

HORST WEIN

Spielintelligenz im Fußball kindgemäß trainieren

Übersetzung des offiziellen Textes
des Spanischen Fußballverbandes



MEYER
& MEYER
VERLAG

Horst Wein

Spielintelligenz im Fußball

kindgemäß trainieren

Inhaltsübersicht

- **Disclaimer/Downloads**
- **Vorwort**
- **Vorwort des Autors**
- **A Einführung**
 - 1 Das Fußballentwicklungsmodell mit seinen 5 Stufen
 - 2 Warum ein Entwicklungsmodell?
 - 3 Eine neue Periodisierung der Wettkampfstruktur im Kinder- und Jugendfußball – wichtiger Baustein einer optimalen Leistungsentwicklung
 - 4 Die Notwendigkeit einer perfekten Anpassung des Wettspiels an die Fertigkeiten und Fähigkeiten der Kinder und Jugendlichen
 - 5 Training und Wettbewerb bilden eine Einheit
 - 6 Das Training findet im Spiel statt
 - 7 Die Entwicklung der Spielintelligenz im Kinder- und Jugendfußball
 - 8 Was ist Spielintelligenz?
 - 9 Wie manifestiert sich Spielintelligenz im Spiel?
 - 10 Was ein Jugendtrainer wissen sollte, bevor er die Spielintelligenz seiner Schüler stimuliert
 - 11 Neue Tendenzen im Fußballcoaching
 - 12 Der Lern- und Lehrprozess zur Entwicklung der Spielintelligenz in 4 Phasen
 - 1. Phase: Die Bedeutung der Wahrnehmung für die Leistung eines Fußballspielers
 - 2. Phase: Die Wichtigkeit des Verstehens und der Interpretation der wahrgenommenen Information
 - 3. Phase: Über die Bedeutung richtige Entscheidungen treffen zu können
 - 4. Phase: Über die Wichtigkeit einer soliden technischen Ausführung
 - 13 Besseres Spielniveau durch ein optimales Coaching des Spielintelligenz-Prozesses
- **B Die erste Fussballentwicklungsstufe: Spiele für grundlegende Fertigkeiten und Fähigkeiten**
 - I Organisatorische und psychopädagogische Aspekte, die vor der Anwendung der „Spiele für grundlegende Fertigkeiten und Fähigkeiten“ zu beachten sind
 - 1 Der Sportkindergarten
 - 2 Die Fußballschule

- 3 Vitale Bedürfnisse junger Fußballspieler
- 4 Charakteristische Eigenschaften der Kinder zwischen 7 und 10 Jahren und wie sich der Ausbilder daran orientieren sollte
- 5 20 Eigenschaften, die der Jugendtrainer haben sollte, um von seinen Spielern akzeptiert zu werden
- 6 Die Wettkampfphilosophie im Kinder- und Jugendfußball
- 7 Was ist für die Ausbildung junger Fußballspieler wichtiger, zu siegen oder sich optimal auf die Zukunft vorzubereiten?
- 8 Wettspielmenüs für Kinder und Jugendliche
- 9 Warum sollten Wettspiele 11:11 im Ligaformat erst ab 14 Jahren ausgetragen werden?
- 10 Die Wahl der Spielfeldausmaße
- 11 Zur Benutzung der „breiten“ Tore
- 12 Das Gewicht und der Umfang des Balls
- 13 Das Spiel mit dem schwächeren Fuß
- 14 Vorbereitung einer Trainingseinheit mit Anfängern
- II Spiele für grundlegende Fertigkeiten und Fähigkeiten
 - 1 Spiele zur Ballführung ohne und mit Gegner
 - 2 Spiele zum Passen, zur Ballan- und -mitnahme und zum Torschuss
 - 3 Spiele zur Abwehr
 - 4 Spiele im Labyrinth
 - 5 Fußballdekathlon
 - 6 Fußballtriathlon 2:2
 - 7 Die Bedeutung von Mehrzweckspielen
- **C Die zweite Fußballentwicklungsstufe: Spiele für**
 - I kindgemäß trainieren
 - 1 Die vereinfachten Spiele – der wichtigste Baustein des Kinder- und Jugendfußballs
 - 2 Was sind vereinfachte Spiele?
 - 3 Für das Spiel trainieren
 - 4 10 Gründe für das Lernen und Lehren mit vereinfachten Spielen
 - 5 Schlussfolgerung
 - 6 Die Korrekturspiele oder -übungen – integraler Bestandteil der vereinfachten Spiele
 - 7 Warum und wozu Korrekturübungen und -spiele?
 - II Programm von 10 vereinfachten Spielen für Zweiermannschaften
 - Erstes vereinfachtes Spiel: 2:1 auf zwei breite Tore
 - Zweites vereinfachtes Spiel: 2:1 mit zwei breiten Toren und Konterangriff
 - Drittes vereinfachtes Spiel: 2:2 auf vier gegenüberstehende Tore
 - Viertes vereinfachtes Spiel: 2-3 x 2:1 mit Torschuss
 - Fünftes vereinfachtes Spiel: 2:2 mit Steilpass zu einer Sturmspitze
 - Sechstes vereinfachtes Spiel: 1:1 im Wechsel
 - Siebtes vereinfachtes Spiel: Ballkontakt mit anschließendem Umspielen des Gegners
 - Achtes vereinfachtes Spiel: Abspiel zum gedeckten Mitspieler
 - Neuntes vereinfachtes Spiel: Ballhalten in der 2:1-Situation

- 10. vereinfachtes Spiel: 2:2 auf zwei breite Tore
- 1 Voraussetzungen, um mit vereinfachten Spielen zu lehren und zu lernen
- 2 Unterrichtsmodell für einen Wettkampf in einem vereinfachten Spiel
- 3 Dem Training den Reiz des Spiels verleihen
- 4 Fußballtriathlon 3:3
- 5 Fußballpentathlon 3:3
- 6 Die 10 Gebote des Fußballtrainings mit Kindern
- 7 Zergliederungs- oder Ganzheitsmethode?
- 8 regeln
- 9 Warum ?
- III Vorbereitende Spiele für zum Erlernen und Lehren technischer und intellektueller Fähigkeiten
 - 01 Minispiele 3:0
 - 1 Über die Notwendigkeit, Fragen zu stellen
 - 2 Test der Spielfähigkeit im
 - 3 Der pentathlon
- IV Die Entwicklung der Spielintelligenz mit den Varianten von
 - 1 mit zurückhängendem Abwehrspieler
 - 1 Vorschlag für eine Saisonplanung mit wettkämpfen
- V Vom zum Fußball 7:7
 - 1 3:3
 - 1 Warum 3:3 mit vier Toren und nicht 4:4 mit zwei Toren?
 - 2 Die Rechte der Kinder beim Fußballspielen
- **D Die dritte Fußballentwicklungsstufe: Spiele für Fußball 5 und für Fußball 7**
 - I Fußball 5 und Fußball 7 kindgemäß trainieren und verstehen lernen
 - 1 Regeln für Fußball 5 (Futsal)
 - 2 Regeln für Fußball 7
 - 3 Warum Fußball 7 und nicht Fußball 11?
 - II Vereinfachte Spiele für Dreiermannschaften
 - 1. Ballhalten 3:1 in zwei getrennten Spielzonen
 - 2. Schnellangriff 3:1 + 2
 - 3. 3:1 mit Aushelfen eines zweiten Verteidigers
 - 4. 3:3 auf vier gegenüberstehenden Toren
 - 5. 3:2 auf zwei breite Tore mit Konterangriff
 - 6. 3:2 + 1 mit drei Mannschaften
 - 7. Ballhalten in der 3:2-Situation
 - 8. Steilpassspiel 3:1 + 1 + 1
 - 9. 3:3 auf zwei breite Tore
 - 10. 3:3 mit Pässen durch eines der vier Tore
 - 11. Flankenschlagen mit Kopfball aufs Tor 3:3
 - 12. Torschüsse mit Gegner- und Zeitdruck
 - 13. 3 gegen 2 mit Torschuss
 - 14. Torschuss unter Zeit- und Gegnerdruck

- III Die Ausbildung des jungen Torhüters
 - 1 Das Profil eines Torhüters
 - 2 Einige wichtige Tipps für Torhüter
 - 3 Das Torhüterentwicklungsmodell
 - 4 Das Abfangen oder Blockieren von flachen, halbhoher und hohen Bällen und das Ablenken des Balls
 - 5 Das Spiel des Torwarts außerhalb des Tors
 - 6 Das offensive Spiel des Torhüters
 - 7 Der Torhüterzehnkampf
- IV Der Fußball-Triathlon 4vs.4
- V Heptathlon
 - Test 1: Individueller Balltransport über eine Strecke von 10 m
 - Test 2: Kollektiver Balltransport mit dem Kopf
 - Test 3: 1 gegen 1-Situation: zwanzig Angriffe im Feld
 - Test 4: 2 gegen 1-Situation: fünf Angriffe
 - Test 5: Schnelles Tor
 - Test 6: Kopfball nach Flanke
 - Test 7: Ballhalten in der 3 gegen 1-Situation
 - Test zum Auswechseln von einem der 7 Tests: Fussball-Tennis "4 gegen 4"
- VI 5:5
 - 1. FORMiño mit offiziellen Regeln
 - 2. Überdribbeln der gegnerischen Endlinie
 - 3. mit Durchdribbeln von 2 breiten Toren
 - 4. mit Handicap
 - 5. auf diagonal gegenüberstehende Tore
 - 6. auf umgekehrte Tore auf den 6-m-Linien
 - 7. im längsgeteilten Feld
 - 8. Ballhalten in der 5:3-Situation mit abwägen von Risiken
 - 9. Ballhalten in der 5 gegen 4-Situation
 - 10. mit Torschuss in eines der 6 Tore
 - 11. mit 2 Bällen gleichzeitig
 - 12. mit Kontern nach jedem Gegentor
 - 13. Schnelles Umschalten
 - 14. Risiko kalkulieren
- **E Die vierte Fußballentwicklungsstufe. Vereinfachte Spiele für Fußball 8**
 - I Fußball 8 kindgemäß trainieren
 - 1 Regeln für Fußball 8
 - 2 Warum Fußball 8 und nicht Fußball 11?
 - II Programm von 12 vereinfachten Spielen für Vierermannschaften
 - Erstes vereinfachtes Spiel: Ballhalten 4:2 in zwei getrennten Zonen
 - Zweites vereinfachtes Spiel: Schnellangriff 4:2 mit drei Mannschaften
 - Drittes vereinfachtes Spiel: Steilpass zu einer „raumgedeckten“ Sturmspitze
 - Viertes vereinfachtes Spiel: Befreiung von Gefangenen

- Fünftes vereinfachtes Spiel: Ballhalten 4:4
- Sechstes vereinfachtes Spiel: Ballführen über die Endlinie
- Siebtes vereinfachtes Spiel: Steilpässe aus dem Mittelfeld
- Achtes vereinfachtes Spiel: Angriff, Torschuss und Konterangriffe
- Neuntes vereinfachtes Spiel: Torschusspiel auf vier Tore
- 10. vereinfachtes Spiel: Flankenschlag mit Kopfball aufs Tor
- 11. Vereinfachtes Spiel: Schulung der gemeinsamen Abwehrarbeit („Doppeln“) von zwei Verteidigern
- 12. vereinfachtes Spiel: Abwehrverhalten in der Unterzahl 3:3

- III Test der Spielfähigkeit für 12 und 13 Jahre alte Spieler
- IV Notwendige Voraussetzungen für die Entwicklung kreativer Fußballspieler
- V Unterschiede zwischen einer modernen und der traditionellen Lehrweise des Fußballs
 - 1 Wie das Talent eines Spielers bis zu seinem 13. Lebensjahr unterstützt und stimuliert werden sollte
 - 2 10 Regeln für eine ständige Verbesserung
 - 3 100 Vorteile beim Arbeiten mit dem altersgerechten Fußballentwicklungsmodell

- **Anhang**
 - Literaturverzeichnis
 - Der Autor: Horst Wein
 - Bildnachweis:
 - Nachruf auf Horst Wein (1941-2016)

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder der Autor noch der Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorgestellten Informationen resultieren, Haftung übernehmen.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit haben wir uns entschlossen, durchgängig die männliche (neutrale) Anredeform zu nutzen, die selbstverständlich die weibliche mit einschließt.

Einige Abbildungen im Innenteil des Buchs waren für die Darstellung im E-Book nicht besonders gut geeignet. Sie können diese bei Bedarf [gesammelt herunterladen](#). Ein entsprechender Verweis ist bei den betroffenen Abbildungen zu finden.

Vorwort



„Wir brauchen intelligente und kreative Spieler!“ Eine Forderung, die man von Trainern dauernd hört. Nicht unbegründet, denn Kreativität und Spielwitz sind entscheidende Kriterien eines erfolgreichen Spiels. Doch wie können wir die dazugehörigen Spieler ausbilden?

Spieler, die zum richtigen Zeitpunkt das Richtige tun. Eben Spieler, die – um ein Spiel erfolgreich zu gestalten – in jeder Spielsituation die richtige Entscheidung treffen und einen passenden Lösungsweg finden. Hierfür bedarf es einer systematischen Entwicklung aller fußballerischen und intellektuellen Fähigkeiten vom Grundlagentraining (Kindesalter) bis zum Leistungstraining. Ein Aspekt, der in der Trainingsplanung leider immer noch viel zu sehr vernachlässigt wird.

Horst Wein beschäftigt sich seit vielen Jahren intensiv mit diesem Thema und beschreibt in seinem Buch auf beeindruckende und nachvollziehbare Art und Weise seine Lehr- und Lernmodelle zur optimalen Entwicklung der Spielintelligenz bei jungen Fußballspielern. Er zeigt Spiel- und Übungsformen auf, die Schritt für Schritt in methodisch sinnvoller Vorgehensweise das Potenzial von Kindern und Jugendlichen erwecken und stimulieren. Der Wechsel

zwischen deduktiven und induktiven Trainervorgaben beinhaltet sowohl das freie, unangeleitete Spiel, in dem die Kinder – wie z. B. im Straßenfußball – selbst entdeckend Erfahrungen sammeln, als auch Übungsformen, bei denen ein Ablauf präzise vorgegeben ist. Horst Wein ist ein Meister darin, Kinder aktiv durch gezielte Fragestellungen zu selbstständigem Denken und Handeln in ihrem Fußballentwicklungsprozess aufzufordern.

Die kindgemäße Lehrweise von Horst Wein hat mich so überzeugt, dass wir diese Spiel- und Übungsformen fest in unser Ausbildungskonzept beim HSV Hamburg aufgenommen haben. Sie ist ein wichtiger Baustein in unserer ganzheitlichen Kinderausbildung. So spielen zum Beispiel unsere Kindermannschaften beim HSV Hamburg anstelle normaler 7:7-Spiele größtenteils **FUNIA** festivals im 3:3 auf vier Tore nach dem Modell von Horst Wein, umgesetzt und organisiert durch unseren Koordinator für diesen Bereich, Frank Fröhling.

Ich stimme Horst Wein voll und ganz zu: „Fußball beginnt im Kopf und nicht im Fuß!“

Meine Empfehlung: Jeder Kinder- und Jugendtrainer sollte sich mit den hervorragenden Gedanken von Horst Wein intensiv auseinandersetzen!

Bernhard Peters Direktor für Sport- und
Nachwuchsausbildung HSV Hamburg

Vorwort des Autors

Kennen Sie die interessante Geschichte eines weltberühmten Konditors? Nein? Dann werde ich sie Ihnen erzählen, weil ich glaube, dass Sie dann mit Ihren jungen Fußballspielern ein sehr viel besseres Training durchführen werden.

Es war einmal ein Konditor, der nicht nur in seiner Heimatstadt, sondern auch weit darüber hinaus mit Abstand die beste Schokoladentorte herstellte, die man sich vorstellen kann. Mit den Jahren wurde er nicht nur bei seiner Kundschaft, sondern auch weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt. Nebenbei wurde er auch sehr wohlhabend, weil immer mehr Menschen seine köstliche Torte probieren wollten.

Was glauben Sie? Sind auch Sie dazu imstande, eine ebenso köstliche Torte wie unser Konditormeister zu backen? Ja oder nein? Natürlich sind Sie dazu imstande! Dies setzt jedoch voraus, dass er Ihnen sein Erfolgsrezept verrät, dessen Herstellung ihn viele Jahre lang viel Schweiß, Mühe und Hunderte von Experimenten mit vielen Fehlern und wenigen Erfolgserlebnissen kostete.

Das Gleiche würde Ihnen passieren, wenn Sie anstatt einer köstlichen Torte optimale Resultate bei der Entwicklung Ihrer jungen Fußballspieler erzielen möchten, insofern Sie über

kein vernünftiges Rezept dafür verfügen. Bevor Sie diese verantwortungsvolle und wichtige Aufgabe mit der Jugend übernehmen können, wäre es daher sinnvoll, einen speziellen Plan für das über Jahre dauernde Training zu haben, der Ihnen Auskunft darüber gibt, wie Sie in jeder Entwicklungsphase des jungen Fußballspielers vorgehen sollten, um die gewünschten Ergebnisse zu erzielen.



Welche Informationen gibt Ihnen denn ein Rezept? Es gibt Ihnen Auskünfte über alle Zutaten (Mehl, Eier, Zucker etc.), die Sie für Ihre Arbeit brauchen. Aber reichen diese Informationen aus, um eine köstliche Torte zu backen bzw. ein optimales Training im Fußball durchzuführen, das alle Kinder stimulieren kann? Natürlich nicht! Man muss darüber hinaus auch die Menge von jeder einzelnen Zutat kennen (Im Fußball würde das bedeuten: Welches technisch-taktische und konditionelle Anforderungsprofil muss ein junger Fußballspieler in seiner jeweiligen Altersklasse

erfüllen?) und wissen, in welcher Reihenfolge sie anzuwenden sind, um zum Erfolg zu kommen.

Was würde passieren, wenn Sie am Anfang des Kuchenbackens bzw. des Anfängertrainings im Fußball die Handlungen ausführen würden, die der Konditormeister in seinem Rezept für den Schluss vorgesehen hat? Würde Ihre Schokoladentorte dann so appetitlich sein, wie die des berühmten Konditormeisters bzw. würde Ihr Training dann Ihre Kinder begeistern und ihr Lernen stimulieren? Ich habe meine Zweifel.

Sicherlich aber wird Ihre Arbeit sowohl als Konditor als auch als Fußballtrainer von Erfolg gekrönt sein, wenn Sie über ein gutes Rezept mit den richtigen Zutaten, den entsprechenden Mengen und einem genauen Ablauf der auszuführenden Handlungen verfügen und es dann mit Sorgfalt Punkt für Punkt anwenden.

Nun frage ich Sie noch einmal: Wäre es Ihnen möglich, eine so wohlschmeckende Schokoladentorte zu backen, wie es nur der weltberühmte Konditormeister konnte bzw. ein Fußballtraining mit Kindern zu leiten, in dem das vereinfachte Spiel der Meister ist (und nicht der Trainer). Er lässt die jungen Spieler Schritt für Schritt und ohne Eile durch eigenes Entdecken wichtige neue Erfahrungen sammeln, die dann im Langzeitgedächtnis gespeichert werden?

Im Falle einer bejahenden Antwort lade ich Sie dazu ein, die nächsten 366 Seiten zu lesen und die vorgeschlagenen Menüs von

„Spielintelligenz im Fußball kindgemäß trainieren“

mit Ihren jungen Spielern auszuprobieren.

A Einführung

1 Das Fußballentwicklungsmodell mit seinen 5 Stufen

In der Natur hat alles seinen geregelten Ablauf. Eine Nacht geht allmählich und ohne jegliche Eile in einen neuen Tag über, so wie ein Nachmittag langsam zum Abend wird und sich dann in eine neue Nacht verwandelt. Eine Jahreszeit folgt der nächsten immer in einer seit Jahrhunderten vorprogrammierten Folge. Die Pflanzen entwickeln sich aus den Samen, so wie jeder Mensch - und auch der Fußballspieler - obligatorisch jede einzelne der vielen Entwicklungsphasen durchlaufen muss, bevor er erwachsen wird. Alles befindet sich in einer natürlichen Ordnung ohne jegliche Eile, weil die Natur keine abrupten Sprünge kennt.

Nur wir, Trainer, Eltern, Spieler oder Offizielle, sind ungeduldig und überstürzen oft die Ereignisse, weil sich unsere Gedanken häufig schneller bewegen als unser Leben. Unsere Hast, die natürlichen Prozesse in der Entwicklung unserer jungen Fußballspieler zu beschleunigen oder gar nicht zu beachten, führt in vielen Fällen zu enttäuschenden

Leistungen vieler unserer Berufsfußballer, die in ihrer Jugend noch als große Talente galten.

Ein Fußballtraining traditioneller Prägung, welches sich den Gesetzen der Natur und ihren Normen nicht anpasst und ihre charakteristischen psychophysischen Besonderheiten nicht berücksichtigt, ist leider im Fußball und insbesondere im Jugendfußball noch weit verbreitet, da, in Ermangelung entsprechender Kenntnisse, weiterhin nach konventionellen Methoden trainiert wird. Jede Veränderung führt zunächst zu einer gewissen Ermüdung und Unbequemlichkeit, bis man sich auf den Wechsel und die neuen Anforderungen eingestellt hat. Zum Schluss können dann nach einer gewissen Zeit die Früchte geerntet werden, die man vorher gesät hat.

Der Lehrweise des Fußballspiels sollte heute wegen ihrer unzweifelhaften Bedeutung, die sie für die Zukunft junger Fußballspieler besitzt, mehr Aufmerksamkeit geschenkt und diese sollte so präzise definiert werden, dass sich jeder Jugendtrainer daran orientieren kann, um dann effektiver und attraktiver lehren zu können.

Die improvisierten Lehr- und Lernmodelle, mit denen in den meisten Klubs in den letzten Jahrzehnten experimentiert wurde, sollten wegen ihrer geringen Effektivität durch ein programmiertes Lehren und Lernen (siehe das Programm von „Fußball kindgemäß trainieren“) abgelöst werden, das bereits in einigen Ländern zu optimalen Ergebnissen beim Lernen des Fußballspielens mit den jüngeren Altersstufen führte.

Um die Lernerfolge in allen Vereinen im Kinder- und Jugendfußball zu optimieren, ist es notwendig, eine Methodik und Didaktik einzuführen, an der sich alle Kinder- und Jugendtrainer orientieren können. Nur so kann erreicht werden, dass alle Kinder und Jugendlichen, unabhängig davon, in welchem Land oder Klub sie aufwachsen, die gleichen Entwicklungsmöglichkeiten haben. Als Folge würde natürlich die Zahl der Talente durch die Verbesserung der Lehrmethoden deutlich ansteigen.

***„Von einem gelungenen Anfang an entwickelt sich
alles zwangsläufig!“***

D. Millmann

Immer noch wird gefordert, dass die besten Fußballlehrer für den Kinder- und Jugendfußball zur Verfügung stehen sollten. Dies bleibt jedoch eine Utopie, weil Trainer im Kinder- und Jugendfußball generell sehr wenig verdienen und alle die, die über ausreichend Erfahrung und Kenntnisse verfügen, eher im Erwachsenenfußball tätig werden, weil hier die Gehälter deutlich höher sind.

Um dieses delikate Problem zu lösen und den Kinder- und Jugendfußballern keinen dauerhaften Schaden zuzufügen, sollten sich die Verantwortlichen in den Verbänden auf ein kindgemäßes Lehr- und Lernmodell für den Kinder- und Jugendfußball einigen, das den wenig erfahrenen Trainern genaue Hinweise darüber gibt, welche Trainingsinhalte und Wettkämpfe in jeder Altersstufe (z.B. für Achtjährige, 10-jährige oder 12-jährige) am effektivsten die Spielfähigkeit der Kinder stimulieren können. Die Folgen wären, ähnlich

wie im Mathematikunterricht oder in anderen Schulfächern, weniger Irrtümer oder Fehler der Lehrer, die optimale Nutzung des Potenzials vieler junger Spieler und somit eine deutliche Anhebung des Spielniveaus von den F-Junioren aufwärts.

Für ein optimales kindgemäßes Lehr- und Lernmodell sprechen insbesondere **der Schwierigkeitsgrad und die Komplexität des Fußballspiels**. Oft müssen wir feststellen, dass sich selbst die besten Fußballspieler sehr häufig im Spiel irren und das mehrmals pro Minute. So ist es üblich, dass bei Jugendspielen und bei den Amateuren innerhalb von einer Minute (davon ist der Ball nur 40 Sekunden im Spiel) beide Mannschaften etwa 5 x den Ball verlieren.

Die traditionelle Lehrweise des Fußballs ist überholt

Das schwache Spielniveau, das in vielen Wettspielen durch die zu häufigen Fehler zum Ausdruck kommt, ist u.a. auf die Mängel in der traditionellen Lehrweise des Fußballs zurückzuführen, die das Potenzial der Spieler nicht optimal entwickeln konnte. Immer noch wissen die meisten Trainer nicht, wie ein Fußballspieler am besten lernt. Das wiederholte Einüben von technischen Fertigkeiten als Voraussetzung eines jeden Spiels dominiert noch immer in den meisten Klubs und Institutionen, in denen Fußball gelehrt wird. Die Trainer wollen häufig alles kontrollieren, anstatt ihren Schülern wiederholt Freiheiten zu geben, um ihrer Fantasie, Kreativität und Vorstellungskraft freien Raum zu geben. Stattdessen instruieren die Fußballlehrer, Ausbilder oder Trainer zu viel und denken für ihre Spieler.

Diese sollten vielmehr mit altersgemäßen Problemen auf dem Spielfeld konfrontiert werden, die sie dann auch selbst zu lösen in der Lage sind.

Fußball für Kinder und Jugendliche sollte immer kind- und spielgemäß gestaltet sein

Fußball wird leider noch in den meisten Teilen der Welt für die Kinder auf die gleiche Art und Weise gelehrt wie für die Erwachsenen, ohne das Spiel in jeder Entwicklungsstufe des Spielers an seine körperlichen und geistigen Fähigkeiten anzupassen, so wie es das nachfolgende Modell vorschlägt. Mit einer attraktiven und effektiven Lehrweise des Fußballs, die ihre Inhalte und Methoden immer dem jungen Spieler anpasst, kann das Spielniveau erheblich angehoben werden.

Das hier beschriebene Fußballentwicklungsmodell wird in fünf Stufen unterteilt (siehe Modell), die sich dem natürlichen Wachsen des Kindes anpassen. Vier Entwicklungsstufen werden dem Spiel der Erwachsenen vorgeschaltet, bis in der fünften Entwicklungsstufe Fußball so gespielt wird, wie man es fast täglich im Fernsehen beobachten kann.

Das Fortschreiten von einer zur anderen Entwicklungsstufe geschieht durch die allmähliche Zunahme der Schwierigkeit und der Komplexität der Spielsituationen (jedes Mal gibt es mehr Spieler und weniger Spielraum), aber auch durch die Forderung, diese immer besser „lesen“ und verstehen und die getroffenen Entscheidungen immer schneller ausführen zu können.

Stufe	Inhalt	Alter	Spielklasse
1 ^o	Spiele grundlegender Fertig- und Fähigkeiten	ab 7 Jahren	E-Junioren
2 ^o	FUNIA -Spiele	ab 8 Jahren	E-Junioren
3 ^o	Spiele für Fußball 5 und Fußball 7	ab 10 Jahren	D-Junioren
4 ^o	Spiele für Fußball 8	ab 13 Jahren	C-Junioren
5 ^o	Spiele für Fußball 11:11	ab 14 Jahren	B-Junioren

Jede der fünf Entwicklungsstufen beinhaltet eine Zusammenstellung von verschiedenen, aufeinander abgestimmten Lehrinhalten, mit denen die Intelligenz und die Spielfähigkeit der jungen Spieler schrittweise entwickelt wird und die dabei immer an bereits bekannte und schon beherrschte technische und taktische Fertigkeiten und Fähigkeiten der vorhergehenden Stufe anschließen. Auf jeder Stufe lernt der junge Spieler meist durch seine Fehler, die ihm durch die Einfachheit der Spielaufgaben fast immer selbst bewusst werden. Weil er die vom Trainer angebotenen Probleme im Spiel, die immer seinem physischen und psychischen Leistungsstand entsprechend angepasst wurden, häufig selbstständig lösen kann, anstatt sie vom Trainer gelöst zu bekommen, wird sein Lernen beschleunigt, gefestigt und in der Qualität verbessert.

Jugendtrainer, die dieses hier ausführlich beschriebene Lehr- und Lernprogramm einige Jahre lang mit ihren jungen Spielern anwenden, befinden sich plötzlich nach acht Jahren an ihrem Lehrziel, d.h. ihre Schüler dazu befähigt zu haben, das Fußballspiel zu beherrschen und es auch in seinen Einzelheiten zu verstehen.

Bevor die Kinder- und Jugendtrainer anhand des Fußballentwicklungsmodells ihre Schüler stimulieren, haben diese, laut Gallahue (1973), die folgenden vier wichtigen Phasen in ihrer motorischen Entwicklung durchlaufen:

Erste Phase der Reflexbewegungen

Bereits vor der Geburt bis ungefähr zum achten Lebensmonat.

Zweite Phase der rudimentären Bewegungen

Ab etwa dem ersten Lebensjahr bis zum Ende des zweiten Lebensjahres.

„Alle haben sich heute an Sofortlösungen in unserem Leben gewöhnt, wie z.B. bei der Zubereitung des Essens (Instantessen), der Aufnahme von Fotos mit der Digitalkamera, beim Kaffeetrinken und bei der sofortigen Übermittlung von Daten per E-Mail. Nun erwarten viele, dass sich auch beim Fußballspielen sofortige Erfolge einstellen.“

Dritte Phase der grundlegenden Bewegungen

Vom zweiten Lebensjahr an bis ungefähr zum sechsten:

- a. initiale Etappe zwischen dem zweiten und dritten Lebensjahr,
- b. elementare Etappe bis zum fünften Lebensjahr und
- c. Reifungsetappe bis etwa zum sechsten Lebensjahr.

Vierte Phase der spezifischen oder sportlichen Bewegungen

Vom sechsten und siebten Lebensjahr an werden die verschiedenen grundlegenden Bewegungen miteinander kombiniert, wie z.B. das Laufen und während des Laufens einen Ball werfen oder mit dem Fuß spielen, einen Ball auf verschiedene Weise zupassen oder laufen, springen und einen Ball in der Luft mit dem Kopf spielen.

Es wird empfohlen, dass die Kinder in dieser Phase mit allgemeinen Übungen ihren Körper, aber auch die verschiedensten Bewegungsformen kennen lernen, bevor sie in einer fünften Phase eine sportspezifische Ausbildung bekommen.

In eine Fußballschule sollten die Kinder ab dem siebten Lebensjahr nur nach ausreichender vorhergehenden Erfahrungssammlung im allgemeinen motorischen Bereich eintreten, um dann mit dem Programm der ersten Entwicklungsstufe, „Spiele für grundlegende Fertigkeiten und Fähigkeiten“, stimuliert zu werden. Von diesem Zeitpunkt an durchläuft dann der junge Spieler das im Entwicklungsmodell konzipierte Programm.

„Alle Trainer haben das gleiche Ziel, aber sie wählen alle verschiedene Wege, um es zu erreichen.“



Die Periodisierung der Ausbildung junger Fußballspieler

Ein optimales Lehr- und Lernmodell zum Erwecken und Entwickeln des Potenzials junger Fußballspieler

Erste Fußballentwicklungsstufe (normalerweise für Mädchen und Jungen ab 7 Jahren)



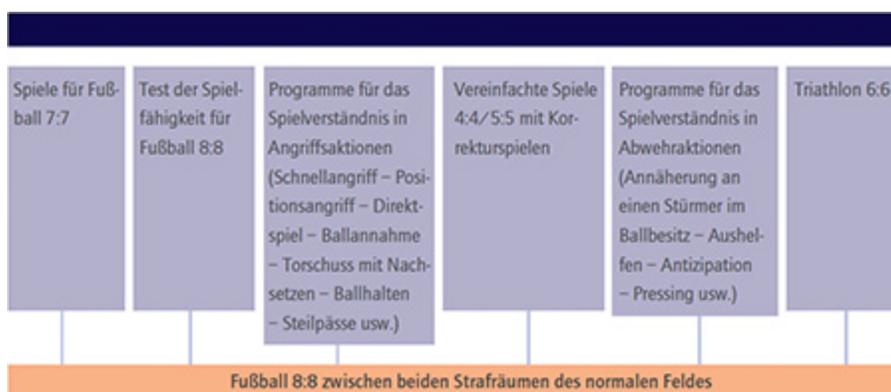
Zweite Fußballentwicklungsstufe (normalerweise für Mädchen und Jungen ab 8 Jahren)



Dritte Fußballentwicklungsstufe (normalerweise für Mädchen und Jungen ab 10 Jahren)



Vierte Fußballentwicklungsstufe (normalerweise für Mädchen und Jungen ab 13 Jahren)



Fünfte Fußballentwicklungsstufe (normalerweise für Spieler ab 14 Jahren)



[Download der Abbildungen](#)

„Die Ausbildung junger Fußballspieler kann man mit einer Reise vergleichen. Bevor sie beginnt, sollte zunächst eine Karte oder ein Programm konsultiert werden, um zu wissen, wohin es geht, damit man sich nicht verläuft und auch nicht unnötig Zeit und Energie verliert.“

2 Warum ein Entwicklungsmodell?

Um mit diesem Entwicklungsmodell arbeiten zu können, sind für den Trainer spezifische Vorkenntnisse und Erfahrungen in der Sportart Fußball zwar wünschenswert, jedoch nicht zwingend erforderlich. Seine Begeisterung für die Kinder und den Fußball sowie der Wille, das Training mithilfe des Entwicklungsmodells so effektiv und attraktiv wie möglich zu gestalten, ist viel wichtiger.

Wenn der Trainer einmal die angebotenen „Rezepte“ studiert und verstanden hat, so kennt er nicht nur die Lehr- und Lerninhalte in jeder der Entwicklungsstufen (unter acht, unter 10, unter 12, unter 14 und unter 16 Jahren), sondern auch die Lehrmethoden, die er anwenden muss, um die Ziele in jeder der Altersstufen zu erreichen.

Dank des Fußballentwicklungsmodells kennen darüber hinaus auch die jungen Spieler die verschiedenen Haupt- und Nebenziele jeder Saison. So wissen sie zu jedem Zeitpunkt, was ihnen noch fehlt, um diese zu erreichen. Diese Kenntnisse motivieren sie, alle ihre Kräfte zu mobilisieren, um die vorgegebenen Lernziele zu erfüllen. Aber auch für den Trainer ist es leicht, am Schluss der Saison festzustellen, ob alle seine Lehrziele mit seinen Schülern erreicht wurden oder nicht.

Das Fußballentwicklungsmodell ist in jeder seiner Entwicklungsstufen hierarchisch aufgebaut, denn jedes globale Ziel, das in einer Entwicklungsstufe erreicht werden soll (z.B. die „Spiele für Minifußball“), hat mehrere partielle und spezifische Ziele, wie z.B. das vereinfachte Spiel „2:2 auf vier Tore über Kreuz“ auf einer noch elementareren Stufe verschiedene Korrekturspiele, deren Anwendung erst die korrekte technisch-taktische Ausführung des oben genannten vereinfachten Spiels möglich macht.

Bei der Festlegung der globalen und partiellen Lehr- und Lernziele wurde immer der psychisch-motorische Entwicklungsstand der Spieler in jeder der fünf Entwicklungsstufen berücksichtigt, wobei davon ausgegangen wurde, dass bestimmte Ziele erst bei einem bestimmten Reifungsgrad der jungen Spieler erreicht werden können und nicht früher.

Anstatt den jungen Spielern zu schwierige und zu komplexe Übungen oder vereinfachte Spiele anzubieten, was leider noch häufig im Training, aber besonders in der problematischen Wettkampfstruktur geschieht, wurden Übungen und Spiele mit Problemen programmiert, welche die Spieler ohne viele Schwierigkeiten lösen können. Diese Übungen und vereinfachten Spiele wurden immer ihren Fähigkeiten, Interessen und Erwartungen angepasst. Das heißt, dass sich nicht der Spieler dem Fußball anpassen muss, sondern dass die Inhalte und Methoden des Fußballs sich der jeweiligen Altersstufe des Kindes anpassen! Dadurch, dass diese Übungen und Spiele den Situationen gleichen, die das Kind am Wochenende im Wettspiel antrifft,

kommt es für die jungen Spieler zu einem unproblematischen Transfer zwischen dem, was der Wettkampf verlangt und dem, was im Training geübt wird.

Das Fortschreiten von einer zur anderen Entwicklungsstufe oder von einem Lehrziel zum nächsten wird durch eine allmähliche Zunahme der Schwierigkeit und Komplexität der vereinfachten Spiele oder der Übungen erreicht, wobei der Drei-Phasen-Prozess (Vier-Phasen-Prozess) der **Wahrnehmung, (des Verstehens und der Analyse) der Entscheidungsfindung und auch der Ausführung der technisch-taktischen Spielaktion** durch die zunehmende Erfahrung der Spieler jedes Mal schneller ablaufen wird.

Das Endziel der Arbeit mit dem Fußballentwicklungsmodell besteht darin, nach Durchlauf aller Trainingsprogramme der fünf Entwicklungsstufen, intelligentere und komplettere Fußballspieler als bisher zur Verfügung zu haben, welche den hohen Ansprüchen des modernen Fußballs gewachsen sind.

3 Eine neue Periodisierung der Wettkampfstruktur im Kinder- und Jugendfußball - wichtiger Baustein einer optimalen Leistungsentwicklung

Wenn selbst die besten Spieler in wichtigen Spielen in ihren Aktionen auf dem Feld mehr als 30 % Fehler begehen, dann muss man zugeben, dass Fußball ein sehr komplizierter und schwieriger zu erlernender Sport ist.

Und wenn uns die Statistiken von Jugendspielen zeigen, dass in einer Minute Spielzeit (d.h. in 40 Sekunden mit dem Ball im Spiel) der Ballbesitz zwischen den Mannschaften häufig bis zu 5 x wechselt, dann sollten wir uns fragen: Sind unsere Lehrmethoden vielleicht überholt? Sind die Trainer heute ungenügend ausgebildet? Oder müssen wir die jungen Spieler für diese hohe Prozentzahl von Fehlern verantwortlich machen?

Ohne Zweifel, die Verantwortlichen für die zu hohe Fehlerquote und das häufig schwache Niveau der Spiele im Kinder- und Jugendfußball sind jene, die unsere jungen Spieler mit dem Fußball 11:11 auf dem großen Feld völlig überfordern und ihnen auf dem Platz die gleichen Probleme zu lösen geben, mit denen auch die professionellen Fußballspieler konfrontiert werden, und dass, ohne vorher die jungen Spieler systematisch an die Komplexität und die Schwierigkeit des Erwachsenenspiels herangeführt zu haben.

Jedes Mal, wenn Kinder an eine neue Aufgabe, sowohl im motorischen als auch im mentalen Bereich, nicht langsam und progressiv herangeführt werden, haben sie Schwierigkeiten und scheitern häufig. Bedingt durch die im großen Spiel zu beobachtende Fehlerhäufigkeit, verlieren viele junge Spieler ihr Selbstvertrauen, das Interesse und auch die Motivation zum Weiterlernen. Sie fühlen sich unfähig, die komplizierten Probleme in den Griff zu bekommen und sie mit Erfolg zum Nutzen ihrer Mannschaft zu lösen, weil sie bei den häufigen Zusammenballungen von vielen Spielern rund um den Ball nicht genügend Zeit und Raum haben, um einen guten Spielzug auszuführen. Aus diesem Grunde lösen sie die komplexen Spielsituationen auf ihre Weise: mit einem weiten Befreiungsschlag des Balls aus der Gefahrenzone. Sie spielen Fußball mehr gegen als mit dem Ball!

Das Gefühl, die auftretenden Probleme auf dem großen Spielfeld nicht lösen zu können, bewegt viele junge Spieler zwischen 10 und 16 Jahren dazu, sich vom Fußballspiel abzuwenden und eine andere Sportart zu betreiben, in denen sie mehr Hauptdarsteller sein können und darüber hinaus die Gewissheit haben, kompetenter als im Fußball zu sein. Die Motivation eines Spielers ist es, nicht nur seine Umgebung zu beherrschen und sich fähig für etwas zu fühlen, sondern auch seinen Freunden gegenüber seine Fertigkeiten und Fähigkeiten im Sport beweisen zu können.

Aus diesem Grunde ist es wichtig, die Jugend mit einem Fußballspiel zu konfrontieren, das sich ihren körperlichen und geistigen Fähigkeiten in jeder Altersstufe perfekt anpasst. **Denn nur, wenn sich die Anforderungen des Spiels mit den geistigen und körperlichen Fähigkeiten des Kindes decken, wird der junge Spieler effektiv und mit Spaß das Fußballspiel erlernen.**

FUNINIO auf vier Tore und seine vielen Varianten ist für die Acht- und Neunjährigen ein maßgeschneiderter Wettkampf, der alle ihre Wünsche und Erwartungen erfüllt, genauso wie es Fußball 5:5 für die 10-Jährigen, das Fußballspiel 7:7 quer über das normale Spielfeld für die 11- und 12-Jährigen ist. In beiden Wettspielformen hat der junge Spieler, bedingt durch die geringere Spielerzahl, das kleinere Spielfeld und den Ball Nr. 4, mehr Erfolgserlebnisse und Glücksgefühle, als das beim großen Spiel auf dem großen Platz der Fall ist. Die Spieler identifizieren sich mit diesen Spielen, weil sie das Gefühl haben, fähig zu sein und das Spiel zu verstehen und zu beherrschen.

In der gleichen Weise, wie ein junger Spieler geistig und körperlich wächst, sollte auch der Schwierigkeitsgrad und die Komplexität seines Fußballspiels zunehmen. In diesem natürlichen Prozess darf es keine Eile geben, genauso wie auch das Wachstum der Jugend langsam, aber ständig und ohne jegliche Hast fortschreitet. In einer gut geplanten Fußballe Ausbildung wächst der junge Spieler zusammen und gleichzeitig mit der Komplexität seines Fußballspiels.

Das größte Hindernis für den Fortschritt beim Fußballspiel ist die Gewohnheit, immer das Gleiche zu tun. Ohne viel zu überlegen und kritisch zu sein, werden aus Bequemlichkeit häufig alte, längst ausgediente Angewohnheiten, Regeln und Normen übernommen, obwohl sie bereits seit Jahren als überholt gelten. Das gilt sowohl für das Training als auch für die Struktur der Fußballwettspiele im Kinder- und im Jugendfußball.

Das Bewusstsein, in der Vergangenheit Fehler in der Ausbildung unserer jungen Fußballspieler begangen zu haben und aus diesen zu lernen, ist wichtig für die weitere Entwicklung unseres Fußballspiels.

Periodisierung einer optimalen Wettkampfstruktur im deutschen Kinder- und Jugendfußball

Altersklasse	Spielformen	Rotation	Ball	Spielfeld	m ² /Spieler	Dauer	Schiedsric
8/9 Jahre	FUNINIO 3v3	1	Nr. 3 (4)	25 x 35 m	125 m ²	3 x 10 min	16 Jahre
10 Jahre	FUNINIO + Fußball 5	1 oder 2	Nr. 4	20 x 40 m	80 m ²	3 x 15 min	18 Jahre
11/12 Jahre	Fußball 7	3	Nr. 4	60 x 40 m	170 m ²	3 x 20 min	18 Jahre
13 Jahre	Fußball 8	4	Nr. 4	zwischen Strafräumen	262 m ²	3 x 25 min	20 Jahre
ab 14 Jahre	Fußball 11	5	Nr. 5	60 x 100 m	272 m ²	3 x 35 min	21 Jahre