



Daniel Niedzkowski | Co-Trainer DFB-U21

Spiel in der Red Zone

Daniel Niedzkowski zeigt in seiner Praxisdemonstration auf, wie die „Red Zone“ auf unterschiedliche Art und Weise besetzt und bespielt werden kann, um Torchancen herauszuspielen und Tore zu erzielen.

Wechsel in die Halle

Die Praxiseinheit wurde bei strömendem Regen kurzfristig in die Halle verschoben, da die Witterungsbedingungen keine adäquate Praxisdemonstration ermöglicht hätten. Auch im Hinblick auf das Eröffnungsspiel der 2. Bundesliga zwischen dem VfL Bochum und dem FC St. Pauli drei Tage später war die Nutzung des Stadions nicht möglich. Die Inhalte und Trainingsformen wurden jedoch aus gutem Grunde nicht auf die Halle angepasst: Die für das Feld zu trainierenden Abläufe sind im reduzierten Spielfeld dargestellt und können bei entsprechender Erweiterung auf die normalen Feldgrößen direkt im 11-gegen-11 angewandt werden.

Die Red Zone

Unter dem Begriff der „Red Zone“ wird die zentrale Zone vor der gegnerischen Viererkette verstanden. Je nach Verteidigungshöhe des Gegners kann dieser Bereich variieren und ist nicht exakt einzugrenzen. In den Praxisvorschlägen wird aufgezeigt, wie die Red Zone besetzt und bespielt werden kann, um Torchancen herauszuspielen und Tore zu erzielen.

Das Kombinieren in der Raumenge der „Red Zone“ ist nur sehr schwer möglich. Vielmehr geht es darum, in die „Red Zone“ hineinzuspielen, um von dort schnell weiter in die Anschluss-handlung zu kommen. In allen Trainingsformen sind drei Leitlinien der DFB-Spielauffassung von zentraler Bedeutung und stellen die folgenden Coaching-Grundlagen dar:

- » „Räume im Rücken des Gegners erkennen und nutzen!“
- » „Den Raum so tief wie möglich und nur so breit wie nötig aufteilen!“
- » Mit und ohne Ball Gegner binden, anspielbar sein oder Zugriff auf den Gegner haben!“

Trainingsform 1

Die erste Trainingsform befasst sich mit technischen sowie individual- und gruppentaktischen Details, welche die Grundlagen für das Gelingen des späteren Schwerpunkts darstellen. Dabei stehen das Passspiel und das Freilaufen im Kontext des Überspiels von Linien im Vordergrund.

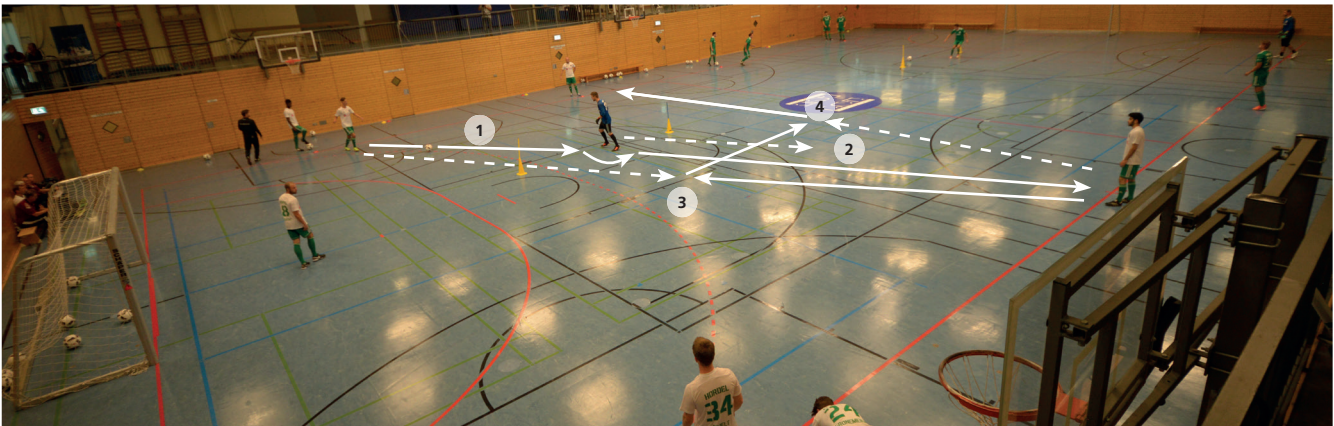
Trainingsform 2

In der zweiten Trainingsform werden das Anbiete- und Freilaufverhalten sowie das Passspiel zum Überspielen von Linien unter einem gewissen Gegnerdruck geschult. Ab diesem Zeitpunkt wird auch der Abschluss auf das Tor in den Ablauf der Trainingsform hinzugenommen.

Übertrag in die Mannschaftstaktik

In der ITK-Praxisdemonstration konnten nur zwei Trainingsformen durchgeführt werden. Die darin erarbeiteten Grundsätze können aber in einer mannschaftstaktisch organisierten Trainingsform in den spielgemäßen Räumen unter Berücksichtigung der idealen Raumaufteilung angewandt werden.

1. HINFÜHRENDE PASSFORM: DOPPELAKTION IM ZENTRUM

**Organisation und Ablauf**

- > Die weißen Spieler sind an den Ecken des markierten Vierecks postiert, in der Mitte des Feldes steht ein weiterer Spieler zwischen zwei Dummies (= gedachte Gegner, hier gelbe Hütchenkegel).
- > Am Starthütchen links beginnt die Passform mit einem Pass ins Zentrum (Foto: 1), der Passgeber läuft dem Anspiel nach.
- > Der zentrale Spieler (hier schwarz) leitet den Ball mit zwei Kontakten diagonal weiter und wechselt zu dieser Position (Foto: 2).
- > Der diagonal postierte Passempfänger lässt den Ball zum ersten Passgeber klatschen, der in die Mitte nachgerückt ist (Foto: 3).
- > Der Ball wird im Zentrum prallen gelassen und der nach innen gerückte Außenspieler leitet das Zuspiel longline zur Felderecke weiter (Foto: 4).
- > Von dort beginnt der Ablauf von Neuem, der jetzt im Zentrum befindliche Spieler (Passgeber Nr. 1) agiert wie zuvor der schwarz gekleidete Zentrumsspieler.

Coachinghinweise/Variation

- > Der Spieler, der ins Zentrum wechselt hat immer zwei aufeinanderfolgende Aktionen:
1. Nach dem Pass ins Zentrum am ballfernen Dummy vorbeilaufen und den Ball für den diagonalen Außenspieler klatschen lassen.
2. Danach zwischen die beiden Dummies laufen und den Ball im nächsten Ablauf diagonal weiterleiten.
- > In der Variation nimmt der zentrale Spieler den Ball nicht mit, sondern lässt ihn auf den Startspieler zurückklatschen, der die Reihe überspielt (mit zwei Kontakten spielen!).

1.1 DER ABLAUF IN EINZELNEN KNOTENPUNKTEN



- > Aufdrehmitnahme im Zentrum und Pass zum diagonal postierten Spieler.



- > Während der Pass gespielt wird bringt sich der erste Passgeber im Zentrum in Position.



- > Der Ball wird zum neuen Zentrums-spieler gepasst, der alte Zentrums-spieler stellt sich außen an.



- > Prallen lassen im Zentrum, der diagonale Außenspieler rückt zum Doppelpass ein.

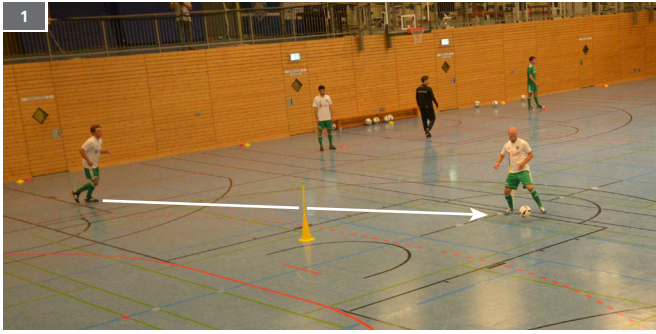


- > Weiterleiten longline, dort beginnt der Ablauf von Neuem. Dazu muss sich der Zentrumsspieler anbieten.



- > Hier erhält der Zentralspieler die zweite Aktion: Diagonal weiterleiten wie in Bild 1.

1.2 COACHINGASPEKTE

**Bild 1 & 2: Gedachte Gegner***Positionierung zu den gedachten Gegnern (Bild 1)*

- › Nimmt man die Dummies als Gegenspieler an, die zum Passgeber ausgerichtet sind, dann könnte der Passempfänger hier etwas besser positioniert sein.
- › Würde er sich für den bereits erfolgten Pass (Pfeil) in den Rücken der Gegner absetzen, also im Foto etwa drei bis vier Schritte weiter nach rechts, dann könnten die mit dem Pass überspielten Gegner nicht mehr eingreifen: Sie müssten erst diese Distanz überbrücken, ehe sie den Passempfänger unter Druck setzen könnten.
- › Befindet sich der Passempfänger jedoch genau zwischen diesen Gegnern, dann können sie ihn sofort doppeln.

Anspiel auf den gegnerfernen Fuß (Bild 2)

- › Der Passgeber muss in dieser Situation darauf achten, dass in den entfernteren Fuß des zentralen Spielers passt, damit dieser mit dem ersten Kontakt aufdrehen und das Spiel schnellstmöglich in Spielrichtung fortführen kann.
- › Das Standbein wird benötigt, um den gedachten aus dem Rücken angreifenden Gegner vom Ball fern zu halten.

Bild 3 bis 5: Aus dem Deckungsschatten anbieten*Neben den Dummies anbieten (Bild 3)*

- › Der von der Startposition links unten (nicht im Bild) ins Zentrum eingelaufene Startspieler erhält nun vom diagonal positionierten Spieler das Zuspiel, das er klatschen lassen soll.
- › Er bietet sich aus dem Rücken der gedachten Gegner heraus neben den beiden Dummies an, so dass er selbst und der Ball nicht zwischen die beiden gedachten Gegner kommen.
- › Damit simuliert er das Heraustreten aus dem Deckungsschatten, wobei er einen weiteren Weg gehen muss, als wenn er sich zwischen die Dummies anspielen lassen würde.
- › Coaching: „Neben die gedachte Hüthenlinie kommen, der Ball darf nicht über diese Linie gespielt werden!“
- › Idealerweise bewegt sich der Startspieler unmittelbar vor dem Moment aus dem Deckungsschatten des Dummies, in dem der diagonale Spieler passbereit ist.“
- › Der Pass erfolgt dabei auf den gegnerfernen Fuß.

Absetzen in den Rücken der Gegner (Bild 4)

- › Nach dem Doppelpass bereitet der Zentralspieler seine zweite Aktion vor.
- › Dazu setzt er sich wieder vom Ball weg in den Rücken der gedachten Gegner ab, damit sie nicht gleichzeitig ihn und den Ball beobachten können.
- › So kommt er kurz in den Deckungsschatten, der ihm in diesem Fall jedoch hilft, um in der Folgeaktion aus dem Rücken des Gegners arbeiten zu können.

Im Rücken der Gegner anspielbar machen (Bild 5)

- › Wenn der neue Ballbesitzer an die Startposition passbereit ist, macht sich der Zentralspieler wieder aktiv anspielbar.
- › Er muss wieder aus dem Deckungsschatten heraustreten und sich auf Lücke zeigen.
- › Er soll aber nicht zu nah an die gedachten Gegner entgegenkommen – siehe Bild 1!

2. TRAININGSFORM „KICKER“ – IN ZONEN SPIELEN

**Organisation und Ablauf**

- Das Spielfeld ist aufgebaut wie ein Tischkicker: In den ca. 2 Meter tiefen Zonen (Foto: gelbe Linien) stehen abwechselnd je drei Spieler von Weiß und von Grün. In den dem Tor nächsten Zonen ist ein tiefer Angreifer postiert.
- Innerhalb ihrer Zone dürfen sich die Spieler frei bewegen, sie dürfen die Zone nur nicht verlassen.
- Ziel ist es, die gegnerischen Reihen zu überspielen.
- In der ersten Phase der Spielform ist der Torwart ebenfalls Zielspieler (siehe Foto), so dass jede Mannschaft zwei tiefe Spieler anspielen kann.
- Ist einer der Zielspieler erreicht, erhält die betreffende Mannschaft einen Punkt. Nun beginnt das andere Team.
- Der Abschluss aufs Tor kommt in der zweiten Phase hinzu: Es befindet sich nur noch ein tiefer Spieler in der letzten Zone, der Torhüter verteidigt sein Tor.

Hinweise/Variationen

- Die Zonen in der Halle sind 6 Meter tief. Auf dem regulären Spielfeld 10 m Tiefe (steil-klatsch!) und 4er-Reihen.
- Variation: In der „Red Zone“ darf nur noch ein Mal (später nicht mehr) gepasst werden. Als weitere Variationsmöglichkeit darf der erste Ball in der Red Zone nur direkt gespielt werden (Schulung des Absetzens der anderen Spieler als Klatsch-Optionen).
- Schnelles Spiel ist erfolgreicher, weil die Verteidigungslinie so nicht genug Zeit hat die Schnittstellen sauber zu schließen.
- Die Spieler sollen vor allem diagonale Anspielmöglichkeiten bieten und diagonale Anspiele suchen, da diese für den Passempfänger leichter zu verarbeiten sind und ihn in eine offenere Position bringen, aus der er das Spiel schneller fortsetzen kann.

2.1 KORREKTUREN



- **Diagonales Passen:** Hier ist das diagonale Anbieten und Passen gut erkennbar. Die offensive Anschlussaktion ist für den (halb-)offenen Passempfänger leichter.



- **Tiefe Laufwege:** In einer Variation darf sich ein Spieler in die Endzone freilaufen. Entweder um selbst ein Tor zu erzielen oder um einen Querpass zu verwerten.

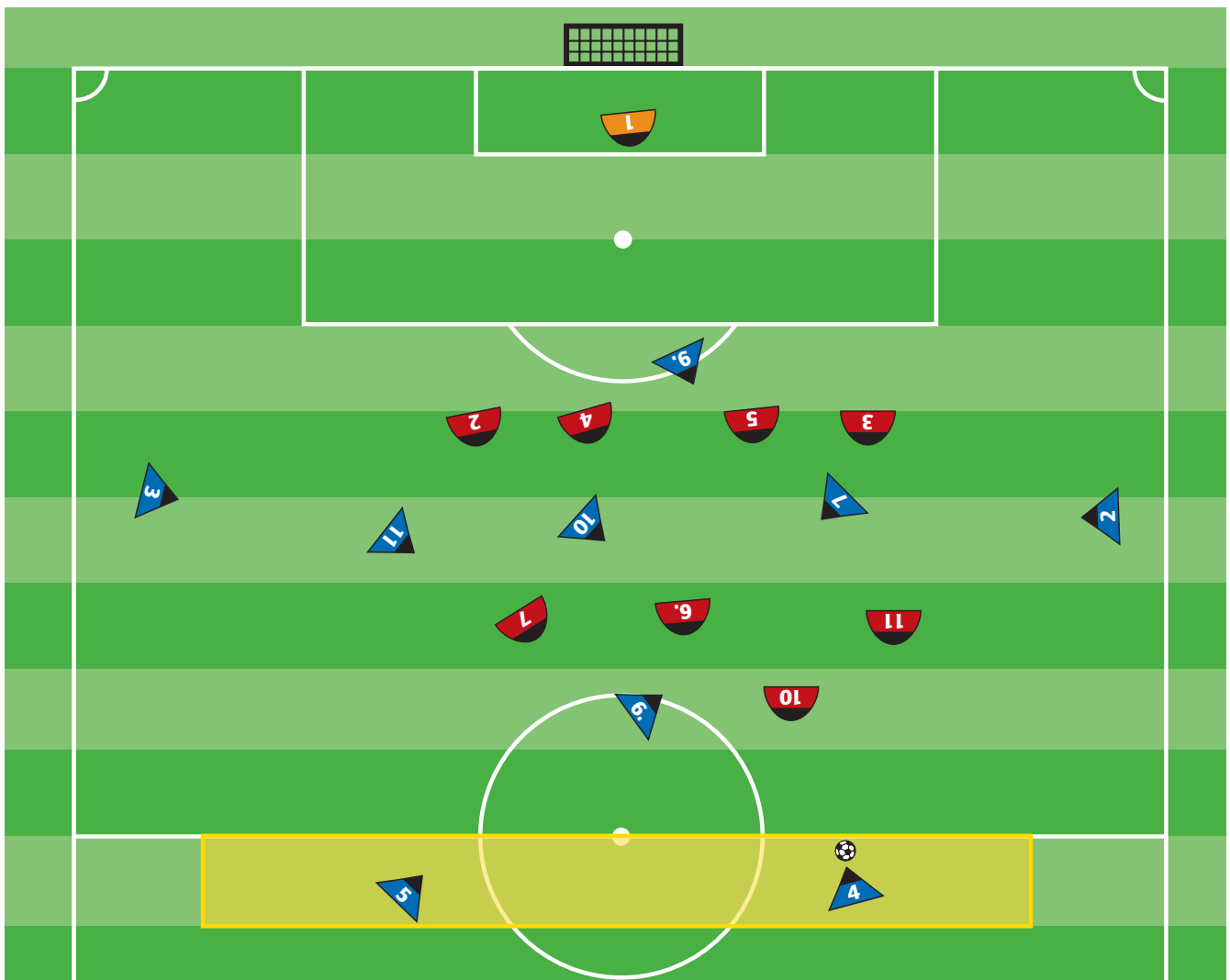


- **Schnell den Abschluss suchen:** Aus der „Red Zone“ heraus besteht immer unmittelbar Torgefahr! Vor allem gegen passive bzw. fallende Abwehrreihen spielt der Abschluss aus der „Red Zone“ eine wichtige Rolle.



- **Schussfinten nutzen:** Spieler, die zum Schuss kommen können und diesen antäuschen, ziehen die gesamte Aufmerksamkeit auf sich. Chance für tiefe Laufwege, um den Ball durchzustechen (hier: Variation ohne Abseits).

3. ANWENDUNG IN DER MANNSCHAFTSTAKTISCHEN TRAININGSFORM



Organisation und Ablauf

- › Gespielt wird in der kompletten Spielfeldhälfte, das Sparringsteam Rot verteidigt das Tor mit Torhüter in zwei Viererketten.
- › Alle Spieler können sich frei bewegen und alle Angriffsoptionen sind möglich. Das ist wichtig, um die abwehrende Mannschaft auseinander zu ziehen und in Bewegung zu bringen, denn sonst würde sie einfach das Zentrum komplett verdichten und das Spiel über die Red Zone unmöglich machen.
- › In der Zone hinter der Mittellinie (Abb.: gelb) dürfen die Innenverteidiger nicht angegriffen werden. Dadurch entsteht mehr Sicherheit in der Ballzirkulation durch die Innenverteidiger als Anker. Diese Zone ist gleichzeitig die Konter-Zielzone für die verteidigende Mannschaft nach Balleroberung.
- › Die Grundordnung der angreifenden Mannschaft ist nicht entscheidend; wichtig sind die Prinzipien, die das Spiel in der Red Zone überhaupt erst möglich machen.
- › Anker bieten: Durch die abgesetzten IV als Anker in der Tiefe kann bei Druck aufgelöst werden (Sichere Ballzirkulation, um Spiel in die „Red Zone“ sauber vorzubereiten)
- › Besetzen der Breite: Durch Besetzung und Nutzen der Breite wird der Gegner in Bewegung gebracht und muss selber breiter stehen (Ziel: Öffnen von Passfenstern und Schnittstellen im Zentrum); zusätzlich sind die AV Anker in der Breite.

Coachinghinweise

- › Es gelten die Coachings aus den vorhergehenden Trainingsformen:
 - » Die zentralen Spieler sollen sich anspielbar machen, dabei gelten die dargestellten Bedingungen des Anbietens im Rücken des Gegners und aus dem Deckungsschatten heraus.
 - » Zwischen den Linien bleiben nur wenige Kontakte, wie in den Trainingsformen zuvor geübt. Daher ist das Timing des Anbietens besonders wichtig, um schnell genug eine möglichst große Zahl an Anspielstationen zu schaffen.
 - » In Schussdistanz soll schnell der Abschluss gesucht werden. Könnte der Schuss geblockt werden oder ein Tiefenlauf möglich sein, sind wieder Schussfinten zu nutzen.