

Schweizerischer Fussballverband

Association Suisse de Football

Associazione Svizzera di Football

Swiss Football Association



Kindergerecht trainieren









Unsere Vision

Jeder Anlass, den wir mit Kindern durchführen oder durchgeführt sehen, wollen wir an den drei L's messen.

- **Lachen** steht für Freude an der Bewegung oder am Erlebnis in der Gruppe
- **Lernen** heisst sowohl psychisch, motorisch wie auch sozial Fortschritte machen
- **Leisten** meint die Anstrengung an sich oder die persönliche Bewertung der eigenen Leistung

Lektionsziele:

Die Tn ...

- kennen die drei L's und deren grosse Bedeutung
- kennen das pädagogische Modell und dessen wichtigste Begriffe
- kennen die zwei zentralen Aufgaben eines Trainers
- wissen wie sie optimale Voraussetzungen schaffen
- wissen was kindgerechte Methodik bedeutet und können dazu 3 Beispiele nennen
- Trainingsschema im Kinderfussball

Die 2 zentralen Aufgaben eines Trainers

*Er schafft eine **Beziehung** zum Kind und ermöglicht ein **optimales Lernumfeld**.*



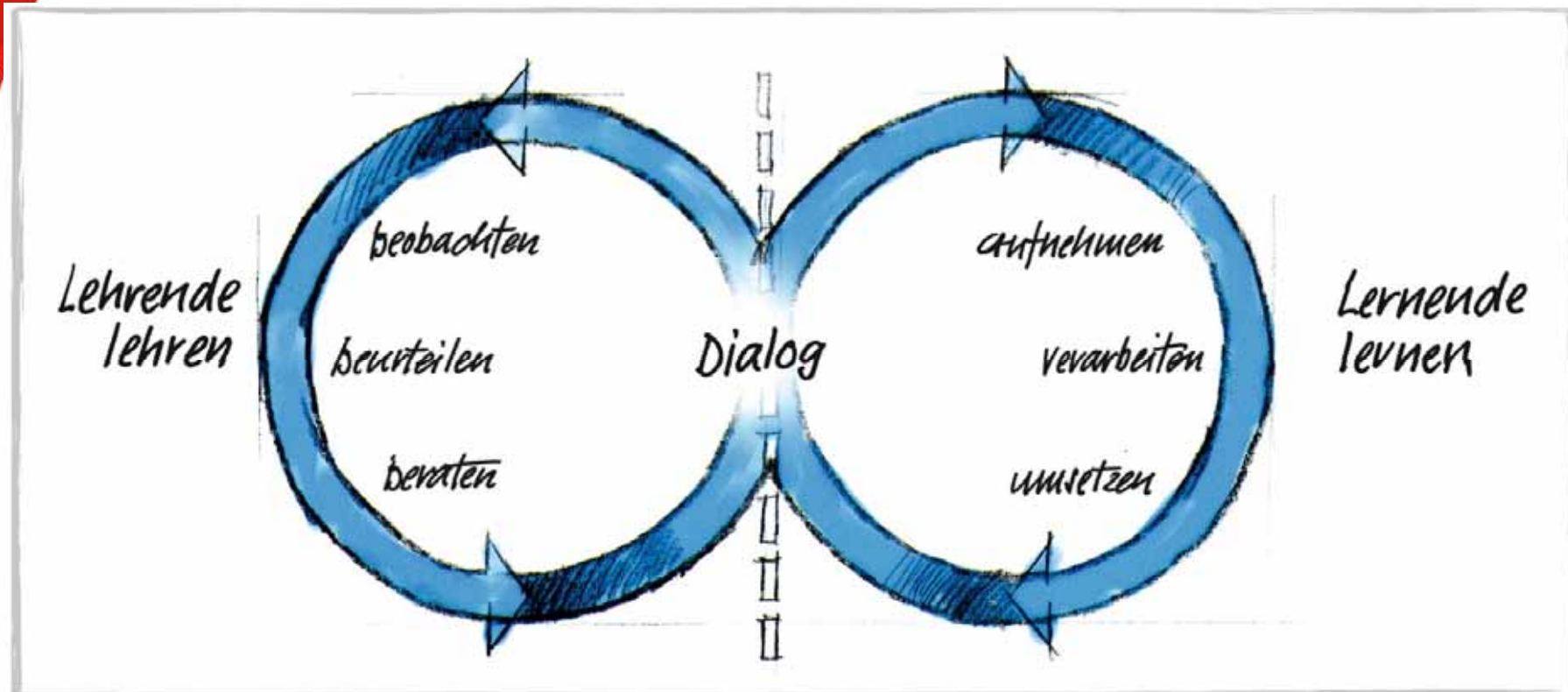
Beziehung schaffen

- Beziehung kommt vor Erziehung
- Der Trainer schafft ein positives Lernklima
- Wertschätzung beeinflusst das Selbstvertrauen der Kinder positiv





Beziehung schaffen (kindergerechtes Coaching)



Leseauftrag: KLM S. 14 (beobachten, beraten, beurteilen)

Leseauftrag: KLM S. 10 (aufnehmen, verarbeiten, umsetzen)

(DVD Kernlehrmittel)

Ein optimales Lernumfeld schaffen

Die Gestaltung einer anregenden Lernumgebung ist die zweite zentrale Aufgabe eines Trainers. Dazu gehört:

- das Schaffen optimaler Voraussetzungen
→ *Leseauftrag SFV Broschüre S. 19*
- eine kindergerechte Methodik
→ *Leseauftrag SFV Broschüre S. 17*



Voraussetzungen schaffen

Umgebung kennen lernen: Sportanlage (Garderobe, Materialraum, WC) und entsprechendes Verhalten kennen lernen.

Regeln und Abmachungen treffen: Nicht erlaubt ist, was dem anderen schadet oder kränkt, Wortwahl, Begrüssung und Verabschiedung per Handschlag.

Rituale: Spielen bis Trainingsbeginn, im Kreis beginnen, Trinkpausen, Materialdepot, klare Signale einsetzen, Training im Kreis beenden.

Orientieren in der Gruppe und im Raum: Vorsicht vor Zusammenstössen, freies Rennen in der Gruppe schrittweise einführen, deutliche Markierungen einsetzen (Farben).

Den eigenen Körper wahrnehmen: Körperteile kennen lernen, einzelne Teile benennen, Beweglichkeit erhalten und verbessern, schnelle und langsame Füsse erleben, Muskeln anspannen und entspannen.

Beruhigen und Entspannen: Beruhigende Spiele und Übungen einsetzen.

Hohe Wiederholungszahl (Intensität)	Viele Wiederholungen des Trainingsthemas für jeden Spieler (Beispiel Tore erzielen) ermöglichen	• Kleine Gruppen bilden • Jeder Spieler (s)einen Ball
Gute Erfolgsaussicht	Aufgabe muss herausfordernd, aber lösbar sein	• Erfolgchance > 50 % • Tore erzielen • Aufgaben meistern
Prinzip der Variation	Die Aufgabe dem individuellen Können anpassen (erleichtern-erschweren)	Regeln, Feld, Spielerzahl und Material optimieren
Offene Lernsituationen	• Kindliche Neugierde wecken • Die Kinder Neues entdecken lassen	• Offene Fragen stellen • Die Ideen der Kinder einbeziehen
Organisation und Planung	• Regeln und Abmachungen treffen • Rituale • Vorausschauende Planung (Materialeinsatz, Spielereinteilung)	• Nicht erlaubt ist, was dem anderen schadet oder kränkt • Rituale gezielt und konsequent einsetzen • Farbige Markierungen bewusst einsetzen • Grössere Umbauphasen verhindern • Gruppeneinteilung vor dem Training erstellen
Inszenierung	• Fantasiervolle Gestaltung • Bildliche Beschreibung • Spiele und Wettbewerbe spannend inszenieren	• In Geschichte verpacken • Bewegungsablauf bildlich beschreiben • Spiele und Wettbewerbe mit offenem Handlungsverlauf
Perspektivenvielfalt und Beidseitigkeit	Das Spiel aus verschiedenen Winkeln und Perspektiven erleben	Spielposition wechseln, Übungen und Aufgaben immer beidseitig ausführen

Das Trainingsschema



Methodischer Aufbau

„Fahrplan machen“

(= *Wie kann ich einen Inhalt umsetzen?*)

1. Offener Start – entdecken und ausprobieren
2. Qualität – üben und trainieren
3. Wettbewerb – sich messen und wetteifern

→ *Beispiel „Berge und Seen“*



Lektionsziele erreicht?

Die Tn ...

- kennen die drei L's und deren grosse Bedeutung
- kennen das pädagogische Modell und dessen wichtigste Begriffe
- kennen die zwei zentralen Aufgaben eines Trainers
- wissen wie sie optimale Voraussetzungen schaffen
- wissen was kindgerechte Methodik bedeutet und können dazu 3 Beispiele nennen

Lektionsziele erreicht?



Die Tn ...

- kennen die drei L's und deren grosse Bedeutung
- **Lachen, lernen , leisten**
- kennen das pädagogische Modell und dessen wichtigste Begriffe
- **Trainer:** Beobachten, beurteilen, beraten
- **Spieler:** Aufnehmen, verarbeiten, umsetzen
- kennen die zwei zentralen Aufgaben eines Trainers
- **Beziehung schaffen, optimales Lernfeld gestalten**
- wissen wie sie optimale Voraussetzungen schaffen
- **Umgebung kennen lernen, Regeln abmachen, Rituale, etc.**
- wissen was kindgerechte Methodik bedeutet und können dazu 3 Beispiele nennen
- **Hohe Wiederholungszahl, gute Erfolgsaussichten 50% / 50%, offene Lernsituation (ausprobieren lassen)**
- Trainingsschema im Kinderfussball
- **Einleitung, (Hauptteil), Ausklang (Spielen lernen, Vielseitigkeit, Fussball spielen)**