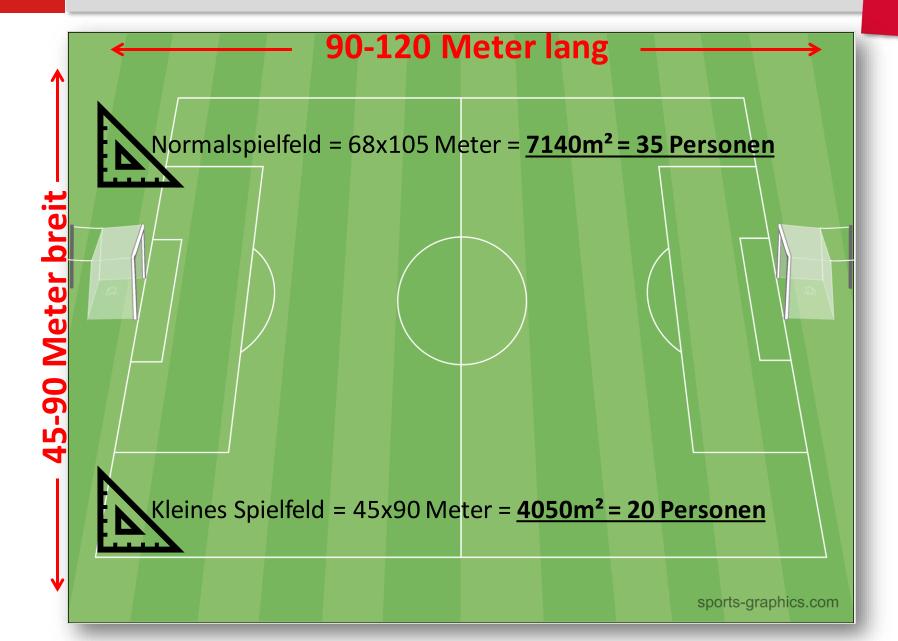
Online-Infoabend | 25.05.2020 | 18 Uhr



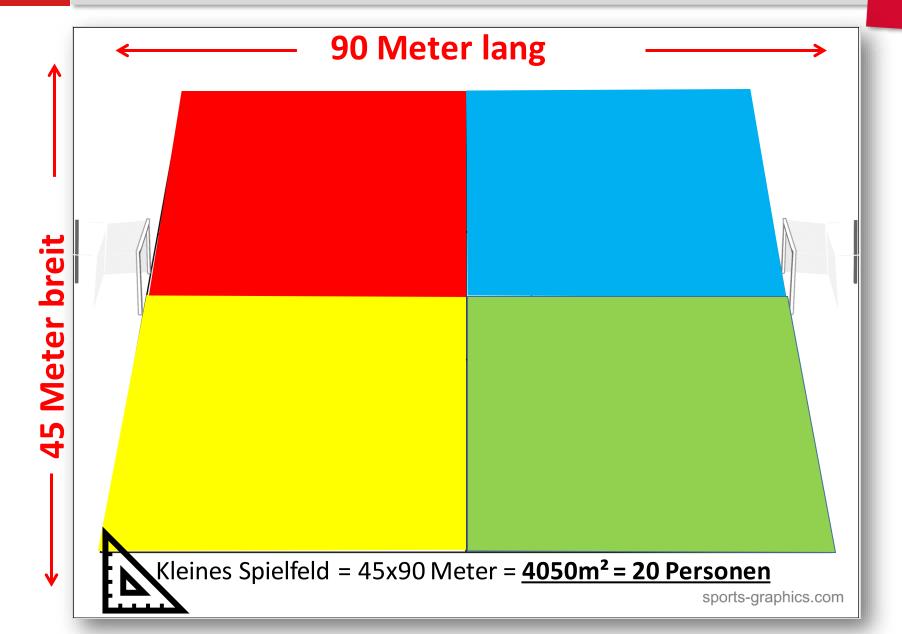


Referenten: Florian Frentz, Michael Rentschler, Alexander Stoppel

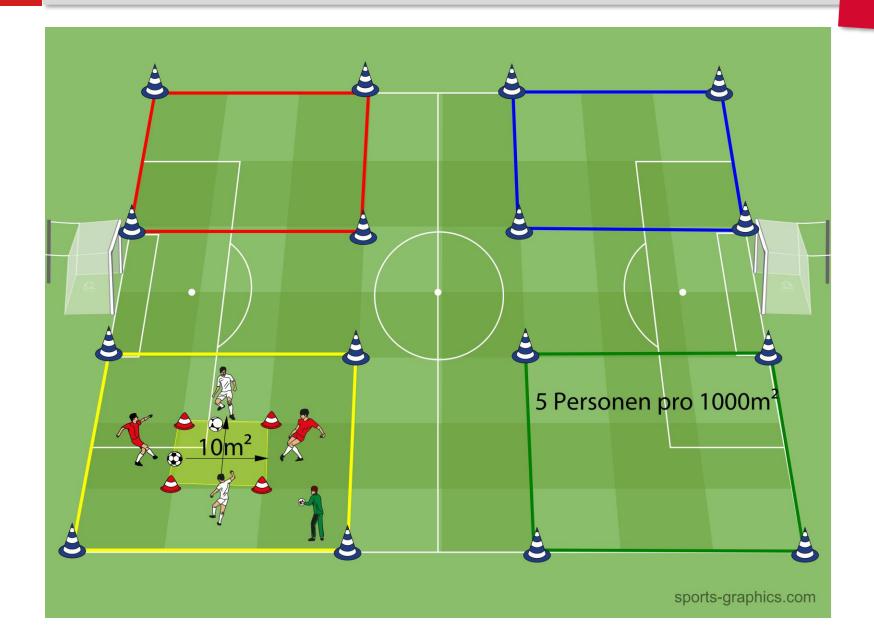




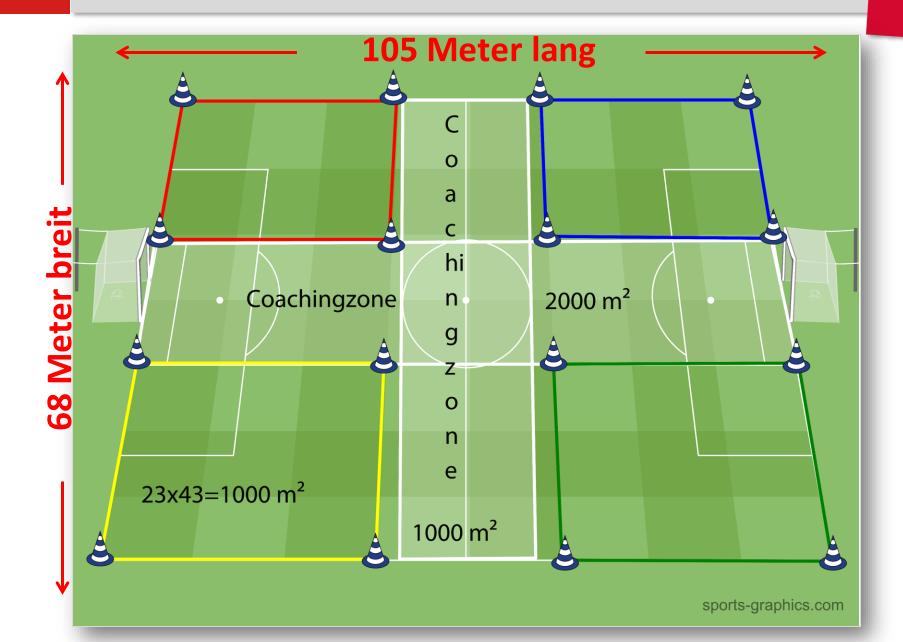




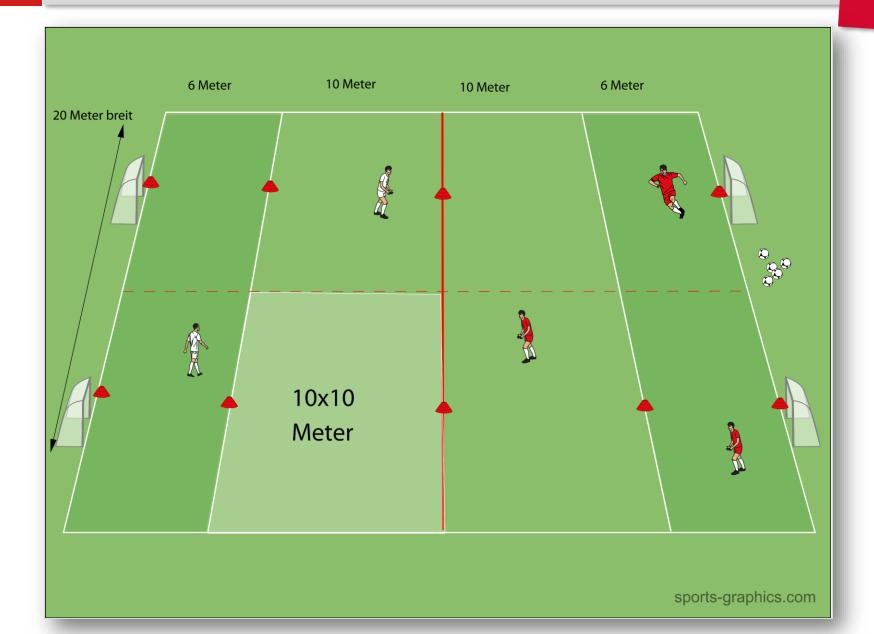




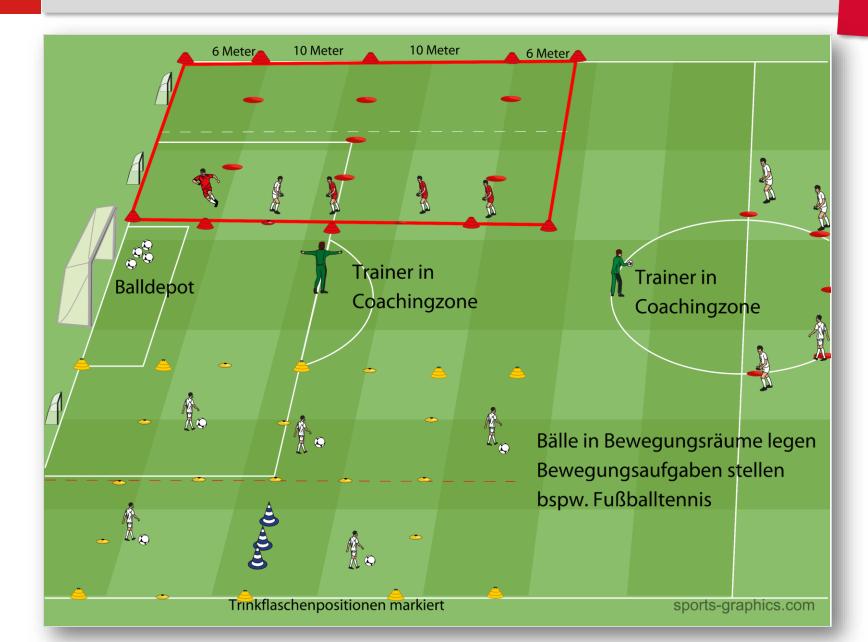








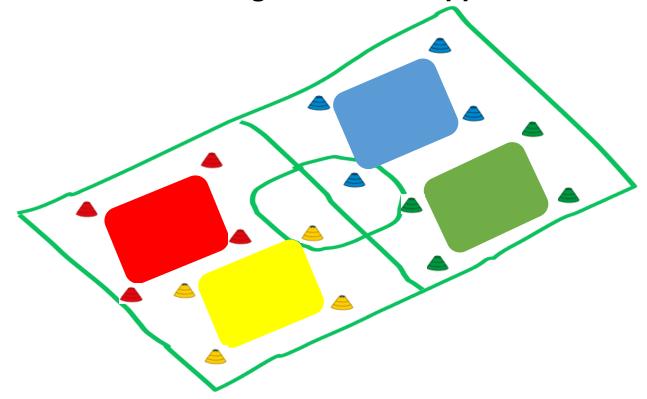




Auf die Plätze, fertig, los!



Gemeinsamer Beginn aller 4 Gruppen



Stationenbetrieb für 16 Kinder in 4 Gruppen

Auf dem Spielfeld

Keine körperlichen Begrüßungsrituale durchführen.

Abstand von mindestens 1,5 bis 2 Metern bei Ansprachen und Trainingsübungen

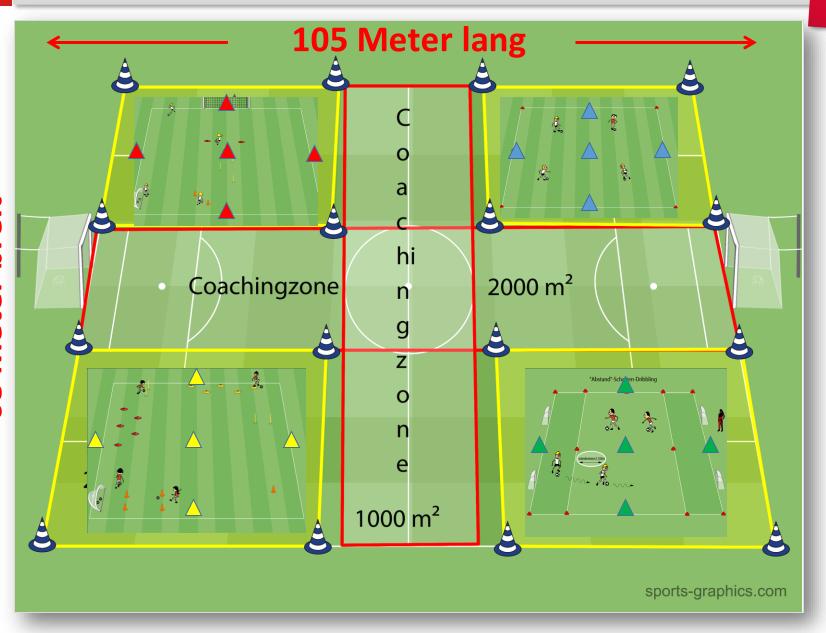
Trainingsutensilien nimmt möglichst nur der Trainer in die Hand

Vermeiden von Spucken und von Naseputzen auf dem Feld!

Kein Abklatschen und in den Arm nehmen

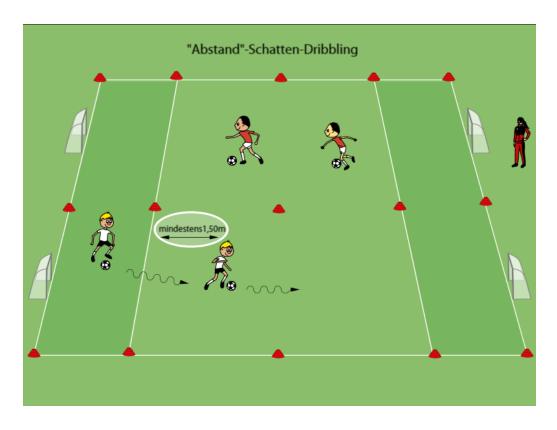
68 Meter breit -





Anpfiff fürs Training





gleiches und gleichzeitiges Aufwärmen aller Gruppen

- Jedes Kind hat einen Ball
- Paare bilden

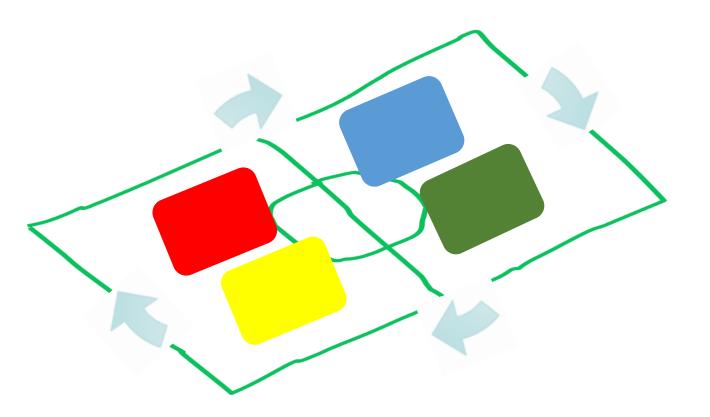
- Vordermann dribbelt im Abstand zum anderen Paar durch die Räume
- Hintermann muss wiederum im Abstand seine Bewegungen nachahmen (Schatten).

- Spielbein: Fußspitze zeigt nach unten
- · Brust über dem Ball
- Versuche Finten
- Halte stets den Abstand ein

Auf die Plätze, fertig, los!



Stationen mit gewähltem Schwerpunkt:



Stationen Wechsel ca. alle 10 Minuten

Passen

DREH-MOMENT
HÖTCHENTOR-PASSEN

An- und Mitnehmen

VIERECKS-PASSEN

KONTAKTVORGABEN

SCHNELLE BALLKONTROLLE

PASSEN UND ENTGEGENKOMMEN

Dribbeln

HÖTCHEN-BALL

FARBEN-DRIBBLING

PASS-DRIBBEL-LEITER

Schießen

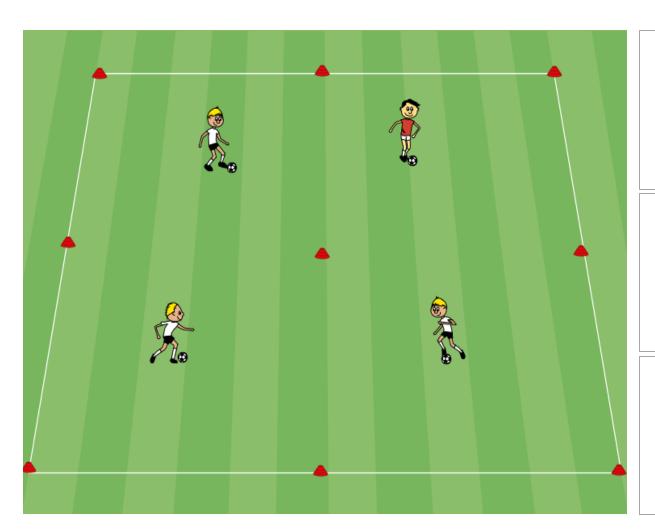
SCHNELLER TORABSCHLUSS

DOPPEL-AKTION

BALLKONTROLLE MIT TORSCHUSS

Station Dribbel-König



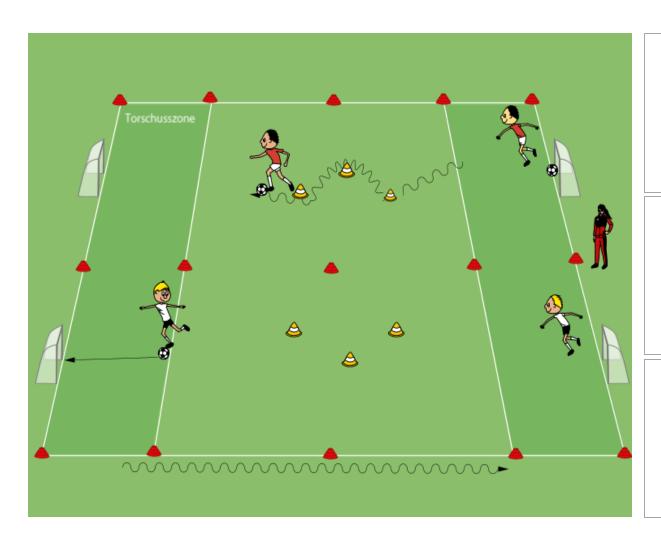


- Vier Felder markieren
- Je einem Spieler/in zuweisen
- Einen König bestimmen

- König demonstriert ein Dribbling mit Finte
- Die drei Kinder sollen dies nach machen.
- Der König darf sein Feld wechseln- dann müssen die Kinder sofort in die anderen Felder ausweichen
- König wechseln
- Zeig was für Tricks du in der Corona-Pause geübt hast
- Tempovers chärfung nach Finte

Station Dribbling mit Torschuss





- Zwei parallele Dribblingstrecken
- Jeweils ein Minitor als Ziel
- · Zwei Paare bilden

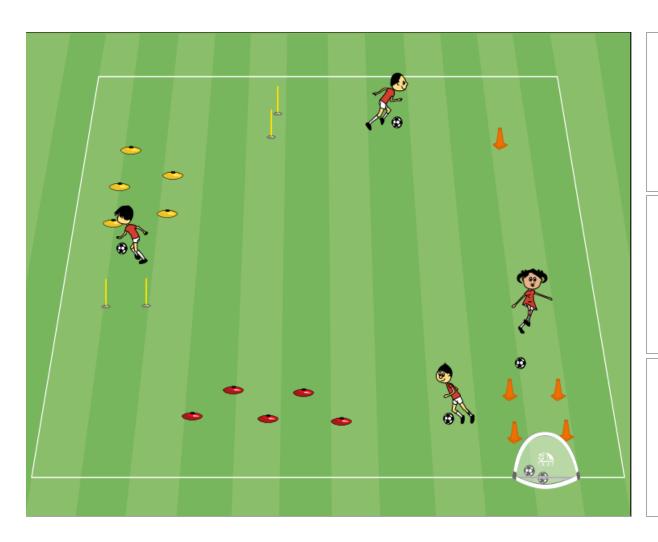
- Jeweils das erste Kind dribbelt um die Hütchen und schiesst ab derTorschusszone Minitor
- Übung beidfüßig mit Innenspann /nur rechts, nur links, etc.

Wettlauf:

- Welches Paar schiesst zuerst sieben Tore?
- Standbein: hinter dem Spielbein;
- Spielbein: Fußspitze zeigt nach untenleicht nach innen gedreht);
 Ballmitnahme mit Außenspann
- Brustüber dem Ball
- (Sprunggelenk gestreckt, fixiert,

Station Rennstrecke





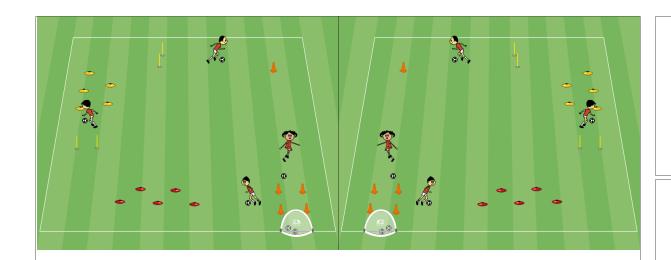
- Dribbleparcour im Quadrat
- Die Spieler starten im Abstand

- Dribbling beidfüßig mit Innenspann
- Dribbling nur rechts/nur links
- "Messi-Runde"
- "Hummels-Runde"

- Standbein: hinter dem Spielbein;
- Spielbein: Fußspitze zeigt nach unten
- Brust über dem Ball
- "Messi-Runde"-Kurzeschnelle Ballkontakte
- "Hummels-Runde"-Blick über Ball

Station Rennstrecke Wettlauf





 Dribbleparcour spiegelbildlich nebeneinander

 Dribbling vom Torpfosten startend um die Wette. wer versenkt den Ball zuerst wieder im Tor?

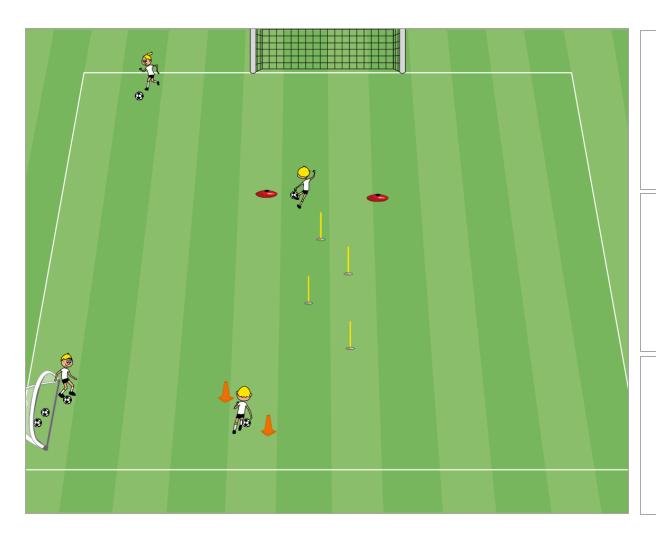
Wettkampf in Stationen

- Paarwettkampf
- 1 gegen 1 Wer ist schneller am Ziel?
- HF Kleines Finale Finale

- Standbein: hinter dem Spielbein;
- Spielbein: Fußspitze zeigt nach unten
- · Brustüber dem Ball

Station Dribbling und Torschuss





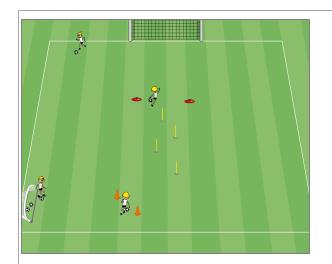
• Rundlauf- Dribbling mit Torschuß

- Jeweils das erste Kind dribbelt um die Stangen außen herum und schießtins Tor
- Dri bbling beidfüßig mit Innenspann
- Dribbling nur rechts/nur links
- Torschuß mit rechts/mit links

- Treffpunkt: Vollspann; Spielbein im Sprunggelenk gestreckt & fixiert; schwingt nach Ballkontakt weiter ("zeigt Ball nach")
- Standbein: Neben dem Ball; Fußspitze zeigt in Spielrichtung; federt im Kniegelenk
- Armeinsatz: Gegenarm zieht während Aus holphase noch vorne außen

Stationen Wettkampf







Wettkampf der Stationen

"Lebendige Stoppuhr":

- Station gelb muss 15 Tore erzielen
- Wieviele Runden schafft Station rot in dieser Zeit?

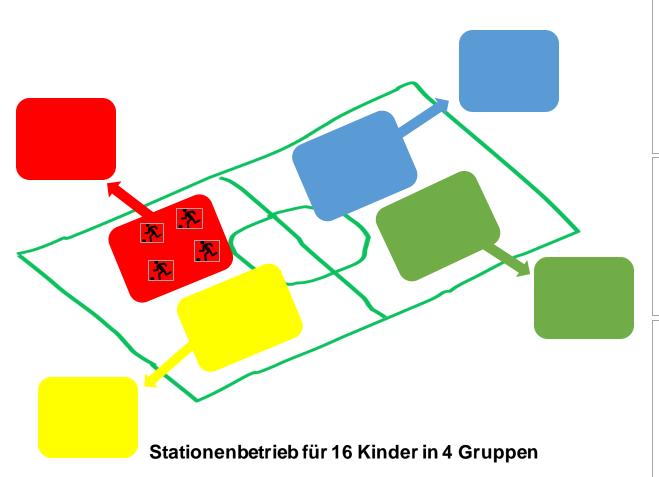
- · Rundlauf- Dribbling mit Torschuss
- · Dribbleparcour im Quadrat
- Im Wettkampf/ Aufgabenwechsel

- Beide starten gleichzeitig
- Station gelb muss 15 Tore erzielen
- Wieviele Runden schafft Station rot in dieser Zeit?
- Dribbleparcour erhält nur 3 Bälle: Nach dem Pass durch Hütchen/Zähltortor läuft der Spieler seinem Pass nach und wartet am Tor auf den auf den nächsten Ball
- Vollspannstoß (siehe oben)
- Dribbling (siehe oben

Auf die Plätze, fertig, los!



Gemeinsames Ende aller 4 Gruppen



Abfahrt

Kein Abklatschen und in den Arm nehmen

Alternative, neues Ritual

- Rhythmusklatschen
- Schlachtruf

Verlassen des
Sportgeländes direkt
nach dem Training.
Das Duschen erfolgt
zuhause.

Abstand von mindestens 1,5 bis 2 Metern

Auf Fahrgemeinschaften verzichten.



