

# Aufbaukurs - 4. Abend: Kinderfußball (D/U13)

Du bist Trainer einer D-Jugend (U12/U13). Was schreibst du denn auf deinen „Jahresplan“ eigentlich drauf? Was trainierst du häufiger, was fast nie (in den ca. 35 Min. im mittleren, fußballspezifischen Technikteil jedes Trainings)?

- 1 = gar nicht sinnvoll
- 2 = wenig sinnvoll
- 3 = kann man mal machen
- 4 = ist gut
- 5 = sollte man machen

Name:

Datum:

Passen und Ballan- und mitnahme *	
Rennen mit Ball am Fuß	
Dribbeln, den Ball mit allen Fußteilen spielen	
Drehungen	
Schießen	
Ball Kontrolle	
Köpfen	
1 gegen 1 / 2 gegen 2	
Ball abschirmen	
Ball annehmen und drehen	
Flankenläufe und Torabschluss	
1 gegen 1 Verteidigungsübungen	
Taktiktraining 1: Verteidigungsprinzipien	
Taktiktraining 2: Pressing und Balleroberung	
Taktiktraining 3: Angriffsstrategien	
Schneller Antritt	
Agilitäts- und Beweglichkeitstraining	
Reaktions- und Wahrnehmungsschulung	

\* Hier ist mit „Passen“ mit beiden Füßen schon ein sich bewegender Partner gemeint