

## DAS JUGENDTRAINER-SEMINAR „Kinder- und Jugendfußball“

### Grundlegendes aus medizinischer und sportwissenschaftlicher Sicht

In den letzten Jahren haben Fußballvereine im Kinder- und Jugendbereich hohe Mitgliederrückgänge zu verzeichnen. Gründe hierfür sind neben den allgemeinen Entwicklungen (passive Spielwelt, Fernsehen, Geburtenrückgang, steigende Zahl schulischer und außerschulischer Verpflichtungen, zunehmendes Interesse für andere Sportarten etc.) auch die teilweise mangelhafte Organisation in den Vereinen. So herrscht zum Beispiel ein Mangel an qualifizierten Trainern und Betreuern, die Trainingsinhalte sind wenig kind- und jugendgemäß, das Training oft monoton und phantasielos.



**Das Kinder- und Jugendtraining ist nicht ein in Umfang und Intensität reduziertes Erwachsenentraining! Kinder sind nicht kleine Erwachsene!**

Das Training sollte an die körperliche und geistige Entwicklung der verschiedenen Altersstufen angepasst sein, Fähigkeiten fördern sowie die Reifungs- und Wachstumsprozesse unterstützen. Dabei soll es immer Spaß bringen und motivieren. Hierzu sind grundlegende Kenntnisse über Besonderheiten der Entwicklung und der Leistungsfähigkeit absolut notwendig!

---

**Das Jugendtrainer-Seminar "Kinder- und Jugendfußball" richtet sich an die im Jugendbereich tätigen Trainer, Übungsleiter und Betreuer der Mannschaften in den jeweiligen Vereinen. Den Teilnehmern soll ein Basiswissen über die Besonderheiten der Entwicklung und der sowohl körperlichen als auch geistigen Leistungsfähigkeit von Kinder und Jugendlichen vermittelt werden, woraus auch Konsequenzen für die Trainingspraxis gezogen werden sollen. Zusätzlich werden wichtige und charakteristische Aspekte aus medizinischer und sportwissenschaftlicher Sicht erläutert.**

- 
- Inhalte:**
- Grundlegende Kenntnisse über Besonderheiten der Entwicklung und der sowohl körperlichen als auch geistigen Leistungsfähigkeit
  - Konsequenzen für die Trainingspraxis, was sollte am besten wann trainiert werden
  - wichtige Aspekte aus medizinischer und sportwissenschaftlicher Sicht
  - Wissenswertes aus der Trainingslehre
  - Besonderheiten kindlicher Verletzungen
  - wesentliche Präventionsmaßnahmen

**Ort:** Vor Ort im Verein **Dauer:** ca. 2-3 Stunden



➔ Anmeldung unter: [mail@dr-geronikolakis.de](mailto:mail@dr-geronikolakis.de)

---

**DR. MED. SIMEON GERONIKOLAKIS**

Facharzt für Orthopädie u. Unfallchirurgie, Sportmedizin, Manuelle Medizin / Chirotherapie  
M-Arzt der VBG, Nationalmannschaftsarzt DFB Junioren