

# Inhalt

|  |    |
|--|----|
| Ihre Zufriedenheit ist unser Ziel!                 | 5  |
| 1. Einführung:                                     | 6  |
| 2. Entwicklungspsychologie:                        | 7  |
| 3. Trainerverhalten:                               | 10 |
| Übungsform 1: „Nummernkarussel allein“             | 12 |
| Übungsform 2: „Nummernkarussel zu zweit“           | 14 |
| Übungsform 3: „Nummernkarussel zu Dritt“           | 16 |
| Übungsform 4: „Jonglieren und Ball stoppen Teil 1“ | 18 |
| Übungsform 5: „Jonglieren und Ball stoppen Teil 2“ | 20 |
| Übungsform 6: „Reaktionsspiel“                     | 22 |
| Übungsform 7: „Passübung Teil 1“                   | 24 |
| Übungsform 8: „Passübung Teil 2“                   | 26 |
| Übungsform 9: „Rotieren Teil 1“                    | 28 |
| Übungsform 10: „Rotieren Teil 2“                   | 30 |
| Übungsform 11: „Kombination selbst finden Teil 1“  | 32 |
| Übungsform 12: „Kombination selbst finden Teil 2“  | 34 |
| Übungsform 13: „Drei gegen Drei Teil 1“            | 36 |
| Übungsform 14: „Drei gegen Drei Teil 2“            | 38 |
| Übungsform 15: „Drei gegen Drei Teil 3“            | 40 |
| Übungsform 16: „Drei gegen Drei Teil 4“            | 42 |
| Übungsform 17: „Drei gegen Drei Teil 5“            | 44 |
| Übungsform 18: „Koordinatives Laufen Teil 1“       | 46 |
| Übungsform 19: „Koordinatives Laufen Teil 2“       | 48 |
| Übungsform 20: „Umschaltspiel“                     | 50 |

|   |    |
|---|----|
| Übungsform 21: „Zickzack Teil 1“                              | 52 |
| Übungsform 22: „Zickzack Teil 2“                              | 54 |
| Übungsform 23: „Passen Teil 1“                                | 56 |
| Übungsform 24: „Passen Teil 2“                                | 58 |
| Übungsform 25: „Latten treffen“                               | 60 |
| Übungsform 26: „Biathlon“                                     | 62 |
| Übungsform 27: „Fußballbrennball“                             | 64 |
| Übungsform 28: „Vor dem Spiel“                                | 66 |
| Übungsform 29: „Tor schießen“                                 | 68 |
| Übungsform 30: „Spiel 3 gegen 3 gegen 3“                      | 70 |
| 5 Minuten vor Spielbeginn                                     | 72 |
| Test 1: „30-Meter-Sprint“                                     | 73 |
| Test 2: „Jonglieren“  | 74 |
| Test 3: „Tribbelparkour“                                      | 75 |
| Test 4: „Dreiecklauf“   | 76 |
| Entdecken Sie weitere Fußball-Handbücher von Dieter Paffrath! | 77 |
| Ihre Zufriedenheit ist unser Ziel!                            | 78 |
| Impressum   | 79 |