

Interne Trainerweiterbildung

am 25.09.2019 beim FC Wacker München

Spielphilosophie und grundsätzliche Ausrichtung

**Trainingsgestaltung zur stetigen Leistungsentwicklung
-> Schwerpunkt I: Ballbeherrschung**

Spieltagsgestaltung im Spielbetrieb

Einheitliches Aufwärmprogramm

**Taktik: Möglichkeiten der kontrollierten Spieleröffnung in
verschiedenen Systemen**

Spielphilosophie und grundsätzliche Ausrichtung

- ▶ *„We must have a Face what we represent. There is no result for Youth-League. Of course we want to win, but we want to win with Style. And we must win in Development“*

Ricardo Moniz

- ▶ *„Erfolg ist für mich, dass Maximale rauszuholen. Das kann man nicht immer an Ergebnissen messen“*

Jürgen Klopp

Spielphilosophie und grundsätzliche Ausrichtung

- ▶ Mutig und entschlossen
- ▶ Risikofreudig und frech
- ▶ Aggressiv aber fair
- ▶ Agieren und nicht reagieren
- ▶ Tempofußball und schnelles Kombinationsspiel
- ▶ Schnelles Umschalten
- ▶ Spielfreude und Spielwitz
- ▶ Vorgegebener und einheitlicher Spielaufbau
- ▶ Hohes Pressing und intensives Gegenpressing

- ▶ **Unser Spielstil soll Wiedererkennungswert haben!**

Spielphilosophie und grundsätzliche Ausrichtung

- ▶ *„The total Focus must be through Football my Life-Quality can be better“*

Ricardo Moniz

„Du musst mit einem Lächeln auf den Platz gehen und den Platz mit einem Lächeln verlassen“

Trainingsgestaltung zur stetigen Leistungsentwicklung

- ▶ Allgemein: Heutige Spielergeneration spielt in der Freizeit kaum mehr
 - ▶ Ca. 10 Minuten Lauf- bzw. Fangspiele
 - ▶ Ca. 10 Minuten Fußsohlentechnik / Ballbeherrschung
 - ▶ Ca. 15 Minuten Passspiel
 - ▶ Ca. 15 Minuten 1:1 off./def.
 - ▶ Ca. 30 Minuten Spiel in engem Raum auf 2 Tore

Trainingsgestaltung zur stetigen Leistungsentwicklung

Ballbeherrschung

Ballannahme und Passspiel

1:1 off./def.

Schnelligkeit

Abschluss

Spiel

Ballbeherrschung

- ▶ <https://tv.dfb.de/video/coerver-coaching-ballbeherrschung/12190/>
- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=6Hh53PYn7L0>
- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=r6SnICKmnrA>

Spieltagsgestaltung im Spielbetrieb

- ▶ Treffpunkt so spät wie möglich und so früh wie notwendig.
- ▶ Ein Spieler hat immer einen Ball dabei, bis zum Umziehen wird gekickt
- ▶ Prägnante Ansprache mit Infos zum anstehenden Spiel
- ▶ Einheitliches Aufwärmprogramm
- ▶ Kurze und motivierende Ansprache vor dem Spiel

Einheitliches Aufwärmprogramm

- ▶ Material: 6 Bälle + ca. 20 Hütchen
- ▶ Zeitansatz: 20-25 Minuten
- ▶ Berücksichtigung der äußeren Bedingungen
- ▶ Berücksichtigung der Platzkapazitäten

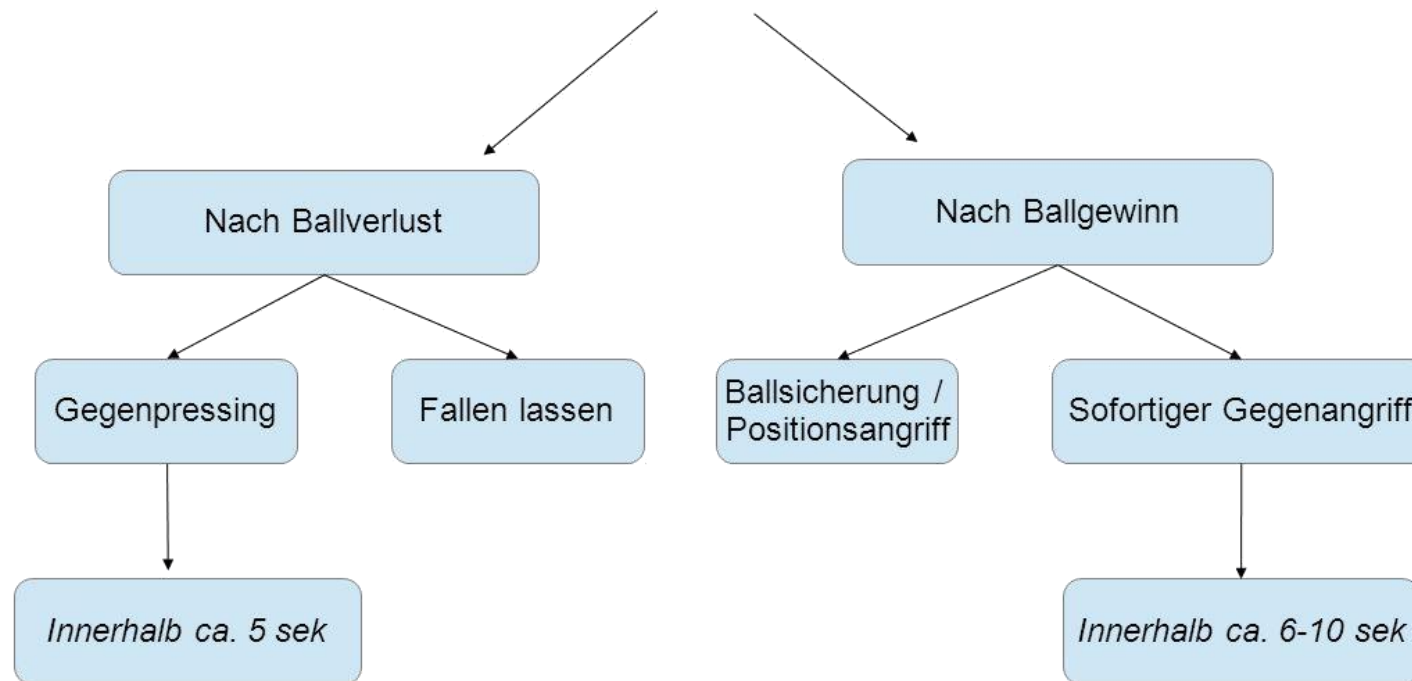
- ▶ Ballgewöhnung
- ▶ Ballan- und Mitnahme
- ▶ Passpiel
- ▶ 1:1 off./def.
- ▶ Torabschluss incl. Sprints

Einheitliches Aufwärmprogramm



Taktik: Möglichkeiten der kontrollierten Spieleröffnung in verschiedenen Systemen

Umschaltspiel: Arten



Taktik: Möglichkeiten der kontrollierten Spieleröffnung in verschiedenen Systemen



Taktik: Möglichkeiten der kontrollierten Spieleröffnung in verschiedenen Systemen

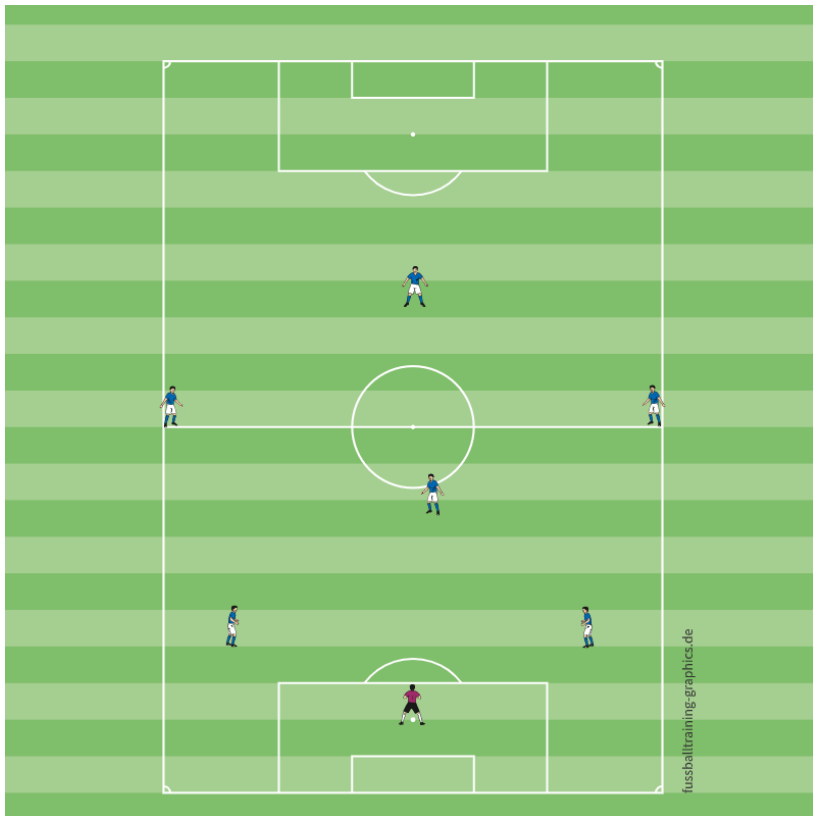
- ▶ Grundprinzipien gelten unabhängig vom Spielsystem
- ▶ Ausrichtung des Spielsystems nach vorhandenen Spielertypen

- ▶ 1 - 2-1-3
- ▶ 1 - 1-4-1

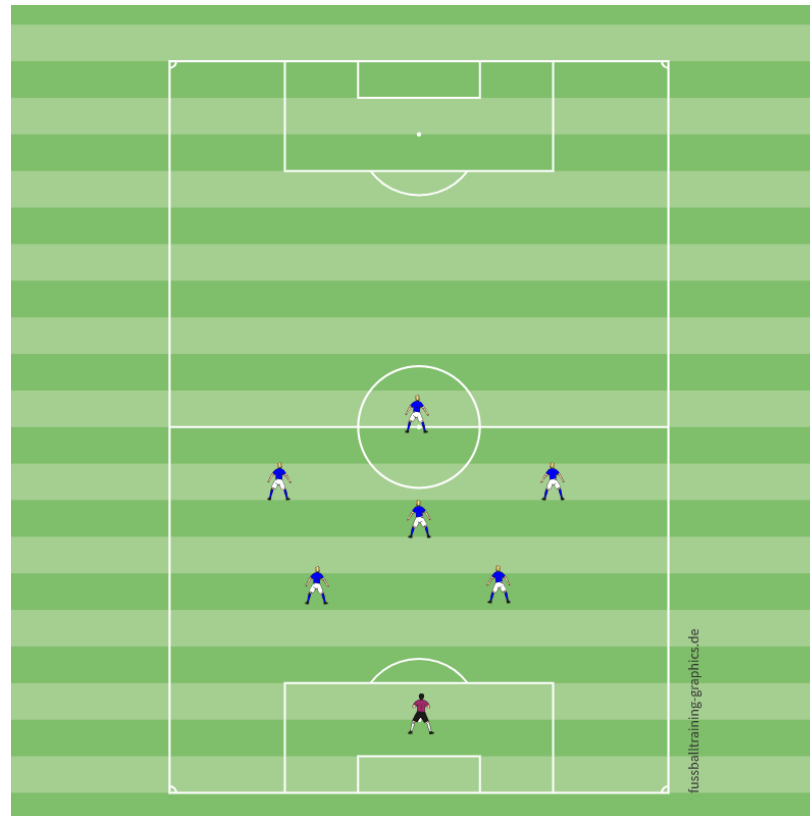
- ▶ Beispiele für Spielaufbau

1 - 2-1-3

1 - 2-1-3 im Ballbesitz

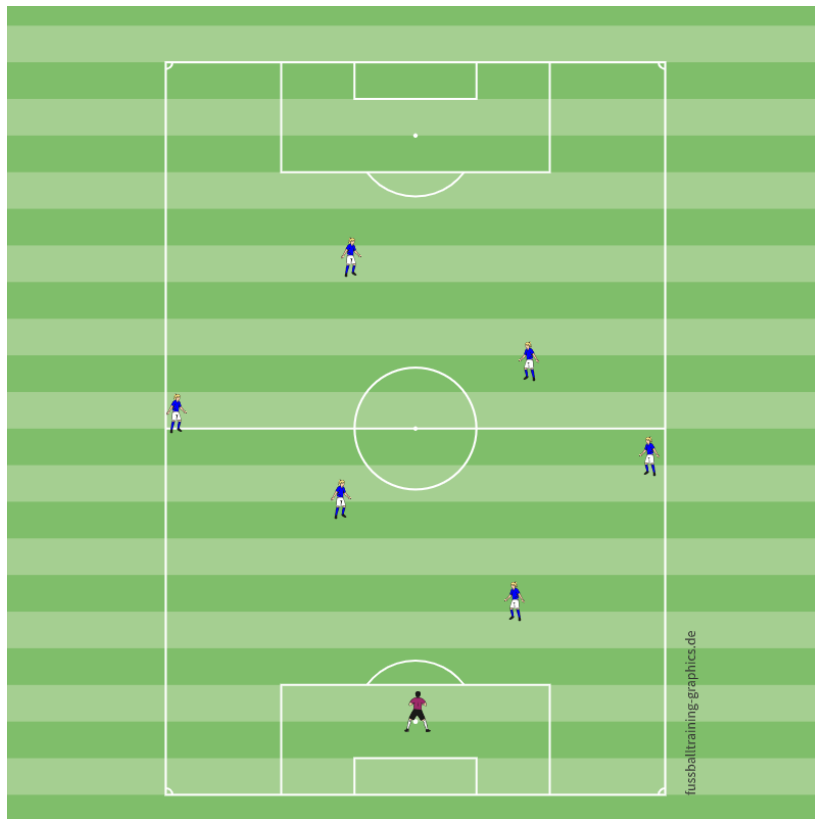


1 - 2-3-1 gegen den Ball

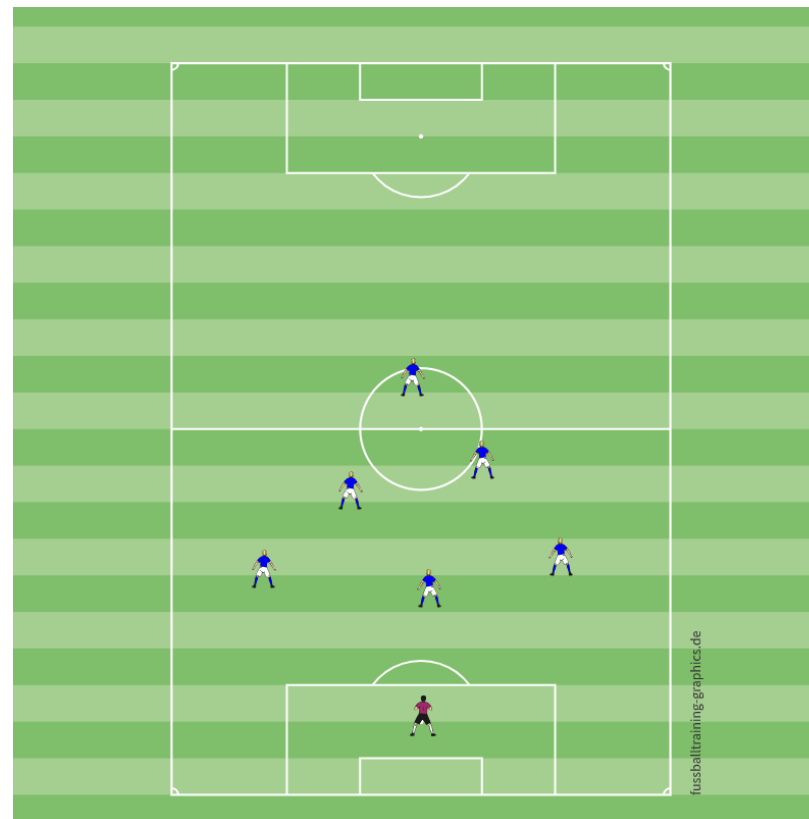


1 - 1-4-1

1 - 1-4-1 im Ballbesitz

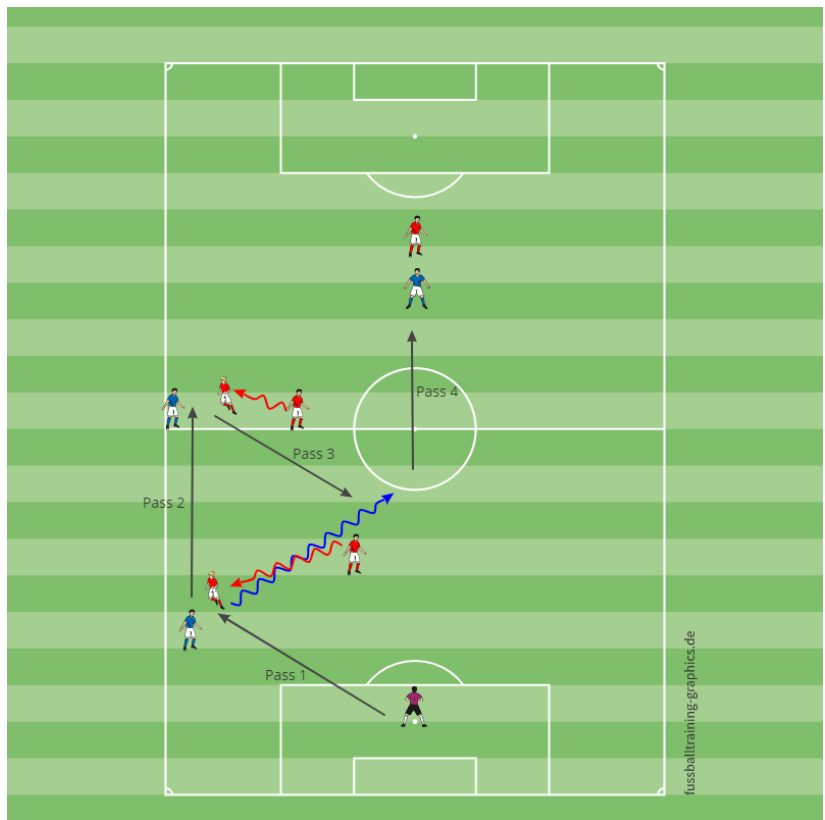


1 - 3-2-1 gegen den Ball



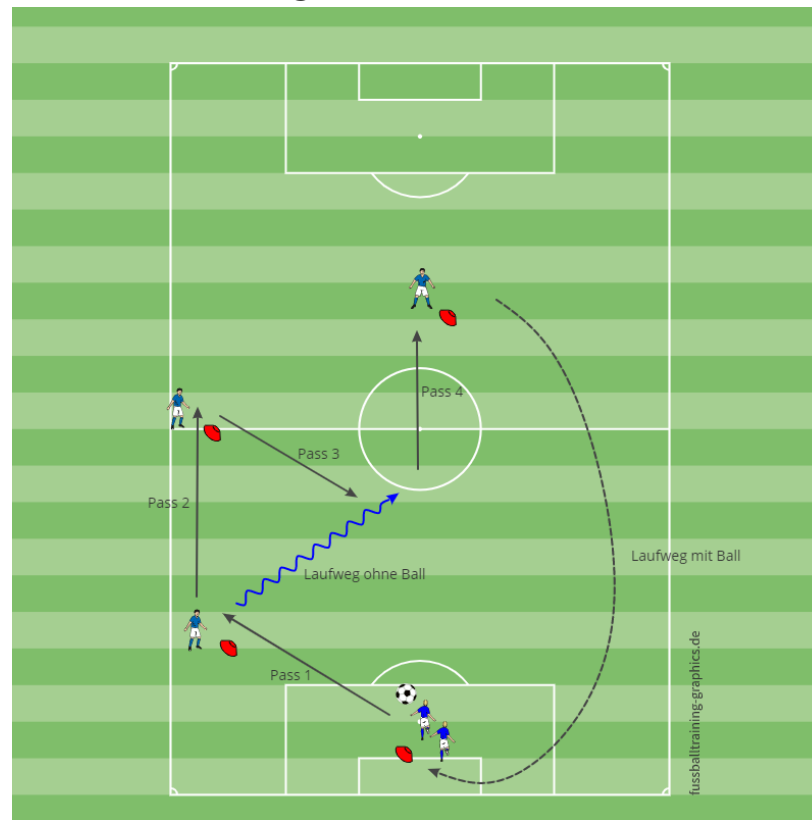
Spielsituation:

Gegner steht innen
und läuft dann an



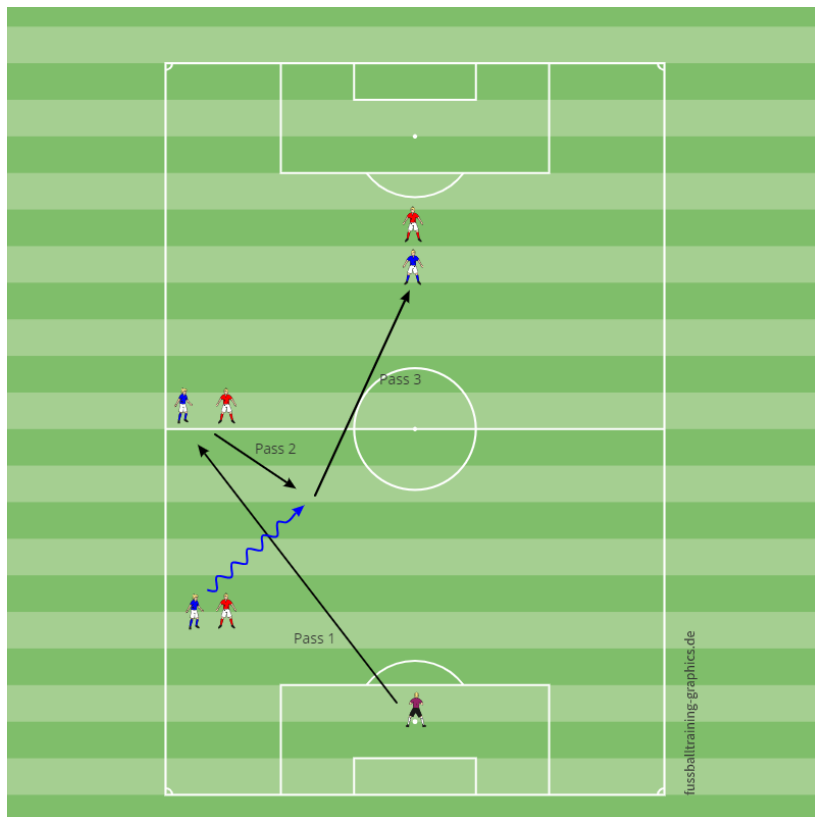
Trainingsform Endlosschleife

Auftaktbewegung
Pässe werden in den Lauf gespielt
Positionswechsel im Sprint
Beidseitig trainieren



Spielsituation:

Gegner macht Manndeckung



Trainingsform Endlosschleife

Auftaktbewegung
Pässe werden in den Lauf gespielt
Positionswechsel im Sprint
Beidseitig trainieren

