



TALENTFÖRDERUNG



# 32

Trainingsziele erfolgreich ansteuern

## TORE VORBEREITEN

Info-Abende für Vereinstrainer – Leitfaden für Referenten



## SPIELFORMEN IM TRAINING UND WETTSPIELE SIND LERNCHANCEN!

**A**lle Kinder und Jugendlichen spielen leidenschaftlich gerne Fußball. Im Spiel wiederholen sie bereits Erlerntes, teils probieren sie Neues aus. Sie haben ein elementares Bedürfnis nach Wissen und „Verstehen“. Dafür benötigen sie viele Anregungen in Form herausfordernder Spielsituationen und -aufgaben, die wir als Trainer sicherstellen müssen.

Talent, Spielintelligenz und Kreativität laufen aber letztlich ins Leere, wenn die jungen Fußballer und Fußballerinnen nicht schrittweise das nötige taktische Basiswissen und bestimmte fußballerische Fertigkeiten erwerben. Aus diesem Grund muss ein Training in bestimmtem Maße strukturiert und fokussiert sein. Andererseits blockiert ein zu enges, zu „formelhaftes“ Training die aktive, eigenmotivierte und neugierige Lösungssuche der Kinder. Jedes Training muss somit ein Gleichgewicht aus „Struktur und Freiheit“ schaffen und die ganz individuellen Bedürfnisse jedes Kindes berücksichtigen.

Spielformen sind dabei das „Salz in der Suppe“ eines jeden Trainings. Gleichzeitig stellen sie für jeden Trainer die Königsdisziplin dar und sind bei Trainingsplanung und -praxis die größte Herausforderung.

Wie soll er die Spielformen steuern, damit die gewünschten Lernziele erreicht werden und der Transfer auf das Wettspiel gelingt? Wie erreicht er die nötige „Aktionsdichte“, sodass seine Spieler immer wieder aufs Neue die anvisierten Spielforderungen lösen müssen? Und wie kann das alles möglichst interessant damit das Training besonders motivierend herüberkommt?

Bei dieser spannenden Herausforderung helfen jedem Trainer einige Prinzipien: *Wer fragt, der führt:* Jeder Spieler ist ein Experte auf seinem Gebiet. Nur er hat in der jeweiligen Spielsituation die Perspektive, aus der er seine Entscheidungen getroffen hat. Der Trainer kann im Dialog diese Perspektive ermitteln, die Antworten seiner Spieler aufgreifen und sie als Basis der weiteren Spielsteuerung begreifen. *Weniger ist oft mehr:* Der Trainer begreift sich als Gestalter und Moderator der Lernprozesse. Dabei organisiert er passende Spielformen zum anvisierten Schwerpunkt. Mit Blick auf die Lernziele überfordert er seine Spieler jedoch nicht mit viel zu vielen möglichen Lösungen, sondern orientiert sich an klaren, übergreifenden Spielprinzipien.

Das Spiel am Wochenende ist dann eine weitere Lerngelegenheit bzw. ein „zusätzliches Training unter Wettkampfbedingungen“. Hier kann überprüft werden, was bisher erarbeitet wurde, was bereits „sitzt“ und was im Training nochmals vertieft werden sollte....

**DAMIR DUGANDZIC**  
Sportlicher Leiter DFB-Talentförderprogramm

## INHALT

### 02

▼  
Editorial

### 04

▼  
Steuerungsmittel zum Schwerpunkt  
„Tore vorbereiten“

### 06

▼  
Praxis-Vorschläge zum Schwerpunkt  
– Demonstrationstraining

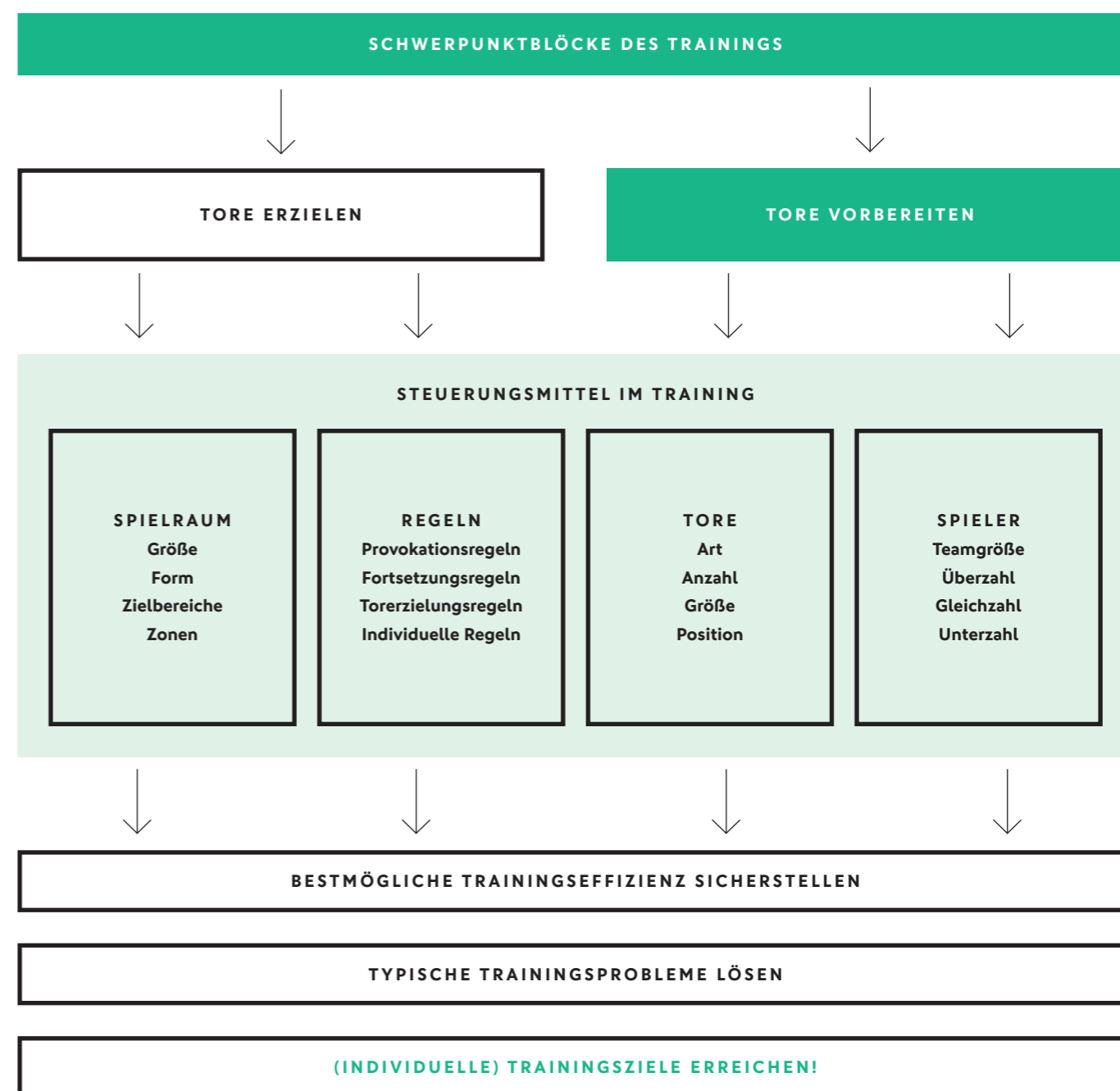
### 16

▼  
So verläuft der Info-Abend 32

### 18

▼  
Medien-Service

## INFO: DIE INHALTLICHE KONZEPTION DER DFB-INFO-ABENDE 31 UND 32



## IMPRESSUM

**HERAUSGEBER:**

**PROJEKTVERANTWORTUNG:**

**REDAKTION/MEDIENKONZEPTION:**

**INHALTLICHE MITARBEIT:**

**GRAFISCHES KONZEPT:**

**FOTOS:**

**DRUCK:**

Deutscher Fußball-Bund

Markus Hirte, Damir Dugandzic, Claus Junginger

Norbert Vieth

Markus Hirte, Christian Meyer, Thomas Sinz, Michael Lorenz, Michael Urbansky,

Fabian Seeger, Oliver Kuhn, Thorsten Becht, Tobias Kieß

Philippka-Sportverlag

Nils Eden

Bitter & Loose GmbH, 48268 Greven



# CHECKLISTEN, MUSTER-ABLAUF UND METHODIK



1\_Viele Vorbereitungen sind zu treffen, bis der Ball beim DFB-Info-Abend läuft...

## Vorbereitung und Planung eines DFB-Info-Abends

Die Anforderungen bei einem DFB-Info-Abend sind äußerst komplex. Umso wichtiger ist eine sorgfältige Vorbereitung und Planung durch die Honorartrainer! Die Aufgaben der Honorartrainer beginnen bereits lange Zeit vorher als Planer und Organisator, erstrecken sich am Abend selbst auf die Funktionen als Trainer, Moderator und Referent und enden schließlich in der Nachbereitung des Info-Abends als „Öffentlichkeitsarbeiter“ und „Kritiker in eigener Sache“.

Eine klare inhaltliche und zeitliche Struktur erleichtert die Organisation eines Info-Abends. Je nach Situation und Interessen der Vereinstrainer sind jedoch Abweichungen möglich!

## ORGANISATION IM VORFELD

### Rechtzeitige Terminierung und organisatorische Vorbereitung

Die vielen Planungs- und Arbeitsschritte im Vorfeld eines Info-Abends sind relativ zeitintensiv. Um hier Hektik von vornherein zu vermeiden, sind rechtzeitige und sorgfältige Vorarbeiten ein Muss!



- In Abstimmung mit dem Stützpunktkoordinator einen Termin für den Info-Abend festlegen
- Parallel diesen beabsichtigten Termin mit dem Stützpunkteigner abstimmen
- Eventuell einen weiteren Trainer verpflichten, sodass ein Honorartrainer ausschließlich moderieren kann
- Rechtzeitig ein Einladungsschreiben an die Vereinstrainer über die Talente verteilen
- Medienvertreter einladen und mit Vorinformationen (z. B. Presstext) versorgen
- Die zweite Stützpunktgruppe über die Verlegung des Trainings an diesem Tag informieren
- Die Bereitstellung und Vorbereitung des Schulungsraums organisieren (u.a. Getränke, Sitzordnung)

## PROGRAMM UND ABLAUF

### Zeitlich exakt aufeinander abgestimmte Abläufe

Am Info-Abend müssen die Honorartrainer verschiedene Funktionen und Aufgaben parallel ausfüllen. Um diese Aufgabenfülle problemlos zu meistern, ist eine zeitlich genau aufeinander abgestimmte Abfolge unverzichtbar!



- Exakte inhaltlich-organisatorische Vorbereitungen in der Trainer-Gruppe (u.a. Moderator) treffen
- Rechtzeitig vor Beginn des Info-Abends zusammenkommen, um Zeit für letzte Vorbereitungen zu haben
- Alle Vereinstrainer persönlich begrüßen und kurze Vorinformationen zum Ablauf/zur Trainingseinheit geben
- Mit den Vereinstrainern einen idealen Standort am Rand des Trainingsplatzes vereinbaren
- Nach Trainingsende kurz über Ort, Beginn und Dauer der Nachbesprechung informieren
- Die Anwesenheitsliste von den Vereinstrainern ausfüllen lassen – Testate und Info-Medien verteilen
- Nach dem offiziellen Ende Gelegenheit für gesellige Kontakte (z. B. im Vereinsheim) bieten

## NACHBEREITUNG

### „Nach dem Info-Abend ist vor dem Info-Abend!“

Eine sorgfältige, durchaus kritische Auswertung jedes Info-Abends hilft bei der permanenten Optimierung des inhaltlichen Konzepts, der zielgruppenorientierten Präsentation und organisatorischer Abläufe.



- Rückmeldungen bei den Vereinstrainern einholen (Was war o.k., was ist zu verbessern?)
- Im Trainer-Team offen und intensiv über die Eindrücke reden (Was war o.k., was ist zu verbessern?)
- Dem Stützpunktkoordinator ein Feedback zum Ablauf des Info-Abends geben
- Die Medien-Resonanz auf den Info-Abend überprüfen und sammeln
- Eventuell bei einzelnen Medien-Vertretern nochmals nachfragen
- Bei allen Helfern (z. B. Mitarbeiter des Stützpunkteigners, Vereinswirt usw.) bedanken
- Im Honorartrainer-Team weitere Ideen zur Kontaktpflege mit Vereinstrainern austauschen

## ZEITPLAN EINES INFO-ABENDS

Die hier vorgeschlagene Zeit-Abfolge ist nicht verbindlich, sondern bietet eine Orientierungshilfe. Die Ablaufstruktur eines Info-Abends mit – Begrüßung – Moderiertem Training – Nachbesprechung ist dabei in einen für die Vereinstrainer zumutbaren Zeitumfang integriert.

### 17.00 Uhr Treffen der Honorartrainer am Stützpunkt

- ▶ Rechtzeitiges Eintreffen, um die Organisation (z. B. Zustand des Raumes) zu überprüfen
- ▶ Auch alle Helfer (z. B. Vereinswirt, Jugendleiter) zu dieser Zeit bestellen
- ▶ Letzte Vorbereitungen: z. B. Aufhängen der Poster für die Nachbesprechung

### 17.30 Uhr Treffen der Stützpunktspieler

- ▶ Die Spieler im Vorfeld auf das vorzeitige und pünktliche Eintreffen hinweisen
- ▶ Die Spieler über Ablauf, Inhalte und Funktion des Info-Abends aufklären
- ▶ Eventuell den zusätzlichen Trainer an diesem Abend vorstellen

### 17.55 Uhr Beginn des freien Einspiels auf dem Platz

- ▶ Mit den Spielern die Übungsfelder (inklusive der tragbaren Tore) aufbauen. Dabei bestmögliche Beobachtungspositionen für die Vereinstrainer einplanen
- ▶ Nach dem Aufbau starten die Talente mit dem freien Einspielen

### 18.00 Uhr Begrüßung der Vereinstrainer

- ▶ Die Honorartrainer versammeln und begrüßen die Vereinstrainer am Rande des Feldes
- ▶ Kurzer Überblick über Ablauf und Schwerpunkte des Info-Abends
- ▶ Organisatorische und inhaltliche Fragen und Vorschläge der Vereinstrainer ermöglichen

### 18.05 Uhr Beginn der Trainingseinheit mit Moderation

- ▶ Start des Stützpunkttrainings mit dem Aufwärmprogramm
- ▶ Erklärungen und Zusatz-Informationen durch den Moderator parallel zum Training

### 19.30 Uhr Start der Nachbesprechung

- ▶ Direkt nach Ende der Demo-Einheit können die Vereinstrainer nach einer kurzen Pause den Seminarraum aufsuchen
- ▶ Einer der Honorartrainer beginnt die Theorie-Phase
- ▶ Die Trainer-Kollegen organisieren inzwischen das Trainingsende

### 20.15 Uhr Offizielles Ende und Verabschiedung

- ▶ Die Nachbesprechung zeitlich begrenzen, bei Interesse der Trainer jedoch flexibel verlängern!
- ▶ Individuelle Fragen lassen sich auch direkt zwischen Vereins- und Honorartrainer klären!
- ▶ Eine gesellige Gesprächsrunde nach dem offiziellen Ende anbieten!

# DEMO-TRAINING: „TORE VORBEREITEN“

## TRAININGSZIELE ERFOLGREICH ANSTEUERN

### AUFBAU DES AUFWÄRMENS

ZIEL 1: EINSTIMMEN



ZIEL 2: KONZENTRATION



ZIEL 3: SCHWERPUNKT-VORBEREITUNG



ZIEL 4: MOTIVATION

### ZIELE UND INHALTE

#### 20 MINUTEN

- Begrüßen und Einstimmen auf das Training
- Vorbereitung auf die Schwerpunkte des Hauptteils
- Direkte Einbindung der Torhüter in das Team-Training
- Leichte, dosierte Pässe zur Torschussvorbereitung
- Präzise und dosierte Abschlüsse auf das Tor
- Bewegungsfreude und Motivation



Das Training startet mit einer kurzen Erklärung zu Zielen und Ablauf!

### ORGANISATION



### AUFBAU DIESES PRAXISTEILS

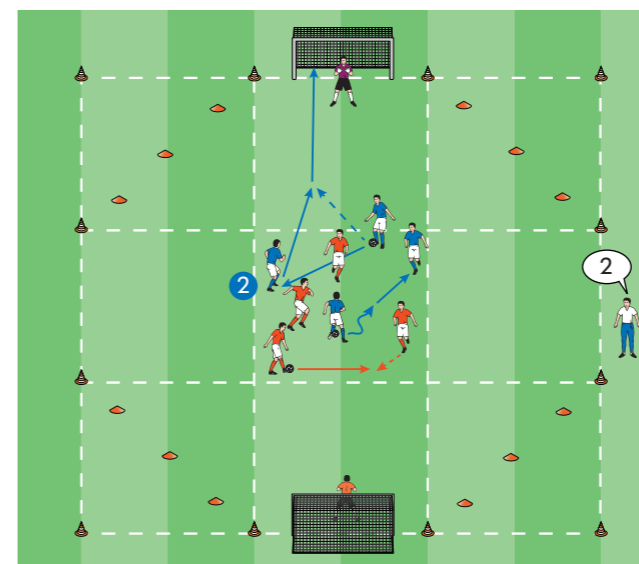
- Ein Feld von etwa 30 x 30 Metern abstecken und nochmals in 9 Zonen von jeweils 10 x 10 Metern Größe unterteilen.
- Zusätzlich mit andersfarbigen Hütchen in jeder Ecke diagonale Ziellinien markieren.
- Auf jeder Grundlinie zwei 5-Meter-Tore aufbauen.
- 2 Mannschaften zu je 4 Spielern einteilen (verschiedene Trikotfarben) plus 2 Torhüter.
- Pro Spieler 1 Ball



In diesem 1. Trainingsteil bereits die Torhüter einbinden!

Ein interessantes, bewegungsreiches, sorgfältig vorgeplantes und zielorientiertes Einstimmen ist der erste Erfolgsfaktor jeder Trainingseinheit. Deshalb die Aufgaben dieser ersten Phase idealerweise bereits auf die Schwerpunkte des Hauptteils abstimmen! So bieten sich bei einer Einheit zum „Tore vorbereiten“ leichte Kombinationen plus dosierte Abschlüsse mit Einbindung der Torhüter an!

### AUFGABE 1



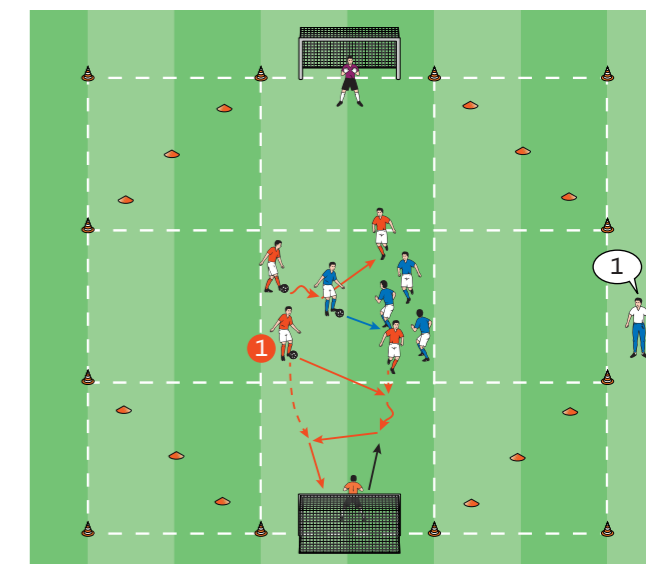
### PHASE 1: EINZELARBEIT MIT BALL

- Die Spieler dribbeln variantenreich im kompletten Feld durcheinander.
- **Variation 1:** Die Dribbelräume durch Vorgabe der erlaubten „Aktionszonen“ schrittweise verkleinern!
- **Variation 2:** Mit vielen Tempo- und Richtungswechseln dribbeln.
- **Variation 3:** Eine Zone als „Temporaum“ bestimmen. Die Spieler dribbeln individuell in diese Zone, agieren etwa 10 Sekunden höchstdynamisch am Ball und dribbeln dann in den anderen Zonen locker weiter.

### PHASE 2: EINSPIELEN DES TORHÜTERS I (ABB.)

- Die Spieler bilden Paare, die von 1 bis 4 nummeriert sind.
- Die Paare kombinieren zunächst in der mittleren Zone sicher zusammen.
- Ruft der Trainer zwischendurch eine Nummer auf, spielt das betreffende Paar einen „Doppelpass“ in Richtung eines Tores und schließt präzise ab.
- Die Paare begeben sich wieder ins Feld zurück – Der Trainer ruft das nächste Paar auf usw.
- **Variation 1:** Anstelle des Torschusses die Torhüter flach/halbhoch anspielen (Schwerpunkt: Einspielen der Torhüter)
- **Variation 2:** Abschlüsse mit dem 2. „Pflichtkontakt“

### AUFGABE 2

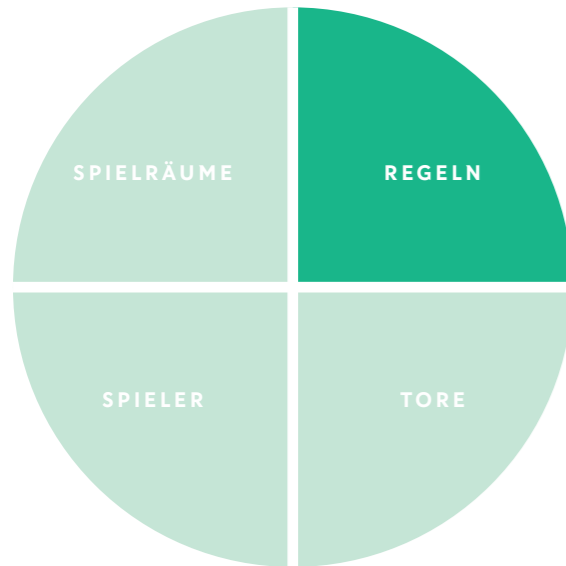


### PHASE 2: EINSPIELEN DES TORHÜTERS II

- Gleicher Ablauf wie zuvor: Die Paare kombinieren zunächst wieder in der mittleren Zone sicher zusammen.
- Ruft der Trainer zwischendurch eine Nummer auf, greift das betreffende Paar zu zweit gegen den Torhüter an.
- Nach Abschluss der Aktion bewegen sich die Spieler wieder ins Feld zurück – Der Trainer ruft das nächste Paar auf usw.
- **Variation 1:** Vom jeweiligen Paar startet ein Spieler diagonal in eine Eckzone und fordert das Zuspiel. Anschließend passt er flach vor das Tor auf seinen nachstartenden Mitspieler.
- **Variation 2:** Wie zuvor, aber halbhoch vor das Tor spielen!
- **Variation 3:** Als weitere Alternative bleibt der Passgeber nach seinem diagonalen Zuspiel zunächst in der Mittelzone, verarbeitet den Rückpass seines Mitspielers und schließt mit einem Distanzschuss ab.



## AUFBAU DES HAUPTTEILS

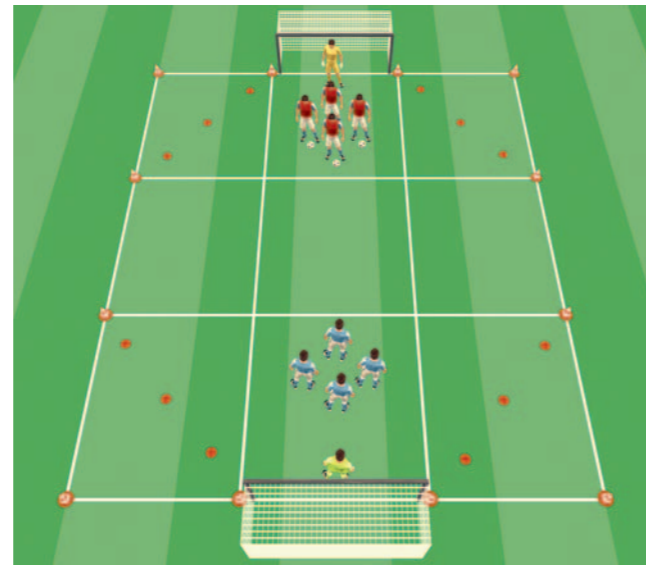


## ZIELE UND INHALTE

## 15 MINUTEN

- ▶ Steuern der Torvorbereitung bzw. der Torerzielung durch diverse Regel-Vorgaben
- ▶ Extra-Wertung von Zwischenzielen (z. B. Torschuss-Vorbereitung durch das Zentrum bzw. über die Seiten)
- ▶ Zeitdruck durch Zeitlimits (z. B. Abschluss innerhalb von 15 Sekunden)
- ▶ Spiel- und Risikofreude

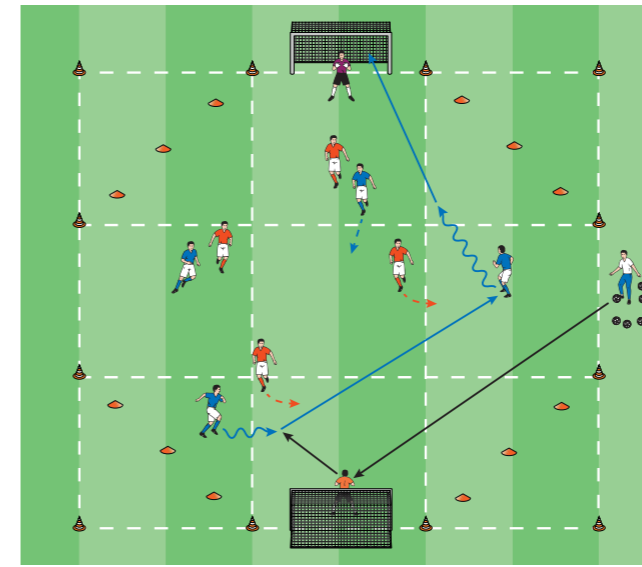
## ORGANISATION



## AUFBAU DIESES PRAXISTEILS

- ▶ Mit Hütchen ein Feld von etwa 30 x 30 Metern abstecken und nochmals in 9 Zonen von jeweils 10 x 10 Metern Größe unterteilen.
- ▶ Zusätzlich mit andersfarbigen Hütchen in jeder Ecke diagonale Ziellinien markieren.
- ▶ Für diverse Aufgaben begrenzen diese Linien das Feld, indem sie die betreffenden Eckzonen „abschneiden“.
- ▶ Auf jeder Grundlinie zwei 5-Meter-Tore aufbauen.
- ▶ 2 Mannschaften zu je 4 Spielern einteilen (verschiedene Trikotfarben) plus 2 Torhüter.
- ▶ Pro Spieler 1 Ball

## AUFGABE 1



## 4 GEGEN 4: SPIEL DURCH DAS ZENTRUM

- ▶ 4 gegen 4 im kompletten Feld auf die beiden 5-Meter-Tore mit Torhütern.
- ▶ Nach Seiten-/Toraus leitet der Trainer mit einem Zuspiel zu einem Torhüter die neue Aktion ein.
- ▶ Die jeweiligen Angreifer dürfen per Einzelaktion bzw. Kombinationsspiel Tore erzielen (= 1-fache Wertung).
- ▶ **Provokationsregel:** Überspielen die Angreifer bei der Torschuss-Vorbereitung die zentrale Zone mit einem Pass über 2 Linien, anschließende Treffer 3-fach werten (Abb.)!
- ▶ **Variation 1:** Vor einem Torschuss muss die mittlere Zone überspielt werden (Erschweren der Aufgabe).
- ▶ **Variation 2:** Die Torabschlüsse müssen innerhalb von 15 (10) Sekunden erfolgen.

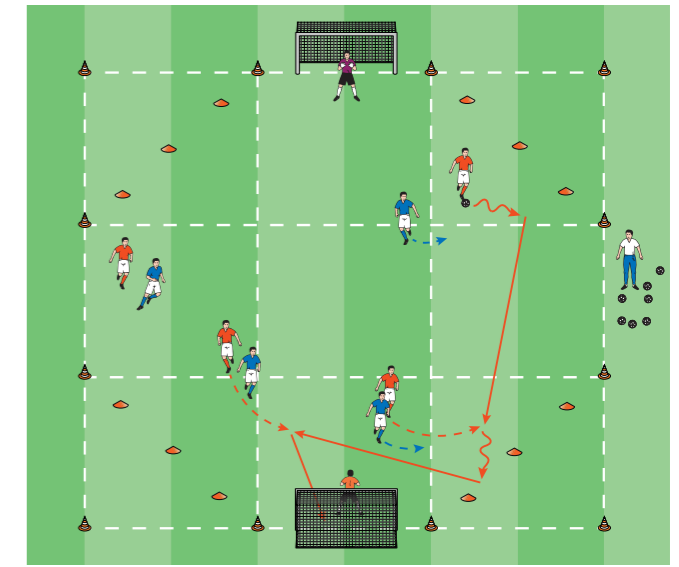
## KORREKTURHINWEISE FÜR DIE ANGREIFER

- ▶ Durch plötzliche Spielverlagerungen Aktionsräume vor einem Tor schaffen!
- ▶ Bei jeder Gelegenheit mutig abschließen!
- ▶ In den Rücken des Gegners starten!

## SCHWERPUNKTE DER MODERATION – RUND UM DIE TRAININGSSTEUERUNG

- ▶ Die zusätzlichen Punkte beim Überspielen der mittleren Zone provozieren das schnelle, präzise Spiel in die Tiefe beim Vorbereiten einer Tormöglichkeit!
- ▶ Die Mitspieler des Passgebers müssen dazu freie Aktionsräume im Rücken des Gegners erkennen und mit Tempo anlaufen!
- ▶ Der Passgeber selbst muss den Blick vom Ball und von der unmittelbaren Spielumgebung lösen, um sich Bereichen in der Tiefe des Spielfeldes zuzuwenden!
- ▶ Das zusätzliche Steuerungsmittel des „Zeitdrucks“ je nach Spielstärke der Akteure flexibel anwenden!
- ▶ Die Aktionen beim Herauspielen und Erzielen von Toren dürfen nicht zu hektisch und unkontrolliert ablaufen!

## AUFGABE 2



## 4 GEGEN 4: SPIEL ÜBER DIE AUSSEN

- ▶ 4 gegen 4 im kompletten Feld auf die beiden 5-Meter-Tore mit Torhütern.
- ▶ Der Trainer startet wieder die Aktionen.
- ▶ Grund-Ablauf wie zuvor: Die jeweiligen Angreifer dürfen „frei“ Tore erzielen (= 1-fache Wertung).
- ▶ **Provokationsregel:** Die Angreifer dürfen nun bei der Torschuss-Vorbereitung nicht nur die zentrale Zone überspielen, sondern alternativ mit einem „Long-Line-Pass“ auch eine der beiden Außenzonen (= 3-fache Wertung)!
- ▶ **Variation 1:** Vor einem Torschuss muss eine der Zonen überspielt werden (Erschweren der Aufgabe).
- ▶ **Variation 2:** Die Torabschlüsse müssen innerhalb von 15 (10) Sekunden erfolgen.

## KORREKTURHINWEISE FÜR DIE ANGREIFER

- ▶ Je nach Punktwertung die Torabschlüsse flexibel anwenden – die Situation muss es jedoch zulassen!
- ▶ Blitzartig auf die eingespielten Bälle des Trainers reagieren und die passende Spielfortsetzung finden!

## SCHWERPUNKTE DER MODERATION – RUND UM DIE TRAININGSSTEUERUNG

- ▶ Mit dem Einspielen eines neuen Balles durch den Trainer zu einem Torhüter in die hintere Zone startet direkt wieder ein neuer Angriffsaufbau!
- ▶ Die „Aktionsdichte“ mit Blick auf den Trainingsschwerpunkt nimmt nochmals zu! Längere Spiel- und Aktionsunterbrechungen bleiben aus!
- ▶ Die zusätzliche Punktevergabe bei einem Spielaufbau über die Außenzonen fördert und fordert eine variable Angriffsvorbereitung!
- ▶ Das zusätzliche Steuerungsmittel des „Zeitdrucks“ je nach Spielstärke der Akteure flexibel anwenden!
- ▶ Die Aktionen beim Herauspielen und Erzielen von Toren dürfen nicht zu hektisch und unkontrolliert ablaufen!

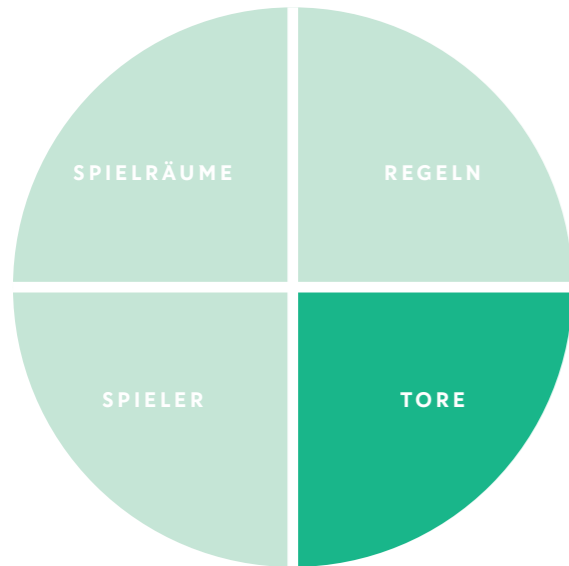


Neue Aufgaben prägnant und anschaulich erklären!



Die Spielabläufe überprüfen: Werden die Lernschwerpunkte provoziert?

## AUFBAU DES HAUPTTEILS



## ZIELE UND INHALTE

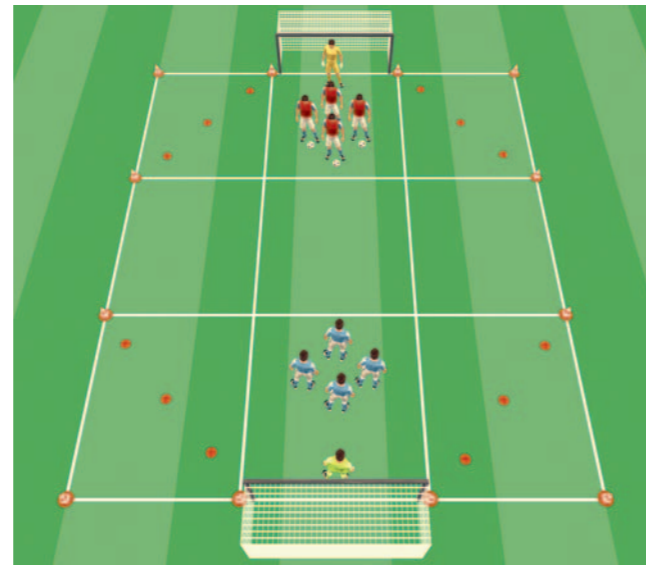
## 15 MINUTEN

- ▶ Steuern der Torvorbereitung bzw. der Torerzielung durch eine Variation der jeweils bespielbaren Tore
- ▶ Flexibles Herausspielen und Verwerten von Torchancen insbesondere durch schnelles Orientieren und plötzliche Spielverlagerungen
- ▶ Schritt für Schritt Steigerung der Anforderungen
- ▶ Schnelles Umschalten auf neue Situationen durch das flexible Einspielen eines neuen Balles
- ▶ Spiel- und Risikofreude



Der Trainer erklärt kurz und präzise neue Abläufe und Aufgaben!

## ORGANISATION



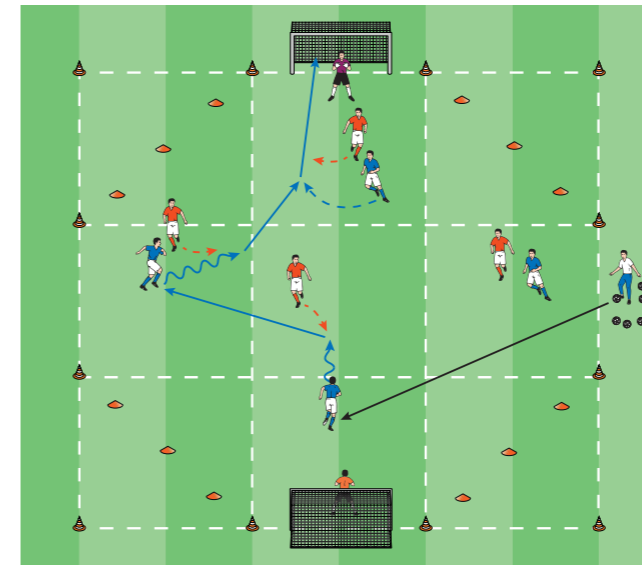
## AUFBAU DIESES PRAXISTEILS

- ▶ Mit Hütchen ein Feld von etwa 30 x 30 Metern abstecken und nochmals in 9 Zonen von jeweils 10 x 10 Metern Größe unterteilen.
- ▶ Zusätzlich mit andersfarbigen Hütchen in jeder Ecke diagonale Ziellinien markieren.
- ▶ Auf jeder Grundlinie zwei 5-Meter-Tore aufbauen.
- ▶ 2 Mannschaften zu je 4 Spielern einteilen (verschiedene Trikotfarben) plus 2 Torhüter.
- ▶ Pro Spieler 1 Ball



Einzelaktionen sind ein probates Mittel, um Abschlüsse vorzubereiten!

## AUFGABE 1



## 4 GEGEN 4: VORBEREITEN PRÄZISER ABSCHLÜSSE

- ▶ Spiel 4 gegen 4 im gesamten Feld auf die beiden Tore mit Torhütern.
- ▶ Nach einem Treffer, Seiten- oder Toraus spielt der Trainer für die nächste Aktion einen neuen Ball von der Seite ein.
- ▶ **Provokationsregel:** Jedes per Flachschuss in eine Ecke erzielte Tor 3-fach werten!
- ▶ **Variation 1:** Nach einem Zuspiel direkt erzielte Treffer in eine Torecke = 3-fach.
- ▶ **Variation 2:** Anstelle der Torhüter mit Stangen kleinere Zielfelder in beiden Tore markieren!
- ▶ **Variation 3:** Die 5-Meter-Tore andersherum aufstellen und hinter dem Feld weiterspielen lassen!

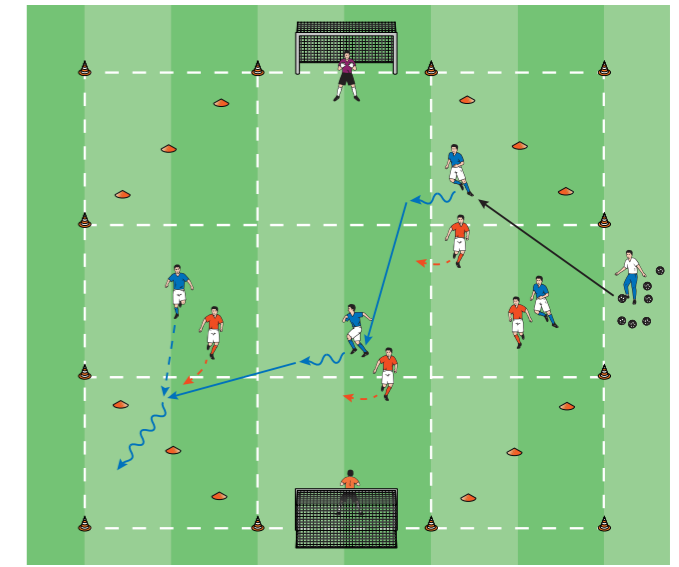
## KORREKTURHINWEISE FÜR DIE ANGREIFER

- ▶ Je nach Punktwertung die Torabschlüsse flexibel anwenden!
- ▶ Die Mitspieler vor dem Tor so freispielen, dass sie genug Aktionsraum für einen präzisen Abschluss haben!

## SCHWERPUNKTE DER MODERATION – RUND UM DIE TRAININGSSTEUERUNG

- ▶ Durch die zusätzliche Punktevergabe für bewusste Torabschlüsse „mit Auge“ müssen die Angreifer Schärfe/Präzision der Abschlüsse anpassen!
- ▶ Gleichzeitig müssen die Abschlussspieler so freigespielt werden, dass sie genug Aktionsraum für so einen zielorientierten Torschuss haben!
- ▶ Diese Torschuss-Vorgaben fördern und fordern zudem Spielübersicht und -schnelligkeit!
- ▶ Das Markieren von Zielfeldern im Tor ist zusätzlich eine Alternative, wenn nicht genug Torhüter verfügbar sind!
- ▶ Als Trainer die Abschluss-Regeln je nach Qualität der Aktionen situationsgerecht anpassen!
- ▶ Oberstes Prinzip: Die Spieler müssen weiter zu vielen kontrollierten und erfolgreichen Abschlüssen kommen!

## AUFGABE 2



## 4 GEGEN 4 AUF DIVERSE TORE

- ▶ Spiel 4 gegen 4 im gesamten Feld auf die beiden Tore mit Torhütern.
- ▶ Die jeweiligen Angreifer haben gleichzeitig verschiedene Möglichkeiten, Tore bzw. Punkte zu erzielen.
- ▶ **Tor-Möglichkeit 1:** „Normaler“ Treffer beim 5-Meter-Tor mit Torhüter = 2 Punkte
- ▶ **Tor-Möglichkeit 2:** Dribbling über 2 Linien der zentralen Zone = 1 Punkt
- ▶ **Tor-Möglichkeit 3:** Dribbling in eine der beiden Eckzonen des Gegners = 1 Punkt (Abb.)
- ▶ **Tor-Möglichkeit 4:** Dribbling/Spielzug durch die zentrale Zone plus Treffer im Anschluss = 3 Punkte!

## KORREKTURHINWEISE FÜR DIE ANGREIFER

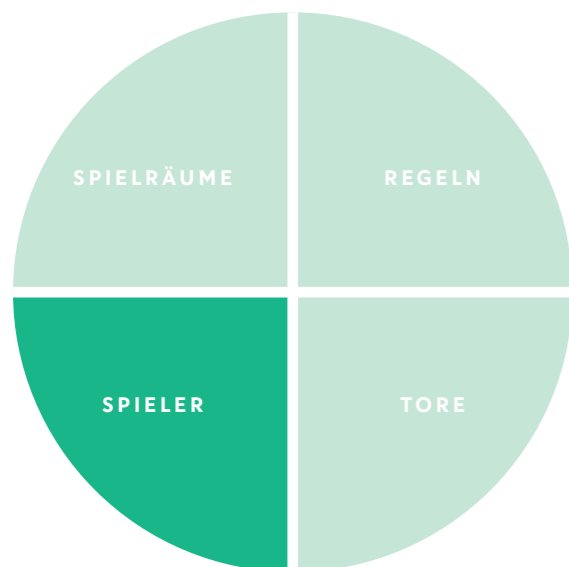
- ▶ Je nach Spielsituation variabel eine Tor-Möglichkeit erkennen und dann zielorientiert agieren!
- ▶ Durch plötzliche Spielverlagerungen neue Aktionsräume bzw. Abschlussoptionen vorbereiten!

## SCHWERPUNKTE DER MODERATION – RUND UM DIE TRAININGSSTEUERUNG

- ▶ Die Möglichkeit für die Angreifer, auf diverse Spielziele abschließen zu können, garantiert viele Erfolgserlebnisse!
- ▶ Gleichzeitig fördert diese variantenreiche Punktwertung Angriffsvariabilität, Spielschnelligkeit und Kreativität beim Herausspielen von Toren!
- ▶ Die Angreifer müssen sich bereits vor einem Zuspiel „vororientieren“ und freie Aktionsräume erkennen!
- ▶ Durch seine Zuspiele zu Beginn kann der Trainer bewusst einzelne Spieler ins Spiel bringen und gezielt fordern!
- ▶ Als Trainer die Aufgaben und Regeln je nach Leistungsstärke situationsgerecht anpassen!
- ▶ Oberstes Prinzip: Die Spieler müssen weiter zu vielen kontrollierten und erfolgreichen Torschuss-Aktionen kommen!



## AUFBAU DES HAUPTTEILS



## ZIELE UND INHALTE

## 15 MINUTEN

- ▶ Vereinfachte Torvorbereitung bzw. -erzielung durch Überzahl(ÜZ)-Situationen für die Angreifer
- ▶ Sicheres Herausspielen und Verwerten von Torchancen
- ▶ Reduzierung des Zeit- und Gegnerdrucks beim Torabschluss
- ▶ Variable und präzise Torschüsse
- ▶ Viele Erfolgserlebnisse für die Angreifer
- ▶ Schnelles Umschalten auf neue Situationen durch das flexible Einspielen eines neuen Balles

## ORGANISATION



## AUFBAU DIESES PRAXISTEILS

- ▶ Mit Hütchen ein Feld von etwa 30 x 30 Metern abstecken und nochmals in 9 Zonen von jeweils 10 x 10 Metern Größe unterteilen.
- ▶ 2 Tore mit Torhütern gegenüber auf beiden Grundlinien
- ▶ Je nach Trainingsform kleine Teams bzw. zusätzliche Anspieler-Aufgaben einteilen (verschiedene Trikotfarben).
- ▶ Zusätzlich mit andersfarbigen Hütchen in jeder Ecke diagonale Ziellinien markieren.
- ▶ Für diverse Aufgaben begrenzen diese Linien das Feld, indem sie die betreffenden Eckzonen „abschneiden“.
- ▶ Pro Spieler 1 Ball

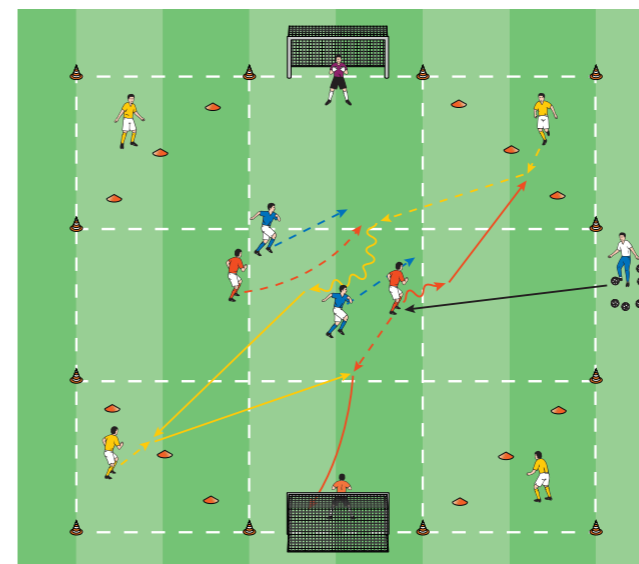


Nach einem Anspiel auf einen äußeren neutralen Anspielpunkt...



...nicht „abschalten“, sondern gegebenenfalls vor das Tor nachstarten!

## AUFGABE 1



## 2 GEGEN 2 PLUS 4 ANSPIELER I

- ▶ 4 „Neutrale“ postieren sich als Anspielpunkte in je einer Eckzone.
- ▶ 2 gegen 2 im Feld auf die beiden 5-Meter-Tore mit Torhütern, wobei die aktuellen Angreifer die beiden äußeren Anspieler in der gegnerischen Hälfte beim Herausspielen von Torchancen einbinden dürfen.
- ▶ **Variation 1:** „Normale“ Treffer aus dem Spiel heraus = 1-fach, Torschuss-Vorbereitung über die Anspieler = 2-fach
- ▶ **Variation 2:** Tore im Anschluss an eine Anspieler-Vorlage müssen spätestens mit dem 3. (2.) Kontakt erfolgen.
- ▶ **Variation 3:** Die erlaubten Ballkontakte für die Anspieler begrenzen (bis zum Direktspiel).

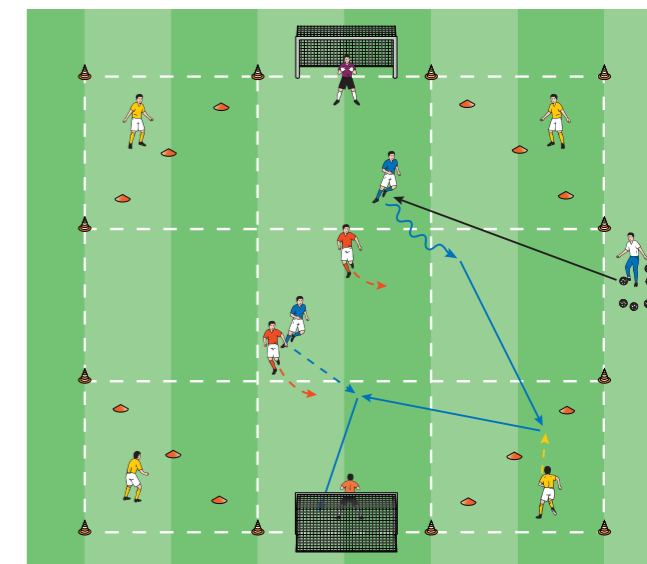
## KORREKTURHINWEISE FÜR DIE ANGREIFER

- ▶ Unmittelbar vor dem Abschluss den Blick vom Ball lösen!
- ▶ So scharf und so präzise wie möglich auf das Tor schießen!
- ▶ Vor dem Tor konzentriert und selbstbewusst agieren!

## SCHWERPUNKTE DER MODERATION – RUND UM DIE TRAININGSSTEUERUNG

- ▶ Das personelle Übergewicht für die Angreifer (wie hier durch zusätzliche Anspielpunkte außen) erleichtert das Herausspielen und Verwerten von Torchancen!
- ▶ Das Herausspielen fällt leichter, dennoch existiert immer ein (reduzierter), spieltypischer „Gegnerdruck“!
- ▶ Dabei diesen „Gegnerdruck“ je nach Leistungsstärke und Qualität der Aktionen situationsgerecht anpassen!
- ▶ Schrittweise das personelle Übergewicht für die Angreifer reduzieren und so die Anforderungen beim Herausspielen von Torchancen systematisch steigern!
- ▶ Oberstes Prinzip: Die Spieler müssen zu kontrollierten und erfolgreichen Torschussaktionen kommen!

## AUFGABE 2



## 2 GEGEN 2 PLUS 4 ANSPIELER II

- ▶ Gleiche Organisation und gleicher Ablauf wie bei der Trainingsform zuvor: 2 gegen 2 auf die beiden Tore mit Torhütern plus je 2 zusätzliche Anspielpunkte in den Ecken.
- ▶ Nach einem Treffer, Seiten- oder Toraus spielt der Trainer für die nächste Aktion einen neuen Ball von der Seite ein.
- ▶ **Variation 1:** Treffer sind *nur* nach einer Anspieler-Vorlage möglich!
- ▶ **Variation 2:** Direkte Treffer im Anschluss an eine Vorlage von außen = 2-fach werten.
- ▶ **Variation 3:** Kopfball- oder Volley-Treffer im Anschluss an eine halbhohe/hohe Anspieler-Vorlage = 3-fach werten.

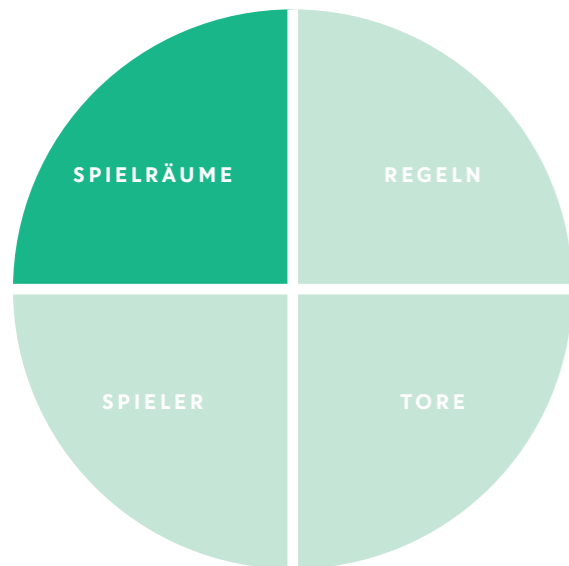
## KORREKTURHINWEISE FÜR DIE ANGREIFER

- ▶ Die Neutrale konsequent einbinden, um erfolgversprechende Tormöglichkeiten herauszuspielen!
- ▶ Durch cleveres Freilaufen und Absetzen vom Gegner in günstige Abschlusspositionen kommen!

## SCHWERPUNKTE DER MODERATION – RUND UM DIE TRAININGSSTEUERUNG

- ▶ Das personelle Übergewicht für die Angreifer ist eine wirkungsvolle Möglichkeit, das Herausspielen und Verwerten von Torchancen zu fördern!
- ▶ Das Herausspielen fällt leichter, dennoch existiert immer ein (reduzierter) spieltypischer „Gegnerdruck“!
- ▶ Gleichzeitig lassen sich durch variable Punktwertungen konkrete (anspruchsvollere) Torabschlüsse provozieren!
- ▶ Durch die Trainer-Einspiele nimmt die „Aktionsdichte“ zu! Längere Spiel- und Aktionsunterbrechungen bleiben aus!
- ▶ Die „Anspielpunkte“ regelmäßig wechseln!
- ▶ Auf aktive Pausen nach intensiven Spielphasen achten!

## AUFBAU DES HAUPTTEILS



## ZIELE UND INHALTE

## 15 MINUTEN

- ▶ Provozieren bestimmter Schwerpunkte der Torschuss-Vorbereitung durch vorgegebene „Aufbau-Zonen bzw. Ziele“
- ▶ Erleichtern der Angreifer-Aufgaben durch Zonen, in denen sie nicht attackiert werden dürfen
- ▶ Sicheres Herausspielen und Verwerten von Torchancen
- ▶ Schnelles Umschalten auf neue Situationen durch das flexible Einspielen eines neuen Balles
- ▶ Spiel- und Risikofreude



Je nach Situation das Zusammenspiel mit Einzelaktionen verbinden!

## ORGANISATION



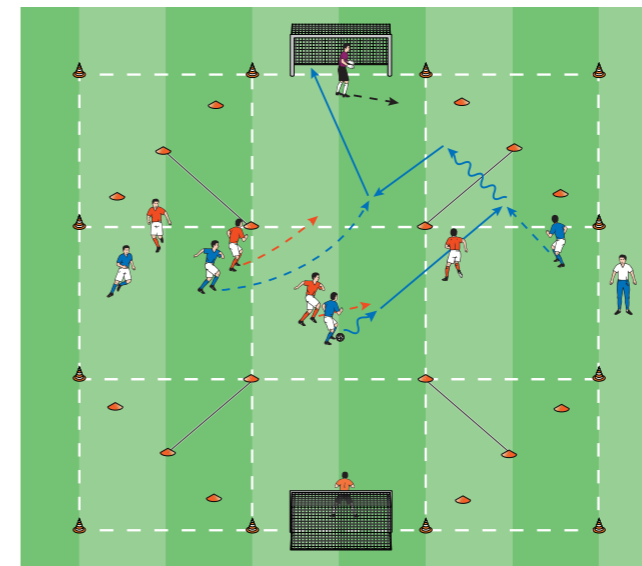
## AUFBAU DIESES PRAXISTEILS

- ▶ Mit Hütchen ein Feld von etwa 30 x 30 Metern abstecken und nochmals in 9 Zonen von jeweils 10 x 10 Metern Größe unterteilen.
- ▶ 2 Tore mit Torhütern
- ▶ Mit andersfarbigen Hütchen in jeder Ecke diagonale Ziellinien markieren.
- ▶ Für diverse Aufgaben begrenzen diese Linien das Feld, indem sie die betreffenden Eckzonen „abschneiden“.
- ▶ Zusätzlich die Verbindung zwischen je einem Eckhütchen der Mittelzone und der betreffenden Ziellinie markieren (vgl. Trainingsform 1).
- ▶ Pro Spieler 1 Ball



Der Trainer analysiert genau die Abläufe, um jederzeit helfen zu können.

## AUFGABE 1



## 4 GEGEN 4 IM ABGESCHNITTENEN FELD

- ▶ Spiel 4 gegen 4 auf die beiden Tore mit Torhütern in einem „abgeschnittenen“ Feld.
- ▶ Die 4 Eckzonen dürfen dabei nicht bespielt werden, so dass sich der Angriffsaufbau bzw. das Vorbereiten von Torabschlüssen zwangsläufig in mittlere Feldbereiche verlagert.
- ▶ Nach einem Treffer, Seiten- oder Toraus spielt der Trainer für die nächste Aktion einen neuen Ball von der Seite ein.
- ▶ **Variation 1:** Treffer direkt im Anschluss an ein Dribbling bzw. Zuspiel über die markierte diagonale Ziellinie (vgl. Abbildung) 3-fach werten!
- ▶ **Variation 2:** Nach einem Treffer, Seiten- oder Toraus setzt die ballberechtigte Mannschaft das Spiel fort.

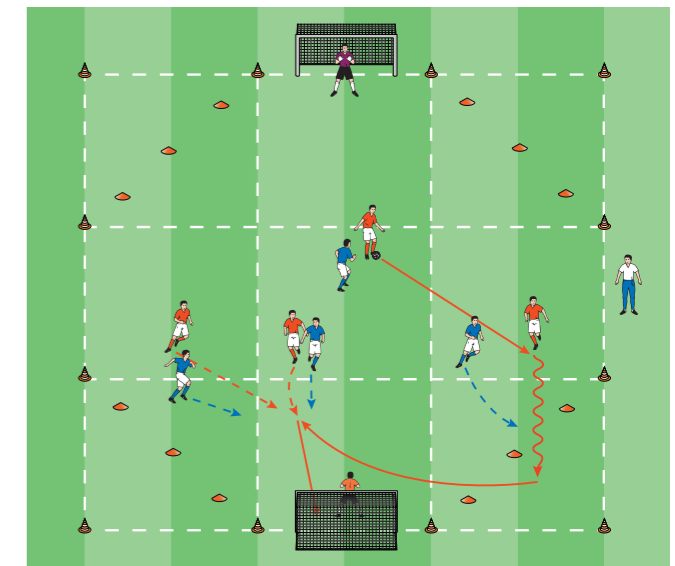
## KORREKTURHINWEISE FÜR DIE ANGREIFER

- ▶ Je nach Distanz zum Tor variabel abschließen – Schärfe und Präzision flexibel anpassen!
- ▶ Risikofreudig, aber nicht überhastet agieren!

## SCHWERPUNKTE DER MODERATION – RUND UM DIE TRAININGSSTEUERUNG

- ▶ Das „Abschneiden“ der Spielfeldecken provoziert das Herausspielen von Torchancen durch die Angriffsmitte!
- ▶ Die markierten Ziellinien fordern die Angreifer zusätzlich dazu auf, den Spielaufbau zunächst breit anzulegen, um dann diagonal nach innen vor das Tor vorzustoßen!
- ▶ Diese Steuerungsmöglichkeit über bespielbare Aktionsräume bzw. Ziellinien fördert somit die Variabilität, Spielschnelligkeit und „Vororientierung“ beim Herausspielen von Toren!
- ▶ Durch seine Zuspiele kann der Trainer bewusst einzelne Spieler ins Spiel bringen und fordern!
- ▶ Als Trainer die Aufgaben und Regeln je nach Qualität der Aktionen situationsgerecht anpassen!

## AUFGABE 2



## 4 GEGEN 4 MIT AUSSENZONEN

- ▶ Spiel 4 gegen 4 auf die beiden Tore mit Torhütern.
- ▶ Die 4 Eckzonen dürfen dabei nur von dem jeweiligen Angreifer-Team bespielt werden.
- ▶ Schafft es ein Angreifer per Einzelaktion oder Zusammenspiel, in eine der beiden Außenzonen zu kommen, kann er ungestört auf seine Mitspieler vor dem Tor hereingeben, die konsequent verwerten.
- ▶ **Variation 1:** Treffer sind *nur* nach einer Vorlage aus einer der Außenzonen möglich!
- ▶ **Variation 2:** Direkte Treffer im Anschluss an eine Vorlage von außen = 2-fach werten.
- ▶ **Variation 3:** Kopfball- oder Volley-Treffer im Anschluss an eine halbhohe/hohe Vorlage von außen = 3-fach.

## KORREKTURHINWEISE FÜR DIE ANGREIFER

- ▶ Durch plötzliche Spielverlagerungen Aktionsräume für einen (relativ) ungestörten Abschluss schaffen!
- ▶ So scharf und präzise wie möglich schießen!

## SCHWERPUNKTE DER MODERATION – RUND UM DIE TRAININGSSTEUERUNG

- ▶ Die Möglichkeit für die Angreifer, ungestört aus einer Außenzone „flanken“ zu können, fördert das zielorientierte Angriffsspiel über die Seiten!
- ▶ Dieser Spiel- und Aktionsvorteil für die Angreifer ist bewusst auf das Trainingsziel „Torchancen herausspielen und verwerten“ abgestimmt!
- ▶ Gleichzeitig lassen sich durch variable Punktwertungen (anspruchsvollere) Torabschlüsse provozieren!
- ▶ Ziel sind kontrollierte Abläufe bei der Angriffsvorbereitung und viele Torschussaktionen pro Spieler!
- ▶ Die Aufgaben und Regeln je nach Spielstärke flexibel anpassen!
- ▶ Auf aktive Pausen nach intensiven Spielphasen achten!



# SO VERLÄUFT DER DFB-INFO-ABEND 32

PHASE 1

## SCHWERPUNKTE/ZIELE

### MUSTER-TRAININGSEINHEIT STÜTZPUNKTTRAINING LIVE

- Die Trainer lernen in der Praxis kennen, wie der Schwerpunkt „Tore vorbereiten“ durch diverse Steuerungsmittel altersgemäß, interessant und fußballspezifisch zu fördern ist.
- Die Trainer sollen zu diesem Zweck einen Katalog an praktikablen, motivierenden und leistungsfördernden Steuerungsmöglichkeiten für das Training im Verein vermittelt bekommen.
- Die Trainer lernen darüber hinaus taktische Kernpunkte für das geschickte Herausspielen und Verwerten von Torchancen kennen.

## INHALTE

#### Teil 1: „Steuerungsmittel Regeln“

- 4 – 4: Spiel durch das Zentrum
- 4 – 4: Spiel über die Außen

#### Teil 2: „Steuerungsmittel Tore“

- 4 – 4: Vorbereiten präziser Abschlüsse
- 4 – 4: Spiel auf diverse Tore

#### Teil 3: „Steuerungsmittel Spieler“

- 2 – 2 plus 4 Anspieler I
- 2 – 2 plus 4 Anspieler II

#### Teil 4: „Steuerungsmittel Spielräume“

- 4 – 4 im abgeschnittenen Feld
- 4 – 4 mit Außenzonen

## VORSCHLAG FÜR DEN ABLAUF

#### Persönliche Begrüßung der Vereinstrainer

- Kurzer Überblick über Ablauf und Inhalte des 32. DFB-Info-Abends

#### Beginn und Moderation der Demonstrationstrainingseinheit aus dem Stützpunkttraining

- Erklärungen und zusätzliche Informationen per Moderation parallel zum Training
- Eventuell mit der Vereinstrainer-Gruppe an einzelne Spiel- und Übungsgruppen herantreten, um Spielaufbau, Erklärungen, Korrekturen und die Trainingssteuerung besser verfolgen zu können!

## MEDIEN



PHASE 2

### NACHBESPRECHUNG I RÜCKBLICK AUF DAS TRAINING

- Die Vereinstrainer sollen die präsentierten Aufgabenabläufe und Steuerungsmittel (Regeln – Tore – Spieler – Spielräume) im Hinblick auf die eigene Trainingsrealität im Verein prüfen.
- Den Vereinstrainern sollen konkrete Praxistipps vermittelt werden, wie sie diese Steuerungsmittel einsetzen und variieren können, um den speziellen Schwerpunkt „Tore vorbereiten“ alters- und leistungsgemäß fördern zu können.

#### Nachskizzieren des Trainingsablaufs

- Kurzer Rückblick auf Aufbau, Schwerpunkte und Ziele der Trainingsdemonstration

#### Diskussion und Anpassung der Trainingspraxis an die Vereinsrealität

- Leitfrage 1: Wie lassen sich die präsentierten Praxisformen und Steuerungsmittel in das Vereinstraining übertragen?
- Leitfrage 2: Welche Möglichkeiten habe ich als Vereinstrainer, die Steuerungsmittel und Tipps zu verwenden?
- Leitfrage 3: Wie kann ich z. B. durch individuelle Zusatzregeln besonders talentierte Spieler (Stützpunkt-Spieler) speziell fördern und fordern?

#### Vereinstrainer überzeugen, nicht überreden!

- Diskussion der präsentierten Trainingspraxis: Die Trainer zu Fragen, Anmerkungen und Kritik der Trainingsdemonstration auffordern!
- Die Vereinstrainer sollen kritisch prüfen, inwieweit sich die Trainingsvorschläge und die Steuerungsmittel auf die eigene Praxis übertragen lassen!
- Anpassungen und Lösungen für typische Probleme skizzieren!
- Vom Stellenwert einer systematischen Schwerpunkt-Schulung (hier das „Tore vorbereiten“) überzeugen! Den Vereinstrainern gleichzeitig Trainingshilfen vermitteln, wie sie solch einen Trainingsblock gleichermaßen systematisch, abwechslungsreich und flexibel steuern können!



PHASE 3

### NACHBESPRECHUNG II ZUKUNFTSORIENTIERTES TALENTE-TRAINING

- Die Vereinstrainer sollen für die Bedeutung einer systematischen Ausbildung in Trainingsblöcken (über diverse Einheiten hinweg) sensibilisiert werden.
- Die Vereinstrainer sollen Impulse bekommen, wie eine solche Ausbildung mit Blick auf konkrete Trainings-schwerpunkte auch an der Vereinsbasis zu realisieren ist.

#### Herausforderungen, Impulse und praxisorientierte Hilfen für eine individuelle Ausbildung im Verein

- Technisch-taktische Details zum Schwerpunkt-Block „Tore vorbereiten“ inklusive betreffender Anforderungsprofile an junge Spielerinnen und Spieler
- Systematischer Überblick über einen Katalog an diversen Steuerungsmöglichkeiten im Training
- Praxisorientierte Hinweise zum zielorientierten Einsatz dieser Steuerungsmittel, um die Lernziele zu erreichen
- Basisinformationen zu möglichen Korrekturingriffen und -abläufen mit jungen Spielerinnen und Spielern

#### Kurz-Referat zu Steuerungsmöglichkeiten im Training

- Der Referent kann mithilfe eines Übersichtsmodells (zum Download im Service-Portal) nochmals die Steuerungsmittel eines Trainers zusammenfassen!
- Einzelne Steuerungsmittel an konkreten Praxisbeispielen veranschaulichen!
- Die Praxisbeispiele möglichst auf den aktuellen Ausbildungsschwerpunkt „Tore vorbereiten“ abstimmen!
- Zu Zwischenfragen/Anmerkungen auffordern!





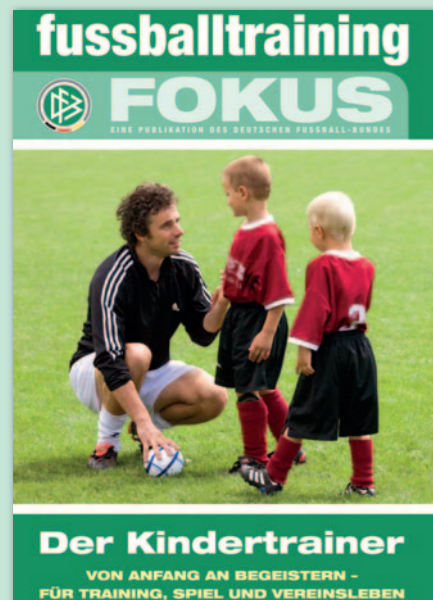
# AUS DER FT-FOKUS-REIHE



## DEN ZWEIKAMPF SUCHEN UND GEWINNEN.

Grundlagen und Details des 1 gegen 1.  
80 Seiten, A4-Format, 13,80 €

1 gegen 1 bleibt in allen Altersstufen eines der Kernthemen in der Trainingsplanung, denn Zweikampfstärke kann in Offensive wie Defensive spielentscheidend sein. Dieser Band zeigt, wie die dafür notwendigen technischen Fertigkeiten und individualtaktischen Kenntnisse – altersgemäß und dem Leistungsstand angepasst – vermittelt oder verfeinert werden können. Die Autoren liefern ein umfassendes Bild der technischen wie auch taktischen Erfordernisse des Zweikampfverhaltens in Offensive und Defensive und bieten vielfältige Trainingsmöglichkeiten.



## DER KINDERTRAINER.

Von Anfang an begeistern –  
für Training, Spiel und Vereinsleben.  
96 Seiten, A4-Format, 14,80 €

## MIT KLEINEN SPIELEN ZUM GROSSEN SPIEL.

Schon heute trainieren,  
was morgen gefragt ist.  
112 Seiten, A4-Format, 15,80 €



## Mit kleinen Spielen zum großen Spiel

SCHON HEUTE TRAINIEREN, WAS MORGEN GEFRAGT IST

# AUSBILDEN MIT KONZEPT



J. Daniel / K. Peter / N. Vieth

## KINDER- UND JUGENDFUSSBALL

Ausbilden mit Konzept 2 begleitet Trainer von U12- bis U15-Junioren und -Juniorinnen im Trainingsalltag!  
448 Seiten • 38,00 € (portofrei)

Auf der Grundlage der DFB-Ausbildungskonzeption bietet das Buch viele Spiel- und Trainingsformen, mit denen Trainer systematisch und intensiv das Dribbeln, Passen, Köpfen und Tore schießen üben sowie taktische Grundlagen einführen können; das Ganze eingebunden in einen altersorientierten, pädagogischen Betreuungsansatz.



P. Schomann / G. Bode / N. Vieth

## KINDERFUSSBALL

Ausbilden mit Konzept 1  
Kinder alters- und zeitgemäß fördern  
und mit viel Zuwendung betreuen!  
368 Seiten • 32,00 € (portofrei)

## F. Engel / M. Prus / N. Vieth JUGENDFUSSBALL

Ausbilden mit Konzept 3  
B- und A-Juniorentaining –  
Feinschliff für den Seniorenbereich!  
448 Seiten • 38,00 € (portofrei)



## Jugendfußball Ausbilden mit Konzept 3





TALENTFÖRDERUNG

# STARKE PARTNER FÜR DIE STARS VON MORGEN



**W**ir 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 eines starken Partners bauen!

