

## Fußballakademie

### Fußballakademie des FC Ottobrunn e.V.

#### Die neue Fußballakademie

Ab September 2020 bieten wir unseren Spieler und Spielerinnen ein neues Förderprogramm an.

Das regelmäßige Training ist als Ergänzung und zur pers. Weiterentwicklung zum normalen Vereinstraining gedacht und konzipiert.

Es ist für Vereinsmitglieder sowie Vereinsfremde ab 6j geeignet und buchbar.

Es besteht auch die Möglichkeit des Personal Trainings

#### Unterschied zwischen Vereins- und Fördertraining

Im Mannschaftstraining welches in der Regel 2x die Woche stattfindet

werden die fußballerischen Grundlagen trainiert und Jahrgangs bedingt im taktischen Bereich geschult und ausgebildet.

Im Fördertraining wird der/die Spieler/in in seiner/ihrer Entwicklung intensiv gefördert ob in Technik, Taktik und Koordination des/der Spieler/Spielerin individuell weiter entwickelt. Hierbei wird auch auf kleine Gruppen von 4 Teilnehmern pro TE geachtet oder auch als Personal Training angeboten dadurch wird eine hohe Effektivität erreicht.

#### Inhalte

Vermittelt wird vielseitiges Basiswissen in Technik, Taktik, Koordination, Laufschule sowie in deren speziellen Weiterentwicklung.

#### Torwart

Koordination und Fangtechniken  
- Abschlag und Abwurftechnik  
- Strafraum Beherrschung

#### Spieler/innen

- Ball An- und Mitnahme, Ballführung und Ballkontrolle  
- Pass- und Schußtechniken , Beidfüßigkeit  
- Kopfballtechnik ab E Jugend  
- 1:1  
- Taktisches Verhalten bei Ball orientierter Spielweise und Entwicklung der Spielintelligenz  
- Förderung individueller Stärken und Verbesserung einzelner Schwächen - Schulung von taktischen und technischen Fähigkeiten - Erlernen von Tempovariationen - Koordination und Laufschule  
Reaktionsschulung

#### Für wen ist das Fördertraining

- Spieler/innen welche ihre fußballerischen Fähigkeiten ausbauen, verfeinern und perfektionieren wollen.
  - Neueinsteiger welche die Grundlagen des Spielens erlernen wollen.
  - Wiedereinsteiger welche Unterstützung und Aufbautraining benötigen
  - Nach längeren Verletzungspausen ect.
- um wieder in die Trainings und Wettkampfbelastung zu finden.

#### Einteilung des Fördertrainings

Die Teilnehmer der Fußballakademie werden nach Altersgruppen und Fähigkeiten zusammen gefasst. Eine TE beträgt 60min. Es wird weiter Mo, Mi oder Fr stattfinden. Die Teilnehmer können sich die Tage selbst auf dem Anmeldeformular aussuchen. Feiertage, Ferien sowie durch höhere Gewalt (Gewitter, Sperrung der Plätze ect.) findet kein Fördertraining statt.