

# Training 18 LS 10 und LS 11 / Saison 2022\_2023

## Auswahl durch Ausbildnerteam 2.0



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

### Unsere Vision – «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

### Material:

Bälle, Ueberzieher, Hütchen, Tore, Würfel

### EINSTIMMEN

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.	
15'	Einstimmen  Fussball <b>erleben</b>	Alles, nur kein Ballhandling und/oder Finten. 😊  Überrascht eure Kids....	

# HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Skizze / Beschrieb	Coaching / Variation										
15'	<p>Vielseitigkeit</p> <p>Fussball <b>erleben</b></p>	<p>«Überrascht eure Kids....»</p> <div data-bbox="1070 204 1464 751" style="text-align: center;"> <p><b>BEWEGUNGSGRUNDFORMEN</b></p>  <table border="0" data-bbox="1088 619 1424 719"> <tr> <td>Laufen, Springen</td> <td>Rythmisieren, Tanzen</td> </tr> <tr> <td>Balancieren</td> <td>Werfen, Fangen</td> </tr> <tr> <td>Rollen, Drehen</td> <td>Kämpfen, Raufen</td> </tr> <tr> <td>Klettern, Stützen</td> <td>Rutschen, Gleiten</td> </tr> <tr> <td>Schaukeln, Schwingen</td> <td>Weitere Formen</td> </tr> </table> </div>	Laufen, Springen	Rythmisieren, Tanzen	Balancieren	Werfen, Fangen	Rollen, Drehen	Kämpfen, Raufen	Klettern, Stützen	Rutschen, Gleiten	Schaukeln, Schwingen	Weitere Formen	
Laufen, Springen	Rythmisieren, Tanzen												
Balancieren	Werfen, Fangen												
Rollen, Drehen	Kämpfen, Raufen												
Klettern, Stützen	Rutschen, Gleiten												
Schaukeln, Schwingen	Weitere Formen												
30'	<p>Fussball <b>lernen</b></p>	<p>«Überrascht eure Kids....»</p> <p>Technik: Flachpass, Dribbling, Torabschluss...</p> <p>Kognition...</p>											

20'	Kleine Spiele Fussball <b>leben</b>	Funino auf mehreren Feldern oder <b>«Überrascht eure Kids....»</b> Oder Funino und 1x 4:4 plus 2 TH auf normale Tore  <b>Wichtig:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Es sind alle Kinder am Spielen. Wir haben kein Spieler/Team als Ersatz. Ansonsten mit Joker/Überzahl arbeiten.</li> <li>- Intensität hoch halten.</li> <li>- Mindestens ein Funino Feld</li> </ul>	Ohne Coaching Kids spielen lassen Motivieren Loben
-----	--	--	---

## 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 / Leitfaden SFV / 24.03.23