

INHALT

1	FUSSBALL BEGINNT IM KOPF	11
2	KOMPLEXITÄTSFAKTOREN IM FUSSBALL	17
2.1	Fuß statt Hand	19
2.2	Großes Spielfeld und hohe Spieleranzahl	19
2.3	Kleines Ziel	20
2.4	Äußere Einflussfaktoren	20
2.5	Vielseitige Voraussetzungen	20
2.6	Fazit	21
3	WELTSTANDSANALYSE	
	– MERKMALE VON SPITZENSPIELERN UND SPITZENTEAMS	23
3.1	Technik	26
3.2	Athletik	28
3.3	Mentale Faktoren	29
3.4	Defensive	30
3.5	Offensive	32
3.6	Spieltempo	35
3.7	Wer 1:0 führt	36
3.8	Kopfballspiel	36
4	SPIELIDEE	39
5	DIE TALENTFRAGE – ÜBUNG MACHT DEN MEISTER	45
6	TAKTISCHE PERIODISIERUNG	
	ALS MODELL FÜR EINE MODERNE TRAININGSGESTALTUNG	53
	Professor Manuel Sérgio	54

7 TAKTIK	59
8 VERSCHIEDENE TAKTISCHE HANDLUNGEN IM FUSSBALL	63
8.1 Individualtaktik	64
8.2 Gruppentaktik	65
8.3 Mannschaftstaktik	66
9 DIE VIER PHASEN DES SPIELS	69
9.1 Phase 1	72
9.2 Phase 2	73
9.3 Phase 3	74
9.4 Phase 4	75
10 PERFEKTES UMSCHALTVERHALTEN – DER SCHLÜSSEL ZUM ERFOLG	79
10.1 Umschalten bei Ballgewinn	82
10.2 Umschalten bei Ballverlust	82
11 ZONENFUSSBALL	87
11.1 Breitenachse	90
11.2 Längsachse	91
11.3 Längsachse und Breitenachse	92
11.4 Ableitungen	93
12 PRESSING: DEFENSIVSTRATEGIEN MIT SYSTEM	97
12.1 Abwehrpressing	100
12.2 Mittelfeldpressing	102
12.3 Angriffspressing	104
12.4 Gegenpressing	107
13 GRUNDORDNUNGEN UND SPIELSYSTEME	111
13.1 Spielerorientiert oder systemorientiert	120
13.2 Die drei Basis-Grundordnungen	122

13.3	Gängige Spielsysteme im modernen Fußball	123
a)	1-4-4-2-Linie	124
b)	1-4-4-2-Raute	126
c)	1-4-3-3	130
d)	1-4-2-3-1	133
e)	1-4-1-4-1	136
f)	1-5-3-2	139
14	SPIELSYSTEME MIT DREIERKETTE	141
14.1	1-3-5-2	146
14.2	1-3-4-3	149
15	AUFEINANDERTREFFEN IDENTISCHER SPIELSYSTEME	153
15.1	Analyse beim Aufeinandertreffen identischer Spielsysteme	155
15.2	Aufeinandertreffen zweier verschiedener Spielsysteme	159
16	MATCHPLAN – PERFEKTE VORBEREITUNG AUF DAS NÄCHSTE SPIEL	165
16.1	Inhalte eines Matchplans	168
16.2	Gegneranalyse	170
16.2.1	Was ist die Spielidee des Gegners?	170
16.2.2	Analyse des individuktaktischen Offensivverhaltens	171
16.2.3	Analyse des individuktaktischen Defensivverhaltens	171
16.2.4	Analyse des gruppentaktischen Offensivverhaltens	172
16.2.5	Analyse des gruppentaktischen Defensivverhaltens	172
16.2.6	Analyse des mannschaftstaktischen Offensivverhaltens	173
16.2.7	Analyse des mannschaftstaktischen Defensivverhaltens	173
16.3	Gegneranalyse der Standardsituationen	174
16.3.1	Anspiel	174
16.3.2	Freistoß	175
16.3.3	Eckball	177
16.3.4	Einwurf	181
16.3.5	Elfmeter	184

16.4	Plan B: Wenn-dann-Strategien	187
16.5	Plan B: Unterzahl-/Überzahlsituationen	188
17	MUSTERMATCHPLAN	193
17.1	Allgemeine Punkte	195
17.2	Wie verhält sich der Gegner in den vier Phasen des Spiels?	196
17.3	Taktische Analyse	198
a)	1-4-4-2 vs. 1-4-3-3	198
b)	Taktische Analyse in der Defensive	199
c)	Taktische Analyse in der Offensive	200
17.4	Gegneranalyse der Standardsituationen	201
a)	Gegneranalyse des Anspiels in der Defensive	201
b)	Gegneranalyse des Anspiels in der Offensive	201
c)	Gegneranalyse Freistoß in der Defensive	201
d)	Gegneranalyse Freistoß in der Offensive	202
e)	Gegneranalyse Eckball in der Defensive	202
f)	Gegneranalyse Eckball in der Offensive	202
g)	Gegneranalyse Einwurf in der Defensive	202
h)	Gegneranalyse Einwurf in der Offensive	203
i)	Gegneranalyse Elfmeter in der Defensive	203
j)	Gegneranalyse Elfmeter in der Offensive	203
17.5	Plan B	204
18	GESTALTUNG DER TRAININGSWOCHE	207
	AUSBLICK	211
	BILDNACHWEIS	216