

# **Spielsysteme - Grundlagen des 4-4-2**

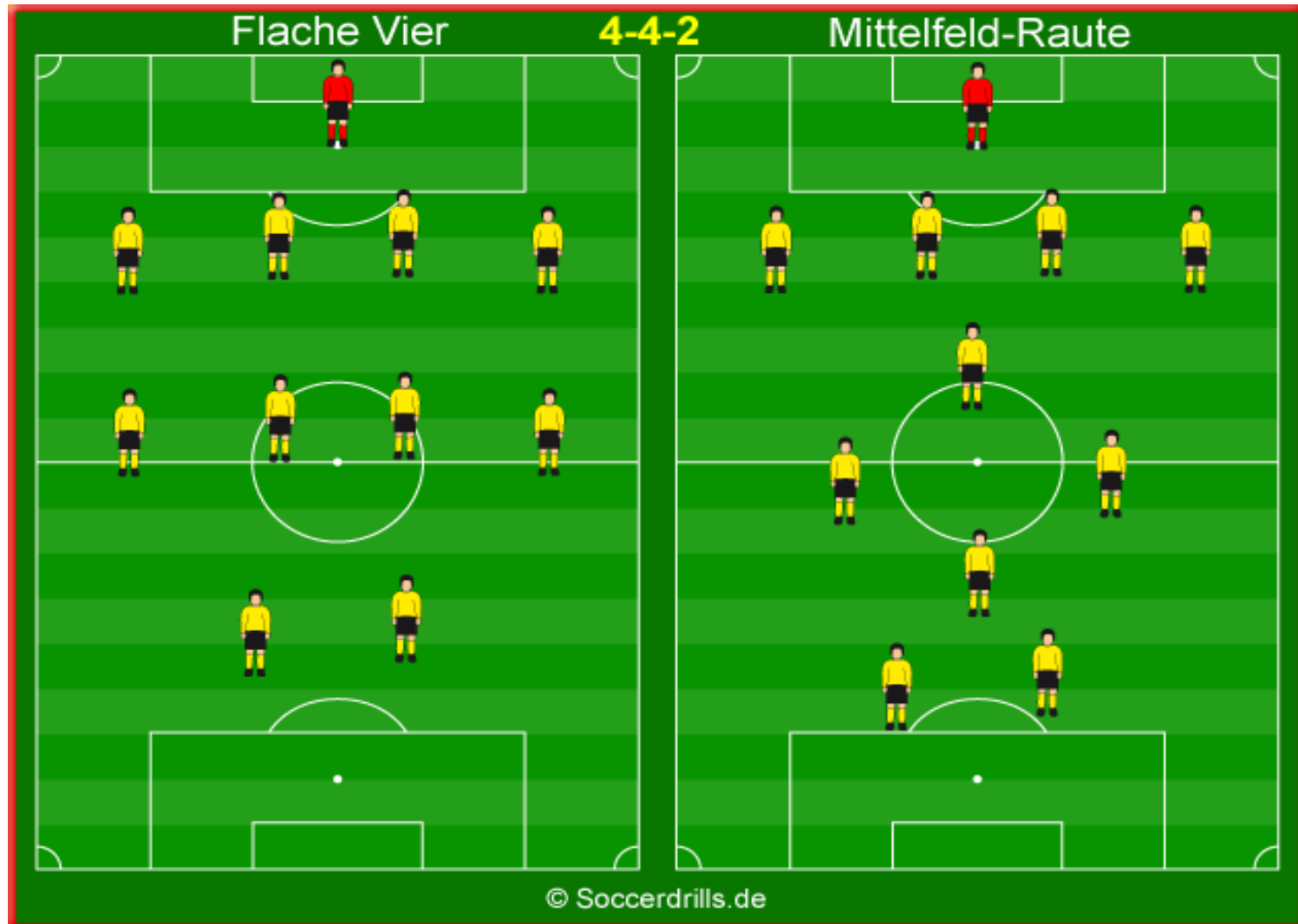
**Das 4-4-2 ist im heutigen Fußball das meistgespielte System, jedenfalls im Leistungsbereich.**

**Im Breitenfußball findet das 4-4-2 wesentlich seltener Anwendung, wird aber immer mehr eingeplant.**

**Viele Trainer und Spieler fühlen sich aber einfach wohler mit einem Libero spielen.**

**Übrigens: bei der Bezeichnung von Spielsystemen wird der Torwart (Libero?) weggelassen, eigentlich müsste es korrekt "1-4-4-2" lauten. Diese Bedeutung im Systemspiel wird immer wichtiger.**

**Mann unterscheidet in der Grundformation im Mittelfeld, die „Flache Vier“ oder die „Raute“.**



# Beim 4-4-2 mit "Flacher Vier"

- wird eine sehr starke doppelte Abwehrwand aufgebaut, die es ermöglicht, auf den Außenbahnen Gegner zu doppeln und das Zentrum zu schließen.
- Bereits im Mittelfeld können die Gegner auf den Flügeln attackiert werden.
- Passwege lassen sich leichter zustellen. Die "Flache Vier" deshalb als rein defensiv zu bezeichnen, wäre zu einfach.
  
- In der Offensive liegen die Stärken eindeutig auf den Flügelpositionen. Sowohl die Außenverteidiger (5 + 2), als auch zwei Mittelfeldspieler (7 + 10) sorgen für mächtig Druck auf den Außenbahnen.
- So kann ein Außenverteidiger über den Flügel angreifen und der entsprechende Mittelfeldspieler auf seiner Seite sofort defensiv absichern.
- Von den beiden zentralen Mittelfeldspielern (8 + 6) übernimmt einer den offensiven und der andere Spieler den defensiven Part.
- Dadurch wird die Lücke zu den beiden Stürmern weiter geschlossen. So wird ein defensiver Mittelfeldspieler zur dritten Spitze.
  
- Das große Problem in dieser Formation, ist die große Lücke zwischen Mittelfeld und Angriff.
- Bei Ballbesitz und bei Ballverlust gilt es, diesen Raum schnell zu schließen. Außerdem fehlt ein Spielmacher und dadurch ist das zentrale offensive Mittelfeld sehr dünn besetzt.
- Die Kreativität entwickelt sich hauptsächlich über die Flügel.

# Flache Vier



- **Die 1 (Torwart)**
- **Der Torwart spielt im modernen Fußball mit. Er ist nicht nur Torwart und wird immer häufiger ins Passspiel eingebunden. Oft spielt fast den fehlenden Libero.**
  
- **Die erste 4 (Abwehrkette)**
- **Spieler 2 und 5 sind die Außenverteidiger und 4 und 3 die Innenverteidiger.**
  
- **Die zweite 4 (Mittelfeld)**
- **Die Besonderheit der "Flachen Vier" finden wir im Mittelfeld.**
- **Direkt vor dem Abwehrzentrum befinden sich zwei defensive Mittelfeldspieler.**
- **In anderen Systemen befindet sich hier ein "Sechser".**
- **Da wir hier zwei Spieler (8+6) haben spielen wir mit einer "Doppelsechs".**
- **Mit Spieler 7 und 10 befinden sich im Mittelfeld zwei Flügelspieler, was fehlt ist der Spielmacher.**
  
- **Die 2 (Angriff)**
- **Jetzt kommen die Stürmer ins Spiel (Spieler 9 + 11), sie müssen diese Lücke schließen.**
- **Dazu lässt sich ein Stürmer ins vordere Mittelfeld fallen und dient als Anspielstation. Der Begriff "Wandspieler,, wurde etabliert der die Rolle dieses Stürmers am besten beschreibt.**

# Grundlagen des 4-4-2 (die Raute)

- Die Raute bedient intensiv das zentrale Mittelfeld, dort gibt es viele Anspielmöglichkeiten.
- Auf den Flügeln ergibt sich dann auch ein Problem der Raute, oft wird sie als "flügelahm" bezeichnet.
- Das Spiel verlagert sich unweigerlich stark ins Zentrum, deshalb müssen die beiden Außenverteidiger immer wieder die Flügelpositionen offensiv einnehmen.
- Es kommt zu Überzahlsituation in der gegnerischen Spielhälfte und zur Bildung vieler Dreiecke.
- Manchmal gibt es in der Mathematik aber auch falsche Lösungen. Die offensive Ausrichtung der Raute ist natürlich interessant, aber wo so gespielt wird, gibt es natürlich auch Risiken. Bei Ballverlust steht das Team plötzlich in der Defensive sehr offen, die Raute ist sehr anfällig gegen Konter. Sicheres Passspiel und eine enorm hohe Laufbereitschaft des gesamten Teams gleichen dieses Risiko jedoch aus. Die Raute verschiebt sich ständig ballorientiert. Kommt der Gegner über die eigene linke Seite, attackiert der linke Mittelfeldspieler, der Sechser und der Zehner verschieben sich nach links und der rechte Mittelfeldspieler besetzt das Zentrum.
- Wer großen Wert auf Kreativität im Mittelfeld legt, ist in der Raute gut aufgehoben. Bei der "Flachen Vier" ist das Spiel statischer, es fehlt der Spielmacher, dafür steht sie aber defensiv sicherer und die Flügel sind besetzt. In der Raute ist das Mittelfeld kompakt besetzt und die Lücke zwischen zentralem Mittelfeld und dem Sturm ist kleiner.
- Tatsache ist, dass jedes Spielsystem zu den vorhandenen Spielern, zur Spielidee und zum Gegner passen muss. Hinzu kommt, dass im Breitenfußball kaum die Zeit vorhanden ist, verschiedene Spielsysteme mit einem Team zu trainieren.
- Es ist immer besser, ein Spielsystem möglichst lückenlos zu vermitteln, als kein System annähernd richtig. Wir sollten uns aber darauf einigen: das Spiel mit Libero gehört der Vergangenheit an und ab der D-Jugend (U12/U13), sollten die ersten Schritte in der spielerischen Vermittlung eines Systems eingeleitet werden.

# Mittelfeld-Raute



- **Die 1 (Torwart)** , dito flache Vier
- **Die erste 4 (Abwehrkette)**
- Vor dem Torwart befindet sich eine Viererkette (Spieler 2 bis 5). Spieler 2 und 5 sind die Außenverteidiger und 4 und 3 die Innenverteidiger. Zur besonderen Aufgabe der Außenverteidiger in der Raute kommen wir später.
- **Die zweite 4 - Die Raute im Mittelfeld**
- Wir bezeichnen das als "Raute" und diese beginnt direkt vor der Viererkette mit der Nummer 6, unserem "Sechser" und defensiven, zentralen Mittelfeldspieler. Hinter den beiden Spitzen haben wir mit der Nummer 10 als Anspielstation, den offensiven, zentralen Mittelfeldspieler.
- Der Sechser ist die defensive Absicherung im Rautenspiel und hält dem Zehner den Rücken frei. Oft wird er vereinfacht als "Abräumer" oder "Staubsauger" bezeichnet, vielleicht eine Art "Vorstopper". Der Zehner ist der Spielmacher, aber auch dafür zuständig den Sechser abzusichern, wenn dieser seinen Offensivdrang mal ausleben sollte.
- Der Zehner muss ein gutes Auge haben, technisch sehr stark sein und über eine enorme Kreativität verfügen. Ok, im modernen Fußball sollte jeder Spieler diese Fähigkeiten besitzen. Sagen wir mal so: er sollte diese Dinge noch stärker beherrschen.
- Es fehlen noch die beiden Positionen auf der rechten und linken Seite der Raute. Diese Positionen werden von den Spielern mit der Nummer 7 und 8 eingenommen. Schauen wir uns die Grafik genau an, dann erkennen wir, dass die beiden Spieler im Feld Halbpositionen einnehmen. Sie spielen nicht wirklich im zentralen Mittelfeld, aber auch nicht auf den Flügelpositionen. Würden sie auf die Flügel ausweichen, entsteht eine große Lücke im Zentrum.
- **Die 2 (Angriff)**
- Als letzte Formation im 4-4-2 mit Raute haben wir noch unsere beiden Stürmer.
- Sie sind nicht nur die vordersten Angreifer, sie sind auch die ersten Verteidiger. Dabei sorgen sie nicht nur für Gefahr direkt vorm gegnerischen Tor, insbesondere durch gute Abstimmung der Laufwege, sie können auch immer wieder auf die Flügel ausweichen. Bereits bei gegnerischem Ballbesitz in tornähe, attackiert ein Stürmer den Ballbesitzer und der andere stellt die Passwege gut zu.



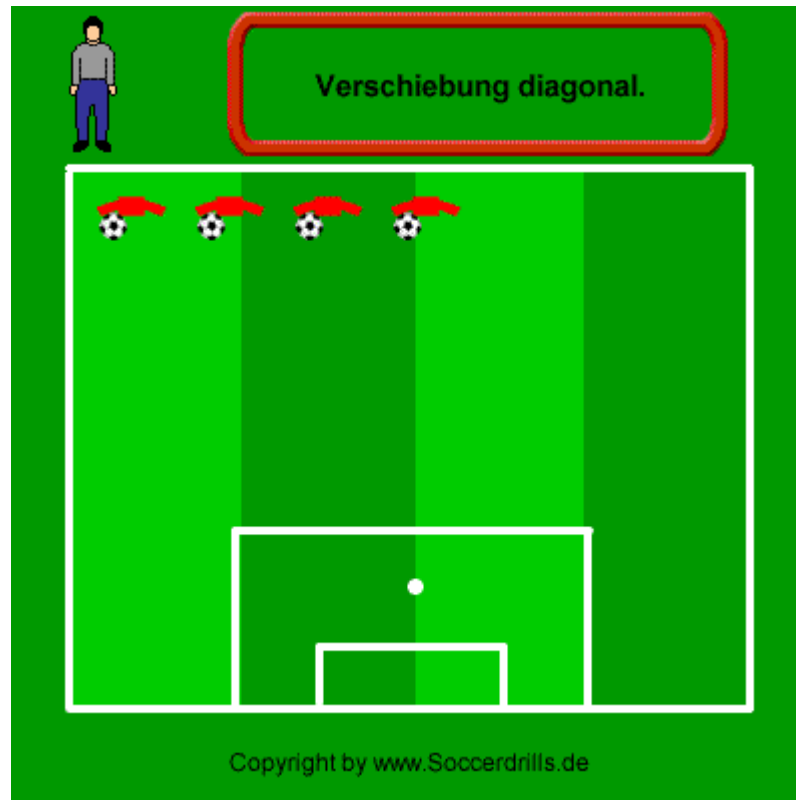
## Der Einstieg in die Viererkette

- Die Einführung der Viererkette (ballorientierte Verteidigung) bedeutet:
- *Die gesamte Mannschaft verschiebt sich in Richtung Ball und nicht nur die Abwehrspieler in der Viererkette. Dem Torwart kommt hierbei eine besondere Bedeutung zu. Er kann Pässe - die in den Rückraum der Viererkette geschlagen werden erlaufen und dient nach der Balleroberung als Anspielstation.*
- Der Sinn ist, in Ballnähe ständig in Überzahl zu agieren. Es gilt der Grundsatz: Je dichter der Gegner sich zum Ball befindet, desto enger wird gedeckt und je weiter ein Gegner vom Ball entfernt ist, desto ungefährlicher ist er.
- In den Übungsformen sollen die theoretischen Teile verinnerlicht werden.
- Um die Viererkette im Wettkampf zu erproben, eignen sich dann folgende Einstiegsspiele:
  - 2 Abwehrspieler gegen 3 Angreifer,
  - 3 Abwehrspieler gegen vier Angreifer,
  - 4 Abwehrspieler gegen 4 Angreifer, bis hin zum Spiel 11 gegen 11.
  - Die Abwehrspieler bewegen sich in sämtlichen Übungen als Kette.

## Wie kann ich mein Team sinnvoll auf die Viererkette vorbereiten?

Ganz einfach, bereits beim Aufwärmen mit der Einführung beginnen.

Vermittlung durch Spielformen auf dem Feld, ohne umfassende theoretische Einleitung. Bei Teams, die die Grundlagen der Viererkette bereits erlernt haben, sind die Übungen sinnvolle Ergänzungen zum Training und sorgen für die notwendige Automatisierung und Konzentration.

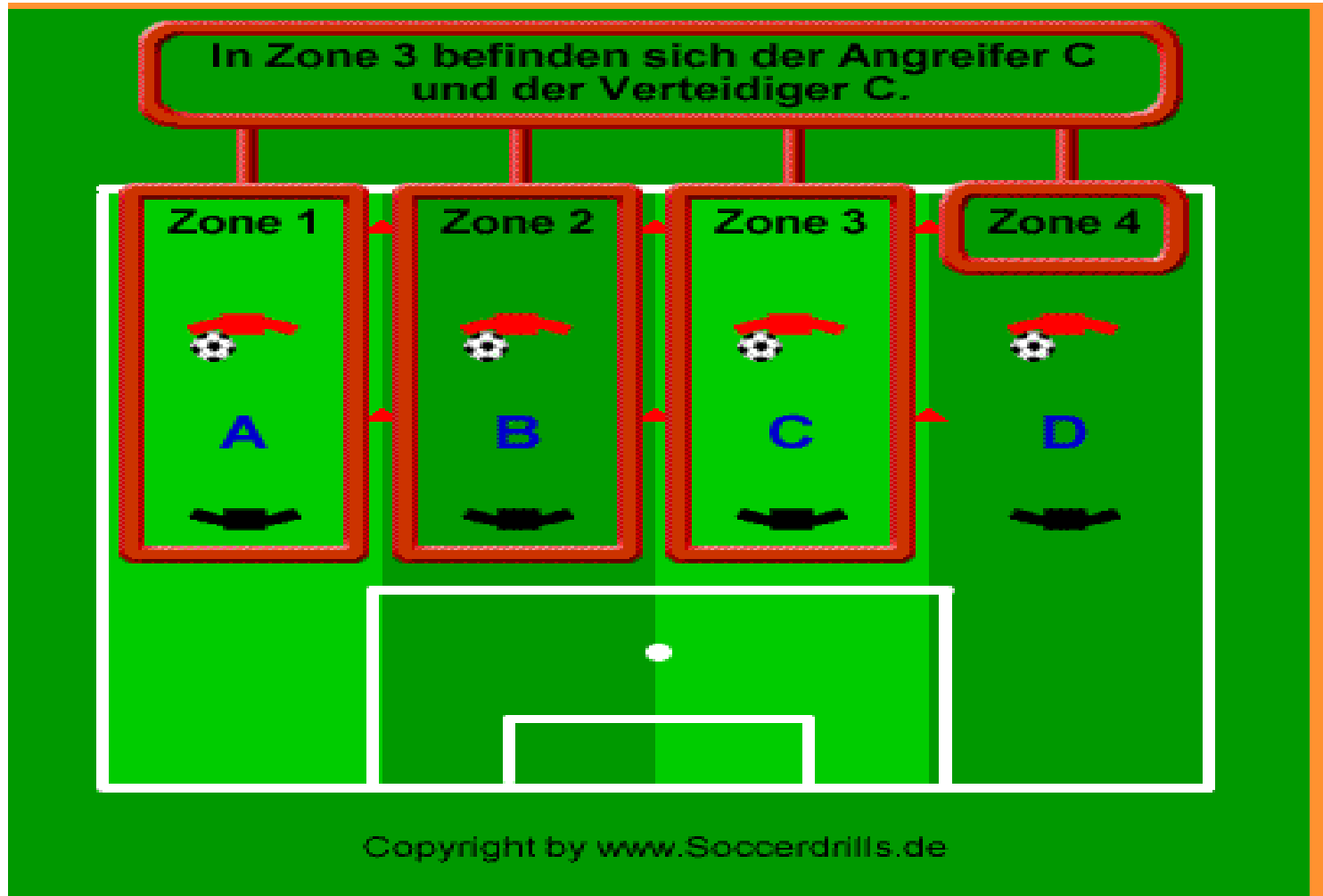


- Jeder Spieler versucht die geforderte Formation aufzubauen.
- Schnelle Orientierung und das Erkennen von Lücken, sind die Aufgabe in dieser Übung. Eine gute und leichte Einführung zur Verteidigung im Raum.
- Zu Beginn kann dies noch schwer fallen, wird sich aber einspielen. Noch schwerer ist die Übersicht, wenn mehrere Gruppen gleichzeitig im Übungsfeld trainieren.
- Auf Kommando des Trainers stellen sich die Spieler in einer diagonalen Linie zum Trainer auf
- Auf Kommando des IVT stellen sich die Spieler auf die Punkte A / B / C-Markierungen
- 2.Viereteam mit in die Übung einplanen



## ballorientierte Verteidigung in markierten Zonen

- 



## Abwehrverhalten bei Angriffen über die Flügelpositionen

Der Trainer gibt in unserem ersten Beispiel das Kommando "1".

Der Verteidiger A attackiert den Angreifer A. Die Verteidiger B, C und D orientieren sich in Richtung Ball und beobachten gleichzeitig die Angreifer die sich in ihrer Startzone befinden.

Der Ablauf in unserer Beispiel-Abbildung:

Der Trainer ruft als Signal: "1".

Verteidiger A attackiert Angreifer A.

Verteidiger B rückt in Zone 1, um den Rückraum

unter dem Verteidiger A zu sichern. Gleichzeitig

hält er den Angreifer B im Auge, um

gegebenenfalls rechtzeitig reagieren zu können.

Verteidiger C rückt in Zone 2 vor. Gleichzeitig behält

den Angreifer C im Auge, um gegebenenfalls

rechtzeitig reagieren zu können.

Verteidiger D rückt in Zone 3 vor. Gleichzeitig behält

den Angreifer D im Auge, um gegebenenfalls

rechtzeitig reagieren zu können.

Der Angreifer D ist in diesem Moment für die Abwehr

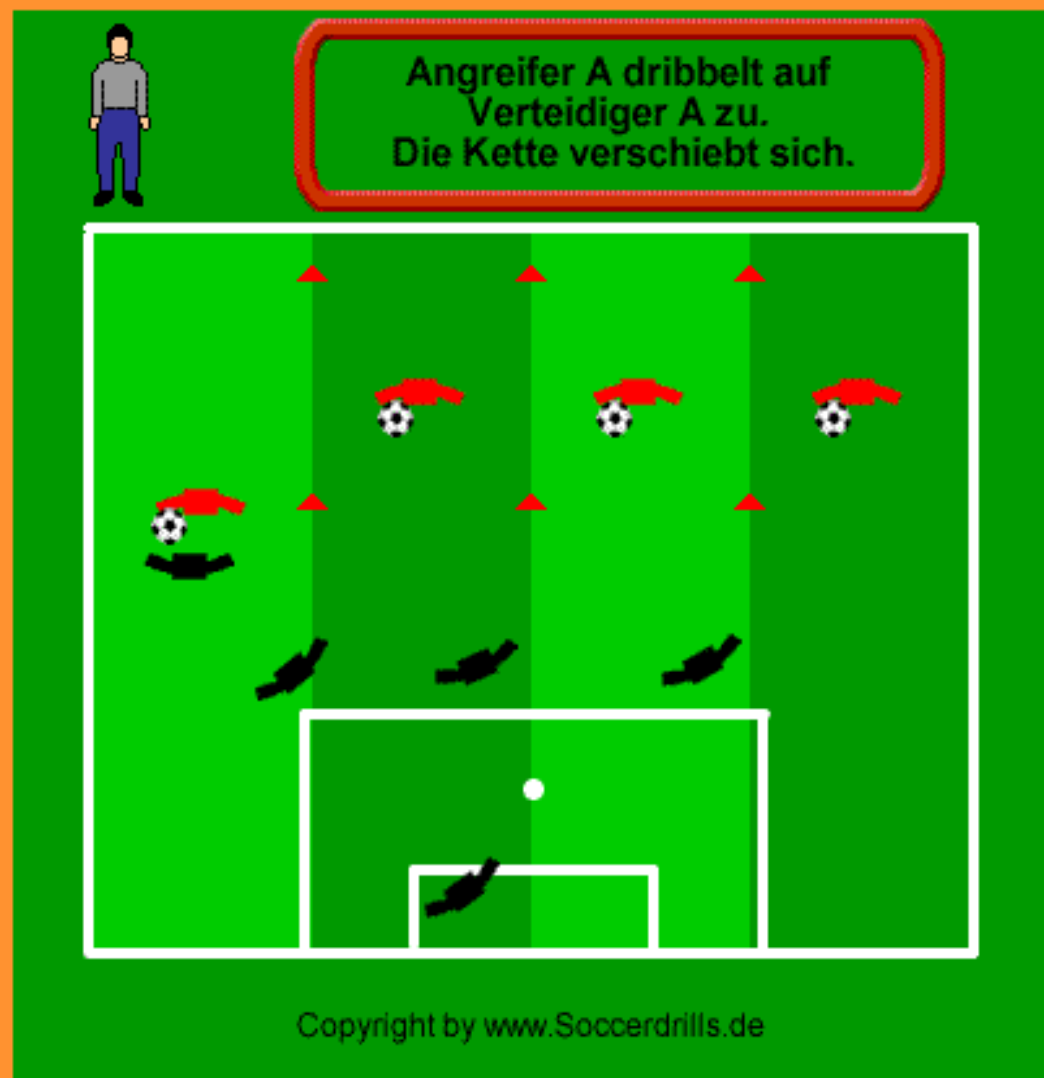
gefährlich, deshalb kann die Deckung die

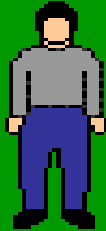
Angriffsseite vernachlässigen. Sollte sich eine

Umlagerung des Angriffs auf die andere

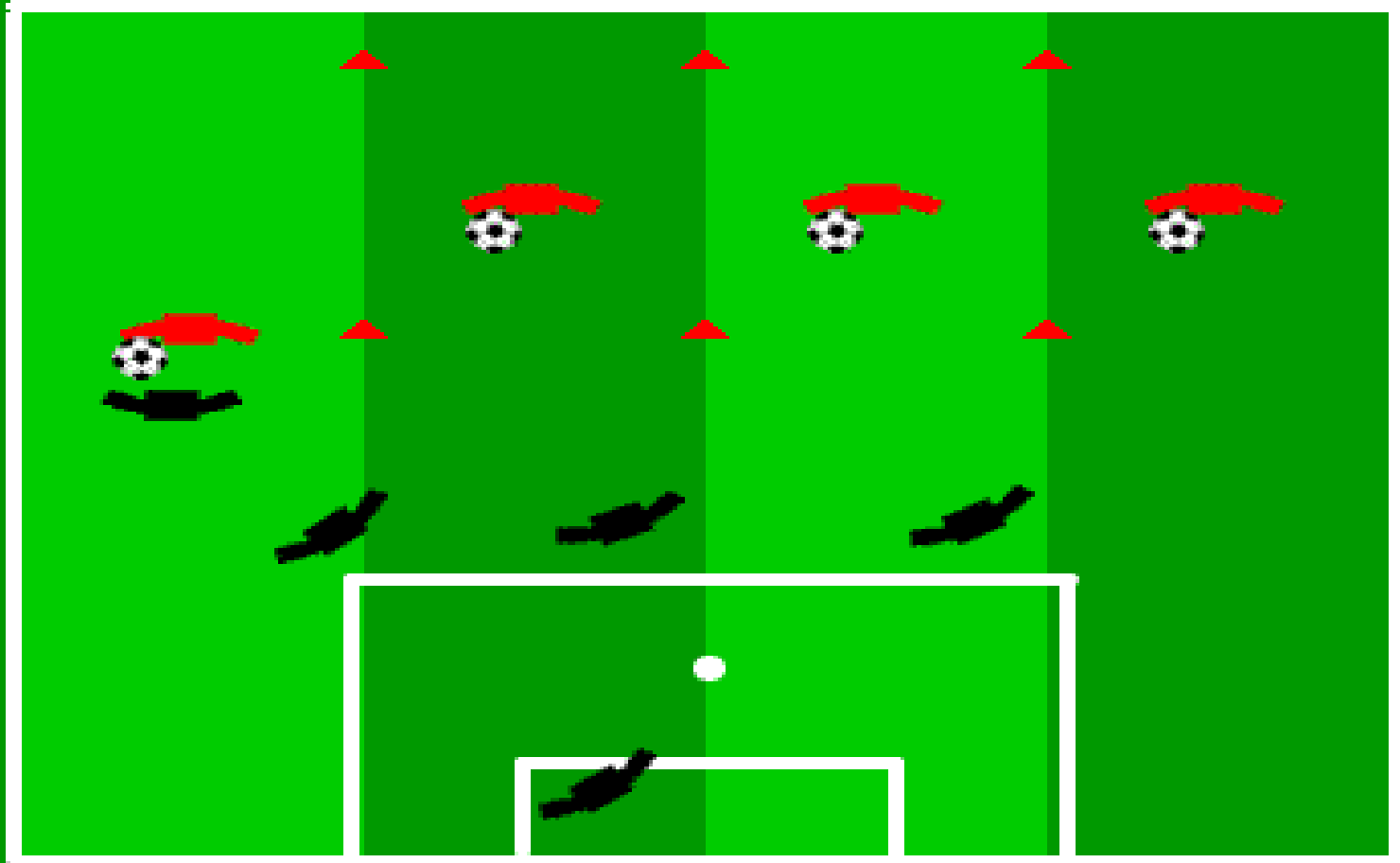
Seitenfeldseite ergeben, bleibt für die Abwehr

genügend Zeit, sich neu zu orientieren.



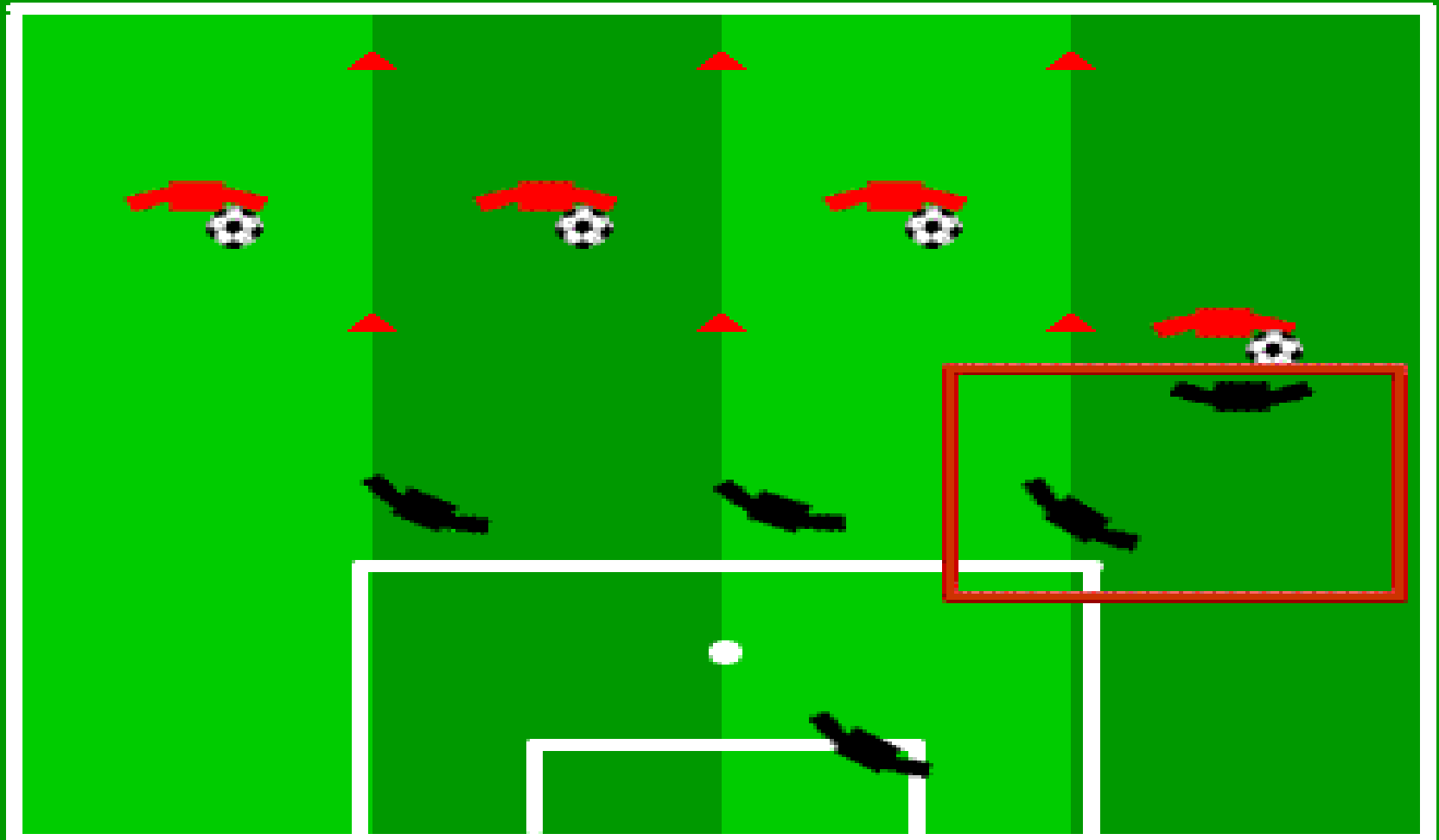


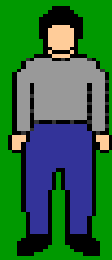
# Die Kette nach der Verschiebung.



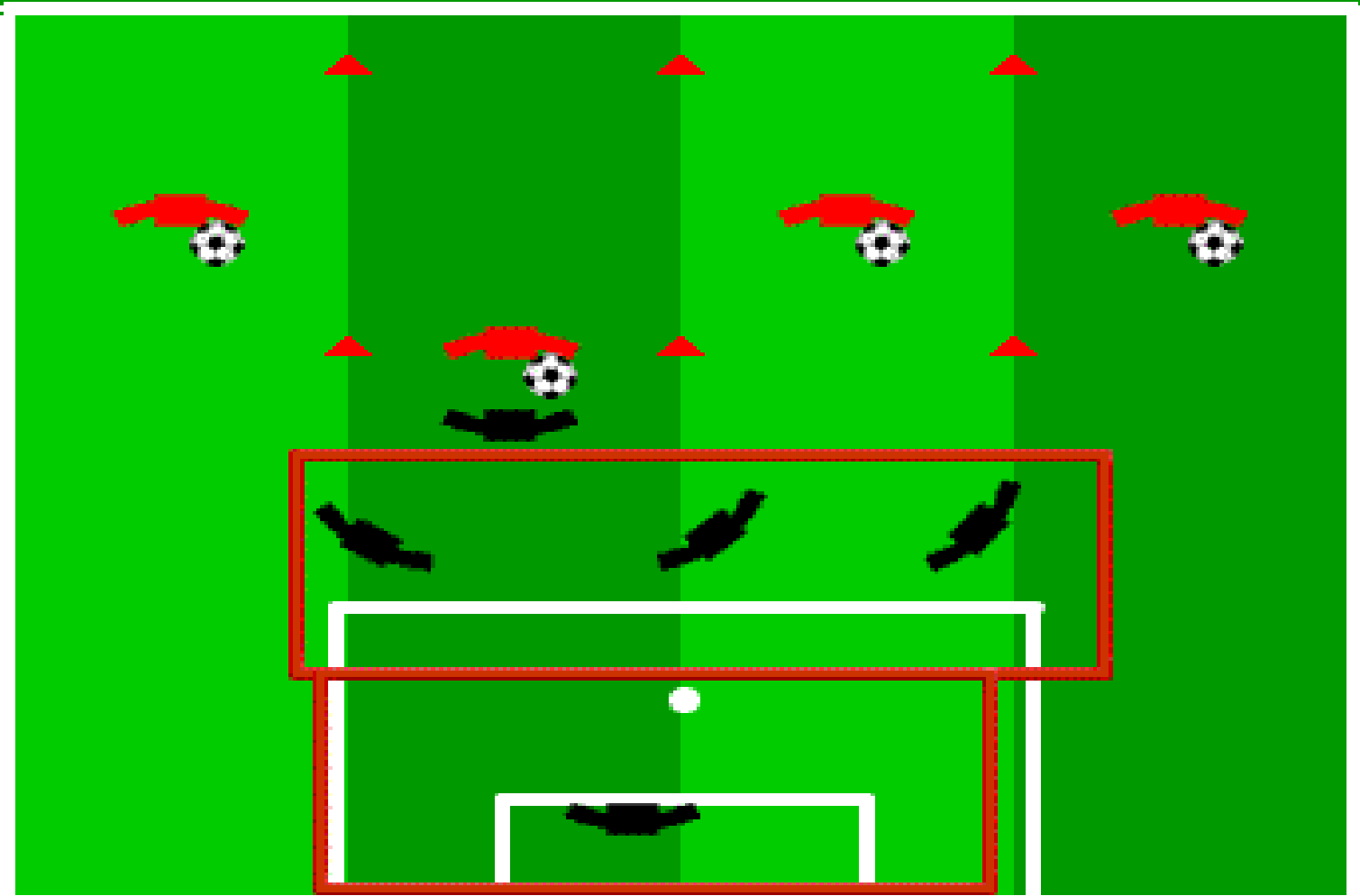


## Rückraum-Absicherung und Überzahlspiel in Ballnähe!

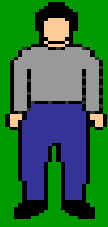




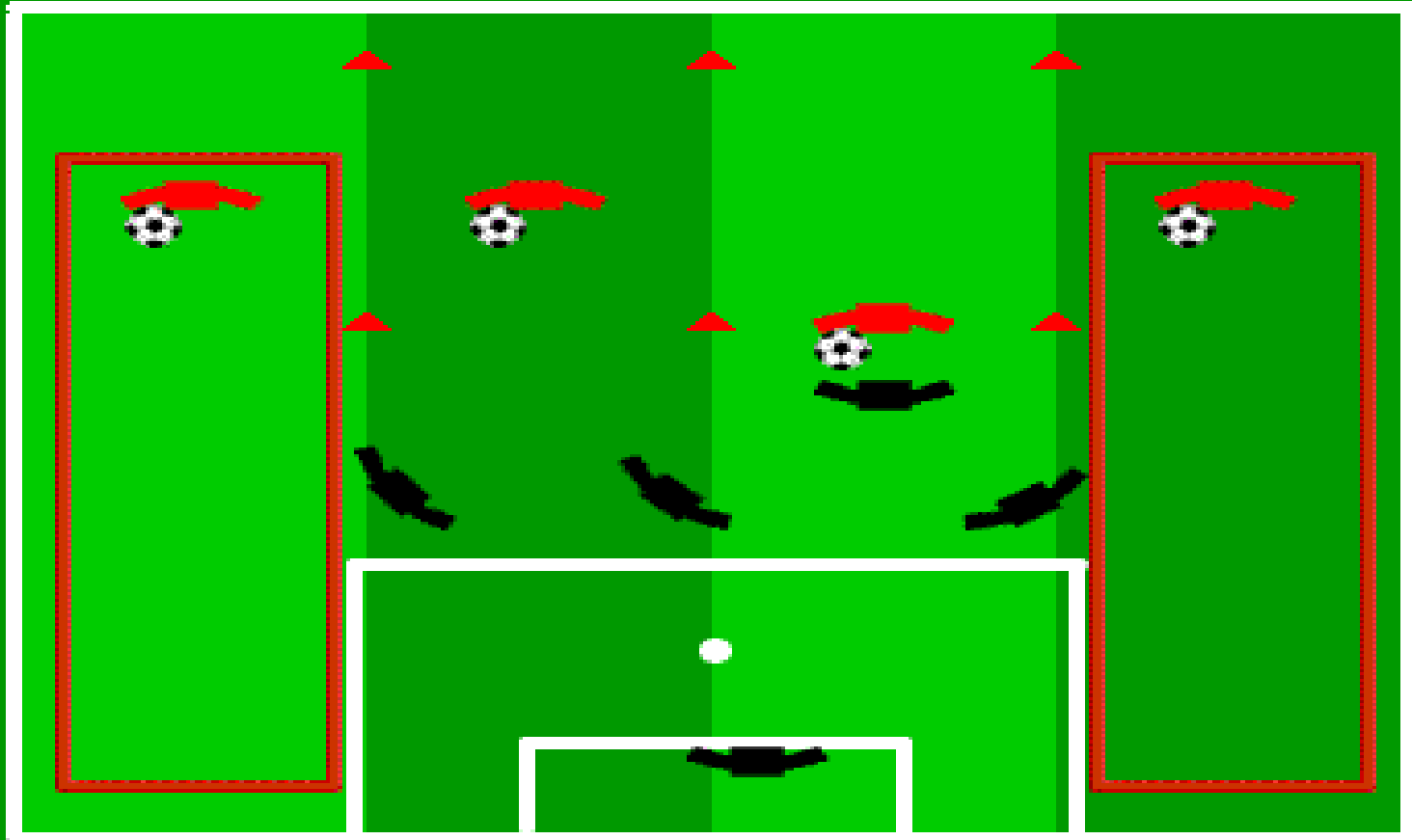
Zustellen der Passwege!







Nicht ausreichend  
gedeckte Zonen!



Copyright by [www.Soccerdrills.de](http://www.Soccerdrills.de)

## C. Dynamisches Verschieben der Verteidigung

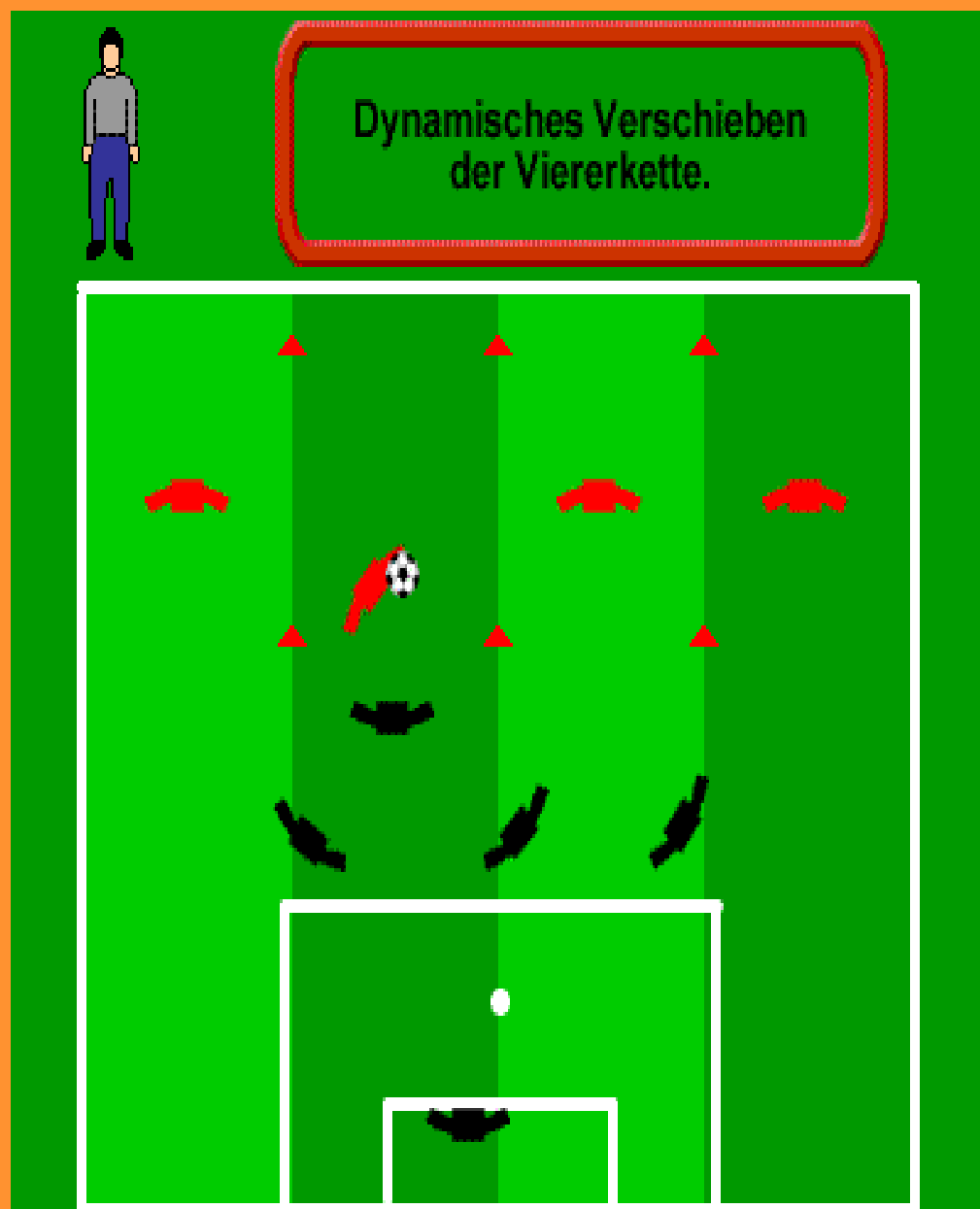
Die Angreifer passen sich innerhalb der markierten Zonen einen Ball zu.

Dadurch wird ein dynamisches Verschieben der einzelnen Abwehrspieler erforderlich.

Der Ablauf in unserer Beispiel-Abbildung:

Wir beginnen wieder mit einem Angriff, bei dem sich der Ball in Zone 1 befindet. Angreifer A passt den Ball zu Angreifer B in Zone 2. Die Verteidiger verschieben sich in Ballrichtung. Welche Positionen einzunehmen sind, haben wir bereits unter B. gelernt.

Der Ball wandert so durch die Angriffsreihe. Auch hier kommt es nicht auf Schnelligkeit, sondern auf genaue Ausführung an. Das Passtempo kann langsam erhöht werden.



## D1. Angriff auf der Außenposition - Ein Angreifer ohne Ball auf dem Flügel

In dieser Einheit bewegt sich, wie in der Animation angedeutet, ein Angreifer auf der Außenposition. Der ballführende Angreifer befindet sich im Spielfeldzentrum.

Befindet sich der Angreifer in Zone 1, kontrolliert Verteidiger A seine Laufwege und deckt eng. Verteidiger B (steht leicht tiefer) schließt den Passweg, um ein Anspiel in den Rückraum auf den dynamischen Angreifer zu unterbinden. Die Verteidiger C und D befinden sich auf Höhe des Abwehrspielers A.

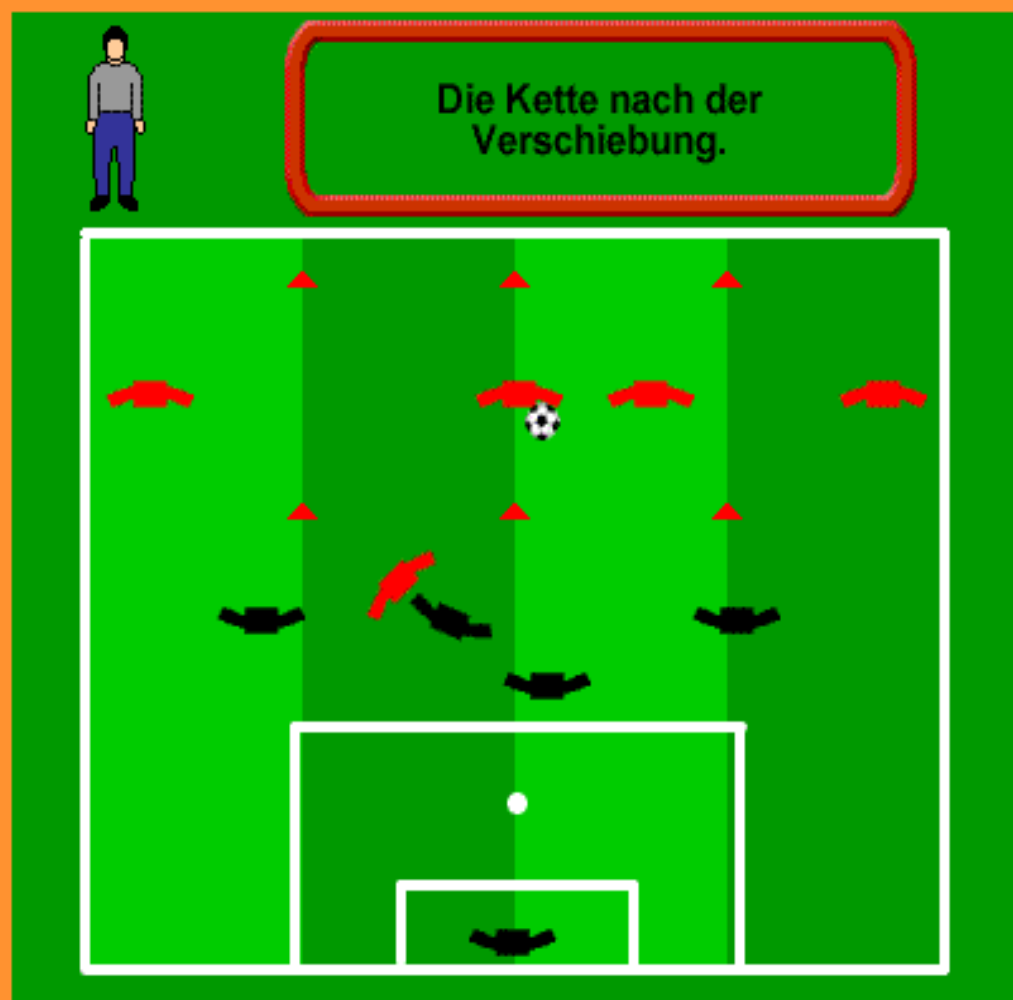


## D2. Angriff im Zentrum - Ein Angreifer ohne Ball im Zentrum

In dieser Einheit bewegt sich, wie in der Animation angedeutet, ein Angreifer im Abwehrzentrum. Der ballführende Angreifer befindet sich im Spielfeldzentrum.

Befindet sich der Angreifer in Zone 2, kontrolliert Verteidiger B seine Laufwege und deckt eng. Verteidiger C (steht leicht tiefer) schließt den Passweg, um ein Anspiel in den Rückraum auf den dynamischen Angreifer zu unterbinden.

Die Abwehrspieler A und D befinden sich auf Höhe des Abwehrspielers B.



## 2. Ballorientierte Verteidigung in markierten Zonen

### E. Dynamischer Angreifer ohne Ball - Dynamisches Verschieben der Verteidigung im Training

In dieser Einheit bewegt sich, wie in der Animation angedeutet, ein Angreifer im Abwehrzentrum. Der ballführende Angreifer befindet sich im Spielfeldzentrum.

Welche Positionen einzunehmen sind, haben wir bereits unter B gelernt.

