

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen  
**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen  
**Band:** 38 (1981)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Die Aufgaben des Fussballtrainers  
**Autor:** Hasler, H.-R.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993804>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

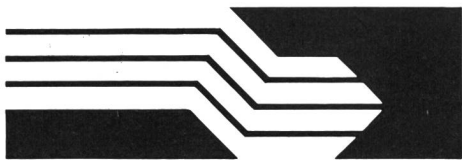
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# AUS DER PRAXIS-FÜR DIE PRAXIS

## Die Aufgaben des Fussballtrainers

H.-R. Hasler

### Definition

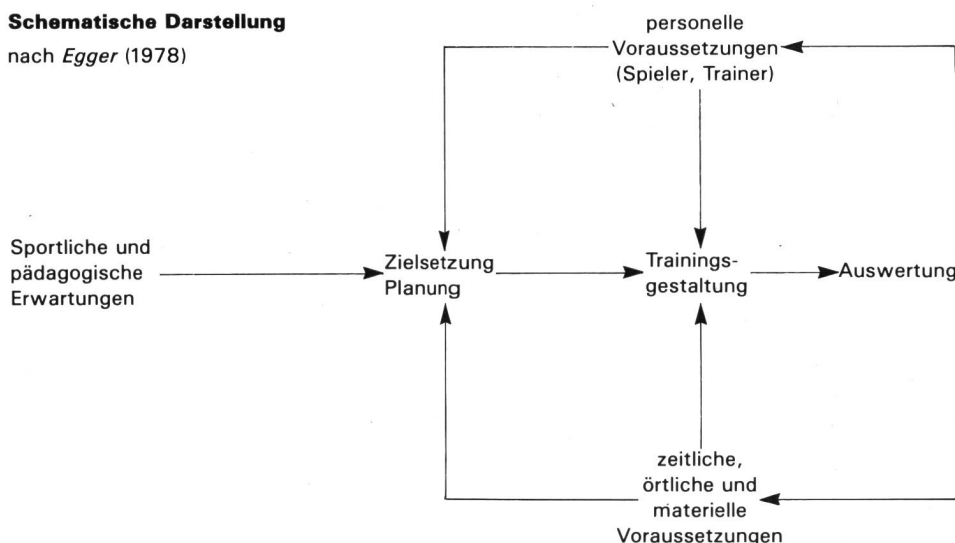
Die Didaktik, welche die Methodik miteinschliesst, behandelt die Prinzipien, Inhalte und Vorgänge des Lehrens und Lernens im Fussball.

### Übersicht:

Didaktisch/methodische Hauptaufgaben des Trainers sind die Einschätzung der Voraussetzungen und darauf aufbauend die Planung, Durchführung und Auswertung der Arbeit mit seiner Mannschaft.

### Schematische Darstellung

nach Egger (1978)



Alle Bereiche stehen dabei in gegenseitiger Abhängigkeit und Beeinflussung.



*Wir werden  
unser heutiges  
Spiel gewinnen,  
so sicher  
der Ball  
rund ist.*

## 1. Die Arbeitsvoraussetzungen

Diese bilden den Hintergrund der Arbeit des Trainers. Auf diesem Hintergrund wird sich jedes Tun des Trainers abspielen. Als Standortbestimmung müssen diese Gegebenheiten zu Beginn einer Tätigkeit und später laufend eingeschätzt werden.

### Stellung des Trainers im Verein

- Position und Kompetenzen
- Beeinflussbarkeit dieser Stellung
- Mitarbeiterstab
- Zusammenarbeit mit Vereinsführung

### Erwartungen

- Trainer
- Klubleitung, Spieler
- Bedeutung, Stellenwert des Fussballs
- Öffentlichkeit und Medien

### Spielerkader

- Leistungsvoraussetzungen und -möglichkeiten (Durchschnitt und Extremfälle)
- momentaner Leistungsstand
- Nachwuchskader und Talenterfassung
- entwicklungsspezifische Voraussetzungen
- Transferpolitik

### Situative Voraussetzungen

- Spielerverfügbarkeit
- Trainingsphase
- Trainingsbedingungen (Plätze, Hallen, Material usw.)

Diese Faktoren stellen das Umfeld der Arbeit des Trainers dar. Einige dieser Faktoren sind konstant, andere wieder können oder müssen beeinflusst werden.

Die Aufgabe des Trainers und des Klubverantwortlichen muss darin bestehen, diese Arbeitsbasis möglichst optimal zu gestalten.

Die Vereinsstruktur und die Persönlichkeit der Klubverantwortlichen und des Trainers werden diese Bedingungen prägen.

## Einschätzung der Arbeitsvoraussetzungen

Die den Trainingsbetrieb beeinflussenden Faktoren immer wieder neu analysieren, einschätzen und beurteilen.

### Voraussetzungen des Spielkaders

- momentaner Leistungsstand der Kaderspieler (Spiel- und Trainingsbeobachtungen)
- Leistungsstand der nächsten Gegner
- Differenzierung (nicht alle brauchen dasselbe Training)

### sportliche und erzieherische Zielsetzungen

- lang- und kurzfristige Erwartungen des Trainers
- Reaktion der Klubleitung und der Spieler



### lang- und kurzfristige Zielsetzungen für Planung und Aufbau des Trainings

### zeitliche und örtliche Voraussetzungen

- Trainingsphase (Periodisierung)
- Trainingsbedingungen (Witterung, Plätze usw.)
- Spielerverfügbarkeit
- Verfügbarkeit des Mitarbeiterstabes

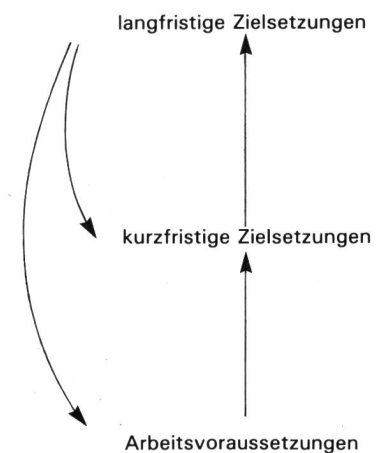
## 2. Zielsetzung

(Lernziele sind die Leitlinien des Trainings)

Auf der Basis der Arbeitsvoraussetzungen, welche immer wieder neu zu analysieren und einzuschätzen sind, muss der Trainer Zielsetzungen vornehmen. Sie müssen für seine Arbeit richtungsweisend sein.

### Langfristige und kurzfristige Zielsetzungen

Anpassen der Zielsetzungen an die Arbeitsvoraussetzungen



Diese zu Beginn von längeren Phasen getroffenen Erwartungen sollten in der Regel stets in neue Entscheide miteinbezogen werden, zum Beispiel

- Qualifikation für Aufstiegsrunde
- Einbau und Integration von 2 neuen und 3 Nachwuchsspielern
- Verbesserung des Flügelspieles
- bessere Organisation im Angriff usw.

Normalerweise sollte der Trainer eine klare Linie in seiner Arbeit verfolgen. Auch die stetige Neueinschätzung der Arbeitsvoraussetzungen sollte ihn nicht davon abbringen; mindestens so lange nicht, wie diese als einigermaßen normal zu bezeichnen sind.

Kurzfristige Zielsetzungen sind demnach immer Zwischenschritte, Zwischenstufen auf dem Weg nach oben, welche sich aber auch durch eine gewisse Regelmässigkeit auszeichnen müssen.

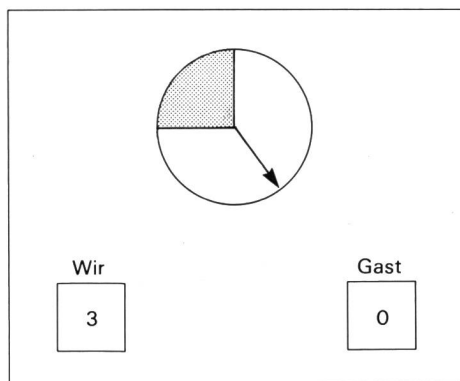
- Ein erhofftes Auswärtsunentschieden im nächsten Spiel, damit zusammenhängende Punkte wie
  - konsequente Deckungsarbeit
  - Disziplin
  - spez. Einzeltaktik
 können kurzfristig eben wichtige Schritte auf dem Weg zum Gesamtziel darstellen.
- So gesehen müssen langfristige Anliegen ab und zu in den Hintergrund treten.

#### Anpassung und Differenzierung

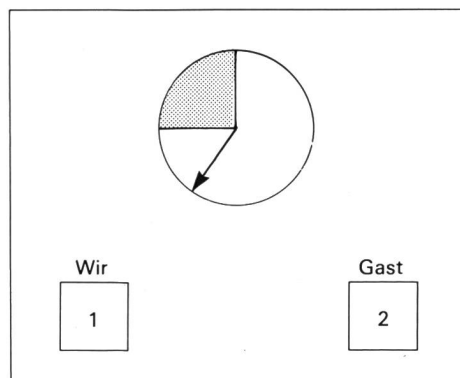
Trotz dieser Leitlinien, welche Zielsetzungen nun einmal sind, braucht gerade der Fussballtrainer ein hohes Mass an

- Flexibilität und Anpassungsvermögen
- Improvisationstalent
- Fingerspitzengefühl, resp. Einfühlungsvermögen

Vieles ist nicht vorauszusehen und nicht kalkulierbar!



Papierform



Tagesform

Nicht nur in jedem Spiel, sondern auch in jedem Training, sogar in einzelnen Übungen können unerwartet neue Faktoren die Leistung beeinflussen.

Sehr oft hängt der Erfolg eines Spieles oder die Wirksamkeit eines Trainings oder einzelne Massnahmen nur davon ab, ob der Trainer leistungsbestimmende Faktoren

- frühzeitig erkennt,
  - deren Ursache findet,
  - richtig reagiert,
- das heisst die entscheidenden Massnahmen trifft.

Diese lenkende Einflussnahme des Trainers bekommt dann im Rahmen der *Korrektur* entscheidende Bedeutung.

### 3. Planung

Planen heisst den Zufall ausschalten, denn dieser ist meist ein schlechter Mitspieler

#### Grundsätze der Planung

Getroffene Zielsetzungen müssen sowohl für die langfristige wie die kurzfristige Planung nach einigen Grundsätzen formuliert werden

- Zielstrebigkeit
- Differenzierung
  - Wie weit muss die Aufgabenteilung im Spiel unterschiedliche Trainingsprogramme nach sich ziehen?
- Vielseitigkeit
- Regelmässigkeit

Trotz Abwechslung, Vielfalt und Differenzierung müssen gewisse Trainingsreize immer wieder erfolgen, damit eine tatsächliche Steigerung erreicht werden kann

- Periodisierung

#### Planungsformen

Diese Formen werden in der Regel nach der Dauer oder einem speziellen Anlass unterschieden

- Jahrestrainingsplan
- Trainingslager
- Wochenplan
- Trainingsvorbereitung
- Spieltag

Entsprechende Beispiele finden sich im Leiterhandbuch.

### 4. Trainingsgestaltung

Die Arbeit des Trainers mit seiner Mannschaft auf dem Platz ist letztlich die entscheidende. An dieser Arbeit und dem resultierenden Erfolg wird er auch gemessen.

#### Theoretische Grundlagen

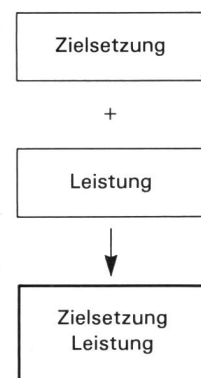
Wissen und Erfahrung aus folgenden Gebieten können diese Tätigkeit unterstützen

- Fussballpraxis
- Trainingslehre
- Psychologie (Lern-, Motivations-, Sozialpsychologie)
- Hygiene, Ernährung

#### Inhalt (Übungswahl)

Technik, Taktik, Kondition und psychische Leistungsfähigkeit bestimmen im Fussball die Leistung eines Spielers, respektiv einer Mannschaft.

- Zielsetzung
  - Das zu erreichende Ziel bestimmt im wesentlichen die Stoffauswahl.
- Qualität in der Ausführung
  - Die ausgewählten Trainingsformen müssen in erster Linie korrekt und selbständig ausgeführt werden.
  - Hier hat der Trainer eine sehr wichtige Aufgabe bei der Lenkung des Trainings.
- Korrektur/Spielleitung
  - Korrektur ist die Hilfe des Trainers gegenüber seinen Spielern beim Lösen einer Aufgabe. Gerade in diesem Bereich werden sich seine Fussballkenntnisse und seine psychologischen Qualitäten zeigen, weil er immer wieder die Leistung und Zielsetzung vergleichen und beeinflussen muss.



Im Idealfall decken sich beide.

Korrigieren heisst die Leistung der Mannschaft im Training in die Richtung der Zielsetzung zu lenken.

Vorgehen:

*Hauptfehler erkennen*

*Ursache finden*

*Korrekturanweisung geben  
weiter trainieren*

- Selbstkritik der Spieler  
Aufgabe des Trainers ist es aber auch, den Spieler zur Selbstständigkeit zu erziehen und ihn zu befähigen, seine Leistungen selber einzuschätzen und zu korrigieren.
- Training von verletzten Spielern  
Anders gelagerte Ansprüche an die Stoffauswahl des Trainers stellt das Training von verletzten Spielern dar.

## Methoden

Die Wahl der Methode hängt weitgehend mit den Fragen des Aufbaues, dem Weg zum Ziel zusammen.

- Die methodische Reihe

Das Endziel soll in einer systematischen Reihe von Teilschritten erreicht werden (vom Leichten zum Schweren)

*Übungsreihe*

zum Beispiel Torschuss

- ruhender Ball
- geführter Ball
- in den Lauf gespielter Ball
- von der Seite zugespielter Ball
- Torschuss nach vorangehenden weiteren Aufgaben
- Passiver und aktiver Gegner

*Spielreihe*

zum Beispiel 1:1

- in begrenztem Raum
- auf 1 kleines Tor
- auf 2 kleine Tore
- auf 2 grosse Tore
- auf mehrere Tore
- Die reine Übungsform  
Hier werden einzelne Spielelemente ohne Wettbewerbsgedanken geübt
- Die Komplexform  
Bei dieser Übungsform werden mehrere Spielelemente kombiniert, der Gegenspieler eventuell miteinbezogen, zum Beispiel 1:1 ab Platzmitte bis Abschluss oder Abwehr (Dribbling, Finten, Torschuss, Tackling, Wehrdigkeit, Schnelligkeit, Zweikampf usw.)

Als Variante davon gilt die Spielphasenübung. Hierbei tritt gegenüber der Komplexübung das taktische Verhalten stärker in den Vordergrund, zum Beispiel Gegenangriff, Eckstoss-Varianten

- Das Übungsspiel  
In Spielform, zum Teil durch zusätzliche Regeln noch verstärkt, werden verschiedene Spielelemente geübt, zum Beispiel 7:7 auf 1 grosses und 2 kleine Tore
- Mentale Trainingsmethoden  
Die gedankliche Auseinandersetzung des Spielers mit dem Training und seinen Aufgaben werden mit den höheren Anforderungen immer wichtiger (Spielintelligenz).

*Observatives Training*

Der Spieler beobachtet wiederholt und gezielt die Bewegungsausführung bei anderen Spielern

- Mitspieler
- Video-Aufzeichnungen
- Film
- TV-Übertragungen

*Mentales Training*

Der Spieler stellt sich wiederholt einen Bewegungsablauf gedanklich vor (zum Beispiel Finten).

*Verbalisationstraining*

Der Spieler setzt sich gedanklich mit gewissen Aufgaben auseinander (zum Beispiel seinem Gegenspieler).

## Organisation

Die zweckmässige Organisation ermöglicht einen reibungslosen und intensiven Ablauf der vorgesehenen Arbeit

- dabei spielt die zielgerichtete Ein- und Aufteilung (Gruppenbildung) eine wichtige Rolle

*Leistungsgruppen*

Bildung entsprechend dem KO-/TE- oder TA-Leistungsstand

*Funktionsgruppen*

Bildung entsprechend den Spielfunktionen zum Beispiel rechte Mannschaftshälfte

*Blockgruppen*

zum Beispiel Mittelfeldspieler

*Zufallsgruppen*

- die Grösse dieser Gruppen beeinflusst deren Aktivität sehr stark

*Kleine Gruppen*

- intensiver (KO)
- mehr Ballkontakte (TE)
- überschaubarer (TA)

*Grössere Gruppen*

- bessere Differenzierung möglich
- stellt gedanklich höhere Anforderungen
- Veränderung des Spielfeldes

*Grösseres Spielfeld*

- weiträumigeres Spiel mit mehr Aktionsfreiheit
- laufintensiver, damit erhöhte konditionelle Belastung

*Kleineres Spielfeld*

- engmaschiges Spiel, mehr Zweikämpfe
- kaum Bewegungsfreiheit
- Ballbehandlung auf engerem Raum
- Veränderung der Tore

*Grosse Tore*

- ermöglichen den Abschluss
- zwingen die Verteidiger zu konsequenter Abwehr
- spielnahe

*Kleine Tore*

- Tor Gelegenheiten müssen besser herausgespielt werden
- verlangen mehr Rhythmuswechsel
- erschweren den Abschluss

Auch die grossen Tore sollten beweglich sein, damit sie vielseitiger verwendet werden können.

- Quantität der Ausführung

Je nach Festlegung von Dauer, Tempo, Wiederholungszahl und der Pausengestaltung spricht man von verschiedenen Organisationsprinzipien

*Dauerleistungsprinzip*

*Intervallprinzip*

*Circuit-Training*

*Wiederholungsprinzip*

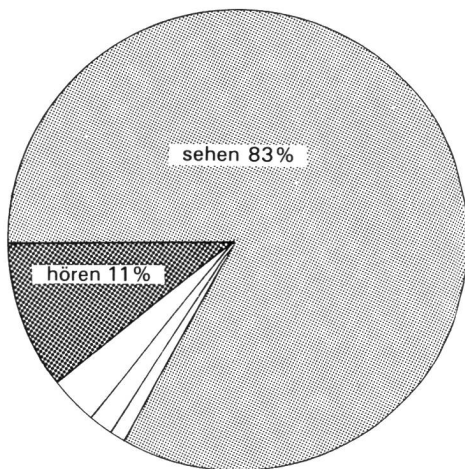
*Stationen-Training*

- Material- und Platzausnutzung

## Darbietung

Die Art und Weise den Spielern klarzumachen, was man von ihnen will. Die folgende Übersicht zeigt klar, in welche Richtung man gehen sollte.

Der Mensch lernt durch:



## Reden ist Silber Zeigen ist Gold

Darbietungsmöglichkeiten:

- Demonstrieren
- Erklären
- Aufgabenstellung

und deren  
Kombinationsmöglichkeiten

Es ist allerdings nicht so wichtig welche Art der Darbietung gewählt wird, wichtiger ist wie es dem Trainer gelingt

- die Aufgaben anschaulich zu machen
- seine Erwartungen klar anzuzeigen
- die Spieler zu interessieren und zu aktivieren
- ihnen Spielraum für ihre Selbstentfaltung zu lassen (es gibt meistens mehrere gute Lösungen)
- ihre gedankliche Mitarbeit zu unterstützen

Hilfsmittel

Die persönlichen Fähigkeiten des Trainers in Form von Sprache, Gestik und fussballerischem Können müssten vor allem in Teamsitzungen durch Hilfsmittel noch unterstützt werden

- Wandtafel/Magnettafel
- Zeichnung
- Video
- Film/Bild

Ihre Wirksamkeit liegt in deren optischen Wirkungen auf die Spieler.

### Führungsverhalten

Aus dem gesamten Bereich der Psychologie seien hier nur jene aufgegriffen, die auf die Trainingsgestaltung direkten Einfluss haben.

- Autorität des Trainers

Fachliche  
Autorität → Können

Fussballkenntnisse  
Erfahrung  
klares, bewegliches Fachdenken  
Ausdrucksfähigkeit

→ Fachliche Autorität kann man zum Teil erwerben

Menschliche  
Autorität → Persönlichkeit

Verständnis  
Einfühlungsvermögen  
Verantwortungsbewusstsein  
Entscheidungsfähigkeit

→ Menschliche Autorität muss täglich neu bestätigt werden.

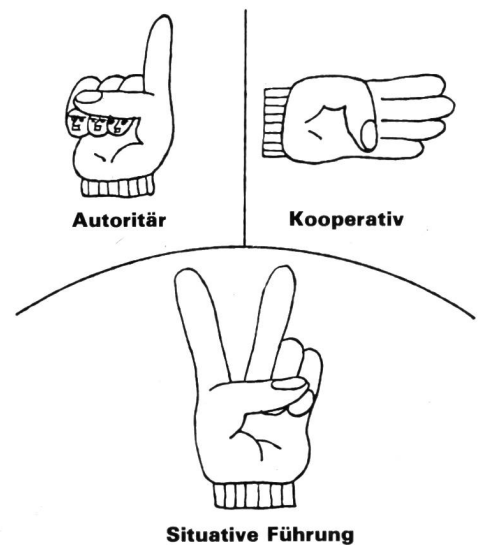
- Motivation

Motivation ist ein sehr komplexer Oberbegriff von vielen Faktoren, die unterstützend oder hemmend wirken können.

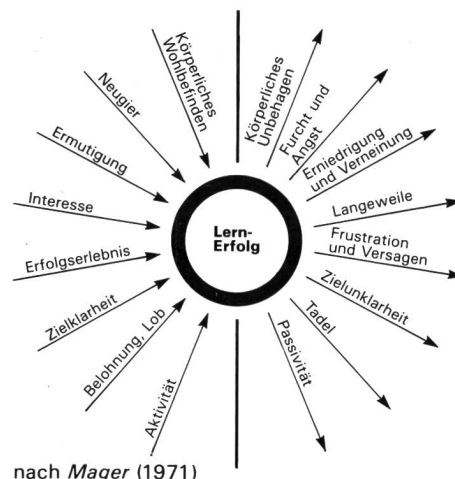
- Förderung der Spielerpersönlichkeit und des Teams

Der Trainer hat wichtige Aufgaben als Erzieher zu erfüllen. Sowohl der Einzelspieler als auch die Mannschaft müssen nicht nur sportlich sondern auch menschlich gefördert werden.

angepasster Führerstil



Im richtigen Augenblick richtig reagieren



nach Mager (1971)

Leistungsbereitschaft  
Anpassungsfähigkeit  
bewusste (Mit-) Arbeit  
Selbstkontrolle  
Selbständigkeit  
Disziplin, Teamgeist

des  
Spielers  
und der  
Mannschaft

Der Trainer kann diese menschlichen Fähigkeiten nicht einfach voraussetzen oder erwarten. Er muss auch diese in einem langfristigen Prozess der Erziehung anstreben und erarbeiten.

Arbeitsatmosphäre

Diese kann als Produkt der Arbeit und des Verhaltens von Trainer und Spielern angesehen werden.

## 5. Kontrolle und Auswertung der Leistungen

Vergleich der angestrebten Zielsetzungen mit den effektiven Leistungen und Ergebnissen.

### Trainings- und Spielbeobachtungen

Systematische und gezielte Beobachtungen von vorgängig festgelegten Kriterien. Dies erfordert

- bewusste Beobachtung
- entsprechende Aufzeichnungstechnik (Notizen, Beobachtungsbogen, Video, Dictaphon)

### Leistungskontrollen

Messbare Leistungstests sind zwar durchaus möglich, sind aber meist nicht ganz spielbezogen.

- Konditionstests
- Techniktests

### Leistungsheft

Das Führen eines Leistungsheftes oder einer entsprechenden Kartei bildet für die Beteiligten eine wesentliche Hilfe für eine systematische Kontrolle der Leistungsentwicklung.

Diese Ergebnisse liefern einerseits Informationen für Trainer und Spieler, andererseits sind sie Motivation.

Beides ist für die ständige Verbesserung der Leistung unerlässlich.

## 6. Öffentlichkeitsarbeit

Etwas ausserhalb der Aufgaben um die Mannschaftsführung steht dieser letzte Bereich. Für das Ansehen des Trainers hat dieser Teil allerdings eine grosse Bedeutung.

### Umgang mit den Medien

Unerlässlicher Bestandteil der Information der Zuschauer und der sportinteressierten Öffentlichkeit.

### Kontakt mit Trainerkollegen

Erfahrungsaustausch, Fachdiskussionen.

### Vorträge, Besuche usw.

Auch Klubverantwortliche und Trainer von Junioren- oder Amateurmansschaften können vom Wissen und der Erfahrung des Spitzentrainers profitieren.

