

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Andreas Köpke .....	7
Einleitung .....	9

---

## Teil I: Ausgangsbedingungen: Lange vor dem Elfmeterschießen ...

1	Gewinnt das Team, welches zuerst schießt, das Elfmeterschießen? .....	14
2	Besteht ein Heimvorteil beim finalen Elfmeterschießen? .....	16
3	Hat das Team, welches den letzten Treffer im Spiel erzielt, größere Chancen, das Elfmeterschießen zu gewinnen? .....	20
4	Schießen Engländer schlechter Elfmeter als Deutsche? .....	22
5	Soll der Gefoulte den Elfmeter besser nicht selbst schießen? .....	24
6	Wie groß ist die Wahrscheinlichkeit, dass zwei Elfmeter für die gleiche Mannschaft in einem Spiel gegeben werden? .....	26
7	Sollte der Schütze ein rotes Trikot tragen? .....	28

---

## Teil II: Schütze

### Auswahl der Spieler

8	Sollte der Schütze hoffnungsorientiert sein? .....	32
9	Sollte der Schütze Linksfuß sein? .....	34

### Anlauf

10	Sollte der Schütze über Verhaltensroutinen verfügen? .....	38
11	Ist das Verhalten von Torhütern vorhersehbar? .....	42
12	Spielt der Anlaufwinkel eine Rolle? .....	46
13	Sollte der Schütze sein Schussziel im Vorfeld festgelegt haben? .....	50
14	Sollte der Schütze sich Zeit für den Schuss nehmen? .....	54
15	Kann man als Schütze den Torhüter überhaupt vollkommen ignorieren? ....	58

### Schuss

16	Sollte der Schütze den Ball in die Nähe von, aber noch unterhalb der Torlatte schießen? .....	64
----	---	----

17	Sollte der Schütze beim Ausführen des Schusses einen fokussierten Blick auf das Ziel haben .....	68
18	Sollte der Schütze ein deutliches Aufzeigen des Standbeines in Schussrichtung vermeiden? .....	72

### **Nach dem Schuss**

19	Sollte ein Tor im Elfmeterschießen deutlich sichtbar gefeiert werden? .....	78
----	---	----

---

## **Teil III: Torhüter**

### **Vor dem Elfmeter**

20	Wie kann man als Torhüter seine (Antizipations-)Leistung verbessern? .....	82
----	--	----

### **Anlauf**

21	Sollte der Torhüter den Schuss so lange wie möglich hinauszögern? .....	88
22	Sollte der Torhüter die Aufmerksamkeit des Schützen auf sich selbst lenken? .....	92
23	Sollte der Torhüter täuschende Bewegungen ausführen? .....	96
24	Sollte der Torhüter direkt in der Mitte des Tors stehen? .....	100
25	Sollte der Torhüter versuchen, die Schussrichtung zu antizipieren? .....	104
26	Sollte der Torhüter eine Reaktion kurz vor dem Ballkontakt ausführen? ....	106
27	Sollte der Torhüter während der letzten Anlaufphase stillstehen? .....	110

### **Schuss**

28	Sollte der Torhüter manchmal in der Mitte des Tors stehen bleiben? .....	116
29	Sollte der Torhüter von sich aus nach links springen, wenn der Schütze mit dem rechten Fuß schießt? .....	118
30	Sollte der Torhüter sich darauf konzentrieren, wo der Schütze den Ball trifft? .....	122
31	Sollte der Torhüter versuchen „groß zu wirken“? .....	124

### **Nach dem Schuss**

32	Sollte der Torhüter Freude und Stolz nach einer geglückten Parade zeigen? ..	128
----	--	-----

---

## **Anhang**

Bildnachweise .....	133
---------------------	-----