



Lehrgangleitung: Sportlicher Leiter und DFB Stützpunktkoordinator im SHFV - Björn Rädels

## Ablaufplan

9.30 Uhr	Theorie	Begrüßung, Vorstellung, Organisatorisches
9.45 Uhr	Theorie	<ul style="list-style-type: none"><li>- Allgemeine Einführung in die Trainingslehre anhand von Demovideos</li><li>- Gemeinsame Zielvorstellungen entwickeln</li><li>- Möglichkeiten der Einbindung von Eltern</li><li>- Grundlagen zum Techniktraining</li></ul>
11.15 Uhr	Praxis	<p>Trainingsformen zu Basistechniken im Stationstraining</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Dribbeln</li><li>- Passen</li><li>- Schießen</li><li>- Köpfen</li><li>- Ballan- und Mitnahme</li></ul>
13.00 Uhr	Mittagessen	
14.00 Uhr	Theorie	<ul style="list-style-type: none"><li>- Umgang mit heterogenen Trainingsgruppen</li><li>- Vorstellung des relativen Alterseffekts -&gt; alle Kinder müssen spielen!</li><li>- Training in unterschiedlichen Altersklassen</li></ul>
15.30 Uhr	Praxis	<p>Möglichkeiten des Coachings in unterschiedlichen Spielformen am Beispiel von:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Motivierenden Wettbewerbsformen</li><li>- Veränderung des Trainingsziels durch Regeländerungen</li><li>- Training in heterogenen Gruppen</li><li>- allein trainieren mit mehreren Feldern</li></ul>
17.00 Uhr	Theorie	Ausgabe der Teilnehmerzertifikate und Abreise