

# Implementierung einer Spielphilosophie

# Ablaufplan

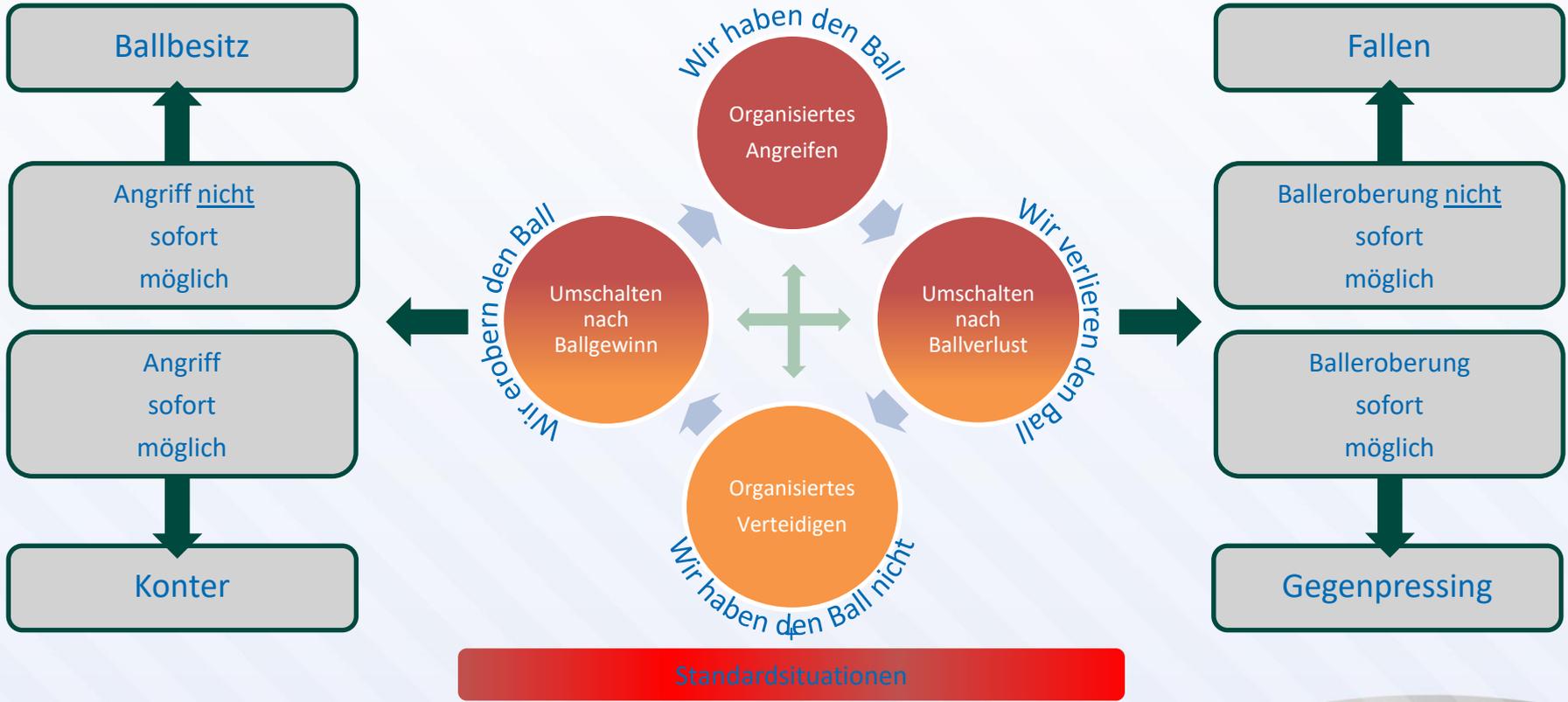
Implementierung einer Spielphilosophie

- Grundlagen des Spiels
- Inhalte von der U9 bis zur U19
- Fazit & Umsetzung



# Grundlagen des Spiels

# Kreislauf des Spiels



# Spielkompetenzmodell

**SPIELINTELLIGENZ | TAKTIK**

**TECHNIK**

**K** **OMMUNIZIEREN**

- › Die Kommunikation untereinander erfolgt auf Basis von **PRINZIPIEN**, die das Verhalten der Spieler vorhersehbar(er) machen!
  - › *Absicht der Mannschaft*

**E** **NTSCHEIDEN**

- › Entscheidung **WAS**
  - › *taktische Absicht der Spieler\*in*
- › Entscheidung **WIE**
  - › *Position Moment Richtung Tempo*

**U** **MSETZEN**

- › Umsetzung des **WIE** mit Hilfe von Fußballtechniken
  - › *mit Ball*
  - › *ohne Ball*

# Spielkompetenzmodell

**K** OMMUNIZIEREN

**Fehlerquelle:**

- › Wahrnehmung
- › Kommunikation
- › Deutung/Verständnis

**KAUM ERKENNBAR**

**E** NTSCHIEDEN

**Fehlerquelle:**

- › Situationsbewertung  
(aufgrund von Vorerfahrung)
- › Psychischer Druck

**BESSER ERKENNBAR**

**U** MSETZEN

(nach Verheijen, 2015)

**SICHTBAR**

# Inhalte von U9 bis U19

## **Inhalte von der U9 bis zur U19**

- Auf was kommt es in welcher Altersstufe an?
- Was mache ich wie oft?
- Wie schaffe ich einen Zusammenhang zwischen den Altersstufen
- Wer arbeitet alles mit?
- Was brauche ich zur Veränderung?

# U7 & U9

Team/ Altersklasse	LEITBILD	Entwicklungsstand/ Persönlichkeit	Lernziele/Kompetenz
<p>Bambini 4 – 6 (7) Jahre Spielen und Bewegen</p> <p>ICH, mein Ball und das Tor</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>› Starke Orientierung an den Trainer*innen</li> <li>› Ausgeprägte Neugierde</li> <li>› Geringes Konzentrationsvermögen</li> <li>› Ich-Bezogenheit</li> <li>› Verspieltheit</li> <li>› Schnelle körperliche und geistige Ermüdung</li> </ul>	<p><b>Spielen lassen: Die Spielidee des Fußballs erkennen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› <b>Tore erzielen   Tore verhindern</b></li> <li>› 1gg1 – 2gg2</li> <li>› <b>Den Ball und das Spiel mit dem Ball kennenlernen (Dribbeln und Schießen)</b></li> </ul>
<p>F-Jugend 7 – 8 (9) Jahre Spielen und Lernen</p> <p>Mein*e Freund*in und ICH</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>› Hoher Wettifer</li> <li>› Ausgeprägte Bewegungs- und Spielfreude</li> <li>› Geringes Konzentrationsvermögen</li> <li>› Trainer*innenorientiert</li> <li>› Geringes Selbstbewusstsein/ hohe Sensibilität</li> </ul>	<p><b>Die Spielidee des Fußballs vermitteln</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› <b>Tore erzielen   Tore verhindern</b></li> <li>› 1gg1 – 5gg5 (4+TW)</li> <li>› <b>Fußball mit Mit- und Gegenspieler*innen spielerisch kennenlernen (Dribbeln, Schießen, Passen)</b></li> <li>› Grundregeln des Spiel kennenlernen</li> <li>› Straßenfußball im Verein</li> </ul>

# U10 & U11

Team/ Altersklasse	LEITBILD	Entwicklungsstand/ Persönlichkeit	Lernziele/ Kompetenz
<p>E-Jugend 9 – 10 (11) Jahre Spielen und Üben</p> <p>Mein*e Freund*innen und ICH</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>› Hoher Gerechtigkeitssinn &amp; Hoher Wettetifer</li> <li>› Ausgeprägte Bewegungs- und Spielfreude</li> <li>› Gutes Konzentrationsvermögen</li> <li>› Trainer*innenorientiert</li> <li>› Hohes Selbstbewusstsein</li> <li>› Verbessertes Koordinationsvermögen und Bewegungsgeschick</li> </ul>	<p><b>Die Spielidee des Fußballs vermitteln</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› <b>Tore erzielen   Tore verhindern</b></li> <li>› 1gg1 – 5gg5 (4+TW)</li> <li>› <b>Einen Technikscherpunkt pro Trainingseinheit spielerisch kennenlernen (Dribbeln, Schießen, Passen)</b></li> <li>› Vielseitigkeit am Ball</li> </ul>

› gutes Konzentrationsvermögen

› Verbessertes Koordinationsvermögen  
und Bewegungsgeschick

› Hohes Selbstbewusstsein



Vom Spielen zum spielerischen  
Üben.  
Erlernen der Basistechniken.



Techniktraining auf Grundlage der  
10 Goldenen Regeln & des  
Spielkompetenzmodells



Bedeutet...

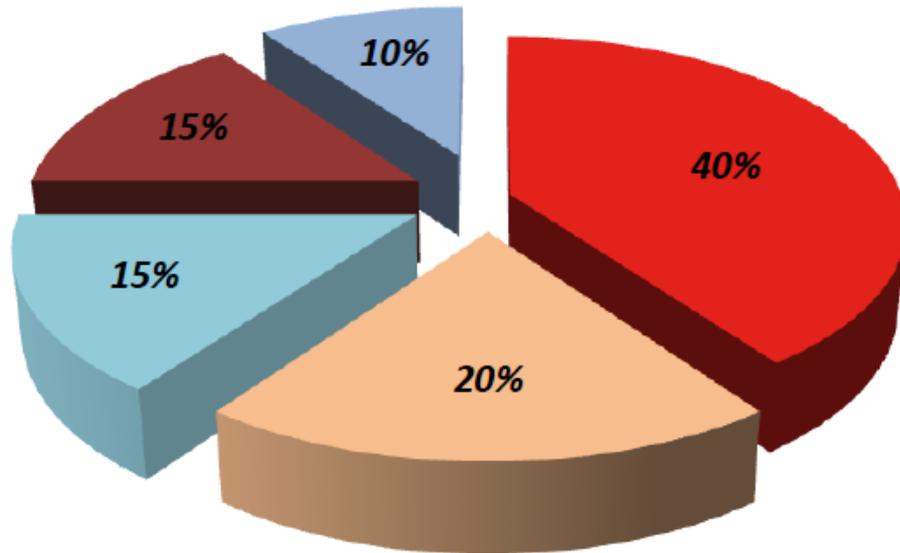
**spielerisches Techniktraining mit  
Entscheidungsmöglichkeiten für die/den  
Spieler\*in!**

## U10 & U11

- Durch das 7er-Feld (6 Feldspieler und ein TW)
- offensiv mit einem 2-3-1 und defensiv mit einem 3-3.
- mutige Aktionen in der Offensive
  - häufigen Dribblings, Doppelpässe, Flanken sowie Torschüsse
- In der Defensive „spielerisch“ ballorientiertes Verschieben.
- Teamgeist und automatisiertes Umschaltspiel, mit Gegenpressing und schnellem Konterspiel



## U 12 & U13



- *Fußballspiele mit taktischen Schwerpunkten und freies Spiel*
- *Systematische Verbesserung der Balltechnik*
- *Ball- und Bewegungsgeschicklichkeit*
- *Schulung des Individualtaktischen Verhaltens*
- *Spielerische Einführung des Umschaltspiels*

## U 12 & U13

### **Fußballspiele mit taktischen Schwerpunkten und freies Spiel**

Einführung der 4er-Abwehrkette

Flügelspiel (Hinter- und Überlaufen)

### **Systematische Verbesserung der Balltechnik**

Verbesserung der Basistechniken (Passen, Dribbeln, Schießen, Flanken, Fintieren)

### **Spielerische Einführung des Umschaltspiels**

Gedankliches Umschalten durch viele Wechselaktionen

Abgewöhnen von Fehlverhalten (Meckern, Abwinken, Stehenbleiben etc.)

Mehrfachaktionsübungen

### **Ball- und Bewegungsgeschicklichkeit**

Koordinationstraining mit/ohne Ball

### **Schulung individual- und gruppentaktischer Grundlagen**

Kleine Spielformen von 1 gg 1 bis 4 gg 4

Zweikämpfe (offensiv/defensiv) im 1 gg 1

Positionsverschiebungen und -wechsel von Positionspärchen oder -gruppen

## U12 & U13 Offensiv

- beim 9er Feld in der Regel die Breite des Spielfeldes vollständig ausnutzen
- Offensives Spiel über den Flügel
- die (enge/breite) Raute als wichtiges Element zur Hinführung zum 4-3-3 System
- Bei einer breiten Raute soll der AM die breiten Positionen einnehmen und zusammen mit dem AV Aktionen am Flügel (Flanken, Querpässe) gestalten.
- Beim 4 – 1 – 2 – 1 mit enger Raute bleiben die Räume für den AV frei, so dass dieser seinen Offensivdrang entwickeln kann.
- schnelle zielgerichtete Ballzirkulation bzw. Spielverlagerung sind von größter Bedeutung und spielen eine zentrale Rolle.

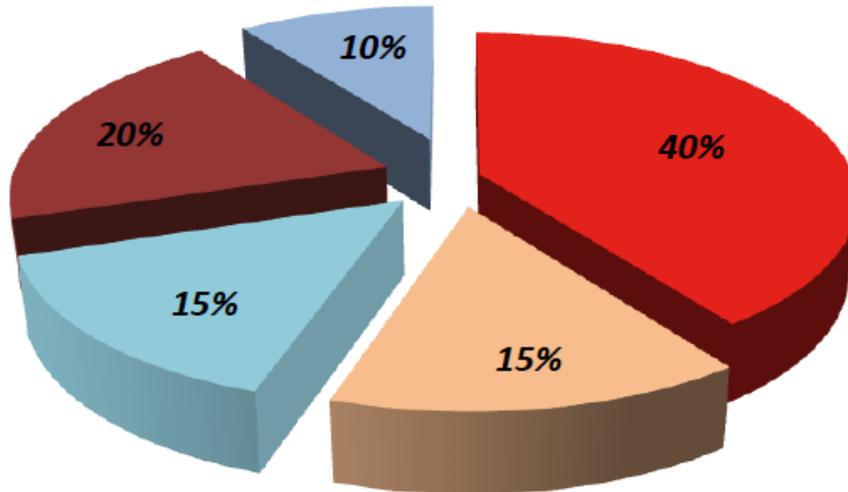


## U12 & U13 Defensiv

- 4er-Kettenverhalten individual-, gruppen- oder mannschaftstaktisch hat höchste Priorität
- Das ballorientierten Verschieben soll automatisiert werden.
- Erster Jahrgang im „goldenen Lernalter“
- Charakterschulung des U12/U13-Spielers für ein automatisiertes Umschaltspiel entscheidend
- Chancen gegen einen geordneten Gegner sind nur schwer zu erspielen
- die Momente der Unordnung von kurzer Dauer und damit sehr wertvoll für ein erfolgreiches Spiel



## U 14 & U15



- *Fußballspiele mit taktischen Schwerpunkten und freies Spiel*
- *Balltechnik elementar und spielnah verbessern*
- *Koordination, Stabilisation und Krafttechnik (-training ab U15)*
- *Schulung des individual- und gruppentaktischen Verhaltens*
- *Automatisieren des Umschaltspiels*

## U 14 & U15

### **Fußballspiele mit taktischen Schwerpunkten und freies Spiel**

Spielformen mit gruppentaktischen Schwerpunkten

Große Spielformen 7 gg 7 bis 9 gg 9

Zielspiele 11 gg 11 zur Schulung von Spielsystemen (4-3-3/4-4-2)

### **Balltechnik elementar und spielnah verbessern**

Passtechnik und spielnahes „verschachteltes Passtraining“

Dribblings in hohem Tempo

Ballan- und -mitnahme verbessern

Flanken und Schusstechnik durch hohe Wiederholungszahl verbessern

### **Koordination, Stabilisation und Krafttechnik (-training ab U15)**

Koordinationstraining plus Life-Kinetik, Rhythmusschulung, etc.

Erlernen der Krafttechnik mit Geräten (Langhantel, Seilzug etc.)

Erlernen der Krafttrainings an Geräten mit Gewichten

### **Schulung des individual- und gruppentaktischen Verhaltens**

Kleine Spielformen 1 gg 1 bis 4 gg 4

Gruppentaktisches Training

### **Automatisieren des Umschaltspiels**

Erlernen und Erkennen der Umschaltphasen

Handlungsschnelligkeit nach Ballgewinn/-verlust schulen

# U14 & U15 Offensiv

- ausschließlich im 4-3-3 System,
  - entweder mit einem 6er und zwei 10er (4-1-4-1) (Video)
  - oder mit zwei 6ern und einem 10er (4-2-3-1)



# U14 & U15 Offensiv

- Spieleröffnung in der 4er-Kette/3er-Kette (Drilling)
- Offensive AV überlaufen den ÄM
- Zentrale Spieler hinterlaufen den ÄM
- Vertikalspiel durch das Zentrum im steil-klatsch (Video)
- Dreiecksspiel/Spielüber den Dritten
- Spiel in/mit die/der Spitze

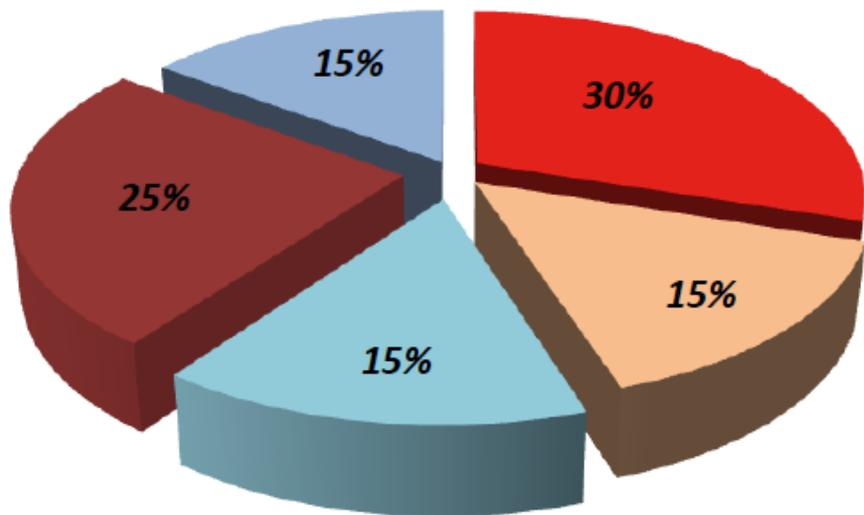


# U14 & U15 Defensiv

- Lenken des gegnerischen Spiels in eine Zone/Pressingsituation
- Ballorientiertes Verschieben und Interaktionen zwischen mehreren Positionen (z.B. gegenseitiges Absichern, Abstände, Doppeln)
- MF-Pressing/AG-Pressing
- 4er-Ketten-Verhalten (aufbauen auf der U12/13) weiter einschleifen



## U 16 & U17



- *Kleine Spielformen mit individual und gruppentaktischen Schwerpunkten*
- *Spielgemäße Schulung der Fußballtechnik / Positionsspezifisches Techniktraining*
- *Systematisches und fußballspezifische Konditionsschulung*
- *Schulung des gruppen- und mannschaftstaktischen Verhaltens*
- *Festigen des Umschaltgedankens*

## U 16 & U17

### **Kleine Spielformen mit individual und gruppentaktischen Schwerpunkten**

Kleine Spielformen: 1 gg 1 bis zum 4 gg 4

Untersch-/Übersch Situationen (individual-/gruppentaktisch)

Taktisch-/technisches Verhalten im 1 gg 1 (off/def)

Abwehrverhalten zu zweit (Absichern/Attackieren/Doppeln) oder zu dritt (Defensiv-Dreieck)

### **Spielgemäße Schulung der Fußballtechnik / Positionsspezifisches Techniktraining**

Ball- und –mitnahme, Dribbling und Fintieren unter Druck

Passspiel auf engstem Raum mit ein- oder zwei Kontakten

Flanken und Eingaben aus vollem Lauf und unter Gegnerdruck

Torabschlüsse (Torschuss und Kopfball) in Drucksituationen

# U 16 & U17

## Schulung des gruppen- und mannschaftstaktischen Verhaltens

## Festigen des Umschaltgedankens (Mannschaftstaktik)

Große Spielformen vom 5 gg 5 bis zum Zielspiel 11 gg 11 (auch 11 gg 0)

Gegenpressing: Erlernen des 3. Spielerwellen-Prinzips

Spiel in die Spitze/über den Flügel/in die Spitze

Konterspiel/Ballzirkulation oder Gegenpressing/Fallen lassen

Spieleröffnung in verschieden Varianten

## Systematische und fußballspezifische Konditionsschulung

Gelenktes Angriffs- und Mittelfeldpressing

Schnelligkeits-/Sprungkraft-/Schnellkrafttraining

Kombinieren der offensiven Mannschaftstaktik: Spieleröffnung – Übergangsspiel – Angriffsspiel

Krafttraining an Geräten

Systematische Verteidigen und Auspielen von Standards

Trainieren der fußballspezifischen Ausdauer

# U16 & U17 Offensiv

- Erweiterung der Spielsysteme
  - 4 – 4 – 2 flach mit 2 Sechsern
  - 4 – 4 – 2 Raute



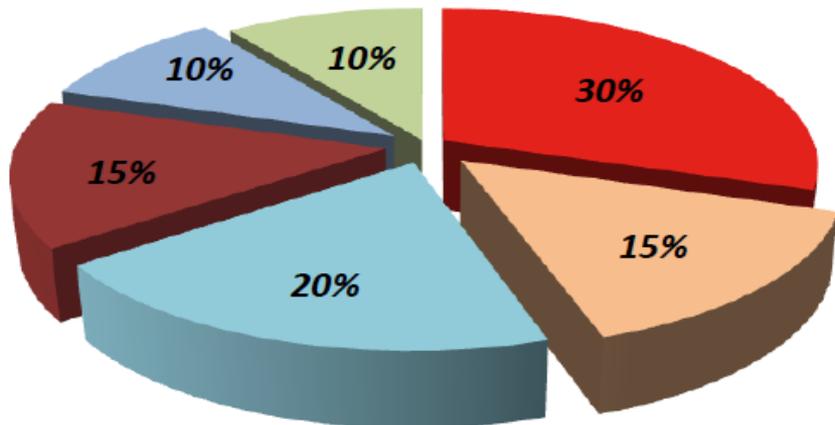
# U16 & U17 Offensiv

## Ball ins Spiel bringen

- Spielerische Lösungen bei der Spieleröffnung finden, nur wenn nötig Flugbälle spielen
- Rückspiele auf den Torwart als „technisch schwächster“ Spieler sind nur in absoluten Notsituationen erlaubt
- TW spielt einen Abstoß bzw. aus der Hand bei einem geordneten Gegner flach auf die Spieleröffnungspositionen (AV/IV/6er)
- Horizontale Pässe gut getimt in den Raum spielen, dass der Passempfänger mit Geschwindigkeit in den Ball „gehen“ kann.
- Vertikale Spieleröffnung ins Zentrum um im Übergangsspiel alle Optionen zu behalten (Zentrum vor Breite und überspielen einer gegnerischen Linie)
- Tempodribblings, um eine gegnerische Spielerlinie/-position aus der Ordnung zu nehmen
- „klassische“ Spieleröffnung vom IV über den AV Spiel
- Überspielen einer 4er-ketten-Position, um Nahtstellen in den gegnerischen Linien zu öffnen (Video)



## U 19



- *Komplexe Spielformen mit individual- und gruppentaktischen Schwerpunkten*
- *Balltechnik unter höchstem Zeit-, Raum- und Gegnerdruck*
- *Individuelles, Systematisches Fußball-Athletiktraining*
- *Schulung des gruppen- und mannschaftstaktischen Verhaltens*
- *Der "perfekte Umschaltspieler"*
- *Positionsspezifisches Technik- und Taktiktraining (Individual und Gruppe)*

# U 19

## **Komplexe Spielformen mit individual- und gruppentaktischen Schwerpunkten**

Kleine Wettkampf-Spielformen von 1 gg 1 bis 5 gg 5

Perfektionierung des Spielverhaltens unter höchstem Raum-, Zeit- und Gegnerdruck durch fordern und fördern eines disziplinierten, individual- und gruppentaktischen Verhaltens

Provokation des Schwerpunktes in den Spielformen

## **Balltechnik unter höchstem Zeit-, Raum- und Gegnerdruck**

Dynamische Anwendung der Balltechnik unter spielgemäßen Drucksituationen

Schulung des Kopfballspiels im Luftkampf

## **Individuelles, Systematisches Fußball-Athletiktraining**

Isoliertes und intensives Schnelligkeits- und Sprungkrafttraining

Zielführendes Maximalkrafttraining

# U 19

## Schulung des Gruppen- und Mannschaftstaktischen Verhaltens auf der Basis des Individualtaktischen Verhaltens

Große Spielformen vom 6 gg 6 bis zum 11 gg 11 (bzw. 11 gg 0)

Optimieren komplexer gruppentaktischer Abläufe: Spieleröffnung – Übergangsspiel – Angriffsspiel (ausschneiden von Spielsituationen)

Gelenktes Angriffs- und Mittelfeldpressing orientiert an den jeweiligen Spielsystemen

Systematische Verteidigen und Auspielen von Standards

## Ausbildung zum „perfekten Umschaltspieler“

Letztes Einschleifen des Umschaltspielgedankens

Konzentration und Rhythmusschulung

## Positionsspezifisches Technik- und Taktiktraining (Individual und Gruppe)

Positionsspezialisierung durch Individual-/Elitetraining

Positionstechnik und –taktikschulung in Übungen, zielführend zum Wettkampf, d.h. hohem Raum-, Zeit- und Gegnerdruck

Perfektionierung der jeweiligen Fußballtechniken

# U19 Offensiv

## Mutiges Spiel nach vorne

- Der erste Gedanke beim Ballbesitz ist das schnelle Spiel nach vorne:
- Unmittelbar nach Balleroberung suchen wir sofort, mit Tempodribblings und vertikalen Pässen den direkten Weg zum gegnerischen Tor, um die Unordnung des Gegners zu nutzen.
- Ballzirkulation bzw. –kontrolle ist nur die Vorbereitung zu einem schnellen und raumgreifenden Spiel nach vorne „Tiefe vor Breite“
- Schnelles Aufdrehen bei Ballannahme um das Spiel vor sich zu haben
- Direkte und indirekte Laufwege in die Tiefe - konsequent mit höchstem Tempo
- Schnell aus geführte Freistöße, Einwürfe (Spieler), Abschlüsse und Abwürfe vom Torwart
- Angriffe immer mit einer Restverteidigung mindestens 3 Spieler absichern
- Schnelles Konterspiel nach der 8-10-Sekunden-Regel



# U19 Offensiv

## Ball ist der schnellste Mitspieler

- Schnelles Kombinieren über die verschiedenen Spielerpositionen: dynamisches Zwei-Kontakt-Spiel steht über unsicheres One-Touch-Fußball (Video)
- Ziel der Ballan-/mitnahme ist das Verbessern der Ball- und Spielsituation
- Der Ball ist immer in Bewegung, keine „toten“ Bälle, kein Standfußball
- Gegner im Rücken: Ballan- und mitnahme im hohen Tempo, seitlich weg vom direkten Gegenspieler und raus aus der Drucksituation



# U19 Offensiv

## Ball ist der schnellste Mitspieler

- Schnelles Kombinieren über die verschiedenen Spielerpositionen: dynamisches Zwei-Kontakt-Spiel steht über unsicheres One-Touch-Fußball
- Ziel der Ballan/-mitnahme ist das Verbessern der Ball- und Spielsituation
- Der Ball ist immer in Bewegung, keine „toten“ Bälle, kein Standfußball
- Gegner im Rücken: Ballan- und mitnahme im hohen Tempo, seitlich weg vom direkten Gegenspieler und raus aus der Drucksituation
- Gegner frontal: Bei Ballan- und -mitnahme Tempo halten oder erhöhen; Bewegungstempo und Balltempo situationsgemäß optimieren



# U19 Defensiv

## Dem Gegner Raum und Zeit nehmen

- Es wird in allen Teams mit ballorientierter Raumdeckung agiert
- Im Strafraum werden bei torgefährlichen Eingaben von außen (Flanken, Querpässe) die gegnerischen Angreifer in einer klaren Zuordnung eng (am Mann) gedeckt
- Jeder Spieler verteidigt ballorientiert (auch der TW) und verengt die Räume in Ballnähe
- In jeder Abwehrsituation (außer Unterzahl/Kontersituation bzw. Notsituation) wird vom Spieler ein offensives Abwehrverhalten gefordert („es wird agiert nicht reagiert“):



# U19 Defensiv

## Dem Gegner Raum und Zeit nehmen

- Offensives Deckungsverhalten im Rücken, um Pässe mit freier Sicht abzufangen
- Agierendes Zweikampfverhalten frontal, um den Gegner zu Aktionen zu verleiten
- Schnelles und aggressives Anlaufen, wenn der Gegner den Ball die Situation noch nicht kontrolliert oder der Ball unterwegs (nicht veränderbar) ist
- Nach-vorne-verteidigen intelligentes Attackieren bei Ballkontrolle des unmittelbaren Gegenspielers
- 4er-AW-Kettenspieler nimmt immer die innere, die nähere Position zum Tor ein



# U19 Defensiv

## Umschaltspiel

- „Der Gedanke ist schneller als jede Bewegung“
- Schnelles Umschalten von Defensive auf Offensive und umgekehrt
- Kontraproduktives Verhalten in Umschaltphasen (wie z.B. Gesten, Meckern, Abschalten) sind erfolgsgefährdend und deshalb zu vermeiden
- Mit schnell ausgeführten Standards und Abwürfen vom TW, die Unordnung des Gegners ausnutzen



## **Inhalte von der U9 bis zur U19**

- Auf was kommt es in welcher Altersstufe an?
- Was mache ich wie oft?
- Wie schaffe ich einen Zusammenhang zwischen den Altersstufen
- Wer arbeitet alles mit?
- Was brauche ich zur Veränderung?

# Fazit & Umsetzung