

PROGRAMME – PROGRAMM  
FOD 2007

**FUSSBALL**  
**ORGANISATION**  
**DEMONSTRATION**



**FOOTBALL**  
**DEMONSTRATIONS**  
**ORGANISATION**

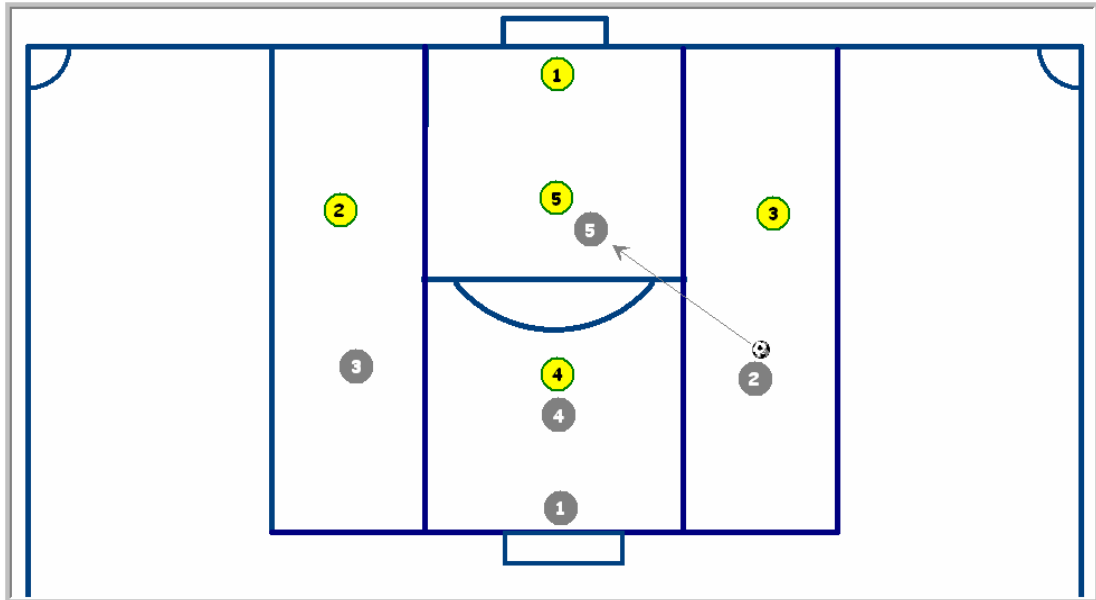








## BARNETTA



**Thema:** 1 gegen 1, Dribbling und Balldeckung  
**Form:** Spiel  
**Ziele:** Offensiv- und Defensiv-Spiel 1 gegen 1 verbessern  
**Aufgabe:** Der Offensivspieler kann den Ball in einer 1 gegen 1 Situation halten oder angreifen um abzuschliessen  
Der Defensivspieler kann verteidigen ohne zu foulern, dem Spiel zu- oder abgewandt

### Coachingelemente

**TA-Akzente:** Grundlagen 1 gegen 1  
**TE-Akzente:** Ballführung, 1. Dribbling: eliminieren, 2. Dribbling: beschleunigen  
**ME-Akzente:** Aggressivität, Kampf- und Siegeswille, Vertrauen  
**KO-Akzente:** Kraft - Explosivität

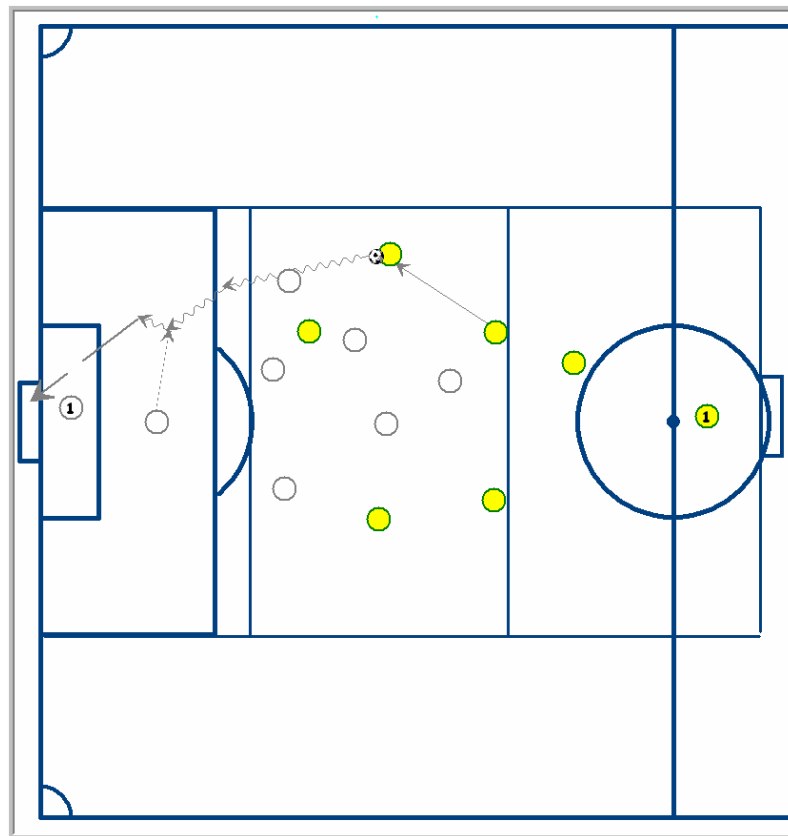
### Beschrieb

2 4er-Teams, 2 Torhüter. In jeder Zone (2 Bahnen und 2 Achsen) befinden sich 1 Verteidiger und 1 Stürmer (abwechselnd bei Ballbesitz). Es gibt also 4 Situationen 1 gegen 1, bei normalem Spiel, jedes Paar in seiner Zone. Ein Pass zum Mitspieler ist natürlich möglich.

### Methodik

Eine mittlere Dauer sollte gute Spielmöglichkeiten bieten. Die Pausen für Korrekturen und Anregungen nutzen. Achtung, nicht zu schmale Aussenzonen, sonst ist es unmöglich anzugreifen. Anspielen des Torhüters 1 Mal erlaubt. Als Zusatz können die Verteidiger verdoppelt werden, damit der Stürmer wählen kann zwischen angreifen oder freien Spieler anspielen. Zuerst müssen die Spieler ohne Unterstützung verteidigen, Verantwortung übernehmen. Achtung, nicht den Stärksten gegen den Kleinsten und Langsamsten aufstellen...! Die Torhüter beschleunigen das Spiel durch schnelles Abstoßen.

OM



**Thema:** Ball halten, Rhythmuswechsel, Dribbling  
**Form:** Spiel  
**Ziele:** Offensivspiel und Einsatz in der Abschlussphase verbessern  
**Aufgabe:** Der Spieler kann den Gegner eliminieren

**Coachingelemente**

**TA-Akzente:** Nach einer Haltephase 1 gegen 1 Situation suchen  
**TE-Akzente:** Dribbling  
**ME-Akzente:** Mut, Vertrauen, Aggressivität im Zweikampf  
**KO-Akzente:** aerob, Explosivität

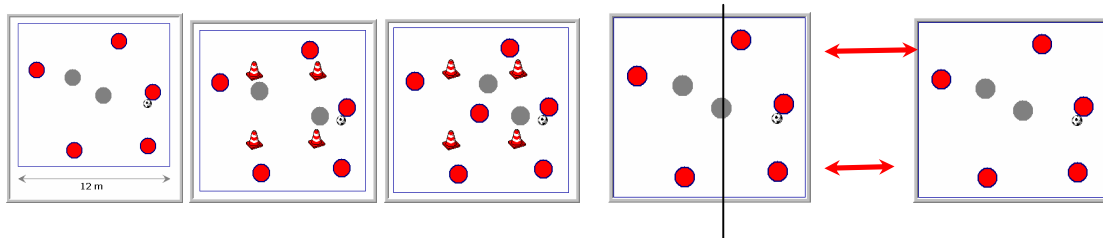
**Beschrieb**

2 5er-Teams, 2 Torhüter, 60 m langes Feld. 3 Zonen. In jeder Defensivzone ein Torhüter und ein Verteidiger, die anderen Spieler in der Mitte. Das Spiel verläuft am Anfang im Mittelfeld, ein Spieler im Ballbesitz versucht in die Defensivzone einzudringen, wo ihn Torhüter und Verteidiger erwarten. Der Stürmer versucht Torschuss. Erlangt der Verteidiger den Ball, stört ihn der Stürmer bei Abspielen und geht dann wieder auf seinen Platz, das Spiel kommt in die Mittelzone zurück.

**Methodik**

Man kann den Verteidiger bei Ballbesitz oder den Stürmer bei Ballverlust mitgehen lassen oder nicht. Anweisungen dahingehend, dass das Spiel in der Mittelzone und das Angreifen in der Abschlussphase möglich sind.

# RIQUELME



---

<b>Thema:</b>	Ball halten, Intervallspiel
<b>Form:</b>	analytisch
<b>Ziele:</b>	Ball halten und Vertrauen stärken
<b>Aufgabe:</b>	Der Spieler kann in einfachen Situationen den Ball halten

## Coachingelemente

<b>TA-Akzente:</b>	Intervallspiel, TA-Pass, Informationsaufnahme
<b>TE-Akzente:</b>	Ballannahme, Flachpass, verdeckter Pass
<b>ME-Akzente:</b>	Konzentration, Kommunikation
<b>KO-Akzente:</b>	Koordination, Wendigkeit

## Beschrieb

Klassisches Spiel 5 (oder 6) gegen 2 (oder 1) als Übungsgrundlage um den Ball zu halten, mit der Voraussetzung einer guten Grundtechnik und mentalen Fähigkeiten wie Respekt gegenüber dem Partner, Kommunikation, Unterstützung, Vertrauen. Je nach Qualität und Zielsetzung (defensiv oder offensiv). In dieser Folge von 4 Übungen geht es um Freispielen, Passqualität und Ballannahme, Vertrauen im Umgang mit dem Ball.

**Bei der 1. Übung**, sehr einfach, Grundlage 5 gegen 2. Ball zirkuliert.

**Bei der 2. Übung** grosse Hütchen oder Elemente platzieren (2, 3 oder 4) um die Spieler zu zwingen beim Passen andere Winkel zu suchen und bei der Ballannahme rasch die Position anzupassen.

**Bei der 3. Übung** mit oder ohne Hütchen oder Elemente einen Achsenspieler mehr für ein Dreieckspiel einsetzen. Der Achsenspieler kann später aktiver werden und Position als Partner in der Mitte einnehmen.

**Bei der 4. Übung** dynamischeres Spiel mit mehr Anpassung, der Spieler wechselt nach Ballabgabe das Feld. Je nach Abstand der beiden Felder kommt so der Faktor Kondition dazu.

## Methodik

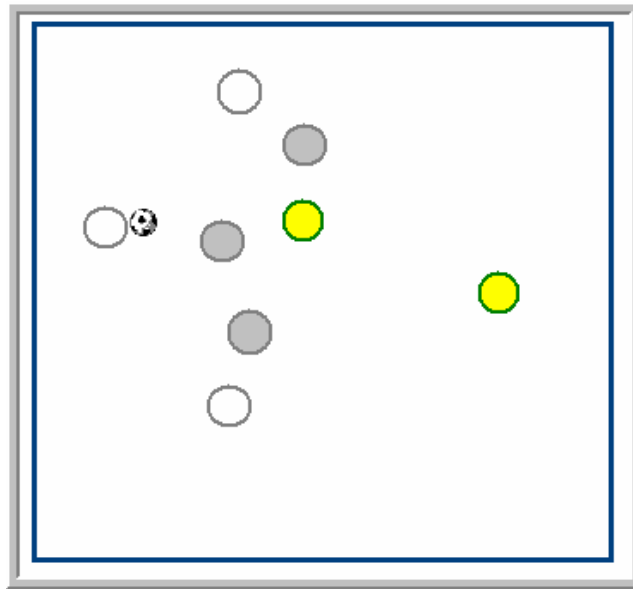
**Allgemein** kann man einen einzigen Spieler im Mittelfeld platzieren oder die Verteidiger anweisen den Spieler im Ballbesitz nicht anzugreifen und nur die Passwinkel zu schneiden. Man kann die Verteidiger mit dem Ball im Rücken spielen lassen. Zahl der Berührungen oder Raum dem Zweck anpassen (direktes Spiel, Ballannahme, ...) Auf defensiver Ebene die 2er-Situation üben, Achse schliessen um Vertikalpass zu verhindern, ...

**Bei der 2. Übung** kann man 1 bis 4 Elemente aufstellen und mit 6 gegen 1 anfangen.

**Bei der 3. Übung** kann man auch mit 1 Spieler beginnen, vielleicht ohne Elemente. Der Verteidiger darf nicht mit Abgabe auf den Achsenspieler verteidigen, nur mit Zweikampf.

**Bei der 4. Übung** muss die Zahl der Berührungen frei sein, damit der Spieler sich den Spielsituationen anpasst. In einer Situation 3 gegen 1 gilt es das Spiel zu beruhigen und den Ball zu halten, damit andere Spieler unterstützen können. Aber bei einem plötzlichen 9 gegen 1 muss rasch gespielt werden, um die beiden Spielzonen auszugleichen. Besser nur 1 Spieler in der Mitte, wenn die Übung sehr gut läuft evtl. die Verteidiger verdoppeln. Auf die Informationsaufnahme achten, wie sich die Spieler in Position bringen sollen um den ganzen Raum zu besetzen und nicht bloss die 2 nächsten Linien!

## PIERROT



---

<b>Thema:</b>	Ball halten
<b>Form:</b>	analytisch
<b>Ziele:</b>	Spielübersicht und Spiel in reduzierten Räumen verbessern
<b>Aufgabe:</b>	Der Spieler kann sein Verhalten den Spielbedingungen anpassen

### Coachingelemente

<b>TA-Akzente:</b>	Pass TA, Informationsaufnahme
<b>TE-Akzente:</b>	Ballannahme, flacher Pass, verdeckter Pass
<b>ME-Akzente:</b>	Konzentration, Kommunikation, Aggressivität, Wille den Ball zu gewinnen
<b>KO-Akzente:</b>	aerob, Schnelligkeit

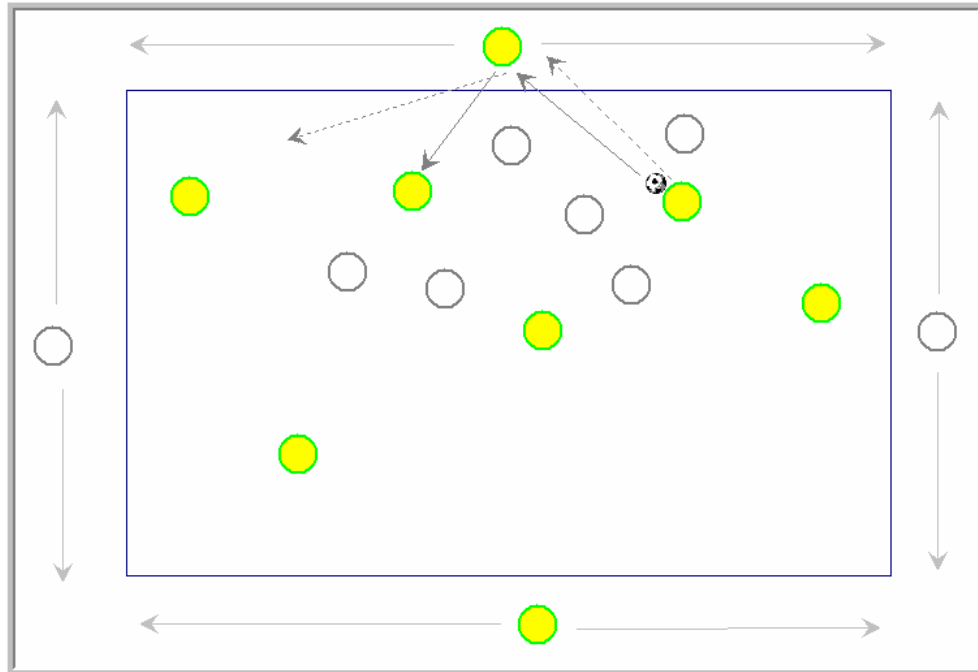
### Beschrieb

2 3er-Teams, 2 Joker. In (je nach Qualität der Spieler) reduziertem Raum versuchen 3 Spieler und 2 Joker den Ball zu halten. Bei Ballverlust spielen die 2 Joker mit dem anderen Team.

### Methodik

Um das Spiel attraktiver zu machen, kann man Tore (2) auf jeder Seite anbringen. Vorsicht bei der Dauer, denn die Übung ist intensiv. Oft wechseln.

## KUHN



---

<b>Thema:</b>	Ball halten
<b>Form:</b>	Spielform/Spiel
<b>Ziele:</b>	Kollektiv kurzes und flaches Spiel unter Druck beherrschen
<b>Aufgabe:</b>	Der Spieler kann im Stress sein Verhalten dem Spiel anpassen

### Coachingelemente

<b>TA-Akzente:</b>	Bewegung rund um den Spieler im Ballbesitz, Informationsaufnahme
<b>TE-Akzente:</b>	Ballannahme, Dosierung der Flachpässe
<b>ME-Akzente:</b>	Konzentration und Kommunikation – (Aggressivität Defensiv)
<b>KO-Akzente:</b>	aerob – Wendigkeit

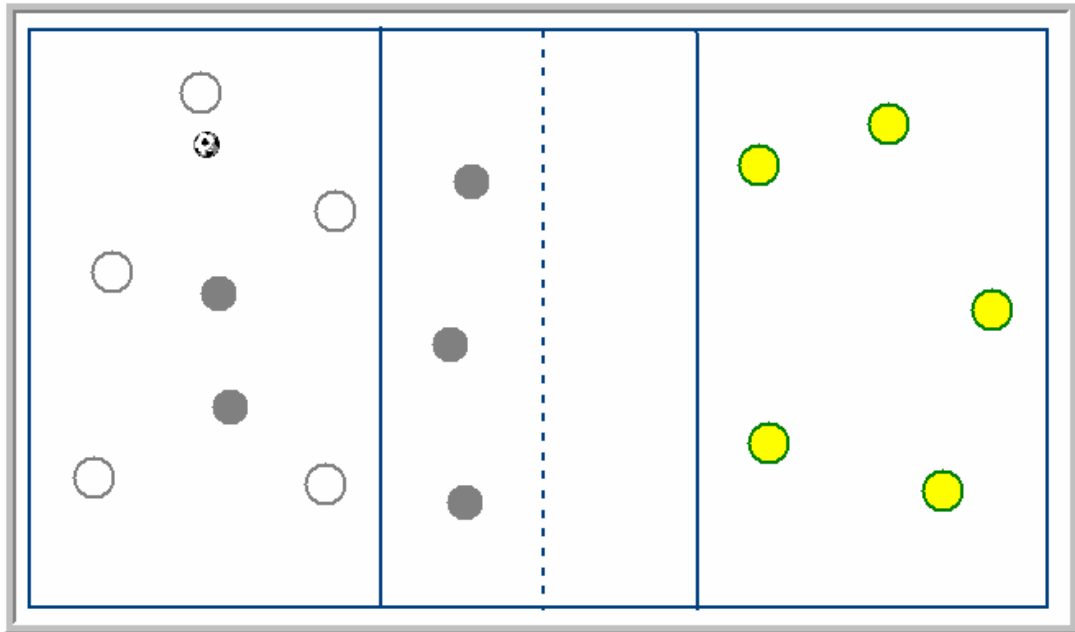
### Beschrieb

2 8er-Teams (oder 5, 6, 7,...) versuchen den Ball zu halten und 10 (5, 7,...) Pässe zu realisieren, um so 1 Punkt zu machen. Die Helfer werden auf 2 Achsen platziert und kommen bei jedem Ballkontakt ins Spiel, währenddem sich 1 anderer Spieler des Teams in die Helferzone begibt. 1 Team spielt in der Breite, das andere in der Länge des Feldes. Regelmässig Spielachsen wechseln.

### Methodik

Prüfen: Verschieben im engen Raum und Raumkontrolle, um sich aus einer Gefahrenzone zu begeben; Ausschalten des Gegenspielers beim ersten Kontakt oder Balldeckung. Beobachten des Stellungsspiels um Lösungen anzubieten und Anspielbarkeit, Qualität der Helfer. Wenn es bei einfachen Voraussetzungen klappt Übung verschärfen. Mittlere Dauer mit Pausen für Reaktionen und Kommentare von Trainer und Spielern.

## HOGDSON



**Thema:** Kurze/lange Bälle mit Ball halten  
**Form:** Spiel  
**Ziele:** Spielbeherrschung verbessern  
**Aufgabe:** Der Spieler kann differenzieren zwischen kurzen und langen Bällen

### Coachingelemente

**TA-Akzente:** Freispielen in kleinem Raum, TA-Pass, Informationsaufnahme  
**TE-Akzente:** Ballannahme, kurzer/langer Ball  
**ME-Akzente:** Konzentration und Kommunikation  
**KO-Akzente:** Dynamik beim Freispielen, Orientierung, Kommunikation

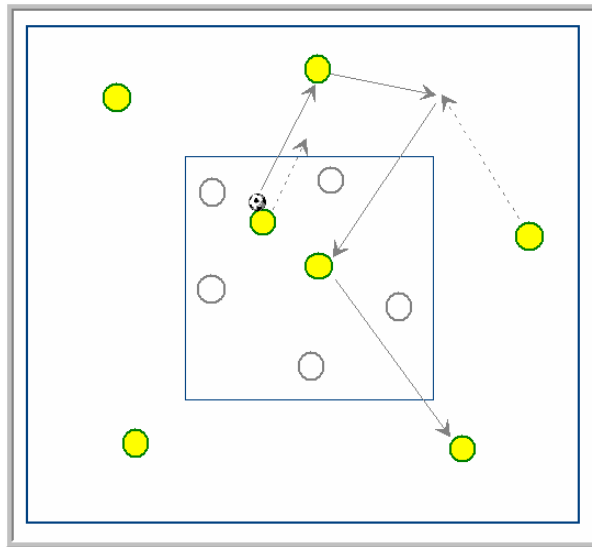
### Beschrieb

3 Teams mit 4 bis 7 Spielern (je nach Kontingent) werden auf dem Feld verteilt (Grösse je nach Spielerniveau). 2 Teams in den Seitenzonen versuchen den Ball zu halten, mit kurzen Bällen in der eigenen Zone, dann mit langen für das Team in der anderen Aussenzone. Das Verteidigerteam schickt 1 der 2 Spieler in die Zone mit Ballbesitz, um den Ball zu holen. Die anderen Verteidiger positionieren sich nach der Darstellung oben und versuchen eine Verbindung mit den Verteidigern in der gegnerischen Zone herzustellen. Gelingt der Spielwechsel, verschieben sich die Verteidiger rasch und 1 oder 2 Spieler versuchen Druck auf das Team im Ballbesitz zu machen. Das Spiel dauert so lang, bis ein Offensivteam 2 Fehler macht (Ballverlust, Fehlpass usw.). Dann werden die Rollen getauscht, das fehlerhafte Team verteidigt.

### Methodik

Die Feldgrösse, die Anzahl Berührungen oder Passvorgaben vor dem Spielwechsel, die Anzahl Verteidiger, das sind alles Elemente, die das Spiel einfacher oder komplizierter machen. Für mehr Dynamik eine Punktezahl pro Team vorgeben. Jedes Mal, wenn ein Team Verteidigerteam wird, verliert es einen Punkt. Das Team mit der höchsten Punktezahl beim Ausscheiden eines Teams (null Punkte) gewinnt.

## BRASILILIEN



---

<b>Thema:</b>	Ball halten, Intervallspiel, Übergang Defensive-Angriff/Angriff-Defensive
<b>Form:</b>	analytisch
<b>Ziele:</b>	Spielbeherrschung verbessern, rascher Wechsel von Defensive zu Offensive
<b>Aufgabe:</b>	Der Spieler kann sein Verhalten dem Spiel anpassen

### Coachingelemente

<b>TA-Akzente:</b>	Intervallspiel, TA-Pass, Übergang, Informationsaufnahme
<b>TE-Akzente:</b>	Ballannahme, flacher Pass, halblanger Pass, verdeckter Pass
<b>ME-Akzente:</b>	Konzentration, Kommunikation, Aggressivität, Wille den Ball zu erhalten
<b>KO-Akzente:</b>	aerob, Kraft

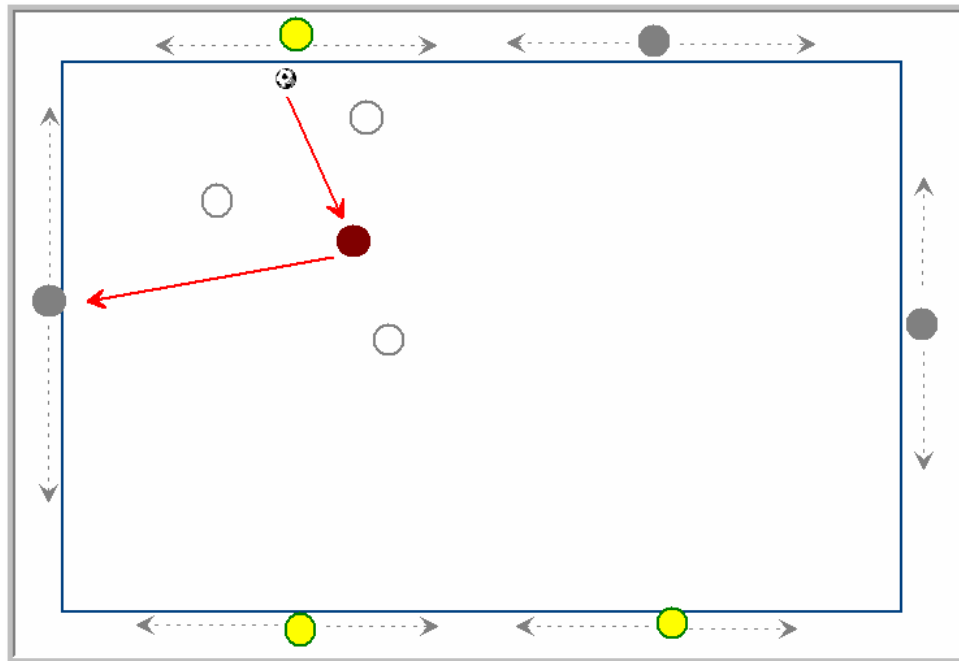
### Beschrieb

2 Teams in 2 Quadraten, 1 mit 7 gegen 1 mit 5 Spielern. Das Spiel beginnt mit 5 gegen 2 im inneren Quadrat. Nach Ballgewinn eines der beiden Verteidiger wird versucht, den Ball aus dem kleinen Quadrat zu bringen und im grossen Quadrat 7 gegen 5 zu spielen. 1 oder 2 Spieler des Teams in der Überzahl bleiben im kleinen Quadrat um eine Intervalllösung anzubieten. Bei Ballgewinn versucht das 5er-Team ins kleine Quadrat zurückzukommen und die 5 gegen 2 Situation wiederherzustellen. Und die Übung beginnt von vorn.

### Methodik

Aufpassen bei Dauer. Pausen zum Korrigieren, für Hinweise nutzen. Die Übung kann einfach starten und dann zunehmend erschwert werden. Mit 5 gegen 1 im Innern beginnen, ab einem bestimmten Punkt muss das 5er-Team den Ball abgeben um 7 gegen 5 zu spielen. Oder die Übung aufteilen, Beginn im Innern, weiter geht es wenn der Ball im grossen Feld ist, Schluss ist wenn das 7er-Team den Ball verliert. Es gibt verschiedene Möglichkeiten weniger oder mehr zu verlangen. Wichtig ist die Verschiebung der Spieler (Unterstützung, Intelligenz sowohl defensiv als auch offensiv) und die Reaktion bei Ballgewinn oder Ballverlust (motorisch und mental) zu beobachten. Auf technischer Ebene kann der Trainer die Ballannahme und Passgenauigkeit TE und TA anschauen. Für klarere Hinweise vielleicht einmal die offensive Aufgabe betonen, ein anderes Mal dann den defensiven Aspekt.

## BARCELONA



---

<b>Thema:</b>	Spiel in Intervallen
<b>Form:</b>	analytisch
<b>Ziele:</b>	Spielbeherrschung verbessern
<b>Aufgabe:</b>	Der Spieler kann in Intervallen mit dem richtigen Timing spielen

### Coachingelemente

<b>TA-Akzente:</b>	Spiel in Intervallen, TA-Pass, Informationsaufnahme
<b>TE-Akzente:</b>	Ballannahme und Flachpass
<b>ME-Akzente:</b>	Konzentration und Kommunikation
<b>KO-Akzente:</b>	Orientierung und Gleichgewicht

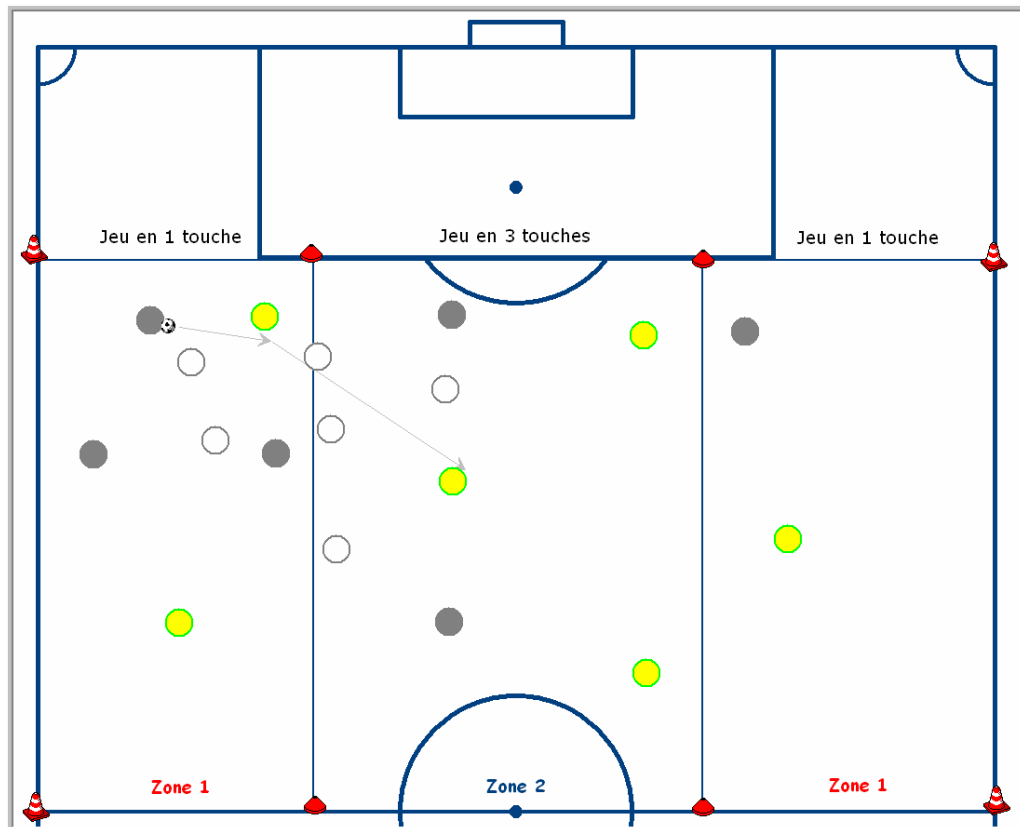
### Beschrieb

2 3er-Teams werden um ein Rechteck (Grösse je nach Niveau der Spieler) aufgestellt; sie bleiben nahe an den Linien und spielen sich den Ball seitlich mit 1 oder 2 Ballberührungen zu, im Intervall dem Spieler (Joker) innerhalb des Rechtecks. Mittels Kommunikation bestimmt der Joker die Spielrichtung (Rückpass oder Ballannahme und Spiel an den anderen Spieler). Der Joker spielt mit 1 oder 2 Ballberührungen und nimmt die Informationen für Position und Entscheid auf. Die Verteidiger versuchen in den Ballbesitz zu gelangen, dürfen aber den Joker nicht decken.

### Methodik

Durch kürzere Dauer Qualität erhöhen. Joker und Verteidiger regelmässig austauschen (Teams wechseln ab).

## MADRID



(Bild: jeu en 1 touche Spiel mit 1 Berührung/ en 3 touches mit 3 Berührungen)

<b>Thema:</b>	Ball halten und Rhythmuswechsel
<b>Form:</b>	Spielform/Spiel
<b>Ziele:</b>	Spielrhythmus und Raumnutzung verbessern
<b>Aufgabe:</b>	Der Spieler kann sein Verhalten den Zonen und Vorgaben anpassen und entsprechende Lösungsmöglichkeiten anbieten

### Coachingelemente

<b>TA-Akzente:</b>	Bewegung rund um den Spieler im Ballbesitz, Spielwahl, Informationsaufnahme
<b>TE-Akzente:</b>	Ballannahme, Dosierung des Flachpasses, Spielwechsel
<b>ME-Akzente:</b>	Konzentration, Kommunikation und Vertrauen
<b>KO-Akzente:</b>	aerob

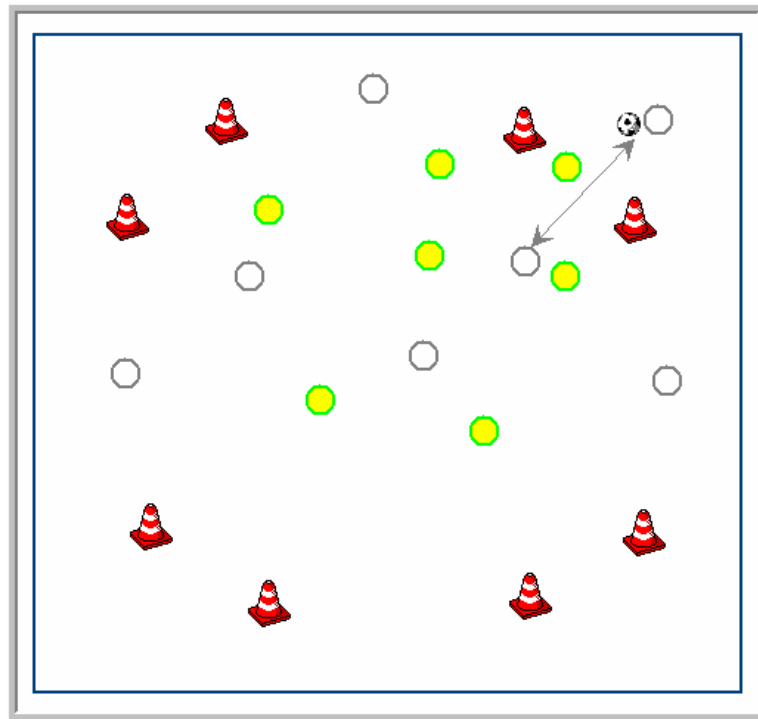
### Beschrieb

3 Teams mit 6 (4, 5...) Spielern. 2 Teams gegen 1. Das Team, das den Ball verliert, verteidigt dann, ohne das Spiel zu unterbrechen. Mit den unterschiedlichen Berührungsvorgaben in den 3 Zonen muss sich der Spieler immer diesen und dem Gegner anpassen.

### Methodik

Bewegungen und Teilnahme der Spieler sind 2 entscheidende Taktikenelemente. Das Spiel soll so lange dauern, dass die Spieler gut damit zurecht kommen. Pausen vor Wiederaufnahme für Kommentare, Rückmeldungen nutzen. Z.B. mit 4 mal 6 Minuten mit Pausen dazwischen und neuen Vorgaben dem Spiel einen interessanten Rhythmus geben.

## MANCHESTER



---

<b>Thema:</b>	Ball halten und Spiel im engen Raum
<b>Form:</b>	analytisch/Spiel
<b>Ziele:</b>	Ball halten und Spiel im engen Raum verbessern
<b>Aufgabe:</b>	Der Spieler kann sein Verhalten dem Raum und den Vorgaben anpassen und auf die Spielzonen abgestimmte Lösungen anbieten

### Coachingelemente

<b>TA-Akzente:</b>	Bewegung rund um den Spieler im Ballbesitz, Wahl des Spiels, Informationsaufnahme
<b>TE-Akzente:</b>	Ballannahme, Dosierung von Flachpässen, Spielwechsel
<b>ME-Akzente:</b>	Konzentration, Kommunikation und Vertrauen
<b>KO-Akzente:</b>	aerob

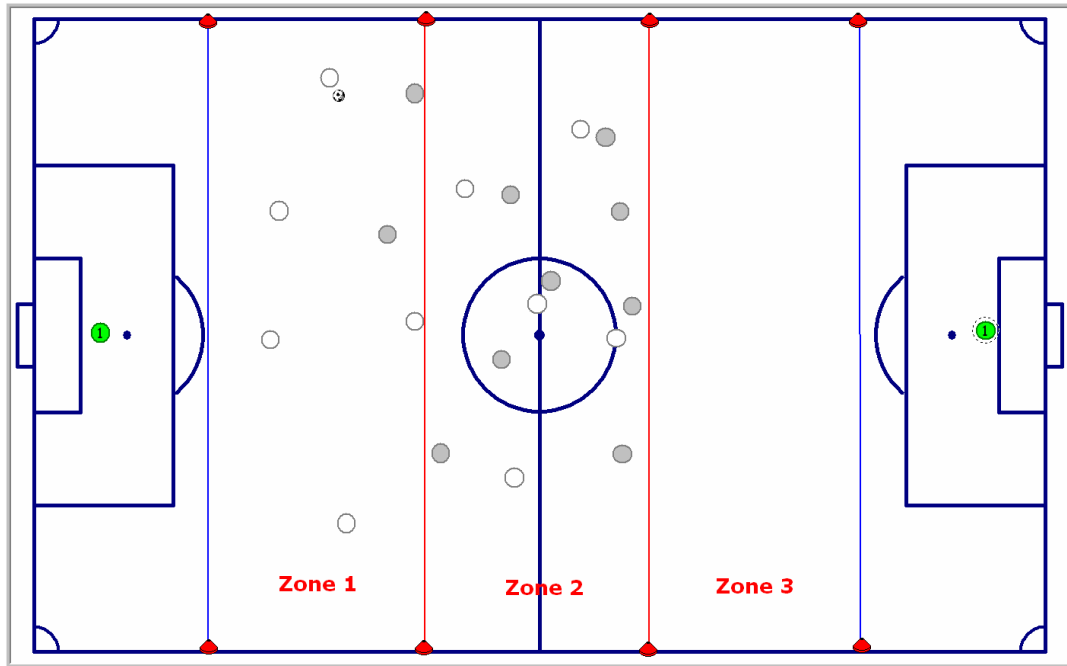
### Beschrieb

2 Teams mit 7 Spielern (oder mehr oder weniger, aber nicht zu viele). Das Team im Ballbesitz versucht die Tore in die Ecken (verengter Raum) zu treffen. Damit der Treffer gilt, muss der Ball hin und zurück gespielt werden, aber nicht zwingend zwischen den beiden gleichen Spielern. Nach 3 weiteren Pässen ist wieder ein Treffer im gleichen oder auch einem anderen Tor möglich.

### Methodik

Es kann auch ein drittes Team hinzukommen, dann spielen 2 Teams gegen 1, oder Joker werden für eine Überzahl eingesetzt, um am Anfang mehr Vertrauen zu gewinnen. Übungsdauer anpassen (aerob), Pausen für Korrekturen nutzen, Raumnutzung, Spielverständnis und Zonenanpassung, Koordinations- und technische Qualitäten beobachten. Die Öffnungen sollten gross genug sein, dass auch bei einem vor dem Tor «kämpferischen» Verteidiger geschossen werden kann. Kleben die Verteidiger vor dem Tor, bekommt das gegnerische Team 1 Punkt für 5, 7 oder 10 Pässe. Als Varianten Tore überall auf dem Feld verteilen (Parma).

## PABLO



---

<b>Thema:</b>	Ganzheitliches Spiel, Beherrschen der Spielzonen
<b>Form:</b>	Spiel
<b>Ziele:</b>	Spielrhythmus beherrschen und sich im gegnerischen Bereich durchsetzen
<b>Aufgabe:</b>	Der Spieler kann den Spielrhythmus der Situation anpassen. Der Spieler kann sein Defensivspiel der Situation anpassen.

### Coachingelemente

<b>TA-Akzente:</b>	ganzheitlich – Zonen beherrschen
<b>TE-Akzente:</b>	ganzheitlich
<b>ME-Akzente:</b>	ganzheitlich
<b>KO-Akzente:</b>	ganzheitlich

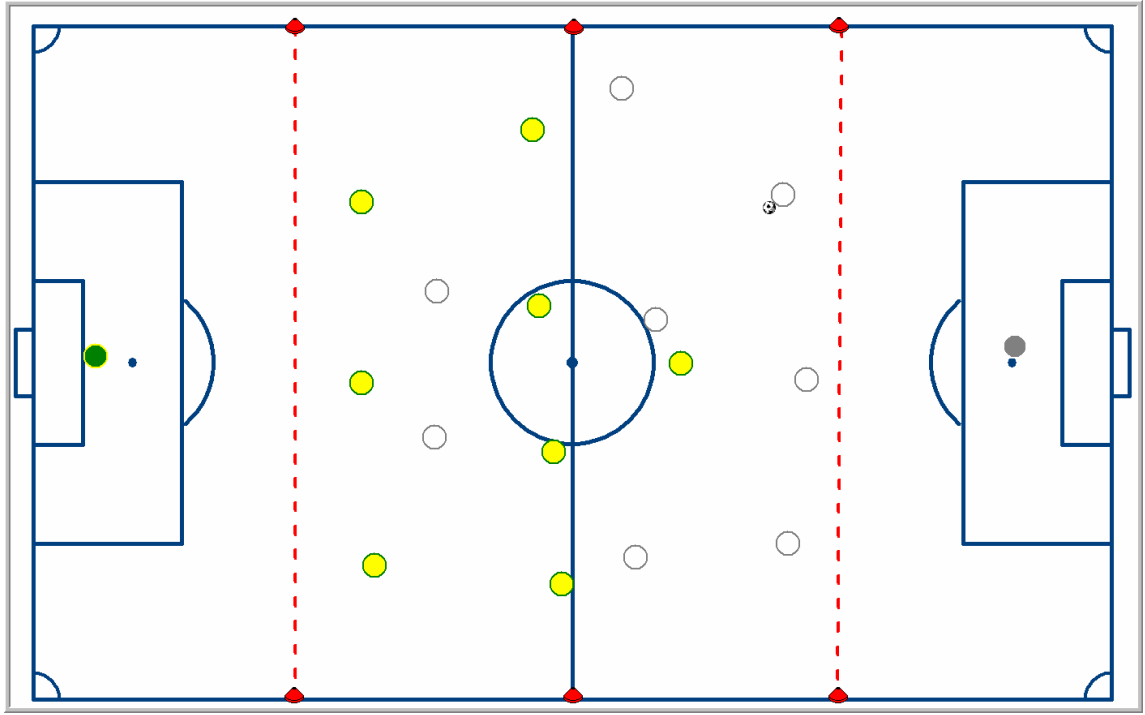
### Beschrieb

2 Teams mit X Spielern, 2 Torhüter, Feldgröße je nach Spielerzahl. Das Feld der Länge nach in 5 gleiche Zonen einteilen. Das Prinzip ist einfach. Wer in Zone 2 ist, darf nicht in Zone 1 zurück. Wer in Zone 3 ist, darf nicht in Zone 1 oder 2 zurück. Hingegen darf man von der Abschlusszone in die Zone 3 zurück. In umgekehrter Richtung gilt das Gleiche (mit umgekehrten Zonenbezeichnungen). Normales, freies Spiel.

### Methodik

Wichtig ist das Prinzip, nicht die Spielerzahl. Man kann Joker hinzuziehen, damit es einfacher wird. Man kann auch zusätzlich mit den Zonen (z.B. 3 Berührungen in Zone 1, 2 in Zone 2, frei in Zone 3), mit dem technischen (nur flaches Spiel) oder dem taktischen Aspekt spielen (Zone 2 überspringen). Das Spiel ist ziemlich komplex und entspricht z.B. nicht den U-14-Zielen. Für ein technisch und kognitiv überdurchschnittliches Team und am Anfang weniger Spielern kann es gut gelingen. 6 bis 10 Minuten spielen und Pausen nutzen um die Spieler hervorzulocken, sie auf Ideen zu bringen...

## Houiller



---

<b>Thema:</b>	ganzheitliches Spiel, aufbauen und/oder Gegenangriff
<b>Form:</b>	Spiel
<b>Ziele:</b>	Offensivspiel, Spielrhythmus verbessern und entscheiden
<b>Aufgabe:</b>	Der Spieler kann ein dynamisches Spiel entwickeln Der Spieler kann der Situation angepasst taktisch entscheiden

### Coachingelemente

<b>TA-Akzente:</b>	Ball halten/Gegenangriff
<b>TE-Akzente:</b>	ganzheitlich
<b>ME-Akzente:</b>	ganzheitlich
<b>KO-Akzente:</b>	ganzheitlich

### Beschrieb

3 8er-Teams, 2 Torhüter. Das gelbe Team greift an und baut mit folgenden Vorgaben das Spiel auf: in der 1. defensiven Zone sind nur maximal 4 Pässe erlaubt, in der 2. maximal 3, in der 3. maximal 2 und in der letzten nur 1 Pass. Um ein Tor zu erzielen, muss das ganze Team im gegnerischen Feld sein. Das graue Team versucht an den Ball zu kommen und einen Gegenangriff zu starten; es darf vor einem Torschuss nur maximal 5 Pässe spielen.

### Methodik

Anzahl Pässe an das Niveau der Spieler anpassen. Wichtig ist, dass für ein Tor alle gelben Spieler die Mittellinie überschreiten müssen; so entsteht für die grauen Spieler Raum zum Gegenangriff. Jedes Team passt sich defensiv an, entweder indem es dem Gegner entgegengeht oder ihn erwartet.

In einer zweiten Phase können die beiden Teams abwechselnd den Gegenangriff oder den Spielaufbau übernehmen, immer unter Einhaltung der Vorgaben.