



# Jugendkonzept der SG Handball Paderborn



Stand: 09.03.2025

Erstellt durch: T. Haug





# Inhaltsverzeichnis

## Inhaltsverzeichnis

Abkürzungsverzeichnis .....	4
Hinweis auf geschlechtsneutrale Bezeichnung .....	5
1. Rahmen der Konzeption .....	6
2. Organisation der SG Handball Paderborn.....	7
2.1 Kommunikation .....	7
3. Jugendphilosophie .....	9
4. Grundsätze und Ziele .....	11
5. Trainingsinhalte und Entwicklungsziele.....	12
5.1 Minis .....	12
Trainingsinhalte .....	12
Entwicklungsziele .....	12
5.2 E-Junior.....	13
Trainingsinhalte .....	13
Entwicklungsziele.....	13
5.3 E-Jugend .....	13
Trainingsinhalte .....	13
Entwicklungsziele.....	13
5.4 D-Jugend.....	14
Trainingsinhalte .....	14
Entwicklungsziele.....	14
5.5 C-Jugend .....	14
Trainingsinhalte .....	14





Entwicklungsziele .....	15
5.6 B-Jugend .....	15
Trainingsinhalte .....	15
Entwicklungsziele .....	15
5.7 A-Jugend .....	16
Trainingsinhalte .....	16
Entwicklungsziele .....	16
6. Aufbau, Ablauf und Regeln des Trainings .....	17
7. Ehrenkodex .....	19





## Abkürzungsverzeichnis

SGHP

SG Handball Paderborn





## Hinweis auf geschlechtsneutrale Bezeichnung

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird in dem vorliegenden Konzept die gewohnte männliche Sprachform bei personenbezogenen Substantiven und Pronomen verwendet. Dies impliziert jedoch keine Benachteiligung des weiblichen oder diversen Geschlechts, sondern soll im Sinne der sprachlichen Vereinfachung als geschlechtsneutral zu verstehen sein.





## 1. Rahmen der Konzeption

Das Jugendkonzept der SGHP bezieht sich auf die Handball Spielgemeinschaft der Stammvereine aus Elsen, Paderborn und Sennelager. Das Konzept soll einen Rahmen und eine Vereinsleitlinie für die Jugendarbeit bei der SGHP vorgeben.

Für eine Umsetzung des Konzepts muss den Trainern und Jugendlichen der richtige Rahmen geboten werden. Jede Jugend sollte deshalb eine angemessene Anzahl an Trainingseinheiten und ein an die Fähigkeiten angepasstes Training geboten bekommen.





## 2. Organisation der SG Handball Paderborn

- Stammvereine
  - SG Handball Paderborn
    - Spielgemeinschaftsleiter
      - Vorstand SG Handball Paderborn



Stand 09.03.2025

### 2.1 Kommunikation

Die Kommunikation ist uns in der Handballabteilung ein besonderes Anliegen, da nur dadurch Entscheidungen, welche der Vorstand getroffen hat, diskutiert und nachvollzogen werden können. Nur so kann der Grundsatz der Transparenz auch gelebt werden.

#### Interne Kommunikation

Es werden regelmäßige Trainertreffen organisiert. Die Termine werden langfristig über die Trainer WhatsApp Gruppe kommuniziert und in den Rahmenterminplan aufgenommen. Die Teilnahme von mindestens einem Trainer jeder Mannschaft wird dabei angestrebt, um wichtige organisatorische Gesichtspunkte zu besprechen

Zu Beginn einer jeden Saison sollte im Jugendbereich mindestens ein Elternabend stattfinden.





Der Vorstand der SGHP trifft sich einmal im Monat. Gastanfragen können an den Spielgemeinschaftsleiter gestellt werden.

Anfragen zu den jeweiligen Bereichen werden bei den dafür zuständigen Vorständen gestellt. Der Kontakt ist der Website zu entnehmen.

Spielankündigungen oder andere, für die Mitglieder interessanten Themen, werden in der WhatsApp Gruppe „SG Handball Paderborn“ geteilt.

## Externe Kommunikation

Die offizielle Kommunikation nach außen findet über die festgelegten Medien statt:

**Homepage:** Unsere Homepage ist die zentrale Plattform, zum Beispiel zur Präsentation der Mannschaften, Bekanntgabe von Trainingszeiten und Veröffentlichung von Ergebnissen sowie Spielberichten.

**Instagram:** Die SGHP führt einen Hauptaccount, welcher über die Aktivitäten der einzelnen Mannschaften berichtet (sghandballpaderborn). Die **Seniorenmannschaften** besitzen einen jeweils eigenen Instagram Kanal. Zu finden unter **Nummer.Geschlecht\_sghpaderborn** (bsp. 1.damen\_sghpaderborn). Die Jugendmannschaften führen einen gemeinsamen Instagram Kanal, welcher über alle Jugenden berichtet (jugend\_sghpaderborn).







### 3. Jugendphilosophie

Das Konzept und die Arbeit im Verein halten sich an folgende Leitsätze:

**Gemeinsam sind wir stärker!** Wir arbeiten zusammen und nicht gegeneinander.

**Mit Spaß zum Erfolg!** Der Spaß am Handball steht im Vordergrund und ist die Basis für unseren Erfolg.

**Fairness und Respekt vor jedem!** Gegenüber Schiedsrichter, Gegner, Mitspieler und Trainer.

**Aus der Jugend an die Spitze!** Durch konsequente Jugendarbeit den Verein nachhaltig stärken.

Für die Umsetzung des Konzepts, wird den Trainern der SGHP diese Konzeption und der benötigte Rahmen zur Umsetzung zur Verfügung gestellt. Dies beinhaltet Trainingsmaterial, Jugendkonzept und die Möglichkeit zur Fortbildung intern (Schiedsrichter/Regelkunde) wie extern (Kinderhandball oder C-Lizenz).

Das Ziel der Jugendarbeit bei der SGHP ist es, die gesamtheitliche Entwicklung der Kinder zu fördern und insbesondere die handballerischen Fähigkeiten zu optimieren. Dies bedeutet, dass stärkeren Kindern eine Einheit mit der höheren Jugend und Kindern mit Verbesserungspotential eine Einheit mit dem jüngeren Jahrgang ermöglicht wird.

Des Weiteren steht der Fokus in den Altersklassen Mini, E-Junior, E-Jugend und D-Jugend die gesamtheitliche Entwicklung im Fokus. Das optimale motorische Lernalter ist von 6 bis 10 Jahren. Mit einer Basis, die in diesem Jugendbereich geschaffen wird, fällt es Spielern später einfacher neue Bewegungsabläufe zu erlernen und steigert den Lernprozess in jedem Alter.

Von den Minis bis zur D-Jugend ist wichtig, dass stets der Großteil der Kinder gleichzeitig agieren kann. Deshalb sollte eine Übungsorganisation gewählt werden, die dafür sorgt, dass alle Spieler gleichzeitig oder schnell hintereinander üben können und nicht zu lange auf ihre Aktion warten müssen.

Ab der C-Jugend sollte ein leistungsorientierter Fokus gefordert sein, um die gesamtheitliche Entwicklung und Attraktivität des Handballs in Paderborn zu fördern und jedes Kind an den Seniorenbereich heranzuführen.

Für die einzelnen Jugenden bedeutet dies konkret:

#### Minis

In den Minis sollte eine Trainingseinheit pro Woche angeboten werden. Im Optimalfall sollte für Kinder mit fortgeschrittenen Fähigkeiten eine zweite Einheit mit der E-Junior / E-Jugend zur Verfügung stehen.

#### E-Junior

In der E-Junior sollte eine Trainingseinheit pro Woche angeboten werden. Im Optimalfall sollte für Kinder mit fortgeschrittenen Fähigkeiten eine zweite Einheit mit der E-Jugend zur Verfügung stehen.





## **E-Jugend**

In der E-Jugend sollten zwei Trainingseinheiten und eine gemeinsam genutzte Einheit mit der D-Jugend angeboten werden.

## **D-Jugend**

In der D-Jugend sollte neben der gemeinsam genutzten Einheit mit der E-Jugend eine eigene Trainingseinheit und eine mögliche dritte Einheit mit der C-Jugend angeboten werden.

## **C-Jugend**

In der C-Jugend sollte ein Leistungsorientiertes Training angeboten werden. Dies impliziert drei Trainingseinheiten als C-Jugend und die Möglichkeit auf eine vierte Einheit in der B-Jugend.

## **B-Jugend**

In der B-Jugend sollte ein Leistungsorientiertes Training angeboten werden. Dies impliziert drei Trainingseinheiten als B-Jugend und die Möglichkeit auf eine vierte Einheit in der A-Jugend.

## **A-Jugend**

In der A-Jugend sollte ein Leistungsorientiertes Training angeboten werden. Dies impliziert drei Trainingseinheiten als A-Jugend und die Möglichkeit auf eine vierte Einheit im Seniorenbereich des Vereins. Die Spieler sollen in den Seniorenmannschaften integriert werden und dort am Training teilnehmen.





## 4. Grundsätze und Ziele

Für alle Jugendmannschaften und Trainer der SGHP gelten folgende Grundsätze:

- Jedes Kind und jeder Jugendliche ist gleich wichtig.
- Jedes Kind und jeder Jugendliche werden nach Möglichkeit individuell gefördert und gefordert.
- Jede Mannschaft sollte möglichst von zwei Trainern trainiert werden.
- Wir arbeiten an einem langfristigen Plan, welcher unsere Jugendspieler auf den Seniorenbereich vorbereitet.
- Unsere Jugendtrainer arbeiten jahrgangsübergreifend und vorausschauend zusammen.
- Entwicklung > Gewinnen.
- Die Mannschaften werden jährlich auf Basis des Jahrganges und des aktuellen Entwicklungsstandes der Spieler zusammengestellt. Folgende sportlichen Ziele werden verfolgt:
  - Alle ersten Jugendmannschaften sollten ab der C-Jugend leistungsorientiert trainieren.
  - Alle ersten Jugendmannschaften sollten mindestens in der höchstmöglichen Jugendklasse des Kreis Lippe spielen.
  - Das langfristige Ziel ist es, die A-Jugend in die Oberliga Westfalen zu führen.
  - Wir wollen möglichst viele Auswahlspieler stellen.
  - Wir wollen uns im Kreis Lippe im Jugendbereich einen Namen machen.
  - Jede Altersklasse sollte mindestens mit einer Jugendmannschaft besetzt sein.





## 5. Trainingsinhalte und Entwicklungsziele

### Allgemeine Spielidee

Als SGHP wollen wir attraktiven Tempohandball spielen,

- welcher in der Verteidigung, durch eine offensive Deckung (3:2:1|4:2|5:1|offensive 6:0), auf den Ballgewinn aus ist.
- welcher im Stellungsspiel, durch Bewegung, Kreuzen und stoßen, den Durchbruch auf den jeweiligen Halb-Positionen ermöglicht.
- welcher im Gegenstoß und beim schnellen Anwurf mit System und einer Idee abschließt.

### 5.1 Minis

#### Trainingsinhalte

*Einordnung in die Spielerausbildung:* Basisschulung

*Vorrangiges Ziel:* Vielseitige motorische Entwicklung

*Grundsätzlicher Trainingsaufbau:* Viel spielen und viel bewegen

*Abwehrformation:* Manndeckung

*Krafttraining:* -

*Positionsbindung:* Rotierend

#### Entwicklungsziele

*Zu erlernende Techniken:*

- Passen und Werfen
- Orientierung im großen Raum
- Spielsituationen intuitiv lösen





## 5.2 E-Junior

### **Trainingsinhalte**

*Einordnung in die Spielerausbildung:* Basisschulung

<i>Vorrangiges Ziel:</i>	Vielseitige motorische Entwicklung
<i>Grundsätzlicher Trainingsaufbau:</i>	Viel spielen und viel bewegen (vorrangig mit Ball)
<i>Abwehrformation:</i>	Manndeckung
<i>Krafttraining:</i>	-
<i>Positionsbindung:</i>	Rotierend

### **Entwicklungsziele**

<i>Zu erlernende Techniken:</i>	Passen, Werfen und Prellen
	Orientierung im großen Raum
	Spielsituationen intuitiv lösen

## 5.3 E-Jugend

### **Trainingsinhalte**

*Einordnung in die Spielerausbildung:* Basisschulung

<i>Vorrangiges Ziel:</i>	Vielseitige motorische Entwicklung
<i>Grundsätzlicher Trainingsaufbau:</i>	Viel mit dem Ball spielen und bewegen
<i>Abwehrformation:</i>	Manndeckung
<i>Krafttraining:</i>	-
<i>Positionsbindung:</i>	Rotierend

### **Entwicklungsziele**

<i>Zu erlernende Techniken:</i>	Passen, Sprungwurf und sicheres Prellen
	Orientierung im großen Raum
	Spielsituationen intuitiv lösen





## 5.4 D-Jugend

### **Trainingsinhalte**

*Einordnung in die Spielerausbildung:* Grundlagentraining

<i>Vorrangiges Ziel:</i>	Handballspezifische Bewegungen erlernen
<i>Grundsätzlicher Trainingsaufbau:</i>	Erwärmung, Koordination, Kleingruppenübung
<i>Abwehrformation:</i>	3:3
<i>Krafttraining:</i>	nur mit Eigengewicht
<i>Positionsbindung:</i>	Rotierend

### **Entwicklungsziele**

<i>Zu erlernende Techniken:</i>	Körpertäuschung, Doppelpassspiel, Grundlagen des Stoßens
	Einläufer mit und gegen den Ball
	Individuelles Abwehrverhalten
	Orientierung im Raum
	Spielsituationen intuitiv und nach System lösen

## 5.5 C-Jugend

### **Trainingsinhalte**

*Einordnung in die Spielerausbildung:* Grundlagentraining

<i>Vorrangiges Ziel:</i>	Handballspezifische Bewegungen und Taktiken erlernen
<i>Grundsätzlicher Trainingsaufbau:</i>	Erwärmung, Koordination, Passkontinuum, Basisübung, Kleingruppenübung, (Zielübung)
<i>Abwehrformation:</i>	3:2:1
<i>Krafttraining:</i>	mit geringem Zusatzgewicht
<i>Positionsbindung:</i>	Positionszuordnung auf zwei bis drei Positionen





## Entwicklungsziele

*Zu erlernende Techniken:*

Stoßen, Wechsel, Sperren, Pass-/Lauftäuschung,  
Gegenstoßtaktiken, Torhüterspiel

Verteidigen im Raum

Orientierung in kleinerem Raum

Spielsituationen intuitiv und nach System lösen

## 5.6 B-Jugend

### Trainingsinhalte

*Einordnung in die Spielerausbildung:* Aufbautraining

*Vorrangiges Ziel:*

Erlernte Taktiken vertiefen und erweitern

*Grundsätzlicher Trainingsaufbau:*

Erwärmung, Koordination, Passkontinuum, spezifisches  
Krafttraining, (Basisübung), Kleingruppenübung, Zielübung

*Abwehrformation:*

3:2:1 | 4:2

*Krafttraining:*

mit angemessenem Zusatzgewicht

*Positionsbindung:*

Positionszuordnung auf zwei Positionen

### Entwicklungsziele

*Zu erlernende Techniken:*

Stoßen, Wechsel, Sperren, Pass-/Lauftäuschung im System

Gegenstoßtaktiken, Torhüterspiel

Vereinsinterner Auftakt 1&2

Verteidigen im Raum und im Verbund

Orientierung in kleinerem Raum unter Druck

Spielsituationen im System intuitiv lösen





## 5.7 A-Jugend

### Trainingsinhalte

*Einordnung in die Spielerausbildung:* Aufbautraining 2

<i>Vorrangiges Ziel:</i>	Erlernte Taktiken vertiefen und erweitern
<i>Grundsätzlicher Trainingsaufbau:</i>	Erwärmung, Koordination, Passkontinuum, spezifisches Krafttraining, (Basisübung), Kleingruppenübung, Zielübung
<i>Abwehrformation:</i>	3:2:1   4:2   offensive, Ballnahe 6:0
<i>Krafttraining:</i>	mit Zusatzgewicht
<i>Positionsbindung:</i>	Positionszuordnung

### Entwicklungsziele

<i>Zu erlernende Techniken:</i>	Stoßen, Wechsel, Sperren, Pass-/Lauftäuschung im System Gegenstoßtaktiken, Torhüterspiel Vereinsinterner Auftakt 1-4 Verteidigen im Raum und im Verbund Orientierung im kleinsten Raum unter Druck Spielsituationen im System intuitiv lösen
---------------------------------	---







## 6. Aufbau, Ablauf und Regeln des Trainings

Ab dem **Grundlagentraining** sollte eine Trainingseinheit konzeptionell, wie unter Punkt 5 gefordert, aufgebaut werden:

### **1. Begrüßung und Einführung**

Was ist heute geplant und mit welchem Hintergrund?

### **2. Erwärmung**

Thematische, ganzheitliche Erwärmung

### **3. Koordination**

Motorische Fähigkeiten fördern und fordern

### **4. Passkontinuum**

Passqualität im System und im Allgemeinen steigern und sichern | individuelles Torhütertraining

### **5. Spezifisches Krafttraining**

Ganzheitlich und/oder Handball-/Positionsspezifisch

### **6. Basisübung (bei Einführung einer neuen Technik)**

Knotenpunkte und Grundlagen möglichst in kleinem und einfachem Umfang | individuelles Torhütertraining

### **7. Kleingruppenübung**

Zieltechnik in Kleingruppen anwenden

### **8. Zielübung (nach erfolgreicher Vertiefung der Technik)**

Zieltechnik in spielnahen Situationen üben und anwenden





**Regeln unserer Trainingseinheiten ab dem Grundlagentraining:**

- Wir sind pünktlich! Spätestens 5 Minuten vor dem Training sind wir startbereit.
- Wir begrüßen jeden Mitspieler mit einem Handschlag oder einer Begrüßungs-Faust.
- Wir kommen nach der Einführung zu einem Begrüßungskreis zusammen.
- Wir geben jedes Training 100% fürs Team und für sich selbst.
- Wir behandeln uns gegenseitig mit Respekt und kritisieren konstruktiv.
- Wir gehen mit einer positiven Mimik und Gestik ins Training.
- Wir beenden das Training mit einem Abschlusskreis.
- Wir kritisieren Übungen oder Handlungen des Trainers erst nach dem Training.





## 7. Ehrenkodex

***Alle handelnden Personen verpflichten sich folgendem Ehrenkodex zu folgen:***

Hiermit verpflichte ich mich,

- alle Menschen im Sport zu achten und die Entwicklung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen zu fördern.
- dem persönlichen Empfinden der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen Vorrang vor meinen persönlichen Wünschen und Zielen zu geben.
- Altersklassen entsprechend zu handeln und zu agieren.
- den Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen für alle sportlichen und außersportlichen Angebote durch den Verein ausreichende Selbst- und Mitbestimmungsmöglichkeiten zu bieten.
- Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bei ihrer Selbstverwirklichung zu angemessenem sozialem Verhalten anderen Menschen gegenüber anzuleiten.
- das Recht des Kindes, Jugendlichen und Erwachsenen auf körperliche Unversehrtheit und Intimsphäre zu achten und keine Form der Gewalt - sei sie physischer, psychischer oder sexualisierter Art - auszuüben.
- die freiheitlich demokratische Grundordnung der Bundesrepublik Deutschland und des Landes Nordrhein-Westfalen zu achten, keine (rechts-)extremistischen oder demokratiefeindlichen Aussagen oder Verhaltensweisen zu tätigen und bei Auffälligkeiten anderer entschieden dagegen Haltung zu zeigen.
- die Würde aller Menschen zu achten und jede Art von Gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit, Rassismus, Diskriminierung und menschenverachtenden Verhalten und Aussagen zu unterlassen sowie bei Auffälligkeiten anderer entschieden dagegen Haltung zu zeigen.
- die diskriminierungsfreie Teilhabe aller Menschen unabhängig von Geschlecht und sexueller Orientierung und Identität zu unterstützen.
- Vorbild für Kinder, Jugendliche und Erwachsenen zu sein, die sportlichen und zwischenmenschlichen Regeln zu vermitteln und nach den Regeln des Fair-Play zu handeln.
- beim Umgang mit personenbezogenen Daten der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen die Datenschutzbestimmungen einzuhalten.
- Einzugreifen oder Ansprechpartner (wie z.B. Trainer oder Eltern) darüber zu informieren, wenn in meinem Umfeld gegen diesen Ehrenkodex verstoßen wird.

