

SPORTLICHES ENTWICKLUNGSMODELL

JSG MONT ROYAL & TRAININGSPHILOSOPHIE DEUTSCHLAND

W-E-U Modell • Air Pitches • Reswitch

Innovationen für maximale

Handlungsschnelligkeit.

I. KERNPRINZIPIEN & PHILOSOPHIE



HANNES WOLF (DFB)

"Training ist das neue Spiel"

Intensität durch Gamification. Weg vom isolierten Techniktraining hin zur ständigen Wiederholung in kleinen Spielformen.



ANDREAS LUX (MBM)

Motorik & Kognition

Einsatz innovativer Tools (Air Pitches, Skill-Shirtz) zur Förderung der motorischen Basiskompetenzen.



MICHEL BRUYNINCKX

Brain Centered Learning

Neurokognitives Training: Das Gehirn muss permanent neue Reize verarbeiten (Reswitch).

II. DAS W-E-U MODELL

Herzstück der **Trainingsphilosophie Deutschland**: Spieler ausbilden, die Situationen schneller lösen.

1. WAHRNEHMEN

Scan des Feldes (Schulterblick).
Wo ist der Ball? Wo ist der Raum?



2. ENTSCHEIDEN

Die beste Lösung unter Zeitdruck.
Kognitive Flexibilität (Reswitch).



3. UMSETZEN

Motorische Ausführung.
Technik als Werkzeug der
Entscheidung.

Integration: Tools wie *Skill-Shirtz* (wechselnde Farben) zwingen Spieler zu ständig neuer Wahrnehmung und beschleunigen diesen Kreislauf.

III. INNOVATION AB U8

Einsatz modernster Tools für maximale Nettospielzeit.

- **Air Pitches (Inflatable Fields):**

Der Ball ist *immer* im Spiel. Keine Einwürfe, kein Ballholen. Erhöht die Intensität und Ballkontakte um bis zu 50%.

- **Skill-Shirtz & Reswitch:**

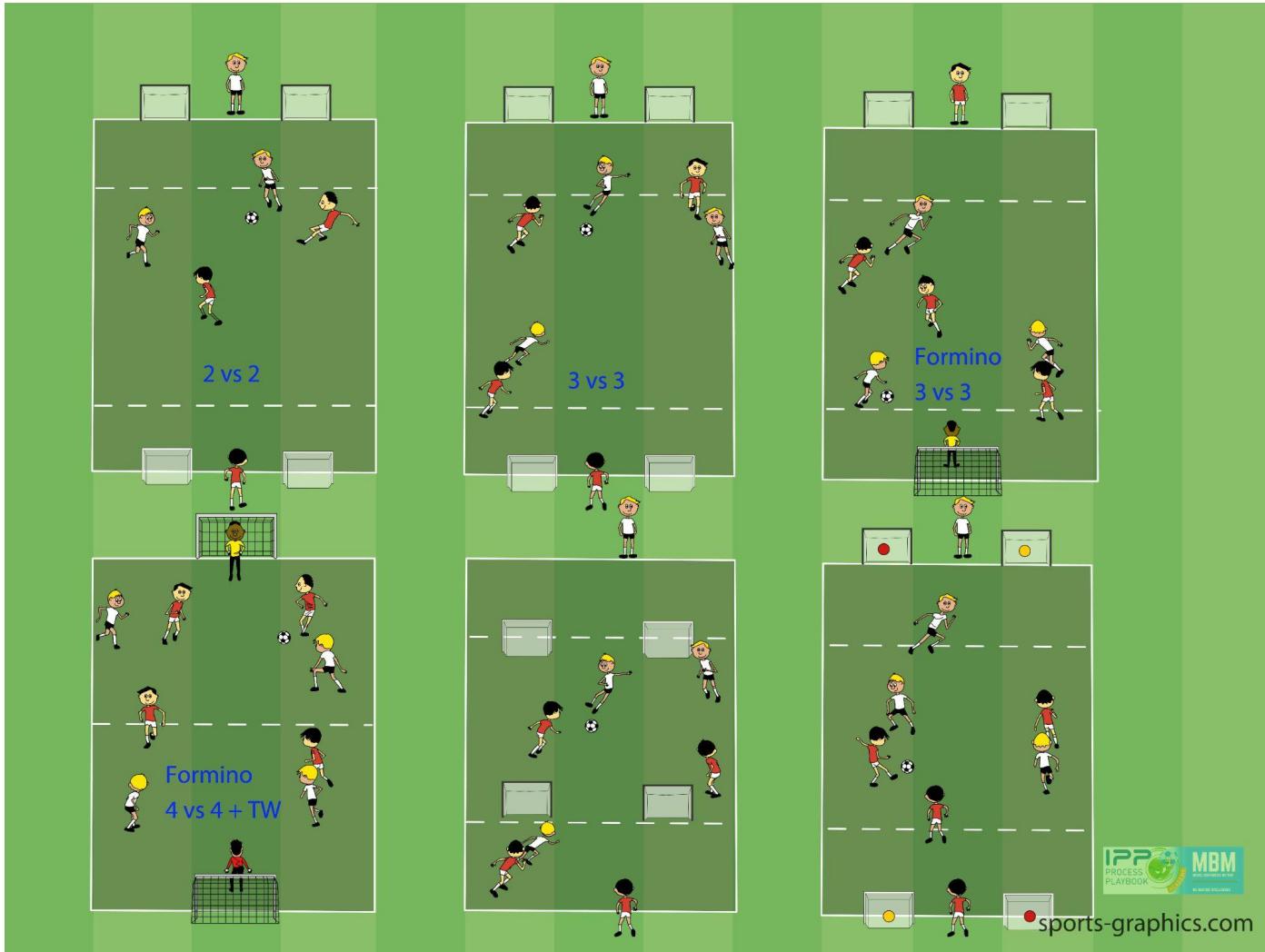
Kognitive Leibchen mit unterschiedlichen Farben/Symbolen. Trainerkommandos ändern Regeln während des Spiels. Zwingt zum ständigen "Kopf hoch" (W-E-U).



PHASE 1 & 2: FUNDAMENT

U4 bis U11: Bewegung & Kognition

- **Methodik:** Funino auf Air Pitches für Flow-Erlebnis.
- **Kognition (ab U8):** Einführung einfacher Reswitch-Übungen (Farbwechsel), um das W-E-U Modell früh zu verankern.
- **Inhalt:** Ballschule, Fangspiele, Polysport (Wurfspiele).
- **Ziel:** Technisch saubere und gedanklich schnelle Spieler.



WETTKAMPF U8-U9: "TORE STATT TABELLE"

Format	Details
3 gegen 3	Funino auf 4 Minitore. Ideal auf Air Pitches .
3 plus 1	Rotation. 3 Feld + 1 rotierender Torspieler. Jugendtore.
Innovation	Einsatz von Skill-Shirtz auch im Trainingsturnier.



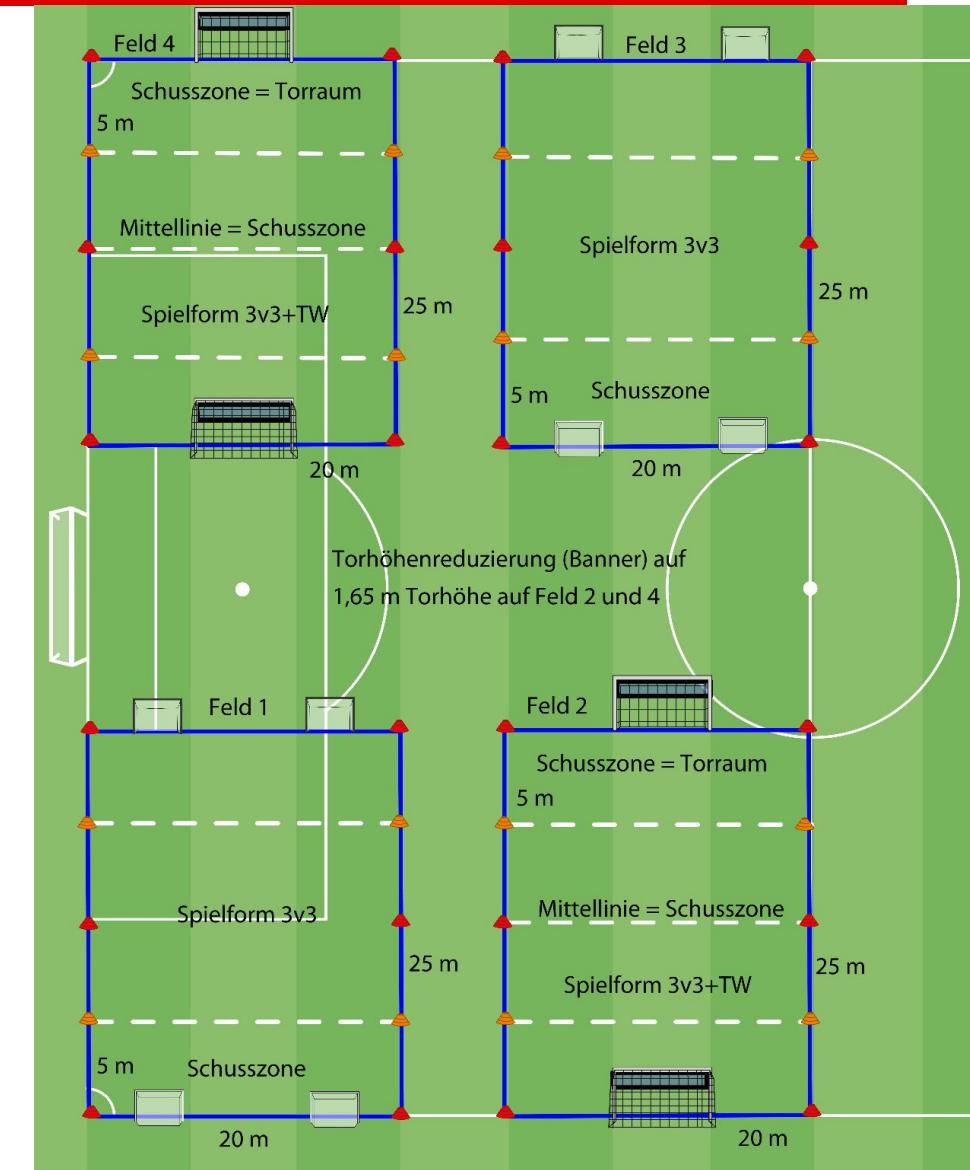
TURNIERPHILOSOPHIE

Im "Champions-League-Modus" spielen Kinder schnell gegen gleichstarke Gegner. Air Pitches sorgen für ein "Flow-Erlebnis" ohne Unterbrechungen.

WETTKAMPF U8-U9: "TORE STATT TABELLE"



TURNIERPHILOSOPHIE

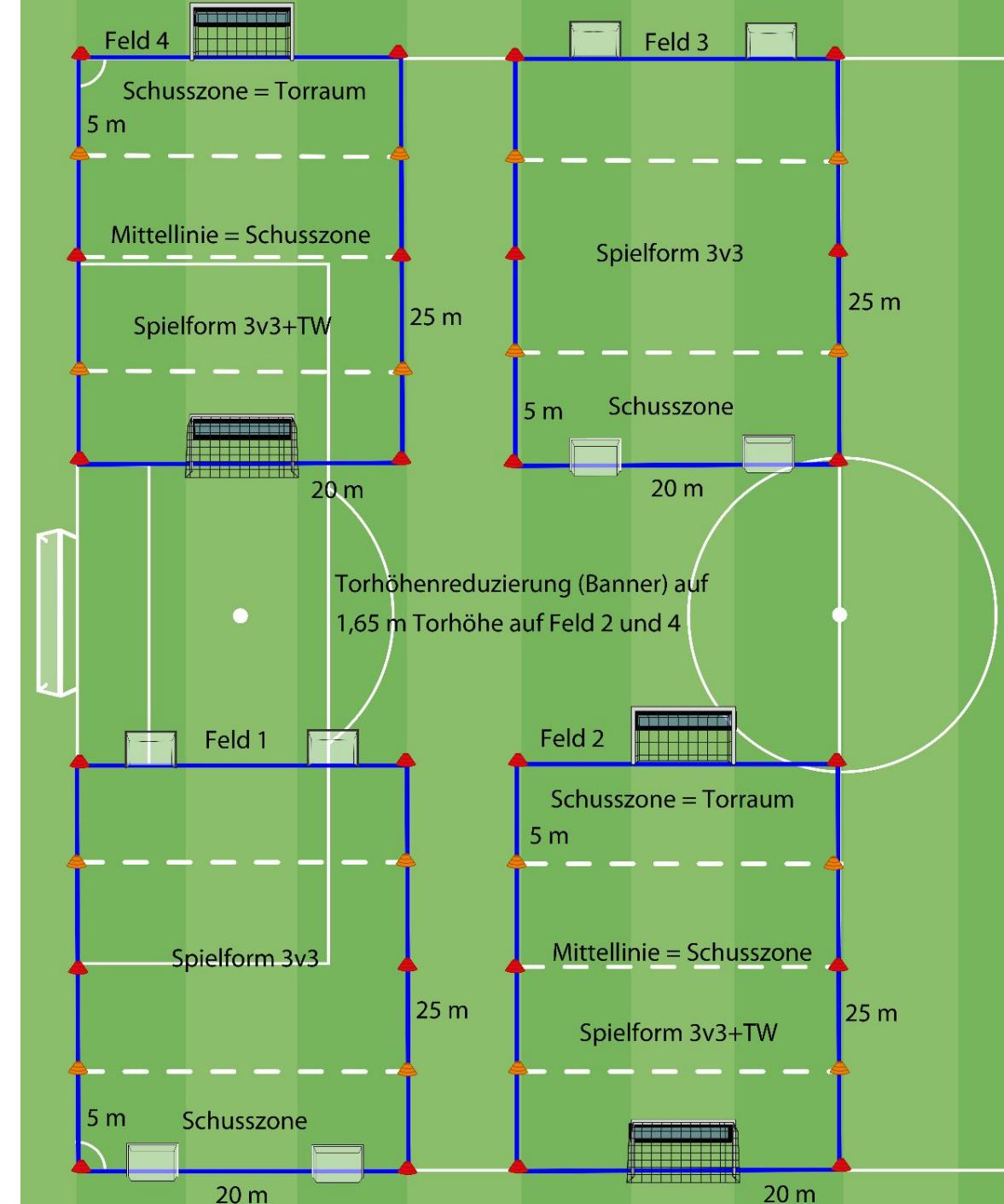


WETTKAMPF U10-U11

ÜBERGANG & KOGNITION

Einführung komplexerer Raumaufteilung bei hoher kognitiver Last.

- **Formate:** 5 gegen 5 (4+1) und 4 gegen 4 auf Minitore. Feldgröße ca. $40 \times 25\text{m}$.
- **Rotationsprinzip:** Keine festen Positionen. Jeder spielt überall.
- **Training:** Verstärkter Einsatz von **Reswitch-Shirts**, um Umschaltmomente blitzschnell zu simulieren.
- **Ziel:** Automatisierung des Schulterblicks vor der Ballannahme.



WARUM TURNIERFORMEN ÜBERLEGEN SIND

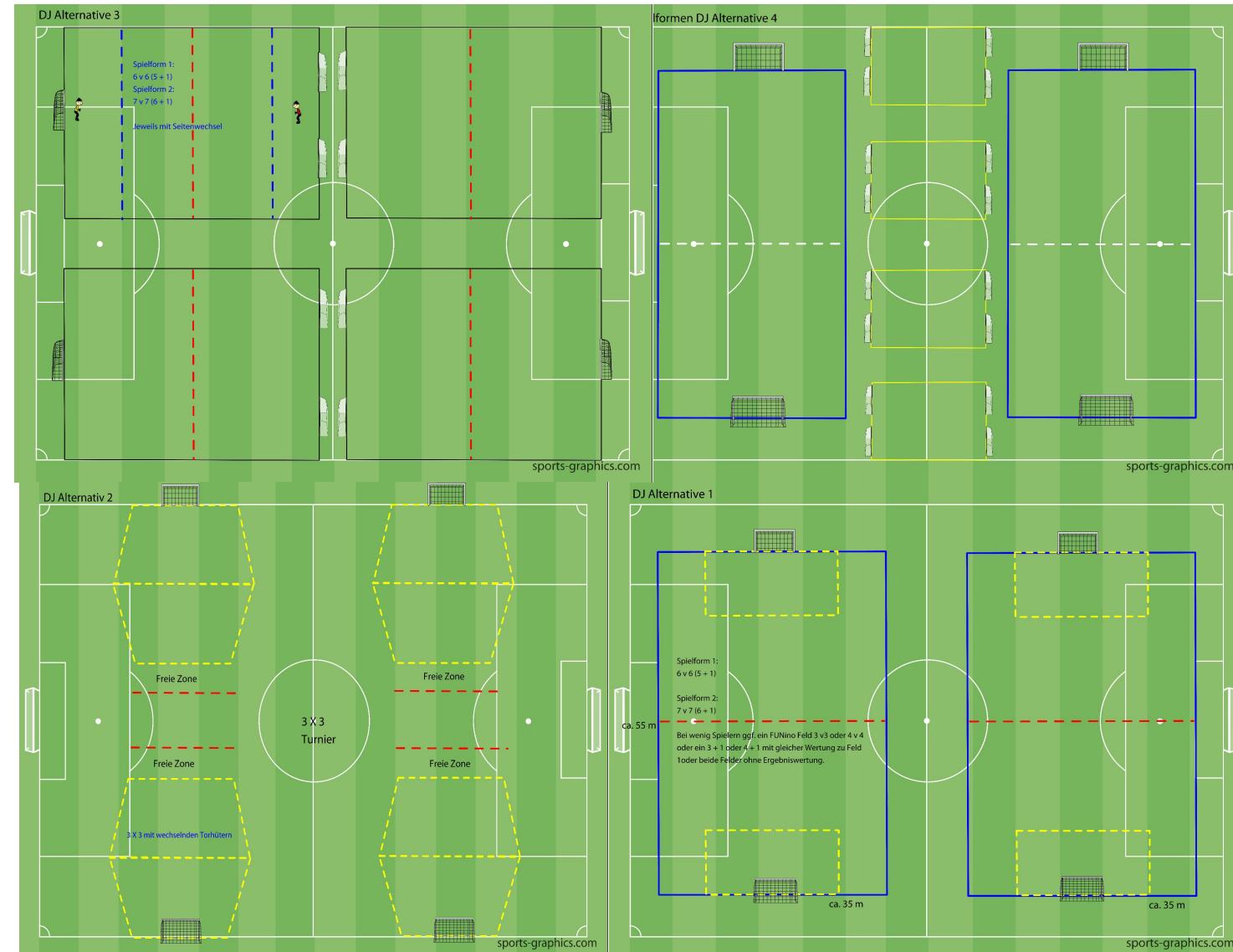
<https://youtu.be/q9uTvhrLEKw?si=q6NJ476dwAVpHDvN>

Kriterium	Klassisches Einzelspiel	Turnierform & Air Pitch
Nettospielzeit	Gering (Bälle im Aus, Diskussionen)	Maximiert (Air Pitch hält Ball im Spiel)
Kognition	Oft statisch, feste Positionen	Hoch (Ständige Anpassung an neue Gegner)
Intensität	Pausen durch Unterbrechungen	Flow (W-E-U Zyklus läuft permanent)
Ballkontakte	Wenig (Starke dominieren)	Vielfach höher (Alle sind involviert)

PHASE 3-5: SPEZIALISIERUNG

U12 bis U17: Vom Talent zur Leistung

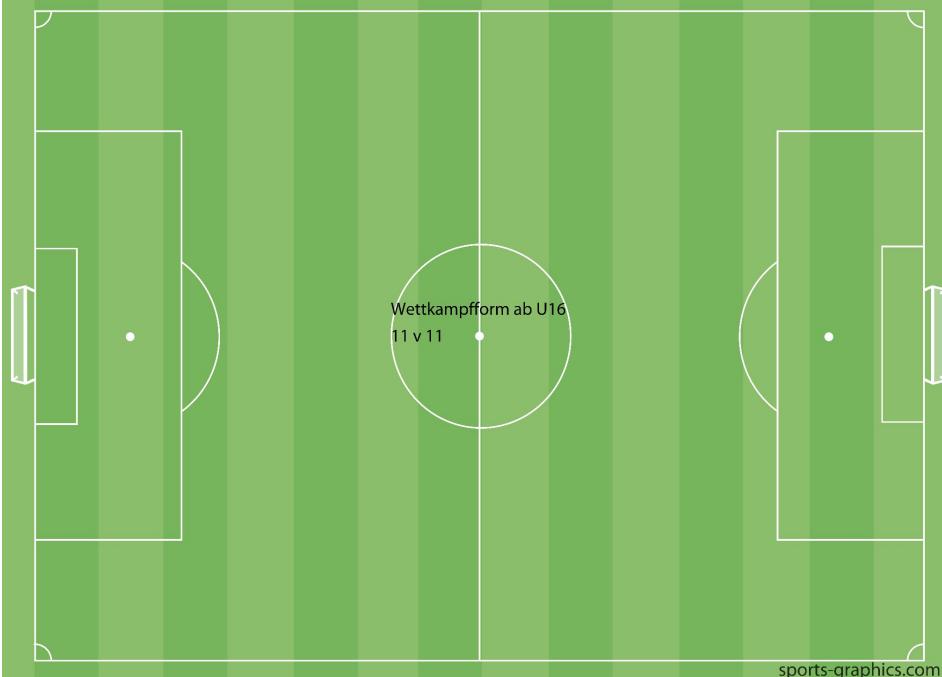
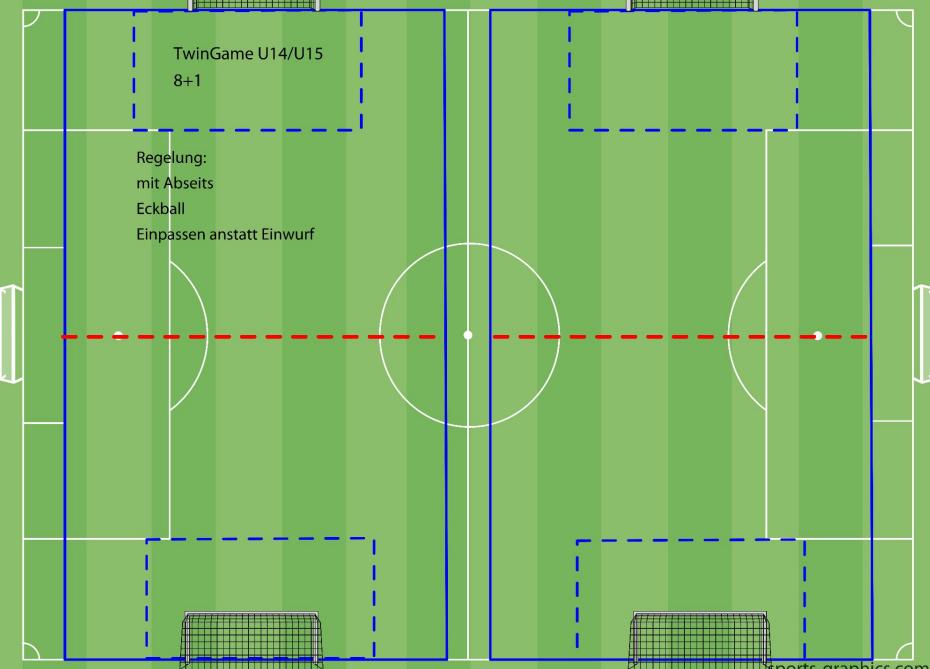
- **D-Jugend (U12/U13):** Technik unter maximalem Gegnerdruck. Anwendung des W-E-U Modells in komplexen Spielformen (6v6, 7v7).
- **C-Jugend (U14/U15):** Positionsspiel & Athletik. Stabilisierung der MBM.
- **B-Jugend (U16/U17):** Leistungsorientierung. Wettkampfhärte, Videoanalyse, individuelle Fitnesspläne.



PHASE 3-5: SPEZIALISIERUNG

U12 bis U17: Vom Talent zur Leistung

- **D-Jugend (U12/U13):** Technik unter maximalem Gegnerdruck. Anwendung des W-E-U Modells in komplexen Spielformen (6v6, 7v7).
- **C-Jugend (U14/U15):** Positionsspiel & Athletik. Stabilisierung der MBM.
- **B-Jugend (U16/U17):** Leistungsorientierung. Wettkampfhärte, Videoanalyse, individuelle Fitnesspläne.



KADER & DURCHLÄSSIGKEIT

Wir trainieren auf "mehreren Feldern". Spieler können je nach Entwicklung wechseln.

12-16

SPIELER PRO JAHRGANG (BIS U11)

Bei mehr Kindern: 2. Team gründen!

16

MAXIMAL (U12-U15)

Effizientes Training sicherstellen.

20

MAXIMAL (AB U16)

Erweiterter Kader für Leistungsebene.

BEISPIELWOCHE U12 (NACHWUCHS)

Tag	Schwerpunkt	Inhalt (80-90 Min)
Einheit 1	Kognition & W-E-U	15' MBM Metronomball
		30' Funino in Air Pitches 30' Spielform mit Skill-Shirtz (Farbwechsel)
Einheit 2	Polysportiv	Koordination, Handball/Basketball oder MBM-Intensiv. Fokus: Allgemeine Athletik & Bewegungsvielfalt.
Einheit 3	Spielformen	15' MBM Aktivierung 30' Komplexe Spielform (Überzahl/Unterzahl) 30' Turnierform (freies Spiel, hohe Intensität)



FAZIT & AUSBLICK

"Durch Air Pitches und Reswitch-Technologie heben wir die Trainingsphilosophie Deutschland auf das nächste Level."

Das JSG Modell garantiert:

- ✓ **W-E-U:** Schnelle Spieler im Kopf durch kognitives Training.
- ✓ **Intensität:** Maximale Nettospielzeit durch Air Pitches.
- ✓ **Gesundheit:** MBM & Polysport als Basis.
- ✓ **Qualität:** Zertifizierte und qualifizierte Trainer/-innen