

Serie Spielform 4:4 - Teil 4

Im 4. und letzten Teil der Serie geht es um das Training der Spielübersicht. Ballhalten in den eigenen Reihen und unter Raum und Zeitdruck den Durchblick behalten.



Liebe Trainer-Kollegen!

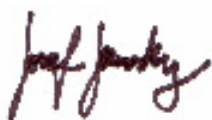
Die Spielform 4:4 bietet in ihren Variationen eine optimale Möglichkeit, eine Vielzahl an Aspekten des Fußballs im Training in integrierter, spielerischer Form zu entwickeln.

Die Spielform ist groß genug, um der Komplexität des Fußballspiels gerecht zu werden. So werden bereits 2 Linien gebildet (Beispiel 2:2 System) und das Absichern, die Blockbildung und das Verschieben sind wichtige Aspekte der Raumdeckung, die geschult werden können.

Die Spielform ist klein genug, um in einem übersichtlichen Format, eine möglichst große Anzahl an Ballkontakten je Spieler zu gewährleisten. Alle Spieler müssen ständig unter Raum- und Zeitdruck Verantwortung übernehmen und Spielsituationen lösen. Niemand kann sich verstecken. Und natürlich sind die zahlreichen Tor- und Abschlusszenen die größte Motivation für alle Beteiligten.

Im Namen des *ballrund*-Teams wünsche ich euch viel Freude und Erfolg mit der vorliegenden Übungssammlung!

Mit freundlichen sportlichen Grüßen,

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'Josef Jansky'.

Mag. Josef Jansky

Viele-Tore-Spiel

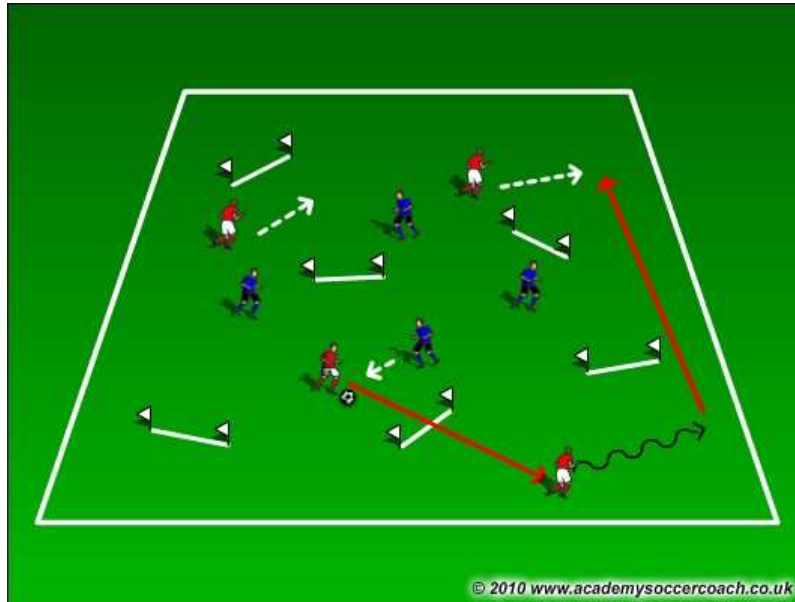


Abb. 20 – Spielform 4:4 – Viele-Tore-Spiel

Beschreibung:

- einige Hütchentore stehen verteilt am Spielfeld (ca. 6).
- **Ziel** ist es, durch die Hütchentore zu spielen und das Zuspiel von einem Mitspieler sicher zu kontrollieren (1 Punkt).
Anschließend muss auf ein anderes Tor gespielt werden.

Übersichtspiel 1 (4:4 mit 4 Außenspielern)



Abb. 21 – Spielform 4:4 – Übersichtspiel 1

Beschreibung:

- 4:4 mit 4 Außenspielern.

- **Ziel** ist es, möglichst lange Zeit den Ball in den eigenen Reihen zu halten, unter Einbeziehung der 4 Außenspieler. Diese dürfen den Ball mehrmals oder nur einmal berühren, nicht aber zum selben Spieler wieder zurückspielen.

- *Variation:* auch Pass (u.a. Wechselfass) von Außenspieler zu Außenspieler ist möglich.

- *Regel:* Anzahl der Ballkontakte festlegen!

Übersichtspiel 2

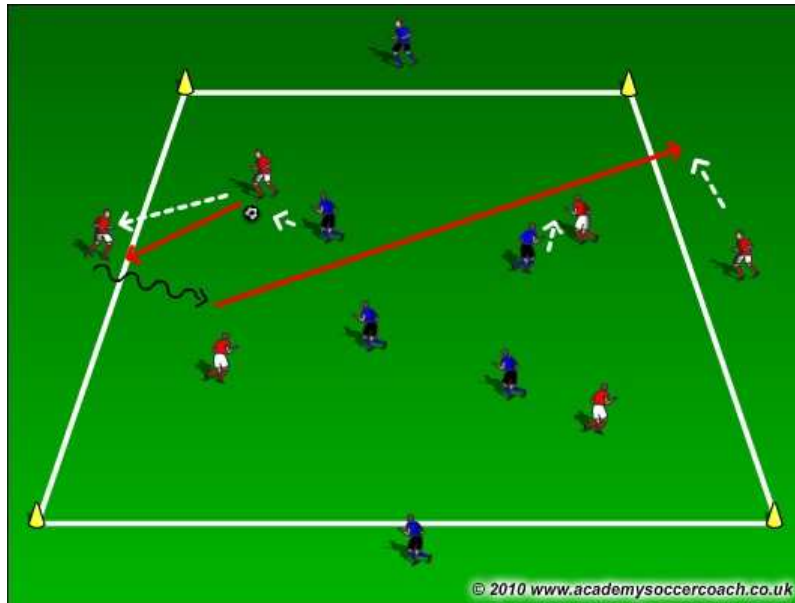


Abb. 22 – Spielform 4:4 – Übersichtspiel 2

Beschreibung:

- 4:4 mit je 2 Außenspielern. Je 2 Außenspieler spielen mit einer Mannschaft zusammen.

- *Variation:* wird ein Außenspieler angespielt, so kann er ins Spielfeld wechseln, sein Platz muss von einem Mitspieler besetzt werden.

Übersichtspiel 3

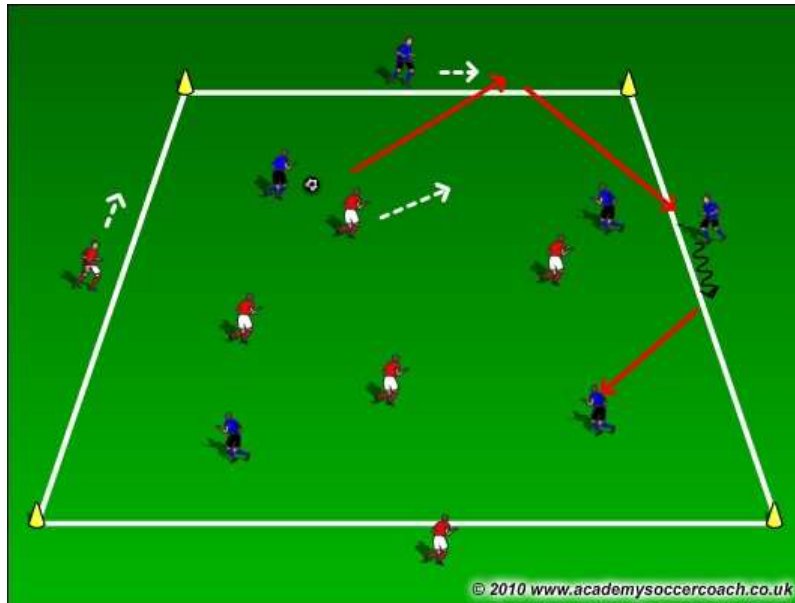


Abb. 23 – Spielform 4:4 – Übersichtspiel 3

Beschreibung:

- 4:4 mit je 2 Außenspielern.
- siehe Übersichtspiel 2
- *Variation:* Außenspieler sind diagonal aufgestellt!

Übersichtspiel 4

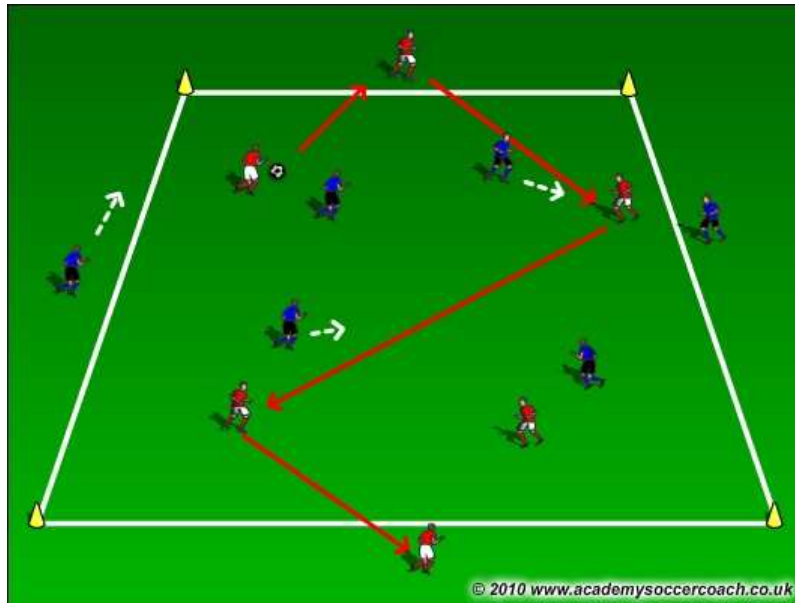


Abb. 24 – Spielform 4:4 – Übersichtspiel 4

Beschreibung:

- 4:4 mit je 2 Außenspielern.
- **Ziel** ist es, die beiden Außenspieler anzuspelen, ohne dass die gegnerische Mannschaft eingreifen kann.
- **Regel:** Die Außenspieler sollen den Ball mehrmals oder direkt spielen.

SPIELFORM 4:4



Legende



Abb. 25 - Legende