

Inhalt

I.	Das Diktat des Erfolgswanges	9
II.	Die situative Spieldidaktik und ihre Abgrenzung	13
III.	Das Spielverhalten	17
1.	Die Faktoren des Spielverhaltens	18
1.1	Beschreibung der Faktoren	18
1.2	Spielanalyse des Fußballspiels	19
1.3	Das Verhältnis der Faktoren zueinander im Spielverhalten	24
2.	Zur Psychologie des Spielverhaltens	26
3.	Das Training von Spielverhalten	29
3.1	Theoretische Grundlagen zur Lehrmethodik	29
3.2	Konkrete Konsequenzen für das Training	31
3.2.1	Auswahl und Aufbau eines Übungsspiels	31
3.2.2	Schwierigkeitsgrade	33
3.2.3	Korrekturen	35
4.	Ergänzungsstraining	36
IV.	Die allgemeine Taktik in Angriff und Abwehr	39
1.	Einführung	40
2.	Technische Fertigkeiten des Angriffsspiels und ihre Anwendung	41
2.1	Die Technik des Torwarts	41
2.1.1	Fangen	41
2.1.2	Aufnehmen flacher Bälle	42
2.1.3	Fausten	43
2.1.4	Abwehren aus dem Sprung	43
2.1.5	Fallen — Abrollen	44
2.2	Die Technik der Feldspieler	44
2.2.1	Die Ballführung	44
2.2.2	Abspielen — Schießen	46
2.2.3	An- und Mitnahme zugespielter Bälle	52
3.	Taktische Angriffsmittel und ihre Anwendung	59
3.1	Der Torschuß	59
3.2	Das Dribbling	59
3.3	Das Freilaufen	60
3.4	Das Platz-Schaffen	62
3.5	Die Täuschung	63
3.5.1	Allgemeine Grundlagen	63
3.5.2	Täuschungen ohne Ball	64
3.5.3	Täuschungen aus der Ballführung	68
3.6	Die Spielverlagerung	73
3.7	Das Zusammenspiel	74
3.7.1	Allgemeine Grundlagen	74
3.7.2	Formen des Zusammenspiels — die Kombination	75
4.	Taktische Verhaltensweisen des Angriffsspiels und ihre Anwendung	78
4.1	Das Spiel ohne Ball	78
4.2	Das Ballhalten	78

4.3	Spielverlagerung	79
4.4	Das Kontern	79
4.5	Angriffsspiel bei unterschiedlichen Spielerzahlverhältnissen	80
5.	Die Taktik des Abwehrspiels	81
5.1	Das Tackling	81
5.2	Decken — Stellen — Bekämpfen des Gegners	83
5.3	Manndeckung — Raumdeckung	84
5.4	Abwehrspiel bei unterschiedlichen Spielerzahlverhältnissen	88
V.	PRAXIS	89
	Parteispiele zur Schulung allgemeiner technischer und taktischer Verhaltensweisen	89
1.	Vorbemerkungen	90
2.	Einführung in den allgemeinen Praxisteil	90
3.	Erläuterungen der Spielbeschreibungen	91
4.	Das „Große Spiel“ variiert	96
5.	Parteispiele mit zahlenmäßig gleichstarken Mannschaften	99
5.1	Am Beispiel 6:6 im Raum und auf Tore	99
5.2	Am Beispiel von 6×1:1	103
6.	Parteispiele mit mehreren Mannschaften. Am Beispiel 3:3:3	108
7.	Parteispiele mit zusätzlichen Neutralen oder Auswechselspielern. Am Beispiel 3:3 + 4	112
8.	Parteispiele einer Überzahl gegen eine Unterzahl. Am Beispiel 6:4	119
9.	Parteispiele zur Anwendung technischer Fertigkeiten	123
9.1	Ballführung	123
9.2	Das Spiel mit der Innen- und Außenseite	126
9.3	Das Spiel mit dem Spann und dem Kopf	129
9.4	An- und Mitnahme zugespielter Bälle	131
10.	Parteispiele zur Anwendung taktischer Mittel und Verhaltensweisen	132
10.1	Torschuß	132
10.2	Doppelpaß	136
10.3	Übernehmen	139
10.4	Freilaufen	142
10.5	Spielverlagerung — Seitenwechsel	144
10.6	Kontern	147
VI.	System und Taktik	151
1.	Geschichtliche Entwicklung der Spielsysteme	152
2.	Die Positionen und ihre Aufgaben	156
2.1	Einführung	156
2.2	Zur Aufgabenbeschreibung	156
2.3	Zur Bewertung psychischer Eigenschaften	157
2.4	Mannschaftsaufstellung und Aufgabenzuordnung	157
2.5	Der Torwart	158
2.5.1	Das Abwehrspiel des Torwarts	158
2.5.2	Das Angriffsspiel des Torwarts	161
2.6	Der Libero	162
2.6.1	Das Abwehrspiel des Libero	162

2.6.2	Das Angriffsspiel des Libero	166
2.7	Der Verteidiger	166
2.7.1	Der Außenverteidiger	166
2.7.2	Der Vorstopper	169
2.8	Der Mittelfeldspieler	170
2.8.1	Das Angriffsspiel der Mittelfeldspieler	170
2.8.2	Das Abwehrspiel der Mittelfeldspieler	170
2.8.3	Zur taktischen Aufgabenverteilung im Mittelfeld	171
2.8.4	Der offensive, defensive, spielgestaltende Mittelfeldspieler	173
2.8.5	Der „äußere“ Mittelfeldspieler	173
2.8.6	Der „innere“ Mittelfeldspieler	175
2.8.7	Der „zentrale“ Mittelfeldspieler	177
2.8.8	Der „freie Mann“ im Mittelfeld	177
2.9	Der Stürmer	179
2.9.1	Das Angriffsspiel der Stürmer	179
2.9.2	Das Abwehrspiel der Stürmer	179
2.9.3	Der Außenstürmer	180
2.9.4	Der Mittelstürmer (Sturmspitze)	182
VII.	Regelkenntnis als taktisches Mittel	185
1.	Einführung	186
2.	Der Einwurf als taktisches Angriffsmittel	187
2.1	Die Regel XV: Einwurf	187
2.2	Allgemeine Grundlagen	188
2.3	Taktische Ausführungen	189
3.	Der Freistoß in Angriff und Abwehr	190
3.1	Die Regel XIII: Freistoß	190
3.2	Der Freistoß als taktisches Angriffsmittel	191
3.2.1	Allgemeine Grundlagen	191
3.2.2	Taktische Ausführungen	191
3.3	Die Mauerbildung als taktisches Abwehrmittel	196
3.3.1	Allgemeine Grundlagen	196
3.3.2	Taktische Ausführungen	196
4.	Der Eckstoß in Angriff und Abwehr	200
4.1	Die Regel XVII: Eckstoß	200
4.2	Der Eckstoß als taktisches Angriffsmittel	200
4.2.1	Allgemeine Grundlagen	200
4.2.2	Taktische Ausführungen	201
4.2.3	Eckstoßvarianten — Vorbereitung und Ausführung	201
4.3	Die Abwehr des Eckstoßes	205
5.	Abseits in Abwehr und Angriff	207
5.1	Die Regel XI: „Abseits“	207
5.2	Abseitsstellen als taktisches Abwehrmittel	208
5.2.1	Allgemeine Grundlagen	208
5.2.2	Taktische Ausführungen	208
5.3	Taktische Angriffsmittel gegen Spiel und Abseitsstellen	211
VIII.	PRAXIS: Parteispiele zum Sondertraining	213
1.	Einführung	214
2.	Sondertraining Torabschluß	214
2.1	Einführung	214

2.2	Spiel und Torabschluß der Sturmspitzen	215
2.3	Spiel und Abschluß aus dem Mittelfeld	219
2.4	Spiel und Torabschluß aus der Abwehr	223
3.	Sondertraining der Positionen	229
3.1	Einführung	229
3.2	Sondertraining Torwart	229
3.3	Sondertraining Verteidiger — Manndecker	234
3.4	Sondertraining Libero	239
3.5	Sondertraining Mittelfeldspieler	244
3.6	Sondertraining Außenstürmer	249
3.7	Sondertraining Sturmspitze	254
4.	Sondertraining Angriff gegen Abwehr Entwicklung bis zum „Großen Spiel“	259
4.1	Einführung	259
4.2	Übungsreihe „Angriff gegen Abwehr“	259
IX.	Aus der Trainingslehre	269
1.	Einige theoretische Grundlagen	270
1.1	Zum Begriff „Kondition“	270
1.2	Die motorischen Grundeigenschaften	271
1.3	Das Prinzip von Belastung und Erholung	273
1.4	Spezielle Aspekte des Ausdauertrainings	273
2.	Konditionelle Anforderungen im Fußball	275
2.1	Die konditionellen Anforderungen	275
2.2	Konsequenzen für das spezielle Konditionstraining	278
3.	Trainingsgestaltung	282
3.1	Allgemeine Grundlagen zur Trainingsperiodisierung	282
3.2	Trainingsabschnitte	284
3.3	Belastungsanpassung	288
3.3.1	Aufgaben und Zielsetzung	288
3.3.2	Aufwärmphasen	289
X.	PRAXIS: Konditionstraining	291
1.	Einführung	292
2.	Sportartbezogene Übungen zum Aufwärmen	292
3.	Sportartbezogene Übungen zur Verbesserung allgemeiner konditioneller Grundlagen	298
4.	Gymnastische Zweikampfspiele mit dem Fußball	303
5.	Schulung am Pendel	308
5.1	Einführung	308
5.2	Aus der vorbereitenden Technik	308
5.3	Kopfballspiel mit Gegner	318
5.4	Konditionsarbeit am Pendel	323
6.	„Fremdspiele“	325
XI.	EXKURS: Leistungsbeobachtung im Fußball	335
1.	Allgemeine Grundlagen	336
2.	Talentsuche im Fußball	341