

Praxisbeilage 50: Fussball Kids

Kindern beim Fussballspiel zusehen macht Freude: strahlend, fröhlich, jubelnd wenn ein Tor erzielt wurde, wenn sie voller Engagement bei der Sache sind. Es ist an uns Trainern, Leitern und Lehrern das Potenzial zu erkennen und den Kindern diese positiven Erlebnisse zu ermöglichen.

Fussball ist der beliebteste Teamsport der Schweizer. Besonders geschätzt ist er seit jeher bei den Knaben, immer mehr Mädchen finden aber den Zugang. Egal, ob im Verein, auf irgendeiner Wiese, in einem Innenhof: dieses einfache Spiel verbindet wie kaum ein anderes. Ein Ball, vier Steine, um die Tore zu markieren, ein paar wichtige Grundregeln und nichts mehr steht dem Vergnügen im Weg!



Spiellust entwickeln

Für jeden Trainer, jeden Sportfach-Leiter, jede Lehrperson im Sport ist eine Sammlung von praxisnahen Übungen eine willkommene Hilfe. Vor allem dann, wenn die Übungen ohne zeitraubendes, theoretisches Studium anwendbar sind. Die vorliegende Praxisbeilage bietet dies an. Wichtig ist eine geeignete Übungsauswahl, welche vor allem dem Spieltrieb von Kindern entgegenkommt, denn Kinder wollen spielen und sich bewegen.

Beim Trainieren von 5- bis 10-jährigen Fussballbegeisterten geht in erster Linie darum, die Freude an der gewählten Sportart und am Sport allgemein nicht nur zu erhalten, sondern sie auch gezielt zu fördern. Denn Spass ist eine erquickende Wohltat für Körper, Geist und Seele. Zu vermeiden sind Angst vor Aufgaben und Leistungsversagen.

Keine Berührungsängste

Kinder wollen gefördert und gefordert werden. Besonders koordinative Übungen sind geeignet dafür. Auch das Sehen, Hören, Fühlen und der Bewegungssinn können gezielt gefördert werden. Kinder sind offen für vieles und denken noch nicht in fixen Strukturen. Sie wollen alle Positionen ausprobieren, stürmen, aufbauen oder auch Mal als Torhüter Paraden zeigen.

Auch diesem Wunsch kommt diese Praxisbeilage entgegen. Angeboten wird eine kleine Auswahl an Torhüter-Übungen zum Hechten. Mit einigen ausgewählten Übungen kann man den ganzheitlichen Aspekt berücksichtigen und komplexere Sequenzen ins Training einbauen.

Gegenseitigen Respekt fördern

Die Qualität eines Trainings steigt und fällt bekanntlich mit dem Unterrichtenden. Mit einer positiven Lebenseinstellung und ohne krampfhaften Ehrgeiz soll er die Freude und den Spass am Fussball vermitteln. Und nicht zu vergessen die Vermittlung von Respekt und Achtung des Gegners, des Schiedsrichters und der Funktionäre.

[Praxisbeilage 50: Fussball Kids \(pdf\)](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO