Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 52 (1995)

Heft: 4

Artikel: Spielsportarten übergreifendes Konzept

Autor: Uhlig, Manfred / Uhlig, Johannes

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-993184

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: 22.08.2025

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

Spielfähigkeit im Nachwuchsfussball

Spielsportarten übergreifendes Konzept

Manfred und Johannes Uhlig
Fotos: Richard Cieslar

Spielen ist ein wichtiger Aspekt unseres Lebens. Jeder Schüler sollte eigentlich lernen, mit dem Ball umzugehen. Die beiden Autoren zeigen, wie die allgemeine Spielfähigkeit entwickelt werden kann mit einem Konzept, das über die verschiedenen Ballsportarten greift.

Das Ballspiel ist ein wichtiger Faktor für die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder und Jugendlichen und thematischer Schwerpunkt im Sportunterricht der Schule sowie wesentlicher Baustein in der Ausbildung von Nachwuchsfussballern, besonders im Grundlagenbereich von 6 bis 12 Jahren.

Seine Merkmale wie Spannung, Erlebnis, Freude, Spass, Motivation, Emotion, Dynamik, Unberechenbarkeit, Offenheit, Erfolg, Misserfolg, Miteinander, Gegeneinander, Wahrnehmen, Erkennen, Vorausahnen, Entscheiden, Handeln, Probleme lösen, Kreativität, Täuschungen, Regeln usw. prägen den typischen Charakter und machen es so zu einer einzigartigen Möglichkeit, sich darin persönlich erleben, erfahren und entfalten zu können.

Anschrift der Verfasser:
Manfred Uhlig, Landstrasser Hauptstrasse 146/6/7; A-1030 Wien
Johannes Uhlig, Schlöglgasse 41/4/5; A-1120 Wien

Spielen lernen

Primäres Ziel soll es sein, das Spielen zu lernen und durch die anzustrebende Fähigkeit mitspielen zu können, Spielfreude und zugleich Lern- und Leistungsbereitschaft zu entwickeln.

Es geht also um die Ausbildung der allgemeinen Spielfähigkeit, die die Grundlage für die Entwicklung der sportartspezifischen Spielfähigkeit in den grossen Sportspielen wie Fussball, Basketball, Handball und Volleyball bildet. (Vgl. *Bisanz/Gerisch* 1979, 9,14.)

Für die Ausbildung der Spielfähigkeit im Fussball bedeutet dies, dass es nicht sinnvoll ist, die Kinder sofort mit fussballerischen Spielformen zu konfrontieren, sondern sie mit den Grundlagen eines Spieles (Ballgefühl und Zusammenspiel mit der Hand) vertraut zu machen.

Spielen lernen kann als aktive Auseinandersetzung einer und mehrerer Personen (Mannschaft) mit der sich ständig verändernden sozialen Umwelt (Mitspieler, Gegenspieler) aufgefasst werden.

Dadurch sind «offene» Aufgaben, d.h. Spielsituationen gegeben, die mit verändertem, angepasstem und abgestimmtem Verhalten zu lösen sind. (Vgl. *Mechling* 1988, 26–28.)

Die Kinder lernen durch Erfahrung, durch Tun, durch das Erleben von Versuch und Irrtum, also «ganzheitlich» und in erster Linie intuitiv und vorerst weniger bewusst. Es ist daher vor allem die Aufgabenstellung und Situation, die lehrt und nicht nur die Anweisung und Instruktion! (*Hasler* 1992, 9.)

Gemeinsamkeiten

Wenn wir die grossen Sportspiele genauer analysieren, sind typische Kennzeichen und Gemeinsamkeiten festzustellen, deren Zusammenhänge didaktisch und methodisch aufzubereiten sind.

Gefühl

Voraussetzung um mit dem Ball spielen zu können, ist die Schulung des Gefühls im Umgang mit dem «Spielgefährten» Ball, deren Behandlung und Beherrschung ausschlaggebend für die Qualität der Spielfähigkeit ist. Denn erst dadurch ist «der Blick frei vom Ball» und die Möglichkeit der besseren Orientierung und

Übersicht im Spiel gegeben. So können ein effektives Zusammenspiel und eine funktionierende Kommunikation zwischen den Spielern entstehen.

Doch nicht nur das Ballgefühl soll geschult werden. Gerade im Grundschulbereich ist die Ausbildung des Körper- bzw. Bewegungsgefühls von grösster Bedeutung. Dies soll durch eine vielseitige, koordinative Grundausbildung, in deren Rahmen die Spiele einen grossen Stellenwert einnehmen, passieren.

Die koordinative Ausbildung ist Grundstufe des Bewegungslernens und Techniktrainings. Das zu schulende Bewegungs- und Ballgefühl sind Voraussetzung zum schnelleren Erlernen der Basistechniken (mit und ohne Ball) der entsprechenden Sportspiele wie Laufen, Springen, Pritschen, Passen, Werfen, Schiessen, Prellen, Ballführen... Dabei gilt es, die Techniken im Zuge des Lernprozesses im und durch Spielen und Üben zu erwerben, zu automatisieren, um sie dann variantenreich und kreativ entsprechend der Spielsituation zielgerecht anwenden und umsetzen zu können. (Vgl. *Hotz* 1993, 18–22.)

Der taktische Sinn der Anwendung einer Technik (technischen Bewegungsfertigkeit) soll erlebt, erfahren und erklärt werden.

Zusammenspiel

Ein weiteres wesentliches Kennzeichen ist das Zusammenspiel, das gegenseitige Helfen in Form des Anbietens und Freilaufens, die Abstimmung der Aktionen der Einzelspieler. Wenn dies gelingt spricht man von Kooperation und Kommunikation. Die psychosozialen Fähigkeiten der Kinder spielen dabei eine entscheidende Rolle.

Die «Dreiecksbildung» (Bild, Bewegungsvorstellung) ist in diesem Zusammenhang eine Form, die für das erfolgreiche Zusammenspiel in den Ballspielen typisch ist. Es soll zwischen dem Spieler mit Ball und den beiden Spielern (Anspielstationen) ohne Ball gebildet werden.

Spieldynamik

Die Spieldynamik, also die Geschwindigkeit der Spielabläufe, ist geprägt durch den Wechsel von Belastung und Erholung, also Phasen von Aktivität und «Passivität» bzw. Phase des Ballbesitzes und Ballverlustes (gegnerischem Ballbesitz) sowie dem schnellen Umschalten zwischen diesen Phasen im typischen Rhythmus des Spieles.

Kreativität

Das Ballspiel lebt einerseits von Ordnung und Organisation und andererseits von Kreativität und Improvisation, also von unerwarteten und überraschenden Aktionen, von der variablen Anwendung der Techniken, vor allem auch dem Einsatz von Täuschungen und Finten.

Spielen heisst Handeln

Der Prozess des Handelns beinhaltet die Phasen: Wahrnehmen – Vorausahnen (Antizipieren) – Entscheiden und Ausführen.

Die sich ständig wechselnden Spielsituationen sind mit den Sinnen (vor allem Auge) und mit Verstand aufzunehmen, die Aktionen der Mitspieler und Gegenspieler dabei zu erfassen und zu «durchschauen» sowie vorauszuahnen. Dies funktioniert um so besser, je grösser die Spielerfahrung ist.

Die Situation effektiv und zweckmässig zu lösen ist die Herausforderung (Spielfähigkeit). Dabei bieten sich meist einige Möglichkeiten an, von denen die erfolgswahrscheinlichste auszuwählen ist (Entscheidung).

«Das Richtige zur rechten Zeit und am rechten Ort zu machen!» lautet das Motto. Zuletzt erfolgt die Ausführung, deren Gelingen vom koordinativ-technischen und konditionellen Niveau abhängt.

Man erkennt deutlich, dass Kopf, Herz und Hand bzw. Fuss bei der Spielhandlung vonnöten sind.

Störfaktoren

Das Handeln ist von vielen Störfaktoren begleitet: Gegner, Raum- und Zeitdruck, äusseren (Wind, Umgebung...) sowie inneren Störgrössen wie Ermüdung und Nervosität. (Vgl. *Lottermann* 1994, 19–23; *Hotz/Muster* 1993, 29.)

Da die Geschwindigkeit (Tempo) den Erfolg der Handlung wesentlich bestimmt, spricht man auch von Handlungsschnelligkeit – «Schnelligkeit im Kopf». (Vgl. *Weineck* 1992, 377, 378.)

Im Fussball und Handball kommt es bei den Zweikämpfen zu Körperkontakten, beim Basketball wenig, beim Volleyball gar nicht, wobei Volleyball zu den Rückschlagspielen ohne unmittelbare Gegnereinwirkung (ausser spezifischen Situationen wie Block) zu zählen ist.

Es wird deutlich, dass die Ballspiele – Basketball, Handball, Volleyball und Fussball – eine sehr vielfältige, komplexe Leistungsstruktur aufweisen. Sie sind durch eine grosse Anzahl von leistungsbestimmenden Faktoren gekennzeichnet, die gegenseitig voneinander abhängig sind und sich stark beeinflussen.

Im Zentrum der Leistung im Spiel der Volksschüler soll die Spielfähigkeit stehen, also die Fähigkeit auftretende Spielsituationen mit dem vielfältigen und variablen Einsatz von Techniken erfolgreich lösen zu können und damit dem Spielgedanken, der Spielidee gerecht zu werden. Dies ist im weitesten Sinne «Tore (Treffer) zu erzielen und Tore (Treffer) zu verhindern».

Die Voraussetzungen zum Spielen-(Mitspielen)-Können sind physische, psychische (Bereitschaft, Interesse, Motivation), soziale (Miteinander, Kooperation) und kognitive (Vorausahnen, Entscheiden, Denken), Fähigkeiten, die sich in der Qualität der koordinativen, konditionellen Fähigkeiten, der technischen Fertigkeiten und der taktischen Handlungsfähigkeit (= Spielfähigkeit) ausdrücken. (Vgl. *Lottermann* 1994, 22, in Anlehnung an *Brack* 1983, 7.)

Die vielseitige, koordinative Ausbildung bildet die Basis für die spätere Leistungsentwicklung. Das Ziel dabei ist die Entwicklung der Lernfähigkeit.

Ballspiele sind koordinativ hoch anspruchsvoll.

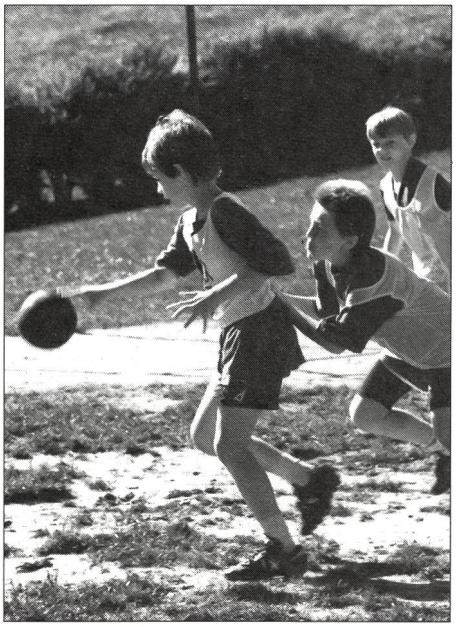
Ballgefühl, Übersicht (Orientierungsfähigkeit in Raum und Zeit (Timing), Gleichgewichtsfähigkeit (dynamisch), Reaktionsfähigkeit (meist optische Signale) und Rhythmus- bzw. Rhythmisierungsfähigkeit sind notwendige Bedingungen und deren Schulung ein grundlegendes Ziel der Spielausbildung. (*Hotz* 1991, 77–84.)

Zielsetzung

Das Bestreben unserer Arbeit ist es, ein die Spielsportarten übergreifendes Konzept zur Ausbildung der Spielfähigkeit im Fussball vorzustellen, basierend auf den typischen Merkmalen und Gemeinsamkeiten der vier Ballsportarten. Dabei ist vorerst eine «allgemeine Spielfähigkeit» anzustreben, auf der die «spezielle Spielfähigkeit» aufbaut.

Zusammenhänge

Es sind strukturelle Verwandtschaften und Zusammenhänge festzustellen, die sich in der Bewegung als Handlung



Mit improvisierten Spielformen ist eine allgemeine Spielfähigkeit als Grundlage anzustreben.

Wesentliches erkennen – Informationen aufnehmen und weiterverarbeiten.

manifestieren. Dabei ist zwischen Planung («Wesentliches erkennen» – Informationsaufnahme und -verarbeitung) und Ausführung («Variationen» – Informationsumsetzung) zu unterscheiden. (*Hotz* 1986, 124–127.)

Hände

Zu Beginn der Spielausbildung bildet das Spielen mit den Händen – der Hand (auch für Fussball) den Schwerpunkt. Die Ursache ist darin zu suchen, dass man mit der Hand (den Händen) grundsätzlich mehr Gefühl hat, diese näher dem Kopf (Augen) ist (sind) und das Spiel mit den Händen daher eine weitaus bessere Übersicht und schliesslich ein leichter funktionierendes Zusammenspiel gewährleistet. Ausserdem ist es leichter das Spieltempo beim Spielen mit der Hand (im Vergleich zum Fussballspiel) zu erhöhen und dadurch auch die Handlungsschnelligkeit zu steigern.

Im Rahmen einer vielseitigen Ausbildung ist das beidseitige Üben und Lernen (Hände und Füsse) selbstverständlich zu forcieren.

Weiter ist das Verwenden von verschiedenen Bällen (Tennisball, Handball, Fussball, Volleyball, Softball, Gymnastikball ...) zur verstärkten Schulung des Ballgefühls empfehlenswert. Das Erleben und Erfahren ihrer unterschiedlichen Eigenschaften fördern das differenzierte Wahrnehmen (Prinzip der Gegensatzerfahrung).

Spielausbildung

Lernen – Üben – Spielen soll durch Sammeln vielfältiger Bewegungs- und Spielerfahrungen in kleinen, übersichtlichen Spiel- und Übungsformen stattfinden. Dabei sind Freiräume zum eigenen Entdecken und Finden von Spielsituationslösungen neben geplanten Vorgaben und Hilfestellungen zu schaffen. Die Kreativität ist zu fordern und zu fördern.

Didaktisch und methodisch ist sinnvollerweise so vorzugehen, dass zuerst der Ball im Mittelpunkt steht und dessen Behandlung, die schliesslich zum Beherrschen führen soll.

Anschliessend erfolgt das miteinander Spielen, das Zusammenspiel, um schliesslich auch die Störgrösse Gegner zu integrieren, also das Gegeneinander mit einzubeziehen.

Das Erlernte soll ständig im Spiel auf seine Stabilität und Tauglichkeit überprüft und zweckmässig angewandt werden. Es ist an der Zeit voneinander zu lernen!

Analyse der Mannschaftsballsportarten

Die nachfolgende Analyse dient als Grundlage für ein die Spielsportarten übergreifendes Konzept zur Entwicklung der Spielfähigkeit.

Charakteristisch für die Mannschaftsspiele Basketball, Handball und Fussball ist das vorrangige Ziel Treffer (Tore, Körbe) zu erzielen und gleichzeitig Erfolge (Treffer) des Gegners zu verhindern. Beim Basketball sollte es zu keinem oder nur geringem Gegnerkontakt kommen, im Handball und Fussball ist jedoch starker körperlicher Einsatz (Zweikampfsituation) zu beobachten. Die eigentlichen Ziele (Tore, Korb) sind dabei relativ klein.

Volleyball kann als Rückschlagspiel bezeichnet werden, bei dem die Kooperation der Mitspieler in einer Spielfeldhälfte ohne gegnerischen Körperkontakt verläuft. Das Ziel, in das der Ball geschlagen werden soll, ist die Spielfeldhälfte des Gegners. Man bezeichnet Volleyball auch als Partnerspiel.

Ist bei den ersten drei genannten Mannschaftsspielen zwischen den Phasen Angriff und Abwehr bzw. dem schnellen Umschalten zwischen den Phasen deutlich zu unterscheiden, so fallen diese beide Phasen beim Volleyball weitgehend zusammen.

Die Ziele in der Angriffsphase sind:
1. Vorbereitung der Zielhandlung
2. Zielhandlung = das Ziel zu treffen

Die Ziele in der Abwehrphase sind:
1. Be- und Verhinderung der gegnerischen Zielhandlung und dessen Vorbereitung
2. Ballgewinn und -sicherung (vgl. *Bisanz/Gerisch* 1979, 15)

Das Konzept

Der Ball im Mittelpunkt

Zu Beginn steht der Ball im Mittelpunkt, der zuerst mit einer Hand (beiden Händen – Ziel = Beidhändigkeit) und anschliessend mit einem Fuss (beiden Füssen – Ziel = Beidfüssigkeit) kontrolliert und beherrscht werden soll. Dabei ist die Entwicklung des Ballgefühls, der Ballbehandlung wesentlich.

Diese Fähigkeit ist eng mit der Orientierungsfähigkeit im Raum und in der Zeit (Übersicht, Timing) verbunden. Durch das sich entwickelnde Ballgefühl wird die Übersicht (Blick nicht mehr auf den Ball konzentriert) und zugleich auch das Zeitgefühl durch Bewegungserfahrungen und schnellere Antizipation verbessert und geschult.

Der gekonnte Umgang mit dem Ball äussert sich unter anderem in der Genauigkeit ein Ziel zu treffen, sei es das Ziel (Tor, Korb, gegnerische Spielfeldhälfte) oder das Ziel Mitspieler, das durch einen Schuss(...), Wurf oder Schlag bzw. durch einen Pass oder ein Aufspiel «getroffen» werden soll.

Wir bezeichnen die erste Stufe nach *Hotz* (1991, 77) als «Koordinative Befähigung».

Miteinander

Durch das gut ausgeprägte Gefühl im Umgang mit dem Ball und dem eigenen Körper soll die Konzentration nicht mehr auf den Ball, sondern auf die «soziale Umwelt», sprich Raum, Mitspieler, Gegenspieler gerichtet sein. Erst wenn diese Voraussetzung geschaffen ist, kann der Beginn eines wirkungsvollen Zusammenspiels innnerhalb der eigenen Mannschaft erfolgen.

Die Fragen nach dem Wohin? Wie? und Wann? des Zuspieles sind für die

erfolgreiche Spiel-Kommunikation ausschlaggebend.

Das «Dreieck» (ballbesitzender Spieler und zwei «helfende» Spieler ohne Ball bilden ein «Dreieck») als Basisform des Zusammenspieles ist in allen Sportspielen erprobt und soll bewusster praktiziert werden.

Gerade im Anfängerbereich soll das Zuspiel mit «Auge und Mund» die Kooperation erleichtern.

Das Spiel mit der Hand kommt vor dem Spiel mit dem Fuss.

Das Problem beim Fussball stellt – im Gegensatz zu den drei «Handspielen» – zunächst die schwieriger zu bewältigende «Fusskoordination» dar, die sich u.a. in mangelndem Ballgefühl und geringerer Übersicht (Blick noch zum Ball gerichtet) zeigt.

Gegeneinander

Die dritte Stufe im methodischen Aufbau integriert nun den Gegner/die Gegenspieler. Wir sprechen vom «Gegeneinander» oder «Team gegen Team».

Das entsprechende situationsgerechte Handeln in der Abwehrphase und im Angriff unter Anwendung des Erlernten, um die vielfältigen Spielsituationen zweckmässig zu meistern, steht dabei im Mittelpunkt der Bemühungen.

Entwicklung der Spielfähigkeit im Fussball

Mit Hilfe des «spielsportartübergreifenden Ansatzes» soll die Spielfähigkeit verbessert werden. Das Spiel mit der Hand ist dazu bestens geeignet.

In der Einführung sind die wesentlichen Merkmale des Spieles genannt worden.

In der Folge soll der Transfer zum Fussball durch einige Beispiele deutlicher aufgezeigt werden.

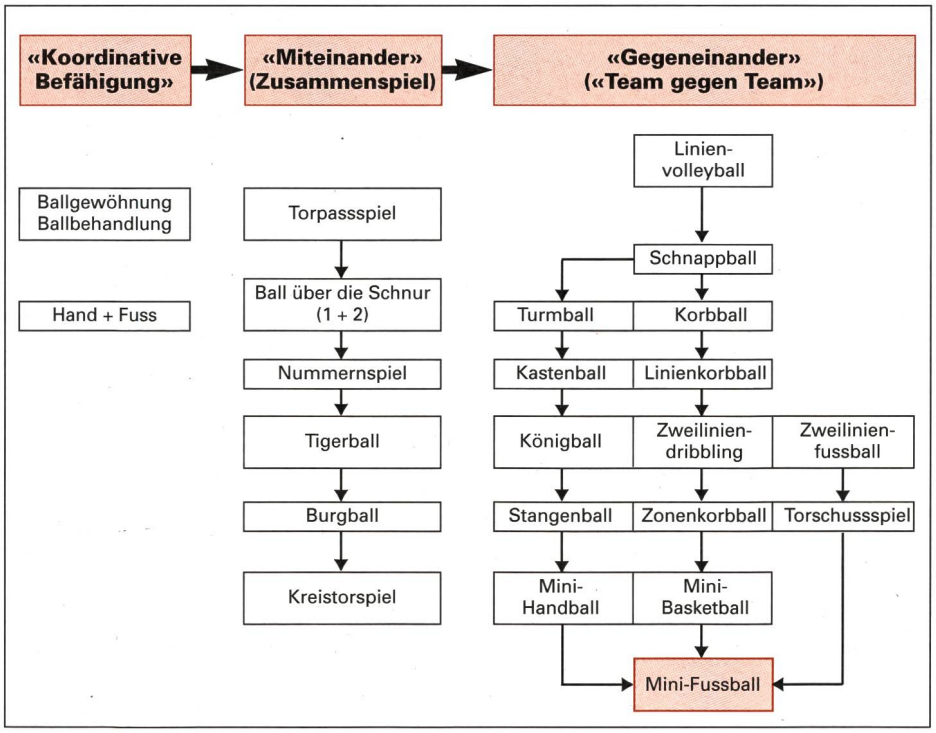
Dabei sind einige Fragen zu stellen:
«Welche methodischen Spiel- und Übungsformen (sog. ‹Kleine Spiele und Sportspiele›) aus dem Bereich des Volleyballs, Handballs und Basketballs können die Spielfähigkeit im Fussball verbessern und warum?», d.h. unser grosses Ziel stellt sich folgendermassen dar:

Wie können wir die komplizierten Handlungszusammenhänge der Grossen Sportspiele so vereinfachen, dass überschaubare Lernsituationen («Kleine Spiele» mit geringer Spieleranzahl) entstehen, die es ermöglichen motorische Erfahrungen zugleich mit sozialen Erfahrungen im Kontext (Zusammenhang) einer Spielidee zu sammeln?

Transfers

Was kann der Fussballer von den anderen Spielsportlern ergänzend und akzentuierter lernen?

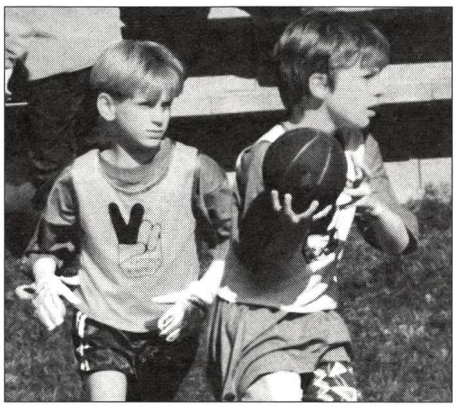
Durch Handball-Spielen zu lernen:
- Schnelleres Spiel
- Leichteres Zusammenspiel
- Schnelleres Wahrnehmen – Entscheiden – Ausführen (Handeln)
- Konterspiel
- Abwehrverhalten
- Umschalten
- Flügelspiel



Methodischer Weg zur Entwicklung der Spielfähigkeit im Fussball.

Manfred und *Johannes Uhlig,* beide Magister, sind Absolventen des Sportstudiums an der Universität Wien und Inhaber der Trainer-A-Lizenz (höchste Stufe) im Fussball.

Durch Basketball-Spielen zu lernen:
- Faires Zweikampfverhalten
- Finten
- Beidseitigkeit
- Sprungkraft in Verbindung mit Koordination
- Zusammenspiel
- Üben unter Zeitdruck – schnelles Handeln
- Zielgenauigkeit
- Rhythmisierungsfähigkeit



Durch Volleyball-Spielen zu lernen:
- Orientierungsfähigkeit
- Timing
- «Dreieck» als Basisform des Zusammenspiels
- Rhythmisierungsfähigkeit
- Reaktion
- Antizipation
- Sprungkraft in Verbindung mit Koordination

Literatur

Bisanz, G.; *Gerisch,* G.: Mini-Fussball. Praxis Sport, Band 2. Berlin, München, Frankfurt a.M. 1991.
Hasler, H.R.: Kognitive Fähigkeiten. Magglingen, ESSM; 1992.
Hotz, A.: Qualitatives Bewegungslernen. Zumikon; 1986.
Hotz, A.: Praxis der Trainings- und Bewegungslehre. Aarau, Frankfurt a.M. Reihe: Studienbücher Sport; 1991.
Hotz, A. / *Muster,* M.: Tischtennis lehren und lernen. Aachen; 1993.
Hotz, A.: Lernen und Lehren. In: Magglingen 1993 (10), 18–22.
Lottermann, S.: Kondition spielend trainieren. In: Fussballtraining 1994 (1), 19–23.
Mechling, H.: Zur Theorie und Praxis des Techniktrainings. Berichtband zum Hearing des Bundesinstitutes für Sportwissenschaft Köln 3.–4.12.1986. Köln 1981.
Weineck, J.: Optimales Fussballtraining. Teil 1: Das Konditionstraining des Fussballspielers. Erlangen, Beiträge zur Sportmedizin, Band 43; 1992. ■