

Hinweise zu Hausaufgaben und Tugenden 2.0 DFB-Stützpunkte Region Niedersachsen-West

Liebe Spieler,

um Eure fußballerische Entwicklung noch intensiver und erfolgreicher zu gestalten erhaltet Ihr zu jeder Trainingseinheit eine technische Hausaufgabe. Diese stellt Eure Trainingsvorbereitung dar und wird Euch mal mehr und mal weniger herausfordern. Übt diese Techniken beidbeinig und entwickelt so ein immer besseres Ballgefühl. Im Vorfeld jeder Trainingseinheit habt Ihr dann auch die Möglichkeit Euren Trainern Eure Fortschritte aufzuzeigen.

Die Tugenden 2.0 sind Charaktermerkmale und Eigenschaften die für Erfolg stehen. Diese sollen Euch in Eurer weiteren fußballerischen und persönlichen Entwicklung begleiten und unterstützen. Setzt Euch im Vorfeld der Trainingseinheit mit der gewählten Eigenschaft auseinander und stellt Euch folgende Fragen:

- Warum ist diese Eigenschaft/ dieses Merkmal wichtig für mein Team?
- Was kann ich tun um diese Eigenschaft/ dieses Merkmal zu leben?

Eure Trainer werden die Hausaufgaben, sowie die Tugenden 2.0 in das Training integrieren und stehen bei Unklarheiten oder Fragen gerne zur Verfügung.

Viele Grüße

Alex Reifschneider

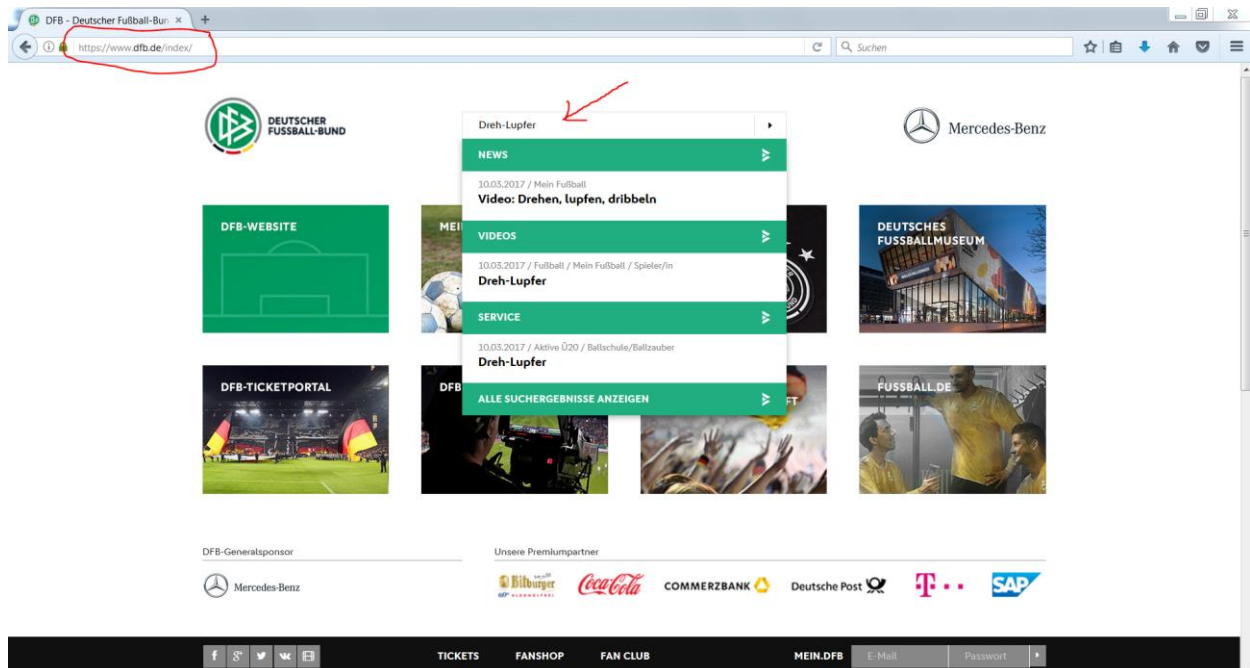
DFB-Stützpunktkoordinator Niedersachsen-West

Hausaufgaben:

- 1) Öffnet die Homepage des DFB

www.dfb.de

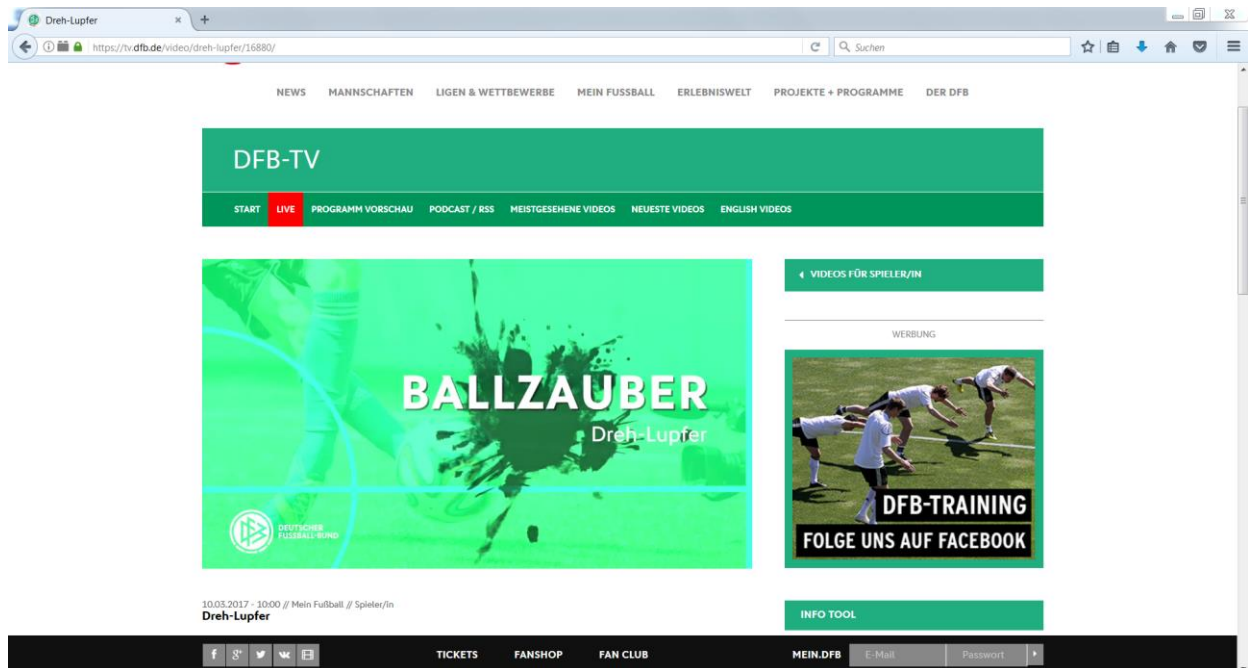
- 2) Tragt in das Suchfenster die vorgegebene Finte ein und drückt auf Enter



- 3) Scrollt die Suchergebnisse soweit runter bis das Video erscheint und klickt es an



4) Nun könnt Ihr Euch das Video anschauen



Tugenden 2.0:

Weitere Informationen zu den Tugenden 2.0 findet Ihr unter

www.dfb.de/sportliches-leitbild/dfb-tugenden-20/