



von Michael Köllner und Günter Brandl



## Kreativ Fußball spielen in Banane, Sanduhr und Co.!

Das ft-pocket stellt originelle Varianten des 4-gegen-4-Spiels vor

**Kleine Fußballspiele fördern und fordern gleichzeitig Spielfreude, Kreativität, Reaktionsschnelligkeit und vor allem taktisches Geschick beim Anwenden der richtigen Techniken zum Lösen schwieriger Spielsituationen.**

**Ideal sind Variationen des 4 gegen 4, die je nach Ausbildungsziel durch Provokationsregeln oder die Anordnung der Organisationsform einen bestimmten Schwerpunkt hervorheben können. Die beiden Fußballlehrer Michael Köllner und Günter Brandl stellt in diesem pocket 14 Spielformen vor, allesamt abgeleitet aus dem 'großen Spiel' 11 gegen 11.**

### Technikschulung mit taktischer Anwendung

Jede Spielform wird im pocket durch eine Übung ergänzt, die zusätzlich isoliert den jeweiligen technischen Schwerpunkt abbildet. Beide zeichnen sich durch einfache Organisationsformen aus. Dadurch kann sich der Trainer voll und ganz auf das Coaching konzentrieren. Bei einer größeren Anzahl an Spielern kann er in den Spielformen mit weiteren Vierer-Teams arbeiten, die wechselweise im Einsatz sind.

In vielen Spielformen können sie sogar direkt mitwirken, zum Beispiel als Wandspieler für die ballbesitzende Mannschaft. Spannend sind auch Wettbewerbe, in denen das Spiel nach nur einem Treffer zu Ende ist und die pausierende Mannschaft mit dem Verliererteam tauscht. Grundsätzlich sind alle Spielformen auch für Erwachsene geeignet. Achten Sie dann nur darauf, die Abstände – vor allem in den Übungsformen – entsprechend anzupassen. Ausgewählte Spielformen in Bewegungsbildern finden Sie auf der Internetseite [talente.dfb.de](http://talente.dfb.de) (Praxis -> Talentförderprogramm).



Alle Fotos: Axel Heimken

### Inhaltsblöcke ft-pocket

#### 4 GEGEN 4 AUF TORE

Tore sind im Fußballsport das Salz in der Suppe. Das trifft auf Junioren wie Erwachsene gleichermaßen zu. Daher bilden solche Spielformen auch den größten Block unserer 4-gegen-4-Palette. Spiele auf Tore fordern ein ganz anderes Verhalten als beispielsweise Spiele auf Ballhalten. In der Verteidigung muss der Gegner viel früher attackiert werden, um einen Torschuss zu verhindern. Für die angreifende Mannschaft gilt es, jede sich bietende Lücke für einen gezielten Torschuss zu nutzen. Ganz klar, dass hier die Schusstechniken im Fokus der Ausbildung stehen.

S. 4 bis 15

#### 4 GEGEN 4 AUF BALLHALTEN

Der FC Barcelona zelebriert es in Perfektion: Den Ball in den eigenen Reihen laufen lassen! Spiele auf Ballhalten verlangen gleich eine ganze Reihe an Fertigkeiten – neben den technischen (Passspiel, ballhaltendes und gegnerüberwindendes Dribbling etc.) auch taktische (Anbieten und Freilaufen, Körper zwischen Gegner und Ball etc.) Verhaltensweisen.

Im 'großen' Spiel können Phasen des Ballhaltens zum einen das Spiel nach sehr intensiven Aktionen beruhigen, zum anderen aber auch plötzliche Angriffe in die Tiefe vorbereiten.

S. 16 bis 21



#### 4 GEGEN 4 ÜBER DRIBBELLINIEN

Dribbeltore haben vielleicht nicht den hohen Aufforderungscharakter wie ein Ball, der im Tornetz 'zappelt', im Sinne der Ausbildung sollten sie aber regelmäßig Bestandteil des Trainings sein. Zu den wichtigsten Techniken im Fußball gehören Dribbling und Passspiel, die in diesen Spielformen besonders akzentuiert werden.

Ein druckvolles und präzises Passspiel bereitet hier zumeist das getimte Dribbling über die Endlinien vor. Aber auch eine feine Einzelleistung in Form eines beherzten Dribblings kann zum Erfolg führen.

S. 22 bis 31



1

INFO

### Buch und Video zum pocket



<http://talente.dfb.de>

ANZEIGE

### Trainingslager-Abschlussfahrten

5 städt. Rasenplätze kostenlos, Sporthallen, Waldschwimmbad, gek. Laufstrecken im Wald, Kegelbahn, Billard, Schießstände, Sportgeräte, Grillanlage.

Jugendmannschaften gern gesehen!  
Ab 28,- € VOLLPENSION für Jugendliche,  
38,- € für Erwachsene.

Sportpension Pirol, Badstr. 2,  
32361 Preußisch Oldendorf  
Tel.: 057 42/29 34, MB: 01 78/6 17 47 80  
Internet: [www.trainingslager.biz](http://www.trainingslager.biz)  
E-Mail: [trainingslager@t-online.de](mailto:trainingslager@t-online.de)