

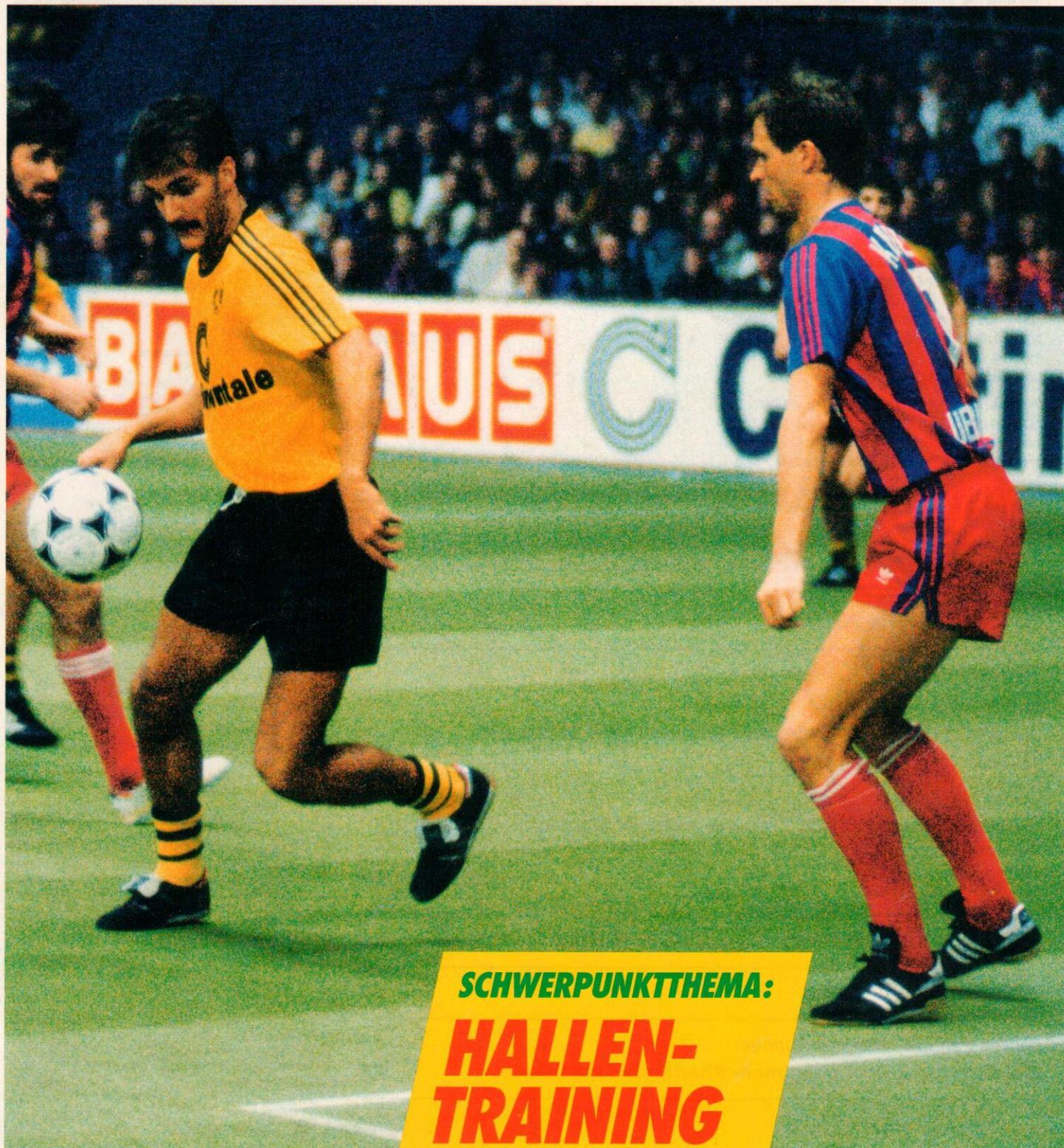
fußball training



Herausgeber:
Gero Bisanz, Mitglied
des DFB-Lehrstabs

12

8. Jahrgang · Dezember 1990
DM 5,-
Zeitschrift für Trainer, Sportlehrer
und Schiedsrichter



SCHWERPUNKTTHEMA:
**HALLEN-
TRAINING**

Liebe Leser,

die umwälzenden gesellschaftspolitischen Entwicklungen haben seit dem 21. November mit der Vereinigung von DFB und DFV auch im Fußball einen direkten organisatorischen Niederschlag gefunden.

Die Schaffung entsprechender institutioneller Grundlagen ist nun aber bekanntlich das eine, die Umsetzung in konkrete Programme und Initiativen das andere. Es kommt deshalb darauf an, die entsprechenden lang- und mittelfristigen Konzepte für eine positive gesamtdeutsche Entwicklung im Fußball zu entwerfen und mit Inhalten zu füllen.

Nun ist „fußballtraining“ sicherlich nicht der „Nabel der Fußball-Welt“ und die sportpolitische Wende tangiert unsere Trainer-Fachzeitschrift bisher in erster Linie insofern, als der Autorenkreis um einige erfahrene Trainer und Sportwissenschaftler aus der ehemaligen DDR erweitert wird (so sind auch in dieser Ausgabe zwei Vertreter der DHfK Leipzig mit einem Untersuchungsbericht über den speziellen Analysebereich der „Standardsituationen bei der WM 1990“ vertreten).

Dennoch hat auch eine Fachzeitschrift selbstverständlich Konzepte und Planungen zu entwerfen, um den aktuellen Entwicklungen und Bedürfnissen der Leser gerecht zu werden. Ganz im Zeichen der Jahresplanung 1991 stand deshalb das letzte Redaktionstreffen von „fußballtraining“, bei dem für das kommende Jahr die folgenden Themenschwerpunkte festgelegt wurden:

- In den ersten Ausgaben 1991 werden vorrangig vielfältige Anregungen für die Rückrunden-Vorbereitung in verschiedenen Alters- und Leistungsstufen vorgestellt.
- In einer Schwerpunkt ausgabe setzen wir uns mit dem „Foulspiel“ auseinander, das

sich insbesondere im Spitzenspielbereich weiter ausbreitet. Es sollen Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie jeder Trainer dieser Tendenz durch gezielte Verbesserungen im individuktaktischen Bereich entgegenwirken kann.

● Als ein weiteres Schwerpunktthema ist für 1991 das Torwartspiel und -training geplant. Dabei sollen insbesondere taktische Leitsätze aufgestellt und das Torwarttraining im Jugendbereich umfassend aufgearbeitet werden.

● Die Doppelausgabe des kommenden Jahres ist als direkte Fortsetzung der Doppelausgabe 1990 anzusehen, da dort das zunächst für den konditionellen Bereich aufgearbeitete Trainingsmodell um den Technik-Taktik-Bereich ergänzt wird.

So weit ein kurzer Ausblick auf das kommende Jahr.

Das Redaktionskollegium von „fußballtraining“ wünscht allen Lesern ein friedvolles Weihnachtsfest sowie Glück und Gesundheit im neuen Jahr.

Ihr

Norbert Vieth

(Norbert Vieth)

In dieser Ausgabe

Gunnar Gerisch

Circuittraining in der Halle

3

Jugendtraining

Michael Medler

Krafttraining mit Kindern und Jugendlichen im Fußball

(2. Teil)

9

Detlev Brüggemann

Spielnachmittage statt Training – (k)ein Thema für uns alle?

(2. Teil)

18

Gunnar Gerisch · Wolfgang Beyer

Jugendfußball – Trendwende und Perspektiven

20

BDFL-News

26

Ullrich Zempel · Hendrik Rudolph

Bei Standardsituationen mehr Phantasie entwickeln!

27

fußball training

Zeitschrift für Trainer,
Sportlehrer und Schiedsrichter

Herausgeber:

Gero Bisanz, Mitglied des Lehrstabes des Deutschen Fußball-Bundes

Redaktion:

Gero Bisanz (verantwortlich), Dietrich Späte, Norbert Vieth (Schlußredaktion)

Redaktionskollegium:

Gerhard Bauer, Gunnar Gerisch, Detlev Brüggemann, Tina Theune-Meyer, Erich Rutmöller, Horst R. Schmidt

Zeichnungen:

Michael Jäger

Redaktionsanschrift:

siehe bei Verlag

Verlag und Anzeigenverwaltung:

Philippka-Verlag Konrad Honig, Postfach 6540 4400 Münster, Telefon (0251) 23005-0 Fernkopierer: 0251/ 23005-99

Anzeigen:

Peter Möllers, Konrad Honig

Diese Zeitschrift bildet mit den Titeln „deutsche volleyball-zeitschrift“, „handballmagazin“, „handballtraining“, „leichtathletiktraining“, „deutscher tischtennis-sport“ und „Leistungssport“ die Philippka-„sportkombi“.

Telefon-Durchwahlnummern

(Vorwahl Münster 0251)

Redaktion	23005-63
Anzeigenabteilung	23005-28
Abonnement/Vertrieb	23005-16
Buchhaltung	23005-20
Buchversand	23005-11
Telefax	23005-99

Erscheinungsweise:

In der ersten Hälfte jeden Monats

Bezugspreis:

Für Abonnenten jährlich (12 Hefte) DM 56,40 incl. Versandspesen. Im Ausland DM 61,20. Bei Vereins-Sammelbestellungen ab 6 Heften 20 % Rabatt. Einzelhefte: DM 5,00 zzgl. DM 1,- Versandspesen. Bei einem Bestellwert von unter DM 15,- Lieferung nur gegen Vorauskasse (Scheck, Briefmarken, Abbuchungsauftrag).

Abonnementbestellungen:

Direkt beim Verlag: möglichst mit Lastschrift-Ermächtigung, sonst Rechnung abwarten. Mindestbezugsdauer 1 Jahr, Kündigungen nur schriftlich und mit einer Frist von sechs Wochen zum Ende des Kalenderjahres.

Gesamtherstellung:

Graph. Betriebe E. Holterdorf, 4740 Oelde



Angeschlossen der Informationsgemeinschaft zur Feststellung der Verbreitung von Werbeträgern

Urheberrechtlicher Hinweis:

Die Zeitschrift sowie alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Titelfoto: Horstmüller

Bei den bevorstehenden Hallenturnieren schlägt wieder die Stunde der „Techniker“: Breitzke (Borussia Dortmund) deckt den Ball geschickt mit dem Körper gegen Fach (Bayer Uerdingen) ab.

Das Circuittraining bietet sich insbesondere in der Halle als ideale Organisationsform für gezielte Leistungsverbesserungen im technischen und konditionellen Bereich an. Denn die vielfältigen Trainingsmittel (Langbänke, Sprossenwand, Kästen, Medizinbälle usw.) ermöglichen vielfältige, interessante und motivierende Aufgabenstellungen. Der folgende Beitrag zeigt einige solcher Varianten für das Üben an verschiedenen Stationen unter Einbeziehung des Geräteangebots einer Halle auf. Gerade für die Wintermonate eröffnet sich hier eine willkommene Abwechslung zum normalen Trainingsprogramm auf dem Feld.

N.V.



Foto: Horstmüller

Gunnar Gerisch

Circuittraining in der Halle

2 exemplarische Circuits mit technisch-konditionellem Schwerpunkt für ein effektives und attraktives Hallentraining

Vorbemerkungen

Die Organisationsform des „Circuittrainings“ ermöglicht vor allem in den Herbst- und Wintermonaten bei ungünstigen Witterungsverhältnissen ein gezieltes und effizientes Konditionstraining mit integrierten Technikelementen.

Um diesen Trainingseffekt wirklich zu erreichen sind aber folgende Voraussetzungen er-

forderlich: eine günstige Übungsorganisation, eine variable Übungsauswahl mit unterschiedlichen Beanspruchungen und eine präzise Belastungsdosierung. Positiv wirkt sich zudem der hohe Motivationsanreiz eines unter den gegebenen Möglichkeiten abwechslungsreich aufgebauten Übungsparcours aus.

Im folgenden werden 2 exemplarische Circuits für die Halle vorgestellt.

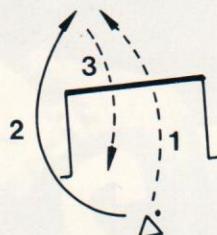


Abb. 1

Circuit I

Dieser Übungsparcours ist einzeln zu durchlaufen, wobei der Partner lediglich als Helfer fungiert, indem er u. a. Bälle bereithält sowie die Punkte zählt und festhält.

Circuit II

Dieser Übungsparcours wird in Partnerform absolviert.

Hinweise:

- Die bei einigen Übungsstationen aufgeführten Varianten sind als Alternativen für höhere bzw. geringere Leistungsansprüche gedacht.
- Als Fehler gelten alle Abweichungen von der gestellten Aufgabe (z. B. Nichtbeachten der Markierungslinien, unerlaubte Bodenkontakte).
- Die beiden Circuitprogramme sollen innerhalb einer Trainingseinheit 2- bis 4mal durchlaufen werden.

Circuit I (Einzeltraining)

Belastungsvorgaben:

20 Sekunden Belastungszeit, 40 Sekunden Pause.

Station 1:

Pässe in direkter Folge aus 4 Metern Entfernung (Markierungslinie) an die Hallenwand. 1 Punkt pro Paß, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Variation:

Pässe im Wechsel mit dem rechten und linken Spann.

Station 2:

Kopfbälle in direkter Folge aus 3 Metern Entfernung (Markierungslinie) an die Hallenwand.

1 Punkt pro Kopfball, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 3:

Medizinballübung: Den 3 kg-Ball zwischen die Beine klemmen und durch Hochschnellen der Beine nach hinten mindestens bis Schulterhöhe hochspielen und auffangen. Danach den Ball wieder ablegen und die Übung erneut starten.

1 Punkt pro Auffangen des korrekt hochgespielten Balles, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 4:

Den Ball über eine etwa 1 Meter hohe Hürde spielen, zur anderen Seite sprinten und den Ball nach einem Bodenkontakt mit maximal 3 Körperkontakten kontrollieren und zurückspielen (Abb. 1).

1 Punkt pro Überspielen, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 5:

Den Ball neben einem Hütchen gegen Wand A (Abstand 5 Meter) spielen, zur Wand B (Abstand 5 Meter) laufen, berühren, drehen und erneut den von Wand A zurückspringenden Ball spielen (Abb. 2).

2 Punkte pro Paß, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 6:

Aus 2 Metern Entfernung den Ball von einer Markierungslinie aus im Wechsel mit dem

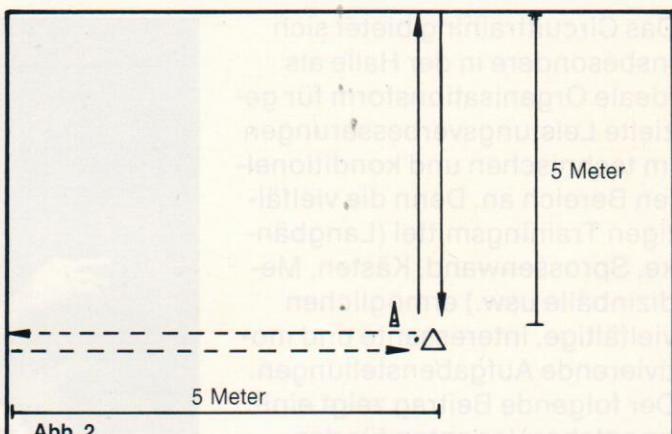


Abb. 2

rechten und linken Fuß in ein markiertes Zielfeld (etwa 1 x 1 Meter in 2 Meter Höhe) an die Wand spielen. Nach jedem Schuß wird der Ball angenommen (Brust, Oberschenkel, Spann) und dann ohne Bodenkontakt mit dem anderen Fuß wieder ins Ziel gespielt (Abb. 3).

2 Punkte pro Paß, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Variation:

Der Ball muß vor dem Zurückspielen 1mal auf dem Boden aufspringen. Der Abstand zur Zielfläche wird hier auf 4 Meter erweitert.

Station 7:

In Rückenlage gestreckt, die Hände fassen die unterste Sprosse einer Sprossenwand (bzw. die Fußgelenke des Partners). Die Beine werden angewinkelt und mit einer Streckung zwischendurch von der rechten zur linken Seite und umgekehrt geschwungen (jeweils mit Bodenkontakt des unteren Knie). 1 Punkt pro Bodenkontakt.

Station 8:

Den Ball mit dem Fuß zwischen 2 Markierungslinien (Abstand 5 Meter) hin und her jonglieren.

2 Punkte pro Strecke, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 9:

Nach Dribbling über die 5 Meter von der Wand entfernte Markierung A den Ball hart gegen die Wand passen, den zurückprallenden Ball unter Kontrolle bringen, drehen und zur 2. Markierung B dribbeln, von wo aus der Schuß gegen die gegenüberliegende Wand



Komm mit
Gesellschaft für Internationale Jugend- und Sportbegegnungen mbH

Internationale Fußballturniere 1991

OSTERN:	Italien	5. ADRIA FOOTBALL CUP / Rimini
	Spanien	2. TROFEO MEDITERRANEO / Costa Dorada
PFINGSTEN:	Frankreich	1. ATLANTIK CUP / Bordeaux
	Spanien	8. INTERN. PFINGSTTURNIER / Malgrat
SOMMER:	Spanien	5. COPA CATALUNYA / Barcelona
	Bonn	2. CAPITAL CUP
	Dresden	2. LÖWEN CUP
HERBST:	Spanien	6. INTERN. HERBSTTURNIER / Sant Vicenc

Weitere Turniere auf Anfrage. Fördern Sie **kostenlos** unsere **Einzelausschreibungen** an.

Komm mit Gesellschaft für Internationale Jugend- und Sportbegegnungen mbH, 5300 Bonn 3, Postfach 300567, Tel. 0228/467067

Wir suchen Referenten für **Öffentlichkeitsarbeit** und **Schiedsrichter**

Abb. 3

4

fußballtraining 12/90

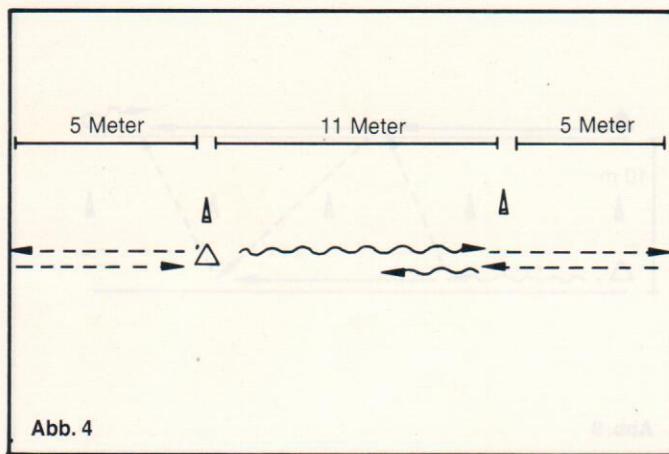


Abb. 4

erfolgt. Ballkontrolle und erneuter Übungsbeginn (Abb. 4).

2 Punkte pro Ballkontrolle, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 10:

Aus der Bauchlage wird ein 3 kg-Medizinball durch Hochschnellen der Unterschenkel zu dem am Kopf stehenden Partner „geschleudert“. Der Partner fängt den Ball und legt diesen zurück auf die Unterschenkel des Übenden.

1 Punkt pro Fangen, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 11:

Von Markierungsstange A aus 2 Doppelpässe gegen die Stirnseite einer auf die Seite geleg-

ten Langbank über Markierungsstange B. Nach der Drehung erfolgt die gleiche Aufgabenstellung zurück (Abb. 5).

2 Punkte pro Strecke, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 12:

Den Ball vom Boden hochspielen, im Sprung mit der Brust kontrollieren, den Ball direkt wieder hochspielen und wiederum in der Luft mit der Brust verarbeiten, etc.

1 Punkt pro Kontakt mit der Brust, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Variationen:

- Der Ball darf nach jeder Ballkontrolle mit der Brust zunächst 1mal aufspringen.
- Der Ball wird im Stand mit der Brust angenommen.

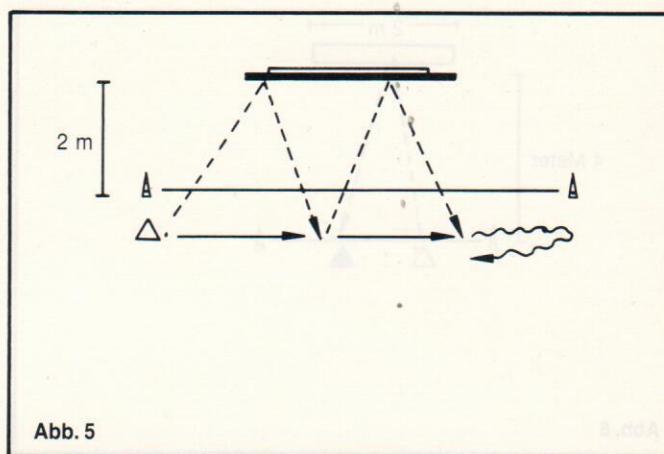


Abb. 5

Station 13:

Eine Bank im Wechsel mit dem rechten und linken Fuß überspringen (jeweils auf dem anderen Fuß landen). Dabei mit beiden Händen den Boden berühren.

1 Punkt pro Bodenkontakt mit den Händen.

Organisatorischer Hinweis:

Ein möglicher **organisatorischer Aufbau dieses Übungsparcours** ist in der Abb. 6 vorgegeben.

Circuit II (Partnertraining)

Organisatorischer Hinweis:

Vorschlag für den Aufbau des folgenden Übungsparcours (Abb. 7)

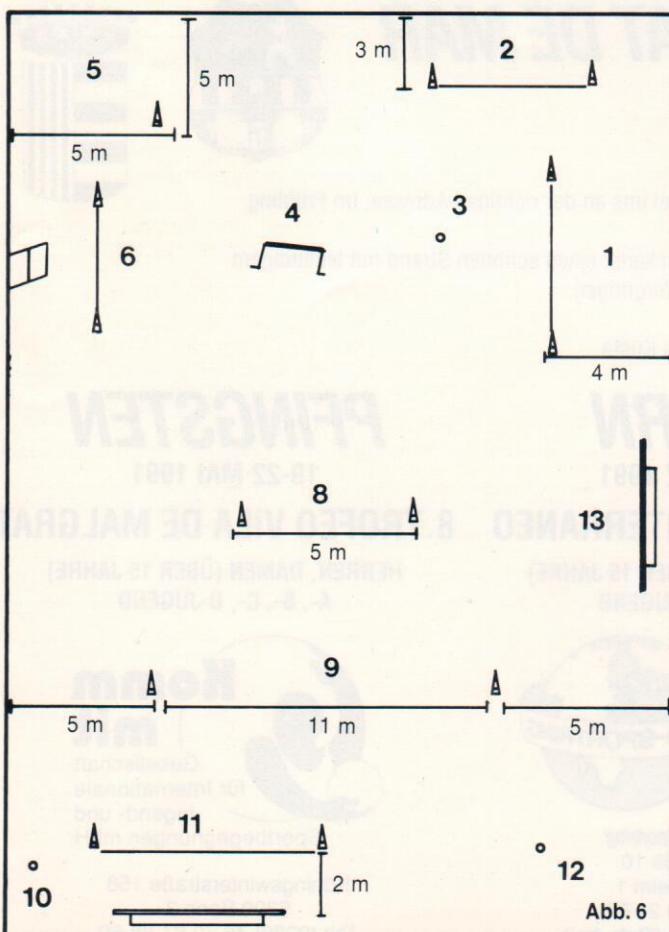


Abb. 6

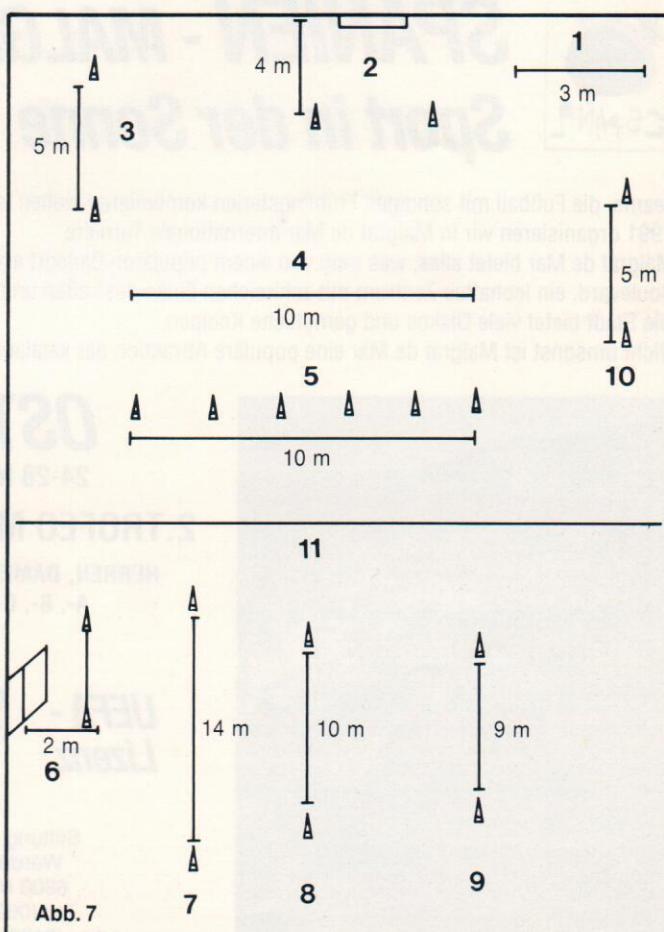


Abb. 7

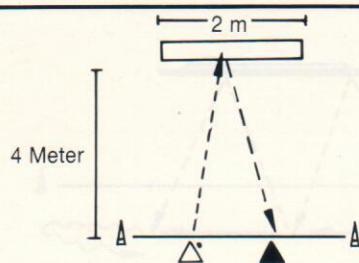


Abb. 8

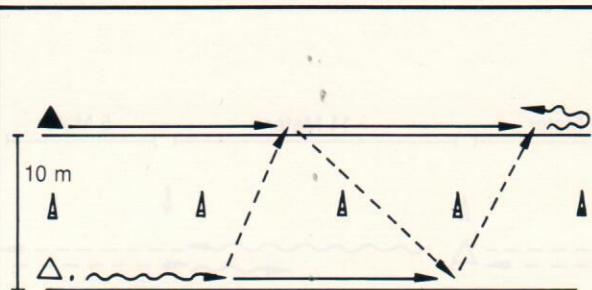


Abb. 9

Belastungsvorgaben:

20 Sekunden Belastungszeit, 40 Sekunden Pause.

Station 1:

Kopfbälle in direkter Folge zwischen 2 Markierungslinien im Abstand von 3 Metern. 1 Punkt pro Kopfball, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 2:

Direkte Pässe gegen eine 2 Meter breite Zone an der Wand von einer 4 Meter entfernten Markierungslinie aus im Wechsel der beiden Partner („Squash“) (Abb. 8). 1 Punkt pro Paß, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 3:

Einwürfe mit dem 3 kg-Medizinball über 2 Markierungslinien im Abstand von 5 Metern. 1 Punkt pro Auffangen des Balles, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 4:

Zuspiel über eine Distanz von 10 Metern ohne Bodenkontakt. Der Ball wird jeweils nach der Ballkontrolle zurückgespielt. 2 Punkte pro Zuspiel, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 5:

Diagonal-Paß-Spiel zwischen 4 Medizinbällen (Hütchen, kleine Kästen) hindurch. Die Zu-

spiele erfolgen hin und zurück über Markierungslinien im Abstand von 10 Metern (Abb. 9).

2 Punkte pro Strecke, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 6:

Direktspiel an die Wand im Wechsel zwischen den Partnern. Die Zuspiele erfolgen von einer Markierungslinie mit 2 Metern Wandabstand aus über eine Markierungslinie in 1 Meter Höhe (Abb. 10).

2 Punkte pro Wandspiel, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Variation:

Der Ball muß nach jeder Wandberührung



SPANIEN - MALGRAT DE MAR

Sport in der Sonne

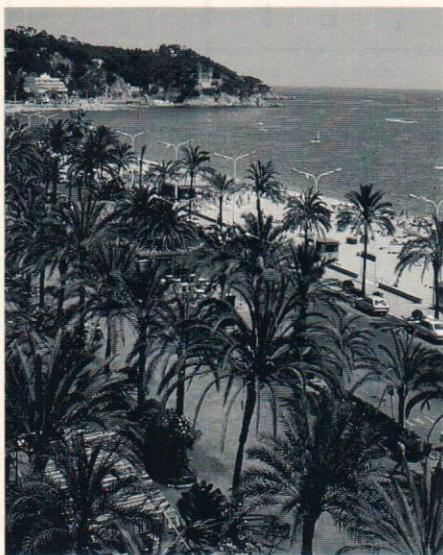


Teams, die Fußball mit sonnigen Frühlingsferien kombinieren wollen, sind bei uns an der richtigen Adresse. Im Frühling 1991 organisieren wir in Malgrat de Mar internationale Turniere.

Malgrat de Mar bietet alles, was man von einem populären Badeort erwarten kann: einen schönen Strand mit lebendigem Boulevard, ein lebhaftes Zentrum mit zahlreichen Einkaufsstraßen und viel Vergnügen.

Die Stadt bietet viele Diskos und gemütliche Kneipen.

Nicht umsonst ist Malgrat de Mar eine populäre Attraktion der katalanischen Küste.



OSTERN

24-28 MÄRZ 1991

2. TROFEO MEDITERRANEO

HERREN, DAMEN (ÜBER 15 JAHRE)
A-, B-, C-, D-JUGEND

**UEFA -
Lizenz**



Stiftung Euro-Sportring
Werderstraße 10
6800 Mannheim 1
Tel: (0621) 40 24 82
oder: (0130) 6635 (Geb. frei)

PFINGSTEN

19-22 MAI 1991

8. TROFEO VILA DE MALGRAT

HERREN, DAMEN (ÜBER 15 JAHRE)
A-, B-, C-, D-JUGEND



Gesellschaft
für Internationale
Jugend- und
Sportbegegnungen mbH
Königswinterstraße 158
5300 Bonn 3
Tel: (0228) 46 70 67-68-69

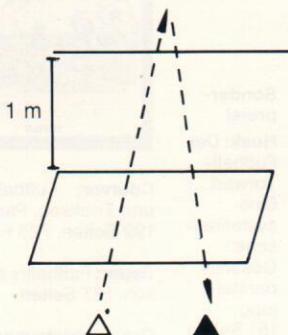


Abb. 10

1mal aufspringen. Der Abstand der Markierungslinie zur Wand wird hierzu auf 4 Meter erweitert.

Station 7:

Einwürfe über eine Distanz von 14 Metern zum Partner, der den Ball kontrolliert und zurückspielt.

Nach 4 Aktionen erfolgt jeweils ein Aufgabenwechsel (Abb. 11).

1 Punkt pro Rückspiel, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 8:

Pendellauf mit Ball über Markierungslinien im Abstand von 10 Metern. Nach Überlaufen der

Ziellinie wird der Ball mit der Sohle gestoppt, der jeweils hinterlaufende Partner übernimmt und startet in Gegenrichtung usw. (Abb. 12). 1 Punkt pro Linienlauf, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 9:

Drop-Kick-Zuspiele mit Fangen über eine Distanz von 9 Metern.

1 Punkt pro Fangen, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 10:

Partner A spielt den Ball mit dem Fuß über 5 Meter so zu Partner B, daß dieser den Ball mit dem Kopf wieder zu A zurückspielen kann. A

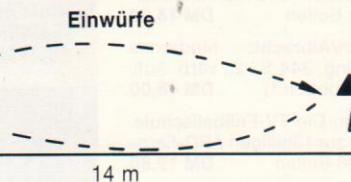


Abb. 11

verarbeitet danach ohne Bodenkontakt das Rückspiel und spielt wieder auf den Kopf von B. Jeweils nach 4 Aktionen erfolgt ein Rollenwechsel.

1 Punkt pro Kopfball, 1 Punkt Abzug pro Fehler.

Station 11:

In der Ausgangsposition stehen beide Partner in der Hallenmitte und berühren sich mit einer Hand.

Sie starten gleichzeitig zu je einer Hallenseitenwand, berühren diese kurz, starten zurück zur Hallenmitte und klatschen dort den Partner Hand gegen Hand ab, usw. (Abb. 14). 2 Punkte pro Abklatschen.

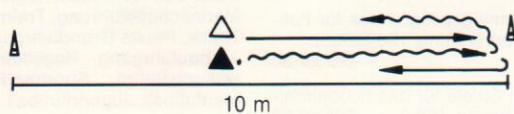


Abb. 12



Die Firma **RECO** GmbH,
Alleinvertreter der Firma **GEMS**

**Sportswear
Made in Italy**

offizieller Ausrüster des
italienischen Serie „A“-Vereins
SC Pisa

sucht fußballbegeisterte

Mitarbeiter

für den Raum Deutschland.

Bitte wenden Sie sich an:

Firma RECO GmbH

Thuillestraße 15

I - 39100 Bozen

Telefon 0039/471/274180

Fax: 0039/471/274188

Abb. 13

Fußball-Bibliothek

I. Umfass. Darstellungen

Bauer: Lehrbuch Fußball. 150 Seiten. **DM 29,80**

Bauer/Ueberle: Fußball. Faktoren der Leistung, Spieler- und Mannschaftsführung. 191 Seiten **DM 18,00**

Brüggemann/Albrecht: Modernes Fußballtraining, 344 S., 2., verb. Aufl. (Fußball-Handbuch 1) **DM 48,00**

Brüggemann: Die TV-Fußballschule. Begleitbuch zur 13teiligen ARD-Fernsehserie, 208 Seiten **DM 19,80**



Deutscher Fußball-Bund: Lehrplan I (Training mit der Nationalmannschaft), 94 Seiten **DM 19,80**

Gerisch/Ruttmöller: Leistungsfußball im Blickpunkt. 318 Seiten **DM 28,00**

Huba (Hg.): Fußball-Weltgeschichte. 479 Seiten **DM 52,00**

Kacani/Horsky: Modernes Fußballtraining, 250 Seiten. Insgesamt 250 Übungen **DM 32,00**

Kunze: Fußball. 153 Seiten **DM 22,00**

Rohr/Simon: Lexikon Fußball, 3500 Stichwörter, 448 Seiten **DM 49,80**



Pförringer/Ullmann: Fußball. Risiken erkennen . . . Verletzungen heilen. 96 Seiten **DM 19,80**

Schulze: Trainer. Die großen Fußballstrategen. 112 Seiten **DM 39,00**

Talaga: Fußballtraining. 272 Seiten **DM 19,80**

Talaga: Fußballtechnik. 202 Seiten **DM 15,90**

Talaga: Fußballtaktik. 219 Seiten. Drei Bände. **DM 19,80**

WFV-Fußballpraxis: Teil 1: Technik und Taktik (16. Auflage, 500 Abb., 304 Seiten) **DM 28,00**

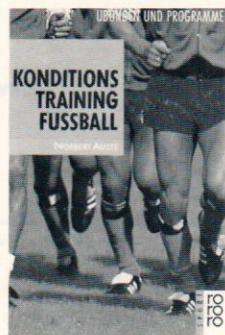
II. Fußball-Trainingslehre

Albrecht (Hrsg.): Fußballsport. Ergebnisse sportwissenschaftlicher Forschung. 248 Seiten **DM 32,00**

Jung: Attraktiver Amateurfußball. 160 Seiten **DM 24,60**

III. Teilgebiete

1. Konditionsschulung



Auste: Konditionstraining Fußball (rororo, 2. Aufl.), 282 S. **DM 16,80**

Bantz/Weisweiler: Spiel und Gymnastik für den Fußballer, 132 S. **DM 18,80**

Frank: Konditionsgymnastik für das Fußballtraining. 158 Seiten, zahlreiche Fotos **DM 27,50**

Fuchs/Kruber/Jansen: Technik- und Konditionsschulung Fußball. (28seitiges Beiheft, 48 Arbeitsk.) **DM 28,80**

Grindler/Pahlke/Hemmo: WVF-Handbuch „Fußball-Praxis“. 2. Teil: Konditionstraining, 11. Auflage, 800 Abb., 216 Seiten **DM 28,00**

Knebel/Herbeck/Hansen: Fußball-Funktionsgymnastik. 192 Seiten, zahlr. Abb. und Fotos **DM 14,80**

2. Jugendtraining

Bauer: richtig fußballspielen. 128 Seiten. Zur Erstinformation vor allem für Jugendtrainer **DM 12,80**

Benedek: Fußballtraining mit Kindern, 274 S., zahlr. Abb. **DM 24,80**

Bisanz/Gerisch: Mini-Fußball, 84 S. **DM 14,00**

Brüggemann: Kinder- und Jugendtraining. Fußball-Handbuch 2. 202 Seiten **DM 44,00**

Hansen/Daniel: Fußball-Jugendtraining. 142 Seiten **DM 12,80**

Wittmann/Maier/Pfeifer: WVF-Handbuch „Fußball-Praxis“. 3. Teil: Jugendtraining. 294 Seiten **DM 28,00**

Pfeifer/Maier: „Fußball-Praxis“. 4. Teil: Jugendtraining II (Technik, Taktik, Kondition), 290 Seiten, über 1000 Übungs-, Spiel- und Wettkampfformen **DM 28,00**

Sneyers: Spielübungen für den Jugendtrainer. 40 Trainingseinheiten für 8-12j./12-14j./14-16j./16-20j., 208 Seiten (2. Auflage) **DM 29,80**

Rogalski/Degel: Fußball (Reihe „Schülersport“). 160 Seiten **DM 10,80**

Deutscher Fußball-Bund: Lehrplan II: Kinder- und Jugendtraining (Grundlagen), 95 Seiten, ca. 100 Fotos/Abbildungen **DM 24,00**

Deutscher Fußball-Bund: Lehrplan III: Jugendtraining (Aufbau und Leistung), 144 Seiten **DM 24,00**



3. Torwarttraining

Bucher: 766 Spiel- und Übungsformen für den Fußball-Torhüter. 168 Seiten **DM 20,80**



Sonderpreis!
Hoek: Der Fußball-Torwart. Eine systematische Gesamtdarstellung. 151 Seiten **DM 14,80**

Hargitay: Modernes Torwart-Training. 244 Seiten **DM 24,00**

NEU: Maier, Sepp: Super-Torwarttraining, 224 Seiten **DM 29,80**

Thissen/Roellgen: Torwartspiel im Fußball. 336 Seiten, 675 Abb. und Fotos **DM 32,00**

4. Übungssammlungen

Benedek: Fußball - 600 Übungen. 416 Seiten **DM 20,00**

Endre Benedek



Benedek: Zweikämpfe im Fußball. 133 Seiten **DM 24,00**

Bucher: 1009 Spiel- und Übungsformen im Fußball. 224 S. **DM 26,80**

Frank: Trainingsprogramme für Fußball-Amateurvereine. 128 Seiten **DM 24,80**

Lammich: Spiele für das Fußballtraining. 177 Spiele, 168 S. **DM 10,80**



Bischops/Gerards: Tips für Spiele mit dem Fußball. 112 Seiten **DM 12,80**

Studener: Fußballtraining. Teil I und II. 312 Abb., 282 Seiten **DM 24,80**

Wenzlaff: 100 Spiele mit dem Fußball und Medizinball. 208 Seiten, 100 Skizzen **DM 29,80**

Zeeb: Fußball-Training (Planung, Durchführung), 94 Trainingsprogramme. 160 Seiten **DM 24,80**

5. Sonstiges

Beck: Der lachende Fußballer. 102 S., 55 Zeichnungen **DM 16,80**



Funcke: Fußball. Ein humoristisches Wörterbuch. 96 Seiten **DM 18,00**

Coerver: Fußballtechnik, Dribbeln und Tricksen. Passen und Schießen. 199 Seiten, 725 Fotos **DM 29,80**

Bauer: Fußballregeln leicht verständlich. 127 Seiten **DM 12,80**

Gray: Verletzungen im Fußballsport. 149 Seiten, 25 Abb. **DM 24,80**

Reinert: Stichwort Fußball. Ein Lern- und Testprogramm. 134 S. **DM 24,80**

Sportdator 90/91: Chronik und Handbuch für Training und Spielbetrieb (erscheint jedes Jahr vor Saisonbeginn) **DM 21,80**

Summer: Die internationalen Fußball-Regeln. 128 Seiten **DM 17,00**



Klante: Der Weg zur B-Lizenz, 232 Seiten **DM 28,00**

Wagner: Fußball-Lehrhefte. Farbiger Kunststoffordner, 10 Einzel-Lehrhefte, 350 A4-Seiten, Register. Inhalt: Mannschaftsführung, Trainingslehre, Taktik, Praxis Grundlehrgang, Praxis Aufbaulehrgang, Regelkunde, Verwaltungslehre, Sportmedizin, Damenfußball, Jugendfußball **DM 65,00**

IV. Für Sportlehrer

Albrecht/Brüggemann: Schulfußball - spielen, lernen, mitgestalten. 236 Seiten **DM 42,80**

Busch: Fußball in der Schule. 5. Aufl., 87 Seiten **DM 9,80**

Dietrich: Fußball - Spielgemäß lernen -spielgemäß üben. 5. Auflage, 91 Seiten **DM 17,80**

Frank: Fußball - Stundenmodelle für den Sportunterricht. 196 S. **DM 34,80**

V. BDFL-Kongressberichte

(Lehrgänge des Bundes Dt. Fußball-Lehrer)

Trier ('80), Warendorf ('81) **je DM 13,00**

Regensburg ('82), Duisburg ('83), Hennef ('84) **je DM 15,00**

Sylt ('85), Berlin ('86), Warendorf ('87), Bad Füssing ('88), Duisburg ('89) **je DM 17,00**

Bestellschein siehe Seite 28!



Foto: Lindemann

Michael Medler

Krafttraining mit Kindern und Jugendlichen im Fußball

(2. Teil)

Vorbemerkungen

Zur Erinnerung soll zunächst ein kurzer Rückblick auf die im 1. Beitragsteil vorgestellten trainingstheoretischen Grundsätze zum Krafttraining im Kinder- und Jugendbereich gegeben werden:

● Bei einem Fußballtraining, das die Spieler nur mit fußballtypischen Belastungsformen konfrontiert, werden ganze Muskelbereiche vergessen und damit muskuläre Ungleichgewichte riskiert, die eine weitere Leistungssteigerung verhindern und Muskelverletzungen provozieren können.

● Solchen muskulären Problemen ist schon in der Nachwuchsausbildung rechtzeitig durch ein altersangemessenes und funktionales Krafttraining entgegenzutreten.

Für so ein Krafttraining liegen in der Zeit der

körperlichen Entwicklung besonders günstige Voraussetzungen vor, denn keine Trainingsreize sind so wirkungsvoll, wie die, die im Verlauf des Wachstums gesetzt werden. Dabei müssen aber die entwicklungsbedingten Besonderheiten des kindlich-jugendlichen Organismus berücksichtigt werden. Überforderungen des noch nicht ausgereiften Bewegungsapparates sind auf jeden Fall zu vermeiden.

● Methodisches Kennzeichen des Krafttrainings mit Kindern und Jugendlichen ist nicht die genaue Abstimmung nach Prozenten und die exakte Bemessung nach Wiederholungszahlen, sondern ein gezieltes Angebot an Trainingsübungen für die entsprechenden Muskelgruppen.

Eine Dosierung kann dabei nach der sogenannten „Ausbelastungsmethode“ vorgenom-

men werden. Hierbei werden jeweils so viele Übungen gemacht, bis die Ausführung deutlich schwierfällt. Da die Kinder und Jugendlichen von allein die Belastung rechtzeitig einstellen, werden Überbelastungen vermieden.

● Am besten gelingt die Motivierung zu einem Krafttraining, wenn es der Nachwuchstrainer schafft, das Krafttraining spielerisch zu gestalten.

Variable Übungen an Bänken, Tauen, Kästen oder der Sprossenwand bieten ausgezeichnete Möglichkeiten, der Forderung nach Vielseitigkeit, Originalität und Attraktivität entgegenzukommen.

Im folgenden werden für die genannten Geräte einige Übungsangebote vorgestellt, die der einzelne Nachwuchstrainer je nach Situation der Trainingsgruppe und den Hallengegebenheiten verwenden kann.

Praktische Beispiele für das Krafttraining mit Kindern und Jugendlichen in der Halle

Abb. 1

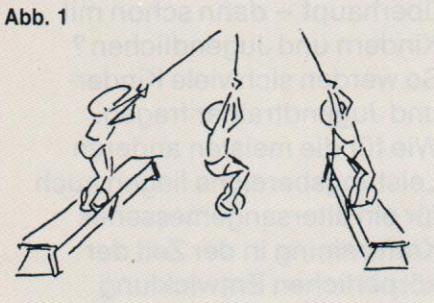


Abb. 2

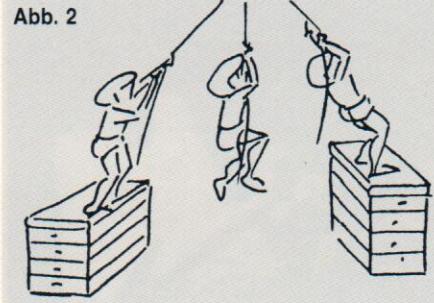
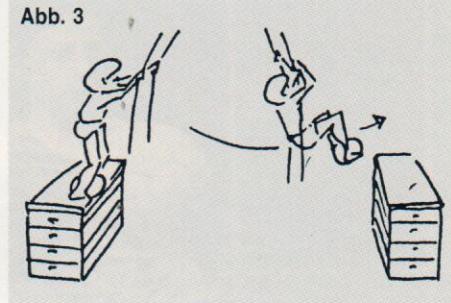


Abb. 3



Klettern und Schwingen an den Tauen

Die Tauen bieten eine der besten Möglichkeiten für eine kindgemäße Ausbildung der Rumpfmuskulatur. Es gibt kaum ein geeigneteres Gerät, um Krafttraining mit Spaß und Bewegungserlebnis zu verbinden.

Übung 1 (Abb. 1):

Schwingen von Bank zu Bank mit/ohne Balltransport.

Übung 2 (Abb. 2):

Schwingen von Kasten zu Kasten.

Übung 3 (Abb. 3):

Schwingen von Kasten zu Kasten mit 2 Tauen mit/ohne Balltransport.

Übung 4 (Abb. 4):

Vorhochschwingen des Balles zu einem Partner.

Übung 5 (Abb. 5):

Abschwingen vom hohen Kasten auf einen Weichboden (Tarzanschwingen).

Staffelspiele mit den Tauen

Übung 1 (Abb. 6):

Umkehrstaffel: Die Spieler schwingen von Kasten zu Kasten hin und her — die Gruppenmitglieder übergeben das Tau dabei immer an den nächsten Spieler.

Übung 2 (Abb. 7):

Umkehrstaffel mit Abschlagen: Die Spieler schwingen jeweils auf den gegenüberliegenden

den Kasten, springen vom Kasten und laufen zur Gruppe zurück, um das nächste Gruppenmitglied abzuschlagen.

Übung 3 (Abb. 8):

Der Ball als Staffelholz: Der Spieler, der zuletzt am Tau geschwungen hat, wird sofort neuer Ballempfänger und gibt den aufgefangenen Ball an das nächste Gruppenmitglied auf dem Kasten zum erneuten Schwingen mit dem Ball weiter.

Übung 4 (Abb. 9):

Dreiecksstaffel: Die beiden Gruppen stellen sich gleichmäßig verteilt an den Eckpunkten eines Dreiecks auf. 1 Eckpunkt wird durch ein Tauschschwingen von einem Kasten, die beiden anderen durch normale Laufmale gebildet.

Abb. 4

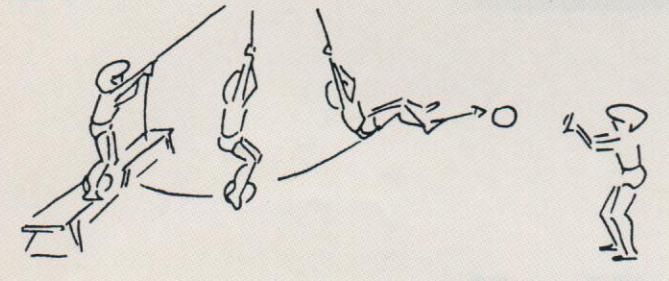


Abb. 5

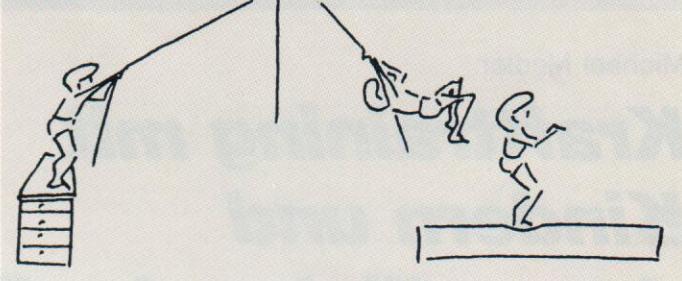


Abb. 6

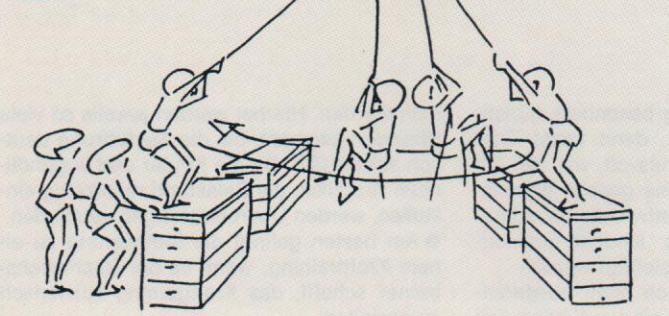
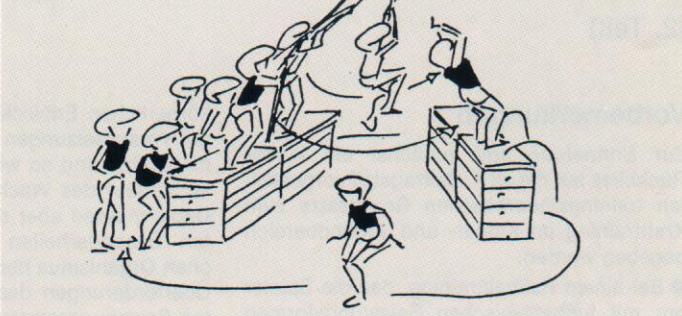


Abb. 7



Biocarn®

L-Carnitin
Das Bio-Energetikum im Sport

Natürliche Leistungssteigerung

- nur in Apotheken erhältlich
- steigert die Sauerstoff-Aufnahme
- enthält reines L-Carnitin
- verbessert die Herzleistung

Zusammensetzung: 3,3 ml BIOCARN Sirup (= 1 Meßbecher) enthalten 1 g L-Carnitin; **Indikationen:** zur Substitution bei primärem und sekundärem systemischem Carnitin-Mangel; **Gegenanzeigen:** Sorbitintoleranz; **Nebenwirkungen:** in sehr seltenen Fällen leichter Durchfall; **Dosierung:** etwa 2 g Carnitin (= 2 Meßbecher) pro Tag; **Handelsformen:** 20 ml, 50 ml, 150 ml; **Preis:** DM 27,44, DM 61,69, DM 164,05 (Stand: 4/90); **Weitere Informationen bei MEDICE, Iserlohn, Postfach 20 63, Tel. 0 23 71/35 11**

 **MEDICE**
ISERLOHN

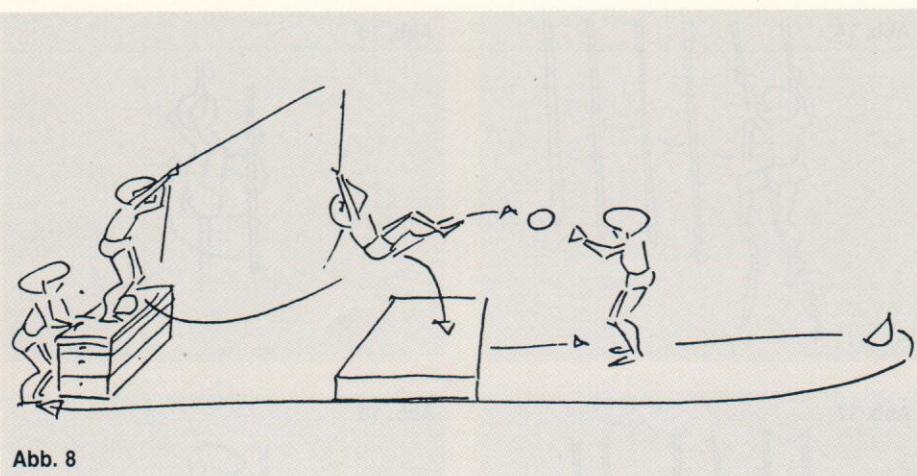


Abb. 8

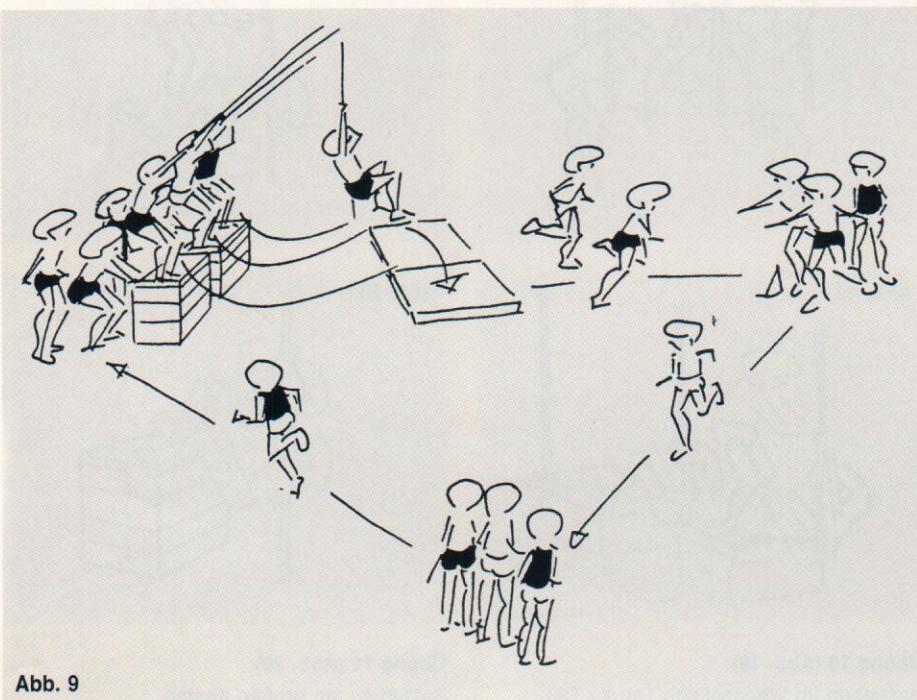


Abb. 9

Weitere Übungsmöglichkeiten

Übung 1 (Abb. 10):

Mit einem oder 2 Tauen vom Boden auf einen Kasten hinaufschwingen.

Übung 2 (Abb. 11):

Klimmziehen und Schwingen an einem Tau.

Übung 3 (Abb. 12):

Klimmziehen und Schwingen an 2 Tauen.

Abb. 10

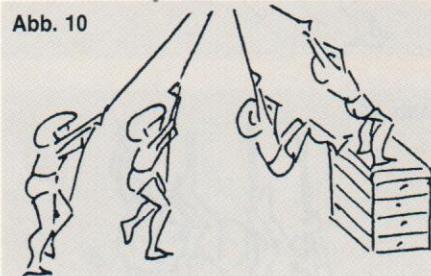


Abb. 11

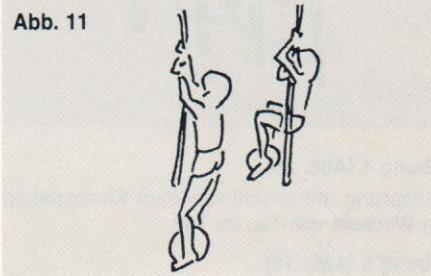
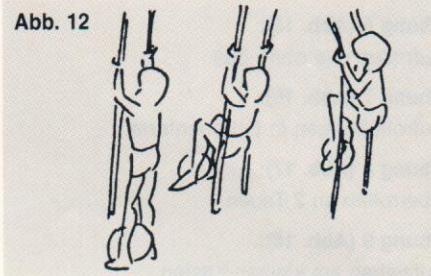


Abb. 12



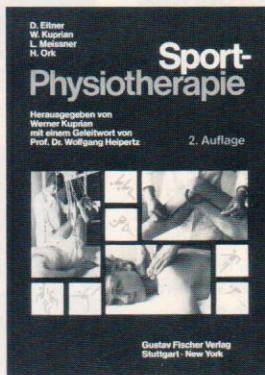
NEU IN UNSEREM VERSANDPROGRAMM



Dieses Buch beschreibt das explosive Sprungkrafttraining als eine Methode, die sich muskelpathologische Phänomene gezielt zunutze macht und die Leistungsfähigkeit in nahezu allen sportlichen Disziplinen erheblich verbessert. 136 Seiten DM 19,80



Dieses Buch erklärt unter Berücksichtigung der Physiologie sowie der Zusammenhänge zwischen Körper und Psyche, welche Anforderungen die verschiedenen Sportarten an den Körper stellen und warum nicht jeder Mensch für jede Sportart geeignet ist. 124 Seiten, 80 Farabbildungen DM 28,00



Eine umfassende und praxisnahe Darstellung der Grundlagen und Anwendungen der Sport-Physiotherapie. Die aktiven krankengymnastischen Methoden zur Rehabilitation verletzter Sportler stehen dabei im Vordergrund. 2., erw. Aufl., 536 S. DM 89,00



Ein Leitfaden für modernes Krafttraining und Bodybuilding. sportinform 256 Seiten DM 24,80



Schonendes Alltagsverhalten und Übungen zum Aufbau eines ausgewogenen Muskelapparats. 256 Seiten DM 14,80

philippa
Bestellschein Seite 28

Abb. 13

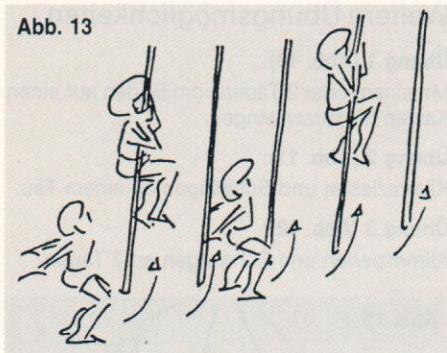


Abb. 14

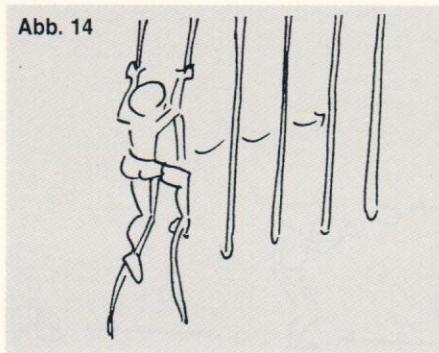


Abb. 15

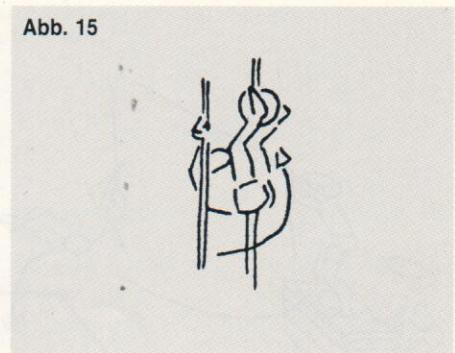


Abb. 16

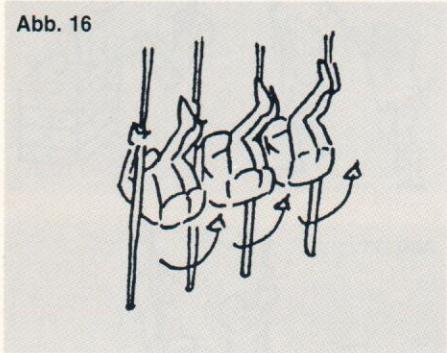


Abb. 17

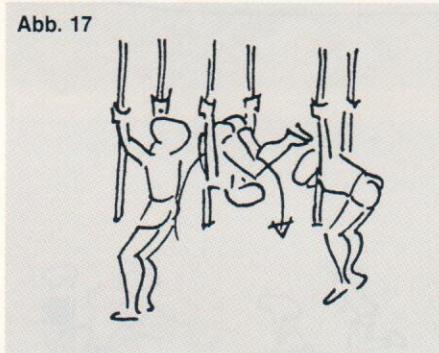
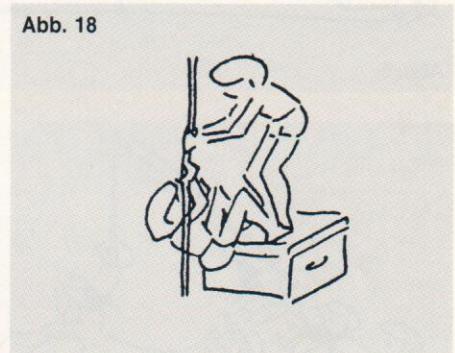


Abb. 18



Übung 4 (Abb. 13):

Aufsprung mit anschließendem Klimmziehen im Wechsel von Tau zu Tau.

Übung 5 (Abb. 14):

Klettern von Tau zu Tau

Übung 6 (Abb. 15):

Aufrollen mit/ ohne Ball.

Übung 7 (Abb. 16):

Aufrollübungen in Gruppenform.

Übung 8 (Abb. 17):

Überrollen an 2 Tauen.

Übung 9 (Abb. 18):

Aufziehen am kleinen Kasten.

Abb. 19

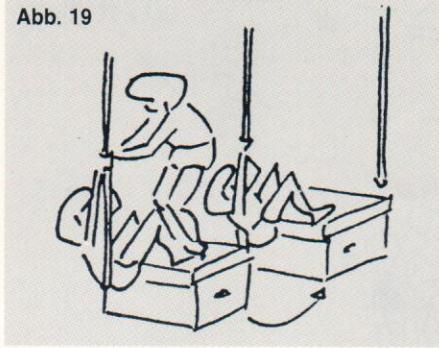
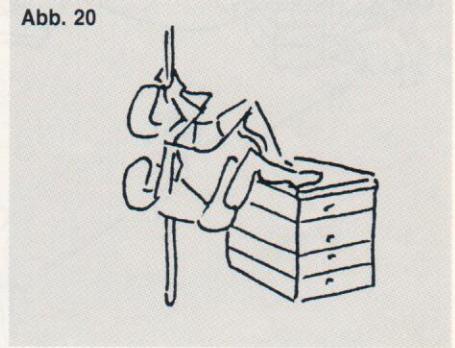


Abb. 20



Übung 10 (Abb. 19):

Aufziehen im Wechsel von Tau zu Tau.

Übung 11 (Abb. 20):

Aufziehen am großen Kasten.

Produktinformation

ALUDUR-Kabine: Preiswerter Wetterschutz weiter verbessert!

Sprichwörtlich im Regen stehen lässt so mancher Verein seine Trainer und Mannschaften auf der Bank am Spielfeldrand – aus Kostengründen, wie es in der Regel bedauernd vom Vereinsvorstand heißt. Dabei ist ein wettersicherer Platz für Betreuer und Auswechselspieler viel preiswerter, als gemeinhin bekannt ist. So liefern die Aluminium-Werke Wutöschingen die nebenstehend abgebildete ALUDUR-Kabine zum Preis von DM 1.428,-/St. zzgl. MwSt. als Bausatz (bei Abnahme von zwei Kabinen reduziert sich der Preis auf DM 1.386,-/Stück). Die stabile, nicht rostende und komplett verglaste Aluminium-Kabine ist wegen ihres geringen Gewichts leicht zu transportieren, kann aber auch auf einem Fundament fest montiert werden. Zum Bausatz gehören neben der Kabine ein imprägnierter Holzbodenrost sowie eine stabile Sitzbank aus Holzbohlen.

Abmessungen: 2,87 m lang, 2,10 m hoch, 1,25 m tief.

Durch eine Veränderung der Seitenwände wurde jetzt das Blickfeld wesentlich erweitert: die schmalere Seitenverglasung sorgt dafür, daß Trainer und Auswechselspieler nun den „kompletten Durchblick“ haben.



Abb. 21

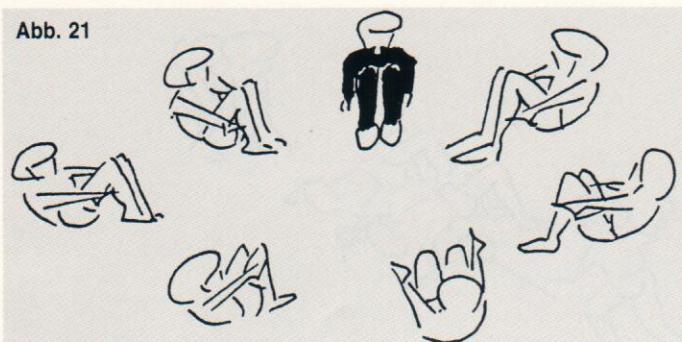


Abb. 22



Abb. 23

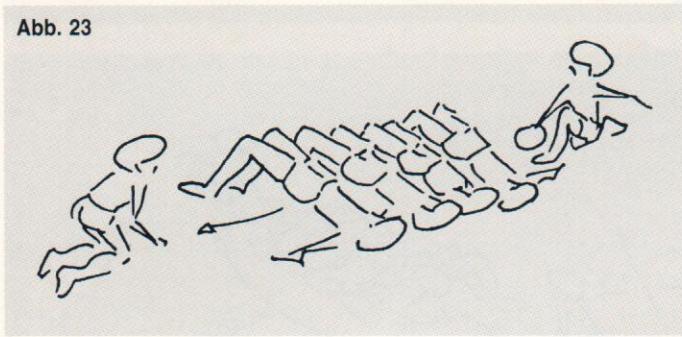


Abb. 24

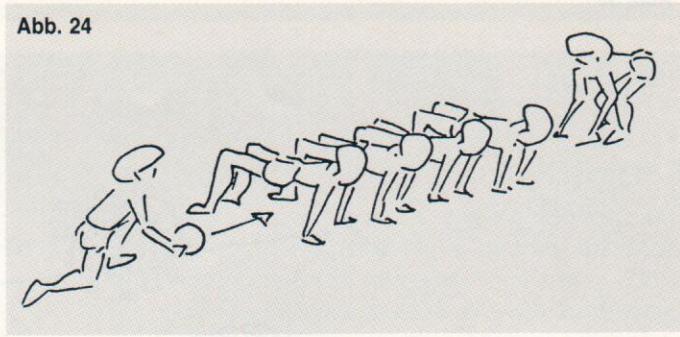


Abb. 25

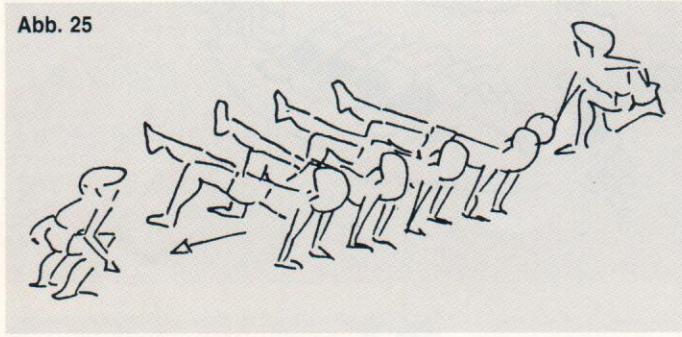


Abb. 26

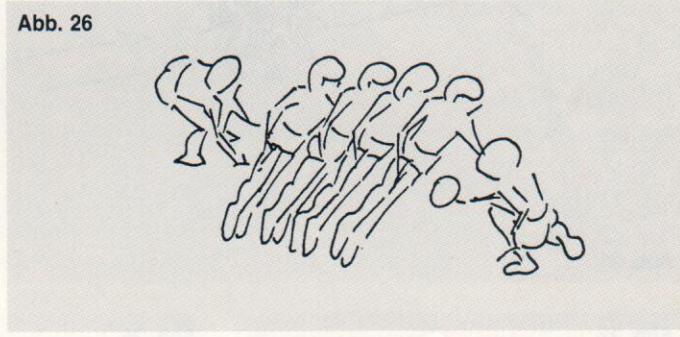
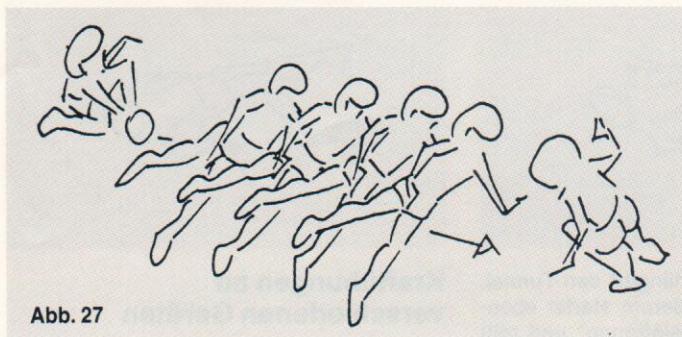


Abb. 27



Stabilisierungsübungen

Um diese wichtigen Übungen auch in dieser Altersstufe erfolgreich anbieten zu können, müssen sich die Trainer etwas besonderes einfallen lassen. Denn die Kinder bringen natürgemäß nicht die konzentrativen Voraussetzungen für derartige Trainingsformen mit. Die Einbindung in ganzheitliche Aufgabenstellungen und spielerische Formen kann hier helfen. Verluste in der Exaktheit der Ausführungen müssen hingenommen werden.

Übung 1 (Abb. 21 und 22):

Stabilisierungsübungen mit dem Trainer im großen Kreis.

Übung 2 (Abb. 23):

„Tunnelbau“ mit Nackenbrücke. 2 Übende rollen einen Ball hin und her.

Übung 3 (Abb. 24):

„Tunnelbau“ mit Stütz rücklings.

Übung 4 (Abb. 25):

„Tunnelbau“ mit Stütz rücklings und vorgesetztem Bein.

Übung 5 (Abb. 26):

„Tunnelbau“ mit Seitstütz.

Übung 6 (Abb. 27):

„Tunnelbau“ mit Seitstütz und angehobenem Bein.

Übung 7 (Abb. 28):

„Tunnelbau“ im Beuge-Liegestütz.

Übung 8 (Abb. 29): „Tunnelbau“ im Beuge-Liegestütz mit ausgestrecktem Bein.

Sonne · Wald · Atlantik

Trainingslager und Jugendgruppenreisen

in den Sommerferien an der französischen Atlantikküste, 14 Tage ab **DM 370,-**.

VOYAGE Reiseorganisation

Warburger Straße 88; 4790 Paderborn
Telefon: 05251/65934, Fax: 05251/66211



Abb. 30

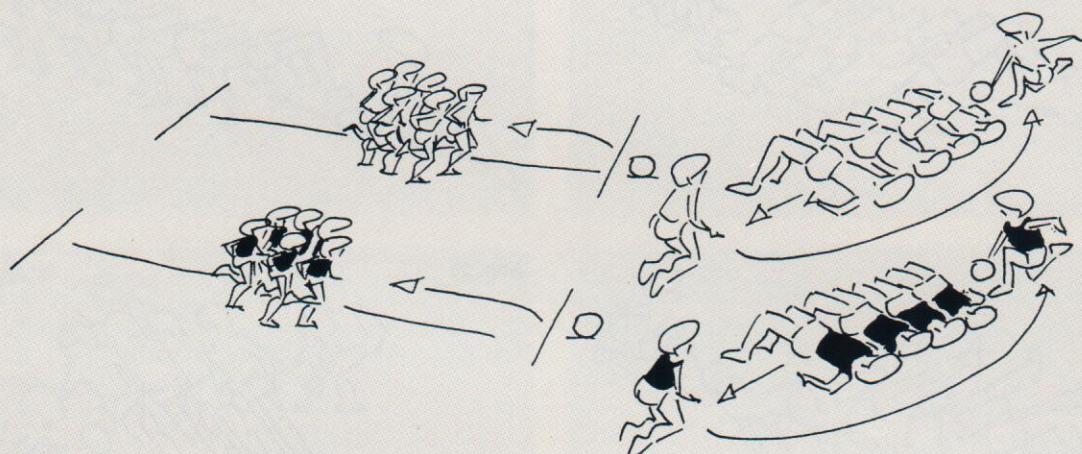


Abb. 31

Abb. 32



Abb. 33



Abb. 34



Übung 9 (Abb. 30):

Alle „Tunnelbau-Übungen“ können auch mit der folgenden Organisationsform ablaufen: Je zwei 2er-Gruppen üben im Wechsel. Die eine schafft in unterschiedlicher Form einen „Tunnel“, die andere rollt den Ball hin und her.

Übung 10 (Abb. 31):

Auch für Wettbewerbsformen eignen sich die „Tunnelbau-Übungen“ die so in eine attraktive spielerische Form gebracht werden können.

Dabei starten die Mannschaften komplett zu einem in einiger Entfernung abgelegten Ball. Dort ist als Zusatzaufgabe eine der „Tunnelbau-Übungen“ möglichst schnell zu erfüllen. Dazu wird der Ball durch den von den Übenden gebildeten „Tunnel“ nach vorne gerollt. Wer den Ball gerollt hat, läuft zur gegenüber-

liegenden Seite und verlängert den Tunnel. Der Ballempfänger wiederum startet ebenfalls zur anderen „Tunnelöffnung“ und rollt den Ball von neuem hindurch zu einem weiteren, inzwischen Position eingenommenen Gruppenmitglied.

Die Zusatzaufgabe ist beendet, wenn jedes Gruppenmitglied den Ball einmal/ zweimal hindurchgerollt hat.

Sieger ist die Mannschaft, die zuerst wieder die Ausgangsposition eingenommen hat.

Übung 11 (Abb. 32, 33 und 34):

Einzelübungen:

Der Ball wird unter dem Körper hin- und hergerollt. Durch Anheben der Hüfte in verschiedenen Positionen werden die Stabilisierungsübungen auf diese Weise „ganzheitlich verpackt“.

Kraftübungen an verschiedenen Geräten

Zum Abschluß soll eine Sammlung von verschiedenen Kraftübungen vorgestellt werden, die je nach Geräteausstattung der Hallen zu einem variablen Krafttrainingsprogramm zusammengestellt werden können.

Partnerübungen

Übung 1 (Abb. 35):

Ballübergaben mit Aufrollübungen.

Hinweis:

Das Becken bleibt am Boden, kein Aufsitzen!

Übung 2 (Abb. 36):

Ballübergaben mit Aufrollen seitwärts.

Übung 3 (Abb. 37):

Seitvorheben des Körpers mit/ ohne Ball.

Abb. 35

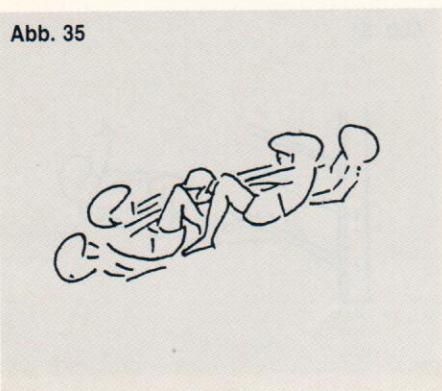


Abb. 36

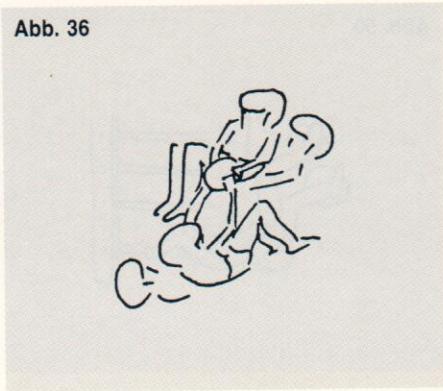
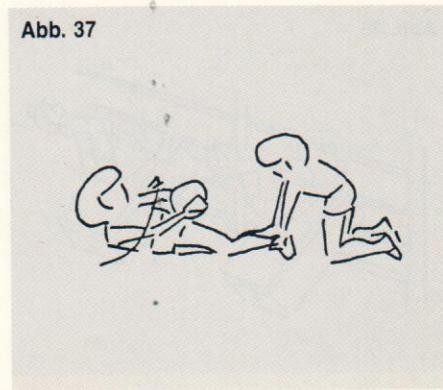


Abb. 37



Übung 4 (Abb. 38):

Vorhochheben der Beine.

Hinweis:

Kein Einrollen!

Übung 5 (Abb. 39):

„Scheibenwischer“ mit/ ohne Ball.

Übungen am kleinen Kasten oder Kastendeckel

Übung 1 (Abb. 40):

Umstützen eines kleinen Kastens im Stütz rücklings.

Übung 2 (Abb. 41):

Liegestützlaufen vor und zurück.

Übung 3 (Abb. 42):

Seitaufrollen des Oberkörpers bei senkrecht aufgelegten Oberschenkeln.

Abb. 38

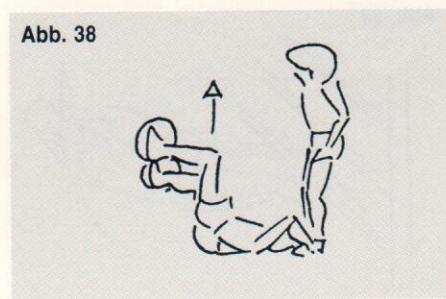
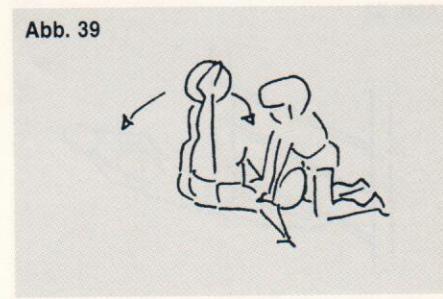


Abb. 39



Übung 7 (Abb. 46):

Stütz rücklings mit angehobener Hüfte — dynamisch oder gehalten.

Übung 8 (Abb. 47):

Seitstütz mit/ohne Abspreizen.

Übung 9 (Abb. 48):

Aufrollen am schrägstellten Kastendeckel mit/ohne Ball.

Abb. 40

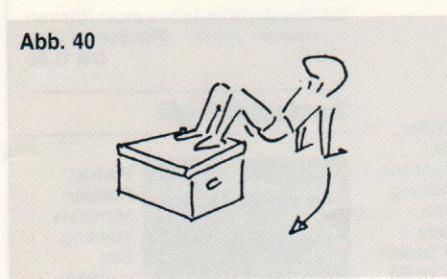


Abb. 41

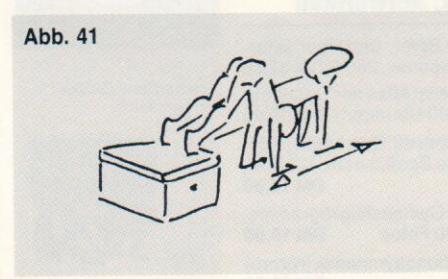


Abb. 42



Abb. 43

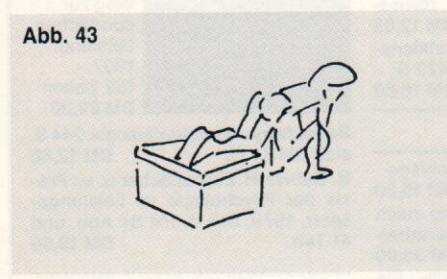


Abb. 44

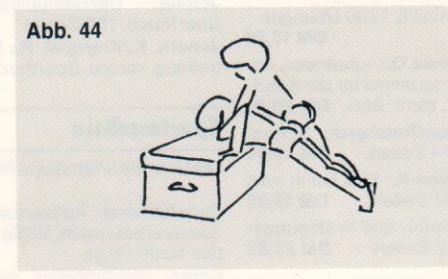


Abb. 45

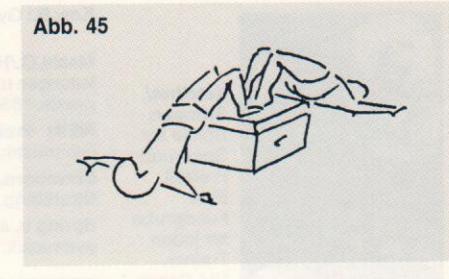


Abb. 46



Abb. 47

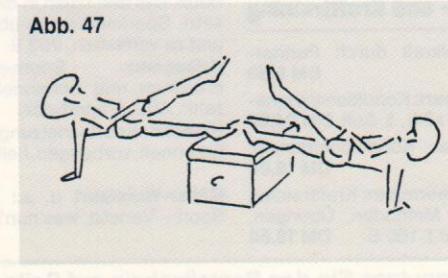
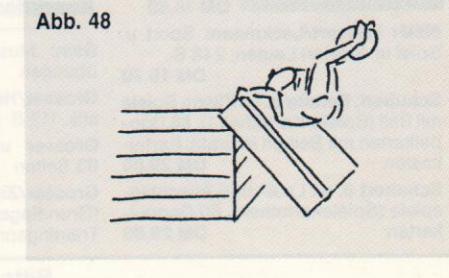


Abb. 48



Jugendtraining

Abb. 49

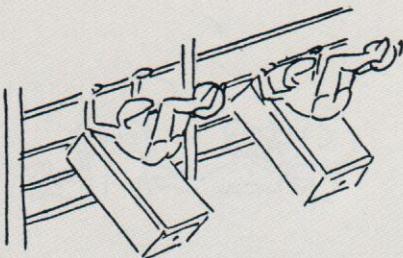


Abb. 50



Abb. 51

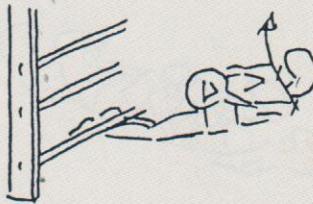


Abb. 52

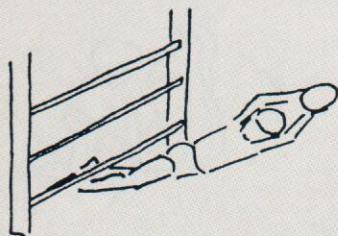


Abb. 53

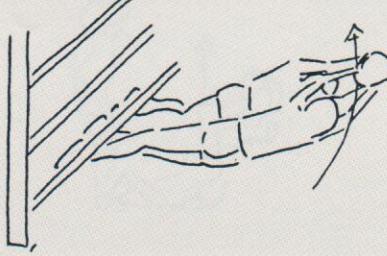


Abb. 54



Übungen an der Sprossenwand

Übung 1 (Abb. 49):

Aufrollen am schräg eingestellten Kastendeckel.

Übung 2 (Abb. 50):

Vorhochheben der Beine.
Mit und ohne Ball.

Übung 3 (Abb. 51):

Seitvorheben des Oberkörpers.

Übung 4 (Abb. 52):

Seitheben des Oberkörpers.

Übung 5 (Abb. 53):

Seitheben des Oberkörpers als Partnerübung.

Allgemeine Sportfachliteratur

093

Allgemeines, Trainingslehre

Ballreich/Baumann: Biomechanische Leistungsdiagnostik, Ziele – Organisation – Ergebn. **DM 12,80**

Döbler: Grundbegriffe der Sportspiele. 232 Seiten **DM 18,50**

Letzelter, M.: Trainingsgrundlagen (rororo-Sportbuch) **DM 12,80**

Kleine Spiele

Döbler, E. und H.: Kleine Spiele. Neuauflage in Vorbereitung



Ketelhut/Brüner:
Spiele für Sport und Freizeit. Eine Fundgrube für jeden Trainer. 134 Seiten **DM 10,70**

NEU: Lehnert/Lackmann: Sport u. Spiel m. kleinen Leuten, 248 S. **DM 10,70**

Schubert, Renate u. a.: Kleine Spiele mit Ball (Spiele-Kartotheek 1), 88 Doppelkarten mit Beiheft in prakt. Karteikasten **DM 29,80**

Schubert u. a.: Lauf- und Abschlagspiele (Spielekartotheek). 80 Doppelkarten **DM 29,80**

Gymnastik, Aufwärmung

Bucher: 1000 Spiel- und Übungsformen zum Aufwärmen, 280 S. **DM 32,80**

Fidelus/Kocjasz: Atlas der Trainingsübungen (2000 Übungen) **DM 18,00**

Gerlach-Riechardt: Gymnastik; Körperschule, die Spaß macht. 173 Seiten DIN A5 **DM 16,80**

Klein, G. u. a.: Gymnastikprogramme, 128 S., ca. 300 Fotos **DM 19,80**

Knebel: Funktionsgymnastik (rororo) **DM 12,80**

Kos, B.: Gymnastik, 1200 Übungen **DM 17,80**

Maehl, O./Höhnke, O.: Aufwärmungen. Anleitungen u. Programme für die Sportpraxis. 188 S., zahr. Abb. **DM 20,00**

NEU: Preibsch/Reichardt: Schon-Gymnastik, 104 Seiten. **DM 19,80**

Sölveborn, Sven-A.: Das Buch vom Stretching. 122 Seiten. **DM 19,80**

Spring u. a.: Dehn- und Kräftigungs-gymnastik. 142 Seiten **DM 22,80**

Konditions- und Krafttraining

Gain: Muskelkraft durch Partnerübungen **DM 9,80**

Grosser/Herbert: Konditionsgymnastik, 119 S. (21x24), 5. Aufl. **DM 24,80**

Grosser u. a.: Konditionstraining. 93 Seiten **DM 18,00**

Grosser/Zimmermann: Krafttraining (Grundlagen, Methoden, Übungen, Trainingsprogr.), 160 S. **DM 19,80**

Schriftenreihe zur Praxis der Leibeserziehung und des Sports

Hans-Dieter Kreidler

Konditionsschulung durch Spiele

5. überarbeitete Auflage



Jonath: Circuittraining, rororo-Sportbuch, 188 Seiten **DM 12,80**

Jonath, K./Krempl, R.: Konditionstraining, rororo-Sportbuch, 429 S. **DM 16,80**

Sportmedizin

Clasing: Sportärztliche Ratschläge **DM 16,00**

Ehrich/Gebel: Aufbautraining nach Sportverletzungen. Völlig überarbeitete Neuauflage **DM 36,00**

Forgo: Sportmedizin für alle. Ein Buch, das den Laien in die Lage versetzt, Sportmedizin zu überschauen und zu verstehen. 253 S. **DM 42,00**

Grisogono: Sportverletzungen erkennen und behandeln. 214 S., zahr. Abb. (Paperback) **DM 26,80**

Hinrichs: Sportverletzungen. Erkennen, vorbeugen, heilen (rororo) **DM 16,80**

Müller-Wohlfahrt u. a.: Süße Pille Sport – Verletzt, was nun? 172 S. A5 **DM 17,50**

NEU

Reinhardt (Hrsg.): Gesunder Rücken – besser leben (Rückenschule), 170 S. **DM 11,80**

Sportpsychologie

Porter/Forster: *Mentales Training*

Der moderne Weg zum Erfolg. 1987, 152 Seiten **DM 32,00**

Rokusfalvy: Sportpsychologie. 244 S. statt DM 34,80 **DM 12,80**

H. Gabler/H. Eberspächer u. a.: Praxis der Psychologie im Leistungssport, 1979, 616 S. mit 84 Abb. und 41 Tab. **DM 19,80**

Sporternährung

Haas: Top-Diät. Für Erfolg und persönliche Bestleistung. Jetzt als Taschenbuch. 287 Seiten **DM 12,80**

Haas: Die Dr.-Haas-Leistungsdiät, USA-Bestseller! Jetzt als Taschenbuch. 240 Seiten **DM 12,80**

Konopka: Sporternährung, Leistungsförderung durch vollwertige und bedarfsgerechte Ernährung. 190 Seiten **DM 24,00**

Bitte benutzen Sie den Bestellschein auf Seite 28!

Abb. 55

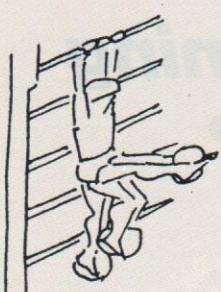


Abb. 56



Abb. 57

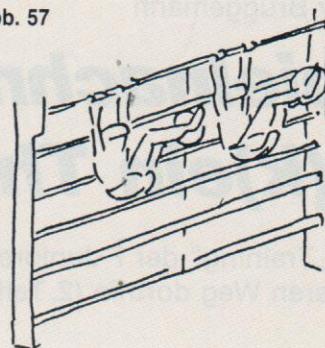


Abb. 58



Abb. 59

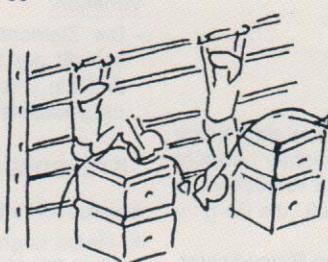
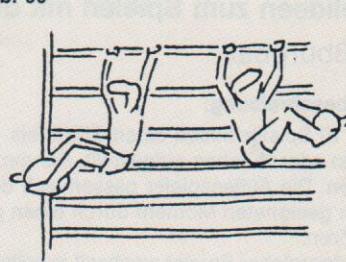


Abb. 60



Übung 6 (Abb. 54):
„Scheibenwischer“

Übung 7 (Abb. 55):
Vorheben der Beine.

Übung 8 (Abb. 56): Aufrollen.

Übung 9 (Abb. 57):
Aufrollen in Abstimmung mit einem Partner.

Übung 10 (Abb. 58):
Hin- und Herheben der Beine über kleine Kästen.

Übung 11 (Abb. 59):
Hin- und Herheben als Partnerübung. A beginnt im Anschluß an B und umgekehrt.

Übung 12 (Abb. 60):
Hin- und Herheben der Beine.

TRAININGSCAMPS 1991

Saisonvorbereitung in Südeuropa
auf exzellenten Anlagen und im besten Klima!



Wir, das Team von **freizeit aktiv**,

- * organisieren für Mannschafts- und Individual-sportarten Trainingsaufenthalte im Ausland
- * reservieren für Sie die besten Sportstätten
- * planen und führen Vereinsausflüge durch
- * vermitteln Trainingspartner in vielen Orten Italiens, in Jugoslawien, auf Mallorca und auf Kreta
- * unterbreiten Vorschläge zur Durchführung von Rahmenprogrammen
- * organisieren die Anreise mit Bus, Bahn oder Flugzeug
- * stellen Betreuer, Physiotherapeuten oder Masseure zur Verfügung

Den informativen Katalog und ausführliche individuelle Fachberatung erhalten Sie von:

freizeit aktiv · Postfach 1155 · 6146 Alsbach 1



06257-
2011



Vom Deutschen
Leichtathletik-
Verband empfohlen

ALUDUR® Trainer- und Spielerkabine



der wettersichere Platz für Betreuer und Auswechselspieler Ihrer Heim- und Gast- Mannschaften. Komplett mit Holz-Bodenrost und stabiler Holzbohlen - Sitzbank. Neben dem sehr günstigen Preis bieten sich jede Menge Werbeflächen für Sponsoren: auf Frontblende, Seitenwänden und Rückwand. Lieferung direkt vom Hersteller! Deshalb besonders preiswert!

Fordern Sie Detailunterlagen an bei

AWW

ALUMINIUM WERKE WÜTÖSCHINGEN GMBH

D-7896 Wütschingen · Telefon 077 46/81-0
Telex 07 921 435 · Telefax 077 46/81217



Detlev Brüggemann

Spielnachmittle statt Training – (k)ein Thema für uns alle?

Vom „Training“ der F-Junioren (6 bis 8 Jahre) und dem schweren Weg dorthin (2. Teil)

Spielideen zum Spielen mit dem Ball

„Fußburgball“

Spielbeschreibung:

6 bis 10 Spieler bilden einen Stirnkreis. In der Kreismitte sind einige Keulen oder Hütchen aufgestellt, die von einem Burgwächter bewacht werden. Die Außenspieler passen sich den Ball zu und versuchen, in einem geeigneten Moment durch einen gezielten Schuß „die Burg zu zerstören.“

Ein erfolgreicher Spieler wechselt jeweils sofort mit dem Burgwächter. Welcher Spieler hat nach Spielende am meisten die Rolle des Burgwächters übernommen?

„Balltreibjagd“

Spielbeschreibung (Abb. 1):

2 gleichstarke Gruppen stellen sich hinter 2 Grundlinien gegenüber auf und versuchen, einen in der Mitte zwischen beiden Mannschaften liegenden Medizinball so zu treffen, daß dieser möglichst weit in die gegnerische Hälfte bis über eine Ziellinie rollt.

Zu Spielbeginn hat jeder Spieler einen Ball. Nach Spielbeginn dürfen „neue“ Bälle nur aus der eigenen Hälfte geholt werden. Sie müssen aber zunächst hinter die eigene Grundlinie gedribbelt werden, von wo aus die Zielstöße auf den Medizinball erfolgen dürfen.

„Orientierungsfußball“

Spielbeschreibung (Abb. 2):

Alle Spieler dribbeln in der Spielfeldmitte in einem begrenzten Raum frei durcheinander. In einem Abstand von etwa 10 Metern sind in verschiedener Richtung mit 1 bis 4 Fahnenstangen 4 Ziellinien markiert.

Auf Zuruf einer der Nummern 1 bis 4 muß jeder Spieler möglichst schnell seinen Ball über die betreffende Ziellinie dribbeln.

Wer erreicht als Erster die Ziellinie?

Wer kommt zuletzt an?

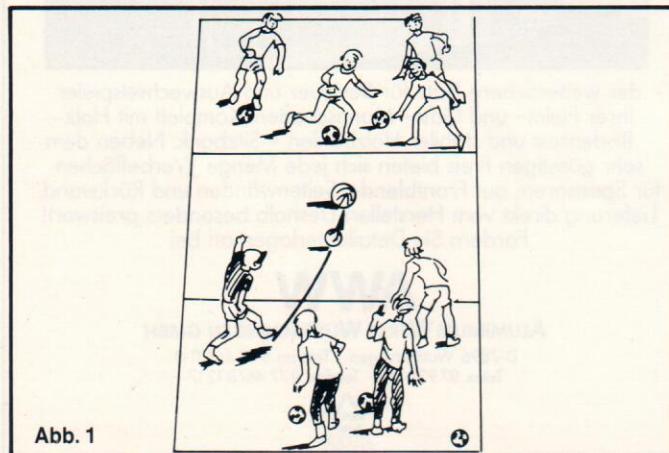


Abb. 1

Variation:

– Die Zielrichtung wird in einer anderen Form vorgegeben: z. B. schießt der Übungsleiter plötzlich einen Ball über die betreffende Ziellinie. Oder ein Spieler „kegelt“ auf 4 Keulen und je nach Zahl der umgekegeln Keulen wird die betreffende Ziellinie angesteuert.

„Krakenspiel“

Spielbeschreibung:

In einem begrenzten Spielfeld befinden sich 5 bis 6 Spieler auf dem Boden. Die übrigen Spieler dribbeln mit je einem Ball frei durch den Spielraum.

Die Spieler auf dem Boden (Kraken) versuchen, die Bälle der Dribbelnden zu erwischen.

Welche Krake erobert in einer bestimmten Zeit die meisten Bälle? Welcher dribbelnde Spieler hat die wenigsten Ballverluste aufzuweisen?

Variationen

– Die ballbesitzenden Spieler prellen den Ball durch das Spielfeld.

„Genarrter Fänger“

Spielbeschreibung:

In einem abgegrenzten Spielfeld befinden sich einige Spieler mit einem Ball in der Hand und die Mehrzahl der Spieler ohne Ball.

1 Spieler wird als Fänger bestimmt und versucht, einen der nichtballbesitzenden Spieler abzuschlagen. Die Spieler in Ballbesitz können einen verfolgten Mitspieler den Ball zur Rettung zuwerfen. Mit dem Ball darf dabei aber nicht gelaufen werden.

Wenn 1 Spieler gefangen wird, erfolgt auf der Stelle ein Aufgabenwechsel mit dem bisherigen Fänger.

Wer ist nach 1 Minute der Fänger (= 1 Fehlpunkt)?

Wer weist zuerst 3 Fehlpunkte auf?

Variationen

– Der Ball darf mit der Hand flach zugerollt werden.

– Der Ball wird zugepaßt.

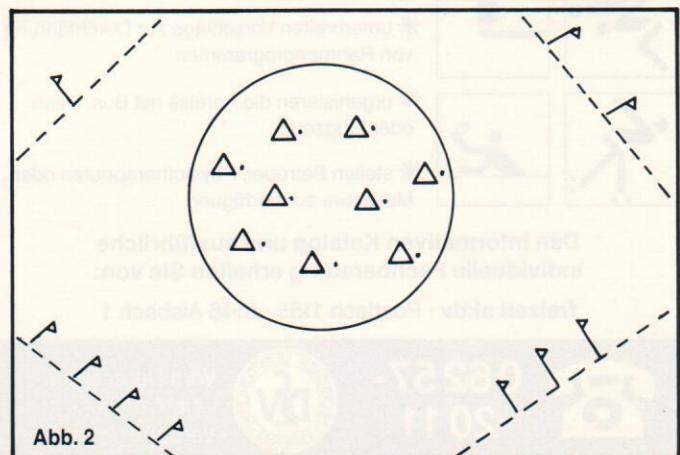


Abb. 2

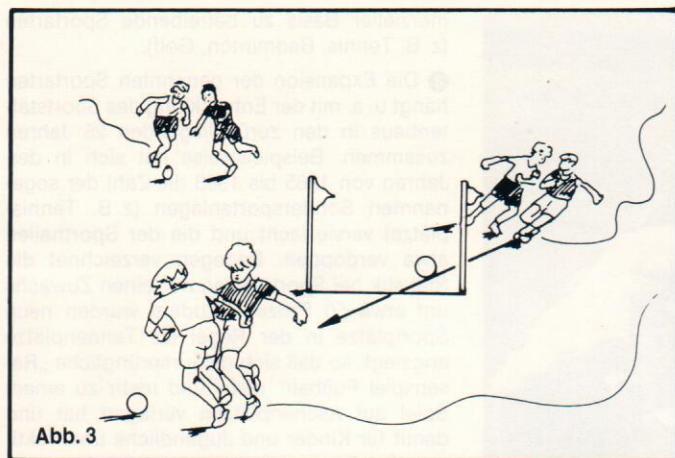


Abb. 3

– Der Fänger kann das Feld überraschend über eine der 4 Begrenzungslinien verlassen. In diesem Fall müssen alle anderen Spieler ebenfalls über diese Linie laufen. Wer als letzter das Spielfeld verlässt, wird neuer Fänger.

„1 gegen 1“

Spielbeschreibung (Abb. 3):

In einem begrenzten Spielfeld sind einige Kleintore frei aufgestellt. Jeweils 2 Spieler werden zum 1 gegen 1 aufgeteilt. Der jeweils ballbesitzende Spieler soll an den Kleintoren möglichst viele Tore erzielen. Nach Ballverlust erfolgt jeweils sofort ein Rollentausch.

Welcher der beiden Spieler hat nach 30 Sekunden die meisten Tore geschossen?

„Torschuß“

Spielbeschreibung:

Jeweils 2 Spieler stellen sich im Abstand von etwa 10 Metern in 2 gegenüberliegenden Toren auf. Sie schießen im Wechsel auf das gegnerische Tor.

Welcher der beiden Spieler hat nach 5 Minuten (oder nach 10 Schüssen) die meisten Treffer erzielt?

Variationen:

- Wer einen geschossenen Ball festhalten konnte, darf zu seinem Torschuß 3 Meter vorrücken.
- Der Ball darf aus jeder Position – also auch aus dem Feld heraus – direkt zurückgeschossen werden.
- Der Ball muß dem Gegenüber zu dessen Torschuß mit einem genauen Zuspiel vorgelegt werden.

Balljagd

Spielbeschreibung:

In einem abgegrenzten Spielfeld dribbeln die Spieler frei im Raum und

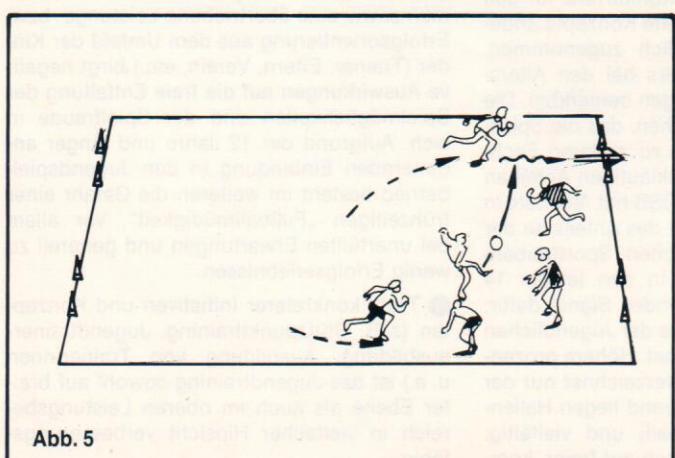


Abb. 5

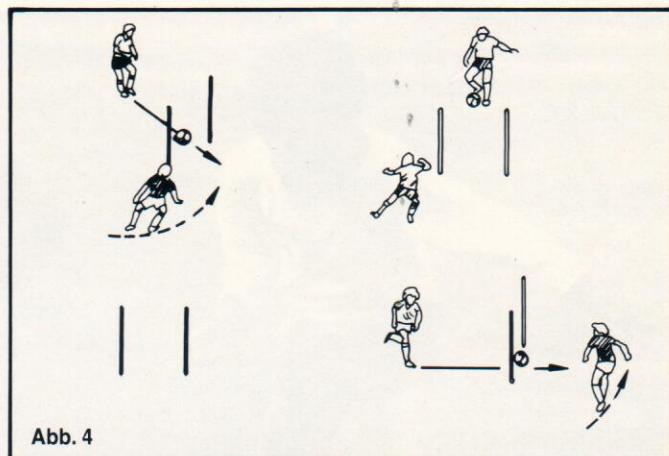


Abb. 4

versuchen, den Ball gegen einen (oder mehrere) „Jäger“ (Spieler ohne Ball) zu verteidigen. Der Ball gilt bei Ballberührung durch den Jäger als erobert.

Nach einer Balleroberung wechseln sofort die Aufgaben der beiden Spieler.

Welcher Spieler ist am Spielende „Jäger“? (= 1 Fehlpunkt)

Variation:

- Das Ende eines Durchgangs wird durch einen Spieler außerhalb des Feldes bestimmt, der auf ein Ziel (etwa Tor mit Torwart) schießt. Das Übungsende wird durch den 2. (3.) Fehlschuß vorgegeben.

„Viel-Tore-Spiel“

Spielbeschreibung:

Verschiedenartige Tore bzw. Ziele begrenzen das Hallenfeld: z. B. je 1 Basketballkorb an beiden Stirnseiten, verschiedene kleine Turnmatten oder kleine Turnkästen an den Hallenwänden, ein breites Fußballtor in der Hallenmitte und einige kleine Tore frei in der Halle.

Jeder Spieler versucht mit seinem Ball, möglichst viele Tore zu erzielen, wobei an einem Tor keine 2 Treffer hintereinander erfolgen dürfen.

In den Basketballkorb muß der Ball geworfen werden, auf das Großtor erfolgt ein Torschuß aus der Hand, die Kleintore werden durchdribbelt und die Turnkästen werden mit einem Flachpaß angespielt.

Welcher Spieler erzielt in einer bestimmten Spielzeit die meisten Tore?

Wer erzielt zuerst 10 Treffer?

Variation:

Im Spielfeld sind Kleintore aufgestellt, an denen die Spieler paarweise Treffer erzielen dürfen (Abb. 4).

„3 gegen 3“

Spielbeschreibung:

3 Spieler von Mannschaft A greifen gegen 2 verteidigende Spieler im Feld und den 3. Verteidiger als Torwart im Tor zum 3 gegen 2 + 1 an. Bei Ballverlust von A erfolgt ein Aufgabenwechsel mit der Mannschaft B.

Bevor die zuvor angreifende Mannschaft erneut versuchen darf, den Ball zurückzuerobern, muß zunächst durch einen Spieler die Torwartposition besetzt werden, bevor die beiden anderen Mannschaftsmitglieder den Gegner attackieren dürfen.

Welche Mannschaft erzielt in 5 Minuten die meisten Tore?

Variationen:

- Die gleiche Spielform erfolgt als Handballspiel.
- Spannstoßspiel aus der Hand: Der Ball muß bei Ballbesitz aus beiden Händen mit dem Spann zum Partner gespielt oder auf das Tor geschossen werden. Mit dem Ball in der Hand darf nicht gelaufen werden.
- Spiel auf Paralleltore. Jede Mannschaft hat 2, einige Meter nebeneinander aufgestellte Tore zu verteidigen.



Foto: Uhr

Gunnar Gerisch · Wolfgang Beyer

Jugendfußball – Trendwende und Perspektiven

Mitgliederschwund im Juniorenfußball

Der anhaltende Mitgliederschwund im Jugendbereich ist ein Diskussionspunkt um die Weiterentwicklung des Fußballs in Deutschland. Als maßgebliche Ursache für die rückläufigen Mitgliederzahlen in der Fußballjugend wurde lange Zeit der starke Geburtenrückgang infolge des „Pillenknicks“ angeführt. Bei einer differenzierteren Auseinandersetzung mit der Problematik wird aber offensichtlich, daß die Gründe vielfältiger sind. Im wesentlichen lassen sich folgende Thesen für den Mitgliederschwund in den älteren Altersstufen nennen:

Externe Ursachen des Mitgliederrückgangs

1 Ein grundsätzlicher Wandel der Freizeitwerte und damit der Freizeitaktivitäten sowie ein darauf abgestimmtes vielfältiges Angebot an Freizeitmöglichkeiten bringt mit sich, daß das Interesse der Jugend an langfristig festliegenden Wettkampfserien mit regelmäßigen, verbindlichen Trainingszeiten zurückgeht. Höher im Kurs stehen dagegen Aktivitäten mit hohem Erlebniswert, die eine flexible

Zeiteinteilung ermöglichen und weniger aufwendige sportmotorische Kompetenz verlangen. Diesen veränderten Bedürfnissen wird der Fußballsport in den Vereinen heute nicht gerecht.

2 Andere Sportarten ermöglichen den Jugendlichen eine flexiblere und spontanere Abstimmung von sportlichen Aktivitäten mit anderen Freizeitinteressen. Unter diesem Gesichtspunkt hat auch die Konkurrenz für den Jugendfußball durch gezielte Konzepte anderer Fachverbände erheblich zugenommen. Dies macht sich besonders bei den Altersklassen der 14- bis 18-jährigen bemerkbar. Die Daten in Tab. 1 verdeutlichen, daß die Sportart Fußball im Gegensatz zu anderen Fachverbänden einen stark rückläufigen Anteil an den Mitgliederzahlen des DSB hat. Verluste in Höhe von über 31 Prozent des Anteils an der Gesamtzahl der jugendlichen Sporttreibenden dieser Altersgruppe in den letzten 14 Jahren sind ein alarmierendes Signal dafür, daß sich das Sportinteresse der Jugendlichen grundlegend verschoben hat. Höhere prozentuale Mitgliedereinbußen verzeichnet nur der Fachverband Reiten. Im Trend liegen Hallensportarten (z. B. Basketball) und vielfältig, d. h. vereinsmäßig oder auch auf freier, kom-

merzieller Basis zu betreibende Sportarten (z. B. Tennis, Badminton, Golf).

3 Die Expansion der genannten Sportarten hängt u. a. mit der Entwicklung des Sportstättenbaus in den zurückliegenden 25 Jahren zusammen. Beispielsweise hat sich in den Jahren von 1965 bis 1983 die Zahl der sogenannten Sondersportanlagen (z. B. Tennisplätze) vervierfacht und die der Sporthallen etwa verdoppelt. Dagegen verzeichnet die Statistik bei Sportplätzen nur einen Zuwachs um etwa 50 Prozent. Zudem wurden neue Sportplätze in der Regel als Tennenplätze angelegt, so daß sich das ursprüngliche „Rasenspiel Fußball“ mehr und mehr zu einem Spiel auf Aschenplätzen verlagert hat und damit für Kinder und Jugendliche unattraktiver wird. Des Weiteren ist in den Wintermonaten eine sinnvolle Belegung der Sportplätze nur mit Einschränkung möglich, da häufig eine Flutlichtanlage fehlt.

Interne Ursachen für den Mitgliederrückgang

1 Das kulturelle und soziale Umfeld des Fußballsports hat sich erheblich gewandelt. Professionalismus, Kommerzialisierung, „Negativ-Journalismus“ ziehen eine steigende soziale Distanzierung nach sich und führen damit zu einer geringeren Identifikationsmöglichkeit der Heranwachsenden mit Vorbildern und Idolen aus dem Spitzfußball. Volksnahe Fußballspieler mit vorbildlicher, professioneller Einstellung, wie das Musterbeispiel Uwe Seeler verkörperte, können sich unter den derzeitigen Bedingungen und Strukturen des Fußballs nur noch schwer entwickeln.

2 Die Voraussetzungen für das Erlernen des Fußballspiels haben sich grundlegend verändert. Während die Kinder und Jugendlichen noch bis etwa Anfang der 70er-Jahre vorrangig im „Straßenfußball“ ohne Aufsicht und Reglementierung durch Trainer oder Eltern in selbstinszenierten kleinen Spielen grundlegende Bewegungs- und Spielerfahrungen sammelten, treten sie heute in der Regel mit wesentlich ungünstigeren motorischen Grundlagen einem Verein bei. Bereits 6jährige beteiligen sich an einem organisierten Übungs- und Spielbetrieb.

Eine Entwicklungsmäßige zu frühe und nicht altersgerechte Einbindung der Kinder in reglementierte Trainings- und Wettkampfformen sowie eine übertriebene Leistungs- bzw. Erfolgsorientierung aus dem Umfeld der Kinder (Trainer, Eltern, Verein, etc.) birgt negative Auswirkungen auf die freie Entfaltung der Spielmöglichkeiten und der Spielfreude in sich. Aufgrund der 12 Jahre und länger andauernden Einbindung in den Jugendspielbetrieb besteht im weiteren die Gefahr einer frühzeitigen „Fußballmüdigkeit“, vor allem bei unerfüllten Erwartungen und generell zu wenig Erfolgserlebnissen.

3 Trotz konkreterer Initiativen und Konzepten (z. B. Stützpunkttraining, Jugendtraineausbildung, Ausbildung von Trainerinnen u. a.) ist das Jugendtraining sowohl auf breiter Ebene als auch im oberen Leistungsreich in vielfacher Hinsicht verbessungsfähig.

Jahr	BRD Σ	DSB ¹ Σ	%	Fußball		Basketball		Badminton		Tennis		Golf	
	14-18 Jahre	14-18 Jahre		BRD	absolut	DSB Σ	absolut	DSB Σ	absolut	DSB Σ	absolut	DSB Σ	absolut
1976	2.008.465	1.241.296	61,8	544.087	43,8	10.686	0,86	4.018	0,32	46.124	3,7	977	0,08
1977	2.061.920	1.406.634	68,2	566.133	40,2	11.646	0,83	4.608	0,33	54.022	3,8	1.041	0,07
1978	2.115.001	1.324.313	62,6	561.029	42,4	12.484	0,94	5.094	0,38	60.610	4,6	1.172	0,09
1979	2.156.480	1.400.561	64,9	572.428	40,9	12.393	0,88	5.817	0,42	68.292	4,9	1.375	0,10
1980	2.196.697	1.402.011	63,8	570.036	40,6	13.194	0,94	6.319	0,45	78.331	5,6	k. A.	—
1981	2.179.856	1.480.838	67,9	585.669	39,5	14.378	0,97	7.344	0,50	90.089	6,1	2.324	0,16
1982	2.121.179	1.610.248	75,9	612.391	38,0	16.270	1,01	8.885	0,56	102.359	6,4	1.708	0,11
1983	2.038.357	1.628.301	79,9	601.976	36,9	17.460	1,07	10.609	0,65	113.782	7,0	1.906	0,12
1984	1.905.358	1.613.509	84,7	578.273	35,8	17.802	1,10	11.311	0,70	117.754	7,3	2.319	0,14
1985	1.783.733	1.590.105	89,1	564.348	35,5	18.164	1,14	11.613	0,73	119.823	7,5	2.363	0,15
1986	1.640.167	1.475.255	89,9	467.514	31,7	18.547	1,26	12.073	0,82	125.287	8,5	2.616	0,18
1987	1.488.300 ²	1.431.894	96,2	448.591	31,3	18.631	1,30	13.217	0,92	134.242	9,4	2.877	0,20
1988	1.379.400 ²	1.332.525	96,6	408.064	30,6	17.831	1,34	13.794	1,04	137.400	10,3	3.048	0,23
1989	1.277.900 ²	1.257.927	98,4	378.488	30,1	18.195	1,45	13.776	1,09	136.123	10,8	3.168	0,25
'76- '89	—	+	+	—	—	+	+	+	+	+	+	+	+
	36,4 %	1,3 %	59,2 %	30,4 %	31,3 %	70,3 %	68,6 %	242,9 %	240,6 %	195,1 %	191,9 %	224,3 %	212,5 %

Tab. 1: Entwicklung der Mitgliedszahlen der 14- bis 18jährigen Jugendlichen des DFB im Vergleich zu „Trendsportarten“ im DSB im Zeitraum von 1976 bis 1989.

¹ = Gesamtzahl der einzelnen Sportfachverbände

² = nach einer Prognose des Statistischen Bundesamtes (Stichtag: 31. 12. 1986)

Am gravierendsten wirkt sich nach wie vor das Fehlen qualifizierter Jugendtrainer im Bereich der jüngeren Altersklassen aus, da hier durch ein vielfältiges, spielbezogenes und freudbetontes Training unter dem Gesichtspunkt eines langfristigen Leistungsaufbaus der Grundstein für eine dauerhafte Bindung der Kinder an den Fußball gelegt wird. Allzu oft wird das Trainerverhalten von kurzsichtigen Erfolgsdenken bestimmt. Die Trainingsarbeit orientiert sich auch heute noch zu einseitig an den konditionellen Gesichtspunkten der Trainingslehre. Für den Erhalt der Motivation der B- und A-Junioren zum Fußballspiel gewinnt die pädagogisch-psychologische Qualifikation der Jugendtrainer sowie deren außerordentliches Engagement erheblich an Bedeutung.

Initiativen im Überblick

Aus den angeführten Thesen und Forderungen leitet sich die Frage nach Initiativen ab, der vielschichtigen Problematik des Mitgliederschwunds im Fußball Herr zu werden.

1987 wurde vom DFB die Breitensportaktion „Fußball macht Freude“ ins Leben gerufen. Im jährlichen Turnus finden Veranstaltungen wie der „Sepp-Herberger-Tag“, der „Tag des Mädchenfußballs“ und vergleichbare Aktionen statt. Darüber hinaus gibt es Wettbewerbe für vorbildliche Jugendarbeit in den Vereinen. Die Landesverbände bemühen sich um den Kinderfußball durch Aktionen für eine bessere Kooperation zwischen Schule bzw. Kindergarten und Verein. Einzelne Projekte mit dem Ziel eines alters- bzw. entwicklungs-gemäßen Jugendtrainings und eine den Anforderungen des Kinder- und Jugendfußballs besser gerecht werdende Trainerausbildung stehen stellvertretend für die Vielfalt der Aktivitäten der Verbände zur Verbesserung der Situation des Jugendfußballs auf breiter Ebene.

Vorrangig der Talentförderung dient das 1988 auf Initiative des künftigen Nationaltrainers, Berti Vogts, neugestaltete Stützpunkttraining, das von ehemaligen Nationalspielern mitbetreut wird.

Dennoch könnte bei Betrachtung der DFB-Statistik vermutet werden, daß verstärkte Anstrengungen um die Attraktivitätsaufbesserung des Jugendfußballs erste Früchte tragen. Dieser These wird im folgenden anhand einer Statistikrecherche nachgegangen.

Statistische Interpretationshilfen

Die DFB-Statistik (Auszug Tab. 2) weist für die Altersgruppe der 6- bis 14jährigen nach zwischenzeitlichem Rückgang eine leichte „Erholung“ der Mitgliederzahlen aus. Bei den 14- bis 18jährigen Jugendlichen halten dagegen die einschneidenden Mitgliedsverluste unvermindert an.

• Ein Vergleich der Mitgliederzahlen in den genannten Altersgruppen mit dem jeweiligen Anteil an der Gesamtbewohnerung ergibt, daß der Prozentsatz der fußballspielenden Schüler (6 bis 14 Jahre) von 1976 bis 1986 deutlich angestiegen ist, seitdem aber stagniert. Bei den Jugendlichen (14 bis 18 Jahre) ist er dagegen im Zeitraum von 1976 bis 1989 in etwa konstant geblieben (Tab. 2).

Jahr	Schüler (6-14 Jahre) ♂			Jugendliche (14-18 Jahre) ♂		
	BRD absolut Σ	DFB absolut	% Σ	BRD absolut Σ	DFB absolut	% Σ
1976	3.999.243	714.608	17,9	2.008.465	544.087	27,1
1978	3.677.457	738.611	20,1	2.115.001	561.029	26,5
1980	3.281.273	766.026	23,3	2.196.697	570.036	25,9
1982	2.866.872	778.285	27,1	2.121.179	612.391	28,8
1984	2.532.290	775.449	29,8	1.905.358	578.273	30,3
1986	2.401.401	743.428	31,0	1.640.167	467.514	28,5
1988*	2.423.200	717.362	29,6	1.379.400	408.064	29,6
1989*	2.438.300	725.627	29,8	1.277.900	378.488	29,6

Tab. 2: Absolute und prozentuale Entwicklung der Mitgliedszahlen im Schüler- und Jugendbereich des DFB von 1976 bis 1989 im Vergleich zum Bevölkerungsspiegel der 6- bis 14- bzw. 14- bis 18jährigen.

* nach einer Prognose des Statistischen Bundesamtes (Stichtag: 31. 12. 1986)

Jugendtraining

Jahr	Schüler 6–14 Jahre		F-Junioren bis 8 Jahre		E-Junioren 8–10 Jahre		D-Junioren 10–12 Jahre		C-Junioren 12–14 Jahre	
	FLVW Σ	absolut	% Σ	absolut	% Σ	absolut	% Σ	absolut	% Σ	absolut
1979	97.558	7.401	7,6	25.719	26,4	32.524	33,3	31.914	32,7	
1981	92.584	7.215	7,8	23.064	24,9	30.821	33,3	31.484	34,0	
1983	91.203	10.452	11,5	22.636	24,8	28.328	31,1	29.787	32,6	
1985	88.578	13.537	15,3	21.966	24,8	25.629	28,9	27.446	31,0	
1987	83.417	16.659	20,0	21.224	25,4	23.332	28,0	22.202	26,6	
1989	82.723	19.844	24,0	21.388	25,9	21.440	25,9	20.051	24,2	
'79-'89		– 15,2 %	+ 168,1 %	+ 215,8 %	– 16,8 %	– 1,9 %	– 34,1 %	– 22,2 %	– 37,2 %	– 26,0 %

Tab. 3: Entwicklung der absoluten Mitgliedszahlen der Altersklassen im Schülerbereich (6 bis 14 Jahre) und deren prozentualen Anteile an der Gesamtschülerzahl im Fußball- und Leichtathletikverband Westfalen (FLVW) von 1979 bis 1989.

Damit scheint die These, daß der überwiegende Teil der in den DFB-Statistiken ausgewiesenen Mitgliederverluste auf den starken Geburtenrückgang zurückzuführen ist und sich größtenteils auf die Altersklassen der B- und A-Junioren beschränkt.

Dabei wird jedoch ein entscheidender Faktor nicht berücksichtigt: Die grobe Differenzierung des Zahlenmaterials in den offiziellen Statistiken des DFB nach Schülern (6 bis 14 Jahre) und Jugendlichen (14 bis 18 Jahre) läßt keine Aussagen über zahlenmäßige Verschiebungen zwischen den Mitgliedsanteilen der einzelnen in der Praxis des Jugendfußballs unterschiedenen Altersklassen (A-, B-, C-, D-, E- und F-Junioren) zu. Folglich sind Fehlinterpretationen nicht auszuschließen.

• Dies betrifft insbesondere die **Gruppe der Schüler** (6 bis 14 Jahre), die im Zuge der nach und nach verwirklichten Herabsetzung des Einstiegsalters in den Wettkampfbetrieb ständig aufgestockt wurde. Daraus ist abzuleiten, daß bei über den gesamten Beobachtungszeitraum von 1976 bis 1989 relativ konstant verlaufenen absoluten Mitgliedszahlen sich

zwischen den Mitgliedsanteilen der C-, D-, E- und F-Junioren an der Gesamtschülerzahl deutliche Veränderungen ergeben haben. Um diesbezüglich präzise Aufschlüsse zum Mitgliederschwund zu gewinnen, ist es erforderlich, die **Mitgliederstatistik der altersmäßigen Differenzierung des Wettkampfsystems anzupassen**. Auf einer solchen Grundlage bieten die Daten konkrete Entscheidungshilfen in Blickrichtung auf Verbesserungsschritte in der Praxis.

Die Erkenntnisse eines in dieser Weise aufgearbeiteten Datenmaterials sollen **exemplarisch** an den Mitgliedszahlen des Fußball- und Leichtathletikverbandes Westfalen (FLVW) veranschaulicht werden.

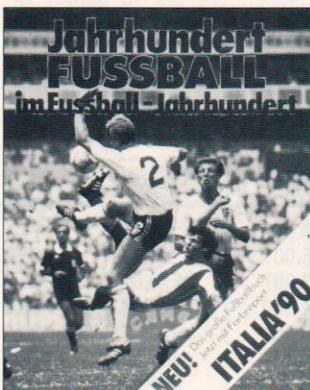
Tab. 3 zeigt den Entwicklungsverlauf der Mitgliedszahlen für den Schülerbereich des FLVW, unterteilt in die Altersklassen der C-, D-, E- und F-Junioren zwischen den Jahren 1979 und 1989. Neben der Darstellung der absoluten Zahlen wird für jede Klasse der jeweilige prozentuale Anteil an der Gesamtschülerzahl im FLVW festgehalten. Die Veränderungen in der Mitgliedsstatistik lassen erkennen, daß in den letzten 10 Jahren insbesondere im Vorschul- und frühen Grundschulalter hohe Zuwachsraten zu verzeichnen sind. Der Anteil der F-Junioren (bis 8 Jahre) an der Gesamtzahl der 6- bis 14-jährigen

Schüler stieg im Zeitraum von 1979 bis 1989 von 7,6 auf 24,0 Prozent an (das entspricht einer Steigerungsrate von etwa 316 Prozent); er hat sich somit innerhalb kürzester Zeit mehr als verdreifacht! Folglich sind bei den rückläufigen Gesamtschülerzahlen Verluste in den anderen Altersklassen zu verzeichnen. Diese belaufen sich bei den E-Junioren auf etwa 2 Prozent, dagegen bei den D- und C-Junioren auf etwa 22 bzw. 26 Prozent!

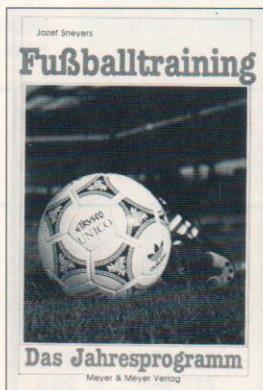
Anhand dieser prozentualen Verluste kann abgelesen werden, wie stark sich die Mitgliedsanteile der einzelnen Altersklassen an der Gesamtschülerzahl in die jüngeren Altersstufen verlagert haben.

Im folgenden wird untersucht, in welchen dieser Klassen es nachweislich zu Vereinsaustritten kommt. Möglich wird dies durch eine **langfristige Verfolgung der Mitgliedszahlen auf der Basis von Geburtenjahrgängen**. Die Aneinanderreihung der Mitgliedszahlen im Jahresrhythmus läßt diesbezüglich keine Rückschlüsse zu, da es sich bei der jährlich fortgeschriebenen Zahl an Juniorenspieler einer Altersklasse (z. B. C-Junioren) stets um Jugendliche eines anderen Geburtenjahrganges handelt. Damit kann die Jahr für Jahr unterschiedliche Geburtenrate bei dieser Darstellungsform nicht berücksichtigt werden.

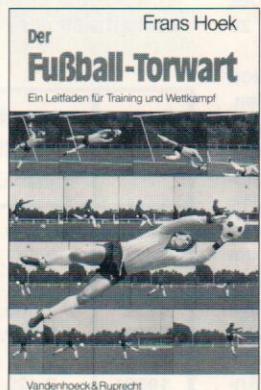
BÜCHER SIND IMMER EINE GUTE GESCHENKIDEE



Berühmte Autoren aus der Welt des Sports schreiben über berühmte Persönlichkeiten und große Ereignisse des Fußballs von seiner Urzeit bis in die Gegenwart. 240 Seiten, viele Farb- und SW-Fotos. SONDERPREIS DM 49,00



Hier findet der Fußballtrainer mehr als tausend Ideen und Methoden für ein ganzes Trainingsjahr: von der Vorsaison über die Saison bis zur abschließenden Ruheperiode systematische und erfolgreiche Trainingstips. 306 Seiten DM 34,00



Eine praxisbezogene, systematische Gesamtdarstellung des Torwartspiels: Training von Technik, Taktik und Kondition, sowie Überlegungen zu Psychologie und externen Faktoren. 152 Seiten, SONDERPREIS DM 14,80



Dieses Lehrbuch vermittelt eine Methode, mit der 6- bis 10jährige Kinder behutsam und gezielt zugleich an das Mannschaftsspiel Fußball herangeführt werden können. Mit insgesamt 40 fertigen Trainingsprogrammen für Halle und Feld. 256 Seiten DM 28,00

philippia
Bestellschein Seite 28

Als Alternative wird mit **Tab. 4** das Raster für die Mitgliedszahlen im Jugendbereich des FLVW vorgestellt. Die Tabelle baut auf dem Prinzip auf, die Anzahl der Jugendlichen bestimmter Jahrgangsklassen von den F- bis zu den A-Junioren zu verfolgen. Dazu werden die Mitgliedszahlen in den einzelnen Altersklassen (sie umfassen jeweils 2 Jahrgänge) so zueinander verschoben, daß die Mitgliederentwicklung innerhalb der verschiedenen Jahrgangsklassen bis zu einem Zeitraum von 10 Jahren nachvollzogen werden kann.

Diese Form der Darstellung ermöglicht:

① Die Wiedergabe der Gesamtmitgliederzahl im 2-Jahres-Turnus, gegliedert nach den einzelnen Altersklassen.

② Die Ermittlung der absoluten Gesamtzahl an Vereinsaustritten für einen Zeitraum von jeweils 2 Jahren (untere Zeile).

③ Die Bestimmung der absoluten Gewinne und Verluste an Mitgliedern innerhalb der einzelnen Jahrgangsklassen sowohl beim Übergang in die nächsthöhere Altersklasse (Zahlen in Klammern) als auch in Gesamtheit (Spalte ganz rechts).

Untersuchungsergebnisse

● Im Zeitraum von 1979 bis 1988 sind fast 40 000 Kinder bzw. Jugendliche aus den Vereinen des FLVW ausgetreten. Beim Übergang von der Altersklasse der D- zu den C-Junioren sowie von den C- zu den B-Junioren sind die höchsten Austrittsraten zu verzeichnen, in abgeschwächter Form auch beim Wechsel der B- zu den A-Junioren. Bei den letztgenannten Altersklassen kann als ein vordergründiger Erklärungsansatz u. a. der ungünstige Spieltermin des Sonntagvormittags vermutet werden (auf Kreisebene haben B-Jugendliche teilweise bereits um 9.15 Uhr Anstoß!).

Für den frühen Ausstieg von den D-Junioren im Übergang zu den C-Junioren lassen sich hingegen auf den ersten Blick keine plausiblen Gründe finden, zumal in den Altersklassen der F-, E- und D-Junioren ein kontinuierlich ansteigender Mitgliederzuwachs zu registrieren ist. Der mit den Jahren vergleichsweise geringere Zulauf bei den D-Junioren wird dadurch verständlich, daß sich das Einstiegsalter in den Fußball immer stärker auf die Altersklassen der E- und F-Junioren verlagert.

Tab. 5 veranschaulicht, daß sich die Fluktionsrate im Jugendbereich des FLVW für die Jahrgangsklassen von 1967 bis 1969, 1969 bis 1971 und 1971 bis 1973 stets konstant um 20 Prozent bewegt. Damit ist also jeder 5. einem Fußballverein des FLVW angehörende Jugendliche dieser Jahrgangsklassen wieder ausgetreten.

Noch gravierender aber fällt die Fluktionsrate für die Jahrgangsklasse der von 1973 bis 1975 Geborenen aus. Obwohl die beim Übergang von den B- zu den A-Junioren zu erwartenden Vereinsaustritte noch nicht berücksichtigt werden können – diese Jahrgänge spielen heute erst bei den B-Junioren – liegt die Austrittsquote zur Zeit bereits bei 27,75 Prozent. Damit sind von den Jugendlichen der Jahrgänge 1973 bis 1975 schon mehr als jeder 4. aus dem Fußballverein wieder ausgetreten.

1961 - '63		A 24.546						
1963 - '65	B 29.717	(- 3.990)						
1965 - '67	C 31.914	(- 6.914)	(+ 171)					
1967 - '69	D 32.524	(- 1.040)	(- 5.532)	(- 13)				
1969 - '71	E 25.719	(+ 5.102)	(- 1.034)	(- 3.554)	(- 1.520)			
↑ JAHRGANGSKLASSE ↓	SPIELJAHR →	1979	1981	1983	1985	1987	1989	↑ AUSTRITTE ↓
MITGL. Σ		151.821	143.311	142.326	140.750	130.860	124.109	
1971 - '73	F 7.401	(+15.663)	(+ 5.264)	(- 882)	(- 4.716)	(+ 138)		- 5.598
	E 23.064	23.064	28.328	27.446	22.730	22.868		
1973 - '75	F 7.215	(+15.421)	(+ 2.993)	(- 3.427)	(- 3.684)			- 7.111
	E 22.636	22.636	25.629	22.202	18.518			
1975 - '77	F/U6 10.452	(+11.514)	(+ 1.366)	(- 3.281)				- 3.281
	E 21.966	21.966	23.332	20.051				
1977 - '79	F/U6 13.537	(+ 7.687)	(+ 216)					
	E 21.224	21.224	D 21.440					
1979 - '81	F/U6 16.659	(+ 4.729)						
	E 21.388	21.388						
1981 - '89	F/U6 19.844							
AUSTRITTE	'77-'79	'79-'81	'81-'83	'83-'85	'85-'87	'87-'89	'79-'89	
	-	- 11.944	- 6.566	- 4.449	- 9.663	- 6.965	- 39.587	

Tab. 4: Absolute Mitgliedszahlen in den einzelnen Altersklassen sowie Anzahl der Vereinsaustritte von Schülern und Jugendlichen im FLVW im Zeitraum von 1979 bis 1989.

Jahrgang	höchste Mitgliedszahl des Jahrgangs	Anzahl der Vereinsaustritte	Austritts- rate
1967 - 69	32.524	6.585	20,24%
1969 - 71	30.821	6.108	19,81%
1971 - 73	28.328	5.598	19,76%
1973 - 75*	25.629	7.111	27,75%

Tab. 5: Prozentuale Austrittsraten im Juniorenfußball des FLVW für die Geburtenjahrgänge 1967 bis 1975.

* Eventuelle Verluste beim Übergang von den B- zu den A-Junioren können noch nicht berücksichtigt werden.

Rückschlüsse und Trends

● Die exemplarische Aufschlüsselung der Mitgliedszahlen im Juniorenfußball des FLVW hat deutlich gemacht, daß eine aussagekräftige Statistik auf der Basis der Altersklassendifferenzierung im Wettkampfsystem zu erstellen ist.

Denn grobe Untergliederung nach Schülern (6 bis 14 Jahre) und Jugendlichen (14 bis 18 Jahre) läßt keine genauen Rückschlüsse hinsichtlich der starken Mitgliederverschiebungen zwischen den einzelnen in diesen Altersblöcken zusammengefaßten Mannschaftsklassen zu.

● Die detaillierte Darstellung der Mitgliedszahlen im FLVW läßt den Schluß zu, daß der Fußballsport für die **Altersklasse der F-Junioren** (6 bis 8 Jahre) und darüber hinaus auch für die Kinder im Vorschulalter (bis 6 Jahre) nicht an Attraktivität verloren hat. Die hohen Steigerungsraten innerhalb dieser Altersklasse können zum einen als Erfolg der Ausweitung des Wettkampfangebots auf diesen Altersbereich und der intensivierten Werbung in den Kindergärten und Grundschulen gewertet werden.

Zum anderen ist zu bedenken, daß der Fußballsport mit einem dichten, flächendeckenden Netz an Vereinen – in jedem 3. Sportverein wird auch Fußball gespielt – über günstige Wettbewerbssvoraussetzungen verfügt. Der kurze Weg zum „Sportplatz an der Ecke“ ist für Kinder dieser Altersgruppe bzw. für die Eltern von beträchtlichem Wert.

Weiterhin ist von Bedeutung, daß der Fußball als Nationalsport mit einer starken Medienpräsenz und aufgrund seiner leicht verständlichen Spielidee und Regeln zunächst bei vielen Kindern Interesse und Begeisterung hervorruft.

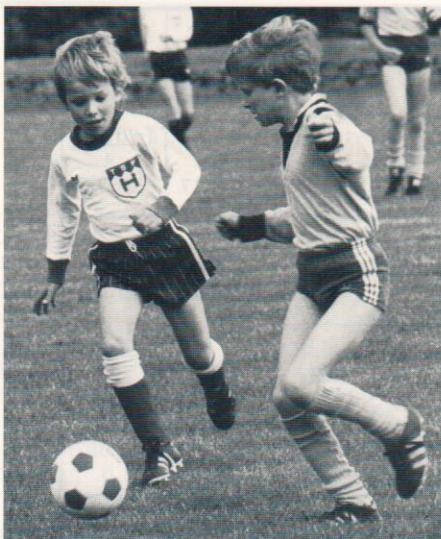
Die hohe Zahl der in den jüngeren Jahrgangsklassen organisierten Fußballspieler darf aber nicht zu der Vermutung verleiten, daß damit für die Zukunft das Problem des Mitgliederschwundes im Juniorenfußball gelöst ist. Das Kernproblem des Jugendfußballs liegt in den zahlreichen Vereinsaustritten beim Übergang von der Altersgruppe der D- zu den C-Junioren (12./13. Lebensjahr) sowie vor dem Eintritt in die B-Junioren (14./15. Lebensjahr).

Hauptaufgabe für die Zukunft ist die Erstellung eines umfassenden Kataloges an Verbesserungen mit dem vorrangigen Ziel der **Mitgliedererhaltung**.

Perspektiven

Im folgenden sollen einige Anregungen zur Eindämmung des Mitgliederschwundes im Juniorenfußball unterbreitet werden. Konkrete Schritte müssen dabei vorrangig an der breiten Vereinsbasis ansetzen. Besonders in den kleinen Vereinen bedarf es praktikabler Hilfen, das Interesse und Engagement der Fußballjugend dauerhaft zu erhalten.

● Ein wesentlicher Faktor ist die Sicherstellung einer freien Entfaltung der Spielfreude



Die Sicherstellung einer freien Entfaltung der Spielfreude ist das effektivste Mittel der Nachwuchswerbung.
Foto: Uhl

und der individuellen Spielfähigkeiten auf der Grundlage einer abgestuften, alters- und entwicklungsangepaßten Heranführung der Schüler und Jugendlichen an das „große Spiel“. Für die Freude am Fußballspiel und dem nachwirkenden Erlebnisgehalt muß das „Spielerlebnis“ selbst maßgeblich sein, keinesfalls dürfen Siege oder Niederlagen den absoluten Maßstab bilden.

Eine zu frühe und zu dominante Fremdbestimmung der Heranwachsenden durch das Leistungs- bzw. Erfolgsdenken aus dem Umfeld (Trainer, Eltern, Verein etc.) muß vermieden werden. Da viele Kinder bereits mit 6 Jahren einem Verein beitreten, erfordert dies als Konsequenz, die Phase des selbstgestalteten freudvollen, spielerischen Fußball-Lernens im Vereinstraining auf unterster Stufe nachzuholen.

Das Zwanglose, spielerische Erlernen des Umgangs mit dem Ball ist intensiver zu fördern.

Die Basis bildet ein spielgemäßes Methodenkonzept, im Schwierigkeits- und Komplexitätsgrad dem Entwicklungs- und Leistungsstand der Kinder angemessen. Um grundlegende Eigenschaften wie Kreativität und Spielfreude, Wagemut und Risiko aber auch Kooperation und Individualität wieder stärker zur Entfaltung zu bringen, sollte das „Training“ bei den F- bis D-Junioren neben einer allgemeinen Bewegungsschulung wesentlich stärker durch Elemente des früheren „Straßenfußballs“ belebt werden (z. B. freies Spiel 1 gegen 1 bis 4 gegen 4, Spiele auf ein Tor, „Elfmeterkönig“ etc.).

Über Spielerlebnis und Spielfreude wird der Grundstein für eine langfristige Bindung an den Fußballsport gelegt.

● Zur Sicherstellung einer systematischen, abgestuften Heranführung an das Regelspiel Fußball sollte über die nachfolgend aufgeführten **Modifikationen des Wettkampfsystems im Juniorenfußball** nachgedacht werden:

① Entwicklung bzw. stärkere Berücksichtigung von Alternativen zu den offiziellen Meisterschafts-Spielrunden (7 gegen 7 auf dem Halb- bzw. 11 gegen 11 auf dem Großfeld) in den Altersklassen der F- bzw. E-Junioren, wie:

– wöchentlich ausgetragene vereinsinterne Turniere mit kleinen (wechselnden) Mannschaften (3 gegen 3; 4 gegen 4) im Kleinfeld (z. B. 30 × 20 Meter) auf Hütchentore.
– Stärkere Gewichtung freundschaftlicher Vergleichsspiele bzw. Turniere auf dem Kleinfeld mit Nachbarvereinen bei einer gleichzeitigen Reduzierung der streng reglementierten offiziellen Meisterschafts-Spielrunde. Ziel ist u. a. der regelmäßige Einsatz auch weniger talentierter Kinder.

– Einrichtung zusätzlicher Spielnachmittage, an denen auch nicht im Verein organisierte Kinder unter fachlicher Anleitung und Hilfe mitmachen können.

② Austragung der D-Junioren-Meisterschaftsrunden als Spiel 7 gegen 7 auf Kleinfeldtore im Halbfeld.

Neben dem größeren Lerneffekt durch ein Spiel auf dem Kleinfeld soll die Reduzierung der Spielerzahl dazu beitragen, daß die Vereine wieder leichter Mannschaften dieser Altersklasse für den Spielbetrieb melden können.

In den **höheren Altersklassen (C-, B- und A-Junioren)** sind für den unteren Leistungsbereich (Kreisebene) folgende Änderungen des Wettspielbetriebs denkbar:

③ Erhöhung des Auswechselkontingents auf bis zu 4 Spieler plus Torwart (in Angleichung an die Altersklassen der F- bis D-Junioren).

④ Flexible Umgang mit den unterschiedlichen Spielterminen in den einzelnen Altersklassen (D- und C-Junioren Samstagnachmittag; B- und A-Junioren Sonntagvormittag). Es ist zu prüfen, die Anstoßzeiten bei den D-, C-, B- und A-Junioren so zu koordinieren, daß jeweils im 2- bis 3wöchigem Wechsel am Samstagnachmittag bzw. am Sonntagvormittag gespielt wird.

⑤ Schaffung von zeitlich flexiblen Spielrunden für Kleinfeldmannschaften (6 gegen 6, 7 gegen 7 im Halbfeld), als Alternativangebot für Spieler, die in der ersten Mannschaft der jeweiligen Altersklasse nicht zum Einsatz kommen.

● Neben den hier zur Diskussion gestellten methodischen und strukturellen Veränderungen des Jugendfußballs sind **weitere grundätzliche Neuerungen und Verbesserungen** erforderlich.

① Ausweitung des Personalbestandes an Verbandslehrern und Einrichtung von Planstellen für Trainer als **Fußballreferenten in den Kreisen** der einzelnen Landesverbände, um eine bessere Zusammenarbeit von Verband und Vereinen zu ermöglichen. Neben der Funktion als direkter Ansprechpartner

ner und Informant des Verbandes sollte die Hauptaufgabe dieser Kreis-Fußballreferenten in der Aus- und Fortbildung von Übungsleitern in den Vereinen liegen, u. a. durch Trainingshilfen am Ort des Vereins. Gleichzeitig wäre mit diesen Fachkräften auf unterer Ebene eine Talentsichtung zu realisieren, die dann in Form eines „Stützpunkttrainings auf Kreisebene“ in eine kontinuierliche Talentförderung übergehen sollte.

Die Finanzierung der Trainer könnte z. T. zunächst über das ABM-Projekt erfolgen, später dann in Kooperation von DFB, Landesverbänden und Vereinen weitergetragen werden.

② Konzeption eines Ausbildungsangebots zur Erlangung einer spezifischen „**Jugendtrainer-Lizenz**“ mit Schwerpunkten einer praxisnahen Trainingsmethodik und spezifischen pädagogischen und psychologischen Unterweisungen.

③ Auf Vereinsebene ist eine verantwortungsvolle **Mitarbeit von B- und A-Junioren** in verschiedenen Bereichen anzustreben, z. B. als Übungsleiterassistent oder Betreuer einer jüngeren Jugendmannschaft, als Mitglied des Jugendausschusses, als „Journalist“ für die Vereinszeitschrift und in der Organisation von Turnieren und sonstigen Veranstaltungen.

Die vorgeschlagenen Mitarbeitsmöglichkeiten tragen zu einer stärkeren Identifikation der Jugendlichen mit „ihrem“ Verein bei und damit auch zu einer stärkeren Bindung.

④ In der heutigen Zeit müssen die Vereine das **außersportliche Engagement für die Jugendlichen** deutlich verstärken. Beispiele für ein breites Angebot an Freizeitaktivitäten sind Mannschaftsfeiern, Hallen- oder Freibadbesuche, Besuche von Sport-Großveranstaltungen oder Pop-/Rock-Konzerten, Wochenend- und internationale Begegnungsreisen.

Parallel zu den vorgeschlagenen Initiativen für die Vereinsbasis sollten auch die **Vereine der 1. und 2. Bundesliga** als Nutznießer einer breiten Jugendförderung **an der Attraktivitätsaufbesserung des Jugendfußballs aktiv mitarbeiten**. Dazu sind folgende Überlegungen in Betracht zu ziehen:

⑤ Vorgabe von „jugendfördernden Lizenzauflagen“ (z. B. Finanzierung von Jugendtrainern in Patenschaftsvereinen, Zahlungen in einen „Nachwuchspool“ oder vergleichbare Vorgaben).

⑥ Ausweitung der Jugendabteilungen der Bundesligavereine, soweit die Gegebenheiten (Trainingsmöglichkeiten, organisatorische Fragen, finanzielle Möglichkeiten etc.) dies zulassen und ohne die Priorität im „Leistungsfußball“ aufzugeben.

⑦ Bundesligavereine mit vergleichsweise großem Jugendetat sollten Engagement im Juniorenfußball weniger darauf ausrichten, talentierte Schüler und Jugendliche durch finanzielle Anreize, Stellenbeschaffungen in „nahestehenden“ Großkonzernen etc. früh-

zeitig von den kleinen Heimatvereinen abzuwerben, als vielmehr „Partner- und Patenschaften“ einzugehen, im Sinne einer „Fernförderung“ mit eventueller späterer Option.

⑧ Jährlich durchgeführte „Tage der offenen Tür“ mit aktiver Beteiligung der Profispieler.

⑨ Die Bundesligaspiele sollten verbindlich wenigstens einmal in der Woche mit aktiver Betreuung, Tips und Ratschlägen, gegebenenfalls auch als direkte Bezugspersonen beim Training der Junioren mitmachen.

Die Realisierung der unterbreiteten Anregungen erfordert erhebliche finanzielle Aufwendungen. Zur Entlastung der Etats müßten mit Hilfe des DFB Sponsoren aus der Wirtschaft geworben werden, die bereit sind, **auch die Breite des Jugendfußballs zu fördern**. Neben finanziellen Zuwendungen würden auch Sachmittel (Sportausrüstung, Ballmaterial, Video-Lehrmaterial) und Transportmöglichkeiten (Kleinbusse u. a.) wesentlich zur Verbesserung der trainingsorganisatorischen Bedingungen an der Vereinsbasis beitragen. Zudem wäre auch der finanzielle Rückhalt für mitgliederwerbewirksame Sonderveranstaltungen gesichert.

In Zusammenhang mit der Entwicklung zusätzlicher Werbekonzepte sind die Initiativen auszuweiten, die Sympathieträger des deutschen Fußballs (Nationspieler, Bundesligastars) in eine enge Beziehung zur Jugend zu bringen.

Videocassetten liefern wir generell ohne Umtauschrechtf.



Alle Cassetten zzgl. DM 6,- Versandspesen (Inland).

092

Fußball-Videothek

Der DFB präsentiert: Ein einmaliger Überblick über sechs Jahre Bundesliga-Fußballgeschehen:

Bundesliga 83/84 (90 Min.),
84/85, 85/86, 86/87, 87/88, 88/89
(je 120 Min.)

Die sechs VHS-Cassetten bringen jeweils in einmaliger Zusammenstellung:

- die schönsten Tore
- die spektakulärsten Spiele
- alle entscheidenden Spiele
- die deutschen Meister

Preis je Cassette, VHS-System
DM 49,90

Der FC Bayern und seine großen Erfolge

Der Film zeigt die tollsten Spiele des bekanntesten und erfolgreichsten Fußballvereins bis einschl. Deutschen Meisterschaft 1987.

78 Min., VHS-System
DM 78,-

25 Jahre Bundesliga

Zwei Stunden über ein Vierteljahrhundert Spitzfußball. Spannende und spektakuläre

Szenen des deutschen Fußballs von der Gründung der Bundesliga bis zum Deutschen Meister 1988.

120 Min., VHS-System
DM 89,-

Borussia-Erfolge in Grün und Weiß

Borussia Mönchengladbach gehört zu den erfolgreichsten Clubs Deutschlands. Gezeigt werden die sportlichen Höhepunkte der letzten Jahrzehnte. Auch ein Blick hinter die Kulissen wird gestattet.

60 Min., VHS-System
DM 78,-

Der Rekordmeister FC Bayern

Eine komplette Saison lang (1987) wurde der FC Bayern München auf Schritt und Tritt begleitet.

90 Min., VHS-System
DM 49,-

Europas Fußball-Fest

Der offizielle UEFA-Film der Fußball-Europameisterschaft 1988 in der Bundesrepublik Deutschland.

Ca. 56 Min., VHS-System
DM 59,-

Herausforderung Mexiko

Der offizielle FIFA-Film der Fußball-Weltmeisterschaft 1986 in Mexiko.

Ca. 86 Min., VHS-System
DM 59,-

Triumph im Europa-Cup

Erleben Sie noch einmal die Höhepunkte der deutschen Pokalsieger in den Jahren 1965 bis 1988.

80 Min., VHS-System
DM 69,-

Bitte benutzen Sie den Bestellschein auf Seite 28!

News

**Bund Deutscher
Fußball-Lehrer**

Rheingaustraße 129a, 6200 Wiesbaden
Telefon 0611/843469

Aufnahmeanträge

Nachfolgende Fußball-Lehrer/Trainer mit A-Lizenz beantragen die Mitgliedschaft im Bund Deutscher Fußball-Lehrer (BDFL):

Abel, Hans-Joachim, Landstraße 379, FL-9496 Balzers

Andreßen, Wolfgang, Zementstraße 20, 4720 Beckum

Bassemir, Udo, Germaniastraße 29, 8000 München 40

Biemann, Klaus, Am Perredick 43, 4407 Emsdetten

Bremer, Martin, An der Buche 19, 6109 Mühlthal 1

Dörner, Klaus, Hirzbach 26, 6451 Hammersbach

Ehret, Uwe, Andreas-Hofer-Straße 30b, 7800 Freiburg

Heckmann, Klaus, Schlesienstraße 45, 5750 Menden 1

Hörgl, Rainer, Dorfstraße 11, 8221 Neukirchen

Jeck, Ralf, Bahnhofstraße 17, 6918 Neckarsteinach

Lage, Markus, Am Obsthof 10, 5750 Menden

Landerer, Ralf, Sudetenstraße 31, 6842 Bürstadt 2

Lutz, Gernot, Schuberstraße 10, 6053 Oberhausen

Marcinkowski, Jörg, Im Birkenfeld 10, 6602 Dudweiler

Meinen, Siegfried, Ernst-Moritz-Arend-Straße, 2970 Emden

Reichenberger, Max, Windesheimer Str. 66, 6550 Bad Kreuznach

Reicherts, Bruno, Am Kyllwald, 5541 Neuheilenbach

Schlösser, Heinz-Jürgen, Eduard-Mazarin-Straße 8, 6520 Worms 23

Spilker, Uwe, Kurt-Schumacher-Straße 24, 4800 Bielefeld 1

Stanislawski, Michael, Holtkampstraße 14, 4200 Oberhausen 11

Steidle, Thomas, Dalkinger Straße 54, 7084 Westhausen

Stelzer, Immo, Dornbusch 7, 2300 Kiel 14

Stockinger, Günther, Holunderstraße 4, 8581 Eckersdorf

Vollrath, Dieter, Im Ort 4, 6145 Lindenfels

Wiggermann, Walter, Am Fredenbaum 7, 4703 Bönen-Nordbögge

Wirth, Helmut, Steckengasse 306, 8300 Landshut

Wolf, Karl-Heinz, Schillerstraße 1, 3501 Obereisen

Gemäß BDFL-Satzung unterliegen die Aufnahmeanträge einer Einspruchsfrist von vier Wochen.

Informationen**Neues Beitragskonto**

Da im Januar 1990 noch viele Daueraufträge für Beitragszahlungen auf unser altes Konto bei der Stadtsparkasse Mülheim an der Ruhr überwiesen wurden, bitten wir erneut um Überprüfung und rechtzeitige Änderung, und zwar auf unser bereits seit zwei Jahren existierendes **neues Beitragskonto bei der BfG: Wiesbaden, Kontonummer 1033350000, Bankleitzahl 51010111**.

Betroffene Kollegen bitten wir jetzt sicherzustellen, daß die bald fällig werdenden Jahresbeiträge (DM 120,- Trainer mit A-Lizenz/DM 132,- Fußball-Lehrer) unbedingt auf das neue Konto bei der BfG: Wiesbaden überwiesen werden.

Bitte senden Sie Geld oder Schecks auch nicht an die Bundesgeschäftsstelle, die zum Empfang von Zahlungsmitteln weder ermächtigt noch eingerichtet ist.

Für kollegiales Verständnis bedanke ich mich im voraus.

Hermann Höfer
BDFL-Schatzmeister

DFB-Lizenzen werden ungültig

Letzter Aufruf zur Lizenzverlängerung! Wir bitten erneut um Beachtung, daß die DFB-Lizenzen für Fußball-Lehrer mit A-Lizenz mit Wirkung vom 31. Dezember 1990 grundsätzlich und automatisch ungültig werden. Einzige Ausnahme: Lizenzinhaber, die erst vor kurzer Zeit die Prüfung abgelegt und deshalb vom DFB sogleich eine gültige Lizenz bis 31. Dezember 1993 erhalten haben.

Neue Lizenzen müssen sofort, spätestens jedoch bis 31. Dezember 1990, beim DFB, nicht beim BDFL, beantragt werden. Es genügt ein formloser Antrag an:

Deutscher Fußball-Bund
Abteilung Organisation und Ausbildung
zu Händen Herrn Siegbert Lipps
Otto-Fleck-Schneise 6
W-6000 Frankfurt/M. 71

dem nachfolgende Anlagen beigefügt sein müssen:

– alte Lizenz, die entwertet wird

– ein aktuelles Paßbild

– DM 10,- in Form von Geldschein oder Scheck

– Nachweis über 20 Unterrichtseinheiten anerkannte Fortbildung im Zeitraum 1988 bis 1990.

Dieser Nachweis ist nicht erforderlich, sofern die Prüfung für A-Lizenz und/oder Fußball-Lehrer-Diplom im Zeitraum 1988 bis 1990 abgelegt wurde. **Lothar Meurer**

**Präsidenten-Wünsche zum
Weihnachtsfest und
neuen Jahr**

Allen Trainer-Kollegen, allen Mitgliedern des BDFL, unseren vielen befreundeten Vereinen und Verbänden im In- und Ausland, allen Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens, der Wirtschaft und des Sports, die uns unterstützt und erfolgreich mit uns zusammengearbeitet haben, wünsche ich ein fröhliches, besinnliches Weihnachtsfest und ein friedvolles, gesundes, glückliches neues Jahr 1991.

Herbert Widmayer
Präsident von
Bund Deutscher Fußball-Lehrer
Union Europäischer Fußball-Trainer

Zentrale Fortbildung 1991

Zur Termindisposition geben wir bereits jetzt Termin und Ort für den Internationalen Trainer-Kongreß (ITK) 1991 bekannt: 14. bis 17. Juli 1991 in Mainz.

Tagungsort: Johannes-Gutenberg-Universität Mainz.

Hierbei handelt es sich um eine Gemeinschaftsveranstaltung des BDFL mit dem Sportinstitut der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz, auf der gleichen Basis wie im vergangenen Jahr an der Deutschen Sporthochschule Köln.

Der ITK Mainz 1991 ist ausgelegt für maximal 800 Teilnehmer, wobei zu beachten ist, daß 1991 nur eine Veranstaltung stattfindet.

Im Prinzip gelten die gleichen Richtlinien wie 1985 (Sylt), 1988 (Bad Füssing) und 1990 (Köln), d. h., Teilnehmer müssen ihre Quartiere in eigener Regie buchen und die Kosten direkt beim Vermieter aus eigenen Mitteln bezahlen. Dafür entfällt die ansonsten übliche Eigenbeteiligung.

Die Anmeldungszeit läuft vom 1. Januar bis 31. März 1991.

Die Anmeldung kann nur schriftlich (einfache Postkarte ist erwünscht!) erfolgen, und zwar an die BDFL-Bundesgeschäftsstelle, Rheingaustraße 129a, W-6200 Wiesbaden, mit dem Zusatzvermerk: Quartier wird selbst besorgt.

In allen Fällen sind Einzelanmeldungen erforderlich; Sammelanmeldungen von mehreren Teilnehmern können nicht akzeptiert werden.

Weitere Einzelheiten zum ITK Mainz 1991 veröffentlichten wir in der Januar-Ausgabe dieser Fachzeitschrift sowie im neuen BDFL-Journal etwa Anfang Februar 1991.

Lothar Meurer
Bundesgeschäftsführer

Ullrich Zempel · Hendrik Rudolph

Bei Standardsituationen mehr Phantasie entwickeln!

Zur Effektivität und Ausführung von Standardsituationen bei der Weltmeisterschaft 1990 in Italien



Foto: Horst Müller

Beobachtungsschwerpunkte

Als Standardsituationen der Regel wurden alle durch die Spielregeln festgelegten Formen der Eröffnung des Spiels bzw. der Fortsetzung nach Unterbrechung bei der Fußball-Weltmeisterschaft beobachtet und analysiert.

Schwerpunktmaßig wurden beobachtet:

1 Freistöße

- direkt
- indirekt

2 Eckstöße

- als lange Zuspiele in den torgefährlichen Raum
- als kurze Zuspiele oder in anderen Varianten

3 Einwürfe in den torgefährlichen Raum

4 Anstöße mit speziellen Ausführungsformen zur Torvorbereitung

Nicht berücksichtigt wurden:

- Abwürfe und Abschläge des Torwarts
- Abstöße vom Tor.

Diese Analyse konzentrierte sich demnach auf jene Standardsituationen, die in der Angriffszone der ballbesitzenden Mannschaft (etwa ab 30 Meter von der Grundlinie) ge-

spielt wurden und damit die potentielle Möglichkeit eines Torerfolges einschlossen.

Effektivität

In den 52 Spielen der WM 1990 wurden 115 Tore (Durchschnitt von 2,2 Toren pro Spiel) geschossen. Dabei fielen aus bzw. nach Standardsituationen 36 Tore.

Das ist eine Effektivitätsrate von 31 Prozent. In der **Tab. 1** sind vergleichbare Ergebnisse von vorangegangenen Weltmeisterschaften mit 24 Mannschaften und 52 Spielen aufgelistet.

Der prozentuale Anteil von Standardsituationen an der Torerzielung ist danach seit 3 Weltmeisterschaften mit jeweils etwa 30 Prozent konstant.

Die geringfügige Erhöhung der Effektivitätsrate bei der WM 1990 gründet sich allein auf eine größere Zahl an erzielten Elfmertoren, wohingegen Tore aus Frei- bzw. Eckstößen stagnierende oder sogar rückläufige Tendenzen aufweisen.

Diese Entwicklung wird auch daran deutlich, daß nur in wenigen Spielen der WM 1990 Standardsituationen spielentscheidend oder höher anteilig an den jeweils erzielten Toren (über 30 Prozent) waren.

Die WM brachte im Bereich der sogenannten „Standardsituationen der Regel“ nichts Neues. Und das, obgleich die weltbesten Mannschaften vom Leistungsniveau her immer enger zusammenrücken und der Erfolg deshalb nur zu oft im Detail steckt. Ein gezielteres Training dieser Spielsituationen erscheint deshalb dringend erforderlich!

An unsere Abonnenten

Zwei Jahre konnten wir den Bezugspreis für diese Zeitschrift trotz fortlaufender Kostensteigerungen beim Material, bei den Personal- und Vertriebskosten stabil halten. Für 1991 ist jedoch eine maßvolle Anpassung des Bezugspreises unumgänglich.

fußballtraining kostet ab 1991 im Inland DM 61,20 und im Ausland DM 64,80, jeweils frei Haus.

	WM 1982		WM 1986		WM 1990	
Tore gesamt/Ø pro Spiel	146	2,8	132	2,5	115	2,2
Tore aus/nach	Tore	%	Tore	%	Tore	%
1. Strafstößen	8	5	12	9	13	11
2. Freistößen oder im Anschluß daran	20	14	16	12	14	12
3. Eckstößen oder im Anschluß daran	15	10	10	8	8	7
4. Einwürfen	1	1	1	1	1	1
Tore total aus/nach Standardsituationen	44	30	39	30	36	31

Tab. 1: Vergleich der Torerzielung aus bzw. nach Standardsituationen und deren Effektivität (Prozent-Anteile der insgesamt erzielten WM-Treffer)

Einzelergebnisse bei den Standardsituationen

Freistöße — Effektivität und Varianten

In den beobachteten (im TV übertragenen) 38 WM-Spielen wurden insgesamt 971 Freistöße in der to gefährlichen Zone registriert. Daraus fielen 8 Tore.

Tab. 2 gibt einen Überblick über die Arten der Freistoß- Ausführung und deren Effektivität.

Dabei lassen sich die folgenden grundsätzlichen Ergebnisse festmachen:

- Nur 0,8 Prozent der vielen Freistöße innerhalb der to gefährlichen Zone erbrachten einen Torerfolg.
- Gering ist die Quote der direkt auf das Tor geschossenen Freistöße (9 Prozent bei 2 erzielten Treffern).
- Die Freistöße als Kombinationen haben mit 91 Prozent und 6 erzielten Treffern Vorrang.

Dabei ist eine hohe Zuspielgenauigkeit des Freistoßschützen beim 1. Zuspiel auf einen Mitspieler innerhalb einer Kombinationskette festzustellen (713 = 80 Prozent).

Die letztendlich geringe Effektivität — nur 6 Tore fielen nach einer indirekten Ausführung — spricht gegen die erfolgreiche Fortsetzung durch den/die nachfolgenden Spieler oder aber auch für gute Torwartleistungen.

Bestellschein (bzw. Kopie) einsenden an Philippka-Verlag, Postfach 6540, D-4400 Münster

Bestellungen aus der Schweiz an: ISM Sportmarketing, Guntenbachstr. 275, CH-8603 Schwerzenbach

NEU: Bestellungen aus Österreich an: teamsport, Bahnhofstraße 31, A-6175 Kematen

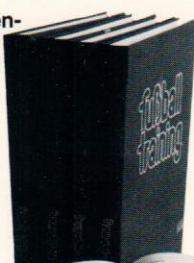
Ich abonneiere *fußballtraining*

Gleich mitbestellen

Damit Sie „fußballtraining“ praktisch archivieren können — unzerschnitten, ungelocht und trotzdem immer griffbereit — haben wir schicke Sammelmappen herstellen lassen: in grünem Regentleinen mit gelber Prägung des Originaltitels auf Vorderseite und Rücken.

Die Hefte werden einzeln hinter Stäbe geschoben, was einwandfreies Blättern, Lesen ohne toten Rand und eine Entnahme von Heften problemlos macht.

**Jetzt mit
Jahreszahlen-
Aufklebern
1989-1992.**



12er-Mappe
DM 13,80
Versandspesen
DM 3,- je
Sendung, ab
5 Mappen,
spesenfreie
Lieferung.



- Bitte liefern Sie mir/uns die Zeitschrift „fußballtraining“ (Herausg.: Gero Bisanz) ab Heft _____ / Jahr _____ (frühestmöglicher Abo-Beginn: Heft 1/84) im Abonnement.

Diese Bestellung gilt bis auf Widerruf, mindestens aber für 1 Jahr. Kündigen kann ich mit 6-Wochen-Frist zum Ende eines Kalenderjahres.

Das Jahres-Abonnement kostet 1990 (12 Hefte) im Inland DM 56,40, im Ausland DM 61,20, jeweils frei Haus.

Hinweis für den Verlag

Ich weiß, daß ich die Abonnement-Bestellung innerhalb von 10 Tagen (Absendung in diesem Zeitraum genügt) beim Philippka-Verlag, Postfach 6540, 4400 Münster, schriftlich widerrufen kann.

(2. Unterschrift des Abonnenten)

Ich bestelle aus Ihrem Programm an Sportfachliteratur:

Expl. **Sammelmappen ft**

Expl. _____ (Titel abkürzen)

Expl. _____

Expl. _____

Expl. _____

Besteller:

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Gewünschte Zahlungsweise:

- Buchen Sie den Bezugspreis jährlich nach dem 1. Januar bzw. bei Literaturbestellungen den Rechnungsbetrag ab von meinem/vom*

Konto-Nr. _____

bei (Bank): _____

BLZ: _____

* Konto-Inhaber bin nicht ich, sondern:

Ich zahle sogleich nach Rechnungserhalt.

Datum: _____

Unterschrift: _____

	Vorrunde WM 1990					Endrunde WM 1990					Total WM 1990				
	+	+	O	-	ges.	+	+	O	-	ges.	+	+	O	-	ges.
Freistöße	4	410	65	90	569	4	320	30	48	402	8	730	95	138	971
%	1	72	11	16	100	1	79	8	12	100	1	75	10	14	100
Freistöße direkt	1	9	27	20	57	1	8	9	11	29	2	17	36	31	86
%	2	16	47	35	100	3	28	31	38	100	2	20	42	36	100
Freistöße in Kombination	3	401	38	70	512	3	312	21	37	373	6	713	59	107	885
%	1	78	7	14	100	1	83	6	10	100	1	80	7	12	100

Tab. 2: Arten der Freistoß-Ausführung und deren Effektivität

Zeichenerklärung:

+ = Torerzielung

+ = gehalten

O = abgeblockt, Pfosten/Latte, Mannschaft bleibt im Ballbesitz

- = Tor verfehlt, Ballverlust

Typische Ausführungsvarianten bei Freistößen

Direkte Freistöße

1 Scharf oder/und plaziert seitlich an der Mauer vorbei gespielte Freistöße.

Beispiel aus der WM:

Tor zum 2:1 im Spiel Jugoslawien – Spanien (2:1) durch Stojkovic (**Abb. 1**).

2 Überspielen der Mauer durch einen Heber.

Beispiel aus der WM:

Tor zum 2:1 im Spiel Spanien – Südkorea (3:1) durch Michel (**Abb. 2**).

3 Scharfe und plazierte Schüsse durch die Mauer:

- Ein Mitspieler schafft eine Lücke
- Der Gegner reagiert und fälscht ab

Beispiel aus der WM:

Tor zum 1:1 im Spiel Belgien – Spanien (1:2) durch Vervoort (Belgien) (**Abb. 3**).

Ausführungsvarianten bei Freistoßkombinationen

1 Lange, hohe Zuspiele von den Flügeln und aus dem vorderen Mittelfeld in den to gefährlichen Raum als Vorlage für einen Torschub/Kopfball.

Beispiele aus der WM:

Flügelzuspiel:

Tor zum 2:1 per Kopf im Spiel Spanien – Belgien (2:1) durch Gorriz (Spanien) (**Abb. 4**).

Mittelfeldzuspiel:

Tor zum 1:0 im Spiel England – Belgien in der Verlängerung durch Platt (England) (**Abb. 5**).

2 Kurze Ablage von der Mauer weg und anschließender straffer, direkter Torschub an der Mauer vorbei (dabei können 1 bis 2 Spieler täuschen danebenstehen oder über den Ball laufen).

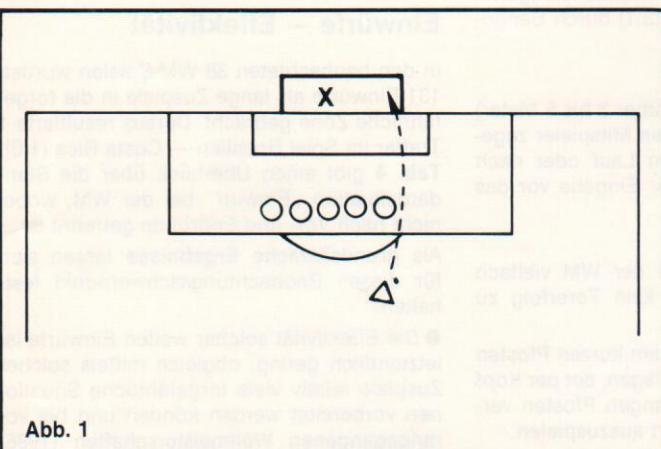


Abb. 1

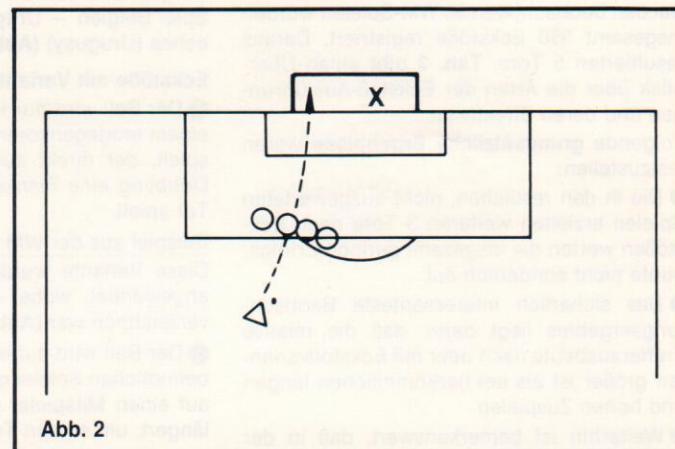


Abb. 2

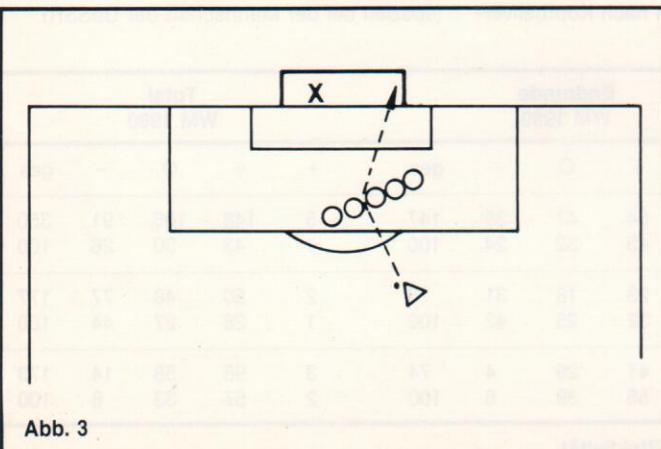


Abb. 3

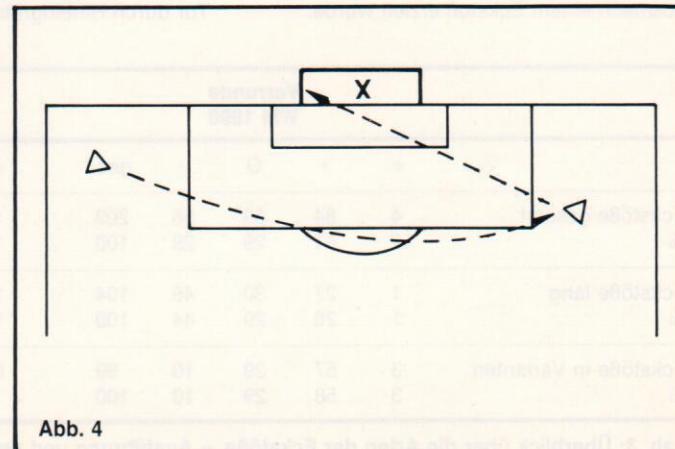


Abb. 4

A5 Spielanalyse

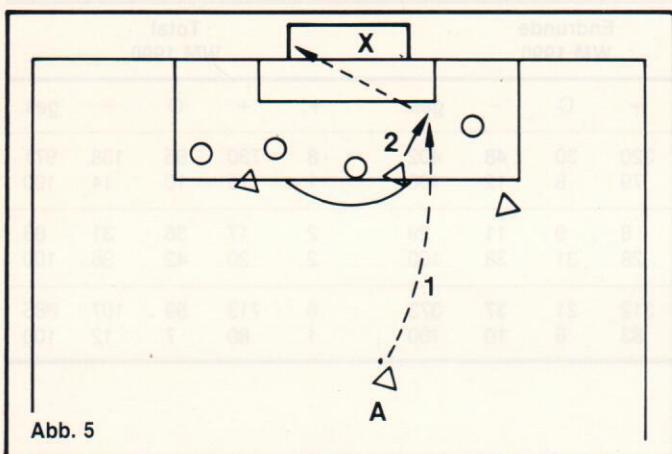


Abb. 5

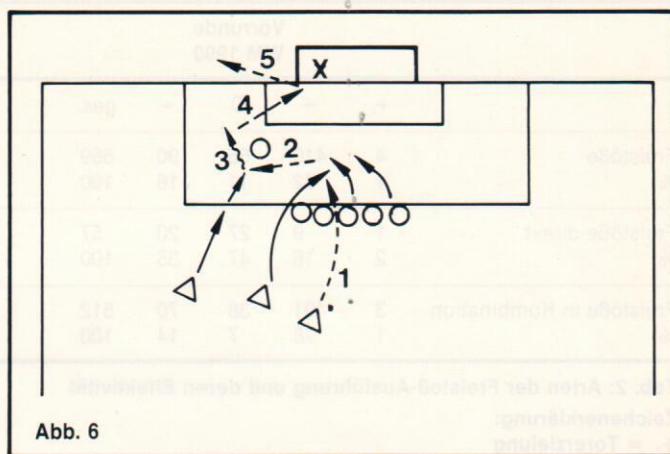


Abb. 6

Beispiel aus der WM:

Tor zum 1:0 im Spiel Deutschland – England (1:0) durch Brehme.

③ Freistoße mit Kombinationsketten von mindestens 2 aufeinanderfolgenden Zuspielen (zur Umspielung/Täuschung der Mauer des Gegners).

Beispiel aus der WM:

Die einzige Aktion, die unter diesem Beobachtungsspektrum bei der WM registriert werden konnte, war eine irische Freistoßkombination über 3 Stationen im Spiel Irland – Ägypten (0:0) (Abb. 6).

Eckstöße – Effektivität und Varianten

Bei den beobachteten 38 WM-Spielen wurden insgesamt 350 Eckstöße registriert. Daraus resultierten 5 Tore. Tab. 3 gibt einen Überblick über die Arten der Eckstoß-Ausführungen und deren Effektivität.

Folgende **grundsätzliche Ergebnisse** waren festzustellen:

● In den restlichen, nicht ausgewerteten Spielen erzielten weiteren 3 Tore nach Eckstößen werten die insgesamt geringe Erfolgsquote nicht sonderlich auf.

● Das sicherlich interessanteste Beobachtungsergebnis liegt darin, daß die relative Trefferausbeute nach oder mit Eckstoßvarianten größer ist als bei herkömmlichen langen und hohen Zuspielen.

● Weiterhin ist bemerkenswert, daß in der Endrunde des WM-Turniers lediglich 1 Tor aus/nach einem Eckstoß erzielt wurde.

Typische Ausführungsvarianten bei Eckstößen

Lange Eckstöße

Der Ball wird in herkömmlicher Form hoch, zumeist vom Torwart weg, in den Strafraum in Richtung langer Pfosten geschlagen, um per Kopf verwertet zu werden (als Kopfstoß auf/in das Tor oder als Ablage auf einen Mitspieler).

Beispiele aus der WM:

Kopfstoß ins Tor:

Tor per Kopfball zum 5:1 im Spiel Deutschland – Vereinigte Arabische Emirate durch Völler.

Ablage per Kopf auf einen Mitspieler:

Tor per Direktschuß nach Kopfballablage im Spiel Belgien – Uruguay (3:1) durch Bengoechea (Uruguay) (Abb. 7).

Eckstöße mit Varianten:

① Der Ball wird nur kurz (über 3 bis 5 Meter) einem entgegenkommenden Mitspieler zugespielt, der direkt aus dem Lauf oder nach Dribbling eine Flanke oder Eingabe vor das Tor spielt.

Beispiel aus der WM:

Diese Variante wurde bei der WM vielfach angewendet, wobei aber kein Torerfolg zu verzeichnen war (Abb. 8).

② Der Ball wird auf einen am kurzen Pfosten befindlichen Spieler geschlagen, der per Kopf auf einen Mitspieler am langen Pfosten verlängert, um so den Torwart auszuspielen.

Beispiel aus der WM:

Tor durch Hineingrätschen nach Kopfballver-

längerung zum 1:0 im Spiel Schottland – Schweden (2:1) durch McCall (Schottland) (Abb. 9).

③ Der Eckstoß wird als langes Zuspiel in den Rückraum (Strafraumgrenze oder noch weiter zurück) gespielt, von wo aus ein schußstarker Mitspieler dieses Eckstoßzuspiel volley auf das Tor zieht.

Beispiel aus der WM:

Diese Ausführung war vielfach zu beobachten, ein direkter Torerfolg wurde dabei nicht erzielt. Aus dieser Variante resultierte aber ein indirekter Torerfolg, als Schillaci (Italien) nach einem verunglückten Volleyschuß zum 1:0 im Spiel Italien – CSFR (2:0) vollstreckte (Abb. 10).

Einwürfe – Effektivität

In den beobachteten 38 WM-Spielen wurden 131 Einwürfe als lange Zuspiele in die torgefährliche Zone gebracht. Daraus resultierte 1 Treffer im Spiel Brasilien – Costa Rica (1:0).

Tab. 4 gibt einen Überblick über die Standardsituation „Einwurf“ bei der WM, wobei nicht nach Vor- und Endrunde getrennt ist.

Als **grundsätzliche Ergebnisse** lassen sich für diesen Beobachtungsschwerpunkt festhalten:

● Die Effektivität solcher weiten Einwürfe ist letztendlich gering, obgleich mittels solcher Zuspiele relativ viele torgefährliche Situationen vorbereitet werden können und bei vorangegangenen Weltmeisterschaften (1986) spektakuläre Aktionen zu beobachten waren (speziell bei der Mannschaft der UdSSR).

	Vorrunde WM 1990					Endrunde WM 1990					Total WM 1990				
	+	+	O	-	ges.	+	+	O	-	ges.	+	+	O	-	ges.
Eckstöße gesamt	4	84	59	56	203	1	64	47	35	147	5	148	106	91	350
%	2	41	29	28	100	1	43	32	24	100	1	43	30	26	100
Eckstöße lang	1	27	30	46	104	1	23	18	31	73	2	50	48	77	177
%	1	26	29	44	100	1	32	25	42	100	1	28	27	44	100
Eckstöße in Varianten	3	57	29	10	99	0	41	29	4	74	3	98	58	14	173
%	3	58	29	10	100	55	39	6	100	2	57	33	8	100	

Tab. 3: Überblick über die Arten der Eckstöße – Ausführung und deren Effektivität

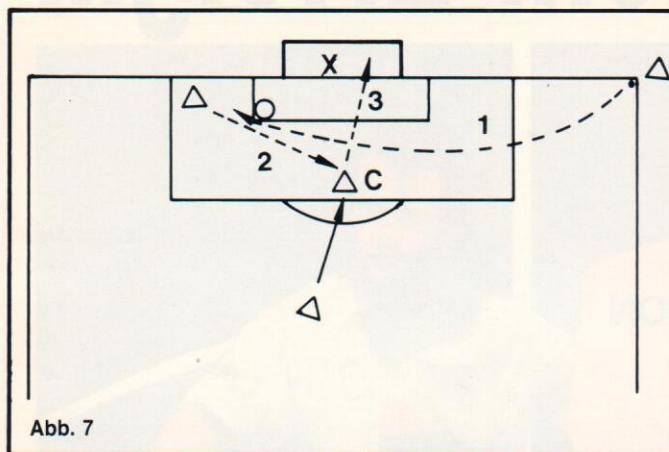


Abb. 7

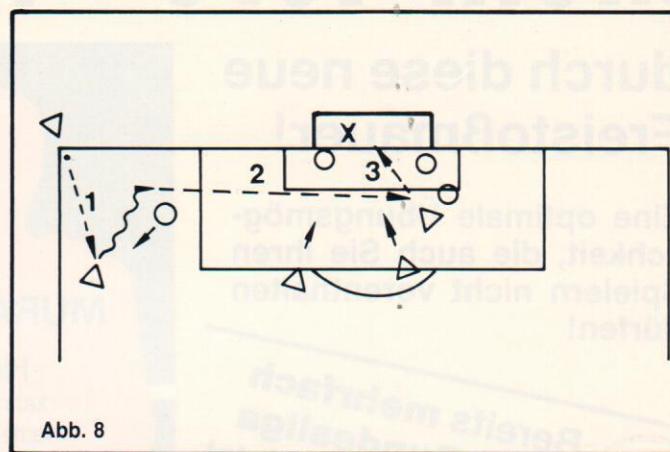


Abb. 8

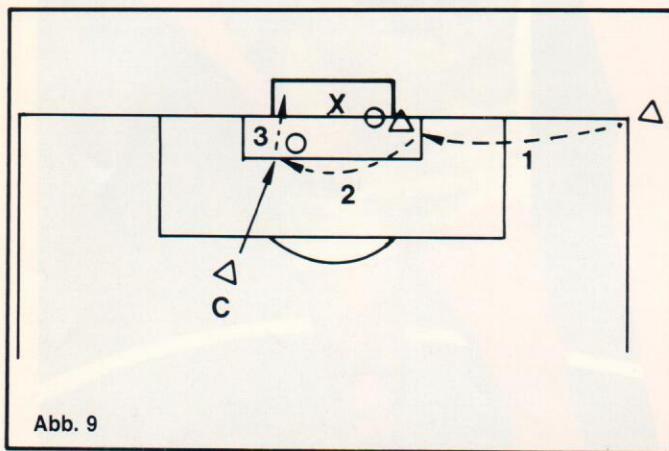


Abb. 9

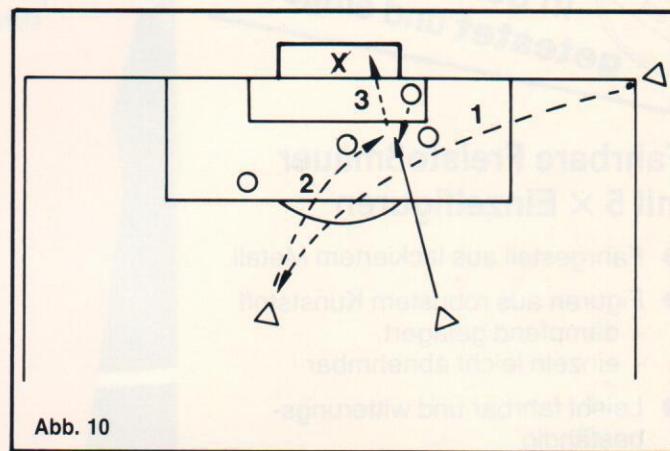


Abb. 10

● Inzwischen haben aber alle Mannschaften die Möglichkeiten der langen Einwürfe als spezielle Zuspielvariante erkannt und für die Defensive entsprechende Gegenschritte eingeleitet (z. B. 1 Spieler plaziert sich direkt vor den Einwurfenden).

● Die weiten Einwürfe in den gegnerischen Torraum haben zwar inzwischen einen festen Platz im Angriffsrepertoire der meisten Mannschaften, die Effektivität bleibt dabei aber unbefriedigend.

● Viele Spieler sind wurftechnisch und physisch in der Lage, solche weiten Einwürfe auszuführen. Als ausgesprochener Spezialist ist McCarthy (Irland) zu nennen.

Anstöße

Bei diesem Analysebereich wurden keine nennenswerten Beobachtungen gemacht. Alle Anstöße wurden herkömmlich als „Sicherheitsanstöße“ ausgeführt – die Mannschaften waren zunächst einmal darauf bedacht, den Ballbesitz zu sichern und auf dieser Grundlage ein Kombinationsspiel zu entwickeln.

So blieben auch hier wirkungsvolle Aktionen, wie ein Führungstor von Frankreich bei einem WM-Spiel 1982 aus.

Zusammenfassung und Bewertung

● Die 14. Fußball-Weltmeisterschaft wies sicherlich keine „revolutionären“, neuen Wege

und Trends für die Entwicklung des Fußballsports. Diese grundsätzliche Erkenntnis trifft auch für den Bereich der Ausführung und Verwertung von Standardsituationen zu, auch wenn in den Vorrundenspielen Spanien – Belgien (2:1) alle 3 Treffer und Spanien – Südkorea (3:1) 2 Tore aus Standardsituationen erzielt wurden.

● Die Analyse ergibt eindeutig, daß die Standardsituationen als potentielle Möglichkeiten für den Torerfolg nicht zielsstrebig genug genutzt wurden.

Das zeigt sich unter anderem daran, daß – lediglich die bekannten Ausführungsvarianten angewendet wurden und keine neuen Varianten zur Überraschung und Täuschung des Gegners eingesetzt wurden;

– eine variable Anwendung der Standardsituationen unter taktischen Aspekten nicht zu beobachten war (z. B. hohe Zuspiele bei Eckstößen oder Freistößen trotz von der Größe her überlegener Gegner).

● Der neue Titelträger Deutschland erzielte 1986 als Vizeweltmeister noch die Hälfte aller

Tore aus Standardsituationen. Bei dieser WM waren es weit weniger (von 15 Toren resultierten 4 Treffer aus Standardsituationen = 27 Prozent).

Argentinien mit dem potentiellen Freistoßspezialisten Maradona erzielte überhaupt kein Freistoßtor.

● Interessant ist weiterhin, daß in den Verlängerungsspielen des Achtelfinales Spanien – Jugoslawien (1:2) und England – Belgien (1:0) die Siegestreffer aus Standardsituationen erzielt wurden; also durch herausragende individuelle Aktionen, die trotz enormer konditioneller Belastung in der Verlängerung noch erbracht werden konnten.

Das unterstreicht eigentlich die besondere Bedeutung der Standardsituationen für die Torerzielung. Diese Tendenz wird sich durch die sich ausweitende Leistungsdichte im Weltfußball sogar noch weiter erhöhen. Ein gezielteres Training, das auf eine höhere Perfektion bei gleichzeitiger Erweiterung der Variabilität gerichtet ist, erscheint deshalb unbedingt erforderlich!

WM 1990

Einwürfe	+	+	0	-	Gesamt
Anzahl	1	59	25	45	131
%	1	45	20	34	100

Tab. 4: Überblick über die Einwürfe in den to gefährlichen Raum und deren Effektivität

Mehr Tore - mehr Erfolg...

durch diese neue
Freistoßmauer!

Eine optimale Übungsmöglichkeit, die auch Sie Ihren Spielern nicht vorenthalten dürfen!

Bereits mehrfach
in der Bundesliga
getestet und eingesetzt

Fahrbare Freistoßmauer
mit 5 × Einzelfiguren

- Fahrgestell aus lackiertem Metall
- Figuren aus robustem Kunststoff
 - dämpfend gelagert
 - einzeln leicht abnehmbar
- Leicht fahrbar und witterungsbeständig

Größe:
ca. 1,80 m (Höhe) × 2,60 m (Breite)

Art.-Nr. 966 H **DM 1990,-**
(incl. Mwst./zzgl. Fracht)

Erhältlich über Ihren
Trainings-Spezialisten:

BFP-Versand
Postfach 1144
D-2950 Leer

