



Lerninhalt	Lernziele	Variationen	Anreize
<p>Jonglierspiel siehe Abb.1</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbesserung der Ballbehandlung</li> <li>• Motivation durch schnelle Lernerfolge</li> <li>• Anleiten zum täglichen Arbeiten an Fernzielen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzelwettkampf</li> <li>• Staffelspiel</li> <li>• Lösen von Jonglieraufgaben im Team</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Torabschluss bei Aufgabenlösung</li> <li>• Sieger stellen die Teams zusammen</li> <li>• Wettkampf</li> </ul>
<p>Krafttechnik/ Koordination</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erhalt der natürlichen Bewegungsmuster</li> <li>• Schulung komplexer Bewegungsmuster zur Vorbereitung des Krafttrainings</li> <li>• Verletzungsprävention</li> <li>• Leistungsoptimierung</li> <li>• Aktivierung/ Tonisierung der Muskulatur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Methodische Reihe zum Erlernen der klassischen Gewichthebe Techniken</li> <li>• Kraftspiele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Übertrag in Antrittsgeschwindigkeit</li> <li>• Stärkung des Selbstbewusstseins</li> <li>• Spaßfaktor</li> </ul>
<p>Sprints Siehe Abb.1</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Förderung der primären und sekundären Schnelligkeit</li> <li>• Förderung der primären und sekundären Reaktion</li> <li>• Weiterentwicklung durch Wettkampf</li> <li>• Motivation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• geradlinige Sprints</li> <li>• Sprints mit Richtungswechseln</li> <li>• Sprints mit komplexen Entscheidungsprozessen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wettkampf</li> </ul>



## Fragenkatalog

1 vs. 1+(2) -> 3 Ausnutzung des höchstmöglichen Tempos in Unterzahlssituationen, zum Kreieren von lokalen Gleichzahlsituationen bzw. Überzahlsituationen

1 vs. 1+(2)

2 vs. 1+(2)

3 vs. 1+(2)

3 vs. 0 -> 3 vs. 2

### Automatisierung von Entscheidungsprozessen

3 vs. 0

3 vs. 1

3 vs. 2

3 vs. 3

- Wann entscheide ich mich für eines der Tore?
- Wann spiele ich ab?
- Wo sollten die 2 Verteidiger aus dem Rückraum starten?
- Warum sollte der Ball möglichst immer in den Lauf des Mitspielers gepasst werden wenn sich vor ihm kein Gegenspieler befindet?
- Welche Gründe sehen Sie den Ball direkt abzuspielen? Können Sie mit Ball am Fuß schneller laufen als ohne?
- Mit welchem Fuß sollte der Ball gespielt werden? Warum?
- Welcher der Angreifer sollte am Besten den Ball führen, wenn der Verteidiger den Ballbesitzenden angreift?
- Wann sollte der Ball gespielt werden?
- Wo sollte sich der mittlere Angreifer aufhalten, wenn der Ball bei einem Außenstürmer ist?
- Wie viele Pässe sind nötig?
- Was bedingt die Entscheidung auf welches Tor gespielt wird?
- Welcher Angreifer hat die beste Möglichkeit zum Torerfolg?
- Warum sollte ein Angreifer zurückhängend spielen? Warum der Mittlere?
- Welche Aufgaben hat der zurückhängende Spieler?
- Wie agiert die verteidigende Mannschaft?

07.12.16

FC Carl-Zeiss Jena







Abbildung 2: Erwärmung: Sprint- und Jonglierspiele

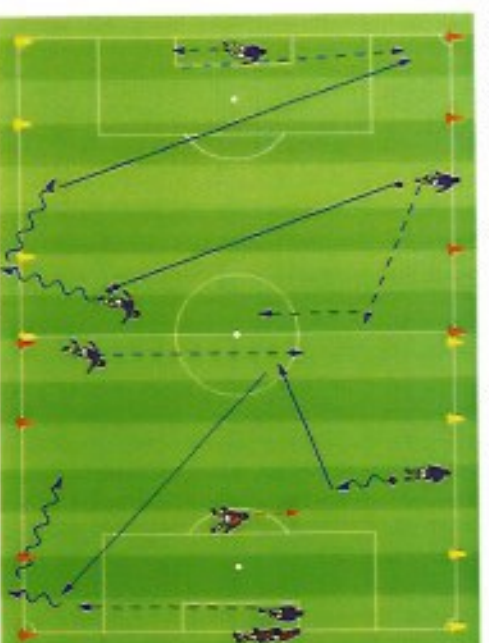


Abbildung 3: 3 vs. 0 und 3 vs. 1

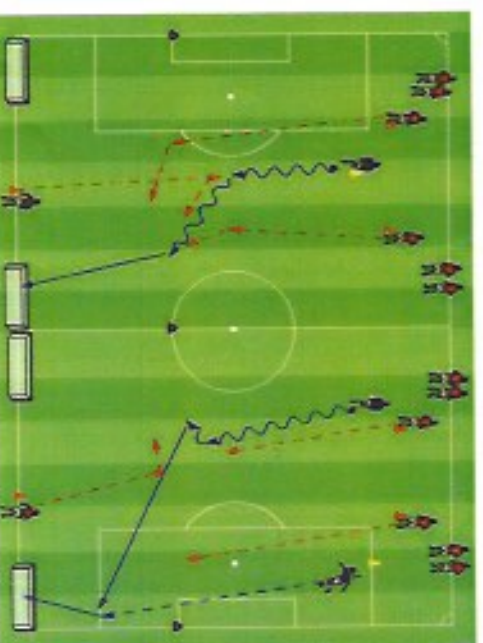


Abbildung 1: 1 vs. 1+2 und 2 vs. 1+2

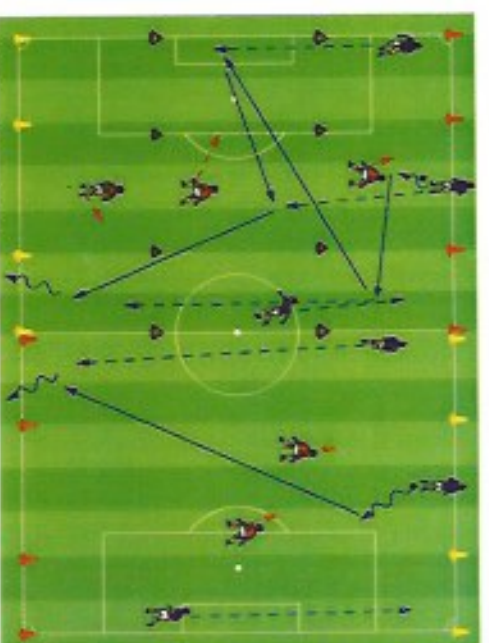


Abbildung 4: 3 vs. 1+1+1





## FUNiño – Wiedergeburt des Straßenfußballs

### Was ist FUNiño?

*FUNiño ist ein Baustein der weltbekannten Methode „Fútbol a la medida del niño“, die von Horst Wein Mitte der 80-iger Jahren erdacht wurde. Es dient zur Entwicklung der Spielintelligenz im optimalen Lernalter zwischen 8 und 12 Jahren. Im Mittelpunkt steht das Spiel 3:3 auf vier Tore. Diese, in Spanien sehr verbreitete Fußballentwicklungsmethode, wird auch als die Wiedergeburt des Straßenfußballs bezeichnet.*

### Warum FUNiño?

- Vergnügen und Freunde für alle, unabhängig vom Spielniveau
- schnelle Erfolgserlebnisse, durch viele Ballkontakte und Torabschlüsse
- Erfolg durch Zusammenarbeit und Verständigung
- Schulung der wichtigsten Grundpositionen und -taktiken des Fußballspiels
- Schulung jedes Spielers auf allen Positionen
- Spiel mit, statt gegen den Ball
- Förderung von Kreativität und Spielintelligenz
- Problemlösung durch Trainerfragen
- Spieler lernen, bessere Spielentscheidungen schneller zu treffen

### Wie wird FUNiño gespielt?

- drei gegen drei, bevorzugt ohne Wechsler
- Spiel ohne Torhüter
- jeweils zwei Tore auf der Grundlinie
- Spielzeit max. zwei Minuten
- aus jeder Spielsituation kann ein Tor erzielt werden
- nach Torerfolg Anspiel oder -dribbling von der Grundlinie
- kein Toraus (Ballbesitz für verteidigende Mannschaft)
- Seitenaus (Spieleröffnung durch Eindribbeln)
- kein Elfmeter
- kein Abseits
- Ballart und -größe dem Alter und Untergrund anpassen und variieren

