



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!»

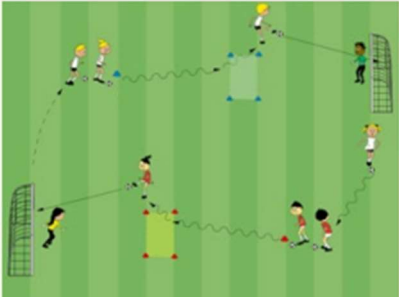
Material

- Bälle / Überzieher / Markierungsteller
- Tore
- Stoppuhr

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung	Skizze / Beschrieb / Ziel	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 stehen vor dem Training mehrere Felder zur Verfügung. Sobald die ersten Kinder erscheinen, spielen sie frei auf den vorbereiteten Felder entweder Handball, Rollball, Feuerball, Fangis oder 3:3. Auswahl durch die Ausbilder.</p> <p>Wichtig: Die Kinder dürfen erst auf den Platz, wenn ein Ausbilder vor Ort ist.</p> <p>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.</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><u>Ballhandling (ca. 4-6 Minuten)</u></p> <p>Ziel LS 10 Rückrunde Beherrschung Übung 1 – 5 Kenntnisse Übung 6 – 9</p> <p>Ziel LS 11 Rückrunde Beherrschung Übung 1 – 9</p> <p><u>Finten (ca. 4-6 Minuten)</u></p> <p>Ziel LS 10 Rückrunde Kenntnisse Finten 1 – 8 Beherrschung Finten 1 – 4</p> <p>Ziel LS 11 Rückrunde Beherrschung Finten 1 – 10</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	Skizze / Beschrieb / Ziel / Variationen	Coaching / Variation						
15'	Vielseitigkeit Fussball erleben	Auswahl durch Ausbilderteam							
20'	Fussball lernen Torabschluss	<p>Ziele</p> <ul style="list-style-type: none"> Die Kinder können den Ball beidfüssig präzise aufs Tor schiessen. Die Kinder bereiten mit der Ballkontrolle den Torabschluss gezielt vor und schiessen effizient ab. <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Ballschule – durch Hütchentor G F E</p>  <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;">Offen starten</td> <td>Die Kinder legen sich den Ball dribbelnd durch das Hütchentor vor und schiessen ab. Danach holen sie den Ball und schiessen auf der anderen Seite an. Variation: auf Minitore abschliessen.</td> </tr> <tr> <td>Üben</td> <td>- Den Torabschluss mit dem letzten Ballkontakt kontrolliert vorbereiten und direkt abschliessen</td> </tr> <tr> <td>Wetteifern</td> <td>Wie viele Versuche gelingen ohne Fehler und mit erfolgreichem Torabschluss?</td> </tr> </table> </div> <p>Maximum 6 Kinder pro Tor/Übung -> mehrere Übungen aufstellen</p> <p>Variationen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vollspann oder Innenseite - Hoch oder flach - Schwierigkeit: <ul style="list-style-type: none"> • Ohne Gegner wie in der Übung beschrieben • Abschlusszone vergrössern/verkleinern • mit passiven Gegner • mit aktivem Gegner • oder ein Trick einfordern <p>Fokus bleibt aber immer der Torabschluss</p>	Offen starten	Die Kinder legen sich den Ball dribbelnd durch das Hütchentor vor und schiessen ab. Danach holen sie den Ball und schiessen auf der anderen Seite an. Variation: auf Minitore abschliessen.	Üben	- Den Torabschluss mit dem letzten Ballkontakt kontrolliert vorbereiten und direkt abschliessen	Wetteifern	Wie viele Versuche gelingen ohne Fehler und mit erfolgreichem Torabschluss?	<p>Bitte wählt 1-2 Coachingpunkte aus und fokussiert euch nur auf diese Punkte:</p> <p>Technik/Präzision vor Kraft</p> <p>Position Standbein</p> <p>Fussgelenk fixieren</p> <p>Mental: Überzeugung / Tor erzielen wollen / Freude am Torabschluss</p> <p>Konzentriert euch auf ein bis zwei Coachingpunkte. Bei Fehlern nicht den Trainingsfluss unterbrechen, sondern indiv. mit den Kindern den «Fehler» herausfinden und Lösungen erarbeiten</p> <p>Individuelle Fragen an die Kinder</p> <ul style="list-style-type: none"> Was kannst du bei der Ballkontrolle verändern, damit dir der Torabschluss noch besser gelingt? Warum ist dir dein Torabschluss gut/noch nicht so gut gelungen?
Offen starten	Die Kinder legen sich den Ball dribbelnd durch das Hütchentor vor und schiessen ab. Danach holen sie den Ball und schiessen auf der anderen Seite an. Variation: auf Minitore abschliessen.								
Üben	- Den Torabschluss mit dem letzten Ballkontakt kontrolliert vorbereiten und direkt abschliessen								
Wetteifern	Wie viele Versuche gelingen ohne Fehler und mit erfolgreichem Torabschluss?								

20'	Kleine Spiele Fussball leben/spielen	Freies Spiel – mindestens 15 Minuten (!) Freies Spiel <u>maximum</u> 4:4 auf E-Tore (Abschlüsse ermöglichen) Mehrere Felder aufbauen Bei ungerader Zahl mit Überzahl (kein Joker) spielen.	Ziele: Kids spielen lassen - Kein Coaching bzw. Spielfluss garantieren Motivieren Loben - Torabschlüsse
-----	---	--	---

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) / 02.05.2024