

Beispiele für schlechtes Training

Nachfolgend möchte ich die aus zahlreichen Beobachtungen von Trainingseinheiten anderer Trainer herrührenden Fehler bei der Gestaltung einer Übungsstunde aufzeigen. Sicherlich ist kein Trainer dieser Welt vollkommen, doch kann man zahlreiche Folgen von vornherein ausschließen, wenn man die nachfolgenden Fehler eben nicht macht. Sollte sich der Betrachter hier wiedererkennen, so ist dringend Handlungsbedarf geboten!

Die Seite ist als Ratgeber zu sehen, wie man jedem Spieler die letzte noch vorhandene Freude am Training / Spiel raubt. **Bitte nicht nachmachen!!!**

Achtung! Satire!

- So früh wie möglich mit Konditionstraining beginnen. Hierfür eignet sich bestens das F-Jugend-Alter, damit bereits hier die Grundlagen für später gelegt werden. Das Training mit dem Ball sollte insbesondere bei kleineren Kindern reine Nebensache sein!
- Beim Warmschießen des Torwarts vor dem Training oder Spiel sollte man sich möglichst weit vom Tor entfernt aufstellen, damit man demonstrieren kann, wie stark die eigenen Schüsse selbst noch aus größerer Distanz sind. Möglichst viele Ballkontakte für den Torwart sind nicht erforderlich.
- Bereits vor der C-Jugend sollte man das Aufwärmen ausschließlich ohne Ball durchführen. Nur so können die Spieler ihren Vorbildern aus der Bundesliga vollends nacheifern.
- Kinder wissen immer, wie sie Fehler beheben können.

Daher reichen Anweisungen in der Form ‚Der nächste Ball muß aber drin sein‘ vollkommen aus. Fehlerkorrekturen bleiben den Spielern selber vorbehalten.

- Übungen im Training sollen immer so konzipiert sein, daß möglichst viele Spieler stehen. Wer sich nicht bewegt, kann sich immerhin auch nicht verletzen! Bei Torschußübungen z. B. reicht es aus, wenn ein Spieler alle fünf Minuten einen Schuß abgibt. Insbesondere sollten die Spieler je kälter es draußen ist, sich desto weniger bewegen.
- Taktische Erklärungen an der Tafel sollte man schon bei den Bambinis einführen. Die Spieler wollen nicht nur Fußball spielen, sondern sich auch bei anderen Dingen weiterentwickeln. Die Aufmerksamkeit der Spieler ist umso größer, je jünger sie sind.
- Die vorgegebene Disziplin braucht man als Trainer nicht zu befolgen. So kann man selbstverständlich zu einem Treffpunkt jedes Mal später erscheinen. Natürlich sollte man als Raucher am Spielfeldrand (oder besser noch: während des Trainings) nicht auf seine Glimmstengel verzichten.
- Die Spieler reagieren am besten auf Sprache, die sie bereits von der Straße her kennen. Dafür bietet sich die gesamte Palette deutschsprachiger Ausdrücke an. Daher sollte man im Training auf eine häufige Verwendung dieser Begriffe Wert legen.
- Um sich im Spiel in den Zweikämpfen durchsetzen zu können, benötigen die Spieler eine gewisse Aggressivität. Daher sollte man bei Streitereien auf gar keinen Fall einschreiten. Am besten versucht man die Spieler zu einem kleinen Handgemenge zu bewegen!
- Da die Spieler immer die größte emotionale Bindung zu den eigenen Eltern haben, sollten diese im Spiel auch permanent die Anweisungen erteilen. Hier sollte man sich als Trainer bewußt zurückhalten!
- Bewußt sollte man am Spieltag die Kinder einsetzen, deren Eltern dem Trainer am nettesten erscheinen, weil

von diesen Eltern die wenigsten Probleme zu erwarten sind.

- Sehr gut kommt es bei der Mannschaft an, wenn der Sohn des Trainers in der Mannschaft spielt und an jedem Spieltag eingesetzt wird. Dabei ist es vollkommen egal, ob er in der Lage ist, die gleichen Leistungen zu zeigen.