

# INHALT

<b>Aufbau der Unterrichtsreihe</b>	<b>3</b>
<b>Materialien der Unterrichtsreihe</b>	<b>5</b>
Vorschläge für die Bewertung	
<b>FAQ- Fußball im Coaching-System</b>	<b>6</b>
Fragen <b>vor</b> der Unterrichtsreihe	<b>6</b>
Fragen <b>zur Vorbereitung</b> der Unterrichtsreihe	<b>6</b>
Fragen <b>zur Durchführung</b> der Unterrichtsreihe	<b>7</b>
<b>DS 1 - Organisation, Eröffnungsturnier, Coach- und Teameinteilung</b>	<b>9</b>
<b>DS 2 bis 5 - Trainingsstunden zum Dribbeln, Passen und Schießen</b>	<b>11</b>
<b>DS 5/6 - Leistungsüberprüfung Dribbeln/ Passen/Schießen/Spielen</b>	<b>13</b>
<b>DS 7 - Abschlussevent</b>	<b>14</b>

# WIMASU

# PROBEMATERIAL

## IMPRESSUM

© WIMASU.de 2018 Janes Veit und Christoph Walther GbR  
Alle Rechte vorbehalten. Alle Nachdrucke und digitale Weitergabe nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung.

<https://wimasu.de/shop/fussball>

1. Version

Fotos: Janes Veit | Illustrationen: Nao Matsuyama

Satz und Layout: new office | Redaktion: Christoph Walther, Janes Veit | Lektorat: Leif Boe

## DIESES DOKUMENT ZITIEREN

Steuer, S. Uzuner, F. (2018) Fußball im Coaching System  
Eingeschränkter Zugriff am DATUM unter  
<https://www.wimasu.de/shop/fussball>

# AUFBAU DER UNTERRICHTSREIHE

In dieser Unterrichtseinheit geht es darum, dass Schülerinnen und Schüler (SuS) von- und miteinander das Fußballspielen lernen. Häufig ist der Schulsport der einzige Ort, an dem erfahrene Vereinsfußballerinnen und -fußballer auf Fußballanfängerinnen und -anfänger oder gar Fußball ablehnende Schülerinnen und Schüler treffen, sodass gerade beim Fußball eine große Heterogenität deutlich wird. Eine Möglichkeit des aktiven Umgangs mit großen Vorerfahrungen auf der einen und großen Ängsten vor dem Fußballspiel auf der anderen Seite ist aus unserer Sicht „Fußball im Coaching-System“.

Ausgewählte SuS-Coaches planen dazu mithilfe eines Übungskatalogs kurze Trainingseinheiten (ca. 30 Min.) zu

festgelegten Technikscherpunkten für ihre jeweiligen Kleingruppen. Diese Trainingsphasen stellen den ersten Teil von insgesamt vier Übungsdoppelstunden dar. Nach gegenseitigem Feedback zum Trainingsverlauf innerhalb der Gruppen folgt im Rest der Doppelstunde eine Spielphase, in der der Fokus auf der Anwendung der behandelten Technik liegt.

Mit dieser Grundkonzeption über ca. vier Doppelstunden soll verstärkt die überfachliche Sozialkompetenz sowie die innerfachliche Team- und Bewegungskompetenz gefördert werden. Die Übersicht über die gesamte Einheit kann der folgenden Tabelle entnommen werden.

**TABELLE 1: ÜBERBLICK ÜBER DEN ABLAUF DER UNTERRICHTSREIHE**

DOPPELSTUNDEN (DS)	INHALT	FOKUS	DAUER
1. DS	Organisation, Coach- und Teameinteilung, Eröffnungsturnier inkl. Teamdiagnose	Einstieg in die Unterrichtsreihe	90 Min.
2. DS	Trainingsdoppelstunden • 30-40 Min. Training (inkl. Aufwärmen durch die Coaches)	Dribbling: Ballführung und -kontrolle	90 Min.
3. DS	• 30-40 Min Ganzfeld Spiele mit gemischten Teams	Passen: Ballannahme und -mitnahme	90 Min.
4. DS	• Peer-Feedback zum Training nach der jeweiligen Trainingseinheit durch Schülercoaches	Schießen: ruhender Ball ins Tor; bewegter Ball ins Tor; Ball ins Tor gegen Störung	90 Min.
5. DS	• Peer-Feedback zum Spielverhalten nach dem gemischten Turnier am Stundenende	Optional: offene Stunde anhand von Teammeeting am Ende der 4. DS	90 Min.
6. DS	Ggfs. Leistungsmessung		90 Min.
7. DS	Abschlussturnier in Trainingsgruppen		90 Min.

Es bietet sich an, in Absprache mit den SuS-Coaches im Verlauf der Einheit eine Leistungsmessung zu entwickeln und diese am Ende der Einheit durchzuführen.

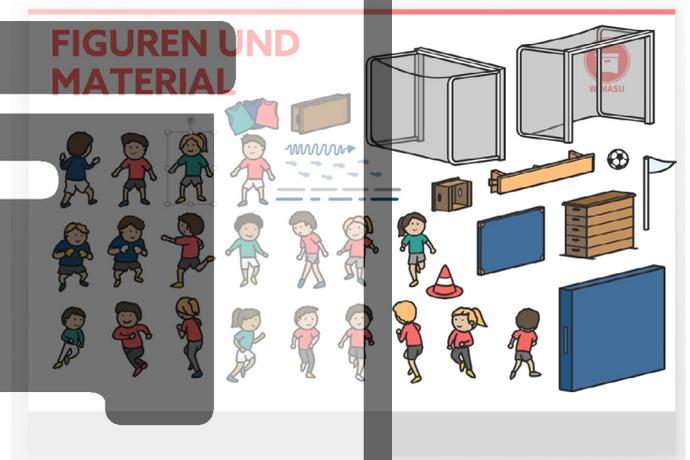
Die Unterrichtsreihe wurde von uns in leicht abgewandelter Form in den Jahrgangsstufen 5 bis zur Q-Phase durchgeführt. Das Grundkonzept lässt sich problemlos auch

auf die Vermittlung anderer (Ball-) Sportarten übertragen. Bei älteren Schülerinnen und Schülern kann der Fokus vermehrt auf Spielbeobachtung und Feedback gelegt werden. Bei Jüngeren kann diese Aufgabe auch durch die Lehrkraft erfolgen. In Tab. 2 werden die Kompetenzziele der Unterrichtsreihe zusammengefasst.

# MATERIALIEN DER UNTERRICHTSREIHE

Insgesamt wird in der Reihe folgendes Dokumentationsmaterial eingesetzt, welches sich im Material zu dieser Unterrichtsreihe als PDF und editierbare Powerpoint-Datei befindet.

**Hinweis zum optionalen digitalen Trainingsplaner:** Sollten es die Rahmenbedingungen der Schule ermöglichen, kann auch der Powerpoint-Trainingsplaner zum Einsatz kommen. Mit diesem können individuelle Trainingsübungskarten erstellt werden, sodass die Coaches auf eigene Visualisierungen zurückgreifen können.



- Trainingsplanungsbögen
- Spiel-/Trainingsbeobachtungsbögen
- Lehrkraftsbeobachtungsbögen
- Verträge für Trainierende und Coaches
- Fußballspezifischer Übungskatalog
- Informationsblatt für die Coaches

Für die Durchführung der Reihe reicht im Allgemeinen ein Hallendrittel einer Dreifelderhalle. Mehr Platz ist wie fast immer im Sportunterricht gut, insbesondere in den Übungsphasen. Bei der Durchführung in einem Hallendrittel müssen sich in den Trainingsstunden ggf. zwei Coachgruppen eine Übungsstation teilen.

## VORSCHLÄGE FÜR DIE BEWERTUNG DER EINHEIT:

- Durchführung der Stunden durch Coaches
- Mitarbeit der Trainierenden
- Peer-Feedback
- Beobachtungen aus den Spielphasen
- (evt.) Leistungsüberprüfung (Technik & Spiel)

### Für die Reihe werden folgende Materialien benötigt:

- Spielfeldmarkierungen (Hütchen)
- Fußbälle oder Futsal-Bälle
- Leibchen
- Trainingsspezifische Materialien der jeweiligen Coaches
- Tore (hier eine Auswahl an Tormöglichkeiten):



Vor der Darstellung der Unterrichtsstunden haben wir gängige Fragen und Antworten als FAQ (frequently asked questions) zusammengestellt. Aus diesen kann man sich bereits ein gutes Bild über die Knackpunkte der Reihe machen.

# FAQ- FUSSBALL IM COACHING-SYSTEM

## FRAGEN VOR DER UNTERRICHTSREIHE

### F: Für welchen Jahrgang ist die FiCS-Reihe gedacht?

A: Wir haben die Reihe für die Jahrgänge 8 und 9 konzipiert. Sie ist allerdings ohne Probleme auch für die Jahrgänge 5 bis 7 sowie die Oberstufe modifizierbar. Für die unteren Jahrgänge empfehlen sich vor allem kleine Trainingsgruppen und eine didaktische Reduzierung bei der Auswahl der Aufgaben für die Coaches (z. B. keine Spielbeobachtung der einzelnen Spielerinnen und Spieler). In der Oberstufe können Trainingsgruppen größer gestaltet werden. Des Weiteren kann eine differenziertere und progressivere Trainingssteuerung anvisiert und erwartet werden. So kann die Lehrkraft in der Oberstufe den Coaches die Prinzipien einer Trainingsprogression veranschaulichen (vom Einfachen zum Komplexen, 1-0, 1-1, live usw.) und diese dann für die Trainingsplanung einfordern.

### F: Lohnt es sich, eine Sparteinheit durchzuführen, die scheinbar material- und organisationslastig ist?

A: Ein klares Ja! Auch wenn die Planung und Durchführung der Einheit beim ersten Mal aufwendig ist, wird man spätestens bei der Freude der Lerngruppe sowie dem Kompetenzzuwachs während der Fußball-Coaching-Einheit gebührend entlohnt. Das zweite Mal geht alles wesentlich einfacher und schneller. Wir haben die Einheit bereits in fast allen Jahrgängen durchgeführt und immer weiter optimiert. Sie ist ohne Bedenken in allen Jahrgängen von 5 bis 12 (13) durchführbar. Wir empfehlen in den Jahrgängen 5 bis 7 den Spielbeobachtungsbogen für die Coaches aus Gründen der didaktischen Reduktion wegzulassen.

## FRAGEN ZUR VORBEREITUNG DER UNTERRICHTSREIHE

### F: Wie bestimme ich die Coaches?

A: Es gibt hierfür verschiedene denkbare Modelle. Eine

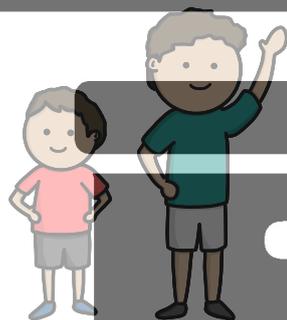
Variante ist es, mit einem Einführungsturnier zu starten, bei dem man als Lehrkraft bereits beobachten kann, wer fußballerisch heraussticht. Ähnlich hierzu könnte man mit einem einführenden Techniktest-Parcours anfangen, aus dem sich ableiten ließe, wer für die Vermittlung von Technikscherpunkten geeignet sein könnte. Ebenso ist es denkbar, nach Freiwilligen für das Coaching zu fragen. Falls es mehr Meldungen gibt als Posten zu vergeben (was normalerweise passiert), sollte die Möglichkeit der Co-Coaches erwähnt werden. Oft finden sich dann schnell Coaching-Paare und viele SuS freuen sich auch über den Co-Coach-Job. Bei der Einwahl in die Teams haben wir gute Erfahrungen mit freiwilliger Zuordnung gemacht. SuS ordnen sich hierbei nach und nach einem Coach zu.

### F: Wie viele Coaches sollte es pro Lerngruppe geben?

A: Faktoren für diese Entscheidung sind Lerngruppengröße, Anzahl der fußballaffinen SuS sowie die Hallengröße. Wir haben gute Erfahrungen gemacht, sechs Coaches zu nominieren. So bestehen die meisten Trainingsgruppen aus 5 Mitgliedern (Coach, Co-Coach, drei Trainierende – wobei der Co-Coach auch angehalten ist, als Trainierende/r alle Übungen mitzumachen; bei einer Klassengröße von 30). Bei dieser Konstellation kann man die Halle mit Langbänken dritteln und danach erneut pro Drittel halbie. Alternativ, und gerade in der Oberstufe denkbar, ist eine Coach-Anzahl von drei bis vier Coaches, wenn eine Betreuung von mehr als vier Trainierenden pro Coach zumutbar ist.

### F: Wie kann man für möglichst zuverlässige Verbindlichkeit bei den Coaches sorgen?

A: Eine Möglichkeit ist unsere FiCS-Vertragsvorlage für Coaches. Diese sollte im Idealfall bei einer Vorbesprechung diskutiert und von allen unterschrieben werden. Für die gesamte Einheit sollten sich die Coaches einen Ordner (z. B. für den Vertrag, Trainingspläne etc.) und ein Klemmbrett (für Notizen während der Einheiten) anschaffen. Im Sinne einer Trainingsdokumentation sollen alle Evaluationsbögen (Coaches über Trainierende und Trainierende



**WIMASU**  
**PROBLEMATERIAL**

# DS 2 BIS 5 – TRAININGSTUNDEN ZUM DRIBBELN, PASSESSEN UND SCHIESSEN

## MATERIAL:

- Für die Trainingsphase:
  - Individuell nach Coach/Trainingsgruppe, wird durch die Lehrkraft ausgegeben
- Für die Spielphase:
  - Fuß- oder Futsal-Bälle
  - Handball-Tore oder Alternativen (ggf. schon bereitstellen)
  - Leibchen

## DOKUMENTE:

- Unterschriebene Verträge für Coaches und Trainierende (vor der 2. DS einsammeln)
- Trainingsplaner Coaches (Tipp: nach jeder DS oder nach der 4. DS einsammeln)
- Feedbackbögen für Spieler
- Beobachtungsbögen für Coaches und Lehrkräfte

 **TIPP:** Die Coaches für Verletzungsgefahren sensibilisieren (z. B. ungenutzte Bälle etc.)

## AUFBAU:

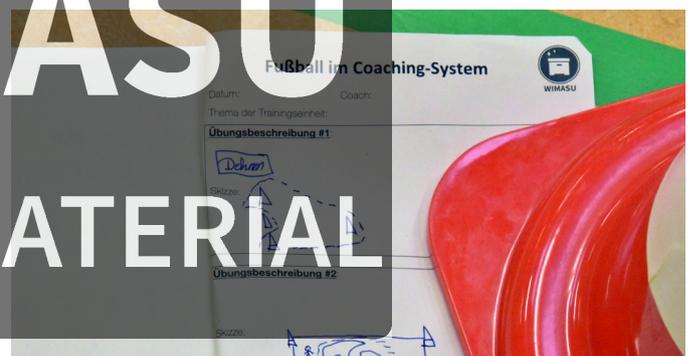
- Die Halle wird je nach Anzahl der Trainingsgruppen (am besten mit Langbänken) geteilt
- Die Coaches sind für den Aufbau ihrer Trainingsfläche selbst verantwortlich

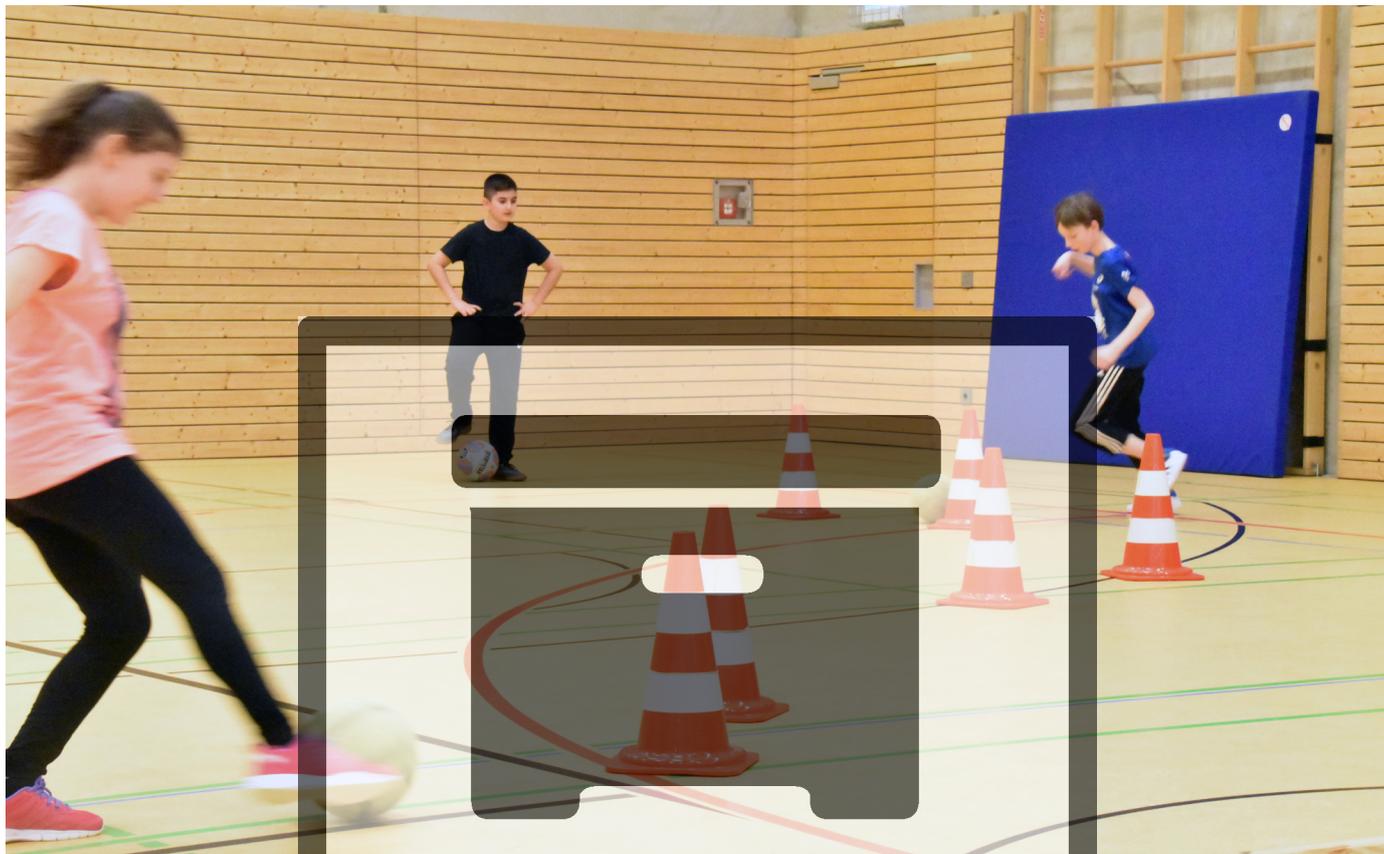
## ABLAUF:

→ Nach einer gemeinsamen Begrüßung im Plenum, bei der die Technikthemen der nächsten drei Doppelstunden kurz erarbeitet werden (Tipp als Einstiegsfrage: „Was braucht ein/e gute/r Fußballspieler/in?“), bauen die Coaches mit ihren Trainierenden eigenständig und selbstverantwortlich ihre Trainingsfelder für die jeweilige Trainingseinheit auf (Dokument: Trainingsplaner).

→ Danach wärmen sich die einzelnen Trainingsgruppen unter Anleitung ihres Coaches (oder Co-Coaches) individuell auf.

# WIMASU PROBEMATERIAL





# WIMASU PROBEMATERIAL

→ Die anschließende Trainingszeit beträgt ca. 30-35 Minuten. In dieser Zeit kann die Lehrkraft die Coaches beurteilen (Dokument: Beobachtungsbögen für Lehrkräfte).

→ Sobald das Training abgeschlossen ist, wird die Feedbackphase eingeleitet, in der die Trainierenden ihrem Coach (Dokument: Feedbackbögen für Spieler) Rückmeldung für die Planung und Durchführung der heutigen Trainingsstunde geben.

→ Gleichzeitig füllen die Coaches den Beobachtungsbogen für ihre Trainingsgruppe aus (Dokument: Beobachtungsbögen für Coaches).

→ Zum Abschluss der Feedbackphase kommen Coach und Trainingsgruppe zusammen und tauschen ihre Beurteilungen aus. Die Lehrkraft bleibt (nach Möglichkeit) in der Rolle des Beobachters.

→ Im Anschluss an jede Trainingseinheit zum jeweiligen Schwerpunkt folgt immer ein Turnier mit gemischten Teams. Hier sollte darauf geachtet werden, dass die Trainierenden eines Coaches sich auf möglichst viele Teams verteilen, so dass die Coaches während eines Spiels nicht mehr als 2-3 ihrer Trainierenden zu beobachten haben. Nur so können die Coaches ihren Gruppen individuelle, wertvolle Tipps geben (Dokument: Spielbeobachtungsbogen Coaches).

→ Nach dem kleinen Turnier setzen sich Coaches und Trainierende zusammen für eine letzte Feedback-Runde über das Verhalten der Trainierenden in den Spielen. Danach wird die Stunde gemeinsam im Sitzkreis beendet und zusammen abgebaut (Coach und Trainierende).

**TIPP:** vier kurze Spiele im Ganzfeld mit großen Toren, je 6-8 Minuten, ca. 5-6 Spielerinnen bzw. Spieler pro Feld



## DS 7 – ABSCHLUSSEVENT



Um die Einheit möglichst gelungen abzuschließen, empfiehlt es sich, **nach** der Bewertung und/oder Leistungsüberprüfung ein Abschlussevent zu organisieren. Der Veranstaltung kann ein Event-Charakter verliehen werden, indem z. B. jedes Team mit einer selbst gewählten Einlaufmusik aufs Feld kommt, ein „Announcer“ (möglicherweise ein/e inaktive/r Schüler/in) die Teamvorstellungen übernimmt oder gar Spielverläufe kommentiert (sofern technisch umsetzbar). Teams sollten im Vorfeld eine T-Shirt-Farbe aussuchen, evtl. Plakate vorbereiten usw.

Gerade bei jüngeren Jahrgängen bietet es sich an, zwei Preise zu verleihen. Einmal kann der sportliche Sieger des Abschlussturniers geehrt werden (z. B. mit einem kleinen Pokal). Bedeutsamer, und möglicherweise mit einem „größeren“ Preis auszuzeichnen, wäre eine Ehrung für den besten Teamgeist. Dabei könnte man z. B. Fan-Songs, Team-Outfit, das gegenseitige Motivieren auf und abseits des Feldes und den originellsten Team-Torjubel etc. berücksichtigen.

Abschließend sollte die gesamte Coaching-Einheit mit den SuS nach dem Event unbedingt evaluiert werden. In unserer Erfahrung sind SuS sehr ehrlich und authentisch,

wenn ihre Bedürfnisse im Laufe der Einheit im Vordergrund standen. Das Feedback erwähnt nicht nur die Coaches in (meist) sehr loblicher Form, sondern hilft uns Lehrkräften bei der Optimierung der nächsten Reihe.

### **Turniermodus:**

Der Turniermodus hängt von der Teamanzahl ab und diese variiert je Lerngruppe und Anzahl der Teammitglieder. Wir haben bei sechs Coaches sechs Teams gebildet und in zwei 3er-Gruppen gelöst (jeweils drei Spiele á 6 Minuten in beiden Gruppen). Anschließend konnten die Drittplatzierten der Gruppe, Zweitplatzierten und Erstplatzierten jeweils ein Spiel austragen. Bei vier Coaches haben wir nur eine 4er-Gruppe gebildet und jeder gegen jeden (6 Spiele) gespielt.

### **LINK-TIPP:**

Editierbare Turnierpläne stellt der DFB bereit: <https://www.dfb.de/lehrer/weiterfuehrende-schule/artikel/turnierplaene-als-download-85/>



# COACHING SYSTEM MATERIAL



# COACHING SYSTEM

# GRUPPENEINTEILUNG



Trainingsgruppe 1	Trainingsgruppe 2	Trainingsgruppe 3
Coach: _____	Coach: _____	Coach: _____
Co-Coach: _____	Co-Coach: _____	Co-Coach: _____
Spielerinnen und Spieler:	Spielerinnen und Spieler:	Spielerinnen und Spieler:
1. _____	1. _____	1. _____
2. _____	2. _____	2. _____
3. _____	3. _____	3. _____
4. _____	4. _____	4. _____
5. _____	5. _____	5. _____
Trainingsgruppe 4	Trainingsgruppe 5	Trainingsgruppe 6
Coach: _____	Coach: _____	Coach: _____
Co-Coach: _____	Co-Coach: _____	Co-Coach: _____
Spielerinnen und Spieler:	Spielerinnen und Spieler:	Spielerinnen und Spieler:
1. _____	1. _____	1. _____
2. _____	2. _____	2. _____
3. _____	3. _____	3. _____
4. _____	4. _____	4. _____
5. _____	5. _____	5. _____

**WIMASU**  
**PROBEMATERIAL**



# COACHING SYSTEM TRAININGSTIPPS FÜR DIE COACHS



## 1. Erfolg durch viele Wiederholungen

Wähle deine Übungen so aus, dass deine Spielerinnen und Spieler möglichst viele Wiederholungen durchführen können.

## 2. Vom Einfachen zum Schweren

Fang mit ganz einfachen Übungen an und steigere diese langsam.

Das heißt am Anfang sollten die Übungen ohne Gegner oder Gegnerin durchgeführt werden.

## 3. Übungen unter Druck

Erschwere langsam deine Übungen und setze deine Spielerinnen und Spieler unter Zeitdruck, bringe Verteidigerinnen bzw. Verteidiger ein (Gegnerdruck) oder lasse die Übung möglichst präzise ausführen (Präzisionsdruck).

WIMASU  
PROBEMATERIAL

# COACH-VERTRAG

## Fußball



Coach-Vertrag über den Umgang mit den Lernenden in meiner Gruppe

Ich, der/die Unterzeichnende, verpflichte mich hiermit, die folgenden Regeln einzuhalten:

- Ich versuche, fair zu sein und niemanden zu bevorzugen.
- Ich bemühe mich, Fehler zu erkennen und zu korrigieren. Dabei will ich geduldig sein, wenn etwas nicht sofort gelingt.
- Die von mir gestellten Aufgaben/Übungen sollten für alle machbar sein, d.h. ich verlange keine Unmöglichkeiten (z. B. Fallrückzieher).
- Ich werde Kritik annehmen, wenn sie begründet vorgetragen wird.

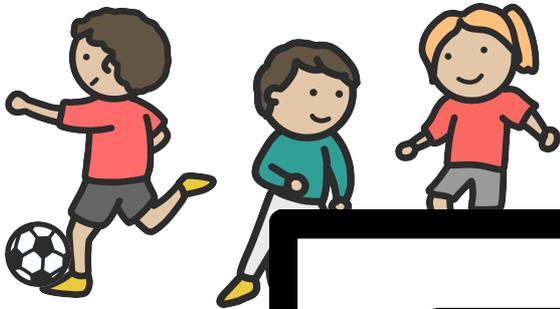
.....  
Ort, Datum

.....  
(Name des Coaches)

# COACHING SYSTEM ÜBUNGSKATALOG



22 handgezeichnete Übungen - drei Niveaustufen -  
bunter Rahmen zur Unterscheidung der Technikscherpunkte -  
Tippkarten für die Coaches



Illustrationen:  
Text: Simon

# COACHING SYSTEM ÜBUNGSKATALOG DRIBBELN



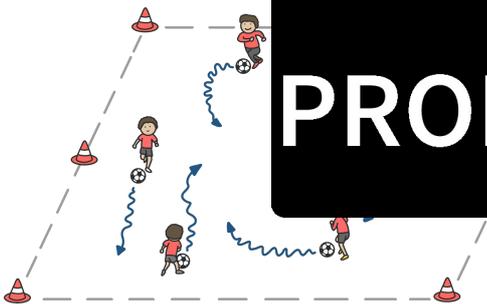
h, bei der  
pieler



leicht nach schwer,  
mit Gegenspieler.

# WIMASU PROBEMATERIAL

## DRIBBELN DRIBBELN



**Übung:** Dribbeln im Feld

**Organisation:** Spielerinnen und Spieler dribbeln in einem markierten Feld;  
Coach gibt verschiedene Übungsaufgaben vor.

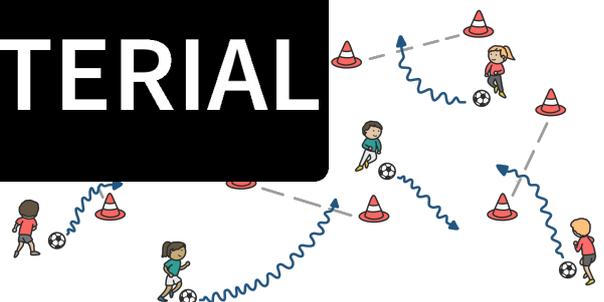
**Material:** Mindestens 4 Hütchen, 1 Ball pro Spielerin bzw. Spieler

**Übungsvorschläge:**

- Ballführung nur mit dem rechten Fuß
- Ballführung nur mit dem linken Fuß
- Pendeln zwischen den Beinen links/rechts
- Auf ein Zeichen auf den Ball setzen, danach weiter dribbeln
- Auf ein Zeichen den Ball tauschen
- Auf ein Zeichen ein schneller Richtungswechsel
- Den Ball mit der Sohle führen
- Ballführung mit der Innenseite
- Ballführung mit der Außenseite



## DURCH DRE



**Übung:** Dribbelt durch die Hütchentore.

**Organisation:** Möglichst viele Hütchentore in einem markierten Feld aufbauen,  
diese sollen von den Spielerinnen und Spielern durchdribbelt werden.

**Material:** Mehrere Hütchen, 1 Ball pro Spielerin bzw. Spieler

**Varianten:**

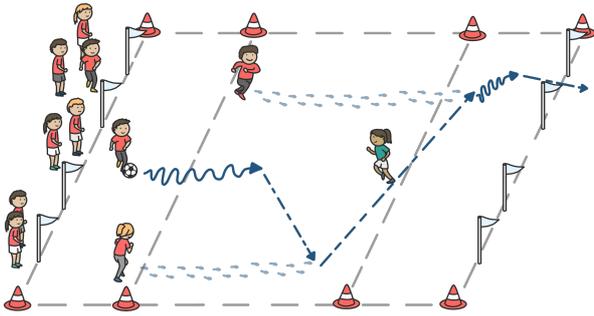
- Um dribbelt die beiden „Hütchenposten“ in einer 8.
- Auf Zeit; wer schafft in einer Minute am meisten Tore zu durchdribbeln?
- Sprintet über die „Torlinie“, anschließend wieder lockeres Laufen.

Alternativer  
Aufbau



## PASSEN UND BALLANNAHME

# 3 vs. 1



**Übung:** Im 3:1 einen Torerfolg erzielen.

**Organisation:** Das Feld ähnlich wie in der Übung. Die drei Spieler sind in Ballbesitz und versuchen, den Ball in die Endzone zu befördern und den Gegenspieler zu überwinden.

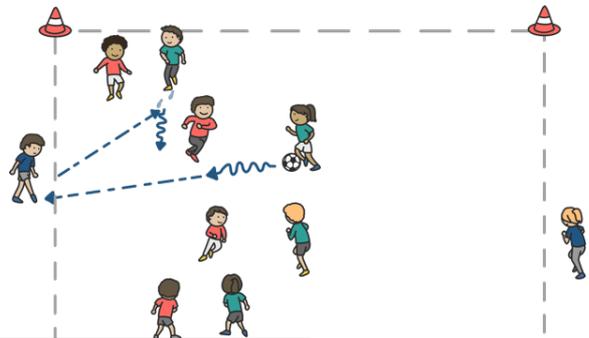
**Material:** 8 Hütchen, 1 Ball

**Varianten:**

- Nur zwei Spielerinnen
- Die Verteidigerin bzw. der Verteidiger
- Ändert die Art der Tore (z.B. Anspieler/in usw.)
- Ändert nach Ballerfolg des Torerfolgs für die Spieler
- Für Profis: Begrenzt

## PASSEN UND BALLANNAHME

# SPIEL MIT PASSTOREN



...dem Mitspieler außerhalb des Feldes zu übergeben.

...in zwei Teams ein. Man erhält mit seiner Hilfe den Ball, wenn es gelingt, eine/n der beiden Mitspielerinnen bzw. Mitspieler an Außenlinien anzuspielen. Die Mitspieler schließen anschließend in Ballbesitz.

...die Hütchen umschließen, Hütchentore

...mit Anspielerinnen bzw. Anspielern. Die Spieler vermeiden die Ballkontakte.



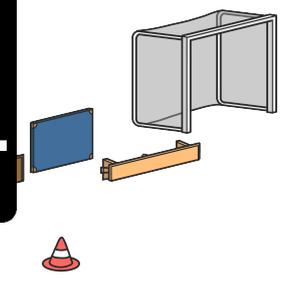
## COACHING SYSTEM

# TORSCHÜSS



# WIMASU PROBEMATERIAL

## ÜBUNGSKATALOG



**Tipp:**

- Der Schwerpunkt sollte auf der **Technik** und nicht auf der **Kraft** des Torschusses liegen.



**Tipp:**

Ihr habt nicht genug Tore für die Übungen?

1. Benutzt andere Geräte als Tore.
2. Schließt euch mit anderen Trainingsgruppen zusammen, dann habt ihr auch mehr Platz für die Übungen.

