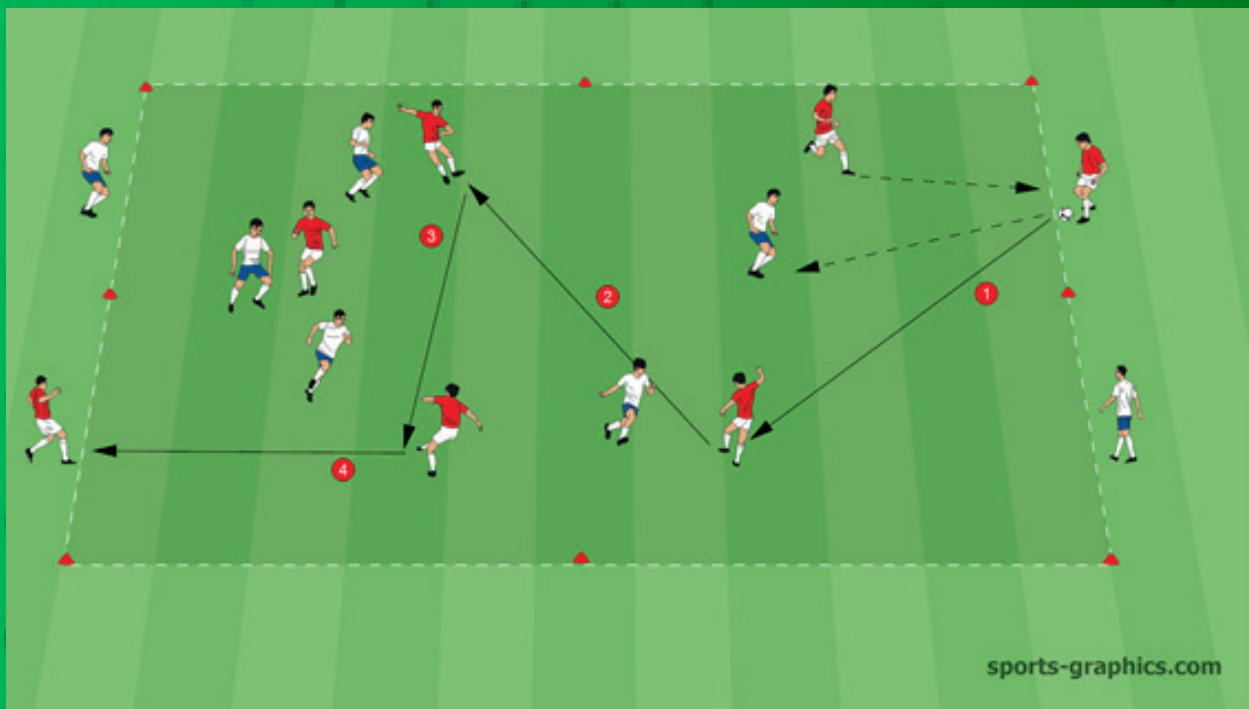


TEAMSPORTBEDARF.DE

Trainingshilfen - Trainerbedarf - Trainingspläne - Vereinsbedarf - Sportplatzbedarf - Sportbekleidung



sports-graphics.com

Fußball-

Positionsspiele

10 Trainingsübungen (inkl. Video)
+ Informationen zum Thema

mit Videolinks!



Autor: Peter Schreiner



Offizieller Partner für Trainingshilfen



Autor Peter Schreiner

Peter Schreiner gilt als weltweit anerkannter Experte für den Kinder- und Jugendfußball. Der ehemalige Trainer, unter anderem U19 Schalke 04, ist Gründer des Instituts für Jugendfußball und ein gefragter Trainersausbilder, Autor und Referent mit zahlreichen Auftritten auf Fußballkongressen (DFB, BDFL, AEFCA) in über 28 Ländern.



Peter Schreiner - auf dem rechten Bild mit dem ehem. Nationaltrainer von Chile (derzeit: Honduras) Reinaldo Rueda

Mittlerweile summiert sich die Zahl seiner Auftritte auf über 200 nationale und internationale Fortbildungsveranstaltungen und Kongresse, unter anderem für den DFB, BDFL, AEFCA, brasilianischen, chilenischen, mexikanischen, chinesischen, kolumbianischen und polnischen Fußballverband.

Viele seiner Publikationen, die er unter anderem mit namenhaften Co-Autoren veröffentlichte, darunter Norbert Elgert, Peter Hyballa, Horst Wein, Ralf Peter, Sven Hübscher, Matthias Nowak und Steven Turek, zählen heute zu Standardwerken, hierzu zählen unter anderem „Die Kunst des Angriffsfußballs“, und „Entwicklung der Spielintelligenz“.

1996 gründete er das Institut für Jugendfußball (IFJ96) und hatte immer das Ziel vor Augen, moderne Trainingsideen und Philosophien für die breite Masse der Trainer zugänglich zu machen. 2006 gründete er zusammen mit Dr. Marion Becker-Richter, die Sportsoftwarefirma easy Sports-Software. Die entwickelten Programme easy Sports-Graphics und easy Animation, setzten schnell neue Maßstäbe für die detaillierte Darstellung von Trainingsformen und Taktiken, die Verbände, Verleger und Vereine in Ihrer täglichen Arbeit nutzen, unter anderem viele Leistungszentren, die Sporthochschule Köln, die Hennes Weisweiler Akademie, Meyer&Meyer Verlag, Bayern München, DFB (Hansi Flick ist schon seit Jahren Fan der Software) und viele andere Topvereine.

Zu seinem Fachgebiet zählen:

- Torschuss-Training (u.a. Individualtraining für Stürmer)
- Kinder und Jugendfußball (Positionsspiele , Dribbel- und Fintentraining)

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Genehmigung von uns unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigung, Mikroverfilmung und Einspeicherung in elektronische Systeme. Die vorliegenden Trainingsübungen sind sorgfältig erarbeitet worden. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Die Haftung der Autoren für Personen-, Vermögens- oder Gesundheitsschäden, die sich aus in diesen Trainingsübungen gemachten Empfehlungen ergeben, ist ausgeschlossen. Verwendete Produktnamen sollen nicht zu der Annahme führen, dass diese Bezeichnungen frei verfügbar sind. Die Grafiken und Animationen wurden mit easy Sports-Graphics und easy Animation erstellt.

10 Positionsspiele für ein perfektes Angriffsspiel

Dreiecke bilden - Überzahl am Ball schaffen -
Offene Körperposition – Lücken erkennen und nutzen -
Deckungsschatten verlassen – Spiel verlagern -
Ballbesitz sichern

Positionsspiel als Voraussetzung für erfolgreichen Positionsangriff

Die weltbesten Mannschaften schaffen es, auch in extremen Drucksituationen und aggressivem Gegenpressing den Ball zu sichern und ein sicheres Aufbauspiel von hinten heraus zu gestalten.

Die wichtigste Voraussetzung für erfolgreiche Positionsangriffe ist die Fähigkeit des gesamten Teams, den Ball auch unter Druck in den eigenen Reihen zu halten.

Ballbesitz ist zwar keine Garantie für den Sieg, bedeutet aber, Tempo und Rhythmus des Spiels bestimmen zu können und den Gegner zu viel Laufarbeit zu zwingen.

Spitzenmannschaften zeichnen sich durch eine beinahe perfekte Ballsicherung in allen Spielsituationen aus.

Im Lernprozess zur Sicherung des Ballbesitzes eignen sich sehr gut kleine und große Positionsspiele als Voraussetzung für erfolgreiche Positionsangriffe.

Einen Positionsangriff startet man immer dann, wenn ein schneller Konterangriff nicht möglich ist. Er ist durch einen sicheren Spielaufbau gekennzeichnet und kann als Flügel- oder Frontalangriff durch die Mitte erfolgen.

Die angreifende Mannschaft spielt den Ball mit gezielten und sicheren Passfolgen aus dem Abwehrdrittel über das Mittelfeld in die Angriffszone, um Erfolg versprechende Torschussgelegenheiten vorzubereiten.

Definition „Positionsspiele“

Positionsspiele sind kleine Spiele in Gleich- Unter- oder Überzahl ohne Tor mit unterschiedlichen - meist taktischen - Aufgaben.

Mögliche Aufgaben:

- Ballhalten auf Zeit
- Bestimmte Kontakte erreichen
- Felderwechsel nach vorgegebener Anzahl von Kontakten
- Kontaktbegrenzung: direkt, zwei Kontakte, drei Kontakte, freies Spiel
- Nach dem Pass eine Zusatzaufgabe (Sprint um Hütchen).

Peter Schreiner zeigt, wie man mit seiner Mannschaft mit Positionsspielen wichtige technisch-taktische Voraussetzungen trainiert, um eine formierte und gut organisierte Abwehr unter Druck zu setzen.

Die wichtigsten Coachingpunkte beim Training des Positionsspiels sind:

- Spielfeldseiten und Zentrum besetzen
- Permanent freilaufen
- Dreiecke bilden
- Überzahl am Ball schaffen
- Offene Körperposition einnehmen
- Erste und zweite Lücke nutzen
- Deckungsschatten verlassen
- Spiel verlagern
- Ballbesitz sichern

Abgestimmtes Laufverhalten

Fußball ist in hohem Maße ein Spiel ohne Ball. Jeder Spieler ist während eines Spiels durchschnittlich nur 1,5 bis 2 Minuten im Ballbesitz.

Die Bewegungen der Spieler ohne Ball müssen aufeinander abgestimmt sein und dem Mann am Ball möglichst viele und gute Zuspielmöglichkeiten eröffnen. Welche Möglichkeit er wählt, hängt von seiner taktischen Einschätzung der Spielsituation ab.

Beim Freilaufen löst sich ein Spieler von seinem Gegner, damit er entweder den Ball ungestört kontrollieren kann oder dem Ballbesitzer einen möglichst großen Zuspielwinkel eröffnet. Dabei ist das Zusammenwirken aller Spieler auch darauf ausgerichtet, die Defensivarbeit des Gegners zu erschweren.

Mit den 10 folgenden Positionsspielen lernen ihre Spieler, sich intelligent freizulaufen, den Ballbesitz zu sichern, Überzahlsituationen herauszuspielen, das Spiel schnell zu verlagern, um dann einen Angriff mit einem Torschuss erfolgreich abzuschließen.

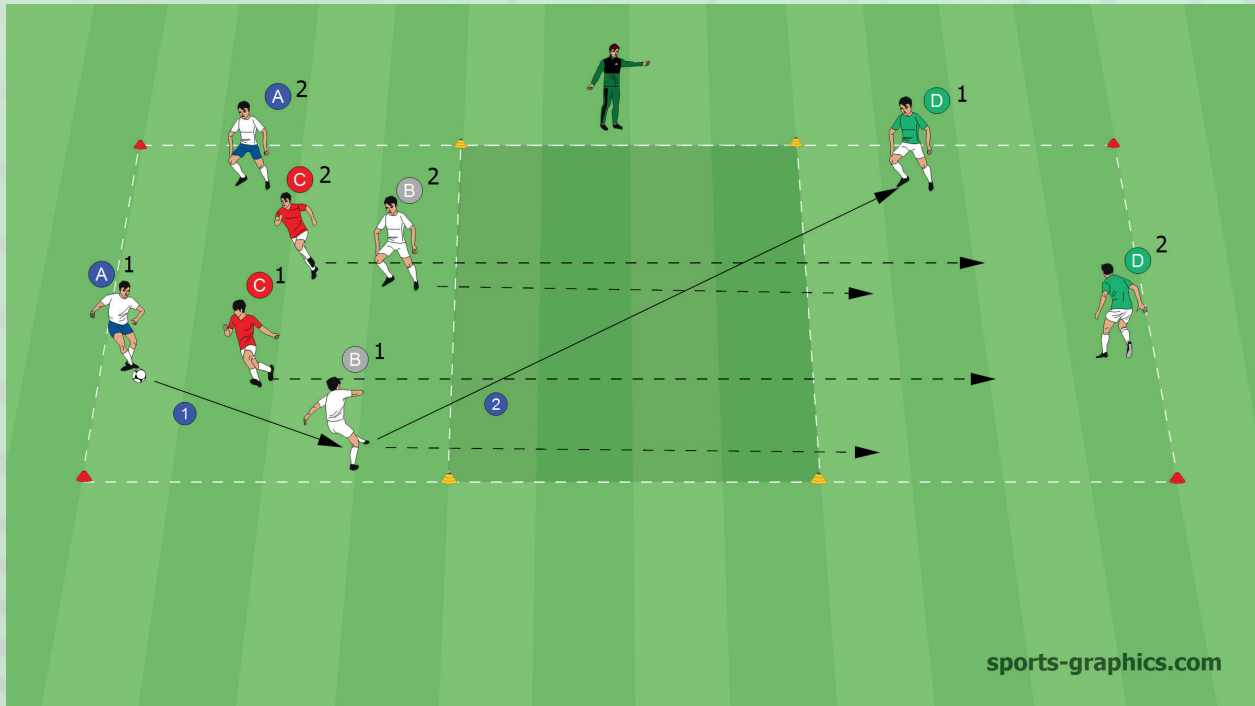
Trainingsziele:

- Sicheres Passspiel
- Geschicktes Freilaufen
- Dreiecksbildung
- Beste Passmöglichkeiten erkennen
- Heraus aus dem Deckungsschatten (Lücken erkennen und nutzen)

02

Positionsspiele - Übung 02

4 plus 2 gegen 2



Organisation / Aufbau:

Drei Felder je nach Leistungsvermögen 8m x 12m aufbauen, im linken Feld wird 4 gegen 2 gespielt, das mittlere Feld bleibt frei, im rechten Außenfeldern sind zwei Spieler, 1 Ball (+ Ersatzbälle)

Ablauf:

- 4 gegen 2 im linken Feld.
- Nach einer Spielverlagerung ins rechte Felder rücken sofort zwei Angreifer und zwei Abwehrspieler zum erneuten 4 gegen 2 nach.
- Das Paar, das einen Fehler macht, wird zu Abwehrspielern.

Trainingsziele:

- Spiel in die Tiefe
- Spielverlagerung und Nachrücken
- Dreiecksbildung

Variationen:

- Es sind nur zwei Kontakte erlaubt.
- Direktes Spiel

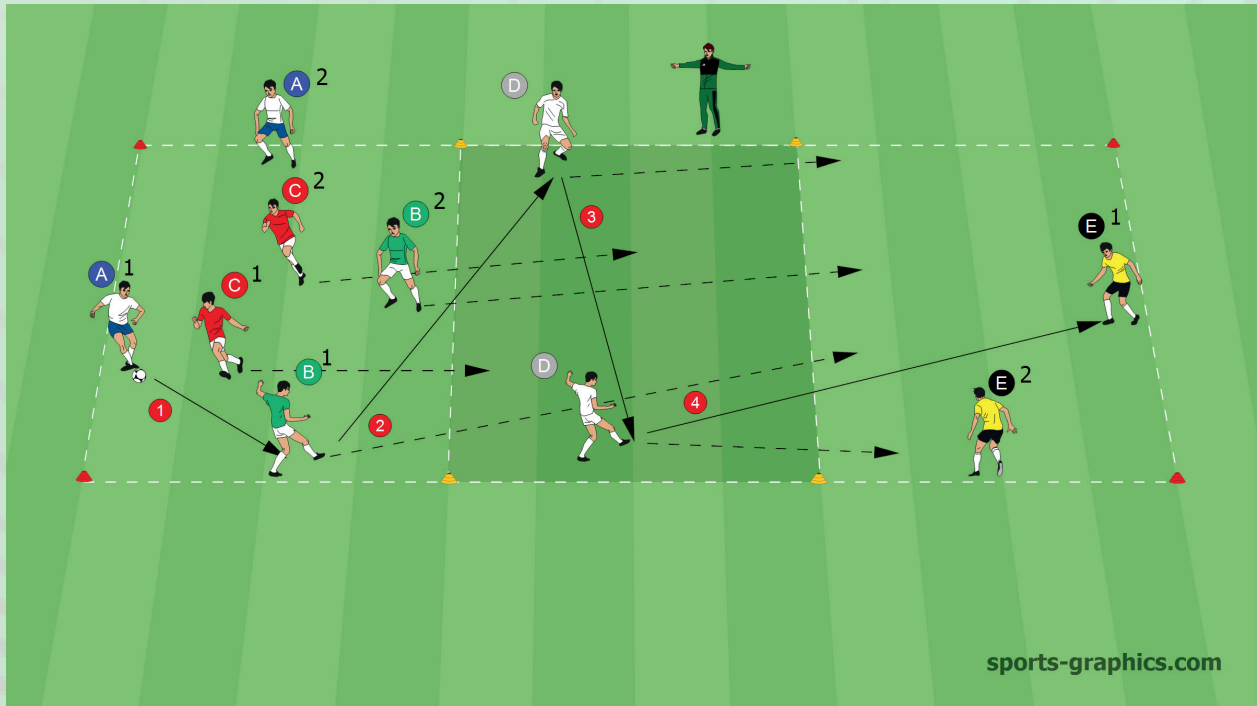
Videolink:



03

Positionsspiele - Übung 03

4 gegen 2 + 2 + 2



Organisation / Aufbau:

Drei Felder je nach Leistungsvermögen 8m x 12m aufbauen, im linken Feld wird 4 gegen 2 gespielt, im mittleren Feld sind zwei Spieler, im rechten Außenfeldern sind zwei Spieler, 1 Ball (+ Ersatzbälle)

Ablauf:

- Es wird 4 gegen 2 gespielt, mit Pässen über das Mittelrechteck in das andere Außenfeld.
- A1 und A2 spielen gemeinsam mit B1 und B2 gegen C1 und C2.
- D1 und D2 warten im Mittelrechteck auf einen Pass aus dem Startfeld
- Ziel ist es, über das Mittelrechteck ins nächste Quadrat zu passen und dort ein weiteres 4 gegen 2 zu starten.
- Bei einem Fehler gehen die beiden Spieler einer Farbe in die Mitte.

Trainingsziele:

- Spiel in die Tiefe
- Spielverlagerung und Nachrücken
- Dreiecksbildung

Variationen:

- Es sind nur zwei Kontakte erlaubt.
- Direktes Spiel

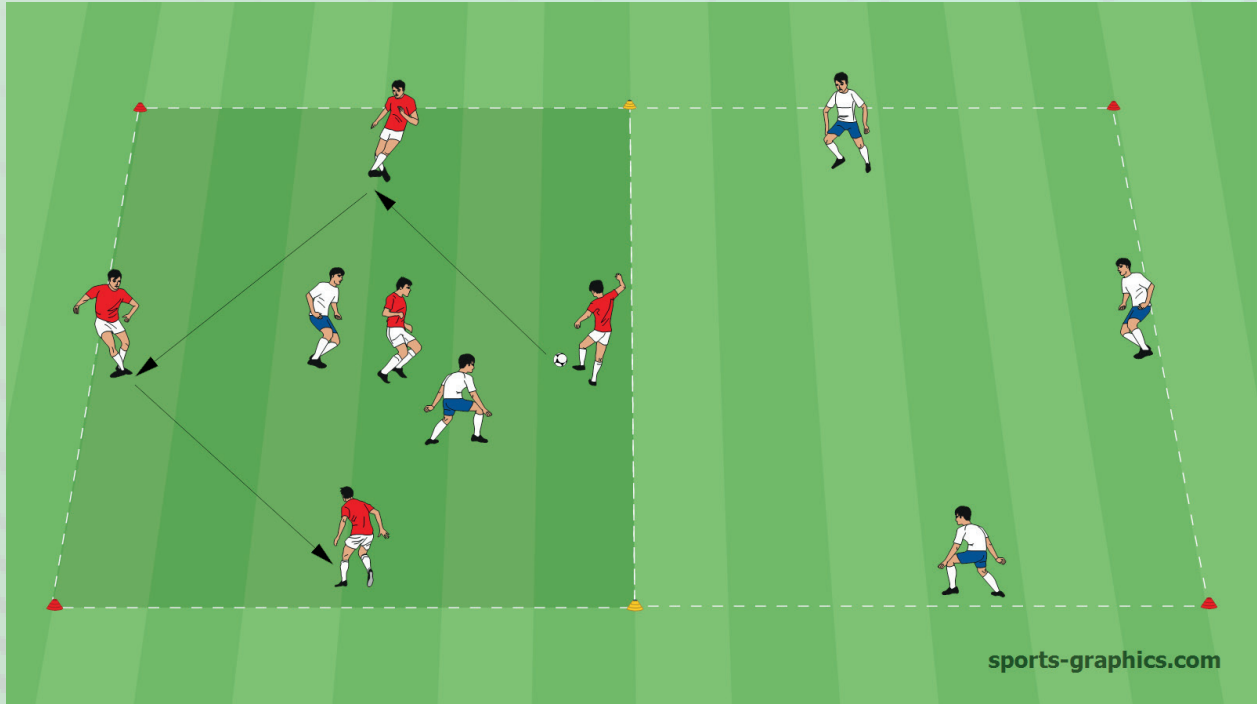
Videolink:



04

Positionsspiele - Übung 04

5 gegen 2 auf zwei Feldern



Organisation / Aufbau:

Zwei Felder je nach Leistungsvermögen 8m x 12m bis 12m x 16m aufbauen, im linken Feld wird 5 gegen 2 gespielt, im rechten Außenfeldern sind drei Spieler, 1 Ball (+ Ersatzbälle)

Coaching Punkte:

- Viele Dreiecke bilden
- Zentrum besetzen
- Optimale Zuspielwinkel
- Gute Feldbesetzung (in Rautenform)

Ablauf:

- Es wird 5 gegen 2 gespielt.
- 10 Pässe ohne Gegnerberührung ergeben 1 Punkt.
- Bei Ballgewinn (2 Kontakten, Ball herüberspielen) durch Abwehr wechseln die Spieler die Seite zum erneuten 5 gegen 2.

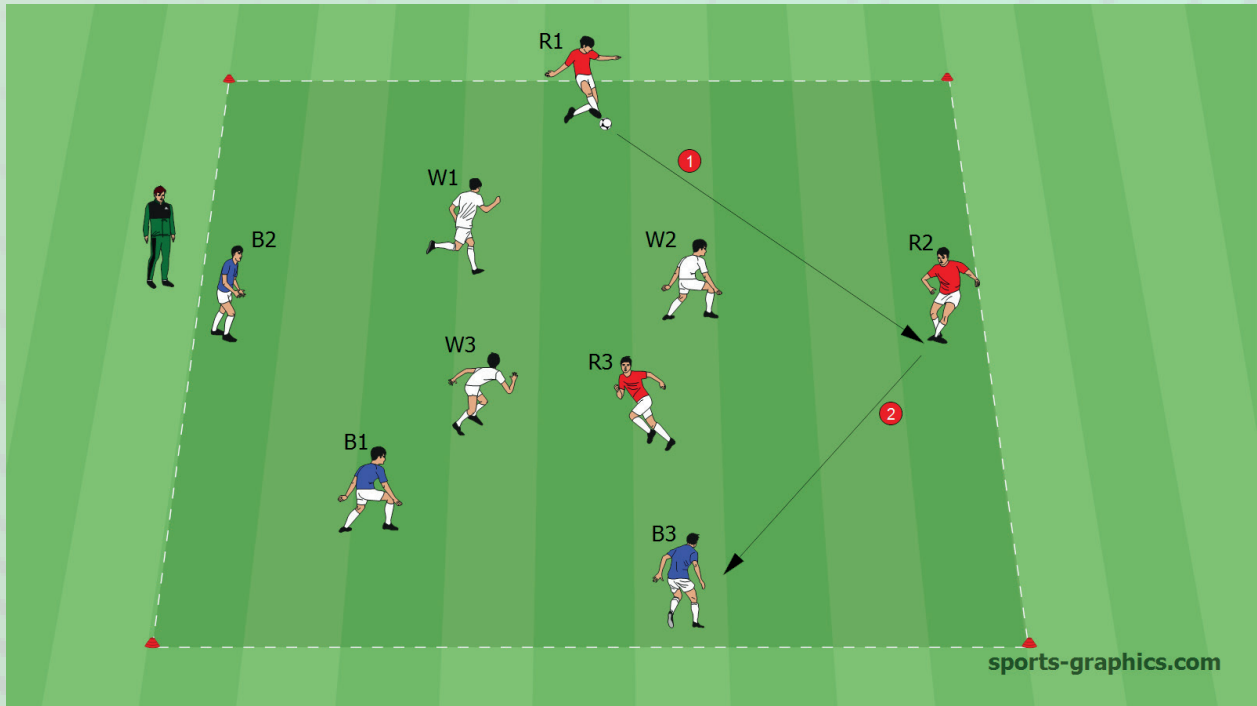
Videolink:



05

Positionsspiele - Übung 05

6 gegen 3 (Dreifarbenspiel)



Organisation / Aufbau:

Ein Rechteck 15m x 20m aufbauen, 3 Gruppe a 3 Spieler, 1 Ball (+ Ersatzbälle)

Trainingsziele:

- Schulung der Wahrnehmung
- Schnelles Umschalten
- Lücken erkennen und nutzen (1. und 2. Lücke)

Ablauf:

- Rot und Blau spielen frei 6 gegen 3 gegen die weißen Spieler.
- Bei einem Fehler geht die 3er-Gruppe in die Mitte, die den Fehler gemacht hat.

Variation:

Spiel mit 2 Kontakten

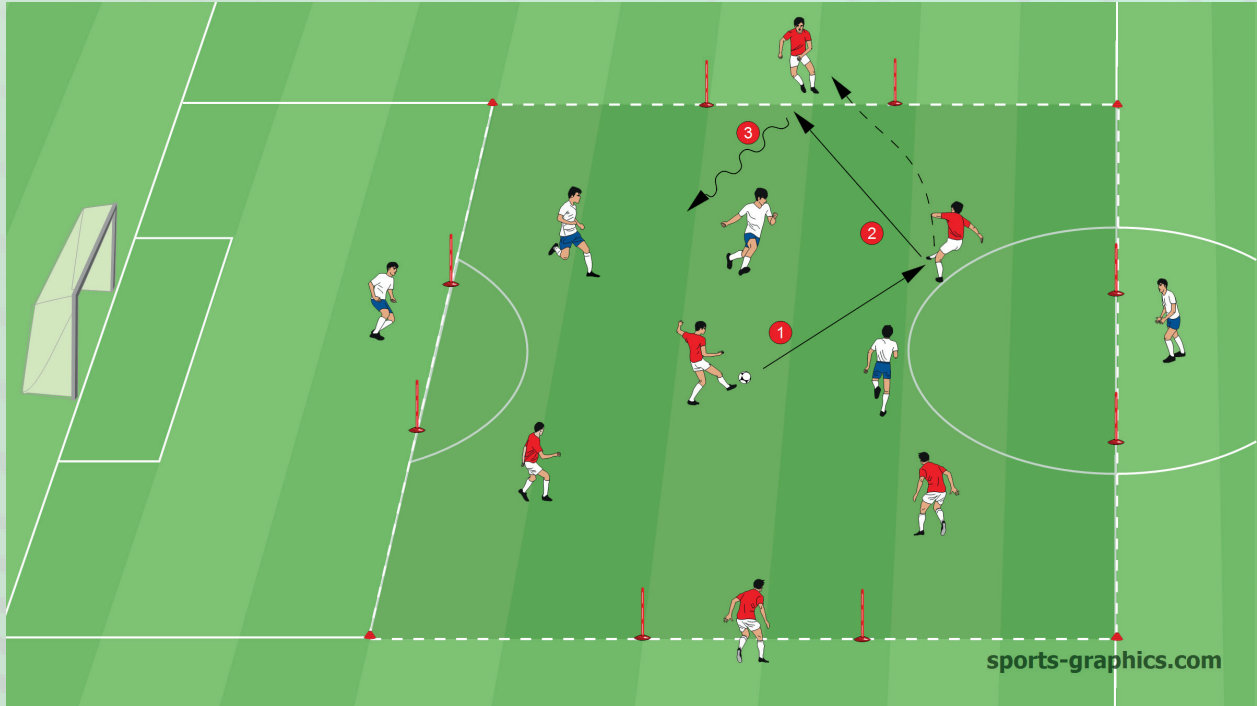
Videolink:



06

Positionsspiele - Übung 06

4 gegen 4 im Quadrat mit Zielspielern



Organisation / Aufbau:

Spielfeld mit 4 Toren (2-3m breit) wie in Zeichnung aufbauen, im Feld wird 4 gegen 4 gespielt, in den gegenüberliegenden Toren ist ein Mitspieler eines Team.

Variationen:

- 5 gegen 5
- 6 gegen 6
- 7 gegen 7
- zwei Zielspieler auf jeder Seite

Ablauf:

- Es wird 4 gegen 4 gespielt.
- Ein Tor ist gültig, wenn ein Pass zu einem Mitspieler im Tor gepasst wird und dieser den Ball kontrolliert und ins Feld dribbelt.
- Der Passgeber läuft dann ins freiwerdende Tor.
- Die ballbesitzende Mannschaft darf erst wieder auf dasselbe Tor spielen, wenn der Ball die Mittellinie überschritten hat.

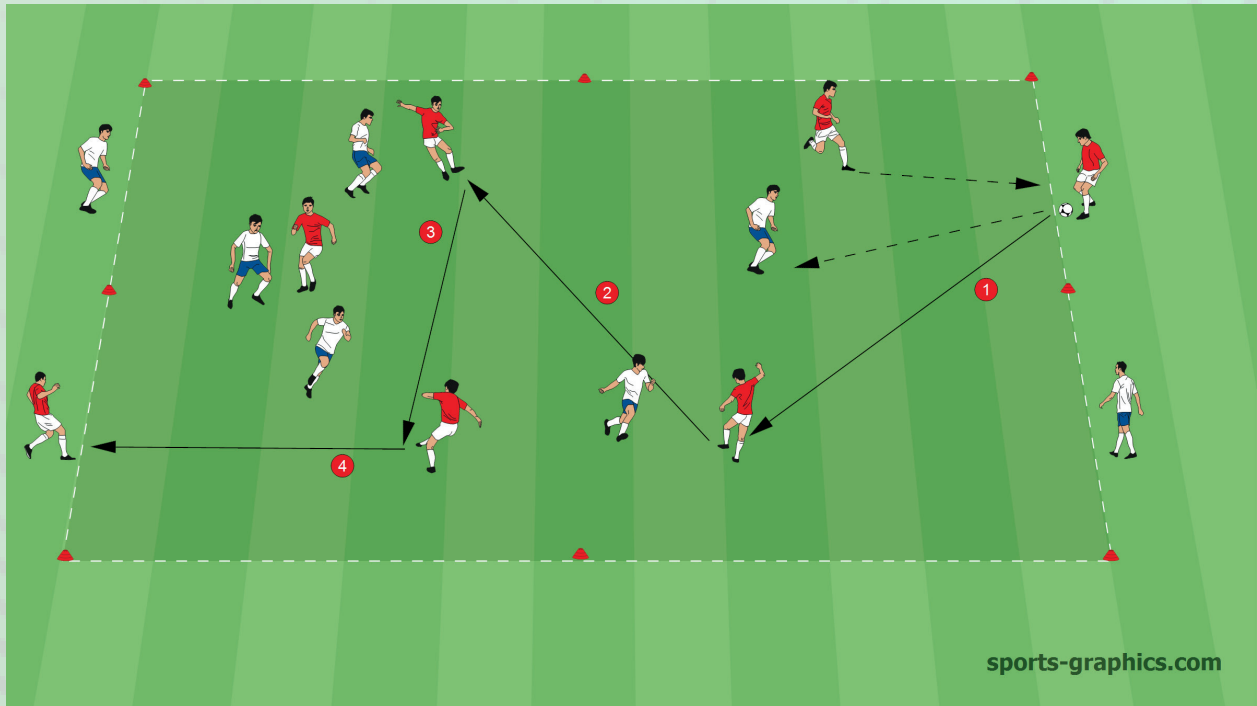
Videolink:



07

Positionsspiele - Übung 07

5 plus 2 gegen 5 plus 2 mit Positionswechsel



Organisation / Aufbau:

Ein Rechteck 40m x 20m wie in Zeichnung aufbauen, 5 rote Spieler und 5 weiße sind im Feld, während von jeder Mannschaft ein Spieler an den Kopfseiten des Rechtecks ist.

Variation:

Positionswechsel von Innen- und Außenspielern

Ablauf:

- In einem Spielfeld (40 m x 30 m) wird 5 gegen 5 gespielt.
- An den Kopfseiten außerhalb des Spielfeldes befinden sich jeweils ein Mit- und ein Gegenspieler.
- Die Mannschaft am Ball sichert den Ballbesitz und erhält für 10 Zuspiele einen Punkt.
- Für eine Kombination von Außenspieler zu Außenspieler (2-4 Pässe) erhält sie drei Punkte.

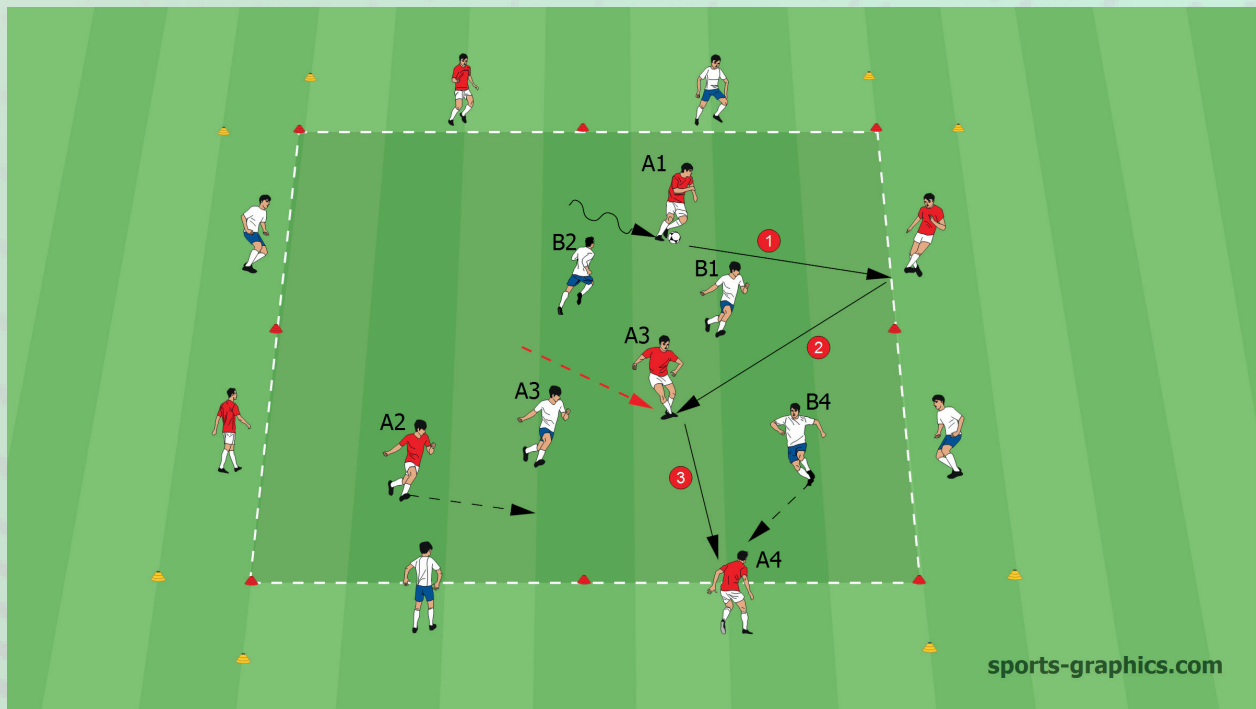
Videolink:



08

Positionsspiele - Übung 08

4 plus 4 gegen 4 plus 4 im Quadrat



Organisation / Aufbau:

Ein Quadrat 15m x 15m bis 20m x 20m wie in Zeichnung aufbauen, 4 gegen 4 im Feld und jeweils 4 Spieler einer Mannschaft verteilen sich gleichmäßig auf den Seitenlinien des Quadrats.

Ablauf:

- Es wird 4 gegen 4 gespielt.
- Die ballbesitzende Mannschaft spielt gemeinsam mit den vier äußeren Mitspielern, die sich an den vier Seitenlinien anbieten und nur direkt oder mit 2 Kontakten spielen dürfen.
- 10 Pässe ohne Gegnerberührung ergeben einen Punkt.

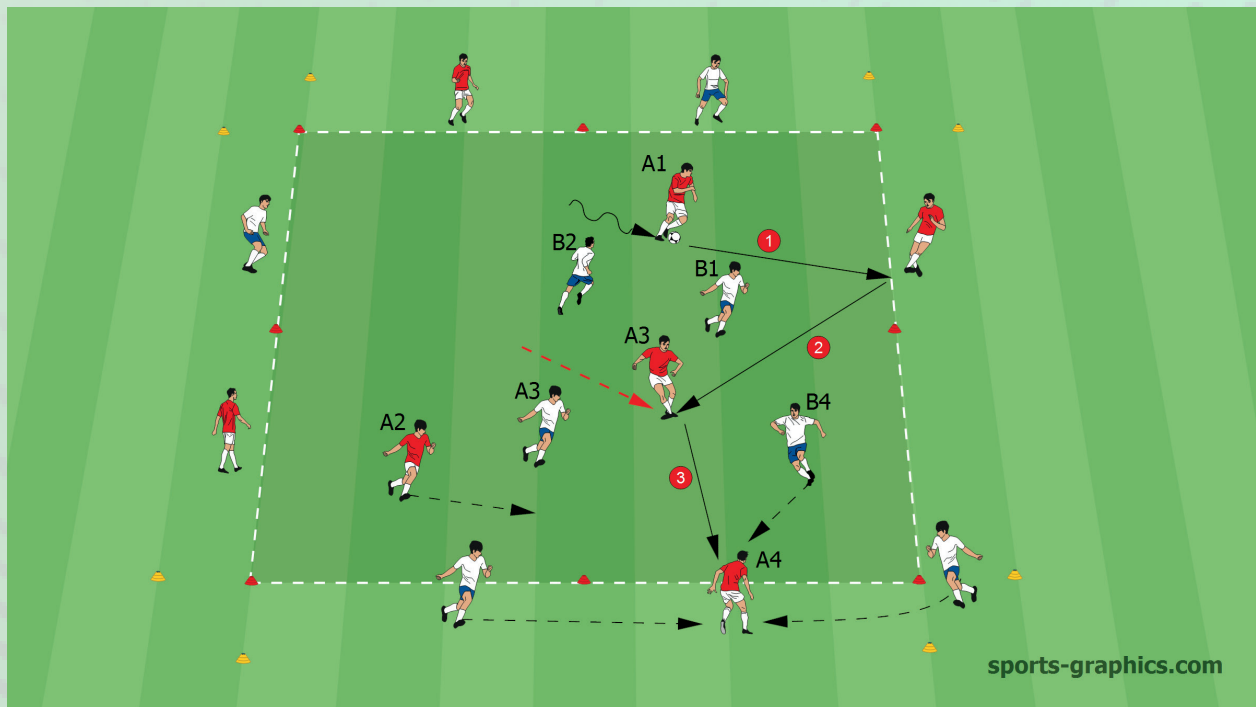
Videolink:



09

Positionsspiele - Übung 09

4 + 4 gegen 4 + 4 mit Attacke



Organisation / Aufbau:

Ein Quadrat 15m x 15m bis 20m x 20m wie in Zeichnung aufbauen, 4 gegen 4 im Feld und jeweils 4 Spieler einer Mannschaft verteilen sich gleichmäßig auf den Seitenlinien des Quadrats.

Variationen:

- Die Seitenspieler dürfen die anderen Seitenspieler attackieren.
- 10 Pässe ohne Gegnerberührung ergeben einen Punkt.

Ablauf:

- Es wird 4 gegen 4 gespielt.
- Die ballbesitzende Mannschaft spielt gemeinsam mit den vier äußeren Mitspielern, die sich an den vier Seitenlinien anbieten und nur direkt oder mit 2 Kontakten spielen dürfen.

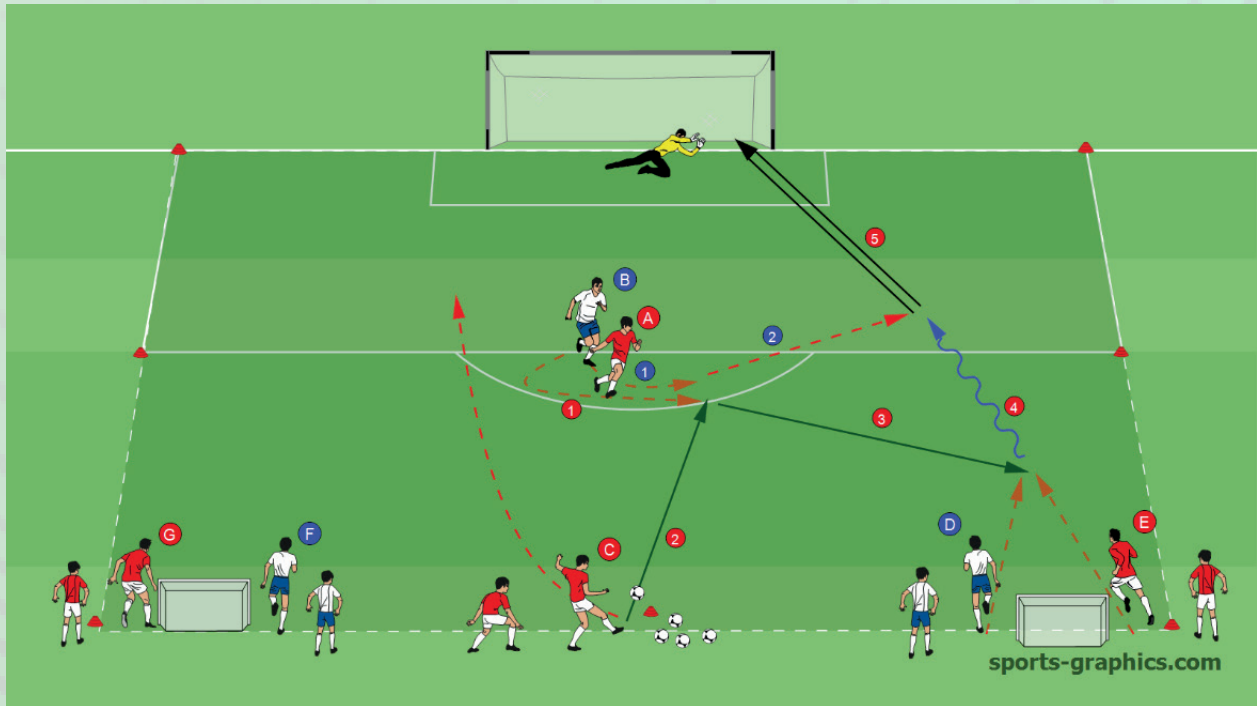
Videolink:



10

Positionsspiele - Übung 10

5 gegen 5 + 4 neutrale Spieler



Organisation / Aufbau:

Ein Rechteck (60m x 40 m) wie in Zeichnung aufbauen, 5 gegen 5 im Feld und jeweils 4 neutrale Spieler an den Seitenlinien innerhalb des Rechtecks.

Variation:

Kontaktbegrenzung, besonders für die neutralen Spieler

Ablauf:

- In einem Rechteck (60m x 40 m) wird 5 gegen 5 gespielt.
- Die ballbesitzende Mannschaft spielt gemeinsam mit den vier neutralen Spielern, die sich an den vier Seitenlinien innerhalb des Feldes befinden.
- 10 Pässe ohne Gegnerberührung ergeben einen Punkt.

Videolink:





40er Set - Hütcchen in Pfeilform

Hochwertige, gut sichtbare Hütcchen mit Richtungsoption (40 Stück) inkl. Tragesystem, je 8x Rot, Gelb, Orange, Weiß und Blau Durchmesser: je 15,5 cm, Höhe: ca. 5 cm, Gewicht: je ca. 30 g Material: elastischer Kunststoff, robust und belastbar, für das Training mit Richtungsoption, vielseitig einsetzbar, z.B. auf Rasen-, Kunstrasen-, Hartplätzen oder in der Halle Art.Nr. 3947



Peter Schreiner Trainingsübungen

Hier finden Sie eine stetig wachsende Bibliothek von Trainingsübungen zum Download inkl. Videos! Entwickelt von Peter Schreiner. Peter Schreiner gilt als weltweit anerkannter Experte für den Kinder- und Jugendfußball. Der ehemalige Trainer, unter anderem U19 Schalke 04, ist Gründer des Instituts für Jugendfußball und ein gefragter Trainersausbilder.



Aluminium Minitor (klappbar)

Inkl. Netz, stabil, runde Torpfosten (Ø ca. 6 cm), Gewicht: ca. 5 bzw. 6kg, Hallenboden-Kratzschutz, geeignet für drin und draußen, leicht zusammenklappbar, gut transportierbar, Profiqualität

1,20 x 0,80 m Art.Nr. 2654
1,50 x 1,00 m Art.Nr. 3221



Leibchen - Qualitäts Trainingsleibchen

Hochwertig, Material: 100% Polyester (extrem reißfest) 4 Größen: S, M-L, XL, XXL, 9 Farben: Neongelb, Orange, Blau, Rot, Grün, Hellblau, Pink, Weiß und Schwarz gut bedruckbar z.B. für Werbeaufdrucke Profiware

Art.Nr. 694

Trainingshilfen - Trainerbedarf - Trainingspläne - Vereinsbedarf
Sportplatzbedarf - Sportbekleidungund vieles mehr!

Der Onlineshop für den modernen Trainer!

Nahezu alle Artikel innerhalb von 24h versandfertig. Die Katalogpreise verstehen sich als unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers, inkl. der gesetzlichen MwSt. Produkttechnische Änderungen und Preispassungen, die der Verbesserung des Produkts dienen behalten wir uns vor. Alle aktuellen Produkte, inkl. der Preise gelten immer wie online angeboten. WEEE-ID: 99635539

Tagesaktuelle, oft deutlich günstigere Preise finden Sie in unseren Online-Shop!

Service-Kontakt:
info@teamsportbedarf.de



Offizieller Partner für Trainingshilfen

Die Kunst des Angriffsfußballs - Teil 3

Spiel ohne Ball - Perfekte Ballsicherung - Erstklassiges Positionsspiel - Spielverlagerung

Autoren: Peter Schreiner, Norbert Elgert

Seiten: 48 - Grafiken: 26 - Trainingsformen: 22



Im dritten Teil unserer Reihe „Die Kunst des Angriffsfußballs“ dreht sich alles um die Bedeutung eines guten Positionsspiels als Voraussetzung für erfolgreiche Positionsangriffe.

Die angreifende Mannschaft spielt den Ball mit gezielten und sicheren Passfolgen aus dem Abwehrdrittel über das Mittelfeld in die Angriffszone, um Erfolg versprechende Torschussgelegenheiten vorzubereiten.

Spitzenmannschaften zeichnen sich durch eine beinahe perfekte Ballsicherung in allen Spielsituationen aus. Im Lernprozess zur Sicherung des Ballbesitzes eignen sich sehr gut kleine und große Positionsspiele.

-> <https://ifj96.de/Die-Kunst-des-Angriffsfussballs-Teil-3-Heft>

-> <https://ifj96.de/Die-Kunst-des-Angriffsfussballs-Teil-3-eBook>

**Der TOP-Anbieter
in Deutschland und Europa !**

**Rund 2.500 innovative Produkte
für Trainer, Betreuer, Platzwart & Co.**



Trainingshilfen
Trainerbedarf
Trainingspläne
Vereinsbedarf
Sportplatzbedarf
Sportbekleidung
Heimtraining

Gratiskatalog Art.Nr. 660

**Lieferung europa- & weltweit !
International shipping !**

**Nahezu alle Artikel
innerhalb 24 Stunden lieferbar!**



Der Onlineshop für den modernen Trainer

**Mit unseren Produkten arbeiten auch Trainer
aus dem deutschen Profifußball!**

Offizieller Förderer des
Berliner Fußball-Verbandes e.V.



Partner des
Fußballverband Sachsen-Anhalt



Förderer des Südwestdeutschen
Fußballverbandes



Partnerunternehmen
im BFV-Freundeskreis



Partner des
CBV



Offizieller Partner für Trainingshilfen