



von Hans-Erwin Hartmann

BETREUUNG | TEAM-UMFELD | WETTSPIEL | TRAINING
ALTERSSTUFEN: ■ G ■ F □ E □ D

Spieler: beliebig
Raum: 1/4 Spielfeld

SO TICKEN UNSERE BAMBINIS!

EIN AUSZUG AUS DEM KINDERTRAINING-LEHRBRIEF DES SÜDWESTDEUTSCHEN FUSSBALLVERBANDES

Das Training lebt vom Miteinander

Kinder zwischen drei und sechs Jahren laufen, toben, springen, klettern, werfen und schießen mit diversen Materialien, erforschen Gegenstände und erkunden ihre Umwelt aus eigenem Antrieb. Die Bewegung stellt in dieser Entwicklungsphase das elementare Kernstück dar, durch das die ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung (motorisch, emotional, geistig und sozial) vonstatten geht. Durch das Sammeln von vielfältigen Erfahrungen und deren Verknüpfung mit Bekanntem gewinnt das Kind zunehmend an Selbstvertrauen. Typisch für die Drei- bis Sechsjährigen ist eine schnelle quantitative Leistungssteigerung (Erlernen von verschiedenartigen Bewegungen), aber auch eine deutliche Qualitätsverbesserung (bei speziellen, schon bekannten Bewegungen) sowie eine beachtliche Zunahme an variabler Verfügbarkeit des gesamten Bewegungsrepertoires.

Altersgemäße Methoden wählen

Natürlich gibt es aber auch schon fußballerische Ziele – schließlich kommen die Kinder in den Verein, um kicken zu können. Fußballorientierte Ziele können u. a. sein:

- Mit verschiedenen Bällen (Soft-, Tennis-, Strandbälle) alternative Wurf- und Schussspiele erlernen.
- Große Ziele durch einen Schuss oder Wurf treffen.
- Im Spiel Tore/Punkte erzielen oder verhindern.
- Nach Regeln gegeneinander oder miteinander spielen.

Unbedingt muss auf die Auswahl von kindgerechten Methoden geachtet werden. Bewegungsaufgaben (lassen mehrere Möglichkeiten zu; eigene Lösungswege können erprobt werden; ... „Versucht mal...!“) und das freie Spiel, bei dem die Kinder in einem geeigneten Rahmen zu eigenen Aktivitäten angeregt werden, sollten im Vordergrund stehen, und weniger Anweisungen, die ein konkretes, bestimmtes Verhalten erwarten.





Soziale Ziele

- **Kontakte** zu Gleichaltrigen knüpfen.
- **Sich** von den Eltern lösen.
- **Sich** in einer Gruppe zurechtfinden.
- **Die eigene Leistungsfähigkeit** erforschen.
- **Sieg** und Niederlage im Spiel erfahren.

Sportliche Ziele

- **Koordinative** Fähigkeiten wie Gewandheit, Geschicklichkeit oder Reaktionsvermögen schulen.
- **Sammeln** allgemeiner Bewegungserfahrungen mit Sportgeräten und anderen Materialien in unterschiedlichen Spielsituationen.
- **Steuerungsfähigkeit** und Zielgenauigkeit von Bewegungen entwickeln.



SPIEL 1



Die Ruhe vor dem Sturm, denn gleich legt der Fischer los...

Fische fangen

Organisation und Ablauf

- Ein 10 x 10 Meter großes Feld errichten.
- Der Trainer steht im Feld und ist der Fischer, die Kinder (Fische) stehen ohne oder mit je 1 Ball außerhalb.
- Zu Beginn des Spiels ruft der Fischer „Alle Fische ins Wasser!“, woraufhin alle Kinder durch das Feld laufen oder dribbeln. Auf den Ruf „Der Fischer kommt!“ flüchten alle Fische zurück ans Ufer.
- Gefangene Fische legen ihren Ball am Spielfeldrand ab und werden beim nächsten Durchgang auch Fischer.

SPIEL 4



Den Ball kurz anzulupfen ist für Bambinis eine echte Aufgabe.

Kunststücke

Organisation und Ablauf

- Jedes Kind mit 1 Ball.
- Der Trainer macht mit dem Ball verschiedene Kunststücke vor, die von den Kindern nachgeahmt werden:
 - Den Ball hochwerfen, aufspringen lassen und fangen.
 - Den Ball kurz auf dem Kopf balancieren, aufspringen lassen und wieder fangen.
 - Den Ball mit dem Oberschenkel hochspielen und fangen.
 - Den Ball mit dem Fuß lupfen etc.

SPIEL 2



In dieser Variation durchspielen die Kinder eine Riesen-Brücke.

Brückenspiel

Organisation und Ablauf

- Ein 10 x 10 Meter großes Feld markieren.
- Die Hälfte aller Spieler erhält 1 Ball.
- Die Kinder ohne Ball stehen mit gegrätschten Beinen verteilt im Feld.
- Alle anderen dribbeln um diese 'Brücken' herum, spielen den Ball untendurch oder krabbeln hindurch.
- Nach 2 bis 3 Minuten Wechsel der Aufgaben.
- Hinweis: Geübte Kinder müssen versuchen, so schnell wie möglich alle Brücken nacheinander zu durchspielen.

SPIEL 5



Clasico: Real Madrid bittet die Barcelona-Kicker zum Tanz.

Real Madrid gegen FC Barcelona

Organisation und Ablauf

- Ein 10 x 10 Meter großes Feld markieren.
- Die Gruppe in 2 Mannschaften (z. B. Real Madrid und FC Barcelona) einteilen. Alle laufen kreuz und quer umher.
- Der Trainer hält in der linken Hand ein weißes (Real) und in der rechten Hand ein rotes (Barcelona) Hütchen.
- Hebt der Trainer plötzlich eines der beiden Hütchen (z. B. das weiße) hoch, müssen alle Kinder von Real Madrid schnellstmöglich die Barcelona-Spieler abschlagen.

SPIEL 3



Hinten das Tormonster, vorne tobt der Kampf um den letzten Ball.

Tormonster

Organisation und Ablauf

- Der Trainer steht als Tormonster im Tor.
- In 7 Meter Entfernung zum Tor eine Schusslinie markieren, die von den Kindern nicht übertreten werden darf.
- Von dort aus versuchen alle Spieler, gleichzeitig ein Tor zu erzielen.
- Bälle, die das Tormonster halten kann, wirft es in alle Richtungen zu den Kindern zurück.
- Die Kinder erlaufen die Bälle und starten einen erneuten Versuch.

SPIEL 6



Wie Manuel Neuer: Aus dem Kniestand nach vorne hechten.

Wie ein richtiger Torwart

Organisation und Ablauf

- Mit oder ohne Ball üben alle Kinder einzeln oder paarweise Bewegungen, die dem Torwartspiel zugrunde liegen:
 - Ohne Ball (einzeln): Aus dem Kniestand seitlich fallen lassen und abrollen; aus der Hocke seitlich fallen lassen und abrollen; aus dem Kniestand nach vorne hechten.
 - Mit Ball (paarweise): Den zugerollten Ball mit geschlossenen Beinen hinter dem Ball stehend aufnehmen; aus dem Kniestand den zugerollten Ball aufhalten und festhalten; den geschossenen Ball aufhalten.



Forderungen

- L**ange Wartezeiten vermeiden.
- A**ufgaben einfach halten.
- S**pielerisch trainieren.
- S**pielangebote häufig wechseln.
- E**rfolgslebnisse ermöglichen.
- N**icht nur fußballerische Lernziele verfolgen.

Trainingsinhalte

- **Führen** des Balles mit dem Fuß (geradeaus; um Hindernisse).
- **Schießen** des Balles (ins Tor; zu einem Partner; auf ein Ziel).
- **Kontrollieren** des Balles (anhalten aus verschiedenen Situationen).
- **Tore** erzielen.
- **Tore** verhindern.



7
SPIEL



Da ist der Frosch dem Storch so gerade eben noch entwischt.

Störche und Frösche

Organisation und Ablauf

- 2 bis 3 Kinder als Störche in einem 10-x-10-Meter-Feld (Landstreifen) postieren, alle anderen Kinder stehen hinter einer Grundlinie (Tümpel) als Frösche bereit.
- Auf ein Kommando müssen alle Frösche den Tümpel wechseln. Die Störche versuchen, die Frösche während ihrer Wanderung auf dem Landstreifen zu schnappen.
- Ein gefressener Frosch wird zusätzlicher Storch.
- Variation: Beim Wechsel hüpfen die Frösche, während die Störche auf einem Bein springen.

8
SPIEL



Auch Tore können als Sammelort für Schätze dienen.

Den Schatz retten

Organisation und Ablauf

- Zwei 7 x 7 Meter große Felder (Schatztruhen) mit je 7 Bällen in einem Abstand von 7 Metern errichten.
- 2 Teams bilden und je einer Schatztruhe zuweisen.
- Auf ein Kommando versuchen beide Gruppen, innerhalb von 2 Minuten einen Schatz in ihren Besitz zu bringen.
- Auf ein Startsignal führen die Teams Bälle aus der gegnerischen Schatztruhe per Dribbling in die eigene.
- Welches Team sammelt die meisten Schätze?
- Variation: Hindernisse zwischen beiden Feldern auslegen.

9
SPIEL



Gehorcht der Hund, bleibt er ganz nah am Fuß des Herrchens.

Hund und Herrchen

Organisation und Ablauf

- Jedes Kind (Herrchen) mit 1 Ball (Hund).
- Die Herrchen gehen mit ihren Hunden spazieren:
 - Der Hund muss ganz eng an der Leine gehen (enge Ballführung).
 - Der Weg im Park geht durch viele Kurven (Richtungswechsel einbauen).
 - Der Hund läuft weit weg (Ball wegschießen).
 - Die Spaziergänger tauschen ab und zu die Hunde.

10
SPIEL



Die Kleingruppe spielt den Ball immer wieder zurück zum König.

Königsball

Organisation und Ablauf

- Mehrere Kleingruppen bilden, bei denen jeweils 1 König bestimmt wird.
- Der König steht der Gruppe ca. 3 bis 5 Meter gegenüber.
- Der König wirft dem ersten Kind den Ball zu. Dieses fängt den Ball, schießt ihn wieder zum König zurück und schließt sich der Gruppe hinten an.
- Nach jedem Durchgang wechselt der König.
- Variation: Der vom König geworfene Ball wird zurück gedribbelt oder gestoppt und zurück geschossen.

11
SPIEL



Beim Fahren in der Kolonne gibt der Trainer die Richtung vor.

Autospiel

Organisation und Ablauf

- Ein 10 x 10 Meter großes Feld markieren.
- Jedes Kind mit 1 Ball.
- Alle Kinder dribbeln je nach Vorgabe des Trainers (LKW = langsam, Taxi = schnell, Rennauto = maximales Tempo) durch das Feld.
- Bei Kommando „Stopp“ oder „Rote Ampel“ halten alle sofort an.
- Bei Kommando „Kolonne“ lassen alle ihre Bälle liegen und versuchen, dem Trainer 'hinterherzufahren'.

ANZEIGE



Bildsprache

Die Methode, nach der Sie Trainingsinhalte entwickeln, sollte für die Kids motivierend sein und somit eine animierende und bildhafte Vorstellung der Bewegungen beinhalten.

- **Bälle** fangen und erhechten wie Manuel Neuer.
- **Köpfen** wie Per Mertesacker.
- **Dribbeln** wie Mesut Özil.
- **Über** den Platz stürmen wie Marco Reus.
- **Schießen** wie Robert Lewandowski.

Coaching

- **Kurz** fassen; langsam und deutlich sprechen.
- **Auf** den Einsatz geeigneter Bälle achten (Lightbälle Gr. 3).
- **Lob** für alle in der Spielstunde und am Stundenende tut allen gut.
- **Weniger** sagen, was falsch ist, mehr, 'warum' und 'wie' es richtig zu machen ist.
- **Kindgemäße** Wortwahl (180 Grad-Drehung, 2/3 der Spieler usw. verstehen Kinder nicht).



12

SPIEL



Koordinativ anspruchsvoll: Der Einbeinstand.

Feuer, Wasser, Sturm

Organisation und Ablauf

- Ein 10 x 10 Meter großes Feld markieren.
- Die Kinder bewegen sich frei im Feld. Auf Zuruf des Trainers „Feuer“, „Wasser“ oder „Sturm“ erfüllen sie vorher festgelegte Bewegungsaufgaben:
 - „Feuer“: In eine Ecke laufen und sich so vor den Flammen schützen.
 - „Wasser“: Auf einem Bein stehen.
 - „Sturm“: Flach auf den Boden legen.
- Variation: Wechsel der Fortbewegungsarten.

13

SPIEL



Waldspaziergang: Die Kinder ahmen verschiedene Tiere nach.

Stadtrundfahrt

Organisation und Ablauf

- Die Kinder stellen sich hintereinander auf und fassen den jeweiligen Vordermann an den Schultern.
- Der Trainer führt die Gruppe als Zugführer durch die Straßen der Stadt. Von Zeit zu Zeit steigen alle an Haltestellen aus und absolvieren verschiedene Aufgaben:
 - Wald: Waldbewohner imitieren, auf Bäume (den Trainer) klettern, Pilze (Hütchenkappen) sammeln.
 - Sportplatz: Weitsprung, Gymnastik, Laufübungen.
 - Diskothek: Tanzen, Breakdance, Singen.

14

SPIEL



Alle imitieren das, was der Trainer vormacht.

Schattenlaufen

Organisation und Ablauf

- Ein 10 x 10 Meter großes Feld markieren.
- Alle Kinder laufen dem Trainer hinterher, der Richtungsänderungen vollzieht, Tempo und Laufstil variiert und Bewegungen wie in die Hocke gehen, hüpfen etc. einbaut.

Variationen

- Kinder übernehmen die Rolle des Trainers.
- Kinder gehen paarweise oder in kleineren Gruppen zusammen und wechseln sich in der Führung ab.

15

SPIEL



In der Höhle: Für diesen kleinen Mann kam jede Hilfe zu spät.

Wie spät ist es, Herr Wolf?

Organisation und Ablauf

- Alle Kinder und der Trainer (Wolf) bewegen sich in einem 10 x 10 Meter großen Feld.
- Von Zeit zu Zeit rufen die Spieler „Wie spät ist es, Herr Wolf?“. Der Wolf antwortet immer mit verschiedenen Zeitangaben, wie z. B. „18.15 Uhr!“.
- Sobald der Wolf aber „Zeit zum Abendessen!“ ruft, stürzt er sich mit Gebrüll auf die Kinder und versucht, sie zu fangen und in seine Höhle zu schleppen (z. B. Torraum).

ANZEIGE

ONLINE-ERGÄNZUNG

Exemplarischer Elternbrief

Für Eltern und Kinder ist das Bambini-Training oft der erste Kontakt zum Verein. Wenn Sie zur neuen Saison eine Mini-Mannschaft übernehmen, wird Ihnen dieser Elternbrief nicht nur den Einstieg, sondern auch die zukünftige Zusammenarbeit mit den Eltern erleichtern.

<http://trainermedien.dfb.de>

