

TRAININGSKONZEPTION KINDERFUSSBALL

HINWEISE ZUR E-JUGEND

E-Jugend-Spieler sind auf dem Weg vom „Spielalter“ zum „Lernalter“. Sie durchlaufen somit eine bedeutende Entwicklung, bei der sie ihre Persönlichkeit und ihre sportlichen und damit fußballerischen Fähigkeiten weiter ausbilden. Die Entwicklung von Lern- und Leistungsbereitschaft sowie von Selbstvertrauen und Konzentration wird durch eine Orientierung an Vorbildern und eine körperliche und psychische Ausgeglichenheit ergänzt.

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
MEINE KUMPELS UND ICH	Individuelle Ballkontrolle + Zusammenspiel: <ul style="list-style-type: none"> • Dribbeln + Passen + Ballmitnahme (flach & hoch) + Schießen • Ergänzende, spielerische „Kopfballschulung“ (leichte Bälle) 	2x Fußball + andere Sportart(en) (vielseitige Bewegungserfahrungen!)

TRAININGSKONZEPT E-JUGEND

Auf dem Weg vom „Spielalter“ zum „Lernalter“ werden im E-Jugend-Training auch Formen für Koordination, Technik und Schnelligkeit eingebunden, die jedoch zu großen Teilen in spielerischen Übungsformen verpackt werden. In den Spielformen wird auch vermehrt der Gegner-, Raum- und Zeitdruck erhöht.

Die Kinder sollen im Training möglichst zu jeder Zeit voll eingebunden sein, denn die Kinder und deren Entwicklung stehen im Mittelpunkt. Durch kleine Felder und kleine Teams haben die Kids sehr viele Ballaktionen. Das ermöglicht maximale Lerngelegenheiten und viele Erfolgserlebnisse. Durch die Glücksgefühle lernen die Kinder den Fußball lieben und verbessern sich schnell.

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

	PHASE 1	PHASE 2	PHASE 3	PHASE 4
TRAININGSART	Allgemeines Spiel / Spielform	Übungsform	Spielform 1	Spielform 2
ANTEIL AM TRAINING	25%	25%	25%	25%
BEI 80 MINUTEN TRAININGSZEIT	20 Minuten	20 Minuten	20 Minuten	20 Minuten
TRAININGS-INHALT	<ul style="list-style-type: none"> • Fangspiele (mit vielfältigen Bewegungsaufgaben) • Vielseitigkeit mit Ball • Ballschule • Fußball-Spielform 	<ul style="list-style-type: none"> • Formen für Koordination, Technik & Schnelligkeit • Formen mit Gegner-, Raum- & Zeitdruck 	<ul style="list-style-type: none"> • Dribbelfußball: 1gg1 + Torwart bis 3gg3 + Torwart • Funino • Kleine Spielformen 	<ul style="list-style-type: none"> • Freie Spielformen: 4gg4 + 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.

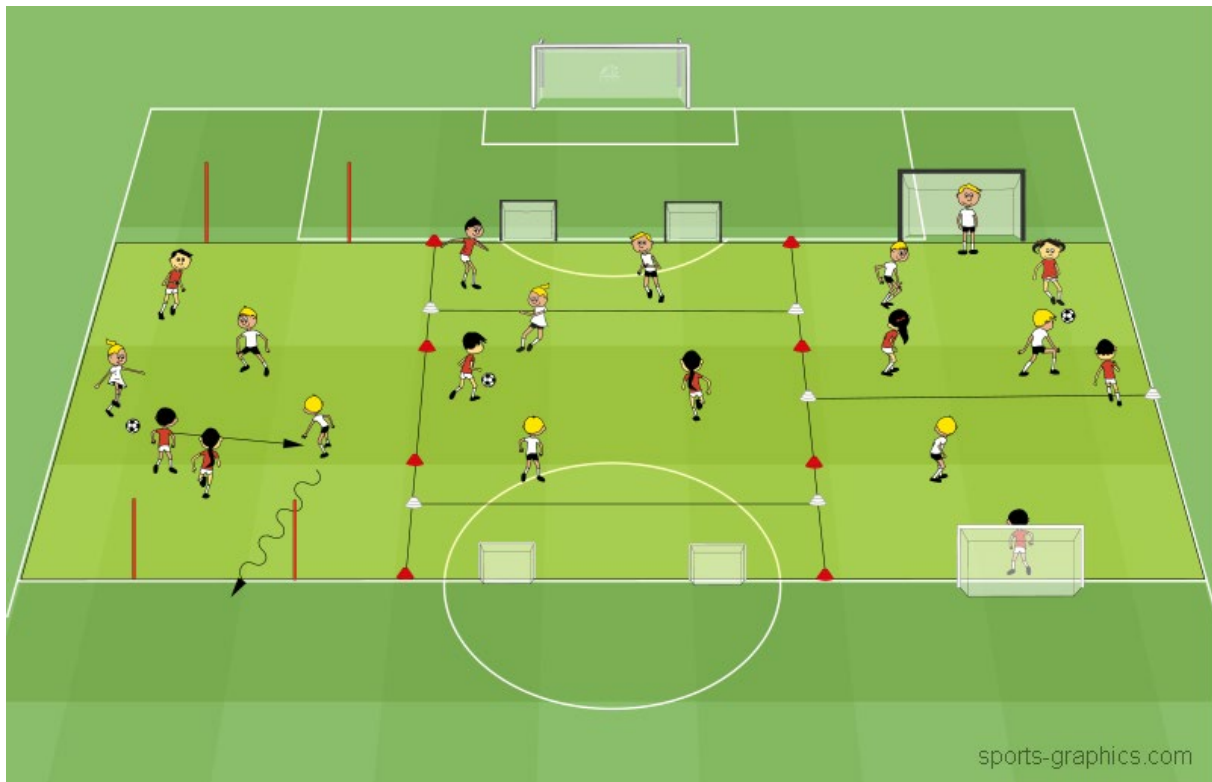
HINWEISE ZUR PHASE 4 – SPIELFORM 2 – FREIE SPIELFORMEN

- In freien Spielformen haben alle Kinder viele Ballaktionen und damit viele Möglichkeiten, sich auszuprobieren, Fehler zu machen und somit spielerisch selbstentdeckend zu lernen.
- „Organisiertes Bolzplatzspiel“: Die Trainer geben mit der Spielform den Rahmen vor, sollten die Kinder aber dann in diesem Rahmen frei spielen lassen, um das selbstentdeckende Lernen zu ermöglichen. Die Trainer unterstützen und ermutigen die Kinder, schaffen Begeisterung und Erfolgserlebnisse und setzen das Coaching punktuell und zielgerichtet ein: Weniger ist hier mehr!
- Bei der Durchführung freier Spielformen 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 oder 4 gegen 4). 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.
- Es ist nicht notwendig, dass jedes Feld dauerhaft mit einem Trainer besetzt ist. Für die Entwicklung der Persönlichkeit und für das soziale Lernen ist es förderlich, wenn die Kinder die Spiele unter sich regeln. Sie brauchen keinen Schiedsrichter!
- Viele Ersatzbälle direkt neben dem Feld vermeiden längere Unterbrechungen. Die Kinder holen sich die Bälle oder der Trainer bringt sie schnell wieder ins Spiel. Es kann mit Bällen unterschiedlichen Umfangs, Gewichts und verschiedenen Prelleigenschaften gespielt werden, um das differenzielle Lernen zu fördern. Die Bälle für die fußballspezifischen Formen dürfen das Gewicht der in den Ausführungsbestimmungen des SBFV genannten Bälle nicht überschreiten (kindgerechtes Gewicht für die Fußballaktionen wie z.B. Kopfball ist notwendig).

Inhalt

Mini-Turnierform 3 gegen 3	3
Mini-Turnierform 4 gegen 4	4
Abschlussspiele mit Über- und Unterzahl	5
Barcelona	6
Funino-Grundform	7
El Chaos: Doppeltes 3 gegen 3	9
4 gegen 4 in 4 Zonen	10
4 gegen 4 mit Dribbeltoren	11

Mini-Turnierform 3 gegen 3



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
14 Hütchen, 4 Stangen, 4 Minitorer (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

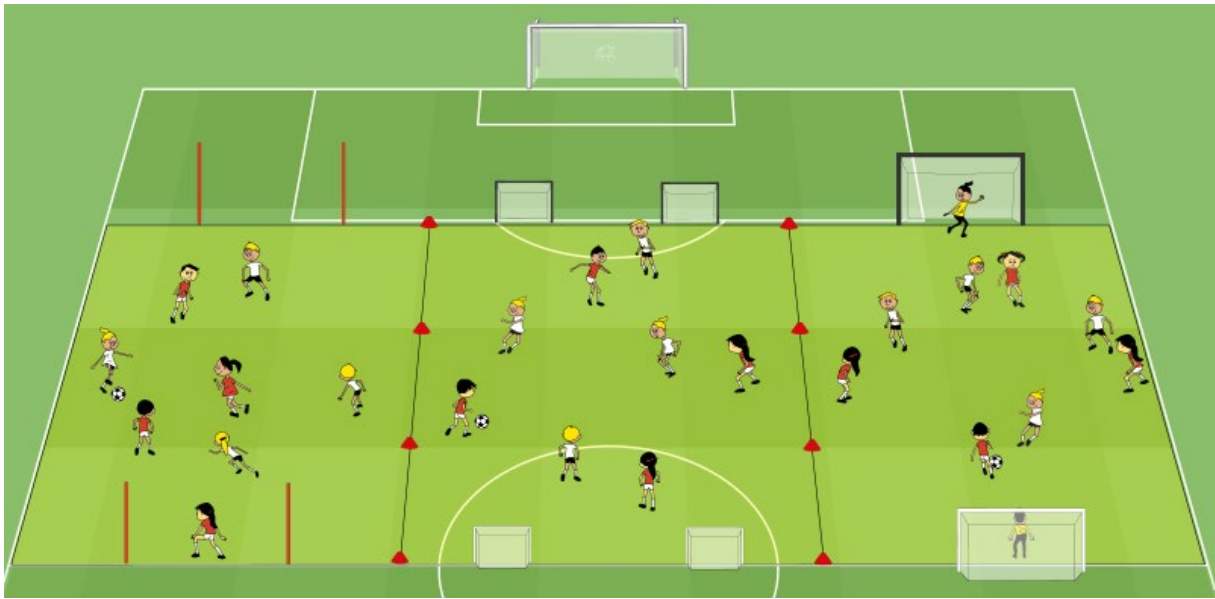
ABLAUF

- 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)

Mini-Turnierform 4 gegen 4



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
12 Hütchen, 4 Stangen, 4 Minitorer (oder Hütchen/Stangen als Alternative), 2 Kleinfeldtore	Jedes Feld: L: 30m B: 20m Funino-Feld in der Mitte: Schusszone L: 6m	18-26

ABLAUF

- 4 bis 6 Teams bilden und sie im 4 gegen 4 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)

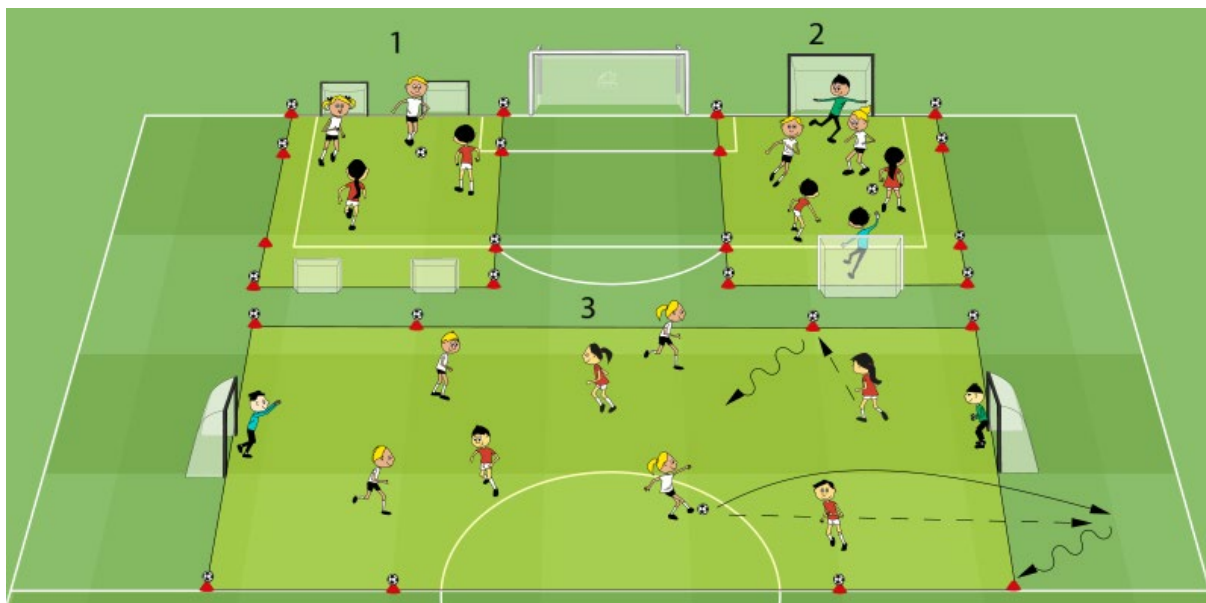
VARIATIONEN

- Möglicher Spielplan für 4 Teams:

	Feld 1	Feld 2
Spiel 1	Team A – Team B	Team C – Team D
Spiel 2	Team A – Team C	Team B – Team D
Spiel 3	Team A – Team D	Team C – Team B

- 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)

Abschlussspiele mit Über- und Unterzahl



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
Feld 1: 8 Hütchen, 4 Minitore, 2 Leibchen Feld 2: 8 Hütchen, 2 Kleinfeldtore mit Torwart, 2 Leibchen Feld 3: 8 Hütchen, 2 Kleinfeldtore mit Torwart, 4 Leibchen	Feld 1: L: 20m B: 15m Schusszone: 5m Feld 2: L: 26m B: 20m Schusszone: 6m Feld 3: L: 40m B: 20m Schusszone 10m	10-24

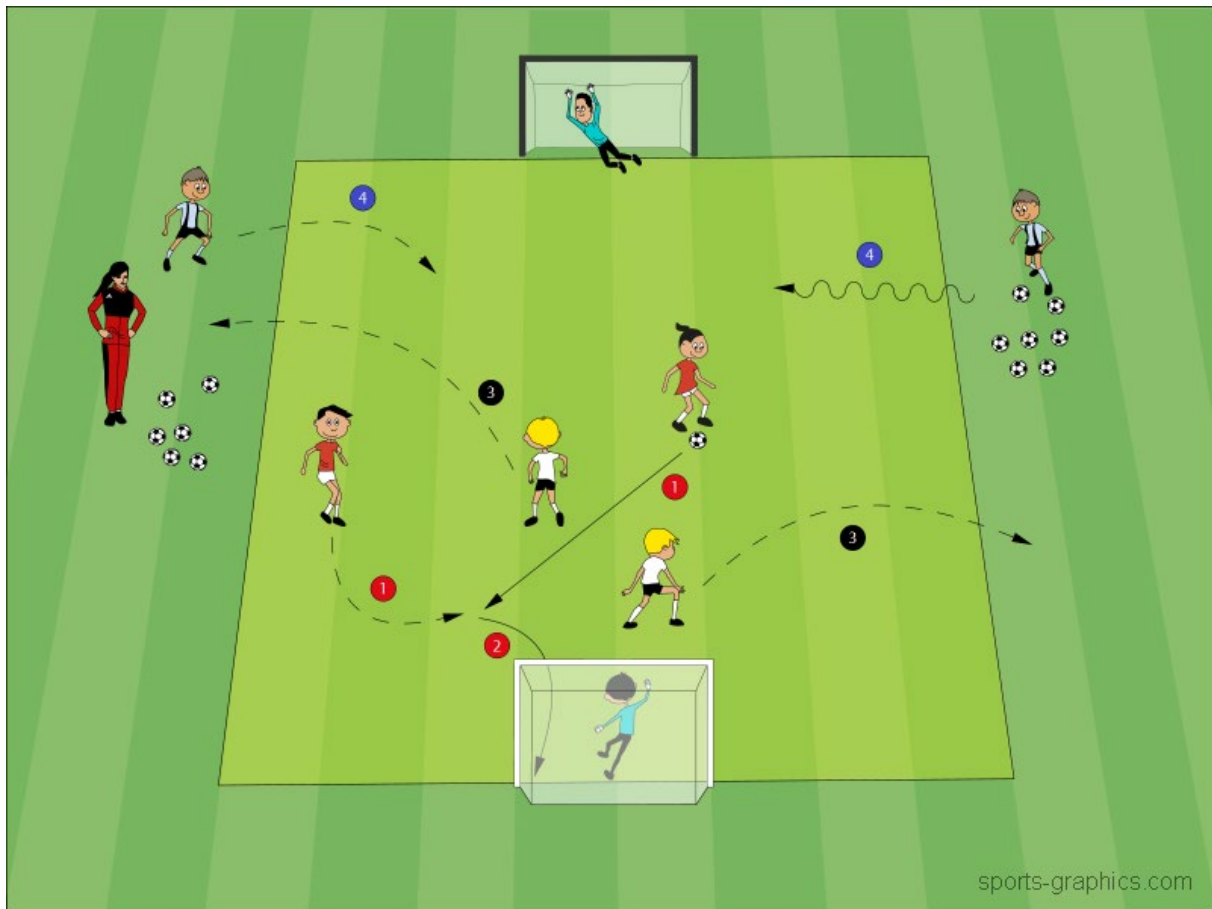
ABLAUF

- Vier 4er Teams einteilen (andere Anzahl an Teams und andere Teamgrößen möglich)
- Team 1 und 2 spielen in den Feldern 1 und 2 gegeneinander, Team 3 und 4 spielen in Feld 3 gegeneinander
 - Feld 1: Funino im 2 gegen 2
 - Feld 2: 2 gegen 2 auf Kleinfeldtore mit Torhüter
 - Feld 3: 4 gegen 4 auf Kleinfeldtore mit Torhüter
- Bei einem Ausball muss der Schütze den Ball holen und auf einem freien Hütchen positionieren. Das andere Team holt währenddessen einen Ball von einem Hütchen, dribbelt ins Feld und ist kurzzeitig in Überzahl
- Bei einem Torerfolg holt das Team, dass das Tor kassiert hat, einen neuen Ball von einem Hütchen und kontert direkt auf das andere Tor
- Torerfolg nur aus den Schusszonen
- Nach 7 Minuten tauschen die Teams ihre Felder (andere Spielzeiten möglich)

VARIATIONEN

- Ohne Schusszonen: Tore dürfen von überall erzielt werden
- Mit vier 3er-Teams in zwei Feldern 3 gegen 3 spielen
- Bei ungerader Spieleranzahl mit Rotationsspieler spielen, der nach einem Tor ins Spiel kommt
- Mit unterschiedlichen Bällen und Feldern spielen (Dribbellinien, Dribbeltore, Minitore, Kleinfeldtore usw.)

Barcelona



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
4 Hütchen, 2x2 verschiedene Leibchen, 2 Kleinfeldtore	L: 20m B: 15m	8 (davon 2 TW)

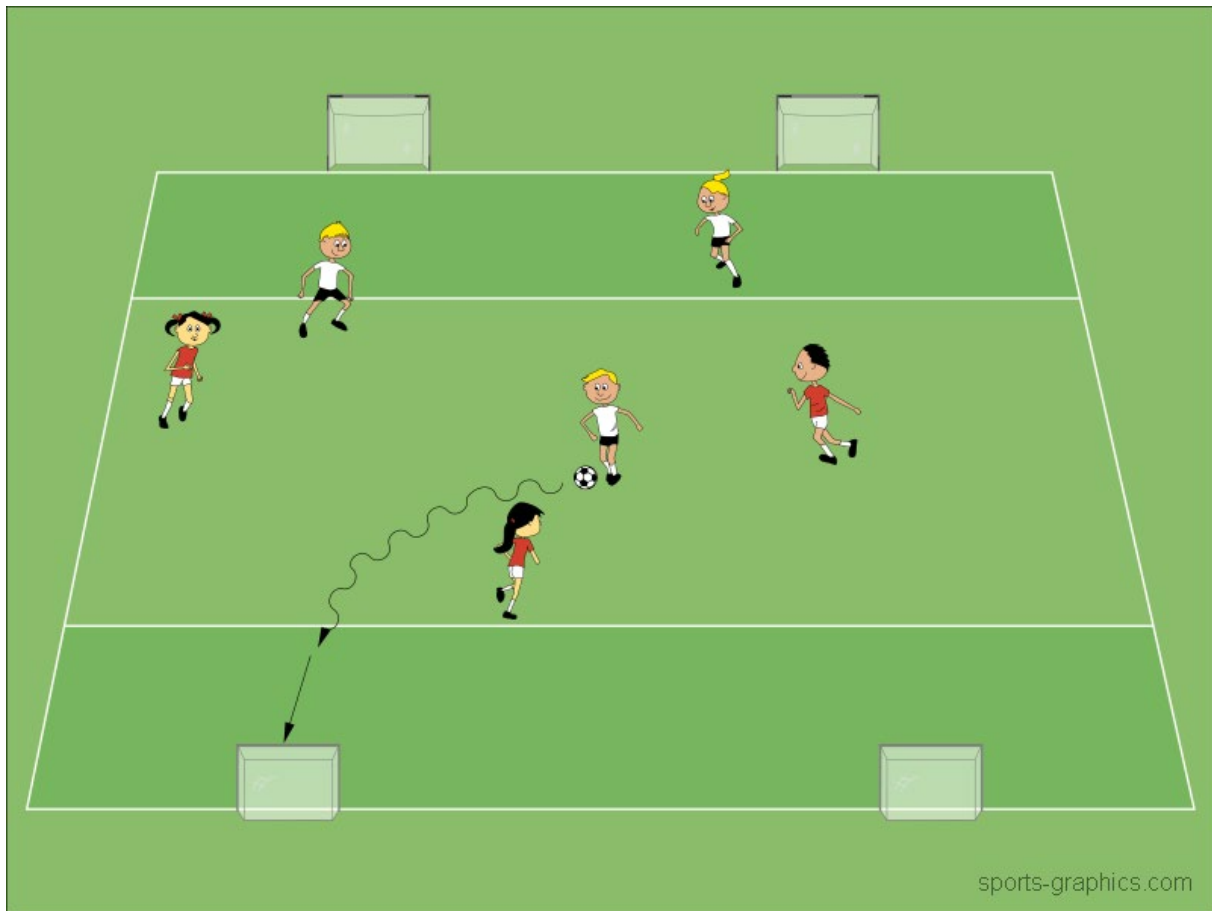
ABLAUF

- Rot spielt im 2 gegen 2 gegen Weiß, Blau hält sich bereit
- Wenn ein Tor fällt, verlässt das „Verlierer“-Team (hier: Weiß) schnell das Feld
- Blau dribbelt mit Ball ins Feld und spielt gegen das „Gewinner“-Team Rot

VARIATIONEN

- Das Team, dass ein Tor erzielt hat, bleibt in Ballbesitz und greift auf die andere Seite an
- Mit 3er- oder 4er-Teams spielen (Feldgröße anpassen)
- Auf einem Funino-Feld ohne Torhüter spielen
- Mit unterschiedlichen Bällen spielen
- Jedes Team repräsentiert einen Verein oder eine Nationalmannschaft

Funino-Grundform



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

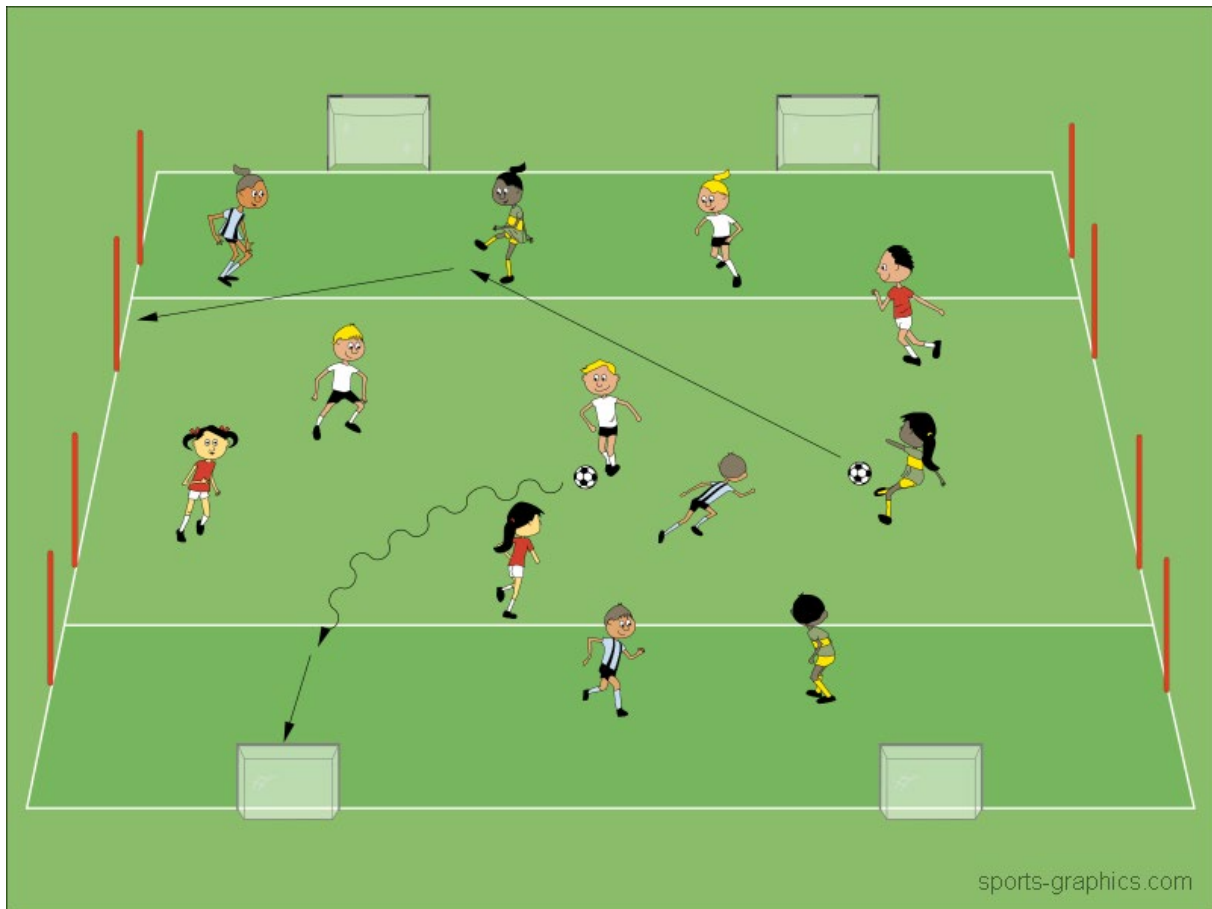
VARIATIONEN

- Im 2 gegen 2 oder 4 gegen 4 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

WEITERE FUNINO-VARIATIONEN

- Nach einem Tor bleibt die erfolgreiche Mannschaft in Ballbesitz und greift auf die Tore auf der anderen Seite an. Variation: Sieger ist die Mannschaft, die am meisten Tore in Folge ohne Ballverlust erzielt hat
- Auf etwas breitere Hütchen- oder Stangentore spielen (z.B. 6m), die überdribbelt werden müssen
- Die Spieler beider Teams starten an der Grundlinie. Der Trainer ruft zwei Zahlen (z.B. „2“ und 3“) und spielt einen Ball ins Feld. Die erste Zahl bestimmt die Anzahl der Spieler, die vom unteren Team ins Feld starten, die zweite Zahl die Anzahl der Spieler, die vom oberen Team ins Feld starten. Variationen: Rechenaufgaben, würfeln, etc.
- Die Spieler beider Teams starten an der Grundlinie. Jedem Spieler jedes Teams ist eine Zahl zugeordnet (1, 2 und 3). Der Trainer ruft Zahlen (z.B. „2!“ und „3!“) und spielt einen Ball ins Feld. Die Spieler mit den aufgerufenen Nummern starten ins Feld und spielen gegeneinander. Variationen: Rechenaufgaben, würfeln, etc.
- Tore farbig markieren
 - Der Trainer stellt den Kindern während des Spiels eine Rechenaufgabe. Bei einem ungeraden Ergebnis wird das rote und bei einem geraden Ergebnis das gelbe Tor angegriffen
 - Der Übungsleiter ruft die Farbe des Hütchentores auf, in der die ballbesitzende Mannschaft ein Tor erzielen muss.
- Alle Kinder müssen ihr dominierendes Auge mit einer Augenklappe zudecken
- Der Trainer zeigt mit seinem ausgestreckten Arm an, auf welches Tor die ballbesitzende Mannschaft ein Tor erzielen muss
- Ein Tor zählt nur, ...
 - ... wenn der Torschütze den Ball flach zugespielt bekommen hat
 - ... wenn vorher alle drei Kinder mindestens einmal den Ball berührt haben
 - ... wenn sich alle Kinder der ballbesitzenden Mannschaft in der gegnerischen Spielfeldhälfte befinden
 - ... wenn die angreifende Mannschaft den Ball mindestens acht Sekunden in den eigenen Reihen gehalten hat
 - ... wenn zwischen Balleroberung und Torabschluss weniger als fünf Sekunden vergangen sind
 - ... der Ball vorher mindestens einmal im Lauf angenommen, ein spielverlagernder Pass oder ein Direktpass gespielt wurde
- **Alle weiteren Funino-Variationen aus Phase 3 – Spielform 1 möglich**

El Chaos: Doppeltes 3 gegen 3



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
8 Hütchen, 9 Leibchen 4 Minitore, 4 Stangen-/Hütchentore	L: 26m B: 20m Schusszone: 6m	12

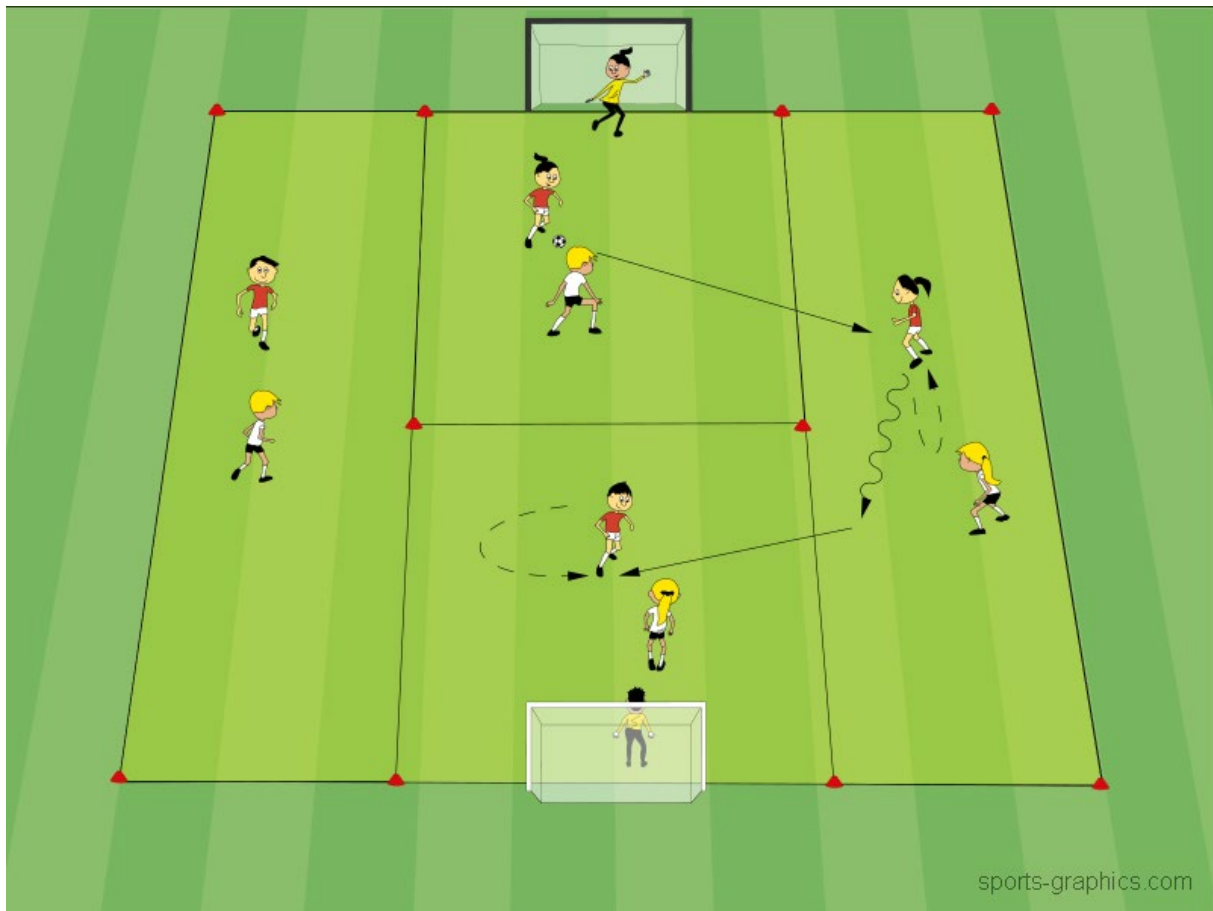
ABLAUF

- 2 Funino-Spiele gleichzeitig auf einem Feld
- Zwei 3er-Teams spielen gegeneinander quer auf die Stangentore, zwei 3er-Teams spielen gegeneinander auf die Minitore
- Nach 3 Minuten wechseln die Teams die Spielrichtung um 90 Grad. Sie spielen also jeweils auf die anderen Tore

VARIATIONEN

- Auf das Trainerkommando „Wechsel“ ändern die Teams die Spielrichtung um 90 Grad
- Die Seiten sind benannt nach Norden, Osten, Süden, Westen. Der Trainer kann während dem Spiel mit Kommandos die Teams durchtauschen (z.B. „Rot Norden, Weiß Osten, Gelb Süden, Blau Westen“)
- Torerzielung durch Dribbling durch die Stangentore
- Die Stangentore dürfen vom hintersten Kind auch mit der Hand verteidigt werden

4 gegen 4 in 4 Zonen



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
2 Tore mit Torhüter, 10 Hütchen, 4 Leibchen	L: 26m B: 20m	10

ABLAUF

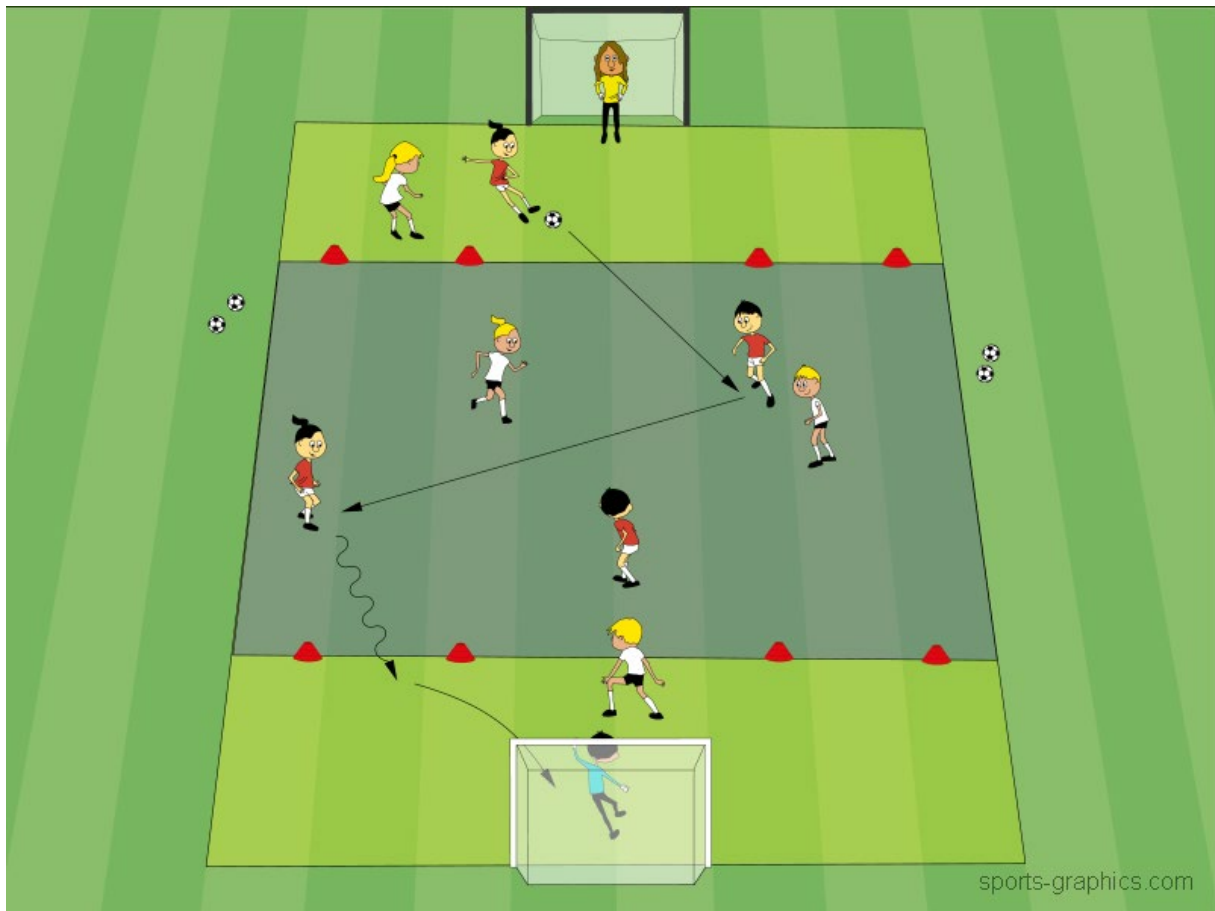
- 4 gegen 4: Die Kinder dürfen miteinander spielen, sind aber an ihre Zonen gebunden
- Tore zählen von überall
- Nach Torerfolg startet das Spiel beim eigenen Torhüter

VARIATIONEN

- Der Torhüter darf pro Angriff nur einmal angespielt werden
- In der Offensive dürfen die Zonen getauscht werden. Jede Zone muss aber weiterhin besetzt sein
- Je nach Alter und Niveau das Feld vergrößern oder verkleinern
- Kurze Durchgänge, da die Spielform sehr intensiv ist

Die Spielform fördert das Freilaufverhalten (Lösen vom Gegner) sowie das Verhalten im 1 gegen 1.

4 gegen 4 mit Dribbeltoren



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
12 Hütchen, 4 Leibchen, 2 Kleinfeldtore	L: 30m B: 20m Mittelzone 10m	8-10

ABLAUF

- 4 gegen 4: In der Grafik greift Team Rot auf das untere Tor an, Weiß auf das obere Tor
- Erst nach einem Dribbling durch eines der 4 Dribbeltore darf auf das Kleinfeldtor abgeschlossen werden
- Wenn in einem Angriff durch 2 Dribbeltore gedribbelt wurde, zählt ein im Anschluss erzieltes Tor doppelt

VARIATIONEN

- Die Dribbeltore können auch durchpasst werden
- Auf einem Funino-Feld spielen
- Im 3 gegen 3 spielen