



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)
- Wir suchen Kinder, die lernfähig sind und über einen grossen Lernwille verfügen
- 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
- Das Kind steht bei mir immer im Zentrum

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

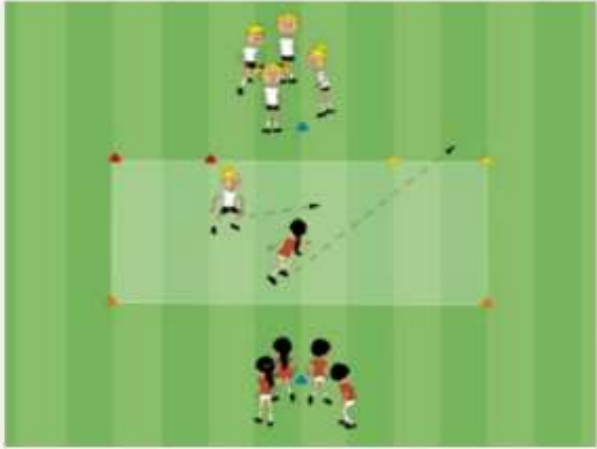
Material

- Bälle / Überzieher / Markierungsteller
- Tore
- Stoppuhr

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	Den Kindern stehen vor dem Training mehrere Felder zur Verfügung. Sobald die ersten Kinder erscheinen, spielen sie frei auf den vorbereiteten Felder entweder Handball , Rollball oder 3:3 . Auswahl durch die Ausbilder. Wichtig: Die Kinder dürfen erst auf den Platz, wenn ein Ausbilder vor Ort ist. Sind es aktive und tolle Spiele dürft ihr es entweder noch länger spielen lassen (Begrüssung & Ritual aufschieben) oder kurz eine Begrüssung machen und nachher 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. Anschliessend gehen wir ins Ballhandling. Auch hier ist wichtig, dass wir dies spielerisch gestalten und nicht «stur» die Übungen durchziehen.	Die Kinder lernen spielend
10'	Einstimmen Fussball lernen	<u>Ballhandling (ca. 4-6 Minuten)</u> Ziel LS 10 Rückrunde Beherrschung Übung 1 – 5 Kenntnisse Übung 6 – 9 Ziel LS 11 Rückrunde Beherrschung Übung 1 – 9 <u>Finten (ca. 4-6 Minuten)</u> Ziel LS 10 Rückrunde Kenntnisse Finten 1 – 8 Beherrschung Finten 1 – 4 Ziel LS 11 Rückrunde Beherrschung Finten 1 – 10	Qualität vor Quantität Wenn die Qualität noch nicht erreicht werden kann, bitte bei der Übung dranbleiben. Evtl. Gruppen nach den Fähigkeiten bilden, damit kein Spieler über- oder unterfordert ist. Diese Übungen dürft ihr gerne als «Hausaufgaben» mitgeben.

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Skizze / Beschrieb	Coaching / Variation
15'	Vielseitigkeit Fussball erleben	<p>Jäger und Hase</p>  <p>Offen starten «Jäger» und «Hase» stehen einander gegenüber. Auf ein Signal hin startet der Hase in die markierte Jagdzone. Gleichzeitig rennt der Jäger los. Je nach Verhalten des Jägers entscheidet sich der Hase, durch das rote oder das gelbe Tor zu sprinten. Der Jäger versucht dabei, den Hasen mit den Händen abzufangen/zu berühren. Danach erfolgt ein Rollenwechsel.</p> <p>Üben – Mit einer überraschenden Körpertäuschung den Jäger überlisten und durchs Tor sprinten</p> <p>Wett-eifern Welche Hasen erzielen am meisten Punkte? Wie viele Läufe gelingen, ohne gefangen zu werden? Welcher Jäger schlägt fünf Hasen?</p> <p>Gruppengrösse Mehrere Felder aufbauen - maximum 8 Kinder pro Feld</p>	

30' Fussball lernen

Pass und Ballmitnahme

Variante 1 – 3:0



Offen starten	Drei Kinder von Team Rot greifen auf die beiden Tore an. Sie haben für ihren Abschluss fünf bis zehn Sekunden Zeit, wobei alle den Ball berührt haben müssen. Ist der Ball im Tor oder aus dem Feld, ist das Spiel zu Ende.
Üben	- Durch präzises Zusammenspiel rasch zum Torabschluss kommen - Breite des Feldes nutzen
Wett-eifern	Team Weiss startet gleichzeitig auf der anderen Seite (Gegenstrom). Welches Team erzielt zuerst ein Tor?

Variante 2 – 3:1



Offen starten	Im Spiel 3:1 (oder 2:1) greifen die Kinder von Team Weiss auf die beiden Tore an. Ab der Mittellinie dürfen sie aufs Tor schiessen. Ist der Ball im Tor oder aus dem Feld, ist das Spiel zu Ende.
Üben	- Durch Zusammenspiel oder Dribbling Verteidigung ausspielen und entschlossen den Abschluss suchen
Wett-eifern	Schafft das angreifende Team aus acht Versuchen vier Tore?

Gruppengrösse

Maximum 8 Kinder pro Feld

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.

Varianten

Entscheidet euch entweder für

- Variante 1 oder 2
- oder
- Macht zwei Posten, damit das Kind 15' bei Variante 1 und 15' bei Variante 2 sein kann.

20'	Kleine Spiele Fussball leben/spielen	Freies Spiel – mindestens 15 Minuten (!) Freies Spiel Funino 3:3 oder <u>maximum</u> 4:4 (mehrere Felder aufbauen) Bei ungerader Zahl mit Überzahl (kein Joker) spielen.	Ziele: Kids spielen lassen - Kein Coaching bzw. Spielfluss garantieren 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 / Manual Fussball Kinder (neu) / 15.03.24