

RESPECT

Jens Luke

SPIELMODELLE ERFOLGREICH ENTWICKELN

— Ein Leitfaden für moderne Taktik-
und Trainingsansätze

- Grundgerüst eines Spielmodells
- Traineridee und moderne Spielstile
- Spielanalysen von Brighton, Fluminense und Liverpool
- Mehr als 50 Trainingsformen

FOTO: PH.FAB / SHUTTERSTOCK.COM

Inhalt

Einleitung.....	6
Grundgerüst eines Spielmodells	7
Schlüsselmomente des Spiels.....	8
Die Traineridee	20
Moderne Spielstile.....	22
Individuelle Spielmodelle entwickeln Trainingspraxis	38
Aufbauzone gegen Angriffspressing	40
2 + 2 gegen 2 – Wechselrondo.....	41
3 gegen 3 auf sechs Minotore im FUNino-Feld.....	42
4 + TW gegen 4 + TW in drei Zonen.....	43
5 + TW gegen 5 + TW – Andribbeln.....	44
5 + TW gegen 5 + TW in der Sanduhr.....	45
6 + TW gegen 4 in zwei Hälften	46
Aufbau-/ Übergangzone gegen Mittelfeldpressing.....	48
3 + 1 gegen 1 – Locken und Schocken	49
3 gegen 2 – Aufbau im Dreifarbenspiel	50
7 + 1 gegen 7 + 1 in der Halbspur.....	51
11 gegen 6 in die Übergangzone	52
5 gegen 2 auf 10 gegen 7	53
8 + TW gegen 6 + TW mit Mittelfeldbox.....	54
Abschlusszone gegen Abwehrpressing.....	56
2 gegen 1 - Torschuss unter Zeitdruck	57
2 + 1 gegen 1 auf 4 gegen 2 – Mehrfachaktion.....	58
3 gegen 2 – Vier Viertel und zwei Richtungen.....	59
Vom 2 gegen 1 zum 3 gegen 2	60
Winner stays	61

Angriffspressing gegen Aufbauzone 62

2 gegen 2 in drei Zonen - Jagen.....	63
2 gegen 3 - Pressing.....	64
2 gegen 3 - Isolieren und Duelle suchen	65
3 gegen 4 - Isolieren und Duelle suchen	66
4 gegen 1 Rondo in zwei Feldern - Auf dem Sprung sein.....	67
4 gegen 2 - Durchlaufen.....	68
4 gegen 2 auf 3 gegen 1 - Wettbewerb	69

Mittelfeldpressing gegen Übergangszone 70

4 gegen 2 - Ball beschützen.....	71
4 gegen 2 - Reihen verteidigen.....	72
4 gegen 4 - Reihen verteidigen.....	73
4 gegen 4 - Reihen verteidigen auf Minitore	74
4 gegen 4 - Mittellinie.....	75
4 + 4 gegen 4 - Zonenspiel	76

Abwehrpressing gegen Abschlusszone 78

1 gegen 1 - Blocken in drei Zonen.....	79
1 gegen 1 in die Box.....	80
2 gegen 2 - Gegner im Rücken plus Flanke.....	81
5 + TW + 2 gegen 5 + TW - Abwehrpressing und Boxverteidigung	82

Gegenpressing überspielen 84

1 gegen 3 - Dribbelwettbewerb	85
1 gegen 3 - freies Tor finden	86
5 gegen 3 auf 5 gegen 3 mit Minitoren	87
4 gegen 4 in diagonalen Feldern.....	88
Vom 4 gegen 2 zum 6 gegen 4	89
4 gegen 4 + 4 im Kreis.....	90
4 gegen 4 + 3 - mit Felderwechsel	91

Dynamik entwickeln und letzte Linie überspielen	92
2 gegen 1- Umschaltspiel	93
2 gegen 1- Umschalten mit Gegner- und Zeitdruck	94
Wechselndes 3 gegen 2	95
3 gegen 2 – beidseitig	96
2 gegen 1 auf 5 gegen 5	97
6 gegen 6 – mit erweiterten Zonen	98
Torchancen kreieren und verwerten.....	100
1 gegen 1 – Torschuss-Wettbewerb.....	101
2 gegen 1 + TW in zwei Feldern.....	102
2 + 2 + 2 gegen 2 – Goldene Zone	103
2 gegen 1 auf 3 gegen 2 in den Strafraum	104
Zusammenfassung und Ausblick	106
Über den Autor	108
Jens Luke.....	109

11 gegen 6 in die Übergangszone



ORGANISATION/ABLAUF

Vor und hinter der Mittellinie werden Zonen entsprechend der Abbildung aufgebaut. Etwa 20 Meter vor dem Tor wird eine Viererkette mit Dummies gebildet. Die Spieler werden in ihre Position eingeteilt. In der ersten Zone wird 3 gegen 2 gespielt. Aus dieser Zone versuchen die Angreifer über ihre Sechser oder mittels Schnittstellenpässe flach in die Übergangszone zu kombinieren. Gewinnen die Verteidiger den Ball kontern sie auf die Minitorre. Die Angreifer versuchen nach dem Überspielen eine Torchance herauszuspielen. Die Verteidiger dürfen nachrücken, sobald sie überspielt wurden.

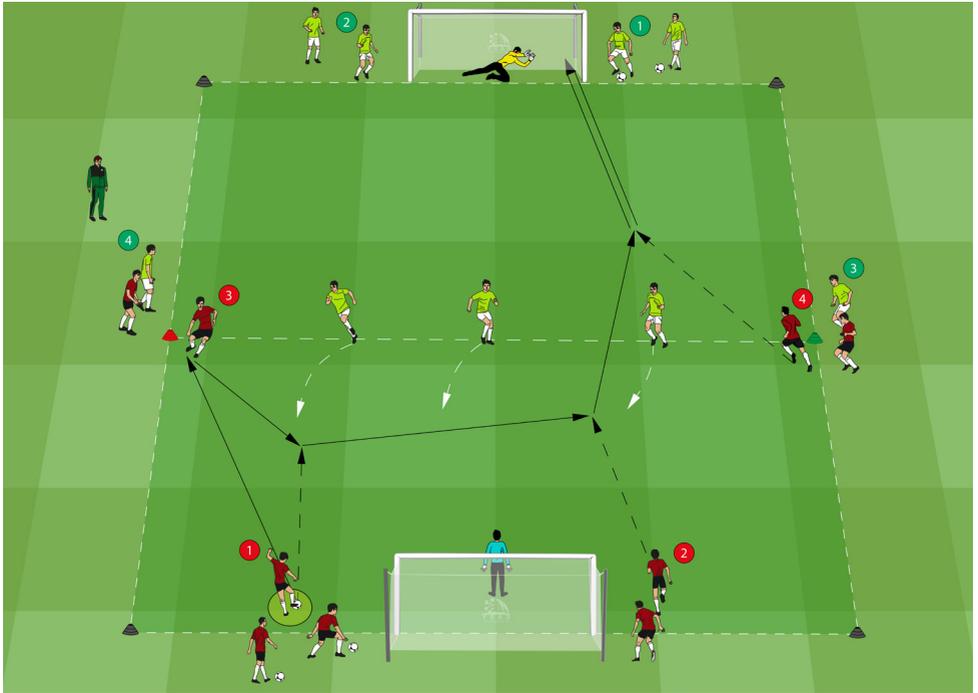
COACHING

- Enger Spielaufbau in der 3-2 Struktur.
- In der Übergangszone bieten sich die Spieler auf Lücke an.
- Präzises Passspiel in den Vorfuß.

VARIATION

- Einzelne Positionen der Viererkette mit aktiven Gegenspielern ersetzen.

3 gegen 4 – Isolieren und Duelle suchen



ORGANISATION/ABLAUF

Das Spielfeld wie abgebildet in zwei Hälften unterteilen und mit Hütchen kennzeichnen. Es wird auf zwei Großtore mit Torhüter gespielt. Der rote Spieler (1) spielt einen Pass zu seinem Mitspieler (3). Dieser Spieler muss mit einem Kontakt klatschen lassen oder mit dem zweiten Kontakt spielen. Zusammen mit ihren Mitspielern (2 und 4) spielen die Roten 4 gegen 3 gegen die drei grünen Verteidiger. Nach erfolgtem Torabschluss bleiben drei rote Spieler stehen und drei grüne Spieler starten in die neue Aktion.

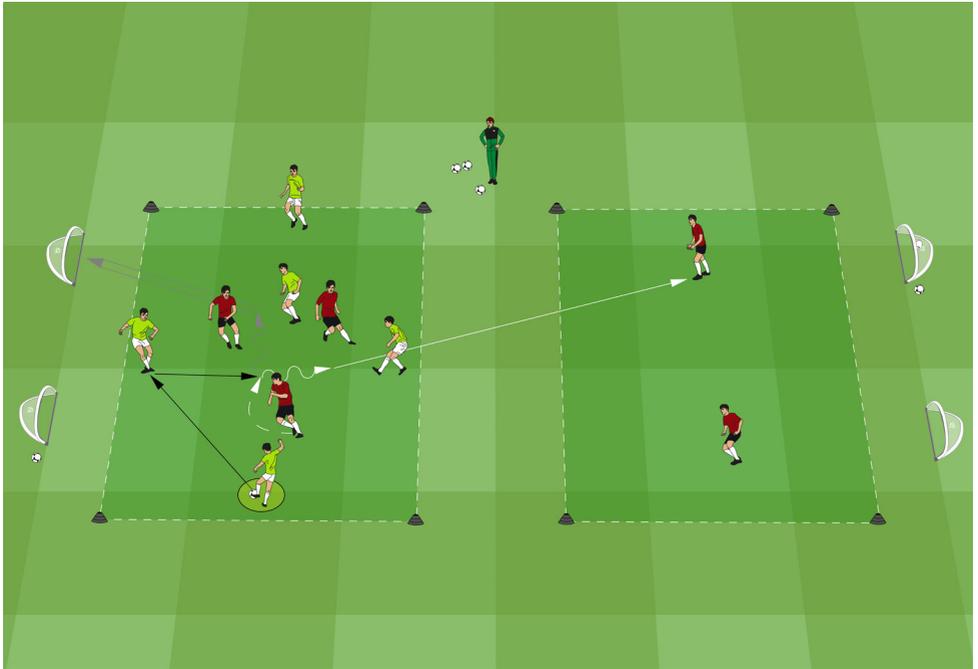
COACHING

- Isolieren und eine kurzzeitige Gleichzahl herstellen.
- Intensiv an- und durchlaufen.

VARIATION

- Vorherige Seite.

5 gegen 3 auf 5 gegen 3 mit Miniretoren



ORGANISATION/ABLAUF

Zwei Felder entsprechend der Abbildung markieren und vier Miniretoren aufstellen. Im Feld der grünen Mannschaft wird 5 gegen 3 gespielt. Grün erhält einen Punkt für 10 Pässe am Stück. Rot spielt nach Ballgewinn entweder auf die Miniretoren oder verlagert in ihr Feld. Dort können sie im erneuten 5 gegen 3 einen Punkt für 10 Pässe am Stück erhalten.

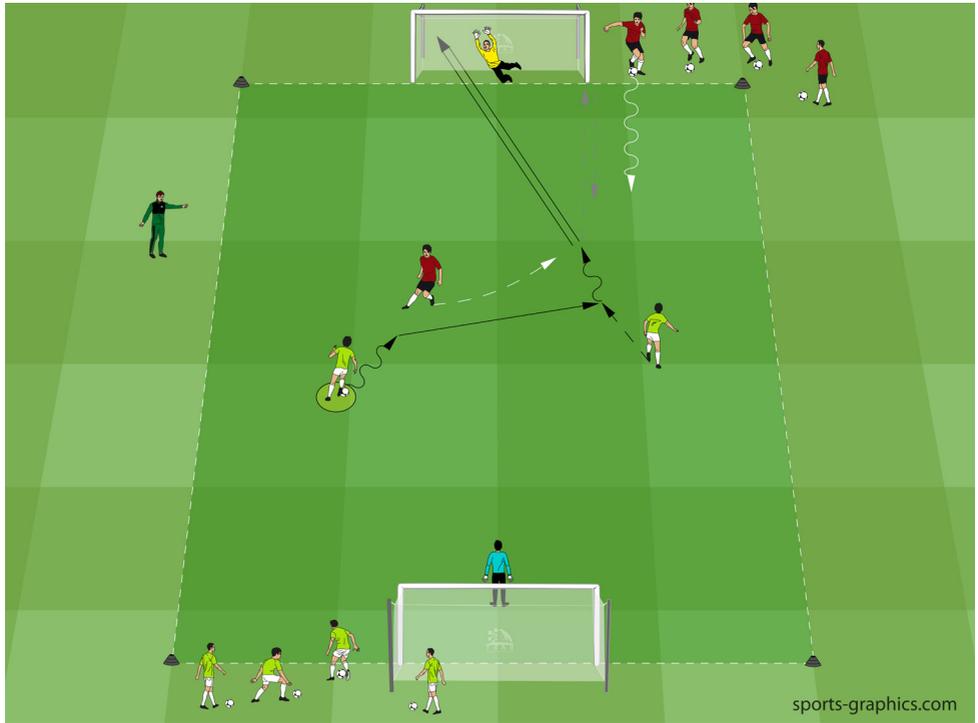
COACHING

- Intensiv an- und durchlaufen.
- Pressingauslöser nutzen.
- Druck aufbauen.
- Mitspieler sichern.
- Nach Ballgewinn schnellstmöglich freie Räume erkennen.

VARIATION

- 4 gegen 2 oder 6 gegen 3 mit angepasster Spielfeldgröße.

2 gegen 1- Umschaltspiel



sports-graphics.com

ORGANISATION/ABLAUF

Im abgebildeten Feld spielen die Grünen 2 gegen 1 gegen den roten Spieler (Aktion 1). Nach dem Torabschluss fordert der rote Spieler ein Zuspiel seines Mitspielers. Die Angreifer verlassen das Feld und ein neuer grüner Spieler kommt als Verteidiger ins Feld. Nach dem Wandspiel greift Rot gegen den neuen Verteidiger an (Aktion 2).

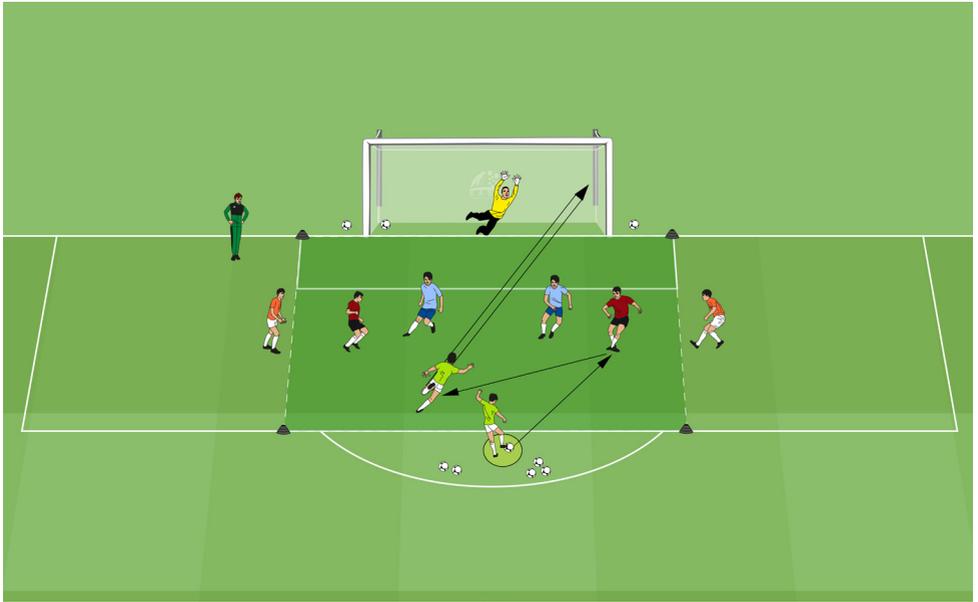
COACHING

- Tempo.
- Kommunikation.
- Umschaltverhalten.

VARIATIONEN

- Aktion 2 startet von der anderen Torseite.
- Mit einem Zeitlimit spielen.

2 + 2 + 2 gegen 2 – Goldene Zone



ORGANISATION/ABLAUF

Den 5m- Raum bis zum 16er als Spielfeld markieren. Die roten Angreifer spielen zusammen mit Grün und Orange auf das Großtor mit Torhüter. Ein grüner Spieler positioniert sich im Feld, während der andere am Balldepot als Zuspeler fungiert. Nur bei Torerfolg bekommt das angreifende Team einen neuen Ball vom Spieler am Balldepot. Nach Balleroberung von Rot müssen diese zunächst mit dem Anspieler kombinieren, bevor sie selbst auf das Großtor angreifen dürfen. Nach jeweils fünf bis acht Aktionen wechseln alle Beteiligten die Aufgaben. Welches Team erzielt die meisten Treffer?

COACHING

- In den Rücken des Abwehrspielers laufen.
- Erster Kontakt zum Tor.
- Ein Kontakt Abschluss.
- Zwei Kontakte Abschluss.

VARIATION

- Mit vier seitlichen Spielern und Kontaktbegrenzungen.