



QR-Code mit dem Smartphone scannen und Video ansehen

Prof. Dr. Dr. Matthias Lochmann | Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg

Wettkampfsystem 4.0 – Der Spielbetrieb als Motor zur Talententwicklung

Matthias Lochmann stellt dar, warum alleine schon aufgrund des Wettkampfsystems im Kinder- und Jugendfußball zu wenig Talente adäquat entwickelt werden. Er fordert eine radikale Neuausrichtung der Organisation des Spielbetriebes.

Problem

Aktuell sind im DFB von ca. acht Millionen aktiven Mitgliedern etwa zwei Millionen Kinder und Jugendliche im Spielbetrieb. Aus dieser riesigen Basis werden im Laufe der Ausbildungsjahre die Top-Talente bis hin zur Nationalmannschaft geschöpft, aber auch zukünftige Trainer und Betreuer im Kinderfußball sowie TV-Konsumenten und Stadionbesucher. Allerdings kommen bei Weitem nicht so viele Talente für höhere Leistungsebenen in Betracht, wie es sein könnte: Wir engen diese Basis unnötig ein! Aufgrund struktureller Mängel des Spielbetriebes werden weit weniger Talente in ihrer Entwicklung gefördert, als möglich.

Ungleichbehandlung im Kinderfußball

Die international seit vielen Jahren nicht mehr wettbewerbsfähige Struktur offenbart sich im „Relative Age Effect (RAE)“, gigantischen Drop Out-Raten und in einer geringen Ausbildungseffizienz und -effektivität, der in Deutschland spielenden Kinder und Jugendlichen (Votteler/ Höner 2017, [4]). Ein exemplarischer Blick auf den RAE zeigt, wie stark die Ungleichbehandlung im deutschen System strukturell verankert ist. Zwischen 70-80% der Spieler in den DFB-Stützpunkten, den Nachwuchsleistungszentren und den Jugendnational-

mannschaften ab der U15 aufwärts sind in der ersten Jahreshälfte geboren. Der Grund hierfür liegt in der systematischen Ungleichbehandlung von Kindern und Jugendlichen, die in unterschiedlichen Abschnitten des Jahres geboren sind. Diese Ungleichbehandlung erstreckt sich aber nicht nur auf das relative Alter, sondern sie existiert auch hinsichtlich des Körpergewichts, hinsichtlich des Geschlechts und hinsichtlich der allgemeinen Beitragsfähigkeit zum Spielegewinnen. In der zweiten Jahreshälfte geborene Kinder, Kinder mit Übergewicht, Mädchen und Fußballanfänger erhalten systematisch weniger Einsatzzeiten in der klassischen Organisationsform des Spielbetriebes.

Verhaltensbezogene Appelle sind unwirksam

Appelle an die Trainer und Betreuer über Kampagnen und in der Trainerausbildung ([13]) verpuffen seit Jahren in ihrer Wirkung. Dies verwundert kaum, denn die mangelnde Wirksamkeit verhaltensbezogener Appelle ist bestens aus der Medizin bekannt. Erschwerend hinzu kommt, dass die seit Jahrzehnten existierenden strukturellen Schwächen der Organisation des Spielbetriebes sogar ein Anreizsystem darstellen, dass negatives Verhalten vieler Eltern, Trainer und Betreuer begünstigt ([1], [2], [4], [6]). Erst dann, wenn diese strukturellen Schwä-

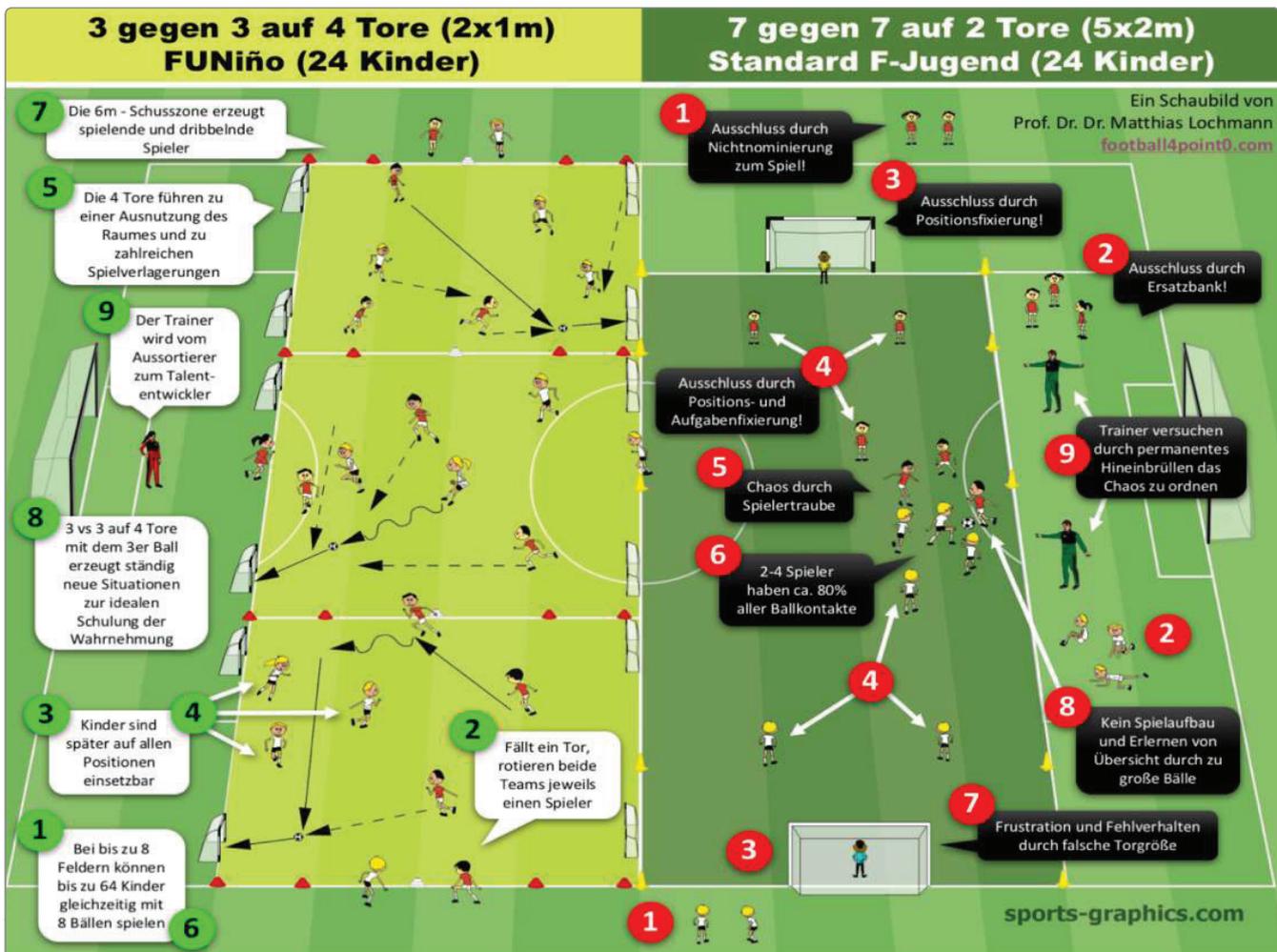


Abbildung 1: FUNiño versus 7-gegen-7

Die Abbildung zeigt, wie auf annähernd gleichen räumlichen Verhältnissen mit einer veränderten Nutzung von Leibchen, Toren, Bällen und Hütchen wesentlich effizientere Nutzungsmöglichkeiten vorhandener Spielflächen für ausbildungsfördernde Maßnahmen umgesetzt werden können.

chen beseitigt werden, ist zu erwarten, dass die systematische Ungleichbehandlung aufhört, der REA deutlich zurückgeht, die Drop Out-Raten im Kinderfußball sinken und die Ausbildungseffizienz auf allen Leistungsebenen deutlich ansteigt. Hierzu ist allerdings eine radikale Reform der Organisation des Spielbetriebes in Deutschland notwendig (Lochmann 2016).

Der Ist-Zustand im Kinderfußball

Bis auf wenige Ausnahmen ist das durchgängige Format für die Organisation des Spielbetriebes von den G-Junioren bis zu den E-Junioren bestimmt durch das Spiel 7-gegen-7. Umgesetzt wird der Spielbetrieb in der Regel durch bilaterale Begegnungen, das heißt Verein A spielt gegen Verein B in einem Hin- und Rückspiel auf einem 20x30m großen Feld bei den G-Junioren und einem 30x50m großen Feld bei den F-Junioren. In allen Fällen kommt das 5x2m große Kleinfeldtor zum Einsatz. Ab der E-Jugend werden Ergebnisse gemeldet und in Form einer Tabelle im Internet veröffentlicht.

Eine Auszählung von über 500 Ergebnissen der E-Jugendspiele offenbart, dass ca. 40-50% der Spiele mit einem Ergebnisunterschied von vier oder mehr Toren enden. Bei den unterlegenen Teams bilden wir auf diese Weise eine „Loosermentalität“ aus, bei den Gewinnerteams züchten wir Überheblichkeit. Dort wo seitens des Verbandes bewusst keine Tabellen geführt werden, werden Sie häufig verdeckt von den Trainern und Betreuern selbst geführt.

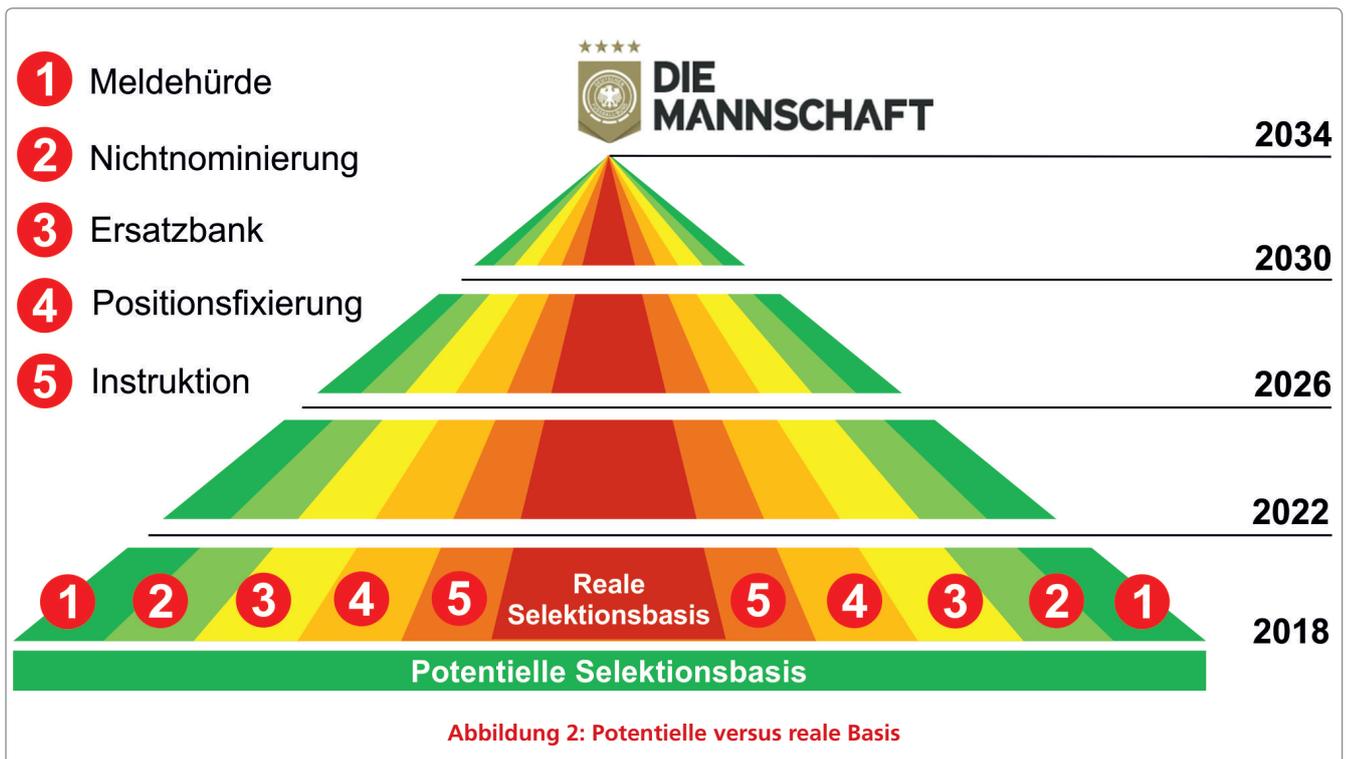
Doch warum schadet dieser Organisationsrahmen nun den Kindern, den Trainern, den Vereinen und dem Verband? Um diese Frage zu beantworten, muss man eine logische Analyse der Struktur der Organisation des Spielbetriebes vornehmen und dort wo es die Datenbasis ermöglicht, die Befunde empirisch statistisch stützen (Akdag 2016). Folgende Strukturmerkmale stellen Partizipationshindernisse im Kinderfußball dar, welche sich negativ auf die bewegungsbezogene Gesundheits- und Leistungsförderung zahlreicher Kinder auswirken (Lochmann 2016):

1. Meldehürde

In ländlichen Regionen schaffen es viele Vereine nicht, ausreichend Kinder für ein 7-gegen-7 in einem Jahrgang aufzubringen. Denn es müssen etwa zwölf bis 14 Kinder zur Verfügung stehen, um trotz Krankheit, Urlaub und anderer Absagegründe jederzeit eine Mannschaft stellen zu können, überall dort wo 7-gegen-7 angeboten wird. Schafft ein Verein dies nicht, drohen Spielabsagen, bzw. gar nicht erst die Meldung zum Spielbetrieb sowie der häufig ungeliebte Zwang zu einer Spielgemeinschaft.

2. Nichtnominierung

In den Städten stehen dagegen häufig so viele Kinder zur Verfügung, so dass aus der Trainingsgruppe mit knapp 15 bis 20 Kindern nur zehn bis elf Spieler zum Spiel mitkommen dürfen. Die nicht nominierten Kinder erhalten dadurch



überdurchschnittlich weniger Spielzeit. Die dann naheliegende Gründung einer zweiten Mannschaft scheidet allerdings häufig daran, dass dafür nun wiederum zu wenig Kinder und Betreuer vorhanden sind, um für den Spielbetrieb zu melden (Abb. 1, S. 47, rechts, Punkt 1).

3. Ersatzbank

Werden zehn Kinder zu einem 7-gegen-7-Spiel mitgenommen, „schmoren“ ständig 3 Kinder auf der Ersatzbank. Im besten Falle sorgen die Trainer und Betreuer für eine systematische Rotation der Kinder, in den meisten Fällen werden die Spielzeitanteile jedoch so auf die Kinder verteilt, dass das Mannschaftsergebnis optimiert wird und nicht die Ausbildungsziele des Individuums (Abb. 1, rechts, Punkt 2).

4. Positionsfixierung

Kinder, die nur im Tor oder nur hinten stehen müssen und auf den Ball warten, um ihn dann wegzuschlagen, partizipieren viel zu wenig am Spielfluss und können somit nicht ausreichend Spielerfahrungen sammeln (Agdag 2016). Das ist für jede Person mit sportfachlichem Hintergrund sofort per Augenschein evident. Überdies lässt die empirisch statistische Vermessung der physischen Beanspruchung sowie die Anzahl der Aktionen, denen Kinder auf unterschiedlichen Positionen im Kinderfußball ausgesetzt sind (Akdag 2016), überhaupt keinen Zweifel daran, dass die Positionsfixierung im 7-gegen-7 eine ausbildungsschädliche Wirkung für viele Kinder entfaltet, die diesem Format ausgesetzt sind (Abb. 1, S. 47, rechts, Punkt 3 & 4).

5. Instruktion

Die fast in jedem Spiel zu hörenden und zu sehenden Trainerkommandos verhindern das eigenständige Entscheiden der Kinder und führen damit zum sogenannten „Mehmet Scholl-Effekt“ ([6], [8]). Dieser Effekt besagt, dass Kinder kaum noch lernen 1-gegen-1 zu spielen, da sie durch ihr Umfeld (Trainer, Betreuer, Eltern) ständig dazu instruiert werden den Ball zu spielen. Nicht nur die Ausbildung der 1-gegen-1-Kompetenz leidet unter der Instruktion, sondern auch die gesamte Entscheidungskompetenz junger Sportspieler wird mangelhaft ausgebildet [8].

Reduktion der Selektionsbasis, Verlust von Ehrenamt & Fans
Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass, verursacht durch die Strukturmerkmale (1) Meldehürde, (2) Nichtnominierung, (3) Ersatzbank, (4) Positionsfixierung und (5) den „Mehmet Scholl-Effekt“ von den optimalerweise verfügbaren Talenten nur noch ein Bruchteil übrig bleibt, der über die Voraussetzungen verfügt einer Hochleistungsförderung zugeführt werden zu können.

Darüber hinaus ist zu erwarten, dass diejenigen, die auf Grund ihrer unnötigerweise negativen Erfahrungen im Kontext von Fußball mit dem Sport brechen, später weder als Kindertrainer, noch als TV-Konsument oder begeisterter Stadionbesucher in Erscheinung treten (Abb. 2).

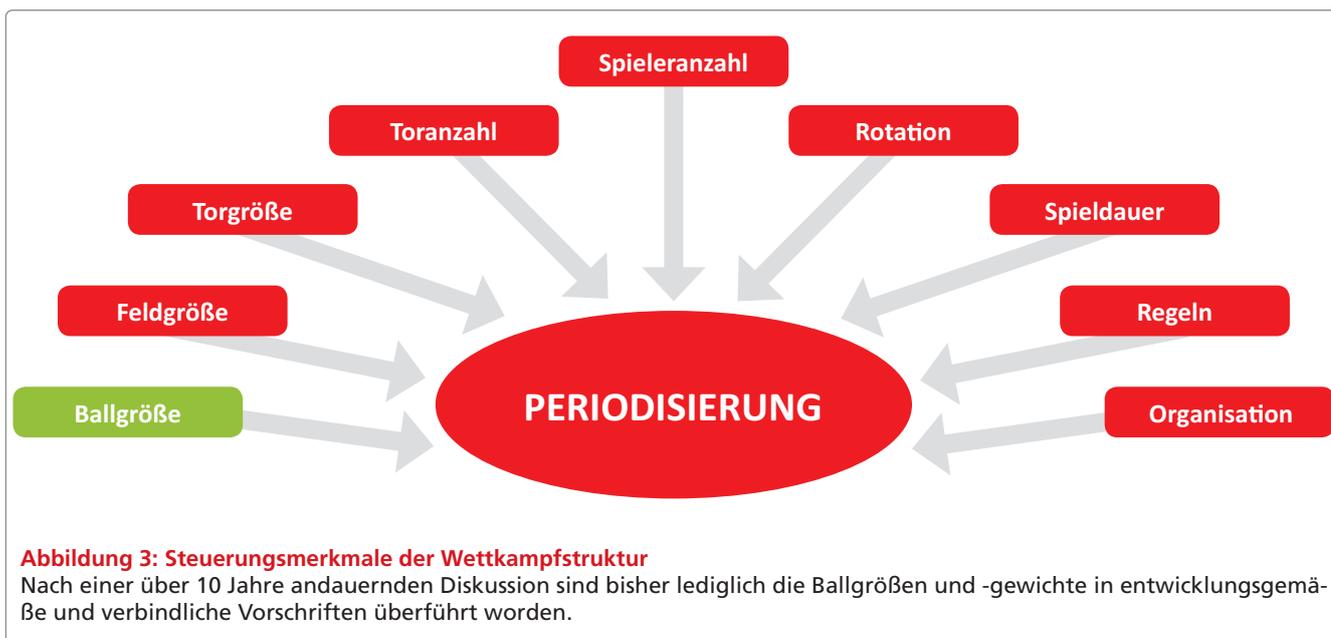
Nachfolgend wird dargelegt, wie die oben skizzierten Probleme im Rahmen von mehreren Pilotprojekten adressiert wurden und welche Lösungen erfolgreich in der Praxis lokal in Erlangen, Hannover, Berlin, München, Köln und vielen weiteren Orten in Deutschland implementiert wurden (<https://www.facebook.com/FUNino4.0>).

Wettkampfsystem 4.0: Turniere in Kleinformaten und digitalisierte Organisation

Wie können nun die Probleme der konventionellen Organisation des Spielbetriebes und ihre negativen Auswirkungen auf die Quantität und Qualität an Talenten und die bewegungsbezogene Gesundheitsförderung aller spielenden Kinder behoben werden? Die Antworten und die daraus abzuleitenden Maßnahmen für die Praxis sind denkbar einfach. Sie ergeben sich aus einer Reihe simpler Forderungen und einer systematischen Betrachtung der Steuerungsmerkmale der Wettkampfsstruktur.

Die zentralen Forderungen an die Organisationsformen des Spielbetriebes der Zukunft wurden von uns 2015 auf der Jahrestagung „Fußball 4.0“ der dvs-Kommission Fußball erstmals formuliert (Lochmann 2015c):

1. Der Spielbetrieb muss so organisiert werden, dass alle Kinder die gleichen und maximale Einsatzzeiten erhalten!
2. Alle Kinder lernen Angriffsverhalten.
3. Alle Kinder lernen Abwehrverhalten.
4. Alle Kinder erhalten eine optimal gesundheitsförderliche Dosis an Bewegung.



5. Alle Kinder erhalten ein optimal hohes Maß an Aktionen (Pässe, Schüsse, Dribblings, etc.).
6. Alle Kinder lernen auf unterschiedlichen Positionen zu spielen (Feldspieler & Torspieler).
7. Alle Kinder lernen sportspielrelevante Entscheidungen selbst zu treffen.

Die Steuerungsmerkmale der Wettkampfstruktur, mit denen diese Forderungen in der Praxis umgesetzt werden können, sind in obiger Grafik (Abb. 3) dargestellt. Diese Steuerungsmerkmale sind vertikal und horizontal zu periodisieren.

Vertikale Periodisierung: Anpassung des Wettkampfsystems an die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen

Die vertikale Periodisierung bezieht sich auf den Altersgang innerhalb der Ausbildung von Kindern und Jugendlichen (Tab. 1). Konkret bedeutet dies, dass von der U6 bis zur U15 die Steuerungsmerkmale unterschiedlich eingestellt werden müssen. Das Hauptkriterium für die Einstellung der Merkmale ist der psycho-physische Entwicklungsgang des Menschen. Das System wird dem heranwachsenden Kind angepasst und nicht wie bisher das Kind dem strukturell mangelhaften System.

Horizontale Periodisierung: Anpassung der Herausforderungen innerhalb eines Ausbildungsjahres

Die horizontale Periodisierung bezieht sich auf die zeitliche Änderung der Steuerungsmerkmale innerhalb eines Ausbildungsjahres (Abb. 7). Hier zeigt sich, dass eine quartalsweise Änderung der Basisspielform im Wettkampf (Abb. 7) automatisch zu einer Anpassung des Trainingsbetriebes in Richtung dieser Spielform führt. Das periodisierte Wettkampfsystem wird zum Motor eines periodisierten Trainingsbetriebes. Der Wettkampfkalender mit seinen quartalsweise leicht modifizierten Spielformen wird zum Fortbildungssystem für im Kinderfußball engagierte Menschen.

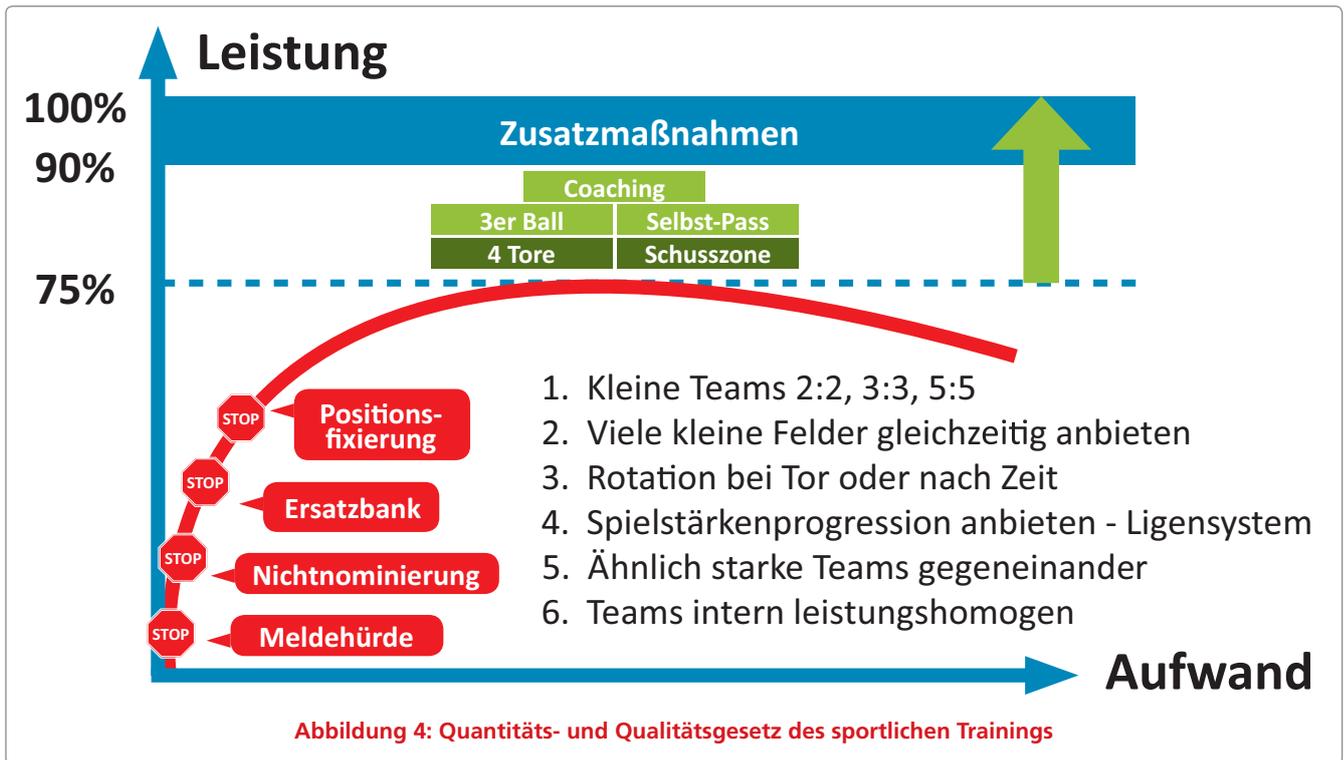
Erkenntnisse aus Pilotprojekten: Sehr praxistauglich!

Am Beispiel der F-Jugend (U8/U9) wird nachfolgend nur ausschnittsweise dargelegt, wie die strukturellen Defizite Meldehürde, Nichtnominierung, Ersatzbank und Positionsfixierung mit wenigen Maßnahmen im Rahmen unserer seit 2015 durchgeführten Pilotprojekte beseitigt wurden ([1], [2]).

» **Maßnahme 1** ist, dass Mannschaften ab einem Umfang von 3-5 Kindern am Spielbetrieb im Modus 3-gegen-3 teilneh-

Merkmal	U6 und U7	U8 und U9	U10 und U11	U12 und U13	U14	U15
Ballgröße	3	3	4	4	5	5
Feldgröße in m	16 x 20	28 x 22	40 x 25	55 x 40	70 x 60	100 x 60
Torggröße in m	2 x 1	2 x 1	5 x 2 oder 2 x 1	6 x 2	7,32 x 2,44	7,32 x 2,44
Toranzahl	4	4	2 oder 4	2	2	2
Spieranzahl	2	3	5	7	9	11
Rotation	1 pro Team bei Tor	1 pro Team bei Tor	2 pro Team/3 min.	3 nach 20 min.	4 nach 20 min.	5 nach 20 min.
Spieldauer	7 x 5 min.	7 x 7 min.	6 x 10 min.	3 x 20 min.	3 x 20 min.	3 x 25 min.
Regelsystem	8m Schusszone Selbstpass	6m Schusszone Selbstpass	Tore ab 20m Selbstpass	Abseitslinie Selbstpass	Selbstpass	Selbstpass
Organisation	Festival 3-12 Felder Auf- und Abstieg Hammes Modell Ananas-Modus	Festival 3-10 Felder Auf- und Abstieg Hammes Modell Ananas-Modus	Festival 3-6 Felder Auf- und Abstieg Hammes Modell Ananas-Modus	Festival 2-3 Felder Auf und Abstieg Hammes Modell Ananas-Modus	Bilateral 1 Feld Alle Rotations- spieler nach jedem Drittel rein	Bilateral 1 Feld Alle Rotations- spieler nach jedem Drittel rein

Tabelle 1: Optimale vertikale Periodisierung über den Ausbildungsgang



men dürfen. Damit wird die Meldehürde auf drei verfügbare Kinder gesenkt und insbesondere strukturschwachen Vereinen aus ländlichen Regionen die Teilnahme am Spielbetrieb erheblich vereinfacht. Weiterhin wird durch das Absenken der Spielerzahl auf drei Spieler pro Team die Fixierung auf feste Spielpositionen drastisch gemindert.

» **Maßnahme 2** ist, dass so viele kleine Spielfelder der Größe 28x22m wie möglich aufgebaut und gleichzeitig bespielt werden. In Verbindung mit Maßnahme 1 ermöglicht dies Vereinen aus eher städtisch geprägten Gebieten, mit sehr vielen Kindern, auch mit mehreren Teams antreten zu können. Dies beseitigt auf einen Schlag Nichtnominierungseffekte und die Ersatzbankproblematik.

» **Maßnahme 3** ist, die Rotation des Rotationsspielers in beiden Mannschaften, sobald ein Tor fällt, spätestens jedoch nach zwei Minuten. Durch diese Maßnahme kommt es zu einer Gleichverteilung der Spielzeit für alle Kinder unabhängig vom Alter, Geschlecht, Körpergewicht und Könnensstand.

» **Maßnahme 4** ist die Verzahnung der acht bis zehn Spielfelder durch Auf- und Abstieg im Sinne eines Ligensystems. Dies führt dazu, dass das gewinnen Wollen weiterhin einen angemessenen hohen Stellenwert besitzt, in Verbindung mit Maßnahme 1 bis 3, dies jedoch nicht dazu führt, dass Kinder von der Teilhabe am Fußballspiel ausgeschlossen werden. Dies zeigt auch, dass das System als Ganzes gedacht werden muss, um seine zahlreichen Vorteile voll entfalten zu können.

» **Maßnahme 5** ist die Paarung von Teams ähnlicher Leistungstärke in der Startformation eines Festivals. Hierdurch wird erreicht, dass die Spiele stets mit einer geringen Ergebnisdifferenz ausgehen, was zu einer optimalen Motivationslage der Teams über das gesamte Festival hinweg führt. Dies gelingt am besten, wenn die Teams durch ihre Trainer und Betreuer derart zusammengestellt werden, dass sie intern möglichst leistungshomogen sind und die Spielstärke des Teams auf einer Skala von 1 bis 6 vorab eingeschätzt wird (1 = Anfänger, ..., 6 = Topspieler). Die technische Umsetzung der Anmeldung, Teameinteilung, Spielstärkenbestimmung und Festivaldurchführung gelingt elegant mit digitalisierten Planungswerkzeugen. Ein Beispiel hierfür ist die von uns entwickelte Plattform „Kickplan“ (www.kickplan.de), die derzeit von der Hannover 96 Fußballschule umfassend genutzt wird.

Pilotprojekte: Leistungsreserven werden ausgeschöpft

Die Maßnahmen 1-5 zeigen wie die Leistungsfähigkeit von Höchstleistern weiter gesteigert werden kann und zusätzlich die Leistungsfähigkeit von bisher benachteiligten Kindern an jene der aktuellen Höchstleister herangeführt werden kann. Die Begründung hierfür liefert das Quantitätsgesetz des sportlichen Trainings, welches besagt, dass mit steigender Leistungsfähigkeit immer mehr Aufwand erforderlich wird, um zunehmend geringer werdende Leistungszugewinne zu erzielen (rote Kurve in Abb. 4).

Den durch höhere Trainingsumfänge nicht ausgeschöpften Teil der möglichen Leistung eines Individuums bezeichnet man als Leistungsreserve (grüner Pfeil in Abb. 4). Ein erheblicher Teil der Leistungsreserve kann durch die Steigerung der Trainingsqualität mobilisiert werden. Hierzu ist fundiertes Wissen über jene leistungsbestimmenden Bereiche notwendig, die wissenschaftlich am wenigsten gut systematisiert sind. Hierzu gehören insbesondere mentale Leistungsvoraussetzungen, die dem Bereich der Spielintelligenz zuzuordnen sind. Als spielintelligent werden die Spieler bezeichnet, die eine Situation im Sportspiel umfassend wahrnehmen und verstehen können, daraus folgend überwiegend richtige Entscheidungen treffen und deren Ausführung von motorischen Handlungen mit einer hochgradigen Beherrschung von Raum, Zeit und Ball einhergeht (Wein 2016).

4-Phasen-Modell: Leistungsreserve in kognitiven Prozessen

Wahrnehmen und Verstehen sind dem Erleben zuzuordnen, Entscheiden und Ausführen dem Verhalten. Mit steigender Professionalisierung gelingen Spielern mit hoher Spielintelligenz erfolgreiche Sporthandlungen vor dem Hintergrund des 4-Phasen-Modells unter steigenden Druckbedingungen. Da dieser Ansatz die Grundlagen erfolgreichen Handelns im Sportspiel auf einer eher allgemeinen Ebene beschreibt und hierbei auf grundlegende Wissensbestände aus der Psychologie und der Trainingswissenschaft zurück greift, kann er dazu genutzt werden, die Qualität von Handlungen im Sportspiel im Rahmen von diagnostischen Maßnahmen zu beschreiben. Weiterhin eignet sich das hieraus skizzierte Modell (Abb. 5, S. 51) zur Bestimmung von Qualitätsmerkmalen im Bereich der Talentdiagnostik, sowie zur Einschätzung der Qualität

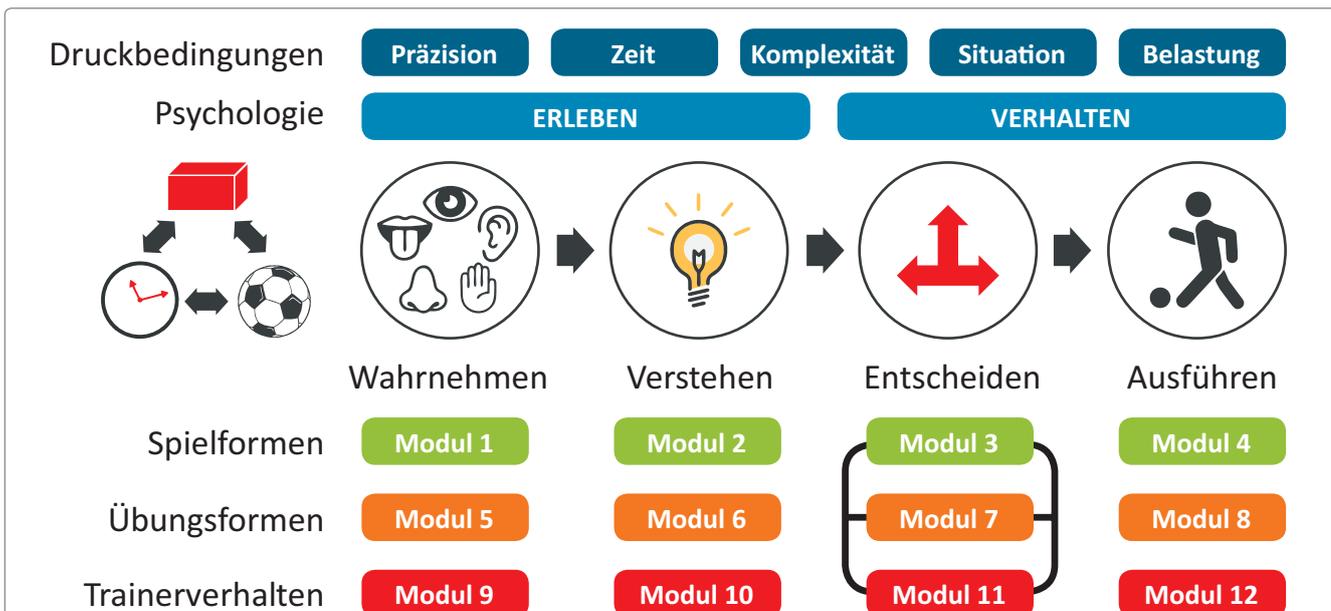


Abbildung 5: Modell der Spielintelligenz

Das in der Abbildung dargestellte 4-Phasenmodell geht von der Struktur einer Handlung aus. Geht man exemplarisch von einer mittlern Dauer von 3 Sekunden für das Durchlaufen der 4 Phasen aus, so ergeben sich in 90 min. Spieldauer ca. 1800 Handlungszyklen pro Spieler und ca. 20.000 pro Mannschaft. Jenes Team, welches die höhere Anzahl an Zyklen positiv durchläuft, besitzt eine höhere Wahrscheinlichkeit das Spiel zu gewinnen.

von Spiel- und Übungsformen sowie des Trainerverhaltens. Der nächste logische Schritt, der sich hieraus ergibt, ist die Konstruktion von Ausbildungsmodulen für eine in die Zukunft gerichtete Ausbildung zum Talententwickler. Lernziele in Modul 1 beschreiben beispielsweise, die Kompetenzen eines Talententwicklers hinsichtlich der Konstruktionsmerkmale von Spielformen, die besonders gut dazu geeignet sind akzentuiert die Wahrnehmung zu schulen. Das Modell kann über die oben dargestellten Anwendungsmöglichkeiten hinaus genutzt werden. Nachfolgend wird gezeigt, wie auf Basis des Modells Entscheidungen hergeleitet werden können, die relevant für eine radikale Neuausrichtung der Organisation des Spielbetriebes im Kinderfußball sind. Oben wurde beschrieben, dass die gravierenden Strukturmängel in der Organisation des Spielbetriebes mit den oben genannten Maßnahmen 1 bis 5 beseitigt werden können. Die Maßnahmen beziehen sich auf den allgemeinen zeitlichen, räumlichen und strukturellen Organisationsrahmen von Festivals im Rahmen des Spielbetriebes auf der Basis allgemeiner Wissensbestände aus der Trainingswissenschaft, Sportmedizin, Sportpsychologie und der Didaktik des Fußballs.

Ideales Format: FUNiño = Minifußball

Abbildung 6 und Tabelle 2 (S. 52) verdeutlichen, weshalb wir uns bei der Wahl der Spielform für das erstmals von Horst Wein 1984 veröffentlichte Spiel „FUNiño = Minifußball“ als Basisspielform unserer Pilotprojekte [11] entschieden haben.

FUNiño-Variante mit Torspieler und horizontaler Periodisierung
 Zusätzlich zur vertikalen Periodisierung sollte eine horizontale Periodisierung erfolgen (Abb. 7, S. 53). Die Umsetzung gelingt indem die grundlegenden räumlichen Dimensionen sowie die Spielzeit und die Ballgröße unverändert bleiben, alle drei Monate jedoch ein zum Basisspiel leicht modifiziertes Spiel in den Wettkampfkalender integriert wird. Abbildung 7 zeigt am Beispiel der F-Junioren, wie in der zweiten Jahreshälfte die Torspielerausbildung in ein typisches Festival integriert werden kann. In den Pilotregionen von Berlin-Brandenburg und

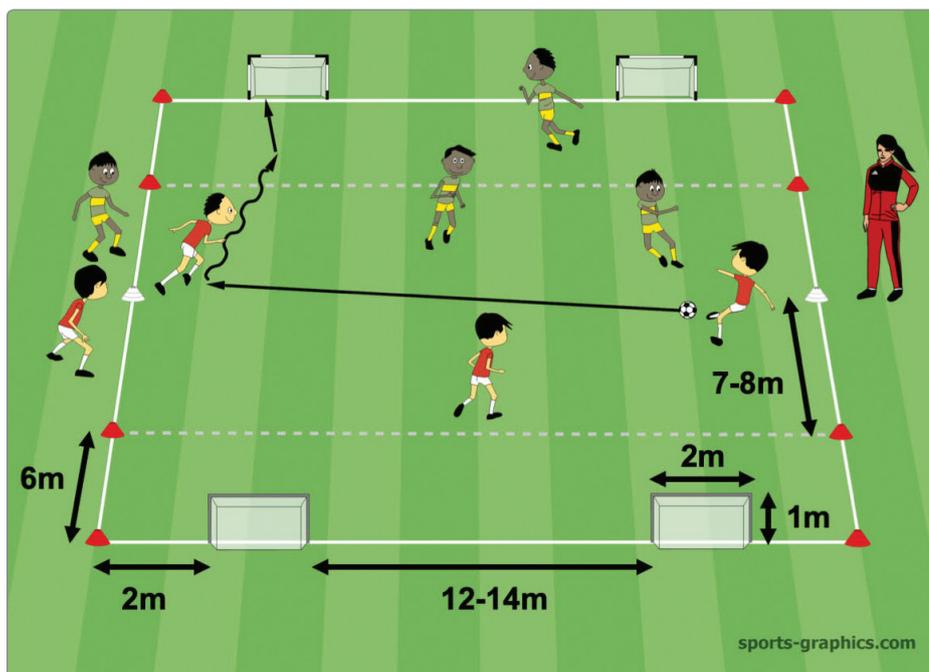


Abbildung 6: FUNiño

Die Abbildung zeigt den grundlegenden räumlichen Aufbau eines Minifußballfeldes mit den dazugehörigen Maßen des Feldes, der Tore und der Spieleranzahl.

Wirkkomponente	Wirkung
3er Ball	Es gibt über 25 Gründe, die für die Nutzung des 3er Leichtball bei G- und F-Junioren sprechen. Die meisten beziehen sich auf die technisch-taktische Entwicklung. Mit dem kleinen und leichten Ball kann jede Stelle des Feldes durch einen Pass erreicht werden. Bei Dribblings gelingt es den Ball schneller zu treiben, so dass ein Pressing nicht immer zum Erfolg der verteidigenden Mannschaft führt. Der kleine und leichte Ball ermöglicht das häufigere Lösen des Blickes vom Ball, so, dass unterschiedliche Spielsituationen besser erkannt und erlernt werden können, etc.
Schusszone	Die Schusszone provoziert verstärkt Dribblings durch die Kinder, später auch das Passspiel in die Tiefe (Packing). Weiterhin strukturiert sie das Spiel in der Tiefe. In Verbindung mit den vier Minitoren erzeugt die Schusszone eine höhere Spielkultur und führt zu einem häufigeren Umsetzen des Balles auf das ideale Schussbein.
2x2 Tore	Zwei Tore im Angriff mit 12-14m Distanz führen zu einer besseren Strukturierung des Spieles in der Breite. Weiterhin verbessern sie massiv die Wahrnehmungsfähigkeit, da Tore und Bälle grundsätzlich einen „Aufmerksamkeitsmagneten“ für Kinder darstellen. Die asymmetrische Kopplung von 2 Toren mit 3 Verteidigern provoziert ständig eine räumlich ungleich gewichtete Deckungsformation. Diese lernt die angreifende Mannschaft auszulesen, was zu schnellen und häufigen Spielverlagerungen führt. Weiterhin sind 2 Tore im Angriff elementar für das instinktive Erlernen von Täuschungsmanövern im Rahmen von Dribblings. Bei Toren der Größe 2x1m fallen ca. 5-6 Tore pro Spieler pro 50 min. Spielzeit.
3 Spieler	3 Spieler ermöglichen die Staffelung des Raumes in der Breite und Tiefe sowie die forcierte Dreiecksbildung. Weiterhin erhöht sich die Ballkontakanzahl massiv gegenüber Teams mit höherer Spieleranzahl. Die geringe Spieleranzahl reduziert den Komplexitätsdruck und führt vor dem Hintergrund der mangelnden Ballbeherrschung in diesem Alter zu mehr gelingenden Situationen und damit zu schnellerem Lernen. Die Kinder prägen durch die zahlreichen positiven Erlebnisse eine höhere Selbstwirksamkeitserwartung aus.
Selbst-Pass	Der Selbst-Pass bei den Spielfortsetzungen „Anstoß, Abstoß, Seitenaus, Freistoß“ als Alternativhandlung zum Zuspield führt dazu, dass die Spieler ständig zwischen mehreren Handlungsalternativen abwägen und entscheiden müssen. Weiterhin lernen die Spieler das Spiel schnell fortzusetzen, was zu einer verbesserten Aufrechterhaltung der Aufmerksamkeit aller beteiligten Spieler führt.
Rotation	Die Rotation für beide Teams, sobald ein Tor fällt, sorgt für gleiche Spielzeiten für alle Kinder, unabhängig vom Alter, Geschlecht, Gewicht und Könnensstand. Sie setzt das von der UNICEF formulierte Kinderrecht auf Gleichheit um [12]. Weiterhin schützt sie die Trainer vor unnötigen Konflikten mit den Kindern und Eltern, denn der Hauptgrund für Konflikte mit Kindern und Eltern stellt im bestehenden System noch immer die ungleichgewichtete Verteilung der Einsatzzeiten der Kinder dar.
Rotations-Ort	Der Rotationsort an der Mittellinie des Feldes ermöglicht es dem Spieler, in Anhängigkeit von der Spielsituation, selbst die Entscheidung zu treffen, ob er sich nach vorne oder hinten im Feld orientiert, sobald er das Feld betritt. Dies führt zu einer besseren Vororientierung auch in den kurzen Phasen der Zeiten in der Rotationszone.
Keine Instruktion	Das Unterbinden von Handlungsanweisungen wie „Spiel ab!, Lauf!, geh nach links!“, etc. ermöglicht es dem Spieler über „Trial and Error“ selbst zu lernen welche Entscheidungen richtig und falsch sind. Weiterhin verhindert es die Ausbildung des „Mehmet Scholl-Effektes“ im Kinderfußball.

Tabelle 2: Wirkkomponenten der grundlegenden Regeln des Minifußballs

Die Tabelle beschreibt die grundlegenden Wirkkomponenten des Minifußballs in Bezug zu 4-Phasenmodell zur Entwicklung der Spielintelligenz im Fußball.

Erlangen werden seit einem Jahr die acht üblichen FUNiño-Felder derart verwendet, dass in Feld 1 bis 4 das Torspieler-Spiel mit vier Toren gespielt wird. In diesem Spiel wird eines der drei Kinder zum Torspieler. Der Torspieler darf den Ball in der Schusszone in die Hand nehmen und den Angreifern wird erlaubt ab der Mittellinie zu schießen. Der Torspieler nimmt nicht an der Rotation teil, seine Rolle muss aber in jedem der 7x7 Spiele von einem anderen Spieler eingenommen werden. Die Torspieler werden in diesem Spiel zum Hauptdarsteller, da sie blitzschnell zwischen den beiden zu verteidigenden Toren pendeln müssen um die Tore erfolgreich verteidigen zu können. Weiterhin bilden die Torspieler ein sehr gutes Antizipationsvermögen aus, da die Angreifer ja bereits ab der Mittellinie schießen dürfen und die Tore nur dann erfolgreich zu verteidigen sind, wenn eine gedankliche Vorwegnahme der Handlung des Angreifers erfolgt. Ein weiterer Vorteil des Torspieler-Spiels ist, dass die Anforderung an den Angreifer in Bezug auf Schusspräzision und Schussdynamik auf Grund der Entfernung und der geringen Torgröße hoch sind. Weiterhin wird der Torspieler automatisch gezwungen sich in das Angriffsspiel einzuschalten, da andernfalls der Angriff immer in einer 2:3 Unterzahl-Situation erfolgt.

In Feld 5 bis 8 werden vier Kleinfeldtore der Größe 5x2m auf einer Seite der Kleinfeldter platziert. Dies ist damit zu begründen, dass auf Grund der Einteilung der 16 Teams nach Spielstärke (geringste Spielstärke Feld 1, höchste Spielstärke Feld 8), die Kinder mit dem höchsten Entwicklungsstand in Feld 8 bis 5 zu finden sind. In der Regel sind diese Kinder auch die älteren F-Jugendkinder mit einer größeren Körperhöhe.

Die Relation der Körperhöhe der U9-Kinder zum Kleinfeldtor nähert sich in diesem Alter wieder stärker der Relation der Körperhöhe eines Erwachsenen zum Erwachsenenort an. In den Feldern 1 bis 4 lernen die Kinder vorwiegend die Strafraumbeherrschung, wohingegen sie in Feld 5 bis 8 primär die zentrale Torverteidigung erlernen.

Forschungsergebnisse zu den vorgeschlagenen Wettkampfformaten

Obwohl die meisten von uns erhobenen Befunde für Personen mit sportfachlichem Hintergrund auf Grund der hohen Effektstärke per Augenschein evident sind, wurden seit dem Jahr 2015 zahlreiche ausschließlich eigenfinanzierte Studien zur bio-psycho-sozialen Wirkung der von uns initiierten Modellprojekte angeschoben. Nachfolgend werden einige wenige Befunde unserer Arbeit skizziert, eine ausführliche Darstellung erfolgt zeitnah in Form wissenschaftlicher Fachbeiträge und Publikationen zur Sportpraxis.

Die im Folgenden dargestellten Ergebnisse sind der Masterarbeit von Murat Akdag entnommen, der 2016 in einer mehrwöchigen Studie 16 Kinder im Alter von durchschnittlich 9,6 Jahren am Department für Sportwissenschaft und Sport der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg untersuchte. Neben GPS-gestützten Analyseverfahren zur Bestimmung der Laufleistung mit einem Catapult-System wurden fußballspezifische Aktionsdaten per Videoanalyse ermittelt (Akdag 2016). Zusätzlich erfolgte die Erfassung der kardialen Beanspruchung via Herzfrequenzmessung mit einem Polarsystem. Besondere Aufmerksamkeit schenken wir der Analyse

des Dribblings im Rahmen dieser Untersuchung. Hierzu wurde die Häufigkeit ballhaltender Dribblings, von Tempodribblings und von gegnerüberwindenden Dribblings vergleichend untersucht.

FUNiño vs 7-gegen-7: Körperbezogene Messdaten

Abbildung 8 zeigt die Wirkungsprofile von FUNiño (orange) und 7vs7 (blau) im Vergleich. Im Bereich der körperlichen Belastungsbeanspruchungsdaten zeigt der Vergleich, dass die Kinder durch die Minispielform „FUNiño“ wesentlich stärker belastet und beansprucht werden, als dies im klassischen 7-gegen-7 der Fall ist. Sie laufen in zehn Minuten Spielzeit rund 200 Meter mehr, was sich bei einem ganzen Festival zu rund 1.000 Metern mehr Laufleistung addiert.

Weiterhin schlägt das Herz der Kinder im FUNiño wesentlich höher, was in Verbindung mit dem Intervallcharakter der Festivals im Verlauf einer Turnierserie zu einer stark verbesserten Ausbildung des Schlagvolumens des Herzmuskels führt.

Ein weiterer Befund ist, dass es zu einer Homogenisierung der Laufleistung aller Kinder kommt, was nichts anderes bedeutet, dass jene Kinder, die vorher kaum gelaufen sind, nun genauso viel laufen wie sonst nur die zwei bis vier besten Kinder im 7-gegen-7. FUNiño wird damit zu einem wirkungsvollen Instrument zur Beseitigung strukturell bedingter Ungleichbehandlung im Bereich der bewegungsbezogenen Gesundheitsförderung von Kindern im und durch Fußball!

FUNiño vs. 7-gegen-7: Fußballspezifische Messdaten

Wesentlich gravierender als die Unterschiede im Bereich der körperbezogenen Merkmale fallen die Unterschiede im Bereich jener Merkmale aus, welche die Kinder zu technisch versierten Fußballern machen. Diese sind die Anzahl der Ballkontakte, Pässe, Schüsse, Dribblings



Abbildung 7: FUNiño-Festival zum Erlernen des Torspieler-Spiels

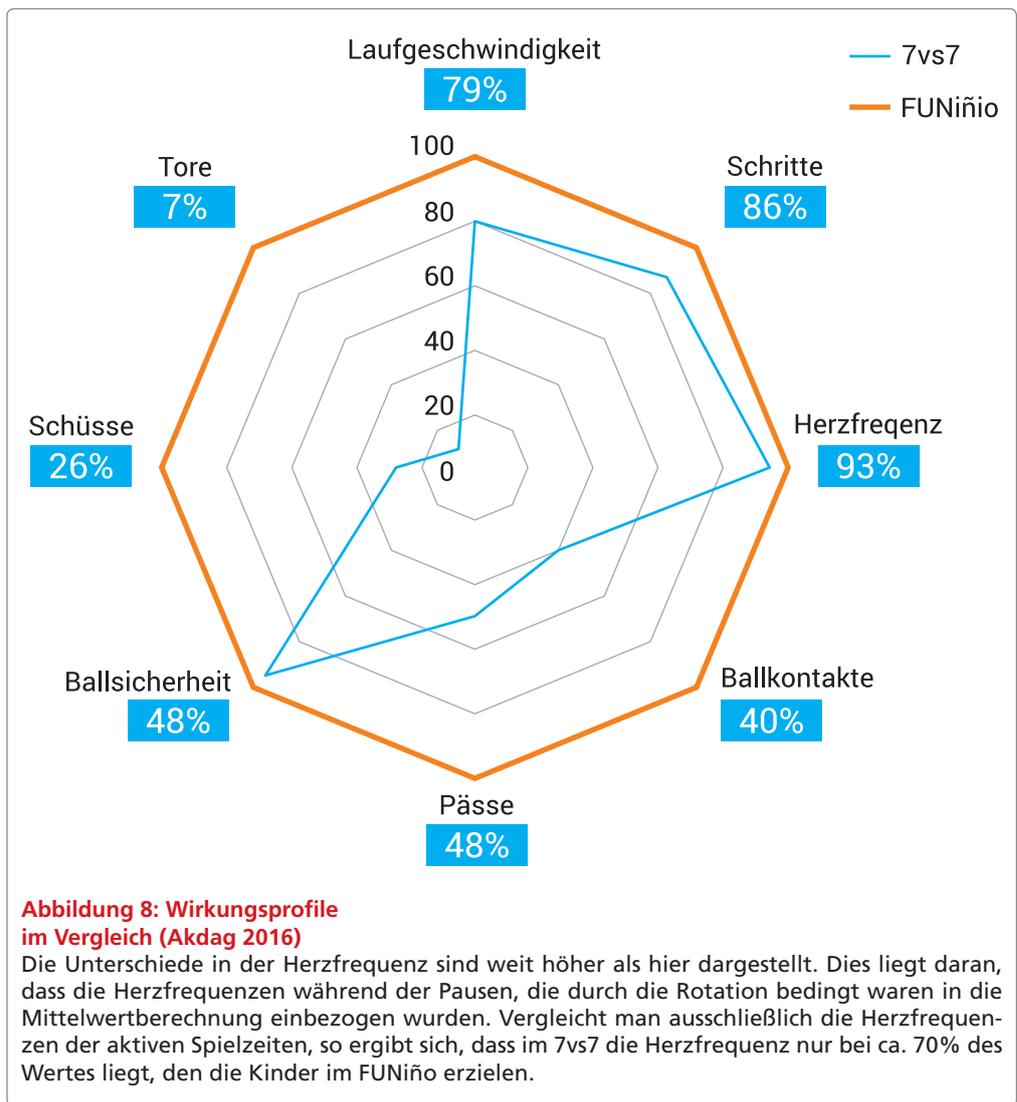
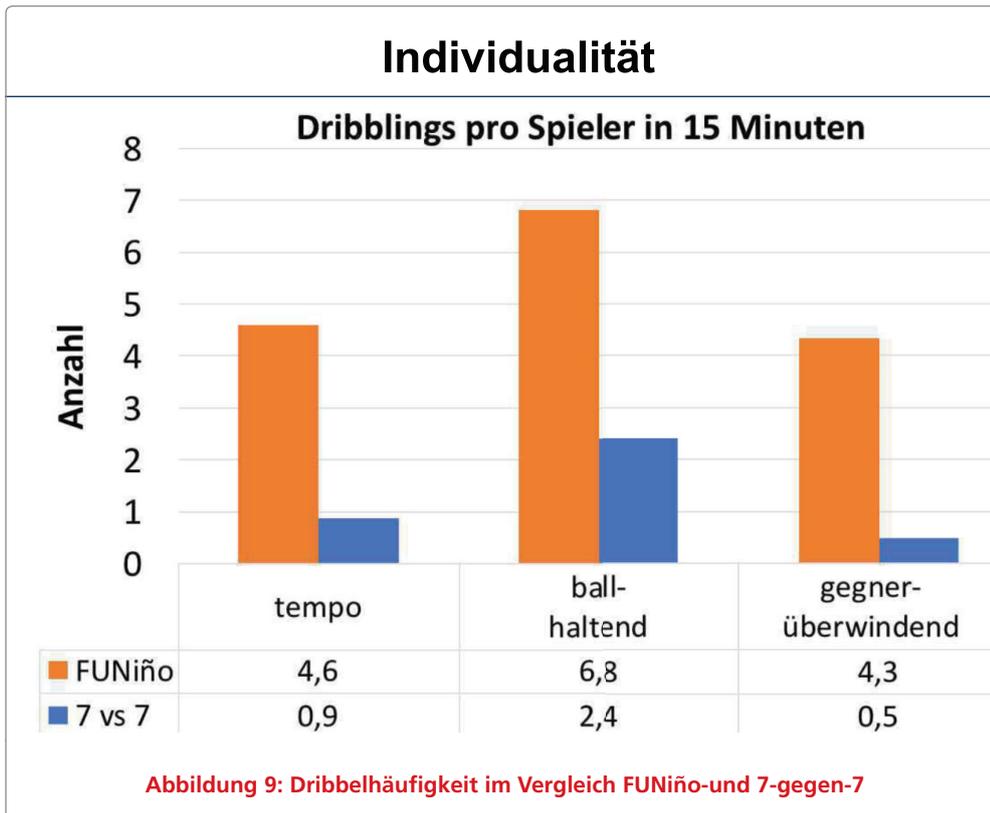


Abbildung 8: Wirkungsprofile im Vergleich (Akdag 2016)

Die Unterschiede in der Herzfrequenz sind weit höher als hier dargestellt. Dies liegt daran, dass die Herzfrequenzen während der Pausen, die durch die Rotation bedingt waren in die Mittelwertberechnung einbezogen wurden. Vergleicht man ausschließlich die Herzfrequenzen der aktiven Spielzeiten, so ergibt sich, dass im 7vs7 die Herzfrequenz nur bei ca. 70% des Wertes liegt, den die Kinder im FUNiño erzielen.



und die erzielten Tore. Hier schneidet das bestehende Organisationsmodell des 7-gegen-7 für 6- bis 10-jährige Kinder im Vergleich derart schlecht ab, dass es nicht verwunderlich scheint, dass zu wenige technisch gut ausgebildete zehnjährige Kinder für eine weiterführende Leistungssportförderung in Deutschland den NLZ zur Verfügung stehen. Ebenso wenig überrascht es vor dem Hintergrund dieser Befundlage, dass im Amateurbereich zahlreiche Spieler zu finden sind, die zwar seit der G-Jugend regelmäßig Fußball spielen, allerdings dennoch nicht genügend Ballkontakte in ihrer Ausbildungszeit aufgesammelt haben, um eine ihrer Ausbildungsdauer angemessene Technik auszubilden.

Abbildung 9 zeigt, dass im FUNiño jedes Kind (n=16, 9 Jahre) im Durchschnitt fünfmal häufiger ein Tempodribbling durchführt als im Spiel 7-gegen-7. Ballhaltende Dribblings werden im FUNiño 2,8-mal häufiger durchgeführt, gegnerüberwindende Dribblings sogar 8,6-mal häufiger. Angesichts dieser Zahlen ist die Frage nach nötigen Maßnahmen zur Ausbildung von zahlreichen versierten Dribblern für einen erfolgreichen Fußball der Zukunft in Deutschland eindeutig zu beantworten und die Antwort lautet:

Radikale Änderung des Wettkampfsystems überfällig!

Nur eine radikale Änderung der Organisation des Spielbetriebes hin zu einem Wettkampfsystem 4.0, welches wissenschaftlich fundiert ist, wertorientierten Leitsätzen folgt und die heute gegebenen Möglichkeiten der digitalen Wettkampforganisation vollumfänglich nutzt, führt zu einer nachhaltigen Sicherung der internationalen Wettbewerbsfähigkeit des deutschen Fußballs.

Dies gilt insbesondere in Anbetracht dessen, dass die Niederlande, Ungarn, die Schweiz, etc. und die USA bereits die Organisation ihres Spielbetriebs zumindest in die grobe Richtung der von uns skizzierten Vorschläge geändert haben. Wir sind sicher, dass Nationen mit hoher Innovationsfreude, wie beispielsweise China, diesen Schritt nicht nur zeitnah sondern auch radikal vollziehen werden. Für diesen Fall ist leicht vorhersehbar, dass der dann eintretende Qualitätssprung in

Verbindung mit dem Masseneffekt zu einer fundamentalen Veränderung der bestehenden Verhältnisse im internationalen Fußball führen wird.

Erkenntnisse & Fortschritt dank tausender ehrenamtlicher Unterstützer!

Meinen Beitrag schließe ich mit einem Dank an Marko Kréšic, den Leiter der Hannover 96 Fußballschule sowie die vielen ehrenamtlichen Helfer aus den Regionen unserer Pilotprojekte. Eben solcher Dank gebührt den vielen tausend Kindern und Eltern, die sich gemeinsam unserer Initiative angeschlossen haben. Weiterer Dank gilt den Sportfachleuten der Fußballverbände auf Bundes-, Landes, Bezirks- und Kreisebene, die mit ihrer ideellen Unterstützung unserer Arbeit mit dazu beigetragen haben, dass sich die von uns seit drei Jahren durchgeführten Pilotprojekte etablieren

konnten. Aus der Arbeit sind substantielle Beiträge zur Organisation des Spielbetriebes der Zukunft entstanden.

Die Konsequenz: Handlungsauftrag an die Verbände gemäß ihres Selbstverständnisses

Es liegt nun in der Hand der Verbände, Deutschland zeitnah im Bereich des Kinder- und Jugendfußballs sowohl in der Breite als auch in der Spitze durch entsprechende Strukturinnovationen wieder nachhaltig international wettbewerbsfähig zu machen, so wie es der Vision der neuen DFB-Akademie zu entnehmen ist:

Vision der DFB-Akademie:

„Unser Ziel ist, den deutschen Fußball weiterzuentwickeln und seine Akademie als Gütesiegel in der Welt zu etablieren. Mit dem kompetentesten Team, der besten Infrastruktur, modernster Technologie und Wissenschaft prägen wir den Erfolg unserer Spieler, Trainer und Schiedsrichter. Wir machen aus Talent Qualität. Und Qualität gewinnt Titel.“ [7]

Umfangreiche weiterführende Informationen zu den Inhalten dieses Beitrages und viele Beispiele aus der Praxis finden Sie unter:

www.fussball4punkt0.de

Die Internetseite ist auch zu erreichen über den rechts integrierten QR-Code.

Dem Beitrag ist außerdem ein Literaturverzeichnis beigefügt, das sich für die Druckversion als zu umfangreich darstellte. Es ist zusammen mit dem Artikel verfügbar auf den PDF-Downloadseiten des BDFL zum Internationalen Trainer-Kongress 2018 in Dresden bzw. im QR-Code links.



QR-Code mit dem Smartphone scannen und Seite ansehen



QR-Code mit dem Smartphone scannen und Seite ansehen

1. 7-GEGEN-7 AUF 3 TORE

**Organisation und Ablauf**

- > In einer Hälfte des Fußballfeldes spielen zwei Mannschaften im 7-gegen-7 auf drei Großtore mit Torwart.
- > Ziel der ballbesitzenden Mannschaft Orange ist es, den Ball in den eigenen Reihen zu halten. Dabei darf sie die Torhüter mit einbeziehen und spielt dadurch in einer 10-gegen-7 Überzahlsituation.
- > Der Trainer zählt die Zeit mit. Alle 20 Sekunden bekommt die ballbesitzende Mannschaft einen Punkt (Alternativ: nach x Pässen).
- > Der Sparringspartner Blau versucht den Ball zu erobern und direkt auf eines der drei Tore zu kontern.
- > Die Aufgaben nach fünf Minuten tauschen.

Hinweise

- > Entsprechend dem Vier-Phasen-Modell stehen die Faktoren wahrnehmen, verstehen, entscheiden und ausführen im Mittelpunkt dieser Trainingsform.
- > Die Ballzirkulationsmannschaft muss sich klug im Raum postieren, um mit Hilfe ihrer Überzahl den Ball aus einer Drucksituation heraus in freie Räume zu spielen.
- > Die Balljäger-Mannschaft muss erkennen, wann sie im Verbund miteinander aggressiv verteidigen, den Ball gewinnen und kontern kann.
- > Die Trainingsform ist grundsätzlich für den Erwachsenenbereich konzipiert.

1.1 TRAININGSZIELE



- > **Ballbesitz:** Die Spieler sollen lernen den Gegner zu binden! Sie sollen im freien Raum andribbeln und erst dann abspielen, wenn sie einen Gegner angelockt und gebunden haben.



- > **Umschalten nach Ballgewinn:** Der Sparringspartner Blau muss die Konstellation nach Ballgewinn schnell erfassen und ohne Umschweife auf das nächstgelegene freie Tor angreifen.



- > **Raum aufteilen:** Das Coachingteam ist in der Überzahl. Zusammen mit Torhütern soll das Freilaufen trainiert werden. Die freien Räume sollen erkannt und genutzt werden.



- > **Gegenpressing:** Nach Ballverlust muss das Coachingteam Orange direkt ins Gegenpressing umschalten. Ist die sofortige Rückeroberung des Balles nicht möglich, steht die Torsicherung im Vordergrund.

2. 3-GEGEN-3 AUF 4 TORE (KINDERTRAINING)



Organisation und Ablauf

- › Das Feld ist entsprechend der FUNino-Maße aufgebaut. Es sind eine Mittelzone sowie zwei Schusszonen vor den Toren markiert. Zwischen den beiden Toren sind zwei Balldepots eingerichtet.
- › Gespielt wird 3-gegen-3 auf jeweils zwei Minitore. Die Tore dürfen nur innerhalb der Schusszonen erzielt werden. Ist der Ball im Seitenaus darf er eingedribbelt oder gepasst werden.
- › Die Spieler sollen in ihren Offensivaktionen nicht miteinander reden. Dadurch wird die non-verbale Kommunikation eingefordert.
- › Fällt ein Tor, dann bedient sich ein Spieler am Balldepot. Der Trainer ist außen vor, die Spieler entscheiden selbst über die Spieleröffnung.

Hinweise/Variationen

- › Nach jedem Tor verlässt die Mannschaft das Feld, die ein Tor erzielt hat. Dazu laufen die Spieler zu ihren Wechselspielern an der Seite. Diese dürfen das Feld erst nach dem Abklatschen betreten. Das angreifende Team soll lernen, den Moment der Unordnung beim Gegner durch schnelles Umschalten auszunutzen.
- › Ein Spieler jeder Mannschaft wird fest der Schusszone zugeordnet. Er darf diese Zone nicht verlassen. Dadurch wird das Spiel in die Tiefe und eine Überzahlsituation in der Offensive provoziert.

3. PARALLEL: 3-GEGEN-0 AUF 2 GROSSTORE (ERWACHSENENTRAINING) BZW. IM FUNINO (KINDERTRAINING)



Organisation und Ablauf

- › Im Foto laufen die Trainingsform für den Erwachsenenbereich (Bildhintergrund) und die Entsprechung für den Kinderbereich (Bildvordergrund) parallel ab.
- › Jeweils drei Spieler einer Mannschaft sind auf der Mittellinie positioniert (Bildhintergrund) und greifen auf ein Tor mit Torwart im 3-gegen-0 an.
- › Jeder Spieler muss im Laufe des Angriffs den Ball einmal berührt haben!
- › Nur wer zuerst ein Tor erzielt, bekommt einen Punkt.
- › Diese Art des Wettkampfes wird im Bildvordergrund auch auf den Kinderbereich übertragen. Zwei Mannschaften spielen im 3-gegen-0 mit Gegenstrom darum, wer den Ball zuerst in eines der Minitore spielt.
- › Auflage: Jeder muss den Ball berührt haben und die Tore dürfen nur aus der Schusszone erzielt werden.

Variationen

- › Erwachsenenbereich: Ein Verteidiger positioniert sich in der Mitte des Feldes zum 3-gegen-1. Um den Gegnerdruck von hinten zu erhöhen, starten zwei weitere Spieler kurz hinter der Mittellinie in einer nächsten Variation zum 3-gegen-3.
- › Kinderbereich: Auch hier wird ein Spieler in der eigenen Abwehrzone postiert. Die anderen beiden Spieler starten 5m hinter den angreifenden Spielern des Gegners. So wird in dieser Trainingsform der Gegner- und Zeitdruck von hinten kindgerecht umgesetzt.

4. LABYRINTH

**Organisation und Ablauf**

- > Entsprechend der Darstellung im Bild oben werden acht Hütchentore (Foto: weiß und gelb) markiert.
- > Ziel für die beiden Spieler ist es, nach dem Startsignal des Trainers so schnell wie möglich alle acht Tore zu durchlaufen und dann sofort wieder zum Startpunkt zurückzukehren.
- > Die Trainingsform ist ideal als Wettbewerbsform. Um die Komplexität noch zu steigern, können weitere Spieler an verschiedenen Startpunkten beginnen. Zum Beispiel Start mit vier Spielern von allen vier Eckhütchen.

4.1 METHODISCHE STEIGERUNGEN

**Bild 1: Dribbelwettkampf mit Ball**

- > In der ersten Variation führen die beiden Spieler den Wettkampf nun mit Ball aus.
- > Der Ball ist Differenzverstärker für die Fußballtechnik.

**Bild 2: Mit Ball und Gegner**

- > Nun wird ein Teamwettbewerb durchgeführt: Zwei Spieler der gegnerischen Mannschaft dürfen nun immer ein Tor zustellen, durch das der dribbelnde Spieler nicht durchlaufen darf.
- > Die blauen Spieler dürfen dabei ihre Position jederzeit verändern.

5. TRAININGSFORM HANDLUNGSSCHNELLIGKEIT

**Organisation und Ablauf**

- > In einem Sechseck wird ein Spieler ohne Ball positioniert (Foto: Plättchen). Um ihn herum dürfen sich drei Spieler bewegen, aber nicht das Sechseck betreten.
- > Nach dem Pass des Zuspielers auf den Spieler im Sechseck versucht dieser, eines der vier Minitorer anzuspielen. Die drei gegnerischen Spieler versuchen dies zu verhindern.
- > Der Pass des Trainers darf nicht abgefangen werden.
- > Das Sechseck ist eine bewusste Schutzzone für den Spieler in der Mitte.

Hinweise

- > Je nach Könnenstand kann durch die Größe dieser Zone der Schwierigkeitsgrad der Trainingsform variiert werden. Eine weitere Steuerungsmöglichkeit liegt in der Distanz zu den Minitorern und der Größe der Minitorer.
- > Die Verteidiger sollen versuchen anhand der Kopfbewegung des zentralen Spielers seine Passrichtung zu antizipieren.
- > Die Spieler haben alle elektronische Westen an, die gar nicht, grün oder rot leuchten.

5.1 METHODISCHE STEIGERUNGEN DURCH ELEKTRONISCHE WESTEN

**Bild 1: Auf den richtigen Fuß spielen**

- > Die Weste des Zielspielers in der Mitte leuchtet entweder grün oder rot.
- > Bei grün soll der rechte Fuß und bei rot der linke Fuß von den beiden äußeren Spielern angespielt werden.
- > Die Weste ist im Verhältnis 2 zu 1 bezüglich des schwächeren Fußes des Zielspielers eingestellt um diesen intensiver zu trainieren.
- > Stärken stärken und Schwächen schwächen!

**Bild 2: Den richtigen Ball fordern**

- > In einem nächsten Schritt sind nun auch die Westen der beiden Anspieler farblich eingestellt.
- > Wie im Bild 2 zu erkennen ist, leuchtet die Weste des unteren Anspielers grün und die des oberen Anspielers rot.
- > Der Zielspieler soll immer den Ball von dem Spieler fordern, dessen Licht grün leuchtet.
- > Die drei Verteidiger im Zentrum versuchen weiterhin die Tore zuzustellen.

6. 3-GEGEN-3 MIT LEUCHTWESTEN UND LEUCHTTOREN

**Organisation und Ablauf**

- > Das Feld ist entsprechend der FUNino-Maße mit Mittel- und Schusszonen aufgebaut (siehe oben).
- > Die Spieler tragen in dieser Form nun alle eine Weste die grün, rot oder gar nicht leuchtet.
- > Zusätzlich sind auch die Tore mit Lampen ausgestattet, die ebenfalls entweder rot oder grün leuchten.
- > In der Ausgangsform wird 3-gegen-3 auf jeweils zwei Tore gespielt. Nach einem bestimmten Intervall geht ein Leibchen eines Spielers im Zentrum aus, der nun mit einem Spieler von außen tauschen muss.
- > In dieser Spielform soll aufgezeigt werden, dass zwischen verschiedenen Taktik-Modellen hin und her geschaltet werden kann, ohne dass der Trainer coachen muss.

Hinweise

- > Die Provokationsregeln werden ausschließlich durch die Zuordnung der Spieler zu einer Mannschaft oder zu einem Tor geregelt.
- > Dadurch sind verschiedene Unter-/Überzahlsituationen, eine unterschiedliche Anzahl an Toren sowie auch Varianten in der Häufigkeit der Wechsel möglich.
- > Zusätzlich werden kognitive Reize angesteuert, da die Spieler permanent die Farben und Zugehörigkeiten beobachten müssen.

6.1 HINWEISE

**Bild 1: Diagonale Tore**

- > In dieser Variation des Spiels leuchten die diagonalen Tore jeweils in derselben Farbe.
- > Dadurch werden 2-gegen-1-Situationen provoziert, da ein Spieler des Teams in einer Spielfeldhälfte alleine verteidigen muss.
- > Die Spieler sollen in dieser Form lernen Überzahlsituationen zu nutzen bzw. den Gegner auf eine Seite zu locken um dann das Tor auf der anderen Seite zu erzielen.

**Bild 2: Ballhalten**

- > In dieser Variation leuchten nun alle Tore in der Farbe grün. Das rote Team muss also auf Ballhalten spielen.
- > Für Team rot gilt es nun, als Transfer zu ersten Trainingsform im 7-gegen-7 für den Erwachsenenbereich, den Raum gut aufzuteilen und sich frei zulaufen.
- > Team grün soll nach Ballgewinn auf eines der Tore angreifen.