



TRAINING ONLINE

THEMA: NEUE KINDER SCHNELL INS TEAM INTEGRIEREN

TRAININGSEINHEIT FÜR HANDICAP-FUSSBALLER/-INNEN

KATEGORISIERUNG

ORT: Feld

TRAININGSSCHWERPUNKT: Dribbeln, Fintieren (Auspielen), Schießen

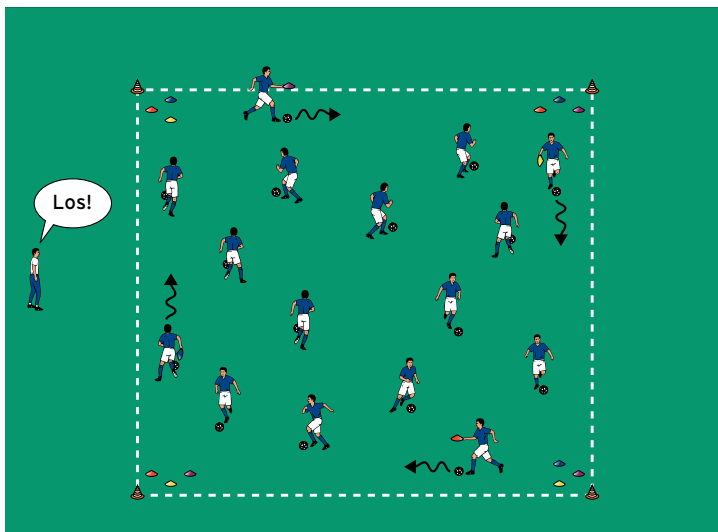
SCHWIERIGKEITSGRAD: Mittel

FACETTEN: Inklusive Spielformen, CP-Fußball, Werkstattfußball, GB-Fußball

ERFORDERLICHE MATERIALIEN

- ▶ 2 Tore
- ▶ 16 Bälle
- ▶ 20 Hütchen (5 Farben zu je 4 Hütchen)
- ▶ 7 Leibchen

THEMA: NEUE KINDER SCHNELL INS TEAM INTEGRIEREN!



AUFWÄRMEN 1:

HÜTCHEN-SAMMELN I

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren
- ▶ In jeder Ecke des Feldes 4 verschiedenfarbige Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler mit Bällen frei im Feld verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln frei im Feld.
- ▶ Auf ein Trainerkommando versuchen sie, die farbigen Hütchen in den Ecken des Feldes schnellstmöglich so zu sortieren, dass an jedem Eckhütchen vier gleichfarbige Hütchen stehen.

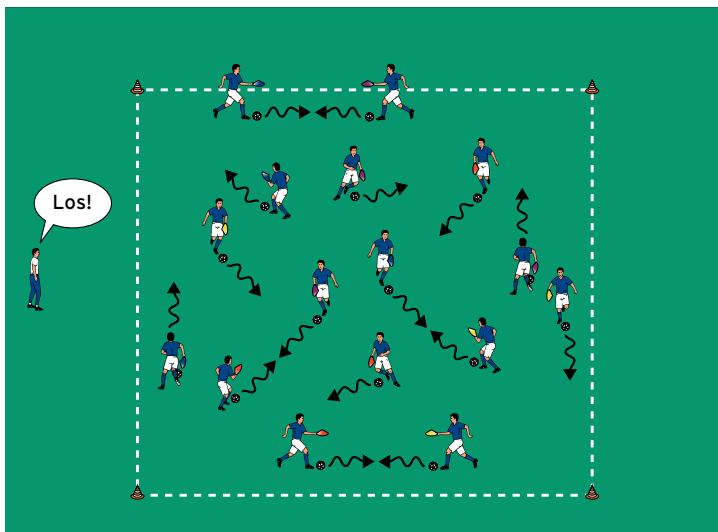
VARIATIONEN

- ▶ Die Bälle je nach Niveau der Spieler durch das Feld tragen, rollen oder prellen.
- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln.
- ▶ Die Fortbewegungsart variieren (z. B. Spinnengang, Hopselauf usw.).
- ▶ Auf das Trainerkommando lassen die Spieler ihre Bälle im Feld liegen und laufen zu den Eckhütchen.
- ▶ Die Spieler tragen ihre Bälle in der Hand.
- ▶ Die Spieler sollen die Hütchen so sortieren, dass in jeder Ecke 2 Hütchen von einer und 2 von einer anderen Farbe stehen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Trainerkommando kann durch Zuruf (akustisch) oder per Handzeichen (optisch) erfolgen.
- ▶ Jeder Spieler darf immer nur ein Hütchen in den Händen tragen.
- ▶ Die Spieler müssen gemeinsam agieren und miteinander kommunizieren (den Teamgeist fördern).
- ▶ Stärkere Spieler, unter Umständen ohne Beeinträchtigung, sollen Führungsaufgaben übernehmen.

THEMA: NEUE KINDER SCHNELL INS TEAM INTEGRIEREN!



AUFWÄRMEN 2:

HÜTCHEN-SAMMELN II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Jetzt tragen die Spieler zusätzlich je 1 farbiges Hütchen in den Händen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln frei im Feld und tauschen ihre Hütchen gegenseitig.
- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die Spieler mit gleichfarbigen Hütchen in jeweils eine Ecke des Feldes.
- ▶ Die Gruppe, die sich zuerst getroffen hat, erhält 1 Punkt.
- ▶ Welcher Spieler sammelt insgesamt die meisten Punkte?

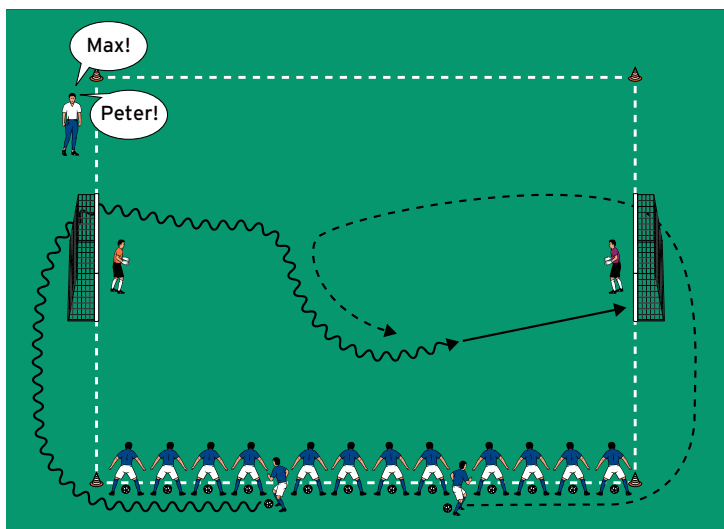
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler tragen ihre Bälle in den Händen und laufen durch das Feld.
- ▶ Die Bälle durch das Feld rollen/prellen.
- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln.
- ▶ Auf ein Trainerkommando treffen sich die Spieler mit vier verschiedenfarbigen Hütchen in jeweils einer Ecke des Feldes.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Trainerkommando kann durch Zuruf (akustisch) oder per Handzeichen (optisch) erfolgen.
- ▶ Als Trainer schwächere Spieler aktiv coachen.
- ▶ 'Köner' dürfen die Hütchen maximal 5 Sekunden in der Hand halten.
- ▶ Die Spieler müssen gemeinsam agieren und miteinander kommunizieren. Stärkere Spieler sollen Führungsaufgaben übernehmen.

THEMA: NEUE KINDER SCHNELL INS TEAM INTEGRIEREN!



AUFWÄRMEN 2:

NAMENSZURUF – EINZELWETTBEWERB

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 15 Meter großes Feld mit Toren mit Torhütern markieren
- ▶ Die Spieler mit Bällen an einer Seitenlinie des Feldes postieren

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er zwei Namen aufruft.
- ▶ Der zuerst aufgerufene Spieler umdribbelt ein Tor und greift auf das jeweils andere Tor an.
- ▶ Der andere aufgerufene Spieler lässt seinen Ball liegen, umläuft das andere Tor und wird Verteidiger.
- ▶ Gelingt es dem Verteidiger, den Ball zu erobern, so kontert er auf das jeweils gegenüberliegende Tor.
- ▶ Jeder Treffer ergibt 1 Punkt.
- ▶ Welcher Spieler gewinnt die meisten Punkte?

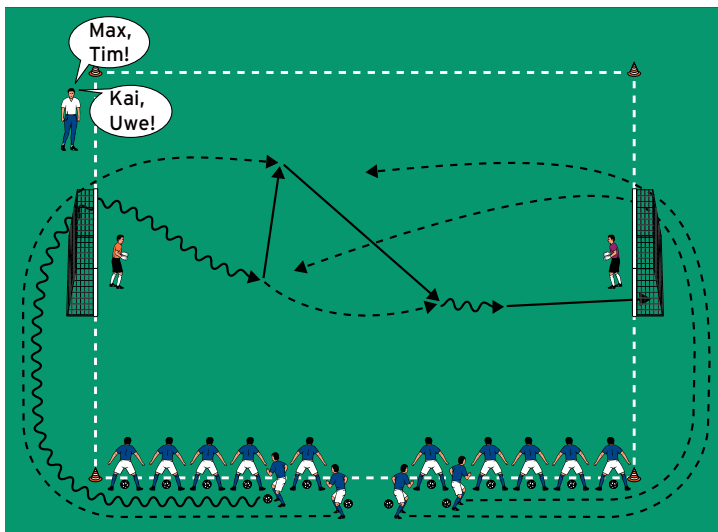
VARIATIONEN

- ▶ Der zuerst aufgerufene Spieler umdribbelt ein Tor, passt zum jeweils anderen Spieler und wird Verteidiger.
- ▶ Erleichtern: Die aufgerufenen Spieler umdribbeln bzw. umlaufen die Tore nicht und rücken sofort zum 1 gegen 1 ins Feld.
- ▶ 2 Teams bilden und einen Wettbewerb durchführen: Die Teams können durch erzielte Treffer sowie durch Anfeuern der eigenen Mannschaft Punkte gewinnen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Stets möglichst gleich starke Spielerpaare aufrufen!
- ▶ Als Trainer jeden Spieler ungefähr gleich häufig aufrufen. Außerdem darauf achten, dass jeder Spieler möglichst gleich oft Angreifer und Verteidiger ist.
- ▶ Jedes 1 gegen 1 dauert so lange, bis ein Treffer erzielt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde. Die Aktionen jedoch nach maximal 30 Sekunden abbrechen!
- ▶ Stärkere Spieler haben für den Torabschluss maximal 10 Sekunden Zeit. Schwächere Spieler spielen ohne Zeitlimit.

THEMA: NEUE KINDER SCHNELL INS TEAM INTEGRIEREN!



HAUPTTEIL 2:

NAMENSZURUF – TEAMWETTBEWERB

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau aus Hauptteil 1 beibehalten

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er mehrere Namen aufruft und so Teams zu je 2 bis 4 Spielern bildet.
- ▶ Die zuerst aufgerufenen Spieler sind im Ballbesitz, umlaufen ein Tor und greifen auf das jeweils andere Tor an.
- ▶ Die zuletzt aufgerufenen Spieler umlaufen das jeweils andere Tor und werden Verteidiger.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das jeweils gegenüberliegende Tor.
- ▶ Jeder Treffer ergibt 1 Punkt für jeden Spieler des Teams.
- ▶ Welcher Spieler gewinnt insgesamt die meisten Punkte?

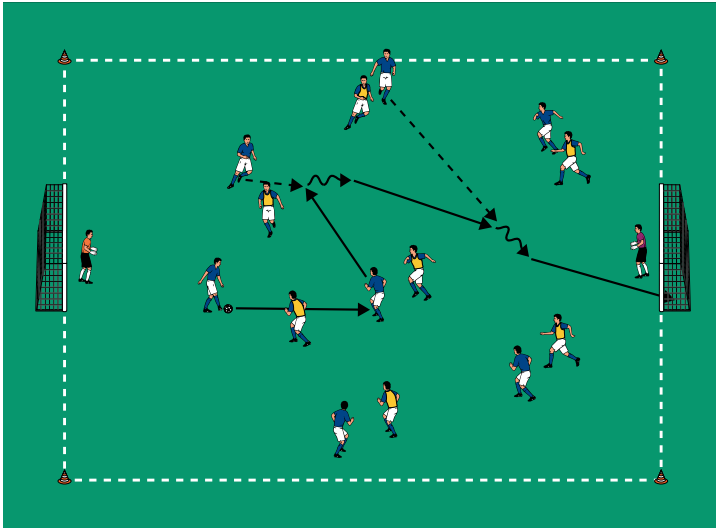
VARIATIONEN

- ▶ Der Ballbesitzer passt/wirft zu einem Spieler der anderen Mannschaft.
- ▶ Über-/Unterzahlteams aufrufen und so die Teamstärken steuern.
- ▶ Schutzzonen markieren, in denen schwächere Spieler nicht angegriffen werden dürfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer jeden Spieler ungefähr gleich häufig aufrufen. Außerdem darauf achten, dass jeder Spieler möglichst gleich oft Angreifer und Verteidiger ist.
- ▶ Jeden Durchgang so lange laufen lassen, bis ein Treffer erzielt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde.
- ▶ Wird der Ball zu schnell verspielt, als Trainer einen weiteren Ball neutral einspielen.

THEMA: NEUE KINDER SCHNELL INS TEAM INTEGRIEREN!



SCHLUSSTEIL:

WECHSELNDE TEAMS

ORGANISATION

- ▶ Ein 50 x 35 Meter großes Feld mit Toren mit Torhütern markieren
- ▶ 2 Teams bilden

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 7 auf die Tore mit Torhüter.
- ▶ Jedes Spiel dauert so lange, bis eine Mannschaft 3 Treffer erzielt hat.
- ▶ Anschließend jeweils neue Mannschaften bilden.
- ▶ Jeder Treffer ergibt 1 Punkt für jeden Spieler der jeweiligen Mannschaft.
- ▶ Welcher Spieler gewinnt insgesamt die meisten Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Spielzeit verkürzen: Es gewinnt jeweils das Team, das zuerst 2 Treffer erzielt hat.
- ▶ Die Spielzeit verlängern: Es gewinnt jeweils das Team, das zuerst 5 Treffer erzielt hat.
- ▶ Eine feste Spielzeit festlegen: Jedes Spiel dauert 5 Minuten!
- ▶ Freie Zonen für schwächere Spieler integrieren (Beispiel: Ausgewählte Spieler dürfen in den Außenzonen ungestört agieren!).
- ▶ Treffer eines Spielers mit Handicap zählen doppelt!

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Trainer spielt als 'Neutraler' mit. Dabei soll er gezielt zu bisher unbeteiligten Spielern passen.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.
- ▶ Die Teams bestenfalls auslosen oder so einteilen, dass immer andere Spieler zusammenspielen.
- ▶ Als Trainer die gewonnenen Punkte für jeden Spieler notieren und den Spielstand nach jedem Durchgang ansagen.