



**BAMBINIS, F- UND
E-JUNIOREN**

Kinderfußball

Ausbilden mit Konzept 1

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-89417-231-2

1. Auflage 2014

© by Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG, Rektoratsweg 36, 48159 Münster • www.philippka.de

Herausgeber: Deutscher Fußball-Bund, 60528 Frankfurt/Main

Leitung DFB-Fachmedien: Norbert Vieth

Lektorat: Konrad Honig, Werner Böwing

Graphisches Konzept: Thorsten Krybus

Herstellung: Janosch Peltzer, Werner Böwing

Illustrationen: Patrick Woess, Janosch Peltzer, Marion Huslage, Lin Lütke-Glanemann

Titelfoto: Klaus Schwarten

Fotos: Conny Kurth (S. 18, 22, 26, 46, 86 [oben], 95 [unten, Mitte]); getty images (Umschlag-

rückseite: Portraits oben und Mitte; S. 5, 58, 160); Uwe Schmidt (S. 40); Markus Weißenfels (S. 34, 52 [oben-links], 81, 94 [unten, Mitte], 111); Steffen Winter (S. 208)

Alle übrigen Fotos: Axel Heimken, Klaus Schwarten

Gesamtherstellung: Kunst- und Werbedruck GmbH & Co. KG, Bad Oeynhausen

Das Werk und seine Bestandteile sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck, auch fotomechanische Vervielfältigungen jeder Art, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung bzw. Verarbeitung in elektronischen Systemen nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.



DEUTSCHER
FUSSBALL-BUND

PAUL SCHOMANN • GERD BODE • NORBERT VIETH

Kinderfußball Ausbilden mit Konzept 1

Bambinis, F- und E-Junioren



**KREATIV UND ALTERSGEMÄSS MIT KINDERN
SPIELEN, ÜBEN UND TRAINIEREN!**



6 X IM JAHR geht es in der DFB-Zeitschrift **fussball-training junior** auf je **64 Seiten** um Fragen, die sich ausschließlich am Trainingsalltag und an den Bedürfnissen der Kinder und ihrer Trainer orientieren: **Trainings- und Spielideen, Praxisrezepte, Betreuungstipps**

6 Hefte à 64 Seiten: 33,60 € (Ausl. 39,00 €) frei Haus

Sammelabos für Vereine: Ab 6 Abos: 26,88 € (Preisänderungen vorbehalten)

Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG • Rektoratsweg 36 • 48159 Münster

Tel.: 0251/23005-16 • abo@philippka.de • www.philippka.de



Liebe Kindertrainer, Sie sind die Weichensteller für die Zukunft unseres Fußballs!

Unser Kinderfußball boomt. Vielerorts scheint er ein „Selbstläufer“ zu sein. Vor allem im Sog begeisterner Auftritte unserer Nationalmannschaft melden sich viele Kinder in unseren Vereinen an, um einem Götze, einem Reus, Özil, Müller, Neuer... nachzueifern. Nie zuvor spielten so viele Jungen und Mädchen in den jüngsten Altersklassen organisiert Fußball.

Diese spürbare Faszination unseres Sports darf uns aber keinesfalls selbstzufrieden machen, sondern muss uns allen Verpflichtung sein, jedes Kind altersgemäß zu fördern und zu betreuen.

Der erste Eindruck zählt, heißt es. Die ersten Eindrücke vom Verein, von der Mannschaft, vom Trainer und vor allem vom Spielen und Üben selbst haben großen Einfluss darauf, ob ein Kind sich zum Mitmachen entschließt, mittelfristig weiter mit Begeisterung Fußball spielt und unserer Sportart langfristig gewogen bleibt. Die in Kindheit und Jugend geweckte Liebe zum Fußball ist gleichzeitig die beste und verlässlichste Zukunftsversicherung für unsere Vereine. Denn durch tiefe Leidenschaft bleiben die jungen Spielerinnen und Spieler dem Fußball nicht nur als Aktive, sondern auch in vielen anderen Funktionen verbunden - sei es als Vereins- und Verbandsmitarbeiter, als Trainer, Betreuer, Schiedsrichter, Fan usw.

Die Schlüsselrolle in der Anfangszeit in einem Verein nimmt fraglos der Kindertrainer ein. Sein Aufgabenfeld umfasst nämlich nicht „nur“ die fußballerische Ausbildung der Kids. Er ist darüber hinaus Erzieher, Vorbild, Spaßmacher und väterlicher Freund in einer Person.

Um für diese zugegebene anspruchsvolle, gleichzeitig hochspannende Aufgabe bestens gerüstet zu sein, sollte jeder Kindertrainer wissen, was Kinder in den Altersklassen der Bambinis, der F- und der E-Junioren wollen und lernen sollten.

Dieses DFB-Fachbuch liefert dafür das nötige Basiswissen für jeden interessierten Kindertrainer - und vor allem direkt umsetzbare Hilfen für zeitgemäßes Trainieren und Betreuen der jüngsten Spielerinnen und Spieler. Viel Spaß bei der Umsetzung!

Wolfgang Niersbach
DFB-Präsident



INHALTSVERZEICHNIS

KAPITEL 1 · PHILOSOPHIE	8
Kinderfußball - Freude von Anfang an	10
Kinderfußball - die ersten Stufen der Ausbildung	12
Ausbildungsbereiche im Überblick	14
Kinderfußball - die Basis des Fußballs von morgen	16
Kinderfußball ist völlig anders als Erwachsenenfußball	18
Ziele im Kinderfußball - ein erster Überblick	20
Inhalte des Kinderfußballs - ein erster Überblick	22
Wettspiele im Kinderfußball - ein erster Überblick	26
Anforderungen an Kindertrainer - ein erster Überblick	28
KAPITEL 2 · BAMBINIS	30
Bambinis: Was wollen, was können sie?	32
Ziele in dieser Altersklasse	34
Leitlinien für Bambinis	36
Praxishilfen für die Betreuung von Bambinis	38
Team-Umfeld: Eine Bambini-Spielgruppe aufbauen!	40
Wett-Spielen mit Bambinis	42
„Training“ mit Bambinis	48
Inhaltsbausteine für Spielstunden mit Bambinis	50
Grundsätzliches zum Praxis-Katalog	56
Praxis-Block 1 (in der Halle): „Bewegen und Spielen“	58
Praxis-Block 2 (in der Halle): „Bewegen und Spielen“	72
Praxis-Block 3 (im Freien): „Bewegen und Spielen“	86
KAPITEL 3 · F-JUNIOREN	100
F-Junioren: Was wollen, was können sie?	102
Ziele in dieser Altersklasse	104
Leitlinien für F-Junioren	106
Praxishilfen für die Betreuung von F-Junioren	108
„Team-Umfeld“ für F-Junioren: Mit Eltern kooperieren	110
Wettspiele von F-Junioren	112
„Trainieren“ mit F-Junioren	114
Inhaltsbausteine für das „Trainieren“ mit F-Junioren	116
Grundsätzliches zum Praxis-Katalog	122
Praxis-Block 1 (in der Halle): „Dribbeln“ kennenlernen	124
Praxis-Block 2 (im Freien): „Passen“ kennenlernen	144
Praxis-Block 3 (im Freien): „Schießen“ kennenlernen	160



INHALTSVERZEICHNIS



KAPITEL 4 • E-JUNIOREN	180
E-Junioren: Was wollen, was können sie?	182
Ziele in dieser Altersklasse	184
Leitlinien für E-Junioren	186
Praxishilfen für die Betreuung von E-Junioren	188
„Team-Umfeld“ für E-Junioren: Aufbau von Mädchenmannschaften	190
Wettkämpfe von E-Junioren	192
Trainieren mit E-Junioren	194
Inhaltsbausteine für das Training mit E-Junioren	200
Grundsätzliches zum Praxis-Katalog	206
Praxis-Block 1 (in der Halle): „Dribbeln“ lernen	208
Praxis-Block 2 (im Freien): „Passen“ lernen	226
Praxis-Block 3 (im Freien): „Schießen“ lernen	244
KAPITEL 5 • PRAXISHILFEN	262
Handwerkszeug des Kindertrainers: Gute Planung gibt Sicherheit	264
Training planen in sechs Schritten	266
Training organisieren	272
Effiziente Aufteilung in der Halle	274
Effiziente Aufteilung auf dem Sportplatz	280
Parallele Spiel-/Übungsfelder	284
Stationen-Aufbau in der Halle/auf dem Feld	290
Flexibler Einsatz von Hilfsmitteln in der Halle	298
Flexibler Einsatz von Hilfsmitteln auf dem Sportplatz	304
Aufbau von Toren auf dem Platz/in der Halle	308
Kleine Fußballspiele flexibel organisieren	314
Rundläufe in der Halle/auf dem Sportplatz	330
Staffeln/Laufspiele in der Halle/auf dem Feld	338
Turnierformen in der Halle/auf dem Feld	346
Training steuern	352
Aufgaben erleichtern	354
Aufgaben erschweren	356
Individuelle Aufgaben stellen	358
Teamgrößen verändern	360
Feldgrößen/Zonen verändern	362
Tore und Torwertung variieren	364
Training auswerten	366



■ ■ ■ PHILOSOPHIE

■ ■ ■ SPORTLICHES LEITBILD

Kinderfußball – die Basis des Fußballs von morgen



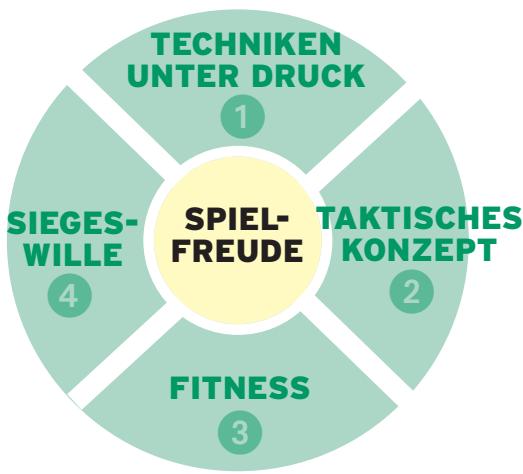
■ ■ ■ Spielstarke Spieler sind das Ziel!

Wünsche und Bedürfnisse fußballinteressierter Kinder und Jugendlicher müssen immer erster Orientierungspunkt für Training und Spiel im Verein sein.

Dabei hat jede perspektivisch ausgerichtete Ausbildung gleichzeitig das Ziel, möglichst spielstarke Fußballer aufzubauen.

Die stabile, ungebremste Motivation für das Fußballspielen bietet die besondere Chance für einen geduldigen, in Einzelschritte unterteilten und langfristig angelegten Prozess bis hin zu einem leistungsstarken Fußballer.

LEITBILD



Heute Spieler von morgen im Blick haben!

Das Anforderungsprofil eines Spitzfußballers erweitert sich stetig und nimmt immer wieder neue Konturen an. Eine Ausbildung, die sich zum Ziel setzt, durch eine leistungsorientierte, perspektivische Förderung Spitzfußballer von morgen auszubilden, muss diese Trends berücksichtigen!

① Techniken unter Druck Spielstarke Fußballer lösen durch variable Techniken auf engstem Raum und unter Druck des Gegners auch kniffligste Situationen – Sie haben immer eine passende Lösung parat!

② Taktisches Konzept Erfolgreiche Teams haben immer einen klaren Plan, wie sie das aktuelle Spiel gewinnen können. Dabei basiert jede Strategie auf dem taktischen Geschick des einzelnen Spielers!

③ Fitness Leistungsstarke Teams und Spieler sind fußballspezifisch fit, weil sie nur auf dieser Basis die fußballspezifische Qualität liefern können. Vor allem betrifft das die Schnelligkeit!

④ Siegeswille Leidenschaftliche Spieler verlieren auch in schwierigen Situationen nicht den Mut und suchen höchstengagiert, konzentriert, selbstbewusst und diszipliniert den Erfolg!

SPIELFREUDE Nur wer bei jedem Spiel und bei jedem Training Freude hat und mit Begeisterung Fußball spielt, wird letztlich die Kreativität und den Spielwitz für Top-Leistungen zeigen können!



PHILOSOPHIE



SPORTLICHES LEITBILD



Auch wenn der Spitzfußball noch weit weg erscheint, ist unbestritten: Viele kleine Fußballspiele schaffen erst die Basis für Spielwitz und Kreativität. Und erst eine vielseitige sportliche Bewegungsförderung ermöglicht spätere Höchstleistungen!

Zielvorgabe für diese Förderung ist ein zukunftsweisendes, attraktives und erfolgreiches Spiel. Das Leitbild einer zukunftsorientierten Spielauffassung skizziert exakt dieses Anforderungsprofil der Spitzfußballer und Weltklasse-Teams von morgen. Daraus resultieren zunächst relativ komplexe Anforderungen im technisch-taktischen, konditionellen und psychischen Bereich.

Dennoch ist es möglich, diesen langen Weg bis hin zu herausragenden Fußball-Qualitäten der „Stars von morgen“ in präzise Teilziele aufzuschlüsseln, die jeder Ausbildungsstufe exakte

Schwerpunkte zuweisen. Dabei bauen diese Teilziele aufeinander auf.

Bereits der Kinderfußball hat dabei als Basis für spätere Spitzfußballer eine spezielle, letztlich unentbehrliche Funktion.

Andererseits sei aber auch hier betont: Nicht jeder wird bis in höhere Leistungsklassen vorstoßen können. Wenn ein fußballbegeistertes Kind mit Freude und Motivation dauerhaft dabei bleibt, ist ein ebenso wichtiges Ziel erreicht.

Eine zukunftsorientierte Vereinskonzeption versucht alle Kinder dauerhaft zu binden!



KONSEQUENZEN FÜR DEN KINDERFUSSBALL



WICHTIG: Keine Frage: Das Erlernen fußballspezifischer Techniken ist ein klarer Schwerpunkt des Kinderfußballs. Aber: Schwerpunkte und Inhalte orientieren sich dabei immer am Können der Kinder. Größtenteils eignen sich die Kinder die Techniken in vielen kleinen Spielen selbst an! Kindgerechte Übungen verstärken dieses Lernen!



WICHTIG: Eindeutiger Schwerpunkt im Kinderbereich sind kleine, ungestörte Fußballspiele auf Tore. Denn Kinder lernen Fußballspielen vor allem durch viel Spielen. Das umfasst auch das „taktische ABC“ wie das Freilaufen oder schnelle Umstellen auf neue Situationen. Einfache Variationen und Tipps des Trainers begleiten diese Lernprozesse!



WICHTIG: Erste Aufgabe im Kinderbereich ist es, für die Jüngsten ein vielseitiges Bewegungsangebot zu schaffen. Das schließt variantenreiche Fußballspiele und -aufgaben mit ein, aber nicht ausschließlich! Zusätzliche Bewegungs-, Fang- und sonstige Ballspiele gehören in jede Trainingsstunde!



WICHTIG: Sportliche Situationen eignen sich dazu, konkrete Persönlichkeitseigenschaften zu fördern und zu fordern (Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft, Verarbeiten von Niederlagen, Eigeninitiative), oder das Einbinden in eine Gruppe. Jeder Trainer kann hier mit pädagogischem Geschick für wertvolle Impulse sorgen!



WICHTIG: Kinder möchten und dürfen vor allem frei von Zwängen Fußball spielen – ganz für sich. Sie erleben dabei die Faszination des Fußballsports in aller Intensität. Diese Spielerlebnisse sind die Basis für eine längerfristige, stabile Motivation für das Fußballspielen und damit auch für geduldige, engagierte Lernprozesse!



Ziele im Kinderfußball – ein erster Überblick

Ganzheitliche Ziele

Sollen die Ziele des Kinderfußballs bestimmt werden, sind allein die Bedürfnisse, Interessen und Perspektiven der Kinder zu beachten: Wie sind Kinder? Was wollen sie? An was haben sie Freude? Und was können sie in dem jeweiligen Alter?

Gleichzeitig sind diese Ziele mit der aktuellen Lebens- und Bewegungswelt der Kinder abzulegen, weil sich dadurch spezielle Chancen, Aufgaben und Schwerpunkte des Kinderfußballs im Verein herauskristallisieren.

Dabei ist die Startposition für eine gleichermaßen kind- wie zukunftsorientierte (Neu-)Ausrichtung und Philosophie des Kinderfußballs ideal, denn das motivierende und vielseitige Fußballspielen wirkt sich positiv auf die ganzheitliche Persönlichkeitsförderung der Kinder aus:

- **Der Fußball mit seinen vielseitigen konditionellen und koordinativen Bewegungsanforderungen fördert die Gesundheit – besonders im Kindesalter**
- **Das Verarbeiten von Sieg oder Niederlage ist für jeden Einzelnen, aber auch für die Gruppe wichtig**
- **Gruppenprozesse rund um das Spielen fördern das soziale Lernen und Miteinander der Kinder**
- **Fußball hat ein großes Integrationspotenzial. Es erreicht und fasziniert Mädchen und Jungen unterschiedlicher Kulturen und sozialer Herkunft**

Die Begeisterung und Motivation von Kindern für das vielseitige (Fußball-)Spielen und Bewegen ist somit die beste Basis, um spezielle Ziele und Forderungen im Kinderfußball zu erreichen.

Konkret lassen sich als zentrale Ziele und Schwerpunkte für das Spielen, Trainieren und Betreuen im Fußballverein nennen:

1. „Straßenfußball“ im Verein

Im früheren Straßenfußball spielten Kinder selbstorganisiert so, wie sie es wollten. Dieses freie Fußballspielen müssen wir den Kindern im Vereinsfußball wieder ermöglichen. So erleben Kinder die Faszination des Fußballspiels so wie früher im Straßenfußball. Das relativ einfache Rezept ist somit: Im Training viele kleine Fußballspiele organisieren!

2. „Bewegungswelten“ im Verein

Die koordinativen Schwächen vieler Kinder aufgrund viel zu geringer Bewegungsanreize und -aktivitäten muss das „Training“ der Jüngsten aktiv anpacken. Klarer Schwerpunkt der Spiel- und Bewegungsangebote ist deshalb eine vielseitige sportliche Förderung!

3. „Ganzheitliche Förderung“ im Verein

Fußballspielen im Verein muss stets das Ziel haben, die Jüngsten ganzheitlich zu fördern, also zunächst mit vielseitigen, motivierenden Spielstunden geistige, soziale und emotionale Prozesse zu fördern. Gleichzeitig können und müssen regelmäßige außersportliche Angebote wie Spielfeste, Ausflüge oder Feiern das soziale und individuelle Lernen fördern!

Letztlich ist nochmals zu betonen: Nicht das Spielresultat ist ausschlaggebend, sondern die Entwicklung und Förderung **aller** Spielerinnen und Spieler muss zentrales Ziel im Kinderfußball sein. Jedes Kind ist gleich wichtig!

Jedem Kindertrainer muss bewusst sein, dass Betreuung und Förderung der Jüngsten weit über Siege oder Meistertitel hinausreichen. Jeder hat eine einzigartige Funktion als Bezugs-person und Vorbild in sportlichen, aber auch in außersportlichen Situationen.

PHILOSOPHIE



ZIELE



In der Begeisterung für das Fußballspiel stecken enorme Chancen für die ganzheitliche Förderung der Jüngsten. Dazu muss sich jeder Kindertrainer jedoch an speziellen Zielen und Schwerpunkten orientieren, die sich klar vom „großen Fußball“ abheben!

ZENTRALE ZIELE IN DEN JÜNGSTEN ALTERSKLASSEN



Freude am Sport und am Fußball vermitteln!

Sportliche Vielseitigkeit fördern, Bewegungsmängel ausgleichen!

Positive Persönlichkeitsmerkmale fördern!

Fußball in kleinen Schritten und kindgemäß beibringen!

Die Grundregeln des „Mit- und Gegeneinanderspielens“ vermitteln!

KINDER GANZHEITLICH FÖRDERN



Inhalte des Kinderfußballs – ein erster Überblick

Bewegung – fundamental wichtig!

Bewegung hat für die ganzheitliche Entwicklung von Kindern eine fundamentale Bedeutung. Kinder müssen sich die Welt, in der sie leben, selbst erschließen. Bewegung und Spiel sind dabei vorrangige Möglichkeiten, zunächst sich selbst zu erleben, dann aber auch neue (Spiel-) Räume zu erkennen und zu erforschen, neue Kontakte aufzubauen, sich Fertigkeiten anzueignen und Erlebnisse zu sammeln.

- **Bewegung sichert körperliches Erleben**

Das Kind erlebt die vielfältigen Möglichkeiten des eigenen Körpers. Es erkundet und erweitert Schritt für Schritt immer neue Bewegungskompetenzen.

- **Bewegung ermöglicht emotionales Erleben**

Engstens verknüpft mit Bewegungsaktivitäten ist die Steigerung des Selbstvertrauens durch Erfolgs-erlebnisse.



Die Kinder lernen Schritt für Schritt die Fußball-Techniken kennen – immer attraktiv verpackt!

- **Bewegung fördert das soziale Miteinander**

In vielfältigen Spiel- und Bewegungsaktivitäten lernen Kinder, sich gegenseitig zu helfen, Rücksicht zu üben, eigene Interessen zu vertreten...

- **Bewegung fördert geistige Prozesse**

Jede Bewegung setzt geistige Impulse, die beim (Er-)Lernen anderer Kompetenzen helfen.

Das selbstständige Lösen von herausfordern den Bewegungsaufgaben sowie das Kombinieren und Variieren von Aktivitäten fördern das Vorstellungsvermögen, das schnelle Verarbeiten sensomotorischer Informationen und nicht zuletzt die Kreativität. Die Welt der Kinder ist deshalb idealerweise eine Welt des Bewegens, des Spiels, des Erkennens und Erlebens.

Früher waren diese Bewegungsaktivitäten viel intensiver und quasi selbstverständlich im normalen Tagesablauf der Jüngsten integriert, angefangen vom Zurücklegen auch längerer Schulwege zu Fuß oder per Rad. Gleichzeitig war die Spiel- und Bewegungswelt der Kinder weniger aufgesplittet, spontaner, unmittelbarer und weniger kontrolliert.

Zentrale Spiel- und Bewegungsorte waren die Straßen, der Wald, Hinterhöfe, Wiesen oder Bolzplätze. Dort versammelten sich die Kinder zu vertrauten Spielen im Freundeskreis,heckten Streiche aus und starteten zu „Expeditionen in neues Gelände“.

Diese „freien“, natürlichen Bewegungs- und Spielräume für Kinder sind heutzutage stark reduziert. Sie sind durch dichte Bebauung eingengt, ganz weggefallen oder auf oft dürftig ausgestattete Spielplätze reduziert.

Statt aktiver Bewegung wird nun vorrangig passiv konsumiert. Untersuchungen belegen, dass Kinder heute in der Freizeit bis zu 30 Stunden pro Woche vor TV-Gerät oder Computer hocken.



PHILOSOPHIE



INHALTE



Kinder wollen und sollen im Vereins„training“ Fußball spielen - aber nicht ausschließlich! Durch vielseitige, interessante Bewegungsaufgaben und -spiele lassen sie sich ebenso begeistern und bauen dabei koordinative Defizite ab!

Das Toben auf der Straße wich also der Verhäuslichung. Für viele Kinder sind die eigenen vier Wände bevorzugter Spielplatz.

An die Stelle ganzheitlicher, aktiver und größtenteils selbst organisierter Erlebnisse ist nun eine (bewegungs-)passive, konsumorientierte Aneignung der Welt getreten.

Heute holen die Eltern die Kinder „von der Straße“ und geben sie fürsorglich und gezielt in die Aufsicht diverser Freizeiteinrichtungen wie eben auch Fußballvereine.

Der Verein hat so die Straße als maßgeblichen Bewegungs- und Spielraum für die Kinder abgelöst.

Chancen und Verpflichtungen der Vereine

Grundsätzlich begeistert Fußball im Verein die Jüngsten ebenso wie das unorganisierte Fußballspielen im Freundeskreis. Denn das Fußballspiel an sich fasziniert die Kinder.

Diese ursprüngliche Freude gilt es mit kindgemäßen Schwerpunkten beim Spielen und „Trainieren“ im organisierten Kinderfußball zu fördern und zu stabilisieren.

Inhaltsbaustein 1: Vielseitig bewegen

Kinder sind von Natur aus immer in Bewegung. Sie toben, tollen, laufen, springen, rollen... Sind diese Bewegungschancen und -aktivitäten in der sonstigen Welt der Kleinen begrenzt, so müssen sie diesen Bewegungsdrang gerade im Fußballverein ausleben können.

Die Palette an attraktiven und kindgemäßen Aufgaben zur Förderung dieser Vielseitigkeit ist quasi unerschöpflich und reicht von Bewegungsaufgaben wie Laufen, Springen, Hüpfen, Klettern oder Balancieren bis zu variantenreichen Fang- und Bewegungsspielen.



Kinder sollten im Training Freiräume bekommen, um etwas ungestört ausprobieren zu können!

Inhaltsbaustein 2: Fußball spielerisch (kennen)lernen

Im Kinderfußball haben stupide und monotone Technik-„Drillübungen“ aus dem Erwachsenenfußball nichts zu suchen!

Die jüngsten Fußballer dürfen zwar Schritt für Schritt einfache Techniken wie das Dribbeln, Passen oder Schießen kennenlernen - aber immer in motivierender „Verpackung“.

Inhaltsbaustein 3: Fußballspielen erleben

Dieser Inhaltsbaustein ist eigentlich die Basis. Denn viele Kinder haben bis zum Vereinseintritt in der Regel nur ganz lose Spielerlebnisse und Kontakte mit dem Ball. Sie müssen Fußball zuerst als freies Spiel erleben und lieben lernen.

Nur dann wirkt die Faszination des Fußballs, nur dann wird das Fundament für eine lebenslange Begeisterung für das Fußballspiel(en) im Verein gelegt. Folgerichtig rücken damit kleine Fußballspiele in den Mittelpunkt einer kindgemäßen Fußball-Ausbildung.





■ ■ ■ PHILosophie

□ □ □ INHALTE

Die natürliche Begeisterung der Kinder für ein vielseitiges Spielen und Üben ist eine ideale Basis für eine intensive Bewegungsförderung sowie das spielerische Kennenlernen der Kernelemente des Fußballs in Schritten.

ZENTRALE INHALTE FÜR DIE JÜNGSTEN ALTERSKLASSEN



Inhaltsbereich 1

**Vielseitig bewegen
mit und ohne Ball**



Inhaltsbereich 2

**Fußball spielerisch
(kennen)lernen**



Inhaltsbereich 3

Fußballspielen erleben



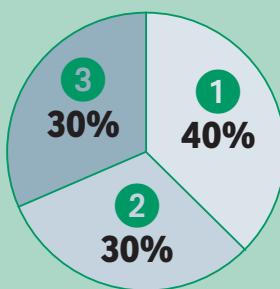
Ein Mix aus interessanten Bewegungs- und Ballaufgaben, Bewegungs- und Fangspielen sowie vor allem kleinen, variantenreichen Fußballspielen muss sich in jeder Spielstunde der Kinder wiederfinden.

GEWICHTUNG DER INHALTSBEREICHE IM KINDERFUSSBALL

BAMBINIS



F-JUNIOREN



E-JUNIOREN





PHILOSOPHIE

WETTSPiele

WettsPIELE im Kinderfußball – ein erster Überblick



WettsPIELE wie das Training konsequent auf Bedürfnisse und Können der Kinder ausrichten!

Altersgerechte WettsPIELE-Formate

Auf Bedürfnisse, Interessen und Können zugeschnittene Trainingsschwerpunkte sind unentbehrlich, will man das Fußballspielen im Verein für die Jüngsten attraktiv machen.

Altersgerechte und attraktive Trainingsinhalte alleine reichen jedoch nicht aus. Denn Kinder lernen vor allem im und durch das Spiel!

WettsPIELE erfüllen ihre zentrale Ausbildungsfunktion jedoch nur, wenn sie kindgerecht aufgebaut sind.

Nicht altersgerechte Spielfeld- und Teamgrößen wie das Spiel 11 gegen 11 aus dem Erwachsenenfußball verhindern diese Lernprozesse, denn das Spiel

1. ist dann für die Kinder nicht überschaubar
2. überfordert durch zu große Laufstrecken
3. ist wegen weniger Ballkontakte, Aktionen und Torschusssituationen wenig motivierend und lernfördernd.

Letztlich erleben die Kinder die Faszination des Fußballs in aller Intensität nur dann, wenn die WettsPIELE-Formate auf ihr Alter abgestimmt sind. Je nach Alter lassen sich die Anforderungen des 11 gegen 11 ab den G-Junioren bis hin zu den D-Junioren und -Juniorinnen reduzieren durch

...eine Verkleinerung der Mannschaften
...eine Verkleinerung des Spielfeldes
...eine Vereinfachung der Spielregeln

Idealerweise wachsen die WettsPIELE-Formate mit den Kindern mit!

Altersgerechte WettsPIELE-Philosophie

Altersgerechte Formate sind aber nur *ein* Garant eines ausbildungsfördernden WettsPIELE-systems. Ebenso wichtig ist eine spezielle Einstellung zu WettsPIELEN im Kinderbereich.

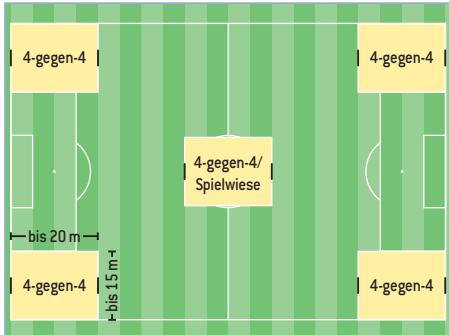
Das einseitige Ergebnisdenken aus dem Erwachsenenbereich hat hier nichts zu suchen!





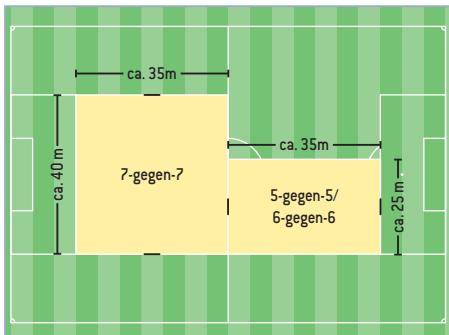
Das ideale Wettsystem im Kinder- und Jugendbereich mit altersgerechten, lernfördernden Zwischenstufen reicht von Spielfesten und dem 4 gegen 4 der Kleinsten über 7 gegen 7 und 9 gegen 9 bis zum „großen Spiel“ 11 gegen 11 (erst ab den C-Junioren).

AUSBILDUNGSFÖRDERNDE WETTSPiele FÜR DIE JÜNGSTEN



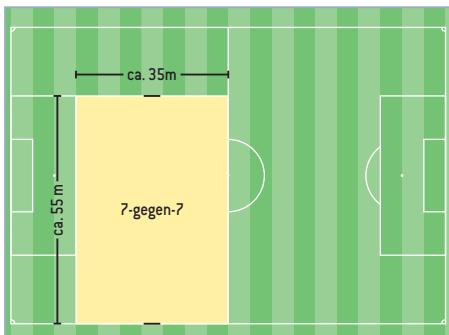
Bambinis

- Keine Meisterschaftsspiele mit Tabellen!
- Spielfeste organisieren – neben kleinen Fußballspielen auch Spielwiesen mit vielseitigen Bewegungsaufgaben einsetzen!
- Jedes Kind kommt zum Einsatz!
- Nur wenige und einfache Tipps geben – ansonsten die Kinder frei und unbeschwert spielen lassen!



F-Junioren

- Auch hier noch keine Meisterschaftsspiele mit Tabellen!
- Die Kinder anfeuern und positiv auf sie einwirken!
- Alle Kinder lange genug spielen lassen!
- Nur wenige, einfache Tipps und Informationen geben!
- Die Kinder sollen (ohne Überforderung) möglichst viele Positionen kennenlernen!



E-Junioren

- Meisterschaften auf Kreisebene, wenn „Erfolg“ nicht nur durch „Punkte und Siege“ definiert wird!
- Einfache taktische Grundregeln vermitteln!
- Die Kinder dürfen weiter einige Positionen ausprobieren, um dann allmählich eine Lieblingsposition zu finden!
- Spielideen und -freude fördern und fordern!

Anforderungen an Kindertrainer – ein erster Überblick



Jeder Juniorentrainer muss sich mit Herzblut und viel Geduld auf „seine“ Kinder einstellen!

Trainer fördern junge Menschen

Juniorentrainer – egal in welcher Altersklasse – müssen sich stets bewusst sein, dass Betreuung und Förderung junger Spieler und Spielerinnen weit über sportliche Abläufe sowie Siege und Niederlagen hinausreichen. Sie begleiten die jungen Menschen ein Stück weit auf dem Weg, zu Persönlichkeiten heranzureifen.

Jugendarbeit im Fußball muss sich immer auch pädagogische und soziale Ziele setzen, wobei die Trainer eine Schlüsselrolle einnehmen.

Dieser Funktion als wichtige Bezugsperson der Kinder und als Vorbild in sportlichen, vor allem aber auch in außersportlichen Situationen muss sich jeder Trainer im Kinder- und Jugendbereich bewusst sein.

Um diese Aufgabe mit viel Gespür und „Herz“, aber auch dem nötigen Selbstvertrauen ausfüllen zu können, muss er sich vorab diverse Fragen zu seinem Team stellen:

- Was sind die alterstypischen Merkmale der Kinder im jeweiligen Altersbereich? Welche Eigenschaften haben sie – körperlich, psychisch und sozial?
- Was wollen sie? Was erwarten sie? Wie reagieren sie? Was können sie? Worauf muss ich mich einstellen?
- Woher kommen die Kinder (Dorf, Stadt)?
- Was bedeutet das für die Kontakte der Gruppe auch außerhalb des Fußballs?
- Gibt es größere Alters- und Größenunterschiede?
- Wie lange sind die Kinder schon dabei?
- Gibt es besonders labile unter ihnen?
- Wie ist die Atmosphäre in der Gruppe? Sind alle integriert?

Stellt sich ein Trainer derart zielgerichtet auf seine Gruppe ein, ist das die Basis für eine positive Persönlichkeitsförderung!





Fußballspielen kann sich auf die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder positiv auswirken. Dabei fällt dem Trainer eine Schlüsselrolle zu. Nur wenn er seine Vorbildfunktion auch außerhalb des Fußballs ausfüllt, stellen sich die erwünschten Effekte ein!

LEITLINIEN FÜR KINDERTRAINER

BETREUUNG

**Ein Herz für die Kinder haben! – das ist die Basis!
Humor zeigen!**

**Für ein positives, angstfreies Klima sorgen!
Kein Leistungsdruck!**

Die Lebenshintergründe aller Kinder kennen!

Positive Normen und Werte vorleben!

Gemeinsam mit den Kindern „Spielregeln“ vereinbaren!

Interesse zeigen – sich allen Kindern aktiv zuwenden!

Ein Herz für Kinder zu haben, ist die Basis!

TRAINING UND WETTSPIEL

Freude am Fußballspielen ist die Basis und das Wichtigste!

Die eigene Begeisterung für das Fußballspielen vorleben!

Spielerlebnisse vor Spielergebnissen!

Das fußballerische Vorankommen des Teams hervorheben!

Individuelle Fortschritte erkennen und loben!

**Loben heißt:
das Selbstvertrauen stärken!**



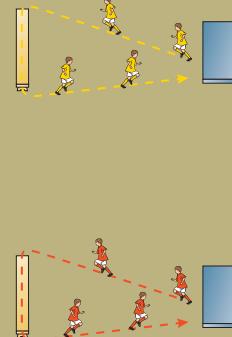
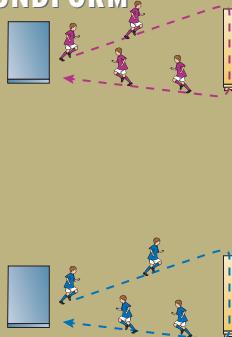
Muster-Spielstunde Bambinis

Die klassische Dreiteilung einer „Trainingseinheit“ (Aufwärmen - Hauptteil - Schluss) hat im Kinderfußball, speziell bei Bambinis, nichts zu suchen. Deshalb ist genau genommen auch der Begriff „Training“ falsch - der Begriff „Spielstunde“ passt viel besser!

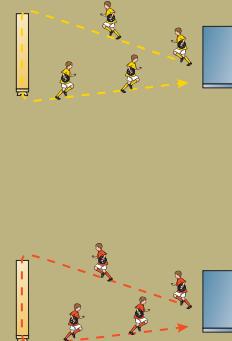
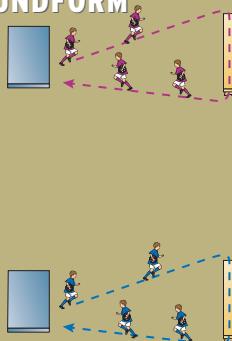
SPIEL 1

Organisation

- Die Gruppen stellen sich jeweils auf eine Matte gegenüber einer Langbank

„Fließband“ mit Bewegungsaufgaben**GRUNDFORM****Organisation**

- Wie zuvor, jetzt aber jedes Kind mit Ball

„Fließband“ mit Ballaufgaben**GRUNDFORM**



BEGRÜSSEN/FREIES BEWEGEN



SPIEL 1
SPIEL 2
SPIEL 3
SPIEL 4
SPIEL 5

VERABSCHIEDEN

Ziele/Schwerpunkte

- In einer „Tummelphase“ können sich die Kinder zunächst frei bewegen und austoben!
- Feste Begrüßungs- und Verabschiedungsrituale signalisieren den Kindern Beginn und Ende der Spielstunde!
- Die eigentliche Spielstunde ist dann ein Mix aus vielseitigen Bewegungsaufgaben und -spielen sowie kleinen Fußballspielen!

ABLAUF/VARIATIONEN

Ablauf

- Die Spieler überlaufen gruppenweise mit gleichmäßigem Abstand zueinander die Bank gemäß der Aufgabe.



Die Bank vorwärts überlaufen!



Die Bank rückwärts überlaufen!



Auf allen Vieren über die Bank bewegen!

ABLAUF/VARIATIONEN

Ablauf

- Die Gruppen laufen mit dem Ball in der Hand bis zu einer Seite der Langbank, überlaufen die Bank gemäß der Aufgabe und dann zum Startpunkt zurück.
- Auf gleichmäßigem Abstand untereinander achten!



Mit dem Ball über die Bank laufen!



Den Ball 10x auf die Langbank prellen!



Den Ball über die Bank rollen!



Muster-Training F-Junioren

Die Förderung der Bewegungskoordination spielt auch in dieser Altersklasse weiter eine große Rolle. Gegenüber dem Training der Bambinis nimmt die Bedeutung einer fußballorientierten Technikvermittlung zu. Die Fußballtechniken werden dabei spielerisch in Grobform erlernt!

PHASE

EINSTIMMEN

Organisation

- Die 3er-Gruppen bewegen sich in der Mittelzone des Feldes 2
- Gegebenenfalls im gesamten Feld 2 üben!

EINSTIMMEN

Organisation

- Die 3er-Gruppen verteilen sich in der Mittelzone des Feldes 2
- Jedes Kind mit Ball
- Gegebenenfalls im gesamten Feld 2 üben!

Variantenreiches Schattenlaufen

GRUNDFORM

„Kunststücke“ mit Ball

GRUNDFORM

DEUTSCHER FUSSBALL-BUND

F-JUNIOREN



PRAXIS - „PASSEN“ KENNENLERNEN



EINSTIMMEN	15 MIN.	PHASE 1	Ziele/Schwerpunkte
		PHASE 2	<ul style="list-style-type: none"> Nach einer Tummelphase und Begrüßung: Vielseitiges Bewegen/Aufgaben mit Ball
HAUPTTEIL	40 MIN.	PHASE 3	<ul style="list-style-type: none"> Einen Wechsel von Spielen und motivierendem Üben zu einem Schwerpunkt herstellen!
		PHASE 4	<ul style="list-style-type: none"> Dazwischen: Kleine Bewegungs-spiele losgelöst vom Schwer-punkt
		PHASE 5	<ul style="list-style-type: none"> Fußballspielen in kleinen Teams – Abschlussbesprechung
ABSCHLUSS	20 MIN.	TURNIER	

ABLAUF/VARIATIONEN

Ablauf <ul style="list-style-type: none"> Je 1 Kind gibt als „Chef“ etwa 1 Minute die Laufwege für seine Mitspieler vor, die dem Vordermann möglichst dicht folgen Erweiterung 1 (Fotos): Der „Chef“ streut in seinen Lauf kreativ Bewegungen ein, die die beiden anderen nachmachen! Erweiterung 2: Zusätzlich das Lauftempo variieren! 			
	Für Könner: Einen Handstand zeigen!	Variantenreiche Sprünge einbauen!	Eine Variante: In die Hocke fallen lassen!

ABLAUF/VARIATIONEN

Ablauf <ul style="list-style-type: none"> Der Trainer macht verschiedene „Kunststücke mit Ball“ vor, die die Kinder imitieren. Wer schafft die Aufgabe am besten? Die Kinder auch nach eigenen „Kunststücken“ fragen: Wer macht eine Aufgabe für die anderen vor? 			
	Den Ball mit dem Spann hochspielen	Ball hochwerfen – hinhocken – fangen!	Den Ball mit dem Knie stoppen!



Ausbilden und Betreuen im Kinderfußball

Kinder begeistern sich wie nie zuvor für das Fußballspielen. Kehrseite dieser spürbaren Faszination ist die große Verpflichtung, die kleinen Kicker in den Vereinen nicht nur altersgemäß zu fördern, sondern sie vor allem auch mit viel Herz zu betreuen. Dieser Band der DFB-Fachbuchreihe zum Kinderfußball in den Altersklassen Bambinis, F- und E-Junioren ist konzipiert als praxisorientierter Leitfaden für Trainer und Betreuer.



PAUL SCHOMANN

Bevor der DFB-Trainer diverse U-Nationalmannschaften coachte, förderte er beim Fußball- und Leichtathletikverband Westfalen dessen größte Talente. Parallel zu diesem Engagement in der Talent- und Eliteförderung blieb Kinderfußball ihm stets eine Herzensangelegenheit. Aktuell ist er für den DFB im Bereich Qualifizierung und Schulfußball tätig.



GERD BODE

Der Fußball-Lehrer ist seit 1991 Verbandstrainer beim Fußball-Verband Niederrhein – einem der Vorreiter in puncto Qualifizierung von Kindertrainern. Neben seinen Aufgaben in Talentförderung und Trainer-Ausbildung ist er u. a. Spezialist für Torhüter-Ausbildung in allen Leistungs- und Altersstufen.



NORBERT VIETH

Als Fachredakteur war er lange Zeit beim Philippka-Sportverlag in Münster vor allem für die DFB-Trainerzeitschrift *fussballtraining* verantwortlich. Nach seinem Wechsel zum DFB in Frankfurt koordiniert er dort den Bereich Informations- und Fachmedien für Trainer in allen Spiel- und Altersklassen.