



Wir haben viele begabte Nachwuchsfußballer in unserem Land - es kommt darauf an, sie zu finden und dann professionell zu fördern.

So eine Förderung umfasst in der heutigen Zeit hohes Engagement, finanzielle Kraft und nicht zuletzt Professionalität. Der DFB kann bei dieser Aufgabe auf das Sponsoring-Engagement starker Partner bauen!

***STARKE PARTNER
FÜR DIE STARS
VON MORGEN***



Mercedes-Benz



adidas®





Spielend Techniken lernen

Tipps für Vereinstrainer

16





Der Trainer hat viele Steuerungsmöglichkeiten bei der Technik-Schulung!



Inhaltliches Kernziel des Talentförderprogramms ist es seit jeher, die individuelle fußballerische Qualität junger Spielerinnen und Spieler Schritt für Schritt zu verbessern. Das bedeutet in erster Linie, alle Techniken detailliert, lernintensiv,

attraktiv und spielgemäß zu vermitteln.

Denn höchste Qualität der Basistechniken sowie eine große Kreativität und Sicherheit am Ball zur Lösung von Spielsituationen unter extremen Druck sind ein Merkmal heutiger und zukünftiger Spielerpersönlichkeiten.

Aus diesem Grund sind wir verpflichtet, die Qualität des Stützpunkttrainings gerade mit Blick auf diese individuelle Technik-Ausbildung sicherzustellen.

Dabei hilft ein gleichermaßen sportwissenschaftlich fundiertes wie praxisorientiertes Methodik-Modell zum Technik-Training, das das inhaltliche Herzstück des sportlichen Leitfadens für alle unsere Stützpunkttrainer ist.

Konkret soll eine spielorientierte Technik-Schulung, verknüpft mit lernintensiven Übungsformen, unsere Talente auf technisch-taktische Anforderungen des Top-Fußballs vorbereiten.

Seit dem DFB-Info-Abend 11 haben wir Sie, liebe Vereinstrainer der Stützpunktspieler, mit Praxishilfen für diese zeitgemäße Technik-Schulung versorgt.

Dabei orientierten sich alle Programme - von der Schulung des Dribblings bis zum Kopfball - exakt am Methodik-Modell des Stützpunkttrainings.

Denn wir können nicht genug betonen: Erst wenn unsere Talente im Verein ein Training mit gleicher Qualität und methodischer Ausrichtung wie im Stützpunkt erleben, stellen sich bestmögliche und stabile Lernerfolge ein.

Dieser Info-Abend 16 fasst nochmals dieses praxiserprobte Leitbild für eine lernintensive Vermittlung aller Techniken zusammen. Gleichzeitig deutet er die vielen Steuerungsmöglichkeiten des Trainers bei dieser Technik-Schulung an. In Zukunft werden wir dieses „Handwerkszeug des Trainers“ nochmals im Detail und mit weiteren Praxistipps aufgreifen!

Jörg Daniel

Sportlicher Leiter des Talentförderprogramms

Inhaltsverzeichnis

Seite 2	Editorial
Seite 4	Mit einem Wechsel von Spielen und Üben Techniken schulen!
Seite 6	1 Organisation - 4 Technik-Schwerpunkte: Einblicke in das Stützpunkttraining
Seite 16	Trainingsformen zum Schwerpunkt „Aufwärmen“
Seite 18	Trainingsformen zu verschiedenen Technik-Schwerpunkten
Seite 22	Medien-Tipps
Seite 23	Neue Internet-Rubrik auf dfb.de

INFO

Die inhaltliche Konzeption dieses DFB-Info-Abends

Die Basistechniken im Überblick - Schwerpunkte dieses DFB-Info-Abends

Passtechniken

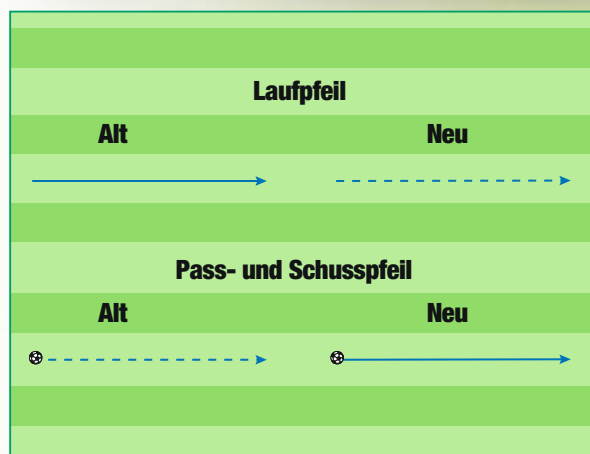
Ballkontrolle

Dribbeln zur Sicherung des Balles

Dribbeln zum Auspielen eines Gegners

'Neue' Pfeile

Der DFB-Infoabend mit 'neuen' Pfeilen.



Impressum


Herausgeber:	Deutscher Fußball-Bund
Projektverantwortung:	Jörg Daniel, Ulf Schott
Redaktion/Medienkonzeption:	Norbert Vieth
Inhaltliche Mitarbeit:	Jörg Daniel, Christian Meyer, Thomas Sinz, Stephan Kerber, Stefan Howaldt, Udo Hagen, Thorsten Becht
Grafisches Konzept:	Philippka-Sportverlag
Fotos:	Axel Heimken, Klaus Schwarten
Druck:	Druckhaus Cramer GmbH & Co. KG, 48268 Greven




Mit einem Wechsel von Spielen und Üben **Techniken** schulen!



Das beharrliche Einüben von Bewegungsabläufen ergänzt das spielorientierte Lernen beim Erlernen aller Techniken!

 Das regelmäßige, systematische und beharrliche Einüben der Bewegungsabläufe aller Fußball-Techniken hat sicherlich seine Berechtigung. Eine noch so perfekt beherrschte Fußball-Technik darf jedoch nie zum Selbstzweck, zu „brotloser Kunst“ verkommen!

Geschicklichkeit und Kreativität am Ball inklusive perfekter Fußball-Techniken haben vor allem die Funktion, das Spektrum an taktischen Lösungsmöglichkeiten zu erweitern, sodass es gelingt, auch schwierigste Spielsituationen zu meistern.

Deshalb ist jedes „Technik-Training“ immer mit realen Spielsituationen zu koppeln. Im Juniorenfußball muss aber das komplexe 11 gegen 11 auf kleinere Spielausschnitte reduziert werden! Ideal sind Fußballspiele bis zu einem 4 gegen 4. Diese Spielsituationen sind einerseits leichter zu überschauen, andererseits kommen bereits (fast) alle Elemente des „großen“ Spiels darin vor. Mit etwas Geschick lassen sich diese kleinen Fußballspiele so variieren und steuern, dass sie konkrete Ausschnitte, Situationen und Anforderungen des „großen“ Spiels 11 gegen 11 hervorheben. Will der Spieler die spezielle Aufgabe einer 4-gegen-4-Variation lösen, muss er beispielsweise eine bestimmte Technik schwerpunktmäßig anwenden! Kurzum: Effizientes und motivierendes Lernen ist garantiert! 

INFO

Spielen und Üben miteinander verbinden!

1

Klare Ziele

- Generelles Ziel des Juniorenfußballs - egal ob in Verein oder Verband - ist es, Spielerinnen und Spieler individuell zu fördern!
- Die DFB-Ausbildungskonzeption definiert dabei Ziele für konkrete Ausbildungsstufen, die aufeinander aufbauen und auf die jeweiligen Altersmerkmale abgestimmt sind!
- An diesen Zielen orientieren und sie für das eigene Team anpassen!

2

Schwerpunkte

- Ausbildungsblöcke von 2 bis 4 Trainingswochen zu einem Technik-Schwerpunkt einplanen!
- In dieser Zeit Schritt für Schritt und konzentriert diesen Schwerpunkt trainieren! Das sichert optimale Lernerfolge!
- Nicht zu schnell von Aufgabe zu Aufgabe springen! Genug Zeit zum ungestörten Spielen, Üben und Ausprobieren lassen!

3

Basis-Spielformen

- Im Juniorenfußball das komplexe 11 gegen 11 durch kleinere Teams und Spielfelder vereinfachen!
- Je nach Ausbildungsziel geeignete Spielformen herausuchen, die das häufige Anwenden des jeweiligen Technik-Schwerpunktes fordern!
- Mit speziellen Aufgaben, Regeln oder Toren das konkrete Technik-element zusätzlich hervorheben und provozieren!

Kleine Fußballspiele fördern und fordern gleichzeitig Spielfreude, Kreativität, Reaktionsschnelligkeit und vor allem taktisches Geschick beim Anwenden der „richtigen“ Techniken zum Lösen schwieriger Spielsituationen. Ideal sind Variationen des 4 gegen 4, die je nach Ausbildungsziel einen Technik-Schwerpunkt hervorheben! Abgerundet wird jedes Training durch motivierende Übungsaufgaben.

INFO

So lernen junge Spielerinnen und Spieler

Vorteile des Übens

- Wiederholungen in kurzer Zeit
- Spieler können sich ungestört auf einen Bewegungsablauf konzentrieren
- Bewegungsablauf schleift sich ein
- Übersichtliche Aufstellungsformen erleichtern die Kontrolle selbst großer Gruppen

**Vorteile
des Übens**
**Vorteile
des Spielens**
Gemischte Methode
 Wechsel von Spielen und Üben
 im Training
Vorteile des Spielens

- Das Fußballspielen macht Spaß!
- Die Spieler lernen, eine Spielsituation mit der richtigen Technik zu lösen!
- Technik-Schulung ist mit taktischen Anwendungen gekoppelt!
- Spielfreude, Kreativität, Reaktion und „Kondition“ werden immer mitgeschult!

4**Einfache Organisation**

- Auf eine möglichst einfache, aber dennoch flexibel anwendbare Organisation des Trainings achten!
- Optimal ist eine Grundorganisation, die über die komplette Trainingseinheit hinweg unverändert bleibt!
- Zeitverluste durch aufwändige Umbauten oder das Bilden neuer Spiel- und Übungsgruppen fallen weg!
- Der Trainer kann sich ganz auf die Technik-Schulung konzentrieren!

5**Viele Spielaktionen**

- In kleinen Gruppen spielen lassen! Viele Aktionen für jeden sichern Motivation und Lernerfolge!
- Reservebälle rund um das Spielfeld verteilen!
- Kleine Felder nebeneinander aufbauen, um alle gleichzeitig spielen zu lassen!
- Spielzeiten von maximal 4 Minuten beim 4 gegen 4, bei kleineren Mannschaften kürzer!

6**Aktives Lernen**

- Egal welcher Schwerpunkt: Nur konkrete und detaillierte Korrekturtipps helfen weiter!
- Aber nicht alles vorgeben, sondern die Talente aktiv in den Lernprozess einbinden – Fragen stellen! An Vorwissen anknüpfen!
- Zum Nachdenken über technisch-taktische Details anregen!
- Spielsituationen für Korrekturen stoppen und „einfrieren“!

1 Organisation - 4 Technik-Schwerpunkte

TRAININGS- ORGANISATION

AUFWÄRMEN

15 MINUTEN



Ziele und Inhalte

- Begrüßen und Einstimmen auf das Training
- Vielseitiges Bewegen
- Fördern der Sicherheit und Kreativität am Ball
- Vorbereitung auf die Schwerpunkte des Hauptteils

Organisation - Aufgabe 1

- Je 2 Gruppen von 5 Spielern in einem Feld von 35 x 25 Metern
- Jeder Spieler mit Ball
- Zunächst freies Bewegen mit Ball im Feld

Organisation - Aufgabe 2

- Die Spieler verteilen sich paarweise im Feld
- Jedes Paar mit Ball
- Zunächst freies, präzises Zusammenspiel im Feld - Spielübersicht, die Zuspiel-Distanzen variieren!

AUFBAU FÜR EINE TRAININGSGRUPPE (2. FELD PARALLEL!)

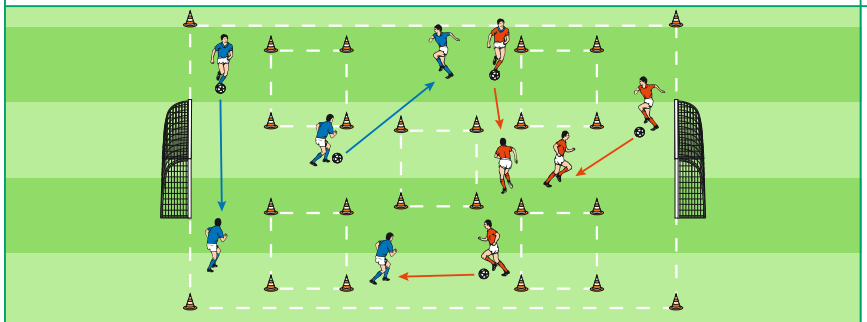


ABLAUF IN EINEM FELD (2. FELD PARALLEL!)



Variante reiche Dribbel-Aufgaben im Feld

Die Spieler dribbeln zunächst 2 Minuten frei im Feld - danach verschiedene Ballfertigkeitssaufgaben und Fintierbewegungen nach Trainer-Anweisung.



Zuspiele zu zweit mit variabler Ballkontrolle

Die Spieler kombinieren zu zweit im Feld. Sie passen sich präzise zu und verarbeiten das Zuspiel des Mitspielers variabel in der Bewegung.

Dieser Info-Abend 16 präsentiert kein ausdifferenziertes Lernprogramm für eine einzelne Technik. Stattdessen möchte die Praxis-Demonstration die vielen Möglichkeiten eines Trainers aufzeigen, wie er mit kleinen Variationen der Aufgabe, der Regeln oder der Korrektur-Schwerpunkte jeweils ganz andere Schwerpunkte ansteuern kann - und das alles in einem identischen Organisationsaufbau!

ABLAUF DER TRAININGSEINHEIT			Organisatorischer Aufbau für die komplette Trainingseinheit <ul style="list-style-type: none"> • Für je 2 Gruppen von je 5 Spielern (4 Feldspieler und 1 Torhüter) ein Spiel- und Übungsfeld aufbauen! • Spiel-/Übungsfeld: Markierter Raum von etwa 35 x 25 Metern • Tore: 2 Stangentore (5 Meter breit) oder 5x2-Meter-Tore auf jeder Grundlinie • Zusätzlich 5 Quadrate (etwa 4 x 4 Meter) markieren und als Würfel-Fünf im Feld aufbauen • 1 Ball pro Spieler 	
AUFWÄRMEN	<ul style="list-style-type: none"> • Dribbel-Aufgaben • Zuspiel-Aufgaben 			
HAUPTTEIL Phase 1: Passen Phase 2: Ballkontrolle Phase 3: Dribbeln/Fintieren	<ul style="list-style-type: none"> • Spiel-/Übungsformen • Spiel-/Übungsformen • Spiel-/Übungsformen, 			
ABSCHLUSS	<ul style="list-style-type: none"> • 4-gegen-4-Turnier • Abschlussbesprechung 			
VARIATIONEN			HINWEISE	
AUFGABE 1				<ul style="list-style-type: none"> • Stets interessante Aufwärmprogramme mit Ball anbieten! • Bereits die erste Phase des Trainings dient der Technik-Schulung! • Viele Übungswiederholungen sichern das Einschleifen fußballspezifischer Abläufe, aber dennoch stets neue Aufgaben stellen!
	Variables Dribbeln mit Richtungswechseln	Dribbeln mit vielen, kurzen Kontakten	Variables Fintieren bzw. Kombination von Finten	
	AUFGABE 2			
Sicher kombinieren: 2 Kontakte sind für jeden Spieler Pflicht!		Variable Kommandos des Zuspielers: „Dreh Dich“ bzw. „Hintermann“	Nun mit variablen, hohen Zuspielen kombinieren: sichere Ballkontrolle!	<ul style="list-style-type: none"> • Auf das Kommando „Dreh Dich“ nimmt der Mitspieler das Zuspiel variabel in seinen Rücken mit, beim Zuruf „Hintermann“ lässt er den Ball direkt zurückprallen! • Präzise Abläufe: Die Spieler zur Selbstkontrolle auffordern!

SPIELEND TECHNIKEN LERNEN
DEMONSTRATIONSTRAININGSEINHEIT

HAUPTTEIL I

SCHWERPUNKT PASSEN

Phase 1

ÜBEN

Phase 2

SPIELEN

TECHNIK IM ÜBERBLICK



Von Vorteil: Die Innenseite bietet die größte Trefffläche!



Zuspiele mit der Außenseite lassen sich fast ansatzlos spielen!

HAUPTTEIL I

20 MINUTEN



Ziele und Inhalte

- Verfeinern/Stabilisieren des Technik-Schwerpunktes „Sichere, präzise und flache Zuspiele“
- Effiziente Technik-Schulung in Basis-Spielformen (4 gegen 4 bzw. 5 gegen 5) und Übungen zum Schwerpunkt
- Häufiges Anwenden des Schwerpunktes in Spielsituationen
- Fördern von Spielfreude und -kreativität

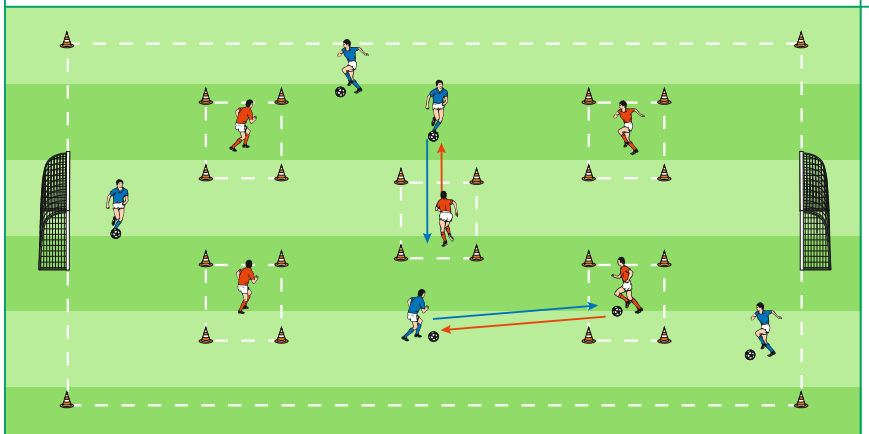
Organisation - Übungsaufgabe

- Die Spieler der 5er-Gruppe B postieren sich in je einem Quadrat
- Die Spieler der 5er-Gruppe A bewegen sich mit je einem Ball frei im Feld

Organisation - Spielaufgabe

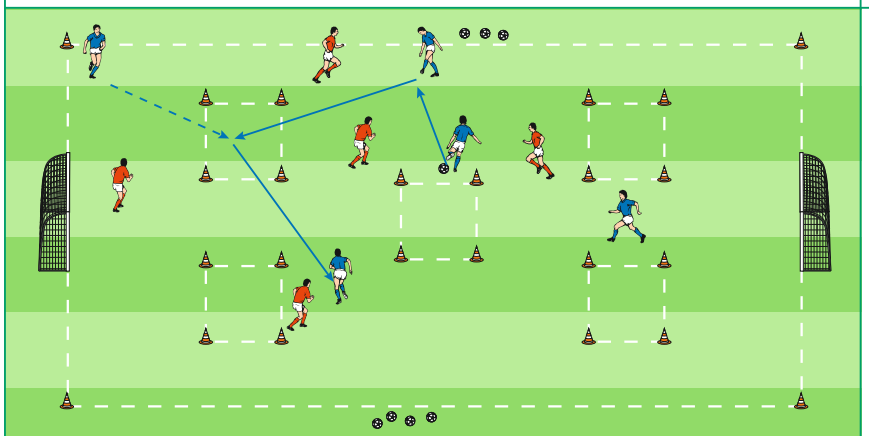
- Beide Gruppen verteilen sich zum 5 gegen 5 im Feld
- Genügend Reservebälle rund um das Feld verteilen!

ABLAUF IN EINEM FELD (2. FELD PARALLEL!)



Präzise Kombinationen mit „Zielspielern“ im Quadrat

Die Spieler der Gruppe A dribbeln frei im Feld und kombinieren mit verschiedenen Zuspil-Vorgaben mit Spielern der Gruppe B.



5 gegen 5 mit Kombinationen durch/über die Quadrate

Beide Mannschaften sichern im 5 gegen 5 den Ball und versuchen, über vorgegebene Zuspil-Vorgaben Punkte zu erzielen.

Ziele/Schwerpunkte

- Beidfüßiges Passen in allen Variationen!
- Druckvolle, genau getimte, zielgenaue Flachpässe - auch in den Lauf
- Präzise flache Zuspiele
 - aus dem Dribbling
 - in höchstem Tempo
 - situationsorientiert
- Variable, situationsgerechte Zuspiele unter Druck des Gegners

Korrekturen

- Vor allem der Innenseitstoß ermöglicht es, präzise zu passen!
- Scharfe, genaue Zuspiele mit der Innenseite rechts und links!
- Der Pass mit der Außenseite ist als „verdecktes Abspiele“ eine wichtige Alternative für schnelle, flexible Kombinationen!
- Mit einer seitoffenen Stellung ein Zuspiel fordern!
- Eindeutig anzeigen, wohin der Pass erwartet wird!
- Vor dem Pass Blickkontakt zum Mitspieler suchen!

Trainingshinweise

- Anforderungen und Dynamik der Zuspiel-Übungen schrittweise steigern - vor allem zum Ende der Technik-Aufgaben Tempowechsel und -aktionen fordern!
- Neue Aufgaben kurz und prägnant erklären!
- Bei Spielformen durch die Spielziele, Gruppengrößen, Zusatzregeln das „Passen“ als Schwerpunkt provozieren!
- Bei allen Aufgaben die Beidfüßigkeit bedenken!
- Die Talente in alle Lernprozesse aktiv einbinden!

ABLAUF/VARIATIONEN**HINWEISE FÜR DAS TRAINING****ÜBEN****Übungsaufgaben zum Schwerpunkt****• Basis-Ablauf:**

Anspiel von A auf einen freien Spieler von B in einem der Quadrate - B passt direkt über die gleiche Quadratseite zurück. A nimmt das Zuspiel sicher zu einem anderen Viereck mit und startet eine weitere Zuspielfolge usw.

- **Variation 1:** Wie zuvor, aber direkt über eine andere Quadratseite zurückpassen
- **Variation 2:** B passt zunächst wieder über die gleiche Seite zu A zurück, bietet sich aber nochmals außerhalb des Quadrates an und bekommt ein weiteres Zuspiel von A
- Regelmäßige Positions-/Aufgabenwechsel!



Variantenreiche Aufgaben zum Passen sichern Lernerfolge!

- Auf präzise, in der Schärfe angemessene Zuspiele achten!
- Stets die Beidfüßigkeit berücksichtigen und schulen!
- Jede Aufgabe muss viele Aktionen und Wiederholungen garantieren!
- Mit einem Wechsel von recht belastungsintensiven Spiel- und „leichteren“ Übungsphasen lässt sich die Belastung steuern!

SPIELEN**Spielaufgaben zum Schwerpunkt****• Basis-Ablauf:**

Die jeweiligen Angreifer sichern im ganzen Feld im 5 gegen 5 den Ball. Aus diesem Kombinieren heraus kann das Team Punkte erzielen: Dazu muss einer der Angreifer einem Mitspieler im Quadrat zu passen, der zum Passgeber prallen lässt oder zu einem „Dritten“ weiterleitet.

• Variation:

Von jeder Gruppe besetzt ein Spieler als Torhüter ein Tor auf der Grundlinie: 4 + Torhüter gegen 4 + Torhüter. Nach einem Punkt im 4 gegen 4 (wie beim Basis-Ablauf) können die Angreifer zusätzlich noch beim Tor des Gegners punkten!



Zuspiele müssen auch unter Druck eines Gegners gelingen!

- Mit der speziellen Organisation/Aufgabe einer Spielform lässt sich das häufige Anwenden eines konkreten technisch-taktischen Schwerpunktes provozieren!
- Technisch-taktische Schwerpunkte der Spielaufgabe:
 - Freilaufen
 - Timing
 - Passschärfe
 - Seitoffene Stellung

HAUPTTEIL II

SCHWERPUNKT BALLKONTROLLE

Phase 1

ÜBEN

Phase 2

SPIELEN

TECHNIK IM ÜBERBLICK



Eine gekonnte Ballkontrolle mit der Außenseite macht variabler!



Beim sicheren Verarbeiten eines Zuspiels kein Tempo verlieren!

HAUPTTEIL II

20 MINUTEN



Ziele und Inhalte

- Verfeinern/Stabilisieren des Technik-Schwerpunktes „Ballkontrolle“
- Effiziente Technik-Schulung in Basis-Spielformen (4 gegen 4 bzw. 5 gegen 5) und Übungen zum Schwerpunkt
- Häufiges Anwenden des Schwerpunktes in Spielsituationen
- Schulung der Spielschnelligkeit und des schnellen Umschaltens
- Fördern von Spielfreude und -kreativität

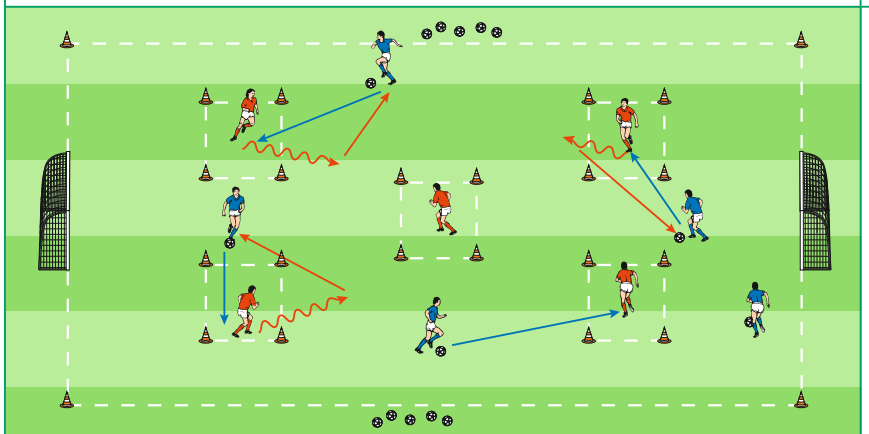
Organisation - Übungsaufgabe

- Die Spieler der 5er-Gruppe B postieren sich wieder in je einem Quadrat
- Die Spieler der 5er-Gruppe A bewegen sich mit je einem Ball frei im Feld

Organisation - Spielaufgabe

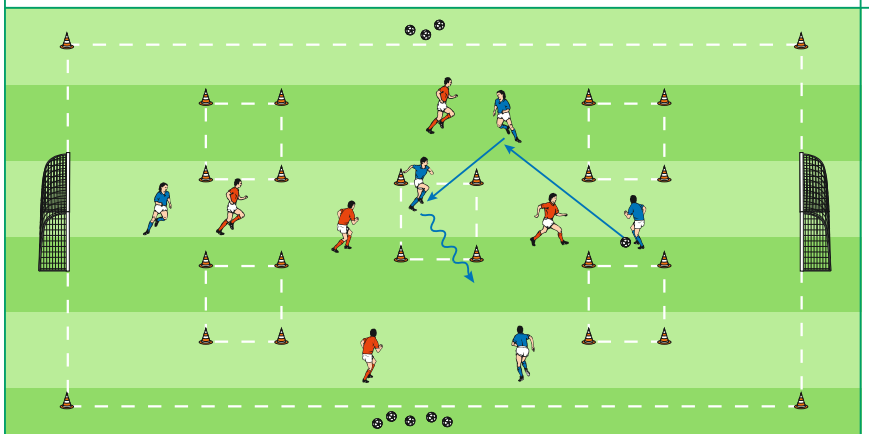
- Beide Gruppen verteilen sich zum 5 gegen 5 im Feld
- Genügend Reservebälle rund um das Feld verteilen!

ABLAUF IN EINEM FELD (2. FELD PARALLEL!)



Präzise Kombinationen mit „Zielspielern“ im Quadrat

Die Spieler der Gruppe A dribbeln frei im Feld und kombinieren mit Spielern der Gruppe B. Verschiedene Aufgaben zum Schwerpunkt „Ballkontrolle“!



5 gegen 5 mit Kombinationen durch/über die Quadrate

Beide Mannschaften sichern im 5 gegen 5 den Ball und versuchen, über vorgegebene Kombinationsformen Punkte zu erzielen.

Ziele/Schwerpunkte

- Variables, situationsgerechtes Kontrollieren des Balles
 - mit der Innenseite
 - mit der Außenseite
 - mit der Sohle
 - hinter dem Standbein
- Befreien vom Gegnerdruck und Vorbereiten einer Anschlussaktion
- Behaupten des Balles in jeder Situation
- Lösen vom Gegner vor der Ballkontrolle mittels einer Körpertäuschung - Ziel: Gegenspieler abschütteln und Aktionsraum gewinnen

Korrekturen

- Die sicherste Variante: Den Ball mit der Innenseite dicht neben dem Standbein kontrollieren!
- Beim ersten Ballkontakt mit dem Fuß des Spielbeins etwas nachgeben!
- Die Fußspitze des Spielbeins dabei etwas anheben!
- Eine wichtige Variante: Der Ball wird mit der Außenseite seitlich vom Standbein weg an- und mitgenommen!
- Das Zuspiel möglichst so verarbeiten, dass das Spieltempo nicht verringert bzw. noch erhöht werden kann!

Trainingshinweise

- Anforderungen, Gegnerdruck und Dynamik der Übungen schrittweise steigern!
- Schärfe und Flugkurven der Bälle, die es zu kontrollieren gilt, variieren!
- Neue Aufgaben kurz und prägnant erklären!
- Technik-Wettbewerbe einbauen!
- Bei allen Aufgaben die Beidfüßigkeit bedenken!
- Auf regelmäßige Aufgabenwechsel achten!
- Die Talente in alle Lernprozesse aktiv einbinden!

ABLAUF/VARIATIONEN**HINWEISE FÜR DAS TRAINING****ÜBEN****Übungsaufgaben zum Schwerpunkt****• Basis-Ablauf:**

Anspiel von A auf einen freien Spieler von B in einem der Quadrate.
B nimmt den Ball mit 2 Kontakten aus dem Quadrat heraus in die Bewegung mit und passt erst dann zu A zurück.

- **Variation 1:** Wie zuvor, aber die Zuspiele bewusst variabel kontrollieren!

- **Variation 2:** Wie zuvor, aber B nimmt den Ball je nach Kommando des Passgebers A in verschiedene Richtungen mit.
 1. nach vorne/seitlich (beim Zuruf „Hintermann“) oder
 2. nach hinten (beim Zuruf „Dreh Dich“)



Die Ballkontrolle mit der Innenseite ist besonders sicher!

- Konkrete Aufgabe beim Basis-Ablauf:
 1. Kontakt: Ball aus dem Quadrat spielen!
 2. Kontakt: Ball außerhalb des Quadrates am Fuß sichern!
- Das Quadrat nicht auf der Seite verlassen, über die das Zuspiel kommt!
- Stets die Beidfüßigkeit berücksichtigen!
- Erschweren: Der Passgeber rückt nach, um „Druck“ zu erzeugen!

SPIELEN**Spielaufgaben zum Schwerpunkt****• Basis-Ablauf:**

Die jeweiligen Angreifer sichern im ganzen Feld im 5 gegen 5 den Ball.
Aus diesem Kombinieren heraus kann das Team Punkte erzielen: Dazu muss einer der Angreifer einem Mitspieler im Quadrat zupassen, der das Zuspiel mit dem 1. Kontakt aus dem Quadrat herausspielt und mit dem 2. Kontakt sicher außerhalb kontrolliert.

• Variation:

4 + Torhüter gegen 4 + Torhüter.
Nach einem Punkt im 4 gegen 4 (wie beim Basis-Ablauf) können die Angreifer zusätzlich noch beim Tor des Gegners punkten!
Schnelle, zielstrebige Torabschlüsse!



Möglichst schnell die Ballkontrolle mit Gegnern trainieren!

- Mit der speziellen Organisation/Aufgabe einer Spielform lässt sich das häufige Anwenden eines konkreten technisch-taktischen Schwerpunktes provozieren!
- Von Beginn an das flexible Kontrollieren des Balles mit Körperfinten verbinden!
- Möglichst schnell mit Gegnern trainieren - dabei den „Druck“ schrittweise steigern!

HAUPTTEIL III

SCHWERPUNKT DRIBBELN/FINTIEREN

Phase 1

ÜBEN

Phase 2

SPIELEN

TECHNIK IM ÜBERBLICK



Jede beherrschte Finte schafft neue taktische Möglichkeiten im Spiel!



Auch hier kommt es auf das Timing an: Die Finte im richtigen Abstand einleiten!

HAUPTTEIL III

20 MINUTEN



Ziele und Inhalte

- Verfeinern/Stabilisieren des Technik-Schwerpunktes „Dribbeln und Fintieren“
- Effiziente Technik-Schulung in Basis-Spielformen (4 gegen 4 bzw. 5 gegen 5) und Übungen zum Schwerpunkt
- Häufiges Anwenden des Schwerpunktes in Spielsituationen
- Schulung der Spielschnelligkeit und des schnellen Umschaltens
- Fördern von Spielfreude und -kreativität

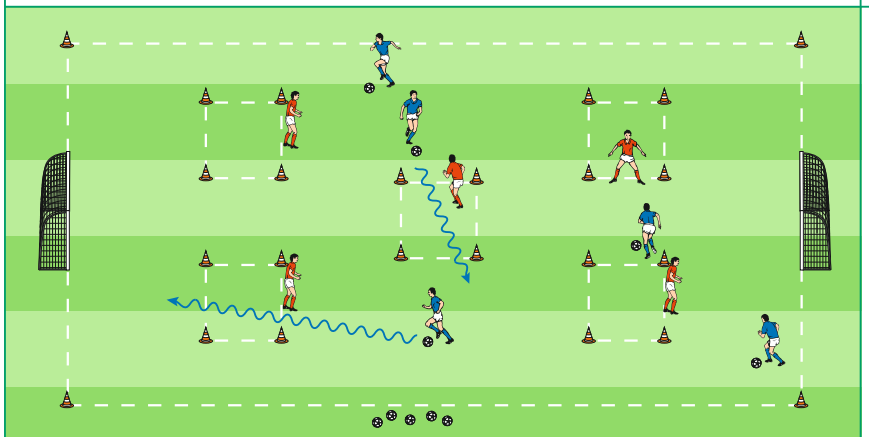
Organisation - Übungsaufgabe

- Die Spieler der 5er-Gruppe B postieren sich wieder in je einem Quadrat
- Die Spieler der 5er-Gruppe A bewegen sich mit je einem Ball frei im Feld

Organisation - Spielaufgabe

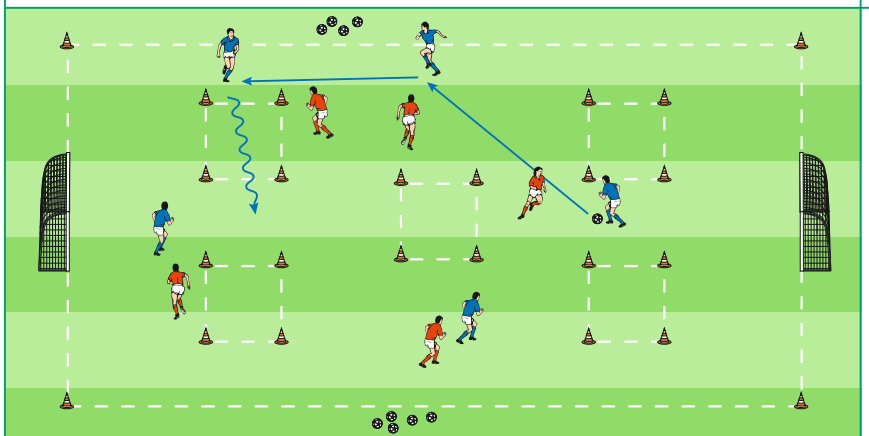
- Beide Gruppen verteilen sich zum 5 gegen 5 im Feld
- Genügend Reservebälle rund um das Feld verteilen!

ABLAUF IN EINEM FELD (2. FELD PARALLEL!)



Ziel-Dribblings mit Störspielern im Quadrat

Die Spieler der Gruppe A dribbeln frei im Feld und müssen dabei Gegenspieler von B im Quadrat überspielen.



5 gegen 5 mit Kombinationen durch/über die Quadrate

Beide Mannschaften sichern im 5 gegen 5 den Ball und versuchen, durch zielgerichtete, fintenreiche Ausspielbewegungen Punkte zu erzielen.

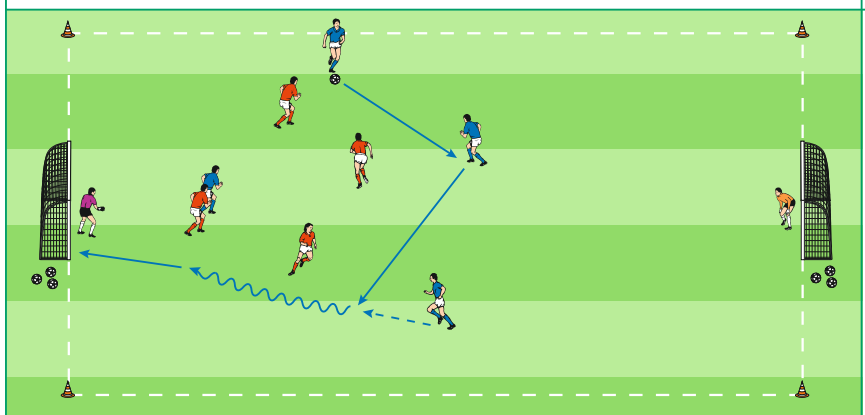
Ziele/Schwerpunkte <ul style="list-style-type: none"> • Dribbeln mit dem rechten und linken Fuß, unterschiedlich schnell und mit leichtfüßigen, schnellen Richtungsänderungen je nach Spielsituation • Spielübersicht beim Dribbeln • Vermitteln eines Repertoires an Täuschungen: Jede weitere, beherrschte Finte schafft neue taktische Möglichkeiten! • Zielgerichtete Aktionen nach einer erfolgreichen Täuschung • Schrittweises Steigern und Verbessern der Dynamik, Präzision und Flexibilität beim Anwenden der Finten 	Korrekturen <ul style="list-style-type: none"> • Echte Täuschungsbewegungen! Auf ein halbherziges Hin- und Herpendeln des Oberkörpers fällt kein Gegner herein! • Mit der Finte dynamisch am Gegner vorbeistarten! • Nicht jede Finte eignet sich für jede Situation! Je nach Aktionsraum z.B. verschiedene Finten anwenden! • Nach einer Finte den Vorsprung in eine erfolgreiche Anschlussaktion umsetzen! • Stets auch eine Alternative parat haben, falls der Gegner anders als erwartet reagiert! 	Trainingshinweise <ul style="list-style-type: none"> • Alle Aufgaben kritisch danach überprüfen, ob sie mit Spielforderungen übereinstimmen! • Junge Spieler lernen vor allem „mit dem Auge“! Immer mit einer exakten Demonstration der Täuschung starten! • Zunächst Zeit zum ungestörten Ausprobieren einer neuen Fintierbewegung lassen! • Im weiteren Trainingsverlauf die Störaktionen des Gegners in kleinen Schritten steigern! • Auf die richtige Belastung achten! Längere aktive Pausen nach Spielphasen einplanen!
ABLAUF/VARIATIONEN		HINWEISE FÜR DAS TRAINING
ÜBEN	Übungsaufgaben zum Schwerpunkt <ul style="list-style-type: none"> • Basis-Ablauf: Die Spieler von A dribbeln zunächst frei im Raum und steuern dann eines der Quadrate an, das sie komplett durchqueren sollen. Gegner B stört dabei auf der vorderen Linie und darf zunächst nur die Beine ausstrecken und die Bälle „wegspitzeln“. • Variation 1: Wie zuvor, B darf sich auf der kompletten Linie seitlich verschieben und aktiv stören. • Variation 2: Wie zuvor, B darf sich nun im kompletten Quadrat bewegen und so lange attackieren, bis Angreifer A die hintere Linie überdribbelt hat. 	 <ul style="list-style-type: none"> • Korrekturen: <ol style="list-style-type: none"> 1. Echte Täuschungsbewegungen! 2. Finte im richtigen Abstand zum Gegner einleiten! 3. Temposteigerung mit der Finte am Gegner vorbei • Wettbewerbe einbauen: Wer schafft zuerst 5 erfolgreiche Aktionen? Oder: Wer ist in 1 Minute am erfolgreichsten? • Aktive Pausen! <p>Die Basis: das leichtfüßige, sichere Beherrschen des Balles!</p>
	SPIELEN	Spielaufgaben zum Schwerpunkt <ul style="list-style-type: none"> • Basis-Ablauf: 5 gegen 5 im Feld: Die jeweiligen Angreifer sichern den Ball. Aus diesem Kombinieren heraus soll das Team Punkte erzielen, indem ein Angreifer 2 gegenüberliegende Seiten des Quadrates direkt nacheinander überdribbelt. • Variation: Von jeder Gruppe besetzt ein Spieler als Torhüter ein Tor auf der Grundlinie: 4 + Torhüter gegen 4 + Torhüter. Nach einem Punkt im 4 gegen 4 (wie beim Basis-Ablauf) können die Angreifer zusätzlich noch beim Tor des Gegners punkten!

SPIELND TECHNIKEN LERNEN
DEMONSTRATIONSTRAININGSEINHEIT
ABSCHLUSS**15 MINUTEN****Ziele und Inhalte**

- Fußballspielen in kleinen Teams und auf Tore
- Motivierender Trainingsabschluss
- Abschlussbesprechung

Organisation

- 4 Teams zu je 4 Spielern + 1 Torhüter einteilen, die im Wechsel nach einem festen Turniermodus 4 gegen 4 spielen
- Genügend Reservebälle rund um das Feld bereitlegen!

ABLAUF IN EINEM FELD (2. FELD PARALLEL!)**4-gegen-4-Turnier mit dem Schwerpunkt „Freies Fußballspielen“**

Zum Abschluss ermitteln alle Teams in einem kleinen Turnier nach dem Modus „jeder gegen jeden“ einen Sieger. Spielzeit: jeweils 3 Minuten.

INFO**Methodische Hinweise für das Talente-Training**

Die wichtigsten Trainer-Aufgaben starten mit Übungsbeginn - dann innerhalb der Übungsformen im Detail arbeiten!



Übungsformen sind zwar nicht so spektakulär, fördern aber das Automatisieren von Bewegungen. Deshalb: Übungen attraktiv verpacken und Spiel- und Übungsformen angemessen mischen!



Nicht nur Taktik-Details korrigieren! Oft ist es wichtiger, technische Feinheiten zu verbessern!



Nicht nur auf die Bewegungsqualität achten, sondern mit der Zeit auch auf Tempo und Bewegungsdynamik hinarbeiten!



Die Größe der Spielräume bei Übungen und Spielformen der Spielrealität anpassen!



Auf einen festen Katalog an motivierenden, lernintensiven und altersgemäßen Spiel- und Übungsformen zurückgreifen! Das muss keineswegs Monotonie und Langeweile bedeuten, wenn dazu immer wieder neue technisch-taktische Details herausgegriffen werden. Außerdem lassen sich durch Variationen neue Trainingsakzente setzen und Schwerpunkte vertiefen!



AUFGABE 1

ABLAUF/VARIATIONEN

- 4 gegen 4 auf 2 Tore mit Torhütern**
- 4 gegen 4 im freien Fußballspiel auf die beiden Tore mit Torhütern.
 - Spielzeit: jeweils 3 Minuten - Turnier nach dem Modus „jeder gegen jeden“!
 - **Turnier-Runde 1:**
Feld 1: Team A - Team B
Feld 2: Team C - Team D
 - **Turnier-Runde 2:**
Feld 1: Team A - Team C
Feld 2: Team B - Team D
 - **Turnier-Runde 3:**
Feld 1: Team A - Team D
Feld 2: Team B - Team C

HINWEISE FÜR DAS TRAINING



Beim Abschluss-Turnier wenig eingreifen! Frei spielen lassen!

- Mit einfachen Zusatzregeln Schwerpunkte betonten wie z.B.
 1. nur Zuspiele unter Kniehöhe sind erlaubt (Passspiel)!
 2. Treffer nach einer Einzelaktion werden doppelt gewertet (Dribbling/Fintieren)
- Aber grundsätzlich gilt für Abschlussspiele: Wenig in die Spiele eingreifen! Vorrangig frei spielen lassen!

INFO

Konkrete Tipps für die Trainingspraxis

Bei Übungen mit Wettbewerbscharakter und bei Spielformen möglichst auf leistungshomogene Gegner bzw. Mannschaften achten!



So weit wie möglich auf vorhandene Spielfeldmarkierungen zur Abgrenzung zurückgreifen!



Neue Trainingsformen kurz und prägnant erklären! Rückfragen fordern, Unklarheiten ausräumen! Details eventuell begleitend zu einer ersten „Ausprobier-Phase“ nachschicken!



Neue Spiel- und Übungsformen benötigen eine gewisse Anlaufzeit. Deshalb nicht zu schnell eingreifen, wenn es zu Beginn noch etwas unrund läuft!



Stets genügend Ersatzbälle rund um die Spiel- und Übungsfläche bereitlegen, um längere Unterbrechungen für das Wiederholen der Bälle zu vermeiden!



Auf angemessene Spiel- und Übungszeiten achten! Höchste Konzentration und Dynamik müssen stets möglich sein! Aktive Pause mit leichten Technik-Aufgaben füllen!

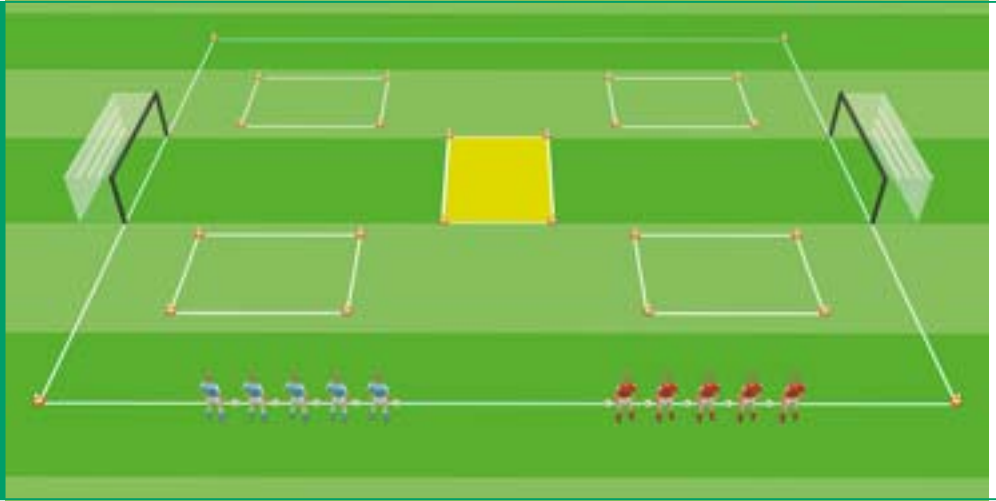


VERSCHIEDENE SCHWERPUNKTE

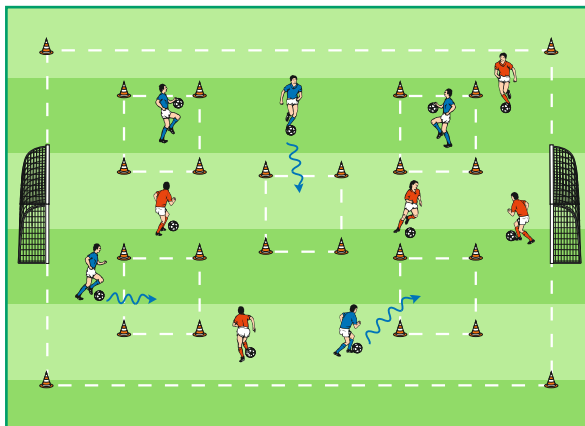
Variationen der

Basis-Organisation

- Für 2 Gruppen von je 5 Spielern das Spiel- und Übungsfeld aufbauen!
- **Spiel-/Übungsfeld für Aufwärmen 1/2**
Die Feldgröße unverändert lassen - möglicherweise die Größe der Quadrate variieren
Weitere Übungsideen der Spieler erfragen!



AUFGABEN ZUM AUFWÄRMEN



Aufwärmen 1: Variantenreiches Dribbeln

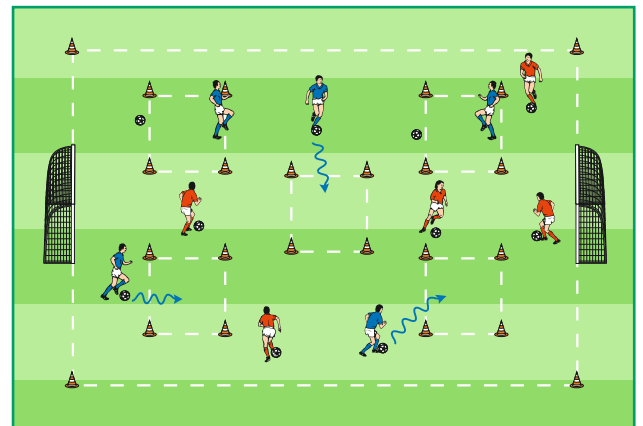
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Basis-Ablauf

- Die Spieler dribbeln frei zwischen den Quadraten.
- Auf ein Signal des Trainers müssen sie schnell in ein Viereck dribbeln und dort eine vorgegebene Aufgabe erfüllen - anschließend im Raum weiterdribbeln!
- **Aufgabe 1:** 20x den Ball frei jonglieren - fällt der Ball vorher zu Boden, von vorne beginnen!
- **Aufgabe 2:** 3x den Ball hochspielen und sicher am Boden kontrollieren
- **Aufgabe 3:** 3 freie Fintierbewegungen im Quadrat
- **Aufgabe 4:** Im Quadrat mit vielen, schnellen, kurzen Ballkontakten agieren!



Aufwärmen 2: Koordinative Zusatzaufgaben

BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

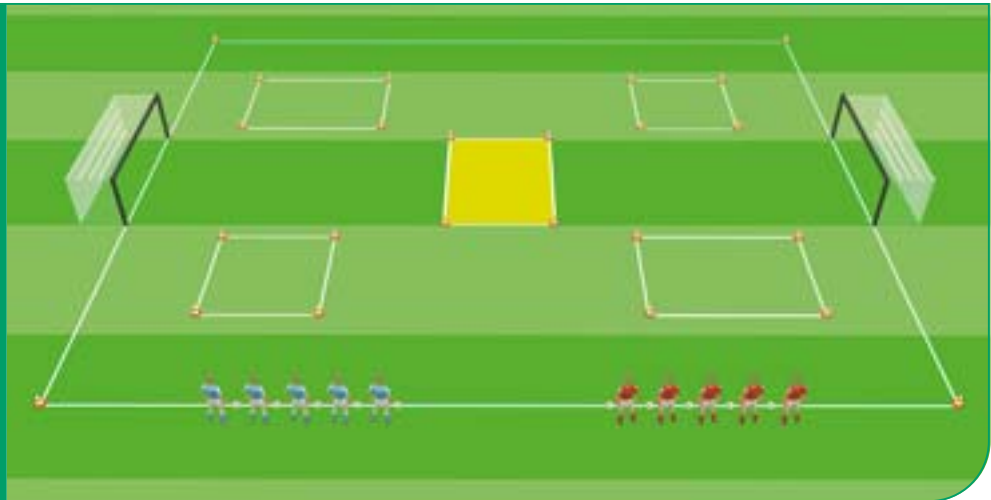
Basis-Ablauf

- Die Spieler dribbeln frei zwischen den Quadraten.
- Zwischendurch dribbeln sie ein Quadrat an, lassen den Ball davor liegen und bewegen sich mit verschiedenen Aufgaben 1 x vor und zurück durch das Viereck - danach weiterdribbeln!
- **Aufgabe 1:** Vorwärts-/Rückwärtslauf mit Tempo
- **Aufgabe 2:** Side-Steps
- **Aufgabe 3:** Zick-Zack-Lauf (vorwärts/rückwärts)
- **Aufgabe 4:** Einbeinsprünge rechts/links
- **Aufgabe 5:** Side-Steps mit Händeklatschen über Kopf

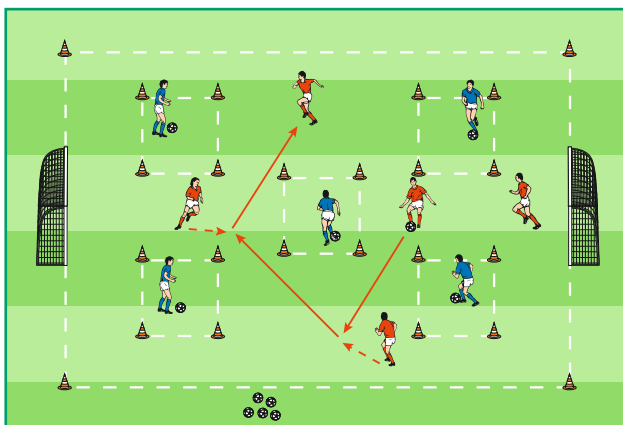
VERSCHIEDENE SCHWERPUNKTE

Variationen der Basis-Organisation

- Für 2 Gruppen von je 5 Spielern das Spiel- und Übungsfeld aufbauen!
- **Spiel-/Übungsfeld für Aufwärmen 3/4**
Die Feldgröße unverändert lassen - möglicherweise die Größe der Quadrate variieren
Die Gruppen je nach Aufgabe verteilen!



AUFGABEN ZUM AUFWÄRMEN



Aufwärmen 3: Dribbel- und Zuspiel-Aufgaben

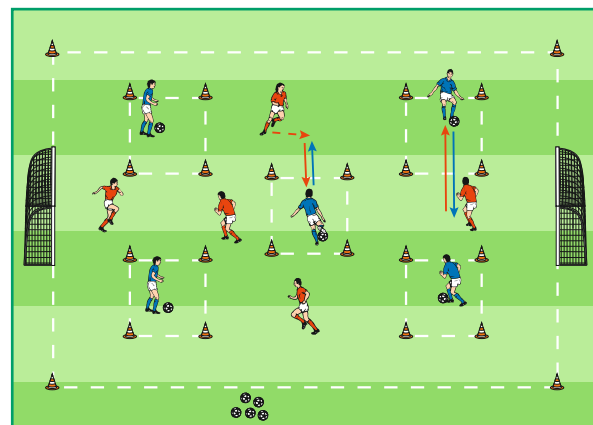
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Basis-Ablauf

- Die Spieler der Gruppe A dribbeln mit verschiedenen Aufgaben in je einem der Quadrate.
- Die Spieler der Gruppe B passen sich im Aktionsraum dazwischen je nach Vorgabe zu.
- **Dribbel-Aufgaben:**
 - Mit vielen Richtungswechseln
 - Mit Rhythmusvorgaben (z.B. 2x links/2 x rechts)
 - Mit Fintierbewegungen
- **Zuspiel-Aufgaben:**
 - Mit Kontaktbegrenzungen
 - Jedes 2. Zuspiel direkt weiterleiten
 - Mit Variation der Zuspielhöhen



Aufwärmen 3: Anspielpunkte

BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

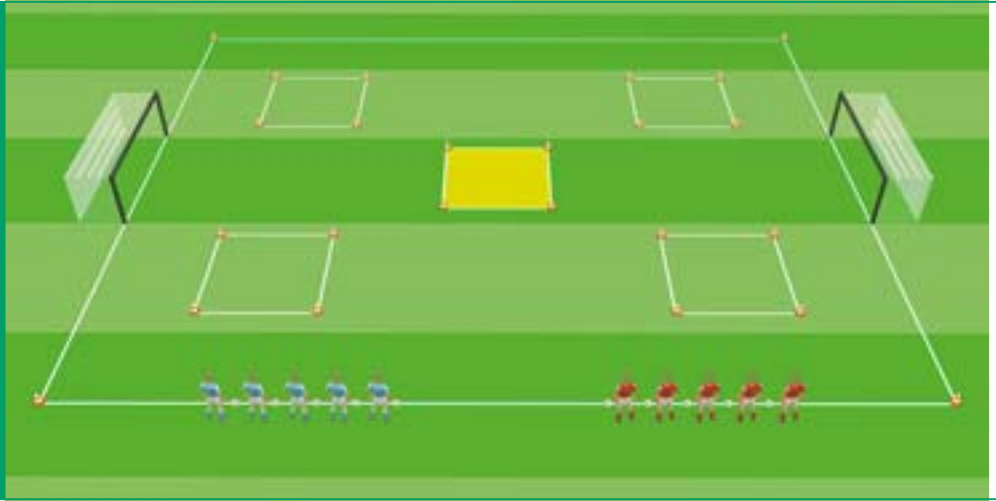
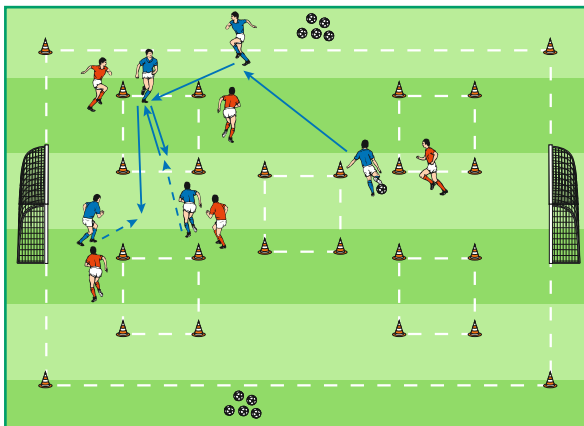
U14/U15

Basis-Ablauf

- Die Spieler von A postieren sich als Anspieler mit je einem Ball in einem der Quadrate - die Spieler von B bewegen sich im Aktionsraum dazwischen.
- Die Spieler von B laufen im geeigneten Moment einen freien Anspieler an, fordern das Zuspiel und spielen je nach Aufgabenstellung zurück
- **Aufgabe 1:** Flaches Zuspiel von Anspieler A zu B - direkter Rückpass
- **Aufgabe 2:** Flacher Pass - mit rechts verarbeiten und mit links zurückpassen (oder andersherum)
- **Aufgabe 3:** Halbhoch zuwerfen und volley mit der Innenseite/per Spann zurück

SPIELND TECHNIKEN LERNEN
TRAININGSFORMEN-KATALOG
VERSCHIEDENE TECHNIKSCHWERPUNKTE
Variationen der
Basis-Organisation

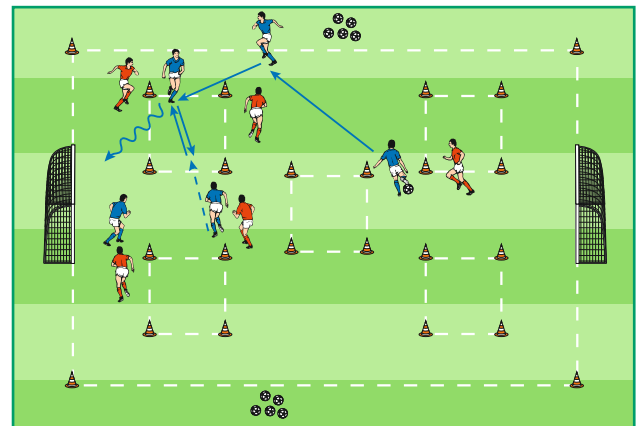
- Für 2 Gruppen von je 5 Spielern das Spiel- und Übungsfeld aufbauen!
- **Spiel-/Übungsfeld für Spielformen 1/2**
Die Basis-Organisation bleibt für diese Trainingsformen unverändert!


AUFGABEN FÜR DIE SPIELPHASE

Spielform 1: Direkte Passfolge im Quadrat
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT
U12/U13
U14/U15
Basis-Ablauf

- 5 gegen 5 im ganzen Feld
- Die jeweiligen Angreifer sichern den Ball.
- Punkte-Regel (Schwerpunkt: Passen):
Aus dem 5 gegen 5 müssen 2 Spieler in direkter Folge 2 Pässe in einem der Quadrate spielen
- Schwerpunkt: Kombinieren in engen Spielräumen

Variation

- 4 + Torhüter gegen 4 + Torhüter
- Nach einem Punkt im 4 gegen 4 (wie beim Basis-Ablauf) können die Angreifer zusätzlich noch beim Tor des Gegners punkten!
- Schwerpunkt: schnelle, zielstrebige Torabschlüsse!


Spielform 2: Passen und Herausdribbeln
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT
U12/U13
U14/U15
Basis-Ablauf

- 5 gegen 5 im ganzen Feld
- Die jeweiligen Angreifer sichern den Ball.
- Punkte-Regel (Schwerpunkte: Passen/Ballkontrolle):
Wie bei Spielform 1, nun muss der Angreifer nach dem 2. Pass im Quadrat aus dem Viereck herausdribbeln.
- Schwerpunkt: Auflösen einer „engen Situation“

Variation

- 4 gegen 4 auf 2 Tore mit neutralen Torhütern
- Nach einem Punkt wie beim Basis-Ablauf können die Angreifer zusätzlich bei einem der beide Tore abschließen.
Nach einem Tor bleibt das erfolgreiche Team am Ball.
- Schwerpunkt: schnelle, zielstrebige Torabschlüsse!

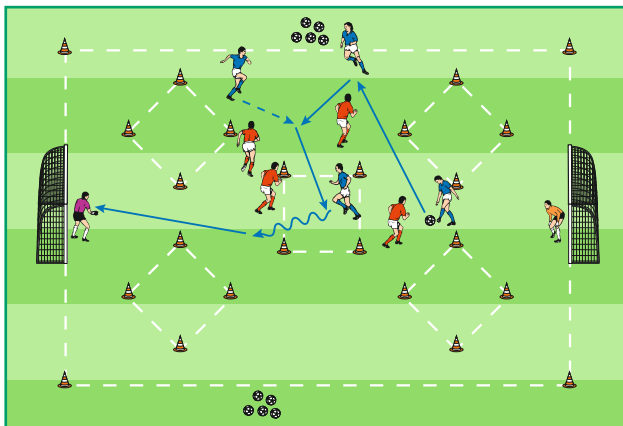
VERSCHIEDENE TECHNIKSCHWERPUNKTE

Variationen der Basis-Organisation

- Für 2 Gruppen von je 5 Spielern das Spiel- und Übungsfeld aufbauen!
- **Spiel-/Übungsfeld für Spielformen 3/4**
Die äußeren Quadrate in Rauten-Form aufbauen – das zentrale Viereck je nach Spielstärke vergrößern bzw. verkleinern



AUFGABEN FÜR DIE SPIELPHASE


Spielform 3: Schnelle Torabschlüsse
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

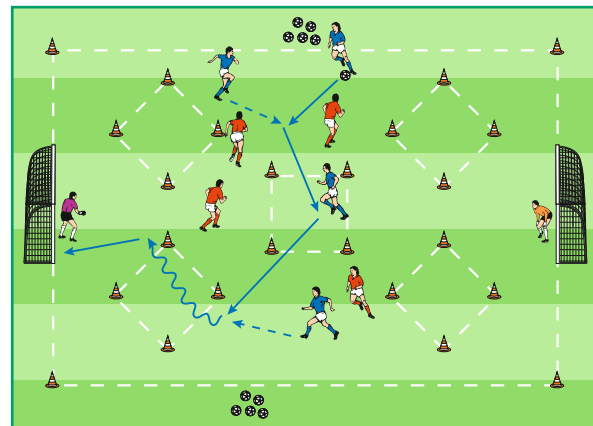
U14/U15

Basis-Ablauf

- 4 + Torhüter gegen 4 + Torhüter im ganzen Feld
- Aufgabe: Torabschlüsse auf das Tor des Gegners.
- Wird dabei ein Angreifer im zentralen Quadrat angespielt, nimmt er den Ball aus dem Quadrat mit und kommt danach spätestens mit dem 2. Kontakt zum erfolgreichen Torabschluss = Wertung als 2 Tore!
- Schwerpunkt: Torschüsse aus der Distanz und aus der dynamischen Bewegung

Variation

- Aufgabe wie beim Basis-Ablauf
- Bonus-Tore, indem ein Spieler das zentrale Quadrat durchdribbelt und ein Tor erzielt.


Spielform 4: Dribbling in die Tiefe
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Basis-Ablauf

- 4 + Torhüter gegen 4 + Torhüter im ganzen Feld
- Aufgabe: Schnelles Torabschlüsse auf das Tor des Gegners.
- Haben dabei die Angreifer zur Vorbereitung eines Treffers zuvor eines der 3 „offensiven“ Quadrate durchdribbelt = Wertung als 3 Tore!
- Schwerpunkt: In die Tiefe dribbeln, statt in die Breite zu spielen!

Variation

- Wie beim Basis-Ablauf mit neutralen Torhütern
- Ein erfolgreiches Team bleibt weiter am Ball und greift erneut auf das Tor gegenüber an.

VERSCHIEDENE TECHNIKSCHWERPUNKTE

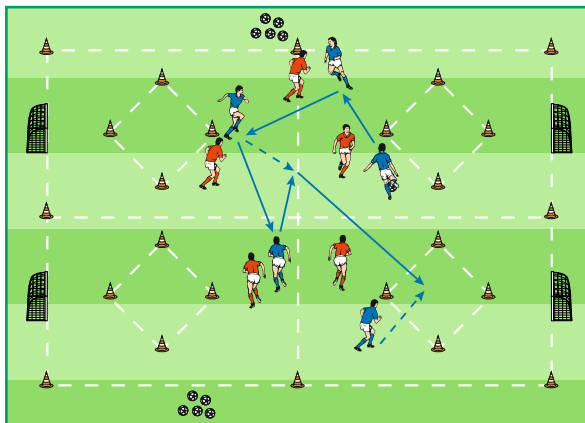
Variationen der

Basis-Organisation

- Für 2 Gruppen von je 5 Spielern das Spiel- und Übungsfeld aufbauen!
- **Spiel-/Übungsfeld für Spielformen 5/6**
Das zentrale Viereck abbauen und das Feld in 4 gleich große Zonen unterteilen. Zusätzlich 4 Mini-Tore aufbauen



AUFGABEN FÜR DIE SPIELPHASE



Spielform 5: Spielverlagerungen

BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

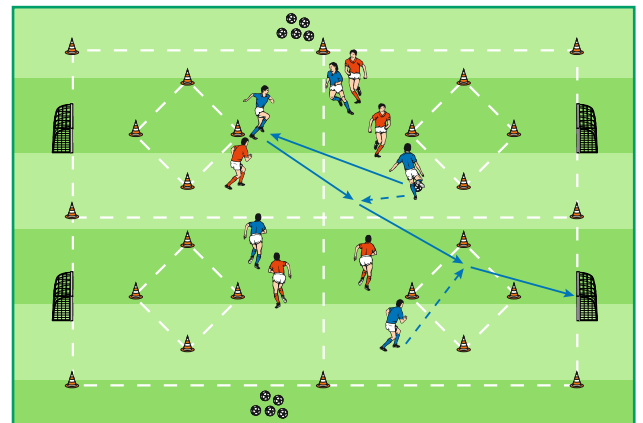
U14/U15

Basis-Ablauf

- 5 gegen 5 im ganzen Feld: Sichern des Balles.
- Punkte-Regel (Schwerpunkt: Passen):
Aus dem 5 gegen 5 einen Mitspieler in einem der Quadrate anspielen, der aber erst nach dem Pass in das jeweilige Viereck gestartet sein darf!
- Schwerpunkt: Räume offenlassen - Timing

Variation

- 5 gegen 5 im ganzen Feld: Sichern des Balles.
- Punkte-Regel (Schwerpunkt: Passen):
Zunächst muss eines der Quadrate durchspielt werden (= 1 Punkt), gelingt dann eine direkte Spielverlagerung in eine andere Zone (= 1 weiterer Punkt).



Spielform 6: Spielverlagerung und Abschluss

BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Ablauf

- Ablauf wie bei der Spielform 5: Mitspieler im Quadrat anspielen, die in den Pass/das Quadrat hineinstarten (= 1 Punkt).
- Anschließend können die Angreifer auf eines der 4 Mini-Tore angreifen und Zusatzpunkte erzielen!
- Schwerpunkt: schnelle, zielstrebige Torabschlüsse!

Variation

- 5 gegen 5: Zunächst muss eines der Quadrate durchspielt werden (= 1 Punkt), gelingt dann eine direkte Spielverlagerung in eine andere Zone (= 1 weiterer Punkt).
- Schließlich können die Angreifer noch auf eines der Mini-Tore zum Abschluss kommen!

VERSCHIEDENE TECHNIKSCHWERPUNKTE

Variationen der Basis-Organisation
• Spiel-/Übungsfeld für Spielform 7

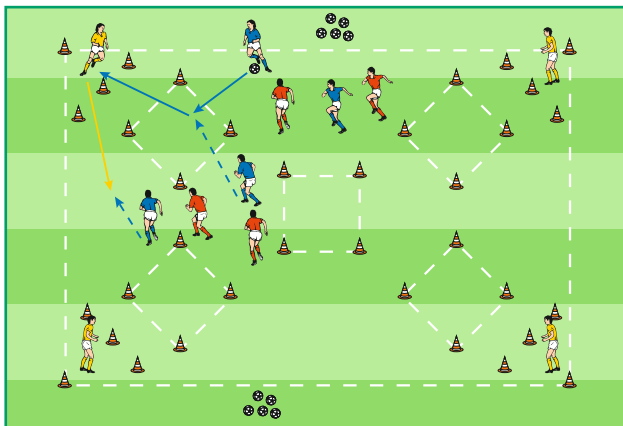
Zusätzlich in jeder Ecke neutrale Anspiel-Punkte hinter Ecken-Tore postieren

• Spiel-/Übungsfeld für Spielform 8

An beiden Außenseiten und an jeder Grundlinie schmale Zonen markieren



AUFGABEN FÜR DIE SPIELPHASE


Spielform 7: Spiel über einen Dritten
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

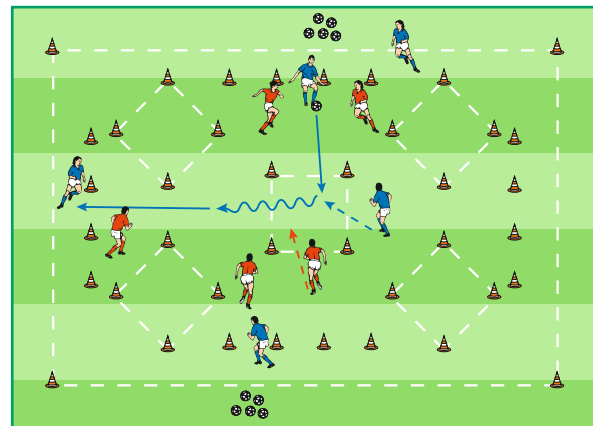
U14/U15

Basis-Ablauf

- 4 gegen 4 im ganzen Feld: Sichern des Balles.
- Aufgabe: Zunächst in einem Quadrat einem Mitspieler zupassen (= 1 Punkt). Danach muss der Angespielte einen Anspielpunkt in der Ecke ins Spiel bringen (= 2. Punkt), der schließlich zu einem Dritten weiterleitet (= 3. Punkt)
- Schwerpunkt: Diagonale Pässe und Laufwege

Variation

- Aufgabe wie beim Basis-Ablauf
- Wird die Kombination durch ein Zuspiel durch das zentrale Quadrat eingeleitet und das Spiel anschließend in die Ecken verlagert, gibt es einen 4. Extra-Punkt!


Spielform 8: Spielverlagerung und Abschluss
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

Basis-Ablauf

- 5 gegen 5 im ganzen Feld: Sichern des Balles.
- Aufgabe: Aus dem 5 gegen 5 einen Mitspieler in einem der Quadrate anspielen, der den Ball im Tempo aus dem Viereck mitnimmt (= 1 Punkt)
- Danach das Spiel zu einem weiteren Mitspieler in eine Außenzone (= 1 Punkt) oder in die tiefe Zone weiterverlagern (= 2 Punkte)!

Variation

- Aufgabe wie bei beim Basis-Ablauf
- Mit Vergrößern/Verkleinern der Zonen oder Verändern der Punkte-Regelung bestimmte Passfolgen und Aktionsräume hervorheben!

SPIELEND TECHNIKEN LERNEN
MEDIENTIPPS
fussballtraining - Ihr Co-Trainer


12 Ausgaben pro Jahr, davon zwei als Doppelhefte, Jahresabonnement € 46,20 frei Haus, Ausl. € 49,80 (Preisänderungen vorbehalten).



Sie führen **Kinder** mit Ideen und Engagement ans Fußballspielen heran? Sie trainieren und spielen mit **Junioren**, binden sie an die Sportart? Sie wollen mit Ihren **Amateuren** nach oben?

fussballtraining liefert Ihnen in 12 Ausgaben auf über 500 Seiten pro Jahr geballtes Trainer-Know-how.

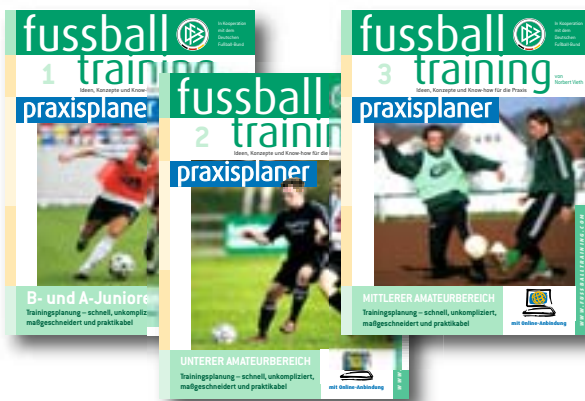
fussballtraining hilft Ihnen beim Planen, Gestalten, Organisieren, Beobachten, Auswerten ...

fussballtraining zeigt Ihnen, wie andere Trainer und Vereine trainieren, fördern, ausbilden.

fussballtraining steht Ihnen zur Seite, bietet Lösungen, wenn's hakt - ein echter Co-Trainer eben!

<http://trainermedien.dfb.de>: Für **fussballtraining**-Abonnenten gibt es hier jeden Monat exklusiv einen weiteren Artikel zum Downloaden sowie Videos und interessante Zusatzangebote.

fussballtraining pocket liegt zweimal jährlich kostenlos den Abo-Exemplaren der DFB-Trainerzeitschrift **fussballtraining** bei. Im handlichen Taschenformat bietet es zu ausgesuchten Themenbereichen weitere Übungs- und Spielformen, die sich direkt auf dem Platz umsetzen lassen.

Broschürenreihe fussballtraining-praxisplaner

Bisher erschienen

Band 1: B- und A-Junioren

Band 2: Unterer Amateurbereich I

Band 3: Mittlerer Amateurbereich I

Band 4: C-Junioren

Band 5: Unterer Amateurbereich II

Band 6: Mittlerer Amateurbereich II

fussballtraining-praxisplaner

Die innovative Broschürenreihe bietet Trainern verschiedener Alters- und Leistungsklassen ein Planungsinstrument für die schnelle und individuelle Trainingsvorbereitung. Mittels genau auf die jeweilige Gruppe zugeschnittener Inhaltsbausteine kann jeder Trainer sich komplette, auf nur einer Organisationsform basierende Trainingseinheiten maßschneidern!



Weitere Informationen unter www.fussballtraining.com

Wollen Sie sich schnell, umfassend, aktuell über das Talentfördersystem informieren?

DFB-NACHWUCHSFÖRDERUNG

DFB-TALENT- UND ELITEFÖRDERUNG JETZT AUCH IM INTERNET



Konzeption



Basisförderung



Talentförderung



Eliteförderung



In dieser neuen Internet-Rubrik auf dfb.de finden Interessierte einen schnellen Überblick über die einzelnen Etappen und Teilbereiche der erfolgreichen Nachwuchsförderung im DFB - angefangen vom Kinderfußball bis hin zu den U-Nationalmannschaften.

Mit Hilfe übersichtlicher Info-Boxen, Animationen, Foto-Shows, Grafiken und vieler Videos sind dabei alle Informationen attraktiv und multimedial aufbereitet.

Damit nicht genug: Detaillierte sportliche Konzeptionen lassen sich als PDF-Broschüren leicht herunterladen, weitere Medien-Tipps runden den Informationsservice ab.

Nicht zuletzt finden sich in der Rubrik „Praxis“ interessante Einblicke in das Training vom Stützpunkt bis hin zu den DFB-Teams - mit vielen Anregungen, Ideen und Praxistipps für das eigene Training!

<http://talente.dfb.de>