10+11+12/2002; Parteiballspiele
- DHB Band 3
- Kartothek Torwarttraining



Anhang

DHB Rahmentrainingskonzept

DHB Folder