



## J+S-Kindersport Fussball: Modul Fortbildung 2019/20

### P1:

## Beispieltraining 1 – inkl. Reflexion «Gute J+S-Aktivitäten – Vermitteln»

#### Autorin:

Team Kinderfussball SFV

#### Rahmenbedingungen:

Lektionsdauer	Ca. 90 Minuten
Teilnehmende	Ca. 15 pro Gruppe (J+S-Experten oder J+S-Leitende)
Kursumgebung	Halle oder Rasen
Lehrmittel	Beispielktion aus Trainerbox – Kategorie F, Training Nr. 2
	Kartenset «Gute J+S-Aktivität – Vermitteln»
Hilfsmittel	Vorlage «4x4 Matrix» der Handlungsempfehlungen laminiert

#### Zielsetzungen:

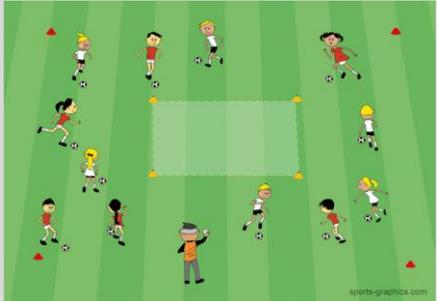
- **Stufe J+S-Leiter (Modul Fortbildung Leiter Kindersport Fussball):**

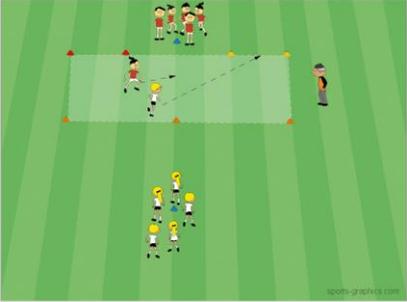
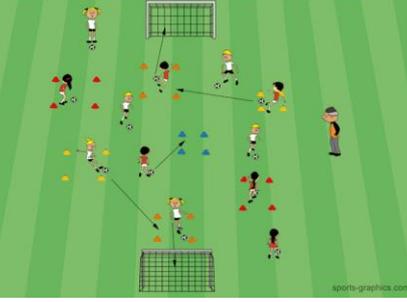
Die Leiterinnen und Leiter erleben eine Praxislektion aus der Trainerbox und erhalten konkrete Trainingsideen für die Praxis. Sie werden sich bewusst, welche 4 Handlungsfelder es im MF-Thema 2019/20 «Gute J+S-Aktivität – Vermitteln» gibt und sie setzen sich in Zweiergruppe konkret mit 2 oder 4 Handlungsempfehlungen auseinander.

- **Stufe J+S-Experten (Modul Fortbildung Experte Kindersport Fussball):**

Die Expertinnen und Experten erleben eine Praxislektion aus der Trainerbox und erhalten konkrete Trainingsideen für die Praxis. Sie werden sich bewusst, welche 4 Handlungsfelder es im MF-Thema 2019/20 «Gute J+S-Aktivität – Vermitteln» gibt und sie setzen sich in Zweiergruppe konkret mit 2 oder 4 Handlungsempfehlungen auseinander.

Die Expertinnen und Experten erhalten eine Idee, wie die Lektion in einem MF Leiter umgesetzt werden kann.

	Zeit	Aufgaben, Ablauf	Organisationsform	Material
EINLEITUNG	10'	<p><b>Trikotttausch</b> Alle Kinder haben einen Ball, dribbeln damit in einem markierten Feld frei herum und tragen einen farbigen Überzieher in einer Hand.</p> <p><b>Offen starten</b> Jedes Kind dribbelt mit einem 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 anderer Kind. Variation: Nur eine Farbe von Überziehern muss in die Mitte. Vorgeben, welche Farben von Überziehern getauscht werden müssen.</p> <p><b>Üben</b> Mit dem linken/rechten Fuss, Aussen-/Innenrist, seitwärts, rückwärts etc.</p> <p><b>Wetteifern</b> Welche Farbe dribbelt am schnellsten durch das Feld in der Mitte? Welche Farbe findet sich zuerst komplett in der Mitte zusammen?</p>	 <p>Spielfeldgrösse: 20 × 20 m bzw. 10 × 10 m</p>	<p>-Markierungshütchen -Bälle -Überzieher</p>
ÜBERGANG	2'	<p>-Feld wechseln, evtl. noch aufbauen -Übung erklären und zwei Teams bilden</p>		

HAUPTTEIL 1	15'	<p><b>a) Fussball spielen lernen -&gt; 1 gegen 1 übers Kreuz</b>  <b>Offen starten</b>          1 Angreifer (mit Ball) und 1 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>          Angreifer sollen entschlossen den Abschluss suchen. Trainer: Entschlossenes Verhalten loben.</p> <p><b>Wetteifern</b>          Welches Team erzielt innerhalb von 5 Minuten mehr Tore? Danach als Revanche das Gleiche 5 Minuten lang auf die andere Seite.</p> <p><b>Einfacher:</b> Abwechselnd nur ein Duell.  <b>Schwieriger:</b> Zum Start ein Pass vom Verteidiger neben dem Tor zu seinem Angreifer.</p>	 <p style="text-align: center;">Spielfeldgrösse: 20 × 10 m</p>	-Markierungshütchen -Bälle -Überzieher -2 Tore
ÜBERGANG	1'	-Feld wechseln, evtl. noch aufbauen -Zwei Teams bilden, Jäger und Hasen		
HAUPTTEIL 2	10'	<p><b>b) Vielseitigkeit -&gt; Jäger und Hase</b>          Zwei Teams bilden («Jäger» und «Hasen»).</p> <p><b>Offen starten</b>          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 Tor 2 zu sprinten. Der Jäger versucht den Hasen dabei mit den Händen abzufangen. Danach Rollenwechsel.</p> <p><b>Üben</b>          Die Hasen sollen auf das Verhalten des Jägers reagieren. Welches Tor ist für einen Durchbruch optimal?</p> <p><b>Wetteifern</b>          Welches Team schafft mehr Punkte? Das Durchqueren der Tore gibt 1 Punkt. 2 bis 3 Durchgänge.</p>	 <p style="text-align: center;">Spielfeldgrösse: 10 × 5 m</p>	-Markierungshütchen -Überzieher
ÜBERGANG	2'	-Feld wechseln, evtl. noch aufbauen -Übung erklären und zwei Teams bilden		
HAUPTTEIL 3	15'	<p><b>c) Fussball spielen -&gt; 4 gegen 4 / 2 gegen 2</b>          Die Teams spielen einen Match 4 gegen 4 auf grosse Tore. Auf einem Nebefeld duellieren sich Kinder 2 gegen 2. Nach 3 Minuten wechseln die Kinder auf das grosse Feld. Die Sieger der Matches auf dem kleinen Feld bekommen pro Tor 1 Punkt für ihr Team.          5 Runden à 3 Minuten</p>	 <p style="text-align: center;">Spielfeldgrösse: 25 × 15 m bzw. 20 × 10 m</p>	-Markierungshütchen -Bälle -Überzieher -2 Tore -4 Mini-Tore
AUSKLANG	5'	<p><b>Ausklang: Fussball-Golf</b>          Mit Markierungsstellen 4 bis 5 Kreise oder Vierecke markieren. Am Ende des Parcours steht ein Kinderfussballtor. Mit einem Zielpass versucht Simon, immer in das nächste Feld zu schießen, bis er am Schluss ins Tor schießen kann. Wie viele Pässe braucht er dafür?          1. Durchgang: Mit dem linken Fuss.          2. Durchgang: Mit dem rechten Fuss.          3. Durchgang: Mit dem linken oder rechten Fuss.          &gt; <i>Tipp: Evtl. 2 Bahnen aufstellen.</i></p>		-Markierungshütchen -Bälle

<b>Auswertung</b>	30'	<b>Reflexion</b> 1. Zweiergruppen bilden: TN lesen die erhaltenen Handlungsempfehlungskarten des jeweiligen Partners durch. Anschliessend diskutieren die Partner diese Empfehlungen in Bezug auf das Erlebte in der vorherigen Praxislektion. 2. EXP und TN diskutieren und reflektieren die 8 Handlungsempfehlungen im Plenum vor der «4x4 Matrix». Ziel ist es, zu erfahren, welche der 8 Handlungsempfehlungen für die TN erlebbar und in welcher Form sie wahrgenommen wurden (in der Beispielktion 2 dann die anderen 8 Handlungsempfehlungen durchführen.). Diese werden anschliessend mit Stichworten auf Postits notiert und auf der Matrix festgehalten.	<b>Lernförderliches Klima ermöglichen</b> Begeisterung wecken und Freude auslösen Teilnehmende einbeziehen und Zugehörigkeit fördern Kinder und Jugendliche wertschätzen, respektieren und gerecht behandeln Fehler nutzen	<b>Lernziele priorisieren und Struktur schaffen</b> Ziele priorisieren und transparent kommunizieren Rituale einbauen Inhalte sinnvoll strukturieren Ziele überprüfen und Lernfortschritte aufzeigen	-1-2 Kartensets -Vorlage «4x4 Matrix» laminiert
			<b>Eine Gruppe sicher und effizient führen</b> Präsent und angepasst führen Hohe Lern- oder Bewegungszeit ermöglichen Sicherheit gewährleisten Angepasst mit Störungen umgehen	<b>Attraktive Aufgaben stellen und Rückmeldungen geben</b> Herausfordernde Aufgaben stellen und fachlich korrekt anleiten Zeitnahe, zielorientierte und konstruktive Rückmeldungen geben Vielseitige Lernarrangements planen und umsetzen Individuelle und gemeinsame Erfolgslebnisse ermöglichen	