



# „DAS MUSST DU DOCH SEHEN!“

— Aktionsräume im Angriffsspiel mit System schaffen!

— Erfolgreich Raumorientierung und Spielmöglichkeiten im Angriffsspiel entwickeln!

# Inhalt

Einleitung - Auf ein Wort! .....	6
<b>„Klartext!“ Fünf Beispiele zur Trainingspraxis des Angriffsspiels .....</b>	<b>12</b>
<b>1. Beispiel: Raum im Rücken des ballführenden Spielers nutzen, um die Spielfortsetzung zu erleichtern .....</b>	<b>15</b>
1. Handlungsfeld: Tempodribbling in Kombination mit „scharfem Rückraumpass“ .....	22
2. Handlungsfeld: Präzise Winkel-Pässe, vor allem in Richtung Rückraum .....	24
<b>2. Beispiel: „Diagonal Orientation“ – Zeitvorsprung erlaufen und/oder Spielraum für die Flügelräume schaffen.....</b>	<b>26</b>
1. Handlungsfeld: Bewegliches Dreieck. Diagonale Freilaufbewegung: Laufen von innen nach außen.....	30
2. Handlungsfeld: „Das Dreieckspiel“ und „Das Supporter-Spiel“ .....	32
<b>3. Beispiel: „Erzeugen wir die Welle(n) und Überzahl!“ - Überzahlsituationen schaffen – Aus dem Verbindungsraum in den Flügelraum .....</b>	<b>34</b>
1. Handlungsfeld: „Lasst es fließen!“ .....	38
2. Handlungsfeld: „Sucht den freien Raum!“ und „Hinter die Defensive!“	40
3. Handlungsfeld: „Macht et!“ .....	44
<b>4. Beispiel: Der gegnerischen Kontrolle durch Verlagern entgehen! – In den freien Raum oder in den Fuß spielen?.....</b>	<b>46</b>
1. Handlungsfeld: „Seid auf Sendung!“ .....	52
2. Handlungsfeld: „Kurzes oder langes Passspiel – One-Touch oder One-Two?“ .....	56
3. Handlungsfeld: „Seitenwechsel!“ .....	58
4. Handlungsfeld: „Breite und Tiefe!“ .....	62
5. Handlungsfeld: „Verlagert und zieht die Räume frei!“ .....	66
6. Handlungsfeld: „Schnelle freie Flügel!“ .....	70

**5. Beispiel Trainingsziel: Möglichkeiten zum Torangriff vorbereiten! Was haben Give & Go, Give & Follow und das Dreieckspiel gemeinsam? .....74**  
Give & Go, Give & Follow und das Dreieckspiel in Unter-  
und Überzahl.....77  
Offense vs. Defense.....82  
Umschalten mit Wechsel-Pass und Nachrücken.....86

**Über den Autor ..... 92**

Hans-Dieter te Poel..... 93

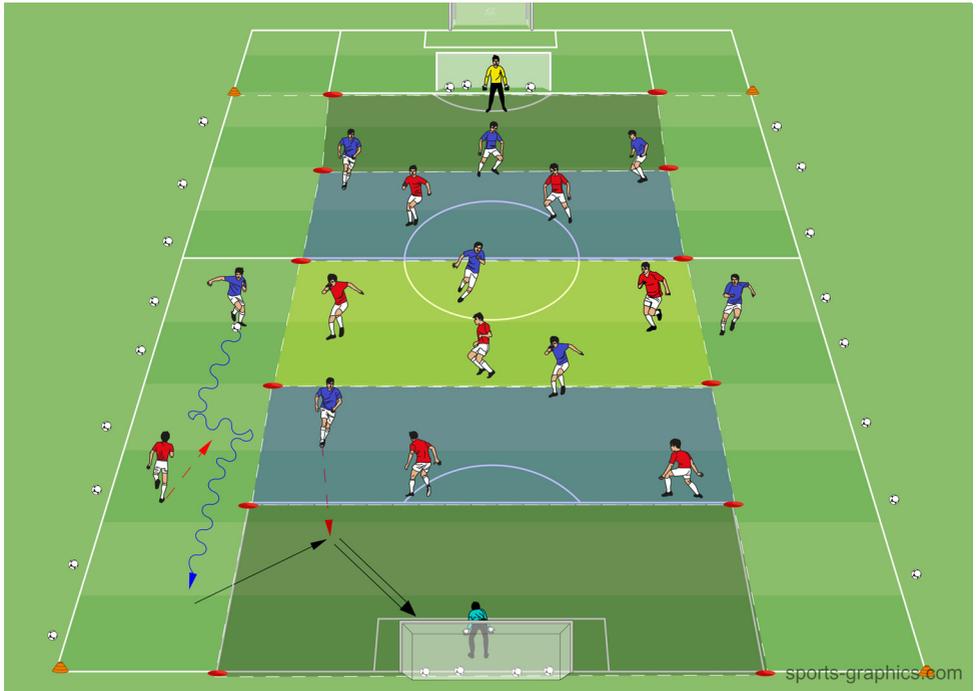


Abb. 1. „Platz schaffen für den aktiven Buddyguard!“

## ORGANISATION & ABLAUF

- 8-gegen-8 auf zwei Großtore mit Torwart in einem Drei-Viertel-Spielfeld.
- Mögliche Feldbesetzung: 1-3-3-2-Grundordnung.
- Man markiert fünf Zonen und zwei Flügelräume.
- Wie in der Abbildung erkennbar, soll zunächst jeweils immer nur ein Spieler des Teams in Ballbesitz in den Flügelräumen agieren (hier zwei Spieler aus der zweiten Reihe (Zone in Hellgrün)).
- Die Spieler im Flügelraum können von den Spielern in Rot-Weiß (aus deren letzte Reihe) in diesen angegriffen werden. Dadurch ergibt sich „Platz für den aktiven Buddyguard!“.
- Ein Tor kann nur dadurch erzielt werden, indem ein Spieler außerhalb der Zonen „vertikal durchdribbelt“ und danach den Pass in den Rückraum zum „Buddyguard“ spielt.
- Wenn ein „Buddyguard“ den Ball direkt ins Tor schießt, erhält er drei Punkte. Muss der Stürmer den Ball an- und mitnehmen und noch den Torwart oder einen anderen Gegenspieler ausspielen, erhält er zwei Punkte (Belohnung des schnellen und raumorientierten Nachrückens bei direktem Torerfolg).

- Der Trainer/Die Trainer sucht/suchen sich eine Position am Spielfeldrand, von der aus sie die Aktionen in der Offensive präzise beobachten können.

## BACKGROUND ZUM COACHING UND ZU WEITEREN VARIATIONEN

Der Spieler im Ballbesitz wagt am Flügel den Durchbruch und stellt auf seiner Spielfeldseite in Tornähe durch ein erfolgreiches Dribbling mit Finte eine 2 vs. 1 Situation her. In diesem Moment befindet sich der Spieler in Blau-Weiß hinter der Balllinie und wird durch einen Rückraumball, als Winkel-Pass gespielt, in Szene gesetzt. Der Torabschluss ist für diesen Spieler mit Laufrichtung zum Tor durch einen präzisen Torschuss-Pass möglich. Das „Platz schaffen für den aktiven Buddyguard!“ kann hierdurch praktisch umgesetzt werden. Dieses Signal/Dieser Coaching Code soll insbesondere die angeführten Anforderungen an die Aufmerksamkeitsleistung der Spieler auf den Punkt bringen und den Lernprozess durch entsprechendes verbales Coaching verstärken: „Warum mache ich jetzt das Dribbling!“ Diesbezüglich geht man an dieser Stelle bei Nachwuchsspielern noch nicht auf technische Details ein. Diese würden bei vielen Nachwuchsspielern den Verarbeitungsprozess stören: Ein Signal reicht an dieser Stelle. Situationsadäquate Hinweise zum Aufmerksamkeitstraining und technisch-koordinative Details können in nachfolgenden Schritten oder Maßnahmen folgen.

Wie man der Abbildung 1 entnehmen kann, gibt es noch weitere Spielvariationen für den Rückraum. Dem Trainer sind beim Transfer der Vorgehensweise z.B. in den Aufbau-, Verbindungs- und Assistraum didaktisch keine Grenzen gesetzt. Aufgrund des limitierten Publikationsrahmes soll dieser jedoch nicht weiter ausgeführt werden.

Stellt man nun als Trainer im Rahmen dieser Spielform fest, dass die Spieler die Aufmerksamkeitsrichtung (und die damit verbundene Wahrnehmung, Antizipation, Kreativität und Spielintelligenz) nicht steuern können, weil sie bedeutende von weniger bedeutenden Informationen für die Entscheidungsfindung nicht unterscheiden können, können die sogenannten Subprozesse der Aufmerksamkeit helfen, die Entscheidungsfindung im Nachgang zu verbessern.

**Konkret: Ist der Aufmerksamkeitsfokus des Spielers zu sehr auf die Bewegung selbst als auf das Bewegungsziel „Platz schaffen“ ausgerichtet, zielt man als Trainer auf die selektive Aufmerksamkeit des Spielers ab: Hervorheben der Mittelzone (in der Abb. 1 in Hellgrün).**

Kann der Rückraumspieler aus dieser kommend ein Tor erzielen, zählt dieses dreifach. Das bewusste, unbewusste und entdeckende Lernen bleibt hierdurch den Spielern immer noch erhalten.

Zeigt der Spieler, dass ihm das Teilen der Aufmerksamkeit im Spielraum Probleme bereitet, er verliert z.B. den Ball beim Scannen des Rückraums oder spielt den Ball zu früh ab, können in der Praxis andersfarbige Leibchen oder die Variation der Größe des Spielraums helfen, die Aufmerksamkeitsressourcen des Spielers auf zwei Bereiche zu verteilen.

Nimmt man als Trainer wahr, dass das Timing zwischen Ballbesitzer und Rückraumspieler im Spielraum „passt“ und sich jedoch technische Problemfelder offenbaren, kann man zeitweilig in explizite Lernphasen übergehen und diese mit einer Aufmerksamkeitsorientierung durch ein verstärkendes gezieltes

- Wiederholen,
- Individualisieren und
- Differenzieren

verbinden.

Nachfolgend sollen für diese Trainingspraxis zwei Handlungsfelder angeführt werden:

# 1. Handlungsfeld: „Lasst es fließen!“

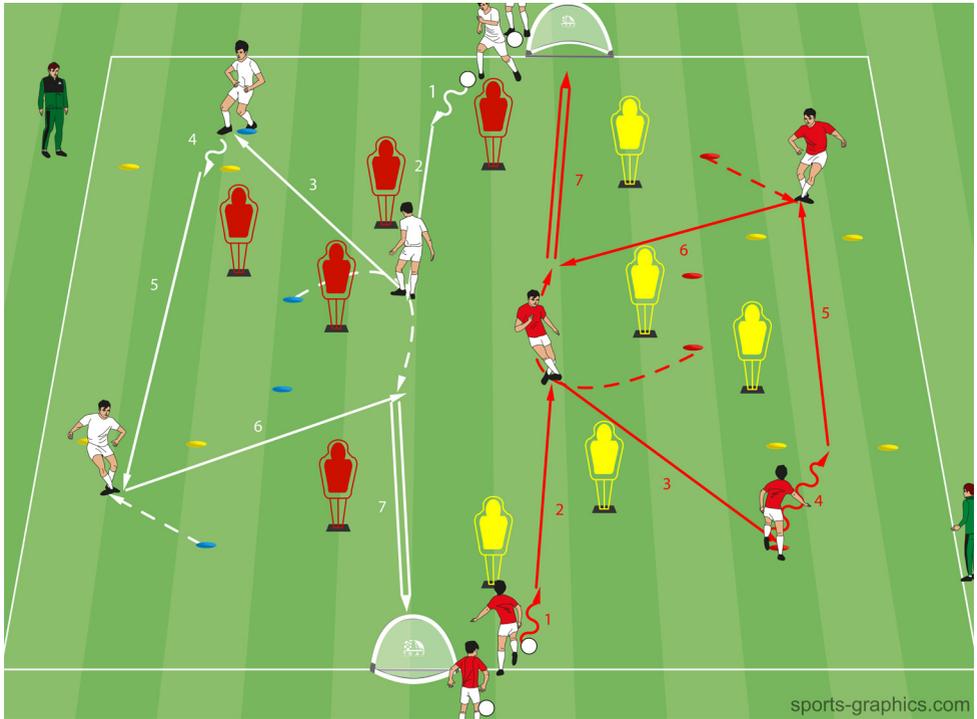


Abb. 9. „Lasst es fließen!“

## ORGANISATION & ABLAUF

- Das Übungsfeld, hier zweifach eingezeichnet, kann je nach Entwicklungsstand und Anzahl der Nachwuchsspieler, an dieser Stelle für 10 Spieler, mit einer Größe zwischen 30 und 50 Meter wie abgebildet markiert werden.
- Die Form beginnt (1) mit einem schrägen Andribbeln (vgl. die Forderung in Abb. 9). Diesem folgt ein gerader Pass (2) in den Fuß des sich seitlich bogenförmig absetzenden Mitspielers, der einen Winkel-Rückpass (3) zum Spieler am Flügel spielt. Dieser nimmt über einen kurzen Anlauf den Pass an und spielt den sich aus der Tiefe des Feldes anbietenden Spieler am Flügel mit einem geraden Flach-Pass durch zwei markierte gelbe Hütchentore (5) in Richtung Mini-Tor an. Gleichzeitig setzt sich der Spieler im Zentrum nach hinten ab und erhält im Lauf durch einen zweiten Winkel-Pass (6) die Möglichkeit, diesen in Richtung Mini-Tor direkt mit einem weiteren Flach-Pass präzise abzuschließen.

- Die Spieler sollen jeweils um eine Position aufrücken, so dass auf beiden Seiten eine Rotation entsteht (in der Abb. 10 zunächst gegen den Uhrzeigersinn). Eine Rotation mit dem Uhrzeigersinn ist nach einiger Zeit angeraten, da insbesondere die Beidfüßigkeit in Verbindung mit den entsprechenden Passwinkeln geschult werden sollen.

Insgesamt betrachtet hat sich die Übungsform in der Praxis als ein wirksames Trainingsmittel, zunächst ohne Gegenspieler, zur Schulung des schrägen Andribbelns, des läuferischen Aufsuchens von Passlinien und der präzisen beidfüßigen Pass-Kombinationen bewährt. Hierbei spielt das Timing mit und ohne Ball und das kreieren von Passlinien, hier explizit aufgezeigt, in unterschiedlichen Geschwindigkeiten, Längen und Winkelverhältnissen für das störungsfreie Herstellen von Überzahl im Angriff eine zentrale Rolle.

In einem zweiten Schritt kann man nunmehr diesen „Overflow“ in einer weiteren Übungsform in einem 3 vs. 2 (teilaktiv) trainieren (vgl. Abb. 10).



## 4. Handlungsfeld: „Breite und Tiefe!“

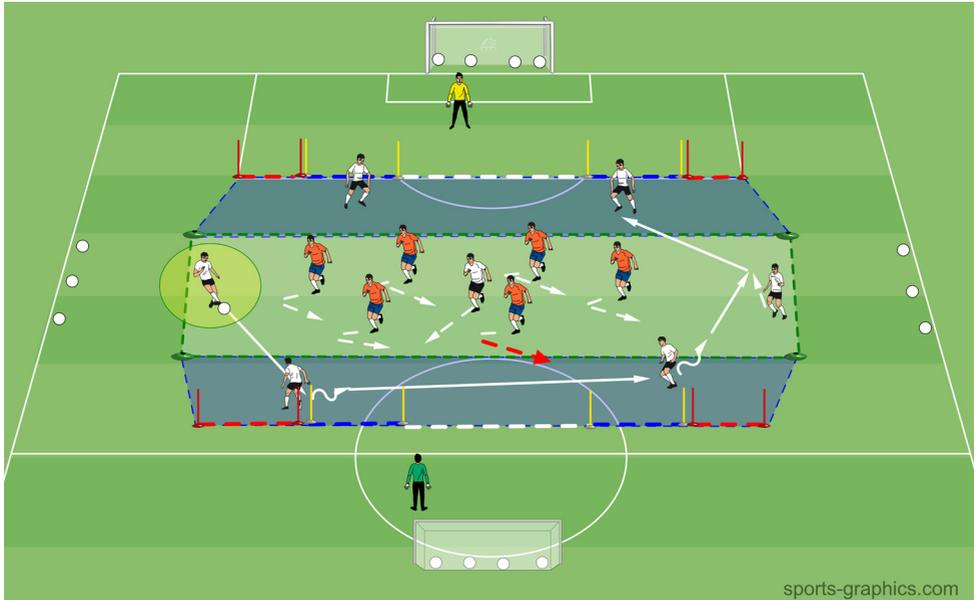


Abb. 17. „Breite und Tiefe!“

### ORGANISATION & ABLAUF

- 7 plus 2 TW und Großstore gegen 6. In dem Raum in Hellgrün wird 6 in Orange-Blau-Weiß gegen 3 in Weiß-Schwarz in gespielt. 4 weitere Spieler in Weiß-Schwarz verteilen sich in den Räumen in Blau wie abgebildet. Insgesamt betrachtet stellen die Spieler in Weiß-Schwarz jeweils 2 Innenverteidiger, 2 Außenbahnspieler/-verteidiger und einen 6er dar. Die Spieler in Orange-Blau-Weiß weisen zwei Ketten im „4-2“ auf.
- Man markiert wie abgebildet drei Räume von insgesamt ca. 35 x 55 Metern, wobei die Räume in Blau eine Tiefe von ca. 8 Metern betragen sollen.
- Die Markierungsstangen in Gelb und Rot werden an den beiden Kopfseiten so gesteckt/ platziert, dass drei „Durchgangsbereiche“ erkennbar sind: Rot außen, Weiß-Gelb innen und Blau-Gelb in den „Halbräumen“.
- Die Innenverteidiger versuchen sich den Ball aus ihren Räumen heraus gegenseitig zuzupassen. Diesbezüglich können sie die 3 Mitspieler in dem Raum in Hellgrün situativ durch „Verlagern“ nutzen.

- Befindet sich der Ball in den Räumen in Blau (=Aufbauräume), kann jeweils 1 Spieler in Orange-Blau-Weiß in diesen hinein und entschieden dem Ballgewinn nachgehen. Gelingt ein Ballgewinn in den jeweiligen Räumen, können alle Spieler in Orange-Blau-Weiß Richtung Tor sprinten und versuchen gemeinsam ein Tor gegen die Spieler in Weiß-Schwarz zu erzielen.
- Diesbezüglich gibt es eine besondere Bewertung: Dribbelt oder passt der Spieler in Orange-Blau-Weiß nach dem Ballgewinn im Aufbauraum oder im Raum in Hellgrün durch den Durchgangsbereich in Weiß (gestrichelt) und erzielt danach allein oder im Gruppenverbund ein Tor, erhält dieser 3 Punkte. Dribbelt oder passt dieser durch den Durchgangsbereich in Rot (gestrichelt) und erzielt ein Tor, erhält dieser 1 Punkt. Erfolgt der Durchbruch über die gestrichelte Linie in Blau, werden dem Spieler/der Gruppe 2 Punkte zugeschrieben. Begründung: Der direkte Weg zum Tor wird besonders „belohnt“.
- Fällt eine Markierungsstange, wird die Spielform unterbrochen.
- Je nach Könnensstand sind Spielzeiten mit Pausen und im Intervall von jeweils ca. 4 bis 6 Minuten in unterschiedlichen Wettkampfformaten anzuraten.
- Die Regeln zum Abseits sind zu berücksichtigen.

### **BACKGROUND ZUM COACHING UND ZU WEITEREN VARIATIONEN**

Die Positionen sind in dieser Ausschnittsspielform eindeutig verteilt. Der Gegner in Orange-Blau-Weiß soll in Überzahl durch das permanente „Weiterreichen“ des Balles zum Verschieben gezwungen werden, so dass entstehende Räume in den Reihen des Gegners zum präzisen und sicheren Passspiel im gedachten Spielaufbau genutzt werden können. Je nach Könnensniveau und in Überzahl sollen auch Chipbälle, Volley- und Brust-Pässe eingesetzt und auf Vor- und Nachaktionen geachtet werden.

Darüber hinaus soll der Gegner sein gesichertes und gestaffeltes Positionsspiel aufgeben und zum 1 gegen 1 oder 2 in die Räume in Blau hervortreten. Dadurch wird freier Raum für die Mitspieler in Weiß-Schwarz geschaffen, der entsprechend besetzt und für die Verlagerung genutzt werden kann. Um die überragende Bedeutung eines sicheren und präzisen Aufbauspiels mit Verlagerungen für die Spieler zu verdeutlichen (vgl. Tab. 4), werden den Gegenspielern Bonuswertungen bei Ballgewinn zugesprochen und gleichzeitig die anderen Spielphasen wettkampfgemäß mittrainiert.

In dieser Spielform bieten sich zahlreiche situative Coachinghinweise für die Spieler an:

- „Kein Gegner im Rücken? Aufdrehen!“
- „Gegner im Rücken? One-Touch-Pass: Klatschen lassen!“

- „Gegner im Rücken? Schritte zur Seite: Aufdrehen!“
- „Gegner im Rücken? Entgegenkommen und One-Touch-Pass: Klatschen lassen!“
- „Klatsch“ oder „Dreh!“
- „Klatsch“ und „Jetzt!“
- „Hinter dem Gegner? Voraktion: Raus aus dem Deckungsschatten!“
- „Enger Raum, Gegner presst? Tiqui-Taca, Patsch-Patsch-Pässe, kaatsen mit neuer Laufposition oder klatschen lassen oder enge Dreiecks-Pässe!“
- „Aus dem engen Raum herausspielen? Wechsel-Pässe in Tiefe und Breite!“
- „Keeper! Klatsch!“
- „Lass laufen!“ Das bedeutet für den IV und AV: „Du kannst den Ball an deinem Standbein vorbeilaufen lassen, kein Gegner bei dir!“

Die Spielform lässt sich problemlos mit zahlreichen neuen Situationsarrangements verbinden und damit variieren:

- Die Torhüter können von den IV miteinbezogen werden (Rückpassspiel ermöglichen).
- Der dritte Spieler von Weiß-Schwarz im Zentrum kann in allen drei Räumen agieren. Idee: Abkiprender 6er!
- Statt eines Achtecks werden Ellipsen oder Kreise markiert, die die Hinzunahme eines dritten Aufbauspielers ermöglichen.
- Variationen bei den Kontaktzahlen oder Zeitvorgaben der Spieler.
- Wettkampfformen für die Gruppe in Überzahl: a) Welche Gruppe hält den Ball am längsten? b) Welche Gruppe schafft die meisten Wechsel der Aufbauzonen? Gruppe des Tages auszeichnen!
- Wettkampfformen für die Gruppe in Unterzahl: a) Schafft ihr eine Balleroberung in unter sechs Sekunden? b) Schafft ihr eine Balleroberung und einen erfolgreichen Torabschluss in unter 9 Sekunden? Gruppe des Tages auszeichnen!
- Die gelben Stangentore werden durch 4 Mini-Tore und die 8 roten Stangentore durch 4 Hütchen-Eckmarkierungen ersetzt und die Großstore plus TW entfallen. Dadurch wird die Spielform vereinfacht!

In der folgenden Positionsspielform Abb. 18 "Verlagert und zieht die Räume frei!" soll der Gegner aus seiner 4-3-Formation heraus in Unterzahl intensiv „durchbewegt“ werden.

# ÜBER DEN AUTOR

---



# Hans-Dieter te Poel

Hans-Dieter te Poel ist DFB-Fußballlehrer (UEFA Pro-Licence), Diplom-Sportwissenschaftler mit den Schwerpunkten Trainings- und Bewegungswissenschaft, Sportspiele und Kognition, Inhaber des Coerver-Coaching-Zertifikats (Fußball-Techniktraining) und Pädagoge und Studienrat.

Als ehemaliger Auswahlspieler verfügt er über langjährige Erfahrungen als Trainer im Leistungs- und Hochleistungssport und ist Mitglied im Profi-Trainerverband BDFL und in der DVS, ASP und dem DSLV.



Er ist Lehrbeauftragter für Fußball an der Deutschen Sporthochschule Köln, Dozent für fußballspezifisches Training und Coaching am Internationalen Fußball Institut in München und war in den Landesleistungszentren Essen und Straelen und in dem Bundesleistungsstützpunkt Dortmund/München tätig. Als Stützpunkttrainer des DFB ist er außerdem in der Trainerfortbildung, der Begabten- und Eliteförderung und Konfliktberatung tätig und aktuell in den Bereichen Digitalisierung und Führungsverhalten im professionellen Sport engagiert unterwegs.

Er ist Autor für die Fachzeitschriften fußballtraining, leistungssport, Spektrum der Sportwissenschaften, sportunterricht und Autor und Mitautor zahlreicher Fachbücher in deutscher, englischer und chinesischer Sprache und hat sechs Jahre lang an allen neuen Lehrplänen für das Fach Sport im Hessischen Kultusministerium mitgearbeitet. Beim Deutschen Fußball-Bund konnte er seine umfangreichen Erfahrungen in der Kommission Fußball weitergeben. Er tritt als Referent im In- und Ausland auf und wurde für seine Arbeiten bereits mehrfach ausgezeichnet.



STREAM UND DOWNLOAD

# HYBALLAS GEGENPRESSING

Von *Peter Hyballa*

Peter Hyballa zeigt in „Hyballas Gegenpressing“ nicht nur einfache Übungs- oder Spielformen, sondern erklärt und verbessert die Spieler mit wichtigen Coaching-Punkten!

Jetzt erhältlich, als Stream/Download  
[www.ifj96.de](http://www.ifj96.de)

## DER IFJ96 WEBSHOP

Streaming/Videos, Bücher, eBooks und Software. Im IFJ96 Webshop, finden Trainer alles, was Sie für Ihr Training brauchen!

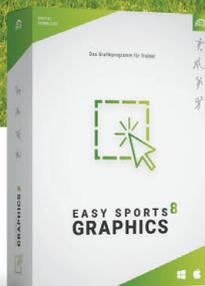
- ✓ Seit über **20 Jahren** weltweit für Trainer aktiv!
- ✓ **30 Tage Rückgaberecht**, schnell und unkompliziert!
- ✓ **Kostenloser Versand** bundesweit!



[www.ifj96.de](http://www.ifj96.de)

# SOFTWARE FÜR TRAINER, LEHRER UND AUTOREN!

Bei über 40.000 Trainern weltweit im Einsatz!



easy Sports-Graphics

## Das Grafikprogramm für den Fußball!

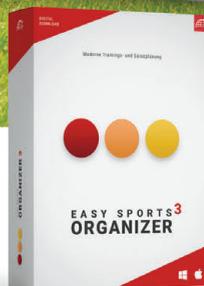
Erstellen Sie professionelle **Sportgrafiken** für Ihre Trainingsplanung, Präsentation, Webseite oder Buch.



easy Animation

## Die Software für Sportanimationen

Bringen Sie Ihre **Taktikanalyse, Spielzüge** und **Übungen** auf ein neues Level! Mit Animationen, Inhalte verständlich erklären!



easy Sports-Organizer

## Moderne Trainingsplanung

Erstellen Sie Schritt für Schritt einzelne Übungen, **komplette Trainingspläne** oder organisieren Sie die gesamte Saison!



**KOSTENLOSE DEMOS AUF**  
**[www.easy-sports-software.com](http://www.easy-sports-software.com)**

