



# TRAININGSVORSCHLÄGE KINDERFUSSBALL

# VORBEMERKUNGEN

Die in diesem Skript vorgeschlagenen Trainingsformen sind durch den gemeinsamen Austausch und die Mitarbeit verschiedener Jugend- und Erwachsenentrainer\*innen entstanden, denen an dieser Stelle ein riesiger Dank gilt. Sie folgen dabei alle einem einheitlichen Prinzip: Der Formulierung eines Handlungsziels (z. B. „Schaffe etwas...“, dann darfst Du Dich belohnen – z. B. Tore erzielen“). Alle Trainingsformen orientieren sich an den durch den DFB vorgeschlagenen neuen DFB-Kinderspielformaten in Bezug auf die Feld- und Mannschaftsgrößen.

Im Fokus steht die Handlungsorientierung für die Spieler\*innen. Jede Trainingsform kann entsprechend abgewandelt werden, sodass sie etwas einfacher oder noch herausfordernder gestellt werden kann. Ziel ist es, dass die in diesem Skript vorgeschlagenen Trainingsformen als Inspiration dienen. Sie können aber auch 1:1 zur Anwendung kommen. **Den jeweiligen Variationen sind dabei – wie den Spielen selbst – keine Grenzen gesetzt.**

Der Aufbau in diesem Skript folgt dabei häufig dem gleichen Muster: Nach der Erklärung des Aufbaus werden Ideen zur Einführung / zum Warm-Up und für Wettbewerbe innerhalb des Trainingsaufbaus gegeben. Anschließend werden Spielformen vorgeschlagen. Dies geschieht in dem Verständnis, dass Spielformen ein wichtiger Teil jeder Trainingseinheit sein sollten, und nicht erst im Abschlussspiel, sondern gerne bereits **vorher gespielt** werden darf. Die Spielregeln sollten langsam gesteigert werden – von der Spielform mit einer oder zwei Regeln bis hin zum komplexen Multispiel. Einige der vorgeschlagenen Trainingsformen sind durchaus „hütchenlastig“. Hier besteht die Möglichkeit, Dinge zu reduzieren, alternative Markierungen zu finden oder aber durch eine Verabredung mit mehreren Teams aus dem gleichen Verein ein großes Trainingsevent zu organisieren.

Wie bei allen Neuerungen im Leben ist auch hierbei der Mut jedes einzelnen Coaches gefragt, der Mut etwas Neues auszuprobieren und zu entdecken – den auch unsere Mannschaft in ihrem Entwicklungsprozess benötigt.

Wir wünschen viel Spaß beim Ausprobieren der Trainingsformen!



# DANKKE!



# VORWORT DES PRÄSIDENTEN

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

der Fußball spielt für uns alle eine besondere Rolle. Es werden in dieser Mannschaftssportart viele Werte und Normen vermittelt und aufrechterhalten. Um nicht mehr oder weniger geht es bei dem Thema, wenn Kinder gemeinsam Fußball spielen.

Dabei steht nicht nur das Erlernen von Regeln, das Erfahren von Erfolgen aber auch von Misserfolgen oder eine Platzierung am Ende einer Saison für das Thema „Kinderfußball“.

Der Hamburger Fußball-Verband möchte mit den hier vorgestellten Inhalten Veränderungen erreichen. Dabei steht vor allem die Freude am Fußballspiel in Vordergrund. Sicherlich wollen wir alle zusammen leistungsorientiert Ziele erreichen. Dennoch ist eine wesentliche Erkenntnis, dass der Fokus in den vergangenen Jahren vielleicht zu sehr auf den reinen Leistungsmannschaften gelegen hat.

Der Kinderfußball soll zukünftig viel weitreichender sein. Er soll wieder mehr Mädchen und Jungs erreichen, die Fußball spielen wollen. Selbstverständlich wollen wir weiterhin Talente entdecken und fördern. Darüber hinaus soll der Spaß am Fußball und eine Spielmöglichkeit für alle Kinder in den Mannschaften in den jungen Altersklassen verstärkt in den Vordergrund gestellt werden.

Daher danke ich unserem Verbandssportslehrer Tim Stegmann und den vielen Trainerinnen und Trainern und allen Mitarbeitenden des HFV für diese großartige Zusammenstellung von verschiedenen Trainingsformen. Diesen Dank verbinde ich zugleich mit einer Bitte: Der Fußball lebt von dem ehrenamtlichen Engagement der Vereinsmitglieder. Bitte tragen Sie diesen Bedarf weiter. Der Kinderfußball kann wie oben beschrieben nur funktionieren, wenn sich ehrenamtliche Personen engagieren; als Trainerin oder Trainer, als Betreuerin oder Betreuerin oder als Schiedsrichterin oder Schiedsrichter. Der Kinderfußball kann sich so wie nachfolgend nachhaltig beschrieben positiv verändern, wenn sich das Engagement der begleitenden Personen ebenso weiterentwickelt.

Vergessen Sie bitte bei der Umsetzung der sehr wertvollen Hinweise aus dieser Broschüre nicht: Mädchen und Jungs sollen Spaß am Fußball spielen haben. Alle Kinder sollen Spaß haben; nicht nur die vermeintlich guten.

*Christian Okun*  
Präsident Hamburger Fußball-Verband

Ganzheitlich Fördern  
Erfolgslebnisse ermöglichen  
Vielseitige Bewegungsschulung

Viele Aktionen  
Selbstentfaltung

Verschiedene Bälle  
Ideenvielfalt und Spielfreude  
Viele Aktionen für Jede\*n

# BAMBINI – DRIBBLING

## FÜHRE UND TREIBE DEN BALL WOHIN DU WILLST

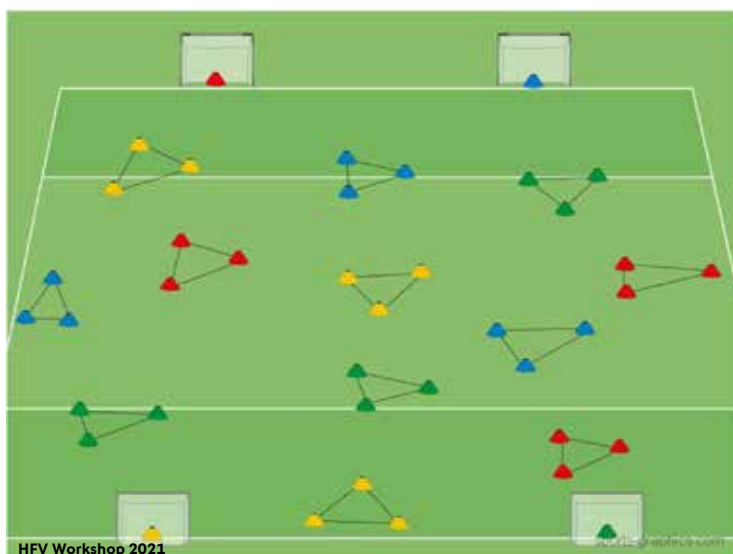
Spielerisches Kennenlernen  
Ausprobieren  
Kleine Gruppen

Ausgeprägte Fantasie  
Neugier nutzen

Freude am Spiel  
Begeisterung für das Spiel

BAMBINI – SCHWERPUNKT: DRIBBELN & VERWERTEN

## „ANGRIFF DER PIRATEN“



### Aufbau:

- Feld mit vier Minitoren (farbig markiert) aufbauen
- Im Spielfeld Dreiecke unterschiedlicher Farbe platzieren
- Spieler\*innenanzahl beliebig
  - Weniger Verteidiger\*innen als Angreifer\*innen
  - Bei vielen Spieler\*innen darauf achten, dass maximal im 3v3 pro Spiel gespielt wird

Eine Idee von: Kim Falter (Hamburger SV), Jan Günther (Altona 93) & Niklas Lüdemann (SV Bönrsen)

# „ANGRIFF DER PIRATEN“



Eine Idee von: Kim Falter (Hamburger SV), Jan Günther (Altona 93) & Niklas Lüdemann (SV Börnsen)

## Erwärmung:

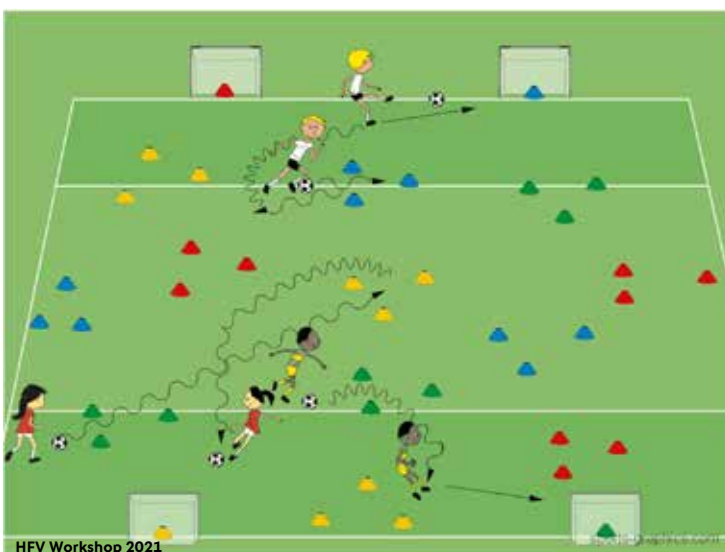
### • Fangspiel:

- „Die Piraten greifen an!“
- Wirst Du getickt, dann stelle Dich in ein Dreieck (Gefängnisinsel)
- Befreie die Gefangenen, indem Du sie abklatscht

### • Erweiterung:

- Gleiches Spiel, nur mit Ball am Fuß
- Befreie durch ein Dribbling zum Dreieck und einen Pass durch die Beine des Gefangenen

# „ANGRIFF DER PIRATEN“



Eine Idee von: Kim Falter (Hamburger SV), Jan Günther (Altona 93) & Niklas Lüdemann (SV Börnsen)

## Hinführung:

- Dreiecke nun Inseln, die es zu erobern gilt
- Jede\*r Spieler\*in mit Ball
- Durchdribble ein Dreieck und finde dann ein Minitor zur Verwertung

### • Erweiterung (mit Blick auf F-/E-Junior\*innen):

- Anzahl Dreiecke verändern
- Dreieck als Aktionsraum (rumdribbeln, rein und raus, abkappen usw.)
- Farbe Dreieck = Farbe Zieltor

## „ANGRIFF DER PIRATEN“



Eine Idee von: Kim Falter (Hamburger SV), Jan Günther (Altona 93) & Niklas Lüdemann (SV Börnsen)

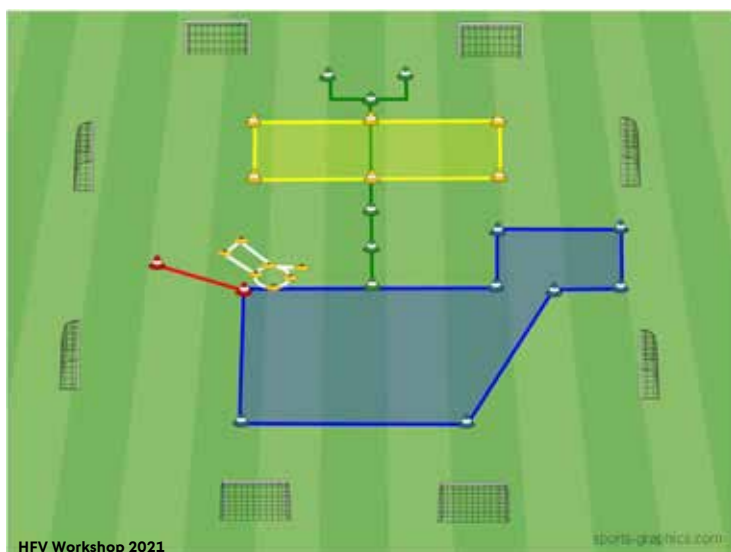
### Spielform:

- Dreiecke sind Inseln – Tore unser Zielhafen
- Verhältnis Verteidiger\*in / Angreifer\*in 1:3
- In drei Minuten maximal viele Tore erzielen
- Torschuss erst nach einer Aktion mit einem Dreieck möglich

### Erweiterung (mit Blick auf F-/E-Junior\*innen):

- Anzahl Dreiecke erhöhen
- Dreieck Farbkombinationen vorgeben
- Farbe Dreieck = Farbe Zieltor

## „EROBERE DAS PIRATENSCHIFF“



Eine Idee von: Nico Briese (SV Glashütte), Tim Stegmann (Hamburger FV) & Frederik Peters (Altona 93)

### Aufbau:

- Kreiere mit Hütchen und Plättchen eine Spielfläche in Form eines Schiffes
- Du kannst für die Segel oder den Schiffsrumpf auch unterschiedliche Hütchen verwenden – dies kann beim Erkennen der Zonen hilfreich sein
- Ergänze das Spielfeld wie abgebildet mit acht Mini- oder Hütchentoren





Ganzheitlich Fördern

Verschiedene Bälle

Viele Aktionen

Erfolgslebnisse ermöglichen

Selbstentfaltung

Viele Aktionen für Jede\*n

Vielseitige Bewegungsschulung

## BAMBINI – PASSSPIEL

### MITTE FUSS TRIFFT MITTE BALL

Freude am Spiel

Spielerisches Kennenlernen

Ausgeprägte Fantasie

Ideenvielfalt und Spielfreude

Ausprobieren

Kleine Gruppen

Neugier nutzen

Begeisterung für das Spiel

BAMBINI – SCHWERPUNKT: PASSSPIEL

## „PASS-SAFARI“



### Aufbau:

- Vier Minitore aufstellen
- Im Zentrum mit Kisten oder Minitoren drei Muscheln aufbauen (die Minitore auf den Rücken legen, sodass eine „Tormuschel“ entsteht)
- Im Feld weitere Tore durch Hütchen markieren und Bänke oder ähnliches hinlegen.
- Minitore und Muscheln farbig markieren
- Spieler\*innenanzahl beliebig – Teams im 2v2 / 3v3

Eine Idee von: Finn Oesert (FC St. Pauli), Maurice Boughal & Lars Dykmann (Hamburger FV)

# „PASS-SAFARI“



Eine Idee von: Finn Oesert (FC St. Pauli), Maurice Boughal & Lars Dykmann (Hamburger FV)



14

## Eingewöhnung / Warm-Up:

- Der\*die Trainer\*in an der Spitze einer Polonaise zeigt den Kindern im Lauf spielerisch die verschiedenen Elemente der Pass-Safari.
- Die Polonaise kann den Spielern\*innen dabei schon als „Schlange der Safari“ angekündigt werden.
- Während sich in der Safari sowohl Krokodile (die Bänke) als auch andere Hindernisse (Täler = Hütchen) finden lassen, die es zu überwinden gilt, wird das Zentrum der Safari durch drei Schatzkisten gekennzeichnet.
- Die Spieler\*innen entdecken einzeln oder als Gruppe das Spielfeld.

# „PASS-SAFARI“



Eine Idee von: Finn Oesert (FC St. Pauli), Maurice Boughal & Lars Dykmann (Hamburger FV)

## Hinführung:

- Es werden 2er-Teams gebildet, pro Team ein Ball
- Mit dem Ball in der Hand finden sich die Teammitglieder bei einem Hütchentor und klatschen ab.
- Es folgt ein Wurf-Pass durch das Hütchentor, um im Anschluss gemeinsam den Ball in einer Schatzkiste zu verwahren. (Mit Ball in der Hand darf gelaufen werden. Level 2: Nur drei Schritte erlauben).
- Möglicher Wettbewerb:
  - Drei Teams bilden (Rot/Blau/ Grün)
  - Limitierte Anzahl an Bällen in der Safari verteilen
  - Wer verwahrt am meisten Bälle in seiner Schatzkiste?
- Wichtig: keine Kopfbälle!
- Unterschiedliche Bälle benutzen!

## „PASS-SAFARI“

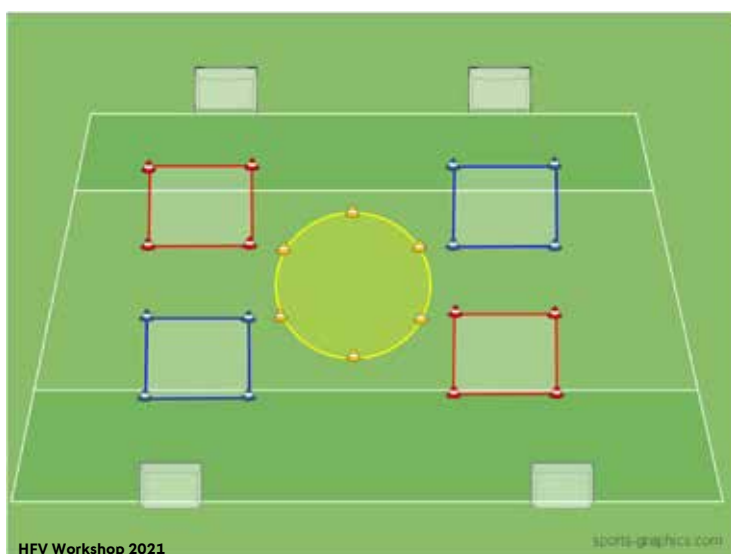


### Hauptteil:

- Es werden neue 2er-Teams gebildet
- Zu zweit gemeinsam Hütchentore und Bänke (Krokodile) bespielen
- Nach drei Aktionen darf auf die Minitore verwertet werden
- Varianten:
  - Minitore dürfen früher bespielt werden
  - Es müssen unterschiedliche Farben kombiniert werden
  - Nie den gleichen Weg zweimal wählen
- Möglicher Wettbewerb:
  - Drei Teams bilden (Rot/Blau/ Grün)
  - Zwei Hütchentore bespielen, dann den Ball in die eigene Schatzkiste werfen (weitere Variante: Ins eigene Minitor werfen)
  - Welches Team ist gemeinsam am schnellsten?
- Safari-Erweiterungen:
  - Beim Abklatschen sollen die Kinder Tierlaute nachmachen
  - Torjubel wie ein Tier deiner Wahl

Eine Idee von: Finn Oesert (FC St. Pauli), Maurice Boughal & Lars Dykmann (Hamburger FV)

## „RETTE TINKERBELL / MARIO“

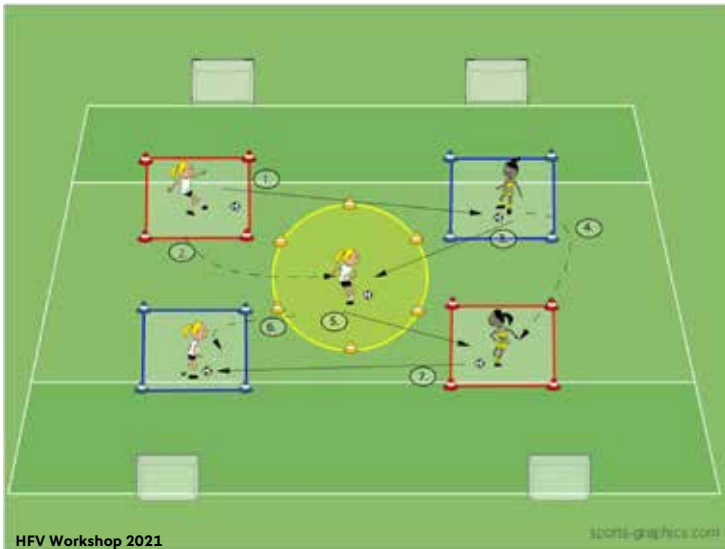


### Aufbau:

- Vier Minitore aufstellen
- Im Zentrum der Spielfläche einen Kreis mit angrenzenden Vierecken (z.B. mit Hütchen und Plättchen) aufbauen
- 2er-Teams

Eine Idee von: Indre Berendes (Düneberger SV), Davide Pedroso Bussu (SC Victoria Hamburg) & Stella Berendes (SC Vier- und Marschlande)

## „RETTE TINKERBELL / MARIO“



### Wettkampf:

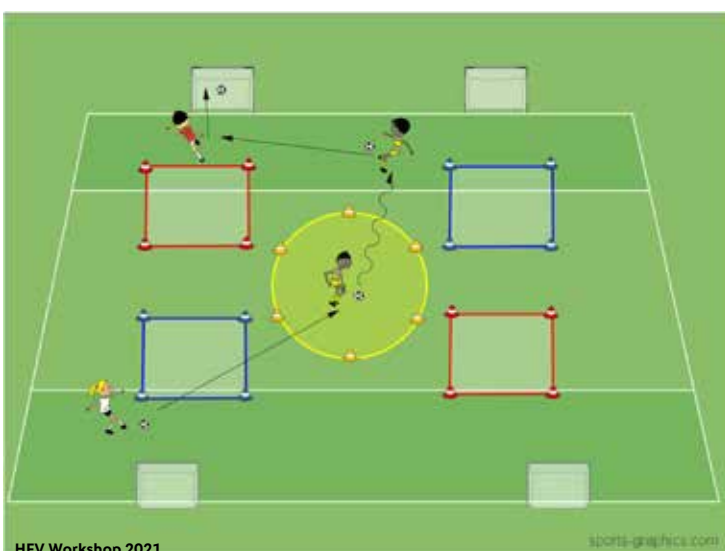
- 2er-Teams
- Alle Felder müssen bespielt werden (reinpassen, annehmen, ins nächste Feld passen)
- Welches Team ist am schnellsten?

### Varianten:

- Beide Füße benutzen
- Überpasse zwei Linien
  - Gerader Passweg: 3 Pkt.
  - Diagonaler Passweg: 5 Pkt.
- Wer zuerst 10 (oder X) Punkte hat, bekommt Feenstaub. Mit dem Feenstaub fliegt man ins Schiff / in die Festung von Captain Hook / Bowser → Man darf auf die Tore schießen

Eine Idee von: Indre Berendes (Düneberger SV), Davide Pedroso Bussu (SC Victoria Hamburg) & Stella Berendes (SC Vier- und Marschlande)

## „RETTE TINKERBELL / MARIO“



### Spielform:

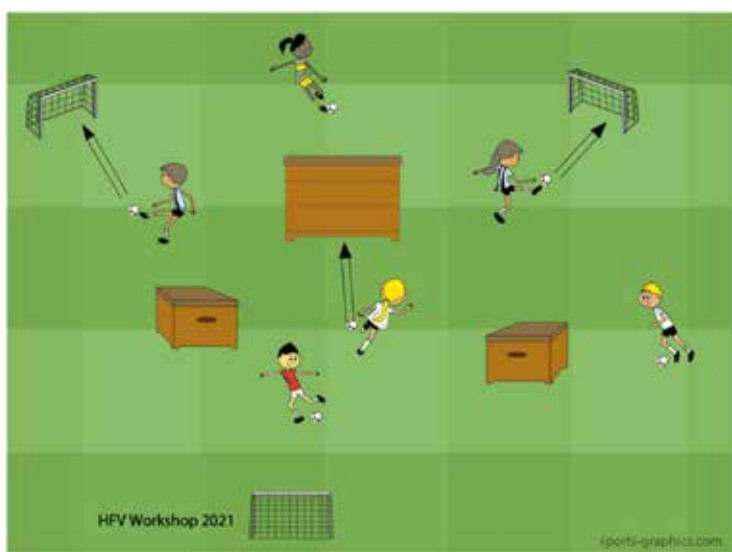
- 3v3 + 1 (Tinkerbell / Mario)
- Eine\*n neutrale\*n Spieler\*in als Tinkerbell / Mario im Kreis platzieren
- Team, welches zuerst einen Zwei-Linien-Pass schafft, befreit Tinkerbell / Mario und spielt nun im 4v3

Eine Idee von: Indre Berendes (Düneberger SV), Davide Pedroso Bussu (SC Victoria Hamburg) & Stella Berendes (SC Vier- und Marschlande)



BAMBINI / G-JUNIOR\*INNEN – SCHWERPUNKT: TORSCHUSS

## „SUPER MARIO SAMMELT MÜNZEN“

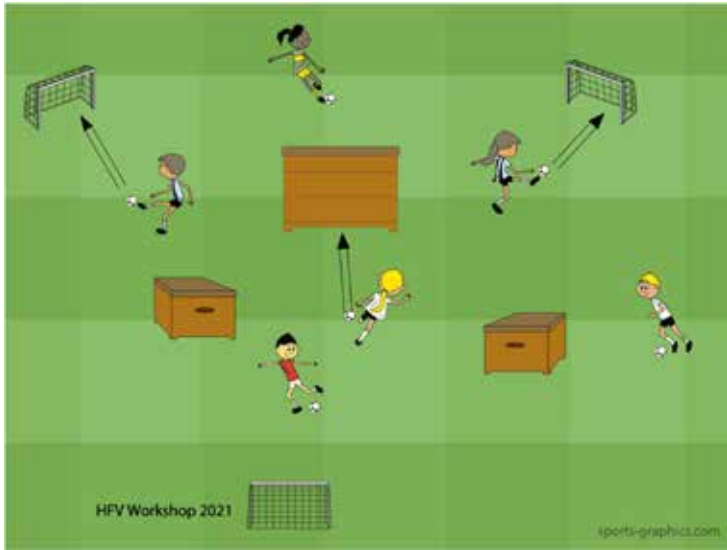


### Aufbau:

- Vier Minitore im Dreieck aufstellen
- Im Feld weitere Ziele (z. B. Kästen, Bänke, Hütchen, Flaschen, o. ä.) aufbauen
- Spieler\*innenanzahl beliebig – Teams im 2v2 / 3v3

Eine Idee von: Stella Berendes (SC Vier- und Marschlande), Indre Berendes (Düneberger SV) & Robin Janowsky (Hamburger FV)

# „SUPER MARIO SAMMELT MÜNZEN“



Eine Idee von: Stella Berendes (SC Vier- und Marschlande), Indre Berendes (Düneberger SV) & Robin Janowsky (Hamburger FV)

## Hinführung:

- Jedes Kind einen Ball. Dribbling im Feld. Schießen rechts / links auf Kästen und Minitore. Wer sammelt am meisten Münzen (Abschlüsse)?
- In 2er- / 3er-Gruppen: Wer schafft zuerst vier verschiedene Ziele? Wer schafft zuerst zwei Kästen und ein Minitor? (Als Wettbewerb)

## Spielform:

- Im 2v2 / 3v3 auf alle Ziele
- Level 2: Zwei Spiele gleichzeitig (Chaosform) denkbar.

## Varianten:

- Vor dem Torschuss um einen Kasten laufen
- Extrapunkt für einen Doppelpass



# Notizen

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

# Notizen

A series of horizontal dotted lines for taking notes.



