FUSSBALL TRAINER MAGAZIN

#1 | 2021

www.fussballtrainer-

SIEBEN FRAGEN AN ...

MICHAEL HOFFMANN

COACH LIKE ...

PASCAL BACH

PROBLEMFELD ...

MINI-SPIELFELD

13. AUSGABE FUSSBALLTRAINER MAGAZIN

INHALTSVERZEICHNIS

EINLEITUNG	3
7 FRAGEN AN…MICHAEL HOFFMANN	4
TECHNIK	6
INTERVIEW DES MONATS	16
TAKTIK (CREATEFOOTBALL)	24
PROBLEMFELD…MINI-SPIELFELD	28
COACH LIKE…PASCAL BACH	30
PROKEEPER AKADEMIE	34
HALLENTRAINING	36
STUDIUM SPORTMANAGEMENT	46
PSYCHE (JANOSCH DAUL)	50
INNOVATIONEN, TRENDS UND STARTUP (SOCCER ROOM)	54
ÜBUNG DES MONATS	55

ZITAT DES MONATS

„ICH WURDE GESTERN NEGATIV AUF COVID-19 GETESTET UND HEUTE POSITIV. KEINE SYMPTOME, ODER WAS AUCH IMMER. COVID HATTE DEN MUT, MICH HERAUSZUFORDERN – SCHLECHTE IDEE.“

Zlatan Ibrahimovic nach seinem positiven Corona-Test

EIN GESUNDES NEUES JAHR EUCH ALLEN UND NUR DAS BESTE FÜR 2021!

Leider lässt sich aktuell gar nicht sagen, ob wir bald überhaupt wieder ans Trainieren oder Spielen kommen. Es ist frustrierend. Vor allem wenn man sieht, dass viele Bereiche der Gesellschaft stillstehen und der professionelle Fußball wieder mal eine Sonderstellung hat. Ganz ehrlich: Wir sehen diese Entwicklung sehr kritisch. Mit welcher Berechtigung hat der Profifußball eine höhere Priorität als andere Lebensadern unserer Gesellschaft?

Sei es drum. Es ist müßig sich wieder und wieder den Kopf zu zerbrechen. Die Karawane zieht weiter, wie man so schön sagt. Und das ist im Fußball bekanntermaßen auch so. Was ist die letzten Wochen passiert? Robert Lewandowski wurde zum Weltfußball gekürt. Und das völlig zu Recht. Manuel Neuer wurde zum Welttorhüter gekürt. Und das ebenfalls völlig zu Recht. Und auch die Wahl von Jürgen Klopp als Welttrainer ist irgendwo gerechtfertigt, auch wenn wir es Hansi Flick sehr gegönnt hätten. Es ist wie es ist.

Was steht die nächste Zeit an? Der statistisch gesehen hoch wahrscheinliche Abstieg von Schalke 04 steht bevor. Ein Drama in unendlich vielen Ate wie man meint. Schalke 04 ist für uns in dieser Saison das Paradebeispiel dafür, was in einem professionell geführten Verein alles schieflaufen kann. Oder anders gesagt: Wohin bestimmte Personen den Verein geführt haben. Schon in einer der vorigen Ausgaben haben wir geschrieben, dass die Passung als Kernproblem der Personalauswahl gilt. Und auf Schalke passen viele Personen aktuell nicht zu dem was von den Fans, den Medien, der Öffentlichkeit gefordert ist. Noch deutlicher: Schalke 04 ist aktuell die Bundesligatauglichkeit auf allen Ebenen abzusprechen. Und womit. Mit Recht. Das was sich dieser Verein in den vergangenen Monaten geleistet hat, ist einfach nur noch peinlich.

Betrachtet man vergleichsweise den SC Freiburg dazu, dann erscheint das beschauliche Städtchen im Schwarzwald als das Paradies. Jedes Jahr werden Talente aus dem eigenen Nachwuchs in den Profikader überführt, um diese dann gewinnbringend zu verkaufen, um das eingenommene Geld in den eigenen Nachwuchs zu stecken, um neue Talente auszubilden und in den eigenen Profikader zu überführen. So einfach kann Fußball sein. Keine Skandale. Ruhiges Arbeiten. Personelle Kontinuität. An alle Vereine da draußen: Schneidet euch gefälligst eine dicke Scheibe davon ab!

In diesem Sinne: Prosit Neujahr!

RUBRIK

SIEBEN FRAGEN AN ... MICHAEL HOFFMANN

LIEBER MICHAEL, WIE HAT SICH DER FUSSBALL DURCH CORONA VERÄNDERT?

Neben den emotionalen Verlusten durch die fehlenden Zuschauer wiegt der finanzielle Verlust noch größer. Die Transfererlöse haben sich und werden sich in der Zukunft nach unten regulieren.

WELCHE KONSEQUENZEN HAT DAS FÜR DEN TRANSFERMARKT?

Das bedeutet, dass viele Vereine sich in der Zukunft mehr auf die eigene Jugend konzentrieren müssen und das Leihgeschäft ausbauen müssen.

IST BERATUNG DADURCH WICHTIGER ODER ANDERS GEWORDEN?

Für die Trainer und Spieler wird es jetzt umso wichtiger sich Gedanken zu machen, ob sie denn richtigen Berater für die Zukunft an ihrer Seite haben.

WAS MACHT ACORADO SPORTS ANDERS ALS ANDERE AGENTUREN?

Der größte Unterschied neben unserem exzellenten Netzwerk ist sicherlich die nachhaltige Betreuung und Beratung unser Klienten.

WIE SCHÄTZT DU DIE AKTUELLE ENTWICKLUNG DER ZAHLREICHEN TRAINERWECHSEL IM FUSSBALL EIN?

Der Druck wird sicherlich bleiben, somit auch verbunden die Verweildauer der Trainer.

WAS SOLLTE EIN GUTER TRAINER HEUTZUTAGE KÖNNEN UND MITBRINGEN?

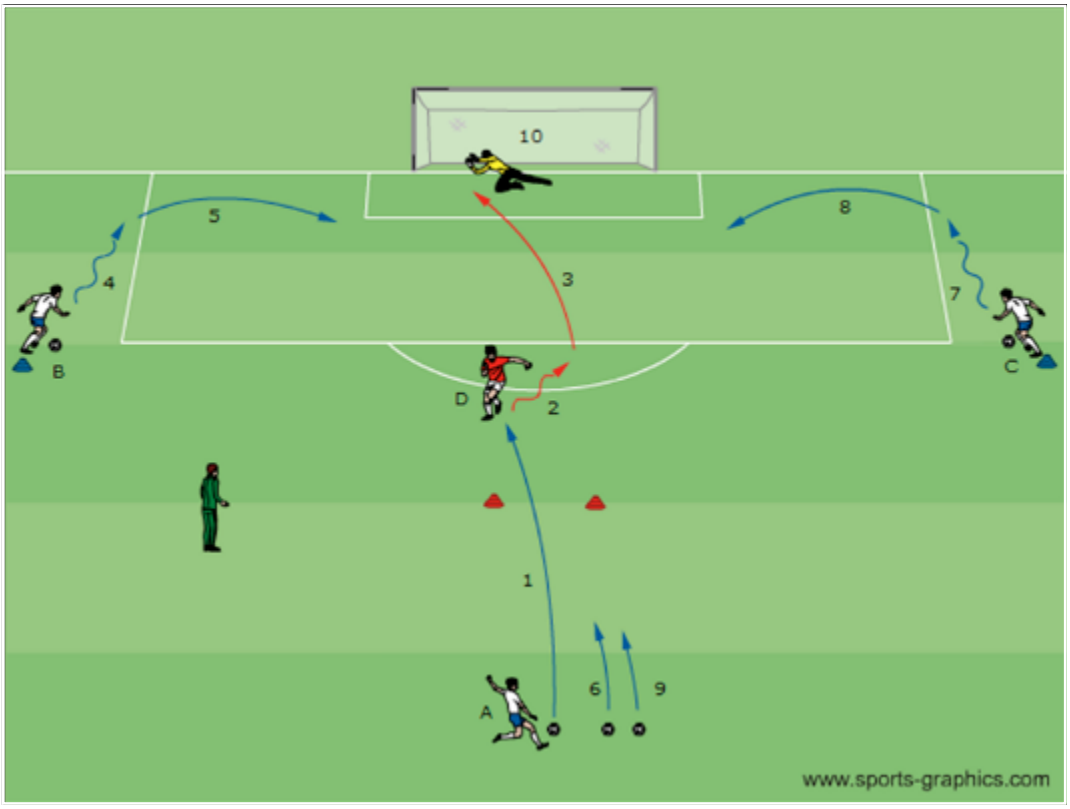
Neben den theoretischen Wissen sollte ein Trainer auch sehr gute Leadership Skills mitbringen. Diese vermisse ich leider heute noch zu oft.

WARUM HAT ES BEISPIELSWEISE MIT MANUEL BAUM AUF SCHALKE NICHT GEKLAPPT?

Ich finde es schwer, aus der Ferne eine Diagnose zustellen. Als Außenstehender Betrachter, wäre vielleicht ein hoch emotionaler Trainer der „Richtige“ für diesen „Arbeiterclub“ gewesen.

ZUR PERSON:

Michael Hoffmann ist Gründer und geschäftsführender Gesellschafter der Beratungsagentur Acorado Sports aus Bremen. Er betreut unter anderem die Trainer Andreas Herzog und Willy Sagnol sowie die Spieler Luca Plogmann (Werder Bremen), Yannick Brugger (Eintracht Frankfurt), Patrick Storb (Chemnitzer FC) uvm.



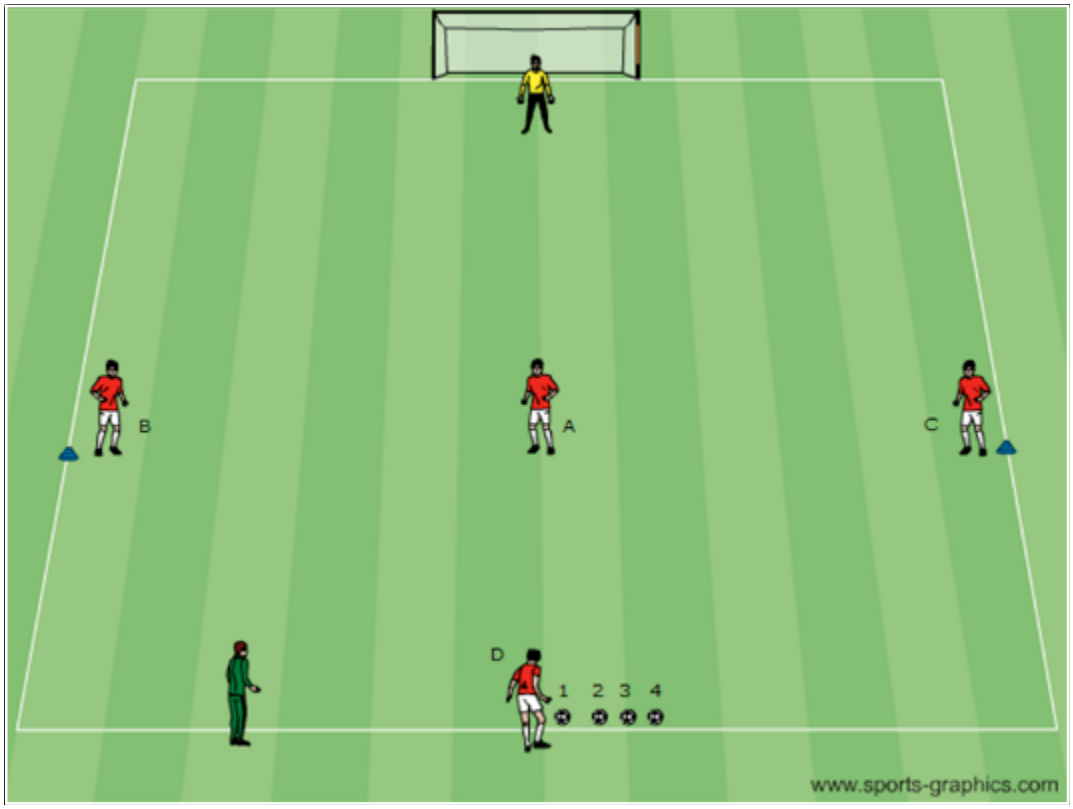
TORSCHUSSFOLGE MIT FÜNF ABSCHLÜSSEN

DURCHFÜHRUNG

Innerhalb eines Durchgangs hat ein Spieler (hier Angreifer D) immer fünf Aktionen in Form von Torabschlüssen. Der Spieler A mit drei Bällen und die Spieler B und C mit jeweils einem Ball dienen als Pass- bzw. Flankengeber. Spieler D startet den Durchgang und fordert nach kurzem Auftakt den ersten Ball von Anspieler A. Anspieler A passt den ersten Ball durch das kleine Hütchentor zu Spieler D (vgl. 1). Spieler D verarbeitet in Richtung des großen Tores (vgl. 2) und schießt auf das Tor (vgl. 3). Gleichzeitig dribbelt Spieler B zur Grundlinie (vgl. 4) und flankt in das Zentrum (vgl. 5). Angreifer D schaltet nach seinem ersten Torschuss um und verwertet den zweiten Ball direkt. Anschließend fordert er den dritten Ball von Spieler A und erhält erneut ein Zuspiel durch das Hütchentor (vgl. 6). Auch das zweite Zuspiel von Anspieler A wird verarbeitet und mit einem Torschuss abgeschlossen. Anschließend erhält Angreifer D den vierten Ball von Spieler C und fordert nach Direktabnahme der Flanke (vgl. 8) den fünften Ball erneut von Anspieler A (vgl. 9). Jedes Anspiel von Spieler A wird schnell verarbeitet und abgeschlossen (vgl. 2 und 3). Die Flanken von außen werden direkt abgeschlossen (vgl. 5 und 8).

VARIANTEN

- Vorgabe der Torschusstechnik: direkter Abschluss nach Pass 5 und 8.
- Vorgabe des Schussbeins: erster Ball: rechts / zweiter Ball: rechts / dritter Ball: links / vierter Ball: links / fünfter Ball: frei.



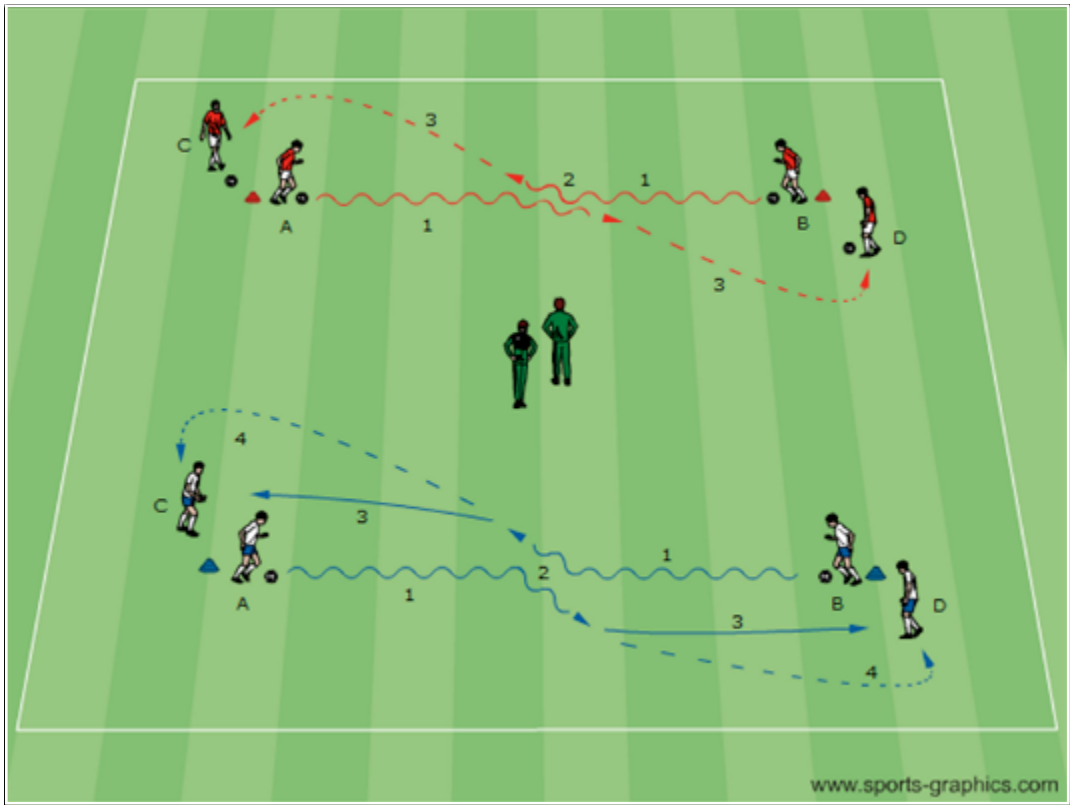
TORSCHUSS (ZWEIKÄMPFE)

DURCHFÜHRUNG

Insgesamt vier Spieler (vgl. A, B, C und D) verteilen sich auf die vier Startpositionen. Spieler D bringt nacheinander vier Bälle in den Übungsablauf (vgl. 1, 2, 3 und 4). Spieler D passt Ball 1 auf Spieler A. Spieler A verarbeitet, dreht sich in Richtung Tor und schließt auf das Tor ab. Mit Schuss von Spieler A bringt Spieler D Ball 2 in das Spiel und passt diesen entweder auf Spieler B oder C. Der angespielte Spieler verarbeitet in Richtung Tor und versucht, im 1 gegen 1 gegen Spieler A ein Tor zu erzielen. Nach Abschluss oder Balleroberung bringt Spieler D Ball 3 in das Spiel und spielt diesen auf den noch wartenden Spieler. Der angespielte Spieler ruft einen Namen der Spieler, die sich im 1 gegen 1 befunden haben und spielt mit dem aufgerufenen Spieler im 2 gegen 1 auf das große Tor. Nach Abschluss oder Balleroberung dribbelt Spieler D mit Ball 4 Richtung Tor, ruft einen Namen und spielt mit dem Aufgerufenen im 2 gegen 2 auf das große Tor. Die Spieler wechseln regelmäßig auf andere Positionen.

VARIANTEN

- Variation/Veränderung des Trainersignals (z. B. Aufrufen der Spieler nach Positionen).
- Vorgabe der Passtechnik für den Spieler D: Nutzung des schwaches Spielbeins.
- Organisation als Wettkampf: Welcher Spieler schießt die meisten Tore?



EINFACHE FINTEN (1)

DURCHFÜHRUNG (ÜBUNG TEAM ROT)

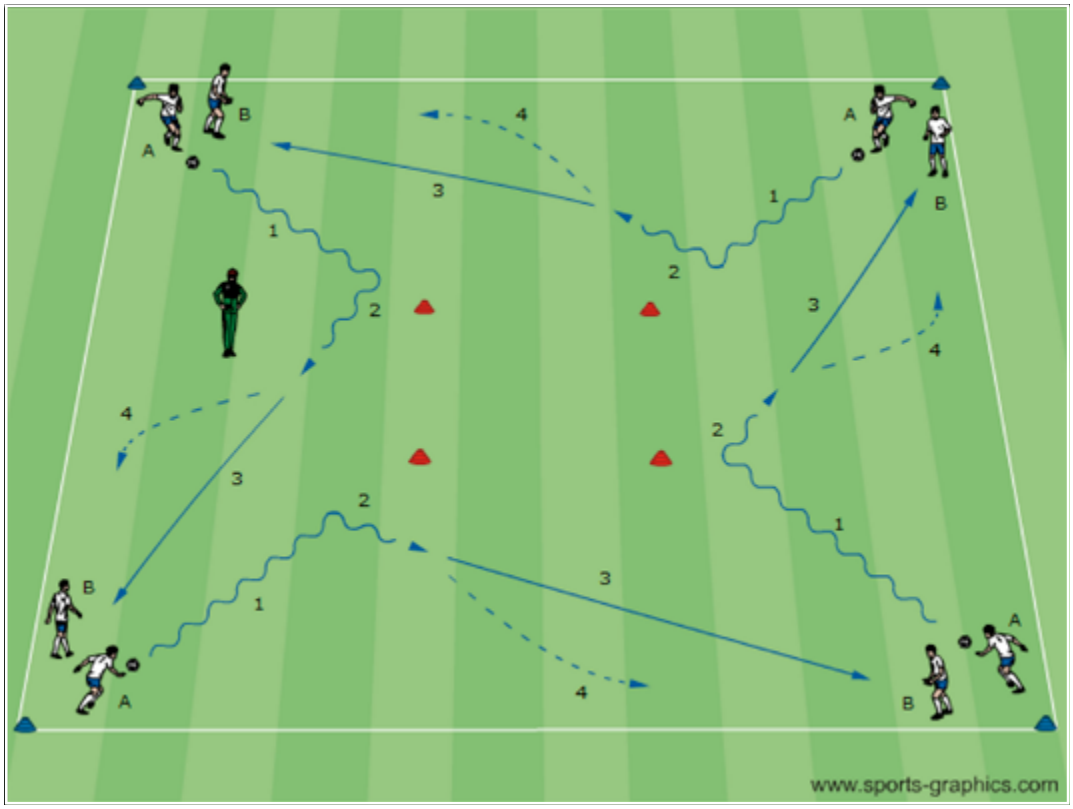
Die Spieler A und B starten gleichzeitig mit Ball am Fuß im Dribbling aufeinander zu (vgl. 1). Im Zentrum führen dann beide nah voreinander eine vorgegebene Finte aus (vgl. 2). Sobald das Zentrum wieder frei ist, starten die Spieler C und D die nächste Aktion. Die Spieler A und B stellen sich auf der gegenüberliegenden Seite für die dann folgende Aktion erneut an (vgl. 3).

DURCHFÜHRUNG (ÜBUNG TEAM BLAU)

Die Spieler A und B starten gleichzeitig mit Ball am Fuß im Dribbling aufeinander zu (vgl. 1). Im Zentrum führen dann beide nah voreinander eine vorgegebene Finte aus (vgl. 2) und spielen im Anschluss einen Pass zur gegenüberliegenden Position (vgl. 3). Die Spieler C und D verarbeiten das Zuspiel und dribbeln für die anschließende Aktion wieder möglichst zeitgleich aufeinander zu. Die Spieler A und B folgen ihren Pässen (vgl. 4) und stellen sich auf der gegenüberliegenden Position an.

FINTEN

- Einfache Körpertäuschung (links antäuschen/rechts wegdribbeln).
- Einfacher/doppelter/dreifacher Übersteiger.
- Den Ball streicheln (Mitnahme des Balls per Sohle in Dribbelrichtung).
- Pass- und Schusstäuschung.



EINFACHE FINTEN (2)

DURCHFÜHRUNG

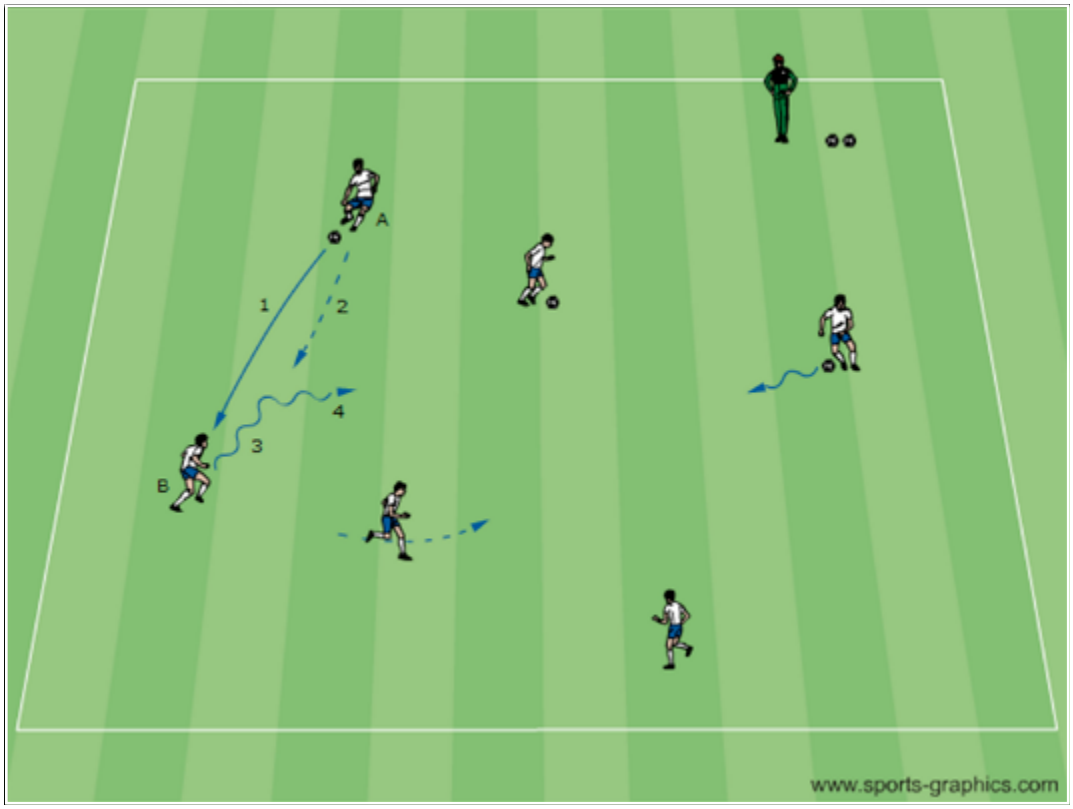
Die Spieler starten möglichst zeitgleich aus den vier Ecken mit jeweils einem Ball am Fuß (vgl. alle Spieler A). Die Spieler A dribbeln in das Zentrum in Richtung des vor ihnen positionierten ROTEN Hütchens (vgl. 1). Kurz vor dem Hütchen führen sie eine vorgegebene Finte aus (vgl. 2). Im Anschluss an die Finte spielen sie den Ball zum wartenden Spieler in Spielrichtung (vgl. B). Die Spieler A nehmen nach dem Pass die Position am nächsten Hütchen ein (vgl. 4). Die Spieler B verarbeiten nach einer kurzen Auftaktbewegung das Zuspiel direkt im Dribbling in das Zentrum, um die Übung, wie beschrieben, fortzusetzen.

COACHING

- Präzision und Korrektheit in der Ausführung der Finten.
- Optimales Timing im Zeitpunkt der Finte für einen sinnvollen Abstand zum Hütchen.

VARIANTEN

- Wechsel der Spielrichtung (Beidfüßigkeit).
- Vorgabe des Dribbelbeins (links/rechts).
- Eigenständige Variation der Finten.



EINFACHE FINTEN (3)

DURCHFÜHRUNG

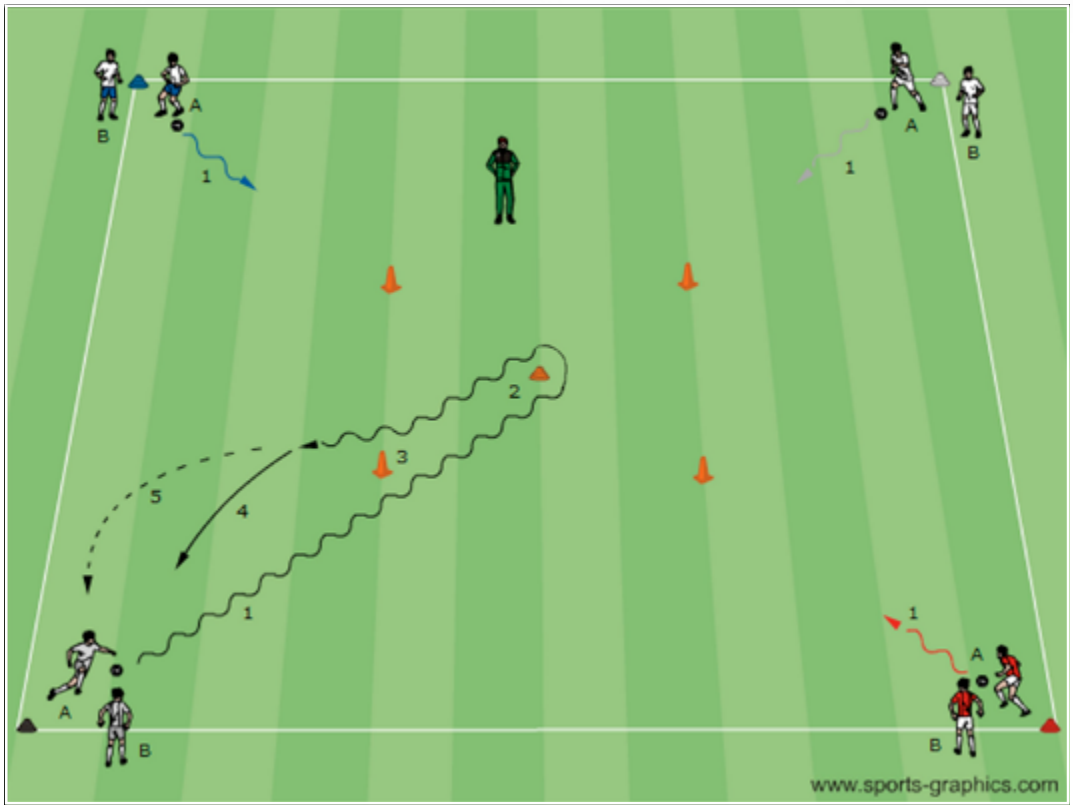
Im Feld befinden sich mehrere Spieler mit einer im Verhältnis 2:1 angepassten Anzahl von Spielbällen (hier sechs Spieler und drei Bälle). Die Spieler können sich im Feld frei bewegen und sich die Passempfänger ohne Vorgabe oder Reihenfolge auswählen. Ein Spieler mit Ball (vgl. A) ruft den Namen eines freien Mitspielers (vgl. B). Spieler A spielt einen Pass auf Spieler B (vgl. 1) und startet seinem Pass hinterher (vgl. 2). Spieler B verarbeitet das Zuspiel in Richtung des Passgebers (vgl. 3) und führt kurz vor ihm eine Finte aus (vgl. 4). Im Anschluss sucht sich Spieler B einen Passempfänger und läuft wiederum seinem Pass als passiver Verteidiger hinterher.

COACHING

- Präzision und Korrektheit in der Ausführung der Finten.
- Optimales Timing im Zeitpunkt der Finte für einen sinnvollen Abstand zum Gegenspieler.

VARIANTEN

- Variation des Abwehrverhaltens im 1 gegen 1 (passiv/teilaktiv/aktiv).
- Organisation als Wettkampf: Kann der Spieler mit Ball das Feld nach der Finte im Dribbling verlassen, ohne dass der Passgeber den Ball berührt oder den Spieler abschlägt?



FINTENWETTKAMPF (TEAM)

DURCHFÜHRUNG

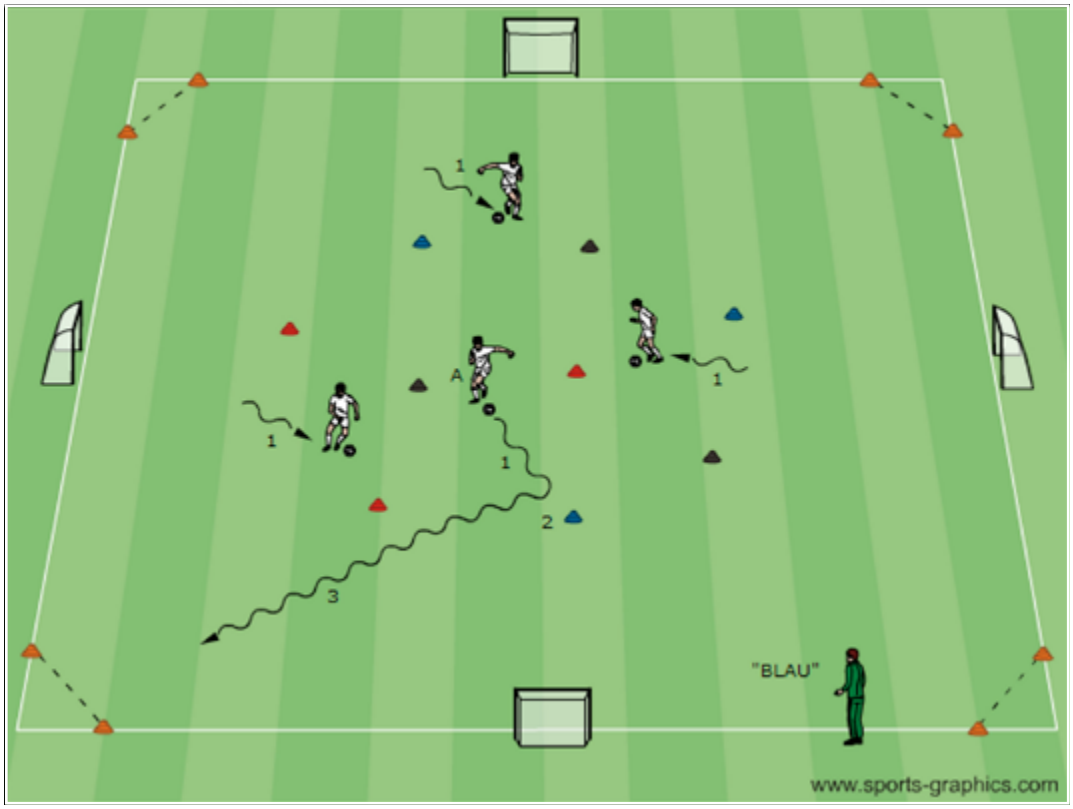
Die Spieler werden je nach Gesamtanzahl in mehrere Teams zu je mindestens zwei Spielern aufgeteilt. Jedes Team trainiert mit einem Ball und startet vom eigenen Markierungshütchen außen (hier Team ROT, WEISS, BLAU und GRAU). Mit einem Trainersignal starten die ersten Spieler jedes Teams (vgl. A) im Dribbling in Richtung der zentral positionierten Hütchen (vgl. 1). Auf dem Weg in das Zentrum dribbeln alle Spieler zunächst um das zentrale Hütchen (vgl. 2) und kehren in Richtung der eigenen Gruppe um. Auf dem Rückweg wird vor dem Hütchen eine vorgegebene Finte (vgl. 3) ausgeführt und im Anschluss der Pass zurück zur Gruppe gespielt (vgl. 4). Spieler A begibt sich auf die Startposition und der wartende Spieler B startet sofort die neue Aktion.

COACHING

- Ausführung einer Richtungsänderung und Tempoverschärfung direkt nach der Finte (vgl. 3).
- Schnelligkeit in der Anschlussaktion (Passspiel nach der Finte).
- Minimierung der Ballkontakte nach Finte und Pass (vgl. 3/4).

VARIANTEN

- Organisation als Wettkampf: Welches Team spielt zuerst 20 Pässe?
- Vorgabe und Variation (Passbein/Dribbelbein/Finten).
- Ausführung einer Finte auch auf dem Hinweg vor dem ersten Hütchen.



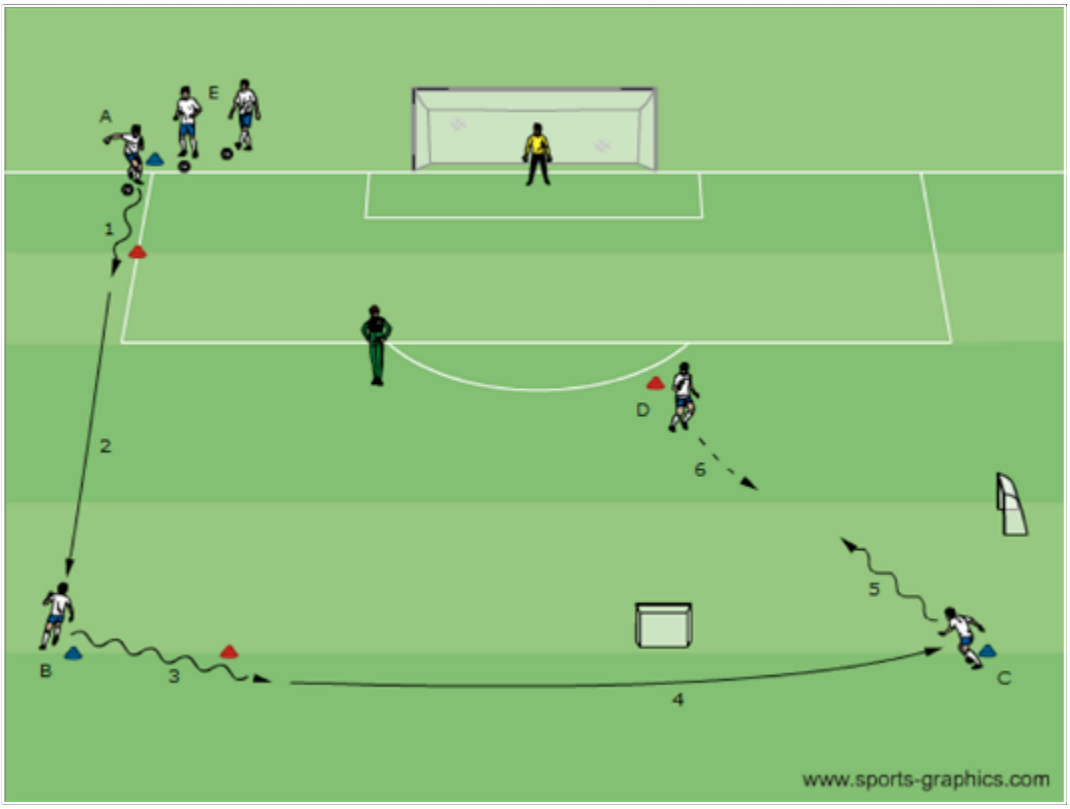
FINTENWETTKAMPF (INDIVIDUELL)

DURCHFÜHRUNG

Jeder Spieler dribbelt mit einem eigenen Ball in der Nähe des Zentrums und um die farblich unterschiedlichen Hütchen (vgl. 1). Mit einem Trainersignal (hier „BLAU“) müssen alle Spieler die genannte Hütchenfarbe andribbeln und kurz vor dem Hütchen eine vorgegebene Finte ausführen (vgl. 2). Ziel der Übung ist es dann, nach der Finte, so schnell wie möglich, in eines der in den Ecken positionierten Dribbeltore zu dribbeln (vgl. 3).

VARIANTEN

- Vorgabe der Hütchen durch Hochhalten eines Hütchens der gleichen Farbe.
- Vorgabe der Hütchen durch einen Pfiff (ein Pfiff = ROT, zwei Pfiffe = BLAU usw.).
- Vorgabe der Hütchen durch Rufen von Ziffern (1 = ROT, 2 = BLAU usw.).
- Vorgabe der Hütchen durch wechselnde Signale (Farbe/Ziffer/Pfiff).
- Abschluss/Pass auf ein Minitor nach Ausführung der Finte.
- Abschluss auf ein gegenüberliegendes Minitor nach Dribbling durch ein Ecktor.
- Organisation als Wettkampf: Wer sammelt zuerst fünf Punkte?



FINTEN (1 GEGEN 1)

DURCHFÜHRUNG

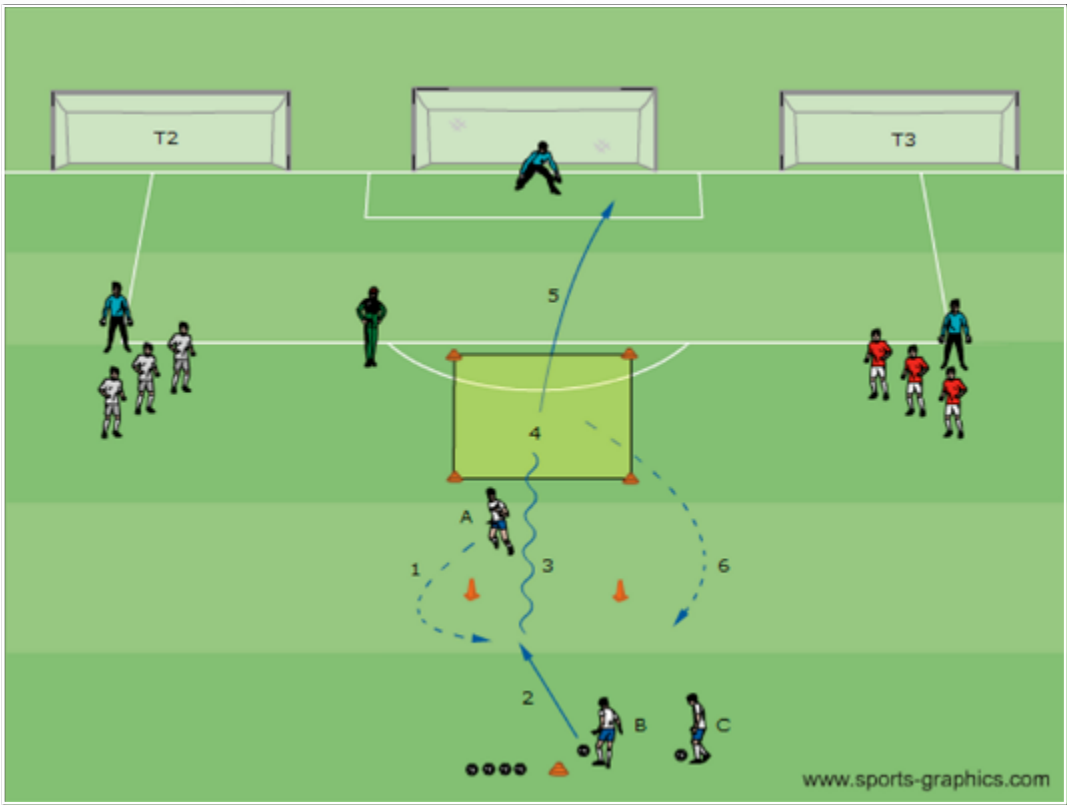
Spieler A dribbelt in Richtung des unmittelbar vor ihm positionierten Markierungshütchens und führt davor eine Finte aus (vgl. 1). Direkt im Anschluss spielt Spieler A einen Pass zu Spieler B. Spieler A läuft direkt weiter auf Position B. Spieler B verarbeitet in Richtung des nächsten Hütchens und führt ebenfalls eine Finte aus (vgl. 3), bevor er zu dem wartenden Angreifer C passt (vgl. 4). Nach seinem Pass übernimmt Spieler B die Position von Spieler C. Mit Pass von B dürfen Spieler C und D ihre Markierungshütchen zum 1 gegen 1 verlassen. Spieler C verarbeitet in Richtung Tor (vgl. 5) und versucht, den nun aktiven Verteidiger (vgl. Spieler D und 6) im 1 gegen 1 zu überwinden und zum Torabschluss zu kommen. Bei Balleroberung durch Spieler D darf dieser auf die beiden Minitore kontern. Nach dem 1 gegen 1 übernimmt Spieler C die verteidigende Position von Spieler D. Spieler D stellt sich mit dem benutzten Ball auf Position E erneut an, während dessen Spieler E einen neuen Durchlauf startet.

COACHING

- Offensives Agieren des Angreifers im 1 gegen 1 ohne rückwärts gerichtetes Abkappen.

VARIANTE

- Vorgabe einer bestimmten Finte im 1 gegen 1.



FINTEN (TORSCHUSS)

DURCHFÜHRUNG

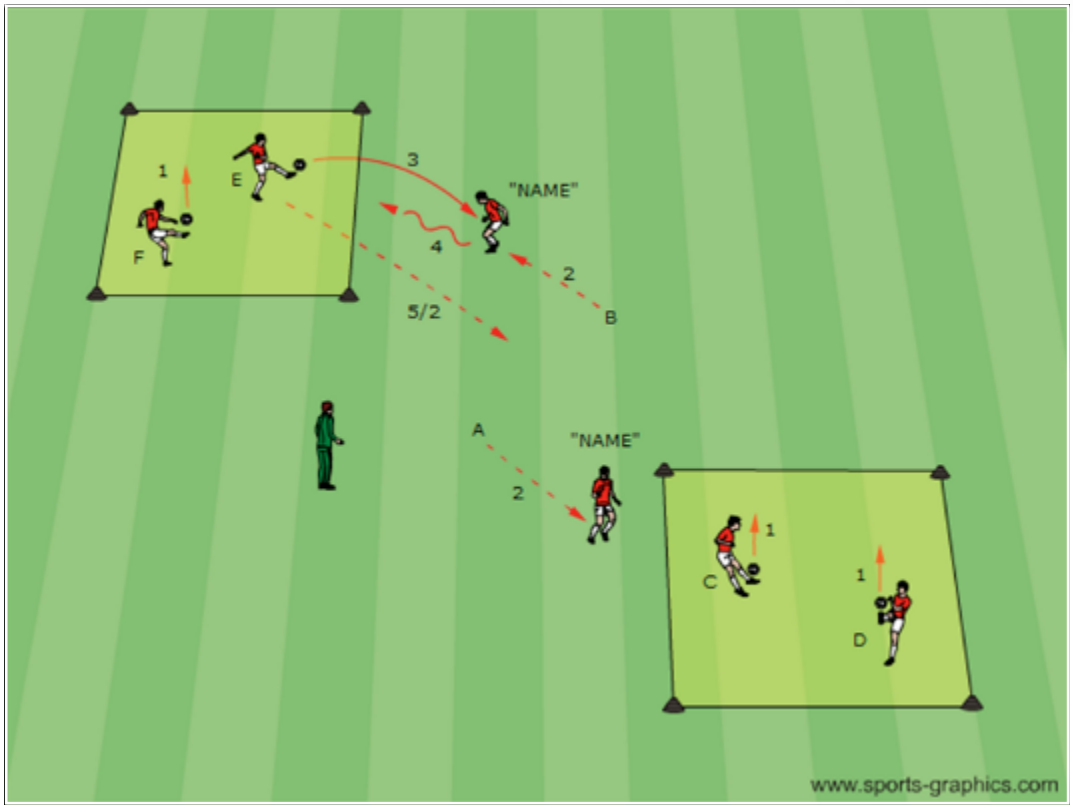
Spieler A absolviert pro Durchgang immer zwei Aktionen, die je Ballmitnahme, Finte und anschließenden Torschuss beinhalten. Spieler A löst sich im Bogenlauf um ein Hütchen (vgl. 1) und erhält ein Zuspiel von Spieler B (vgl. 2). Das Zuspiel verarbeitet Spieler A offensiv in Richtung Aktionsfeld (vgl. 3). Im Aktionsfeld führt Spieler A eine vorgegebene Finte (vgl. 4) und einen Torschuss aus (vgl. 5). Im Anschluss schaltet er direkt um und fordert erneut im Bogenlauf den zweiten Ball von Spieler B (vgl. 6). Auch diesen verarbeitet er wieder offensiv, führt eine Finte im Aktionsfeld aus und schließt auf das Tor ab. Im Anschluss trainiert Spieler B als Angreifer und Spieler C dient als Anspieler.

COACHING

- Bogenlauf für eine offene Spielstellung mutige und offensive Ballmitnahme.
- Aktion im höchsten Tempo durchführen lassen (präzise Finte und schneller Torschuss).

VARIANTEN

- Hinzufügen von weiteren Aktionen/Zuspielen.
- Vorgabe einer konkreten Reihenfolge von bestimmten Finten im 1 gegen 1.
- Organisation als Wettkampf: Welche Gruppe schießt zuerst 20 Tore?
- Hinzufügen von weiteren Stationen auf mehrere Tore (vgl. T2 und T3).



JONGLAGE (1)

DURCHFÜHRUNG

Die Spieler C und D sowie E und F jonglieren in den markierten Feldern (vgl. 1). Spieler A und B starten aus dem Zentrum und laufen jeder in Richtung eines Jonglagefelds (vgl. 2). Am Feld angekommen, rufen sie den Namen eines jonglierenden Spielers. Der aufgerufene Spieler (vgl. E) soll, ohne dass der Ball auf den Boden fällt, einen Pass zum fordernden Spieler anbringen (vgl. 3). Spieler B setzt ohne Unterbrechung die Jonglage fort und jongliert in das Feld (vgl. 4). Spieler E verlässt nun ohne Ball das Feld in das Zentrum, um zum anderen Feld zu laufen und dort einen Ball zu fordern (vgl. 5).

VARIANTEN

- Vorgabe der Jonglage im strikten Wechsel des Spielbeins (links/rechts).
- Durchführung jedes fünften Ballkontakts mit dem Kopf.
- Ausführung der Laufwege ohne Ball im variantenreichen Lauf-ABC.
- Bewegungsaufgabe für jeden Fehler in der Jonglage.
- Organisation als Wettkampf: Wie lange dauert es, bis ein Spieler drei Fehler begeht?
- Organisation als Wettkampf in Zweiergruppen: Welcher Gruppe unterlaufen zuerst drei Fehler?

INTERVIEW DES MONATS

HYBALLAS GEGENPRESSING

DETAIL-COACHING MIT LEIDENSCHAFT

Jakub Blaszczykowski (Kuba) hier mit Peter Hyballa beim Training bei Wisla Krakau (1. Liga Polen)

Peter Hyballa ist nicht nur Profitrainer, sondern auch vielseitiger Autor beim Meyer&Meyer Sportverlag und dem Institut für Jugendfußball. Sein neuestes Werk **„Hyballas Gegenpressing“** ist ein Bestseller in den Niederlanden und wird auch beim M&M Verlag im April erscheinen. Schon jetzt sind zwei Videos zum Buch beim IFJ96 erschienen: **„Hyballas Gegenpressing - Detail-Coaching mit Leidenschaft“** (https://ifj96.de/lp/gegenpressing/)

GEGENPRESSING MIT LEISTUNGSSTARKEN BEGRIFFEN

Wenn es um Gegenpressing geht, verwendet Peter Hyballa gerne kurze, leistungsstarke Begriffe und eine besondere Team-Sprache, speziell für die Spielsituation **„Gegenpressing“**. Begriffe wie: **Usain Bolt**, **Bodyguard**, **Gigolo**, **Iglu**, und **Harakiri** bieten die Möglichkeit einer

schnellen Kommunikation mit den Spielern. Jeder Trainer kann diese Begriffe selbstverständlich nach seinen Vorstellungen anpassen und verändern. In hektischen Spielphasen und Drucksituationen sorgen diese Signalworte für ein schnelles Umsetzen taktischer Lösungen und Verhaltensweisen.

DETAIL-COACHING MIT LEIDENSCHAFT

Peter Hyballa zeigt im zweiteiligen Video-Set: **„Hyballas Gegenpressing“** nicht nur einfach Übungs- oder Spielformen, sondern erklärt und verbessert die Spieler mit wichtigen Coaching-Punkten. Jede Trainingsform enthält wichtiges Detail-Coaching von Peter Hyballa. Deshalb dauern die Spielformen in den Videos auch häufig länger als 10 Minuten. So lernen die Spieler, sich beim Gegenpressing, unabhängig vom Spielsystem, taktisch klug zu verhalten und Fehler in Zukunft zu vermeiden. Seine besondere Art, diese Korrekturen zu vermitteln und Spieler zu motivieren kommt bei der heutigen Spieler-Generation extrem gut an.

Hier den Trailer anschauen https://youtu.be/raCG3fb692Q

VIDEO-SET: HYBALLAS GEGENPRESSING TEIL 1: TRAININGSFORMEN OHNE TORABSCHLUSS

Das erste Praxis-Video (1 Stunde 47 Minuten) enthält 11 Übungs- und Spielformen, die mit kurzen Signalworten taktisch kluge Verhaltensweisen zum Gegenpressing vermitteln. Mehr Infos (https://ifj96.de/hyballas-gegenpressing-teil-1)

Peter Hyballa vermittelt den Spielern im Teil 1:

- Eine schnelle und eindeutige Kommunikation durch eine spezielle Teamsprache.
- Ein aggressives und einstudiertes Gegenpressing mit festgelegten Funktionen der Spieler.

VIDEO-SET: HYBALLAS GEGENPRESSING TEIL 2: TRAININGSFORMEN MIT TORABSCHLUSS

Im zweiten Praxis-Video (1 Stunde 5 Minuten) wenden die Spieler die gelernten Verhaltensweisen zum Gegenpressing in 9 wettkampfnahen Spielformen an. Peter Hyballa hilft ihnen mit motivierendem Detail-Coaching, in Zukunft Fehler zu vermeiden und Angriffe nach einem Ballverlust mit einem funktionierenden Gegenpressing erfolgreich abzuschließen. Mehr Infos (https://ifj96.de/hyballas-gegenpressing-teil-2)

In diesem Video präsentiert Hyballa:

- Interessante neue Spielformen und Wettkämpfe
- Leistungsstarke Coaching Punkte
- Wie man Gegenpressing in Tore umsetzt
- Wie man eine kluge Rollenverteilung beim Gegenpressing einstudieren.

TRAININGSFORMEN ZUM GEGENPRESSING
TF 01: 1 GEGEN 3 MIT FELDERWECHSEL

ORGANISATION:

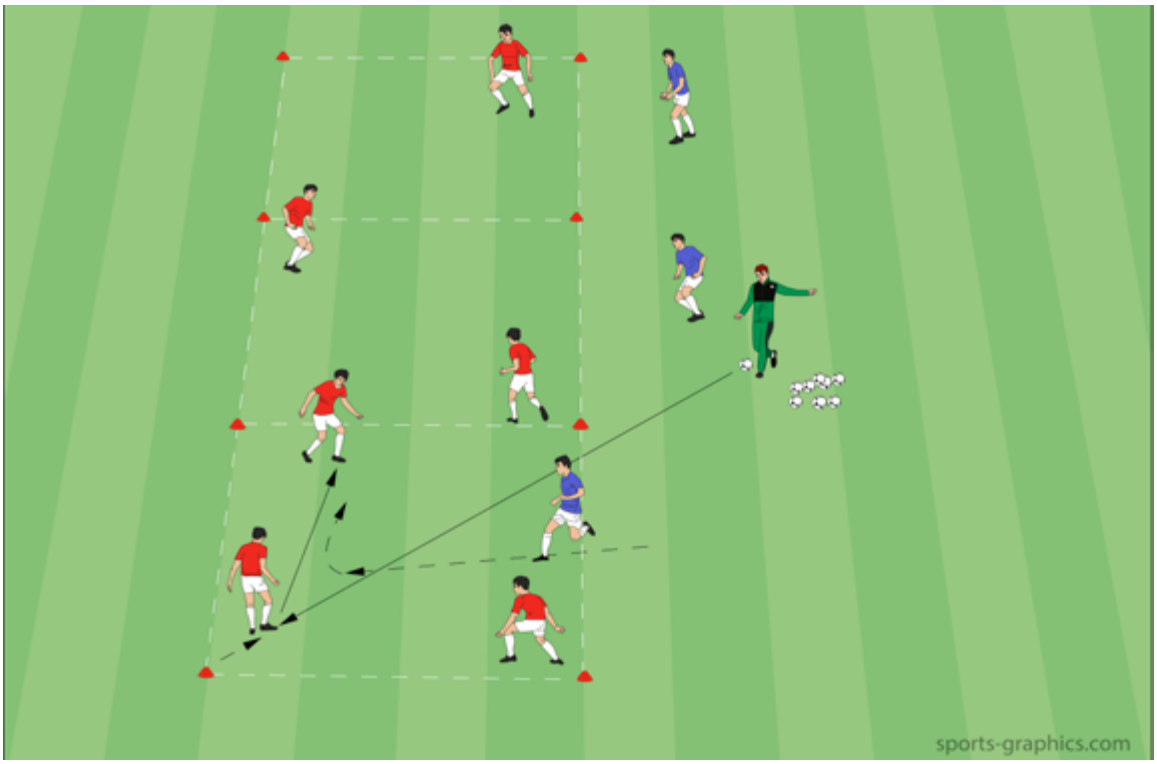
- 3 Felder von 5 x 5 Metern (oder kleiner) nebeneinander aufbauen
- Ausreichend Bälle beim Zuspieler außerhalb der Felder platzieren
- Markierungswesten für die Verteidiger (Das Halten in der Hand ist ausreichend)
- 3 Spieler im ersten Feld, 2 Spieler im zweiten Feld und 1 Spieler im dritten Feld
- Drei Verteidiger stehen direkt außerhalb des Feldes bereit und sprinten abwechselnd ins jeweilige Feld.

ABLAUF/ZIELE

- Sobald der Trainer den ersten Ball ins Feld spielt, übt der erste Verteidiger vollen Druck auf den Ball aus.
- Wenn er den Ball aus dem Quadrat schießt, erhält der Verteidiger 1 Punkt.
- Danach spielt der Trainer sofort den nächsten Ball ins zweite Feld und der zweite Verteidiger sprintet ins mittlere Quadrat. Der erste Spieler verlässt dann das erste Feld wieder.
- Die 3er-Gruppe erhält 1 Punkt, wenn sie den Ball für eine bestimmte Zeit oder Anzahl von Pässen im Ballbesitz hält.
- Dabei darf sie den Ball auch ins nächste Quadrat passen und 2 Spieler zum 3 gegen 1 nachrücken.
- Die gilt auch für das dritte Quadrat.
- Nach 30-45 Sekunden kommen 3 andere Spieler nach außen und attackieren.

VARIATIONEN

- 1 gegen 4 / 2 gegen 4 / 2 gegen 3

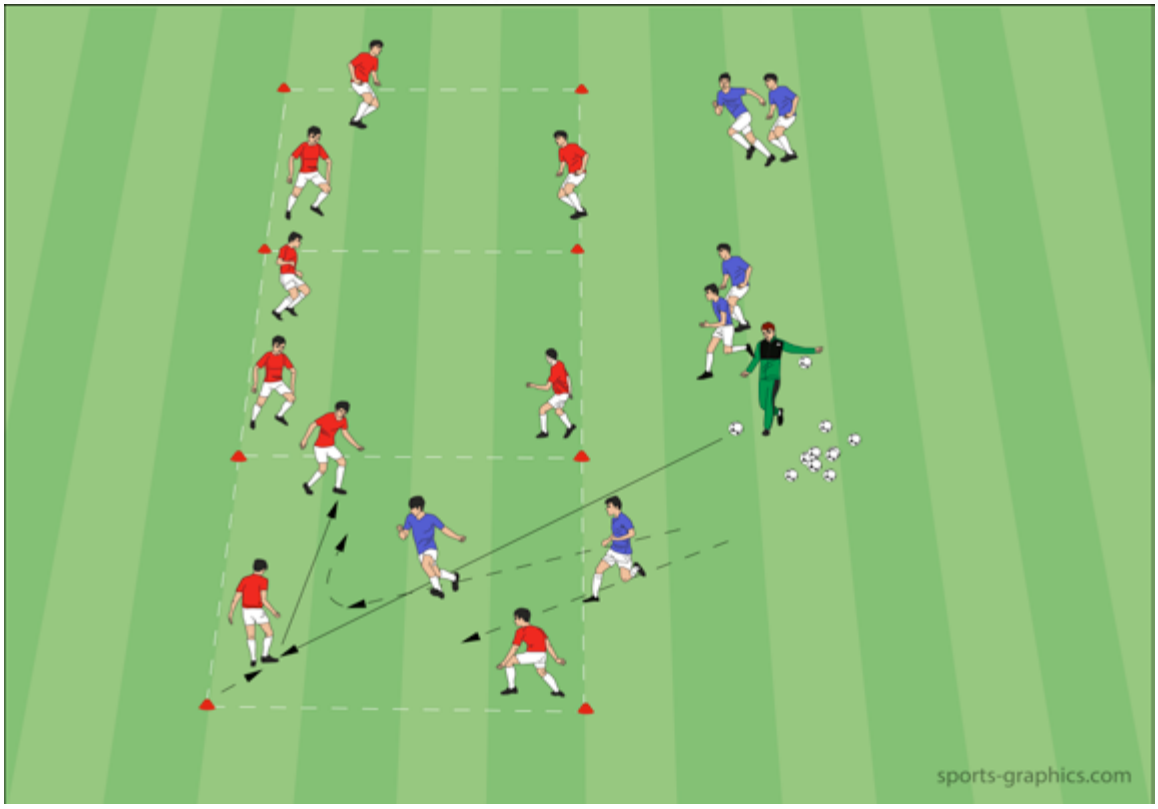


ZUM VIDEO: 1 GEGEN 3 MIT FELDERWECHSEL

2 GEGEN 3 MIT FELDERWECHSEL - USAIN BOLT UND BODYGUARD

ABLAUF:

- Start mit 1 gegen 3 mit Druck auf die ballbesitzenden 3 Spieler
- Nach 3 Sekunden kommt ein zweiter Verteidiger (Bodyguard) hinzu zum 2 gegen 3.



TW 02: WETTKAMPF: ANGRIFF MIT WECHSELNDER SPIELERZAHL

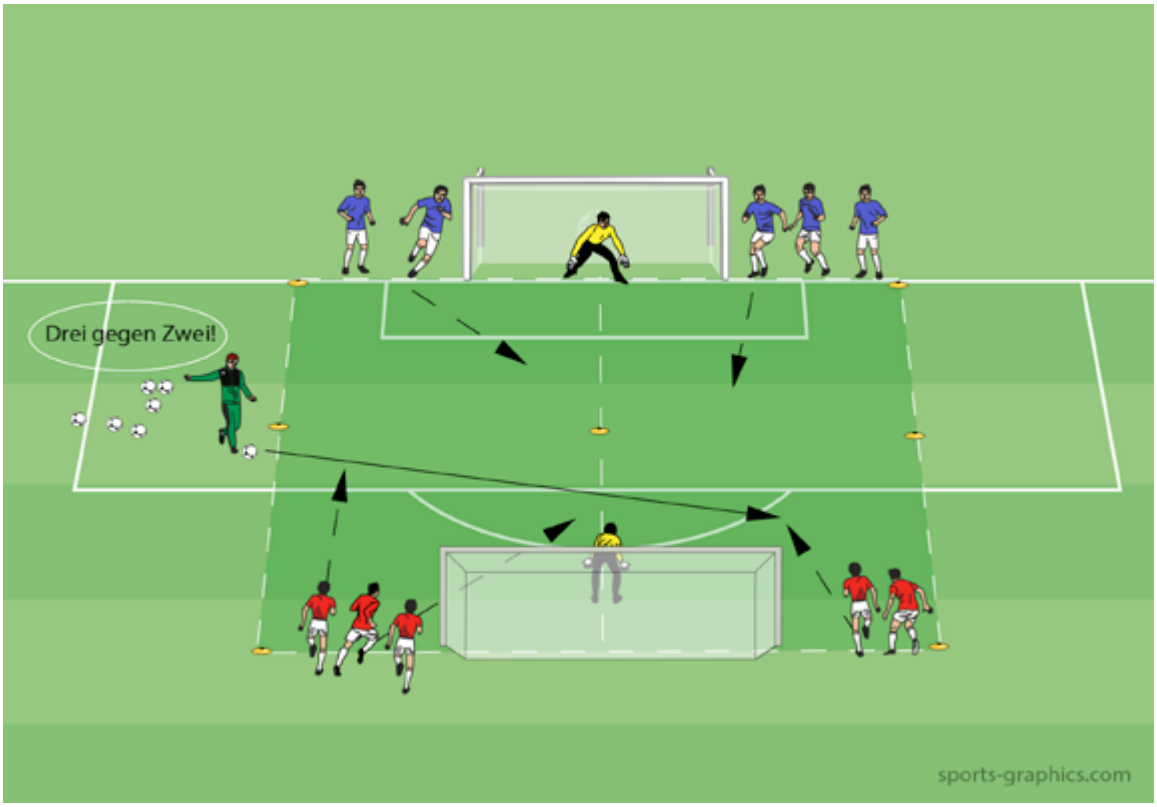
Damit sich die Spieler schnell auf unvorhersehbare Ereignisse im Spiel einstellen können, schafft der Trainer immer wieder neue Situationen durch wechselnde Spielerzahlen, die am Angriff beteiligt sind. Schnelle Orientierung und Zusammenarbeit der beteiligten Spieler sind hier gefordert.

ORGANISATION:

- Feld von 20x15 Metern (auf Spielerniveau anpassen).
- Zwei große Tore mit Torhütern.
- Neben jedem Tor befinden sich fünf Spieler einer Mannschaft.
- Ausreichend Bälle beim Trainer.

ABLAUF:

- Der Trainer gibt die Anzahl der Spieler jeder Seite an, die gegeneinander spielen, z. B. 1 gegen 2, 1 gegen 4, 4 gegen 1, 3 gegen 3 usw.
- Dabei ist die erste Zahl Rot und die zweite Zahl Blau.
- Es sprinten immer so viele Spieler ins Feld wie genannt werden und versuchen, so schnell wie möglich ein Tor zu schießen.
- Die Spieler sprinten nach ihrem Spiel sofort aus dem Spielfeld.



ZUM VIDEO: ANGRIFF MIT WECHSELNDER SPIELERZAHL

TF 03: „HYBALLAS BALLASPIEL“ – SCHNELLES UMSCHALTEN UND DRUCK AUSÜBEN

ORGANISATION:

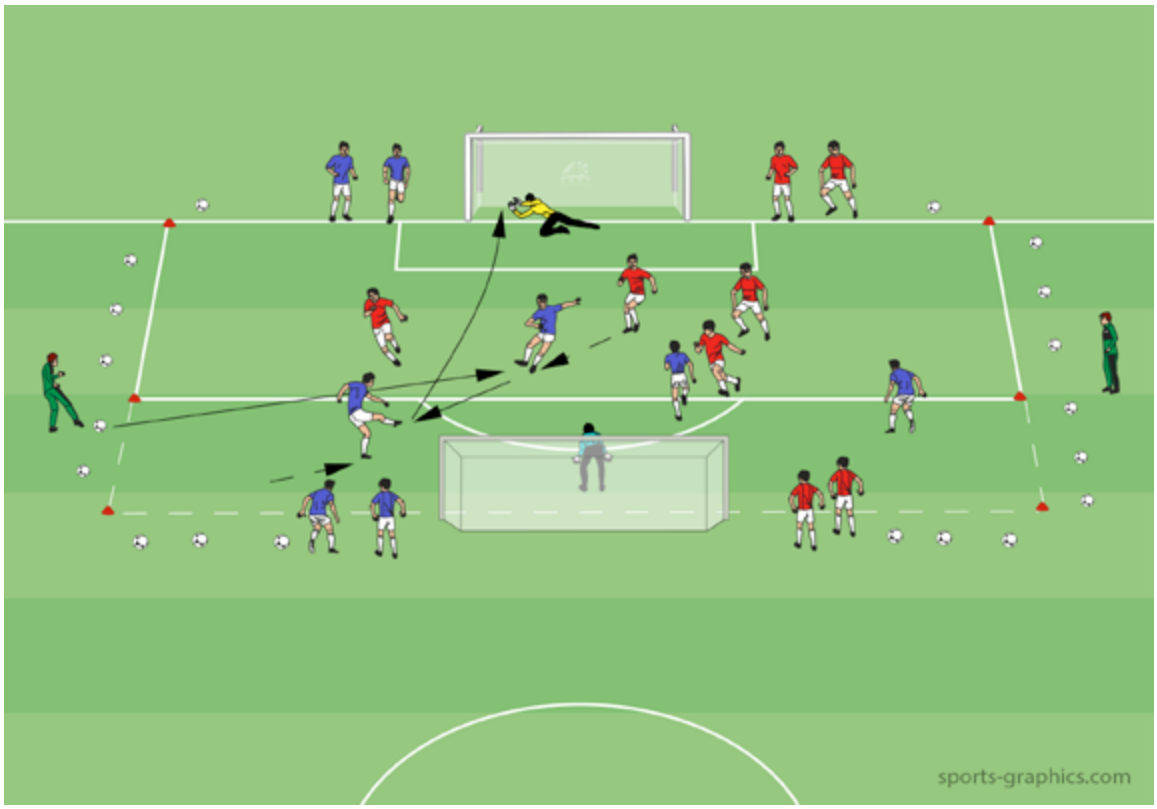
- F30x20 Meter großes Feld mit vielen Bällen rund um das Feld
- 2 Tore mit Torhütern
- Markierungswesten für beide Parteien

INHALT:

- Der Trainer spielt den nächsten stets von einem anderen Ort ins Feld
- Oder zwei Zuspieler passen abwechselnd den nächsten Ball.
- Die Spieler müssen den nächsten Ball schnell wahrnehmen und darauf reagieren.
- Damit hält man das Spieltempo hoch und schult das schnelle Umschalten auf neue Spielsituationen.
- Der Trainer spielt manchmal einen zweiten Ball ins Feld, um das Chaos zu erhöhen, um Frustration provozieren, die die Spieler „wegstecken“ und sofort auf die neue Situation reagieren müssen.
- Die Spieler müssen sich trotz Drucksituation ständig orientieren und eine 360-Grad-Wahrnehmung haben. Wo ist der Trainer? Von wo kommt der nächste Ball?

VARIATION:

- Der Trainer spielt auch hohe Bälle oder Pässe in die Ecken.



ZUM VIDEO: HYBALLAS BALLSPIEL

PETER HYBALLA – TRAINER AUS LEIDENSCHAFT

„Bei den Dreharbeiten zu den Praxis-Videos „Hyballas Gegenpressing“ konnte ich feststellen, dass Peter Hyballa eine ganz besondere Art hat, Spieler anzusprechen und sie zu verbessern. Die Spieler schätzen sein leidenschaftliches Coaching, mit dem er jede Trainingssituation zu einer realistischen Wettkampfsituation macht. Das ist auch das besondere dieses Video-Sets. Es geht dabei nicht um die Organisation der Trainingsformen, sondern um das spezielle Detail-Coaching. Deshalb dauern die einzelnen Spielformen auch häufig länger als 10 Minuten mit vielen Coachings und Anregungen.“

PETER SCHREINER
INSTITUT FÜR JUGENDFUSSBALL (WWW.IFJ96.DE)

ZUR PERSON:

Peter Hyballa ist seit Dezember 2020 neuer Trainer des polnischen Erstligisten Wisla Krakau. Der 44-jährige DFB-Fußballlehrer mit Magister der Sportwissenschaften, Pädagogik und Psychologie erhielt einen Vertrag bis 2022 beim 13-maligen polnischen Meister. Er ist nicht nur Autor und Präsenter beim Institut für Jugendfußball (Schnittstellen-Ball, Flachpass-Philosophie, Tiqui Taqua – One Touch), sondern auch Buchautor beim Meyer&Meyer Sportverlag. Peter Hyballa ist nun im sechsten Land als Profitrainer tätig:

Polen (Wisla Krakau), Namibia (Ramblers Windhoek), Österreich (Sturm Graz, Red Bull Juniors Salzburg), Niederlande (Breda, Nijmegen), Slowakei (Dunajska Streda) und Deutschland (U 19 VFL Wolfsburg, B. Dortmund, B. Leverkusen, Profis Alemannia Aachen und B. Leverkusen). Hyballa war darüber hinaus kurzzeitig Ausbilder beim DFB (A-Lizenz, Fußballlehrer-Lizenz) und Referent/Präsenter weltweit auf Kongressen, in Seminaren.

Erste Trainererfahrungen sammelte Peter Hyballa in seiner Heimatstadt Bocholt und in Fußballschulen des Instituts für Jugendfußball. Seine Trainer-Laufbahn bei den Profis begann Hyballa nach Stationen als Coach im Nachwuchsbereich mehrerer Bundesliga-Klubs 2010 beim damaligen Zweitligisten Alemannia Aachen.

„SPIELER XY IST EIN KLASSE FUSSBALLER! ER PASST WIRKLICH SUPER IN DAS SPIELSYSTEM VON TRAINER XY!“

Aussagen wie diese hört man als Fußballfan zuhauf. Sei es von den Kollegen in der Kneipe, vom Sportjournalisten der Tageszeitung oder dem Kommentator im TV. Doch auch einige Scouts, Sportdirektoren und Trainer argumentieren mit Begrifflichkeiten wie „super Spieler“, „resoluter Abräumer“ oder „guter Dribbler“.

Was ist daran so verwerflich? Warum greifen wir ausgerechnet diese Aussagen zum Beginn unseres Artikels über Daten im Fußball auf? Nun, sie strotzen nur so vor Subjektivität, von einzelnen Eindrücken, von Meinungen die an einen herangetragen werden. Es liegt in der Natur des Menschen, ob nun Sportdirektor oder Kneipenbesucher, dass diese kurzen und kleinen Schnipsel, die man irgendwo aufgegriffen hat, ins eigene Meinungsbild zu einer gewissen Sache übergehen – und zwar nicht nur im Sport. Wenn man nun aber durch einen Impuls (häufig von außen) dazu angestoßen wird, einen bestimmten Sachverhalt doch mal rein objektiv und ohne die eigene Meinung zu betrachten erkennt man oft Details und Hintergründe, die einem vorher nicht bewusst waren.

„WARUM?“ ALS SCHLÜSSEL ZUR OBJEKTIVITÄT

Doch wie geht man das nun am besten an? Wir, das sind Mats und Quirin von **CREATEFOOTBALL**, haben die Frage nach dem „Warum?“ für uns entdeckt. Wir möchten mit plakativen Sätzen und subjektiven Wahrnehmungen aufräumen, stattdessen tieferliegende Gründe und Details aufdecken. Auf die Beispielaussage oben würden wir mit Fragen wie „Warum ist er ein guter Spieler?“ oder „Warum passt er gut ins System des Trainers?“ reagieren. Hier schließen sich Fragen zu den Stärken und Schwächen des Spielers oder zu seinem Spielstil und dem des Teams an – und um diese wirklich rein objektiv und losgelöst analysieren zu können, gewinnen Daten im Fußball immer mehr an Bedeutung. Von Standardwerten wie Ballbesitz und Zweikampfquoten, die es sogar schon zu den größten deutschen Fußballsendern geschafft haben, über abgefangene Bälle und kreierte Großchancen, bis hin zu recht modernen Datenpunkten wie xG (expected Goals = zu erwartende Tore) oder xPoints (expected Points = zu erwartende Punkte), heutzutage kann nahezu jeder gewünschte Wert erfasst und ausgewertet werden.

CREATEFOOTBALL hat es sich zur Aufgabe gemacht, neben einem Fokus auf den wenig betrachteten internationalen Fußball, jedem Fußballfan – ob 12 oder 70 Jahre – Daten im Fußball näher zu bringen. Auf unserem **Instagram Profil**, **Website** und **Podcast** analysieren wir anhand von statistischen Werten spannende Clubs wie das türkische Überraschungsteam Alanyaspor, stellen heraus warum Pedro Neto von den Wolverhampton Wanderers das Zeug zum nächsten Superstar hat oder erklären, weshalb Joachim Löw Maxi Arnold mit zur EM nehmen sollte.

“DIE ZUKUNFT IM FUSSBALL GEHÖRT DENJENIGEN, DIE AUS INFORMATIONEN DIE BESTEN SCHLÜSSE ZIEHEN.“

Aus unseren Social Media Tätigkeiten hat sich schnell der Drang nach mehr ergeben. Was macht einen erfolgreichen Club wirklich aus? Gibt es Gemeinsamkeiten, die sich bei vielen Topvereinen weltweit erkennen lassen? Warum sind so viele Vereine über Jahre in ihrer Situation gefangen und bewegen sich keinen Schritt nach vorne?

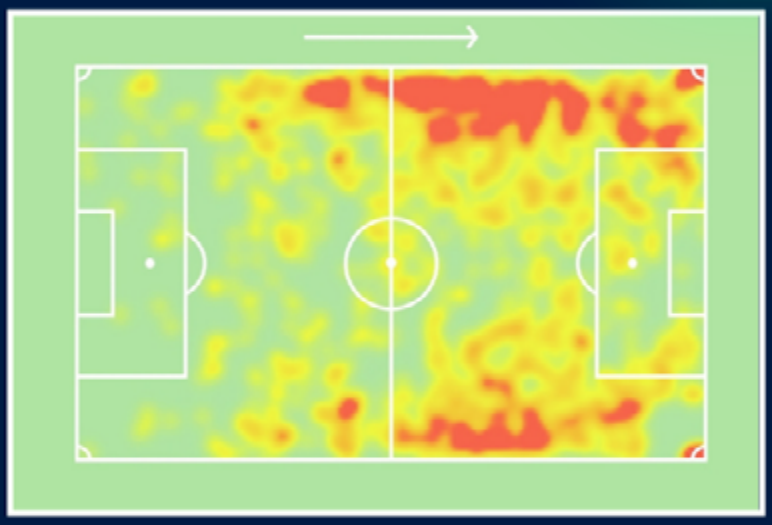
1. Langfristige Strategien fehlen: Wir sind der Ansicht, dass im modernen Fußball zunehmend verwaltet und wenig visionär gedacht wird. Das betrifft in erster Linie die Proficlubs, zieht sich allerdings herunter bis in den untersten Amateurbereich. Die wichtigsten Ämter in den Vereinen, Positionen, auf denen strategische Entscheidungen getroffen werden sollten, werden häufig von Leuten bekleidet, die lediglich das Ziel haben, ihren eigenen Job zu sichern. Dadurch zählt nur der kurzfristige Erfolg, koste es, was es wolle.

2. Eine einheitliche Vereinsphilosophie fehlt: Wir sind der Meinung, dass eine einheitliche Vereinsphilosophie, die im Kern unveränderbar ist und bleibt, der Schlüssel zu

CREATEFOOTBALL

20 JAHRE | PORTUGAL

NETO
PEDRO



SPIELSTIL

WIDE PLAYMAKER

Neto ist einer der kreativsten Spieler im Team und zeichnet sich durch das kreieren vieler Torchancen aus, wobei er von seiner guten Übersicht und hohe Spielintelligenz profitiert.

Ähnliche Spieler: Sancho, di Maria

VEREIN

WOLVERHAMPTON WANDERERS

2019 für 17.9 Mio. Euro verpflichtet

POSITION

LF

RF

STÄRKEN

KREATIVITÄT

FLANKEN

DRIBBLING

SCHLÜSSELPÄSSE

InStat

nachhaltigem Erfolg ist. Objektive Kriterien sollten massiv an Bedeutung gewinnen. Bereits jetzt sind zahlreiche Traditionsvereine vom Aussterben bedroht. Nicht, weil die Konkurrenz finanzkräftiger ist, sondern weil die Prozesse innerhalb der Vereine äußerst ineffizient sind.

Denn, lieber Leser, egal ob Bundesliga oder Kreisligatrainer oder -verantwortlicher, die beiden oben beschriebenen Punkte ziehen sich vom Profi- bis weit in den Amateurbereich durch. Nach wenigen Partien werden Trainer entlassen, Talente nach 2 schlechten Spielen aussortiert, Fehlplanungen werden nicht kritisch hinterfragt, Vetternwirtschaft richtet Vereine zugrunde und vieles mehr.

Aus diesem Hintergrund möchten wir die Botschaft verbreiten, dass Fußball kreiert werden sollte.

Denn nur wer innovativ denkt und handelt, wird eine erfolgreiche Zukunft im Fußball haben – eine Vereinsphilosophie und Strategie lässt sich nicht in wenigen Monaten

entwickeln, hier muss man den richtigen Personen Zeit zur Entfaltung geben und sie bestmöglich (auch durch äußere Einflüsse) unterstützen. Im Amateurbereich kann schon ein externer Fitnesscoach für die Vorbereitung oder eine Investition in ein portables Kamerasystem zur Spielanalyse ausreichen, um der Konkurrenz einen Schritt voraus zu sein.

„WARUM DATENSCOUTING? DIE GUTEN SPIELER ERKENNT MAN NUR, WENN MAN LIVE IM STADION IST!“

Kommen wir zurück zum Profifußball und **CREATEFOOTBALL** Solutions. Durch unsere Leitbilder (langfristige Strategien und einheitliche Vereinsphilosophie) und unseren Datenansatz initiierten wir im September 2020 das Consulting-Startup **CREATEFOOTBALL** Solutions, mit dem wir Vereine unterstützen und beraten, wenn es um Themen wie Kaderplanung, Scouting oder Trainersuche geht.

Mittlerweile sind Videotelefonie, Sprachsteuerung der eigenen Elektrogeräte oder Onlinedating aus dem Leben vieler Menschen kaum noch wegzudenken, die Technik hat den Menschen komplett unter Kontrolle – auch den Fußball? Auf den ersten Blick erscheinen die allermeisten Profifußballvereine als hochmodern, doch gerade im Inneren der Clubs herrscht häufig eine große Skepsis gegenüber Technik und Daten. Gerade Scouts und Sportdirektoren, die schon lange in der Branche zugange sind, rühmen sich allzu oft mit ihrer Erfahrung und ihrem „besonderen Auge“ für die richtigen Spieler. Scouts tingeln von Stadion zu Stadion, schauen Videosequenz um Videosequenz, um sich eine subjektive Meinung zum Skillset eines Spielers zu holen. Nach 5 Kopfballduellen wird ein kurzes „guter Kopfballspieler“ auf den Notizblock gekritzelt, bevor man sich den nächsten Spieler der Mannschaft vornimmt – der Spielbesuch muss sich schließlich lohnen. Zurück auf dem Vereinsgelände schlägt man den kopfballstarken Spieler dem Vorstand vor, nur um Wochen nach der Verpflichtung zu realisieren, dass der Spieler beim Scouting wohl einen Ausrutscher nach oben hatte. Ein Jahr später verkauft man den Akteur mit Transferverlust.

Das klingt für Sie nach einem Märchen? Leider ist es keines. Tatsächlich spielen sich Aktionen wie diese tagtäglich vielmals in professionellen Fußballvereinen ab und spiegeln das „besondere Auge“ nicht wirklich wieder. Was also tun?

Kameras bieten jedem Fußballclub die Möglichkeit die eigenen Spiele aufzuzeichnen und im Anschluss zu taggen (=auszuwerten) – auch für Amateurvereine gibt es hier viele Optionen. Unser Kooperationspartner InStat bietet sämtliche ausgewertete Daten für nahezu alle Profispiele weltweit, sogar die 3. schwedische Liga ist abgedeckt!

ERGÄNZUNG UND HILFSMITTEL FÜR SCOUTS, KEINE GEFÄHRDUNG DER ARBEITSSTELLEN

Diese Daten nutzen wir beispielsweise für Kaderanalysen, die wir regelmäßig bei den Profiteams unserer internationalen Klienten durchführen. Anhand der Daten (häufig auch im Ligavergleich) lassen sich detailliert die positiven und negativen Datensätze, sprich Stärken und Schwächen des Teams herausfinden – und das ohne vorher auch nur ein Spiel des Teams gesehen zu haben!

Nun kann man im Training und auf dem Transfermarkt gezielt an den Schwachstellen arbeiten.

Eine weitere zentralen Frage ist, ob die Spieler zum Spielsystem des Trainers und zur Vereinsphilosophie passen? Möchte ich in einem 4-2-3-1 System zwei Flügelspieler, die mit dem starken Fuß zur Mitte ziehen, sogenannte Inside Forwards? Diese Unterkategorie eines Flügelspielers (neben z.B. Wide Playmaker und Classic Winger) charakterisiert sich besonders durch ein starkes Dribbling, einen guten Abschluss, sowie eine hohe Kreativität. All diese Punkte kann man mithilfe von Daten exakt überprüfen und dementsprechend handeln.

Anhand des Kaders des FC Barcelona lässt sich die Verbindung der Kaderanalyse mit dem Geschehen auf dem Transfermarkt prima darstellen. Wir unterstützen die von uns betreuten Vereine neben der Analyse des eigenen Teams auch bei potenziellen Neuzugängen. Hat man Schwachstellen im Kader gefunden, sollte man sie dementsprechend mit passenden Spielerprofilen neu besetzen, wie unten dargestellt.

Nach dem statistisch belegten Leistungsabfall von Luis Suarez im letzten Barcelona Jahr wären die Angreifer Belotti, Depay und Kane die passendsten Ersatzspieler gewesen, da sie in den Schlüsselkategorien wie Torchancenverwertung oder Offensivzweikämpfe Suarez am meisten gleichen. Ähnlich für den in die Tage gekommenen Sergio Busquets, auch für ihn haben wir mit Koopmeiners und Kamara zwei passende Nachfolger gefunden – Rodri wäre vor seinem Wechsel nach Manchester ebenso kompatibel gewesen.

Analysen wie diese erstellen wir passgenau für sämtliche Spieler weltweit, während viele Scouts nach wie vor auf Live- und Videoscouting bauen oder alternativ direkt in Kontakt mit Beratern um nach wechselwilligen Spielern zu suchen. Doch genau hier ist es wichtig eine Vorauswahl durch Daten zu treffen – anschließend kann man mit Stadionbesuchen oder Videos genau die Spieler beobachten, die durch ihre Fähigkeit wirklich ins Team passen.

Wir bieten also eine Ergänzung durch Daten, die Hauptarbeit der Scouts wird somit nicht ersetzt (dies ist häufig die Angst der Spielbeobachter), sondern nur die Effizienz und der Erfolg gesteigert.

Sie fragen sich nun wo der Haken ist? Ganz einfach, es gibt keinen. Immer wieder werden Fehler in Daten oder der nicht 100%ige Erfolg durch Datenscouting kritisiert – doch auch der menschliche Scout macht Fehler, statistisch bewiesen sogar erheblich mehr, da er deutlich weniger Spiele verfolgen kann, als die Technik auswertet, hinzu kommt erneut der Faktor Subjektivität.

Den 100%igen Erfolg kann mit Sicherheit kein Datenanbieter oder Consultancy wie **CREATEFOOTBALL** Solutions gewährleisten, doch auch das herkömmliche Scouting kann dies nicht, im Gegenteil. Die Daten sollen lediglich helfen und unterstützen den Erfolg auf dem Feld und Transfermarkt maximal zu steigern.

DATEN WERDEN IN DEN NÄCHSTEN JAHREN ZUNEHMEND AN RELEVANZ GEWINNEN, ANDERE SPORTARTEN HABEN DIES BEREITS EINDRUCKSVOLL VORGEMACHT. DIES IST KEIN ANGRIFF AUF ARBEITSSTELLEN UND TRADITIONELLE VEREINSSTRUKTUREN, SONDERN EINE WEITERENTWICKLUNG IM ZUGE DER MENSCHLICHEN EVOLUTION.

Wir hoffen der kleine Ausflug in die Welt der Daten hat Ihnen gefallen und Sie konnten etwas für Ihre tägliche Arbeit in den Vereinen mitnehmen. Möglicherweise konnten wir Ihren Blick auf die elementaren Faktoren für den Erfolg eines Vereins – einheitliche Vereinsphilosophie und langfristige Strategien – sogar schärfen, wir würden uns freuen!

MATS BECKMANN UND QUIRIN STERR
GRÜNDER VON CREATEFOOTBALL

CREATEFOOTBALL

RUBRIK

PROBLEMFELD ...

MINI-SPIELFELD

Bereits mit 18 Jahren (also vor 50 Jahren) war ich als Co.Trainer bei den „Knaben“, so nannte man damals die jüngste Altersklasse, eingespannt. Daher habe ich gelernt, Entwicklung ist ein ständig anhaltender Prozeß der auch beim Fußball dem Begriff des „kvp“ aus dem Qualitätsmanagment unterliegen sollte!

War es zu meiner Zeit der Straßenfußball, so sind heute viele zeitgemäße Ideen im Spiel und es sind nachhaltige technische Möglichkeiten gegeben. Was geblieben ist, ist der Spaß und die Begeisterung am Fußball. Kleinspielfelder und miniCOURT`s, wie auch das Soccer-Ei anstatt Straßenfußball.

Hans Meyer sagte mir mal, Heinz „wenig Platz – wenig Zeit“ waren, sind und bleiben noch lange die Herausforderungen an den Fußballsport; das war so um 1995/99 herum, als er Trainer beim FC Twente Enschede war und ich als Scout für den Nachwuchs dort tätig sein durfte. Was kann das aktuell für die Nachwuchsförderung im Amateur- und Profifußball bedeuten und erfordern? Ja, das beschäftigt mich seit vielen Jahren.

Trainieren für den sportlichen Vergleich; mit Spaß, Freude und Begeisterung, ohne diesen Trainings Drill; zumindest bitte bei den G-Junioren bis E-Junioren. Das kann eine tolle Aufgabe sein. Für mich ist das eindeutig so. Auch Trainer dürfen mit Spaß, Freude und Begeisterung bei der Sache sein. Und das geht in und um diesem „Soccer-Ei“ hervorragend.

Abwechslungsreiche Spielformen, variantenreich dem jeweiligen Alter angepasst sind mit einfachen technischen Handgriffen schnell kombiniert und umgesetzt. Ein vielseitiges Zubehörangebot ermöglicht unzählige Übungsangebote im Einzel, Partner und Kleinstgruppentraining in und um dem Spielfeld.

Altersgebunden können z.B. über das 1:/:1 bis hin zum 5:/:5 spielerisch die ersten typischen Elemente des früheren Straßenfußballs erlebt werden. Das kann man z.B. auch in Turnierform „kicken“ lassen…

Im 4:/:4 kann z.B. auch das Fußballdreieck Thema sein. Im Wechsel waren hier Stationen rund um dem Spielfeld realisiert, in denen altersgerecht unterschiedliche Aufgaben angeboten wurden. Mal ohne Gegenspielerkontakt den Ball um Hütchen herum führen, oder an einer Prellbandenwand mit dem Ball etwas ausprobieren; das Ballstoppen des nach einem sauberen Flachpass ins Prellnetz unterschiedlich zurück kommenden Balles z.B.? Vielleicht

auch mal „nur“ den Ball mit einem Partner zusammen im Querpass über einen vorgegebenen Laufweg hin und her zu befördern. Zwischendurch können u.a. zwei Licht- und Akustikbanden angepasst werden, mit den entsprechenden Meldungen dieser Technikmodule.

Und immer wieder der Vergleich zwischen diesen Toren; im Fair Play nach geltenden Regeln, auch wenn sie dem jeweiligen Alter entsprechend noch so frei vorgegeben sind. Siehe auch www.soccer-ei.de.

Turniere in Kleinstspielfelder je nach Alter in diesen „mini-Courts“ fördert das Teamverhalten bei den Kindern. Seit einiger Zeit ist ja mit Recht FUNINIO das Zauberwort in der DFB-Nachwuchsförderung…

…wir haben unsere maxi4erKOMBI-arena (siehe Foto oben) seit 2013 für diesen absoluten Fußballspaß im Angebot und auch im Einsatz, wie hier im März in Sandesneben mit 2 Felder und dazwischen ein spezi.-Technik-Ei mit Rebounder und LED- Lichterkontaktmodule zum Geschicklichkeitstest auf Zeit zwischen den Turnierspielen.

Dieses Feld mit 2 x 2 miniTORE und Bandenumlauf (freie Breiten- und Längenwahl z.B. 8,5m x 13m) passt fast überall hin. Hier Anfang März in eine Sporthalle, aber auch im Outdoor auf Parkplätze, auf Kunstrasenplätze bis hin zum Strand für den Beachfußball. Der Ball bleibt mit wenigen Ausnahmen im Spiel und stellt besondere Herausforderungen an die „Kicker“ bei diesem intensiven Fußballvergleich…

Und auf dem Schulhof rollt der Ball dann eben auch! “Fußball hilft beim Lesen und Rechnen lernen“?; das geht wirklich mit Spaß, Freude und Begeisterung! Der Fußball kann so ganz einfach wieder präsenter sein und in viele Lebensbereiche der Kinder zeitgemäß integriert werden (Straßenfußball alter Machart …ade)!

Auf vielen Trainingscamps war das Soccer-Ei bereits … und oft wurde neben den bekannten Spielarten auch immer etwas Neues probiert und erfolgreich mit den Kindern gemeinsam umgesetzt.

Viele Ballkontakte haben, rasche Koppelungen bei dem Wechsel zwischen Ballbehauptung und Balleroberung. Ständig das Ziel, die Tore vor Augen; das Runde soll ins Eckige!

Und immer wieder die Möglichkeit, etwas kreativ ausprobieren zu können; sowohl mit dem Ball, aber auch in denen der Situationen angepassten Bewegungen mittels Gewandtheit mit und ohne Ball. Und wie funktioniert eigentlich Körpersprache, wie helfen Körpertäuschungen, und was will mein Mitspieler mir zeigen, was hat der Gegenspieler vor? u.v.m.

Wer einmal diese Kinder mit Fußball glücklich gemacht hat, der kann nicht mehr ohn … den Fußballnachwuchs zeitgemäß fördern, so geht das! **Jeder Profi war einmal Amateur.**

RUBRIK

COACH LIKE ...

PASCAL BACH

MIT DER ROCHADE DIE SPIELSTATIK VERÄNDERN

Der begriff Rochade ist ursprünglich die Bezeichnung für einen Spielzug im Schach. Er stammt aus dem persischen und bezeichnet den Platzwechsel von Turm und König. Ziel dieses Doppelzuges, der nur einmal pro Spiel erlaub ist, ist es, den König in Sicherheit zu bringen. Im Fußball ist der Begriff Positionswechsel gängiges Vokabular und hilft daher bei der Integration der Rochade in die Terminologie. Ein Positionswechsel kann auf zwei unterschiedliche Varianten erfolgen. Erstens mit Hilfe eines synchronen Ablaufes, der sich durch zeitgleiches Verlassen der Ursprungsposition und zeitgleiches einnehmen der Zielposition auszeichnet. Hierbei ist ein optimales Timing der beiden Wechselspieler, als auch des Passgebers nötig.

Ein asynchroner Ablauf beinhaltet ein zeitliches versetztes Einnehmen der Zielposition. Der für die Position vorgesehen Raum bleibt zunächst frei, daher wird nicht unmittelbar nach frei werden der Zielposition das Anspiel dorthin angestrebt. Vielmehr ist durch das Verlassen der Zielposition zunächst eine kurzzeitige Verschiebung der Spielstatik angestrebt, um dann mit Verzögerung den freien Raum neu zu besetzen und dort aktiv hinzuspielen oder auch reinzudribbeln.

Im folgenden Beitrag liegt der Schwerpunkt auf dem synchronen Ablauf. Dieser ist insbesondere bei statischen Spielsituation erfolgversprechend, da durch die plötzliche Veränderung der Spieldynamik ein Überraschungseffekt erzielt werden kann. Die verteidigende Mannschaft soll kurzzeitig vor Zuordnungsprobleme gestellt werden, um den meist kompakten Block an einer Stelle aufbrechen zu können.

Da wir es bei der synchronen Varianten wie erwähnt mit eher statischen als dynamischen Spielsituationen zu tun haben, darf diese Einordnung unter Standardsituationen subsummiert werden, auch wenn diese meist mit einem ruhenden Ball einhergehen.

Da diese Situationen in unterschiedlichen Spielphasen und damit in unterschiedlichen Zonen des Spielfeldes stattfinden, benötigten wir Ideen für das Aufbauspiel, das Übergangsspiel und das Spiel im Angriffsdrittel.

ZUR PERSON:

Pascal Bach ist Diplomsportlehrer mit Schwerpunkt Leistungssport/ Fußball und ist als Studienrat für Sport und Geschichte seit 2012 am Peter-Wust-Gymnasium Merzig tätig. Der DFB-A-Lizenz Inhaber studierte zudem an der Barça Coach Academy und war als Trainer bis zur 3. Liga bisher tätig.

SITUATION 1: IM AUFBAUDRITTEL BEI EIGENEM ABSTOSS

ROCHADE VON 5 UND 2 BZW. 4 UND 3

Der Gegner stellt den Abstoß zu, um einen langen Ball zu provozieren. Der Torhüter nimmt eine zentrale Position ein, um den Gegner zum Verdichten des Zentrums zu zwingen und somit Platz auf der Außenspur zu realisieren.

Sobald der Torhüter zum Abstoß ansetzt, sprinten beide Innenverteidiger vertikal nach vorne. Zeitgleich sprinten beide hoch stehenden Außenverteidiger entgegen und bieten in offener Stellung eine Anspielstation an. Wichtig ist, dass sich die gegnerische 9 und 10 dauerhaft oder zumindest kurzzeitig in Richtung der eigenen Hälfte bzw. den direkten Gegenspieler 4 oder 5 orientieren. Damit öffnet sich erst der Raum bzw. Passweg für 2 und 3. Durch den ebenfalls frei werdenden Raum auf den Positionen 2 und 3, können dort zur Spielfortsetzung andere Mitspieler hinein starten.

Situation 2: Rochade 2 und 7 (Variante 1)

Situation 2: Rochade 2 und 7 nach Verlagerung (Variante 2)

SITUATION 2: IM ÜBERGANGSDRITTEL GEGEN MITTELFELDPRESSING

ROCHADE VON 2 UND 7 BZW. 3 UND 11

Der Gegner erwartet den Spielaufbau im Mittelfeldpressing. Der Torhüter eröffnet wieder zentral, um in beide Richtungen alle Optionen zu haben. Das Anspiel auf den Innenverteidiger wird nicht attackiert. Damit ist die Situation statisch. Um also Dynamik ins Spiel zu bringen, muss der gut organisierte Gegner in Bewegung gebracht werden.

Ist der Ball bei 5 startet 2 mit einem diagonalen Lauf ins letzte Drittel, um die neue Position einzunehmen. Zeitgleich verlässt 7 die entsprechende Position und bietet in offener Stellung eine Anspielstation an. Wie im Beispiel zuvor soll sich der direkte Gegenspieler 11 durch den Positionswechsel kurzzeitig umorientieren, um den Raum auf der Außenspur frei zu machen. Ist 7 in Ballbesitz bestehen mehrere Möglichkeiten der Spielfortsetzung.

Zeigt sich bei der Ausführung, dass der Gegner nicht wie erwünscht reagiert, bietet sich eine vorgeschaltete Verlagerung an, um diese Situation noch besser vorzubereiten.

SITUATION 3: IM ANGRIFFSDRITTEL GEGEN EINE TIEF STEHENDE ABWEHRKETTE

ROCHADE VON 7 UND 9 BZW. 9 UND 11

Bietet der Gegner wenig Tiefe im Spiel nach vorne an und lässt keine Lücken zu, könnte ein Positionswechsel auf Höhe der Abwehrkette ein Lösungsansatz sein. Bringt eine längere Ballzirkulation keine relevanten Lücken für das Spiel Richtung Tor, ist es besser das Vertikalspiel mit Unterstützung einer Rochade zu forcieren.

Ist der Ball bei 2, beispielsweise nach der im vorherigen Beispiel dargestellten Situation, ergibt sich durch den Positionswechsel von 7 (zieht den Gegenspieler 3 mit) und der im Bogenlauf den freien Raum besetzenden 9 der Longlinepass als Option. Wichtig ist hierbei der gerade Lauf von 7, um den Passweg nicht zu versperren.

Alternative ist die Rochade von 11 und 9 wenn der Ball auf einer zentralen Position z.B. der 8/10, als Halb- oder Zentrumsspur ist. Hierbei hat 9 die Aufgabe den Raum für 11 zu öffnen.

Zusammenfassend bleibt festzuhalten, dass die Rochade als standardisierter Ablauf in bestimmten Situationen eine Lösungsmöglichkeit darstellt. Ein weiterer Vorteil ist, dass die Situationen recht leicht zu trainieren sind. Empfehlenswert ist es zunächst ohne Gegner die einfachen Korrekturen zu kommunizieren und später in einer durch die Situation ausgelösten Spielform weitere Aspekte.

PROKEEPER AKADEMIE:

MEHR ALS NUR EINE TORWARTSCHULE

Torwartschulen sind mittlerweile keine Seltenheit mehr. Nachdem selbst im Profifußball bis Mitte der 90er-Jahre Torwarttrainer nahezu unbekannt waren, hat die spezielle Rolle des Torhüters immer mehr an Bedeutung gewonnen und es wurden Konzepte zur Ausbildung von Torhütern entwickelt. Insbesondere in den Nachwuchsleistungszentren der Profivereine werden Nachwuchstorhüter von professionell ausgebildeten Torwarttrainern geschult.

Schwieriger gestaltet sich die Förderung der Torhüter in Amateurvereinen und ländlichen Regionen. Nicht nur fehlende ausgebildete Trainer innerhalb der Vereine, sondern auch lange Anfahrtswege zu professionellen Trainingsmöglichkeiten sind der Grund, warum viele Nachwuchstalente nicht ausreichend gefördert werden können. Mittlerweile haben viele private Anbieter die Chance ergriffen und bieten Torwarttraining in ihren Fußballschulen an. Dabei gibt es große Unterschiede in der Qualität der Angebote.

TALENTE ENTDECKEN, ENTWICKELN UND ENTFALTEN

Mehr als nur eine Torwartschule ist dabei die ProKeeper Akademie (kurz ProKA) in Oberschwaben. Sie ist aus einer Stiftung hervorgegangen, die 2017 von den Brüdern Hubert und Thomas Deutsch gegründet wurde. Beide Initiatoren konnten selbst viel Erfahrung als Torhüter in höherklassigen Vereinen sammeln und wollen diese nun an Nachwuchstorhüter weitergeben.

Gemäß dem Motto „entdecken, entwickeln, entfalten“ ist das Ziel der ProKA, junge und talentierte Torspieler(-innen) zu sichten und individuell zu fördern. Im Sinne einer ganzheitlichen Ausbildung werden die Talente nicht nur auf dem Fußballplatz auf ihrem persönlichen Weg und zum höherklassigen Fußball kontinuierlich mit Know-

how, Leidenschaft und einem weitreichenden Netzwerk unterstützt. Zur Sichtung der Talente veranstaltet ProKA halbjährlich sogenannte „Torspielertage“ in der Region Oberschwaben. Je 80 Nachwuchstorhüter haben dort die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten unter Beweis zu stellen. Darüber hinaus erhalten sie verschiedene Impulse im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung.

Die 16 besten Talente am Torspielertag qualifizieren sich für ein vierteljährliches Fördertraining, das 1-mal pro Woche von April bis Juli bzw. September bis Dezember kostenlos angeboten wird. Neben dem wöchentlichen Torwarttraining, welches unabhängig von der Vereinszugehörigkeit des Spielers an einem zentralen Standort stattfindet, erhalten die Torhüter regelmäßige Impulse zur Persönlichkeitsentwicklung. Am Ende der dreimonatigen Session werden aus dieser 16-köpfigen Fördergruppe nochmals die besten Talente auserwählt, welche sich

dann für die ProKA Talentgruppe qualifizieren können. In dieser werden die besten 12 Talente für mindestens weitere sechs Monate trainiert und im individuellen Coaching ganzheitlich weiterentwickelt.

DIE PERSÖNLICHKEIT ENTWICKELN

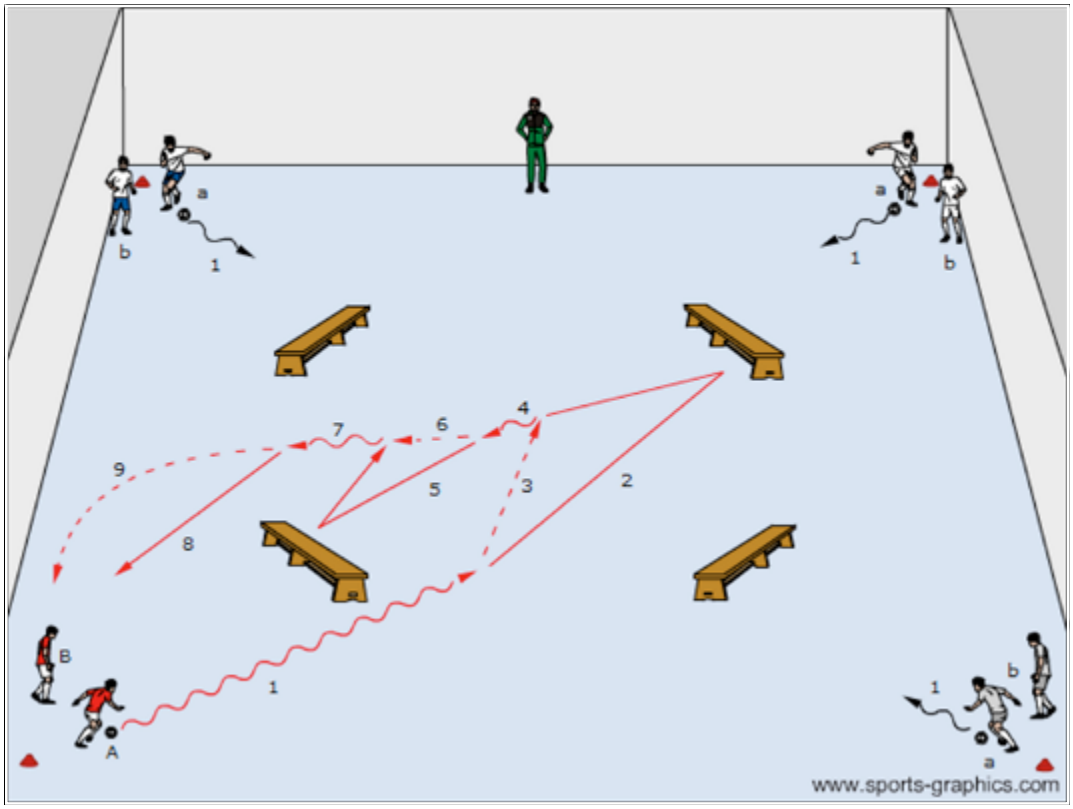
Anders als viele andere Torwartschulen steht bei der ProKeeper Akademie neben der technischen und taktischen Ausbildung von Torhütern die ganzheitliche Förderung der Talente im Mittelpunkt. Die Persönlichkeitsentwicklung der jungen Sportler stellt einen zentralen Ausbildungsschwerpunkt dar. Experten verschiedener Bereiche bieten dazu Module an. Hierzu gehören beispielsweise mentale Stärken, Präsenzkraftförderung oder die Ernährungslehre. Vor der Erkenntnis, dass die Eigenschaften eines Torhüters den Attributen einer Führungskraft oder einer Leitperson sehr ähnlich sind, nimmt bei der Schulung der ausgewählten Torhüter das Training der „sozialen Kompetenzen“ und „Führungskompetenzen“ ebenfalls einen breiten Raum ein. So schafft die ProKeeper Akademie gemeinsam mit ihren Talenten zusätzlich zur sportlichen Ausbildung eine starke Basis für eine Karriere abseits des Fußballplatzes.

Man sieht, Torwarttraining umfasst bei der ProKeeper Akademie weit mehr als die Vermittlung von Torwarttechniken. Durch die ganzheitliche Ausbildung wurden dabei auch schon erste Erfolge erzielt. Die ersten Torhüter haben so bereits den Sprung aus dem unterklassigen Heimatverein in die Jugendabteilung von höherklassigen Vereinen geschafft. Weitere sollen folgen. Das Konzept weckte nicht zuletzt deshalb bereits das Interesse mehrerer Bundesligisten, welche die Talente der ProKA regelmäßig zu Leistungsvergleichen in Form von Trainingseinheiten zu sich einladen.

AUCH TORWARTTRAINER WERDEN AUSGEBILDET

Neben den Nachwuchstorhütern bietet die ProKeeper Akademie auch eine ganzheitliche Torwarttrainer-Ausbildung für aktive Torspieler, Torwarttrainer, Mannschaftstrainer und Fußballbegeisterte ab 16 Jahren an. Ziel der ProKA ist es, ihr über Jahre erworbenes Knowhow zu multiplizieren und auf diese Weise Torspieler und deren Trainer noch besser zu schulen und zu fördern. Wie bei der Ausbildung der Torspieler achtet die ProKA auch bei der Trainerausbildung auf ein ganzheitliches Ausbildungskonzept.

Darüber hinaus wird im Februar 2021 erstmals der Internationale Torwart-Online-Kongress stattfinden. Experten aus dem Profibereich werden dort vom 26. Bis zum 28. Februar ihr Wissen an Torhüter und Torwarttrainer im gesamten deutschsprachigen Raum weitergeben. Zusätzlich erhalten sie eine Plattform zum Austausch und zur Diskussion. Weitere Infos und die Anmeldung hierzu gibt es unter www.prokeeper-akademie.de.



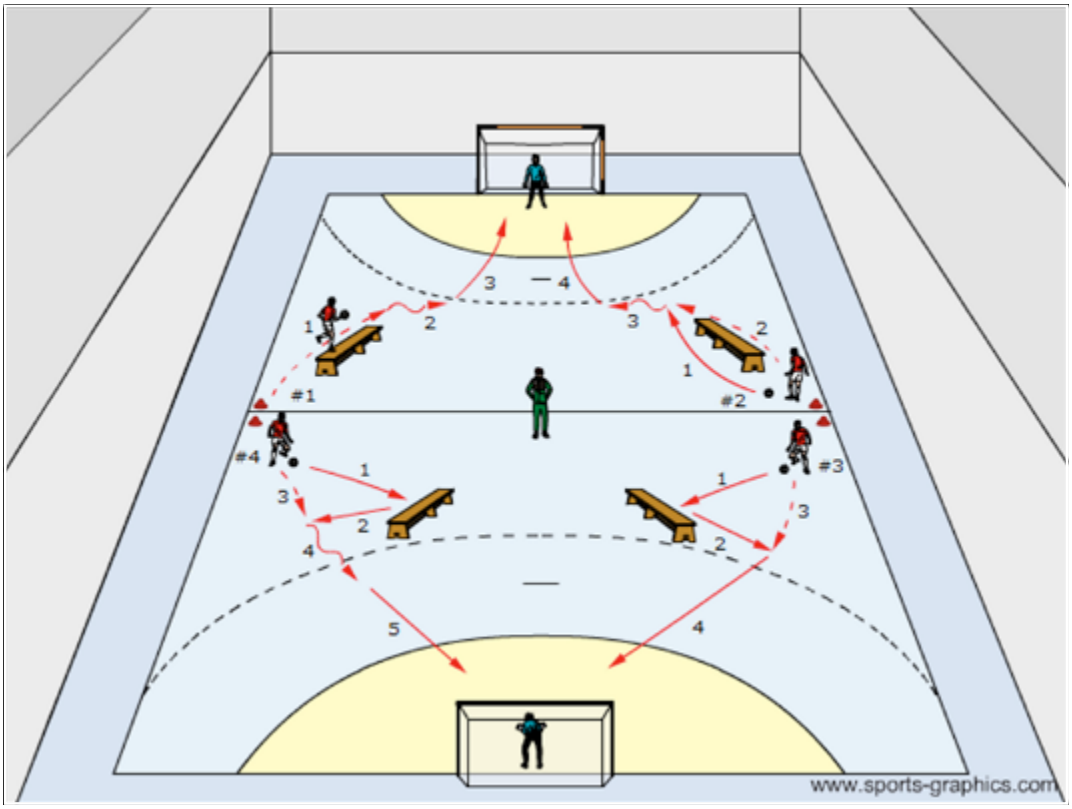
PASSSPIEL (LANGBÄNKE)

DURCHFÜHRUNG

Es werden vier Teams gebildet, wobei jedes Team aus mindestens zwei Spielern bestehen muss. Die Teams verteilen sich auf die Startpositionen in den Ecken der Halle. Jeweils der erste Spieler einer Gruppe startet die Aktion (vgl. A und a). Spieler A dribbelt Richtung Zentrum (vgl. 1) und passt gegen die entfernte Langbank (vgl. 2), geht seinem Pass nach (vgl. 3) und verarbeitet das Zuspiel (vgl. 4). Im Anschluss passt er gegen die nahe der eigenen Startposition platzierte Langbank (vgl. 5), geht seinem Pass nach (vgl. 6) und verarbeitet seitlich (vgl. 7), sodass er, möglichst mit dem zweiten Kontakt, den Ball zum Spieler B auf die Ausgangsposition zurückspielen kann (vgl. 8). Die Spieler kehren nach ihren Aktionen demnach immer zur eigenen Gruppe zurück. Spieler B verarbeitet das Zuspiel und startet eine neue Aktion.

VARIANTEN

- Variation der zu bespielenden Bänke (z. B. Bespielen aller vier Bänke).
- Organisation als Wettkampf: Welches Team schafft zuerst 10 Pässe zur Startposition?
- Organisation als Wettkampf: Welches Team passt in fünf Minuten häufiger zur Startposition?



TORSCHUSS (1)

DURCHFÜHRUNG

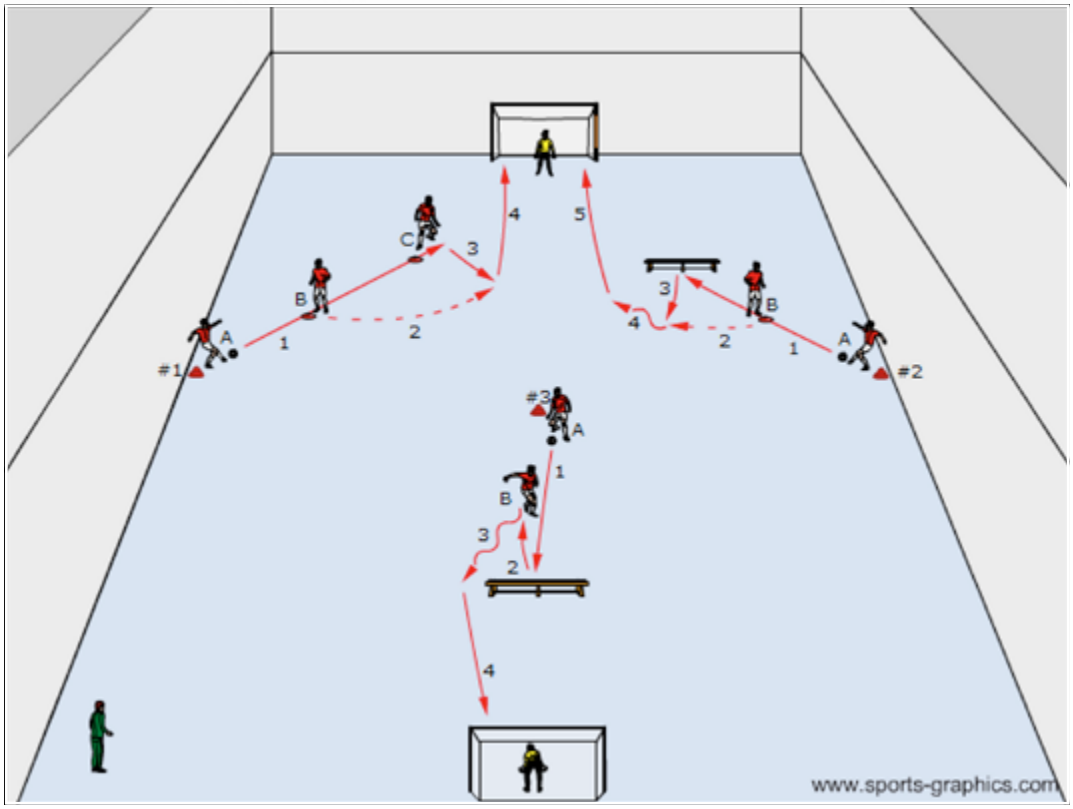
Im Folgenden werden vier verschiedene Torschussübungen (vgl. #1 bis #4) vorgestellt.

#1: Der Spieler in Ballbesitz hat den Ball in der Hand und läuft über die Langbank (vgl. 1), legt sich den Ball vor, verarbeitet (vgl. 2) und schließt auf das große Tor ab (vgl. 3). Varianten: Die Langbank wird umgedreht und der Spieler A überlauft diese balancierend (vgl. 1). Spieler A läuft mit dem Ball prellend über die Langbank (vgl. 1). Spieler A schließt per Volley bzw. Dropkick aus der Hand ab.

#2: Der Spieler in Ballbesitz passt den Ball links/rechts an der Langbank vorbei (vgl. 1), umläuft die Langbank auf der anderen Seite (vgl. 2), verarbeitet den rollenden Ball (vgl. 3) und schließt auf das große Tor ab (vgl. 4). Variante: Der Spieler läuft über die Langbank (vgl. 2).

#3: Der Spieler in Ballbesitz passt den Ball gegen die Langbank (vgl. 1), läuft seinem Pass hinterher (vgl. 3) und schießt den Abpraller (vgl. 2) direkt auf das große Tor (vgl. 4).

#4: Der Spieler in Ballbesitz passt den Ball gegen die Langbank (vgl. 1), läuft seinem Pass hinterher (vgl. 3), verarbeitet den Abpraller (vgl. 2 und 4) und schließt auf das große Tor ab (vgl. 5). Variante: Der Spieler führt vor dem Torschuss eine Finte aus (vgl. 4).



TORSCHUSS (2)

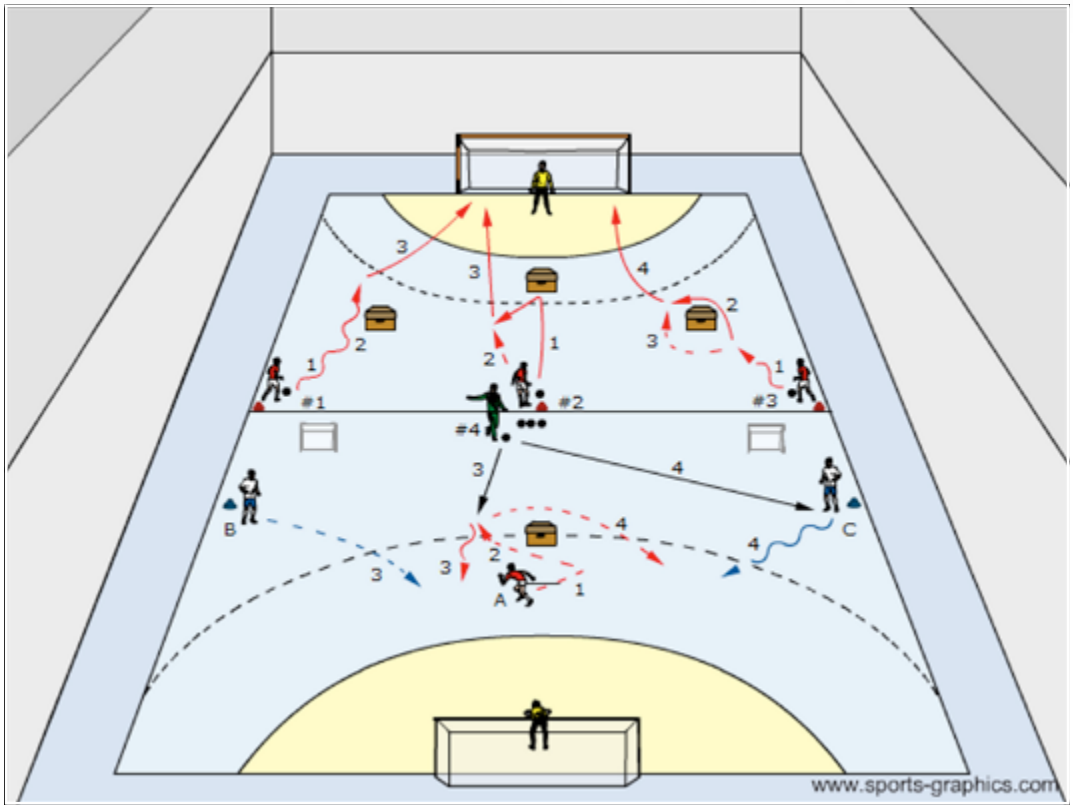
DURCHFÜHRUNG

Im Folgenden werden drei verschiedene Torschussübungen (vgl. #1 bis #3) vorgestellt.

#1: Spieler A passt den Ball durch die Beine von Spieler B (vgl. 1). Spieler B dreht sich sofort um (vgl. 2) und erhält ein Zuspiel von Spieler C (vgl. 3). Spieler B schließt direkt auf das große Tor ab (vgl. 4). Varianten: Spieler B führt vor dem Torschuss eine Finte aus. Spieler B spielt nach dem Pass von Spieler A (vgl. 1) direkt zurück zu Spieler A, bevor dieser tief zu Spieler C spielt.

#2: Spieler A passt den Ball durch die Beine von Spieler B (vgl. 1) gegen die Langbank. Spieler B dreht sich sofort um (vgl. 2) und verarbeitet den Abpraller (vgl. 3). Spieler B schließt nach kurzem Dribbling (vgl. 4) auf das große Tor ab (vgl. 5). Variante: Spieler A ruft mit seinem Pass „rechts“ oder „links“ und bestimmt damit die Seite, an der der Spieler B an der Lankbank vorbeidribbeln muss.

#3: Spieler A passt den Ball gegen die zentral positionierte Langbank (vgl. 1). Spieler B verarbeitet den Abpraller (vgl. 2 und 3) und schließt auf das Tor ab (vgl. 4). Varianten: Spieler A startet nach seinem Pass (vgl. 1) als Abwehrspieler in eine 1-gegen-1-Situation. Das Passbein von Spieler A (vgl. 1) entscheidet, ob der Spieler B links oder rechts an der Langbank vorbeidribbeln muss. Vor dem Torschuss muss Spieler B eine Finte ausführen (vgl. 3). Spieler A läuft nach seinem Pass in die Tiefe und erhält einen Querpass von Spieler B. Spieler A schließt auf das große Tor ab.



TORSCHUSS (3)

DURCHFÜHRUNG

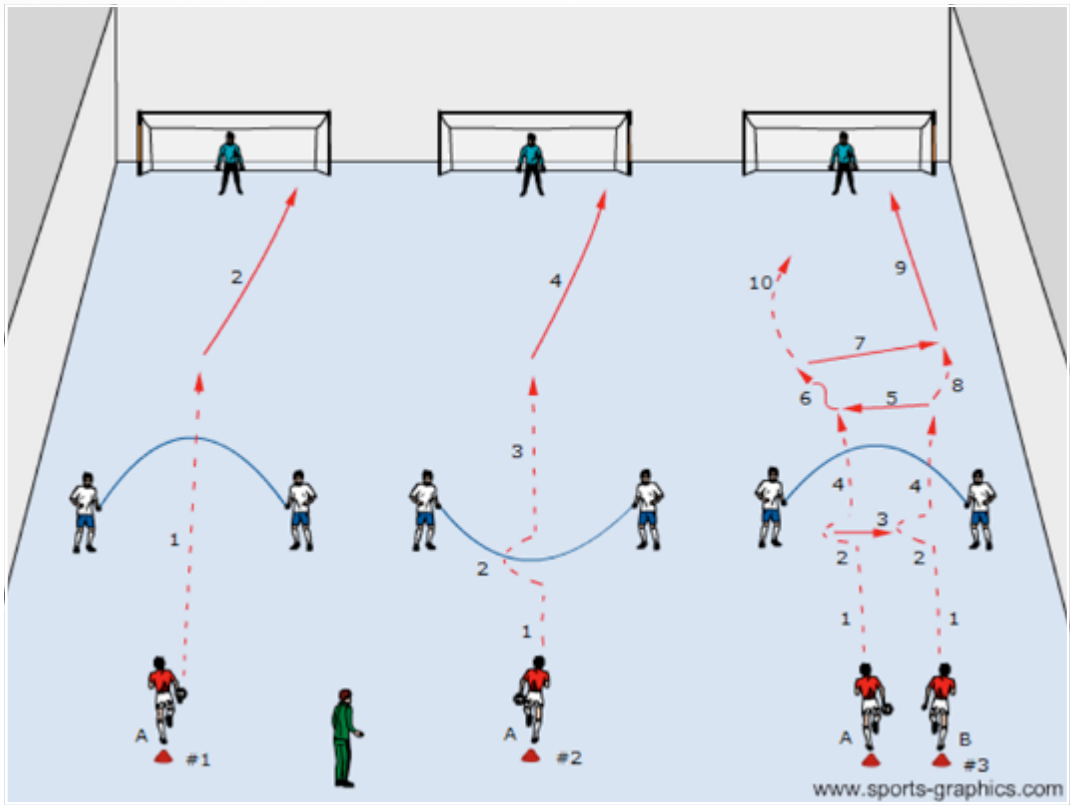
Im Folgenden werden vier verschiedene Torschussübungen (vgl. #1 bis #4) vorgestellt.

#1: Der Spieler in Ballbesitz dribbelt kurz an (vgl. 2), führt eine Finte vor dem Kasten durch (vgl. 2) und schließt auf das große Tor ab (vgl. 3). Variante: Anstatt Finte muss der Spieler 1 x den Kasten in Kreisform umdribbeln (links/rechts).

#2: Der Spieler in Ballbesitz passt gegen den Kasten (vgl. 1), läuft seinem Pass nach (vgl. 2) und schließt direkt auf das große Tor ab (vgl. 3). Variante: Vor dem Torschuss (vgl. 3) verarbeitet der Spieler den Ball und/oder führt eine Finte aus.

#3: Der Spieler in Ballbesitz dribbelt Richtung Kasten (vgl. 1), lupft den Ball über den Kasten (vgl. 2), umläuft den Kasten (vgl. 3) und schließt direkt auf das große Tor ab (vgl. 4). Variante: Der Spieler steigt jonglierend über den Kasten.

#4: Spieler A positioniert sich tief vor dem Kasten. Er fordert nach einer Lauffinte (vgl. 1) den Pass vom Trainer (vgl. 2). Der Trainer spielt entweder Spieler A an oder passt auf einen der Außenspieler. Wenn der Trainer Spieler A anspielt, dann kommt es zu einer 1-gegen-1-Situation zwischen Spieler A und dem ballnahen Außenspieler (hier Spieler B, vgl. 3). Wenn der Trainer einen Außenspieler anspielt (vgl. 4), dann verteidigt Spieler A im 1 gegen 1 (vgl. C).



TORSCHUSS (4)

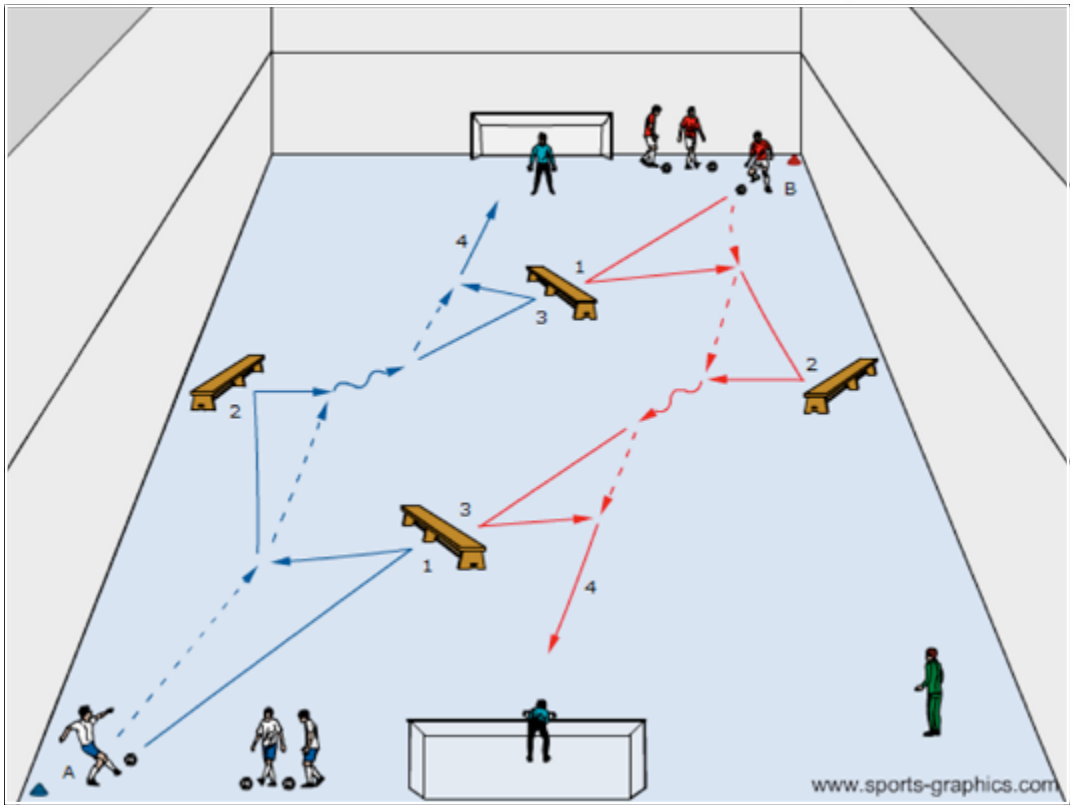
DURCHFÜHRUNG

Im Folgenden werden drei verschiedene Torschussübungen (vgl. #1 bis #3) vorgestellt. Jeweils zwei Spieler bzw. Trainer schwingen dabei ein langes Springseil, durch das die aktiven Spieler vor dem Torschuss eine Bewegungsaufgabe ausführen.

#1: Spieler A läuft mit dem Ball in der Hand durch das schwingende Seil, ohne das Seil zu berühren (vgl. 1). Im Anschluss legt er sich den Ball vor und schießt auf das Tor (vgl. 2). Variante: Torschuss als Volley oder Dropkick aus der Hand.

#2: Spieler A läuft mit dem Ball in der Hand zum schwingenden Springseil (vgl. 1) und führt dort eine vorgegebene Anzahl von Sprüngen aus (vgl. 2), läuft im Anschluss weiter bzw. aus dem Springseil heraus (vgl. 3), legt sich den Ball vor und schießt auf das Tor (vgl. 4). Variante: Die Anzahl und Art (z. B. Einbeinsprünge) der Sprünge (vgl. 2) variieren.

#3: Die Spieler A und B laufen zeitgleich zum schwingenden Springseil (vgl. 1). Spieler A hat dabei einen Ball in der Hand. Die Spieler springen parallel und gemeinsam (vgl. 2), währenddessen wirft Spieler A den Ball zu Spieler B (vgl. 3). Anschließend laufen beide aus dem Springseil heraus (vgl. 4). Spieler B rollt den Ball zu Spieler A (vgl. 5). Spieler A verarbeitet kurz (vgl. 6) und passt den Ball zu Spieler B (vgl. 7). Spieler B geht dem Ball entgegen (vgl. 8) und schießt auf das große Tor (vgl. 9). Spieler A verwertet einen möglichen Abpraller (vgl. 10).



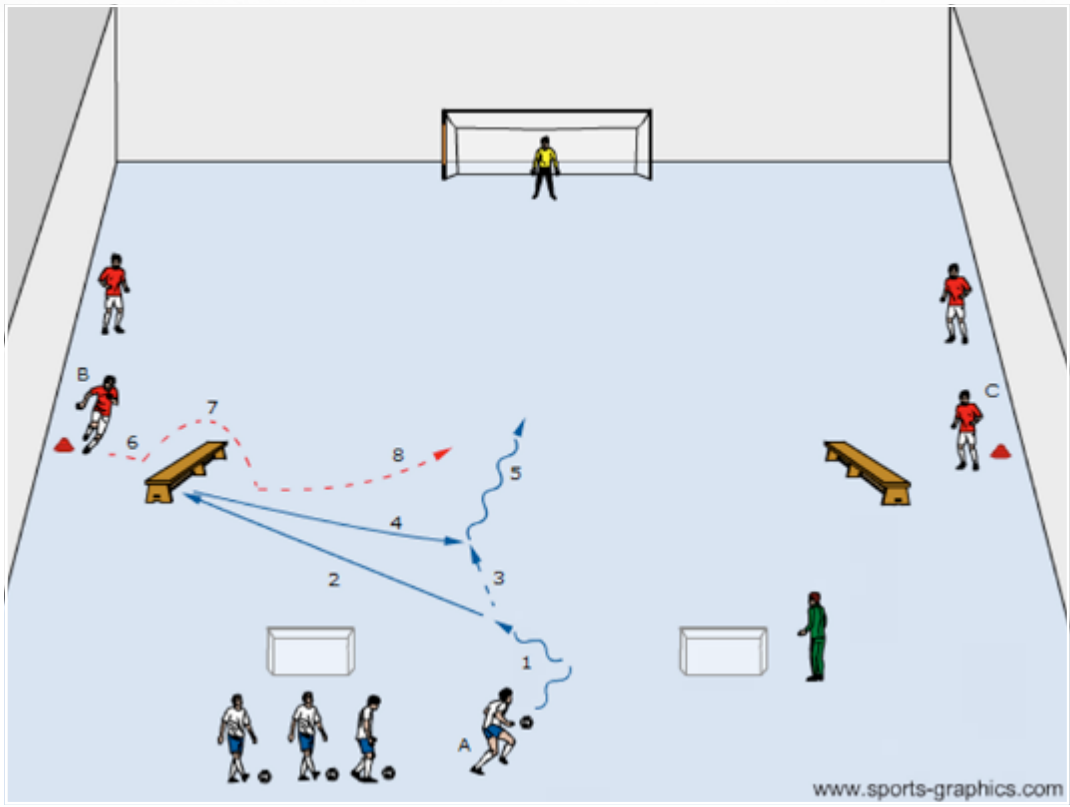
TORSCHUSS (RUNDLAUF)

DURCHFÜHRUNG

Alle Spieler werden in zwei Gruppen eingeteilt und verteilen sich jeder mit einem Ball an den zwei Startpositionen in den Hallenecken. Die ersten zwei Spieler starten zeitgleich an den Ausgangspositionen (vgl. Spieler A und B). Beide Spieler führen den gleichen Ablauf bzw. die gleiche Passkombination an den Bänken durch, bevor sie auf das große Tor abschließen. Nach dem Pass gegen die erste Langbank (vgl. 1) folgt ein Direktpass gegen die zweite Langbank (vgl. 2). Der zurückprallende Ball wird kurz verarbeitet und gegen die dritte Langbank gepasst (vgl. 3). Es folgt abschließend der direkte Schuss auf das große Tor (vgl. 4). Mit dem Pass gegen die dritte Langbank (vgl. 3) dürfen die nächsten Spieler ihre Aktionen starten. Nach jeder Aktion stellen sich die Spieler an der gegenüberliegenden Position an.

VARIANTEN

- Vorgabe des Passbeins (z. B. links/rechts/links).
- Ausführung einer Finte/Körpertäuschung unmittelbar vor jedem Pass gegen eine Langbank.
- Vorgabe für die Verarbeitung der abprallenden Bälle: zwei Pflichtkontakte.
- Bewegungsaufgabe nach einem Fehlschuss: kurzer Sprint/Liegestütze/Situps.
- Organisation als 1-gegen-1-Wettkampf: Welcher Spieler erzielt das erste Tor?
- Organisation als Wettkampf: Welches Team erzielt zuerst 10 Treffer?



VARIABLES 1 GEGEN 1

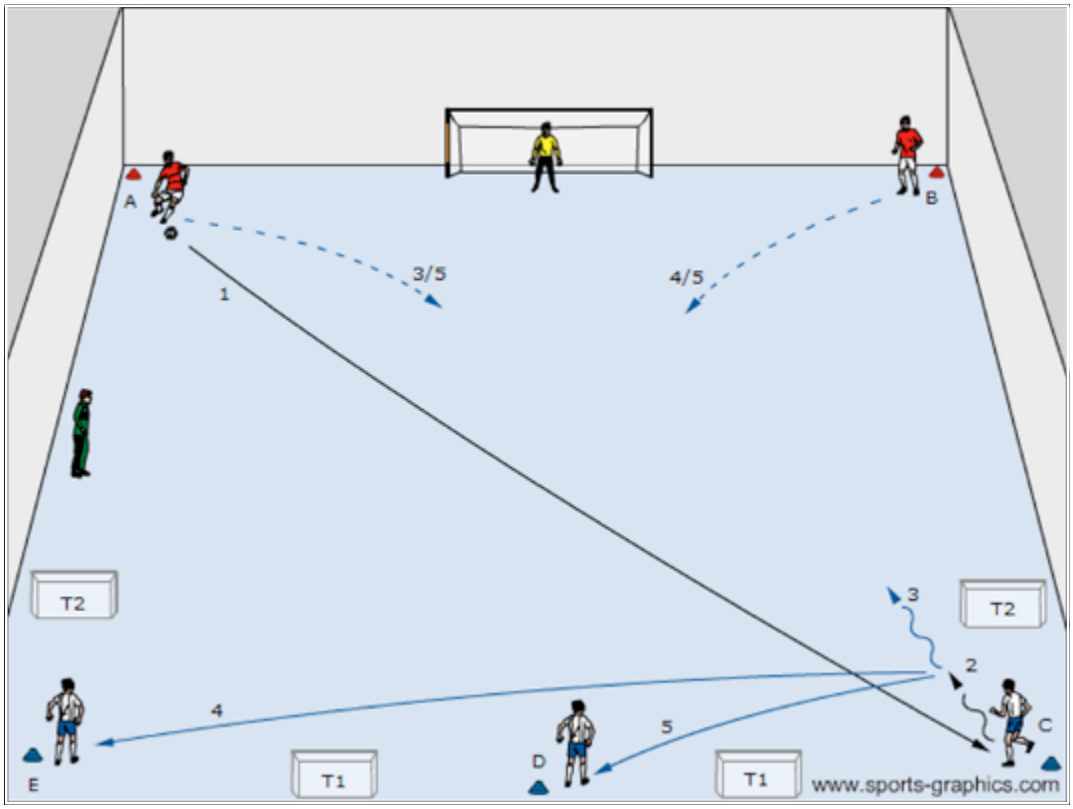
DURCHFÜHRUNG

Der angreifende Spieler A spielt im 1 gegen 1 entweder gegen Spieler B oder Spieler C und versucht, einen Treffer auf das große Tor zu erzielen. Spieler A dribbelt kurz an (vgl. 1) und passt gegen eine der Banden (vgl. 2). Spieler A geht seinem Pass nach (vgl. 3) und verarbeitet den Abpraller von der Bande (vgl. 4) in Richtung Tor (vgl. 5). Der hinter der angespielten Langbank positionierte Verteidiger (hier Spieler B) reagiert direkt mit dem Pass gegen die Bande (vgl. 6), springt über die Langbank (vgl. 7) und versucht, Spieler A im 1 gegen 1 am Torschuss zu hindern und den Ball zu erobern (vgl. 8). Nach einer erfolgreichen Balleroberung kann Spieler B auf die Minitore kontern.

Während des Andribbelns durch Spieler A (vgl. 1) kann und soll dieser fintieren, sodass den beiden Verteidigern (vgl. B und C) erst möglichst spät klar wird, wer zum 1 gegen 1 über die Bande starten wird.

VARIANTEN

- Aktivierung des ballfernen Verteidigers (hier Spieler C).
- Aktivierung des ballfernen Spielers als Mitspieler zum 2 gegen 1 (hier Spieler C).
- Aktivierung beider Abwehrspieler durch ein Trainersignal während des Andribbelns.
- Möglichkeit nach Balleroberung: Einschalten von Spieler C zum 1 gegen 2 auf die Minitore.



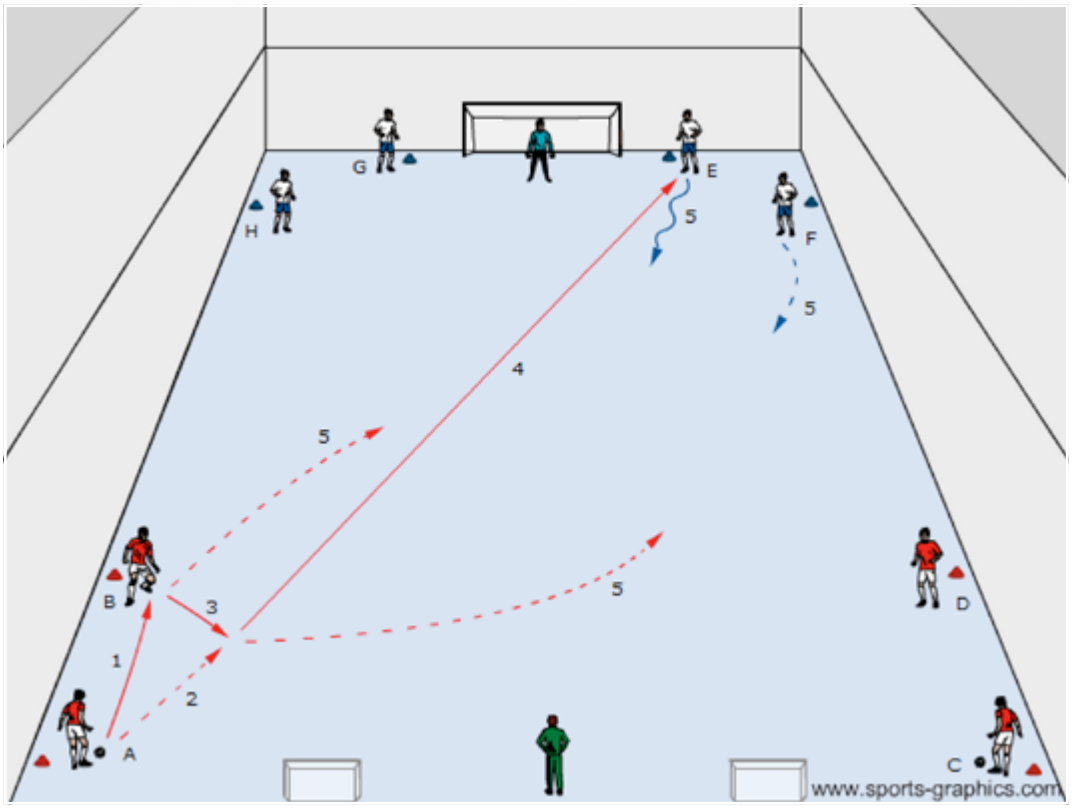
DIAGONALES 1 GEGEN 1 ODER 3 GEGEN 2

DURCHFÜHRUNG

Der Spieler auf Position A startet jede Aktion mit Ball am Fuß und spielt immer einen diagonalen Pass auf den Spieler C (vgl. 1). Spieler C verarbeitet (vgl. 2) und wählt mit seinem zweiten Ballkontakt eine von drei Anschlussaktionen. Wenn sich Spieler C für ein Dribbling entscheidet, dann spielt er im 1 gegen 1 gegen Spieler A (vgl. 3). Wenn sich Spieler C für einen langen Pass auf Spieler E entscheidet, dann kommt es zu einer 1-gegen-1-Situation zwischen den Spielern E und B (vgl. 4). Wenn sich Spieler C für einen Pass auf Spieler D entscheidet, dann kommt es zu einer 3-gegen-2-Situation. Die Spieler A und B verteidigen gegen die Spieler C, D und E. Sofern sich eine 1-gegen-1-Situation ergibt, darf der Spieler aus dem Team ROT (vgl. A oder B) nach einer Balleroberung auf die Minitore T1 kontern. Sofern sich eine 3-gegen-2-Situation ergibt, darf das verteidigende Team ROT (vgl. A und B) auf alle vier Minitore (vgl. T1 und T2) kontern.

VARIANTEN

- Vorgabe der Passtechnik (z. B. Flugball) für den Pass 1.
- Vorgabe der Passtechnik für die Pässe 4 und 5: direkte Pässe.
- Ausführung einer Finte/Körpertäuschung von Spieler C vor den Pässen 4 und 5.



2 GEGEN 2 PLUS 4 GEGEN 4

DURCHFÜHRUNG

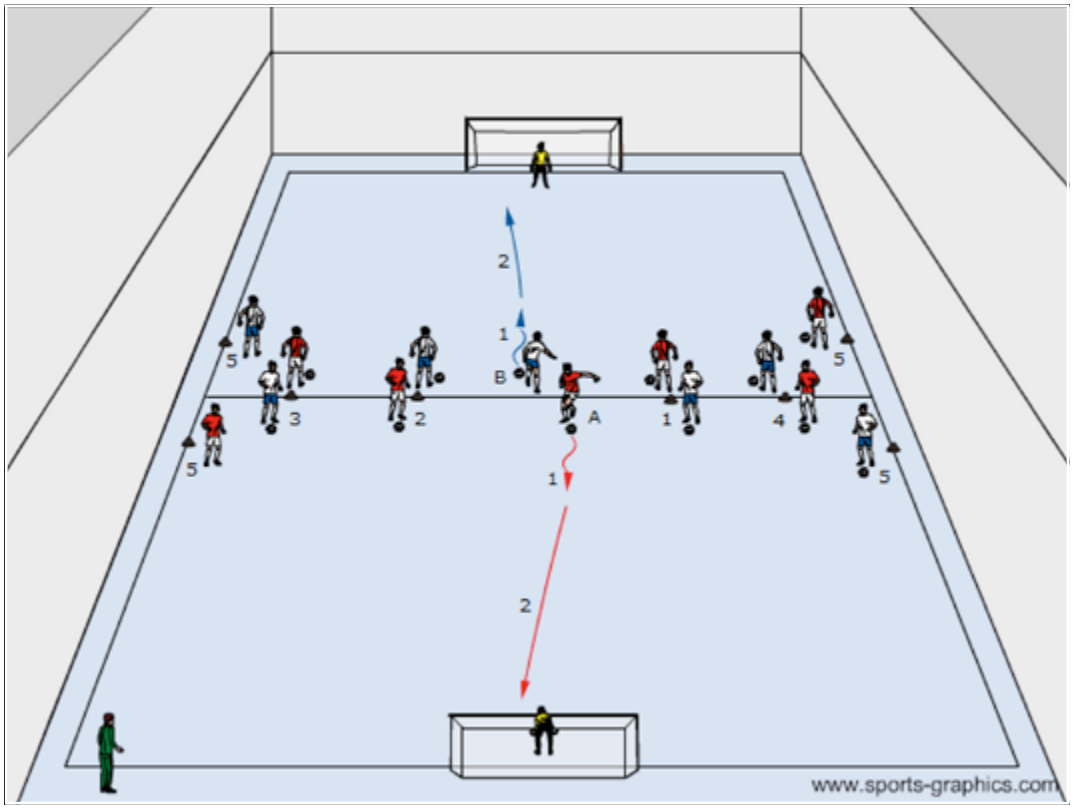
Spieler A passt kurz auf Spieler B (vgl. 1) und geht seinem Pass nach (vgl. 2). Spieler B spielt direkt in den Lauf von Spieler A (vgl. 3). Spieler A spielt lang und diagonal auf den Spieler E (vgl. 4). Mit dem Pass von Spieler A auf Spieler E (vgl. 4) startet eine 2-gegen-2-Situation. Die Spieler E und F spielen im Ballbesitz auf die Minitore, die Spieler A und B verteidigen und können nach Balleroberung auf das große Tor angreifen (vgl. 5). Nach einem Abschluss auf das Tor starten C und D die zuvor beschriebene Passfolge. Spieler C spielt auf Spieler G, dieser Pass wird von den Spielern im Zentrum zugelassen, und es startet eine 4-gegen-4-Situation. Die Spieler E, F, G und H spielen im Ballbesitz gegen die Spieler A, B, C und D.

GRUNDGEDANKEN

Nachdem A, B, E und F ihr 2 gegen 2 beendet haben, ist schnelles Umschalten zur 4-gegen-4-Situation nötig. Die Spieler müssen sich im Team formieren und taktisch sinnvolle Positionen einnehmen.

VARIANTE

- Rotation der Spieler (Positionswechsel Angriff/Abwehr).



VOM 1 GEGEN 0 ZUM 4 GEGEN 3

DURCHFÜHRUNG

Die Spieler A und B starten jeweils mit ihrem Ball die Aktion, dribbeln kurz an (vgl. 1) und schließen auf das große Tor ab (vgl. 2). Nach dem Abschluss werden beide Spieler (vgl. A und B) zu Verteidigern und erwarten einen Angreifer zum 1 gegen 1. Die restlichen Spieler sind in Pärchen zu je einem BLAUEN und einem ROTEN Spieler aufgeteilt und gleichmäßig positioniert. Den Pärchen sind Ziffern zugeordnet (vgl. 1 bis 5). Nach dem Torschuss der Spieler A und B ruft der Trainer eine Zahl auf. Die aufgerufenen Spieler starten als Angreifer zum 1 gegen 1. Nachdem auch der zweite Ball aus dem Spiel ist, ruft der Trainer eine weitere Ziffer und damit das nächste Pärchen zum 2 gegen 1 auf und benennt so jeweils die nächsten Angreifer, bis schließlich auf beide Tore ein 4 gegen 3 abläuft.

GRUNDGEDANKEN

Nach dem 1 gegen 1 wissen die Spieler im Feld nicht, ob sie in der nachfolgenden Aktion Angreifer oder Verteidiger sind. Schnelles Umschalten, Orientieren und sinnvolles Stellungsspiel muss möglichst schnell erfolgen.

VARIANTE

- Anschlussaktion nach Balleroberung: Kontermöglichkeit auf die Mittellinie als Dribbellinie.

RUBRIK

STUDIUM SPORT-MANAGEMENT

INTERVIEW MIT PROF. DR. DIRK JUNGELS ÜBER EIN SPORTMANAGEMENT STUDIUM BACHELOR AN DER HOCHSCHULE FÜR ANGEWANDTES MANAGEMENT

HERR JUNGELS, DIE SPORTBRANCHE WÄCHST UND WIRD FÜR VIELE JUNGE LEUTE IMMER ATTRAKTIVER. WARUM BRAUCHT ES AUS IHRER SICHT GUT AUSGEBILDETEN NACHWUCHS IN DER SPORTBRANCHE?

Das liegt an verschiedenen Entwicklungen im Sportbereich, die seit Jahren eher stärker werden, als das sie sich abschwächen. Zu nennen sind hier die Ökonomisierung, die Professionalisierung und vor allem auch das weiter steigende Gesundheitsbewusstsein verbunden mit dem Aspekt, dass das Thema Gesundheit und verbunden mit dem steigenden Anteil der älteren Bevölkerung auch und vor allem Gesunderhaltung in den Medien immer stärkere Gewichtung an der Agenda haben.

Diese Aspekte ergänzen sich dann in Ihrer Wirkung, sind aufeinander bezogen und verstärken sich dann auch gegenseitig. So ist mit Professionalisierung nicht nur der Aspekt der professionellen Vermarktung und des Marketings gemeint, wenn es beispielsweise darum geht, einen Verein, ein Fitnessstudio im Markt zu positionieren, um neue Mitglieder:innen zu werben, wodurch diese Arbeitgeber dann gezwungen sind, Personal für die beispielsweise die Marketingkommunikation einzustellen, welches gut ausgebildet ist, neben dem üblichen Trainerjob. Es geht auch darum, dass wir es aufgrund der höheren Nachfrage im Bereich Gesundheit, Gesundheitsbewusstsein, Gesunderhalten und damit automatisch verbunden der Vermarktung von Sportangeboten, dass wir es mit einem anhaltenden Trend der Verberuflichung vieler Bereiche zu tun haben, die vormals eher von ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen abgedeckt wurde. So haben auch die Verbände und auch viele Vereine in den vergangenen Jahren mehr und mehr professionell ausgebildete Kräfte eingestellt, solche also, die etwa Sportmanagement studiert haben, die sind dann in aller Regel daran interessiert, wiederum mit gut ausgebildetem Personal zusammenzuarbeiten. Mit Ökonomisierung ist nicht nur gemeint, dass im Bereich des Profisports und hier besonders des Fußballs immer größere Summen gehandelt werden, sondern auch die Tatsache, dass auch die Bereiche des Freizeit-Breiten-Fitnesssportes immer ökonomischer handeln und aufgrund der zunehmenden Konkurrenz ökonomischer handeln müssen. Daher ist auch hier professionell ausgebildetes Personal nötig. Schließ-

Hochschule für angewandtes Management

lich führt die Tatsache, dass die Menschen sich ihrer eigenen Gesunderhaltung zunehmend bewusster werden dazu, dass sie auch bereit sind unter professioneller Anleitung und damit ist die professionelle Ausbildung gemeint, bereit sind Geld zu investieren, womit wir wieder sozusagen oben angekommen sind nämlich bei der Professionalisierung, Vermarktung von Angeboten, Verberuflichung. Der gesamte Bereich des Sports hat sich in den vergangenen Jahren ähnlich wie die Medien mit dem Aufkommen der Sozialen Medien sehr stark differenziert und das bedeutet, dass Hochschulabsolvent:innen sich heute in vielen Nischen und Bereichen beruflich spezialisieren können. Denken wir nur an Entwicklungen im Bereich des E-Sports. Vor noch gut zehn Jahren, ja noch vor fünf Jahren war es kaum denkbar, dass es an einer Hochschule einen Studiengang im Bereich E-Sport-Management geben könnte. Allein der Bereich Fußballmanagement zeigt doch bereits die Entwicklung. Auch Tätigkeitsfelder im Bereich des professionellen Fußballs wie Datenanalyst, Spielanalyst etc. sind Berufsfelder, die es so – in dieser sehr spezialisierten Form eben noch bis vor kurzem gar nicht gab, auch weil dazu die Tools noch nicht vorhanden waren, was mich auf den Megatrend Digitalisierung bringt. Viele Entwicklungen – gerade auch im Bereich des Sports haben genau damit zu tun, dass die Digitalisierung zu neuen Berufsfeldern geführt hat und diese Entwicklung geht weiter.

DAS STUDIUM SPORTMANAGEMENT KANN HEUTE AN ZAHLREICHEN HOCHSCHULEN STUDIERT WERDEN. WARUM SOLLTEN SICH DIE JUNGEN LEUTE FÜR EIN SPORTMANAGEMENT-STUDIUM AN DER HAM ENTSCHEIDEN? WAS UNTERSCHEIDET DIE HAM ZU ANDEREN HOCHSCHULEN?

Die HAM unterschied sich immer und unterscheidet sich bis heute dadurch, dass sich durch ihr semi-virtuelles Format sehr gut – ich sage meist: in das Lebe einfügen lässt. Das soll heißen, die Studierenden können neben dem Studium sehr gut arbeiten und das gerade auch schon in dem Bereich, in dem sie dann tätig werden wollen. Wir bieten ja auch eine dual-kooperative Ausbildung an und wir haben viele Unternehmen, die immer wieder auf uns zukommen und uns fragen, ob wir Studierende haben, die diesen Weg gehen wollen. Weiter zeichnen wir uns dadurch, dass unser Name Hochschule für angewandtes Management und hier liegt die Betonung auf „angewandt“ auch tatsächlich so gemeint und gelebt wird. Wir hegen und pflegen intensiven Austausch mit der Praxis und die ist in das Lehrkonzept eingebaut. Ein weiterer aus meiner Sicht sehr wichtiger Aspekt derjenige, dass wir als Hochschule sämtliche Akkreditierungen erreicht haben, die man als Hochschule überhaupt erlangen kann. Also die institutionelle und die Systemakkreditierung. Diese Akkreditierungen sind so etwas wie eine Zertifizierung, ein Gütesiegel, eine Auszeichnung für Qualität. Die Studierenden können damit sicher sein, an einer voll akkreditierten Hochschule zu studieren. Mehr Qualität geht nicht!

WELCHE VORTEILE BRINGT DAS SEMI-VIRTUELLE KONZEPT FÜR DIE STUDIERENDEN?

Wie oben bereits erwähnt, die sehr, sehr gute Vereinbarkeit von akademischer Ausbildung und beruflichem Engagement schon während des Studiums, wer will gern dual-kooperativ. Hinzu kommt jedoch auch noch ein Punkt, der gerade jetzt unter Corona-Pandemie Bedingungen wirksam wird. Wir haben als eine der wenigen Hochschule ruck-zuck umgestellt auf rein virtuellen Unterricht mit dem positiven Ergebnis, dass unsere Studierenden nahtlos weiterstudieren konnten und keinen zeitlichen Verlust erlebten, der sich als Verzögerung des Studiums auswirkte. Darüber hinaus ist ein Teil unserer Lehre rein virtuell und das ist in Zeiten der fortschreitenden Digitalisierung, die auch die Unternehmen mehr und mehr erfasst einfach ein Vorteil, d.h., unsere Absolvent:innen sind die virtuellen Formate, Konferenzen gewohnt, wenn sie in die Unternehmen gehen!

SIE SAGEN, DASS DIE HAM SICH U.A. DURCH EIN PRAXISNAHES STUDIUM UND EIN GROSSES NETZWERK BESONDERS AUSZEICHNET. WARUM SPIELEN DIESE BEIDEN ASPEKTE IN HEUTIGER ZEIT SO EINE WICHTIGE ROLLE?

Ganze einfach: wir haben das Ohr am Markt, wir nehmen Trends und Wünsche in Bezug auf die Ausbildung des Marktes schnell und zügig auf und wir können daher auch gut ausgebildetes Personal vermitteln. Durch den von Beginn an bestehenden Kontakt der Studierenden mit den Playern im Markt haben es beide Seiten, die Unternehmen als Arbeitgeber und die Studierenden als Arbeitnehmer:innen leichter zusammen zu finden – wir stehen nebendran und sind behilflich und können durch die Nähe zur Praxis, entsprechende Projekte mit unseren Partnern in die Lehre integrieren.

WIE BAUT SICH DAS STUDIUM SPORTMANAGEMENT AN DER HAM AUF UND WAS SIND DIE INHALTE DES STUDIUMS?

Es macht wenig Sinn an dieser Stelle das gesamte Curriculum herunterzubeten, das finden Interessierte auf unserer Website unter https://www.fham.de/studiengaenge/bachelor/sportmanagement/

Vielleicht ist es aber sinnvoll wie folgt das Studium zu beschreiben: Es handelt sich um ein siebensemestriges Studium welches BWL als Grundbaustein beinhaltet mit Spezifizierung auf den Bereich des Sports. Dabei können dann ab dem vierten Semester die Schwerpunkte: Vereins-Verbandsmanagement, Eventmanagement, Social Media und Marketingmanagement gewählt werden – ebenso Branchenangebote wie Fußballmanagement, Golfmanagement oder esports-Management. Die schon dargestellte Praxisnähe wird dann über Projektmodule, Anwendungsorientierte Module und beispielsweise auch Gastreferate und Exkursionen hergestellt.

WELCHE BERUFLICHEN PERSPEKTIVEN ERGEBEN SICH FÜR DIE ABSOLVENTEN/ ABSOLVENTINNEN?

Berufliche Perspektiven ergeben sich in so gut wie jedem Aspekt der der Wirtschaft. Warum? Denken wir einmal darüber nach, wo, wie und wann Sport denn ein Aspekt im täglichen Leben ist. Natürlich in Vereinen und Verbänden. Denken wir aber mal an die Unternehmen, die im Sponsoring aktiv sind, die haben in aller Regel Sponsoringabteilungen. Diese Abteilungen arbeiten wiederum mit Agenturen im Bereich Events, PR-Agenturen etc. zusammen, die wiederum ihrerseits ausgebildetes Personal benötigen. Dann haben wir den großen Bereich der Medien, die ja nicht nur Sportjournalisten und Sportjournalistinnen einstellen, sondern auch Marketingexpert:innen. Solche Expert:innen werden auch in Sportrechteagenturen benötigt oder in Vereinen und Verbänden. Sportmanager:innen werden auch in Fitnessstudios benötigt. Auch Sportstätten müssen ja vermarktet werden, egal, ob sie ein Sportartspezifisches Angebot unterbreiten wie Tennishallen oder auch Arenen, in den neben dem Sport auch Kulturveranstaltungen stattfinden – solche Studierenden wählen dann den Schwerpunkt Eventmanagement. So müssen auch Schwimmbäder vermarktet werden oder auch die Sportstätten von Kommunen und Gemeinden. Gerade Kommunen und Gemeinden müssen sich in den kommenden Jahren mit der Veränderung der Demographie in der Bevölkerung fragen, welche neuen, anderen Sportkonzepte nötig sind. Daher besteht auch hier ein wichtiges berufliches Feld für Sportmanager:innen. Weitere Gebiete sind etwa der Bereich der Social Media Manager im Sport, das betrifft sowieso alle hier aufgezählten Bereiche aber auch den zugegebenermaßen sehr speziellen Bereich der Athletenvermarktung, auch hier sind Sportmanager:innen gefragt. Und dann natürlich auch der große Bereich der Sportartikelindustrie und des Sportartikelhandels. Einen Bereich, den ich noch anführen möchte ist der des Gesundheitsmanagements, Sportmanager werden künftig auch für Krankenkassen interessant und die hier angrenzenden Bereiche.

WOHIN KÖNNEN SICH DIE INTERESSENTEN/ INTERESSENTINNEN WENDEN, UM WEITERE INFORMATIONEN ZUR ANMELDUNG UND ZUM ABLAUF ZU ERHALTEN?

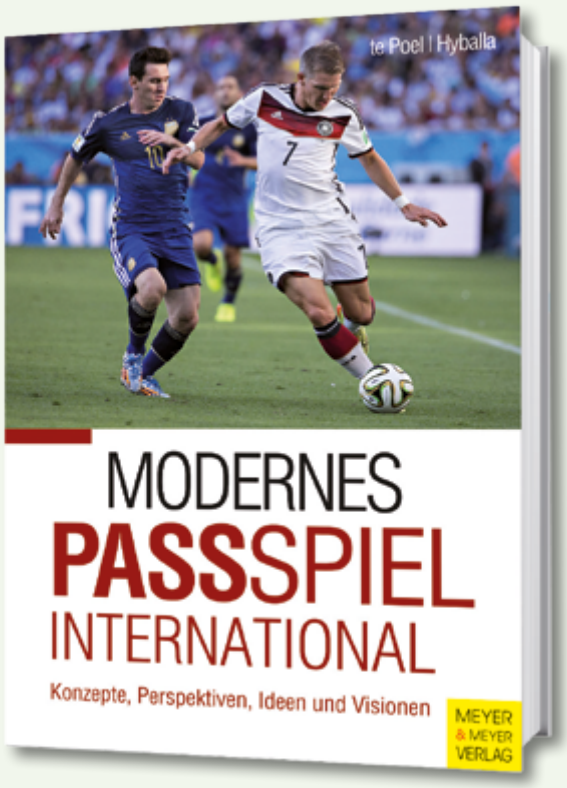
Gerne direkt an mich unter meiner Mailadresse (dirk.jungels@fham.de) oder auch über die Website, das Studierendensekretariat – am besten einfach unter www.fham.de unter dem Menü Studiengang Sportmanagement auswählen und sich informieren. Auf der Seite sind die Kontaktmöglichkeiten angegeben.

BERÜHMTE LETZTE WORTE (EMPFEHLUNG UND APPELL ZUM STUDIUM AN DER HAM)

WORAUF WARTEN? ANMELDEN, STUDIEREN, FREUDE HABEN UND DIE CHANCE NUTZEN, DIE WIR MIT DEM STUDIUM BIETEN!! REINHAUEN UND FLEISSIG SEIN.

Abonnieren Sie unseren kostenlosen Newsletter unter **www.dersportverlag.de**

ZIELGENAUE ABSPIELE – VOM SPIELAUFBAU BIS ZUM TORERFOLG



Peter Hyballa

MODERNES PASSSPIEL

Der Schlüssel zum High-Speed-Fußball

Die ganze Fußballwelt redet insbesondere vom wunderbaren Tiqui-Taca des FC Barcelona, dem attraktiven und sehr erfolgreichen Flach- und Kombinationspassspiel des FC Bayern München in der Saison 2012-2013 und dem überraschenden ‚Tödlichen' Passspiel von Borussia Dortmund. Damit verbindet man in der Regel, dass das ‚Passspiel' eine Bedingung für attraktiven und auf Angriff ausgerichteten Fußball darstellt, der viele Beobachter begeistert. Aber was steckt inhaltlich und methodisch hinter diesem ‚zauberhaften' Passspiel und wie kann man es wirksam auf dem Trainingsplatz trainieren, üben und lehren? Die Autoren geben mit weit über hundert Spiel- und Übungsformen eine Antwort auf diese Frage. Das sehr facettenreiche und oftmals im Training stiefmütterlich behandelte Passspiel wird für das Training in allen Spielklassen ‚passgenau' aufgearbeitet.

416 Seiten
16,5 x 24,0 cm, in Farbe
2. Auflage Februar 2015

978-3-89899-717-1
24,95 €

KAUFEN

MEYER & MEYER
Fachverlag GmbH
Von-Coels-Str. 390
52080 Aachen

Telefon 02 41 - 9 58 10 - 25
Fax 02 41 - 9 58 10 - 10
E-Mail vertrieb@m-m-sports.com
Webseite www.dersportverlag.de

Unsere Bücher erhalten Sie online oder bei Ihrem Buchhändler.

Preisänderungen vorbehalten und Preisangaben ohne Gewähr! Foto: ©Dirima/stock.adobe.com

MEYER & MEYER VERLAG

RUBRIK

PSYCHE

GANZHEITLICHE ONLINEBASIERTE BETREUUNG VON NACHWUCHSFUSSBALLERN IN DER CORONAZEIT

Bekanntermaßen trifft die gegenwärtige Corona-Pandemie auch den organisierten Leistungssport bis ins Mark. Ein Zusammenkommen als Mannschaft ist beispielsweise in den Nachwuchsleistungszentren derzeit nicht möglich. Nicht möglich? Sehr wohl! Dank der Verfügbarkeit des Internets sowie zahlreicher praktikabler Softwares für Videokonferenzen ergeben sich für Trainer und Verantwortliche zahlreiche Möglichkeiten, um Mannschaften und Spieler in ihrer Weiterentwicklung zielgerichtet zu unterstützen. Verfolgt eine Nachwuchsabteilung einen ganzheitlichen Betreuungsansatz, reicht heutzutage allein die Ausarbeitung von Trainingsplänen in Bezug auf zu erfüllende Aufgabenstellungen im technischen und konditionellen Bereich, die anschließende Kontrolle dieser sowie ggfs. die Durchführung von Videoanalysen nicht mehr aus. Dieser Artikel versucht mögliche Schwerpunkte sowie konkrete Themenbereiche aufzuzeigen, die gerade in Coronazeiten effektiv bearbeitet werden können.

Vergleicht man die derzeitige Alltagsstruktur der Nachwuchsfußballer mit ihrer normalerweise vorherrschenden, springt zunächst einmal der Mehrgewinn an Zeit ins Auge. Insbesondere durch den Wegfall von Fahrten, die ein Fußballtraining bei vielen Spielern zu einem 4-5-Stunden-Paket werden lassen, entstehen für die Jugendlichen aktuell ungewohnte neue Zeit- und Freiräume, die mit Leben gefüllt werden können. Im „normalen“ Alltag oftmals vernehmbare Aussagen von Trainern wie „Diese Woche haben wir für mentale oder persönlichkeitsbildende Themen keine Zeit, wir müssen Taktik trainieren!“, haben vor dem Hintergrund der Pandemie zudem kaum noch eine Berechtigung.

Gerade angesichts der derzeit gegebenen zeitlichen Möglichkeiten sowie der enormen Bedeutung, welche die Lebenssäule Fußball für viele Kinder und Jugendlichen einnimmt, macht ein zielgerichtetes, onlinebasiertes Arbeiten mit der Mannschaft Sinn. In diesem Zusammenhang lassen sich die Förderung des sozialbezogenen Zusammenhalts, die mentale Weiterentwicklung sowie die Persönlichkeitsentwicklung als mögliche Schwerpunkte identifizieren.

Die sozialbezogenene Komponente beschreibt als eine Dimension des Gruppenzusammenhalts die zwischen den Gruppenmitgliedern vorherrschende Beziehungsqualität (Carron, 1982). Zur Förderung des sozialbezogenen Zusammenhalts kann eine übergeordnete Zielstellung im Kreieren eines Rahmens bestehen, der ein kollektiv-gemeinschaftliches Zusammenkommen mit spielerisch-jugendlicher Interaktion kombiniert. Dabei kann beispielsweise bewusst das Erleben von Spaß und Geselligkeit im Team in den Vordergrund gerückt werden. Insbesondere Aufgabenstellungen mit ausgeprägtem Anreiz- und Wettbewerbscharakter machen in Zeiten, in denen Wettspiele nicht stattfinden und somit der Leistungsvergleich mit anderen Teenagern nicht gegeben ist, Sinn.

FOLGENDE BEISPIELHAFTE MASSNAHMEN ZUR FÖRDERUNG DES SOZIALBEZOGENEN ZUSAMMENHALTS KÖNNEN INITIIERT WERDEN:

- Teamevents in Duos, z.B. eine Kombination aus praktischen Challenges, Schätzfragen und Begriffsnennungen in Bezug auf eine vorgegebene Kategorie, wobei die Duos gegeneinander antreten
- Trainer-Spieler-Challenges, z.B. zu bewältigende technische Aufgabenstellungen wie Balljonglagen, wobei sich die Trainer/das Funktionsteam mit den Spielern messen
- Virtuelle Kabinentreffs, um einen Austausch zwischen Trainern und Spielern in Bezug auf die aktuelle Situation und gegenwärtig vorherrschende Themen zu ermöglichen

Denn Fußballer sind in erster Linie Menschen, die Themen beschäftigen und deren Persönlichkeit zugleich aktiv gefördert werden will. Den Begriff der Persönlichkeit de-

finiert Pervin (2000) dabei als diejenige Persönlichkeitsmerkmale, die konsistente Verhaltensmuster erklären. Diese scheinen also relativ stabil über Situationen hinweg den Charakter einer Person zu prägen. Nichtsdestotrotz ist dieser im Laufe des Lebens veränderbar (Beckmann & Elbe, 2008). Ein Mensch mit seiner Persönlichkeit besitzt also Raum für (Weiter)entwicklung. Im Sinne einer zielgerichteten Persönlichkeitsentwicklung kann in Zeiten der Pandemie eine bewusste Fokusverlagerung vom Fußballer hin zur Person hinter dem Kicker erfolgen. So kann die Arbeit an Themen in den Vordergrund gerückt werden, die zwar (in)direkt auch die fußballerische Leistungsfähigkeit bedingen, zugleich aber für jedermann eine hohe Relevanz besitzen und im Laufe des Lebens zudem immer mehr an Bedeutung gewinnen. Dabei existieren die vielfältigsten Möglichkeiten zur methodischen Umsetzung von Inhalten, auf welche zurückgegriffen werden kann. Man denke beispielsweise an die Erstellung von Handouts und Mindmaps und die anschließende Vorstellung dieser vor der Gruppe oder das Halten von Kurzimpulsen.

FOLGENDE BEISPIELHAFTE MASSNAHMEN ZUR PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG KÖNNEN INITIIERT WERDEN:

- **Interaktive Auseinandersetzung mit Leistungsfaktoren rund um den Fußball, wie z.B. den Themen:**
  - Schlafhygiene
  - Selbstorganisation
  - Umgang mit dem eigenen Körper
  - Ernährung
- **Ganzheitliche Beschäftigung mit dem Thema Ernährung, ggfs. unter Anleitung eines Ernährungsexperten, mit z.B. folgenden Elementen:**
  - Ernährungsprotokollierung
  - Interaktiver Workshop zum Thema gesunde Ernährung
  - Erneute Ernährungsprotokollierung inkl. Auswertung auf individueller Ebene
  - Schreiben eines Einkaufszettels
  - Erledigung eines Einkaufs unter bestimmten Zielstellungen
  - gemeinsames Kochen eines gesunden Gerichts auf Basis eines ausgesuchten Rezepts (individuelle Zuschaltung z.B. über Zoom)
  - gemeinsames Essen nach dem Kochen (individuelle Zuschaltung z.B. über Zoom)
- **Auseinandersetzung mit möglichen späteren Berufen und den hierfür notwendigen Kompetenzen**
- **Erarbeitung notwendiger Eigenschaften und Charakteristika, die es braucht, um Profi zu werden – Profi fürs Leben und Fußballprofi**

Gerade diejenigen, die eine solche Karriere als Fußballprofi anstreben, sollten sich gezielt mit mentalen Aspekten auseinandersetzen. Denn in der hochkomplexen

Mannschaftssportart Fußball spielt neben beispielsweise konditionellen, technischen und taktischen Leistungsfaktoren insbesondere die Psyche eine gewichtige Rolle. Loehr (1996) zufolge vertreten die meisten Sportler die Ansicht, „dass mindestens 50% des Ablaufs eines guten Spieles das Ergebnis mentaler oder psychologischer Faktoren seien“ (S. 15). Die Sportpsychologie versucht dementsprechend, wie beispielsweise auch die Trainingslehre, einen entscheidenden Beitrag zur Verhaltens- und letztlich zur Leistungsoptimierung eines Sportlers zu liefern. Insbesondere, wenn auf einen kompetenten Sportpsychologen zurückgegriffen wird, kann auch onlinebasiert gezielt sowohl an der mentalen Leistungsfähigkeit der einzelnen Spieler als auch an der der Mannschaft gearbeitet werden.

FOLGENDE BEISPIELHAFTE MASSNAHMEN ZUR MENTALEN WEITERENTWICKLUNG KÖNNEN INITIIERT WERDEN:

- **Interaktive Durchführung von Workshops zu mental relevanten Themen wie z.B.:**
  - Umgang mit Emotionen
  - Kommunikation
  - Mentale Einstimmung auf ein Fußballspiel
  - Körpersprache
  - Selbstbewusstsein
  - Arbeit an Führungskompetenzen mithilfe von führungskompetenten role models aus dem Profifußball
  - Schulung der Selbstreflexionsfähigkeit durch eine gezielte Anleitung zur Selbstanalyse, beispielsweise durch die Erstellung eines persönlichen Stärken-Schwächen-Profils

FAZIT

Gerade in Coronazeiten sehnen sich die meisten Spieler nach Führung, Inhalten und Möglichkeiten der (geistigen) Beschäftigung, die dem Alltag eine gewisse Struktur verleihen. An dieser Stelle sind Mitarbeiter eines Nachwuchsleistungszentrums, insbesondere Trainerteams, Pädagogen und Psychologen, gefragt, zielgerichtete und hochwertige Angebote im Sinne einer Weiterentwicklung der Spieler sowie des Teams auszusprechen und umzusetzen.

Je nach Priorisierung kann dabei die Förderung des sozialbezogenen Zusammenhalts, der Persönlichkeitsentwicklung sowie der mentalen Weiterentwicklung in den Vordergrund gerückt werden. In diesem Zusammenhang sei aber angemerkt, dass die Förderung eines Schwerpunkts oftmals das automatische Ansprechen eines anderen Schwerpunkts zur Folge hat. So stellt beispielsweise jede Maßnahme, die ein Zusammenkommen als Team ermöglicht, zugleich eine Chance zur Förderung des sozialbezogenen Zusammenhalts dar.

QUELLEN:

Beckmann, J., Elbe, A.-M. (2008). Praxis der Sportpsychologie im Wettkampf- und Leistungssport. Balingen: Spitta.

Carron, A. V. (1982). Cohesiveness in Sport Groups: Interpretations and Considerations. Journal of Sport Psychology, 4, 123-138.

Loehr, J. E. (1996). Die neue mentale Stärke. München: BLV Verlagsgesellschaft mbH.

Pervin, L. A. (2000). Persönlichkeitstheorien. München: Reinhardt.

ZUR PERSON:

Janosch Daul hat im Master Angewandte Sportpsychologie in Halle studiert und ist derzeit der sportpsychologische Berater des Halleschen FC. Die Schwerpunkte seiner Tätigkeit liegen in der mentalen Weiterentwicklung der Jugendspieler und im Trainercoaching. Darüber hinaus führt er in Absprache mit den Cheftrainern Workshops mit den Mannschaften durch und arbeitet konzeptionell an den Themenfeldern „Werte“ und „Soziales“.

SOFTWARE FÜR TRAINER, LEHRER UND AUTOREN!

Bei über 40.000 Trainern weltweit im Einsatz!

easy Sports-Graphics

Das Grafikprogramm für den Fußball!

Erstellen Sie professionelle **Sportgrafiken** für Ihre Trainingsplanung, Präsentation, Webseite oder Buch.

easy Animation

Die Software für Sportanimationen

Bringen Sie Ihre **Taktikanalyse, Spielzüge** und **Übungen** auf ein neues Level! Mit Animationen, Inhalte verständlich erklären!

easy Sports-Organizer

Moderne Trainingsplanung

Erstellen Sie Schritt für Schritt einzelne Übungen, **komplette Trainingspläne** oder organisieren Sie die gesamte Saison!

KOSTENLOSE DEMOS AUF
www.easy-sports-software.com

RUBRIK

INNOVATIONEN, TRENDS UND STARTUPS | SOCCER ROOM

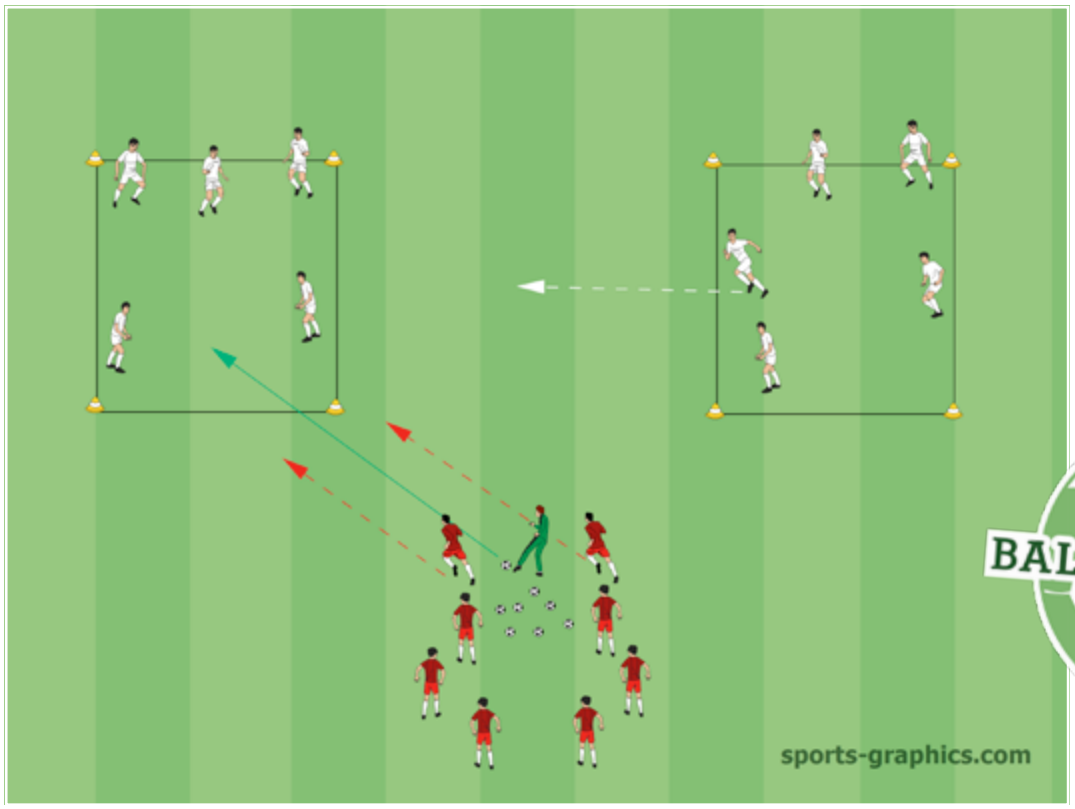
MIT SOCCER ROOM ZUM SPITZENFUSSBALLER EINE VERBESSERUNG DER FUSSBALLERISCHEN FÄHIGKEITEN SOLL MIT DIGITALEN TRAININGSEINHEITEN ERREICHT WERDEN

Eine Innovative Idee, um sich als Fußballer weiterzuentwickeln, brachte zwei Österreicher dazu, die online Trainingsplattform Soccer Room zu gründen. Hinter der Firma stehen der 17-jährige Jan Hasenhütl und Martin Halper, welcher seit 7 Jahren im professionellen Fußball tätig ist.

Die Idee reifte im ersten Lockdown und eine Firma entstand. „Soccer Room ist eine Online Plattform für Fußballer, die es in dieser Art noch nicht gibt. Durch zahlreiche Angebote an Zusatztrainings wollen wir jeden Spieler in seiner Entwicklung unterstützen“, sagt Hasenhütl. Speziell auf die Bewegungsausführung und auf die Dauer der Übungen, bis man sie komplett beherrscht, wird großer Wert gelegt. „Das Programm ist so aufgebaut, dass man sich kontinuierlich steigert und es eine optimale Ergänzung zum Mannschaftstraining ist. Vor allem jetzt kann man die Zeit dafür nutzen“ ergänzt der 17 Jährige Jan Hasenhütl, der als einer der jüngsten Trainer für die Real Madrid Fußballschule tätig war. An die 35 Vereine aus dem deutschsprachigen Raum nutzen für ihre Spieler bereits diese Trainingsprogramme. Aufgrund der Zwangspause für Amateurteams und den Jugendfußball ist die Tendenz stark steigend. “Zusätzlich bieten wir Mental-, Ernährungs-, Fitness- und Gehirntraining und vieles mehr an, um einen kompletten Fußballer aus einem zu machen“, ergänzt Halper.

RUBRIK

ÜBUNG DES MONATS



BALLKONTROLLE

2 GEGEN 6 BALLJAGD – 20 MINUTEN

ORGANISATION

- Errichte zwei 12x12 m Felder
- Zwischen den beiden Feldern 10 m Abstand halten
- Teile 2 Teams ein
- Je 5 Spieler (Weiß) auf die beiden Felder verteilen
- Die restlichen Spieler (Rot) bilden Pärchen und werden Verteidiger
- Die Verteidiger stehen mit dem Trainer am Bälledepot ca. 15 m entfernt

ABLAUF

- Der Trainer spielt den Ball in ein beliebiges Feld
- Das erste Pärchen Rot läuft nach und versucht den Ball zu erobern
- Ein Spieler (Weiß) des anderen Feldes darf zum 6 gegen 2 hinzukommen
- Nach einem Ballgewinn spielt der Trainer ins andere Feld
- Das nächste Pärchen startet, ein Spieler von Weiß darf zum 6 gegen 2 in das andere Feld wechseln
- Nach einiger Zeit Aufgabenwechsel

VARIANTE

- Kontaktbegrenzung der Feldspieler

COACHING:

- Passspiel
- Antrittsschnelligkeit
- Richtungswechsel
- Reaktionsfähigkeit
- Zweikampf
- Überzahl/Unterzahl

EIGENE INFOS

Abonnieren Sie unseren kostenlosen Newsletter unter **www.m-m-sports.de**

FUSSBALL-FACHBÜCHER VON RENOMMIERTEN AUTOREN

Martin Hasenpflug

300 ÜBUNGEN FÜR EIN NEUES FUSSBALLTRAINING

ERFOLGREICH DURCH VIER SUPER-SCHWERPUNKTE

Mit vier Schwerpunkten zum Erfolg

Perfektion ist erreicht, wenn man nichts mehr weglassen kann. In diesem Sinne hat der Autor das Fußballtraining auf vier Schwerpunkte reduziert. Durch eine Konzentration auf die wesentlichen Kernelemente des Fußballs verbessern sich die Spieler deutlich in den Bereichen Technik, Handlungsschnelligkeit und Spielintelligenz. Die Folge ist ein voll ausgeschöpftes Teampotenzial, welches durch Kurzpassspiel und aggressives Pressing gekennzeichnet ist.

168 x 27,0 cm,	ISBN 978-3-8403-7704-4
Klappenbroschur,	€ [D] 25,00
in Farbe	Auch als E-Book erhältlich.

KAUFEN

MEYER & MEYER VERLAG

MEYER & MEYER Fachverlag GmbH
Von-Coels-Str. 390
52080 Aachen

Telefon 02 41 - 9 58 10 - 25
Fax 02 41 - 9 58 10 - 10
E-Mail vertrieb@m-m-sports.com
Webseite www.dersportverlag.de

Unsere Bücher erhalten Sie online oder bei Ihrem Buchhändler.

Preisänderungen vorbehalten und Preisangaben ohne Gewähr! Foto: ©Dirima/stock.adobe.com

FUSSBALL TRAINER MAGAZIN

www.fussballtrainer-magazin.de

UNSER MAGAZIN IST KOSTENLOS UND LEBT VON SEINEN LESERN!

DU MÖCHTEST AUTOMATISCH JEDEN MONAT DIE NEUESTE, KOSTENLOSE AUSGABE ERHALTEN?

Dann kannst du dich hier für unseren Mailverteiler anmelden:

Alternativ kannst du auch die neueste Ausgabe per WhatsApp direkt auf dein Handy bekommen. Sende dazu eine Nachricht an: **(+49) 15 22-393 98 86**

Schreibe uns deine Fragen zum Inhalt per WhatsApp und unsere Fußballexperten antworten dir so schnell es geht um dich zu einem besseren Trainer zu machen. Natürlich kannst du uns auch schreiben, wenn du Teil des Magazin werden und Inhalte liefern möchtest, die aus deiner Sicht andere Trainer besser macht. Unsere Experten prüfen deine Einsendung und wir informieren dich, ob wir es ins Magazin einbinden können.

Wenn du erste Einblicke in die kommenden Ausgaben haben möchtest, dann besuche uns auf unseren Social Media Kanälen!

Instagram: @Fussballtrainermagazin
Facebook: @Fubamag
Website: Fussballtrainer-Magazin.de

WIR HABEN EIER UND PFERDESCHWÄNZE

IMPRESSUM

Herrausgeber:
Meyer & Meyer Fachverlag und Buchhandel GmbH

Verlag:
Meyer & Meyer Fachverlag und Buchhandel GmbH
Von-Coels-Straße 390, 52080 Aachen
Tel.: (02 41) 95 81 0-0 / Fax: (02 41) 95 81 0-10
E-Mail:fussballtrainer-magazin@m-m-sports.com
Internet: www.dersportverlag.de
Member of the World
Sport Publishers' Association (WSPA)

Redaktion:
Meyer & Meyer Fachverlag und Buchhandel GmbH
E-Mail: fussballtrainer-magazin@m-m-sports.com
Internet: fussballtrainer-magazin.de

Satz und Layout:
Nina Bosten

Bildagenturen:
Adobe Stock, dpa Picture Alliance GmbH

Anzeigen:
E-Mail: fussballtrainer-magazin@m-m-sports.com
Tel: (0241) 95 81 0-34
Mobil: (0152) 23 93 98 86