



DFB-AKADEMIE



A+ FORTBILDUNG

GFT OBERPFALZ

Felix Hirschnagl, Philipp Ropers, Maximilian Straub, Moritz Wagner
23.10.2023



DEFENSIVVERHALTEN DER VIERERKETTE



DEFENSIVVERHALTEN: WANN?

VIER PHASEN EINES FUSSBALLSPIELS





DEFENSIVVERHALTEN: WAS?

UNSERE PHASE

- › Wir sind organisiert
- › Gegner ist organisiert
- › Wichtigste Phase (im Erwachsenenbereich)



Spiel gegen den Ball

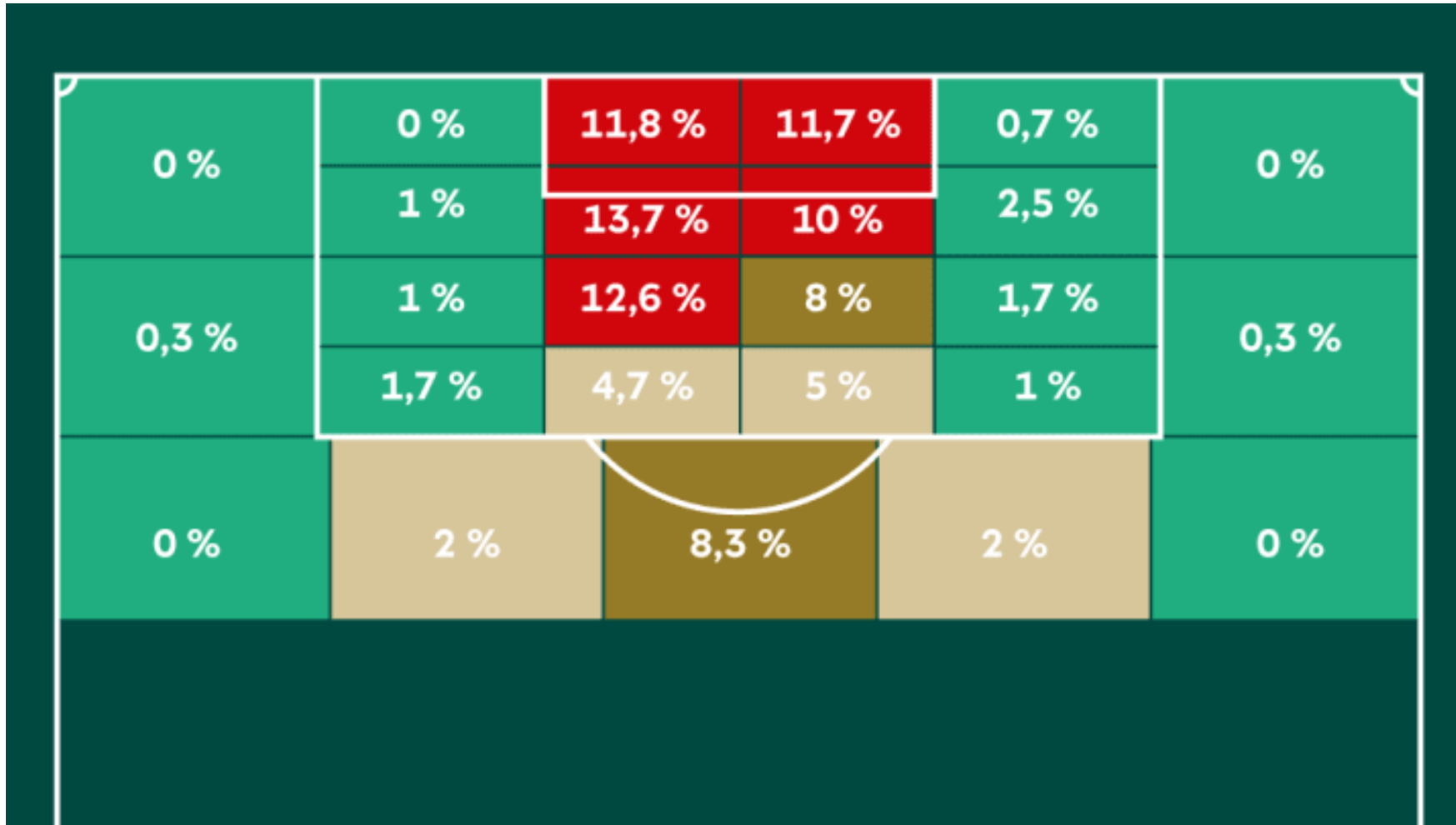
CHAMPIONS-LEAGUE





DEFENSIVVERHALTEN: WO?

STATISTIKEN



ABLEITUNGEN



KREISLIGA



KREISLIGA





DEFENSIVVERHALTEN: WIE?

RAHMENBEDINGUNGEN



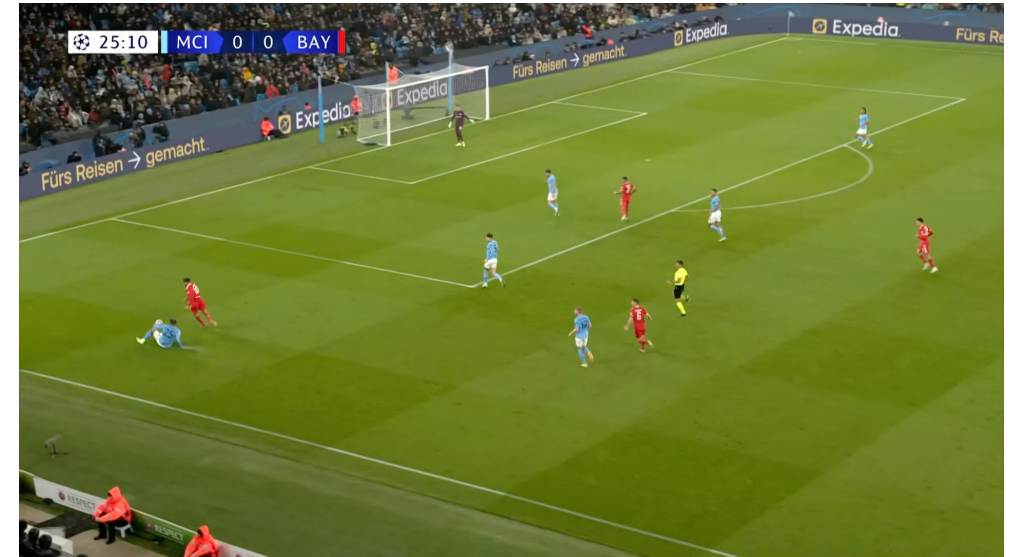
- › Verein
- › Trainer
- › Spieler
- › Gegner
- › Spielstand
- › Tabellenstand
- › Platz
- › Wetter



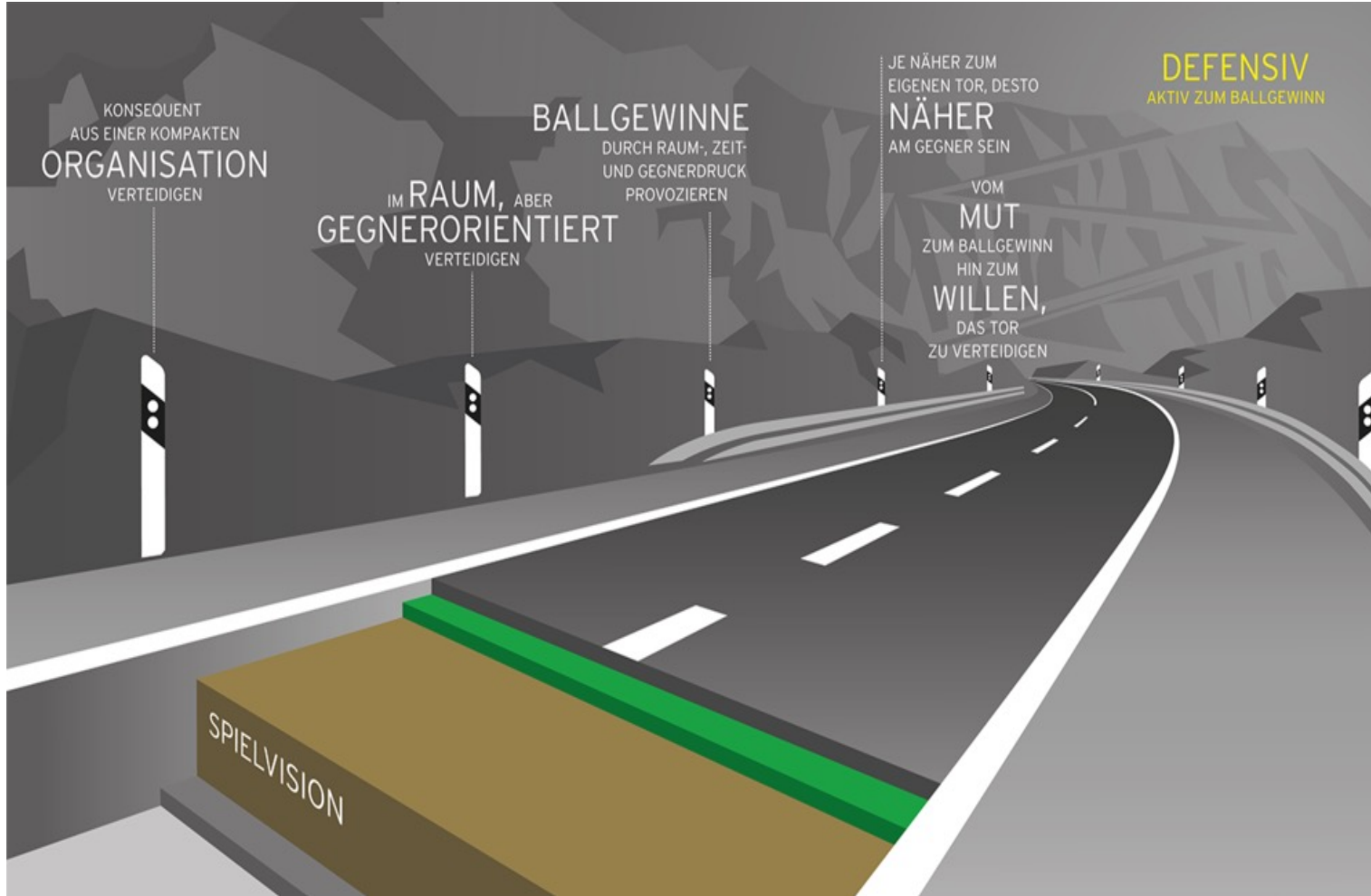
ERFOLGSKRITERIEN



- › Grundordnung und Positionierung
- › Technik: Anlaufen, Blocken, Köpfen
- › Individualtaktik: Lenken, Stellen, Attackieren
- › Gruppentaktik: Den Raum und den Mann verteidigen



LEITLINIEN DFB



PRINZIPIEN DEFENSIVVERHALTEN



- › Konsequent aus einer kompakten Organisation verteidigen
- › Im Raum, aber gegnerorientiert verteidigen
- › Ballgewinne durch Raum-, Zeit- und Gegnerdruck provozieren
- › Je näher zum eigenen Tor, desto näher am Gegner sein
- › Vom Mut zum Ballgewinn hin zum Willen, das Tor zu verteidigen

PRINZIPIEN VIERERKETTE



- › Nach außen lenken, Zentrum sichern, Tor schützen
- › Druck auf den Ball
- › Jeder Steller hat einen Sicherer
- › Im Strafraum am Mann und zwischen Ball und Tor

PRINZIPIEN GOLDENE ZONE



- › Immer aktiv sein, aber nie foulern
- › Tor und Goldene Zone verteidigen: Nach außen lenken
- › Block geschlossen halten: Kleine Schritte machen
- › Kooperieren und kommunizieren

BAUSTEINE



MT	Kompaktheit	hohes Pressing	tiefes Pressing	Mittelfeldpressing	Standards	Raumverteidigung	Mann vs. Mann
GT	Gleichzahl verteidigen	Überzahl verteidigen	Unterzahl verteidigen	Kettenverhalten	Boxverteidigung	2. Ball einsammeln	
PT	stellen / sichern	Übergeben / übernehmen	Mann- / Raumverteidigung	Doppelpass verteidigen	locken	gegenpressen	
IT	1v1 (nach hinten/ nach vorne /Gegner mit Rücken z.T.)	lenken	verzögern	antizipieren	Passwege schließen	Fallen / Höhe halten	Ball attackieren
Technik	Laufen, sprinten, rückwärts laufen	drehen, springen	Blocken / Halten /ziehen	rempeln	Kopfball	Armeinsatz	

CHAMPIONS-LEAGUE





DEFENSIVVERHALTEN: PRAXIS

TRAININGSTEIL 1 | GKE

Prinzipien: - | Bausteine: Laufen, Drehen, Sehen.



BEZEICHNUNG und Methodik ABLAUFERKLÄRUNG

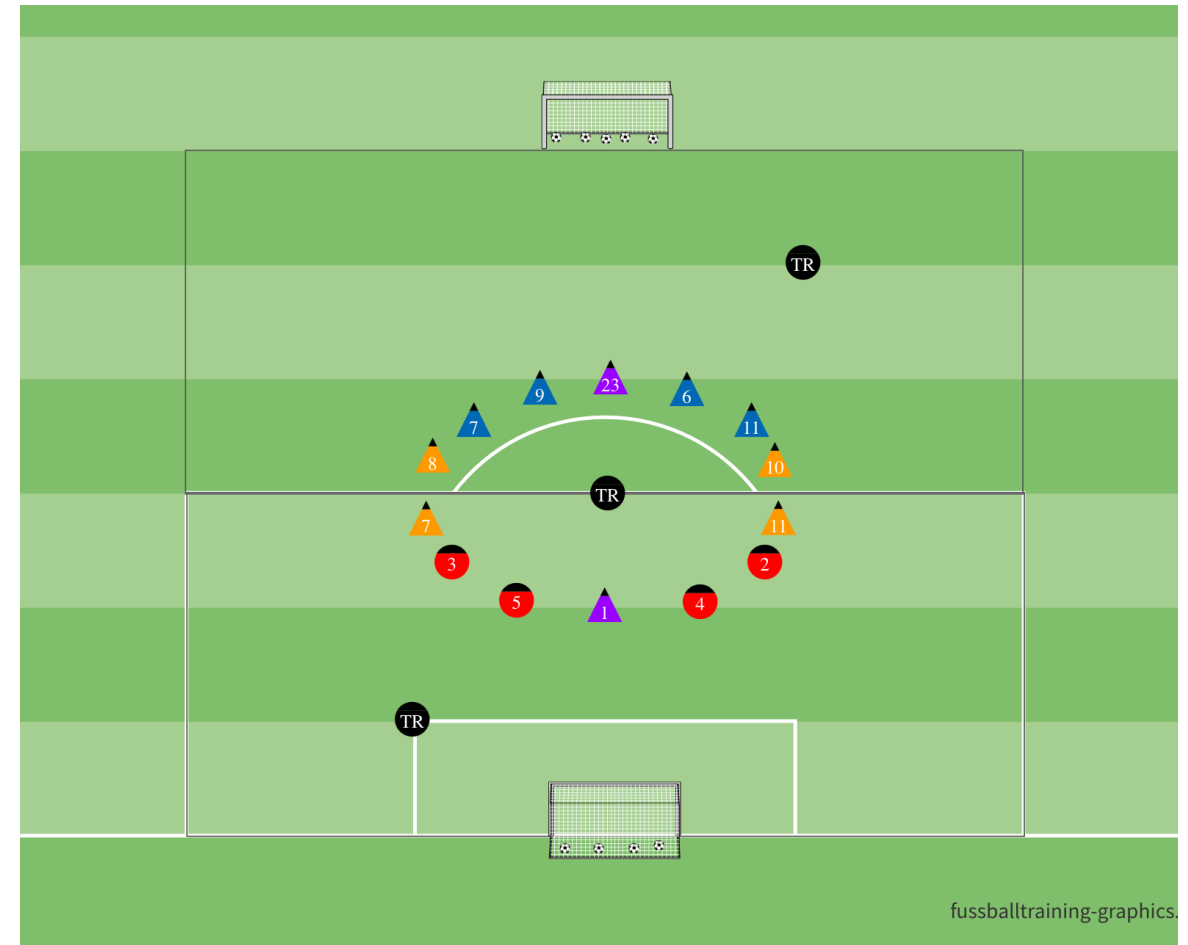
- › Aktivierung

ORGANISATION und REGELN

- › Kreis
- › Lauf-ABC und Movement Preps

KORREKTURSCHWERPUNKTE und -FORMEN

- › Synchroninformationen
- › Aktivität
- › Genauigkeit



TRAININGSTEIL 2 | HIHT

Prinzipien: Nach außen lenken, Zentrum sichern; Jeder Steller hat einen Sicherer. | Bausteine: Den Strafraum verteidigen, In Gleichzahl verteidigen, **Den Mann verteidigen**, **1:1 Zentrum Frontal Nah**, **1:1**

Zentrum Rücken, Kommunizieren, **Stellen**, **Sichern**, Attackieren, Ablaufen, Laufen, Drehen, Sehen.



BEZEICHNUNG und Methodik ABLAUFERKLÄRUNG

- › 4:4+4 auf 1 Linie
- › Parallel isoliertes Torwart-Training

ORGANISATION und REGELN

- › 4:4 im Rechteck mit 4 Anspielern außerhalb des Rechtecks
- › Freie Kontakte im Feld, 2 Kontakte für die Anspieler
- › Anspieler darf nicht zu Anspieler spielen, keine zwei Pässe in Folge zu demselben Anspieler
- › Nach Ballbesitzwechsel Ball über Pass auf Anspieler „scharfmachen“
- › Punkt: Dribbling über die Strafraumlinie

KORREKTURSCHWERPUNKTE und -FORMEN

- › Synchroninformationen, Schnellinformationen, Standbilder
- › Den Mann verteidigen: Mannorientierung
- › 1:1 Zentrum Frontal Nah: Stellen, Attackieren, Abstand anpassen, auf Seite lenken
- › 1:1 Zentrum Rücken: Stellen, Armlänge Abstand, auf Seite lenken
- › Stellen und Sichern: Ballnah stellt, ballfern sichert



fussballtraining-graphics.

TRAININGSTEIL 4 | HT 2

Prinzipien: Nach außen lenken, Zentrum sichern, Tor schützen; Jeder Steller hat einen Sicherer. Druck auf den Ball; Im Strafraum am Mann und zwischen Ball und Tor. | Bausteine: Abwehrpressing, Den Strafraum verteidigen, Positionierung, In Gleichzahl verteidigen, **Den Mann verteidigen**, **1:1 Zentrum Frontal Nah**, **1:1 Zentrum Rücken**, Kommunizieren, **Stellen**, **Sichern**, Attackieren, Ablaufen, **Blocken**, Köpfen, Laufen, Drehen, Sehen.

BEZEICHNUNG und Methodik ABLAUFERKLÄRUNG

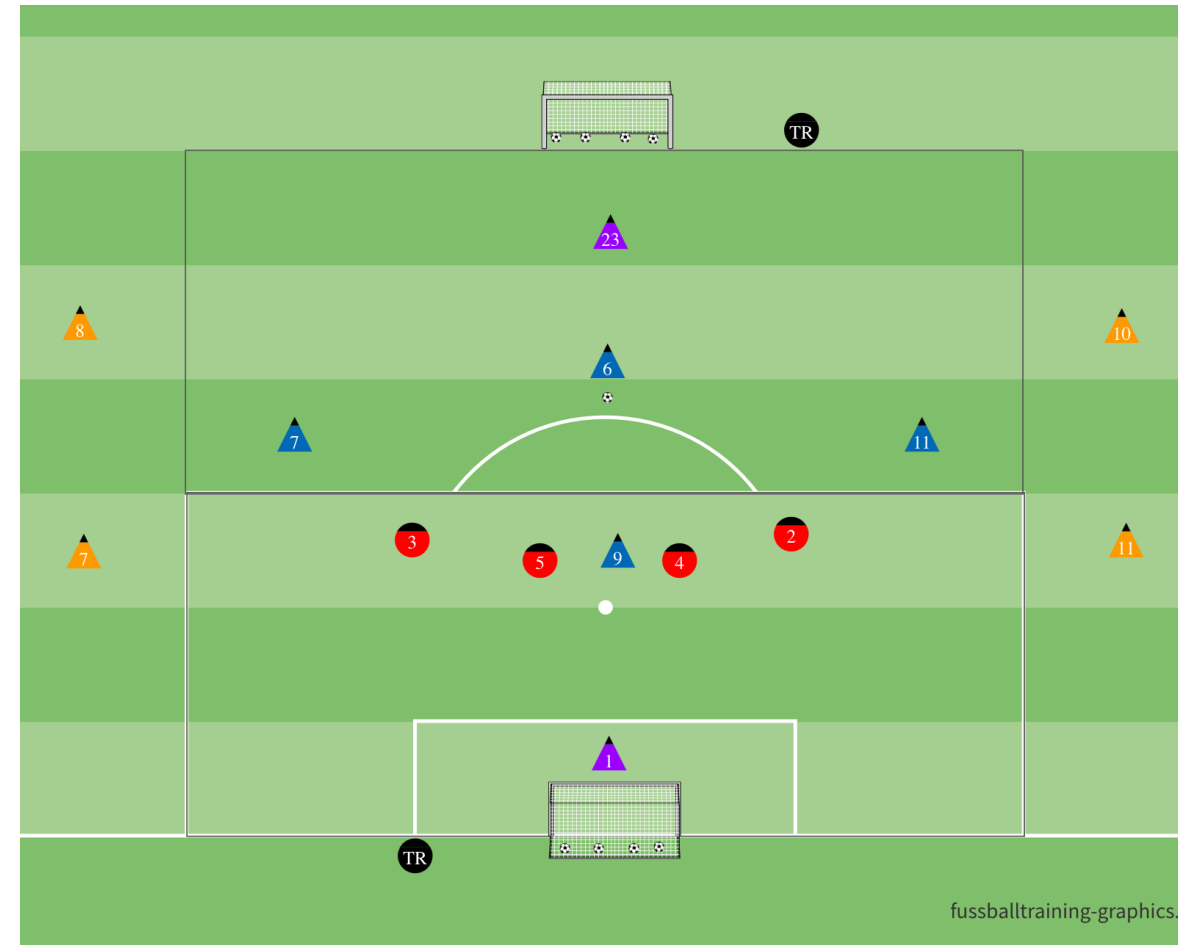
- › 4:4+4 auf 2 Großfeldtore

ORGANISATION und REGELN

- › 4:4 im doppelten Strafraum mit 4 Anspielern außen und 2 Torhütern
- › Freie Kontakte im Feld, 2 Kontakte für die Anspieler
- › Anspieler darf nicht zu Anspieler spielen, keine zwei Pässe in Folge zu demselben Anspieler
- › Punkt: Tor
- › Mannschaft, die nach 4 Minuten zurückliegt / das nächste Tor kassiert, wechselt mit den Anspielern
- › Variante: Erst als Kette, dann frei verteidigen

KORREKTURSCHWERPUNKTE und -FORMEN

- › Synchroninformationen, Schnellinformationen, Standbilder
- › Den Mann verteidigen: Mannorientierung
- › 1:1 Zentrum Frontal Nah: Stellen, Attackieren, Abstand anpassen, auf Seite lenken
- › 1:1 Zentrum Rücken: Stellen, Armlänge Abstand, auf Seite lenken
- › Blocken: Nahes Eck blocken, Block geschlossen halten



TRAININGSTEIL 5 | AUSKLANG

Prinzipien: Nach außen lenken, Zentrum sichern, Tor schützen; Jeder Steller hat einen Sicherer. Druck auf den Ball; Im Strafraum am Mann und zwischen Ball und Tor. | Bausteine: Abwehrpressing, Den Strafraum verteidigen, Positionierung, In Gleichzahl verteidigen, **Den Mann verteidigen**, **1:1 Zentrum Frontal Nah**, **1:1 Zentrum Rücken**, Kommunizieren, **Stellen**, **Sichern**, Attackieren, Ablaufen, **Blocken**, Köpfen, Laufen, Drehen, Sehen.

BEZEICHNUNG und Methodik ABLAUFERKLÄRUNG

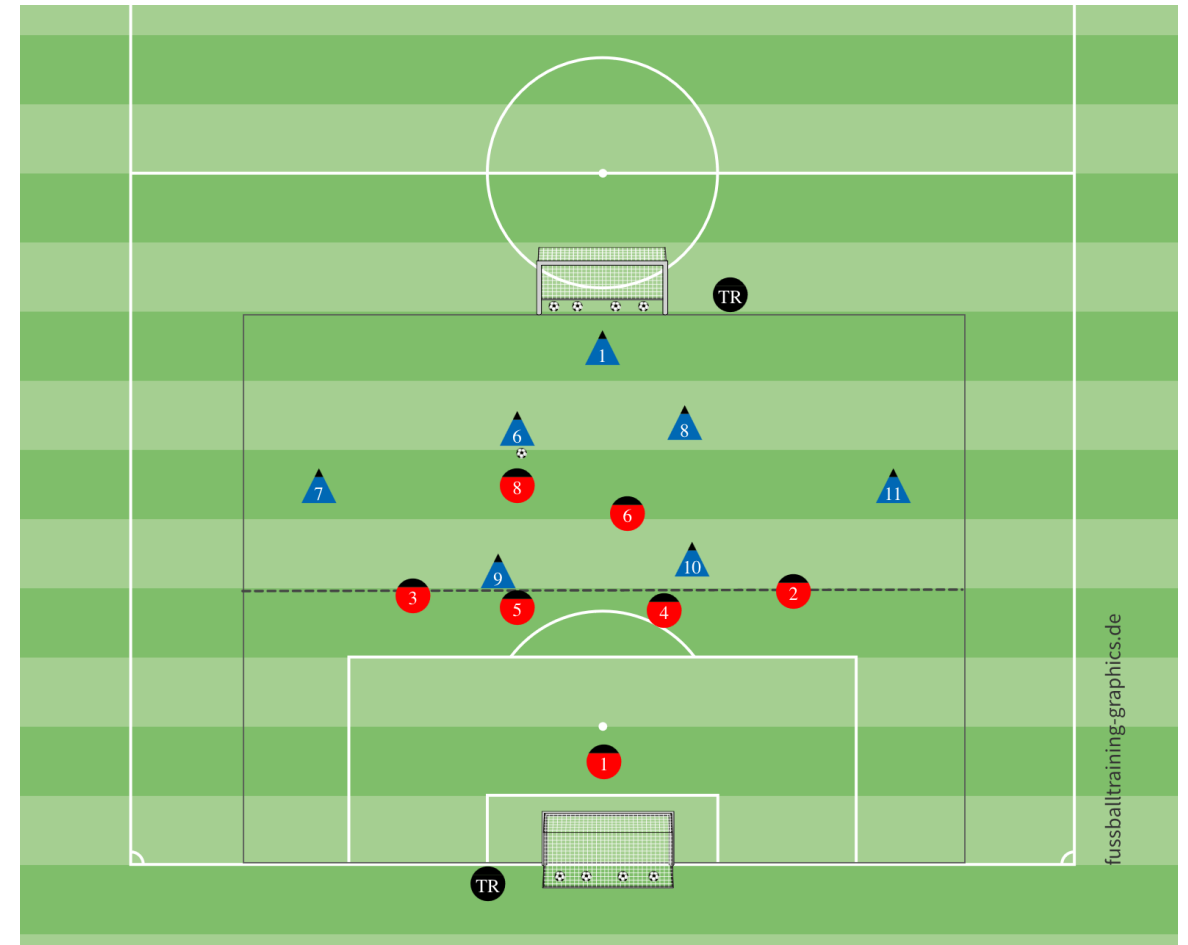
› 6:6 auf 2 Großfeldtore

ORGANISATION und REGELN

- › 6:6 im doppelten Strafraum+ mit zwei Torhütern
- › Beide Mannschaften im 1-4-2
- › Freie Kontakte
- › Punkt: Tor

KORREKTURSCHWERPUNKTE und -FORMEN

- › Synchroninformationen und Schnellinformationen
- › Den Mann verteidigen: Mannorientierung
- › 1:1 Zentrum Frontal Nah: Stellen, Attackieren, Abstand anpassen, auf Seite lenken
- › 1:1 Zentrum Rücken: Stellen, Armlänge Abstand, auf Seite lenken
- › Blocken: Nahes Eck blocken, Block geschlossen halten
- › Stellen und Sichern: Ballnah stellt, ballfern sichert





DFB-AKADEMIE



A+ FORTBILDUNG

GFT OBERPFALZ

Felix Hirschnagl, Philipp Ropers, Maximilian Straub, Moritz Wagner
23.10.2023