

# #RESTART

## TRAINING IM KINDERFUSSBALL MIT ABSTANDSREGELN



Fußballverband Stadt Leipzig e.V.



# TRAINING IM KINDERFUSSBALL

Behördliche Maßnahmen lassen erste Trainingsmaßnahmen im Kinder- und Jugendfußball wieder zu. Diese Broschüre soll Übungen-, Wettkampf- und Spielformen zeigen, die ...

- ***in Kleingruppen***
- ***mit genügend Abstand***
- ***ohne Körperkontakt***

... durchgeführt werden können und Kindern, TrainerInnen und Vereinen eine Hilfe bieten sollen.



Fußballverband Stadt Leipzig e.V.



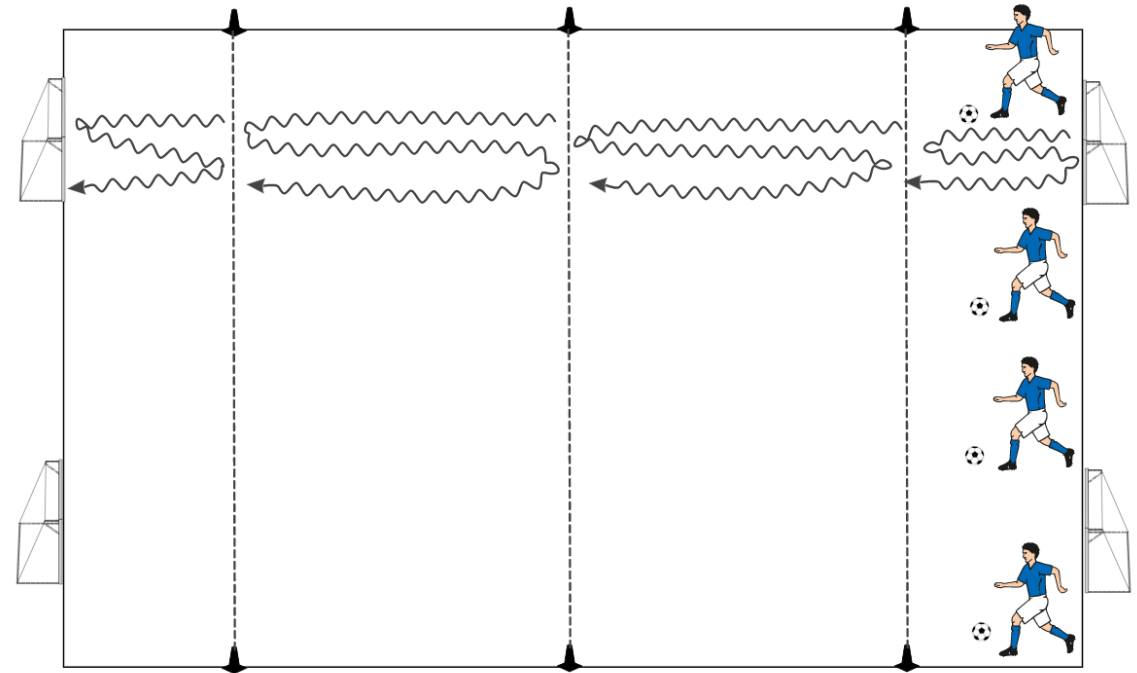
# TRAININGSBEISPIELE

## Liniendribbling

- Zick-Zack-Dribbling
- Dribbling von Linie, zurück und bis zur nächsten Linie

### Varianten:

- Ohne Ball
- Dribbelart variieren (rechter/linker Fuß)
- Als Wettkampf spielen



fussballtraining-graphics.de

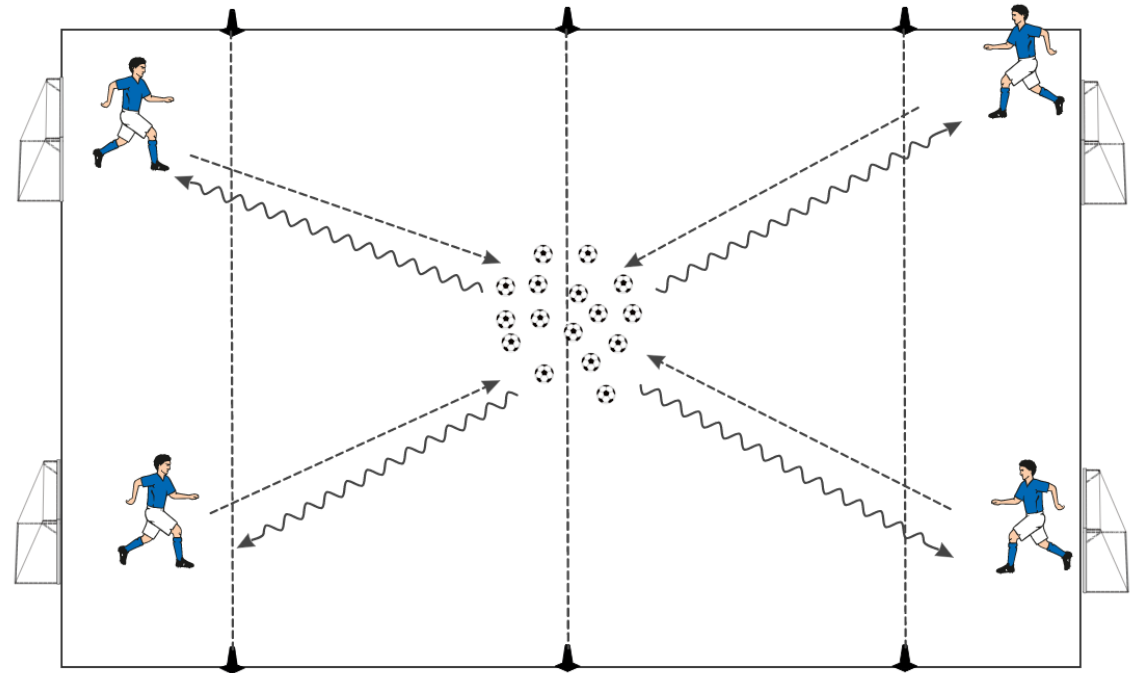
# TRAININGSBEISPIELE

## Ballsammeln

- Bälle aus Balldepot holen und zum eigenen Minitor dribbeln/ins Minitor schießen

### Varianten:

- Dribbelart variieren (rechter/linker Fuß)
- Als Wettkampf spielen
- Bälle in 1 Minute aus anderen Minitoren klauen (Gegner darf nicht eigenen Bälle beschützen)



fussballtraining-graphics.de

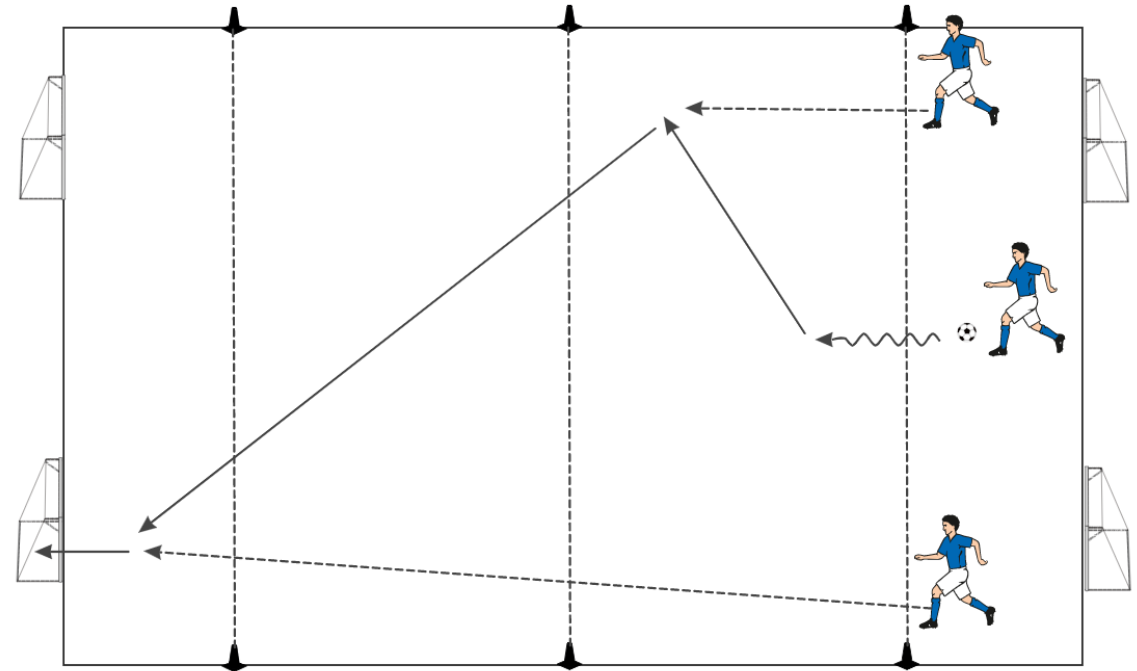
# TRAININGSBEISPIELE

## 3 gegen 0

- Ziel ist es so schnell wie möglich ein Tor in der gegenüberliegenden Schusszone zu erzielen
- Gestartet wird dabei in der eigenen Schusszone
- Jede/r SpielerIn muss mindestens einmal am Ball gewesen sein

### Varianten:

- Kontakte vorgeben
- Gegen die Zeit spielen
- 3 andere SpielerInnen als Gegenverkehr laufen lassen



fussballtraining-graphics.de

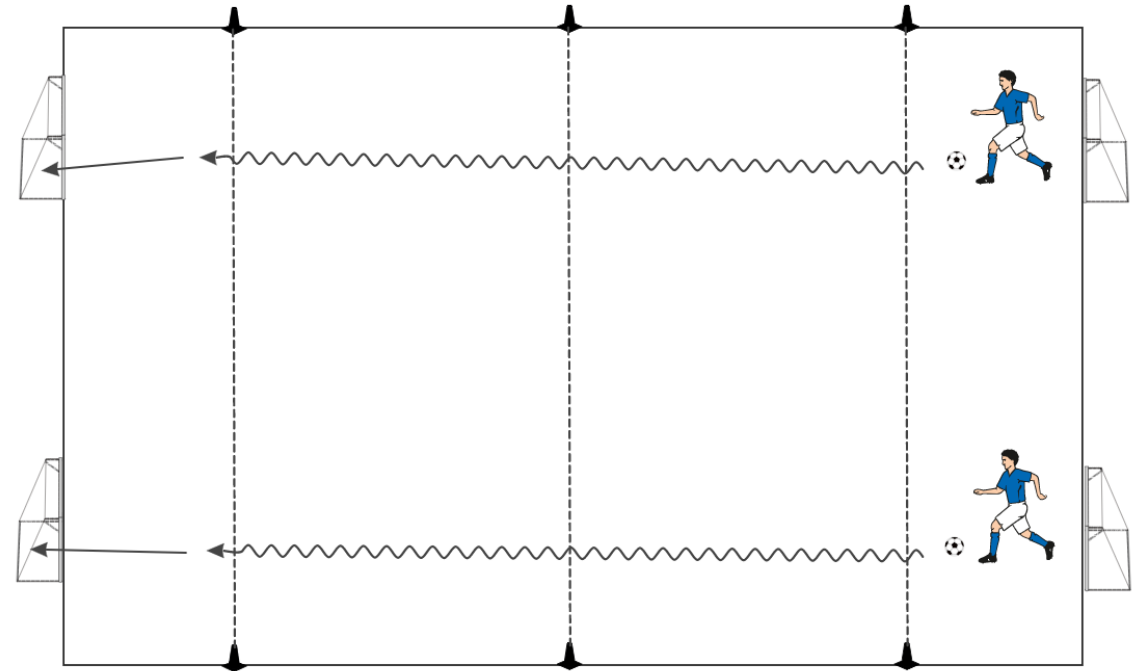
# TRAININGSBEISPIELE

## Wettlauf 1.0

- Aus der eigenen Schusszone so schnell wie möglich in die gegenüberliegenden Schusszone dribbeln und abschließen
- Ziel schneller als Gegenspieler ein Tor erzielen

### Varianten:

- Hinter oder vor Schusszone schießen
- Dribbelarten variieren
- Gegen die Zeit spielen



fussballtraining-graphics.de

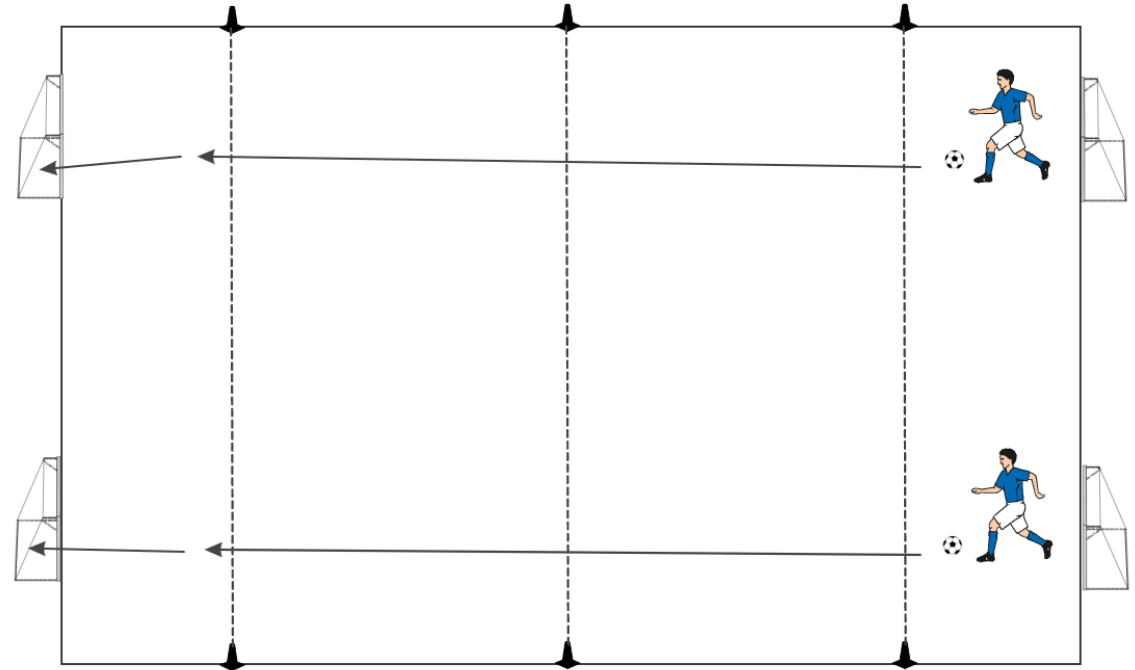
# TRAININGSBEISPIELE

## Wettlauf 2.0

- Ball per dosierten Pass aus der eigenen Schusszone in die gegenüberliegende Schusszone passen und von Dort ein Tor erzielen

### Varianten:

- Hinter oder vor Schusszone schießen
- Pass variieren (rechts/links, Volley, ...)



fussballtraining-graphics.de



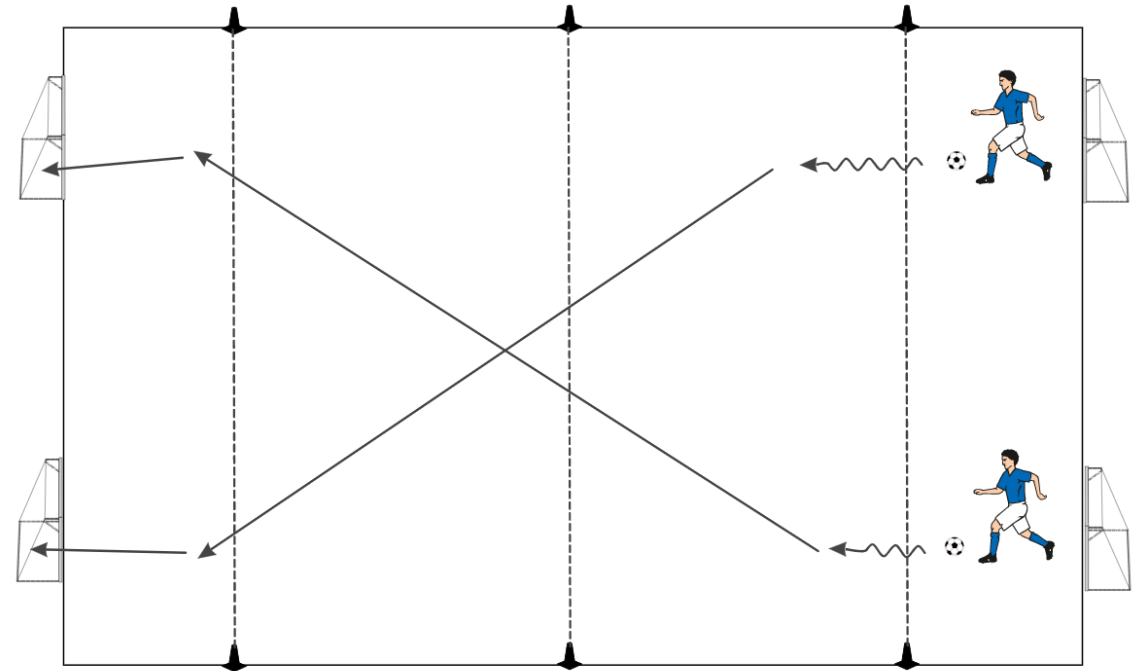
# TRAININGSBEISPIELE

## Wettlauf 3.0

- Ball nach andribbeln per dosierten Pass aus der eigenen Schusszone in die gegenüberliegende Schusszone dem Mitspieler vorlegen
- Zeitgleich den Pass des Mitspielers verwerten

### Varianten:

- Hinter oder vor Schusszone schießen
- Pass variieren (rechts/links, Volley, ...)



fussballtraining-graphics.de



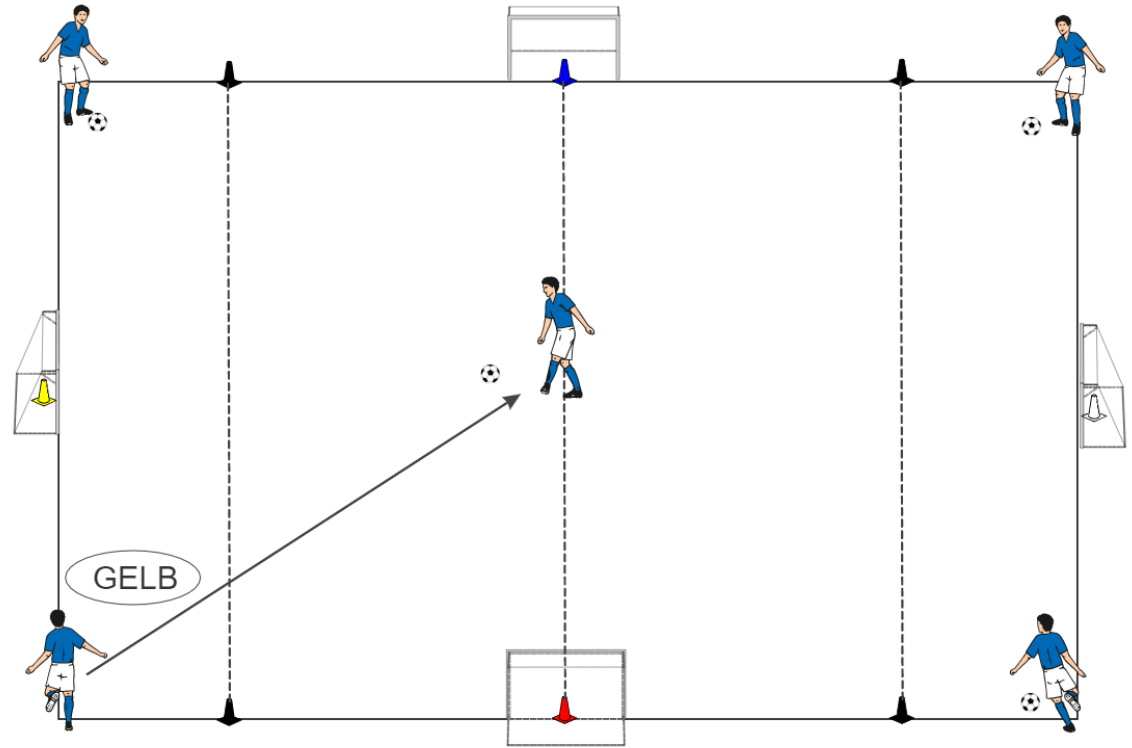
# TRAININGSBEISPIELE

## Footbonaut-Light

- Außenspieler spielen der Reihe nach Mittelspieler an und rufen eine Farbe
- Mittelspieler muss Ball schnell verarbeiten und in das richtige Minitor schießen

### Varianten:

- Farben hoch zeigen
- Mittelspieler regelmäßig wechseln
- Kontakte und Raum zur Verarbeitung und für Abschluss in der Mitte begrenzen



fussballtraining-graphics.de

# ANSPRECHPARTNER KINDERFUSSBALL

## Ansprechpartner für Kinderfußball im FVSL

*Yannic Drechsler*

[yannic.drechsler@freenet.de](mailto:yannic.drechsler@freenet.de)

*0151-53740101*



Bei Fragen und Interesse kann gerne Kontakt aufgenommen werden, um im eigenen Verein Seminare (auch Online) zum Thema Kinderfußball durchzuführen, aber um Unterstützung bei der Planung und Durchführung von Festivals (wenn wieder möglich) zu erhalten.



**Fußballverband Stadt Leipzig e.V.**

