



Die allermeisten Spieler möchten lieber spielen als langweilige Übungen zu absolvieren. Der Trainer will und muss seine Spieler wie auch die gesamte Mannschaft weiterentwickeln, daher kann er sie nicht einfach bolzen lassen. Ein Interessenskonflikt? Nein! Denn wirklich jeder Trainingsinhalt lässt sich in einer Spielform vermitteln.

Die Grundlagen des Fußballsports sind die fünf Leistungsmerkmale der Technik, Taktik, Kondition, Koordination und der Psyche. Ein Spiel ruft alle diese Bausteine ab, daher kann der Trainer in Spielformen auf alle diese Leistungsfaktoren eingehen und er hat zwei Möglichkeiten, seine Spieler zu entwickeln.

Einerseits hat er die Chance, durch seine Steuerungsmöglichkeiten einen der Bausteine hervorgehoben zu trainieren. Ein paar kleine Kniffe reichen, um einen Trainingsinhalt besonders zu betonen. Andererseits ist der Coachingschwerpunkt nicht spielfremd isoliert, sondern wird so zusammen mit all den anderen Leistungsfaktoren trainiert, wie es auch das Wettspiel erfordert.

Auf den folgenden Seiten finden Sie einige Tipps und Anregungen, was zum Spielformentraining im Fußball zu beachten ist. Darüber hinaus können Sie die Spielformen variieren, weiterentwickeln oder gemäß den Trainingstipps neue Spiele entwickeln. Viel Spaß dabei!

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'Peter Hyballa'.

Peter Hyballa
Fußballehrer