



Schweizerischer Fussballverband

Association Suisse de Football

Associazione Svizzera di Football

Swiss Football Association



Methodik

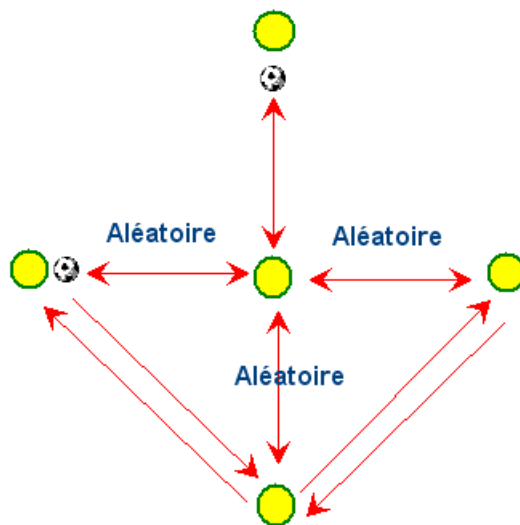
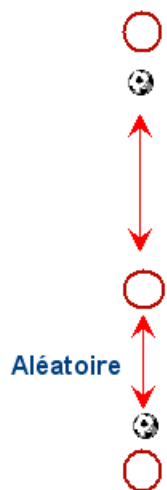
Die Ausbildung



Grundlagen Übung Erleichterte Verhältnisse

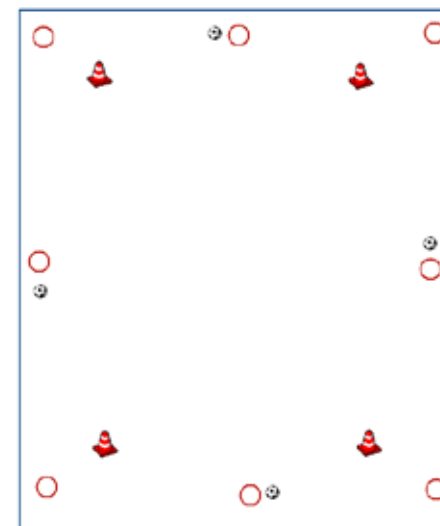


Das Zuspiel



Magisches Viereck

Einfacher Pass und freie Ballannahme



Übung in beide Richtungen ausführen.

Grundlagen Übung Erleichterte Verhältnisse

Der Torschuss

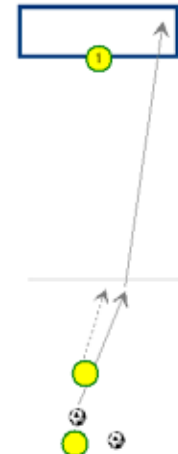
Ruhender Ball



2 Kontakte



Mit ½ Drehung

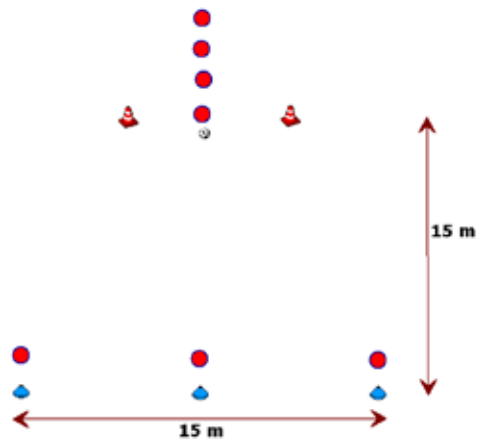
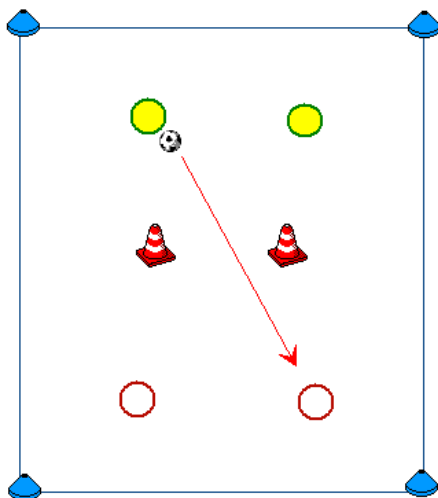


Pass zwischen den Beinen durch mit ½ Drehung

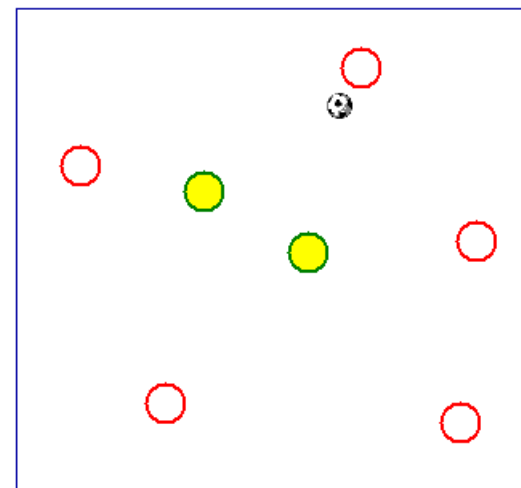
Komplexe Übung Variationen



Das Zuspiel



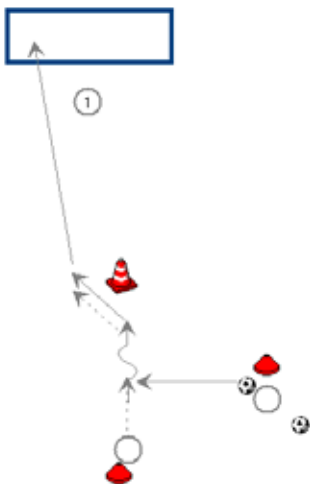
5 gegen 2



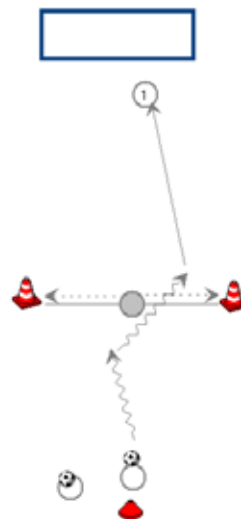
Komplexe Übung Variationen

Der Torschuss

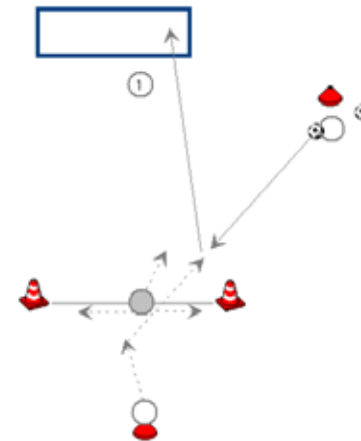
Schuss mit Finte / Dribbling



Gegner frontal



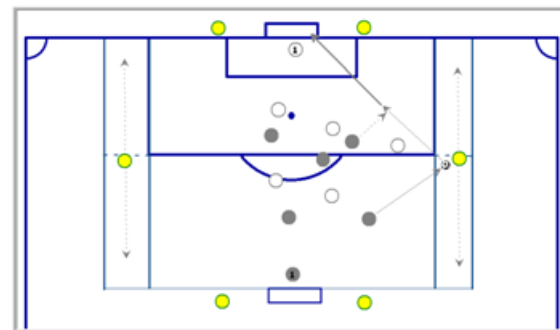
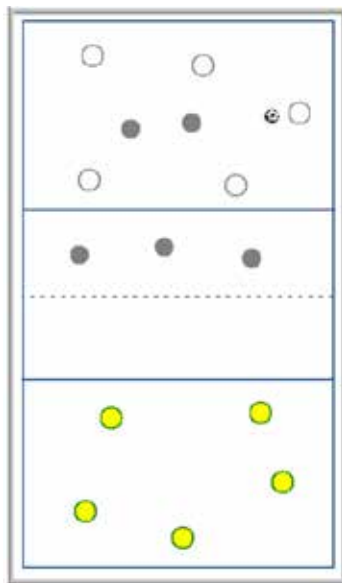
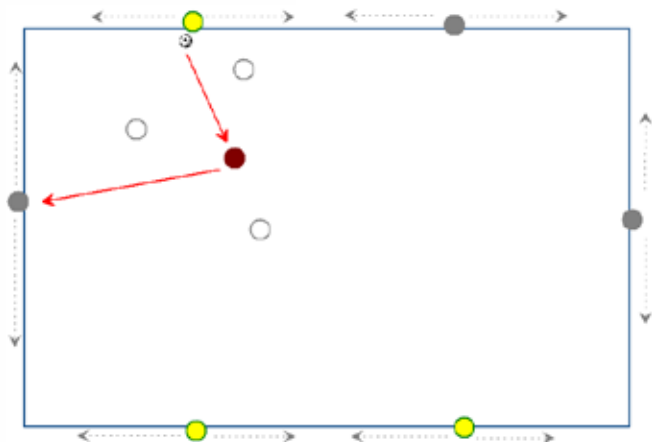
Freilaufen



Spielsituationen Anpassung und Kreativität

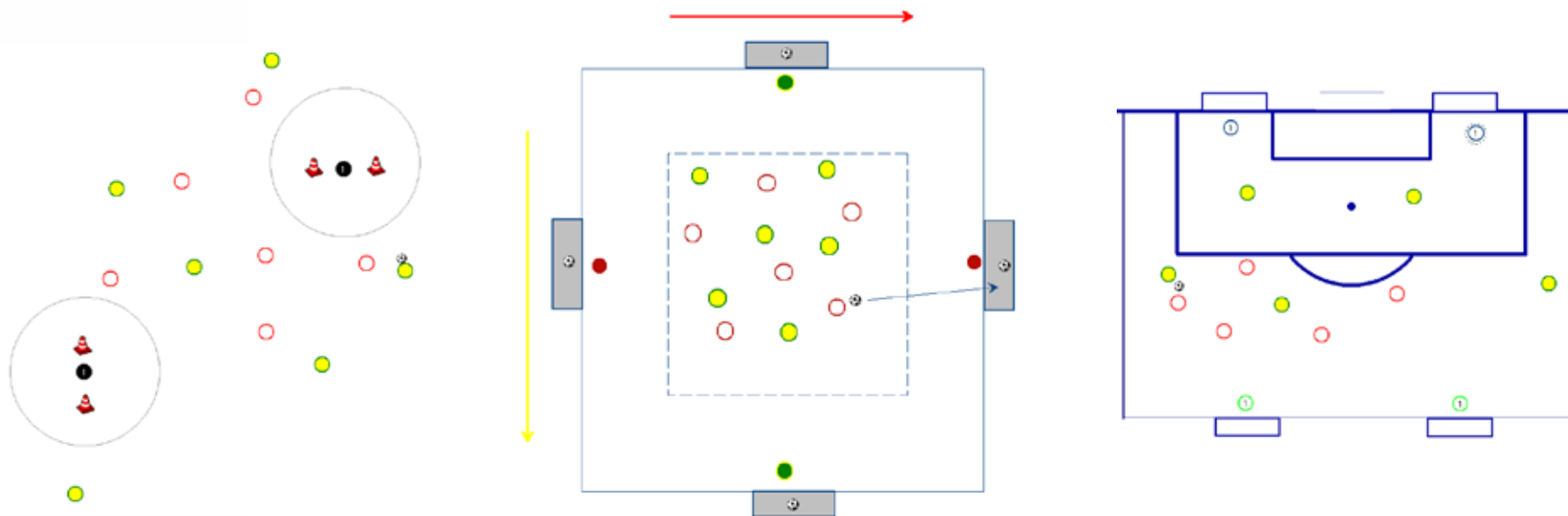


Das Zuspiel



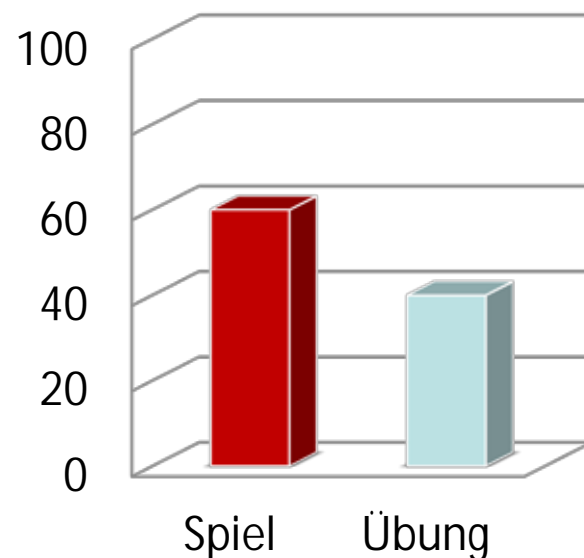
Spielsituationen Anpassung und Kreativität

Der Torschuss



4 Trainingsprinzipien

- **Vom Einfachen zum Schwierigen**
 - Überspringe keine Stufe, passe die Trainings den Möglichkeiten der Spieler an und lasse sie Fortschritte machen.
- **Die Spieler sind das Zentrum der Überlegungen jedes Trainers**
 - Individualisiere gewisse Abschnitte des Trainings
- **Suche Qualität im Training**
 - Mehr spielen = Trainingsintensität geben
 - Das Spiel nähert sich immer mehr dem Wettkampf
- **Variation der Übung oder des Spiels**
 - Variiere Komponenten der Übung und des Spiels



GAG Struktur

Global / Analytik / Global
Beziehung zwischen Spiel und Analytik



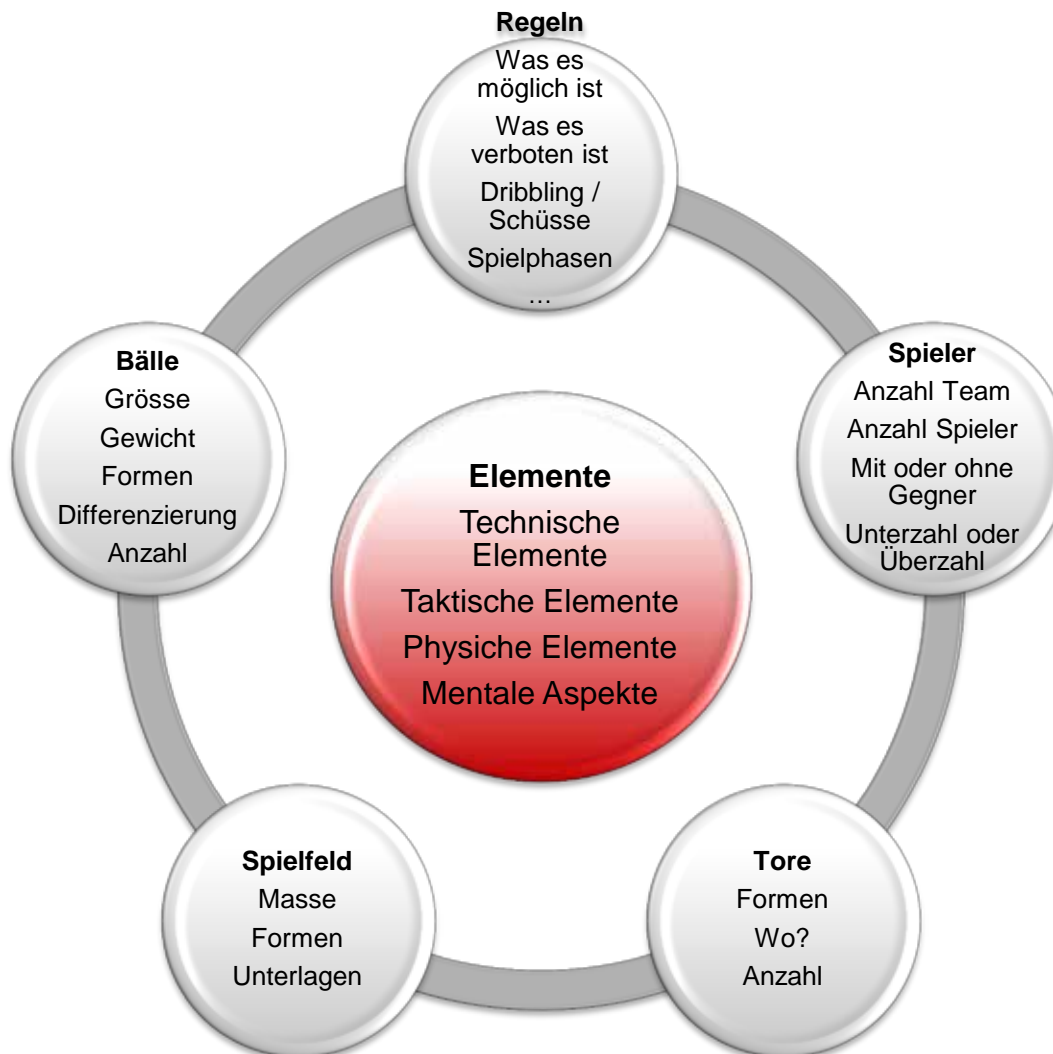
Ziel der Übung

Trainingsstruktur

Trainingsziele



Variieren

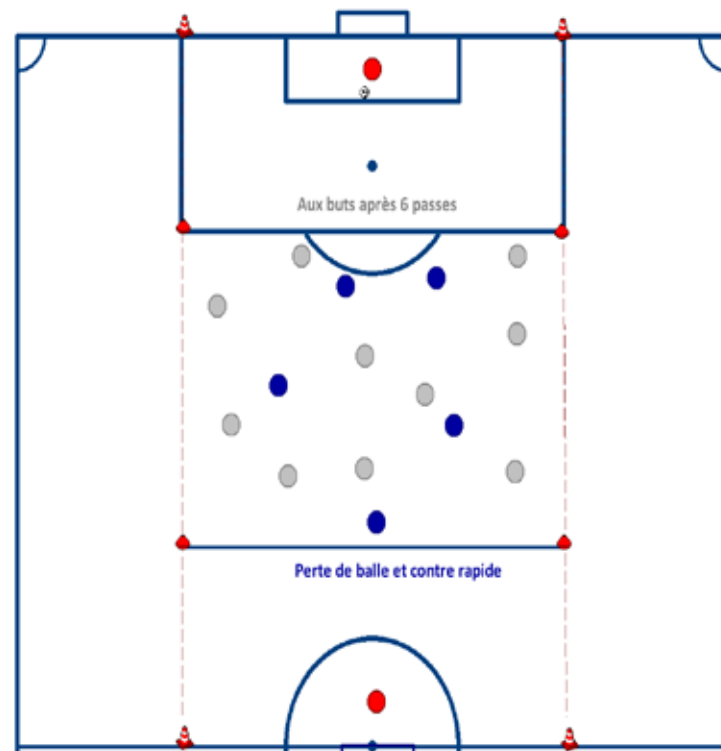
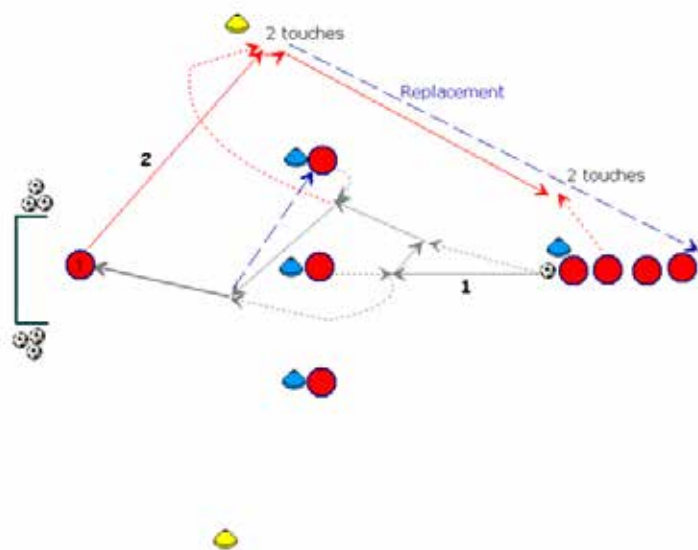


« Das Rad des Spiels » nach Birger Peitersen

GAG Struktur

Verbindung zwischen Spiel und Analytik

Offensiv-Taktik - Umschalten auf schnellen Gegenangriff



Beispiel der Variation

Taktik - Ballhalten

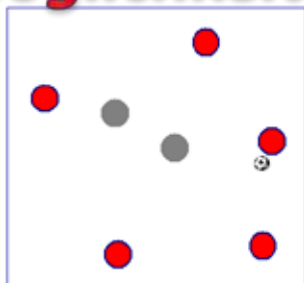
REGELN
- max. 3 Ball-berührungen

REGELN
-1 Zuspiel zwischen den Verteidigern = 1 weitere Runde
-Die 2 hintersten Spieler offensiv ins Mittelfeld

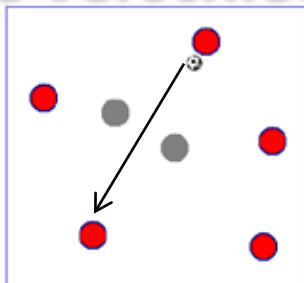
SPIELFELD
- Grössenanpassungen

SPIELER
- Spielerattrappen (Mannequins) einbeziehen

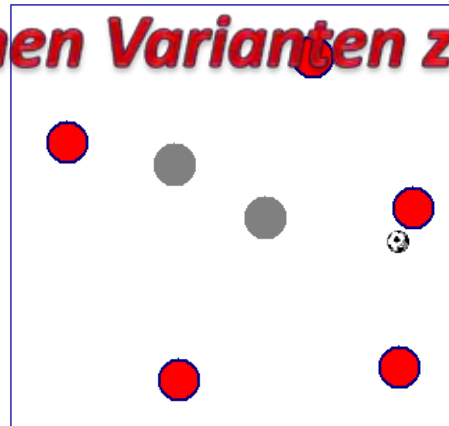
Möglichkeit die verschiedenen Varianten zu verbinden



Einflussnahme
- kleiner TE-Stress



Einflussnahme
- TA Anweisungen an Verteidiger
-Stürmer suchen das Intervall



Einflussnahme
- Grösseres Vertrauen für die Spieler im Ballbesitz
-Schwierigeres Spiel für die Verteidiger
-Wechsel der KO-Linie



Einflussnahme
- höhere Konzentration
- Spiel aus verschiedenen Winkeln