



Lernfortschritte erzielen

- **«3L»**
 - **Lachen** - Freude an der Bewegung und am Fussball
 - **Lernen** - Möglichkeit nutzen; psychisch, motorisch und im Umgang mit anderen Fortschritten zu erzielen
 - **Leisten** - Im Training sein Potenzial abrufen und etwas erreichen wollen
- Rituale sind wichtig für die Kinder
- Jedes Kind hat einen Ball
- Wir trainieren Kinder (keine kleinen Erwachsenen)
- Die Kinder brauchen «Freiraum» zum «mitgestalten»
- Wir wecken die Begeisterung bei den Kids
- Intensität – wir bieten den Kindern eine hohe Bewegungszeit (Kleine Spielformen, kurze Pausen etc.)
- Die Kinder müssen Entscheidungen treffen dürfen / müssen (Kognition)
- Fehler sind nicht nur erlaubt, sondern erwünscht

Unsere Ausbilderinnen und Ausbilder

- Ich bin ein Vorbild
- Ich achte auf meine Körpersprache
- Ich coache kindergerecht
- Ich unterstütze das Kind, damit es Fortschritte erzielen darf

«Den Erfolg des Ausbildners misst man anhand der individuellen Entwicklung jedes Spielers!»


Material

- Bälle
- Überzieher
- Markierungsteller
- Tore

EINLEITUNG

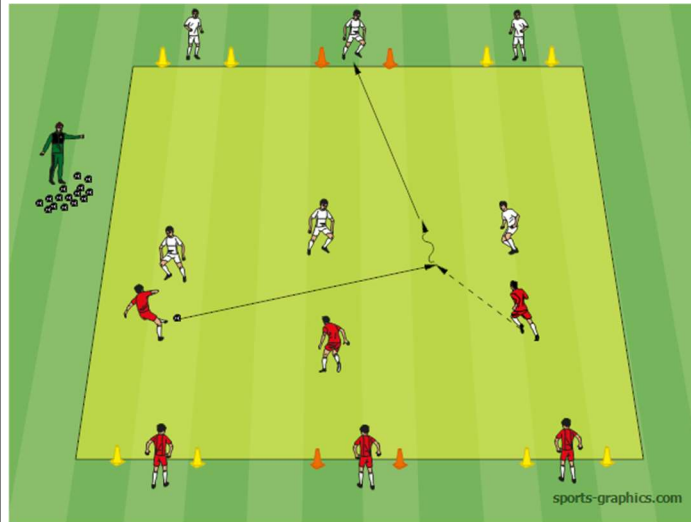
Dauer	Thema/Übung/Spielform	Skizze / Beschrieb	Coaching / Variation
2'	Ritual durchführen (immer das Gleiche bei jedem TR)	Bitte das Ritual (Spruch) konsequent durchziehen, es ist wichtig für das Lernklima.	
10'	«Auffangspiele» Fussball erleben	<p>Den Kindern steht vor dem Training mindestens ein Kleinfeld zur Verfügung. Sobald die ersten Kinder auf dem Feld erscheinen, spielen sie frei auf dem vorbereiteten Kleinfeld (dieses Feld kann auch von den Kids vorbereitet werden). Vom eins gegen null bis zum vier gegen vier. Sind acht Kinder auf dem Feld am Spielen, schickst du die weiteren Kinder in das nächste Kleinfeld. (nie mit Joker, sondern mit Überzahl arbeiten).</p> <p>Wichtig: Die Kinder dürfen erst auf den Platz, wenn ein Ausbilder vor Ort ist.</p> <p>Ist es ein aktives und tolles Spiel, dürft ihr es entweder noch länger spielen lassen (Begrüssung aufschieben) oder kurz eine Begrüssung machen und nochmals 3-10' spielen lassen. Somit ist der Zeitaufwand wie folgt: 5-15' vor dem Training (für alle, die schon vor Ort sind) 5-10' zum Trainingsstart. Entweder vor oder nach der Begrüssung.</p> <p>Anschliessend gehen wir ins Ballhandling. Auch hier ist wichtig, dass wir dies spielerisch gestalten und nicht «stur» die Übungen durchziehen.</p>	Die Kinder lernen spielend
10'	Einstimmen Fussball lernen	<p>Bevor ihr mit den Finten & Ballhandling Übungen beginnt, bietet jedem Kind die Möglichkeit, 1-2 Minuten individuell mit dem Ball Zeit zu verbringen.</p> <p><u>Ballhandling (ca. 4-6 Minuten)</u></p> <p>Ziel LS 10 Vorrunde Beherrschung Übung 1 - 5</p> <p>Ziel LS 11 Vorrunde Beherrschung Übung 1 - 10</p> <p><u>Finten (ca. 4-6 Minuten)</u></p> <p>Ziel LS 10 Vorrunde Kenntnisse Finten 1-8</p> <p>Ziel LS 11 Vorrunde Beherrschung Finten 1-8</p>	<p>Qualität vor Quantität</p> <p>Wenn die Qualität noch nicht erreicht werden kann, bitte bei der Übung dranbleiben.</p> <p>Evtl. Gruppen nach den Fähigkeiten bilden, damit kein Spieler über- oder unterfordert ist.</p> <p>Diese Übungen dürft ihr gerne als «Hausaufgaben» mitgeben.</p>

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Skizze / Beschrieb	Coaching / Variation
15'	Vielseitigkeit Fussball erleben	<p>Themenbereich 1: Mutig + stark</p> <div style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 10px;"> <p>Mutig + stark</p> <h2 style="margin: 0;">Schwierige Aufgaben lösen</h2> <p style="font-size: small; margin: 0;">Die Kinder verbessern in dieser Übung seine Körperwahrnehmung, den Umgang mit Körperkontakt und die Kooperation mit anderen Kindern.</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-start; padding: 10px;"> <div style="width: 45%;"> <p>Durchführung: Laura und Simon klemmen einen Ball zwischen ihre Bäuche und absolvieren den Parcours, ohne dass der Ball herunterfällt und sie den Ball mit den Händen berühren. Nun binden sie je einen Fuss zusammen und absolvieren den Parcours auf drei Beinen.</p> <p>Schaffen sie das auch als Schubkarren (ohne Ball)?</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>Variationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> Andere Gegenstände transportieren: Ballon, Stab etc. In der Halle: als Pferd und Kutscher (sitzt oder steht auf Teppichfliese). Simon verbindet seine Augen mit einem Überziehleibchen. Laura führt ihn durch den Parcours: an der Hand, an einem Seil, dirigierend mit Worten. </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-start; padding: 10px; background-color: #ffe0b2;"> <div style="width: 45%;"> <p>Fokus: Setzen die Kinder die Vorgaben um?</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>Material: Markierungsteller, Bälle etc.</p> </div> </div> <div style="text-align: right; padding: 10px;">  <div style="background-color: #ffeb3b; padding: 5px; display: inline-block;">Kategorie</div> <div style="font-size: 2em; font-weight: bold; background-color: white; color: #ffeb3b; padding: 10px; display: inline-block; margin-left: 10px;">G</div> </div> <div style="text-align: right; padding: 10px;">  <ul style="list-style-type: none"> ■ Laufen, Springen ■ Balancieren ■ Rollen, Drehen ■ Klettern, Stützen ■ Schaukeln, Schwingen ■ Rhythmisieren, Tanzen ■ Werfen, Fangen ■ Kämpfen, Raufen ■ Rutschen, Gleiten ■ Weitere Formen </div>	
<ul style="list-style-type: none"> Die Kreativität der Kids ausleben lassen = immer auch Aufgaben stellen, welche sie selbstständig mit eigenen Ideen lösen dürfen 			

30' Fussball lernen

3 gegen 3 mit 6 Zielspielern in den kleinen Toren



5' Fussball spielen – kein Coaching:

Jedes Team hat einen Ball und versucht, spielerisch von einer Seite auf die andere zu kommen. Anschliessend die Zielspieler anspielen und die Positionen wechseln. Ohne Coaching. Die Kinder sollen kreativ sein. Alles ist erlaubt, auch mit den Händen (Handball).

15' Fussball lernen – aktives Coaching:

Jedes Team hat einen Ball und versucht, spielerisch von einer Seite auf die andere zu kommen. Anschliessend die Zielspieler anspielen und die Positionen wechseln. Aktives Coaching.

10' Wettkampf:

Team in Ballbesitz versucht, Zielspieler des gegnerischen Teams anzuspielen. Sobald dies gelingt, spielen die drei Zielspieler, die angespielt wurden (weiss), gegen die drei roten Spieler.

Spielfeldgrösse / Anzahl Spieler

Je nach Niveau der Spieler und nach Trainingsziel

Beispiel: 35 m x 25 m

12 Feldspieler

Flachpass:

Flach / Dosiert / genau
(Position Standbein, Fussgelenk fixieren, Ball anschauen)

Pass aus der Bewegung raus (nie stehend)

Ballmitnahme:

Offensiver Fuss

Offene Körperhaltung

Individuelles Coaching:

Konzentriert euch auf ein bis zwei

Coachingpunkte. Teilt dies auch den Kids mit, dann wissen sie worauf sie achten müssen. Bei Fehlern nicht den Trainingsfluss unterbrechen, sondern indiv. mit den Kinder den «Fehler» herausfinden und Lösungen erarbeiten.

Variation Minus

Entweder Pass durch Tore spielen oder mit Ball am Fuss über die Linie laufen

Variation Plus

Die Spieler in Ballbesitz müssen mit dem Ball am Fuss in die neutrale Zone laufen

20'	Kleine Spiele Fussball leben/spielen	Funino auf mehreren Feldern http://www.funino.ch/funino/funino-regeln/	Ohne Coaching Kids spielen lassen Motivieren / Loben (vorallem großartige Pässe oder Mitahmen)
-----	--	--	--

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform		
5'	Eigener Ausklang	Ausklangspiel (Cool down) Bitte das Ritual (Spruch) konsequent durchziehen, es ist wichtig für das Lernklima.	

Quellen: Dominik Eberle / clubcorner.ch / <https://fussball.training.app/de/exercises> / 25.08.23