

Das Kind kennen und verstehen lernen

Bertrand Choffat
Instructeur ASF

Das Kind kennen und verstehen lernen (1)

- **Wachstum**
- **Alter (das biologische Alter gegenüber dem kalendarischen Alter in den Vordergrund stellen)**
- **Der Körper (kindliche Gelenke und die Wirbelsäule sind noch sehr empfindlich)**

Das Kind kennen und verstehen lernen (2)

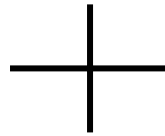
- **Psychosoziale Merkmale / Konzentrationsfähigkeit (die Erregungsprozesse sind grösser als die Hemmungsprozesse) (Weineck 1996)**
- **Weltzuwendung und Begriffsbildung über Wahrnehmung und Bewegung (Phase der Kognition)**
- **Seele und Geist (Lerngebiet und Begeisterungsfähigkeit)**

Die notwendigen Qualitäten, um ein vollständiger Fussballspieler zu werden

- **KO** Konditionsfähigkeit
- **TE** Technik
- **TA** Taktik
- **PSY** Mentales

Der Trainer

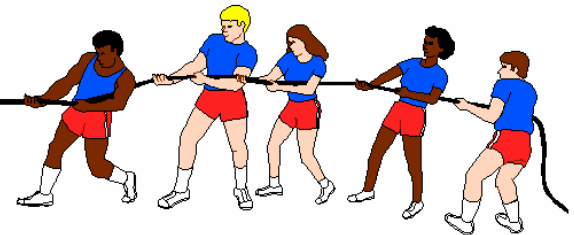
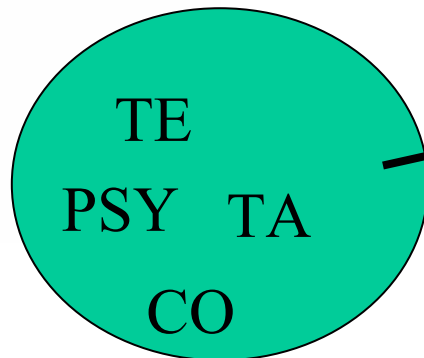
Anforderungen des
modernen Fußballs
kennen



Physiologische und
psychologische
Anforderungen
kennen



Entwicklungsphasen



Kindern fordern - aber richtig!



Bertrand Choffat / Instructeur ASF

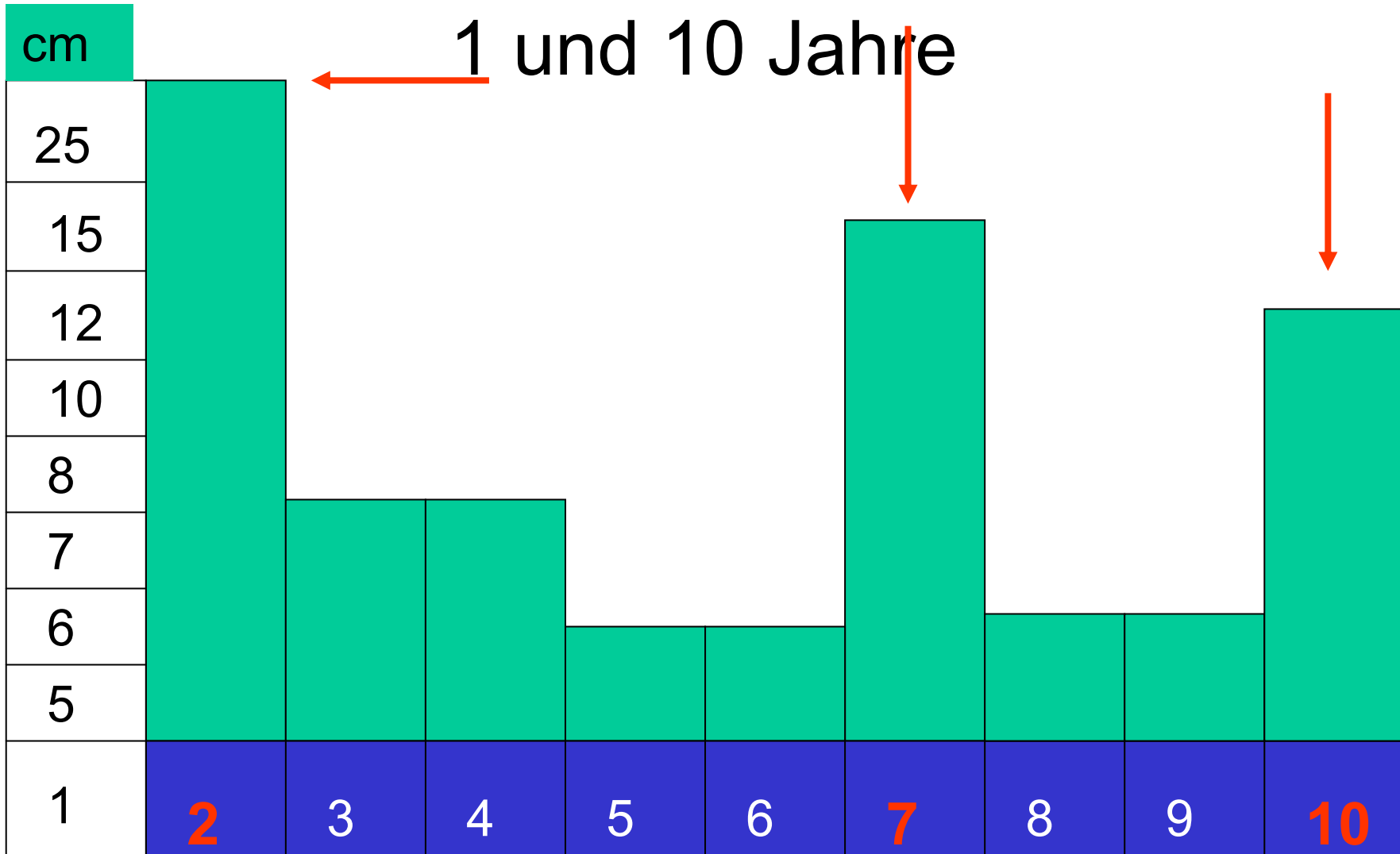
Kinderfussball !!!



Das Kind ist kein Erwachsener im Kleinformat

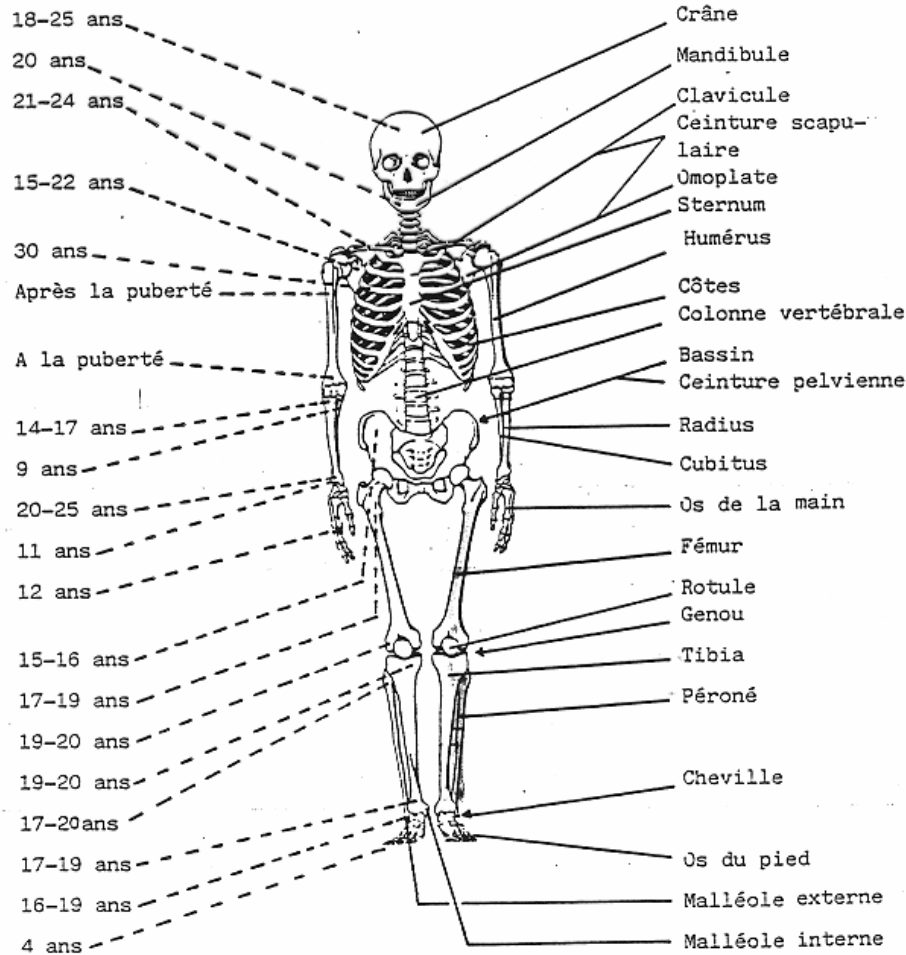
Wachstumsverlauf zwischen

1 und 10 Jahre



Jahre

Der Körper / Die Knochen

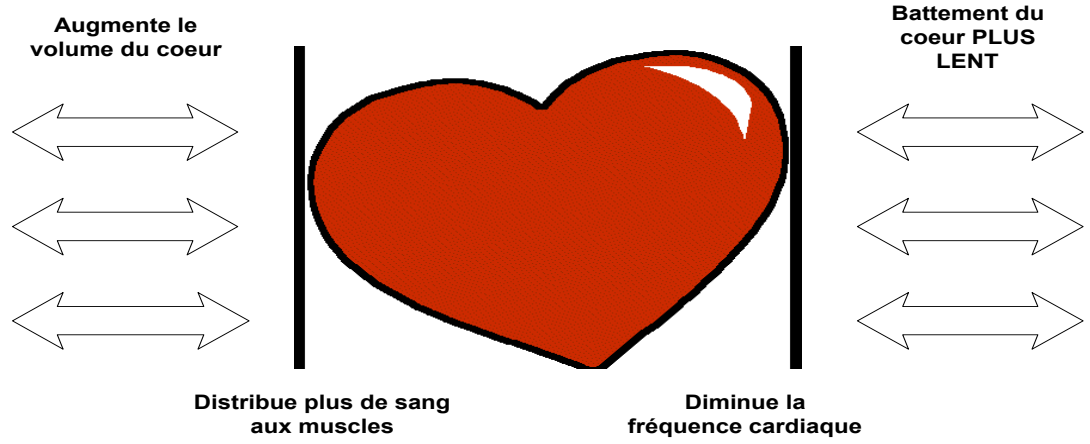


**Ein statischer Teil
(das Gerippe)
Ein dynamischer
Teil (Die Muskeln)**

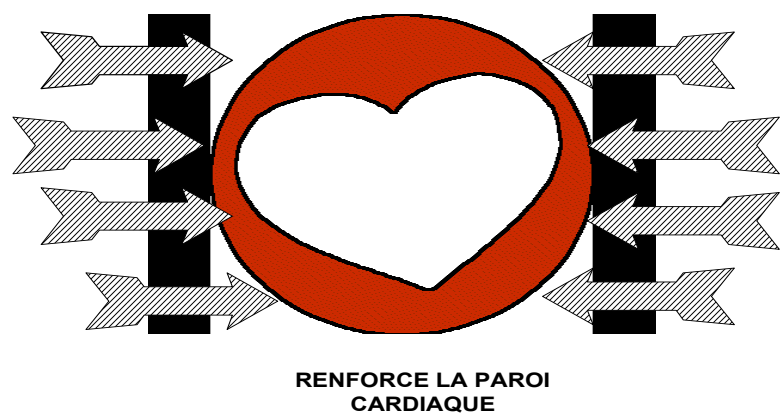
Knochenwachstum nach dem Alter

Bertrand Choffat / Instructeur ASF

**VOIE AEROBIQUE (AVEC APPORT D'OXYGENE)
EN ENDURANCE**



**VOIE ANAEROBIQUE (EN DETTE D'OXYGENE)
EN RESISTANCE**



**ENTRE 8 ET 14 ANS INTERDICTION DE TRAVAILLER
EN ANAEROBIE DE FACON SPECIFIQUE**

**Einfluss des
Trainings auf
das Herz**

STADES·DE·DEVELOPPEMENT·ET· COMPORTEMENTS·AFFECTIFS, SOCIAUX,·PSYCHOLOGIQUES¶

| ANNES* | DEGRE* | STADES·DE· DEVELOPPEMENT* | COMPORTEMENTS* |
|--------|------------------|------------------------------|--|
| 20** | A** | ADOLESCENCE ¶ | ** |
| 19** | ** | ** | insécurité·E·identité·personnelle ** |
| 18** | ** | ** | affranchissement des parents** |
| 17** | ** | ** | ralentissement de l'apprentissage ** |
| 16** | B** | 2ème phase** | saute d'humeur·!!! ¶ |
| 15** | ** | PUBERTE ** | ** |
| 14** | C** | 1ère PHASE** | pensée abstraite** |
| 13** | ** | ** | contrôle réfléchi de l'environnement** |
| 12** | D** | 2ème PHASE** | systeme nerveux en constant développement** |
| 11** | ** | ** | perception peu développée¶ ESPACE··TEMPS ** |
| 10** | E** | AGE·SCOLAIRE ¶ | ** |
| 9** | ** | ** | spontanéité + enthousiasme** |
| 8** | ** | 1ère PHASE** | égocentrisme ** |
| 7** | F** | ** | pas d'anticipation¶ ni règles, ni théorie :· JEU·ET·LAISSER· JOUER ¶ IMITATION·=·BONNE·DEMONSTRATION ¶ |
| 6** | ** | ** | ** |
| 5** | ECOLE· FOOT** | ** | ** |
| 4** | ** | ¶ | ** |
| 3** | ** | PETITE·ENFANCE ** | ** |
| 2** | ** | AGE·PRESCOLAIRE** | ** |
| 1** | ** | NOURISSON** | ** |

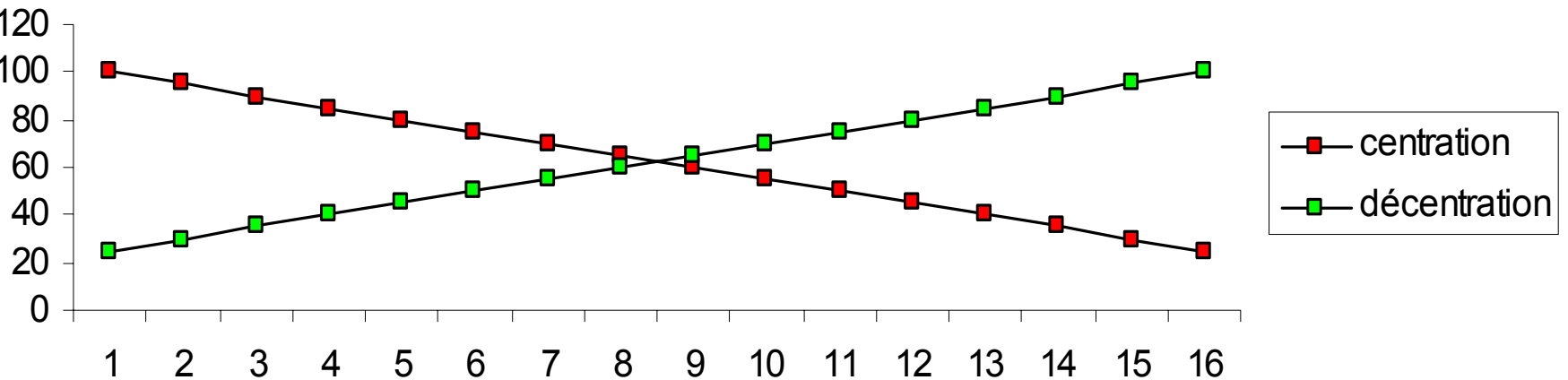
Ich, ich und ich und der Ball



Egozentrik - vom Einzel- zum Mannschaftsspieler

Das Zentrum der Welt

Wenn nicht mehr alle Kinder dem Ball nachrennen, so ist das eine Folge der sozialen Entwicklung und des Spielverständnisses der Kinder vom Einzel- zum Mannschaftsspieler



6 - 8 ans

SPIELEN

8 - 9 ans

EINFUEHREN

9 - 12 ans

SCHULUNG

12 ANS

TRAINIEREN (KOMPLEXE FORMEN)

Ueber- blick

**BIOLOGIQUE
PSYCHIQUE**

SOCIAL

PSYCHOLOGIQUE

EXTERIEUR

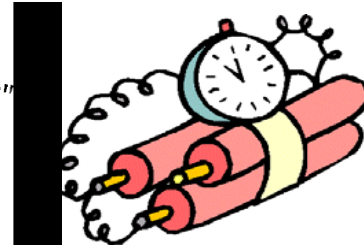
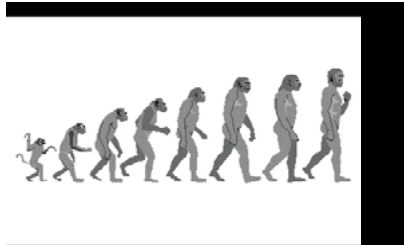
CROISSANCE

**GROUPE
EQUIPE**

**Particularités
selon l'âge**

**Famille
Ecole**

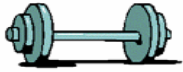
**MENTAL
Volonté/maîtrise de
soi**



**C'EST LA MAÎTRISE DE SES ELEMENTS
QUI FERA L'ENTRAÎNEUR
ET NON LES RESULTATS**

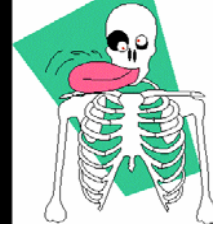


Achtung Konditionstraining!!!

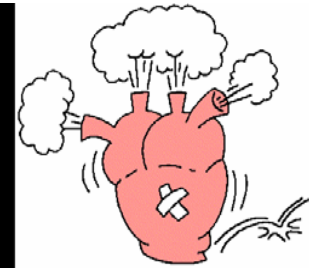


Kein spezifisches
Krafttraining, sondern nur
Rumpfstabilisation

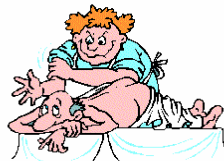
THABBAK!



Anaerobe
Ausdauer (kein
Stehvermögen
trainieren)



Achtung Gefahr: Irreparable Schäden



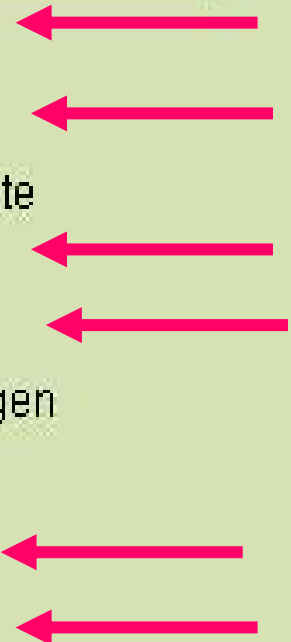
B

ASF



"Typische" Merkmale von Bambini

- Großer Bewegungs- und Spieldrang
- Schnelle Ermüdung
- Hohe Beweglichkeit, schwach ausgebildete Muskulatur
- Geringe koordinative Eigenschaften
- Unterschiedliche Leistungsvoraussetzungen
- Ausgeprägte Neugierde
- Geringes Konzentrationsvermögen
- Starke Ich-Bezogenheit
- Starke Orientierung am Trainer
- Ausgeprägte Phantasiewelt





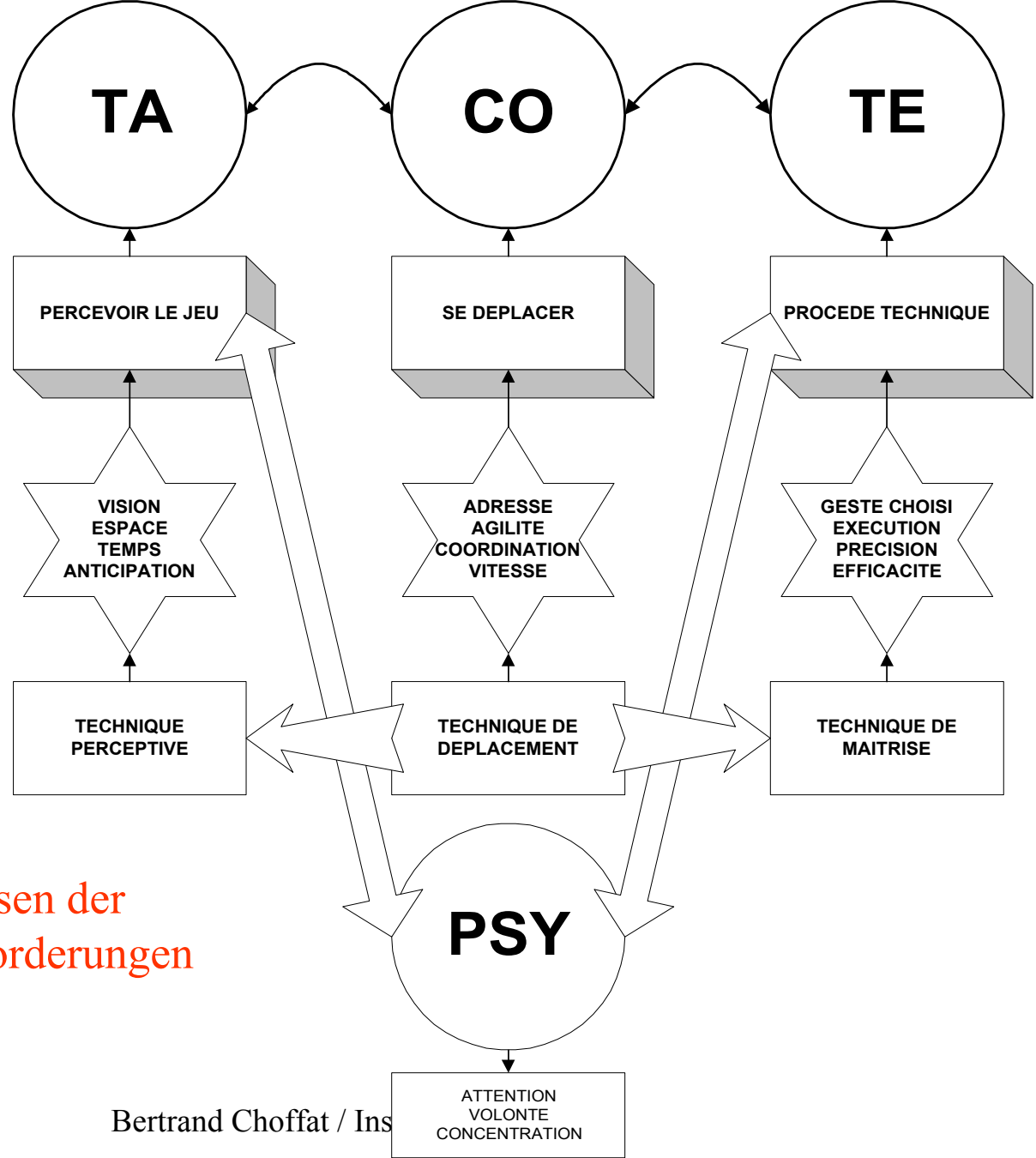
Merkmale von F- und E-Junioren

- Ausgeprägte Bewegungs- und Spielfreude ←
- Große Begeisterung für das Wettkämpfen mit anderen
- Koordinative Probleme und eine nur schwach ausgeprägte Muskulatur ←
- Geringes Konzentrationsvermögen ←
- Starke, unkritische Orientierung an erwachsenen Vorbildern



Merkmale von D- und C-Junioren

- Körperliche und psychische Ausgeglichenheit der D-Junioren ●
- Positive Persönlichkeitsmerkmale im „goldenen Lernalter“ wie Selbstvertrauen, ein verbessertes Konzentrationsvermögen, eine hohe Lern- und Leistungsbereitschaft, Bewegungsfreude ●
- Ausgeprägtes Koordinationsvermögen ●
- Zum Ende der D- und zu Beginn der C-Junioren: körperlicher und psychischer Einschnitt mit Eintritt in die Pubertät ●



Entwicklungsphasen der
fussballerischen Anforderungen

Sporterziehung

Respekt vor dem Trainer, Mitspieler,
Gegenspieler, Schiedsrichter und Umfeld

Verantwortung übernehmen

Pünktlichkeit und Zusammenarbeit

**Kenntnis der Spielregeln und
deren Einhaltung**

Körperpflege

Das Material sauber halten

