



DEUTSCHER
FUSSBALL-BUND

Fortbildung der GFT Unterfranken am 23.04.2018 in Würzburg

Möglichkeiten des Techniktrainings am Bsp. Passspiel mit Fokus auf das Coaching

DFB-Stützpunktkoordinator für Westbayern Oskar Kretzinger



1. Arten des Passspiels – Unterscheidungskriterien

- Trefffläche: Innenseite und Spann (Außenseite, „Picke“ oder „Hacke“ eher die Ausnahme)
- Entfernung: Kurzpass, mittlere und weite Distanz
- Dimension: flaches, halbhohe und hohes Zuspiel
- Rotation: Ohne Rotation, seitliche Rotation („Effet“) und Unterschnitt („Chip“)

⇒ Diese Passarten gibt es und diese müssen wir trainieren!

⇒ Abhängig von der Zielgruppe: Alter, Spielniveau oder Position!

Prominente Beispiele





2. Qualität des Passspiels – Bewertungskriterien

- Passauswahl
 - Füßigkeit
 - Passgenauigkeit
 - Passschärfe
 - Passtiming
 - Passrichtung
- ⇒ Bei isolierten Passübungen vorgegeben
- ⇒ Bei Spielformen ist immer die jeweilige Spielsituation entscheidend



3. Prinzipien des Techniktrainings

- Hohe Wiederholungszahl
 - Viele Ballkontakte
 - Keine Wartezeiten
 - Genauigkeit vor Schnelligkeit (hohe Qualität bei der Ausführung)
 - Beidfüßigkeit
 - Erholter Zustand
- ⇒ Problem: Uns fehlt die Zeit, isoliertes Techniktraining anzubieten!!!
- ⇒ Lösung: Sinnvoller, abwechslungsreicher Einbau des Techniktrainings in den Trainingsbetrieb

4. Trainingsperiodisierung des Techniktrainings

⇒ gezielter zeitlicher Einbau von Trainingsblöcken mit dem Schwerpunkt „Passspiel/ Ballkontrolle“

Zeitliche Einteilungen und Zyklen der Trainingssteuerung (Umfang/ Intensität)

Makrozyklus (langfristiger Zyklus)	3-12 Monate
Mesozyklus (mittelfristiger Zyklus)	4-12 Wochen
Mikrozyklus (kurzfristiger Zyklus)	1-3 Wochen
Trainingseinheit	1-2 Stunden

Zur Praxis



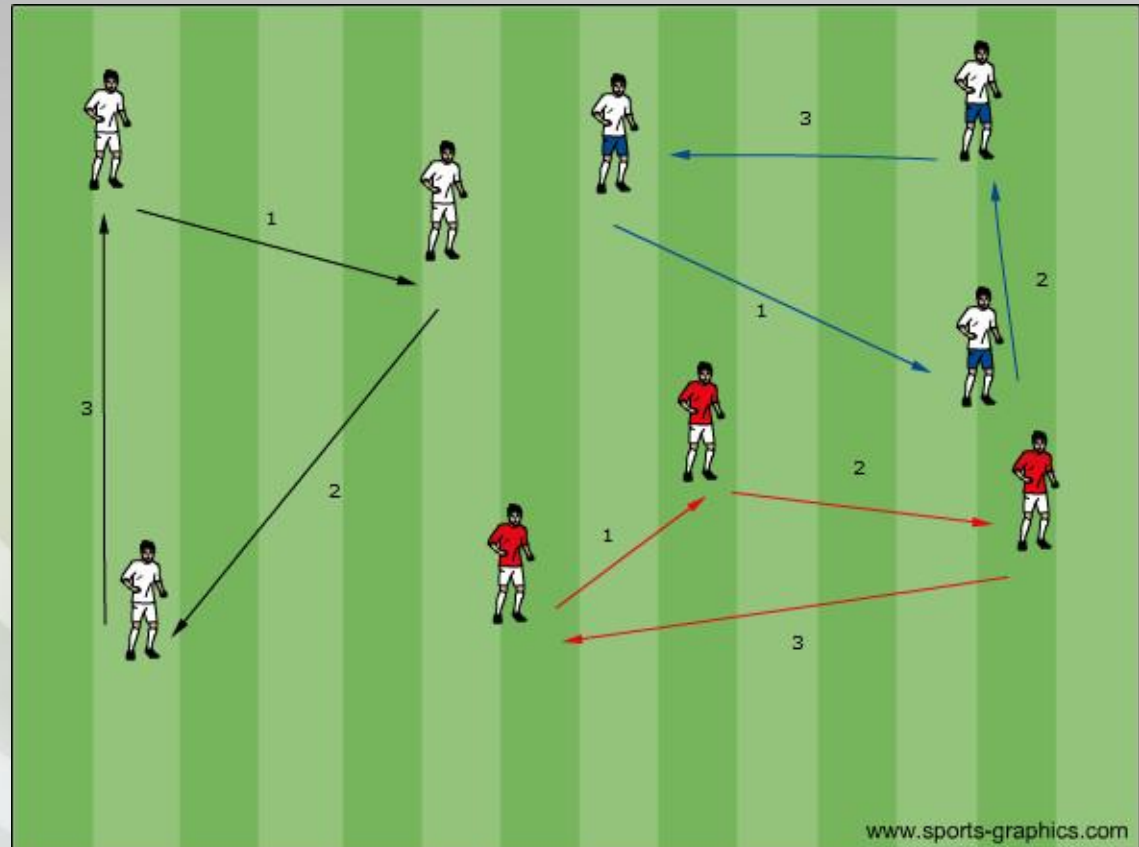
Organisationsformen zur Methodik des Passspiels
(am Bsp.: Flaches Passspiel auf mittlere Distanz)

Freies Passspiel
In 3-er Teams

Vorteile?

Nachteile?

Variationen?



Zur Praxis

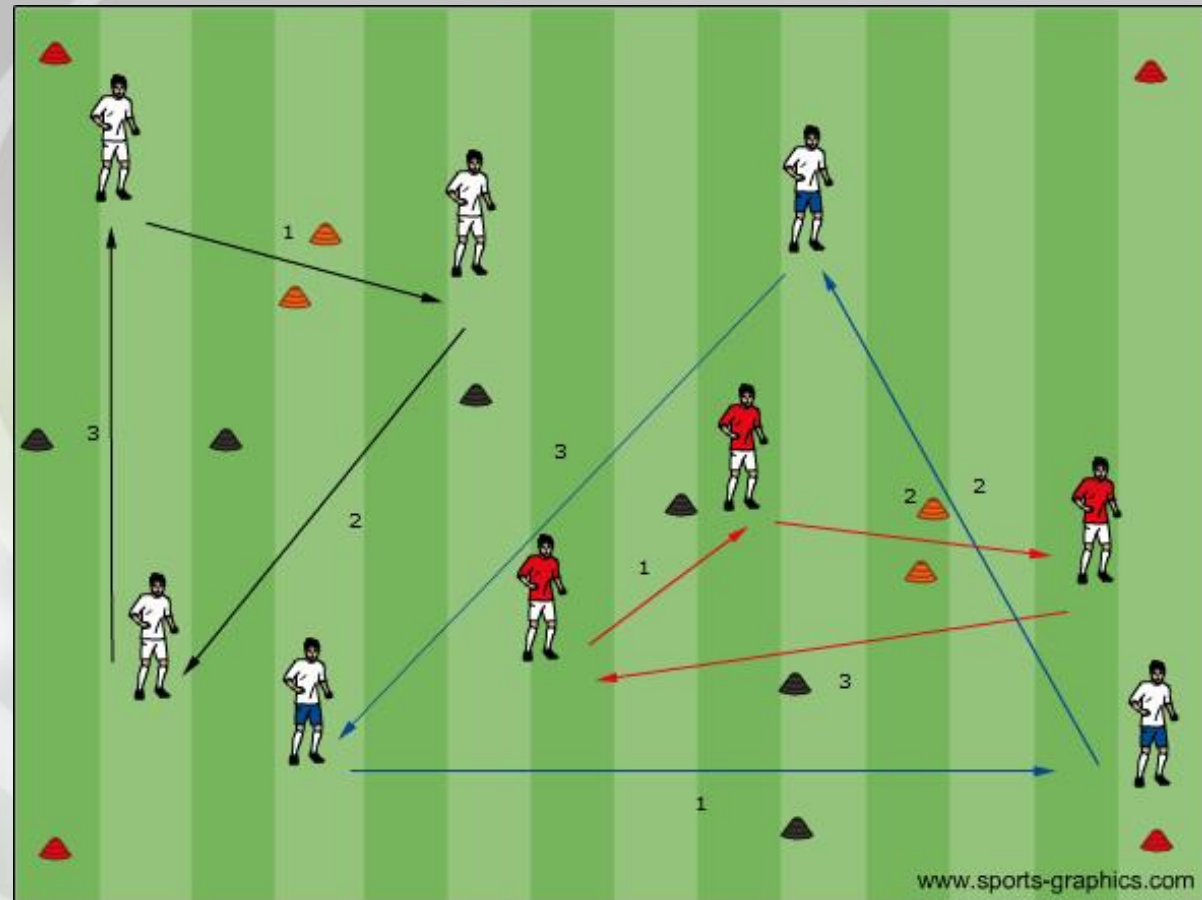
Organisationsformen zur Methodik des Passspiels
(am Bsp.: Flaches Passspiel auf mittlere Distanz)

Passspiel in
3-er Teams
mit Vorgaben

Vorteile?

Nachteile?

Variationen?



Zur Praxis

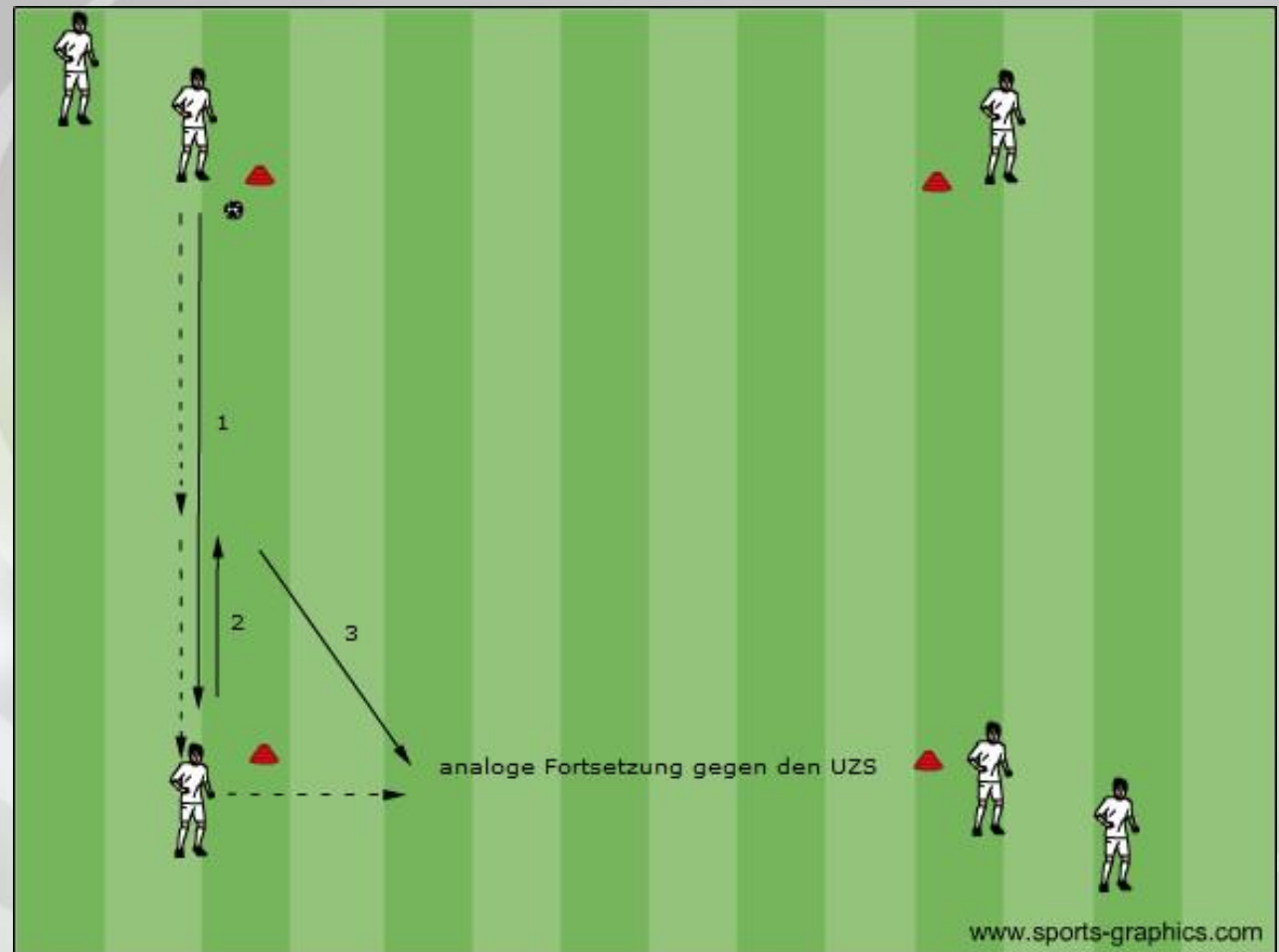
Organisationsformen zur Methodik des Passspiels
(am Bsp.: Flaches Passspiel auf mittlere Distanz)

Ajax-Viereck

Vorteile?

Nachteile?

Variationen?



Zur Praxis



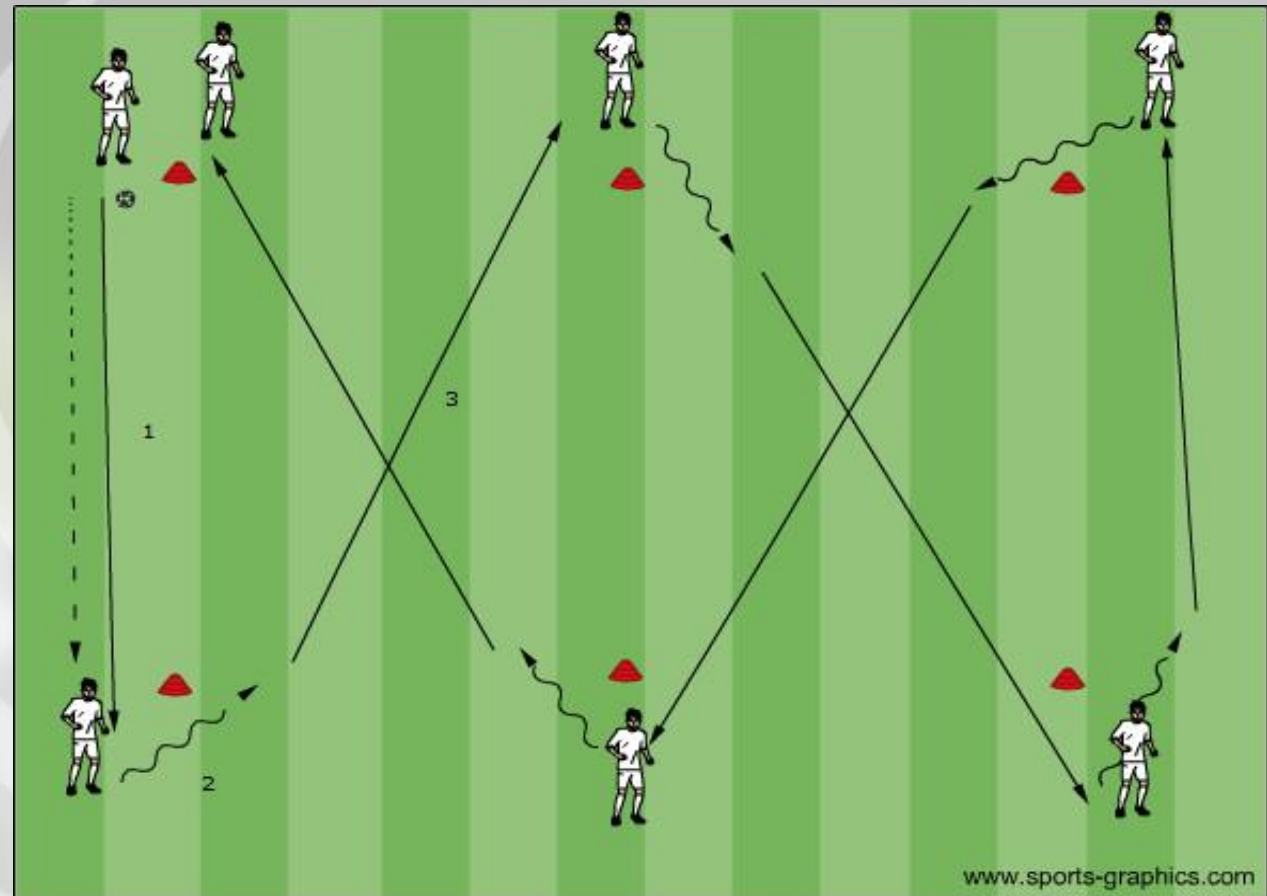
Organisationsformen zur Methodik des Passspiels
(am Bsp.: Flaches Passspiel auf mittlere Distanz)

Passfolgen im
Zick-Zack

Vorteile?

Nachteile?

Variationen?



Zur Praxis



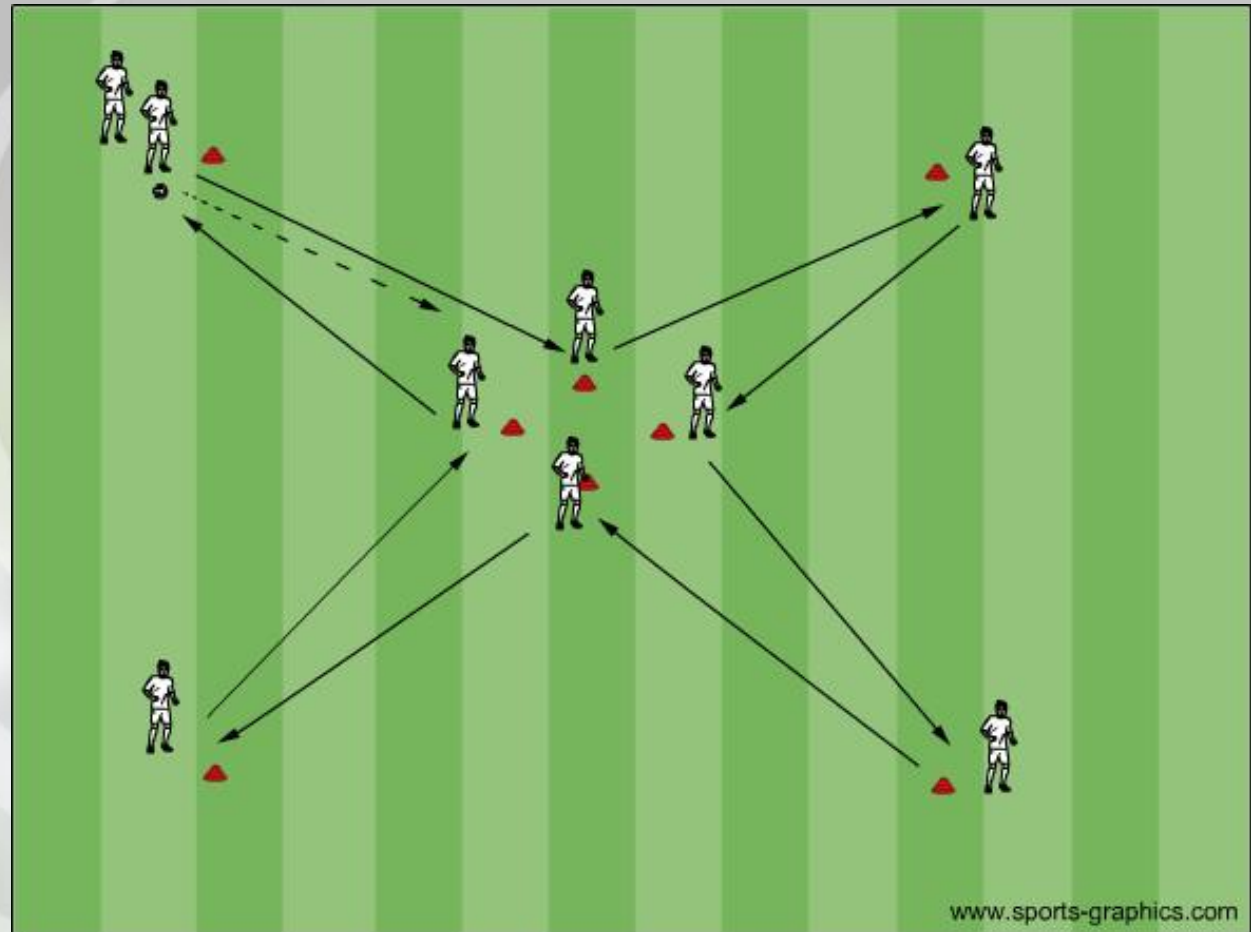
Organisationsformen zur Methodik des Passspiels
(am Bsp.: Flaches Passspiel auf mittlere Distanz)

Passstern

Vorteile?

Nachteile?

Variationen?



Zur Praxis



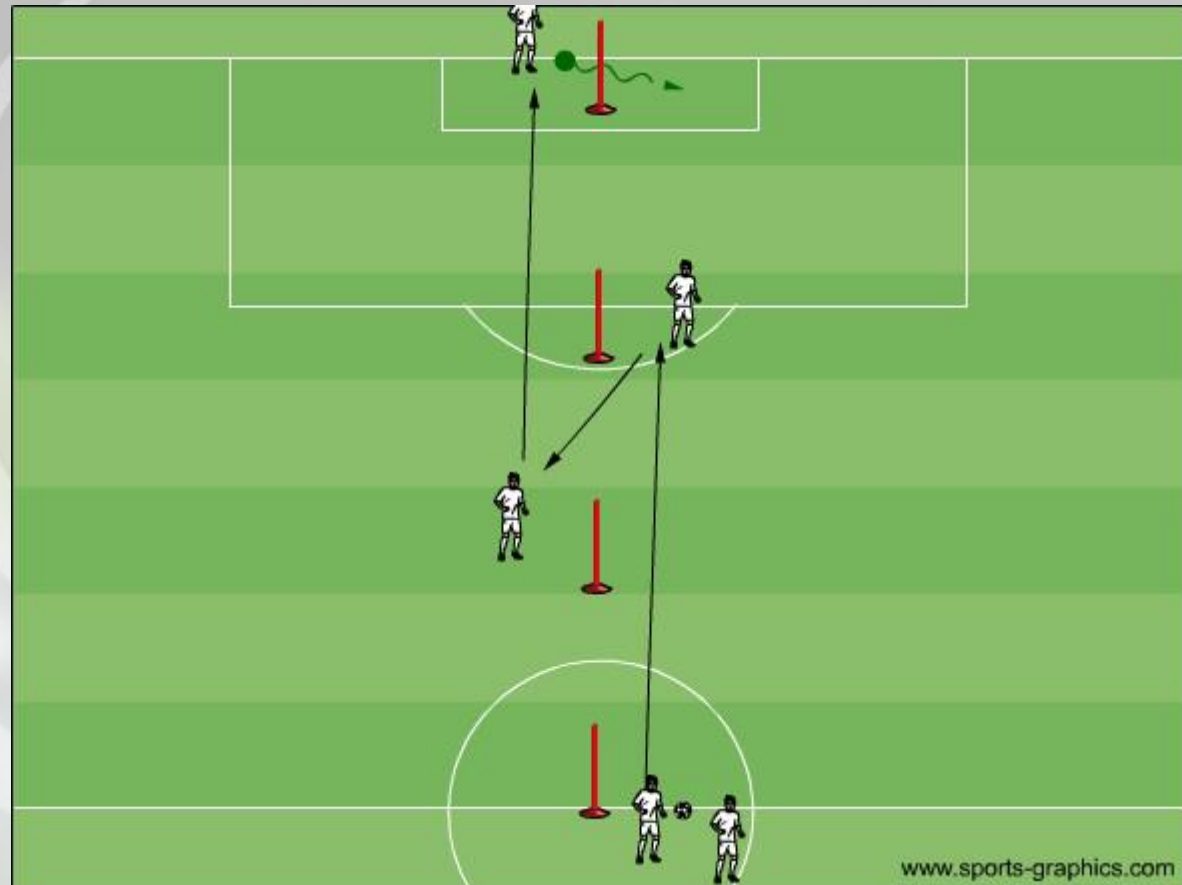
Organisationsformen zur Methodik des Passspiels
(am Bsp.: Flaches Passspiel auf mittlere Distanz)

Passform
„2. Loch“

Vorteile?

Nachteile?

Variationen?



Zur Praxis



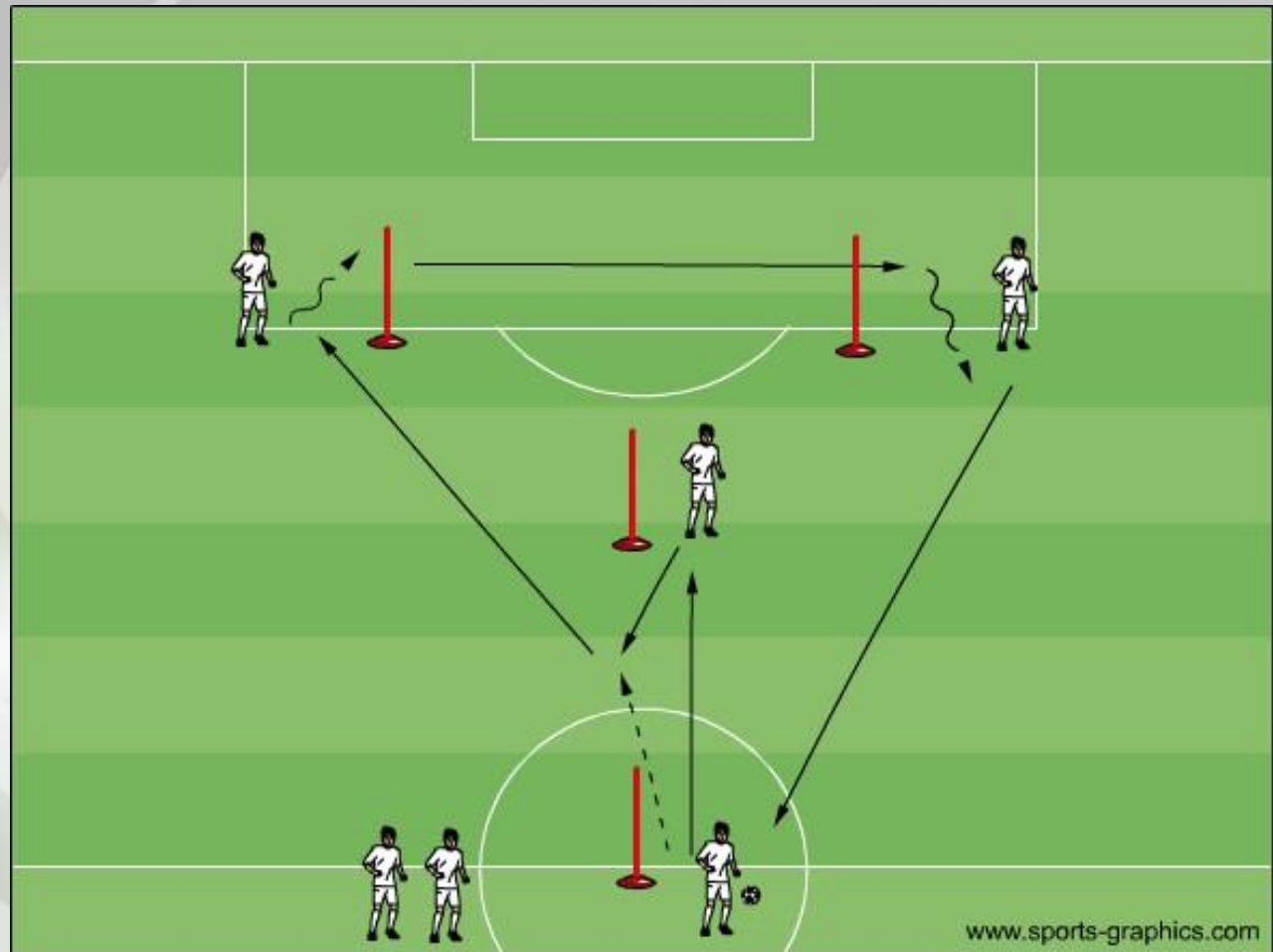
Organisationsformen zur Methodik des Passspiels
(am Bsp.: Flaches Passspiel auf mittlere Distanz)

Y-Passform

Vorteile?

Nachteile?

Variationen?



Zur Praxis



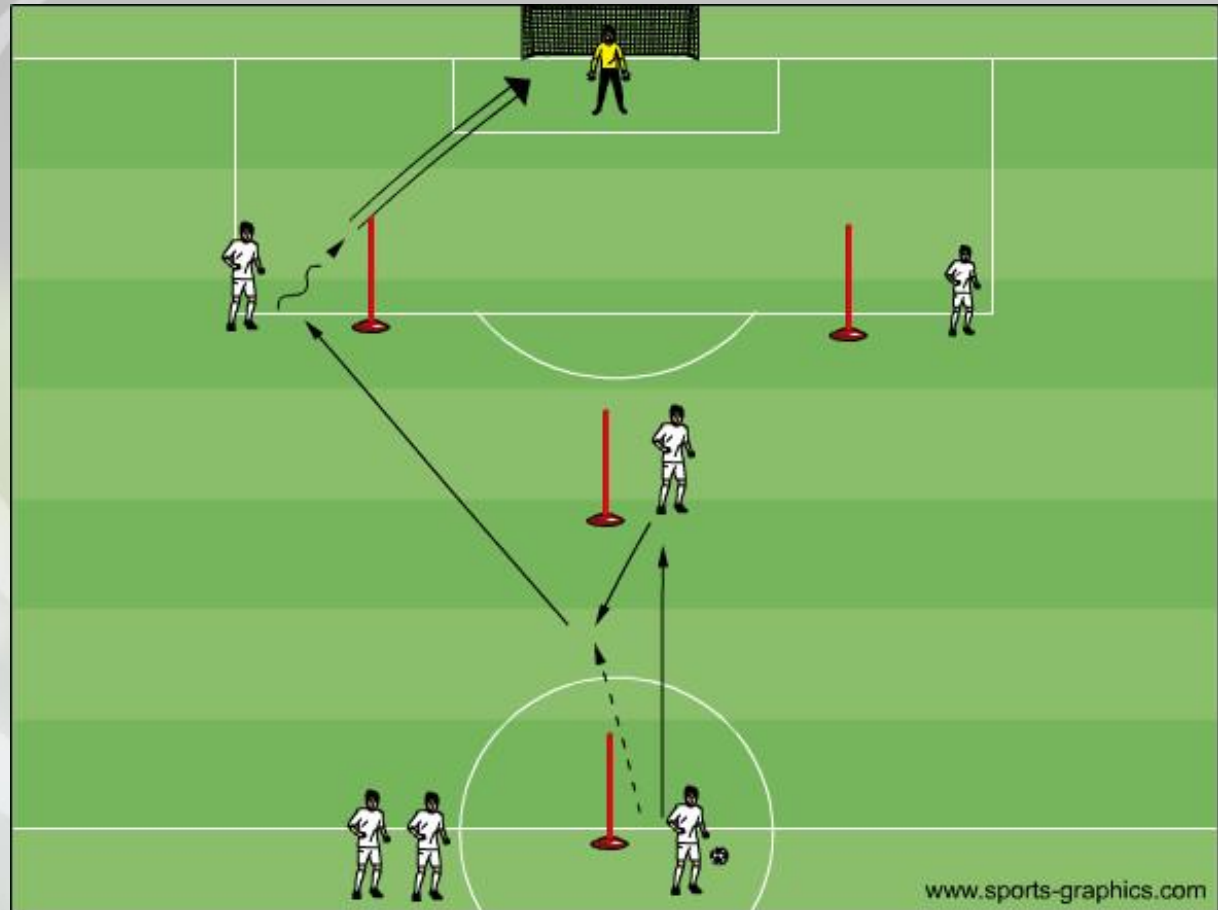
Organisationsformen zur Methodik des Passspiels
(am Bsp.: Flaches Passspiel auf mittlere Distanz)

Y-Passform
mit Torabschluss

Vorteile?

Nachteile?

Variationen?



Zur Praxis



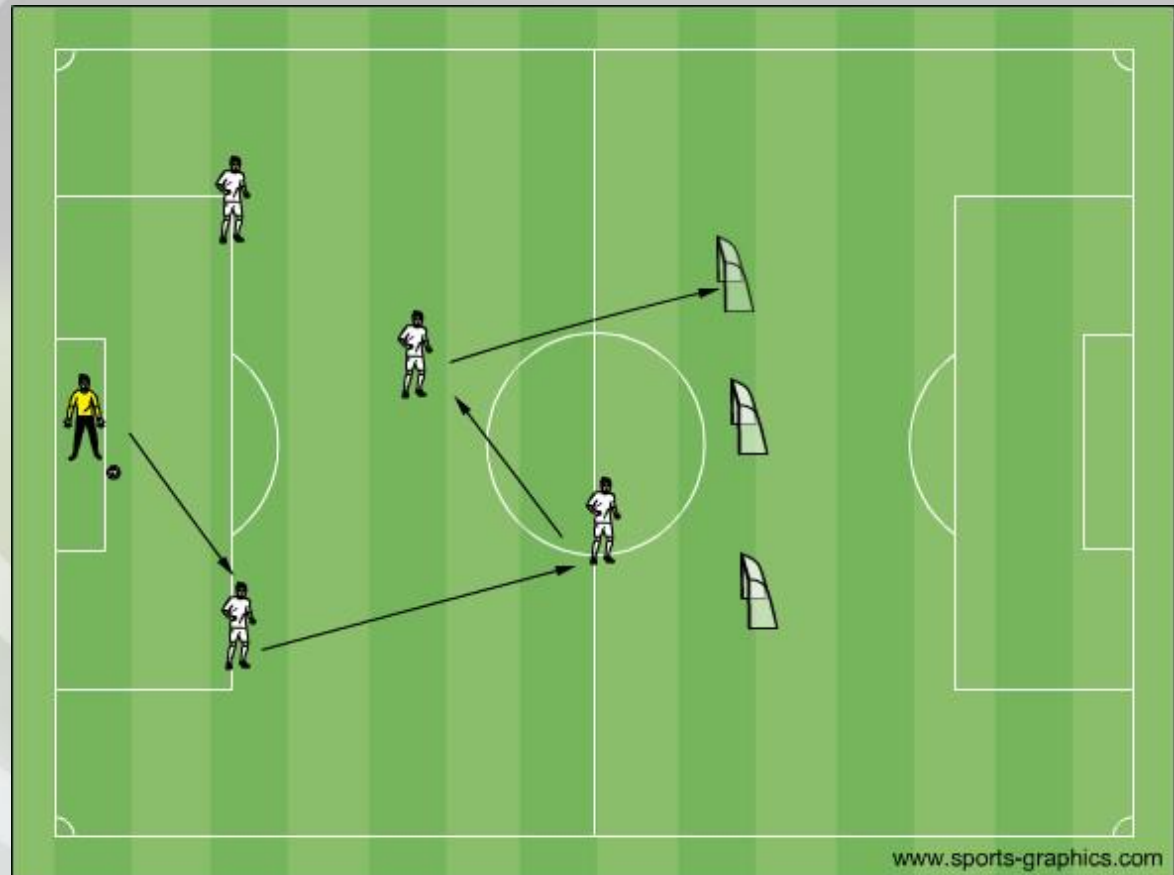
Organisationsformen zur Methodik des Passspiels
(am Bsp.: Flaches Passspiel auf mittlere Distanz)

Passform
von der Position
(IV & 6er)

Vorteile?

Nachteile?

Variationen?



Zur Praxis



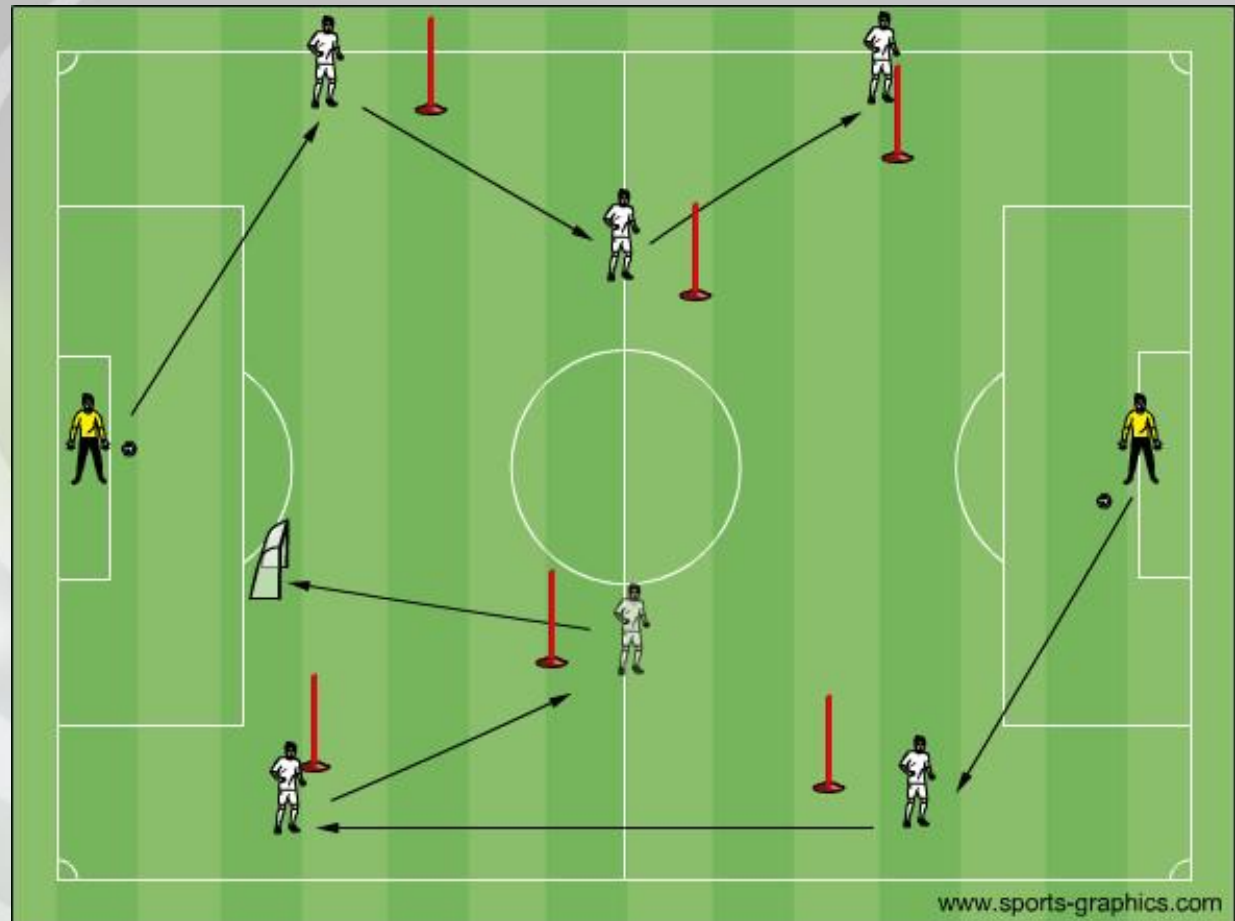
Organisationsformen zur Methodik des Passspiels
(am Bsp.: Flaches Passspiel auf mittlere Distanz)

Passform
von der Position
(AV & 6er)

Vorteile?

Nachteile?

Variationen?



Zur Praxis



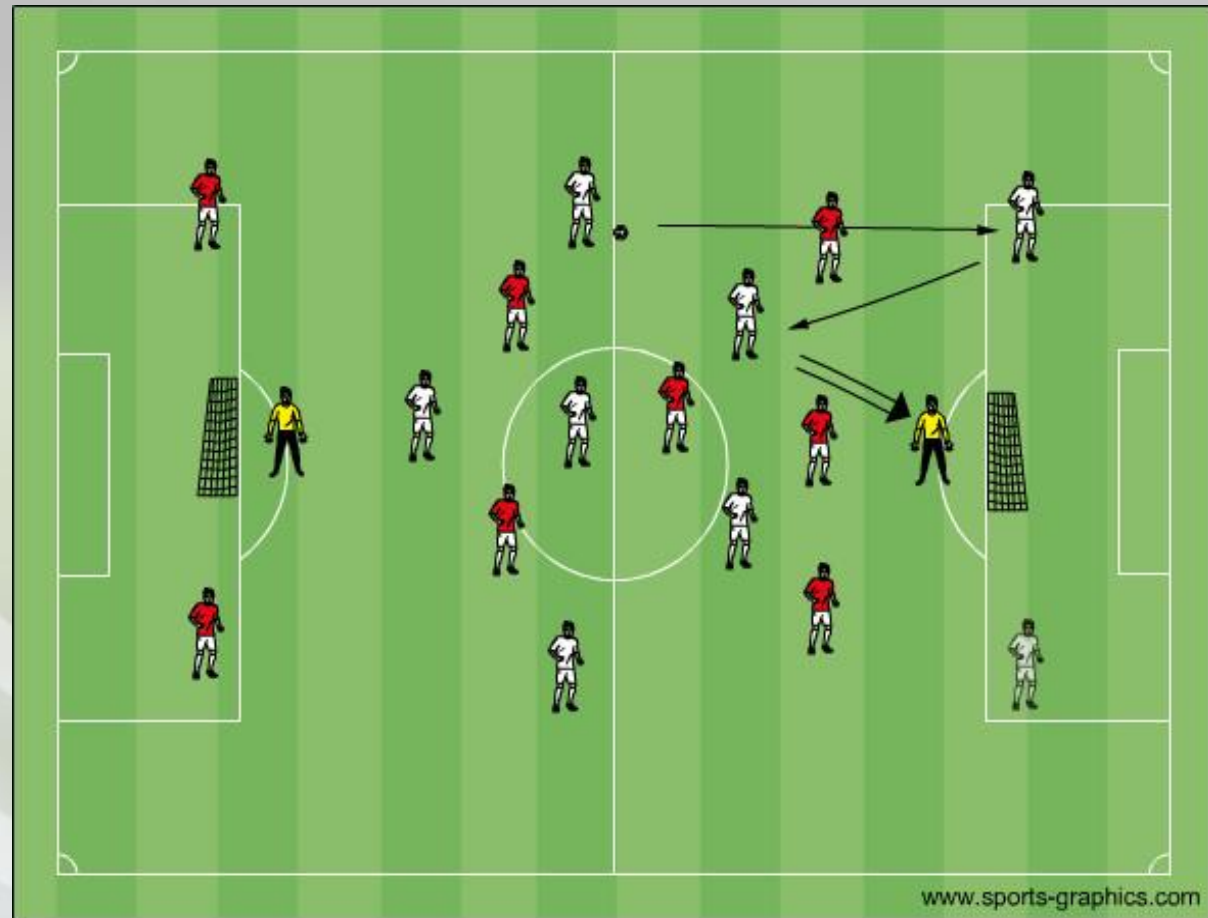
Organisationsformen zur Methodik des Passspiels
(am Bsp.: Flaches Passspiel auf mittlere Distanz)

Spielform
(„tiefer Wandspieler“)

Vorteile?

Nachteile?

Variationen?



Richtiges Coaching



Vermeide:

- Pauschalaussagen: „Spiel einen sauberen Ball“ oder „Spielt Fußball“
- Negationen: „Geh‘ nicht ins Dribbling“
- Einen Fehlpass zu tadeln

Sondern:

- Konkrete Lösungsvorschläge: „Spiel den Pass schärfer“, „Nimm den linken Fuß“, „Spiel den Pass in den Lauf“, „Löse Dich aus dem Deckungsschatten“, usw.
- In Einzelfällen mit den Spielern die Spielsituation erarbeiten (Fragen stellen!), aber nicht diskutieren!
- Gute Aktionen positiv hervorheben! Loben!
- Im Detail coachen
 - ⇒ Qualitätsmerkmalen (Passauswahl, Füßigkeit, Passgenauigkeit, Passschärfe, Passtiming, Passrichtung)

Merksätze



- „Die Technik bestimmt die Taktik!“

⇒ Eine mangelnde Technik schränkt den Spieler (und damit auch den Trainer) in seinen Handlungsmöglichkeiten ein.

- „Passspiel & Ballkontrolle gehören zusammen!“

⇒ Passspiel immer in Kombination mit der Ballan/-mitnahme bzw. einer sinnvollen Spielfortsetzung trainieren.

- „Wir müssen die kurze Zeit im Training so sinnvoll wie möglich nutzen!“

⇒ Techniktraining eignet sich ähnlich dem Koordinationstraining hervorragend zum Aufwärmen. (Ausnahme: Schusstechnik!)

In diesem Sinne...



**Vielen Dank
für die Aufmerksamkeit
und viel Spaß
beim nächsten Techniktraining!!!**

