

Inhalt

Vorwort I	9
Vorwort II	11

1 Einführung **15**

1.1 WARUM ein weiteres Buch zum Thema Fußball?	15
1.2 WAS ist das Ziel des Buches?	16
1.3 WIE geht das Buch vor?	17

2 Ein bisschen Theorie ... **19**

2.1 Methodisch-didaktische Vorüberlegungen	19
2.2 Zu den Entwicklungsmerkmalen, Ausbildungszielen und -inhalten	21
2.3 Zu den Methoden im Fußball	28
2.3.1 Allgemeine methodische Verfahren	28
2.3.2 Bedeutsame Trainingsmethoden im Fußball	33
2.3.2.1 Die einfache und die komplexe Übungsmethode	33
2.3.2.2 Die Spielmethode	36
2.3.2.3 Die Trainingsmethode	39
2.3.3 Lehrverfahren/Methodenkonzeptionen im Fußball	44
2.3.3.1 Methodische Reihen	44
2.3.3.2 Das spielgemäße Konzept	48
2.3.3.3 Das spielorientierte Konzept	48
2.4 Zur Bedeutung der Methoden im Lernprozess und in den verschiedenen Entwicklungsstufen	49
2.4.1 Zum Zusammenhang von Methoden und Lernprozessstufen	49
2.4.2 Zum Zusammenhang von Methoden und Entwicklungsstufen	52
2.5 Strukturkonzept von Unterrichtsstunden/Trainingsstunden – allgemeine Hinweise zur Trainingsplanung	53

D-Jugend 5-6 PS 7-8 AS**61**

3.1.1	Erste Lehreinheit:	61
	Verbesserung des Dribblings	
1.	TE: Verbesserung des Dribblings – Teil I	61
2.	TE: Verbesserung des Dribblings – Teil II	65
3.	TE: Verbesserung des Dribblings – Teil III	70
3.1.2	Zweite Lehreinheit:	74
	Verbesserung des Passspiels	
1.	TE: Verbesserung des Passspiels – Teil I	74
2.	TE: Verbesserung des Passspiels – Teil II	79
3.	TE: Verbesserung des Passspiels – Teil III	83
3.1.3	Dritte Lehreinheit:	88
	Schulung und Verbesserung des individualtaktischen Abwehrverhaltens	
1.	TE: Das Abwehrverhalten im 1:1 – das Tempoaufnehmen gegen einen dribbelnden Angreifer	88
2.	TE: Das Abwehrverhalten im 1:1 gegen einen den Ball erwartenden Angreifer	94
3.	TE: Das Abwehrverhalten im 1:1 aus verschiedenen Spielsituationen	99
3.1.4	Vierte Lehreinheit:	104
	Verbesserung des Zusammenspiels in unterschiedlichen Zahlenverhältnissen	
1.	TE: Das Spiel in Überzahl	104
2.	TE: Das Spiel in Gleichzahl	110
3.	TE: Das Spiel in Unterzahl	115

C-Jugend 7-8 PS 9-10 AS**122**

3.2.1	Erste Lehreinheit:	122
	Schulung und Verbesserung des Kopfballspiels	
1.	TE: Der gerade Kopfstoß	122
2.	TE: Verwerten von seitlich zugespielten Bällen	127
3.	TE: Verwerten hoher Zuspiele unter Gegnerdruck	132

3.2.2	Zweite Lehreinheit:	137
	Verbesserung des individualtaktischen Angriffsverhaltens	
1.	TE: Das Angriffsverhalten im 1:1 – der Angreifer steht frontal zum gegnerischen Tor	137
2.	TE: Das Angriffsverhalten im 1:1 – der Angreifer steht mit dem Rücken zum gegnerischen Tor	143
3.	TE: Das Angriffsverhalten im 1:1 aus verschiedenen Spielsituationen	149
3.2.3	Dritte Lehreinheit:	154
	Schulung des Raumdeckungsverhaltens	
1.	TE: Hinführung zur Ballorientierung	154
2.	TE: Ballorientierung in Unterzahl	158
3.	TE: Das Training der Dreierkette im 3-5-2- bzw. 3-4-3-System	162
3.2.4	Vierte Lehreinheit:	168
	Gruppentaktische Angriffsmaßnahmen und wettkampfgemäße Anwendung	
1.	TE: Das Hinterlaufen	168
2.	TE: Das Kreuzen/das Hinterlaufen	173
3.	TE: Der Doppelpass	178

B-Jugend 9-10 PS 11-13 AS

183

3.3.1	Erste Lehreinheit:	183
	Verbesserung des Durchsetzungsvermögens, der Zweikampfhärte und -verträglichkeit	
1.	TE: Verbesserung des Durchsetzungsvermögens	183
2.	TE: Ballkontrolle und Torabschluss in Unterzahl	189
3.	TE: Verarbeiten von hohen Bällen unter Gegnerdruck	195
3.3.2	Zweite Lehreinheit:	201
	Verbesserung und Anwendung des Doppelpasses	
1.	TE: Der Doppelpass in seiner wettkampfgemäßen Anwendung	201
2.	TE: Der verzögerte Doppelpass am Flügel	207
3.	TE: Der Doppelpass mit der Spitze	213
3.3.3	Dritte Lehreinheit:	219
	Das Training von Angriffsmitteln gegen einen personell verstärkten Abwehrverband – das Spiel mit drei Spitzen	

1.	TE: Kombinationen nach Zuspiel auf den Mittelstürmer.....	220
2.	TE: Kombinationen nach Zuspiel auf den Flügelstürmer	225
3.	TE: Von außen eingeleitete Angriffskombinationen.....	230
3.3.4	Vierte Lehreinheit:.....	235
	Schulung und Verbesserung mannschaftstaktischer Angriffsmaßnahmen	
1.	TE: Verbesserung des sicheren Spielaufbaus.....	235
2.	TE: Verbesserung des Spiels aus engen Räumen – die Spielverlagerung	242
3.	TE: Verbesserung des Konterspiels – schnelles Umschalten von Abwehr auf Angriff	247

Literatur

255

Bildnachweis

255