



# Jugendkonzept der GfL Hannover



## Einleitung

Das Jugendkonzept der GfL Hannover soll als Leitfaden der Jugendarbeit für Trainer, Eltern und Spieler dienen, um einen tieferen Einblick in die Jugendarbeit unseres Vereins zu erhalten. Im Vordergrund dieser Arbeit stehen sowohl die Jugendlichen selbst, als auch ihre Aus- und Weiterbildung in der Sportart Volleyball durch qualitativ hochwertiges und altersgerechtes Training. Dabei versuchen wir sowohl in der Breite den Spaß an Volleyball zu vermitteln, als auch den Leistungsgedanken in der Spitze zu fördern und Spieler\_innen in unsere ersten Mannschaften und eventuell höher zu bringen.

Die Jugend der GfL Hannover umfasst dabei Mädchen und Jungen vom Grundschul- (U12) bis hin zum Erwachsenenalter (U20). Voraussetzung zur Aufnahme eines jeden Kindes sind die Bereitschaft zur regelmäßigen Trainingsteilnahme und zur Einordnung in das Mannschaftsgefüge.

Langfristig sollen die Ligamannschaften der GfL ihre Kader überwiegend mit eigenen Nachwuchsspielern erweitern können. Dies bedeutet dementsprechend, dass unsere Jugendarbeit nicht mit dem Erreichen des 20. Lebensjahres aufhört, sondern, dass sich der Verein als Ganzes darum bemüht, seinen Eigengewächsen eine Möglichkeit zu bieten die Sportart Volleyball weiter zu betreiben.

## Trainingsgruppen und Trainingszeiten

Die Trainingsgruppen sollen zumeist jeweils zwei Jahrgänge umfassen, wobei es abhängig von der Jahrgangsstärke einen fließenden Übergang zwischen der U14, U15 und U16 gibt. Die Gruppenstärke soll dabei das Zweifache einer vollen Mannschaft nicht übersteigen. Ausnahmen können allerdings für sehr talentierte Spieler gemacht werden.

Zur Festigung der erlernten Techniken ist mindestens ein zweimaliges Training pro Woche Voraussetzung. Ferner soll es für besonders talentierte Jugendliche die Möglichkeit geben 1x in der Woche am Training einer älteren/leistungsstärkeren Mannschaft teilzunehmen. Hinzu sollen zu besonderen Anlässen (Saisonbeginn, Meisterschaften etc.) zusätzliche Trainingseinheiten an Wochenenden kommen.

In den Sommermonaten sollte 1x in der Woche (entweder zusätzlich oder anstelle des Hallentrainings) auf den vereinseigenen Beachfeldern trainiert werden.

## Trainingsinhalte

Im Mittelpunkt der volleyballerischen Ausbildung sollte neben dem Spaß natürlich auch immer die spielnahe und systematische Schulung der Grundtechniken und -taktiken stehen. Die Trainingsinhalte richten sich natürlich immer nach den individuellen motorischen und kognitiven Möglichkeiten der einzelnen Spieler sowie dem Bedarf der Mannschaft und lassen sich schwer vorschreiben.

Die nachfolgenden Auflistungen und Inhalte sind deshalb eher als Anregung und Orientierungspunkte für Trainer und Eltern zu verstehen.

- U12-Jugend (Punktspiele 3:3): Im Mittelpunkt des Trainings stehen neben dem Erlernen der 3 Grundtechniken (Pritschen, Baggern, Aufschlag) zahlreiche Übungen zur Schulung des Ballgefühls und der Koordination sowie Lauf-, Wurf- und Fangspiele. Die Trainingsinhalte sollen dem Bewegungsdrang und der häufig anzutreffenden Verspieltheit dieser Altersgruppe Rechnung tragen.

- U13-Jugend (Punktspiele 3:3): Hier ist der Anfang einer sportartspezifischen koordinativen Ausbildung sehr wichtig (Hand-Auge-Fuß-Ball). Hinzu kommen weitere Volleyballtechniken, wie Aufschlag von oben, Zuspiel über Kopf und eine grundlegende Taktikschulung in Annahme und Abwehr.

- U14/U15-Jugend (Punktspiele 4:4): In diesem Alter wird mit speziellem Krafttraining begonnen, wodurch u.a. eine grundlegende Körperspannung gefördert werden soll. Als Volleyballelemente kommen Angriff, Sprungaufschlag und Block hinzu, da die Kinder dieses Alters über die dafür nötige Kraft verfügen.

- U16-Jugend (Punktspiele 6:6): Da die Jugendlichen aufgrund ihrer kognitiven Fähigkeiten in der Lage sind, mannschaftstaktische Überlegungen umzusetzen, wie z.B. ein Läufer-System, bilden komplexe Taktikübungen einen Schwerpunkt des Trainings. Außerdem sollen sie neue Techniken, darunter Kurzpass und Doppelblock, erlernen. Auch wird hier der Grundstein für eine Spezialisierung (Zuspieler, Mittelblocker, Libero, etc.) der Spieler gelegt.

- U18-Jugend (Punktspiele 6:6): In diesem Alter erfolgt wird positionsspezifisch trainiert um die Fähigkeiten auf den einzelnen Positionen zu erweitern. Hinzu kommt, dass die Jugendlichen als U18 Mannschaft ihre Punktspiele möglichst im Erwachsenenbereich spielen sollen. Damit werden sie auch im Spielbetrieb auf einem höheren sowohl spielerischen als auch taktischen Niveau gefordert, was einer Entsprechung im Trainingsbetrieb bedarf.

- U20-Jugend: Da alle Jugendlichen in diesem Alter je nach Leistungsstand in den unterschiedlichen Ligamannschaften spielen, sind keine speziellen Inhalte vorgegeben. Die jeweiligen Trainer haben allerdings die Aufgabe, die Jugendlichen individuell weiter zu fördern und an höhere Aufgaben heranzuführen.

Ziel der Trainingsarbeit von der U12 bis zur U18 sollte es sein, allen Jugendlichen eine volleyballerische Qualität zu vermitteln, die es ihnen beim Übergang in den Erwachsenenbereich ermöglicht, auf Landesliganiveau oder höher spielen zu können. Es wird angestrebt, in der Landesliga sowohl bei den Damen als auch bei den Herren eine Mannschaft zu haben, die (fast) ausschließlich aus Jugendspielern besteht (unter 20), um die Jugendlichen an höhere Anforderungen heranzuführen.

## **Trainer**

Gute Jugendarbeit setzt qualifizierte Trainer voraus. Deshalb werden in der GfL alle Jugendtrainingsgruppen von lizenzierten Trainern oder von qualifizierten Ligaspielern geleitet. Um den Leistungsunterschieden der Kinder und Jugendlichen gerecht werden zu können, sollte bei jeder Trainingseinheit dem leitenden Trainer ein (jugendlicher) Co-Trainer zur Seite stehen. So ist es möglich, den Trainingsplan zu differenzieren, Neueinsteiger schneller zu integrieren und talentierte Spieler individuell zu fördern.

Es ist anzustreben, dass möglichst viele Jugendtrainer aus dem eigenen Nachwuchs rekrutiert werden, auch wegen der speziellen Bindung an den Verein. Deshalb unterstützt die GfL finanziell die Ausbildung zum Co-Trainer (ab 14 Jahre) und zum Fachtrainer (ab 18 Jahre) sowie die regelmäßige Teilnahme an Trainerfortbildungsmaßnahmen für alle Jugendtrainer.

## **Spielbetrieb**

Für alle Kinder und Jugendlichen ist es im Sport wichtig, sich gegen andere zu messen und das im Training erlernte umzusetzen. Bei Mannschaftssportarten kommt die wichtige Erfahrung für die Jugendlichen hinzu, dass über Sieg und Niederlage weniger die Leistung des Einzelnen sondern vielmehr die Leistung der Mannschaft entscheidet. Der Trainer erkennt, wer ein 'Mannschaftsplayer' ist und wer nicht und kann darauf reagieren. Hinzu kommt, dass Spiele gegen andere Mannschaften einen zusätzlichen Trainingseffekt haben: Die Jugendlichen, insbesondere die 'Kleinen', gehen wesentlich konzentrierter zur Sache und sind eher bereit ihr spielerisches Potenzial voll auszuschöpfen.

Gleichzeitig werden ihnen aber auch Grenzen und Defizite aufgezeigt und sie lernen, mit Niederlagen umzugehen. Dies sollte von den Trainern in den folgenden Trainingseinheiten motivierend umgesetzt werden.

Deshalb sollen alle Kinder und Jugendliche aus den Trainingsgruppen von der U12- bis zur U16 -Jugend an den Punktspielen der Jugendrunde der NWVV-Region Hannover teilnehmen (in der Regel sind dies 6 Spieltage in der Zeit von September bis April). Die U18-Jugendlichen sollen als eigene Mannschaft in der untersten Männer-/ Damenstaffel starten. Ab der A-Jugend - bei besonderen Talenten gegebenenfalls schon früher - sollen die Jugendlichen auf die einzelnen Ligamannschaften der GfL aufgeteilt werden.

Bisher haben sich fast immer Mannschaften der GfL über die Regionsmeisterschaften für die Meisterschaften auf Bezirksebene qualifiziert und auch dort gute Ergebnisse eingefahren. Die Jugendarbeit GfL Hannover hat sich allerdings mittelfristig zum Ziel gesetzt, dass sich nicht nur mindestens 4-6 Mannschaften für die Landesmeisterschaften qualifizieren, sondern auch, dass 1-2 dieser Mannschaften die ersten drei Plätze belegen und sich so für die deutschen Meisterschaften qualifizieren.

## **Elternanbindung**

In einem kleinen Spartenverein wie der GfL Hannover ist Jugendarbeit ohne Einbindung der Eltern kaum möglich. Zu unserem Gemeinschaftsverständnis gehört deshalb auch, dass sich außer den Jugendlichen und ihren Trainern und Betreuern auch die Familien mit Interesse und Tatkraft beteiligen.

Vor allem bei den jüngeren Jahrgängen sind die Eltern immer wieder als Fahrer, Mitbetreuer, Trikotwäscher, Jubler, Tröster und mit Vielem mehr gern gesehen und gefordert. Besonders erwarten wir von den Eltern, dass sie eine regelmäßige Trainingsteilnahme ihrer Kinder ermöglichen, eventuell auch mal motivierend eingreifen, und ihren Familienterminplan, soweit es sich ermöglichen lässt, nach dem Spielbetrieb ihrer Kinder ausrichten.

Im Gegenzug verpflichten wir uns, Termine frühzeitig schriftlich bekannt zu geben und als Trainer und Jugendwart bei Fragen und Problemen zur Verfügung zu stehen. Zusätzlich sollten pro Jahr ein bis zwei Elternabende stattfinden, bei denen über den Leistungsstand der Kinder informiert, über Erfolge und Probleme der Trainingsarbeit berichtet wird und geplante Änderungen in Gruppenzusammensetzungen und Trainingszeiten bekannt gegeben werden.

## **Schluss**

In unserem Verständnis geht Jugendarbeit über Training und Spielbetrieb hinaus. Sport, insbesondere Mannschaftssport, ist dazu geeignet soziale Kompetenz zu erwerben, Gemeinschaftsgefühl zu entwickeln und langfristige Freundschaften auf Basis gemeinsamer Interessen zu finden. Dies soll durch gemeinsame Aktivitäten außerhalb des eigentlichen Trainings- und Spielbetriebs unterstützt werden. Hierzu zählen, neben der Teilnahme an Jugendturnieren im Sommerhalbjahr, gemeinsame Ausflüge (z.B. Fahrradtouren), der Besuch von Freizeitanlagen oder die gemeinsame Beobachtung von Punktspielen der Spitzenmannschaften der GfL.