

# FUSSBALL



## CLEVER TRAINIEREN

Moderne Didaktik und Methodik für ein effizientes Training



BJÖRN BREMERMANN

MEYER  
& MEYER  
VERLAG

# INHALT

<b>VORWORTE</b> .....	<b>8</b>
<b>DANKSAGUNG</b> .....	<b>10</b>
<b>EINLEITUNG</b> .....	<b>11</b>
<b>1 DAS ANLIEGEN DES BUCHS</b> .....	<b>12</b>
1.1 Die Arbeit eines Fußballtrainers.....	12
1.2 Hinter den Kulissen.....	14
1.3 Zielgruppe des Buchs.....	16
<b>2 TRAINING</b> .....	<b>17</b>
<b>3 INDIVIDUELLE BETRACHTUNGSWEISE</b> .....	<b>20</b>
3.1 Spielkompetenz.....	21
3.2 Technisch-taktische Fertigkeiten.....	23
3.2.1 Abwehrspieler.....	25
3.2.2 Mittelfeldspieler.....	27
3.2.3 Stürmer.....	30
3.3 Athletische Fertigkeiten.....	32
3.3.1 Ausdauer.....	33
3.3.2 Schnelligkeit.....	34
3.3.3 Kraft.....	35
3.3.4 Spielintensität.....	36

3.4	<b>Kognitive Fertigkeiten</b> .....	39
	3.4.1 Wahrnehmung.....	40
	3.4.2 Aufmerksamkeit.....	42
	3.4.3 Antizipation.....	45
	3.4.4 Entscheiden.....	47
	3.4.5 Spielintelligenz.....	50
	3.4.6 Spiel Kreativität.....	51
	3.4.7 Intuition.....	51
3.5	<b>Psychische Fertigkeiten</b> .....	52
	3.5.1 Selbstwirksamkeitserwartung.....	55
	3.5.2 Copingstrategien.....	58
	3.5.3 Willenskraft.....	60
	3.5.4 Resilienz.....	62
	3.5.5 Fokus .....	65
3.6	<b>Vertiefung des Kapitels</b> .....	66
<b>4</b>	<b>INDIVIDUALISIERUNG</b> .....	<b>68</b>
4.1	Was bedeutet Individualisierung im Fußball?.....	68
4.2	Warum wird eine Individualisierung gefordert?.....	69
<b>5</b>	<b>MANNSCHAFTLICHE BETRACHTUNGSWEISE</b> .....	<b>73</b>
5.1	Charakteristika der Mannschaft.....	74
5.2	Offensive Spielidee .....	75
5.3	Defensive Spielidee .....	77

<b>6</b>	<b>DIDAKTIK</b> .....	<b>80</b>
6.1	Der Nutzen didaktischer Arbeit .....	81
6.2	Didaktik im Fußball.....	82
<b>7</b>	<b>METHODIK</b> .....	<b>85</b>
7.1	Trainingsmethodik im Fußball.....	85
7.2	Implizites Lernen.....	88
7.3	Explizites Lernen .....	88
7.4	Üben (analytisch) .....	89
7.5	Spielen (ganzheitlich).....	90
7.6	Methodischer Werkzeugkoffer .....	91
<b>8</b>	<b>TRAININGSKONZEPTION</b> .....	<b>94</b>
8.1	Mesozyklus .....	95
8.1.1	Mannschaftliche Betrachtung im Mesozyklus.....	96
8.1.2	Individuelle Betrachtung im Mesozyklus.....	99
8.2	Mikrozyklus .....	106
8.3	Die einzelne Trainingseinheit .....	110
<b>9</b>	<b>SCHLUSSBETRACHTUNG</b> .....	<b>133</b>
<b>ANHANG</b> .....	<b>136</b>	
1	Abbildungsverzeichnis .....	136
2	Literaturverzeichnis.....	137
3	Bildnachweis .....	140



---

# 1 DAS ANLIEGEN DES BUCHS

---

Immer wieder lässt sich im Fußball beobachten, wie sich die Massen von den Errungenschaften ihrer Mannschaften elektrisieren lassen. Die strukturierte und nachhaltig angelegte Trainingsarbeit ist dabei eine von mehreren Säulen, um am Wochenende erfolgreich sein zu können. Nie zuvor stand dabei das Fußballtraining derart im Fokus, wie es gegenwärtig der Fall ist.

Der Fußball erlebt momentan auf der Ebene des Trainings gar revolutionäre Züge. Die Spieleranzahl in den jüngsten Altersklassen soll drastisch reduziert werden, FUNiño wird sukzessive als Basisform im Training und Wettkampf eingeführt. Darüber hinaus rücken 4-gegen-4-Formate wieder vermehrt in den Mittelpunkt auf den deutschen Fußballplätzen. Auch die Trainerlizenzen wurden zuletzt auf den Kopf gestellt. Sämtliche Veränderungen sind Ausdruck des Optimierungsbedarfs im deutschen Fußball. Anscheinend wird in der Trainingspraxis ein Schlüssel zur Überwindung der aktuellen Defizite gesehen. Eine Ansicht, mit der ich mich gut identifizieren kann.

Mithilfe des vorliegenden Buches soll das notwendige didaktische und methodische Handwerkszeug offenbart werden, um nachhaltig die Qualität von Trainingsprozessen zu erhöhen.

Ich wünsche euch viel Spaß beim Lesen des Buches und spannende Inspirationen, um die „Massen“ eurer Mannschaften zu elektrisieren!

## 1.1 DIE ARBEIT EINES FUßBALLTRAINERS

Dass der Beruf des Fußballtrainers sehr facettenreich ist, dürfte unumstritten sein. Neben der eigentlichen Kernarbeit auf dem Platz stehen weitere Tätigkeiten auf der täglichen Agenda eines Trainers im Leistungsfußball. Die strategische Planung im Zusammenspiel mit wichtigen Vereinsfunktionären, das Scouting von potenziellen Neuzugängen, die zunehmende Medienarbeit und die immer wichtiger werdende Führung von 26 Spielern – nur um einige einer endlos fortzuführenden Liste zu nennen.

Sämtliche Aufgaben stehen unter dem Dach der Leistungsoptimierung. Da dem Trainer bewusst sein dürfte, dass nicht jede Tätigkeit den gleichen Einfluss auf den Ausgang des Spiels

hat, wird er sie entsprechend ihrer Wertigkeit priorisieren. Im Fokus sollte dabei die Kernarbeit stehen: das Training mit der Mannschaft. Viel zu oft fallen Telefonate oder Meetings zulasten einer sorgfältigen Trainingskonzeption. Dabei ist das Training der Hebel zur Entwicklung der Mannschaft und des einzelnen Spielers.

Warum gelingt es schließlich gewissen Trainern besser als anderen, die samstagnachmittags bei Sky vielmals zitierte Handschrift des Trainers zu implementieren oder einzelne Spieler auf ein höheres Level zu bringen? Erreicht er seine Spieler zwischenmenschlich eher als seine Kollegen auf der anderen Seite der Coachingzone? Passt er seine eigene Idee vom Fußball besser an das vorhandene Spielerpotenzial an? Oder kommt seine ausgefeilte Trainingskonzeption der letzten Wochen endlich zum Tragen?

Zwar dürfte eine monokausale Ursachenforschung der Komplexität der schönsten Nebensache der Welt nicht gerecht werden, es kann jedoch grundsätzlich festgehalten werden, dass Entwicklung in den seltenen Fällen linear ist und Zeit bedarf – ein im Leistungsfußball rar gesätes Gut. Die clevere Trainingskonzeption, in der methodisches und didaktisches Handwerkzeug zum Tragen kommen, ist ein zentrales Werkzeug eines Trainers, die Qualität des Spiels auf Strecke zu erhöhen. Im Fußball gibt es keine Garantie für Erfolg – die Wahrscheinlichkeit hierauf lässt sich aber durch gewisse Überlegungen erhöhen.

Wie oft hat man selbst als Spieler und Trainer Trainingseinheiten erlebt, in denen Übungen sinnlos aneinandergereiht worden sind, die nichts mit der eigenen Spielidee zu tun hatten? Hätte man die verantwortlichen Trainer nach den Gründen zur Auswahl der Übungen gefragt, wären vermutlich Aussagen wie „die habe ich als Spieler schon selbst gemacht“ oder „hiermit habe ich im Laufe der Jahre gute Erfahrungen gesammelt“ gekommen. Auch punktuell gute Ideen, die von Trainern immer mal wieder eingestreut wurden, wie das „Finden von Lösungen im letzten Drittel“, blieben dauerhaft auf der Strecke, weil es an einer langfristigen Planung und Vermittlung mangelte. Der Anspruch von Spielern im Leistungsfußball an ihre Trainer darf es zu Recht sein, einer Lernumgebung ausgesetzt zu sein, in der ihre Entwicklung bestmöglich vorangetrieben wird.

Angesichts der Tatsache, dass Training aufgrund von vollgepackten Spielplänen als begrenzte Ressource betrachtet werden sollte, ist es umso wichtiger, die Zeit auf dem Platz effizient zu nutzen. Doch was zeichnen eine anregende Lernumgebung und effizientes Training überhaupt aus?

Hier kommt die Didaktik ins Spiel, die Kunst des Lehrens und Lernens. Im Fußball befasst sich die Didaktik mit der systematischen Auswahl und Organisation von Trainingsinhalten und der Gestaltung von Lernumgebungen. Mithilfe von didaktischen Analysen können konkrete Entwicklungsprozesse angestoßen werden.

Spätestens nach dem erneuten frühen Ausscheiden der deutschen Nationalmannschaft bei der Weltmeisterschaft 2022 entflammte eine öffentliche Diskussion und vermeintlich fehlende Kompetenzen der Spieler wurden schonungslos an den Pranger gestellt. Neun von elf Spielern, die im Gruppenspiel gegen Spanien bei der Weltmeisterschaft in Qatar in der Start-



elf standen, sind, Stand 01.07.2023, bereits mindestens einmal Champions-League-Sieger geworden. Im Zuge von Niederlagen zeigen scheinbar starke Emotionen ihre Wirkung und verschleiern unsere Analysefähigkeiten. Dass diese Spieler sowohl national als auch international aufgrund ihrer Fertigkeiten jedoch überdurchschnittlich viele Titel gewonnen haben, scheint bei der Analyse keine Rolle gespielt zu haben. Sowohl im Zuge des Erfolgs als auch im Zuge des Misserfolgs sollte präzise herausgearbeitet werden, welche Fertigkeiten der Spieler trainiert werden müssen, um die Wahrscheinlichkeit auf Erfolg zu erhöhen – Themen, mit denen sich die Didaktik befasst.

Nachdem die Trainingsinhalte systematisch festgelegt worden sind, gilt es im nächsten Schritt im Rahmen der Methodik Übungs- und Spielformen so zu konzipieren, dass ihr Lernpotenzial maximiert wird. Auf individueller Ebene geht es bei der Trainingskonzeption um eine nachhaltige und systematische Steigerung der Spielkompetenz (siehe 3.1). Die mannschaftliche Betrachtungsweise (siehe 5) zielt auf eine Verbesserung der gemeinsamen Spielidee.

Das vorliegende Buch bietet didaktisches und methodisches Handwerkszeug eines Trainers, damit er in seiner Kernarbeit, dem Training auf dem Platz, qualitativ hochwertig arbeiten kann.

## 1.2 HINTER DEN KULISSEN

Vermutlich wäre ich mit meinen rein biologischen Anlagen, ohne drei Kreuzbandrisse im selben Knie, im Optimalfall in der dritten Liga und im schlechtesten Fall in der sechsten Liga gelandet. Ich denke, das wäre für mich gesprochen eine realistische Einordnung des Rangs meines Potenzials als gesunder Spieler.

Meine Fußballausbildung begann beim SC Haßbergen und vollzog sich über den DFB-Stützpunkt Nienburg, den FC Verden 04 und den TSV Havelse. Nach den schweren Verletzungen entschied ich mich, dem Fußball als Trainer treu zu bleiben, und übernahm für zwei Jahre die U17 des SVBE Steimbke. Dem folgte mein erstes Jahr im Herrenfußball beim TUS Drakenburg, ehe ich für vier Jahre als Co-Trainer im Nachwuchs von Werder Bremen parallel zum Studium arbeitete. Im Jahr 2019 erwarb ich in Hennef die UEFA-A-Lizenz. Seit Sommer 2022 bin ich nun als Co-Trainer des Herrenregionalligisten TSV Havelse tätig.

In der retrospektiven Betrachtung meiner Spielerlaufbahn interessiert mich, welche Einflussfaktoren mir geholfen hätten, mich möglichst weit meinem persönlichen Leistungsmaximum zu nähern und komme dabei zu dem Entschluss: Entscheidend ist eine konstant hohe Trainingsqualität. In meiner Entwicklung als Spieler bin ich also schlichtweg von der Trainingskonzeption meiner Trainer abhängig. Insbesondere in den Zeiten, in denen das freie Spielen auf den Bolzplätzen keine so große Rolle mehr spielt.

Im Rahmen meiner Dissertation über den Einfluss der Persönlichkeit auf das Leistungsvermögen und den Karriereverlauf von Profifußballern betrachte ich insbesondere den Werdungsprozess von Menschen im Allgemeinen und Sportlern im Speziellen. Ein Verständnis hierfür hilft, die Entwicklung in die richtigen Bahnen zu lenken. Die Fragen hierzu sind allerdings

komplex und werden nie vollumfänglich beantwortet werden können, aber ich möchte mich einer Antwort zumindest nähern. Alle Geheimnisse muss der Fußball auch nicht lüften – ein Hauch von Magie dieser fantastischen Sportart soll schließlich nicht verloren gehen.

Der Anlass diesen Fragen systematisch nachzugehen, war im Grunde die extreme Dominanz des FC Barcelona unter Pep Guardiola. Wie konnte es zu dieser außergewöhnlichen Qualität kommen? Warum sind Iniesta, Xavi und Busquets im Mittelfeld derart spielintelligent und ballsicher? Ist es einzig das Talent oder das perfekte Zusammentreffen von Talent im Sinne von biologischen Anlagen und gezielten Trainingsreizen? Wäre Iniesta der Spieler geworden, der er war, hätte er sowohl seine Zeit im Jugend- als auch im Herrenfußball bei Atlético Madrid verbracht?

Auf der Reise zum Verständnis für eine hohe Trainingsqualität habe ich mich von verschiedenen Trainern, Spielern und Wissenschaftlern inspirieren lassen. Unter anderem von Thomas Tuchel, der in seinem bekanntem „Rule-Breaker-Referat“ offenbarte, sich bei der Trainingskonzeption an den Empfehlungen aus der Hirnforschung zu orientieren. Diesem Ansatz wurde vertiefend nachgegangen, sodass in das Buch auch Erkenntnisse aus den Neurowissenschaften eingeflossen sind.

Durch Hannes Wolfs Vortrag zur intuitiven Spielkompetenz beim Internationalen Trainerkongress 2022 in Dortmund wurde ein Prozess der Selbstreflexion ausgelöst. Er stellte folgende interessante These auf: „Immer, wenn wir uns für einen Trainingsinhalt entscheiden, entscheiden wir uns gegen einen anderen.“ Schließlich legen wir Trainer mehr oder weniger bewusst fest, in welchen Fertigkeiten wir unsere Spieler durch das Training verbessern wollen. Lasse ich primär Zweikämpfe schulen, verbessere ich meine Spieler insbesondere in der Keimzelle des Spiels. Dass hier allerdings weitere für das Spiel relevante Fertigkeiten, wie komplexe Wahrnehmungsprozesse, nur bedingt abgedeckt werden, sollte auch bedacht werden.

Ich ziehe im Fußball gerne den Vergleich zu universellen Grundlagen des Lernens. Einfach ausgedrückt sind wir Menschen ein komplexes Reiz-Reaktions-System. Die jeweiligen Reize führen zu einer spezifischen Anpassung. Und so ist es auch im Fußball. Aus einer Fülle von potenziellen Trainingsangeboten verkümmern die Fertigkeiten, die wenig Reizen ausgesetzt sind, während ich in den Bereichen besser werde, die ich gezielt trainiere. Nicht umsonst ist die Spielweise einer Mannschaft immer das Abbild der vorangegangenen Trainingspraxis.

Mein Anliegen ist es, die Sinne durch eine ganzheitliche und bewusste Trainingskonzeption zu schärfen, um die Spieler auf die Anforderungen des Leistungsfußballs optimal vorzubereiten. Als Trainer sollten wir uns die Frage stellen, welche Fertigkeiten hierfür vonnöten sind und ob wir sie über unsere Trainingsangebote abdecken. Die vorgeschlagene zyklische Planung kann Trainern helfen, ihre langfristige Trainingsarchitektur im Auge zu behalten. Sie beugt einer eindimensionalen Schulung von Fertigkeiten vor, damit möglicherweise eines Tages die Diskussionen um fehlende Mentalität, Positionsprofile und Intensitäten unserer Nationalspieler nachlassen.

### 1.3 ZIELGRUPPE DES BUCHS

Im zuvor beschriebenen Absatz dürfte mein Anliegen deutlich geworden sein, sich bewusst Gedanken über die inhaltliche Strukturierung des Trainings zu machen. Folglich wäre es inkonsequent, ein universelles Sachbuch für sämtliche Alters- und Leistungsklassen vorzulegen. Schließlich geht es im Amateurfußball um andere Inhalte als im Profifußball. Und auch im Ausbildungsfußball stehen in gewissen Altersklassen Themen auf der Tagesordnung, die in älteren Jahrgängen höchstens zur Geltung kommen, wenn mehrere Spiele in Folge verloren gegangen sind. Trotzdem darf man sich als Trainer nicht zu eitel sein, vermutliche Basics wie eine „offene Stellung“ oder einen „Doppelpass verteidigen“ auch in der U19 oder im Erwachsenenfußball zu thematisieren. Sie sind Grundsatzthemen im Fußball, die immer wiederkehren.

Das hinter der Konzeption steckende Prinzip, gezielt methodisch und didaktisch zu arbeiten, kann jedoch von allen Trainerkollegen verinnerlicht und übernommen werden – aber stets auf die eigene Zielgruppe angepasst. Ein Jugendtraining muss anders aussehen als ein Erwachsenentraining!

Fußball lässt sich mit einem unterschiedlichen Tiefgang bewerten und analysieren. Von den Stammtischparolen in den deutschen Kneipen bis hin zu hochkomplexen wissenschaftlichen Daten ist prinzipiell alles möglich, um den Fußball zu beleuchten. Ich versuche in den Kapiteln 3, 4 und 5, die Leistungskomponenten im Fußball ausdifferenziert darzustellen, sodass sie zur Orientierung für die Trainingsplanung herangezogen werden können.

Ambitionierte Trainer sollten sich hiermit auseinandersetzen. Folglich richtet sich dieses Buch vor allem an Trainer aus dem Leistungsfußball. Der Leistungsfußball unterliegt einer subjektiven Bewertung. Während er für manche Trainer in der Bezirksliga beginnt, fängt er für andere erst ab der Oberliga an. Eine exakte Einordnung ist an dieser Stelle gar nicht vonnöten. Grundsätzlich kann das vorliegende Buch nämlich allen Trainern helfen, die sich mit der gezielten Verbesserung der Leistungsfähigkeit ihrer Spieler und der gesamten Mannschaft befassen möchten.

Am Ende des Buches möchte ich die vorherigen theoretischen Ideen mit Leben füllen, indem ich eine praktische Trainingskonzeption vorstelle. Die didaktischen und methodischen Ansätze richten sich auf eine fiktive Mannschaft aus der Herrenregionalliga.

Mir ist bewusst, dass für eine bewusste Trainingskonzeption das notwendige Fingerspitzengefühl von Trainern in der Anpassung an die jeweiligen Charakteristika der eigenen Mannschaft und Liga hilfreich ist. Um meine dahintersteckenden Gedanken greifbar zu machen, wird die fiktive Mannschaft prägnant in Kapitel 5.1 beschrieben.

## ERSTER MIKROZYKLUS; TRAININGSTAG: MONTAG

Trainingsinhalte:	Trainingsziele:
Grundlagen des Positionsspiels	Verbesserung von kognitiven Fertigkeiten
Spielaufbau im 4-4-2 Raute gegen ein Mittelfeldpressing im 4-4-2 flach	Verbesserung der kognitiven Wissensbasis/Handlungsvalenz im Spielaufbau
Verwerten von hohen Flanken	Verbesserung der Raumaufteilung durch Tiefe, Breite und Zwischenlinienraum im Spielaufbau
	Verbesserung des Kopfballspiels nach Flanken von der Grundlinie und nach Halbfeldflanken

### 1) SPEZIFISCHES AUFWÄRMEN:

In die Erwärmungsform werden zwei Rondos integriert. Dabei sind die beiden zentralen Spieler beiden Rondos zugeordnet, sodass ein 3 gegen 2 gespielt wird. Die Bälle bleiben fest in ihrem jeweiligen Rondo. Die zentralen Spieler werden nach einer bestimmten Zeit gewechselt. Die äußeren Spieler tauschen mit dem zentralen Defensivspieler nach einem Fehlpass.

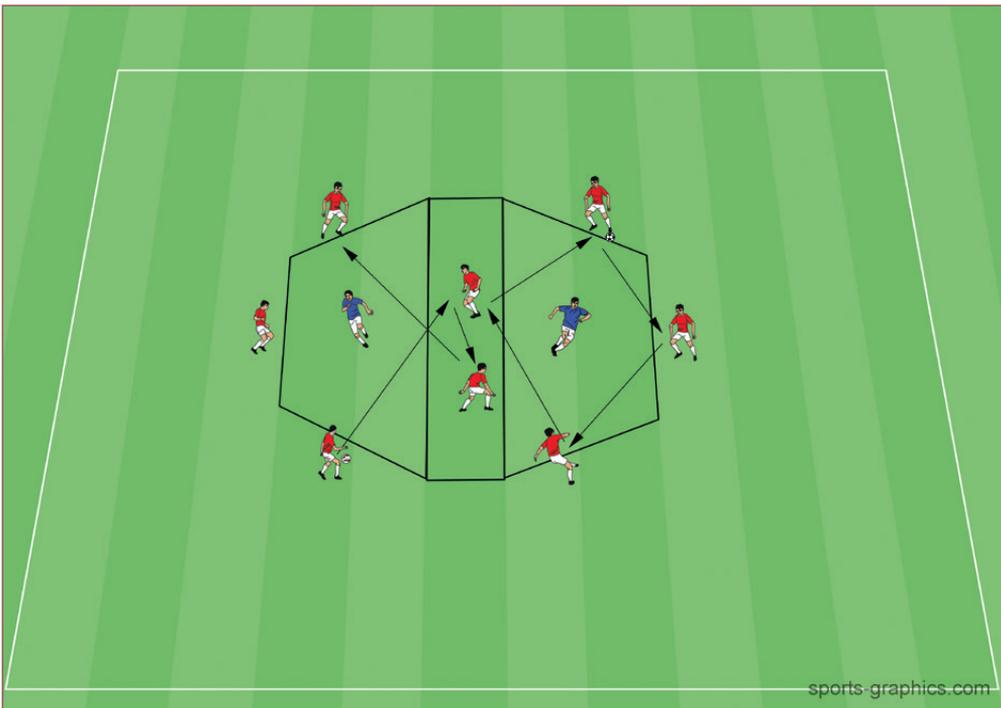


Abbildung 16: Integriertes Rondo (eigene Darstellung)

**Methodisch-didaktischer Kommentar:**

- » hohe Anforderungen an die geteilte Aufmerksamkeit
- » zentrale Mittelfeldspieler für die zentralen Position im Rondo bestimmen (Individualisierung)

**2) HAUPTTEIL 1:**

Es werden drei Teams mit jeweils fünf Spielern gebildet und insgesamt drei Spielrunden gespielt. Jede Mannschaft bildet einmal das neutrale Team und spielt zwei Runden im Feld. Nach zwölf Pässen untereinander sowie durch drei Pässe von Anspieler zu Anspieler sind die Mitspieler frei, sodass hier ein Punkt erzielt werden kann. Die mittlere Zone darf nur durch einen Spieler aus der ballbesitzenden Mannschaft besetzt werden. Mit dem gespielten Ball darf ein Verteidiger stören und ein Aufdrehen verhindern. Die Spieler im Feld können mit dem neutralen Spieler (gelb) im Feld und den zwei diagonal versetzten Spielern außerhalb des Feldes spielen (es wird festgelegt, welche Mannschaft mit welchen zwei neutralen Spielern außerhalb des Feldes spielt). Nach Ballverlust wechselt der Ballbesitz und der neutrale Spieler im Feld spielt mit der Mannschaft, die den Ball gewonnen hat.

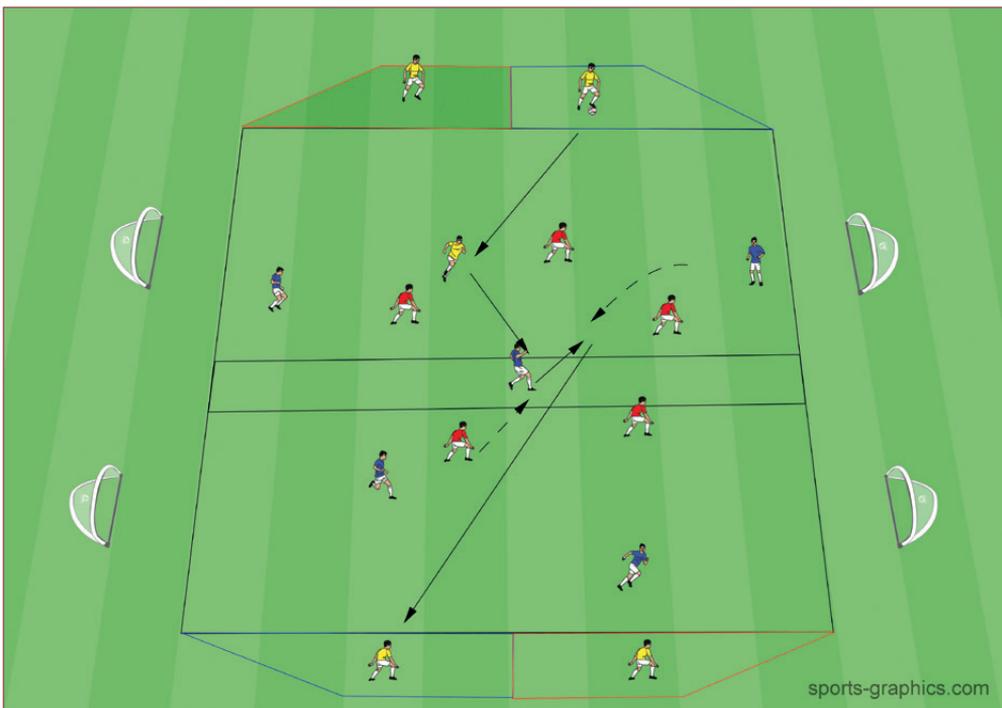


Abbildung 17: Spielaufbau rondo Zwischenlinienraum (eigene Darstellung)

**Methodisch-didaktischer Kommentar:**

- » Durch die Besetzung der Tiefe, der Breite und des Zwischenlinienraums soll eine Raumaufteilung hergestellt werden, die eine zielgerichtete Ballzirkulation begünstigt (Wiedererkennungswert der offensiven Spielidee).
- » Erleichterung des Spiels im Zwischenlinienraum durch eine Zusatzzone und eine Provokationsregel (methodischer Werkzeugkoffer)
- » Parallel zu dieser Trainingsform findet ein stürmerspezifisches Kopfballtraining statt (Individualisierung).

Ein Außenverteidiger dribbelt auf einen Dummy zu, führt eine Finte durch und schlägt eine hohe Flanke. Die Stürmer besetzen den ersten und zweiten Pfosten und versuchen einen Kopfballtreffer zu erzielen. In der zweiten Variante spielt der Trainer einen Rückpass, sodass der Außenverteidiger eine Halbfeldflanke schlägt. Hier sind Flanken mit dem rechten und linken Fuß möglich.

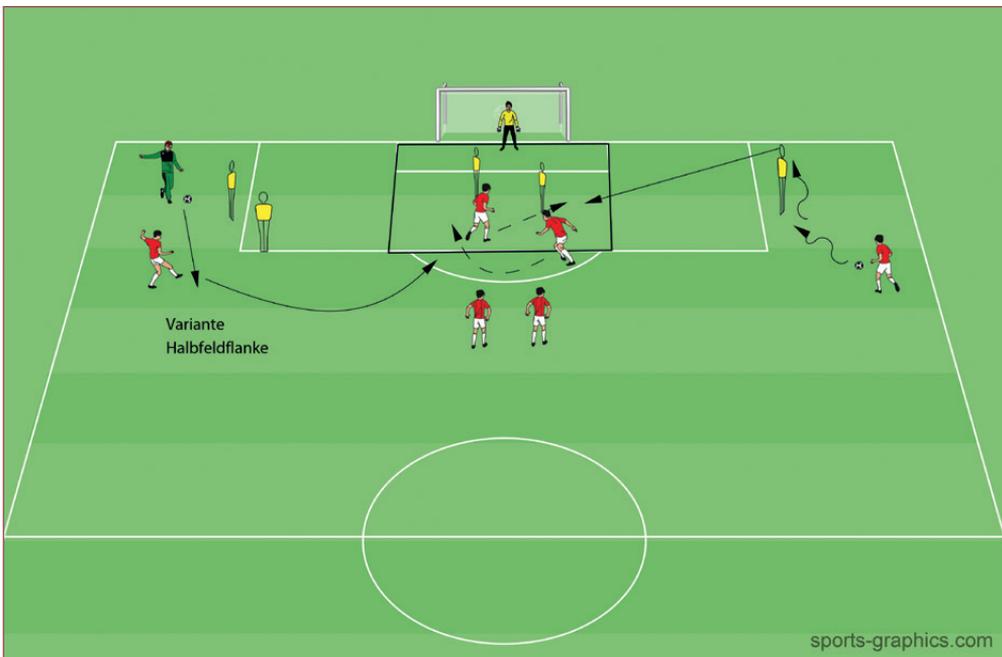


Abbildung 18: Stürmerspezifisches Kopfballtraining (eigene Darstellung)

**Methodisch-didaktischer Kommentar:**

- » Der Offensivkopfball als wichtiger technisch-taktischer Bestandteil des Mittelstürmers ist in der anderen Trainingsform nicht gefragt. Die fehlende Ganzheitlichkeit dieser Form gegenüber dem anderen Hauptteil wird punktuell „in Kauf genommen“, um den Offensivkopfball in Häufigkeit zu trainieren.

- » Trainingsinhalt und Form werden zur Steigerung der individuellen Qualität der Stürmer festgelegt (individuelle Betrachtungsweise).

### 3) HAUPTTEIL 2:

Rot trifft im Spielaufbau auf eine Mannschaft, die im 4-4-2 flach ein nach außen gelenktes Mittelfeldpressing spielt. Die Stangen außerhalb des Feldes geben den Pressingkorridor und die Abseitslinie vor. In der ersten Phase der Trainingsform darf die defensive Mannschaft den Zwischenlinienraum erst nach Zuspiel in die Zone verteidigen. Nach einiger Zeit wird die Zusatzregel aufgelöst, sodass es ein freies Spiel gibt.

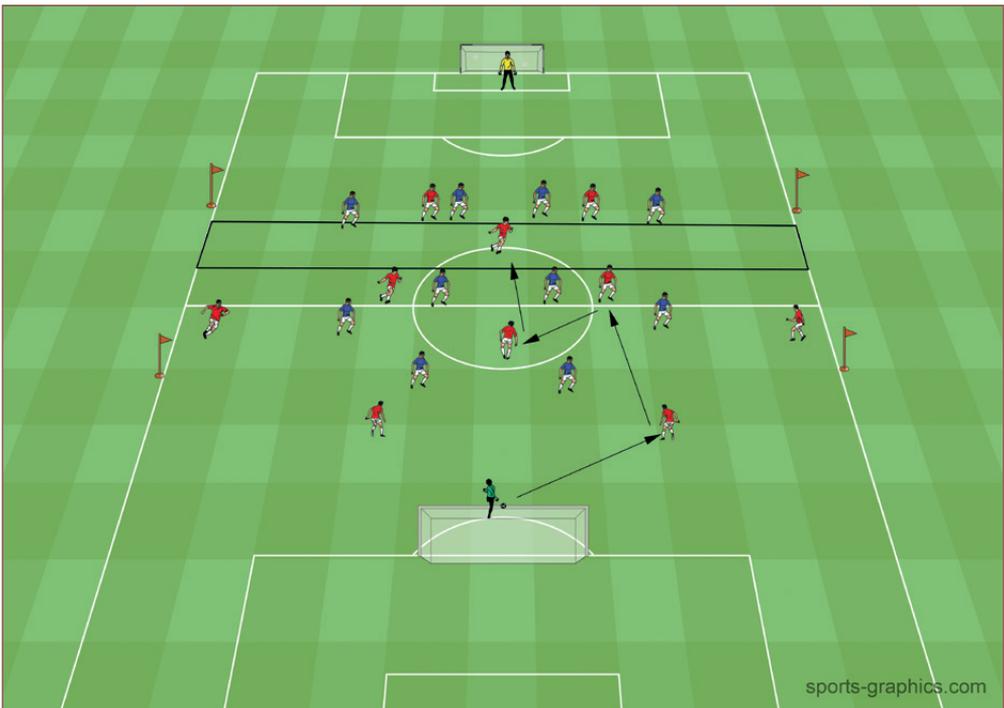


Abbildung 19: Wettspielnahes Training zum Spielaufbau (eigene Darstellung)

#### Methodisch-didaktischer Kommentar:

- » Anhand eines trainerzentrierten Trainings soll die gemeinsame offensive Spielidee verbessert werden.
- » Durch ein explizites Lernen (Coaching) werden die kognitive Wissensbasis und die Handlungsvalenz der Spieler im Spielaufbau verbessert (siehe Entscheiden).
- » Ein taktikorientiertes Training ist nicht effizient zur Erhöhung der individuellen Spielkompetenz (zu geringe Aktionsdichte) aufgrund der Unterbrechung.

