Fehler, Auswirkungen und Korrekturen im Training

Fehler	Auswirkung	Korrektur
Der Ball wird im Dribbling zu weit vorgelegt.	Der Ball springt weit und unkontrolliert vom Fuß.	Den Ball bei jedem Schritt des Spielbeines spielen, um viele Ballkontakte zu haben.
Der Blick ist nur auf den Ball und nicht auf die Spielumgebung gerichtet.	Zusammenstöße beim Dribbling bzw. Versäumen der Anschlussaktion (z. B. Torschuss)	Den Blick vom Ball lösen und in die Bewegungsrichtung schauen.
Das Dribbling ist nicht variantenreich.	leichter Ballverlust	Tempo- und Richtungswechsel ins Dribbling einbauen
Der Ball wird bei einem „einbeinigen“ Dribbling nicht abgeschirmt.	leichter Ballverlust	Beidfüßig und stets mit dem gegnerfernen Fuß dribbeln
Das Dribbling erfolgt in sehr hohem Tempo mit wenigen Ballkontakten.	Der Gegenspieler kann den Ball erobern.	Das Dribbeltempo so anpassen, dass der Ball enger geführt werden kann.
Der Spieler dribbelt nahe an den Gegner heran.	Der Gegner kann nicht überspielt werden.	in freie Räume neben dem Gegner dribbeln

Die Finte wird in zu großem Gegnerabstand und / oder zu langsam ausgeführt.	Der Gegner reagiert nicht auf die Finte.	Wirkung der Finte verdeutlichen
Die Finte erfolgt aus dem Stand.	Der Gegner kann den Angreifer stellen und abdrängen.	Finte aus dem Lauf ausführen und Temposteigerung vorbereiten
Alle Finten werden nur zu einer Seite ausgeführt.	Der Gegner stellt sich auf die Finten ein und kann den Ball erobern.	beidfüßiges Dribbling und Finten zu beiden Seiten üben
langsames Dribbling nach der erfolgreichen Finte	Der bereits ausgespielte Gegenspieler kann erneut stören und eingreifen.	nach der Finte schnell wegdribbeln (Zeit- und Aktionsvorsprung)

Passspiel und Torschuss

Fehler	Auswirkung	Korrektur
Der Ball wird mit der falschen Treff-Fläche gepasst.	Das ungenaue Zuspiel erreicht den Mitspieler nicht.	auf die große und sichere Treff-Fläche der Innenseite hinweisen
Das Fußgelenk ist im Moment des Ballkontaktes nicht fixiert.	ungenaues und druckloses Passspiel	Fußspitze zum Schienbein anziehen (Innenseitstoß)
Der Fuß des Standbeines zeigt beim Pass nicht in Passrichtung.	ungenaues Passspiel	Die Fußspitze zeigt, wohin gespielt werden soll.

Der Ball wird von unten getroffen; die Fußspitze ist zu weit unter dem Ball.	ungenaues Passspiel	Dem Schuss sofort hinterherlaufen; dadurch wird der Oberkörper über dem Ball gehalten.
kein Blickkontakt mit dem Mitspieler	Der Pass erreicht den Mitspieler nicht.	Erst anschauen, rufen bzw. fordern!
Das Schussbein setzt nach dem Pass direkt wieder auf dem Boden auf.	ungenaues und druckloses Passspiel	Das Spielbein „verfolgt“ den Ball, dabei auf dem Standbein stehenbleiben.
Der Pass wird in den Rücken des Mitspielers gespielt.	Ball- bzw. Zeitverlust	Die Bewegung / Laufrichtung des Mitspielers beachten.
Der Spieler bleibt nach dem Abspiel stehen.	Der Spieler ist „aus dem Spiel“ und nicht mehr aktionsbereit.	Nach dem Abspiel sofort erneut anbieten („Spiel und geh!“)
Das Spielbein schwingt seitlich aus.	Der Pass / Torschuss wird seitlich verzogen.	Das Spielbein „verfolgt“ den Ball.
Die Schussbewegung wird beim Treffen des Balles abgestoppt.	Der Torschuss ist nicht hart genug.	Das Spielbein „verfolgt“ den Ball.
Der Torschuss wird nicht gezielt abgeschlossen.	Der Ball verfehlt das Tor.	auf die Torhälften (weite Distanz) bzw. in freie Torecken (nahe Distanz) zielen

Das Schussbein holt nicht weit genug aus.	kein Druck hinter dem Ball	Ball schräger anlaufen und aus weiter Ausholbewegung in der Mitte treffen
Das Standbein setzt vor dem Ball auf.	Der Fuß schlägt beim Schuss von oben auf den Ball; Torschuss ohne Druck.	nicht so nah an den Ball heran, Standbein hinter dem Ball aufsetzen

Ballan- und -mitnahme

Fehler	Auswirkung	Korrektur
Spieler wartet auf den Ball	Gegner ist schneller am Ball	Ball deutlich fordern und dem zugespielten Ball entgegen laufen
Schwung des Balles wird nicht abgefangen	Ball springt zu weit vom Körper weg	dem zugespielten Ball leicht nachgeben
Fuß steht bei der Ballannahme flach auf dem Boden	Ball rollt über den Fuß bzw. verspringt	Fuß leicht anheben, um den Ball sicher annehmen zu können
Das annehmende Körperteil wird nur passiv an den Ball gehalten.	unkontrollierte, zu späte Ballannahme	Körperteil dem Ball entgegen führen, ihn „begrüßen
Der Ball springt nach der Annahme auf dem Boden auf.	Ball- bzw. Zeitverlust	nach der Ballannahme den Ball flach sofort in die Bewegung mitnehmen
keine Körpertäuschung vor der Ballannahme	Gegner kann stören und den Ball erobern	Ballannahme stets mit einer Körperfinte verbinden

Ballannahme ohne Voraktion	Gegner kann nicht abgeschüttelt werden	Konterbewegung durch kurzen Antritt in entgegengesetzte Richtung ausführen
Ballannahme wird nicht vor dem Gegner abgeschirmt	Gegner kann stören und den Ball erobern	Körper bei der Ballannahme zwischen Ball und Gegner bringen
Ballmitnahme erfolgt zur Gegnerseite	Gegner kann stören und den Ball erobern	Ball in freie Räume mitnehmen
Ballannahme erfolgt in geschlossener Körperhaltung	Ball kann nicht mitgenommen, sondern nur zurückgespielt werden	offene Position einnehmen, um Ball und Spielgeschehen beobachten zu können

defensiver Zweikampf

Fehler	Auswirkung	Korrektur
Verteidiger attackiert den Angreifer frontal	Verteidiger kann sich nur langsam drehen und wird überlaufen	Gegner schräg versetzt angreifen, ihm eine Seite anbieten
Verteidiger attackiert überhastet oder in aufrechter Körperhaltung	Verteidiger kann sich nicht in den Angreifer hineindrehen und wird leicht ausgespielt	anlaufen, kurz vorher abstoppen und ihn schräg versetzt in tiefer Stellung stellen
Verteidiger greift zögerlich an	Verteidiger gewinnt nicht genügend Abstand zum eigenen Tor	Gegner schnell anlaufen und früh stellen

Verteidiger beobachtet nur die Bewegungen des Angreifers	Verteidiger fällt auf Finten herein	nur den Ball beobachten
Verteidiger ist nicht eng genug am mit dem Rücken zum Tor stehenden Gegner	Angreifer kann sich drehen	Gegner eng, aber ohne Körperkontakt mit Blick zum Ball decken
Verteidiger hat direkten Kontakt mit dem Gegner, der rückwärtig zu ihm steht	Gegner kann sich mit dem Ball um den Verteidiger herum zum Tor drehen	Gegner eng, aber ohne Körperkontakt decken
Verteidiger steht direkt hinter dem mit dem Rücken zum Tor stehenden Angreifer	Angreifer erreicht den zugespielten Ball stets vor dem Verteidiger	Gegner innen und seitlich versetzt decken
Verteidiger wartet nur ab und steuert den Angreifer nicht	Angreifer kann die Initiative ergreifen und den Verteidiger ausspielen	Abwehrfinten einsetzen, um Reaktionen des Angreifers zu provozieren

Kopfstoß

Fehler	Auswirkung	Korrektur
Augen sind vor dem Ballkontakt geschlossen	Spieler trifft den Ball nicht richtig	Augen weit öffnen und lange geöffnet halten
Blick ist nicht zum Ball gerichtet	Ball wird nicht getroffen	Ball stets beobachten

Nackenmuskulatur ist beim Kopfstoß nicht fixiert	Kopfstoß ist nicht hart genug, der Ball kann nicht gezielt geköpft werden.	Kinn zur Brust ziehen
Spieler springt zwar dem Ball entgegen, hält den Kopf aber gesenkt	Ball wird mit der Schädeldecke getroffen	Bogenspannung und kurz vor dem Treffen des Balles nach vorne schnellen
Kopfstoßbewegung wird beim Treffen des Balles abgestoppt	Ball „tropft“ von der Stirn ab, Kopfstoß ist nicht hart genug	mit dem Kopf nachgehen
Ball wird nach oben geköpft	Kopfstoß ist nicht platziert	Ball mit der Stirn nach unten drücken
Spieler wartet auf den Ball	Ball wird zu spät getroffen, so dass der Gegner noch stören kann.	Ball am höchstmöglichen Punkt erreichen
Absprung erfolgt beidbeinig	Absprung ist nicht hoch genug	mit Anlauf und Doppelarmschwung einbeinig abspringen
Absprung mit dem falschen Bein	druckloser und unplatzierter Kopfstoß	beim Kopfstoß nach rechts mit dem linken Bein abspringen (und umgekehrt)

Downloads zum Thema

Download “Fehler, Auswirkungen und Korrekturen im Training” Fehler-Auswirkungen-und-Korrekturen-im-Training.pdf – 1138-mal heruntergeladen – 133,14 KB