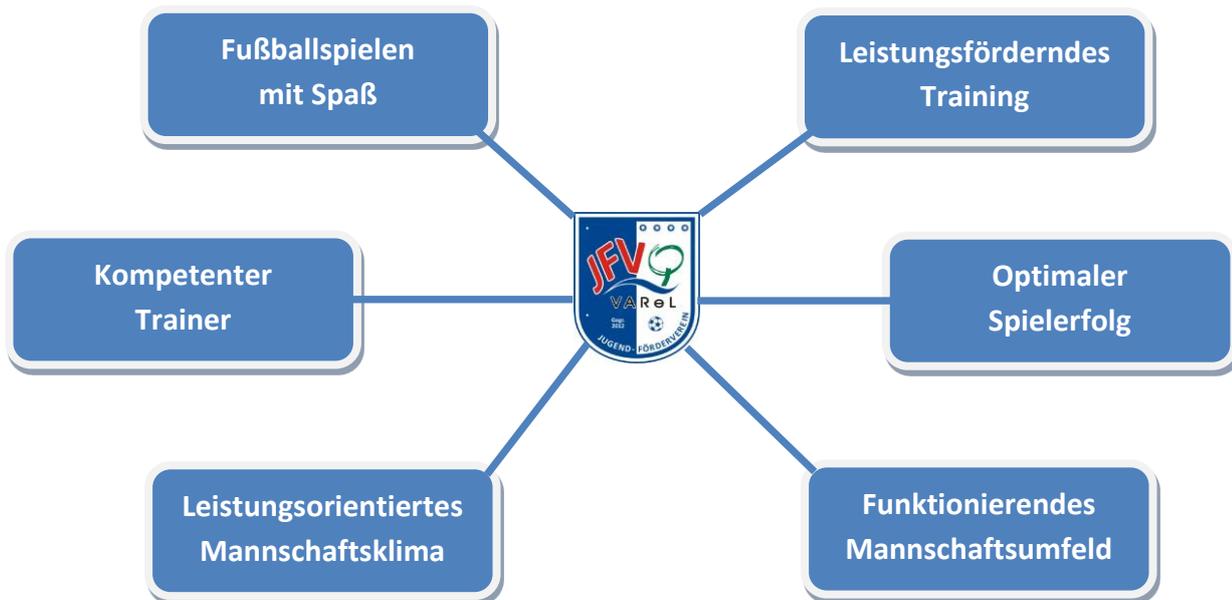


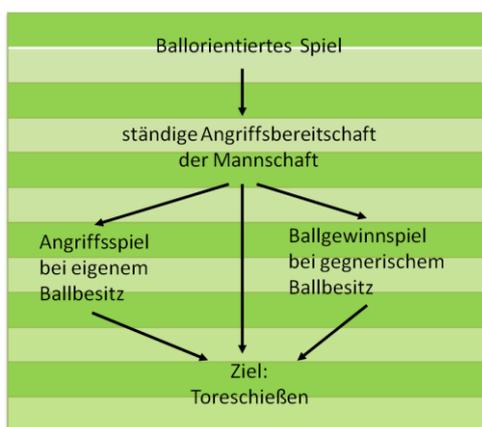


Anforderungen/Erwartungen im JFV Varel



Im JFV Varel soll ein **ballorientiertes Fußballspiel** entwickelt werden. Um dies umsetzen zu können sind im Training folgende Inhaltsbausteine erforderlich:

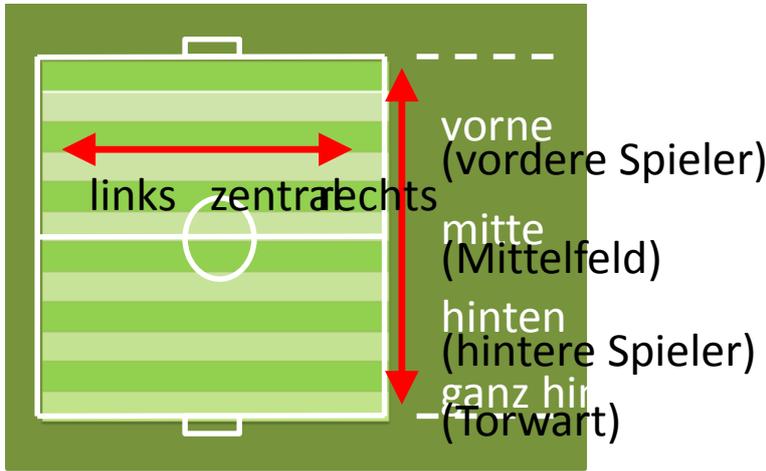
- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 1 Aufwärmen 2 Technik Intensivtraining 3 Individualtaktik-Intensivtraining 4 Gruppentaktik-Intensivtraining | <ul style="list-style-type: none"> 5 Positionstraining 6 Koordination/Schnelligkeit 7 Ausdauer/Regeneration 8 Mannschafts- / Spieltaktik |
|--|--|



Fußballspiel statt Fußballkampf
Der (Mannschafts-) Spielcharakter steht im Vordergrund, der (Zwei-)Kampfcharakter im Hintergrund.

Jeder Spieler spielt mit ständiger Mitspiel- und Angriffsbereitschaft.
Dabei stellt er den **Ball und das Tore schießen** in den Mittelpunkt seines Spiels.

Nach Ballgewinn macht jeder Spieler beim Angriffsspiel und bei gegnerischem Ballbesitz beim Ballgewinnspiel mit.



Mannschaftsteile/Positionsbezeichnungen

in der Grundordnung 1-4-4-2

1. Spielreihe: Torwart
 1. Reihe: Tw

- 1
2. Spielreihe: hintere Spieler
 2. Reihe: RH – RzH – LzH – LH

- 4
3. Spielreihe: mittlere Spieler
 3. Reihe: RM – RzM – LzM – LM

- 4
4. Spielreihe: vordere Spieler
 4. Reihe: RV – LV

- 2

Gemeinsame Fußballsprache entwickeln

Trainer und Spieler sprechen die gleiche „Sprache“. Ansonsten reden und spielen sie aneinander vorbei. Wenn ich „presse“, „angreife“, „den Ball gewinnen will“, um Tore zu schießen, dann ist „abwehren“, „den Gegner decken“ oder das „eigene Tor verteidigen“ genau das Gegenteil davon, Wer ballorientiert Fußball spielen will, der lernt neue am Anfang ungewohnte Begriffe und hat den Mut, sie auch zu benutzen.

Fußballer sind von Natur aus Ballräuber, Balljäger oder Ballpiraten und wollen nach Ballgewinn den Ball schnellst möglich ins Tor schießen.

Ballgewinnspiel

Die gesamte Mannschaft hat das Ziel, nach Ballverlust den Ball schnellst möglich wieder zurück zu erobern. Dabei wird der Ball (-besitzer) von allen Spielern gleichzeitig und gemeinsam in vier Spielreihen gestaffelt angegriffen. Die Orientierung und das Handeln, sowie der Laufweg eines jeden Spielers hängen beim Ballgewinnspiel bei gegnerischen Ballbesitz grundsätzlich von der Reihenfolge **Ball – Mitspieler – Gegenspieler** ab. Ein notwendiges Hilfsmittel für die Spieler ist die Kommandosprache.

Kommandos beim Ballgewinnspiel

Kommando	Erklärung/Umsetzung
„Ordnung“	Grundordnung, Organisation der Mannschaft auf dem Platz in 4 Spielreihen
„kompakt“	enge Abstände zum Nebenmann und kurze Abstände zwischen den Reihen

„schieben“, „rüber“, „zum Ball laufen“	Jeder Spieler orientiert sich am Ort des Balles bzw. am Ballweg und läuft in Richtung Ball ; dabei bezieht er sich auf den Ball, Mitspieler und Gegenspieler
„angreifen“, „hol den Ball“, „Ball klauen“, „Druck“	Den Ball gewinnen wollen, „1“ - den Ballbesitzerganz vorne, im ersten Drittel, angreifen, „Forechecking“ „2“ - den Ballbesitzer im Mittelfeld, im 2. Drittel, angreifen, „Mittelfeld Pressing“ „3“ – den Ballbesitzer in der eigenen Hälfte, im 3. Drittel, angreifen
„geh dazu“, „hilf ihm“, „greif rechts/links an“, mach rechts/links zu“	Den Mitspieler vor neben mir coachen und steuern, ihn stark machen, dabei möglichst Überzahl am Ball schaffen, in Passwege hinaein laufen, Pass- und Dribbelwege von allen Seiten schließen: von hinten, von links, von rechts und von vorne, einen Angriff nur mit und aus einem starken Zentrum heraus starten
„jagen“	Den Ballweg oder den Dribbelnden hinterher rennen, bis zum Ballgewinn
„Auge“	Der ballferne Spieler rückt zur Ballseite in Richtung Zentrum ein und wirft dabei ein Auge auf die ballfernen Gegenspieler , die rechts oder links von ihm spielen
„Angebot“	Einen Raum oder einen Gegenspieler bewusst frei lassen, mit dem Pass angreifen
„fallen“	Nach hinten laufen, dabei Ordnung und Kompaktheit beibehalten bzw. aufbauen und gegnerischen Ballbesitzer verzögert angreifen
„Halte(t) aus“, „noch nicht“, „geduld“, „warte“	Wenn der gegnerische Ballbesitzer keinen Druck hat und mit Tempo nach vorne spielen kann, dann heißt es fallen und aushalten, dass der Ball (-besitzer) nicht (sofort) angegriffen werden kann.
„raus“	Alle Feldspieler rennen nach einem Befreiungsschlag „ raus “ aus dem Strafraum, dem Ball hinterher, die Ballnächsten greifen an und versuchen den Ball zu bekommen, gelingt der Ballgewinn nicht, der Ball kann vom Gegner nach vorne gespielt werden, dann kommt kurz vorher das Kommando „ stellen “
„stellen“	Hebt Kommando „raus“ auf, den Lauf nach vorne abbrechen und geordnet weiterspielen
„Höhe halten“	Ballferne Spieler in der zweiten Spielreihe müssen ihr Stellungsspiel nach dem ballnahen Spielern richten: greifen diese an, müssen sie mit angreifen, lassen sich die ballnahen Spieler fallen, müssen sich die Ballfernen ebenfalls fallen lassen

Angriffsspiel nach Ballgewinn

Das **Angriffsspiel nach Ballgewinn** oder **Angriffsspiel bei eigenem Ballbesitz** ist komplexer als das Ballgewinnspiel. Der Spieler am Ball steht dabei immer vor der Aufgabe, aus den vielen Möglichkeiten, die er zur Spielfortsetzung hat, die beste auszuwählen. Die **Rangfolge der möglichen Spielfortsetzungen**, die das ballorientierte Spiel dem Ballführer bietet, hilft ihm bei seiner Entscheidungsfindung. Haben Trainer und Mannschaft eine Rangfolge im Training erarbeitet, dann ist der Spieler zu jedem Zeitpunkt des Spiels und an jedem Ort auf dem Spielfeld in der Lage zu entscheiden, welcher Pass am besten zum gegnerischen Tor und zum Torabschluss führt. Wenn kein Kombinationsspiel möglich ist, stellt das Dribbling für den Ballführenden in jeder Spielsituation immer eine weitere wichtige, manchmal auch einzige Möglichkeit, in der Spielfortsetzung dar.

Mögliche Spielsysteme:



- Symmetrisch über den Platz verteilte Spieler
- dadurch vielseitiges Kombinieren möglich
- sehr offensiv ausgerichtet
- auf den Flügeln schwach besetzt
- Mittelfeld schwach besetzt – Problem der Verbindung zwischen den Mannschaftsteilen



- Taktisch sehr variabel (offensive oder defensive Interpretation)
- Abgesicherter zentraler Spielgestalter
- Zusammenspiel der Spitzen variabel
- Beliebtes Spielsystem



- Beliebt, taktisch variabel (offensive oder defensive Interpretation)
- Spielfeldbreite gut abgesichert
- Zusammenspiel der Spitzen variabel
- Außenpositionen doppelt besetzt, daher Flügelkombinationen leichter möglich



- Zentrum besonders abgesichert
- lenkt den Gegner auf die Flügel
- kompakte Deckung und konterartige Offensive möglich
- Mittelfeld stößt in freie Räume vor
- auf den Flügeln schwach besetzt



- Offensiv oder defensiv interpretierbar: mit drei (hängenden) Spitzen oder einem Stoßstürmer
- Doppel-6 sichert das Zentrum hinter dem zentralen Spielgestalter
- Mit variablen Vorstößen der Verteidiger und Mittelfeldspieler besonders offensiv spielbar



- Stark besetztes Mittelfeld
- Überraschende Vorstöße aus allen Positionen
- Abgesicherter zentraler Spielgestalter
- Vordere Flügelpositionen mit Raum zum Hineinstoßen, jedoch ohne feste Anspielstationen
- Auch als situatives System aus dem 4-4-2

