

TRAININGSKONZEPTION KINDERFUSSBALL

HINWEISE ZUR G-JUGEND

Kinder im G-Jugend-Alter haben eine starke Orientierung am Trainer, eine ausgeprägte Neugierde sowie eine enorme Ich-Bezogenheit. Hinzu kommt ein großer Bewegungs- und Spieldrang verbunden mit einem geringen Konzentrationsvermögen. Diese Aspekte müssen in der Gestaltung einer Trainingseinheit berücksichtigt werden. Die G-Jugend ist oft die erste Vereins- und Mannschaftserfahrung für die Kinder. Sie sind es nicht gewohnt, Spiele als Team zu spielen oder sich z.B. an Auslinien zu orientieren. Gerade weil die Kinder zu Beginn Schwierigkeiten haben, Spielformen zu verstehen, sollte man diese in jeder Einheit anbieten und als Trainer viel Geduld haben.

Als Kindertrainer sollte man den Kindern nicht durch Coaching die Entscheidungen auf dem Feld abnehmen („Schieß!“ „Spiel ab!“), sondern sie selbst Lösungen finden und ausprobieren lassen. „Fehler“ gehören zum Lernprozess dazu. Es gilt, Begeisterung zu entfachen und Spaß am Spiel und der Bewegung zu vermitteln. Mit Spaß lernen die Kids am besten. Das Ziel: Die Kinder nehmen das Gelernte mit nach Hause und verbessern dort, auf der Straße und dem Bolzplatz mit Freunden und Familie ihre Fähigkeiten.

ENTWICKLUNGSSTUFE	ZIELE/SCHWERPUNKTE	TRAINING PRO WOCHE
ICH UND MEIN BALL	Individuelle Ballkontrolle: <ul style="list-style-type: none"> • Dribbeln + Schießen • Spielerisches, implizites Technikkernen in den Spielformen 	1x Fußball + andere Sportart/ vielseitige Bewegungserfahrungen!

TRAININGSKONZEPT G-JUGEND

Die ganzheitliche motorische Entwicklung der Kinder wird durch vielseitige Bewegungsspiele mit Ball, Ballschulspiele und Fangspiele gefördert. Durch freies Spielen, spielerisches Probieren und das Einbauen anderer Sportarten lernen die Kinder Ballgefühl, Koordination, Kreativität und Spielintelligenz.

Vor dem Training können sich die Kinder in einer Freispielzeit austoben. Mit einem Ritual beginnt das Training, in dem alle Kinder durch einfache Spiele jederzeit voll eingebunden sein sollten. In kleinen Feldern und kleinen Teams haben die Kids sehr viele Ballaktionen. Das ermöglicht ihnen maximale Lerngelegenheiten und viele Erfolgserlebnisse. Durch die Glücksgefühle lernen die Kinder den Fußball lieben und verbessern sich schnell. Das Training sollte nach einer Stunde enden – die Kinder wollen sich zwar noch bewegen, das Konzentrationsvermögen nimmt jedoch sehr stark ab. Während der Einheit helfen regelmäßige Trinkpausen, um die Aufmerksamkeit wiederherzustellen.

Die Trainingseinheit ist in drei Phasen eingeteilt. Die Zeitangaben sind als Richtwerte zu verstehen.

	PHASE 1	PHASE 2	PHASE 3
TRAININGSART	Allgemeines Spiel / Spielerische Übungsform	Spielform	Spielform
ANTEIL AM TRAINING BEI 60 MINUTEN TRAININGSZEIT	25%	50%	25%
TRAININGSINHALT	<ul style="list-style-type: none"> • Fangspiele (mit vielfältigen Bewegungsaufgaben) • Vielseitigkeit mit Ball • Ballschule 	<ul style="list-style-type: none"> • Dribbelfußball: 1gg1 + Torwart 	<ul style="list-style-type: none"> • Freie Spielformen: 3gg3 + Torwart

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird in den vorliegenden Ausführungen die gewohnte männliche Sprachform bei personenbezogenen Substantiven und Pronomen verwendet. Dies impliziert jedoch keine Benachteiligung des weiblichen Geschlechts, sondern soll im Sinne der sprachlichen Vereinfachung als geschlechtsneutral zu verstehen sein.

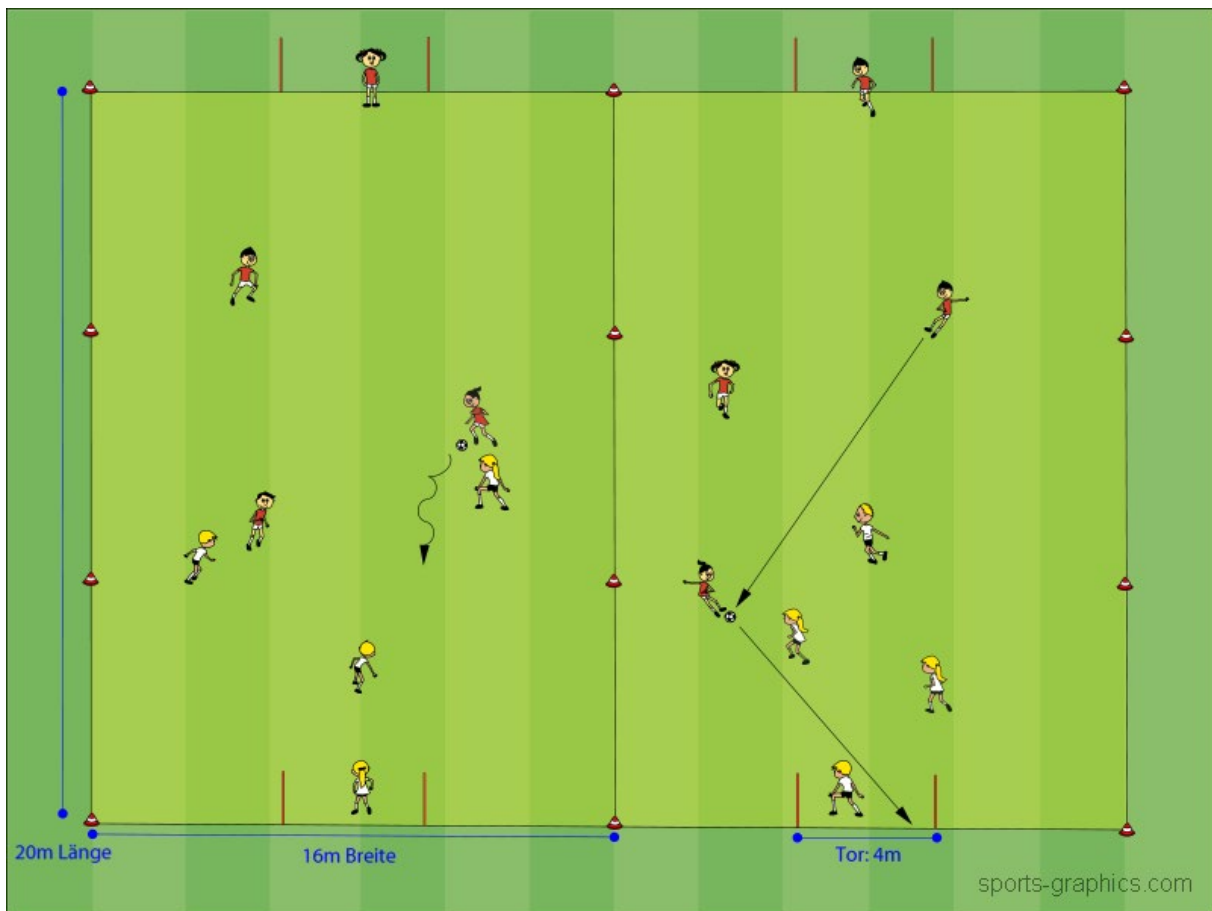
HINWEISE ZUR PHASE 3 – SPIELFORM 2 – FREIE SPIELFORMEN

- Für G-Jugend-Anfänger ist das 3 gegen 3 mit Torhütern ausreichend. Diese Form wird auch bei den G-Jugend-Spieltagen gespielt, daher sollte sie im Training unbedingt durchgeführt werden.
- Wahrscheinlich funktioniert am Anfang nicht alles, doch das sollte kein Grund sein, Dribbelfußball nicht immer wieder durchzuführen. Mit steigenden Fähigkeiten der Kinder können auch die weiteren Formen wie Funino genutzt werden.
- Bei der Durchführung sollte man als Trainer flexibel sein und vor allem darauf achten, dass alle Kinder zu jeder Zeit spielen können. Ob die Kids auf Mini-, Stangen- oder Kegel-Tore kicken ist ebenso unerheblich wie die Mannschaftsgröße (1 gegen 1, 2 gegen 2 oder 3 gegen 3). Die Feldgröße sollte an das Können der Spieler angepasst werden – Torabschlüsse und offensive Erfolgserlebnisse sind für alle Kinder wichtig! Es gilt: Je besser die Spieler, desto kleiner die Felder.
- Auf den nebeneinander aufgebauten Feldern kann mit Auf- und Abstieg gespielt werden, um Duelle auf Augenhöhe zu ermöglichen. Spieler mit kürzeren Konzentrationsspannen können angepasste Pausenzeiten bekommen. Die Felder können vom „letzten“ bis zum „ersten“ Feld nach und nach verkleinert werden.
- Viele Ersatzbälle direkt neben den Feldern vermeiden längere Unterbrechungen. Die Kinder holen sich die Bälle oder der Trainer bringt sie schnell wieder ins Spiel. Es kann mit altersgerechten Bällen unterschiedlichen Umfangs, Gewichts und verschiedenen Prelleigenschaften gespielt werden, um das differenzielle Lernen zu fördern.
- Das Dribbelfußball 3 gegen 3 kann mit wenig Umbau an das Dribbelfußball 1 gegen 1 (siehe Phase 2 – Spielform 1) angeschlossen werden. Dazu müssen nur die Kegel zwischen zwei 1-gegen-1-Feldern und die äußeren Stangen der vier Stangentore entfernt werden. So entsteht ein größeres Feld mit zwei Stangentoren, auf dem 3 gegen 3 gespielt werden kann.

INHALT

Dribbelfußball 3 gegen 3	3
3 gegen 3 in der Halle.....	4
Zauberer: Kugel-Spiel	5
Funino-Grundform	6
Funino: Kontern.....	7
Funino: Umgedrehte Tore.....	8
Mini-Turnierform 3 gegen 3	9

Dribbelfußball 3 gegen 3



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
12 Hütchen, 8 Leibchen, Bälle, 8 Stangen	L: 20m, B: 16m Stangentore: 4m	Ideal: 8 oder 16

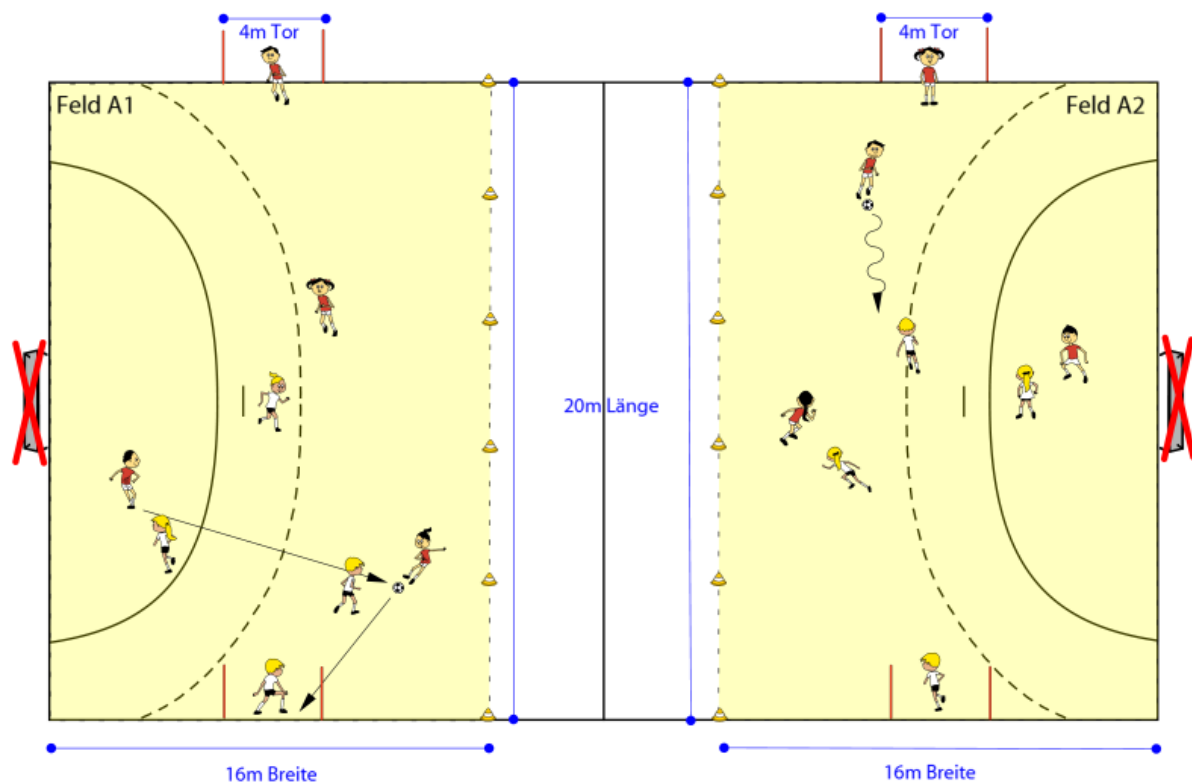
ABLAUF

- So viele Felder aufbauen, dass alle Kinder gleichzeitig spielen können
- In den Feldern jeweils 3 gegen 3 mit Torhütern spielen
- Eindribbeln bei Ausball, statt Eckball wieder vom eigenen Torhüter beginnen oder gegnerischer Torhüter bekommt den Ball

VARIATIONEN

- Bei nicht passender Spieleranzahl
 - Im 2 gegen 2 spielen (evtl. Feld verkleinern)
 - Mit Rotationsspieler spielen, der nach einem Tor ins Spiel kommt. Beispielhafte Wechsellabfolge: Rotationsspieler → Feldspieler → Torhüter → Rotationsspieler
 - Für pausierende Kinder Minifelder aufbauen (z.B. 1 gegen 1 auf Dribbellinien)
- Kurze Spielzeit, danach Feldwechsel und Torhüterwechsel: Verliererteam wechselt ein Feld nach oben, Gewinnerteam ein Feld nach unten (Bei Unentschieden schnelles Stein-Schere-Papier)
- In einem Feld die stärkeren, im anderen Feld die schwächeren Kinder untereinander spielen lassen
- Mit unterschiedlichen altersgerechten Bällen spielen

3 gegen 3 in der Halle



sports-graphics.com

MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
6 Hütchen, 4 Leibchen, 4 Stangen	L: 20m, B: 16m Stangentore: 4m	Ideal: 8 oder 16

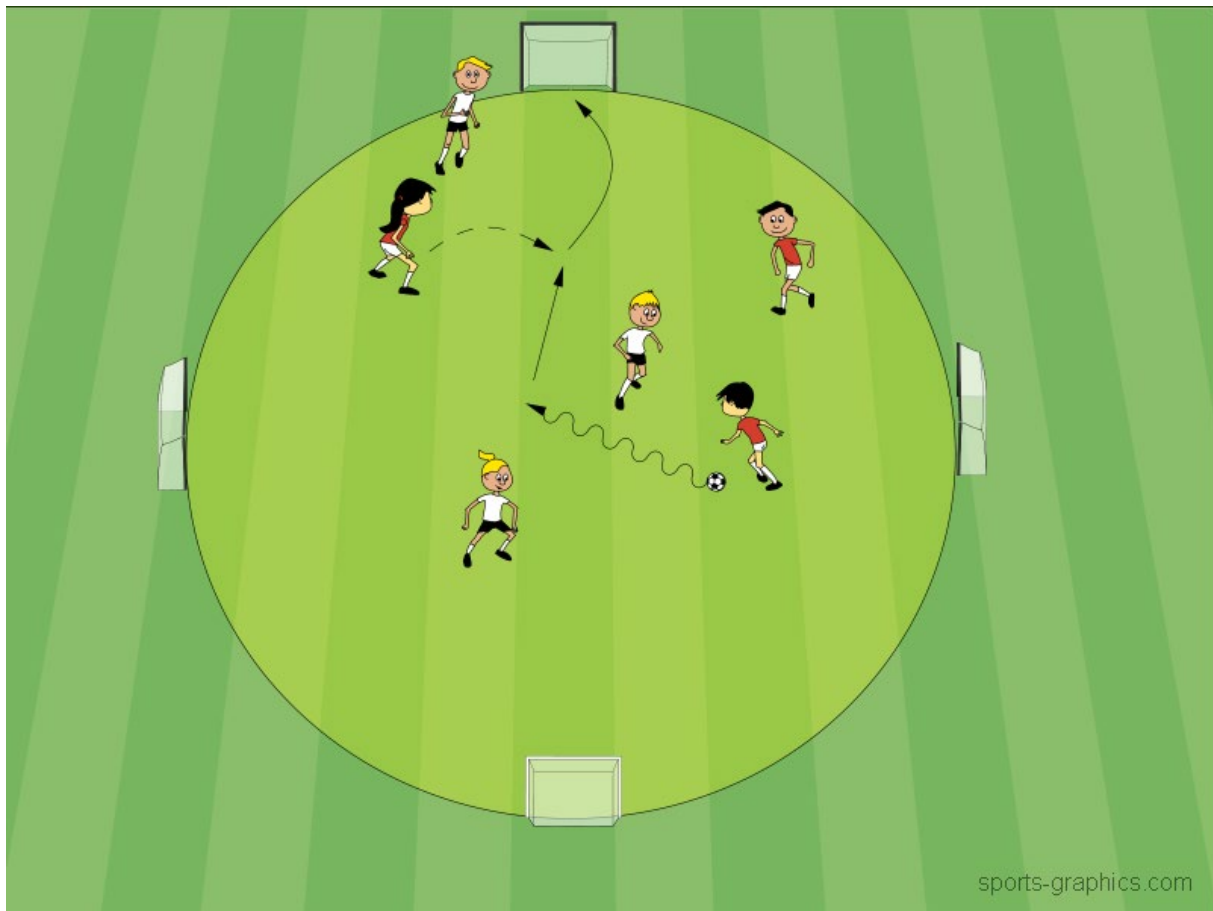
ABLAUF

- In den Feldern jeweils 3gg3 mit Torhütern spielen

VARIATIONEN

- Bei nicht passender Spieleranzahl
 - Im 2gg2 spielen (evtl. Feld verkleinern)
 - Mit Rotationsspieler spielen, der nach einem Tor ins Spiel kommt. Beispielhafte Wechselabfolge: Rotationsspieler → Feldspieler → Torspieler → Rotationsspieler
 - Für pausierende Kinder Minifelder aufbauen (z.B. 1gg1 in der Hallenmitte auf Dribbeltore)
- Kurze Spielzeit, danach Feldwechsel und Torwartwechsel: Verliererteam wechselt ein Feld nach oben, Gewinnerteam ein Feld nach unten (Bei Unentschieden schnelles Stein-Schere-Papier)
- In einem Feld die stärkeren, im anderen Feld die schwächeren Kinder untereinander spielen lassen
- Mit unterschiedlichen Bällen spielen

Zauberer: Kugel-Spiel



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
4 Minitore, 4 Leibchen	Kreis-Durchmesser: 20m	8

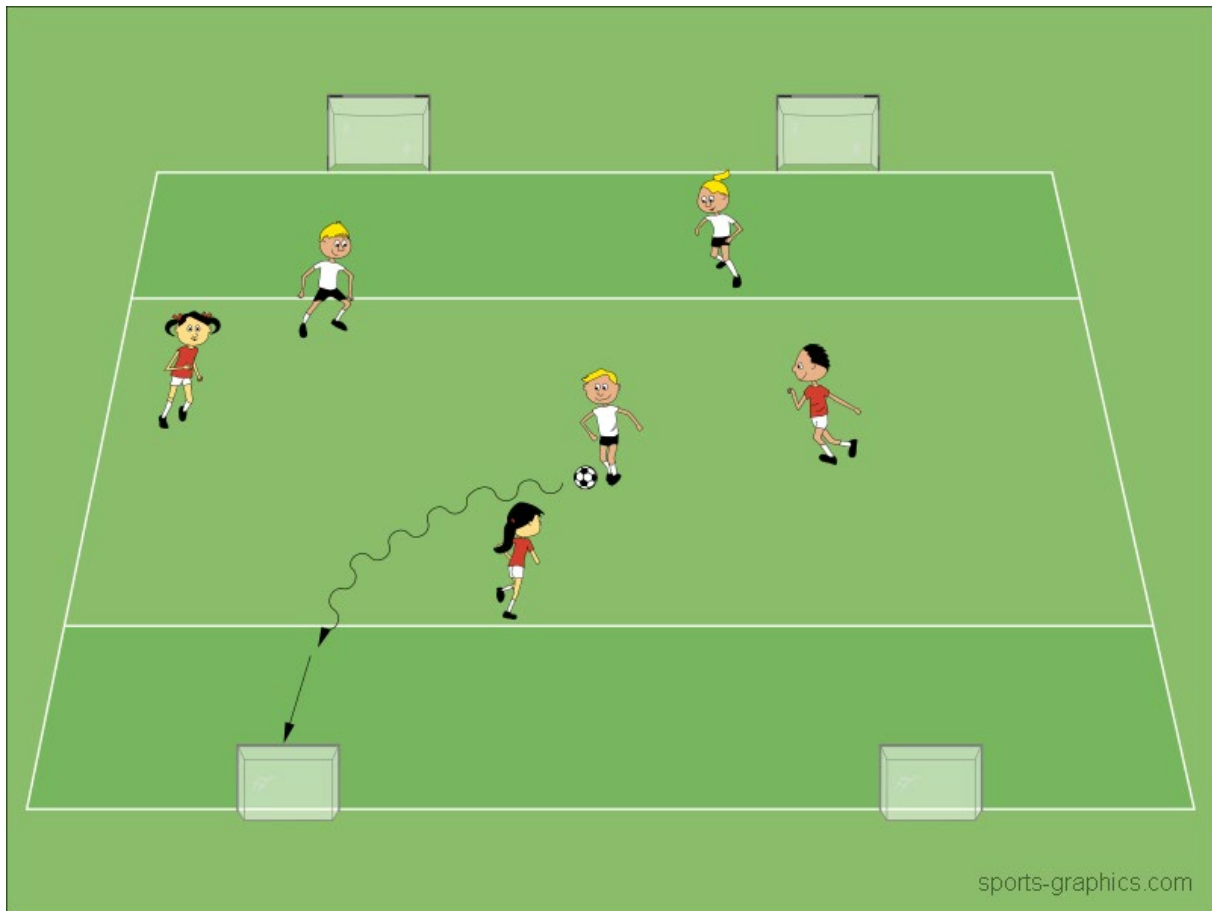
ABLAUF

- Die kleinen Zauberer zanken sich um die Zauberkugeln: Welche Zauberer schaffen es, sich die Kugeln zu sichern und in ihr Schloss zu bringen?
- 3 gegen 3 auf 4 Tore: Beide Teams dürfen in allen Toren Treffer erzielen
- Nach jedem Treffer spielt der Trainer einen neuen Ball ein

VARIATIONEN

- Jedem Team 2 Tore zuordnen
- Nur auf 3 Tore spielen
- Verschiedene Feldformen nutzen
- Unterschiedliche Bälle benutzen
- Im „Barcelona“ mit 3 Teams spielen: 2 Teams spielen im Feld gegeneinander. Wenn ein Tor fällt, verlässt das „Verlierer“-Team schnell das Feld und das Team, das Pause hatte, kommt schnell neu ins Feld
 - Jedes Team repräsentiert einen Verein oder eine Nationalmannschaft

Funino-Grundform



sports-graphics.com

MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
8 Hütchen, 3 Leibchen, 4 Minitore	L: 26m B: 20m Schusszone: 6m	6

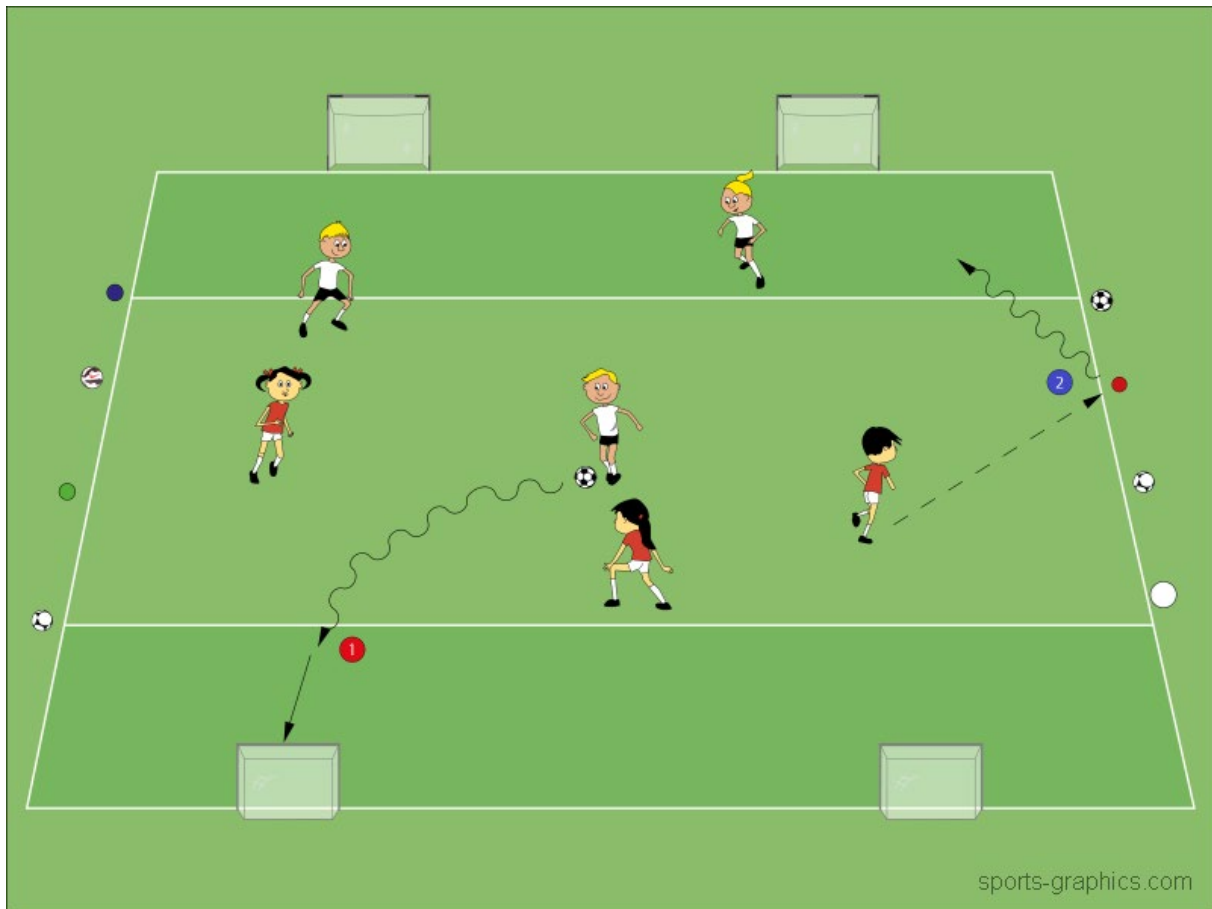
ABLAUF

- Die 3er-Teams verteidigen 2 Minitore und greifen auf 2 Minitore an
- Tore dürfen nur in der Schusszone erzielt werden
- Eindribbeln bei Ausball, statt Eckball wieder von den eigenen Toren beginnen oder das andere Team dribbelt von seinen Toren an

VARIATIONEN

- Im 2gg2 spielen
- Bei ungerader Spieleranzahl mit Rotationsspieler spielen, der nach einem Tor ins Spiel kommt. Beispielhafte Wechselabfolge: Rotationsspieler → Feldspieler → Torhüter → Rotationsspieler
- Der Torschütze muss das Feld verlassen und darf erst bei einem Torerfolg des anderen Teams wieder zurückkehren
- Die zurückliegende Mannschaft kann einen zusätzlichen Spieler einwechseln
- Nach jedem Tor wird der Ball gewechselt. Es wird mit Bällen verschiedenen Umfangs, Gewichts und Prolleigenschaften gespielt, die neben den Toren bereitliegen

Funino: Kontern



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
8 Hütchen, 3 Leibchen, 4 Minitore, 7-15 Bälle	L: 26m B: 20m Schusszone: 6m	6

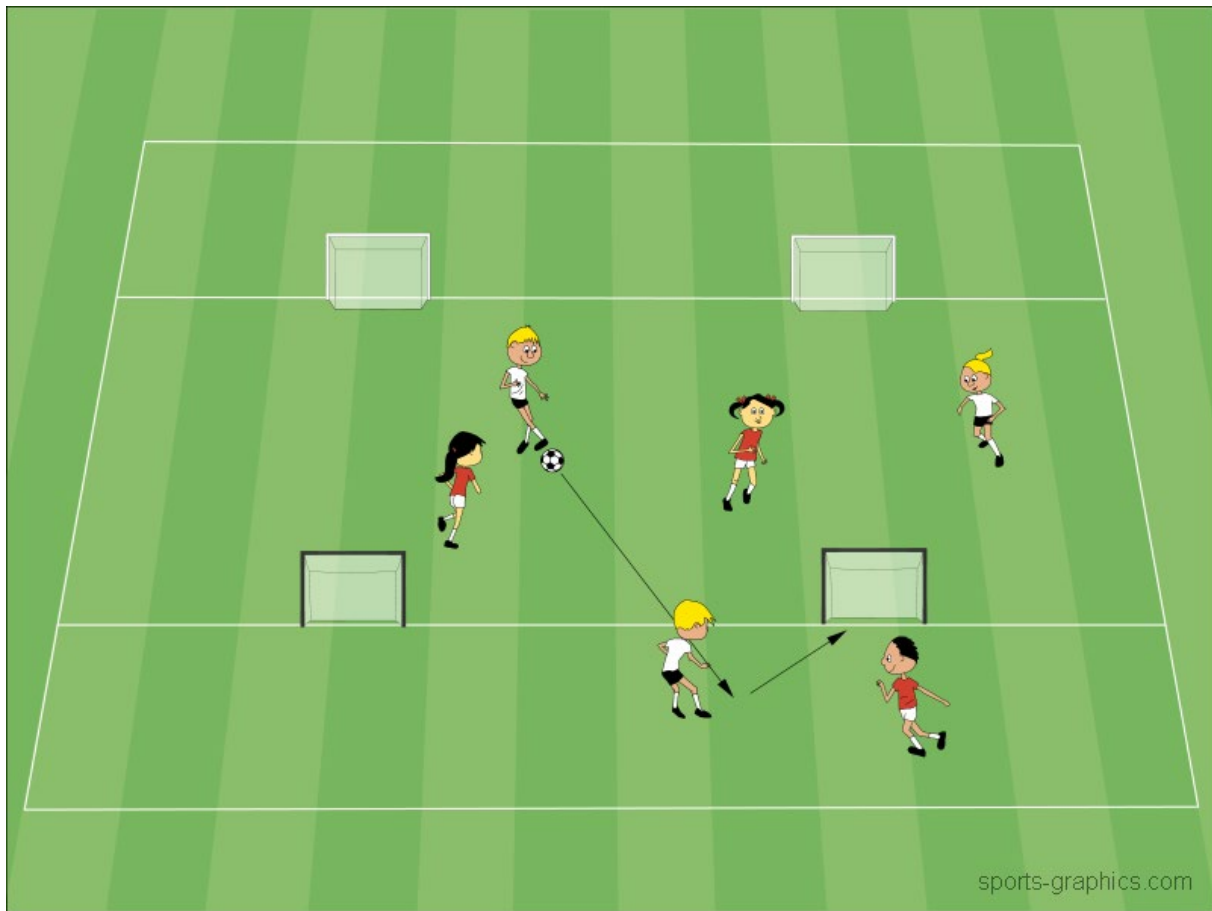
ABLAUF

- Regeln wie in der Funino-Grundform
- Viele unterschiedliche Bälle um das Feld herum verteilen
- Sobald ein Tor fällt, holt ein Kind des „torkassierenden“ Teams einen beliebigen Ball von außerhalb des Spielfelds und dribbelt ins Feld um den Konter zu starten
- Täuschungsfinten beim Ballholen sind erlaubt

VARIATIONEN

- Wenn ein Kind einen Ball ins Aus spielt, muss es den Ball holen und wieder an den Spielfeldrand legen. Sein Team spielt solange in Unterzahl. Das andere Team spielt nach dem Ausball sofort weiter, in dem es einen Ball vom Spielfeldrand eindribbelt.
- Im 2 gegen 2 oder 4 gegen 4 spielen (Feldgröße anpassen)

Funino: Umgedrehte Tore



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
8 Hütchen, 3 Leibchen, 4 Minitore	L: 26m B: 20m Schusszone: 6m	6

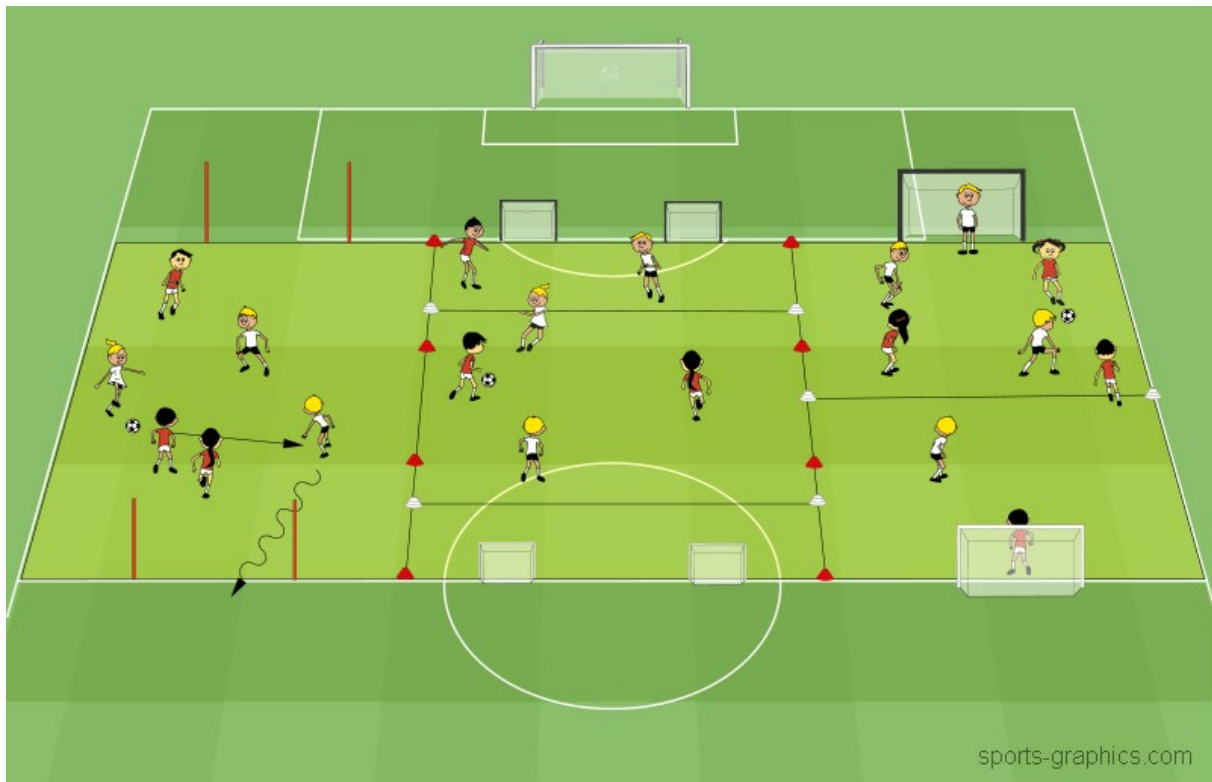
ABLAUF

- Die Tore werden auf die Schusszonenlinie gestellt, mit der Öffnung zur Grundlinie
- Es wird im 3 gegen 3 gespielt, jedes Team verteidigt zwei Tore und greift auf zwei Tore an (Funino-Grundform)

VARIATIONEN

- Im 2 gegen 2 oder 4 gegen 4 spielen (Feldgröße anpassen)
- Tore, die mit dem ersten Kontakt erzielt werden, zählen doppelt
- Die Teams greifen auf je 2 diagonale Tore an

Mini-Turnierform 3 gegen 3



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
14 Hütchen, 4 Stangen, 4 Minitorre (oder Hütchen/Stangen als Alternative), 2 Kleinfeldtore	<u>Jedes Feld (je nach Spieleranzahl):</u> L: 18-35m B:10-25m <u>Funino-Feld in der Mitte:</u> Schusszone L: 6m	12-24

ABLAUF

- 4 bis 6 Teams bilden und sie im 3 gegen 3 gegeneinander in 2 oder 3 Feldern spielen lassen
- Jedes Spiel dauert X Minuten (Vorschlag: 3-4 Minuten)
- Variante 1: Jeder gegen jeden (ggf. mit Hin- und Rückrunde und Turniersieger)
- Variante 2: Verliererteam wechselt ein Feld nach unten, Gewinnerteam ein Feld nach oben (Bei Unentschieden schnelles Stein-Schere-Papier)
- Feld links: Überdribbeln der Linie zwischen den Stangen zählt zwei Punkte, neben den Stangen einen Punkt
- Feld mittig: Tore dürfen nur aus den Schusszonen erzielt (werden Funino)
- Feld rechts: Mit Torhütern, Tore dürfen nur in der gegnerischen Hälfte erzielt werden

VARIATIONEN

- Unterschiedliche Spiele mit unterschiedlichen Bällen auf den unterschiedlichen Feldern möglich: Handball-Kopfball, Linien überdribbeln, Tore dürfen aus dem gesamten Feld erzielt werden, Tore aus bestimmten Zonen zählen doppelt, auf Stangentore schießen statt Linien überdribbeln, Funino-Varianten, etc.
- Bei nicht passender Spieleranzahl
 - Mit Rotationsspieler spielen, der nach einem Tor ins Spiel kommt
 - Für pausierende Teams oder Spieler Minifelder aufbauen (z.B. 1gg1 auf Dribbellinien)