



Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball

## Technik

„**Technik:** Gefühlvolles Umgehen mit dem Ball, fußballerische Fertigkeiten mit dem Ball.“

- Stoßarten des Balles

- Innenseitstoß
- Außenseitstoß
- Innen- Außen- Vollspannstoß
- Kopfstoß
- Fersenstoß
- Fallrückzieher

- Möglichkeiten der Ballan- und Mitnahme

Sohle, Innen-Außenseite, Spann, Oberschenkel, Brust, Kopf

- Spezialtechniken der Ballstoßarten

Hackentrick, Fallrückzieher, Flugkopfball, Seitfallzieher, Dropkick

- Tackling

Es ist das regelkonforme Attackieren des ballführenden Gegners. Es wird der Ball gespielt, die Arme sind angelegt.

- Eigenschaften eines guten Fußballspielers

- gute körperliche Verfassung
- absolute Ballbeherrschung
- hervorragende Spielübersicht
- vorbildliche Einsatzbereitschaft

## Regelkunde

- Indirekter Freistoß

Ein indirekter Freistoß wird bei folgenden Situationen vergeben:

- Gefährliches Spiel
- Abseits
- Spielverzögerung
- unsportliches Verhalten gegenüber Schiedsrichter, Gegner, Mitspieler und Zuschauer
- Tormann nimmt Rückpass mit den Händen auf
- Sperren des Gegners ohne Ballbesitz

- Direkter Freistoß

Ein direkter Freistoß wird bei folgenden Situationen vergeben:

- Bein stellen
- Halten des Gegners
- Anspringen des Gegners
- Handspiel außerhalb des Strafraumes
- Gegner von hinten rempeln
- Gegner schlagen oder stoßen
- Gegner anspucken



Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball

- Einwurf

Mit einem Einwurf kann ein Tor nicht direkt erzielt werden. Mindestens ein anderer Spieler auf dem Feld muss den Ball berühren, bevor der Ball über die Torlinie rollt.

- Eckball

Mit einem Eckball kann man ein Tor direkt erzielen.

- Auswechslung

Während einem regulären Spiel darf 3x ausgewechselt werden.

- Abstoß - Abschlag

→ Der **Abstoß** erfolgt innerhalb des Torraumes durch einen ruhenden Ball (Ball liegt auf dem Boden). Ein Abstoß erfolgt immer dann, wenn der Ball vorher vom Gegner ins Tor aus gespielt wurde. Der Ball ist erst dann im Spiel, wenn er den Strafraum verlassen hat. Der **Abstoß** kann sowohl vom Tormann als auch von einem Feldspieler ausgeführt werden.

→ Der **Abschlag** wird vom Tormann ausgeführt.

Wenn der Tormann den Ball gefangen hat oder ihn aus dem Spiel heraus angenommen hat, darf er ihn aus den Hand abschlagen oder abwerfen.

- Spielzeit

Die reguläre Spielzeit beträgt 90 Minuten, aufgeteilt in 2 Halbzeiten à 45 Minuten.

Der Schiedsrichter kann nach eigenem Ermessen einige Minuten nachspielen lassen.

- Punktwertung

→ Bei einem Sieg gibt es drei Punkte für den Sieger.

→ Bei einem Unentschieden bekommen beide Mannschaften einen Punkt.

- Abseits

- Ein Spieler steht dann im Abseits, wenn im Moment der Ballabgabe weniger als 2 gegnerische Spieler näher zu ihrem eigenen Tor stehen als der Spieler der den Ball erhält.

- Abseits gibt es nur in der gegnerischen Spielhälfte.

- Befindet sich der Angreifer auf gleicher Höhe mit einem Abwehrspieler (ein weiterer Abwehrspieler steht noch näher zum Tor) und erhält ein Zuspiel, so befindet er sich nicht im Abseits.

- Strafen

Der Schiedsrichter kann während dem Spiel folgende Strafen verhängen:

→ **Spielstrafen:**

Indirekte und direkte Freistöße und Elfmeter, sowie

→ **Persönliche Strafen:**

Gelbe Karten für grobes oder wiederholtem Foulspiel.

Gelb-rote Karte nach der 2 gelben Karte. Der Spieler muss das Spielfeld verlassen und darf nicht ersetzt werden.

Rote Karte für absichtliches grobes Foul, Schiedsrichterbeleidigung oder Tätlichkeit. Der Spieler muss das Spielfeld verlassen und darf nicht ersetzt werden.

Das Sportgericht verhängt eine länger Spielsperre.



Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball - Fußball

- Torwart

Ein Spieler darf den Platz des Torwarts einnehmen, wenn

→ der Schiedsrichter vom Wechsel benachrichtigt wird.

→ der Wechsel während einer Spielunterbrechung durchgeführt wird.

## Taktik

„**Taktik**: Bewusstes, überlegtes Verhalten, planmäßiges Vorgehen mit dem Ball.“

- Mannschaft

Eine Mannschaft besteht aus 11 Spielern.

Sie wird gewöhnlich in die Mannschaftsteile Abwehr – Mittelfeld – Angriff/Sturm aufgeteilt.

- **Spielsysteme**

→ **4:3:3**

Im 4:3:3-System spielen 4 Verteidiger,

3 Mittelfeldspieler und 3 Angreifer. Diese Spielweise ist sehr offensiv ausgerichtet

→ **4:4:2**

Im 4:4:2-System spielen 4 Verteidiger,

4 Mittelfeldspieler und nur 2 Angreifer. Dieses System ist etwas defensiver ausgerichtet.

- **Raumdeckung und Manndeckung**

→ Bei der **Manndeckung** hat jeder Spieler einen bestimmten Gegner, den er bei dessen Ballbesitz überall dort bekämpft, wo dieser sich aufhält.

→ In der **Raumdeckung** gibt es keine feste Zuordnung der Gegenspieler. Das Spielfeld ist in imaginäre Zonen aufgeteilt. Jeder Spieler ist für bestimmte Zonen verantwortlich. Das heißt, wenn ein Gegner in diese Zone eindringt, wird er von dem Spieler gedeckt, der für diese Zone zuständig ist. Da die Zonenübergänge fließend sind wird im Idealfall im Abwehrbereich eine Überzahl in Ballnähe erreicht und somit die Wahrscheinlichkeit des Ballgewinns erhöht.

- Flanke

Eine Flanke ist ein Flugball, der (oftmals mit Effet gespielt) von der Seite des Spielfeldes (möglichst nahe an der Grundlinie) in den Strafraum gespielt wird, um den Stürmern eine Tormöglichkeit zu schaffen. Die Stürmer versuchen die Flanke per Kopf oder durch Direktabnahme ins Tor zu schießen. Gelingt dies nicht, so versucht er die Flanke im Strafraum abzulenken (abfälschen) oder weiterzuleiten um eine Torchance für einen Mitspieler zu schaffen.

- Libero

→ Der Libero hat verschiedene Aufgaben:

- er spielt hinter der Abwehr
- organisiert und sichert die Abwehr
- er leitet das Aufbauspiel
- versucht Angriffe mit abzuschließen