

TRAININGSKONZEPTION KINDERFUSSBALL

HINWEISE ZUR F-JUGEND

Der Kinder haben in der F-Jugend bereits erste Erfahrungen in der Schule gesammelt, was einen entscheidenden Unterschied zur G-Jugend darstellt. Fußball ist meist kein Neuland für sie, da viele bereits in der G-Jugend dem Ball hinterhergejagt haben. Große Lust am Wettstreiten, hohe Bewegungs- und Spielfreude aber auch ein geringes Konzentrationsvermögen und eine hohe Sensibilität sind typisch in dieser Altersklasse.

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
MEIN KUMPEL UND ICH	Individuelle Ballkontrolle + Zusammenspiel: <ul style="list-style-type: none"> • Dribbeln + Passen + Ballmitnahme (flach) + Schießen • Spielerisches, implizites Techniklernen in den Spielformen 	1-2x Fußball + andere Sportart(en) (vielseitige Bewegungserfahrungen!)

TRAININGSKONZEPT F-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 Konzentrationsvermögen nimmt während der Einheit stark ab. Regelmäßige Trinkpausen helfen, 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	25%	40%	35%
BEI 75 MINUTEN TRAININGSZEIT	18 Minuten	30 Minuten	27 Minuten
TRAININGSINHALT	<ul style="list-style-type: none"> • Fangspiele (mit vielfältigen Bewegungsaufgaben) • Vielseitigkeit mit Ball • Ballschule 	<ul style="list-style-type: none"> • Dribbelfußball (1gg1 + Torwart, 2gg2 + Torwart) 	<ul style="list-style-type: none"> • Freie Spielformen (3gg3 + Torwart) • Funino

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.

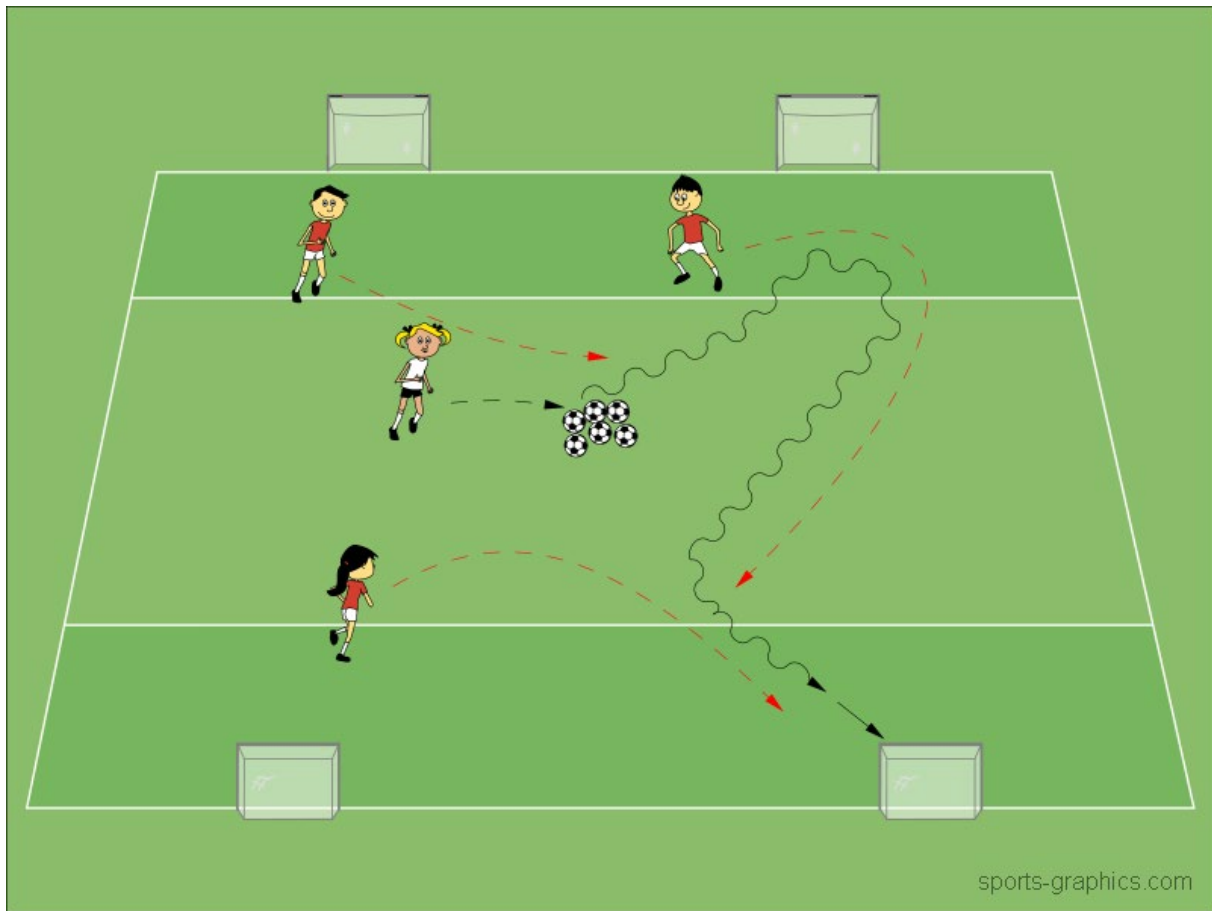
HINWEISE ZUR PHASE 3 – SPIELFORM 2 – FUNINO

- Das Spiel im 3 gegen 3 auf 4 Mini-Tore ist eine sehr gute Form zur Entwicklung der Spielintelligenz und Spielkreativität der Kinder. Jederzeit werden Wahrnehmung, Entscheidung und die technische Ausführung der Kinder gefördert und gefordert. Funino ist ein Teil des neuen Fair-Play-Spieltags und sollte mit seinen vielen Variationen zentral im Kinderfußballtraining sein.
- Dank der vielen Variationsmöglichkeiten kann ein gesamtes Training allein mit Funino-Formen durchgeführt werden. Zur Hinführung bieten sich vereinfachte Formen wie ein 2 gegen 1 an. Wenn die Kinder die 3-gegen-3-Grundform beherrschen, können immer herausfordernde Varianten gespielt werden. Viele Formen sind vom Funino-Erfinder Horst Wein.
- 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 (2 gegen 2, 3 gegen 3 oder notfalls 4 gegen 4).
- Auf den nebeneinander aufgebauten Feldern kann mit Auf- und Abstieg gespielt werden, um Duelle auf Augenhöhe zu ermöglichen.
- 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 Prelloigenschaften gespielt werden, um das differenzielle Lernen zu fördern.

INHALT

Dribbel-Spiel Lionel Messi	3
El Chaos: 1 gegen 1	4
Funino-Hinführung: 2 gegen 1	5
Funino-Hinführung: 2 gegen 1 auf beiden Seiten	6
Funino-Hinführung: 2 gegen 1 +1	7
Funino vom 1 gegen 1 zum 3 gegen 3	8
Funino-Grundform	9
Funino: Spiel in die Tiefe	11
Funino: Raumaufteilung	12
Funino: Kontern	13
Funino: Umgedrehte Tore	14
Funino: Diagonale Tore	15
Funino: Wechselnde Tore	16
Funino: Handicap	17
Funino: Mitspieler an der Seitenlinie	18
El Chaos: Doppeltes 3 gegen 3	19
Funino: Aushelfen	20

Dribbel-Spiel Lionel Messi



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
8 Hütchen, 1 Leibchen, 4 Minitore, 4-6 Bälle	L: 26m B: 20m Schusszone: 6m	Min. 3

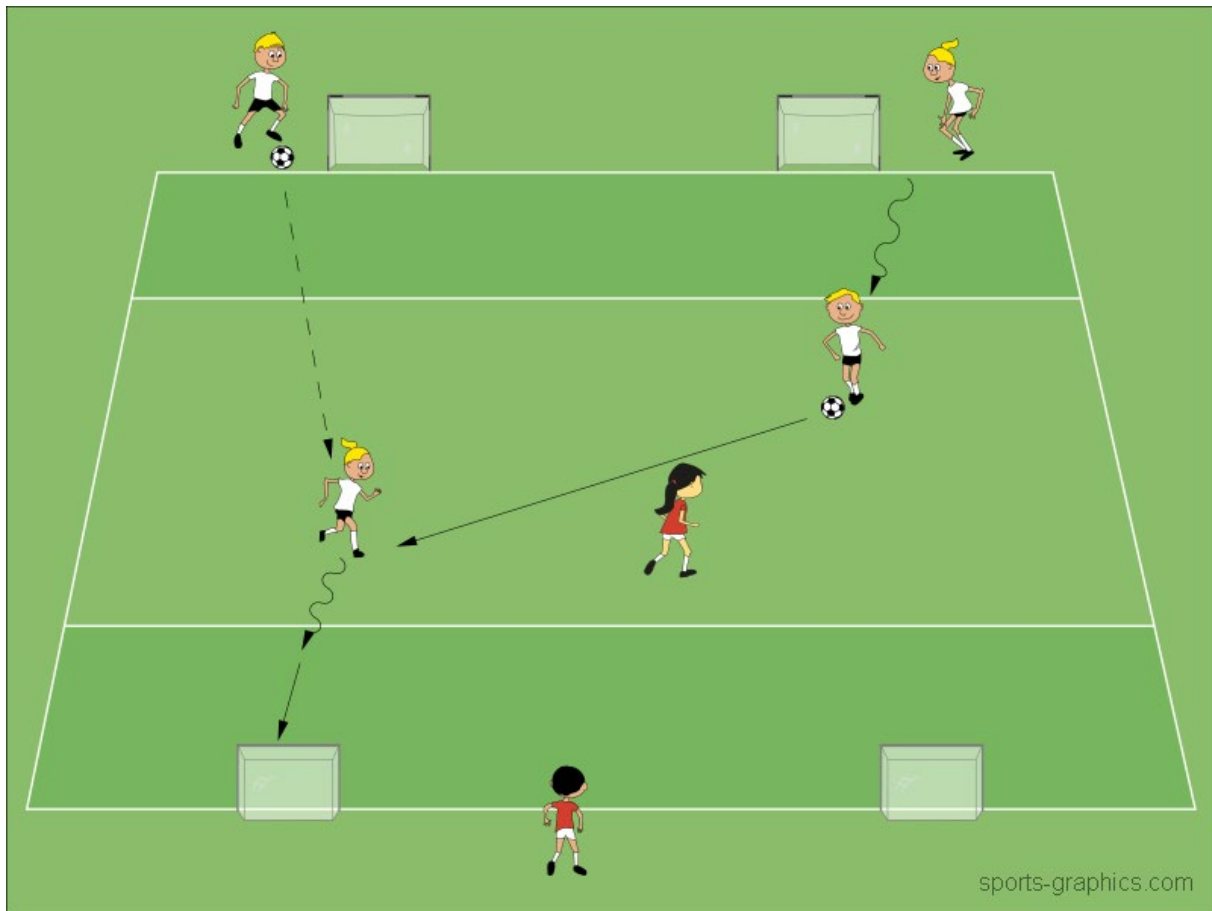
ABLAUF

- 1 Angreifer gegen 2 oder 3 Verteidiger
- Start: Angreifer holt sich einen Ball aus dem Balldepot in der Spielfeldmitte und versucht, ein Tor zu erzielen
- Die Verteidiger versuchen den Ball zu erobern und ein Kontertor zu erzielen
- Tore dürfen nur aus den Schusszonen erzielt werden

VARIATIONEN

- Der Angreifer hat nur eine gewisse Zeit (z.B. 10 Sekunden) bis zum Abschluss
- Nach Torerfolg oder Ausball holt sich der Angreifer sofort einen neuen Ball aus der Mitte und greift wieder an
- Unterschiedliche Bälle im Balldepot deponieren (Kleiner Fußball, Basketball, Tennisball, Football, etc.)

Funino-Hinführung: 2 gegen 1



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
8 Hütchen, 2 Leibchen, 4 Minitore	L: 26m B: 20m Schusszone: 6m	Min. 3

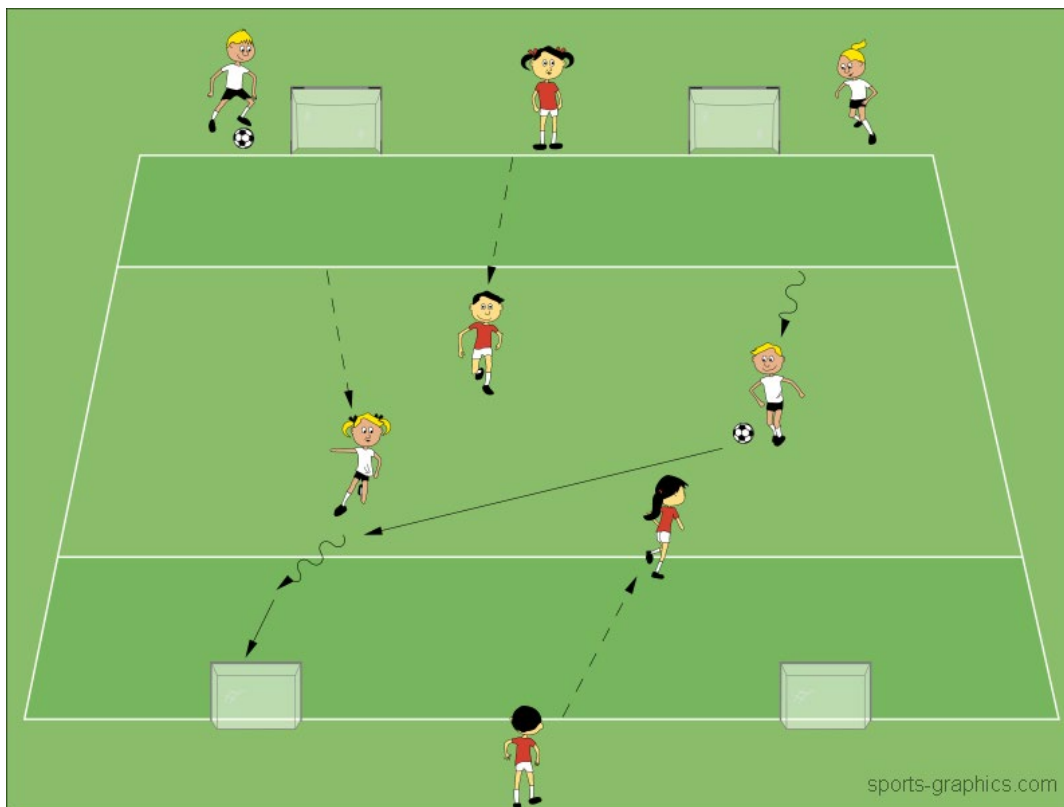
ABLAUF

- 2 Angreifer starten von den eigenen Toren und versuchen gegen einen Verteidiger ein Tor zu erzielen
- Der Verteidiger kontert bei Ballgewinn auf die oberen Tore
- Nach der Aktion starten 2 neue Angreifer. Den Verteidiger nach einer gewissen Zeit oder Anzahl an Toren wechseln
- Tore dürfen nur in der Schusszone erzielt werden
- Wettbewerb: Welches 2er-Team schießt in 10 Angriffen die meisten Tore?

VARIATIONEN

- Einfacher: Im 3 gegen 1 spielen
- Schwerer: Im 3 gegen 2 spielen
- Ein Tor zählt nur, wenn alle Ballannahmen in den Lauf erfolgen / wenn es direkt erzielt wurde / wenn es innerhalb von einer gewissen Zeit (z.B. 8 Sekunden) erzielt wurde
- Nach jedem Durchgang wird der Ball gewechselt. Es wird mit Bällen verschiedenen Umfangs, Gewichts und Prolleigenschaften gespielt, die neben den Toren bereitliegen
- Endlosspiel: Das 2gg1 abwechselnd von beiden Seiten starten

Funino-Hinführung: 2 gegen 1 +1



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
8 Hütchen, 2 Leibchen, 4 Minitore	L: 26m B: 20m Schusszone: 6m	Min. 4

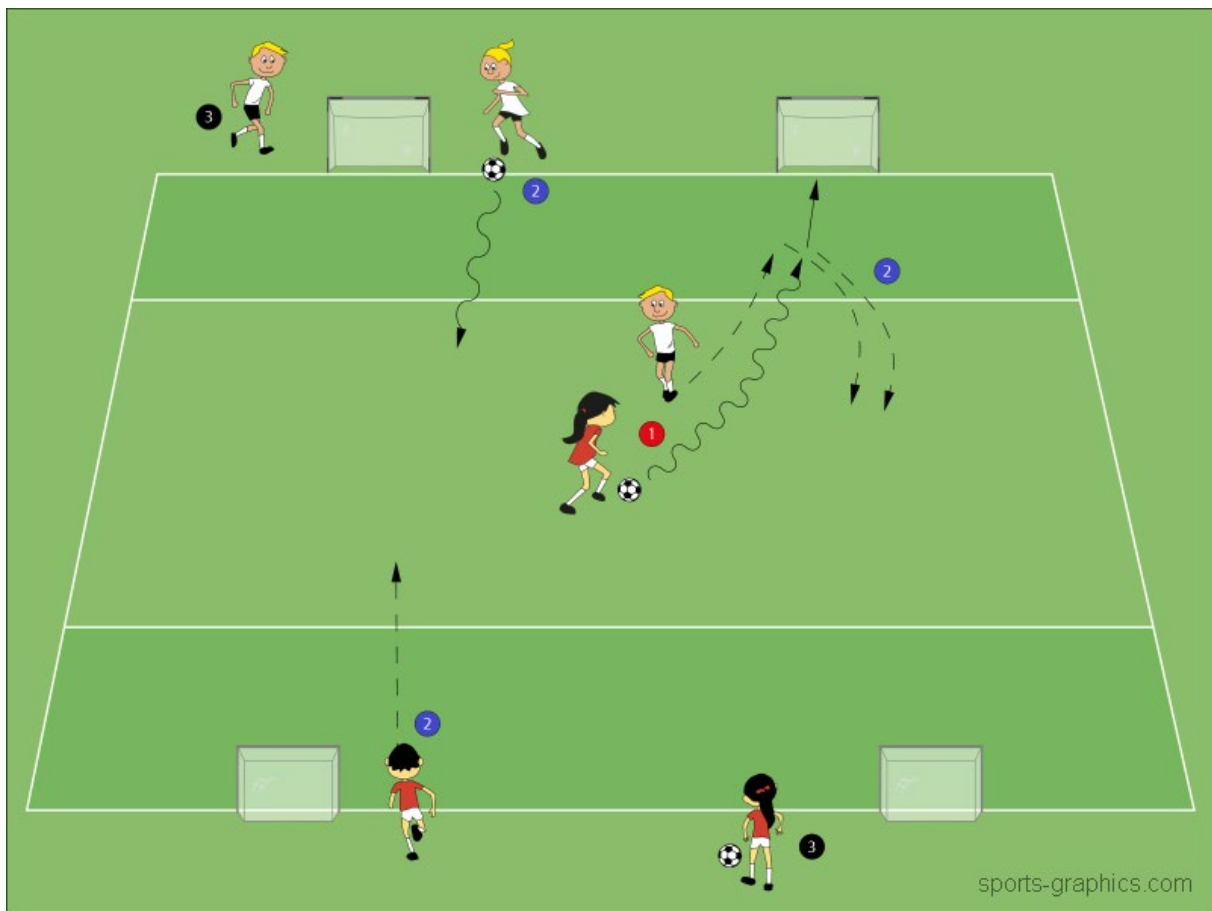
ABLAUF

- 2 Angreifer starten von der oberen Schusslinie und greifen gegen einen Verteidiger an. Mit dem Start der Angreifer startet ein zweiter Verteidiger („+1“) von der oberen Grundlinie und versucht, dem unteren Verteidiger zur Hilfe zu kommen
- Nach einem Ballgewinn kontern die Verteidiger auf die oberen Tore
- Nach 10 Angriffen Wechsel der Positionen und Aufgaben
- Tore dürfen nur in der Schusszone erzielt werden

VARIATIONEN

- Stufe 1: Im 3 gegen 1 + 1 spielen
- Stufe 2: Im 3 gegen 1 + 2 spielen
- Stufe 3: Im 2 gegen 2 + 1 spielen (siehe oben)
- Stufe 4: Im 2 gegen 2 + 1 spielen
- Stufe 5: Im 3 gegen 2 + 1 spielen
- Der obere Verteidiger startet aus unterschiedlichen Positionen (hinter einem Tor, von der Seite, aus dem Schneidersitz usw.) und/oder mit einer Bewegungsaufgabe (Rolle vorwärts usw.)
- Nach jedem Angriff tauschen die Angreifer ihre Positionen
- Ein Tor zählt nur, wenn es direkt erzielt wurde / wenn es innerhalb von einer gewissen Zeit (z.B. 10 Sekunden) erzielt wurde
- Bälle verschiedenen Umfangs, Gewichts und Prelloigenschaften neben den Toren als Reservebälle bereitlegen

Funino vom 1 gegen 1 zum 3 gegen 3



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

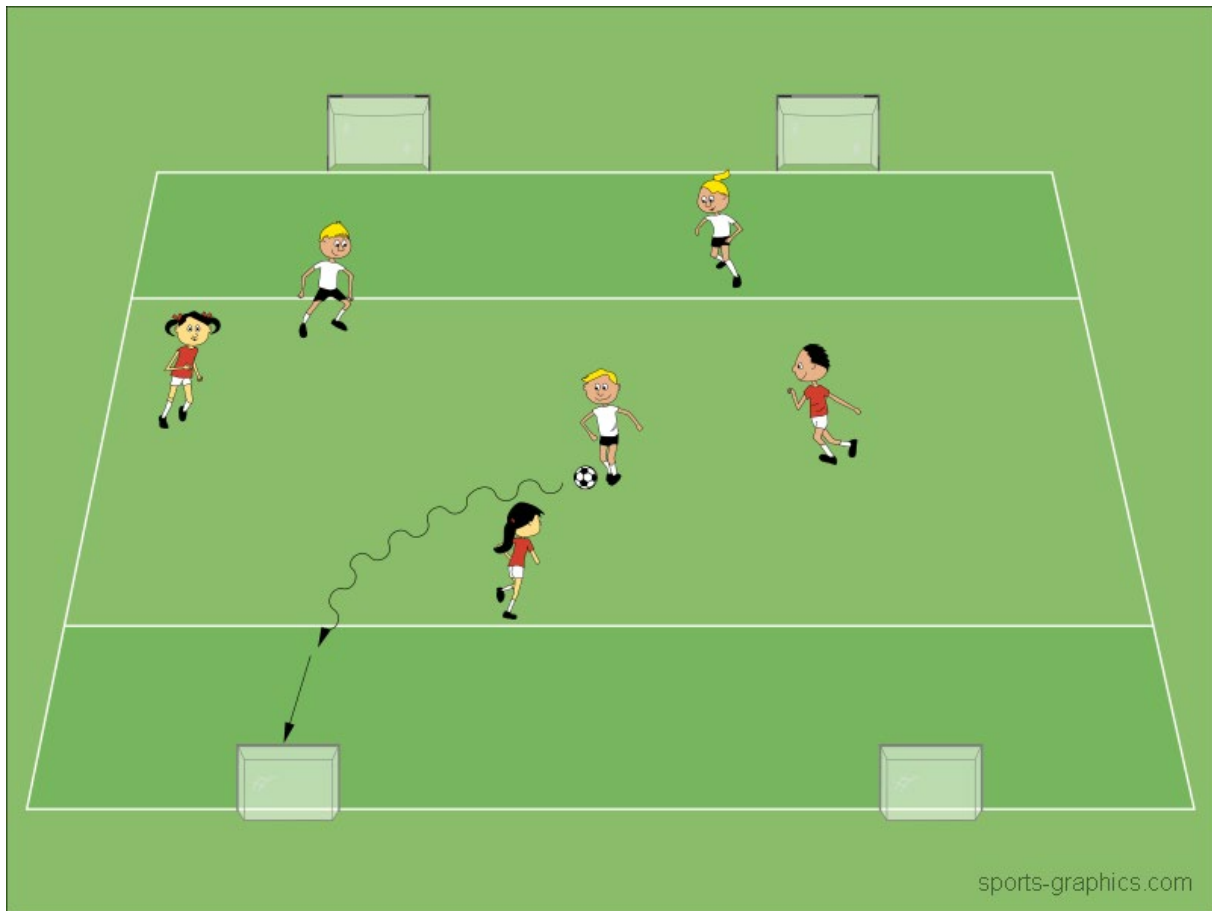
ABLAUF

- Beide Teams einigen sich auf eine teaminterne Reihenfolge und starten jeweils von der Grundlinie
- Die ersten beiden Spieler starten im 1 gegen 1
- Nach Abschluss der 1-gegen-1-Situation starten die zweiten Spieler jedes Teams ins Feld und es kommt zum 2-gegen-2. Diesmal hat das andere Team Ballbesitz
- Nach Abschluss der 2-gegen-2-Situation starten die dritten Spieler jedes Teams ins Feld und es kommt zum 3-gegen-3. Diesmal hat wieder das Team Ballbesitz, dass im 1-gegen-1 zuerst den Ball hatte.
- In der nächsten Runde beginnt das andere Team

VARIATIONEN

- Über- und Unterzahl-Situationen schaffen: Nach dem 1-gegen-1 startet nur ein Spieler eines Teams ins Feld und es kommt zum 2-gegen-1. Dann folgen 2-gegen-2, 3-gegen-2 und 3-gegen-3. In der nächsten Runde beginnt das andere Team.
- Mit weniger oder mehr Spielern bis zum 2-gegen-2 oder 4-gegen-4 spielen (Feldgröße anpassen)

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

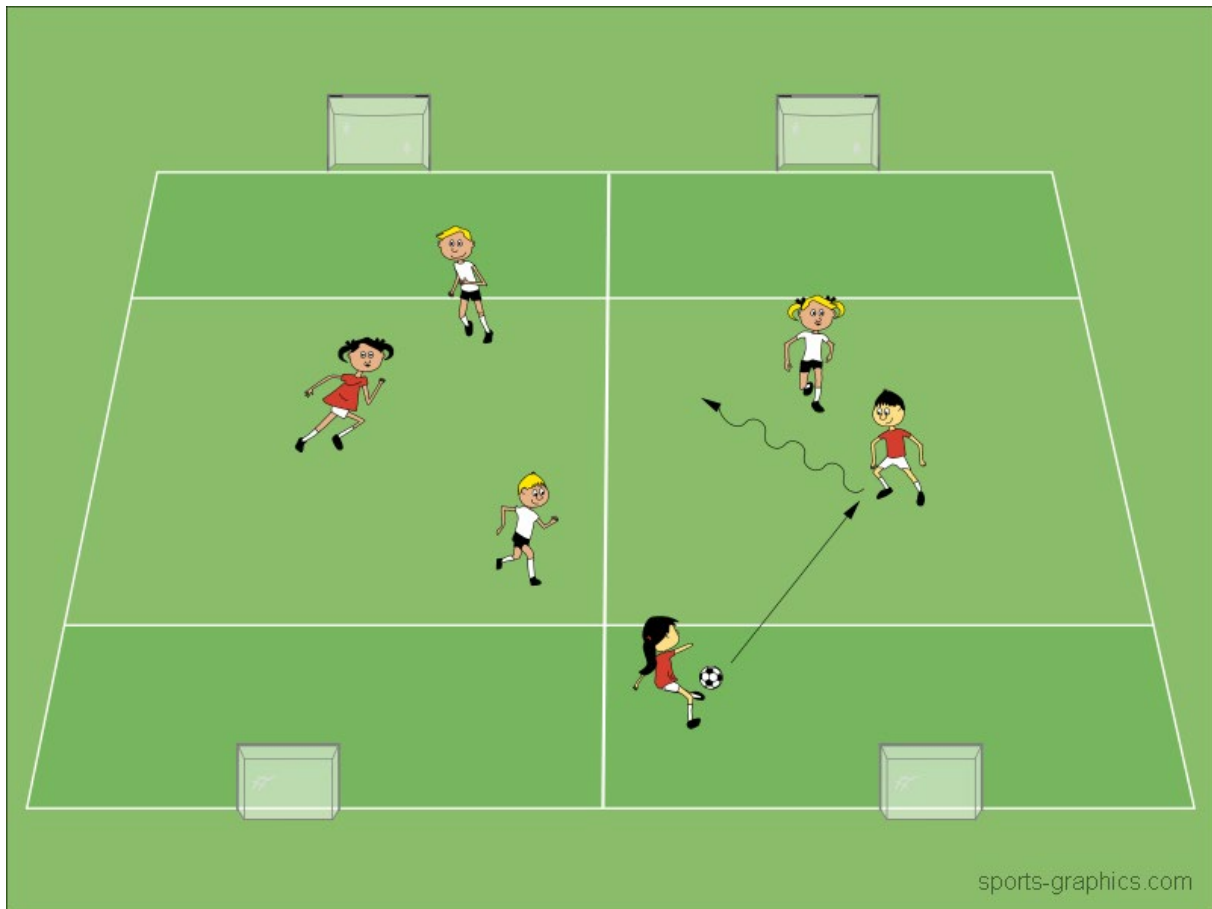
VARIATIONEN

- Im 2gg2 oder 4gg4 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

Funino: Raumaufteilung



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
12 Hütchen, 3 Leibchen, 4 Minitore	20x26m	6

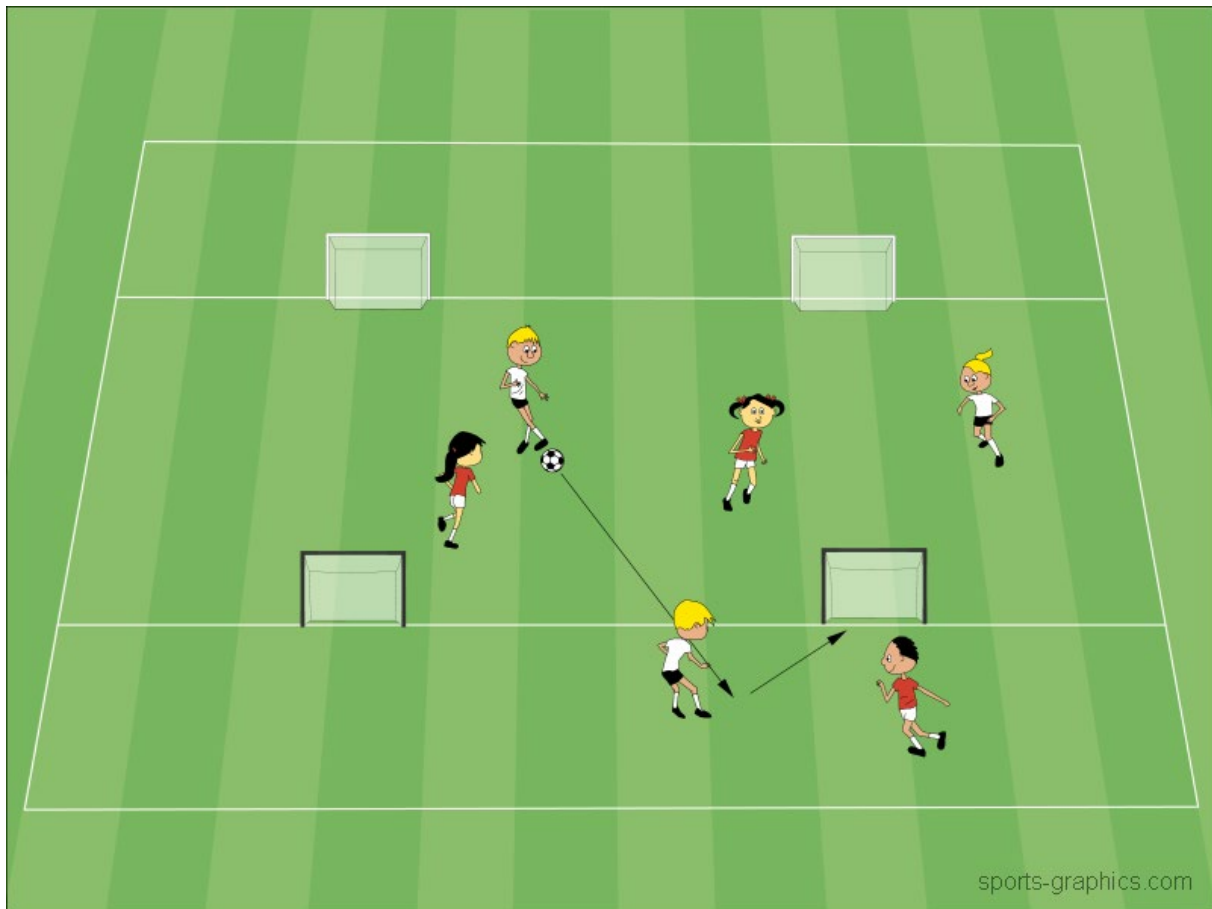
ABLAUF

- Regeln wie bei der Funino-Grundform
- Das Spielfeld wird längs geteilt
- Freies Spiel im gesamten Feld, allerdings dürfen die Spieler des Teams in Ballbesitz nicht alle in der gleichen vertikalen Hälfte sein. So lernen die Kinder die Positionierung im Ballbesitz.

VARIATIONEN

- Gespielt werden kann auch im 2gg2, 4gg4, etc.

Funino: Umgedrehte Tore



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

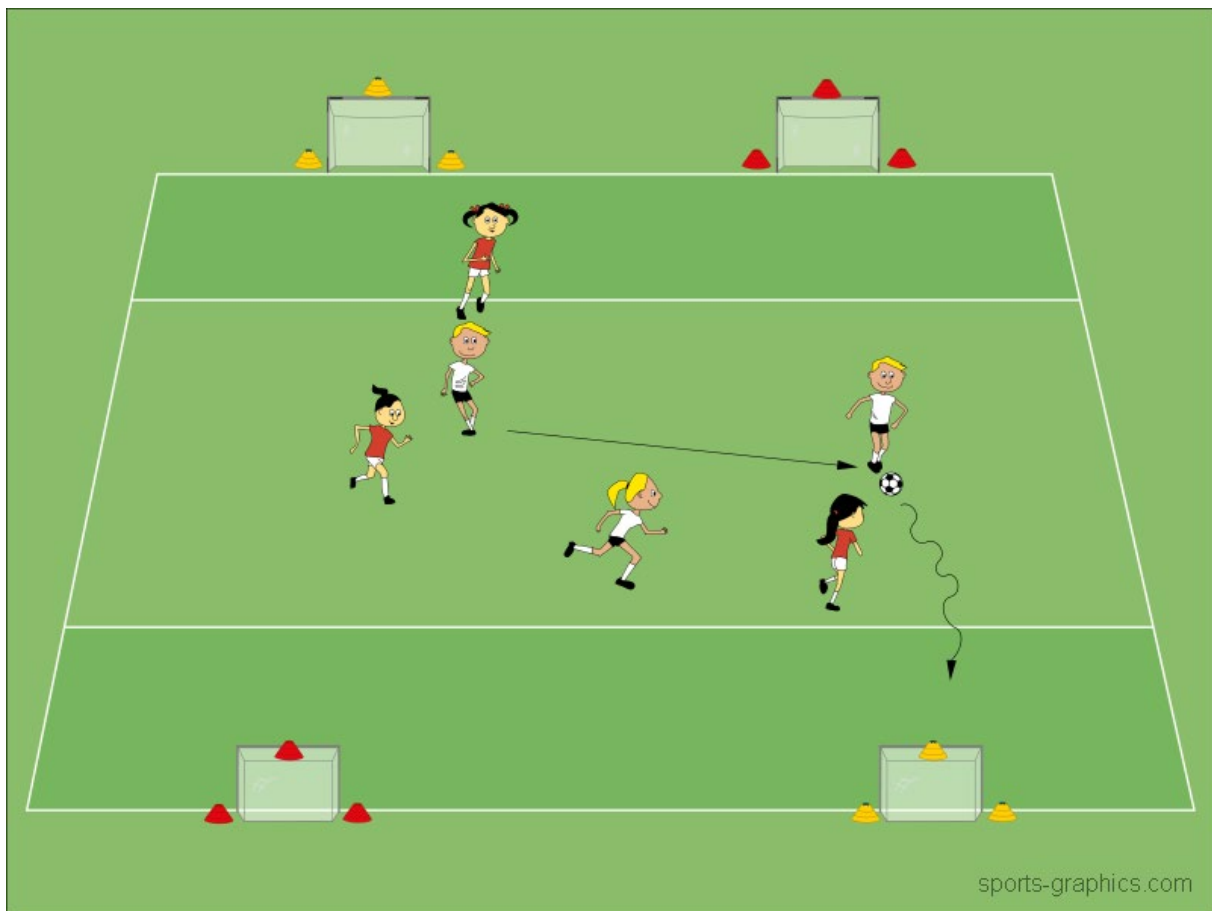
ABLAUF

- 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

Funino: Diagonale Tore



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
8 Hütchen, 3 Leibchen, 4 Minitore, Tormarkierungen	20x26m	6

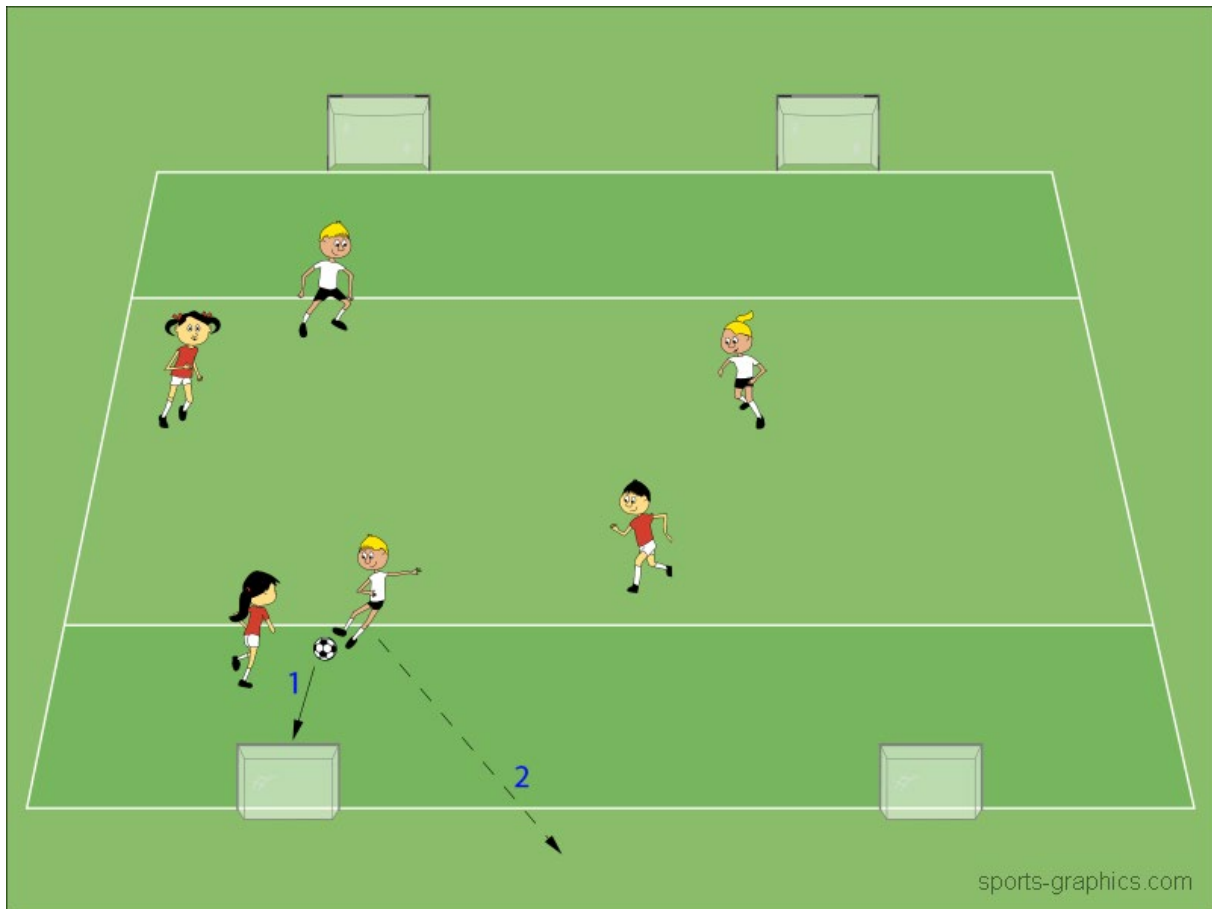
ABLAUF

- Regeln wie bei der Funino-Grundform
- Jedes Team verteidigt und greift auf 2 diagonal gegenüberstehende Tore (farbig markiert) an
- Tore dürfen nur aus der Schusszone erzielt werden

VARIATIONEN

- Im 2gg2 oder 4gg4 spielen
- Beide Teams spielen auf alle Tore
- Beide Teams spielen auf alle Tore, außer auf das Tor, auf das als letztes ein Tor gefallen ist
- Nach einem Tor bleibt das erfolgreiche Team in Ballbesitz und greift auf die Tore der anderen Farbe an (Beispiel: Weiß verteidigt die roten Tore und greift auf die gelben Tore an. Nach einem Torerfolg greift weiß direkt weiter auf die roten Tore an)

Funino: Handicap



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE	SPIELERANZAHL
8 Hütchen, 3 Leibchen, 4 Minitore	20x26m	6

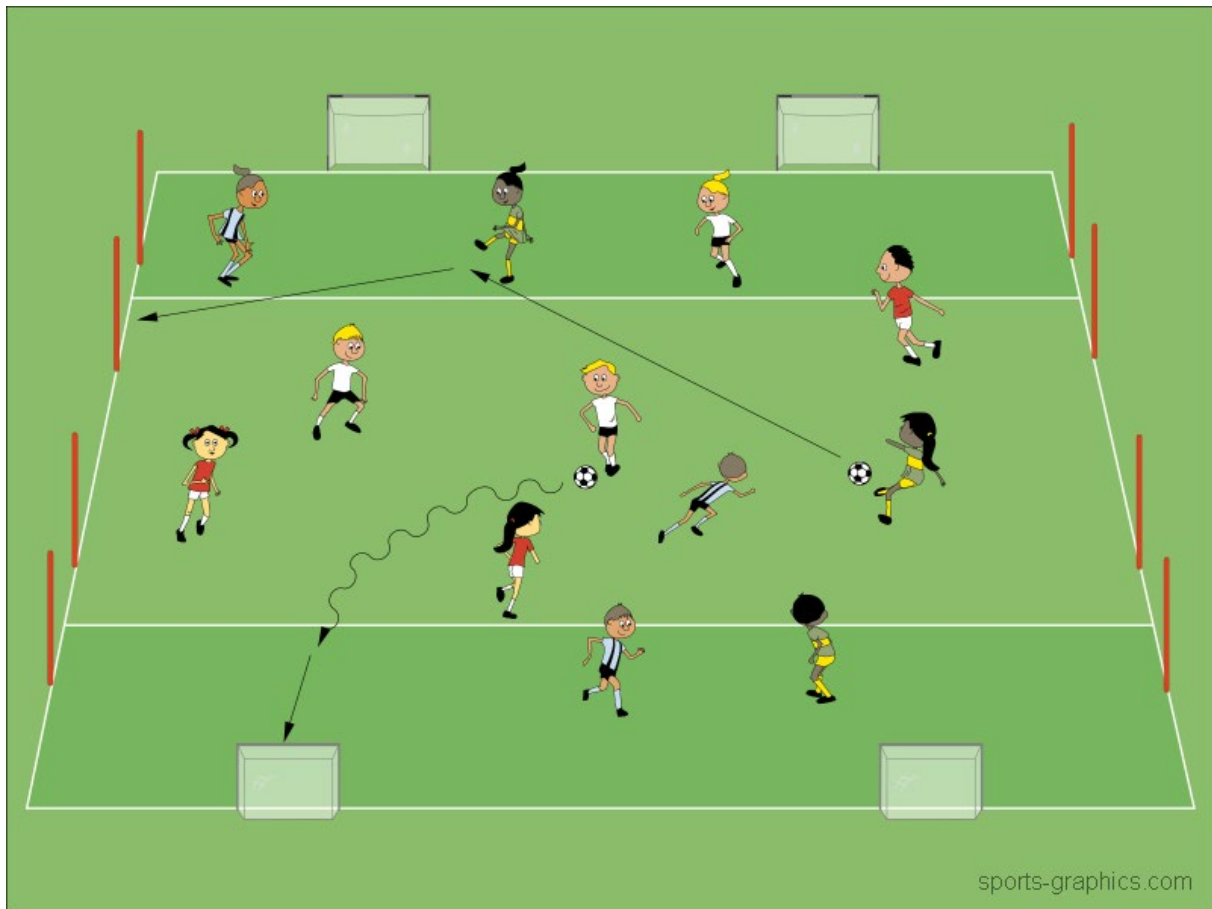
ABLAUF

- Regeln wie bei der Funino-Grundform
- Nach jedem Torerfolg verlässt der Torschütze das Feld
- Erzielt das andere Team ein Tor, darf der Torschütze wieder rein, während das andere Team seinen Torschützen verliert

VARIATIONEN

- Auch im 4gg4 möglich
- Tore in Unterzahl zählen doppelt

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

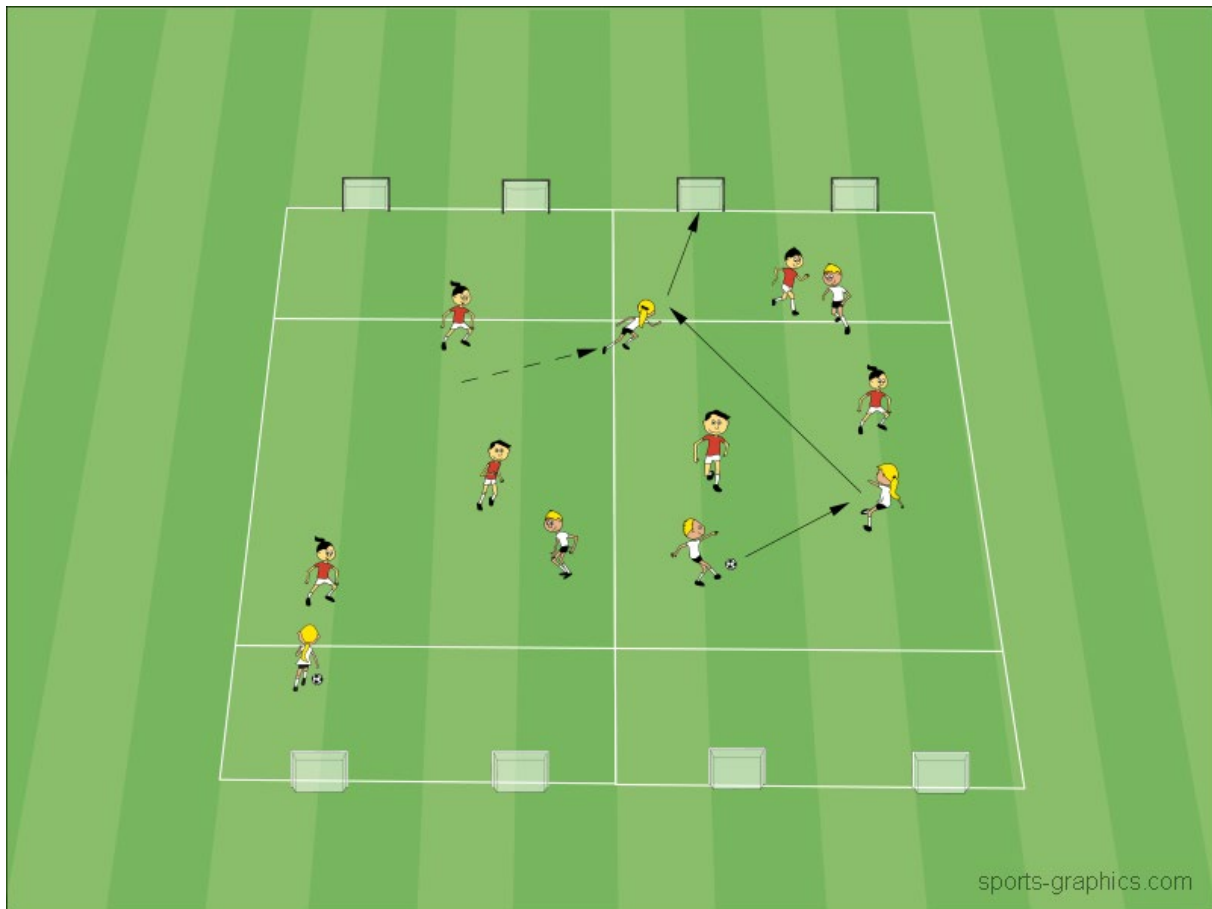
ABLAUF

- 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 (Zu Beginn den Wechsel in einer Spielpause vornehmen)
- 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

Funino: Aushelfen



MATERIAL PRO FELD	FELDGRÖSSE PRO FELD	SPIELERANZAHL
12 Hütchen, 6 Leibchen, 8 Minitore,	L: 26m B: 20m Schusszone: 6m	12

ABLAUF

- Zwei 6er Teams bilden und je 3 Kinder aus den Teams auf beiden Feldern 3 gegen 3 gegeneinander spielen lassen (Funino-Grundform)
- Je nach Spielsituation kann jedes der 12 Kinder zu jeder Zeit seine Mitspieler im Nebefeld beim Angriff oder bei der Verteidigung unterstützen. Dadurch entsteht in einem Feld eine Überzahl und im anderen Feld gleichzeitig eine Unterzahl

VARIATIONEN

- Kinder dürfen nur das Feld wechseln, wenn ihr Team im aktuellen Feld nicht in Ballbesitz ist
- Tore, die von einem „neuen“ Kind im Feld erzielt werden, zählen doppelt
- Wenn der Ball im Aus ist, müssen alle Kinder ins Ausgangsfeld zurück
Ausgangslage variieren, z.B. in einem Feld 3 gegen 3 und im anderen Feld 4 gegen 4 spielen