



QR-Code mit dem Smartphone scannen und Video ansehen

Matthias Lust | U19-Trainer und Co-Trainer der Zweitligamannschaft von Dynamo Dresden

## Modernes Angriffs-Abschlusstraining in Spielformen

Matthias Lust präsentiert drei methodisch aufeinander aufbauende Spielformen zum Angriffs-Abschlusstraining, in denen die induktive Vermittlung im Vordergrund der Erarbeitung von Lösungsmöglichkeiten steht.

### Vorüberlegungen

Tore sind der entscheidende Faktor im Spiel! In der Vorbereitung von Abschlusstrainingseinheiten sollte man sich immer die Fragen stellen: Wo fallen Tore? Wie fallen Tore? 90 Prozent der Tore fallen im Strafraum unter hohem Zeit- und Gegnerdruck. Die Angreifer müssen dabei mit wenigen Kontakten zum zielgerichteten Abschluss kommen.

Neben dem Abschluss ist auch die Qualität der Vorbereitung von tragender Rolle. Gruppen- und partnertaktische Strategien helfen Räume und kurze Zeitfenster für die Offensivspieler zu öffnen und Abschlussaktionen vorzubereiten. Diese sind dann der Anforderung gegenübergestellt in höchster Aktions- und Handlungsschnelligkeit die Aktion abzuschließen.

### Vermittlung

Nach jedem Durchgang werden die Spieler in die Erarbeitung der Lösungswege und der wichtigsten Einflussfaktoren einbezogen. Mit dieser Vermittlungsmethode sollen die Lösungsoptionen langfristig eingepägt und Kreativität gefördert werden.

### Trainingsform 1

In der ersten Trainingsform sollen möglichst viele Abschlüsse in einer Überzahlsituation provoziert werden. Neben einem

hohen Aktionstempo und der Schulung möglicher partnertaktischer Lösungen wird hier auch Wert auf die individuelle Qualität und Mut gelegt. Im rollenden 2-gegen-1 muss der Spieler am Ball entscheiden, ob er sich alleine durchsetzt oder den besser postierten Mitspieler anspielt.

### Trainingsform 2

In der zweiten Trainingsform werden der Zeit-, Raum- und Gegnerdruck sowie die Komplexität der Situation schrittweise erhöht. Neben der individuellen und partnertaktischen Komponente spielt nun auch die Gruppentaktik mit ihren Lösungsoptionen eine Rolle. Zusätzlich wird das Übergangsspiel aus dem Mittelfeld in die Angriffszone fokussiert. Aus dem Spielaufbau leitet ein Pass in die Spitze oder auf den Flügel die Abschlussaktion ein.

### Trainingsform 3

In der dritten Trainingsform werden die zuvor thematisierten Lösungsmuster im 9-gegen-9 plus Torwart spielnah im wettgemäßen Raum umgesetzt. Damit kommen weniger Torchancen zustande, die konsequente Nutzung wird wichtiger. Das Coaching erfolgt in der abschließenden Form sehr selektiert. Die Spieler sollen sich möglichst selbstständig coachen.

## 1. SPIELFORM ROLLENDES 2-GEGEN-1

**Organisation und Ablauf**

- > Das Spielfeld ist 18 x 24 Meter groß. Zwei Angreifer von grün starten im rollenden 2-gegen-1 gegen den Verteidiger von schwarz.
- > Nach dem Torabschluss greifen zwei Angreifer von schwarz auf das Tor der grünen Mannschaft an. Der Verteidiger hat nach dem Ballgewinn eine Kontermöglichkeit.
- > Ziel ist es, so schnell wie möglich 10 Tore zu erzielen. Die Verlierermannschaft macht 10 Liegestütze.

**Hinweise und Variation**

- > Der Abschluss darf erst ab der Mittellinie erfolgen.
- > Nach dem Pass auf den zweiten Spieler sind nur noch zwei Kontakte erlaubt. Es dürfen keine Rückpässe gespielt werden.
- > Die Passqualität ist in dieser Spielform neben dem zielgerichteten Abschluss entscheidend.
- > In der ersten Variation startet die Spielform mit dem Pass auf den Mitspieler. Dadurch haben beide Angreifer sofort nur zwei Ballkontakte.

## 1.1 TAKTISCHE VERHALTENSWEISEN

**Bild 1: Im richtigen Moment abspielen**

- > Idealerweise erfolgt der Pass in die Bewegung des Mitspielers. Dieser kann den Ball mit dem ersten Kontakt in Torrichtung mitnehmen und mit dem zweiten Kontakt abschließen.
- > Sowohl der Passgeber, als auch der Passempfänger müssen auf die Abseitsposition achten.
- > Im Bild links passt der Angreifer mit dem Außenrist. Präziser sind Pässe mit der Innenseite.
- > Der Partner darf nicht zu schnell vorwärts in den Deckungsschatten laufen.

**Bild 2: Mit dem ersten Kontakt abschließen**

- > In einer Variation dürfen die Angreifer nur mit dem ersten Kontakt auf das Tor abschließen.
- > Durch diese Provokationsregel sind sie noch mehr gezwungen, die Abschlussaktionen gut auszuspielen.
- > Die Passqualität wird in den Vordergrund gerückt.
- > Im Foto muss der Pass so gespielt werden, dass der Passempfänger den Abschluss wie gefordert in der gegnerischen Hälfte vollziehen kann.

## 2. SPIELFORM 4-GEGEN-2 AUF 5-GEGEN-3



### Organisation und Ablauf

- > Das Spielfeld ist in zwei Hälften unterteilt. In der eigenen Hälfte spielen die beiden Sechser plus dem zentralen Mittelfeldspieler mit dem Torwart gegen zwei Stürmer (Foto: Team grün, links, in Ballbesitz).
- > Ziel der Coachingmannschaft ist der Pass in die zweite Zone. In dieser Zone sind zwei Stürmer und drei gegnerische Verteidiger positioniert.
- > Die beiden Angreifer werden von einlaufenden Außenspielern auf jeder Seite unterstützt, die im Foto an der Mittellinienmarkierung warten.
- > Nach dem Pass in die Angriffshälfte rückt der zentrale Mittelfeldspieler zum 5-gegen-3 nach.

### Hinweise

- > Der Spielaufbau erfolgt unter Gegnerdruck. Die beiden gegen den Spielaufbau agierenden Stürmer sollen den Ball gewinnen und direkt auf das Tor abschließen.
- > Die Spieler im Zentrum sollen die Verteidiger binden und so die Pässe auf die Außenspieler ermöglichen.
- > Jedes Team hat drei Angriffe in Folge. Dann werden die Aufgaben getauscht.

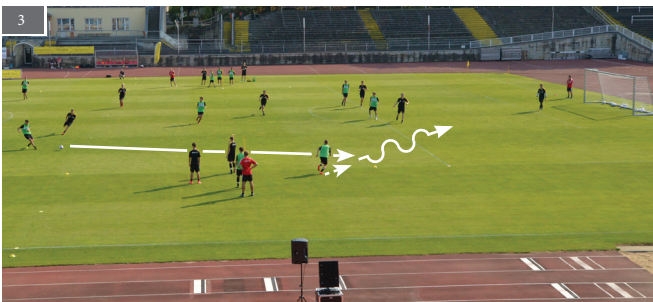
### 2.1 HINWEISE



- > **1. Kontakt:** Der erste Kontakt hat unter hohem Zeit- und Gegnerdruck eine sehr große Bedeutung. Er muss in die Bewegung erfolgen, sodass der Spieler mit dem zweiten Kontakt abschließen kann.



- > **Abgestimmtes Laufverhalten:** Die Spitze zieht das Zentrum mit ihrem Laufweg nach außen für den zentralen Spieler frei. Der Ballbesitzer hat nun zwei aussichtsreiche Anspieloptionen um den stehenden Gegner herum.



- > **Laufweg der Außenspieler nach innen:** Die Außenspieler sollen den Laufweg nach innen suchen. Im Bild oben kann der Außenspieler den Ball direkt zum Tor hin mitnehmen.



- > **Beide Pfosten besetzen:** Der Angreifer läuft im Moment der Flanke auf den ersten Pfosten. Sein Mitspieler im Rückraum macht sich durch ein optisches Signal bemerkbar und ist am zweiten Pfosten ebenfalls abschlussbereit.

## 3. SPIELFORM 9-GEGEN-9 PLUS TORHÜTER

**Organisation und Ablauf**

- > Gespielt wird 9-gegen-9 plus Torhüter. Beide Mannschaften agieren aus einem 4-3-2-System.
- > Das zweite Großtor wird 16 Meter hinter der Mittellinie positioniert, damit die Mittellinie den Strafraum symbolisiert.
- > In der eigenen Hälfte dürfen die Spieler nur mit zwei Kontakten spielen. Dadurch wird das schnelle Übergangsspiel provoziert.
- > Die Außenspieler haben in den Flügelzonen ebenfalls nur zwei Kontakte. Sie sollen dadurch vermehrt ins Zentrum Richtung Tor ziehen, weil dort keine Kontaktbegrenzung herrscht.

**Hinweise**

- > Die zuvor erlernten Lösungsmöglichkeiten sollen nun im wettkampfgemäßen Raum spielnah umgesetzt werden.
- > Das Coaching des Trainers wird reduziert und beschränkt sich zielführende Fragestellungen in den Pausen.
- > Weil nun der Ball erst im Spielaufbau und im Übergangsspiel nach vorne gebracht werden muss, sind die reinen Torchancen im Vergleich zu den Trainingsformen mit enger postierten Toren reduziert. Umso wichtiger ist es, die zuvor angewandten Lösungen konzentriert abzurufen, um die weniger werdenden Torchancen zu nutzen.

## 3.1 TAKTISCHE VERHALTENSWEISEN

**Bild 1: Offensive Reihe im letzten Drittel**

- > Alle Offensiv-Spieler von Grün auf dem Foto suchen den direkten Weg zum Tor.
- > Die beiden zentralen Spitzen versuchen die Lücken zwischen den Verteidigern in die Tiefe zu belaufen.
- > Der Außenbahnspieler sucht den Laufweg ins Zentrum. Achtung: Abseitslinie beachten!
- > Der Ballbesitzer hat nun neben dem Dribbling mehrere Handlungsoptionen im Spiel im letzten Drittel.

**Bild 2: Offensive Reihe im Übergangsspiel**

- > Die Spieler versuchen sich sehr gestaffelt und in unterschiedlichen Räumen anzubieten.
- > Der ballbesitzende Innenverteidiger kann flach auf den Außenverteidiger oder den entgegenkommenden zentralen Mittelfeldspieler passen.
- > Die ballnahe Spitze sucht den Weg auf den Flügel.
- > Die ballferne Spitze zieht die gegnerischen Ketten durch ihre Position im Abseits auseinander.