



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

Geschicklichkeit und Schnelligkeit am und mit Ball

Viele Spielaktionen für alle

Wetteifern

Feines, gezieltes Technikcoaching

Variantenreiche Bewegungen

WETZEN

E-JUNIOR*INNEN – DRIBBLING

UMSPIELE HÜTCHEN, ZONEN ODER GEGNER*INNEN

Individualität fördern

Siegen und Verlieren lernen

Bewegungs- und Spielfreude

Beidfüßigkeit

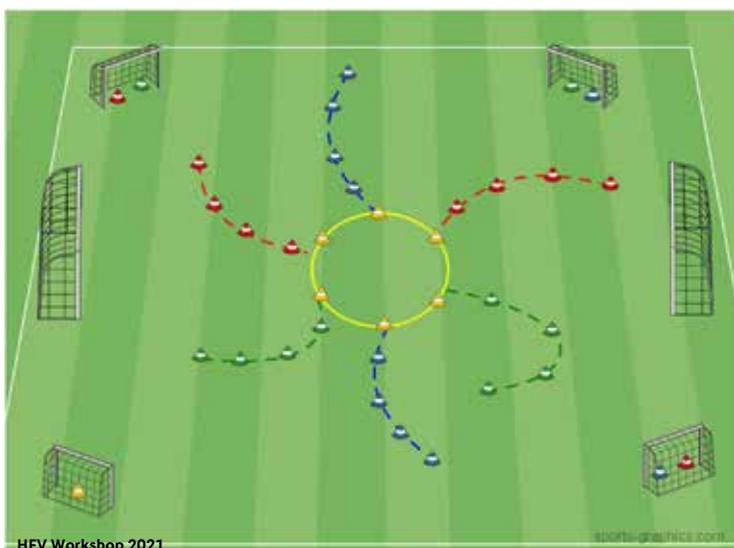
Stärken stärken

Anwenden von Technik

Zocken mit der Kugel

E-JUNIOR*INNEN – SCHWERPUNKT: DRIBBLING

„DER REGENBOGEN-RITT“



Aufbau:

- Zwei Jugendtore und vier Minitorer wie abgebildet aufbauen
- Im Zentrum der Spielfläche einen Kreis mit angrenzenden Bögen platzieren (z. B. mit Hütchen und Plättchen)

HFV Workshop 2021

SPORTS-GRAFFICS.COM

Eine Idee von: Federico de la Gama (SC Victoria Hamburg) & Robin Janowsky (Hamburger FV)

„DER REGENBOGEN-RITT“



Eine Idee von: Federico de la Gama (SC Victoria Hamburg) & Robin Janowsky (Hamburger FV)

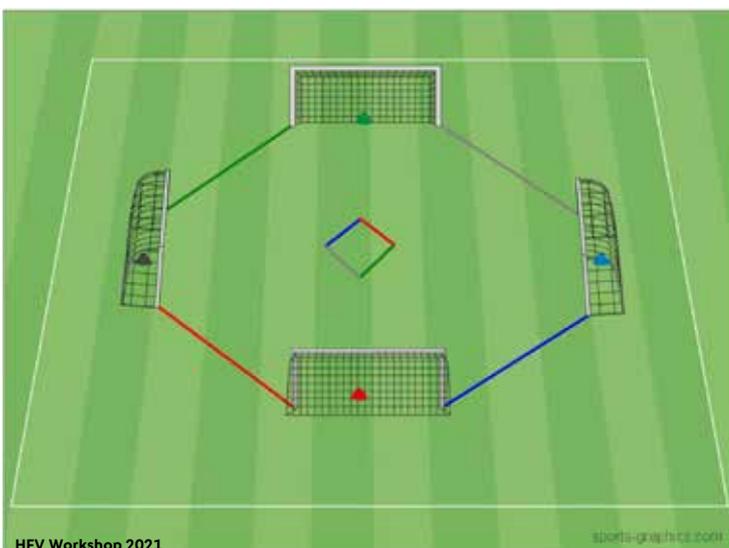
Spielform:

- 3v3 / 4v4 + Torhüter*innen
- Dribbling über einen Bogen öffnet farblich entsprechendes Minitor
- Dribbling über den Schatz des Regenbogens (Kreis im Zentrum) öffnet alle Tore

Zocker-Variante:

- Dribblings über das Zentrum (3 Pkt.) und Bögen (1 Pkt.) werden bei Torerfolg aufaddiert
- Bei Ballverlust oder Fehlschuss gehen die Punkte verloren

„DIE BUNTE BURG“

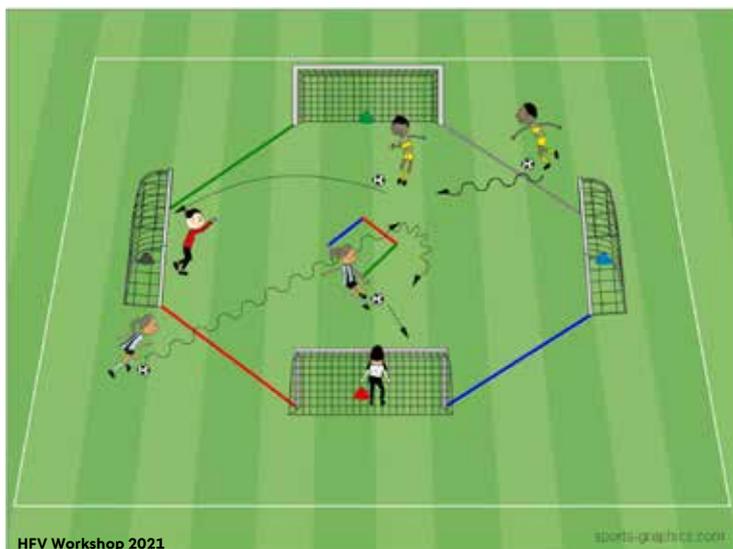


Eine Idee von: Anoush Faghir Afghani (SV Börnsen), Özden Kocadal (HEBC) & Maurice Boughal

Aufbau:

- Vier Jugendtore (farblich markiert) wie abgebildet aufbauen und mit bunten Linien (z. B. Plättchen) verbinden
- Im Zentrum eine bunte Raute markieren
- Die Linien zwischen den Toren bilden keine Feldbegrenzung. Auch außerhalb darf gespielt werden
- Gedacht im 3v3 / 4v4

„DIE BUNTE BURG“



HFV Workshop 2021

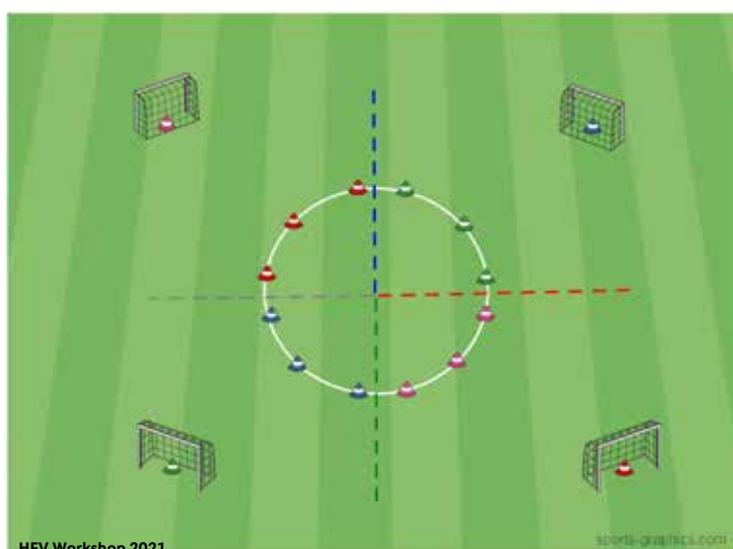
sports-graphics.com

Eine Idee von: Anoush Faghir Afghani (SV Börnsen), Özden Kocadal (HEBC) & Maurice Boughal

Spielform (3v3 / 4v4):

1. Dribbling über Linie öffnet entsprechend farbiges Tor
2. Dribbling über Linie schließt entsprechend farbiges Tor und öffnet alle anderen
3. Dribbling über äußere Linie öffnet beide farbigen Tore, die gegenüber liegen
4. Dribbling durch die Raute öffnet alle Tore
5. Verbinde ich mit meinem Dribbling die äußeren und inneren Linien, zählt mein Tor doppelt.
Königsweg → Verbinde gleiche Farben (Innen & Außen) und treffe in entsprechendes Tor!

„ELEGANZ IM FADENKREUZ“



HFV Workshop 2021

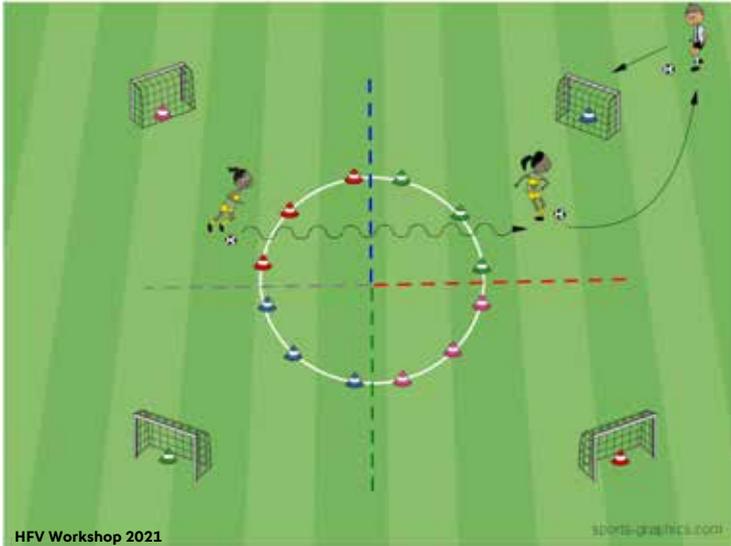
sports-graphics.com

Eine Idee von: Maurice Boughal & Davide Pedrosa Bussu (SC Victoria Hamburg)

Aufbau:

- Vier Minitore (farblich markieren) wie abgebildet aufbauen
- Im Zentrum der Spielfläche einen Kreis platzieren, welcher mit Linien (Plättchen) durchschnitten wird
- Linien und Kreisabschnitte ebenfalls mit unterschiedlichen Farben versehen

„ELEGANZ IM FADENKREUZ“



Eine Idee von: Maurice Boughal & Davide Pedroso Bussu (SC Victoria Hamburg)

Erwärmung:

- Jedes Kind mit Ball
- Freies Dribbling
- Feld kennenlernen
- Beidfüßigkeit fördern (Farbiges Hütchentor an Fuß koppeln, z. B. durch rot mit rechts, durch grün mit links, etc.)

Spielform:

- Maximal im 5v5. Auch mit neutralen Spieler*innen denkbar
- Überdribbele 2/3 Linien → Alle Tore auf

Variante:

- Letzte Linie, die überdribbelt wurde, öffnet nur oder schließt entsprechend farbiges Tor
- Farben mit unterschiedlichen Punkten bewerten. Wer erreicht zu erst genau Punktzahl „XY“ ?

Viele Spielaktionen für alle

Geschicklichkeit und Schnelligkeit am und mit Ball

Wetteifern

Feines, gezieltes Technikcoaching

WETZEN

Variantenreiche Bewegungen

E-JUNIOR*INNEN – PASSSPIEL

FLACH MIT BEIDEN FÜSSEN ÜBER UNTERSCHIEDLICHE DISTANZEN

Individualität fördern

Beidfüßigkeit

Siegen und Verlieren lernen

Bewegungs- und Spielfreude

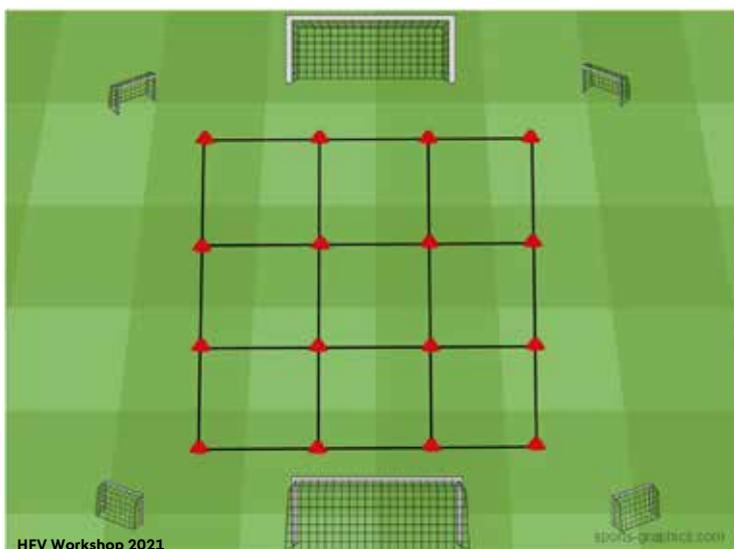
Anwenden von Technik

Zocken mit der Kugel

Stärken stärken

E- / D-JUNIOR*INNEN – SCHWERPUNKT: PASSSPIEL

„PASS-SPEKTAKEL“

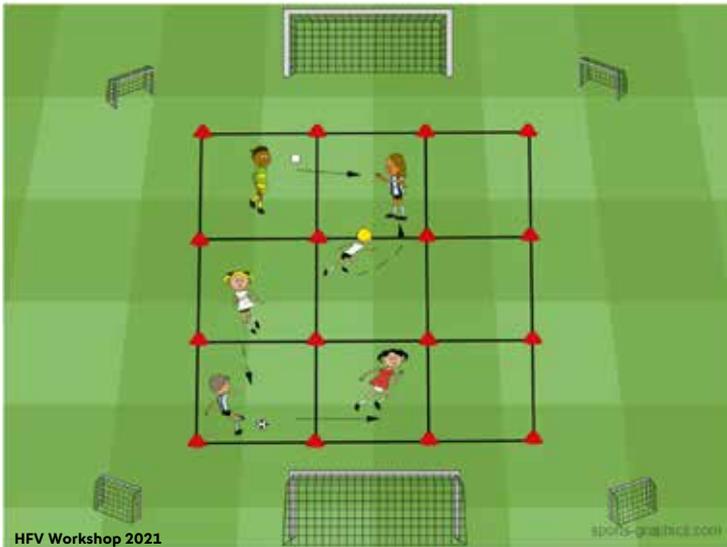


Aufbau:

- Zwei Jugendtore und vier Minitore wie abgebildet aufbauen
- Im Zentrum der Spielfläche ein 9er-Feld errichten (z. B. mit Hütchen)

Eine Idee von: Kim Falter (Hamburger SV), Özden Kocadal (HEBC) & Niklas Lüdemann (SV Börnsen)

„PASS-SPEKTAKEL“



Eine Idee von: Kim Falter (Hamburger SV), Özden Kocadal (HEBC) & Niklas Lüdemann (SV Börnsen)

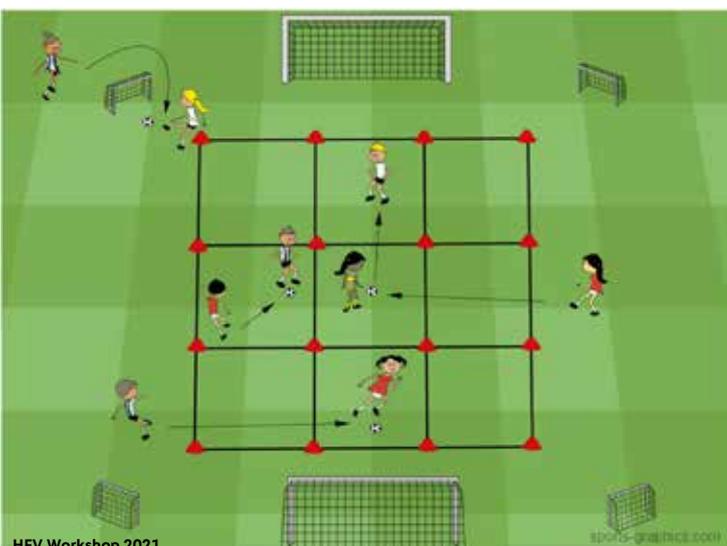
Erwärmung:

- Fangspiel: Je nach Anzahl der Kinder mit 1 – 4 Bällen agieren. Gerne unterschiedliche Bälle benutzen. Der Kreativität des Coaches sind beim Fangspiel keine Grenzen gesetzt (Brückenticken, Kettenfangen, etc.); ebenso beim Befreien (unter der „Brücke“ durchschlüpfen,...):
 - Wer einen Ball hat, darf nicht gefangen werden
 - Pässe werden mit der Hand geworfen
 - Kein Pass im gleichen Feld

Erweiterung:

- Gleiches Spielprinzip, nur mit dem Ball am Fuß

„PASS-SPEKTAKEL“

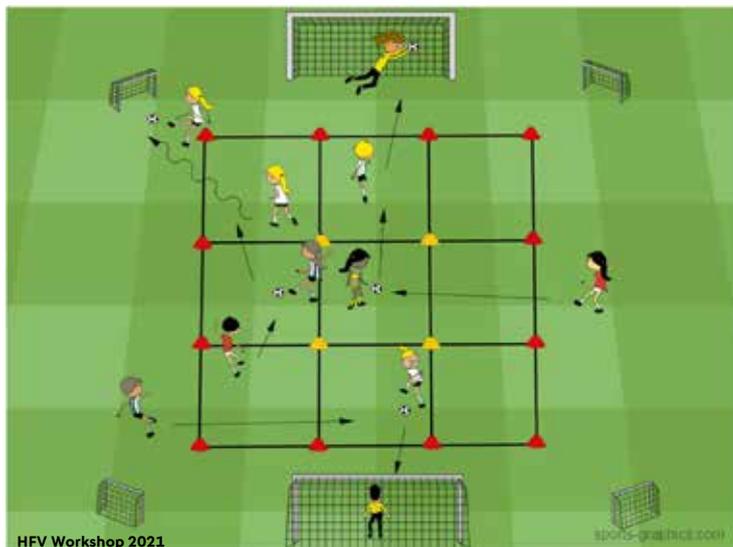


Eine Idee von: Kim Falter (Hamburger SV), Özden Kocadal (HEBC) & Niklas Lüdemann (SV Börnsen)

Hinführung:

- Bildung von 3er-Teams
 - Es folgen unterschiedliche Aufgaben. Welches Team ist am schnellsten?
 - Spiele in jeder Zone drei Pässe
 - Durchpasse jede Zone vollständig
 - Abwechselnd überspielen und in einer benachbarten Zone anspielen
- Nach der Aufgabe über ein Minitor lupfen und volley abschließen

„PASS-SPEKTAKEL“



Spielform:

- 4v4 / 5v5
- Ziel: Tore über bespielte Zonen öffnen (Passen)
 - Zwei bespielte Zonen öffnen alle Minitore
 - Kompletzt überspielte Zone öffnet die Jugendtore
 - Goldene Zone im Zentrum öffnet alle Tore

Eine Idee von: Kim Falter (Hamburger SV), Özden Kocadal (HEBC) & Niklas Lüdemann (SV Börnsen)

„BLOCK-PARTY“



Aufbau:

- Zwei Jugendtore und vier Minitore wie abgebildet aufstellen
- Im Spielfeld mit Hilfe von Hütchen (ggf. mehrfarbig) neun Quadrate platzieren
- Spieler*innenanzahl: Teams im 3v3 / 4v4 + Torhüter*innen

Eine Idee von: Jan Günther (Altona 93), Frederik Peters (Altona 93), Henning Lüdemann (SV Börnsen) & Magdalena Schiefer (Hamburger FV)

„BLOCK-PARTY“



Eine Idee von: Jan Günther (Altona 93), Frederik Peters (Altona 93), Henning Lüdemann (SV Börnsen) & Magdalena Schiefer (Hamburger FV)

Spielform:

- Einteilung von zwei Teams
- Feste Spielrichtung auf die Minitore
- Ein Pass durch ein Quadrat öffnet gegnerische Minitore (1 Pkt.)
- Verbindet ein Pass zwei Quadrate, öffnen sich beide Jugendtore (3. Pkt)

Variation:

- Keine feste Spielrichtung. Torhüter*innen sind neutral. Öffnen diese mit einem Pass ein Tor, zählt dieses doppelt.

„BLOCK-PARTY“



Eine Idee von: Jan Günther (Altona 93), Frederik Peters (Altona 93), Henning Lüdemann (SV Börnsen) & Magdalena Schiefer (Hamburger FV)

Varianten:

- Einen Fernsehturm (Kreis) anstelle des Quadrates ins Zentrum
- Kombinierte Blöcke dürfen nicht nebeneinander liegen
- Balldepot errichten: Nach einer erfolgreichen Verwertung auf ein Minitor, darf ein Ball aus dem Depot erjagt werden und es erfolgt ein Abschluss auf die großen Tore.
- Erfolgreiches Bespielen des Fernsehturms im Zentrum öffnet alle Tore.
- Quadrate vor der eigenen Minitorreihe können nicht zum Öffnen bespielt werden.
- Blocksperrung: Bestimmte Felder werden temporär durch den*die Trainer*in gesperrt.
- Bestimmte Passanzahl innerhalb eines Teams öffnet alle Tore. Tore auf die Jugendtore zählen doppelt.

Viele Spielaktionen für alle

Geschicklichkeit und Schnelligkeit am und mit Ball

Feines, gezieltes Technikcoaching

Wetteifern

Variantenreiche Bewegungen

Beidfüßigkeit

WETZEN

E-JUNIOR*INNEN – TORSCHUSS

SCHNEIDE DEN BALL AN ODER TRIFF IHN MIT DEINEM VOLLSPANN

Individualität fördern

Bewegungs- und Spielfreude

Siegen und Verlieren lernen

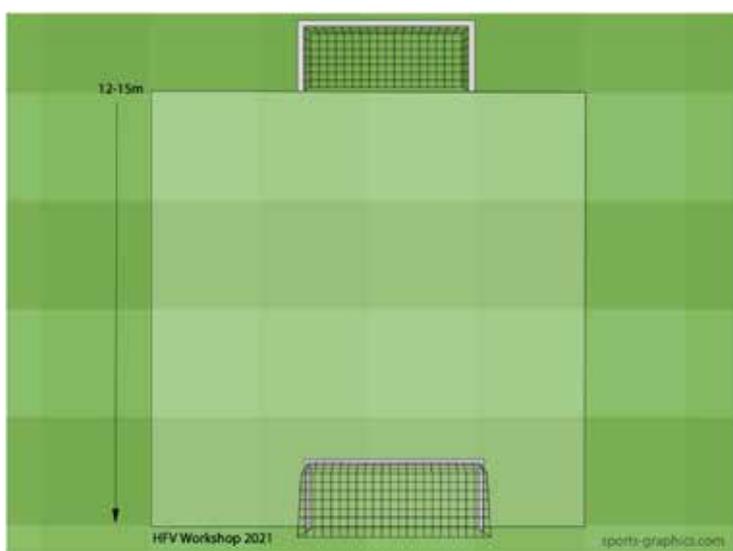
Stärken stärken

Anwenden von Technik

Zocken mit der Kugel

E-JUNIOR*INNEN – SCHWERPUNKT: TORSCHUSS

„POWERPLAY“

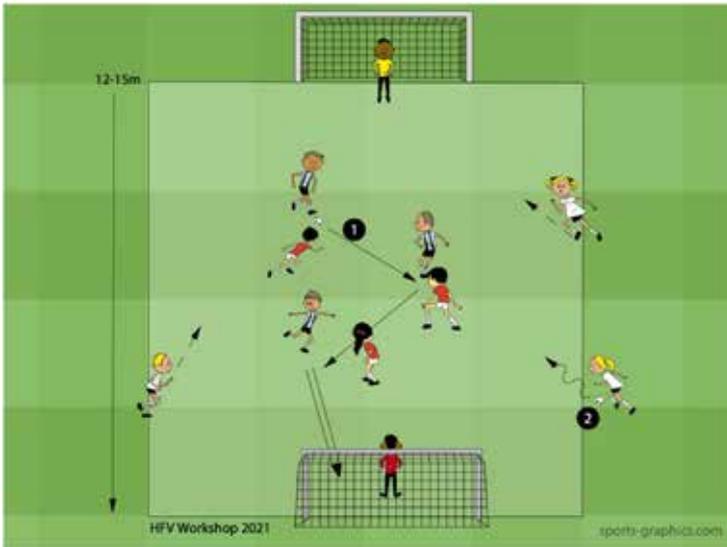


Aufbau:

- Zwei Jugendtore im Abstand zwischen 12 bis 15 m einander gegenüber stellen; das Feld nicht zu breit markieren (ca. 10 m Breite)
- Für eine weitere Akzentuierung von Flächen wäre die Verwendung geometrischer Formen möglich, jedoch für die Umsetzung des Spielziels nicht zwingend.
- Alle Bälle in den Toren bzw. um das Feld herum verteilen
- Spieler*innenanzahl: 9 oder 12 Spieler*innen + 2 x Torhüter*innen

Eine Idee von: Nico Briese (Glashütter SV), Federico de la Gama (SC Victoria Hamburg) & Tim Stegmann (Hamburger FV)

„POWERPLAY“

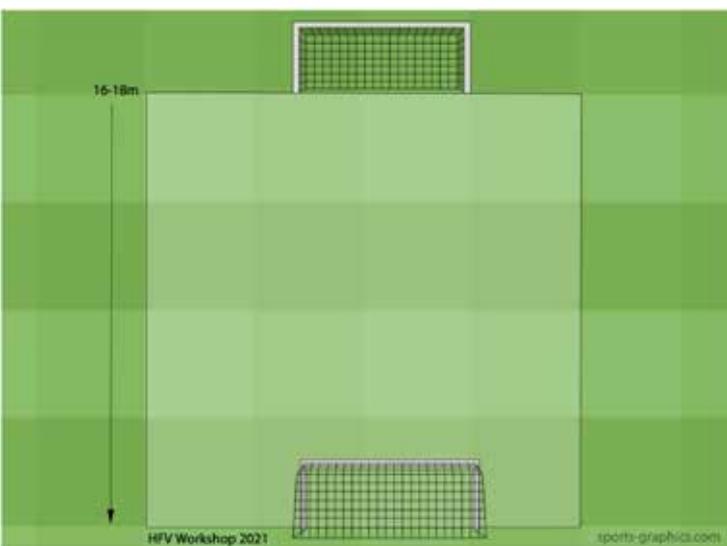


Eine Idee von: Nico Briese (Glashütter SV), Federico de la Gama (SC Victoria Hamburg) & Tim Stegmann (Hamburger FV)

Spielform:

- Torhüter*innen auf die Tore verteilen
- Spiel im 3v3
- Fällt ein Tor (1), geht die Mannschaft, die das Tor kassiert hat, aus dem Feld heraus (in diesem Fall die rote Mannschaft).
- Eine dritte Mannschaft (in diesem Fall weiß) kommt mit Ball ins Feld und attackiert sofort das Tor von Blau.
- Rot schnappt sich einen Ball und ist bereit, wieder ins Feld einzusteigen.
- Falls kein Tor fällt: Spätestens nach 60 Sek. wechseln (Trainer*in-Signal)
- Zeit pro Durchgang: 5 bis 8 Minuten

„SCHNELLE ANGRIFFE“



Eine Idee von: Nico Briese (Glashütter SV), Federico de la Gama (SC Victoria Hamburg) & Tim Stegmann (Hamburger FV)

Aufbau:

- Zwei Jugendtore im Abstand zwischen 16 und 18 m einander gegenüber stellen. Das Feld nicht zu breit markieren (ca. 10 bis 12 m Breite).
- Für eine weitere Akzentuierung von Flächen wäre die Verwendung geometrischer Formen möglich, jedoch für die Umsetzung des Spielziels nicht zwingend.
- Alle Bälle in den Toren bzw. neben den Toren platzieren
- Spieler*innenanzahl: 7 Spieler*innen + 2 x Torhüter*innen

„SCHNELLE ANGRIFFE“

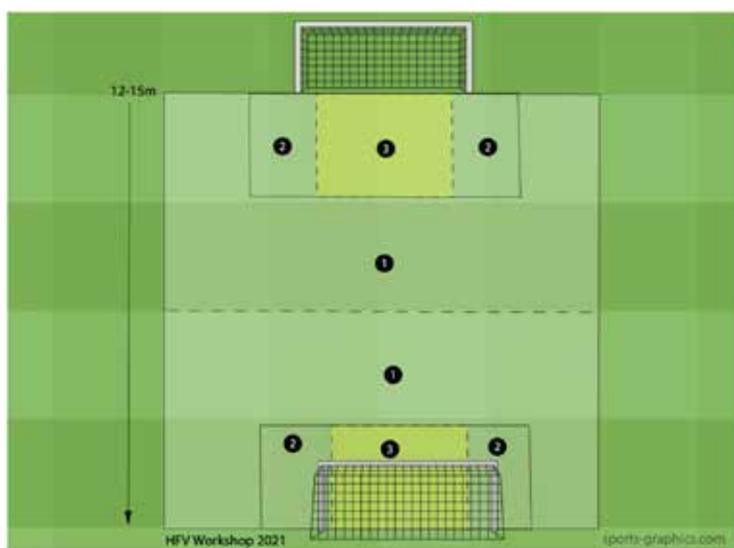


Eine Idee von: Nico Briese (Glashütter SV), Federico de la Gama (SC Victoria Hamburg) & Tim Stegmann (Hamburger FV)

Ablauf:

- Phase 1: Spieler*in in Weiß dribbelt und schießt ab. Mit dem Abschluss beginnt Phase 2.
- Phase 2: Zwei Grün-gelbe Spieler*innen starten mit Ball zum 2v1 ins Feld. Bis zum Tor / Ausball.
- Phase 3: Zwei weiße Spieler*innen starten mit Ball zum 3v2 ins Feld. Bis zum Tor / Ausball.
- Phase 4: Zwei weitere grün-gelbe Spieler*innen starten mit Ball zum 4v3 ins Feld. Spiel bis zum Tor / Ausball.
- Ggf. Phase 5: ein*e weiße*r Spieler*in füllt auf zum 4v4 bis zum Tor / Ausball.

„ZONEN SCHIESSEN“



Eine Idee von: Nico Briese (Glashütter SV), Federico de la Gama (SC Victoria Hamburg) & Tim Stegmann (Hamburger FV)

Aufbau:

- Zwei Jugendtore im Abstand zwischen 12 und 15 m einander gegenüber stellen. Das Feld nicht zu breit markieren (ca. 10 bis 12 m Breite).
- Alle Bälle in den Toren bzw. neben den Toren platzieren
- Spielformat: TW+3v3+TW oder TW+4v4+TW

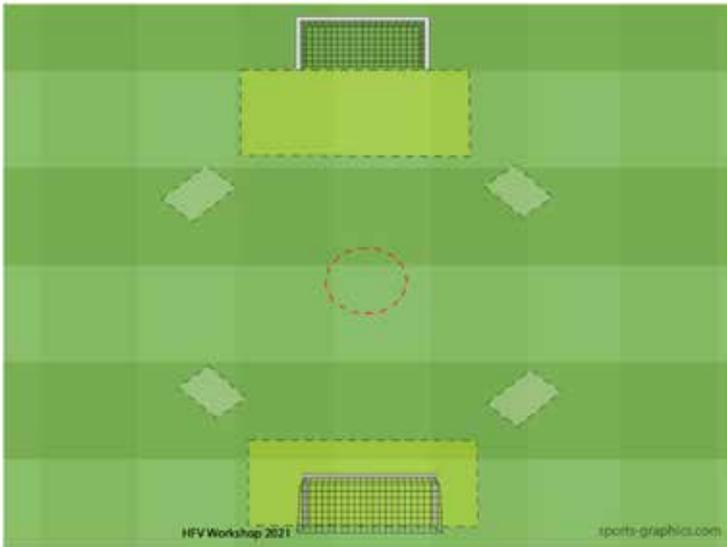
Ablauf:

- Normales Spiel. Tore aus den jeweiligen Zonen zählen entsprechend 1 Punkt, 2 Punkte oder 3 Punkte.

Variante:

- 10 gewinnt: Es muss genau "10" erreicht werden.

„SPIELNAHE ABSCHLÜSSE“

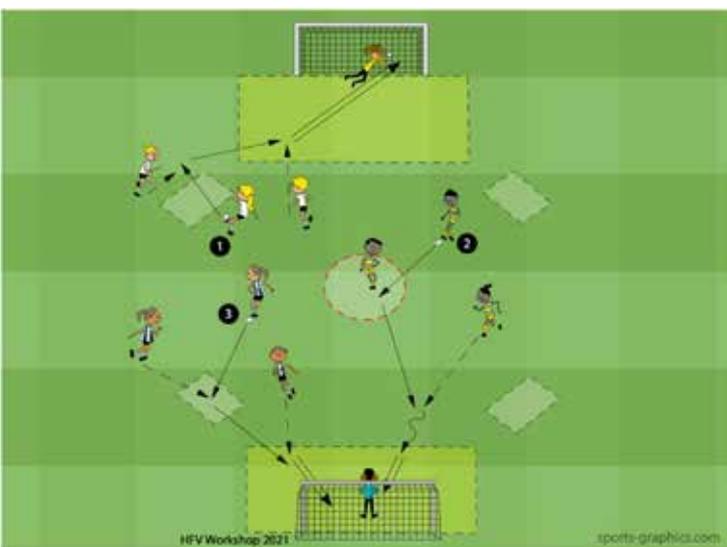


Aufbau:

- Normales E-Jugendfeld im 5v5 oder entsprechend angepasst im 7v7 markieren
- Den Strafraum besonders hervorheben, außerdem zusätzliche Zonen diagonal in der Halbspur (weiße Zonen) und zentralen Kreis markieren (hier in rot)
- Spieler*innenanzahl: max. 15
Spieler*innen + 2 x Torhüter*innen

Eine Idee von: Nico Briese (Glashütter SV), Federico de la Gama (SC Victoria Hamburg) & Tim Stegmann (Hamburger FV)

„SPIELNAHE ABSCHLÜSSE“

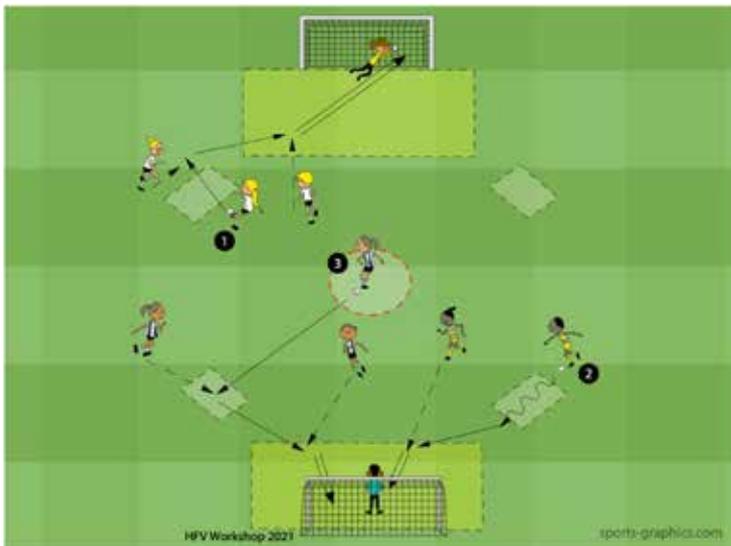


Hinführung im Wettbewerb:

- Zu dritt zusammen mit einem Ball
- Verschiedene Abläufe als Wettbewerb:
 - Pass über drei Linien vor Abschluss (1)
 - Pass aus dem Kreis heraus zum Abschluss (2)
 - Pass aus der Zone heraus zum Abschluss (3)
 - Findet immer neue Kombinationen
- Varianten: Gewonnen hat, wer...
 - Zuerst zehn Tore hat
 - Zuerst drei verschiedene Varianten geschafft hat
 - Zuerst drei verschiedene Torschütz*innen hat

Eine Idee von: Nico Briese (Glashütter SV), Federico de la Gama (SC Victoria Hamburg) & Tim Stegmann (Hamburger FV)

„SPIELNAHE ABSCHLÜSSE“



Spielform:

- Spielform im 4v4 bis 7v7 (Feldgröße anpassen)
- Level 1: Freies Spiel. Besondere Torwertung, wenn:
 - Der Kreis bespielt wurde → Wertung +2.
 - Pass über drei Linien vor Abschluss (1) → Wertung +2
 - Mutige Piraten im Dribbling durch die Halbspur (2) → Wertung +3
 - Pass aus dem Kreis heraus in eine andere Zone, um von dort zum Vollendenden zu spielen (3) → Wertung +5
- Level 2: Tore müssen freigeschaltet werden. Tore geöffnet, wenn:
 - Der Kreis bespielt wurde oder zwei Linien überspielt wurden (1) → Wertung +2
 - Ein Dribbling durch eine Zone (Kreis oder Rechteck) geschafft wurde (mutiger Pirat) (2) → Wertung +3
 - Der Strafraum bespielt wurde (mindestens zwei Pässe innerhalb) → Wertung +4
- Kombination mit Regeln aus vorherigem Wettbewerb möglich

Eine Idee von: Nico Briese (Glashütter SV), Federico de la Gama (SC Victoria Hamburg) & Tim Stegmann (Hamburger FV)

MIT UNTERSTÜTZUNG VON VIELEN
ENGAGIERTEN TRAINER*INNEN UND



SELGROS
cash & carry

IMPRESSUM TRAININGSVORSCHLÄGE KINDERFUSSBALL

HERAUSGEBER:

Hamburger Fußball-Verband e.V.

REDAKTIONSLEITUNG:

Tim Stegmann

SATZ UND DRUCK:

MHD Druck und Service GmbH

FOTOS UND GRAFIKEN:

HFV





Notizen

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

Notizen

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

