

Mit Spielwitz und Kreativität Fußball spielen! Tipps für Vereinstrainer

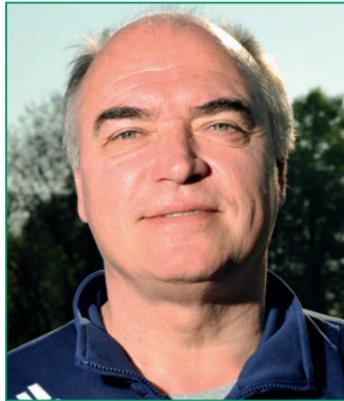
23



Anforderungen von morgen = Schwerpunkte von heute

SPIELFREUDE DEMONSTRIEREN!

Freie Spiel- und Lerngelegenheiten schaffen - Lernprozesse dosiert steuern!



Klarer Schwerpunkt einer individuellen Förderung unserer jungen Spielerinnen und Spieler ist bereits seit Start des Talentförderprogramms die fundierte Ausbildung des technischen und individualtaktischen Könnens.

Denn höchste Qualität der Basistechniken sowie eine bestmögliche Sicherheit und Leichtfüßigkeit am Ball zur Lösung von komplexen Spielsituationen sind ein Merkmal heutiger und zukünftiger Spielerpersönlichkeiten!

Mit dem regelmäßigen Zusatztraining in unseren Stützpunkten wollen wir das Potenzial an technisch versierten und taktisch flexiblen Spielerinnen und Spielern spürbar erweitern! .

Dazu muss sich jeder unserer Stützpunkttrainer als Vermittler fußballerischer Details beweisen. Er hat die Lernprozesse durch präzise Demonstrationen, Erklärungen und Korrekturen zu begleiten und zu steuern.

Andererseits darf er es mit diesen Lerneingriffen, Instruktionen und Unterbrechungen keinesfalls übertreiben. Sie müssen dosiert, anschaulich und „auf den Punkt“ herüberkommen. Und der Trainer muss die Talente aktiv in Lernprozesse einbinden, an deren Vorwissen anknüpfen und durch Fragen das Nachdenken über Lösungswege provozieren!

Was aber viel ausschlaggebender ist: In jedem Stützpunkttraining (und das gilt ebenso für jedes Vereinsttraining!) muss eine positive Lernatmosphäre zu spüren sein. Das betrifft ein offenes, vertrauensvolles Kommunizieren und ein regelmäßiges Verstärken und Motivieren der jungen Talente.

Und letztlich sorgen auch viele kleine, variantenreiche Fußballspiele als Kern jedes Stützpunkt- und Vereinstrainings für diese positive Atmosphäre im Training. Regelmäßige Spiel-Variationen fördern und fordern Spielfreude, Spielwitz und Kreativität.

Der Trainer nimmt sich dabei bewusst zurück und schafft für Spielideen seiner jungen Talente unbegrenzte Möglichkeiten!

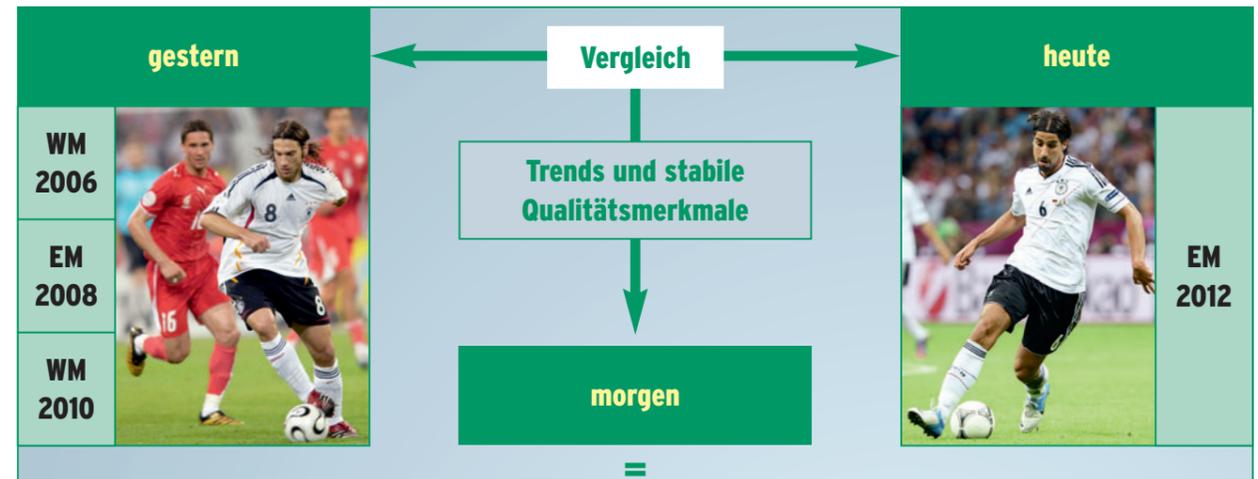
Jörg Daniel
Sportlicher Leiter des Talentförderprogramms

Inhaltsverzeichnis

Seite 2	Editorial
Seite 4	Anforderungsprofil im Leistungsfußball: „Mit Spielwitz und Kreativität agieren!“
Seite 8	Praxis-Vorschläge zum Schwerpunkt - Demonstrationstraining
Seite 18	Praxis-Vorschläge zum Schwerpunkt - Trainingsformen-Katalog
Seite 22	Neues DFB-Fachbuch „Kinderfußball - Ausbilden mit Konzept 1“
Seite 23	DFB-Trainerzeitschrift im Kinder- und Jugendbereich

INFO

Die inhaltliche Konzeption der DFB-Info-Abende 19 bis 24



Prognose der Anforderungsprofile zukünftiger Top-Spieler und Mannschaften

- INFO-ABEND 19** Neue Situationen variabel lösen! Immer aktionsbereit sein!
- INFO-ABEND 20** Torchancen variabel herausspielen und verwerten! Unter Druck Tore machen!
- INFO-ABEND 21** Unter Druck sicher und variabel am Ball behaupten! Sicher kombinieren!
- INFO-ABEND 22** Individuelle Qualitäten für das Team einbringen! Selbstbewusst und aktiv auftreten!
- INFO-ABEND 23** Mit Spielwitz und Kreativität Fußball spielen! Spielfreude demonstrieren!
- INFO-ABEND 24** In der Defensive nicht reagieren, sondern agieren! Aktiv den Ball erobern!

Impressum

Herausgeber:	Deutscher Fußball-Bund
Projektverantwortung:	Ulf Schott, Jörg Daniel, Claus Junginger
Redaktion/Medienkonzeption:	Norbert Vieth
Inhaltliche Mitarbeit:	Jörg Daniel, Christian Meyer, Thomas Sinz, Stephan Kerber, Stefan Howaldt, Thorsten Becht, Roberto Pätzold, Tobias Kieß
Grafisches Konzept:	Philippka-Sportverlag
Fotos:	Klaus Schwarten, getty images (Seite 3, 4, 5, 6 und 7)
Druck:	Bitter & Loose GmbH, 48268 Greven



Anforderungsprofil im Leistungsfußball: „Mit Spielwitz und Kreativität agieren!“



Spielintelligente Spieler haben stets eine Überraschungsjktion als „Plan B“ parat!

■ ■ ■ Soll ein erfolgreicher und gleichermaßen attraktiver Fußball praktiziert werden, muss jeder einzelne Spieler in jeder Situation die bestmögliche, effizienteste Lösung finden. Dabei lassen sich für das Spiel mit dem Ball (Offensive) als auch gegen den Ball (Defensive) sowie für die wichtigen „Umschaltphasen“ konkrete Prinzipien festmachen, die beim Lösen dieser komplexen Situationen helfen. Diese „taktischen Erfolgsregeln“ können jungen Spielern hilfreiche Orientierungspunkte für ein zweckmäßiges und erfolgreiches Lösen von Situationen und Aufgaben im Spiel geben! „Spielintelligente Spieler“ lösen mithilfe dieser individual- und gruppentaktischen Basics Situationen nicht nur gekonnter und schneller, sondern sie haben gleichzeitig auch die Übersicht und Sicherheit für kreative Überraschungsmomente! Denn im heutigen Spiel nimmt der Bewegungs- und Aktionsraum immer weiter ab, so dass im Sekundenbruchteil nicht immer auf das bestmögliche Lösungsmuster zurückgegriffen werden kann. Zudem agieren auch die Gegner taktisch immer cleverer und „antizipieren“ die an sich effizientesten Ball- und Laufwege. „Spielintelligente“ Spieler müssen somit auch „kreative“ Spieler sein, die stets einen „Plan B“, eine für den Gegner überraschende Lösung parat haben! ■ ■ ■

INFO

Trainer-/Spieler-Aussagen zur eigenen Lernbiografie (nach Dr. Klaus Roth)

OLAF THON

Ex-Nationalspieler

- 443 Bundesliga-Spiele für Schalke 04 und Bayern München
- 52-facher Nationalspieler
- Weltmeister 1990
- UEFA-Pokalsieger 1997
- 5 x Deutscher Meister
- DFB-Pokalsieger



„Ich bin als Kind beim Fußball nie bevormundet worden.“

„Ich fange mit Bildern von meinem Opa an. Dort bin ich schon immer mit einem Ball zu sehen. Mein Opa hat mir freie Entfaltungsmöglichkeiten gegeben. Vielleicht bin ich deshalb kreativ geworden...Er hat mich immer mit dem Ball spielen lassen, nie bevormundet oder wie ein Lehrer zurechtgewiesen nach dem Motto du musst das oder das machen...“

MEHMET SCHOLL

Ex-Nationalspieler

- 392 Bundesliga-Spiele für den Karlsruher SC und Bayern München
- 36-facher Nationalspieler
- Europameister 1996
- Champions League-Sieger 1991 und Welpokal-Sieger
- 8 x Deutscher Meister
- 5 x DFB-Pokalsieger



„Wenn der Ball dabei war, war ich glücklich.“

„Ich war ein bewegliches Kind und wenn ein Ball dabei war, egal was für einer, war ich glücklich. Ich habe immer wieder Spaß gehabt, neue Sachen auszuprobieren... Wir haben ständig 1 gegen 1 gespielt, ich wollte immer nur dribbeln und habe mir keine Gedanken über das Spiel gemacht... Ich hatte in der Kindheit und Jugend kaum Interesse daran, taktische Dinge zu lernen, z.B. einen Doppelpass zu spielen...“

Das immer variabelere, dynamischere und komplexere Spiel stellt ganz spezielle Anforderungen an die Spieler von heute und morgen. Ein noch so ausgeklügelter „Matchplan“ für jede denkbare Spielsituation stößt im Spielverlauf irgendwann an seine Grenze. Dann muss ein Spieler aus vorgegebenen Mustern ausbrechen und seinen Gegner durch originelle, kreative Aktionen überraschen und ausspielen!

INFO

Ziele dieses Ausbildungsschwerpunktes

- 1 Ein breites technisch-taktisches Fundament als Basis von Kreativität
- 2 Spielübersicht, Spiel- und Risikofreude, Spielaktivität
- 3 Schnelles Erfassen auch komplexer Spielsituationen
- 4 Flexibler Rückgriff auf individual- und gruppentaktische Lösungen
- 5 Schnelles, variables Anwenden geeigneter Lösungsmittel
- 6 Variables Ausweichen auf originelle, kreative Lösungen



MIT SPIELWITZ UND KREATIVITÄT FUSSBALL SPIELEN
METHODISCHES KONZEPT

So lässt sich Spielwitz und Kreativität fördern!



Regelmäßig Aufgaben und Spielsituationen (her)stellen, die die Kinder selber unangeleitet lösen müssen!

„Spiel Kreativität“ wird vor allem als herausragende Qualität eines Spielers begriffen, in speziellen Situationen nicht auf „typische“, taktische Lösungsmuster zurückgreifen zu müssen, sondern falls erforderlich eine originelle, für die Gegner überraschende, unkalkulierbare Lösung parat zu haben.

Basis hierfür ist ein stabiles technisch-taktisches Fundament an „spielintelligenten“ Lösungen, das erst die Sicherheit und Übersicht für diese „taktische Kreativität“ vermittelt.

So sind jungen Spielerinnen und Spielern einerseits mittels eines spielorientierten Training schrittweise „Techniken unter Druck“ sowie individual- und gruppentaktische Basics zu vermitteln, andererseits ist gerade dieses kreative „Ausbrechen“ aus typischen - negativ formuliert stereotypen und vom Gegner erkennbaren - Lösungsmustern zu fördern!

Damit Kinder schwerpunktmäßig lernen, variable und kreative Lösungen zu finden, sind sie im Ausbildungsprozess regelmäßig vor Aufgaben zu stellen, die sie selbst, unangeleitet lösen müssen. Darunter finden sich viele Situationen, die bewusst etwas von üblichen Abläufen und Strukturen des Zielspiels abweichen, so dass die Spieler eben nicht ausschließlich auf gekonnte Lösungsmuster zurückgreifen können!

INFO
Trainer-/Spieler-Aussagen zur eigenen Lernbiografie (nach Dr. Klaus Roth)
M. WISLANDER
Handball-Legende Schweden

- „Welthandballer des Jahrhunderts“
- 384 Länderspiele für Schweden
- 2-facher Weltmeister
- 4-facher Europameister
- 3 x Vize-Olympiasieger
- 7 x Deutscher Meister mit THW Kiel



„In meiner Freizeit habe ich manchmal Fußball, manchmal Eishockey, manchmal Handball gespielt.“

„...wichtig in meiner Jugendzeit war, dass wir immer viel Spaß hatten, und es war nicht so wichtig, wie wir trainiert haben. Es war Spaß mit dem Ball. Nach Schulschluss sind wir sofort auf den Sportplatz gegangen, um zu spielen. In meiner Freizeit habe ich nur mit dem Ball gespielt, manchmal Fußball, manchmal Eishockey oder auch Handball...“

MIT SPIELWITZ UND KREATIVITÄT FUSSBALL SPIELEN
METHODISCHES KONZEPT

Kreativität bedeutet Phantasie, Originalität, Improvisationsvermögen - also eben nicht „Schema F“. Ein kreativer Fußballer hat auch auch für knifflige Situationen eine originelle Lösungsidee. „Kreativität“ lässt sich dabei „trainieren“, wobei „Training“ hier weniger eine „Systematische Ausbildung nach Plan“ bedeutet, sondern primär das eigeninitiierte Spielen in herausfordernden Situationen des Fußballs!

INFO
Prinzipien der Förderung von Spielwitz und Kreativität

- 1 Ein breites spielerisches Fundament als Basis von Kreativität fördern!**
- 2 Durch variantenreiche Spielformen viele Lösungssituationen herstellen!**
- 3 Bei diesen Spielvarianten bewusst vom sonstigen Zielspiel abweichen!**
- 4 Durch Regeln/Zusatzpunkte flexible, kreative Lösungen provozieren!**
- 5 Das Coaching bewusst reduzieren - „frei“ spielen lassen!**
- 6 Risikofreudige, mutige, originelle Aktionen positiv herausstellen!**


HEINER BRAND
Spieler- und Trainer-Legende Handball

- 131 Länderspiele als Spieler (Weltmeister '78)
- 6-facher Deutscher Meister und 4-facher Europa-Pokalsieger als Spieler
- 2-facher Deutscher Meister als Trainer
- Europa- und Weltmeister als Trainer



„Entscheidend ist die Ballverrücktheit im Kindes- und Jugendalter.“

„...entscheidend ist - außer dass man Schlitzohrigkeit und Pep im Blut haben muss - die Ballverrücktheit im Kindes- und Jugendalter. Durch Spiele werden die wichtigsten Dinge entwickelt, das Gefühl für Situationen, und so was kann man sicherlich z.B. aus dem Fußball oder Basketball mit übernehmen...“

Praxisvorschläge - Demonstrationstraining

„Mit Spielwitz und Kreativität spielen!“



TIPPS FÜR DAS AUFWÄRMPROGRAMM

- 1** Das Aufwärmprogramm regelmäßig variieren!
- 2** Auf Schwerpunkte des Hauptteils vorbereiten!
- 3** Nicht alles vorgeben, Eigeninitiative fördern!
- 4** Beim allem Spaß, dennoch auf die Abläufe achten!

VORBEREITENDE AUFGABEN

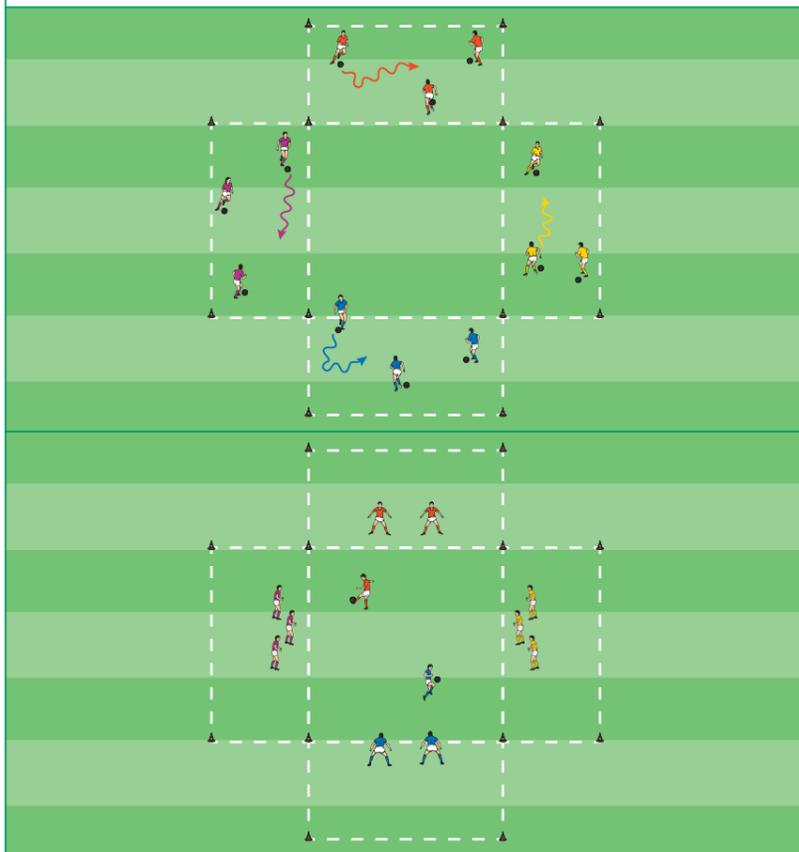


15 MINUTEN

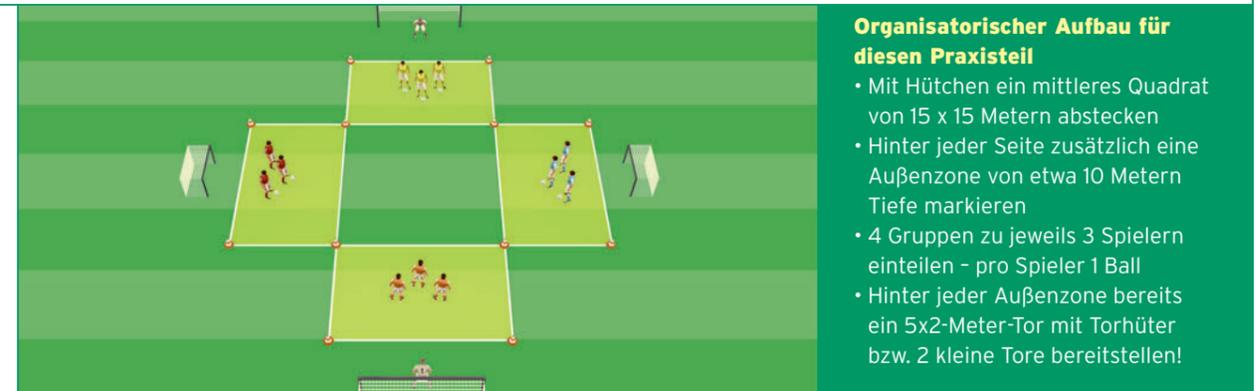
Ziele und Inhalte

- Begrüßen und Einstimmen auf das Training
- Fördern der Kreativität beim Gestalten individueller Übungs- und Bewegungsfolgen
- Spaß und Motivation
- Vorbereitung auf die Schwerpunkte des Hauptteils

ABLAUF-SKIZZE



Ein interessantes, bewegungsreiches, sorgfältig vorgeplantes und zielorientiertes Einstimmen ist der erste Erfolgsbaustein jeder Trainingseinheit. Idealerweise die Aufgaben dieser ersten Phase bereits auf die Schwerpunkte des Hauptteils abstimmen! So bieten sich bei einer Einheit zur „Kreativitätsförderung“ Aufgaben an, die nicht alles bis ins Kleinste vorgeben, sondern eigene (Übungs-)Ideen fordern!



Organisatorischer Aufbau für diesen Praxisteil

- Mit Hütchen ein mittleres Quadrat von 15 x 15 Metern abstecken
- Hinter jeder Seite zusätzlich eine Außenzone von etwa 10 Metern Tiefe markieren
- 4 Gruppen zu jeweils 3 Spielern einteilen - pro Spieler 1 Ball
- Hinter jeder Außenzone bereits ein 5x2-Meter-Tor mit Torhüter bzw. 2 kleine Tore bereitstellen!

ABLAUF/VARIATIONEN

HINWEISE FÜR DAS TRAINING

AUFGABE 1

Kreative Einzelaufgaben

- Jede Gruppe postiert sich in einer der Außenzonen. Jeder Spieler hat einen Ball. Die Spieler können je nach Schwerpunkt eigene Übungen/Bewegungsfolgen kreieren (pro Komplex etwa 2 Minuten)!
- **Komplex 1:** Variantenreiches Dribbeln!
- **Komplex 2:** Verschiedene Fintierbewegungen
- **Komplex 3:** Variantenreiches Jonglieren mit diversen Körperteilen!
- **Komplex 4:** Stabilisationstraining mit Ball für Bauch-/Rücken und seitliche Rumpfmuskeln



Zu kreativen Übungsideen und Bewegungsfolgen animieren!

- Stets interessante Aufwärmprogramme (mit Ball) anbieten!
- Das Aufwärmen bereits auf Ziele und Schwerpunkte des Hauptteils abstimmen!
- Durch die Aufgaben-Ansagen besonders herausfordern wie z.B. „Welche Finten beherrscht Du?“

AUFGABE 2

„Battle“

- Von 2 Teams gegenüber postiert sich je ein Spieler in der Mittelzone („Arena“). Er muss seinen Gegner in 30 Sekunden in diversen Disziplinen überbieten:
- **Wettbewerb 1:** Kreatives Fintieren (Tricks, Finten-Kombinationen...)
- **Wettbewerb 2:** 2 Kreatives Jonglieren (Tricks, Einklemmen, Körperpositionen...)
- Die beiden pausierenden Teams bestimmen durch Applaus und Jubel den Gewinner!



Durch interessante Wettbewerbe motivieren!

- Stets auf motivierende Aufgaben achten! Das reine „Abspulen“ von Aufgaben verhindern!
- Im Zweifelsfall bestimmt der Trainer den Sieger!
- Falls die Zeit drängt: Je zwei komplette Teams zu einem „Kreativ-Wettbewerb“ antreten lassen!

PRAXIS-VORSCHLÄGE

Funktion:

- Sicherheit am Ball auch unter Druck eines Gegners
- Risiko- und Spielfreude
- Kreatives Lösen von 1 gegen 1-Situationen

Mögliche Inhalte:

- 6 x 1 gegen 1 gleichzeitig auf Tore
- 2 x 3 gegen 3 gleichzeitig auf Tore

AUFGABEN MIT UNÜBERSICHTLICHEN AKTIONSRÄUMEN



15 MINUTEN

Ziele und Inhalte

- Spielübersicht: Permanentes Orientieren im Raum
- Flexible Richtungswechsel mit Ball
- Überraschendes Starten in plötzlich freie Aktionsräume mit dem Ball
- Kreatives Anwenden von Finten und Täuschungsmanövern
- Spaß und Spielfreude

SCHWERPUNKTE DER AUSBILDUNG

Komplex 1 KOMPLEXE SITUATIONEN

Komplex 2 WECHSELNDE SITUATIONEN

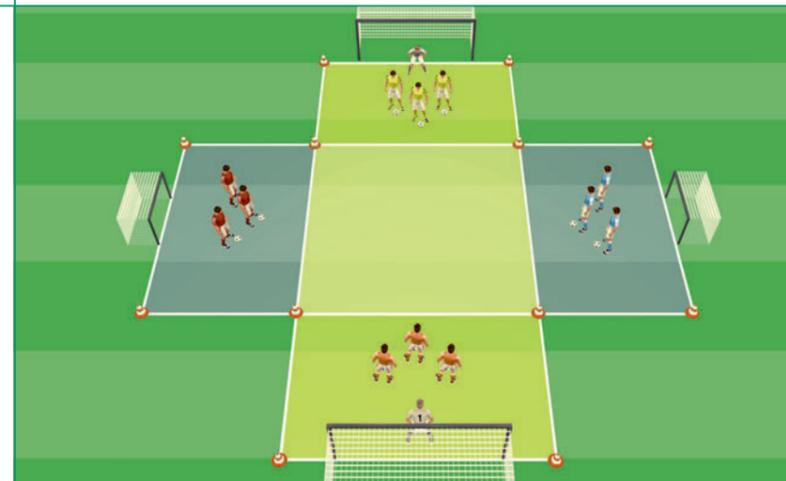
Komplex 3 SELBSTGESTALTETE SITUATIONEN

Komplex 4 UNERWARTETE SITUATIONEN

ABLAUF-SKIZZE



ORGANISATION DIESES PRAXISTEILS



Organisatorischer Aufbau für diesen Praxisteil

- Die Teams und Feldmarkierungen bleiben gegenüber der 1. Phase unverändert
- Die 5x2-Meter-Tore und die Mini- bzw. Stangentore nun jedoch auf die Grundlinien der Außenzonen vorstellen!
- Alle Bälle als Reservebälle rund um das Feld verteilen

ABLAUF/VARIATIONEN

AUFGABE 1

Chaostraining I: 6 x 1 gegen 1

- Von je 2 Gruppen gegenüber die Spieler zum 3 x 1 gegen 1 aufteilen.
- Die 3 Paare der Teams A/B spielen dabei jeweils 1 gegen 1 längs auf die 5x2-Meter-Tore mit Torhütern, die 3 Paare der Teams C/D quer auf die Mini-Tore!
- Aufgabe: Die betreffenden Gegner im 1 gegen 1 überspielen und einen Treffer beim Tor gegenüber erzielen! Bei Balleroberung auf das andere Tor kontern!
- Spielzeit: jeweils 1 Minute, danach neue Gegenspieler bestimmen.
- Nach 3 x 1 Minuten die Treffer der Einzelspieler zu einem Teamresultat addieren!

AUFGABE 2

Chaostraining II: 2 x 3 gegen 3

- 2 Gruppen gegenüber spielen nun jeweils gleichzeitig auf die Tore.
- Die Teams A/B spielen dabei längs im 3 gegen 3 auf die 5x2-Meter-Tore mit Torhütern, die Teams C/D quer auf die Mini-Tore!
- Aufgabe: Durch ein variables Kombinationspiel und/oder beherrzte Einzelaktionen Torchancen herausspielen und verwerten! Bei Balleroberung auf das Tor gegenüber kontern!
- Spielzeit: 3 Minuten, danach spielen die Teams im 3 gegen 3 auf die anderen Tore: Welche Gruppe erreicht die meisten Treffer?

HINWEISE FÜR DAS TRAINING



Ziele: Spielübersicht und schnelle Ausweichbewegungen!

- Aufgaben kurz und prägnant erklären! Idealerweise Abläufe kurz vormachen!
- Kurze aktive Pausen zwischenschalten, falls Dynamik und Präzision der Aktionen nachlassen!
- Die Felder vergrößern, falls es zu vielen „Kollisionen“ kommt!
- Weitere Erleichterung: In beide Richtungen wechselweise jeweils 2 x 1 gegen 1!



Auf ein schnelles Umschalten nach Erobern des Balles achten!

- Die Belastung (= Spielzeit) steuern - alle Aktionen müssen explosiv ablaufen!
- Je nach Situation die Aufgaben flexibel erschweren/erleichtern!
- Nicht zu viel und zu schnell eingreifen - die Kinder ungestört spielen lassen!
- Die Aktionen können zunächst etwas „holpern“, da die Spielsituationen recht unübersichtlich sind!

PRAXIS-VORSCHLÄGE

Funktion:

- Sicherheit am Ball auch unter Druck eines Gegners
- Spielwitz und -freude
- Spielschnelligkeit

Mögliche Inhalte:

- 2 x 3 gegen 3 mit plötzlichen Felder-Wechseln
- 3 gegen 3 bzw. 3 x 1 gegen 1 mit plötzlichen Felder-Wechseln

AUFGABEN MIT PLÖTZLICHEN SITUATIONS-WECHSELN

15 MINUTEN



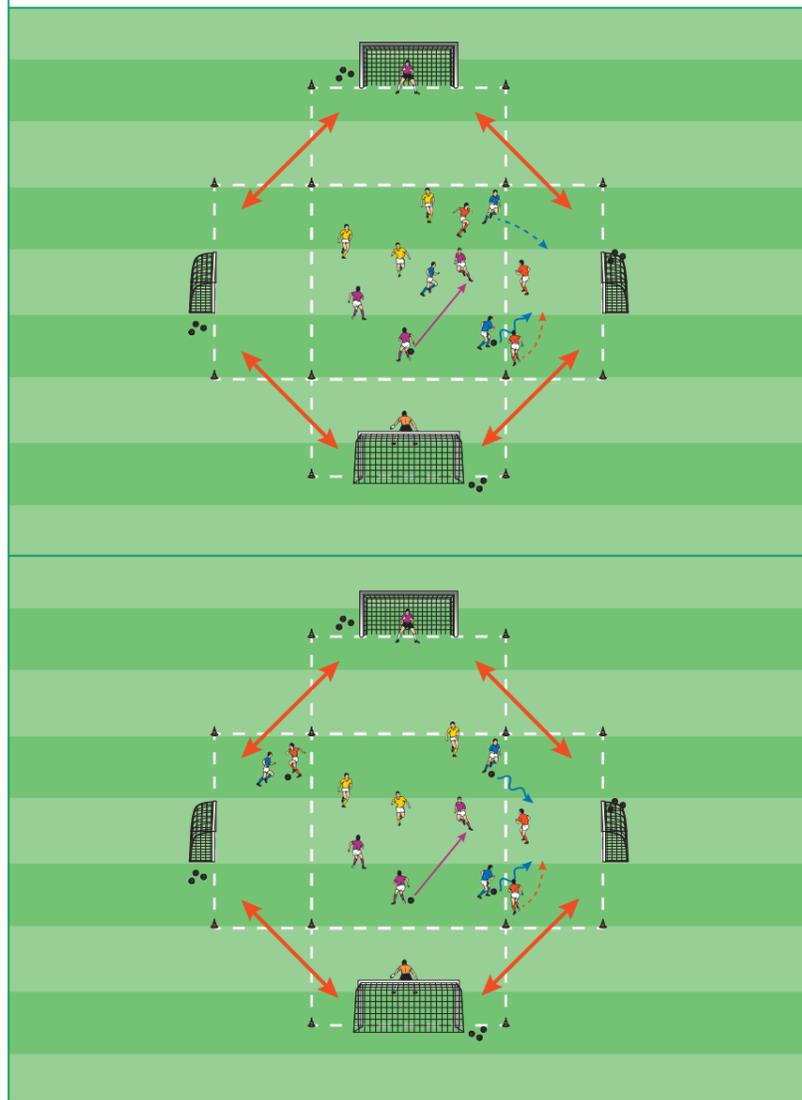
Ziele und Inhalte

- Schnelles Erfassen plötzlich wechselnder Spielsituationen
- Schnelles Orientieren im Raum
- Spielübersicht
- Schnelles, variables und flexibles Anwenden geeigneter technisch-taktischer Mittel
- Risikofreude
- Spaß und Spielfreude

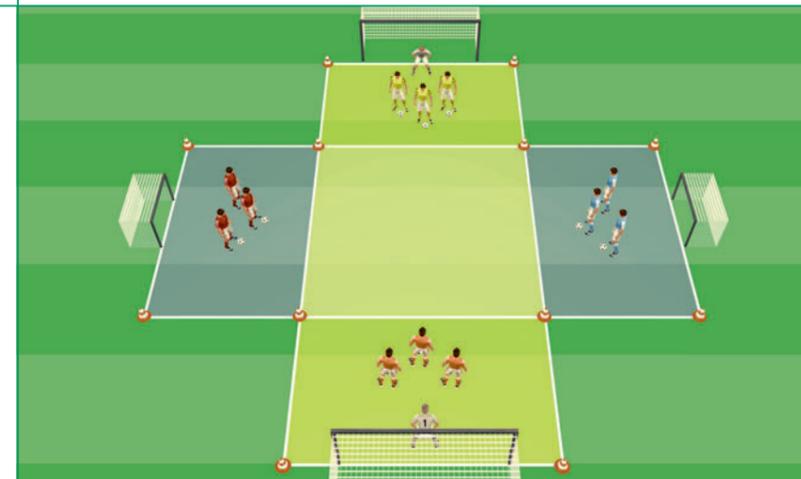
SCHWERPUNKTE DER AUSBILDUNG

- Komplex 1** KOMPLEXE SITUATIONEN
- Komplex 2** WECHSELNDE SITUATIONEN
- Komplex 3** SELBSTGESTALTETE SITUATIONEN
- Komplex 4** UNERWARTETE SITUATIONEN

ABLAUF-SKIZZE



ORGANISATION DIESES PRAXISTEILS



Organisatorischer Aufbau für diesen Praxisteil

- Organisation und Aufbau bleiben unverändert!
- Alle Bälle wieder als Reservebälle rund um das Feld verteilen

ABLAUF/VARIATIONEN

HINWEISE FÜR DAS TRAINING

AUFGABE 1

Neue Gegner im 3 gegen 3

- Die Teams A/B spielen zunächst längs im 3 gegen 3 auf die 5x2-Meter-Tore mit Torhütern, die Teams C/D quer auf die Mini-Tore!
- Aufgabe: Torchancen herausspielen und verwerten! Bei Balleroberung kontern!
- Plötzlich ruft der Trainer 2 Farben von zwei Mannschaften auf, deren Tore sich diagonal nebeneinander befinden.
- Die betreffenden Teams wechseln blitzschnell vor das andere Tor und starten von dort aus ein neues 3 gegen 3 gegen einen neuen Gegner!
- Spielzeit: jeweils 3 Minuten.



Ziel: Schnellstmöglich auf neue Gegner einstellen!

- Aufgaben kurz und prägnant erklären! Idealerweise Abläufe vormachen!
- Am 5 Meter-Tor spielt der Torhüter dem neuen Angreifer-Team zu, am Mini-Tor nimmt die Mannschaft einen bereitgelegten Ball und startet mit der Aktion!
- Das Wechsel-Signal nicht in einem Moment einer unmittelbaren Torchance geben!

AUFGABE 2

Neue Gegner im 3 gegen 3 bzw. 1 gegen 1

- Gleicher Ablauf, aber mit verschiedenen Spielsituationen: Die Teams A/B spielen zunächst längs im 3 gegen 3 auf die 5x2-Meter-Tore mit Torhütern, die Teams C/D im 3 x 1 gegen 1 quer auf die Mini-Tore!
- Aufgabe: Aus dem 3 gegen 3 bzw. 1 gegen 1 Tore erzielen! Bei Balleroberung kontern!
- Ruft der Trainer 2 Farben von zwei Teams auf, wechseln diese wieder blitzschnell vor das andere Tor und starten von dort aus neue Aktionen!
- Dabei müssen sie von einer 3 gegen 3- auf eine 1 gegen 1-Situation umschalten!
- Spielzeit: jeweils 3 Minuten.



Auf ein schnelles Umschalten nach Erobern des Balles achten!

- Am 5 Meter-Tor spielt der Torhüter dem neuen Angreifer-Team zu, am Mini-Tor nimmt sich jeder der 3 neuen Angreifer einen bereitgelegten Ball, um ein 1 gegen 1 zu starten!
- Beim 3 x 1 gegen 1 suchen sich die neuen Angreifer blitzschnell einen Gegner aus!
- Die Belastung (= Spielzeit) steuern – alle Aktionen müssen explosiv ablaufen!

PRAXIS-VORSCHLÄGE

Funktion:

- Freies Spielen in verschiedenen Situationen vom 1 gegen 1 bis 6 gegen 6
- Variantenreiche Torabschlüsse
- Eigene Ideen für die Spielabläufe und -regeln

Mögliche Inhalte:

- Selbstbestimmte Torabschlüsse
- Selbstbestimmte „Tore-Joker“

AUFGABEN MIT SELBSTBESTIMMTEN REGELN/AUFGABEN 15 MINUTEN



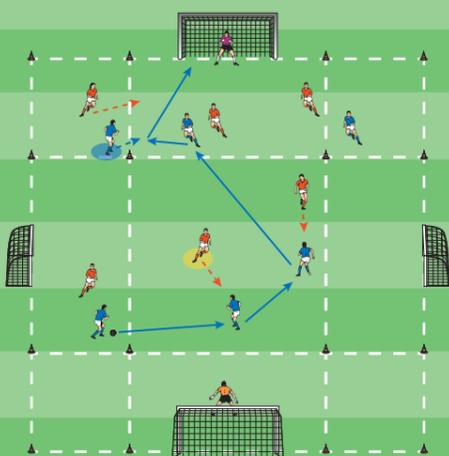
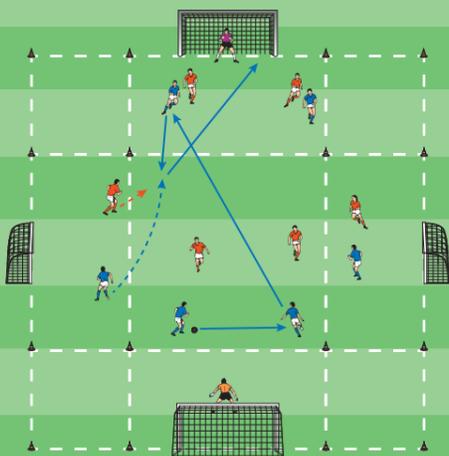
Ziele und Inhalte

- Zielstrebige Aktionen
- Permanentes Mitspielen in jeder Situation
- Variable Torabschlüsse
- Spielübersicht
- Spaß und Spielfreude

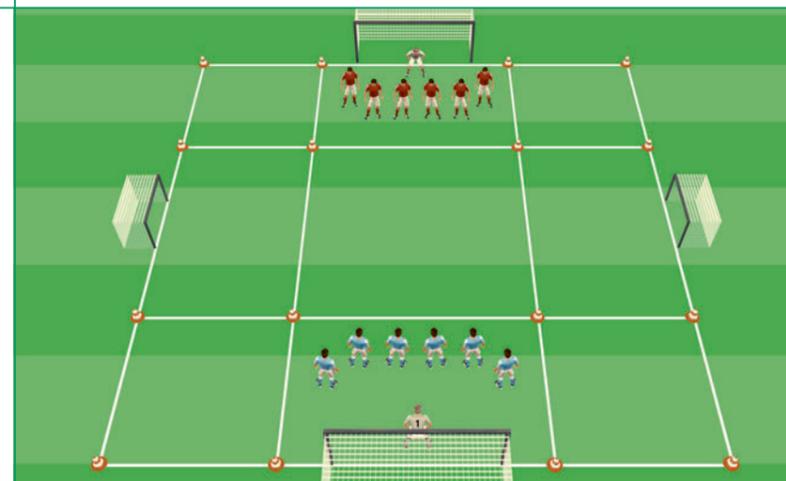
SCHWERPUNKTE DER AUSBILDUNG

- Komplex 1** KOMPLEXE SITUATIONEN
- Komplex 2** WECHSELNDE SITUATIONEN
- Komplex 3** SELBSTGESTALTETE SITUATIONEN
- Komplex 4** UNERWARTETE SITUATIONEN

ABLAUF-SKIZZE



ORGANISATION DIESES PRAXISTEILS



Organisatorischer Aufbau für diesen Praxisteil

- Das Feld nun vergrößern, so dass sich ein etwa 25 x 25 Meter großes Quadrat ergibt
- Die 5x2-Meter-Tore und die Mini- bzw. Stangentore bleiben auf den Grundlinien dieses Quadrates!
- Zudem bilden je zwei 3er-Teams nun eine 6er-Gruppe!
- Alle Bälle als Reservebälle rund um das Feld verteilen!

ABLAUF/VARIATIONEN

Selbstbestimmte Torabschlüsse

- Die beiden Gruppen spielen 2 x 4 Minuten im 6 gegen 6 auf beide 5x2-Meter-Tore.
- Dabei kann zunächst Team A für die erste Phase (4 Minuten) bestimmen, wie Tore erzielt werden dürfen - z.B. nur aus der Torzone, nur per Direktschuss, nur nach einer Einzelaktion, nur nach Rückpass....
- 2. Phase: Team B gibt die Abschlüsse vor!
- **Variation 1:** Alle Abschlüsse sind möglich - Treffer in der vorbestimmten Form jedoch 3-fach werten!
- **Variation 2:** Nach jedem Treffer kann das erfolgreiche Team bis zum nächsten Tor die Abschlussform bestimmen!

Selbstbestimmte „Tore-Joker“

- Die beiden Teams spielen 2 x 4 Minuten im 6 gegen 6 auf die beiden 5x2-Meter-Tore.
- Dabei kann zunächst Team A für die erste Phase (4 Minuten) einen für den Gegner nicht erkennbaren „Tore-Joker“ bestimmen, dessen Treffer nach Spielende im nachhinein 3-fach gewertet werden!
- In der 2. Phase (ebenfalls 4 Minuten) bestimmt Team B für sich einen „Tore-Joker“!
- **Variation 1:** Jedes Team bestimmt gleichzeitig einen „Tore-Joker“.
- **Variation 2:** Jedes Team bestimmt jeweils zwei heimliche „Tore-Joker“.
- **Variation 3:** Der Gegner kennt die „Tore-Joker“.

HINWEISE FÜR DAS TRAINING



Schnelle, zielstrebige Aktionen fordern!

- Gegebenenfalls den Spielern Abschluss-Variationen vorschlagen, aus denen sie aussuchen können!
- Die Belastung (= Spielzeit) steuern - alle Aktionen müssen explosiv ablaufen!
- Durch die „freieren“ Abschluss-Alternativen bei Variation 1 sind die Spieler weniger festgelegt und können je nach Spielsituation variabler agieren!



Spiel-Variationen mit vielen Torabschlüssen motivieren!

- Die Spieler/Teams lernen, spezielle individuelle Qualitäten zu beurteilen (hier der Torabschluss) und einzustufen!
- Die Teams sollen geschickt dem Gegner die Person des „Tor-Jokers“ „verheimlichen“ und ihn nicht etwa durch Zurufe „enttarnen“!
- Die Belastung (= Spielzeit) steuern!

AUFGABE 1

AUFGABE 2

PRAXIS-VORSCHLÄGE

Funktion:

- Geschicktes Agieren in einer „spieluntypischen“ Situation
- Sicheres Zusammenspiel zur Vorbereitung einer Torschuss-Vorlage
- Schaffen von Anspielpunkten hinter dem Tor

Mögliche Inhalte:

- 6 gegen 6 um die Tore
- 6 gegen 6 auf umgedrehte Tore

AUFGABEN MIT ÜBERRASCHUNGSMOMENTEN

15 MINUTEN

Ziele und Inhalte

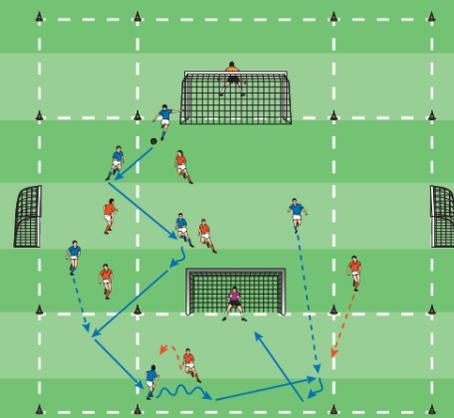
- Geschicktes Aufteilen mit Anspielpunkten in der Tiefe hinter dem Tor
- Schnelles Einstellen auf spieluntypische Situationen
- Überraschungsmomente und Spielideen
- Permanentes Mitspielen in jeder Situation
- Spielübersicht
- Spaß und Spielfreude



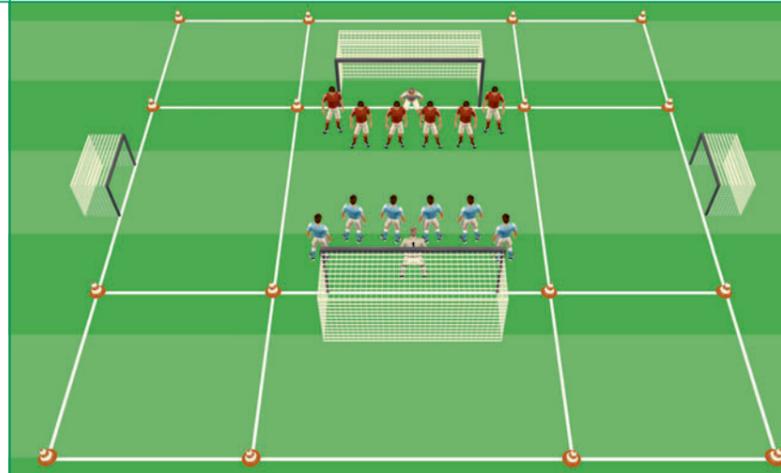
SCHWERPUNKTE DER AUSBILDUNG

- Komplex 1** KOMPLEXE SITUATIONEN
- Komplex 2** WECHSELNDE SITUATIONEN
- Komplex 3** SELBSTGESTALTETE SITUATIONEN
- Komplex 4** UNERWARTETE SITUATIONEN

ABLAUF-SKIZZE



ORGANISATION DIESES PRAXISTEILS



Organisatorischer Aufbau für diesen Praxisteil

- Das Feld eines etwa 25 x 25 Meter großen Quadrates so belassen
- Die 5x2-Meter-Tore und die Mini- bzw. Stangentore nun jedoch auf die Linien der ursprünglichen Mittelzone stellen
- Für Aufgabe 2 die Tore drehen!
- Alle Bälle als Reservebälle rund um das Feld verteilen!

ABLAUF/VARIATIONEN

AUFGABE 1

6 gegen 6 nach „Eishockey-Regeln“

- Die beiden Gruppen spielen 2 x 4 Minuten im 6 gegen 6 auf beide 5x2-Meter-Tore.
- Aufgabe: Um einen Treffer zu erzielen, muss das Anspiel auf den Abschlusspieler aus der Zone **hinter** dem Tor erfolgen!
- **Variation 1:** Treffer, die der Abschlusspieler per Direktschuss erzielt, 3-fach werten!
- **Variation 2:** Treffer per Volleyschuss/Kopfball 3-fach werten!
- **Variation 3:** Ablauf im Spiel 4 gegen 4 oder 5 gegen 5.
- **Variation 4:** Wie zuvor, aber die pausierenden Spieler als Anspielpunkte rund um das Feld verteilen!

HINWEISE FÜR DAS TRAINING



Vorlagen möglichst direkt verwerten!

- Aufgaben kurz und prägnant erklären! Abläufe vormachen!
- Eine Zusatzregel verhindert, dass alle Verteidiger ausschließlich vor dem Tor warten und nicht attackieren: „5 Zuspiele in Folge = 1 zusätzlicher Punkt für die Angreifer!“. Das fordert dazu auf, herauszurücken und das Kombinieren auch hinter dem Tor zu stören!

AUFGABE 2

6 gegen 6 auf umgedrehte Tore

- Die beiden Gruppen spielen wiederum 2 x 4 Minuten im 6 gegen 6 auf beide 5x2-Meter-Tore.
- Beide Tore jedoch umdrehen, so dass die Toröffnungen nach außen zeigen!
- Aufgabe: Mit einer Einzelaktion und/oder per Kombinationsspiel einen Treffer beim Tor des Gegners erzielen!
- **Variation 1:** Treffer per Direktschuss 3-fach werten!
- **Variation 2:** Der Trainer spielt als zusätzlicher neutraler Anspielpunkt mit.
- **Variation 3:** Ablauf im Spiel 4 gegen 4 oder 5 gegen 5.



Geschickt rund ums Tor staffeln und zielstrebig abschließen!

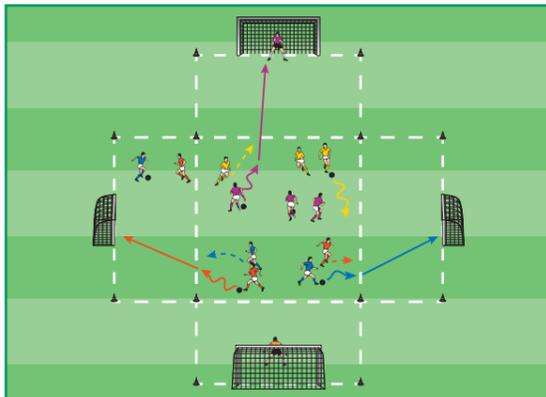
- Geschickt verteilen, um Aktionsraum für das Vorbereiten und Verwerten von Tormöglichkeiten zu schaffen!
- Die Abschlussräume vor dem Tor möglichst lange offen lassen, um in die vorgelegten Bälle hineinstarten und dynamisch abschließen zu können!
- Die Belastung (= Spielzeit) steuern!

SCHWERPUNKTE DER FÖRDERUNG VON SPIELWITZ UND KREATIVITÄT
Funktion:

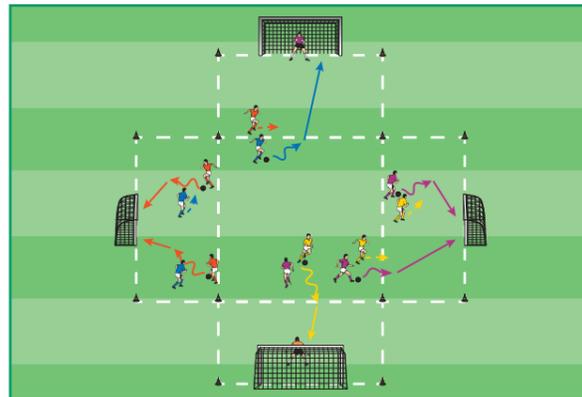
- Sicherheit am Ball auch unter Druck eines Gegners
- Risiko- und Spielfreude
- Kreatives Lösen von 1 gegen 1-Situationen

Mögliche Inhalte:

- 6 x 1 gegen 1 gleichzeitig auf Tore
- 2 x 3 gegen 3 gleichzeitig auf Tore

Komplex 1
KOMPLEXE SITUATIONEN
Komplex 2
WECHSELNDE SITUATIONEN
Komplex 3
SELBSTGESTALTETE SITUATIONEN
Komplex 4
UNERWARTETE SITUATIONEN
WEITERE TRAININGSVORSCHLÄGE

„Chaostraining“ - 6 x 1 gegen 1 I
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT
U12/U13
U14/U15
Organisation/Ablauf

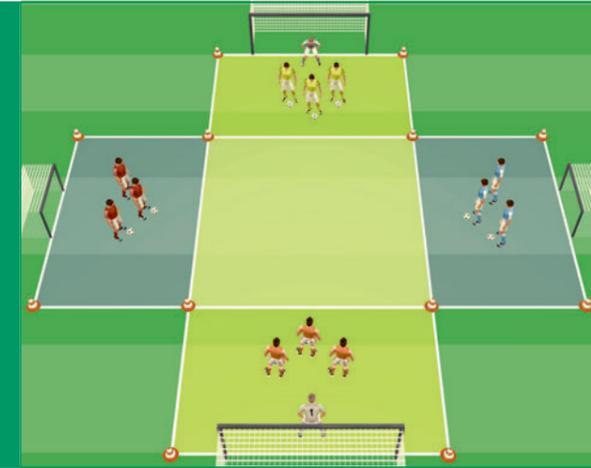
- Von je 2 Teams gegenüber die Spieler zum 3 x 1 gegen 1 aufteilen.
- Die 3 Paare der Teams A/B spielen dabei jeweils 1 gegen 1 längs auf die 5x2-Meter-Tore mit Torhütern, die 3 Paare der Teams C/D quer auf die Mini-Tore!
- Aufgabe: Aus dem 1 gegen 1 einen Treffer beim Tor gegenüber erzielen! Bei Balleroberung auf das Tor gegenüber kontern!
- **Variation 1:** Treffer sind nur aus der Mittelzone erlaubt.
- **Variation 2:** Treffer nur aus der Außenzone!


„Chaostraining“ - 6 x 1 gegen 1 II
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT
U12/U13
U14/U15
Organisation/Ablauf

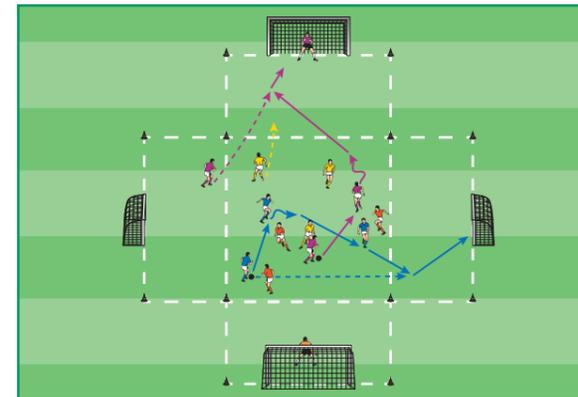
- Von je 2 Gruppen gegenüber die Spieler wieder zum 3 x 1 gegen 1 aufteilen.
- Zudem beiden Teams jeweils 2 diagonal nebeneinander befindliche Tore zuweisen - ein 5x2-Meter-Tor mit Torhüter und ein Mini-Tor!
- Aufgabe: Aus dem 1 gegen 1 einen Treffer bei einem der beiden Tore des Gegners erzielen!
- **Variation 1:** Treffer beim 5x2-Meter-Tor sind nur aus der Mittelzone erlaubt, Treffer beim Mini-Tor aus der Außenzone.
- **Variation 2:** Treffer aus der Mittelzone doppelt werten!

BASISINFORMATIONEN ZUR PRAXIS
Organisation

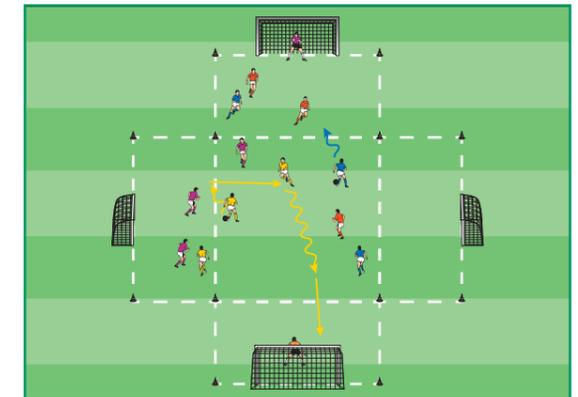
- Ein mittleres Quadrat von 20 x 20 Metern abstecken
- Hinter jeder Seite zusätzlich eine Außenzone von 10 Metern Tiefe markieren
- 4 Gruppen zu jeweils 3 Spielern einteilen - pro Spieler 1 Ball
- Auf den Grundlinie zwei 5-Meter-Tore bzw. zwei Mini-Tore aufstellen


Praktische Tipps

- Auf Pausen achten - nur schnellstmögliche Aktionen sichern die Leistungssteigerungen!
- Die Größe des Feldes flexibel anpassen (vergrößern/verkleinern)!
- Die Spiel-Aufgaben kreativ verändern!


„Chaostraining“ - 2 x 3 gegen 3 I
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT
U12/U13
U14/U15
Organisation/Ablauf

- 2 Gruppen gegenüber spielen nun jeweils gleichzeitig auf die Tore.
- Die Teams A/B spielen längs im 3 gegen 3 auf die 5x2-Meter-Tore mit Torhütern, die Teams C/D quer auf die Mini-Tore!
- Aufgabe: Aus dem 3 gegen 3 Tore erzielen! Treffer sind nur erlaubt, wenn ein Spieler zu einem Mitspieler in die Torzone passt, der direkt abschließt!
- **Variation 1:** Treffer sind nur aus der Mittelzone erlaubt.
- **Variation 2:** Dribbling in die Torzone und Abschluss (Einzelaktion)!


„Chaostraining“ - 2 x 3 gegen 3 II
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT
U12/U13
U14/U15
Organisation/Ablauf

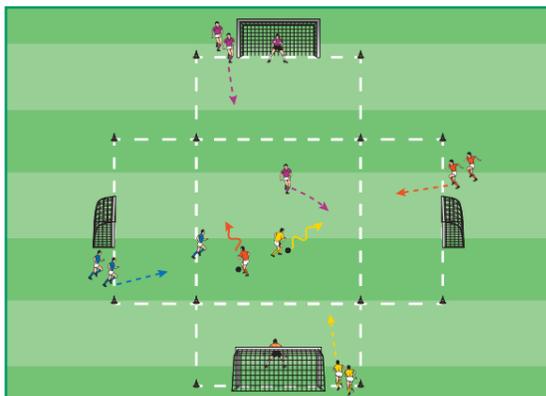
- Je 2 Gruppen spielen wieder im 3 gegen 3.
- Beiden Mannschaften dabei jeweils 2 diagonal nebeneinander befindliche Tore zuweisen - ein 5x2-Meter-Tor mit Torhüter und ein Mini-Tor!
- Aufgabe: Aus dem 3 gegen 3 einen Treffer bei einem der beiden Tore des Gegners erzielen!
- **Variation 1:** Treffer beim 5x2-Meter-Tor sind nur aus der Mittelzone erlaubt, Treffer beim Mini-Tor aus der Außenzone.
- **Variation 2:** Treffer nur aus der Mittelzone doppelt werten!

SCHWERPUNKTE DER FÖRDERUNG VON SPIELWITZ UND KREATIVITÄT

- Funktion:**
- Sicherheit am Ball auch unter Druck eines Gegners
 - Spielwitz und -freude
 - Spielschnelligkeit
- Mögliche Inhalte:**
- Spiel auf Tore mit wachsenden Teams
 - Spiel auf Tore mit schrumpfenden Teams
 - Spiel mit variablen Team-Größen

Komplex 1	KOMPLEXE SITUATIONEN
Komplex 2	WECHSELNDE SITUATIONEN
Komplex 3	SELBSTGESTALTETE SITUATIONEN
Komplex 4	UNERWARTETE SITUATIONEN

WEITERE TRAININGSVORSCHLÄGE



„Chaos-Spiel“ mit wachsenden Teams

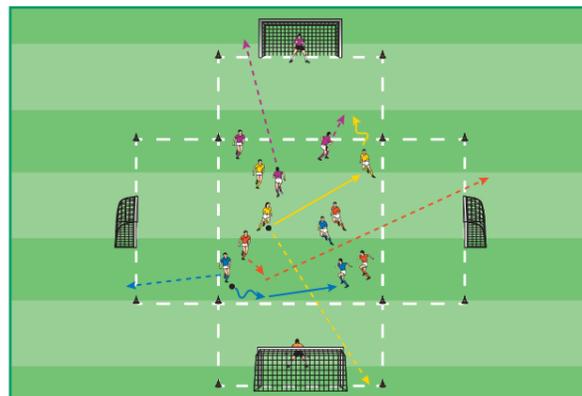
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Organisation/Ablauf

- Die Teams A/B spielen längs auf die 5x2-Meter-Tore mit Torhütern, C/D quer auf die Mini-Tore!
- Die Spiel-Aufgabe startet in beide Richtungen gleichzeitig mit einem 1 gegen 1 auf die 5x2-Meter- bzw. die Mini-Tore. Die übrigen Spieler warten neben dem jeweiligen Tor.
- Nach Signal des Trainers rückt von allen Teams jeweils 1 Spieler nach, so dass sich die Aktionen zunächst auf ein 2 gegen 2, schließlich 3 gegen 3 erweitern!
- Gleicher Ablauf nach aktiver Pause (Start wieder mit einem 1 gegen 1) - jetzt aber auf die anderen Tore!



„Chaos-Spiel“ mit schrumpfenden Teams

BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

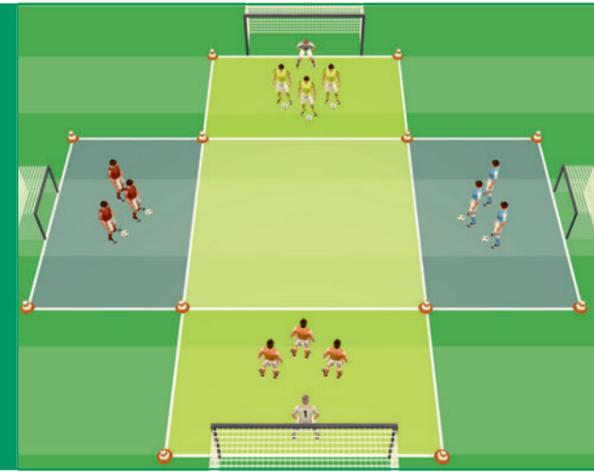
U14/U15

Organisation/Ablauf

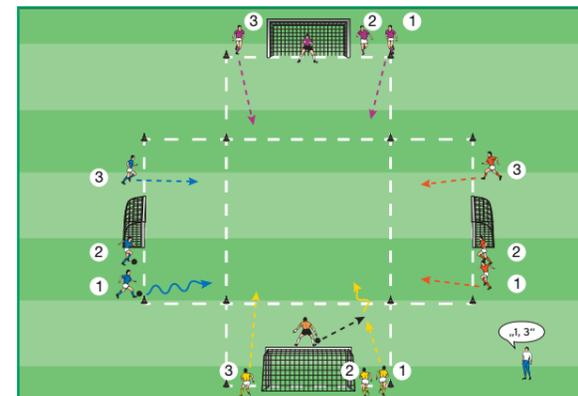
- Gleicher Ablauf, nun starten die Aktionen mit einem gleichzeitigen 3 gegen 3 auf die Tore mit Torhütern bzw. Mini-Tore.
- Nach Signal des Trainers verlässt von allen Teams jeweils 1 Spieler das Feld, so dass sich die Situationen zunächst auf ein 2 gegen 2 und schließlich 1 gegen 1 reduzieren!
- Nach einer aktiven Pause wechseln alle Teams jeweils vor die anderen Tore und der neue Ablauf startet wieder mit einem 3 gegen 3!
- Die Teams können für sich festlegen, wer zuerst herauswechselt und wer bis zum 1 gegen 1 im Feld bleibt!

BASISINFORMATIONEN ZUR PRAXIS

- Organisation**
- Organisation und Aufbau bleiben unverändert!
 - Alle Bälle wieder als Reservebälle rund um das Feld verteilen



- Praktische Tipps**
- Auf Pausen achten - nur schnellstmögliche Aktionen sichern Leistungssteigerungen!
 - Auf eine einfache, aber dennoch variable Organisation zurückgreifen!
 - Die Größe des Feldes flexibel anpassen (vergrößern/verkleinern)!
 - Die Spiel-Aufgaben kreativ verändern!



Variable Team-Größen nach Aufruf

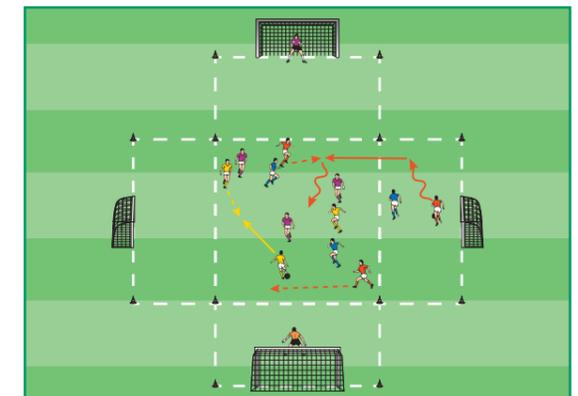
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Organisation/Ablauf

- Alle Gruppen von 1 bis 3 durchnummerieren.
- Die Teams A/B spielen längs auf die 5x2-Meter-Tore mit Torhütern, C/D quer auf die Mini-Tore!
- Der Trainer ruft zwischendurch eine, zwei oder alle drei Nummer(n) auf. Die betreffenden Spieler sind jeweils aktiv und spielen auf die jeweiligen Tore.
- Sobald der Trainer neue Nummern aufruft, bilden sich direkt neue Teams. Die betreffenden Spieler bleiben auf dem Feld, verlassen die Spielfläche oder rücken blitzschnell nach.
- Ein vorher bestimmtes Team hat bei jeder neuen Spiel-Konstellation zunächst den Ball!



Ballsicherung bzw. Torangriffe nach Signal

BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Organisation/Ablauf

- Die Teams A/B spielen in der Längszone im 3 gegen 3, die Gruppen C/D in der Querzone.
- Die Aktionen starten mit einem 3 gegen 3 auf Ballsicherung. Aufgabe: „Spielt in der jeweiligen Zone sicher zusammen! Für 5 Zuspiele in Folge gibt es jeweils 1 Punkt!“
- Nach Aufruf des Trainer wechselt die Aufgabe. Nun müssen die Teams blitzschnell auf Torangriff umschalten und Treffer erzielen: Die Teams A/B spielen auf die 5x2-Meter-Tore, C/D auf die Mini-Tore!
- Nach dem nächsten Trainer-Signal startet wieder das Kombinationsspiel usw.

SCHWERPUNKTE DER FÖRDERUNG VON SPIELWITZ UND KREATIVITÄT

Funktion:

- Selbstbestimmte Ideen beim Gestalten von Aufgaben und Regeln
- Kommunikation
- Spielwitz und -freude
- Spielschnelligkeit

Mögliche Inhalte:

- Selbstbestimmte Tor-Verteilung
- Selbstbestimmte Team-Größen

Komplex 1

KOMPLEXE SITUATIONEN

Komplex 2

WECHSELNDE SITUATIONEN

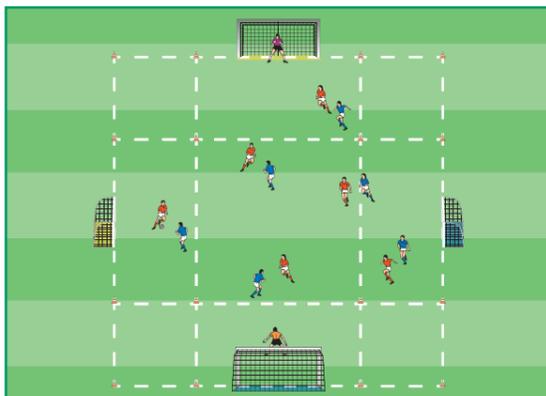
Komplex 3

SELBSTGESTALTETE SITUATIONEN

Komplex 4

UNERWARTETE SITUATIONEN

WEITERE TRAININGSVORSCHLÄGE



Selbstbestimmte Tor-Zuteilung

BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Organisation/Ablauf

- Die beiden Gruppen spielen 2 x 5 Minuten im 6 gegen 6.
- Dabei kann zunächst Team A für die erste Phase (5 Minuten) sich 2 Tore zuweisen, die es verteidigt:
 - zwei „große“ 5x2-Meter-Tore mit Torhütern
 - zwei Mini-Tore oder
 - ein 5x2-Meter-Tor und ein Mini-Tor.
- Demzufolge kann das Team jeweils auf die beiden anderen Tore des Gegners angreifen!
- In der 2. Spielphase (ebenfalls 5 Minuten) teilt dann Team B die Tore für beide Mannschaften zu!
- Die Spielzeiten variabel verkürzen/verlängern!



Selbstbestimmte „Team-Größen“ I

BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Organisation/Ablauf

- Die beiden Gruppen spielen 2 x 7 Minuten auf die beiden 5x2-Meter-Tore.
- Dabei kann zunächst Team A für die erste Phase (7 Minuten) bestimmen, mit welchen Teamgrößen das Spiel ablaufen soll, also im
 - 6 x 1 gegen 1
 - 3 x 2 gegen 2
 - 2 x 3 gegen 3
 - 1 x 4 gegen 4/1 x 2 gegen 2 oder im 6 gegen 6.
- Die Wechsel erfolgen dabei selbstbestimmt!
- In der 2. Spielphase bestimmt dann Mannschaft B die Teamgrößen!



Selbstbestimmte „Team-Größen“ II

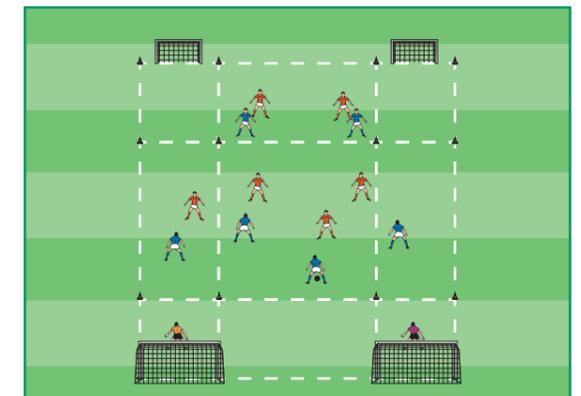
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Organisation/Ablauf

- Beide Teams zunächst von 1 bis 6 durchnummerieren.
- Das Spiel startet zunächst mit einem 6 gegen 6 auf die beiden 5x2-Meter-Tore mit Torhütern.
- Nach einem Treffer kann jeweils das erfolgreiche Team bis zum nächsten Tor bestimmen, mit welchen Team-Größen weitergespielt werden soll, also im 1 gegen 1, 2 gegen 2, 3 gegen 3...
- Dabei wechseln beide Teams selbstbestimmt ein/aus (in Folge der mannschaftsinternen Nummern).
- **Variation 1:** Gleicher Ablauf auf die Mini-Tore
- **Variation 2:** Erlaubte Team-Größen sind nur ein 2 gegen 2, 4 gegen 4 oder 6 gegen 6



Selbstbestimmte Tor-Positionen

BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

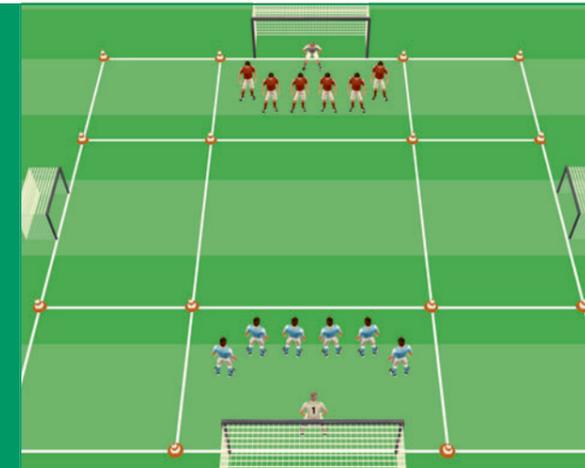
Organisation/Ablauf

- Die beiden Gruppen spielen 2 x 7 Minuten im 6 gegen 6.
- Dabei kann zunächst Team A für die erste Phase (7 Minuten) die Tore frei auf die Feldlinien postieren und jedem Team zuweisen.
- Einzige Vorgaben:
 1. Auf einer Grundlinie dürfen sich höchstens 2 Tore befinden!
 2. Jedes Team muss zwei Tore verteidigen bzw. darf auf die anderen beiden angreifen!
- In der 2. Spielphase (ebenfalls 7 Minuten) teilt dann Team B die Tore für beide Mannschaften zu!

BASISINFORMATIONEN ZUR PRAXIS

Organisation

- Das Feld nun vergrößern, so dass sich ein etwa 25 x 25 Meter großes Quadrat ergibt
- Die 5x2-Meter-Tore und die Mini- bzw. Stangentore bleiben auf den Grundlinien dieses Quadrates!
- Zudem bilden je zwei 3er-Teams nun eine 6er-Gruppe!



Praktische Tipps

- Auf Pausen achten - nur schnellstmögliche Aktionen sichern Leistungssteigerungen!
- Auf eine einfache, aber dennoch variable Organisation zurückgreifen!
- Die Größe des Feldes flexibel anpassen (vergrößern/verkleinern)!
- Die Spiel-Aufgaben kreativ verändern!

SCHWERPUNKTE DER FÖRDERUNG VON SPIELWITZ UND KREATIVITÄT

Funktion:

- Geschicktes Agieren in „spieluntypischen“ Situationen
- Kommunikation
- Spielwitz und -freude
- Spielschnelligkeit

Mögliche Inhalte:

- Kombinationen von Handball-Fußball
- Spiel mit diversen Ballmaterialien

Komplex 1

KOMPLEXE SITUATIONEN

Komplex 2

WECHSELNDE SITUATIONEN

Komplex 3

SELBSTGESTALTETE SITUATIONEN

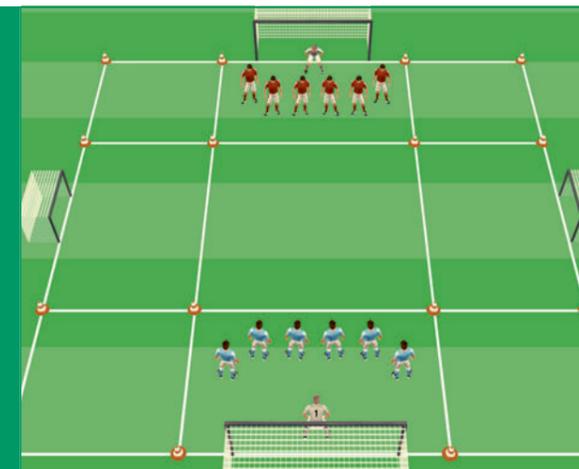
Komplex 4

UNERWARTETE SITUATIONEN

BASISINFORMATIONEN ZUR PRAXIS

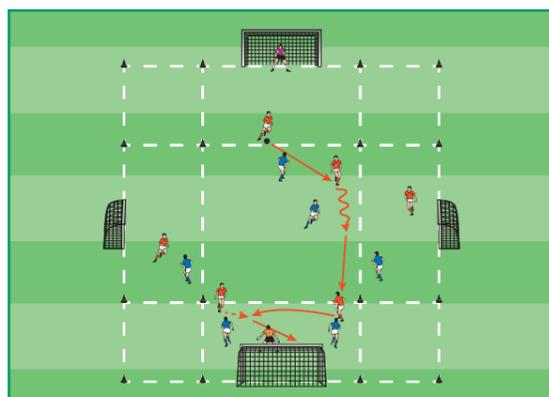
Organisation

- Organisation und Aufbau bleiben unverändert!
- Alle Bälle wieder als Reservebälle rund um das Feld verteilen

**Praktische Tipps**

- Auf Pausen achten – nur schnellstmögliche Aktionen sichern Leistungssteigerungen!
- Auf eine einfache, aber dennoch variable Organisation zurückgreifen!
- Die Größe des Feldes flexibel anpassen (vergrößern/verkleinern)!
- Die Spiel-Aufgaben kreativ verändern!

WEITERE TRAININGSVORSCHLÄGE

**Handball-Fußball-Spiel**

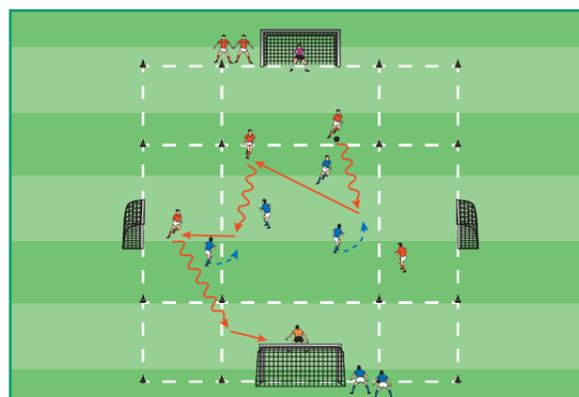
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Organisation/Ablauf

- Die beiden Gruppen spielen im 6 gegen 6 auf beide 5x2-Meter-Tore mit Torhütern.
- Treffer sind aus dem freien Spiel heraus erlaubt (= 1 Punkt).
- Zusätzlich ist ein spezieller Tor-Abschluss möglich (3 Punkte!): In der Angriffszone kann ein Angreifer ein halbhohes Zuspiel aus der Mittel-/Aufbau-Zone fangen und einem nachrückenden Mitspieler zuwerfen, der volley bzw. per Kopf abschließt!
- Das andere Teams darf in der Zone vor dem eigenen Tor nicht mit der Hand agieren!
- Genug Reservebälle rund um das Feld bereitlegen!

**Fußball-Rugby**

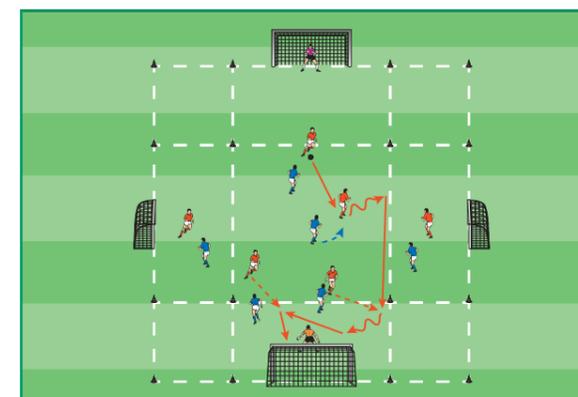
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Organisation/Ablauf

- Die beiden Gruppen spielen im 6 gegen 6 auf beide 5x2-Meter-Tore mit Torhütern.
- Treffer können nach Zusammenspiel aus dem ganzen Feld erzielt werden.
- Sonderregel für dieses Kombinationsspiel: „Den Ball nur nach hinten abspielen! Raumgewinn nach vorne ist nur durch ein Dribbling möglich!“
- **Variation 1:** Gleicher Ablauf auf je 2 Tore – zwei 5x2-Meter-Tore nebeneinander auf Grundlinie 1, zwei Mini-Tore nebeneinander auf Grundlinie 2.
- **Variation 2:** Gleicher Ablauf im 4 gegen 4 oder 5 gegen 5 (Erleichterung durch die größeren Aktionsräume).

**Fußball mit verschiedenartigen Bällen**

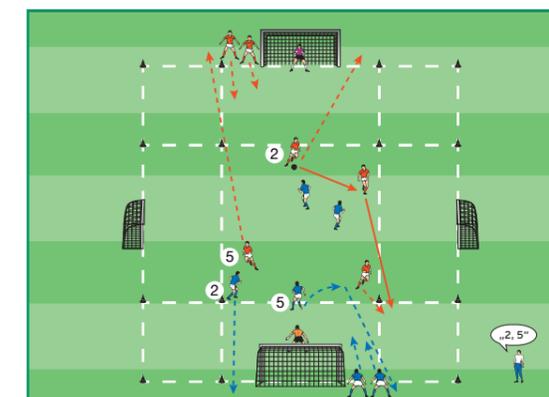
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Organisation/Ablauf

- Die beiden Gruppen spielen im 6 gegen 6 auf beide 5x2-Meter-Tore mit Torhütern.
- Der Trainer postiert sich mit diversen Bällen (Fußbälle, Lightbälle, Softbälle, Futsal-Bälle, Mini-Bälle, Rugby-Bälle, Tennis-Bälle...) außerhalb des Feldes.
- Zwischendurch spielt er einen dieser Bälle ins Feld, wobei das Spiel direkt mit diesem Ball fortgesetzt wird.
- **Variation 1:** Je kleiner der Ball, desto höher ist die Punktebewertung für einen Treffer (vorher festlegen!).
- **Variation 1:** Gleicher Ablauf auf je 2 Tore.
- **Variation 2:** Gleicher Ablauf im 4 gegen 4 oder 5 gegen 5.

**4 gegen 4 mit fliegenden Wechslen**

BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Organisation/Ablauf

- Beide Mannschaften von 1 bis 6 durchnummerieren!
- Das Spiel startet mit einem 4 gegen 4 der Nummern 1 bis 4 auf die beiden Tore mit Torhütern auf beide 5x2-Meter-Tore mit Torhütern.
- Die Trainer ruft in unregelmäßigen Abständen 2 Nummern auf: Die betreffenden Spieler müssen schnellstmöglich das Feld verlassen und werden durch die wartenden Mitspieler ersetzt!
- **Variation 1:** Gleicher Ablauf im 5 gegen 5 mit einem Auswechselspieler
- **Variation 2:** Der Spieler passt zusätzlich zum Nummern-Aufruf einen neuen Ball ins Feld.

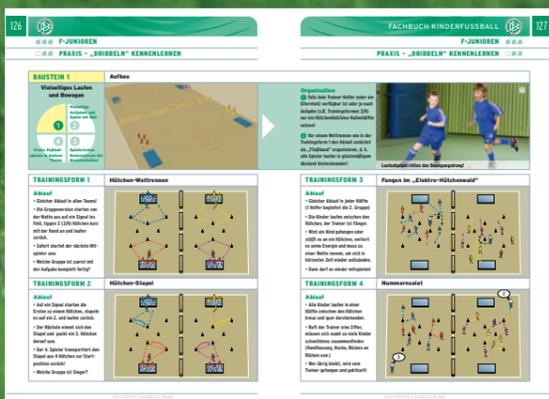
MIT SPIELWITZ UND KREATIVITÄT FUSSBALL SPIELEN
NEUES DFB-FACHBUCH: KINDERFUSSBALL - AUSBILDEN MIT KONZEPT 1

Basiswissen Kinderfußball: Ausbilden und Betreuen mit Herz



BAMBINIS, F- UND E-JUNIoren

Kinderfußball Ausbilden mit Konzept 1



Kinder alters- und zeitgemäß fördern und sie mit viel Zuwendung betreuen – das ist Ihre besondere Aufgabe, liebe Kindertrainer!

KINDERFUSSBALL: AUSBILDEN MIT KONZEPT 1 in den Altersklassen der Bambini sowie F- und E-Junioren aus der **DFB-Fachbuchreihe** gibt Ihnen auf der Grundlage der **DFB-Ausbildungskonzeption** umfassende und praktische Orientierungshilfen für Ihre verantwortungsvolle Tätigkeit.

Im Vordergrund steht die **Spiel- und Trainingspraxis** mit verschiedenen Lerninhalten je nach Altersstufe. Besonders hilfreich, da zeitsparend: Alle Übungen eines Praxisschwerpunkts sind **nach ein und demselben Schema organisiert**, so dass aufwendiges Umbauen in einer Trainingsstunde entfällt!

Weiteres großes Plus: **Über 100 Seiten Praxishilfen** zum Trainingsalltag, wie man ihn plant, organisiert, steuert und auswertet.



Paul Schomann/Gerd Bode/Norbert Vieth
Kinderfußball: Ausbilden mit Konzept 1
 368 Seiten • 32,00 € (portofrei)

Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG • Rektoratsweg 36 • 48159 Münster
 Tel.: 0251/23005-11 • buchversand@philippka.de • www.philippka.de

NEU

MIT SPIELWITZ UND KREATIVITÄT FUSSBALL SPIELEN
TRAINERZEITSCHRIFT FÜR KINDER-/JUGENDBEREICH

Tipps und Hilfestellungen für die Trainingsarbeit

EIN MUSS FÜR KINDERTRAINER



Die Zeitschrift **fussballtraining junior** bietet beste Ideen rund um das Spielen und Üben mit Bambini, F-, E- und D-Junioren, dazu jede Menge Tipps zur Betreuung von Mannschaften und Einzelspielern.

Sechsmal im Jahr stehen auf je 64 Seiten Themen im Mittelpunkt, die den Trainingsalltag der Kinder und ihrer Trainer bestimmen.

Ausgabe 3/14 zeigt beispielsweise, wie man das Training mit großen Gruppen am besten "managt", wie Wartezeiten vermieden und möglichst alle Kinder an attraktiven Spiel- und Übungsaufgaben aktiv beteiligt werden. Die einzelnen Beiträge stellen praktikable Organisationsformen vor, die viele Ballkontakte, wenig Standzeiten und eine große Überschaubarkeit gewährleisten:

- **Bambini-Spiele in einer einzigen Organisationsform**
- **Rundläufe zum Üben von Techniken und von koordinativen Elemente**
- **Üben mit hoher Wiederholungsrate in einer "Gasse"**
- **Wettbewerbe mit der "lebendigen Stoppuhr" u.v.m.**

KEINE AUSGABE VER-SÄUMEN!



6 Hefte à 64 Seiten: 33,60 € frei Haus
 Sammelabos für Vereine: Ab 6 Abos: 26,88 € • Ab 10 Abos: 25,20 €
 Weitere Infos unter <http://trainermedien.dfb.de>

Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG • Rektoratsweg 36 • 48159 Münster • Tel.: 0251/23005-16 • abo@philippka.de



***STARKE PARTNER
FÜR DIE STARS
VON MORGEN***



Mercedes-Benz



Wir haben viele begabte Nachwuchsfußballer in unserem Land - es kommt darauf an, sie zu finden und dann professionell zu fördern. So eine Förderung umfasst in der heutigen Zeit hohes Engagement, finanzielle Kraft und nicht zuletzt Professionalität. Der DFB kann bei dieser Aufgabe auf das Sponsoring-Engagement starker Partner bauen!

