

Organisatorische Aufgaben im Training

- Für eine positive Außendarstellung ist es unerlässlich, dass Kabinen so hinterlassen werden wie man sie vorfinden möchte. Der Trainer, der das Gebäude als letzter verlässt, achtet darauf, dass die Fenster geschlossen sind, das Licht aus ist und sperrt ab
- Die Tore müssen nach dem Training wieder aufgeräumt werden
- Trainingsmaterialien sind an den dafür vorgesehenen Plätzen ordentlich und sauber abzustellen. Die Hütte mit Trainingsmaterialien ist beim Verlassen durch den Trainer zu inspizieren und abzuschließen sofern sich keine weitere Mannschaft mehr auf dem Platz befindet
- Auf Sauberkeit in der Kabine sowie den Duschräumen ist zu achten. Schuhe werden nicht in den Duschen gewaschen.
- Die Platz- und Kabineneinteilungen sind zu beachten, ebenfalls ein - soweit möglich – schonender Umgang mit Rasenplätzen (Sprints, ABC Läufe etc. außerhalb des Spielfeldes)

Organisatorische Aufgaben am Spieltag

- Vor jedem Spiel: Tornetze und Spielfeldmarkierungen prüfen, Eckfahnen aufstellen, Auswechselbänke mit „Coaching Zone“ versehen, störende Tore von Seiten- oder Hintertorlinie entfernen
- Einweisung des Schiedsrichters (Kabine, etc.)
- Nach dem Spiel: Eckfahnen wegräumen, „Coaching Zone“ abbauen
- Derjenige Trainer, welcher das Gebäude als letzter verlässt, achtet darauf, dass die Fenster geschlossen sind, das Licht aus ist und sperrt ab.

a. Technische Lernziele

i. Passen

Ein sicheres und flüssiges Kombinationsspiel ist im modernen Fußball der Schlüssel zum erfolgreichen Zusammenspiel. Das beidfüßige, druckvolle und präzise Passspiel ist dafür die technische Grundlage und muss in diesem Altersbereich gezielt trainiert werden.

Innenseitstoß

Der Innenseitstoß ermöglicht das sicherste Abspiel beim Fußball. Durch die große Berührungsfläche zwischen Ball und Fuß lassen sich Pässe sehr präzise ausführen. Der Innseitstoß ermöglicht auch das genaue Anspiel zum Partner aus der Luft.

Bewegungsablauf

- Das Standbein setzt neben dem Ball auf, das Körpergewicht ist auf das Standbein verlagert
- Das Standbein ist leicht gebeugt und die Fußspitze zeigt in die Richtung, in welche der Ball gespielt werden soll
- Mit dem Spielbein locker ausholen und das Bein dabei leicht nach außen drehen (Fußspitze zeigt nach außen)
- Der Ball wird mittig mit der Innenseite des Fußes gespielt
- Das Spielbein muss beim Pass locker durchschwingen
- Fußgelenk des Spielbeins ist fixiert, die Fußspitze leicht angehoben

Häufige Fehler

- Standbein setzt nicht neben dem Ball auf
- Die Trefferfläche ist nicht mittig im Fuß
- Das Spielbein schwingt nicht durch
- Fußgelenk des Spielbein ist nicht fixiert
- Übersteiger



- Aus dem Vorwärtsdribbling einen Ausfallschritt nach außen über den Ball machen, dass Körpergewicht auf dieses Bein verlagern. Dabei einen tiefen Körperschwerpunkt leicht nach vorne gelehnt. Anschließend mit der Außenseite des anderen Fußes dynamisch in Gegenrichtung wegdribbeln und mit einer Anschlussaktion beenden.