



LEISTUNGSFAKTOREN UND STEUERUNGSMITTEL

(5 LE)

ABHOLEN DER TEILNEHMER IM VEREINSALLTAG

Die Teilnehmer haben das Modul 'Basiswissen' in ihrer Ausbildung bereits durchlaufen und dabei einige grundlegende Inhalte für Fußballtrainer erfahren. Dazu gehörten auch die vier Leistungsfaktoren, die den Fußball bestimmen: die Technik, die Taktik, die Kondition und die Persönlichkeit der Spieler. Diese und alle mit ihnen verbundenen Informationen für das gezielte Training dieser Fähigkeiten gilt es, zum Einstieg in das Trainer-C-Modul 'Erwachsene' zu wiederholen.

Während sich das Basismodul mehr mit dem Training im Juniorenbereich beschäftigt, gilt es, im Modul 'Erwachsene' konkret auch die Unterschiede herauszuarbeiten. Die Teilnehmer sind in ihren Vereinen mit den zumeist beruflich bedingten zeitlichen Einschränkungen der Spieler konfrontiert. Für die meisten ist der Fußball ein Ausgleich zum Beruf und wird meistens nur als Freizeitaktivität betrieben.

Sowohl aus diesem als auch aus organisatorischen Gründen stehen in den kleinen Amateurvereinen entsprechend nur

sehr eingeschränkte Trainingszeiten zur Verfügung. Häufig wird in den Teams nur zweimal wöchentlich trainiert! Das Hauptziel der Ausbildung ist es, den Teilnehmern genau für dieses Szenario Handlungsmöglichkeiten aufzuzeigen.

Wie geht man als Trainer mit einer heterogenen Spielerzahl im Training um? Wie begegnet man dem Platzmangel, wenn z. B. aufgrund der Witterung oder von Nachholspielen anderer Mannschaften der erwartete Trainingsplatz nicht zur Verfügung steht? Als Seniorentainer im Amateurverein braucht es in vielerlei Hinsicht Flexibilität.

Dennoch gibt es viele Inhalte zu erarbeiten, für die zur Verfügung stehende Trainingszeit häufig zu viele. Da gilt es, gezielt Abstriche zu machen bzw. mehrere Themen geschickt zusammenzufassen. In Bezug auf technisch-taktische Inhalte gilt es, geeignete Schwerpunkte zu setzen. Die Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten – zumindest in isolierter Form – tritt in den Hintergrund.

DIE ZIELE IN DIESEM AUSBILDUNGSBLOCK

Genau hier setzt dieser Ausbildungsblock des Moduls 'Erwachsene' an: Den Teilnehmern soll der Wert von Spielformen in diesem Spannungsfeld vermittelt werden. Diese steigern einerseits die Motivation der Spieler, eignen sich für eine detaillierte Erarbeitung fußballspezifischer Inhalte und verbessern zudem je nach Belastungssteuerung auch konditionelle Faktoren gezielt – aber geschickt verpackt.

Mit dem Einstieg in die Ausbildungsinhalte und der Auffrischung der bereits im Modul 'Basiswissen' erworbenen Kenntnisse werden die Teilnehmer in der ersten Praxiseinheit mit dieser Trainingsmethodik konfrontiert. Im Mittelpunkt steht dabei, dass der Referent die Steuerungsmöglichkeiten des Trainers vermittelt. Im konkreten Beispiel bedeutet dies, dass der Referent in der Hauptspielform der Einheit durch minimale Regeländerungen und Veränderungen der organisatorischen Gegebenheiten auch die inhaltlichen Schwerpunkte einer Spielform maßgeblich beeinflusst. Dabei muss er unbedingt darauf hinweisen, dass er dies selbstverständlich nur zu Demonstrationszwecken tut und dass solche Veränderungen innerhalb einer Trainingseinheit nicht vorkommen sollten. Herauszustellen gilt es außerdem, dass die Steuerungsmittel des Trainers auch dazu geeignet

SEMINARABLAUF DES BAUSTEINS

01 Die vier Leistungsfaktoren im Fußball 1 LE

Hinweis zur Lerneinheit 2 – Theorie

1. Wiederholen und Vertiefen der Inhalte aus dem Modul 'Basiswissen'
2. Inhaltliche Aufbereitung der Leistungsfaktoren 'Technik', 'Taktik', 'Kondition' und 'Persönlichkeit'
3. Reflektieren der Unterschiede in Bezug auf das Training mit Erwachsenen im Vergleich zum Training mit Junioren

02 Praxis: Steuerungsmittel in Spielformen 3 LE

Hinweis zu den Lerneinheiten 3 bis 5 – Praxis

1. Kennenlernen von Möglichkeiten des Trainers zur Steuerung von Spielformen: Training verschiedener technisch-taktischer Inhalte nur durch Veränderung organisatorischer Details bzw. durch Hinzugabe von Provokationsregeln
2. Als Mitglied der Trainingsgruppe aktiv Erfahrungen sammeln
3. Kennenlernen der Örtlichkeiten für die Durchführung der Praxiseinheiten

03 Theorie: Steuerungsmittel in Spielformen 1 LE

Hinweis zur Lerneinheit 6 – Theorie

1. Austausch der Erfahrungen aus den vorangegangenen Praxiseinheiten aus Trainer- und Spielersicht
2. Inhaltliche Abgrenzung von Übungs- und Spielformen
3. Kennenlernen von Steuerungsmöglichkeiten des Trainers in komplexen Spielformen: z. B. Feld-, Teamgröße, Schwierigkeitsgrad, Belastungsparameter usw.

sind, ein bestimmtes Verhalten der Spieler in gewissen Situationen zu provozieren.

In der anschließenden Theorieeinheit im Lehrraum steht die Erkenntnissicherung der Praxiseinheit im Vordergrund. Die Teilnehmer sollen hier einen umfangreichen Steuerungskatalog an die Hand bekommen, mit dem sie auch in ihrem Verein in der Lage sind, Spielformen gezielt nach einer zuvor erfolgten Schwerpunktsetzung zu steuern.