

# Inhalt

Vorwort

<b>Ball, Partner der Mädchen</b> .....	7
<b>1 Fußball – Lieblingssport der Mädchen</b> .....	9
<b>2 Mit Mädchen trainieren – das macht Freude</b> .....	13
<b>3 Entwicklungspsychologie – das sollte man wissen</b> .....	17
3.1 Mädchen im Grundschulalter .....	21
3.2 Mädchen in der vorpuberalen Phase .....	23
3.3 Mädchen in der ersten puberalen Phase .....	24
3.4 Mädchen in der zweiten puberalen Phase .....	26
<b>4 Tipps für die Trainerin</b> .....	29
<b>5 Coaching bei Training und Spiel</b> .....	33
5.1 Coaching im Training .....	33
5.2 Coaching beim Spiel .....	34
<b>6 Aufbau einer Trainingseinheit</b> .....	37
<b>7 Exkurs zum Thema „Koordination“</b> .....	41

## Praxis

<b>8 Einige Hinweise zur Praxis</b> .....	45
8.1 Ballgewöhnung – zehn Trainingseinheiten .....	46
8.2 Dribbling – Ballkontrolle / zehn Trainingseinheiten .....	66
8.3 Schusstechniken – Stoßarten / zehn Trainingseinheiten .....	87
8.4 Angriffs- und Abwehrverhalten / zehn Trainingseinheiten .....	111
8.5 Standardsituationen / drei Trainingseinheiten .....	132
<b>9 Tore erzielen – Tore verhindern</b> .....	142
<b>10 Auslaufen – Abwärmen – Cool down</b> .....	147
<b>11 Ein Fußballturnier will organisiert sein</b> .....	149
<b>12 Als Team gemeinsam seine Freizeit gestalten</b> .....	153
<b>Legende</b> .....	157
<b>Literaturverzeichnis</b> .....	158
<b>Zeitschriften</b> .....	159