



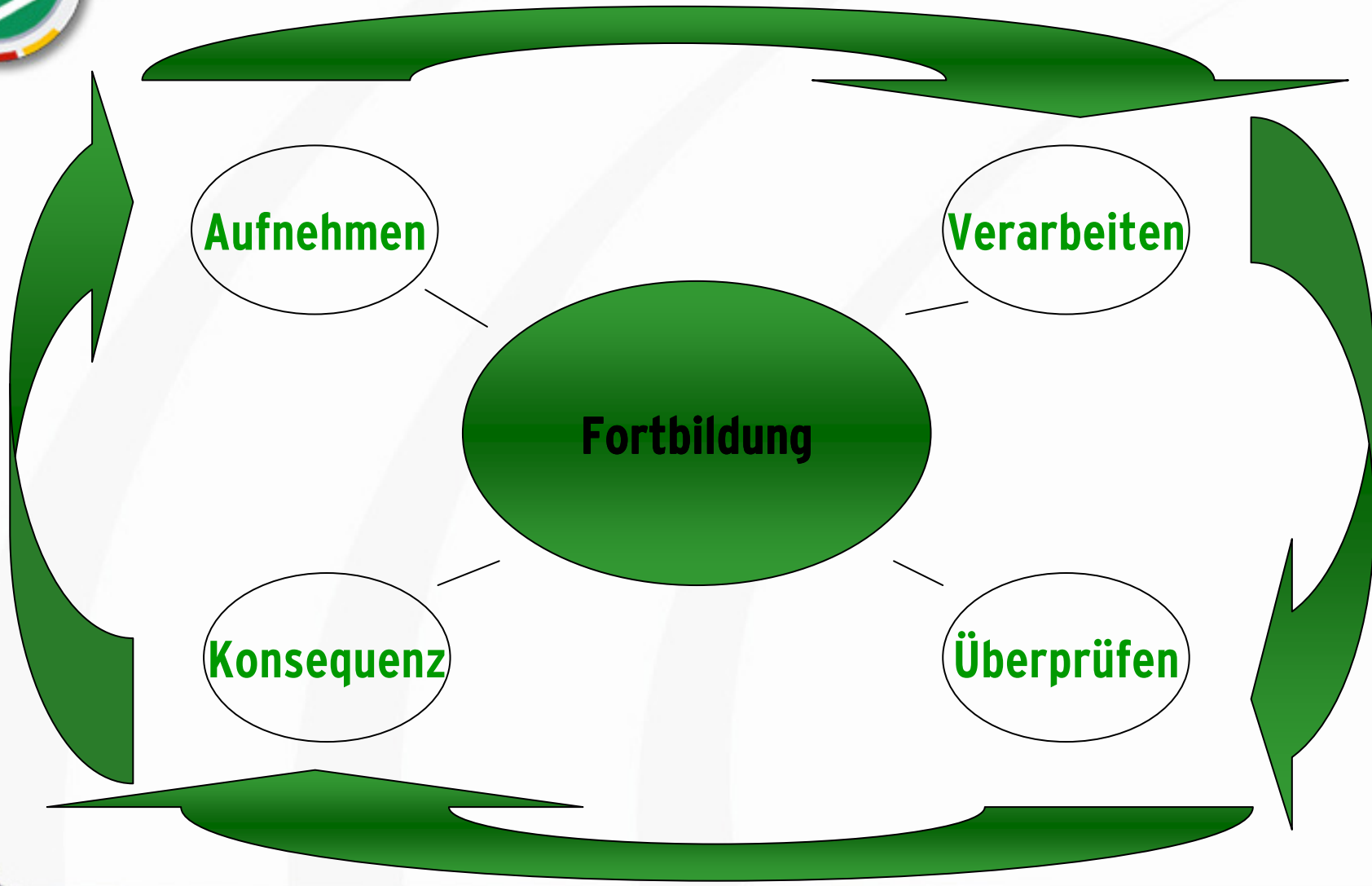
„Basisspielformen nutzen - um taktisch variabel zu trainieren“

GFT-Fortbildung Oberfranken

am 05. Mai 2008 in Weismain

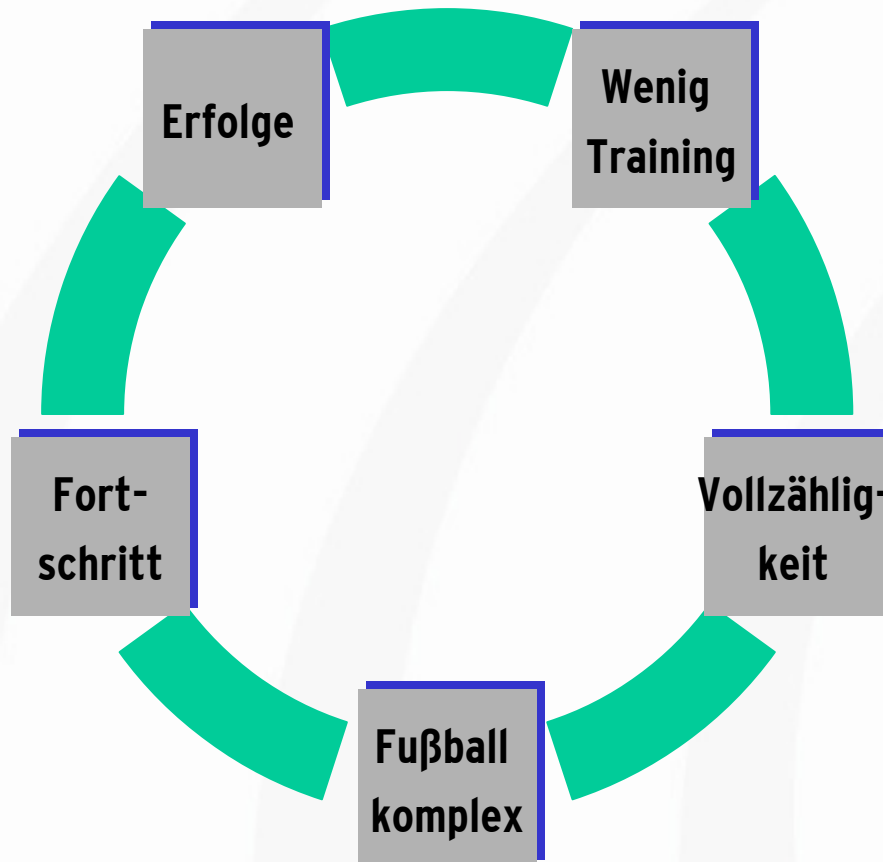
Referent: Michael Köllner

Fortbildung





Ausgangssituation



Umgebung eines Trainers:

↔ **Rahmenbedingungen nicht optimal!**

↔ **Attraktives Training wird von Spielern gefordert!**

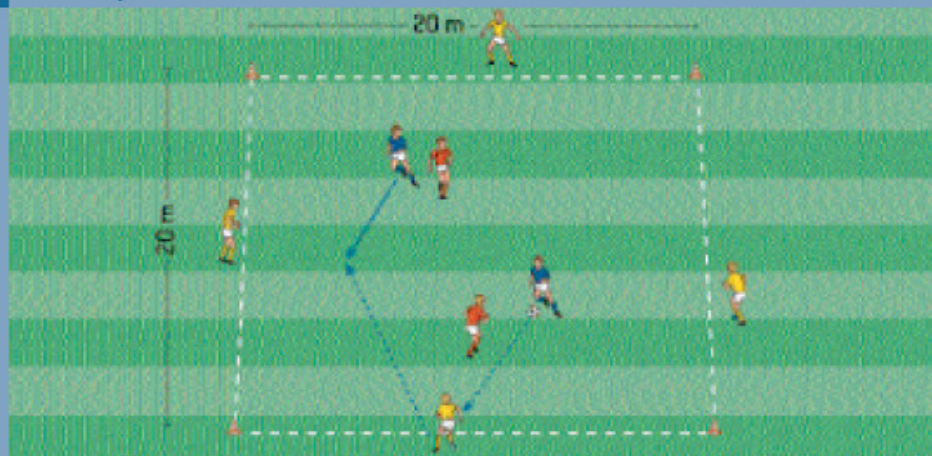
↔ **Verein fordert Erfolge und Spielernerhalt!**



Basisspielform 1: 2 gegen 2 plus 4

2-GEGEN-2 PLUS 4 WANDSPIELER

Das Spiel über den Dritten



Organisation und Ablauf

- Ein 20 x 20 Meter großes Spielfeld errichten.
- 2 Teams zu je 2 Spielern bilden und 4 neutrale Wandspieler an den Außenlinien postieren (s. Abb.).
- 2-gegen-2 auf Ballhalten im Feld unter Einbeziehung der Wandspieler
- **Variationen:** Die Außenspieler dürfen einmal untereinander passen. Das Spiel über den Dritten ist Pflicht.

Tipps und Korrekturen

- Die Zahl der erlaubten Ballkontakte variieren. Vorsicht: Die Veränderung der Ballkontaktzahlen kann auch mit einer Änderung des Trainingsziels einhergehen.
- Gegebenenfalls die Art der Pässe vorgeben (z. B. nur flach).
- Wettspiel durchführen: z. B. 1 Punkt je gelungenem Spiel über den Dritten
- Die Außen- und Innenspieler wechseln.

Ziele der Spielform

- Das Spielverhalten des Basisspiels 4-gegen-2 übertragen.
- Das Spiel über den Dritten soll weiter vertieft werden. Darüber hinaus das Überspielen (Pass nicht zum nächsten sondern zum übernächsten Mitspieler) als Handlungsalternative vorstellen.
- Das Spiel durch Kappen des Balles und Pass auf die andere Seite verlagern (Rausdrehen).
- Die Spieler sollen lernen, 'Dreiecke' zu bilden, um ihren Mitspielern möglichst viele Abspielmöglichkeiten zu schaffen.
- Nach Lauffinte kurz bzw. in den freien Raum anbieten. Dabei möglichst in offener Stellung agieren.
- In geeigneten Situationen Mut zum Dribbling zeigen (1-gegen-1) oder Dribbling antäuschen und passen ('Zocken').
- **Technische Schwerpunkte:** Passspiel, Ballan- und -mitnahme, Ballsicherung
- **Taktische Schwerpunkte:** Kurzpassspiel, Kommen und Gehen, Spiel über den Nächsten (u. a. Spiel über den Dritten), Rausdrehen



Variationen:

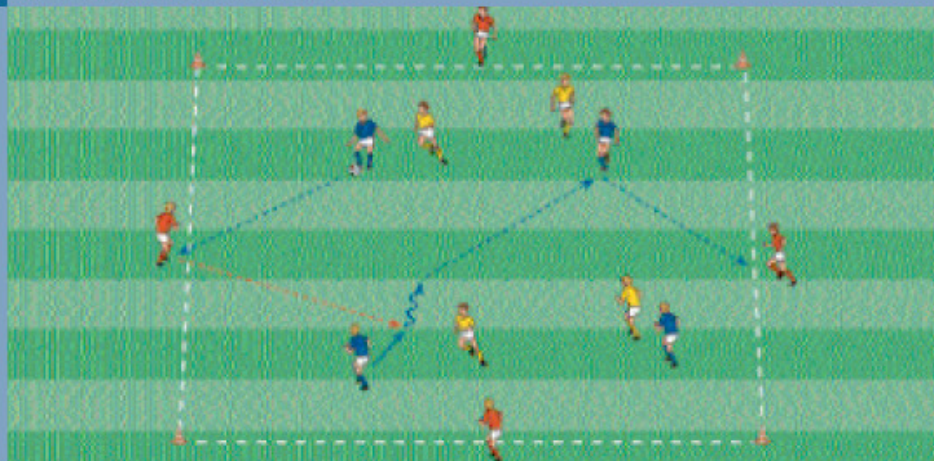
- A) **2 gegen 2 von Anspieler zu Anspieler
in Breite und Tiefe**
- B) **2 gegen 2 von Anspieler zu Anspieler
nur in Tiefe**



Basisspielform 2: 4 gegen 4 plus 4

4-GEGEN-4 MIT 4 WANDSPIELERN

Positionen überspielen



Organisation und Ablauf

- Ein 30 x 20 Meter großes Feld markieren.
- 3 Mannschaften zu je 4 Spielern bilden.
- Die Spieler einer Mannschaft an den Außenlinien postieren.
- 2 Teams spielen im Feld 4-gegen-4, die Spieler der dritten Mannschaft agieren außerhalb des Feldes als 'Wandspieler'.
- Variationen: Die Außenspieler dürfen einmal untereinander passen. Das Spiel über den Dritten ist Pflicht.

Tipps und Korrekturen

- Auf Annahme in offener Stellung mit dem gegnerfernen Fuß achten.
- Lauffinte kurz oder in den freien Raum durchführen.
- Die Ballkontaktzahlen variieren.
- Die Passart vorgeben (z. B. nur flach).
- Ein Wettspiel durchführen. Mögliche Wertung: 1 Punkt je gelungenem Pass zum übernächsten Mitspieler.
- Die Positionen von Außen- und Innenspielern tauschen.

Ziele der Spielform

- Das Spielverhalten des Basisspiels 4-gegen-2 übertragen.
- Das Spiel über den Dritten perfektionieren.
- Den Pass zum übernächsten Spieler weiter vertiefen (Überspielen).
- Das Spiel schnell verlagern (Rausdrehen).
- Durch aktives An- und Freilaufen sowie die Bildung von 'Dreiecken' zahlreiche Anspielmöglichkeiten schaffen.
- Trotz des Trainingsschwerpunktes 'Kombinieren' günstige 1-gegen-1-Situationen erkennen und zum Dribbling nutzen. Dies ist auch dahingehend sinnvoll, um zunächst Gegenspieler auf sich zu ziehen und den Mitspieler so blankzuspielen.
- Ziel für den höchsten Leistungsbereich: Die 'Innenspieler' sollen im Block verschieben (Rochade z. B. im Gegenuhrzeigersinn).
- Technische Schwerpunkte: Passspiel (richtiger Fuß, Präzision, Druck, Timing), Ballan- und -mitnahme, Ballsicherung
- Taktische Schwerpunkte: Kurzpassspiel mit Alternativen, Kommen und Gehen, Spiel über den Nächsten (u. a. Spiel über den Dritten), Rausdrehen, Positionen überspielen in Breite und Tiefe



Variationen:

- A) 4 gegen 4 von Anspieler zu Anspieler
in Breite und Tiefe
- B) 4 gegen 4 von Anspieler zu Anspieler
nur in Tiefe
- C) 4 gegen 4 zwischen 2 Anspieler

Theorie - Werkzeugkasten des Trainers





Herangehensweise

- Entwicklung einer detaillierten Vorstellung vom Fußball
 - in Anhängigkeit von Personal und Leistungsvermögen
 - In Abhängigkeit von den Rahmenbedingungen
- Ständiges Feilen an dieser Vorstellung für
 - das Offensivspiel
 - das Defensivspiel
 - das Umschaltverhalten in zwei Richtungen
- Auswahl von bestimmten Basisspielformen
- Ständiges Verbessern der taktischen / technischen / konditionellen Abläufe in den Basisspielformen
- Spieler und Mannschaft formen auf wechselnde Bedingungen blind reagieren (und agieren) zu können

Basisspielform 1: 2 gegen 2 plus 4



**B
a
l
l
k
o
n
t
a
k
t
e**

Innen	Außen	Auswirkung Taktik	Auswirkung Technik	Auswirkung Kondition
<i>frei</i>	<i>frei</i>	Kombinieren mit Alternativen	Dribbling, Passspiel	Normal
<i>frei</i>	<i>2 Kontakte</i>	Kombination Zentrum	Dribbling	Normal / Antritte
<i>frei</i>	<i>1 Kontakt</i>	Kombination Zentrum	Dribbling	Hoch
<i>3 Kontakte</i>	<i>2 Kontakte</i>	Beruhigung über Außen	1. Ballkontakt, Ballfestsetzen	Antritte
<i>2 Kontakte</i>	<i>1 Kontakt</i>	Kombination mit Außen	1. Ballkontakt	Normal / Antritte
<i>1 Kontakt</i>	<i>frei</i>	Extremes Spiel über Außen	Passspiel	Hoch / Antritte
<i>1 Kontakt</i>	<i>2 Kontakte</i>	Spiel über Außen	Passspiel	Höchstintensiv
<i>1 Kontakt</i>	<i>3 Kontakte</i>	Forciertes Spiel über Außen	Passspiel, Ballmitnahme	Hoch / Antritte
<i>1 Kontakt</i>	<i>1 Kontakt</i>	Extremes Kombinieren	Passspiel	Höchstintensiv
<i>2 Kontakte</i>	<i>2 Kontakte</i>	Kombinieren m. A.	1. Kontakt, Passspiel	Hoch
<i>3 Kontakte</i>	<i>3 Kontakte</i>	Kombinieren m. A.	Ballmitnahme, Pass	Gering



Basisspielform 1: 2 gegen 2 plus 4

S
P
i
e
l
f
e
l
d
g
r
ö
ß
e

Größe Feld	Zeit (Spielzeit)	Auswirkung Taktik	Auswirkung Technik	Auswirkung Kondition
<i>Klein</i>	<i>kurz</i>	Höchste Beanspruchung	Höchste Beanspruchung	Intensiv (vor allem Schnelligkeit)
<i>Mittel</i>	<i>kurz</i>	Mittlere Beanspruchung	Mittlere Beanspruchung	Hoch (vor allem Schnelligkeit)
<i>Groß</i>	<i>kurz</i>	Geringe Beanspruchung	Geringe Beanspruchung	Gering
<i>Klein</i>	<i>Mittel</i>	Höchste Beanspruchung	Höchste Beanspruchung	Intensiv (vor allem Schnelligkeit bis Schnelligkeitsausdauer)
<i>Klein</i>	<i>Lang</i>	Höchste Beanspruchung	Höchste Beanspruchung	Sehr intensiv (Schnelligkeitsausdauer)
<i>Mittel</i>	<i>Mittel</i>	Mittlere Beanspruchung	Mittlere bis hohe Beanspruchung	Sehr hoch (Ausdauer und Schnelligkeitsausdauer)
<i>Mittel</i>	<i>Lang</i>	Mittlere Beanspruchung	Hohe Beanspruchung	Sehr hoch (Ausdauer und Schnelligkeitsausdauer)
<i>Groß</i>	<i>Mittel</i>	Geringe Beanspruchung	Mittlere bis geringe Beanspruchung	Hoch (Ausdauer und Schnelligkeitsausdauer)
<i>Groß</i>	<i>Lang</i>	Geringe Beanspruchung	Mittlere bis geringe Beanspruchung	Sehr Hoch (Ausdauer und Schnelligkeitsausdauer)



Basisspielform 1: 2 gegen 2 plus 4

S
p
i
e
l
e
r
z
a
h
l
/
z
i
e
l

Spielerzahl:

- a) Gleichzahl innen
- b) Jede Seite mit je einem Spieler besetzt
- c) Seiten in der Breite mit Spieler eigenes Team besetzt
(Seiten in der Tiefe mit gegnerischen Spieler besetzt)

Zielrichtungen:

- a) Von Anspieler zu Anspieler in alle Richtungen
- b) Von Anspieler zu Anspieler in zwei Richtungen (hoch-tief oder links-rechts)
- c) Auf Tore



Basisspielform 2: 4 gegen 4 plus 4


Identisch wie vorher bzw. ableitbar!!!



Konsequenz

- Training muss effektiv sein:
 - Intensiv
 - Taktisch herausfordernd
 - Technisch anspruchsvoll
- Training muss sich am Spiel orientieren
- Training muss das Spiel trainieren

 **Spielformen wählen**

 **In bekannten (wenigen) Spielformen am Detail feilen**



Vielen Dank für die Aufmerksamkeit und Mitarbeit!



Bis zur nächsten Fortbildung am 05. Juli 2008!!!