



---

# Sichtungstraining – Checkliste

90-Minuten-Sichtung Planungsvorlage

*Dieses Dokument wurde von areacopa.com zur Verfügung gestellt.*

MANNSCHAFT

DATUM

HAUPTVERANTWORTLICHE/R

---

## Eine Woche vorher

Vorbereitung, damit am Tag selbst nichts mehr fehlt.

- Termin, Platz und Uhrzeit bestätigen
- Teilnehmerliste finalisieren und Eltern-Mail mit Ablauf senden
- Beobacherteam briefen (mindestens zwei pro Station)
- Bewertungsbögen drucken, einen Stapel pro Beobachter
- Westen mit Nummern und Nummern-Namen-Liste vorbereiten
- Material packen (Hütchen, Bälle, Tore, Stifte, Klemmbretter)

## 30 Minuten vor Beginn

Letzte Schritte vor dem Anpfiff.

- Stationen aufbauen und auf Begehbarkeit prüfen
- Beobachter pro Station zuweisen und Bögen ausgeben
- Begrüßung der Kinder kurz durchsprechen
- Eltern-Bereich klar abgrenzen

## Stations-Setup

---

Maße, Spielerzahlen und Beobachter-Regeln pro Station.

- Station 1: 8×8-Meter-Quadrat, 4 Spieler, 2 Bälle, Pass und Annahme im Wechsel
- Station 2: 1-gegen-1 mit freiem Mitspieler hinter dem Verteidiger
- Station 3: 4-gegen-4 plus 2 Joker, kleine Tore, 4 Minuten pro Spiel
- Station 4: 6-gegen-6 oder 7-gegen-7, 20 Minuten durchlaufend mit fließenden Wechseln
- Pro Station zwei Beobachter, getrennt notieren
- Einheitlicher Bewertungsbogen pro Station
- 3 bis 5 Kriterien pro Station, Skala 1 bis 4
- Spielerwesten mit Nummern auf Brust und Rücken

## Während der 90 Minuten

---

Zeitplan und Pausen-Regeln.

- Aufwärmen 10 Minuten, locker und ohne Bewertungsdruck
- Stationen 1 bis 4, je 15 Minuten plus 2 Minuten Übergang
- Stille Pausen mit Trinken einlegen, keine Eltern-Gespräche dazwischen
- Abschlussspiel als bewusste Beobachtungsphase nutzen, nicht als Ausklang

## Beobachtungsfokus pro Spieler

---

Auf diese fünf verlässlich sichtbaren Punkte achten.

- Erstkontakt mit dem Ball (Fußwahl, Spielbarkeit)
- Orientierung vor der Ballannahme (Schulterblick, Vororientierung)
- Entscheidungsgeschwindigkeit (Berührungen bis zur nächsten Aktion)
- Körpersprache nach Fehler und unter Belastung
- Coachability bei kurzem Hinweis während der Übung

## Direkt nach Schluss (30 Minuten)

---

Vor dem Heimweg im Trainerteam auswerten.

- Trainerteam zusammenrufen und Bögen vergleichen
- Unstrittige Fälle markieren (oben und unten)
- Auseinanderlaufende Beobachtungen diskutieren und Gründe notieren
- Vorläufige Auswahl notieren, Eltern-Kommunikation erst am nächsten Tag

