

Clever verteidigen

Lehrkoordinator Heino Knuf zu Prinzipien für ein situationsgerechtes Entscheidungsverhalten

Werner Wiedersich (Co-Trainer der Herren Nationalmannschaft) sagte 2000 nach den Olympischen Spielen in Sydney: „In der Vergangenheit konnte ein Verteidiger zwei Angreifer stoppen. Heute benötigt man mindestens zwei Verteidiger, um einen Angreifer aufzuhalten“. Dieses Zitat sagt schon vieles über die Entwicklung im Hockey und speziell zum Thema Abwehrverhalten.

Die Chance, den Ball im 1 gegen 1 zu gewinnen, hat sich zunehmend verringert. Für die Entwicklung des Feldhockeys ist dies natürlich sehr zu begrüßen, da erfolgreiches Angriffshockey für die Zuschauer sehr attraktiv ist. Trotzdem bleibt das erfolgreiche Abwehren eine existenzielle Angelegenheit einer Mannschaft.

Auf allen Leistungsebenen kann man beobachten, dass die Spieler ein variables und differenziertes Entscheidungsverhalten besitzen. Aber die gleichen Spieler haben nicht diese Qualität, wenn es um Auswahl und Anwendung von Lösungsstrategien in der Defensive geht. Den Spielern mangelt es häufig an einem sicheren und situationsgerechten Entscheidungsverhalten in den verschiedenen Spielsituationen. Sie differenzieren häufig nicht ausreichend, ob sie sich in einer Unter-, Gleich- oder Überzahl befinden.

Mit dem Einzug des Kunstrasens in den 80er-Jahren hat eine neue Zeitrechnung im technischen und taktischen Bereich begonnen. Die offensiven Techniken haben eine rasante Entwicklung genommen. Dribbeln und Passen in der „Ersten Etage“ ist hier zum Standard geworden. Die Chancen für ein erfolgreiches Abwehren sind stark ge-



Heino Knuf

...ist der Lehrkoordinator des Deutschen Hockey-Bundes. Er ist für die Trainer-A-, -B und Diplom-Trainer Ausbildung zuständig. Im Auftrag des Deutschen Hockey-Bundes betreut er das neue Trainerportal www.hockeycoach.de. Er war viele Jahre als Bundestrainer der Juniorinnen tätig und hier für die Talentsichtung und Talentförderung zuständig.

Zur Zeit ist er Trainer der Damenbundesligamannschaft von Eintracht Braunschweig sowie sportlicher Leiter der Dortmunder HG.

sunken. Nur im Verbund – also in der Zusammenarbeit mehrerer Spieler – sind Angriffe des Gegners aufzuhalten.

Im folgenden Beitrag liegt der Focus auf den defensiven Situationen in der eigenen Spielfeldhälfte. Es werden taktische Prinzipien für eine erfolgreiche Abwehrarbeit dargestellt und die Kriterien für ein schnelles Entscheidungsverhalten erläutert. Mit einer methodischen Reihe von Übungen und Spielformen lernen die Aktiven die Abwehr von Standard- und Konterangriffen des Gegners.



Theorie und Praxis des Hockeysports

Übungen und Spielformen

...finden Sie zu diesem Beitrag, der in der nächsten Ausgabe von HockeyTraining fortgesetzt wird, ab Seite 6

Die nächste Ausgabe von HockeyTraining erscheint am Freitag, d. 18. Mai 2007

Verlagsanschrift:

Sportverlag, Böblinger Str. 68/1, 71065 Sindelfingen, Postfach 260, 71044 Sindelfingen, ☎ (070 31) 862-800 Fax (070 31) 862-801

Redaktion (verantwortlich i.S.d.P.):

Peter Lemmen, Auf der Brück 1, 54608 Oberlascheid, ☎ (065 55) 931 041 Fax (065 55) 931 042 E-Mail: mediaServ@t-online.de

Layout, Grafik und Illustrationen:

Herbert Bohlscheid (HeBoSOFT) für mediaServ Kuhweg 20, 50735 Köln ☎ (0221) 7601392 eMail: mail@hebosoft.de und herbert.bohlscheid@sportfoto.tv <http://www.sportfoto.tv> + <http://www.hebosoft.de>

Geschäftsführung Sportverlag:

Dr. Wolfgang Röhm Verlagsleitung: Brigitte Schurr Postfach 260, 71044 Sindelfingen

Anzeigen + Vertrieb:

Dietmar Fraeberg-Suberg (Leitung) Postfach 260, 71044 Sindelfingen ☎ (070 31) 862-851 ☎ (070 31) 862-801

Gültig ist zurzeit die Anzeigenpreisliste vom 1.1.2007

Wir bitten um Verständnis, dass für unverlangt eingesandte Manuskripte oder Fotos, die willkommen sind, keine Gewähr übernommen wird.

Die Spielsituation die im WM-Endspiel 2006 zum 1:0 von Christopher Zeller führt: 5 gegen 1.
(Foto aus einer Videoaufzeichnung)

Ausgabe 3/2007

Individuelle Voraussetzungen

Für eine erfolgreiche Defensivarbeit sind folgende Abwehrtechniken zu entwickeln:

- ➔ Abwehrstecher (mit /ohne Täuschung) kombiniert mit dem Abwehrblock,
- ➔ Herausspielen/-klauen aus der Ballführung,
- ➔ begleitende Abwehr,
- ➔ Überholen (von rechts und links),
- ➔ Reinrutschen (sliding tackling),
- ➔ einhändige Abwehrtechniken,

Dazu kommen noch die taktischen Grundprinzipien:

- ➔ Positionskampf für eine starke Abwehrposition
 - Abwehrstarke Seite anbieten,
 - Vorhand eingerückte Position einnehmen,
 - Reichweitenabstand (Arm- + Schlägerlänge + eine Schrittlänge) halten,

- ➔ Ball und Gegner im Auge behalten,
- ➔ Gegner nach außen abdrängen,
- ➔ Linken Fuß sichern.

Die Mentalität von Abwehrspielern ist ebenfalls von großer Bedeutung. Die Spieler brauchen ein hohes Maß an Antizipationsfähigkeit, schnelle Auffassungsgabe und ein sicheres Entscheidungsverhalten. Verteidiger müssen geduldig und diszipliniert sein, sie benötigen eine spezielle Athletik (schnelles Rückwärts- und Seitwärts laufen in einer tiefen Körperposition).

Wichtig ist, den Spielern die Chancen aber auch die Risiken ihrer Abwehraktionen darzustellen. Entwickeln Sie dafür ein gutes Gefühl, finden Sie die richtige Mischung für ihre Abwehraktionen:

Aktion	Chance	Risiko
Aktiv zum Ball (ungeduldig)	Ballgewinn	Zweikampf verlieren
Andrängen, abwarten (geduldig)	Angriffstempo verringert sich; Mitspieler können helfen	Angreifer nähert sich dem eigenen Tor

Orientierungspunkte

Für ein sicheres Entscheidungsverhalten sind folgende Orientierungspunkte für die Spieler von entscheidender Bedeutung:

- ➔ Spielfeldzone:
 - Abwehrschusskreis, Abwehrviertel, Mittelbereich, Angriffsviertel, Angriffsschusskreis,
- ➔ Spielfeldseite:
 - rechts/mitte/links,
- ➔ Ball-Tor-Linie:
 - gedachte Linie zwischen Ball und die Mitte des zu verteidigenden Tores.

Ein Spieler, der rechts im Angriffsviertel Defensivarbeit verrichtet, kann anders agieren als ein Verteidiger im eigenen Schusskreis

links. Die Verinnerlichung dieser Orientierungspunkte erhöht die Gewinnchance des Zweikampfes.

Der wichtigste Orientierungspunkt ist allerdings die Ball-Tor-Linie. Diese zu schützen und dadurch den Gegner nach außen, vom Tor weg, abzudrängen, ist die vorrangige Aufgabe des Verteidigers. Da diese wichtigste aller Linien nicht sichtbar ist, sollte man diese für alle sichtbar machen. Hierzu befestigt man eine Bauschnur (50 m oder länger) in der Mitte eines Tores und stellt dann die verschiedenen Spielsituationen auf dem Spielfeld nach.

Eine weitere Möglichkeit ist eine Schnur, ausgehend von der Tormitte, an einer Taktiktafel anzubringen.

Taktische Prinzipien der defensiven Mannschaftstaktik

Taktische Prinzipien helfen den Hockeyspielerinnen und -spielern zu einem schnellen Entscheidungsverhalten in den unterschiedlichen Spielsituationen. Diese müssen einen hohen Grad an Allgemeingültigkeit besitzen. Dadurch wird erreicht, dass alle, die abwehren, das gleiche denken und tun. Die Prinzipien müssen klar und deutlich sein.

Die wichtigsten taktische Prinzipien sind:

- ➔ innen verdichten (=Ball-Tor-Linie „zu“ machen),

- ➔ den unmittelbaren Raum um die Ball-Tor-Linie kontrollieren,
- ➔ kalkulierter Druck auf den ballbesitzenden Gegenspieler,
- ➔ den Mitspieler absichern (z. B. linken Fuß des Mitspielers sichern),
- ➔ der hinterste Spieler coacht (leitet, organisiert) die Aktion,
- ➔ einrücken von der ballentfernten Seite,

Zu den taktischen Prinzipien gehört auch das differenzierte Handeln bei den unterschiedlichen Zahlenverhältnissen (Unter-, Gleich- oder Überzahl).

**Für Hockey-Trainer ein „Muss“:
HockeyTraining und das Portal www.hockey-coach.de**

Spielsituation (aus der Sicht der abwehrenden Mannschaft)	Spielaktion
Überzahl = mehr Verteidiger als Angreifer	Sehr energisch reagieren
Gleichzahl = Verteidiger und Angreifer gleich	Zwischen vorsichtig und energisch reagieren
Unterzahl = weniger Verteidiger als Angreifer	Sehr vorsichtig reagieren

Übungs- und Spielformen

Um alle diese Kriterien und Aspekte situationsgerecht anzuwenden, ist eine sinnvolle Übungs- und Spielreihe zu entwickeln. Die Übenden lernen in vereinfachten Situationen zu unterscheiden, welche Kriterien sie in welchen Situationen anzuwenden haben.

Die Übungs- und Spielformen berücksichtigen folgende methodisch/didaktische Richtlinien:

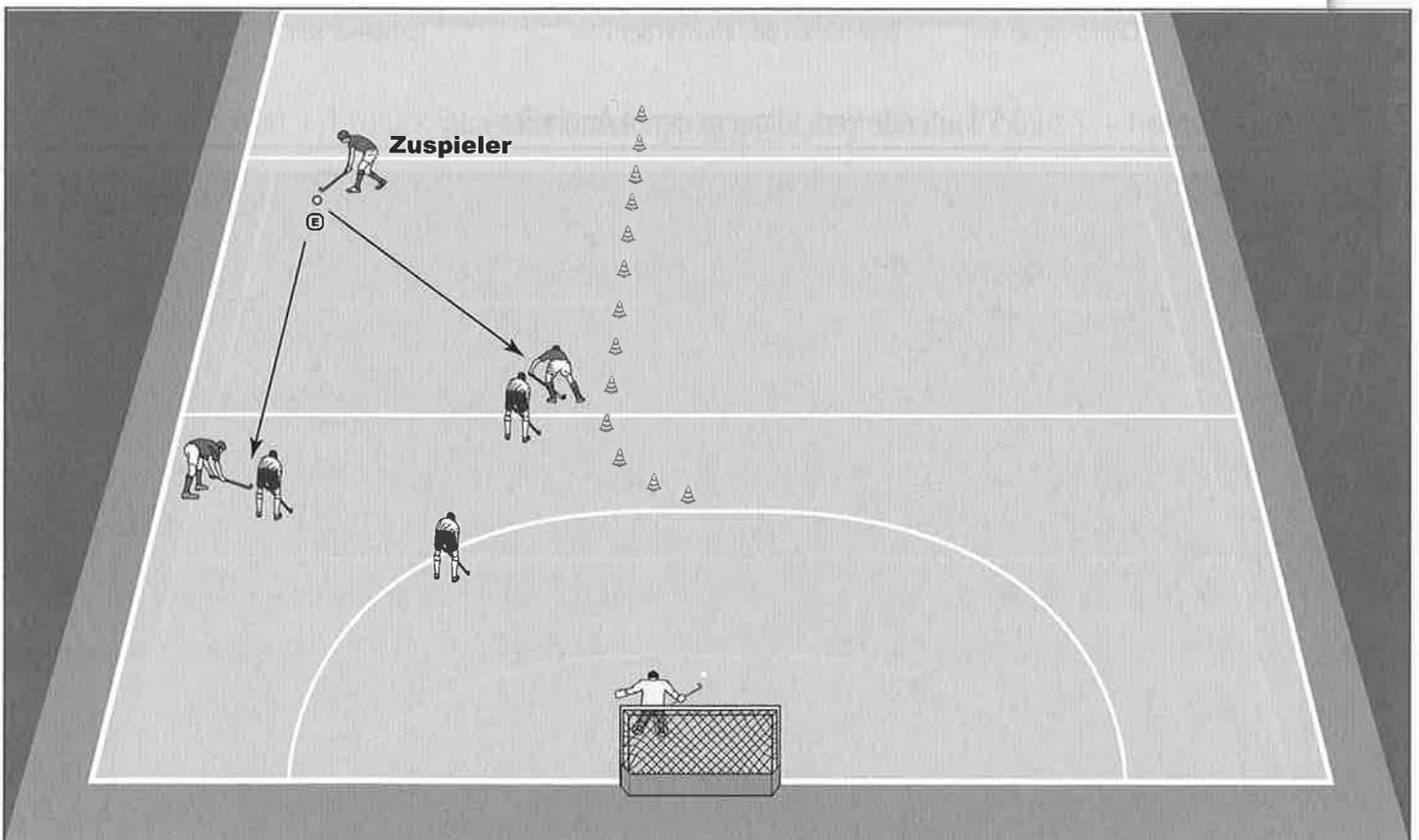
- ➔ Vom Einfachen zum Komplexen (wenige/viele Spieler).
- ➔ Vom Bekannten zum Unbekannten (verändern von Spielfeldern und/oder Spielregeln).
- ➔ Vom Leichten zum Schweren (von der rechten über die mittlere zur linken Seite, oder erst Über-, Gleich- und zuletzt Unterzahl).

Übungen und Spielformen

Im Folgenden wird immer nur ein Ausschnitt aus dem eigentlich großen Übungspool dargestellt. An Hand der Methodik ist es aber möglich, die Vielfalt an Übungen und Spielformen zu erkennen und

entsprechend zu entwickeln. Übungen die rechts dargestellt werden, müssen natürlich auch links trainiert werden und umgekehrt.

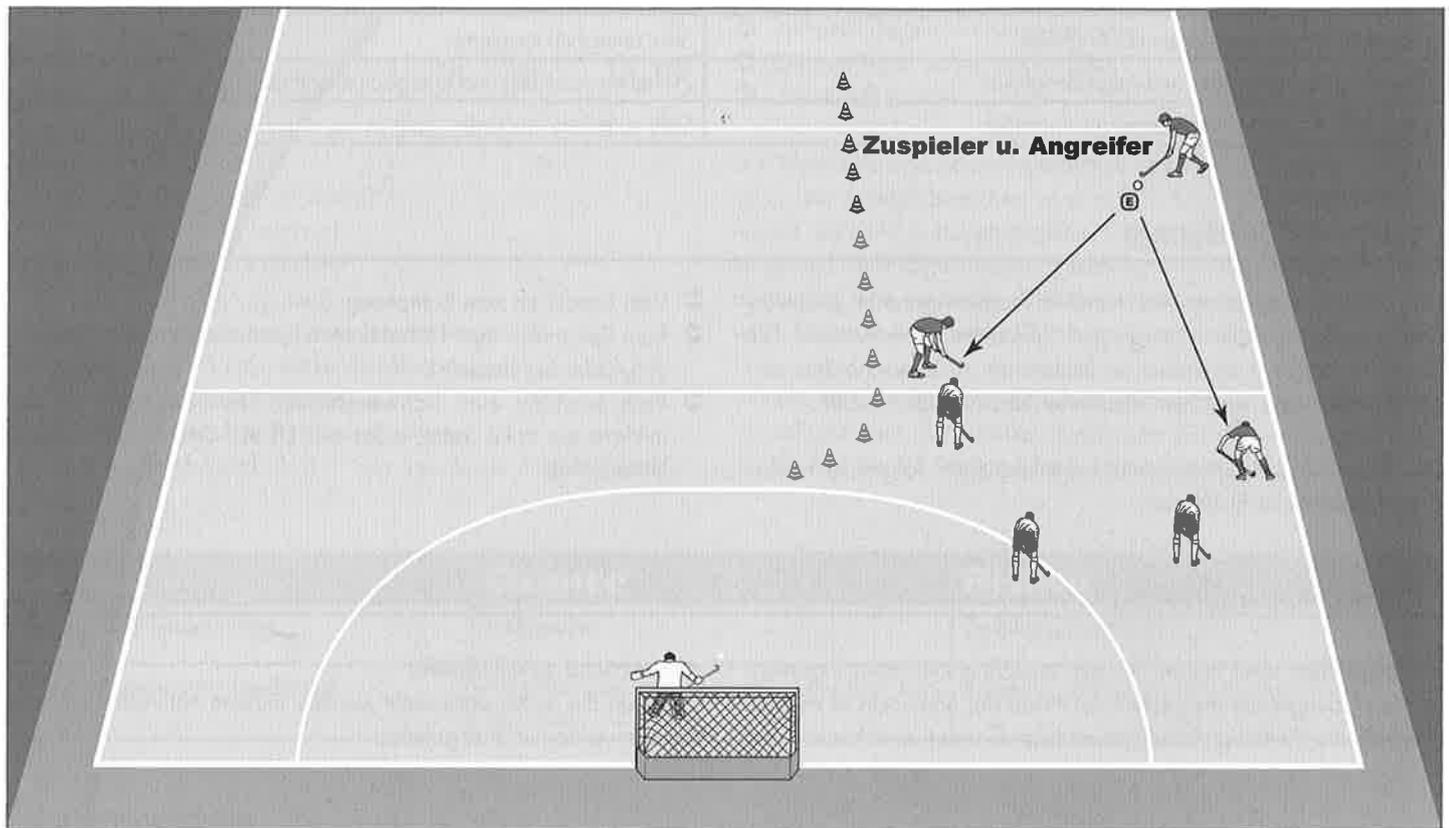
3 Verteidiger + Torwart gegen 2 Angreifer nach Zuspiel auf der linken Seite



- ➔ Zuspieler auf der Außenspur an der Mittellinie. Je ein Angreifer außen auf der markierten Spielfläche bieten sich zum Anspiel an.
- ➔ Zwei Verteidiger in der direkten Zuordnung zum Gegenspieler, ein

- weiterer freier Verteidiger sichert den Raum in der Tiefe.
- ➔ Nach dem Anspiel erfolgt ein vollaktives Zwei-gegen-drei, der Zuspieler bleibt passiv.

3 Verteidiger + 1 zurück laufender Verteidiger + Torwart gegen 3 Angreifer auf der rechten Seite

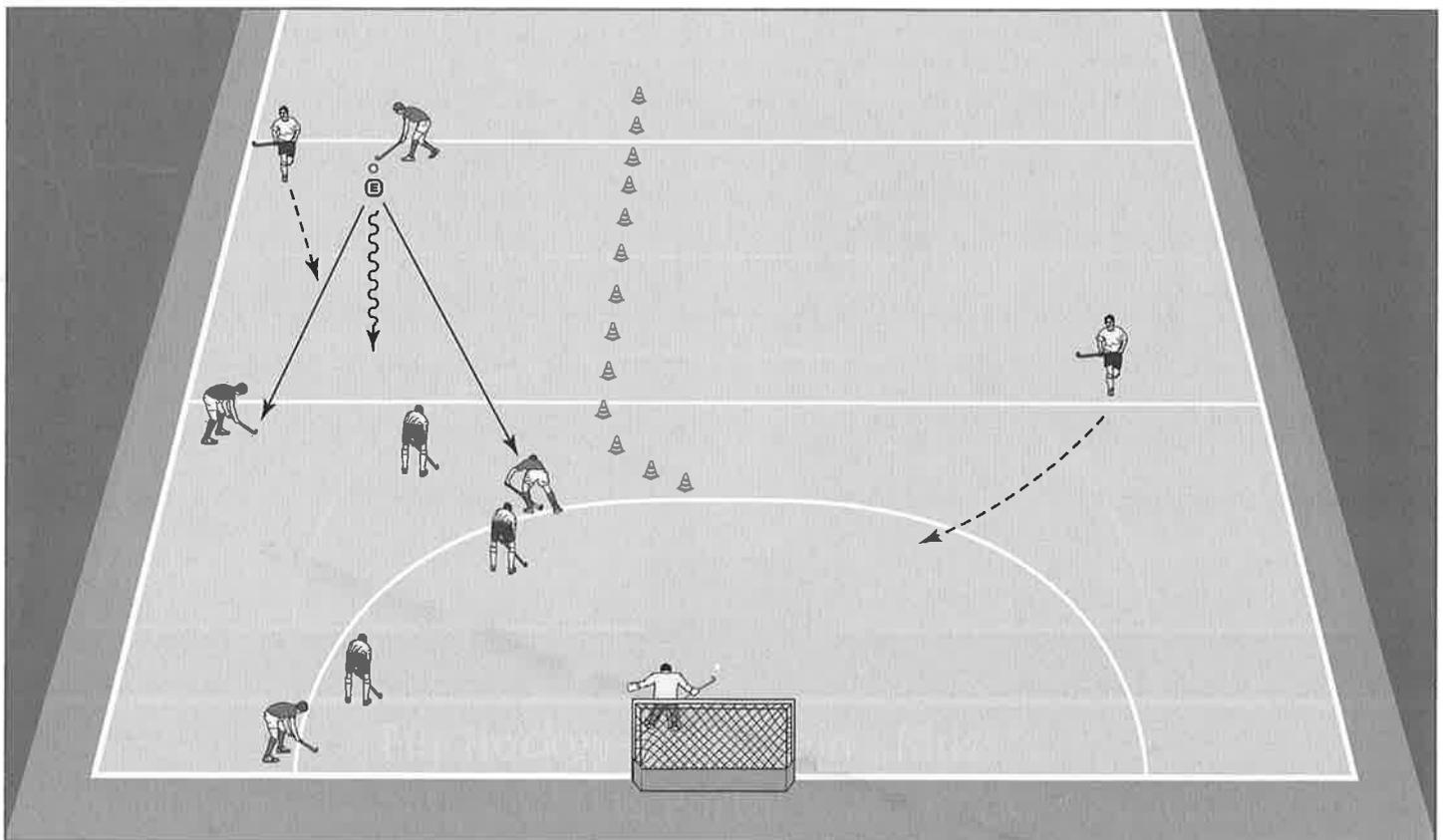


➔ Zuspieler auf der Außenspur an der Mittellinie, je ein Angreifer außen auf der markierten Spielfläche bieten sich zum Anspiel an.

➔ Zwei Verteidiger in der direkten Zuordnung zum Gegenspieler, ein weiterer freier Verteidiger sichert den Raum in der Tiefe.

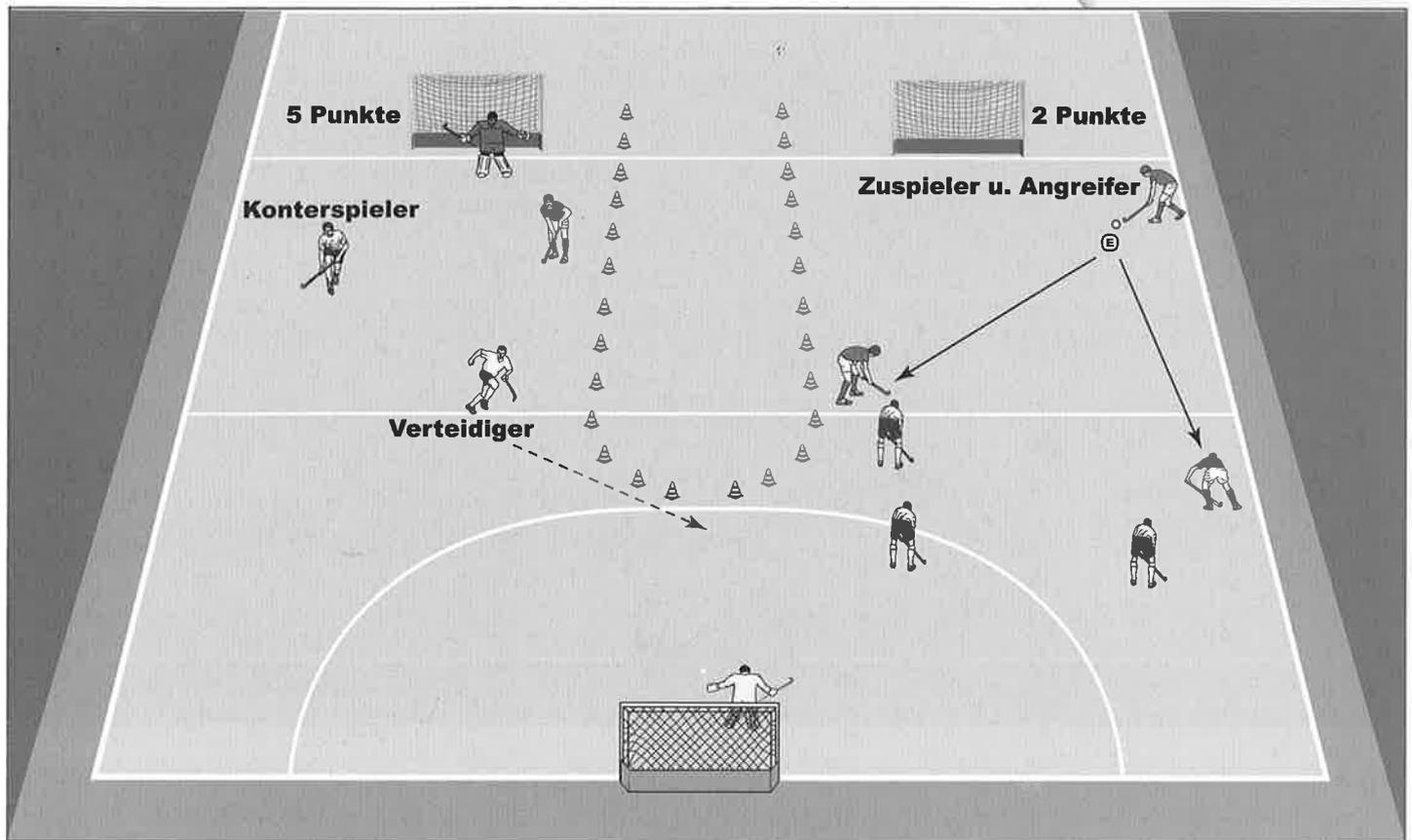
➔ Nach dem Anspiel an einen der Angreifer erfolgt ein Drei-gegen-Vier. Hierbei wird der Zuspieler zum Angreifer.

3 Verteidiger + Torwart + 2 zurück laufende Verteidiger gegen 4 Angreifer

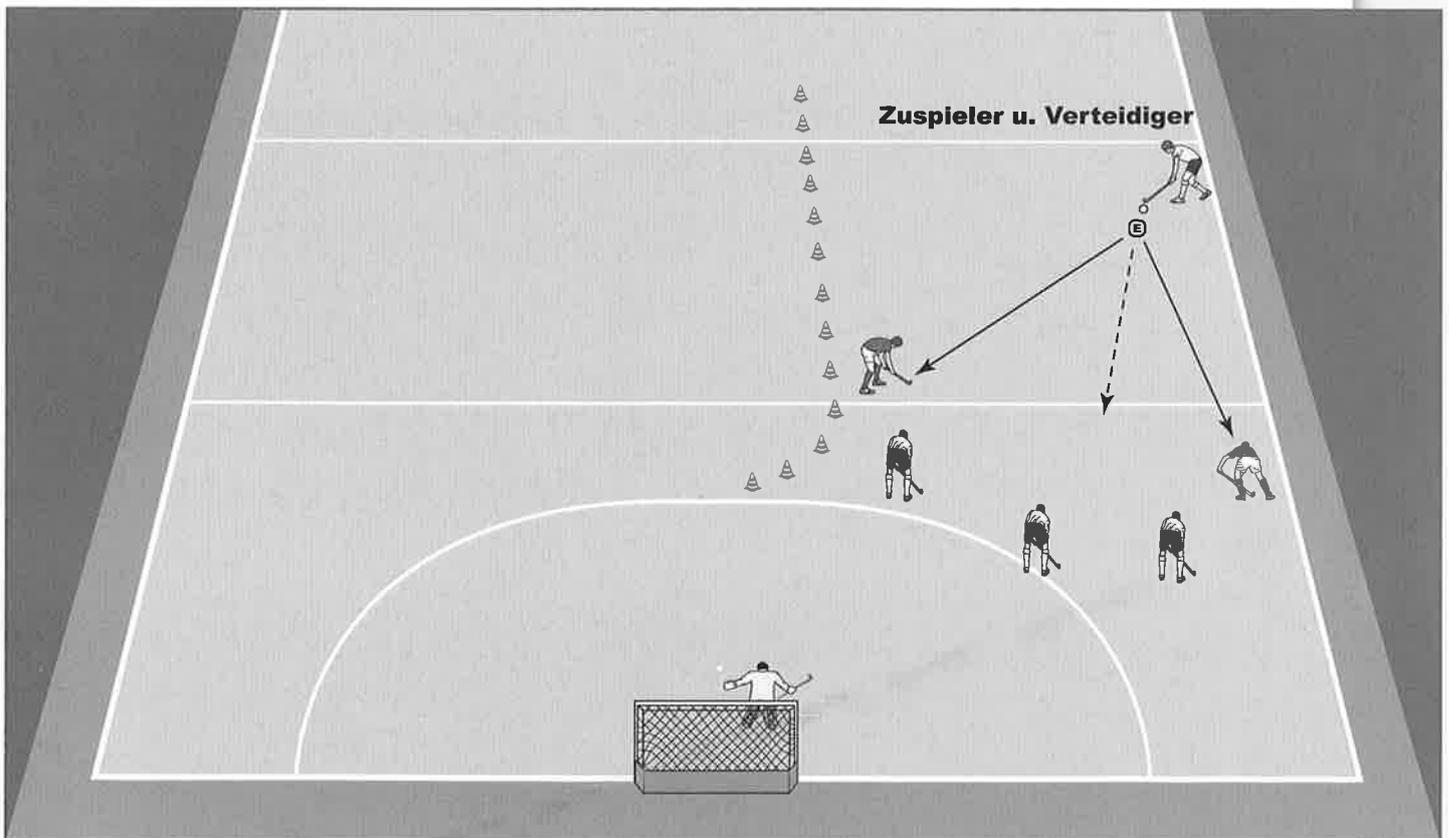


SPIELFORM

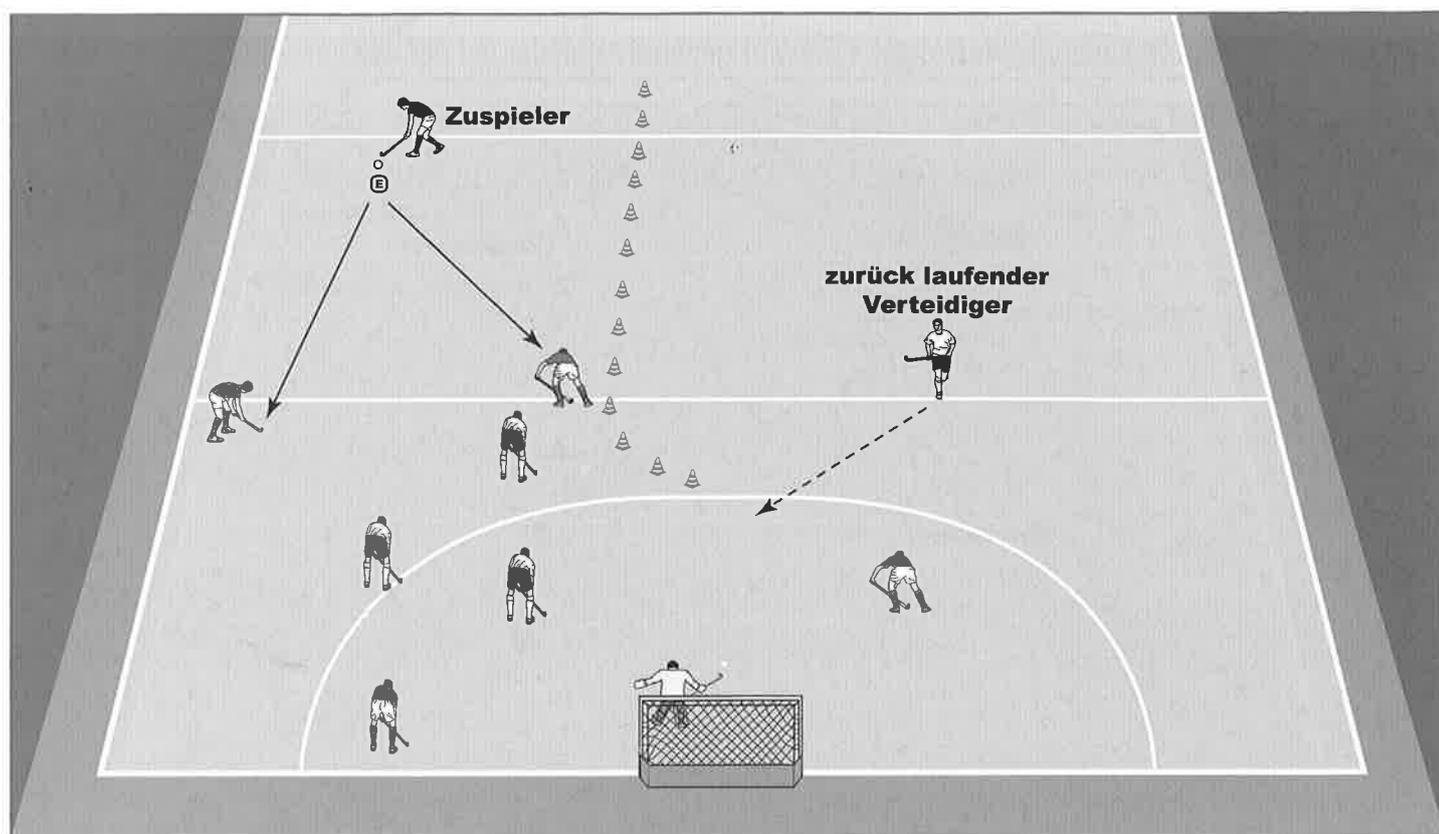
3 Verteidiger + 1 zurück laufender Verteidiger + Torwart gegen 3 Angreifer auf der rechten Seite



2 Verteidiger + Torwart + 1 zurück laufender Verteidiger gegen 2 Angreifer



3 Verteidiger + 1 zurück laufender Verteidiger + Torwart gegen 4 Angreifer



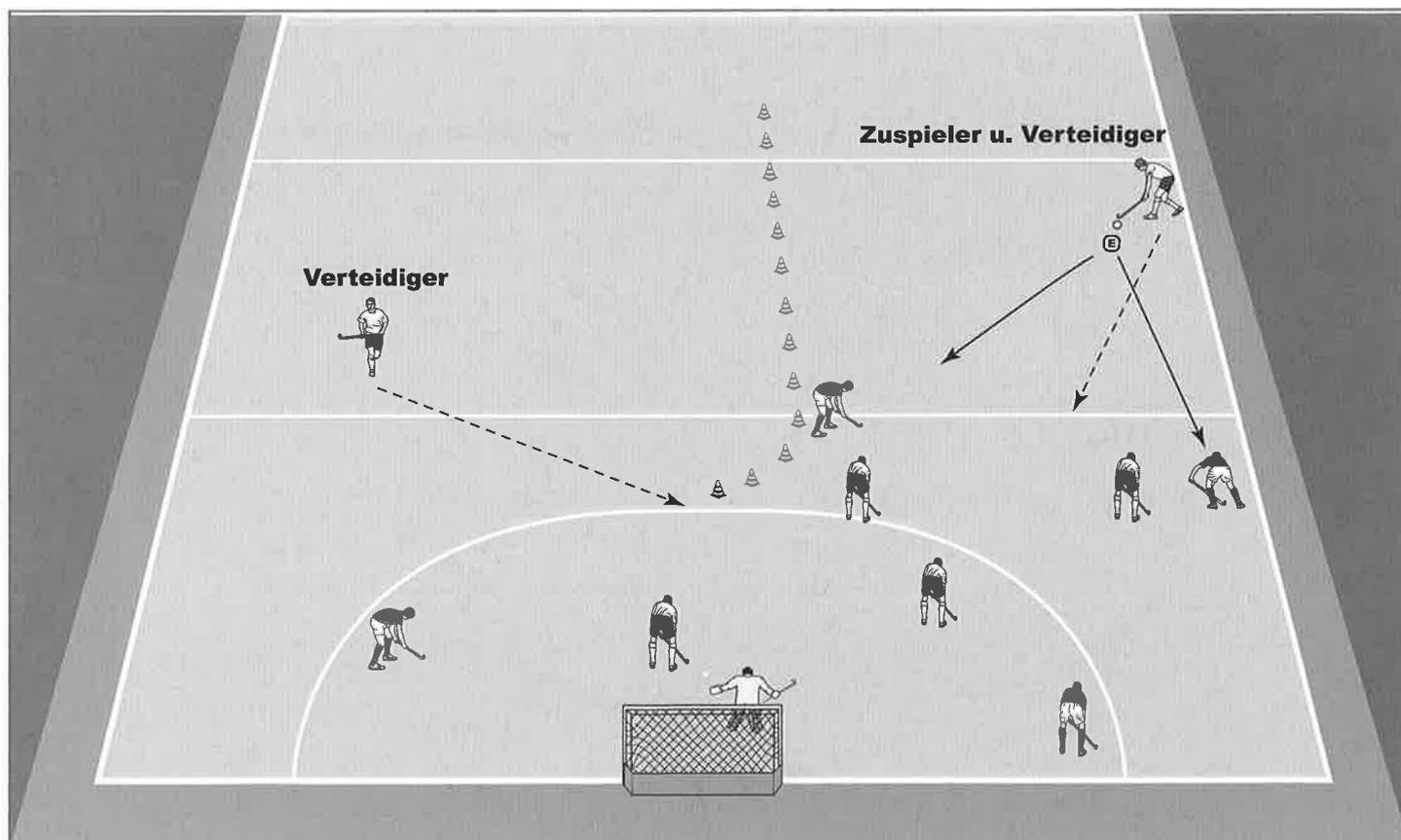
➔ Der Zuspieler bleibt nach seinem Anspiel passiv, die abwehrende Mannschaft wird von einem ballentfernten zurücklaufenden

Verteidiger unterstützt, so dass es zu einem Vier-gegen-Vier kommt.

➔ Somit haben alle Verteidiger eine Zuord-

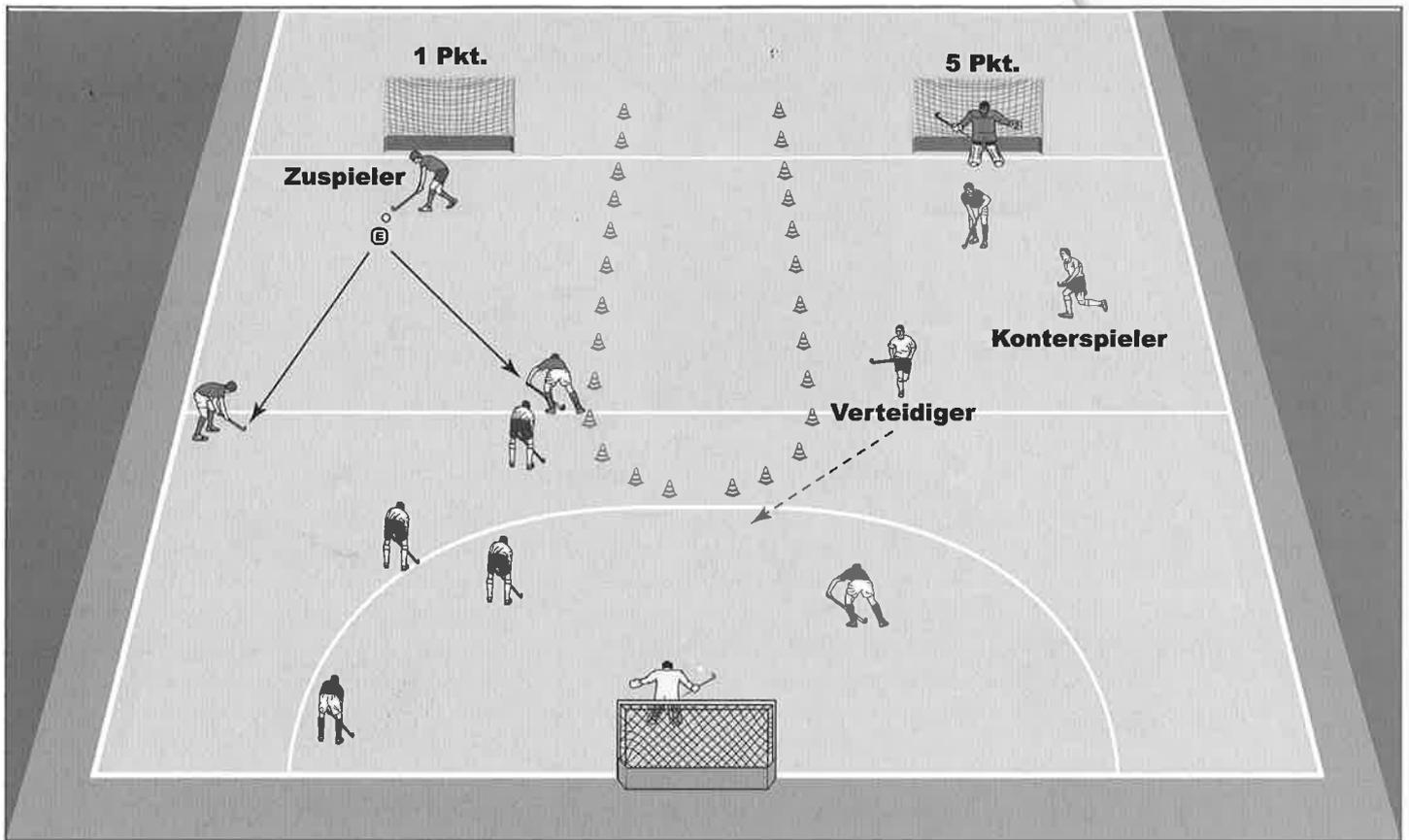
nung, jedoch rückt der Verteidiger des „ungefährlichsten“ Stürmers mit in das Abwehrzentrum, um in der Tiefe abzuschirmen.

3 Verteidiger + 2 zurück laufende Verteidiger + Torwart gegen 4 Angreifer

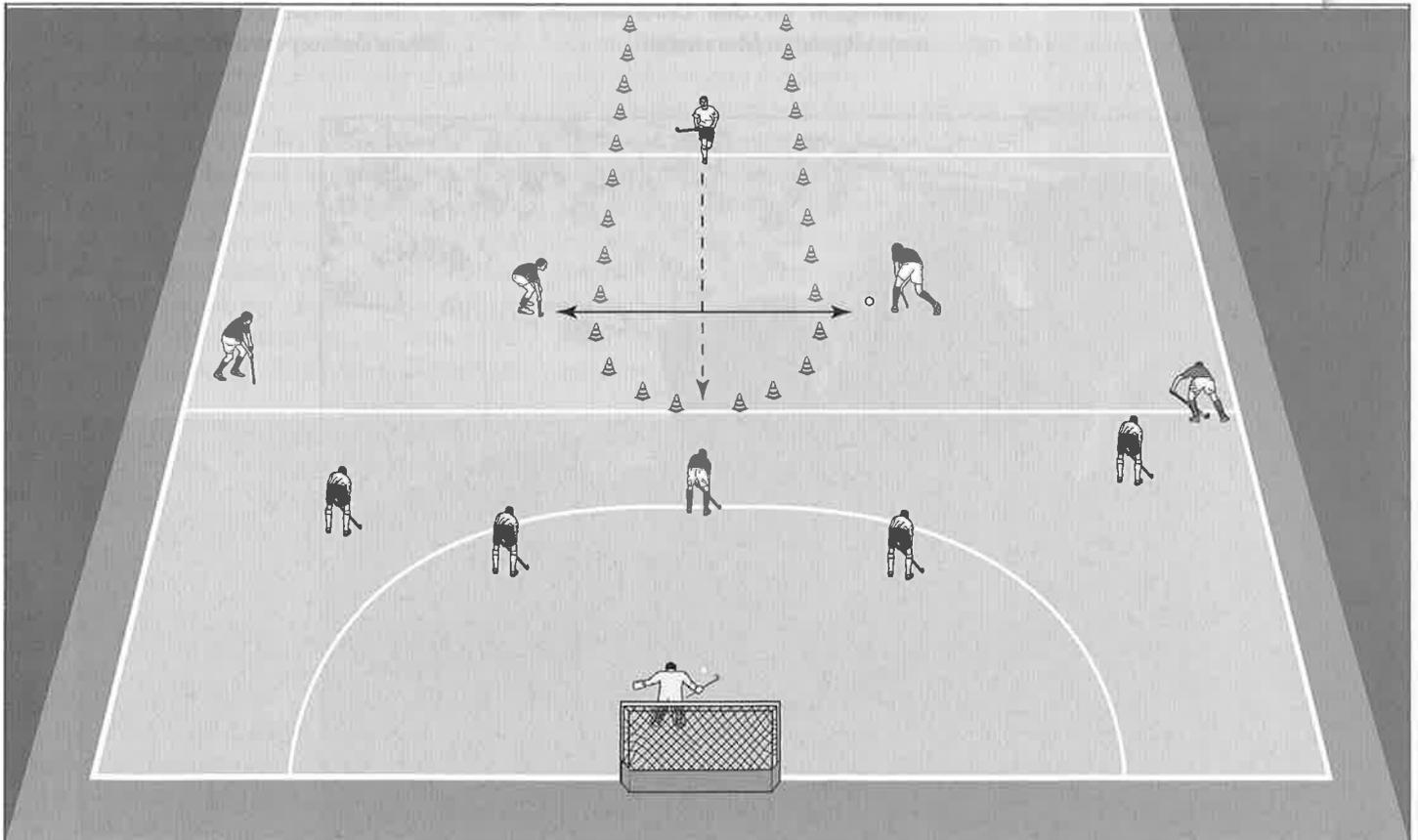


SPIELFORM

3 Verteidiger + 1 zurück laufender Verteidiger + Torwart gegen 4 Angreifer

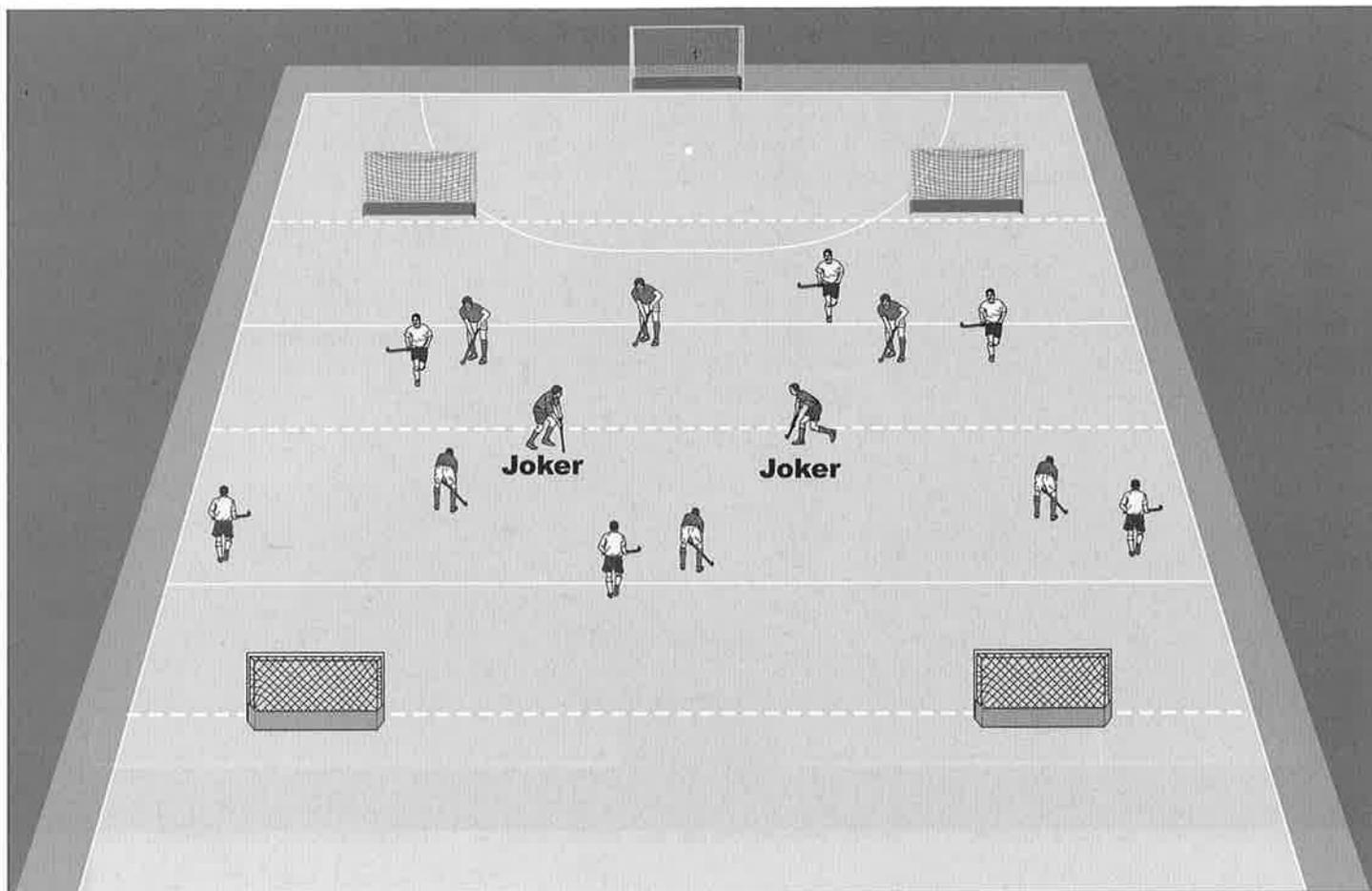


4 Verteidiger + 1 zurück laufender Verteidiger + Torwart gegen 5 Angreifer



SPIELFORM

6 gegen 6 und 2 Joker spielen auf vier Tore

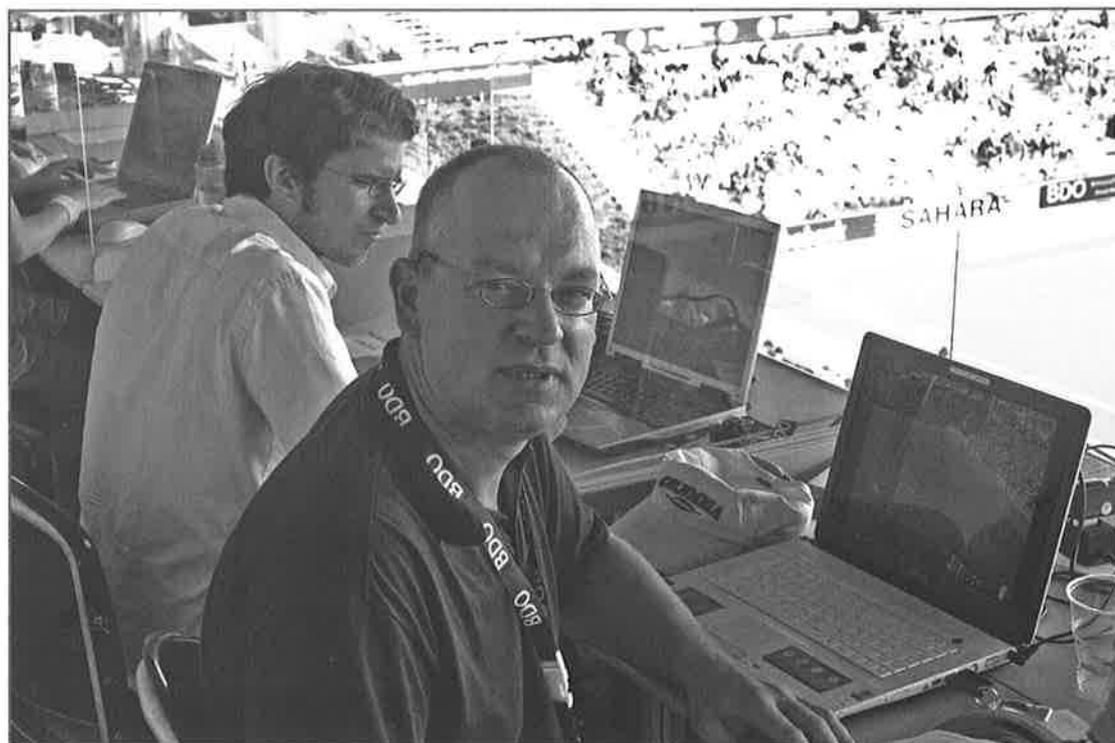


Spielregeln für das Überzahlspiel der verteidigenden Mannschaft:

➔ Die beiden Joker spielen immer bei der mo-

mentan abwehrenden Mannschaft mit.
Spielregeln für das Unterzahlspiel der verteidigenden Mannschaft:

➔ Die beiden Joker spielen immer bei der momentan angreifenden Mannschaft mit.
(Dieser Beitrag wird fortgesetzt)



Autor Heino Knuf während der WM 2006 in Mönchengladbach bei der Spielbeobachtung. (Bild: Herbert Bohlscheid)