

Dynamik wird im Spitzenbereich ein immer entscheidender Faktor. Basierend auf der WM-Analyse 2018 wurden vier Qualitätsmerkmale und Ausbildungsziele definiert, zu denen neben der Mentalität, der Individualität (DFB-Infoabende 33-34), der Variabilität (DFB-Infoabend Herbst 2021) auch die Dynamik zählt. Dabei geht es nicht nur um die Dynamik in der Bewegungsschnelligkeit, sondern vor allem auch um die Faktoren, die Dynamik möglich machen. Zum richtigen Zeitpunkt schneller sein als der Gegner lautet dabei die Devise. Der DFB-Infoabend Dynamik befasst sich mit den mit den vier Schnelligkeitsfaktoren der (1) Antizipation, der (2) Auslöser, der (3) Konsequenz und des Timings (4).

Dynamik im Spiel

In den verschiedenen Spielsituationen können unterschiedliche Teilqualitäten komplexer Schnelligkeitsleistungen festgestellt werden. Zum Beispiel

- Dynamische Tempodribblings bei größeren Aktionsräumen in die Tiefe
- Schnelles und variantenreiches Kombinieren gepaart mit dynamischen Einzelaktionen
- Schnelles Umschalten nach Erobern des Balles
- Extreme Laufschnelligkeit als athletische Basis für das Durchsetzen der fußballerischen Qualität
- Kognitive Schnelligkeit
- Antizipation/Schnelligkeit



Individuelle Dynamik

Das immer variablere, dynamischere und komplexere Spiel stellt besondere Anforderungen an die Spieler. Sie müssen stets darauf vorbereitet sein, neue und sich schnell verändernde Spielsituationen vorausschauend zu erkennen, zu erfassen und blitzschnell zu bewerten, um darauf aufbauend die beste Lösung zu finden.

Das antizipierende Erkennen von Spielsituationen bis hin zum ebenso „kompromisslosen“ wie effizienten Umsetzen in konkrete Spielsituationen sind Schnelligkeitsfaktoren im Fußball, die sich gegenseitig beeinflussen.

Dynamik im Team

Vor allem die international erfolgreichen Teams demonstrieren bei schnellen Gegenangriffen verschiedene Schnelligkeitsfaktoren

- Antizipation/Vororientierung: nach einem Ballgewinn werden sofort Anspiele in der Tiefe gesucht
- Der erste Pass wird möglichst nach vorne gespielt
- Falls der Aktionsraum vorhanden ist, dynamische Einzelaktion in die Tiefe

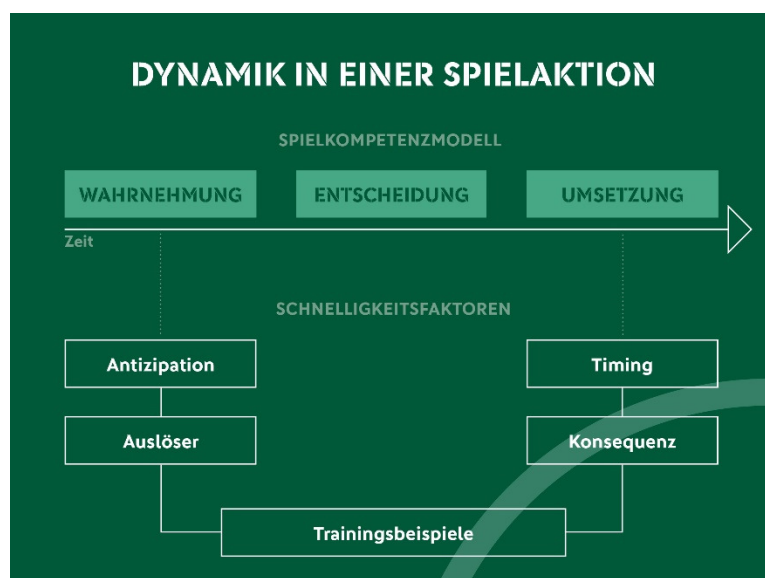
Dynamik ist allerdings nicht nur in Umschaltaktionen der Teams zu erkennen, sondern auch bei Rhythmuswechseln im Spieltempo oder bei plötzlichen Tempoaktionen sowie dynamischen Positionsangriffen in die Tiefe. Dabei ist relevant:

- Das schnelle Erkennen möglicher Aktionsräume durch Vororientierung
- Einlaufen in die Tiefe inklusive eines perfekt getimten Forderns des Zuspiels
- Raumüberbrückung durch ein gegnerüberwindendes Dribbling oder einen Pass

Das Spielkompetenzmodell

Das Spielkompetenzmodell veranschaulicht die drei Elemente jeder Spielsituation. Spieler müssen ihre Umgebung, ihre Mit- und Gegenspieler wahrnehmen. Dabei hilft ihnen eine gute Antizipation und Vororientierung sowie das taktische Verständnis. Auf Basis dieser Informationen kann eine Entscheidung getroffen werden. Diese muss dann im letzten Schritt auch noch umgesetzt werden. In der Umsetzung sind vor allem die technischen Fertigkeiten der Spieler relevant.

Vor allem für Nachwuchsspieler ist es von großer Bedeutung, dass in den verschiedenen Trainingsformen alle drei Elemente trainiert bzw. angewandt werden können, damit der Transfer zum Wettkampf so spielnah wie möglich sein kann. Insbesondere die Komponente der Entscheidung ist herauszustellen, da nur über eine hohe Anzahl von Entscheidungen innerhalb einer Trainingsform die Spieler direkte Rückmeldungen bekommt, ob ihre Lösungen richtig oder falsch waren. Dies hilft ihnen im deduktiven Lernen und unterstützt die Entwicklung der Spielfähigkeit (Spielintelligenz).



Antizipation

Mit Hilfe der Antizipation können sich Spieler einen zeitlichen Vorsprung verschaffen, um Duelle und Spielsituationen für sich zu entscheiden. Besonders relevant ist die Antizipation von Freilaufverhalten und beim Passspiel. Die Vororientierung zum richtigen Zeitpunkt hilft dem Spieler Bewegungen von Mit- und Gegenspielern zu erahnen und unterstützt dadurch die qualitative Entscheidungsfindung. Gleichzeitig kommen Spieler ohne eine häufige Vororientierung vermehrt unter Gegnerdruck und haben somit im Endeffekt auch weniger Zeit, um eine Entscheidung treffen zu können. Das Timing der Vororientierung ist ebenfalls relevant. Die Vororientierung macht zeitlich am meisten Sinn in den Momenten des Spiels, in denen sich das Spiel nicht gravierend verändern kann (Determinationszeitpunkte), zum Beispiel wenn der Ball nicht direkt am Fuß des Ballbesitzers ist oder wenn der Ball in der Luft ist.

Entscheiden ist jedoch nicht die Häufigkeit der Vororientierung, sondern die Aufnahmefähigkeit der Informationen. Nimmt der Spieler zum Beispiel durch mehrere schnelle Schulterblicke viele verschiedene Informationen auf und erhält gleichzeitig durch seine Mitspieler zusätzlich noch akustische und visuelle Informationen, können diese die qualitative Entscheidungsfindung auch behindern. Gleichzeitig kann die Vororientierung aber auch ein Indiz für den Gegner sein, welche Lösung gewählt wird. Auch die Antizipation/Vororientierung ist ein Spiel der Spieler, wer „schlauer“ ist als der andere (Dr. Stephan Nopp).

Auslöser

Als Auslöser für Dynamik können Bewegungen mit Ball (wie ein guter erster Kontakt direkt am Gegenspieler vorbei; Pass in die Bewegung eines Mitspielers) oder Bewegung ohne Ball (Freilaufbewegung in die Tiefe; Raum für den Mitspieler freiziehen) fungieren. Auch eine situative Überzahl kann ein Auslöser für Dynamik sein.

Konsequenz

Der Faktor Konsequenz soll verdeutlichen, dass es nicht ausreicht, einen dynamischen Moment zu kreieren, sondern dass sich dieser so lange aufrechterhalten werden muss, bis die Spielsituation zu Ende ist oder durch einen Rhythmuswechsel unterbrochen wird. Dass kann im Rahmen einer Spielsituation mehrere Spieler entscheidend sein, in der nicht nur die Pass-, sondern auch die Laufgeschwindigkeit aller beteiligter Spieler wichtig ist. Es kann auch eine Einzelaktion eines Spielers sein, in der dieser die Dynamik bis zum Ende aufrechterhält.

Timing

Timing ist sowohl in den Aktionen mit Ball (Passspiel, Dribbling, 1.Kontakt) als auch in den Bewegungen ohne Ball (Vororientierung, Freilaufverhalten) von zentraler Bedeutung. Als Orientierungspunkte für die Spieler können der Ort des Balles (Beispiel Vororientierung), die Spielfähigkeit des Ballbesitzers (Freilaufbewegung) oder die Laufrichtung der Mit-/Gegenspieler (Mitnahme 1.Kontakt) erarbeitet werden.