



Abteilung Fußball

Deine Spielregeln

Version 15022022

Mit diesen „Spielregeln“ erhältst du alle Informationen, Tipps und Hinweise für deine Mannschaft.

Wichtig: Lies dir diese Spielregeln genau durch. Wenn du was nicht verstehst oder dir unklar ist, frage einfach deine Eltern oder deine Trainer.

Denn: Wir erwarten, dass du dich an diese Spielregeln hältst. Also nicht einfach nur lesen, sondern auch **umsetzen was hier drin steht**. Klar soweit? Gut. Dann geht's jetzt los.



Also, wenn du in einer Mannschaft des TSV Neu-Ulm Fußball spielst, wirst du viele tolle Erlebnisse haben. Nicht nur auf dem Spielfeld oder im Training, sondern auch im normalen Umgang mit deinen Mitspielern, deinen Eltern und deinen Trainern. Vielleicht baust du ja Freundschaften auf, die dich ein Leben lang begleiten.

Wie überall, hast du bei uns Rechte, aber auch Pflichten. Dein Recht in einer Mannschaft zu trainieren ist aber gleichzeitig auch mit der Pflicht verbunden, regelmäßig im Training zu erscheinen.

Natürlich kommen immer wieder Dinge dazwischen welche eine Teilnahme am Training unmöglich machen. Zum Beispiel das Lernen für eine Schulaufgabe oder eine Prüfung. Oder du bist krank. Oder verletzt. Das sind alles wichtige Gründe. Schau einfach dass du nicht zu viele Fehlzeiten hast.

Sei im Training (und im Spiel) aufmerksam und konzentriert dabei. Es kann nämlich sehr nervig sein, eine Übung (Anweisung) mehrmals mal zu erklären. Nicht nur für die Trainer, nein auch für deine Mitspieler.

Unterstütze deine Mitspieler wenn sie Fehler machen und zeige ihnen wie sie es besser machen können wenn du es schon kannst. Und gib im Training (Spiel) immer Vollgas. Nur wenn du an deine Grenzen gehst, verbesserst du dich effektiv.



Zwei besondere Eigenschaften erwarten die Trainer von dir: **Hilfsbereitschaft** und **Teamfähigkeit**. Fußball ist ein Teamsport. Das heißt, nur das ganze Team gewinnt (und verliert) gemeinsam. Nie einzelne Spieler. Lerne durch Niederlagen dazu. Gewinnen macht natürlich mehr Spaß. Aber aus Niederlagen kannst du auch sehr viel lernen. Es geht darum zu fragen woran es lag und was man wie besser machen kann.

Und dass man sich gegenseitig hilft und unterstützt sollte eigentlich klar sein (immer und überall).

Drei weitere Eigenschaften solltest du mitbringen: **Talent**, **Disziplin** und **Wille**. Es ist gut wenn Du diese Eigenschaften besitzt. Disziplin und Wille kannst du lernen und dann aktiv umsetzen. Talent nicht. Das hast du oder hast du nicht. Da du aber in einer leistungsstarken Mannschaft spielst, ist bei dir sicherlich auch einiges davon vorhanden.

Aber selbst Spieler mit weniger Talent können es weit bringen. Mit Willen und Disziplin geht das ziemlich gut. Sprich mir deinen Trainern wie du dich verbessern kannst und: übe, übe, übe.

Übrigens: Mit Talent allein kommst du nicht weit. Wenn du nicht genug übst, bringt dein ganzes Talent nichts. Talent ist nur der Einstieg. Dadurch hast du schon sehr gute Voraussetzungen. Aber jetzt liegt es an dir selbst etwas daraus was zu machen. Wie? Na ganz einfach: übe, übe, übe.

Jetzt fragst du dich vielleicht: „Was kann ich tun damit ich besser werde“?

Auch wieder ganz einfach:

- Arbeite an deinen Ballfertigkeiten, an deiner Technik, an deinen Finten....
- Arbeite an deiner Fitness
- Lerne durch Nachahmung.
- Schau dir deine Mitspieler (Gegner) an. Was machen sie gut. Was nicht.
- Schau dir die Profis im Fernseher an. Eine großartige Möglichkeit viele Dinge zu lernen besteht darin, jemandem zuzuschauen der besser ist als du selbst. Also schau zu.
- Spiele Fußball mit Freunden, Eltern, Geschwistern. Gehe auf den Bolzplatz und leg einfach los.



So, nun kommen die wichtigen, ganz allgemeinen **Regeln** oder einfacher gesagt: Wie verhalte ich mich im Verein, gegenüber meinen Mitspielern, Trainern, Eltern und Gegnern.

Regeln Teil 1: Wir (das sind wir alle):

- Wir wollen aufeinander zugehen, voneinander lernen und miteinander positiv und freundlich umgehen.
- Wir wollen uns nicht verstecken wenn wir etwas nicht verstehen
- Jeder kann und darf aktiv etwas einbringen wenn er will, seien es Finten, neue Übungen oder sonstige Ideen
- Wir wollen dass aus Mitspielern Freunde werden, dafür setzen wir uns durch unser (gegenseitiges) Verhalten ein
- Wir sagen: Jeder neue Spieler ist in der Mannschaft willkommen
- Wir helfen uns gegenseitig. Immer und überall. Nicht nur auf dem Sportplatz
- Stark hilft Schwach
- Keiner wird ausgelacht. Über niemanden wir gelacht
- Niemand wird beleidigt, auch keine Ausdrücke
- Jeder Spieler wird anerkannt so wie er ist



Regeln Teil 2: Du (das bist du selbst):

- Gib immer alles, gib immer dein Bestes
- Bring dich für deine Mannschaft voll ein
- Verhalte dich diszipliniert
- Je besser du Fußball spielst desto mehr hilfst du deiner Mannschaft
- Du brauchst deine Mitspieler. Wenn sie im Spiel Fehler machen kämpfst du für sie mit
- Behandle alle Mitspieler so wie du auch gerne behandelt werden möchtest
- Du machst deinen Mitspielern keine Schuldzuweisungen wenn was nicht klappt oder wenn dein Team verloren hat
- Du bist immer höflich zu deinen Mitspielern/Gegnern/Schiedsrichtern



Zum Schluss

Du bist wichtig. Merk dir das gut. Du bist ein Teil der Mannschaft und trägst zum Erfolg der Mannschaft bei. Egal ob du viel, wenig oder gar nicht spielst.

Und: Lass dir von niemandem sagen dass du es nicht kannst.
Denn du kannst es (zumindest bald).

Wenn du das alles aufnimmst und umsetzt dann bist du auf einem sehr guten Weg.

Deine Trainer und die Jugendleitung des TSV Neu-Ulm