


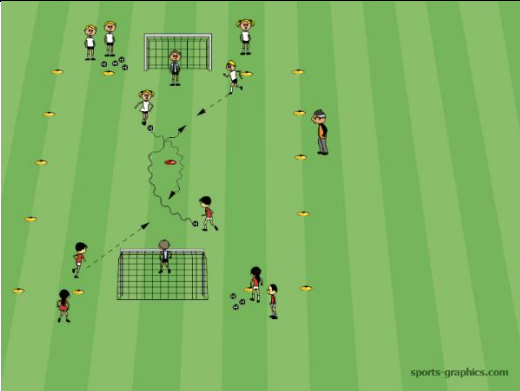
# Demotraining Feld - Dribbeln

## Einlaufen

| Teilziele / Inhalt   | Beschreibung   | Organisation  | Hinweise / Coaching  |
|--|--|---|--|
| <p><b>Ballführen</b><br/><b>Orientierung</b></p> <p><b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Markierungsteller</li> <li>- Überzieher in mehreren Farben</li> <li>- 1 Ball/Kind</li> </ul> | <p><b>Trikotttausch</b></p> <p><b>Offen starten</b><br/>Jedes Kind trägt einen farbigen Überzieher in der Hand. Alle dribbeln mit ihrem Ball im Feld. Hebt der Trainer den Arm, dribbeln die Kinder in das freie, markierte Feld in der Mitte und tauschen ihren Überzieher mit einem anderen Kind. Variation: Nur eine Farbe von Überziehern muss in die Mitte. Vorgeben, welche Farben getauscht werden müssen.</p> <p><b>Üben</b><br/>Mit dem linken/rechten Fuss, Aussen-/Innenrist, seitwärts, rückwärts, usw.</p> <p><b>Wetteifern</b><br/>Welche Farbe dribbelt am schnellsten durch das Feld in der Mitte? Welche Farbe findet sich zuerst komplett in der Mitte zusammen?</p> |  | <p><b>Feldgrösse:</b><br/>Länge 20x20m bzw. 10x10m</p> <p><b>Beobachten:</b> Werden die Vorgaben von den Kindern umgesetzt?</p> <p><b>Beraten:</b> Ball ist beim Ballführen immer unter den Nase</p> |

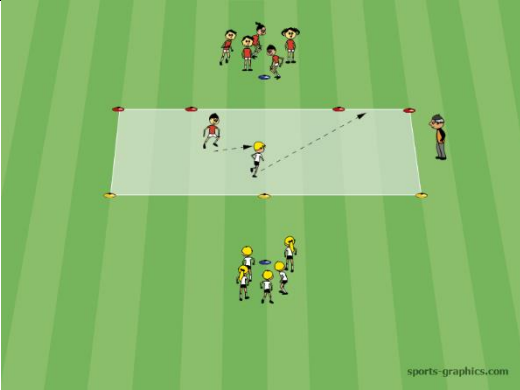
# Demotraining Feld - Dribbeln

## Fussball spielen lernen

| Teilziele / Inhalt  | Beschreibung  | Organisation  | Hinweise / Coaching   |
|---|---|---|---|
| <p><b>Ballführen</b><br/><b>Dribbeln</b><br/><b>Orientierung</b></p> <p><b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 E-Tore</li> <li>- Markierungsteller</li> <li>- Überzieher</li> <li>- 1 Ball für 2 Kinder</li> </ul> | <p><b>1 gegen 1 übers Kreuz</b></p> <p><b>Offen starten</b><br/>1 Angreifer (mit Ball) und ein Verteidiger (ohne Ball) je Team starten auf gemeinsames Kommando gleichzeitig. Sobald die Angreifer die Markierung in der Mitte passiert haben, dürfen sie ein Tor erzielen (1 gegen 1). Ende des Spiels: Ball im Tor oder aus dem Feld. Angreifer und Verteidiger wechseln die Rolle nach jedem Versuch. Nach 5 Minuten starten die Kinder mit dem Ball links vom Tor.</p> <p><b>Üben</b><br/>Angreifer sollen entschlossen den Abschluss suchen.<br/>Trainer: Entschlossenes Verhalten loben.</p> <p><b>Wetteifern</b><br/>Welches Team erzielt innerhalb von 5 Minuten mehr Tore? Danach als Revanche das Gleiche 5 Minuten lang von der anderen Seite.</p> <p><b>Einfacher:</b> Abwechselnd nur ein Duell.<br/><b>Schwieriger:</b> Zum Start ein Pass vom Verteidiger neben dem Tor zu seinem Angreifer.</p> |  | <p><b>Feldgrösse:</b><br/>Länge 20m, Breite 10m</p> <p><b>Beobachten:</b> Dribbeln die Kinder mutig nach vorne? Suchen sie entschlossen den Abschluss?</p> <p><b>Beraten:</b> Mit Tempo ins Dribbling. Ball immer unter Kontrolle. Mit Körpertäuschung den Gegner ausspielen.</p> |


# Demotraining Feld - Dribbeln

## Vielseitigkeit

| Teilziele / Inhalt   | Beschreibung  | Organisation  | Hinweise / Coaching   |
|--|---|---|---|
| <p><b>Flink + wendig</b></p> <p><b>Laufen und Springen</b></p> <p><b>Orientierung</b></p> <p><b>Reaktion</b></p> <p><b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Markierungsteller</li> <li>- Überzieher</li> </ul> | <p><b>Jäger und Hase</b></p> <p><b>Offen starten</b><br/>Zwei Kinder („Jäger“ und „Hase“) stehen einander gegenüber. Auf ein Signal startet der Jäger in die Jagdzone. Gleichzeitig rennt der Hase los. Je nach Verhalten des Jägers entscheidet sich der Hase, durch das Tor 1 oder das Tor 2 zu sprinten. Der Jäger versucht den Hasen dabei mit den Händen abzufangen. Danach Rollenwechsel.</p> <p><b>Üben</b><br/>Die Hasen sollen auf das Verhalten des Jägers reagieren. Welches Tor ist für einen Durchbruch optimal?</p> <p><b>Wetteifern</b><br/>Welches Team schafft mehr Tore? Das Durchqueren der Tore gibt 1 Punkt. 2 bis 3 Durchgänge.</p> |  | <p><b>Feldgrösse:</b><br/>Länge 10m, Breite 5m</p> <p><b>Beobachten:</b> Suchen die Kinder entschlossen die freie Lücke? Beobachtet der Hase den Jäger und umgekehrt?</p> <p><b>Beraten:</b> Mit Tempo und Körpertäuschung den Gegner umlaufen.</p> |

# Demotraining Feld - Dribbeln

## Fussball spielen

| Teilziele / Inhalt  | Beschreibung   | Organisation  | Hinweise / Coaching  |
|---|--|---|--|
| <p><b>Ballführen</b><br/><b>Dribbling</b><br/><b>Passen</b><br/><b>Torschuss</b></p> <p><b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 E-Tore (4 gegen 4)</li> <li>- 4 Falttore (2 gegen 2)</li> <li>- Markierungsteller</li> <li>- Bälle</li> <li>- Überziehleibchen</li> </ul> | <p><b>4 gegen 4 / 2 gegen 2</b></p> <p>Die Teams spielen einen Match 4 gegen 4 auf grosse Tore. Auf einem Nebefeld duellieren sich Kinder 2 gegen 2. Nach 3 Minuten ersetzen je 2 Kinder eines Teams des grossen Felds die Kinder im kleinen Feld.</p> <p>Die Sieger der Spiele auf dem kleinen Feld bekommen pro Tor 1 Punkt für ihr Team.</p> <p>6 Runden à 3 Minuten.</p> |  | <p><b>Beobachten:</b> Sind alle Kinder am Spiel beteiligt? Suchen die Kinder entschlossen den Torabschluss?</p> <p><b>Teambildungsmöglichkeiten:</b><br/>Beispiele für 12 Kinder</p> <p><b>Jasskartenziehen:</b> Kinder 1 Karte aus 12 ziehen lassen. Je sechs Karten haben gleiche Farbe.</p> <p><b>Schnürziehen:</b> Trainer hält 6 Schnüre in der Hand (je 3 sind in der Mitte zusammengebunden). Alle Enden schauen nach unten. Jedes Kind hält ein Ende fest.</p> <p>Bei mehr Kindern einfach mehr Karten beziehungsweise mehr Schnüre (werden allenfalls zu 3er, 4er-Gruppen zusammengebunden) einsetzen</p> |

# Demotraining Feld - Dribbeln

## Ausklang

| Teilziele / Inhalt   | Beschreibung   | Organisation | Hinweise / Coaching   |
|--|--|--------------|---|
| <p><b>Passen</b><br/><b>Torschuss</b></p> <p><b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 E-Tore</li> <li>- Markierungsteller</li> <li>- Überziehleibchen</li> <li>- 1 Ball/Kind</li> </ul> | <p><b>Fussball-Golf</b></p> <p>Mit Markierungstellern 3 bis 4 Kreise oder Vierecke markieren. Am Ende des Parcours steht ein Kinderfussballtor. Mit einem Zielpass versucht ein Kind immer in das nächste Feld zu passen bis es am Schluss ins Tor schiessen kann. Wie viele Pässe braucht es dafür?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Durchgang: Mit dem linken Fuss</li> <li>2. Durchgang: Mit dem rechten Fuss</li> <li>3. Durchgang: Mit dem linken oder rechten Fuss</li> </ol> <p>Um Wartezeiten zu vermeiden: zwei Parcours aufstellen.</p> |              | <p><b>Beobachten:</b> Sind die Pässe präzise?<br/>Sind die Pässe flach?</p> <p><b>Beraten:</b> Standfuss neben dem Ball, Ball in der Mitte treffen, Fuss fixieren</p> |

Quelle: Trainerbox SFV, 2018