



Aargauischer  
**Fussballverband**



# Training mit Kindern





Aargauischer  
**Fussballverband**



# Ausbildung im Verein

Technik

GAG-Methode

Spielen, spielen

Schnelligkeit

Laufschule

Koordination

Spass

4er Drill



Aargauischer  
**Fussballverband**



# Technik

Ballführen

Zuspiele

Ballan – und Mitnahme

Torschuss

Kopfball



Aargauischer  
**Fussballverband**



# Technik

## Ballführen

Am Anfang der Fussballer – Ausbildung sollte vor allem der Umgang mit dem Ball trainiert werden.

Die Kinder sollten zuerst lernen den Ball zu beherrschen.



Aargauischer  
**Fussballverband**



## Technik

Zuspiele / Ballan- und Mitnahme

Das Kind, der Ball und die Mitspieler.

Wenn die Kinder den Umgang mit dem Ball beherrschen, können in den Trainings Zuspiele / Ballan – und Mitnahme geübt werden.



Aargauischer  
**Fussballverband**



## Technik

Torschuss

Gezielter Torschuss Innen- und Vollrist

Rhythmuswechsel vor dem Schuss

Oberkörper leicht nach vorne

Durchziehen des Schussbeines

Standbein neben dem Ball



Aargauischer  
**Fussballverband**



## Technik

Kopfball

Auch der Kopfball muss geübt werden

Augen offen

Ausholbewegung



Aargauischer  
**Fussballverband**



# Koordination / Laufschnelle / Schnelligkeit

Einfache Übungen gemäss DVD Hans Tanner



Aargauischer  
**Fussballverband**



## GAG - Methode

	<b>G</b> anzheit	<b>A</b> nalyse	<b>G</b> anzheit	
<b>Aufwärmen</b>	<b>Spiel</b>	<b>Lernen, Üben, Trainieren</b>	<b>Spiel</b>	<b>Ausklang</b>



# Aargauischer Fussballverband



Phase	Thema	Mögliche Inhalte	Zeit 90'
Einstimmen	Spielerisch Bewegen	Spiel zum Einstimmen Koordinative Übungen Beweglichkeit oder Schnelligkeit	15-20 Minuten
Ganzheit	Spiel 1	Ein Spiel mit bestimmten Vorgaben, welche zielbezogen auf das Lektionsthema gerichtet sind	15-20 Minuten
Analyse	1-2 Übungen	<b>Technische Fähigkeiten</b> -Ballführen, Torschuss, Zuspiel, -Ballannahme etc. -Koordinative Fähigkeiten -Spielverständnis schulen -Raumaufteilung -Viererdrill	20-30 Minuten
Ganzheit	Spiel 2	Freies Spiel mit dem Ziel Spielfreude und Kreativität zu fördern. Der Trainer zieht sich zurück, beobachtet, lobt.	15-20 Minuten
Ausklingen	Spielerisch	Kooperatives Spiel, Wahrnehmungsspiel, Loben etc.	10 Minuten



Aargauischer  
**Fussballverband**



# FRAGEN ?