



**TEAMWORK
FÜR TALENTE**

**DFB-Talentförderprogramm:
Info-Abende für Vereinstrainer**

8

EINE BROSCHÜRENREIHE ZUR TALENTFÖRDERUNG DES DEUTSCHEN FUSSBALL-BUNDES

TRAINING DES VERTEIDIGENS ZU ZWEIT

TIPPS FÜR DIE VEREINSTRAINER



Helfen Sie im Kinderfußball!

Nichts ist schnellerlebig als unser Fußball! Auch wenn sich der Blick der vielen Fans bereits wieder auf das Auftreten unserer Nationalmannschaft bei der aktuellen EM-Qualifikation richtet, möchte ich hier nochmals die Gelegenheit ergreifen, auf die großartige FIFA-Weltmeisterschaft 2006 zurückzuschauen. Wir können stolz und dankbar dafür sein, was wir in unseren zwölf WM-Stadien, aber auch in allen Regionen unseres Landes erleben durften. Der gesellschaftliche Stellenwert des Fußballs in Deutschland hat durch die WM 2006 eine neue Dimension erreicht. Gerade das kann für uns kein Grund sein, selbstzufrieden nach vorne zu schauen, stattdessen muss das „Sommermärchen“ für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des DFB, der Regional- und Landesverbände, vor allem aber für die vielen Trainer, Helfer und Vereinsmitarbeiter an der Basis eine Verpflichtung sein, unsere sportlichen, aber auch sozialen Aufgaben noch umfassender auszufüllen.

Vor allem im Juniorenbereich stellen sich dabei aktuelle Herausforderungen. Der Auftritt unserer Nationalmannschaft als „Weltmeister der Herzen“ und die Vorbildfunktion eines „Miro“, „Poldi“, oder „Schweini“ hat in unseren Vereinen einen einmaligen Boom ausgelöst. Bundesweit sind bei den jüngsten Zuwachsraten von etwa 20 Prozent festzustellen. Da, wo sie können, werden der DFB und seine Landesverbände Hilfestellungen geben, um allen fußballbegeisterten Kindern im Verein eine attraktive Spiel- und Trainingsmöglichkeit zu geben.

Vor allem aber kommt es auf Sie, liebe Trainer und Mitarbeiter im Juniorenfußball an: Wenn jeder mit Engagement und Herzblut dabei hilft, werden wir auch diese große Aufgabe bei unseren jüngsten Vereinsfußballern meistern!

Dr. Theo Zwanziger,
DFB-Präsident



DFB BONGARTS



Spezieller Service bei „Training online“: Archiv mit Suchfunktion!

Die Rubrik „Training online“ der DFB-Website wurde um ein hilfreiches Serviceelement erweitert! Seit 2001 bietet der DFB für seine vielen Juniorentrainer an der Vereinsbasis mit dem Projekt „Training online“ im Internet kostenlose Trainingseinheiten an. Diese werden alle 2 Wochen von den DFB-Trainern für alle Altersklassen ausgearbeitet und ins Internet gestellt.

So sammelten sich in den letzten Jahren pro Altersklasse über 100 Trainingseinheiten mit fast 1.000 Trainingsformen an, die alle ins Online-Archiv von www.dfb.de wanderten, so dass die Juniorentrainer bei der Trainingsvorbereitung auch weiterhin auf sie zurückgreifen können.

Vor wenigen Monaten wurde dieses umfangreiche Archiv in eine Datenbank eingebettet und um eine Suchfunktion ergänzt, damit jeder Interessent auch weiterhin einen schnellen Überblick hat. Denn durch die Suchfunktion ist es in Zukunft leicht, in der Trainingsvorbereitung gezielt nach Schwerpunkten wie etwa „Dribbling“, „Pass-Spiel“ oder „Torschuss“ zu suchen!



Editorial	2
<hr/>	
Zuerst das Fundament legen!	4
Der Stellenwert der Gruppentaktik für funktionierende Defensivstrategien und die Konsequenzen für die Ausbildung junger Spielerinnen und Spieler	
<hr/>	
Zusammen den Ball erobern!	8
Eine Muster-Trainingseinheit zum taktisch geschickten Verteidigen zu zweit aus dem DFB-Stützpunkttraining	
<hr/>	
So lässt sich das Verteidigen zu zweit trainieren!	14
Ein Trainingsformen-Katalog zur interessanten Schulung verschiedener Situationen im 2 gegen 1/2 gegen 2	
<hr/>	
Service für die Vereinstrainer	22
Medien-Tipps und Informationen zur Trainer-Ausbildung im DFB	
<hr/>	

IMPRESSUM

HERAUSGEBER:

Deutscher Fußball-Bund, 60528 Frankfurt/Main
Telefon 069/67 88-0, Fax 069/67 88-266

PROJEKTVERANTWORTUNG:

Jörg Daniel, Ulf Schott

MEDIENKONZEPT/REDAKTIONELLE LEITUNG:

Norbert Vieth

INHALTLICHES KONZEPT:

Jörg Daniel, Andreas Schwinn, Iraklis Metaxas, Norbert Vieth, Christian Meyer, Thomas Sinz, Stephan Kerber

VERLAG:

Philippka-Sportverlag, Postfach 150105, 48061 Münster

GRAFISCHES KONZEPT:

Thorsten Krybus, Philippka-Sportverlag

LAYOUT:

Jann Damke, Philippka-Sportverlag

DRUCK:

Graphische Betriebe E. Holterdorf, 59302 Oelde

FOTOS:

Axel Heimken (Philippka-Sportverlag)

AUF SCHNELLSTEM WEGE DIE RICHTIGE TRAININGSEINHEIT FINDEN Z. B. FÜR

... die jeweilige Altersklasse.

... die Saisonvorbereitung.

... eine optimale fußballerische Fitness.

... das Einstudieren eines taktischen Schwerpunktes.

... die Sporthalle.

... kindgerechte Spielstunden mit den Kleinsten.

... das Erlernen einer bestimmten Technik.



Zuerst das Fundament legen!

Der Stellenwert der Gruppentaktik für funktionierende Defensivstrategien im Fußball und Konsequenzen für die Ausbildung junger Spielerinnen und Spieler

Der neue Weltmeister 2006 ist der aktuellste und beste Beweis, wie wichtig eine funktionierende Defensive für den Erfolg (nicht nur) im Top-Fußball ist. Italien musste in 7 WM-Spielen ganze 2 Gegentore (!!!) einstecken: das Eigentor in der Begegnung gegen die USA und einen Foulelfmeter von Zinedine Zidane im Finale. Kurzum: Der vierte WM-Titel Italiens ist vor allem das Produkt einer perfekt organisierten Defensive mit Viererkette und zwei harmonisierenden „Weltklasse-Gebern“ (defensiven Mittelfeldspielern) davor. Dabei bestechen vor allem „im Schlaf“ beherrschte Abläufe innerhalb des Teams: alle Laufwege, das Herausrücken/Zurückfallenlassen, das geschlossene Verschieben wirken in jeder Spielsituation absolut planvoll und aufeinander abgestimmt. Diese Qualität im Top-Fußball lässt sich nur erreichen, wenn neben einer exzellenten individualtaktischen

Ausbildung der Spieler die gruppentaktischen Grundlagen und Abläufe bis ins kleinste Detail funktionieren.

Erst diese Perfektion taktischer Abläufe in jeder Positionsgruppe der italienischen Mannschaft garantiert eine perfekt funktionierende Defensivstrategie und macht die beeindruckende „Systemeffizienz“ des neuen Weltmeisters aus!

Aus diesem Grund trainieren selbst aktuelle Top-Spieler regelmäßig gruppentaktische Abläufe, um somit Automatismen einzuschleifen. Wichtiger aber ist es, Talenten ein stabiles taktisches Rüstzeug zu vermitteln!



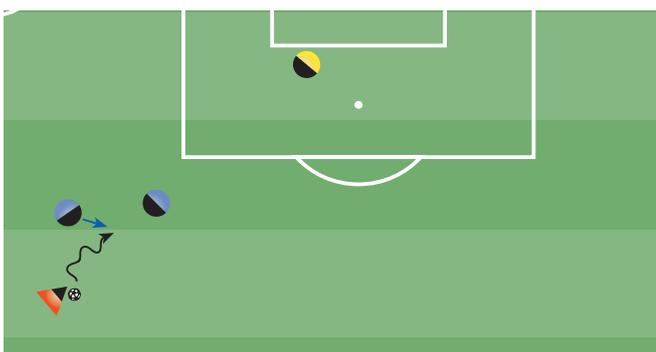
DIE WICHTIGSTEN TIPPS FÜR DAS VERTEIDIGEN ZU ZWEIT

2 GEGEN 1



Angreifer im Zentrum

- Verteidigen in Überzahl kann nur heißen: offensiv den Gegner attackieren und den Ball schnellstmöglich erobern!
- Die Verteidiger agieren aus einer leichten Tiefenstaffelung heraus!
- Der vorgerückte Verteidiger steuert den Angreifer durch eine seitlich schräge Stellung nach innen zum hinteren Mitspieler, um den Gegner letztlich in einem 2 gegen 1 erfolgreich attackieren (doppeln) zu können!
- Der hintere Spieler lauert dabei auf eine Situation, in der der bedrängte Angreifer den Ball kurz freigibt!



Angreifer am Flügel

- Idealerweise verstellt der äußere Verteidiger die Durchbruchmöglichkeit nach außen und drängt den Angreifer zum Mitspieler nach innen!
- Der hintere Spieler attackiert sofort offensiv nach vorne, wenn der Angreifer sich den Ball etwas weiter nach innen vorlegt und somit kurz freigibt!

Gruppentaktik - zusammen verteidigen



IM ÜBERBLICK I



Der vorgerückte Verteidiger „steuert“ den Angreifer aus seitlicher Position zum Mitspieler.



Der Mitspieler rückt heran und zusammen attackieren die beiden Verteidiger den Angreifer!



VOM 1 GEGEN 1 BIS ZUM KOMPAKTEN MANNSCHAFTSBLOCK

F-JUNIOREN

1

- Spiele in kleinen Gruppen
- Freies Spielen – keine taktischen Vorgaben!
- Von Vorteil: sporadisches Spiel mit Überzahl-/Unterzahl-Situationen, z.B. 2-1, 3-2, 4-3

E-JUNIOREN

2

- Regelmäßige Spiele in kleinen Gruppen mit unterschiedlichen Mannschaftsgrößen (2-1, 3-2, 4-3)
- Kennenlernen von 1 gegen 1-Situationen
- Wenige Trainer-Korrekturen

D-JUNIOREN

3

- Regelmäßige Spiele in kleinen Gruppen mit unterschiedlichen Mannschaftsgrößen (2-1, 3-2, 4-3)
- Systematisches Training von 1 gegen 1-Situationen
- Trainer-Korrekturen

Leitlinien einer ganzheitlichen Ausbildungskonzeption

Am Straßenfußball orientieren!

Nur mit einer ganzheitlichen und perspektivisch angelegten Ausbildungskonzeption lassen sich über alle Altersstufen hinweg die individual-, gruppen- und mannschaftstaktischen Elemente eines modernen Defensivkonzepts Schritt für Schritt vermitteln.

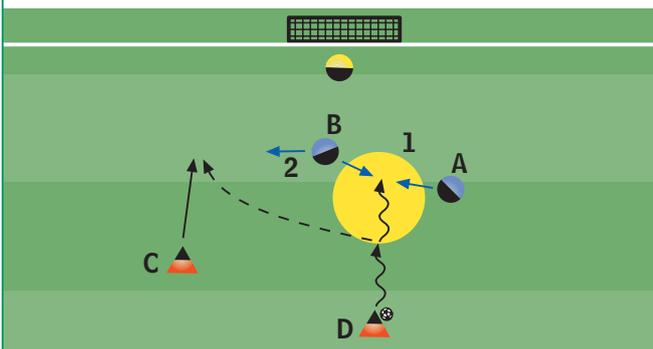
Kinder lernen das Fußballspielen vor allem durch das Spielen selbst. So eignete sich der Straßenfußball von früher ideal dazu, jungen Spielerinnen und Spielern die richtigen „Strategien“ in der Defensive zu vermitteln.

Da Team-Größen und/oder Spielstärke häufig nicht ausgeglichen waren, mussten Sonderregeln ein „gerechtes“ Spiel ermöglichen. Eine Lösungsmöglichkeit waren dabei unterschiedlich große Gruppen. So spielten beispielsweise drei stärkere Spieler gegen vier oder fünf schwächere. Diese Überzahl-/Unterzahl-Situationen provozierten etwa zum „Spekulieren“ und zum Spiel „mit Auge“.

Der junge Straßenfußballer will in jeder Situation am Ball sein. Diese natürliche Form des ballorientierten Agierens muss der Vereinstrainer auf jeden Fall weiter fördern und ausbilden! Den grundsätzlich positiven Drang zum Ball muss der Trainer durch geringfügige Eingriffe und kleine

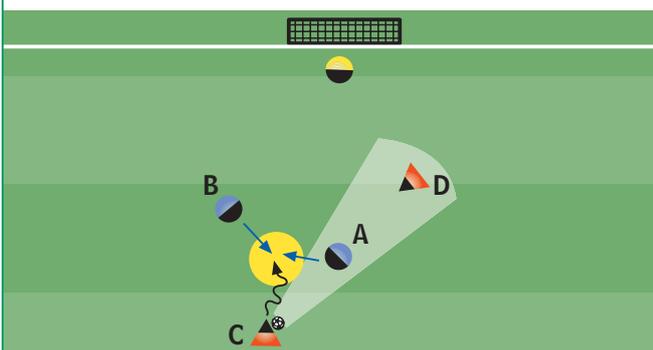
DIE WICHTIGSTEN TIPPS FÜR DAS VERTEIDIGEN ZU ZWEIT

2 GEGEN 2



Die Angreifer stellen und zunächst das Tempo drosseln!

- Nicht auf einer Höhe agieren: Der Spieler mit größerer Distanz zum Ball (hier B) sichert in der Tiefe diagonal leicht versetzt im Rücken des Mitspielers (A) ab.
- Grundprinzip in dieser Situation: zum Ball einrücken und in der Mitte den Angriffsraum verengen!
- Der vordere Verteidiger (A) sollte mit seitlich-schräger Körperstellung den Raum nach außen versperren und versuchen, den Angreifer auf seinen Mitspieler zu „treiben“ (doppeln)!
- Erfolgt ein Abspiel, verschieben sich beide Verteidiger in Passrichtung (2)!



Das 2 gegen 1 nicht wieder auflösen!

- Grundsätzlich sollten beide Verteidiger zunächst zueinander arbeiten und Aktionen der Angreifer nach außen konsequent unterbinden!
- In der Grundkonstellation der Abbildung sichert Verteidiger B ein Durchbrechen von Angreifer C nach links, A blockiert gleichzeitig einen Durchbruch nach rechts.
- Agieren die Verteidiger wie in der Abbildung nach vorne, um den dribbelnden Angreifer zu doppeln, darf diese 2 gegen 1-Situation nicht wieder aufgelöst werden! Angreifer D ist konsequent ins Abseits zu stellen!

C-JUNIOREN**4**

- Verfeinerung der individualtaktischen Grundlagen
- Detailliertes Training der Gruppentaktik:
 - zu zweit verteidigen
 - zu dritt verteidigen
 - zu viert verteidigen

B-JUNIOREN**5**

- Weitere Verfeinerung aller individual- und gruppentaktischen Grundlagen
- Mannschaftstaktische Schulung (dosiert!):
 - Einstudieren des Systems
 - Positionsgruppen

A-JUNIOREN**6**

- Weitere Verfeinerung aller individual- und gruppentaktischen Grundlagen
- Mannschaftstaktische Schulung:
 - Stabilisieren des Systems
 - Positionsgruppen

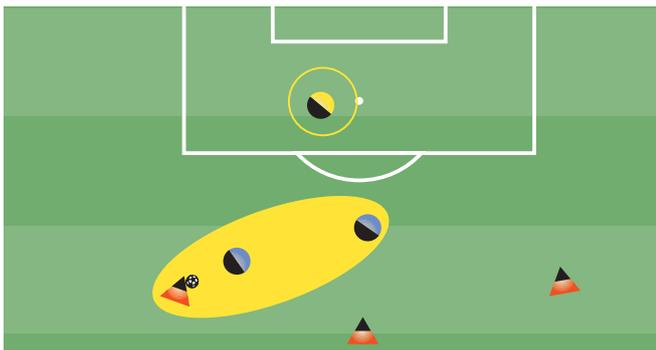
Tipps nach und nach in die taktisch effektivste Richtung lenken.

Grundlagentraining

In den jüngsten Altersklassen dominieren zunächst noch kleine, relativ freie Fußballspiele mit z.B. unterschiedlicher Mannschaftsgröße oder variierenden Zielen (Toren). Hier lernen die Spielerinnen und Spieler mit viel Spaß und Spiel Freude alle technisch-taktischen Grundelemente des „großen“ Fußballs – so auch das Verhindern gegnerischer Tore. Kinder wollen aber vor allem Tore schießen und das ist bei den Jüngsten zu betonen!

Aufbautraining

Die Vermittlung des taktisch geschickten „Ballobers“ ist spätestens ab der D-Jugend zentraler Schwerpunkt und Inhaltsbaustein einer perspektivisch angelegten Fußball-Ausbildung junger Spielerinnen und Spieler! Stimmt das individualtaktische Niveau (1 gegen 1) können in der Folge Schritt für Schritt alle anderen Mittel effektiven Verteidigens in der Gruppe trainiert werden! Logischerweise beginnt dieser Prozess mit dem Verteidigen zu zweit. Zwei Spieler sollen so aufeinander abgestimmt werden, dass sie in allen Situationen effektiv verteidigen!

IM ÜBERBLICK II**2 GEGEN 3****Ball am Flügel**

- Die Devise für die beiden Verteidiger ist: gegenseitiges Absichern und Zeitgewinn!
- Ballorientiert agieren, d.h. in Richtung Ball einrücken!
- Eine leichte Tiefenstaffelung suchen, aber weiterhin die Abseitsregel einbeziehen!
- Der Torhüter rückt vor, um Steilpässe abfangen zu können!
- Den Angreifer aus seitlich-schräger Stellung möglichst nach außen abdrängen!

**Ball im Zentrum**

- Aus einer leichten Tiefenstaffelung agieren – der Verteidiger auf der Seite des Dribbelfußes rückt dabei vor!
- Zurückweichen und verzögern, so dass hinzueilende Mitspieler die Unterzahl-Situation auflösen können!
- Passwege in die Tiefe zustellen – stattdessen Querpässe provozieren!
- Der Torhüter rückt vor und agiert als „Libero“!



Zusammen den Ball erobern!

Eine exemplarische Trainingseinheit zum taktisch geschickten Verteidigen zu zweit aus dem DFB-Stützpunkttraining

AUFWÄRMEN: TRAININGSFORMEN ZUM SCHWERPUNKT „ZUSAMMEN VE

Bälle jagen

Hinweise zur Organisation

- 3 (oder bei größeren Gruppen zusätzliche) Felder von einer Größe von je 20 x 25 Metern nebeneinander aufbauen – die Abbildung zeigt jeweils nur den Ablauf in einem Feld!
- Jedem Feld eine Gruppe von 6 Spielern zuteilen
- 4 „Dribbler“ mit je 1 Ball, die anderen beiden Spieler sind zunächst „Jäger“
- Der Trainer postiert sich so, dass er alle Übungsräume leicht überblicken kann!

Ablauf der Aufwärm-Phase 1

Aufgabe 1

- Die 4 „Dribbler“ bewegen sich variantenreich im Feld.
- Die beiden Jäger haben die Aufgabe, in 30 Sekunden möglichst viele Bälle wegzuspitzeln.
- Jeder „Jäger“ merkt sich seine Balleroberungen (= Punkte).
- Nach 30 Sekunden und einer kurzen Pause ein neues Jäger-Paar bestimmen! Welches Paar weist am Ende die meisten Punkte auf?

Aufgabe 2

- Gleicher Ablauf, aber die „Jäger“ müssen nach Eroberung eines Balles zunächst kurz aus dem Feld herausdribbeln!

Handball-Kreisspiel

Hinweise zur Organisation

- Gleicher Aufbau der Felder und identische Gruppen wie bei der Aufwärm-Phase 1!
- Genügend Reservebälle an jedem Feld bereitlegen!

Ablauf der Aufwärm-Phase 2

Aufgabe 1

- 4 Spieler beginnen als Außenspieler mit einem Ball **in der Hand**, die beiden anderen jagen als Innenspieler den Ball.
- Die Außenspieler spielen nach Handball-Regeln zusammen: mit dem Ball in der Hand sind höchstens 3 Schritte erlaubt!
- Nach Eroberung des Balles wechselt ein Innenspieler aus der Mitte mit dem Außenspieler, der den Ballverlust verursacht hat, Position und Aufgabe!

Aufgabe 2

- Gleicher Ablauf, die Außenspieler dürfen sich den Ball aber nur noch per Bodenpass zuspielen!

Fußball-Kreisspiel

Hinweise zur Organisation

- Gleicher Aufbau der Felder und identische Gruppen wie bei der Aufwärm-Phase 2!
- Genügend Reservebälle an jedem Feld bereitlegen!

Ablauf der Aufwärm-Phase 3

Aufgabe 1

- 4 Spieler beginnen als Außenspieler mit einem Ball **am Fuß**, die beiden anderen jagen als Innenspieler den Ball.
- Die Außenspieler spielen zunächst frei und sicher zusammen!
- Nach Eroberung des Balles wechselt ein Innenspieler aus der Mitte mit dem Außenspieler, der den Ballverlust verursacht hat, Position und Aufgabe!

Aufgabe 2

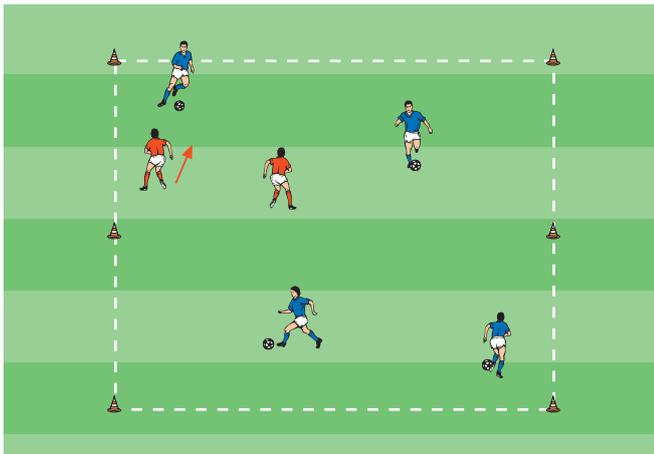
- Gleicher Ablauf, die Außenspieler dürfen mit maximal 3 (2) Ballkontakten zusammenspielen!



INFORMATIONEN ZUR TRAININGSEINHEIT

- Das Aufwärmen umfasst 3 Phasen, die gezielt auf die Schwerpunkte des Trainings vorbereiten. Bei allen Aufgaben müssen die Verteidiger bereits die Aktionen aufeinander abstimmen, wenn sie den Ball erobern wollen!
- Der Hauptteil umfasst verschiedene Grundsituationen des Verteidigens zu zweit.
- Die Spiel-Varianten des Schlussteils fördern vor allem die Spielfreude (inklusive der „Kniffe“ im Verteidigen zu zweit)!

DEFENDIEREN



Trainingshinweise

Ziele/Schwerpunkte

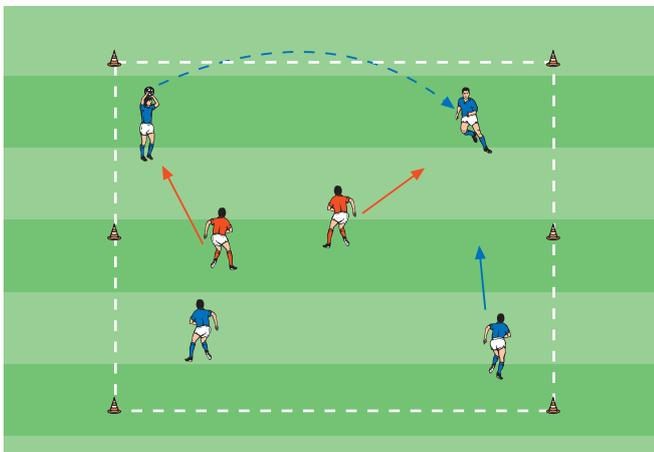
- Physische und psychische Vorbereitung auf die kommende Trainingseinheit
- Spaß und Motivation

Hinweise

- Eventuell leichte Jonglier-Aufgaben als aktive Pausen einbauen!
- An allen Feldern Reservebälle bereitlegen!



Motivierende Aufgaben wecken von Beginn an Begeisterung!



Trainingshinweise

Ziele/Schwerpunkte

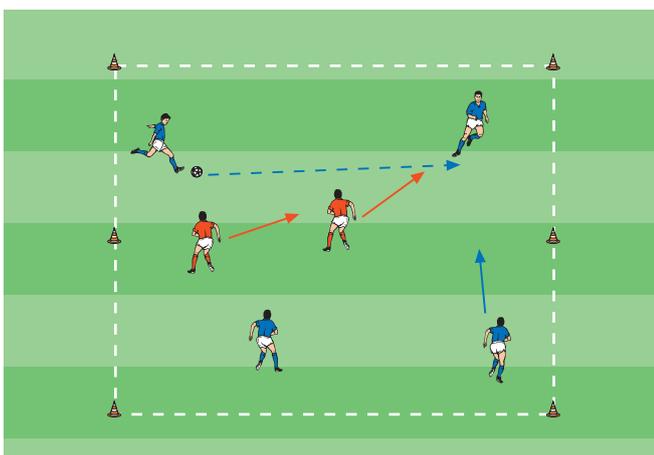
- Aggressives Attackieren der Angreifer durch die Innenspieler im richtigen Moment (z.B. wenn der Angreifer am Ball mit dem Rücken zum Feld keinen Blickkontakt zu den Mitspielern hat)!

Variation

- Spätestens je 5. Zuspiel muss eine „Bogenlampe“ sein



Die Handball-Variante bereitet auf die Schwerpunkte des Trainings vor!



Trainingshinweise

Ziele/Schwerpunkte

- Im richtigen Moment die Außenspieler attackieren (z.B. wenn einem Angreifer der Ball wegspringt)!
- Von der Seite attackieren, Passmöglichkeiten zustellen!
- Gestaffelt attackieren!

Variation

- Die Außenspieler müssen mit 2 Pflichtkontakten zusammenspielen



Beim Kreisspiel lernen die Verteidiger, zusammen zu agieren und Aktionen miteinander abzustimmen!



WICHTIGE TRAININGSTIPPS

- Neue Trainingsaufgaben kurz und prägnant erklären – einen komplizierteren Ablauf mit einer Gruppe für alle kurz vormachen! Rückfragen fordern, letzte Unklarheiten ausräumen!
- Die Spielerinnen und Spieler müssen dann genug Zeit haben, eine neue Aufgabe ungestört auszuprobieren und Lösungen zu suchen!
- Nicht zu schnell unterbrechen! Erst eingreifen, wenn die Aufgaben nicht selber gelöst werden können!

HAUPTTEIL: SPIELFORMEN ZUM VERBESSERN GRUPPENTAKTISCHER SCH

1 gegen 1 gegen 1

Hinweise zur Organisation

- Gleicher Aufbau der Felder und identische Gruppen wie beim Aufwärmen!
- Im abgegrenzten Feld in Dreieckform mit Hütchen/Stangen/Markierungshauben 3 Tore von etwa 2 Metern Breite markieren
- Die 6 Spieler in 3 Paare aufteilen – von jedem Paar ist immer 1 Spieler für etwa 45 Sekunden aktiv, der andere hat Pause

Hauptteil-Phase 1

Aufgabe 1

- Der Spieler, der gerade am Ball ist, muss eines der gegnerischen Tore durchdribbeln!
- Die beiden anderen attackieren und versuchen selbst, an den Ball zu kommen, um einen Treffer zu erzielen!
- Die Aufgabe provoziert das Attackieren und Verteidigen zu zweit!
- Nach etwa 45 Sekunden rücken die anderen 3 Spieler in das Feld!

Aufgabe 2

- Die Abstände der 3 Tore untereinander etwas vergrößern!

2 Verteidiger gegen 1 Angreifer

Hinweise zur Organisation

- Gleicher Aufbau der Felder und identische Gruppen wie bei der Hauptteil-Phase 1!
- Anstelle der Tore in der Feldmitte nun je 2 kleine Tore (etwa 3 Meter breit) auf beiden Grundlinien aufstellen
- Je 6 Spieler bilden eine Gruppe und postieren sich jeweils hinter einer Grundlinie

Hauptteil-Phase 2

Aufgabe 1

- Von der Gruppe A (= Angreifer) beginnt immer **1 Spieler** die Aktion, indem er von der Grundlinie aus losdribbelt.
- Von der anderen Grundlinie aus starten gleichzeitig **2 Spieler** der Gruppe B als Verteidiger vor die eigenen Tore.
- Der Angreifer hat die Aufgabe, aus dem 1 gegen 2 einen Treffer bei einem der beiden Tore des Gegners zu erzielen.
- Bei Balleroberung haben die beiden Verteidiger eine Konterchance!

Aufgabe 2

- Der Angreifer muss eine der beiden Torlinien überdribbeln – dazu die Tore etwas verbreitern!

2 Verteidiger gegen 2 Angreifer

Hinweise zur Organisation

- Identischer Aufbau der Felder wie bei der Hauptteil-Phase 2!
- Die Mittellinie mit Hütchen/Hauben markieren!
- Je 6 Spieler bilden wieder eine Gruppe und postieren sich jeweils hinter einer Grundlinie

Hauptteil-Phase 3

Aufgabe 1

- Gleicher Ablauf wie bei der Hauptteil-Phase 2, nun aber versuchen immer **2 Angreifer gegen 2 Verteidiger** einen Treffer herauszuspielen.
- Erobern die Verteidiger den Ball, haben sie wieder eine Kontermöglichkeit auf eines der beiden kleinen Tore.
- Anschließend startet das nächste 2 gegen 2. Sind alle Paare durch, tauschen die Gruppen die Aufgaben und Positionen!

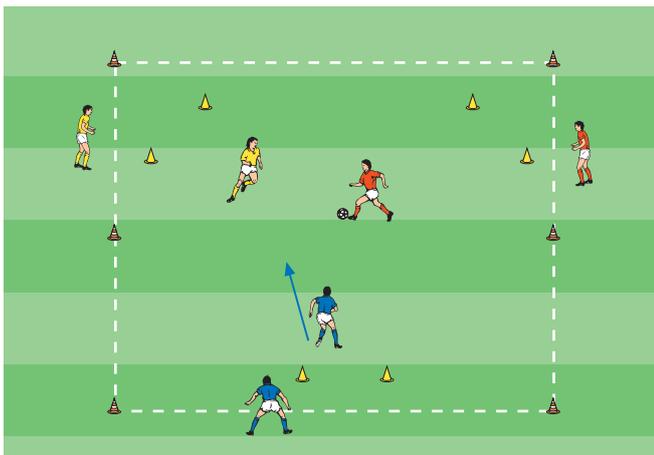
Aufgabe 2

- Der Angreifer muss eine der beiden Torlinien überdribbeln – dazu die Tore etwas verbreitern!

- Die Situationen und Aufgaben nicht im Schnelldurchlauf abspulen! Sorgfältig und geduldig jede 2 gegen 2-Situation, wie sie im Spiel vorkommen kann, im Training anbieten! Erst wenn die Spieler taktisch geschickt agieren, kommen neue Aufgaben und Situationen hinzu!

- Die Spieler aktiv in den Lernprozess einbinden und sie durch geschickte Fragen leiten: „Was passiert, wenn Du auf einer Höhe mit dem Mitspieler agierst und die Angreifer so attackierst? Wie ist es euch besser möglich, zu zweit den Ball vom Gegner zu erobern?“

WERPUNKTE



Trainingshinweise

Ziele/Schwerpunkte

- Geschicktes taktisches Agieren beim Attackieren zu zweit
- Schnelles Umschalten auf eine neue Spielsituation

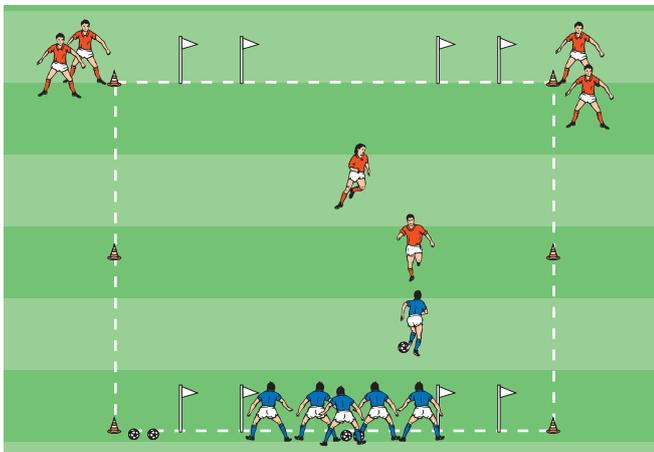
Variation

- Breite und Abstände der Tore vergrößern!
- Die jeweils pausierenden Spieler agieren als Torhüter

Impuls-Fragen

Wann hat das Attackieren die besten Erfolgsaussichten?

Wenn der Spieler am Ball von einer Seite attackiert wird, sich deshalb zur anderen Seite bewegt und dabei den Ball für kurze Zeit freigibt!



Trainingshinweise

Ziele/Schwerpunkte

- Geschicktes taktisches Agieren beim Verteidigen zu zweit gegen einen Angreifer

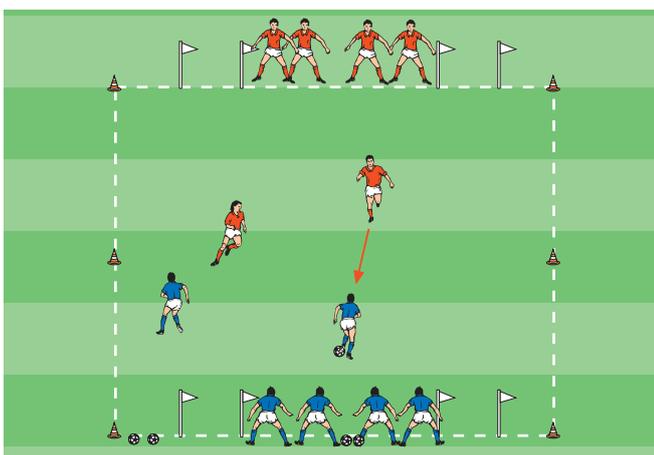
Hinweise für die Verteidiger

- Dicht zusammen, aber nicht nebeneinander agieren!
- Den Angreifer in die Mitte zum Mitspieler lenken!
- Nach Eroberung des Balles schnellstmöglich kontern!

Impuls-Fragen

Wie müssen sich die Verteidiger zueinander postieren, um den Ball am besten erobern zu können?

Sie müssen relativ dicht nebeneinander, aber keinesfalls auf einer Höhe agieren!



Trainingshinweise

Ziele/Schwerpunkte

- Geschicktes taktisches Agieren beim Verteidigen zu zweit gegen 2 Angreifer

Hinweise für die Verteidiger

- Dicht zusammen, aber nicht nebeneinander agieren!
- Der Verteidiger auf der Ballseite attackiert als erstes!
- Nach Eroberung des Balles schnellstmöglich kontern!

Impuls-Fragen

Welcher der beiden Verteidiger attackiert als erster den Angreifer am Ball?

Der Verteidiger auf der Ballseite stellt den ballbesitzenden Gegner!



SCHLUSSTEIL: SPIELFORMEN ZUM SCHWERPUNKT „ZUSAMMEN VERTEIDIGEN“

2 gegen 2 mit einer Mittelzone

Hinweise zur Organisation

- 2 Spielfelder von etwa 30 x 40 Metern aufbauen – die Abbildung zeigt jeweils nur den Ablauf in einem Feld!
- Auf jeder Grundlinie ein normales Tor mit Torhüter aufbauen
- Je 2 gleich große Gruppen einem Feld zuweisen
- In der Mitte zwischen beiden Toren über die ganze Feldbreite mit Hütchen/Hauben eine etwa 7 Meter lange Zone markieren
- Genügend Reservebälle an beiden Toren bereitlegen!

Ablauf der Schlussteil-Phase 1

Aufgabe

- Von der Gruppe A (= Angreifer) beginnen immer 2 Spieler die Aktion, indem sie von der eigenen Grundlinie aus losdribbeln.
- 2 Spieler der Gruppe B erwarten als Verteidiger die beiden Angreifer in der Zone.
- Die Angreifer haben zunächst die Aufgabe, die Gegner in der Zone zu überspielen (= 1. Punkt). Schaffen sie das, läuft das Spiel im 2 gegen 2 bis zu einem Torabschluss weiter.
- Für einen Treffer bekommen die Angreifer einen 2. Punkt.
- Erobern die Verteidiger den Ball, haben sie eine Konterchance.
- Nach Aktionsende startet das nächste 2 gegen 2. Sind alle Paare durch, tauschen die Gruppen die Aufgaben und Positionen!
- Welches Team weist am Ende die meisten Punkte auf?

Freies 2 gegen 2 auf 2 Tore

Hinweise zur Organisation

- Einteilung der Gruppen und Größe der Spielfelder wie in der Schlussteil-Phase 1
- Die Mittelzone fällt weg – stattdessen eine Mittellinie markieren
- Genügend Reservebälle an beiden Toren bereitlegen!

Ablauf der Schlussteil-Phase 2

Aufgabe

- Freies 2 gegen 2 auf die beiden Tore mit Torhütern.
- Die Aktionen beginnen wieder mit einem Dribbling der beiden Angreifer vom eigenen Tor aus.
- Die Verteidiger erwarten die Angriffe möglichst weit vor dem Tor.
- Nach einem Torabschluss – egal ob Tor oder nicht – rücken die beiden nächsten Paare zum erneuten 2 gegen 2 in das Feld!
- Sind alle Paare durch, haben die Spieler der anderen Gruppe zu Aktionsbeginn den Ball.
- Welche Mannschaft hat am Ende die meisten Treffer erzielt?

METHODISCHE PRINZIPIEN FÜR STÜTZPUNKT- UND VEREINSTRAINING



1

INDIVIDUELL TRAINIEREN!

2

IM DETAIL TRAINIEREN!

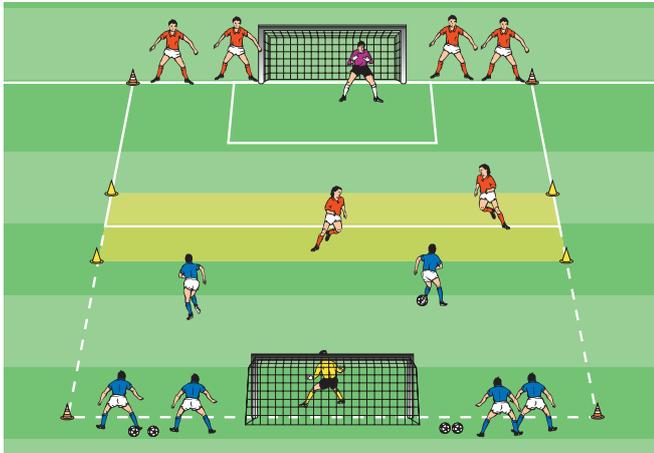
3

SCHWERPUNKTE TRAINIEREN!

4

IN AUSBILDUNGSBLÖCKEN TRAINIEREN!

GEN“



Trainingshinweise

Ziele/Schwerpunkte

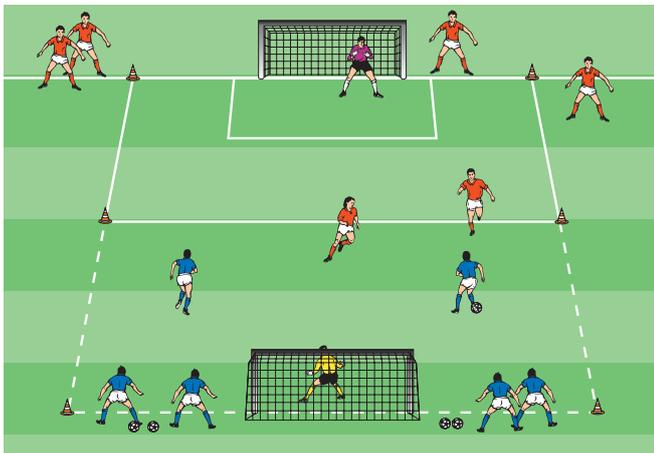
- Nochmaliges Vertiefen des Hauptteil-Schwerpunktes in einer motivierenden Trainingsform

Hinweise für die Verteidiger

- Die Angreifer möglichst schnell und weit vor dem eigenen Tor stellen!
- Der Verteidiger auf der Ballseite stellt zunächst den Angreifer am Ball!



Ein Tackling ist nur eine Alternative, wenn der Ball sicher erreicht wird!



Trainingshinweise

Ziele/Schwerpunkte

- Variables Agieren in unterschiedlichen Situationen
- Schnelles Reagieren auf neue Situationen
- Spaß und Spielfreude

Variationen

- Erst nach jeweils 1 Minute rücken die nächsten Paare ins Feld
- Freies Spiel in größeren Teams zum Abschluss



Zum Abschluss des Trainings nochmals freispielen lassen!

**5 PERSÖNLICHKEITEN
TRAINIEREN!**

**6 TECHNIKORIENTIERT
TRAINIEREN!**

**7 MIT MOTIVATION UND SPASS
TRAINIEREN!**

**8 MIT SPIELEN UND ÜBEN
TRAINIEREN!**



So lässt sich das Verteidigen zu zweit trainieren!

Gruppentaktische Elemente gehören ab der D-Jugend in (fast) jedes Training!

Das aufeinander abgestimmte, effiziente Verteidigen mit wenigen Mitspielern in verschiedenen Grundsituationen (= Ausschnitte des „großen“ Spiels) müssen alle Spieler bis ins Detail beherrschen. Schließlich bildet dieses „gruppentaktische Einmaleins“ die Basis für jede funktionierende mannschaftliche Defensivstrategie.

Deshalb sind in einem perspektivisch angelegten Ausbildungskonzept nach Vermittlung der Individualtaktik (also alle defensiven 1 gegen 1-Situationen) die Trainingsbausteine „zu zweit verteidigen“, „zu dritt verteidigen“ und „zu viert verteidigen“ auch die nächsten Schritte auf dem Weg zu mannschaftstaktischen Zielen.

Der erste gruppentaktische Schwerpunkt ist somit das Verteidigen zu zweit. Zwei Spieler sollen hier so aufeinander abgestimmt werden, dass sie in allen Situationen (gegen 1 Angreifer, gegen 2 Angreifer und letztlich gegen 3 Angreifer als schwierigste Situation)



effektiv verteidigen können. Wichtigstes Trainingsmittel sind auch hier kleine Spielformen, die der Trainer aktiv steuert, indem er Korrekturen „live“ vornimmt, vor allem aber auch viel lobt!

TIPPS FÜR DAS GRUPPENTAKTISCHE TRAINING

SYSTEMATISCH TRAINIEREN

- Nacheinander die unterschiedlichen Situationen des Verteidigens zu zweit herausgreifen und mit altersangemessenen, attraktiven Trainingsformen schulen!
- Konzentriert alle Schwerpunkte des Verteidigens zu zweit im Detail vermitteln!
- Die gruppentaktische Schulung keinesfalls nur oberflächlich abspulen! Geduld zeigen!

KREATIV SPIELEN

- In kleinen Gruppen spielen lassen! Viele Aktionen für jeden Spieler bringen Lernfortschritte!
- Auf die richtige Belastung achten! Längere aktive Pausen nach hochintensiven 2 gegen 2-Aufgaben einplanen!
- Kleine Fußballspiele fördern und fordern gleichzeitig Spielfreude, Kreativität, Reaktionsgeschwindigkeit und taktisches Geschick!

EFFIZIENT ORGANISIEREN

- Gleich starke Gruppen und Mannschaften bilden!
- Übungs- und Spielräume stets markieren!
- Immer genügend Ersatzbälle bereitlegen!
- Zeitaufwendige Umbauten oder -gruppierungen zwischen verschiedenen Aufgaben vermeiden!

ANSCHAULICH DEMONSTRIEREN

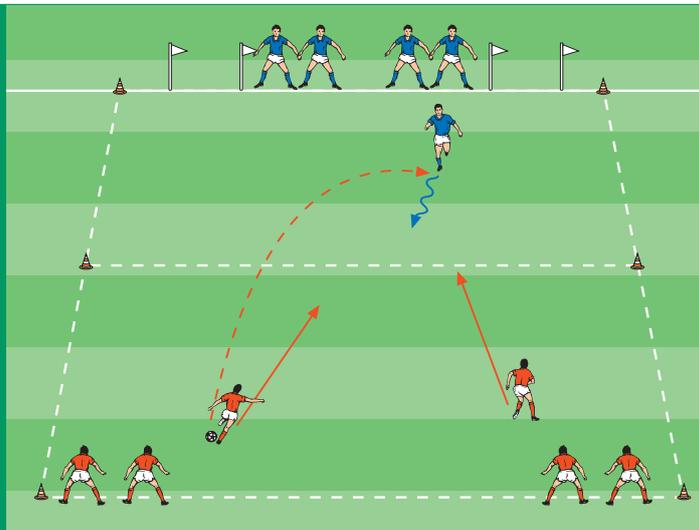
- Bewegungs- und Aufgabenbeschreibungen auf den Punkt bringen – nicht ausschweifen!
- Vormachen ist immer besser als lange verbale Erklärungen!
- Spieler aktiv in den Lernprozess einbinden – Fragen stellen! An Vorwissen anknüpfen!
- Zum Nachdenken über technisch-taktische Details anregen!



ORGANISATIONSFORM I FÜR DAS GRUPPENTAKTISCHE TRAINING

Aufgaben auf kleine Tore und eine Linie

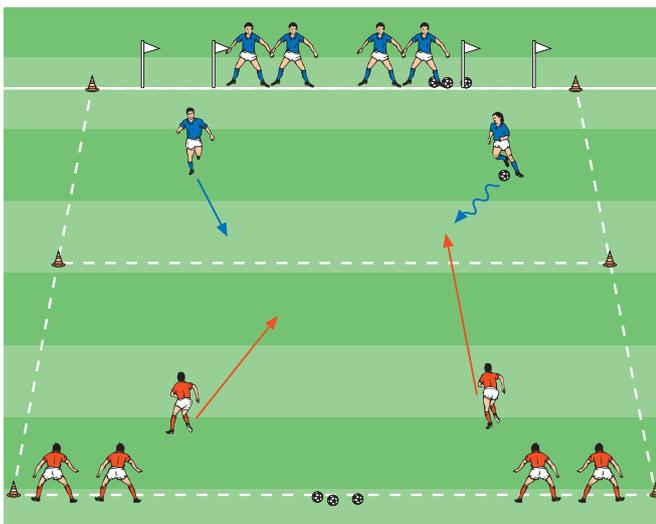
- Mit Hütchen ein Feld von etwa 25 x 20 Metern markieren
- Auf einer Grundlinie 2 kleine Tore (etwa 2 Meter breit) aufstellen
- 2 gleich große Gruppen postieren sich jeweils hinter einer Grundlinie
- Die Spieler der Gruppe B (Verteidiger!) haben Bälle



2 Verteidiger gegen 1 Angreifer

- Von B sind je 2 Spieler aktiv, von Gruppe A nur 1 Spieler.
- Ein Spieler von B startet mit einem präzisen Pass zu A die Aktion.
- Angreifer A versucht, im 1 gegen 2 die Linie des Gegners zu überdrribeln.
- Erobern die beiden Spieler von B den Ball, kontern sie auf die beiden kleinen Tore!

VARIATIONSMÖGLICHKEITEN



2 gegen 2 mit Auftakt der Angreifer

Organisation

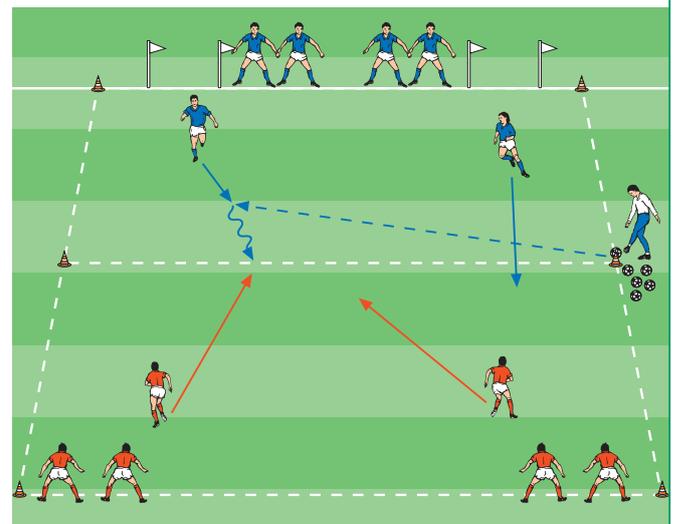
- Nun haben die Angreifer (Gruppe A) zunächst die Bälle.
- Von beiden Gruppen sind jeweils 2 Spieler aktiv!

Ablauf

- Ein Angreifer von A startet die Aktion mit dem Ball am Fuß, um mit einer Einzelaktion oder im Kombinationsspiel aus dem 2 gegen 2 die Grundlinie von B zu überdrribeln.
- Die beiden Verteidiger von B rücken schnellstmöglich vor, um einen Durchbruch von A zu verhindern.
- Erobert B den Ball, kontert das Paar auf die kleinen Tore!
- Nach einem Treffer von A oder nach Abschluss **einer** Konteraktion von B rücken die nächsten beiden Paare in das Feld.

Variation

- Paar B leitet die Aktion mit einem Pass auf die Angreifer ein!



2 gegen 2 mit Auftaktpass des Trainers

Organisation

- Der Trainer postiert sich mit Bällen an einer Seitenlinie.
- Von beiden Gruppen sind jeweils 2 Spieler aktiv!

Ablauf

- Der Trainer startet jeweils die Aktionen mit einem präzisen Zuspiel auf die beiden Angreifer (A).
- Die Angreifer haben die Aufgabe, per Einzelaktion oder im Kombinationsspiel die Linie des Gegners B zu überdrribeln.
- Die beiden Verteidiger von B verhindern durch geschickte, aufeinander abgestimmte Aktionen die Angriffe, um letztlich den Ball zu erobern.
- Gelingt ein Ballgewinn, kontert B auf die kleinen Tore!

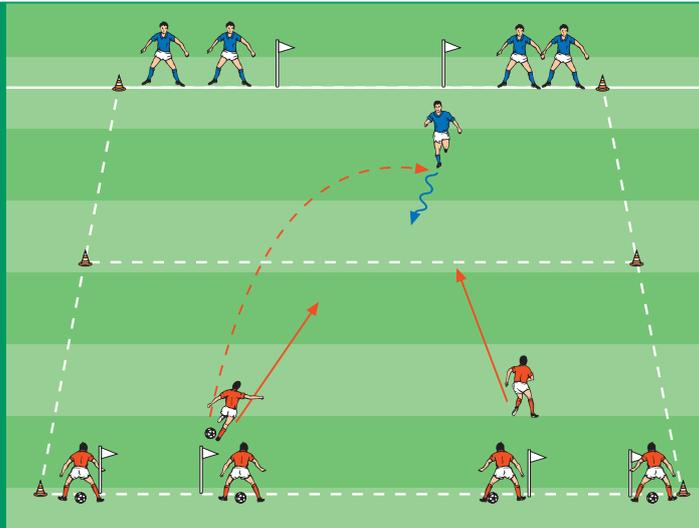
Variation

- Der Trainer variiert seine Zuspiele auf die Angreifer!

ORGANISATIONSFORMEN II + III FÜR DAS GRUPPENTAKTISCHE TRAINING

Aufgaben auf kleine Tore

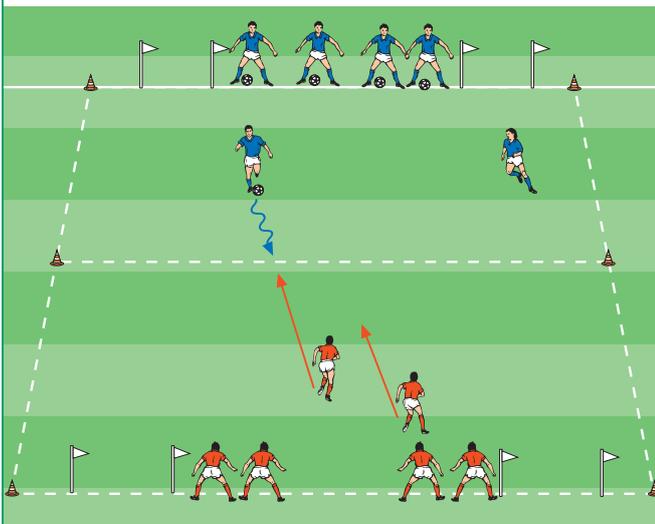
- Mit Hütchen ein Feld von etwa 20 x 25 Metern markieren
- Auf jeder Grundlinie 2 kleine Tore (etwa 2 Meter breit) aufstellen
- 2 gleich große Gruppen postieren sich jeweils hinter einer Grundlinie
- Die Spieler der Gruppe B (Verteidiger!) haben Bälle



2 Verteidiger gegen 1 Angreifer

- Von B sind je 2 Spieler aktiv, von Gruppe A nur 1 Spieler.
- Ein Spieler von B startet mit einem präzisen Pass zu A die Aktion.
- Angreifer A versucht, im 1 gegen 2 bei einem kleinen Tor des Gegners einen Treffer zu erzielen
- Erobert B den Ball, kontert das Paar auf die anderen Tore!

VARIATIONSMÖGLICHKEITEN



2 gegen 2 mit Auftakt der Angreifer

Organisation

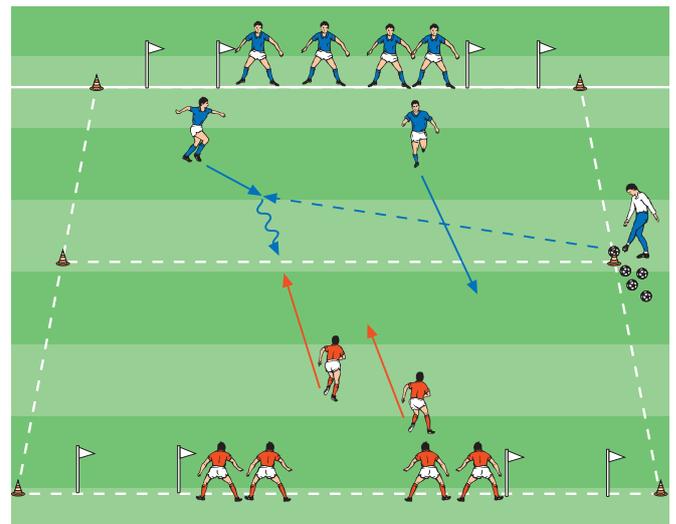
- Nun haben die Angreifer (Gruppe A) zunächst die Bälle.
- Von beiden Gruppen sind jeweils 2 Spieler aktiv!

Ablauf

- Ein Angreifer von A startet die Aktion per Dribbling, um aus dem 2 gegen 2 bei einem der beiden kleinen Tore von B einen Treffer zu erzielen.
- Die beiden Verteidiger von B rücken schnellstmöglich vor, um einen Torangriff von A zu verhindern.
- Erobert B den Ball, kontert das Paar auf die anderen Tore!
- Nach Treffer von A oder nach Ende einer Konteraktion von B rücken die nächsten beiden Paare in das Feld.

Variation

- Paar B leitet die Aktion mit einem Pass auf die Angreifer ein!



2 gegen 2 mit Auftaktpass des Trainers

Organisation

- Der Trainer postiert sich mit Bällen an einer Seitenlinie.
- Von beiden Gruppen sind jeweils 2 Spieler aktiv!

Ablauf

- Der Trainer startet alle Aktionen mit einem präzisen Zuspiel auf die beiden Angreifer (A).
- Die Angreifer haben die Aufgabe, per Einzelaktion oder im Kombinationsspiel durch ein Tor des Gegners zu passen.
- Die beiden Verteidiger von B verhindern durch geschickte, aufeinander abgestimmte Aktionen die Angriffe, um letztlich den Ball zu erobern.
- Erobert B den Ball, kontert das Paar auf die kleinen Tore!

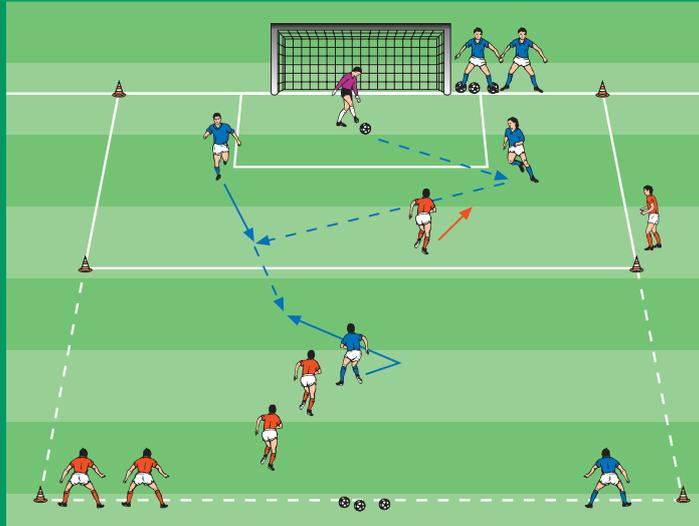
Variation

- Der Trainer variiert seine Zuspiele auf die Angreifer!



Aufgaben auf ein großes Tor und eine Linie

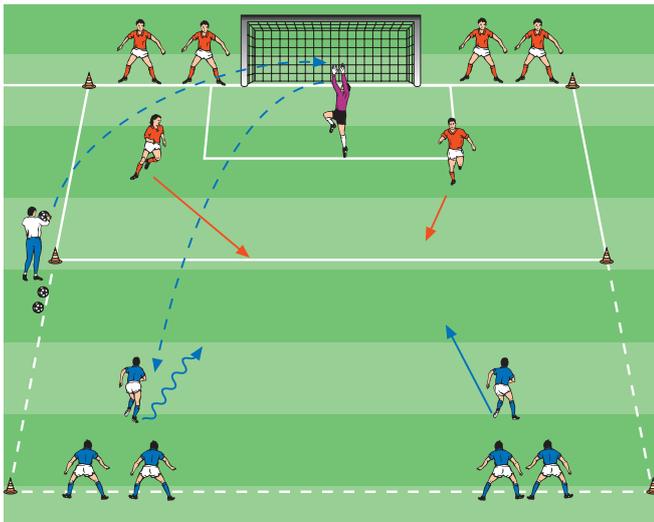
- Vor einem Tor mit Torhüter ein Feld von doppelter Strafraumgröße markieren
- Im Strafraum (= Spiel-aufbau) 2 Angreifer (A) gegen 1 Verteidiger (B)
- In der Angriffshälfte 1 Angreifer (A) gegen 2 Verteidiger (B)



Spielaufbau aus dem 2 – 1 auf 1 – 2 im Angriff

- Jede Aktion startet beim Torhüter mit einem Zuspielen auf Angreifer A.
- A muss aus dem 2 – 1 zum Mitspieler in die andere Hälfte passen, der im 1 – 2 die hintere Linie überdribbeln muss (1 Punkt).
- Die Spieler von B kontern jeweils auf das Tor mit Torhüter!

VARIATIONSMÖGLICHKEITEN



2 gegen 2 nach einer Torhüter-Aktion

Organisation

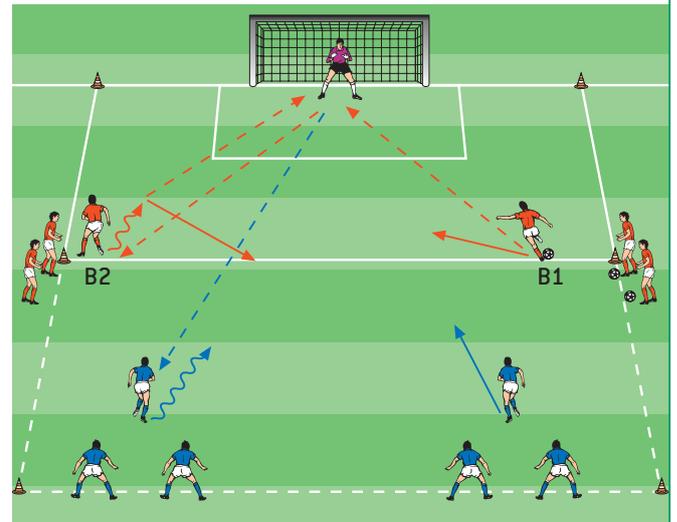
- Gruppe B (Verteidiger) postiert sich neben dem Tor mit Torhüter, Gruppe A (Angreifer) hinter der Grundlinie gegenüber.
- Von beiden Gruppen sind jeweils 2 Spieler aktiv!
- Der Trainer postiert sich mit Bällen an einer Seitenlinie.

Ablauf

- Der Trainer startet alle Aktionen mit einem präzisen Flugball zum Torhüter, der das Zuspiel sicher aufnimmt und auf die beiden ersten Angreifer (A) abwirft.
- Die Angreifer versuchen, aus einem 2 gegen 2 gegen die beiden herausrückenden Verteidiger einen Treffer zu erzielen.
- B kontert nach Ballgewinn über die Linie (überdribbeln!).

Variation

- Gleicher Ablauf, aber 1 Angreifer gegen 2 Verteidiger!



2 gegen 2 nach einem Torhüter-Zuspiel

Organisation

- Gruppe B (Verteidiger) verteilt sich auf beide Strafraum-Eckpunkte. Auf einer Seite hat jeder der Spieler einen Ball.
- Die Angreifer postieren sich jeweils zu zweit hinter der Grundlinie gegenüber dem Tor.

Ablauf

- Der 1. Verteidiger (B1) passt flach zum Torhüter, der zum 2. Verteidiger (B2) weiterleitet. B2 lässt zum Torhüter prallen, der schließlich steil auf das 1. Angreifer-Paar spielt.
- Die Angreifer versuchen, aus einem 2 gegen 2 gegen die beiden Verteidiger einen Treffer zu erzielen.
- B kontert nach Ballgewinn über die Linie (überdribbeln!).

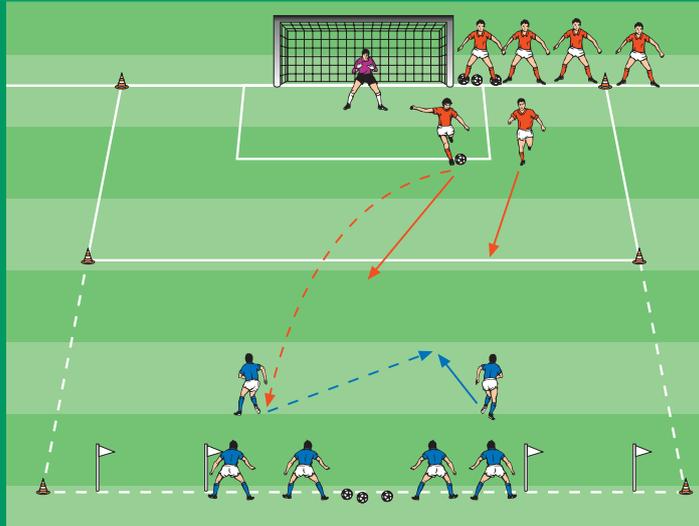
Variation

- Gleicher Ablauf, aber 1 Angreifer gegen 2 Verteidiger!

ORGANISATIONSFORMEN IV + V FÜR DAS GRUPPENTAKTISCHE TRAINING

Aufgaben auf ein Großtor und 2 kleine Tore

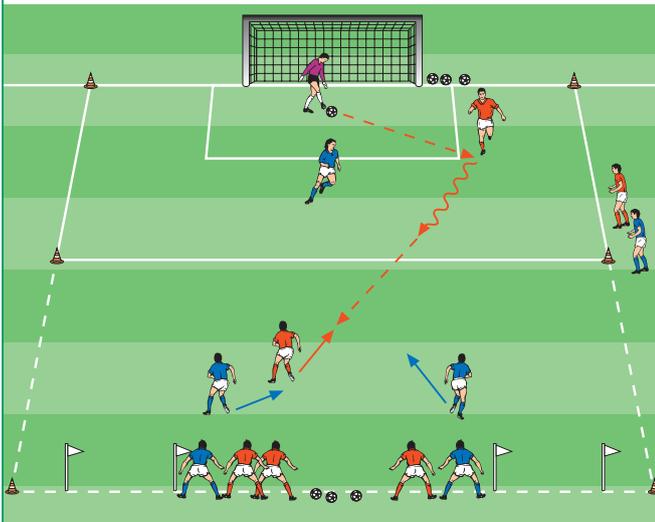
- Vor einem Tor mit Torhüter ein Feld von doppelter Strafraumgröße markieren
- Auf der Linie gegenüber dem Großtor 2 kleine Tore aufbauen
- Die Verteidiger (B) postieren sich neben dem Großtor, die Angreifer (A) hinter den kleinen Toren



2 Verteidiger gegen 2 Angreifer

- Von jeder Gruppe sind jeweils 2 Spieler aktiv.
- Ein Verteidiger von B startet mit einem Pass zu A die Aktion.
- Die beiden Angreifer (A) versuchen, im 2-2 einen Treffer beim Großtor zu erzielen.
- Erobert B den Ball, kontert das Paar auf eines der beiden kleinen Tore!

VARIATIONSMÖGLICHKEITEN



1 gegen 1 auf 1 gegen 2 im Angriff

Organisation

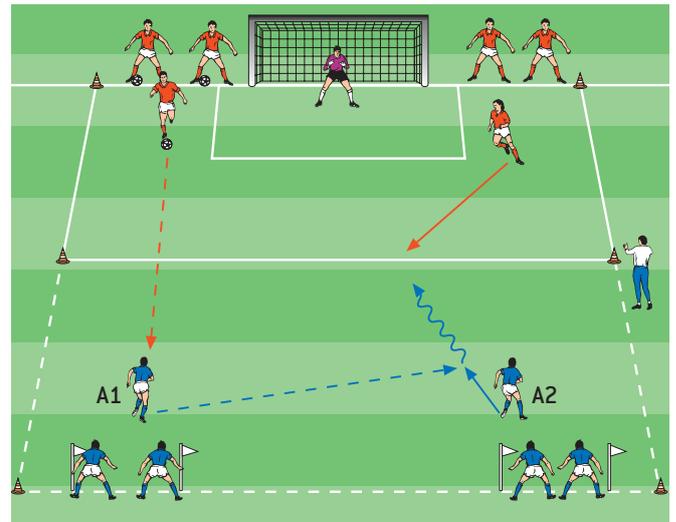
- Im Strafraum, vor dem Tor mit Torhüter postieren sich je Aktion 1 Angreifer (A) gegen einen Verteidiger (B) – in der Angriffshälfte dagegen 1 Angreifer gegen 2 Verteidiger
- Alle Bälle beim Torhüter

Ablauf

- Jede Aktion startet beim Torhüter mit einem Zuspiel auf Angreifer A.
- A muss aus dem 1 gegen 1 zum Mitspieler in die andere Hälfte passen, der im 1 gegen 2 auf eines der beiden kleinen Tore abschließen soll.
- Die Spieler von B kontern jeweils auf das Tor mit Torhüter!

Variation

- Gleicher Ablauf, aber 2 gegen 2 in der Angriffshälfte.



2 gegen 2 nach kurzer Zuspiel-Folge

Organisation

- Die Verteidiger (B) postieren sich rechts/links vom Tor mit Torhüter, die Angreifer (A) an den kleinen Toren.
- Pro Aktion sind von jeder Gruppe 2 Spieler aktiv.
- Je Verteidiger-Paar ein Ball.

Ablauf

- Der Verteidiger mit Ball startet die Aktion, indem er flach und präzise zum Angreifer (A1) gegenüber passt.
- A1 leitet direkt quer zum Mitspieler A2 weiter und es beginnt sofort ein 2 gegen 2 auf das Tor mit Torhüter.
- B hat nach Eroberung des Balles **eine** Kontermöglichkeit auf die beiden kleinen Tore.

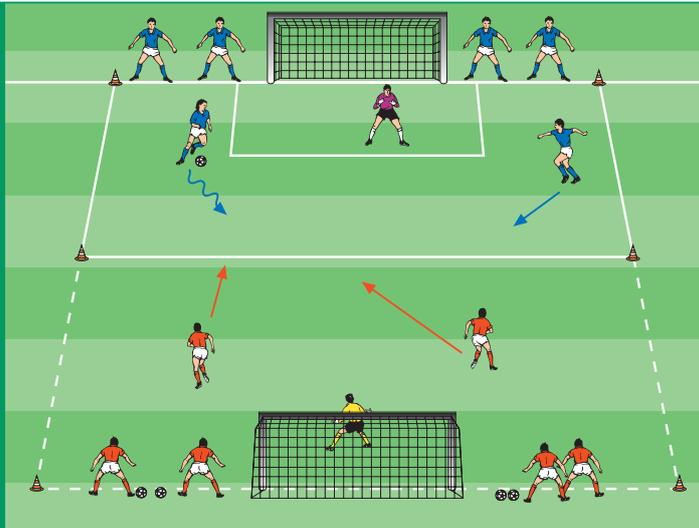
Variation

- B startet die Aktionen per hohem Zuspiel auf die Angreifer.



Aufgaben auf 2 große Tore mit Torhütern

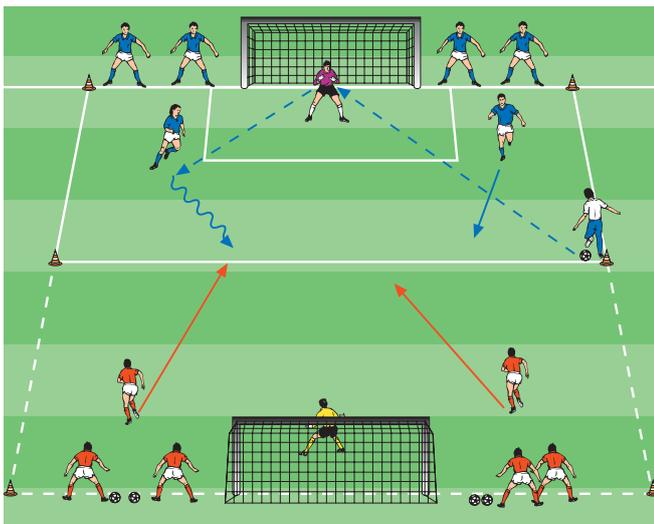
- 2 Tore mit Torhütern im Abstand von 25 bis 30 Metern aufbauen
- 2 gleich große Gruppen (aufgeteilt in Paare) postieren sich gegenüber neben je einem Tor
- Die Paare der Gruppe A haben als Angreifer je einen Ball



2 Angreifer gegen 2 Verteidiger

- Der erste Angreifer (A) dribbelt mit seinem Mitspieler ins Feld, um im 2 gegen 2 ein Tor zu erzielen.
- Erobert B den Ball, kontert das Paar auf das Tor mit Torhüter gegenüber.
- Nach Abschluss – egal ob Tor oder nicht – rücken sofort die nächsten beiden Paare zum 2 gegen 2 nach.

VARIATIONSMÖGLICHKEITEN



2 gegen 2 nach variablem Auftakt

Organisation

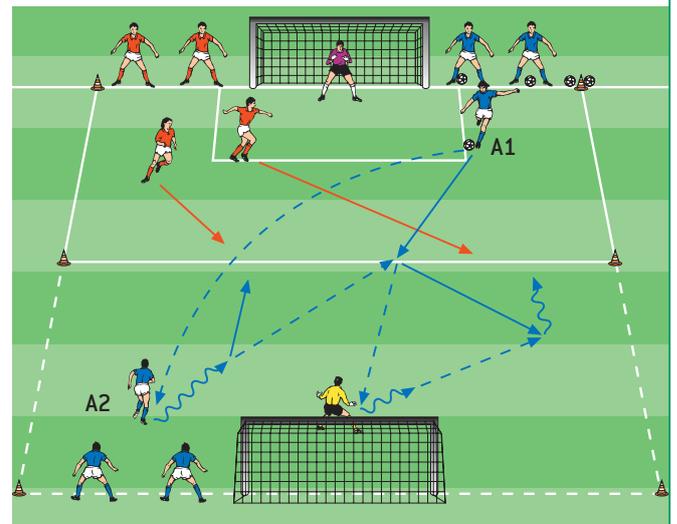
- Der Trainer postiert sich an einer Seitenlinie – er hat alle Bälle.

Ablauf

- Der Trainer leitet jede neue Situation mit einem Zuspiel auf Torhüter 1 ein – dabei variiert der Trainer diese Auftaktaktion, so dass Torhüter 1 situationsspezifisch reagieren muss.
- **Möglichkeit 1:** einen Rückpass des Trainers verarbeitet der Torhüter per Fuß, **Möglichkeit 2:** einen präzisen Torschuss sichert er dagegen mit den Händen.
- Egal ob Rückpass oder Torschuss: Der Torhüter leitet auf die Angreifer (A) zum 2 gegen 2 auf das Tor gegenüber weiter.
- B hat nach Eroberung des Balles **eine** Kontermöglichkeit.

Variation

- 1 Angreifer gegen 2 Verteidiger auf das Tor gegenüber.



2 gegen 2 nach kurzer Zuspilfolge

Organisation

- Von Gruppe A (Angreifer) postieren sich die Spieler paarweise in je einer Ecke diagonal gegenüber – ein Spieler (A1) mit Ball
- Die Spieler der Gruppe B (Verteidiger) stellen sich paarweise neben Tor 1 auf.

Ablauf

- A1 startet die Aktion per Flugball zum Mitspieler diagonal gegenüber, der zum nachrückenden A1 prallen lässt.
- A1 leitet präzise zum Torhüter 2 weiter, der nochmals seitlich auf A1 zurücklegt.
- Es schließt sich ein 2 gegen 2 auf das andere Tor an!

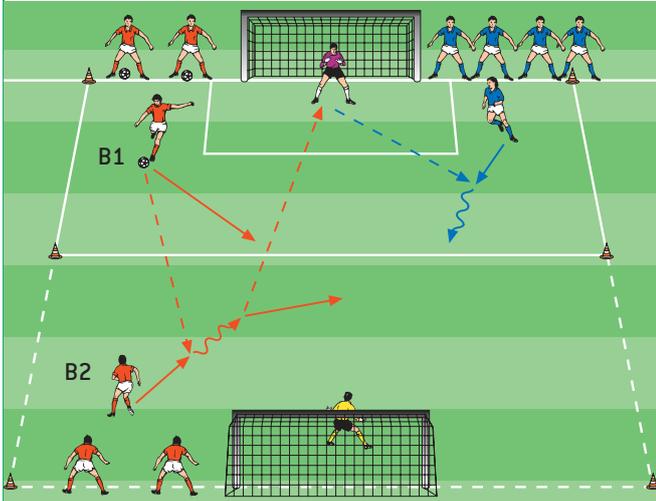
Variation

- A1 (oder auch A2) muss im 1 gegen 2 auf das Tor angreifen.



2 GEGEN 1 ODER 2 GEGEN 2 MIT SCHNELLEN ANSCHLUSSAKTIONEN

2 gegen 2 nach einem Rückpass



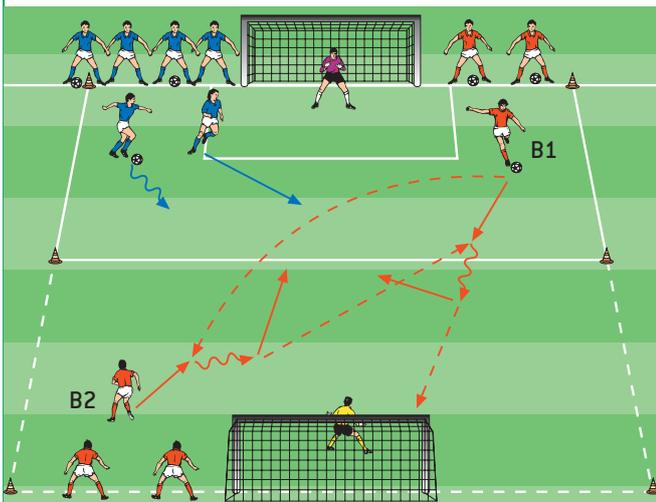
Organisation

- Ein Feld von der Größe eines doppelten Strafraums markieren.
- Auf beiden Grundlinien jeweils ein Tor mit Torhüter aufbauen.
- 2 gleich große Gruppen – die Spieler der Gruppe B (Verteidiger) postieren sich gleichmäßig verteilt in je einer Ecke gegenüber, die Spieler der Gruppe A (aufgeteilt in Angreifer-Paare) alle an einem Eckpunkt des Feldes.

Ablauf der Trainingsform

- Verteidiger B1 startet die Aktion mit einem genauen Zuspiel zum Gegenüber B2.
- B2 nimmt das Zuspiel sicher an und mit und passt präzise zu Torhüter 1 (simulierter Rückpass).
- Torhüter 1 leitet auf das erste Angreifer-Paar A weiter, das im 2 gegen 2 auf das andere Tor einen Treffer erzielen soll.
- Das Verteidiger-Paar B hat **eine** Kontermöglichkeit!

Umschalten nach einem Torschuss



Organisation

- Ein Feld von der Größe eines doppelten Strafraums markieren.
- Auf beiden Grundlinien jeweils ein Tor mit Torhüter aufbauen.
- 2 gleich große Gruppen – die Spieler der Gruppe B (Verteidiger) stellen sich in je einer Ecke diagonal gegenüber auf, die Spieler von A (aufgeteilt in Angreifer-Paare) postieren sich alle an einem Eckpunkt des Feldes.

Ablauf der Trainingsform

- Verteidiger B1 startet die Aktion mit einem präzisen Diagonalball zum Mitspieler B2.
- B2 verarbeitet das Zuspiel und legt dem nachrückenden B1 zum Torschuß auf Tor 1 vor.
- Anschließend schalten B1+B2 blitzschnell auf Defensive um und verteidigen gegen das erste Angreifer-Paar im 2 gegen 2.
- Das Verteidiger-Paar B hat **eine** Kontermöglichkeit auf Tor 2!

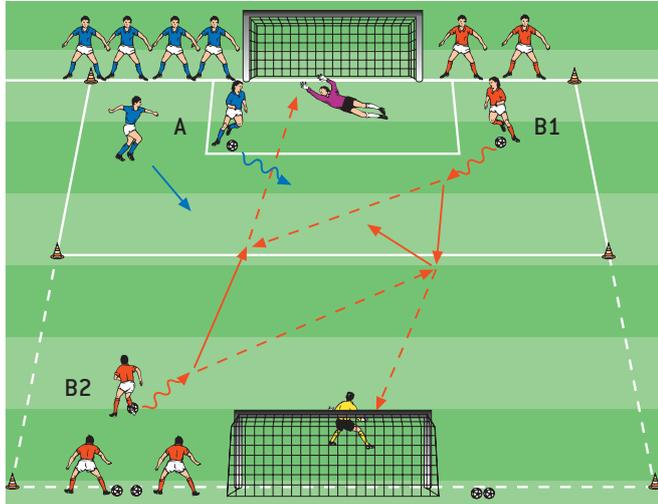
Tipps für das Training

- Konzentriert und lange genug eine 2 gegen 1- oder 2 gegen 2-Situation trainieren! Nicht zu schnell von Aufgabe zu Aufgabe springen!
- Leichte Variationen der Aufgabe bringen bereits neue Impulse!
- Lösbare, jedoch leistungsherausfordernde Trainingsaufgaben stellen!
- Im Detail korrigieren! Das Lernen der jungen Spielerinnen und Spieler mit gezielten Tipps, Korrekturen und Verbesserungsvorschlägen begleiten!
- Die Spieler taktisch möglichst vielseitig ausbilden!



Die Spieler lernen auch untereinander durch beispielhafte Aktionen der anderen. Der Trainer fördert diesen Prozess, wenn er Beobachtungsaufgaben stellt!

Umschalten nach 2 Torschüssen



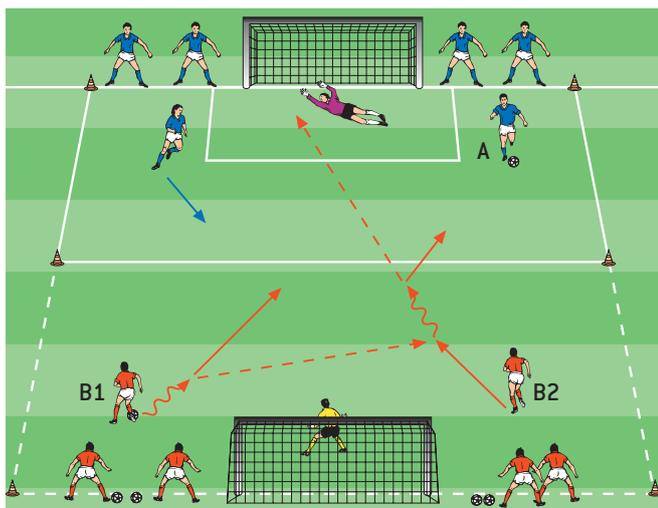
Organisation

- Ein Feld von doppelter Strafraum-Größe markieren.
- Auf beiden Grundlinien jeweils ein Tor mit Torhüter aufbauen.
- 2 Gruppen – die Spieler von B (Verteidiger) stellen sich in je einer Ecke diagonal gegenüber auf, die Spieler von A (aufgeteilt in Angreifer-Paare) postieren sich alle an einem Eckpunkt des Feldes.

Ablauf der Trainingsform

- B1 + B2 passen **gleichzeitig** diagonal zum Gegenüber, verarbeiten das Zuspiel und schießen auf das Tor.
- Anschließend schalten beide blitzschnell auf Defensive um und verteidigen im 2 gegen 2 gegen das erste Angreifer-Paar der Gruppe A.
- B hat **eine** Kontermöglichkeit auf das Tor gegenüber!

Umschalten nach einer Kombination



Organisation

- Ein Feld von doppelter Strafraum-Größe markieren.
- Auf beiden Grundlinien je ein Tor mit Torhüter aufbauen.
- 2 Gruppen – die Spieler von B (Verteidiger) postieren sich paarweise rechts/links neben Tor 1, die Angreifer-Paare A neben Tor 2.

Ablauf der Trainingsform

- B1 passt präzise quer zu B2, der nach kurzer Ballkontrolle auf das Tor 2 abschließt.
- Anschließend schalten beide Spieler von B blitzschnell auf Defensive um und verteidigen im 2 gegen 2 gegen das erste Angreifer-Paar der Gruppe A.
- B hat **eine** Kontermöglichkeit auf das Tor gegenüber!
- Variation: verschiedene Kombinationen vor Torschuss des Paares B (z.B. Hinterlaufen, Pass – Rückpass – Pass).



Schritt für Schritt verschiedene gruppentaktische Situationen herausgreifen und mit altersangemessenen, attraktiven und methodisch aufbereiteten Aufgaben trainieren!



Höchste Konzentration und volles Engagement der Spieler fordern. Halbherzig heruntergespulte Aufgaben bringen keine wirklichen Lerneffekte!

MEDIEN-TIPP 1

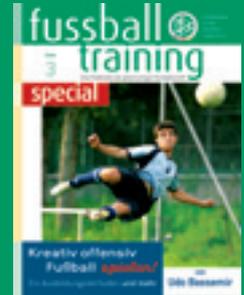
Fußball von morgen 4



Dieses Buch präsentiert in Verbindung mit einer DVD nahezu alle denkbaren Spielsituationen mit konkreten taktischen Tipps für ballorientiertes Verteidigen in einer bisher einzigartig detaillierten Form: von der Individual- über die Gruppen- bis zur Mannschaftstaktik. Viele Übungs- und Spielformen!

MEDIEN-TIPP 2

fussballtraining special 3

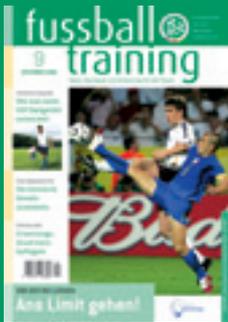


Spielerisch ausbilden – so lautet die Grundidee dieses einzigartigen Ratgebers und Begleiters für Vereine und Trainer, die ein Konzept für ihre Jugendabteilung entwickeln wollen. Spaß am Fußball ist die Grundvoraussetzung für erfolgreichen Fußball. Den Weg dahin zeigt dieser Ausbildungsleitfaden auf.



MEDIEN-TIPP 3

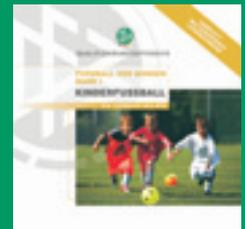
„fussballtraining“



Wie bringe ich D-Junioren das Dribbeln bei? Wie verbessere ich wirkungsvoll die Schnelligkeit eines Fußballers? Wie plane ich eine Trainingswoche mit einer A-Jugend? Auf diese und viele andere Fragen gibt die Trainer-Fachzeitschrift in Zusammenarbeit mit dem DFB seit 1983 stets praxisorientierte Antworten.

MEDIEN-TIPP 4

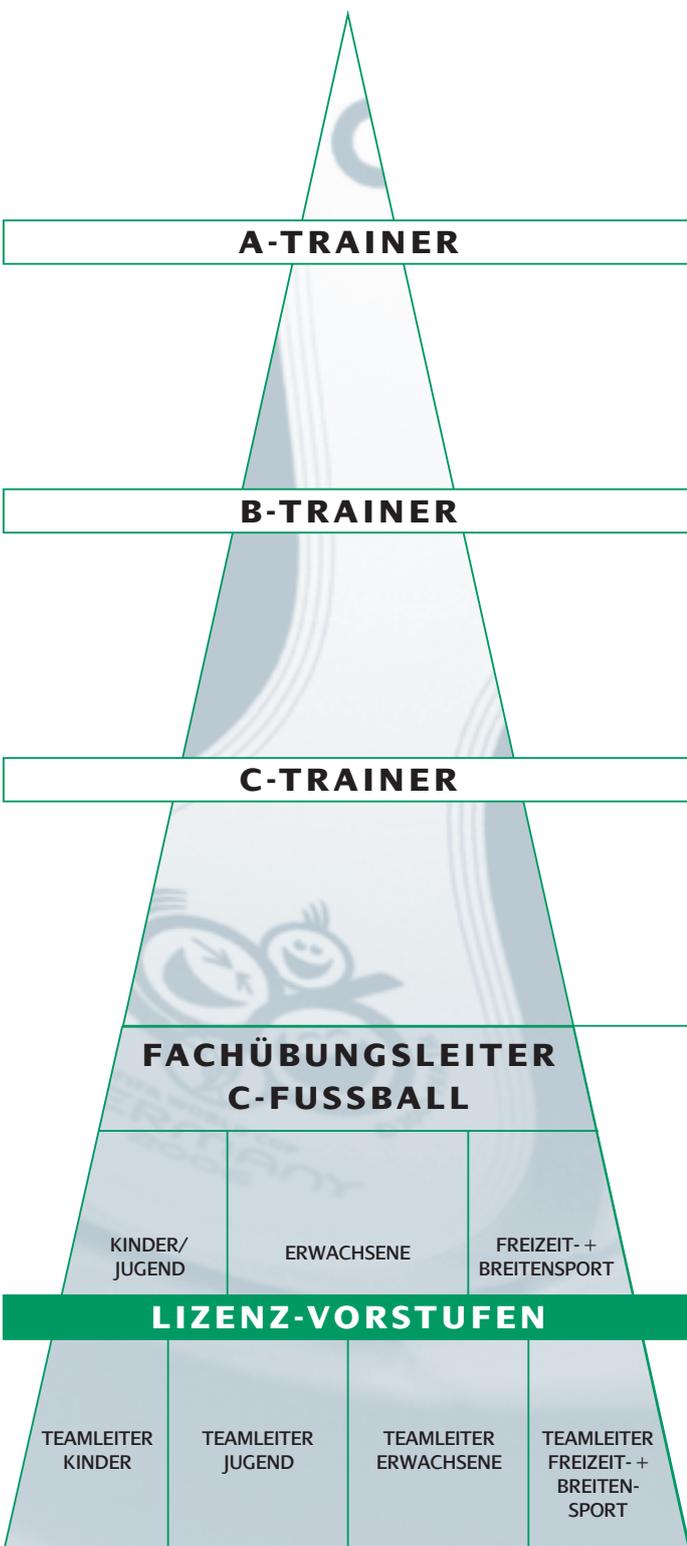
Fußball von morgen 1



Mit dem Band 1 „Kinderfußball“ schafft der DFB die Basis für eine Neuorientierung hinsichtlich Training, Spiel und Betreuung von Kindern in seinen Vereinen. In der Praxis erprobte Programme für eine vielseitige Bewegungsschulung und das Erlernen der Techniken sind eine Fundgrube für jeden Trainer!



Wollen Sie sich als Trainer weiterqualifizieren? Hier das Trainerlizenz-System des DFB

FUSSBALL-LEHRER				TRAINERLIZENZSYSTEM DES DFB	Institution/Umfang	Einsatzbereich
					DFB • halbjähriger Lehrgang mit etwa 20 Unterrichtswochen • vierwöchiges Praktikum	Hauptamtliche Stellen • DFB • Lizenzmannschaften • Leiter Nachwuchszentren • Verbände
					DFB 80 Unterrichtseinheiten zuzüglich Prüfung	1. Alle Amateurmannschaften 2. Alle Juniorenmannschaften 3. Alle Frauenteam (inklusive Bundesliga) 4. Honorartrainer Landesverbände, C-Ausbilder
A-TRAINER					DFB 60 Unterrichtseinheiten zuzüglich 20 UE Prüfung	1. Alle Kinder- und Juniorenteams einschließlich Junioren-Regionalliga 2. DFB-Stützpunktrainer 3. Mitarbeiter (nicht Leiter) in den Leistungszentren der Lizenzvereine 4. Honorartrainer (Junioren) der Landesverbände
B-TRAINER					Landesverbände 120 Unterrichtseinheiten zuzüglich 20 UE Prüfung, davon 80 Unterrichtseinheiten Basiswissen, 40 Unterrichtseinheiten Profilbildung	1. Alle Juniorenmannschaften außer Junioren-Regionalliga 2. Alle Frauenteam (außer Bundesliga) 3. Alle Amateurtteams bis 5. Spielklasse
C-TRAINER					Landesverbände 120 Unterrichtseinheiten inklusive Prüfung, davon 30 Unterrichtseinheiten Basiswissen und 2 x 40 Unterrichtseinheiten profilspezifische Lerninhalte	1. Vorrangig Breitensportorientierte Fußballmannschaften aller Altersklassen
FACHÜBUNGSLEITER C-FUSSBALL					Landesverbände 70 Unterrichtseinheiten inklusive Prüfung, davon 30 Unterrichtseinheiten Basiswissen und 40 Unterrichtseinheiten profilspezifisch	• Bambini bis E-Junioren-Mannschaften • D- bis A-Junioren-Mannschaften • Seniorenmannschaften im unteren Amateurbereich • AH-Mannschaften über 35 Jahren
LIZENZ-VORSTUFEN						
KINDER/JUGEND	ERWACHSENE	FREIZEIT- + BREITENSPO				
TEAMLEITER KINDER	TEAMLEITER JUGEND	TEAMLEITER ERWACHSENE	TEAMLEITER FREIZEIT- + BREITENSPO			

ALLE WEITEREN INFORMATIONEN UNTER WWW.DFB.DE



Wir haben viele begabte Nachwuchsfußballer in unserem Land - es kommt darauf an, sie zu finden und dann professionell zu fördern. So eine Förderung umfasst in der heutigen Zeit hohes Engagement, finanzielle Kraft und nicht zuletzt Professionalität. Der DFB kann bei dieser Aufgabe auf das Sponsoring-Engagement starker Partner bauen!



***STARKE PARTNER
FÜR DIE STARS VON MORGEN***



Mercedes-Benz

