



**FC Carl Zeiss Jena**  
Im Paradies zu Hause

***Ausbildungsziele und  
Spielphilosophie im  
Nachwuchsleistungszentrum des  
FC Carl Zeiss Jena***



# 0. Grundgedanken unserer Ausbildung

Ziel unserer gemeinsamen Arbeit ist es, regelmäßig Talente in den Seniorenbereich zu „entlassen“, die in der Lage sind, sich im professionellen Fußball durchzusetzen, Primärziel ist dabei die Anbindung vieler Talente an unsere 1. Mannschaft, mindestens aber an unsere U23. Priorität besitzt dabei die optimale und individuell ausgerichtete Förderung unserer Nachwuchsspieler (Spezialsport). Neben einem gezielten Trainings- und Wettkampfbetrieb erhält die Förderung des Persönlichkeitsbildes unserer Sportler und die Einbeziehung bzw. der Umgang mit den Eltern einen immer höheren Stellenwert.

*Folgende Schwerpunkte stehen dabei im Vordergrund:*

- eine umfassende individuelle sportliche Ausbildung unserer Spieler (Stärken ausbauen, Schwächen minimieren)
- ständige Kontrolle der sportlichen Leistungsziele
- hoher Einfluss auf die pädagogische Erziehung unserer Spieler
- Erfolge auf Mannschaftsebene (Landesmeister Halle/ Feld, Turniererfolge, JfO)
- offener, kritikfähiger Dialog und Umgang innerhalb des Trainerkollegiums sowie zwischen Trainern und Nachwuchsleitung
- offener und trotzdem distanzierter Umgang mit den Eltern



# 1. Ausbildungsziele

- leistungsorientierte Einstellung
- Teamgeist und Vereinsidentifikation („Wir-Gefühl“)
- positive Ausstrahlung (Körpersprache)
- optimale sportliche, schulische und berufliche Ausbildung entsprechend der individuellen Voraussetzungen der Spieler
- spezielle technisch-taktische sowie optimale athletische Ausbildung
- theoretisch-taktische Ausbildung
- Persönlichkeitsentwicklung
- Begleitung entwicklungspsychologischen Aufgaben
- Entwicklung eines absoluten Siegeswillens im Trainings- und Wettkampfbetrieb
- Vermittlung von Werten wie Fair Play, Toleranz und Respekt



## 2. Spielphilosophie

- Angriffsorientierte Spielweise mit variablem Spiel über die Außenpositionen und durch das Zentrum aus einer organisierten Abwehr
- sicheres Kombinationsspiel gepaart mit individuellen Angriffsaktionen
- individuelle Stärken optimal in den mannschaftlichen Verbund einbringen
- richtige Balance zwischen Offensive und Defensive
- offensives, ballorientiertes Abwehrverhalten, d.h. aktive Balleroberung
- mitspielender Torwart
- kreatives Lösen von Spielsituationen
- agieren statt reagieren
- Antizipieren und Vorausahnen von Spielsituationen
- Vororientierung (vor der Ballannahme bereits Lösungswege parat haben)
- mit Spaß und Freude Fußball spielen



## 2. Spielphilosophie

### G bis E-Junioren (U6-U11)

- offensive Grundausrichtung (Dominanz des Angriffsspiels)
- Förderung von 1:1-Situationen in Offensive und Defensive (individuelle Aktionen stehen im Vordergrund)
- hoher Freiheitsgrad im Spiel (Kreativität zulassen und fördern!)
- einfache Hauptaufgaben auf den jeweiligen Positionen
- Grundgedanke vermitteln: Tore erzielen und Tore verhindern
- Anbieten und Freilaufen
- einfache Formen des Zusammenspiels



## 2. Spielphilosophie

### D-Junioren (U12/U13)

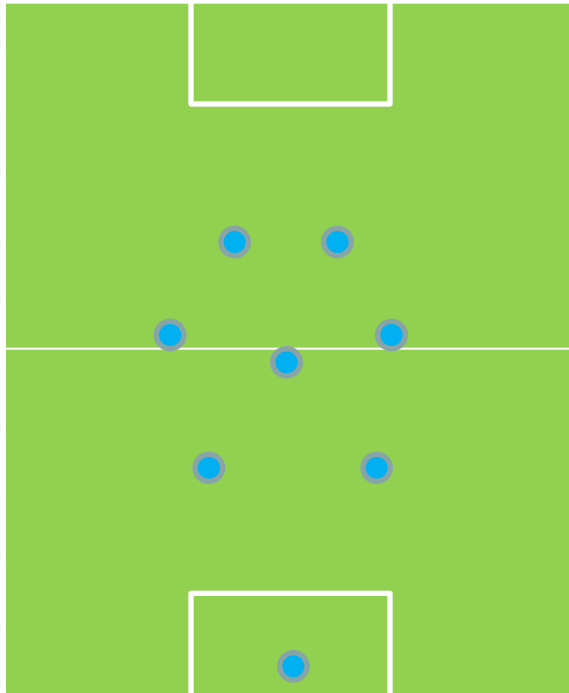
- weitere Dominanz des Angriffsspiels
- hoher Freiheitsgrad im Spiel
- weitere Betonung individueller Aktionen (1:1) sowie erste Ausprägung kollektiver Spielansätze (Verbesserung des Zusammenspiels, Dreiecksspiel, Ausnutzen der gesamten Spielfeldbreite und –tiefe, Direktspiel, Doppelpass)
- offene Stellung und Vororientierung
- erste Ausprägung des individuellen Umkehrspiels
- erste Ausprägung individueller Abwehrprinzipien
- vielfältiger positioneller Einsatz, viele Ballkontakte ermöglichen
- Spielsysteme: 1-2-3-2; 1-3-1-3, 1-3-2-2



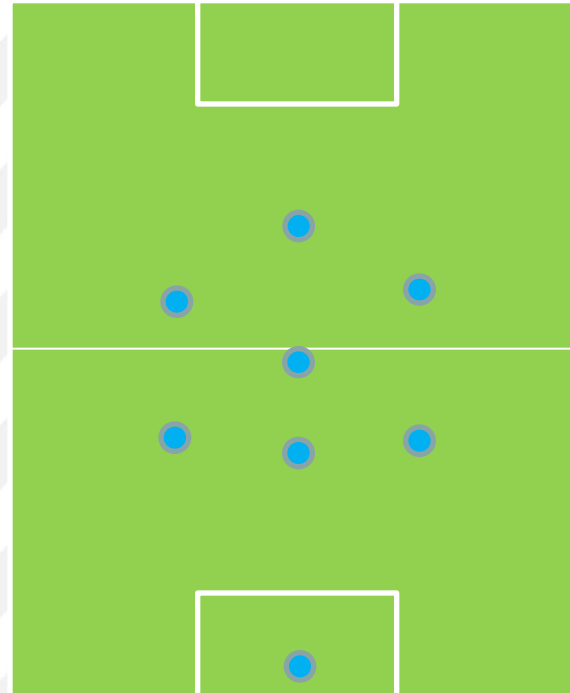
## 2. Spielphilosophie

### D-Junioren (U12/U13)

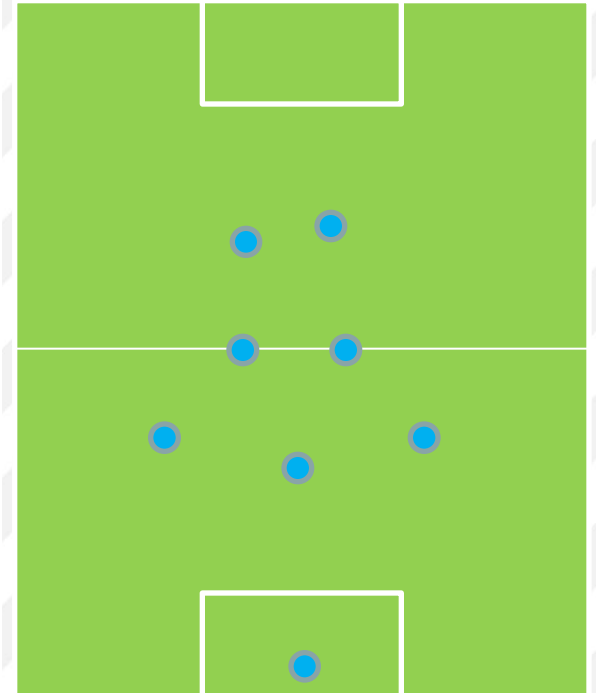
1-2-3-2



1-3-1-3



1-3-2-2





## 2. Spielphilosophie

### C-Junioren (U14/U15)

- Anpassung an Großfeldbedingungen
- Standardisierte taktische Verhaltensweisen altersspezifisch trainieren und automatisieren
- ständiger Trainingsschwerpunkt: Lösen von 1:1-Situationen in Offensive und Defensive
- positionsspezifisches Fußballtraining
- gruppentaktische Verhaltensweisen in einzelnen Spielfeldzonen (Anbieten, Freilaufen, aktiv gegen den Ball arbeiten) erlernen
- Festigung des individuellen Umkehrverhaltens
- Ausprägung der individuellen Spielsicherheit und Spielübersicht
- Schaffen von Überzahlsituationen, Spieleröffnung über Abwehr- und Mittelfeldspieler, Dreiecksspiel, Flügelspiel, Spielverlagerung
- mitspielender Torwart
- offene Stellung und Vororientierung
- Festigung individuelles Abwehrprinzipien und Entwicklung des gruppentaktischen Abwehrverhaltens (Raumdeckung; ballorientiertes, kompaktes Verschieben; Abwehrdreieck, Doppeln, enges Decken in Tornähe etc.)
- Standardsituationen (Einwürf-, Eckstoß- und Freistoßvarianten)
- Schnelligkeit mit und ohne Ball (Handlungsschnelligkeit)
- Spielsysteme: 1-3-4-3; 1-4-3-3; 4-4-2 (kein starres System)

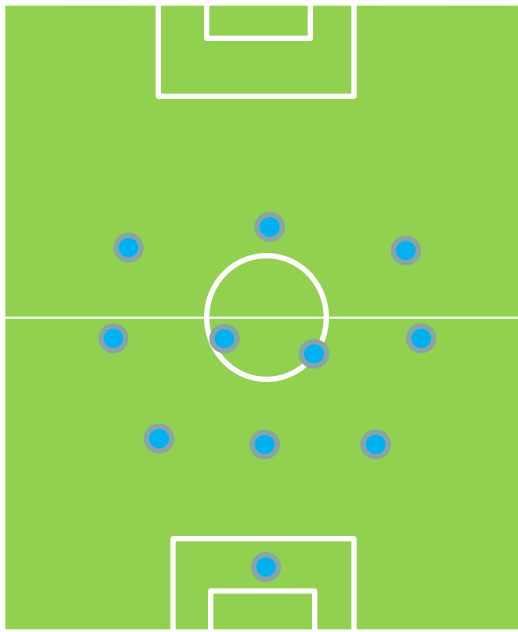




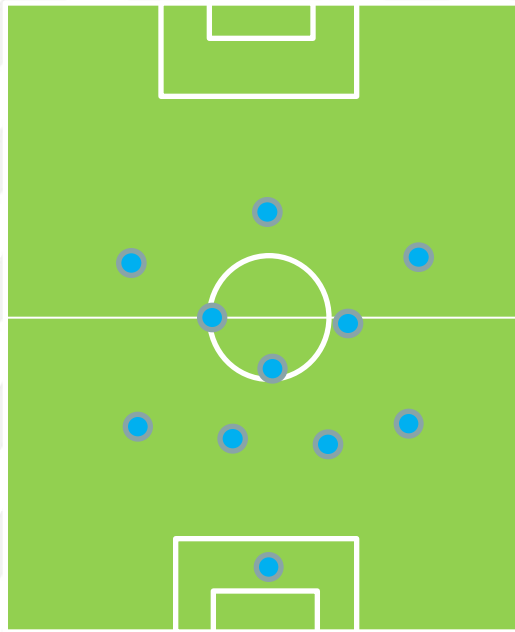
## 2. Spielphilosophie

### C-Junioren (U14/U15)

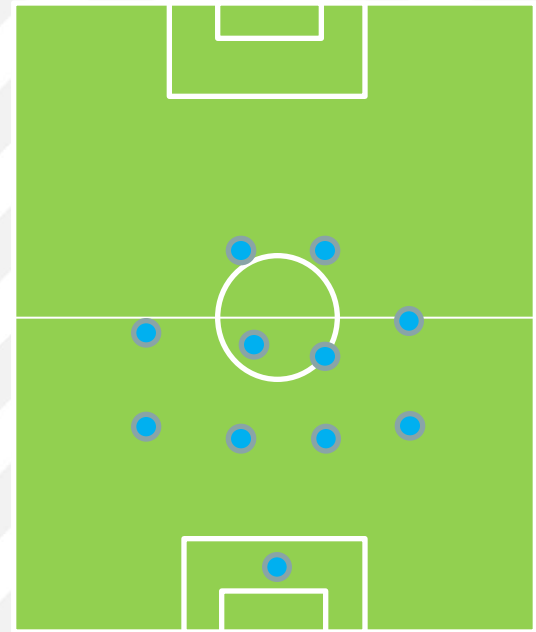
1-3-4-3



1-4-3-3



1-4-4-2





## 2. Spielphilosophie

### B-Junioren (U17)

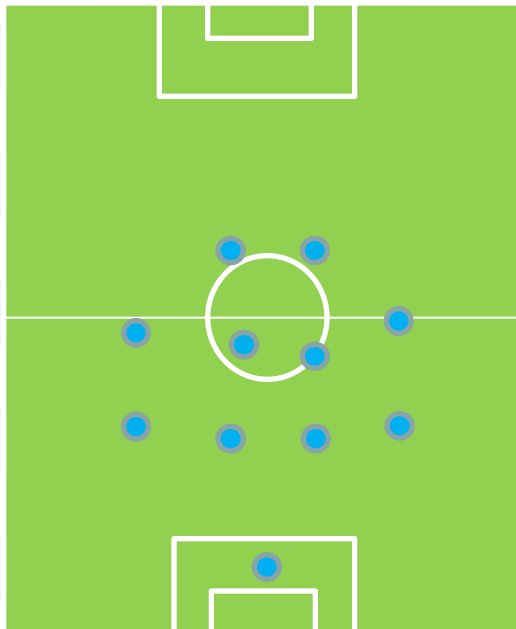
- angriffsbetonte Spielgestaltung auf der Basis einer variablen Grundformation (kein starres System)
- siegorientierte Spielweise, ohne die Sicherung des eigenen Tores zu vernachlässigen (Balance zwischen Offensive und Defensive)
- Einbeziehung aller Spieler in Angriffs- und Abwehraufgaben
- aggressives, aber faires Zweikampfverhalten
- positionsspezifisches Fußballtraining
- Verbesserung des Kombinationsspiels mit Tempo- und Rhythmuswechsel (Überzahlsituationen schaffen, Spiel mit und ohne Ball; Anbieten, Freilaufen, Überlaufen etc.)
- Fördern von 1:1-Situationen in der Offensive, offene Stellung, Vororientierung
- konstruktiver, sicherer Spielaufbau über die Abwehr- und Mittelfeldspieler
- variables Angriffsspiel über die Flügel (Spiel in die Tiefe, Doppelpass, Hinterlaufen, Spiel über den Dritten, Spielverlagerung etc.)
- variables Herausspielen und Verwerten von Torchancen
- Festigung des gruppentaktischen Abwehrverhaltens und Erlernen mannschaftstaktischer Abwehrstrategien
- Pressing, ballorientiertes Verschieben, Agieren im Block, offensives Verteidigen
- Kombination Mann- und Raumdeckung, Festlegung von Spielfeldzonen (Räumen) → Übergeben/ Übernehmen auf Positionen
- Varianten bei Einwürfen, Eckstößen, Freistößen in Angriff und Abwehr
- Spielsysteme: 1-4-4-2; 1-4-3-3; 1-4-2-3-1



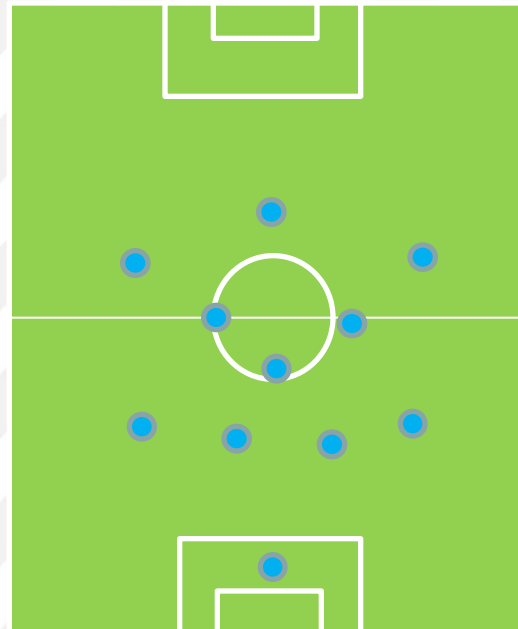
## 2. Spielphilosophie

B-Junioren (U17)

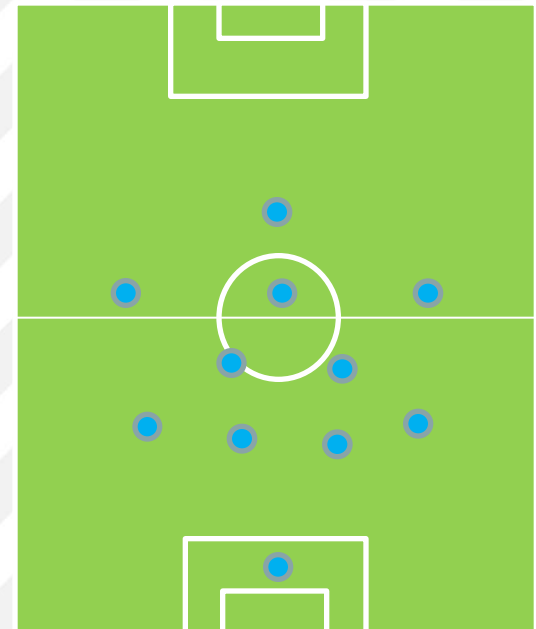
1-4-4-2



1-4-3-3



1-4-2-3-1





## 2. Spielphilosophie

### A-Junioren (U19)

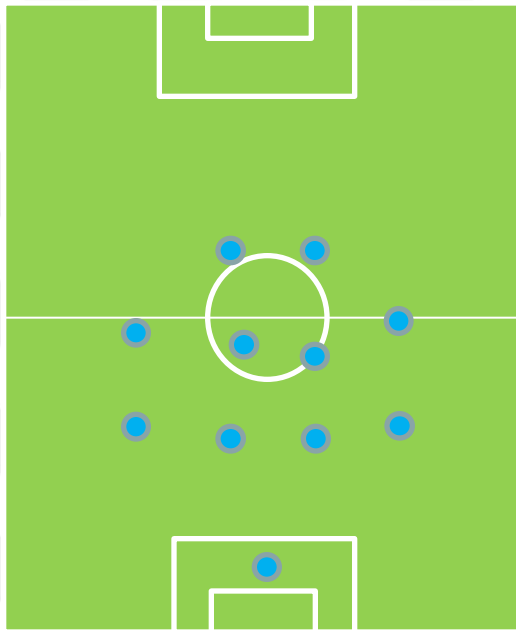
- Stabilisierung der angriffsorientierten Spielweise mit einer variablen Spielanlage
- variable Grundformation mit hoher taktischer Disziplin in der Defensive und ausgeprägter Variabilität in der Offensive
- schnelles Umschaltspiel von Offensive auf Defensive und umgekehrt
- situationsgemäßes Entscheiden für den sicheren Kombinations- oder schnellen Konterangriff
- Ausgeprägtes Spiel ohne Ball als Grundlage für ein sicheres Kombinationsspiel
- verschiedene Strategien im Spielaufbau (gegen 1, 2 oder 3 gegnerische Angreifer)
- variables und zielstrebiges Spiel über die Flügel (Tempo und Dynamik)
- Entwicklung direkter Torgefahr aus Mittelfeld und Angriff
- Ausgeprägte Kommunikation als Grundlage für erfolgreiches mannschaftstaktisches Verhalten
- aggressive, aber regelgerechte Zweikampfführung
- unterschiedliche mannschaftstaktische Abwehrstrategien gegen unterschiedliche Systeme (Mittelfeld- und Angriffspressing, nach innen oder außen lenken)
- Kompaktes Verschieben in Breite und Tiefe (Verteidigen auf verschiedenen Höhen, Agieren als Block, Bildung von Kampfzonen, Doppeln)
- Standardsituationen: Herausbildung von Spezialisten
- Spielsysteme: 1-4-4-2; 1-4-2-3-1; 1-4-3-3



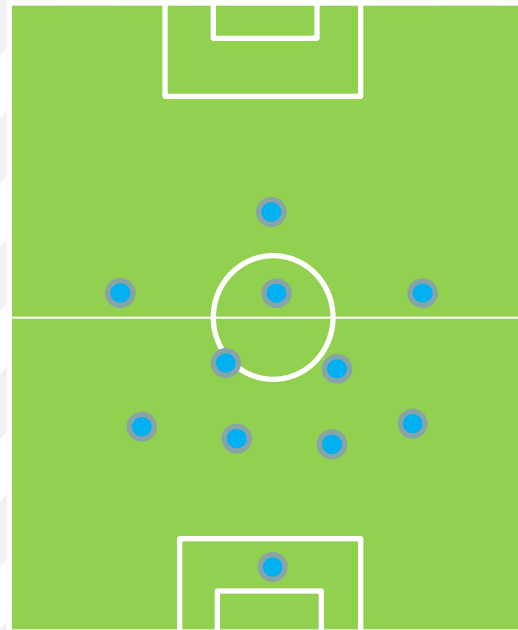
## 2. Spielphilosophie

A-Junioren (U19)

1-4-4-2



1-4-2-3-1



1-4-3-3

