

Spezialisten formen im 6-2

Das Spielsystem 6-2 eignet sich hervorragend für die schrittweise Ausbildung aller Spieler zu Spezialisten. Aber auch für bereits spezialisierte Teams bietet das 6-2 viele interessante Möglichkeiten.

An der Schwelle zur Spezialisierung stehen wir als Trainerinnen und Trainer einmal mehr vor einem Wechsel des Spielsystems. Im Idealfall zog sich bis zu diesem Zeitpunkt bereits ein roter Faden durch die Spielentwicklung des Teams. Die Spielerinnen bzw. Spieler sind somit entweder mit dem komplett unspezialisierten Spielsystem 6-6 (siehe Praxisbeilage 2009-4) vertraut, oder sie beherrschen das System 6-3 (siehe Praxisbeilage 2011-4), in welchem bereits ein erster Schritt hin zur Spezialisierung der Zuspieler gemacht wurde. Diesmal haben wir als Trainer allerdings nicht die Qual der Wahl, denn in beiden Ausbildungssträngen eignet sich das Spielsystem 6-2 perfekt für die nächste Stufe der Spielentwicklung. Wir müssen einzig darauf achten, dass wir nicht alle und alles auf einen Schlag spezialisieren. Viel sinnvoller (und einfacher) ist es, wenn die Spezialisierung Schritt für Schritt vollzogen werden kann – angefan-

gen beim Zuspieler über die Angreifer bis hin zur Annahme (siehe auch Abb. 1). Die vielen kleinen Schritte sind für die Spieler jeweils logisch, gut nachvollziehbar und deshalb schnell umsetzbar. Der Lernprozess verläuft so unter dem Strich schneller, geordneter und nachhaltiger als mit wenigen, dafür sehr grossen Schritten.

In dieser Ausgabe

Liebe Leserinnen,
liebe Leser

Das 6-2 ist meiner Meinung nach das ideale Spielsystem, um die Spielerinnen und Spieler Schritt für Schritt auf allen Positionen zu spezialisieren. Das 6-2 eignet sich aber bei weitem nicht nur für Ausbildungszwecke. Auch nach Abschluss der Spezialisierung wären viele Teams gut beraten, das 6-2 dem 5-1 vorzuziehen! In dieser Ausgabe zeigen wir einige Möglichkeiten, wie mit dem Spielsystem 6-2 gearbeitet werden kann.

Ich wünsche euch eine kurzweilige Lektüre und hoffe, dass ihr einige Ideen für den Trainingsalltag mitnehmen könnt.

Markus Foerster

training@volleyball.ch

Impressum

Redaktionsleitung

Beiträge

Layout, Grafiken, Fotos

E-Mail

Markus Foerster

Markus Foerster

Markus Foerster, FIVB

training@volleyball.ch



Weshalb nicht direkt 5-1?

Der angestrebte «Lernprozess in kleinen Schritten» ist einer der Hauptgründe, weshalb sich das 5-1 überhaupt nicht (oder zumindest bedeutend schlechter) für diesen Ausbildungsschritt eignet. Im 5-1 müssen auf einen Schlag sämtliche Positionen bzw. Rollen spezialisiert werden. Im Gegensatz dazu kann der Grad der Spezialisierung im 6-2 beinahe beliebig variiert und dadurch sehr präzise – und auch sehr individuell – dem momentanen Können bzw. Ausbildungsstand der Spieler angepasst werden. Dies gilt ebenso für die vielfältigen Möglichkeiten in der Annahme- und Angriffsorganisation.

Ein weiterer Grund liegt darin, dass die Spieler im 6-2 trotz Spezialisierung nach wie vor breit (also universell) ausgebildet werden. Die Zuspieler werden beispielsweise weiterhin in den Elementen Annahme und Angriff eingesetzt. Dadurch bleibt die Tür offen für andere Positionen. Es gibt z.B. hervorragende Diagonalspieler (später im 5-1 natürlich), die problemlos auch als Passeur spielen können – und umgekehrt!

Ausserdem muss es gar nicht immer 5-1 sein! Das 6-2 eignet sich auch im ambitionierten, mittleren Leistungsbereich (also bis 2./1. Liga in der Schweiz) hervorragend als Spielsystem. Viele Teams spielen 5-1 aus Mangel an Zuspielern – oder weil es bei den Spitzenteams «abgeschaut» wird. Allerdings macht dies nur dann Sinn, wenn mindestens ein Zuspieler im Team ein herausragender Passeur ist! Ansonsten ist man mit dem 6-2 mindestens ebenso gut beraten.

Weltklasse mit 6-2

Die Kubanerinnen haben es vorge-macht: Auch mit dem Spielsystem 6-2 lassen sich grosse Titel gewinnen. Das kubanische Nationalteam dominierte zwischen 1992 und 2000 das Frauenvolleyball nach Belieben (3x Olympiagold, 2x WM-Gold), obwohl (oder gerade weil) sie als einziges Weltklasseteam mit dem System 6-2 spielen – damals wie heute!

Welche Elemente sind neu?

Im Vergleich zu den Spielsystemen 6-6 (idealerweise mit Läufer 1) oder 6-3 wird das taktische Repertoire im 6-2 mit diversen – je nach gesammelten Vorkenntnissen aus den

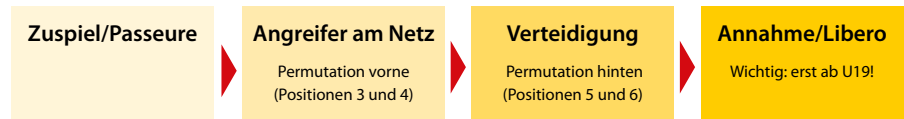


Abb. 1 Reihenfolge der Spezialisierung

vorgängig gespielten Systemen mehr oder weniger neuen – Elementen erweitert:

- Spezialisiertes Zuspiel (nur 2 Spieler agieren als Passeur)
- Neue Laufwege im Läuferfeld der Zuspieler: Läufer 1 (je nach Vorkenntnissen bereits bekannt), Läufer 6 und Läufer 5
- K1: Der Zuspieler ist immer ein Rückraumspieler → immer drei Angreifer am Netz
- K2: Wenn immer möglich spielt der im Rückraum spielende Passeur zu → meistens drei Angreifer am Netz
- Einfache Permutation am Netz (Passeur am Netz wechselt auf die Pos. 2, die

anderen beiden Netzspieler rutschen nach)

- Einfache Permutation im Hinterfeld (Passeur im Hinterfeld wechselt auf die Pos. 1, die anderen beiden Grundspieler rutschen nach)
- Annahme im 4er-Riegel
- Aufbau über 4 Angreifer (Positionen 2, 3, 4, 6)

Dazu kommen, je nach Grad der Spezialisierung, weitere neue Elemente:

- Zusätzliche Permutationen am Netz (Spezialisierung der Angreifer und Blockspieler)

>>

Basiswissen «Spielsysteme»

Systematik der Spielsysteme

Die Bezeichnung der Spielsysteme setzt sich immer aus zwei Zahlen zusammen. Die erste Zahl gibt Auskunft über die Anzahl Angreifer, die zweite Zahl bezeichnet die Anzahl (spezialisierter) Zuspieler. Im 5-1 spielt man also mit 5 Angreifern und einem Passeur, der nicht angreift. Im 6-2 greifen alle 6 Spieler an, aber nur 2 davon sind Zuspieler.

Das 6-2 wurde übrigens lange auch als 4-2 bezeichnet, was insofern nicht korrekt ist, weil ja die Zuspieler auch als Angreifer lanciert werden können, wenn der andere Passeur zuspielt.

Systematik der Verteidigungssysteme

Für die Verteidigungssituation gibt es zwei Möglichkeiten. Entweder spielt man 3-2-1 oder 3-1-2. Beim 3-2-1 spielt das Team mit 3 Blockspielern, 2 Verteidigungsspielern vorne (an den Flanken) und einem Verteidigungsspieler ganz hinten («6er hinten»). Beim 3-1-2 («6er vorne») ist der zentrale Verteidigungsspieler auf der 3 m-Linie vor den beiden Verteidigern an den Flanken. Im modernen Volleyball wird ausschliesslich im 3-2-1 verteidigt.

Läuferspiel (Pene)

Ein Grundspieler läuft ans Netz (in die Angriffszone), um dort den Pass zu spielen. Zweck des Läuferfelds ist, die Netzspieler vom Zuspiel freizustellen, so dass am Netz immer 3 Angreifer eingesetzt werden können.

Permutation

Als Permutation bezeichnet man den Positionstausch innerhalb einer Linie, also einerseits unter den Netzspielern, andererseits unter den Verteidigungsspielern.

Komplex 1 (K1)

Als K1 bezeichnet man die Spielsituation aus der Service-Annahme heraus, also Annahme, Pass und der erste Angriff.

Komplex 2 (K2)

Als K2 bezeichnet man die Spielsituation mit Block, Verteidigung und Gegenangriff. Man nennt das K2 auch Transition Game, weil im K2 der Übergang (= Transition) von einer defensiven Verteidigungsaktion zu einer offensiven Angriffsaktion stattfindet. Zum K2 gehört übrigens auch der Service, weil die Block- und Verteidigungsstrategie eng mit der Servicetaktik verknüpft ist.

- Zusätzliche Permutationen im Hinterfeld (Spezialisierung der Verteilung)
- Annahme im 3er-Riegel

Vorteile und Nachteile

Wie jedes Spielsystem hat natürlich auch das 6-2 ein paar wunde Punkte. Die Vorteile überwiegen jedoch bei weitem! Für den fortgeschrittenen Nachwuchsbereich und den ambitionierten Breitensport ist das 6-2 in meinen Augen sogar nahe am perfekten System und auf jeden Fall eine Überlegung wert!

- + Logische Weiterentwicklung vom 6-6 mit Läufer 1
- + Immer drei Angreifer am Netz
- + Einfach und leicht verständlich
- + Klare Rollenverteilung
- + In einem 12er-Kader werden sicher 3-4 Spieler zu Zuspielern ausgebildet
- + Die Zuspielposition (und somit der Zielpunkt für die Annahme) bleibt immer gleich
- + Ermöglicht sehr viele Zwischenstufen der Spezialisierung (sukzessive Ausbildung vom Generalisten zum Spezialisten in kleinen Schritten, und zwar für alle Rollen)

- + Angreifer können entweder auf verschiedenen Positionen am Netz (= universelle Ausbildung) oder immer auf der gleichen Angriffsposition (= spezialisierte Rolle) eingesetzt werden
- + Passeure spielen auf den drei Positionen am Netz als Angreifer, werden also weiterhin universell ausgebildet (mit der Option, später z.B. als Diagonalangreifer zu spielen)
- + Bietet ein sehr grosses Spektrum von Angriffsvarianten am Netz
- + Verschiedene Annahmeriegel möglich (3er- oder 4er-Annahme)
- + Einer der beiden Zuspieler – nämlich derjenige, der Netzspieler ist – kann im K1 ebenfalls in die Annahme eingebunden werden (= universelle Ausbildung)
- + Anpassungsfähigkeit/Flexibilität der Angreifer in Bezug auf die Art und Qualität der Zuspiele wird deutlich erhöht, weil sie von verschiedenen Passseuren «beliefert» werden
- Die Art und Qualität der Zuspiele kann schwanken, da mehrere Spieler zuspielen
- Falls im K2 der Passeur im Hinterfeld verteidigen muss, erfolgt der Aufbau über den Zuspieler auf Position 2. Eine der beiden wichtigen Power-Angriffs-

positionen am Netz (Pos. 2 und 4) fällt in dieser Situation somit weg.

- Integration des Rückraumangriffs von Pos. 6 («Pipe») ist in der K1-Situation erschwert (vor allem beim Läufer Spiel von Pos. 6)
- Es braucht mindestens drei Zuspieler im Kader, um die Möglichkeit für Spielerwechsel auf der Passeurposition zu haben

Verschiedene Grade der Spezialisierung

Wie vorgängig bereits erwähnt, kann man den Grad der Spezialisierung sehr präzise variieren. In der dieser Praxisbeilage möchte ich zwei Ausprägungen konkret anschauen, nämlich die Start- und die Endform:

1. So wenig Spezialisierung wie möglich: Nur die beiden Zuspieler sind spezialisiert, die vier restlichen Angreifer sind sowohl am Netz als auch im Hinterfeld komplett unspezialisiert.
2. So viel Spezialisierung wie möglich: Alle sechs Spieler sind vollständig spezialisiert, es wird aber **ohne Libero** gespielt.

6-2 mit vier unspezialisierten Angreifern/Verteidigern

Die beiden Zuspieler wechseln jeweils auf Positionen 1 und 2, die anderen beiden Spieler in der jeweiligen Reihe wechseln einfach eine Position nach links. Das bedeutet, dass die vier unspezialisierten Spieler sowohl auf den Positionen 3 und 4 am Netz als auch auf den Verteidigungspositionen 5 und 6 spielen.

Das einzige, was bei dieser Variante beachtet werden muss, ist die Platzierung der beiden Zuspieler diagonal zueinander. Die Angreifer können frei verteilt werden. Die Annahme erfolgt im 4er-Riegel.

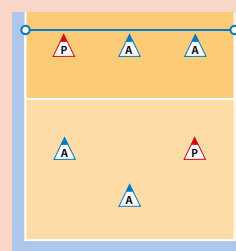


Abb. 2 Grundaufstellung

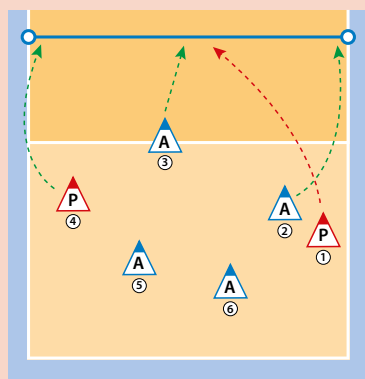


Abb. 3 Annahmeriegel bei Läufer 1

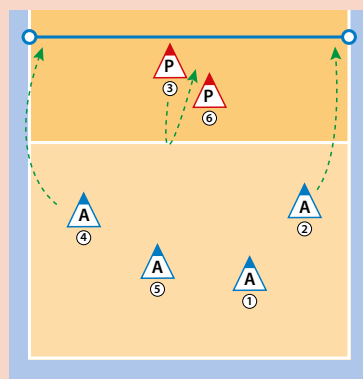


Abb. 4 Annahmeriegel bei Läufer 6

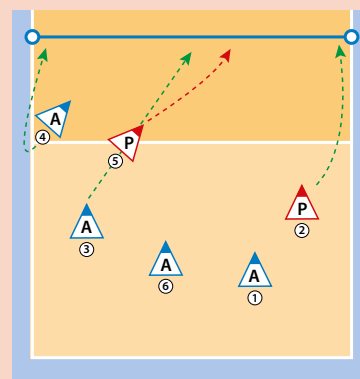


Abb. 5 Annahmeriegel bei Läufer 5

6-2 mit vier spezialisierten Angreifern/Verteidigern

Alle Spieler permutieren jeweils so, dass sie auf ihrer Spezialposition spielen, und zwar sowohl am Netz als auch im Hinterfeld.

Für die Aufstellung sind die folgenden Punkte relevant:

- Die beiden Zuspieler stehen selbstverständlich diagonal zueinander.
- Die Aussenangreifer stehen in der Rotation nach dem Passeur. Dies garantiert, dass sie im K1 auf allen drei Rotationen, auf denen sie Netzspieler sind, immer auf einer Aussenposition angreifen können (2x auf Pos. 4, 1x auf Pos. 2).
- Die Mittespieler stehen in der Rotation vor dem Passeur. Sie können dadurch auf jeder der drei Rotation, auf denen sie Netzspieler sind, auch im K1 auf ihrer bevorzugten Position (Pos. 3) angreifen.
- Die Annahme erfolgt idealerweise im 3er-Riegel.

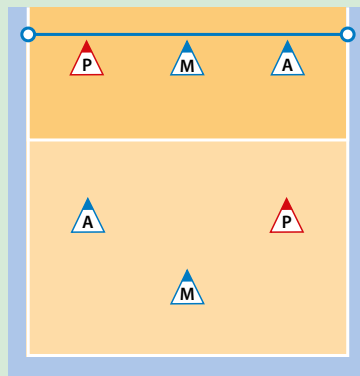


Abb. 6 Grundaufstellung

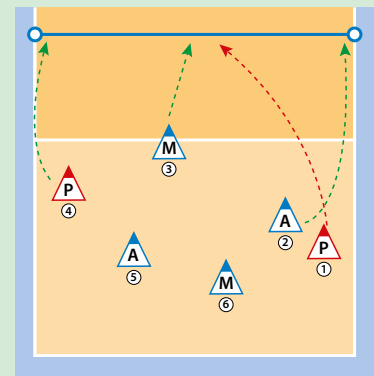


Abb. 7 Annahmeriegel bei Läufer 1

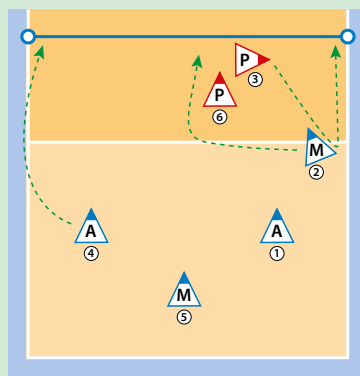


Abb. 8 Annahmeriegel bei Läufer 6

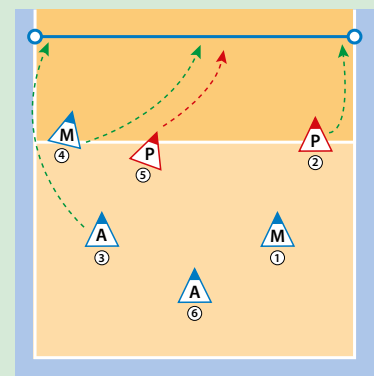


Abb. 9 Annahmeriegel bei Läufer 5

Herausforderung Läufer 5

Läufer 5 (P5) ist für den Zuspieler zweifelsohne die schwierigste aller K1-Situationen, weil

- sein Laufweg vom Ausgangspunkt bis zur idealen Zuspielposition relativ lang ist.
- er eine 180°-Drehung machen muss, sobald er auf der Zuspielposition angekommen ist.
- sich der Zuspieler erst sehr spät zur Annahme hin orientieren kann und den Ball somit erst spät im Blick hat.
- die Servicetaktik des Gegners oft darauf abzielt, dass der Ball aus dem Rücken des Zuspielers ans Netz kommt (also Service in Richtung Pos. 1). Für den Zuspieler sind diese Bälle am schwierigsten zu spielen.
- der Zuspieler wegen den vorgängig genannten Punkten relativ schlecht auf ungenaue Annahmen reagieren kann.

Deswegen muss die Läufer 5-Situation im Training gezielt geübt werden, sei es in Form eines speziellen Zuspielertrainings oder kollektiv im Rahmen des Annahmetrainings.

Rettenanker: Zuspiel von Position 2

Sollte das Team während des Spiels einmal festsetzen auf der Rotation mit Läufer 5, das Sideout also auch nach mehreren Anläufen nicht schaffen, dann gibt es im Spielsystem 6-2 einen eleganten Notausgang: Der andere Passeur auf dem Feld (Pos. 2) übernimmt das Zuspiel! Zwar verliert man dadurch einen Angreifer am Netz, dafür ist die Situation für den Zuspieler bedeutend einfacher.

Läufer 6:

Vorsicht, Positionsfehler!

Die K1-Situation mit Läufer 6 ist an und für sich nicht überaus kompliziert. Aber es ist wohl die Rotation, auf der am häufigsten Positionsfehler abgepfiffen werden.

Bei der Annahme im 4er-Riegel ist die Gefahr relativ klein; P6 steht dann schön in der Gasse zwischen den Spielern auf den Positionen 1 und 5 (siehe Abb. 4).

Anders sieht es bei der Annahme im 3er-Riegel aus. Weil der Spieler auf der Position 5 ins Annahmезentrum rückt und so mehr oder weniger mitten im Feld steht, steigt die Gefahr eines Positionsfehlers zwischen den Spielern auf Position 5 und 6 (siehe Abb. 8).

Passeurtraining für Läufer 5

Akzent:

Richtig laufen – stehen – spielen für Läufer 5 (Pene 5)

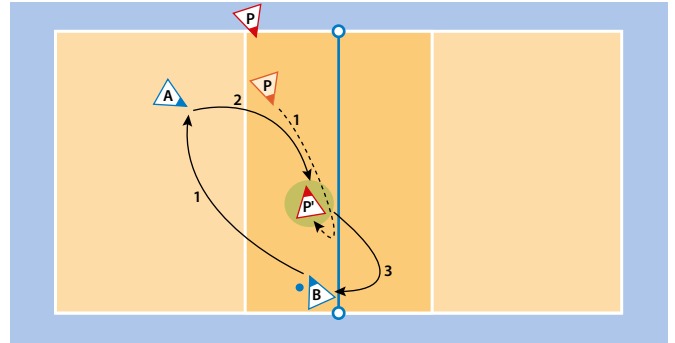
B spielt einen Pass auf A → P läuft auf die Zuspieldisposition (Pos. 2 ¾) → präzise Annahme von A auf P' → Zuspieldisposition von P' auf B mit anschließendem Soutien → ...

Varianten:

- B steht auf Pos. 4
- Position des Annahmespielers A variieren
- B greift an (Topspin) → die Genauigkeit der Annahmen variiert

Bemerkung:

Die beiden Pässeure P wechseln sich immer ab.



K1 mit Läufer 5 und 1 Angreifer

Akzente:

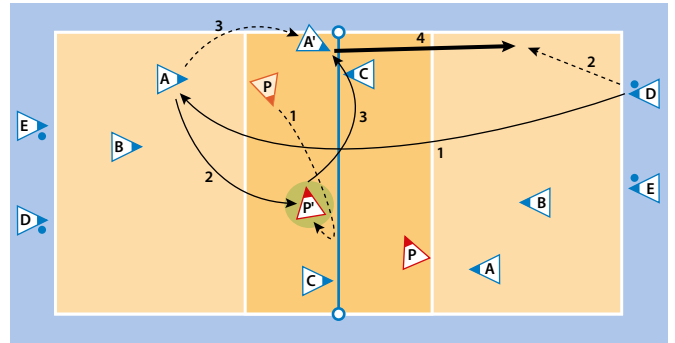
- Richtig laufen – stehen – spielen für Läufer 5 (Pene 5)
- Handlungskette des Annahmespielers auf Pos. 4 im KI

D serviert auf A (oder B) und läuft danach ins Feld, um auf Pos. 1 zu verteidigen → P läuft auf die Zuspieldisposition (Pos. 2 ¾) → Annahme auf P' → Zuspieldisposition von

P' auf die Pos. 4 → kontrollierter Angriff longline von A' gegen einen Einerblock C

Bemerkung:

Team A und Team B servieren abwechselnd.



K1 mit Läufer 5 und 3 Angreifern

Akzente:

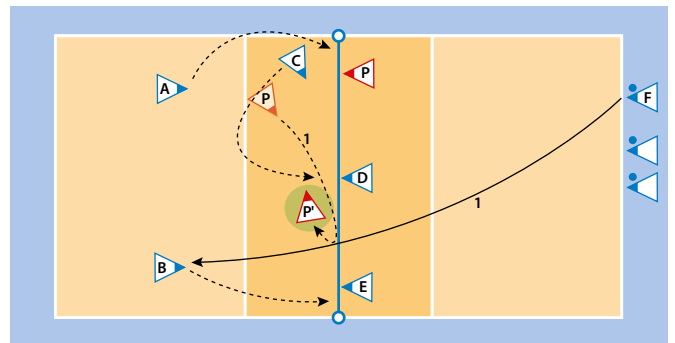
- Richtig laufen – stehen – spielen für Läufer 5 (Pene 5)
- Effizienz im KI

F serviert auf B (oder A) und läuft danach ins Feld, um zu verteidigen (freie Positionswahl) → P läuft auf die Zuspieldisposition (Pos. 2 ¾) → Annahme auf P' → Zuspieldisposition von P' auf die Pos. 2, 3 oder 4 → Angriff von

A, B oder C gegen einen 2er-Block und 2 Verteidiger

Zählweise:

Sobald die Angreifer (A, B und C) 6 direkte Punkte gemacht haben, wird gewechselt. Kann der Angreifer kontrolliert verteidigt und anschließend durch einen Mitspieler gefangen werden, zählt dies nicht als direkter Punkt!



K1 mit Läufer 6 (Pene 6)

Akzent:

Anlaufwege der Angreifer im KI

Variante 1 (für Teams mit unspezialisierten Angreifern):

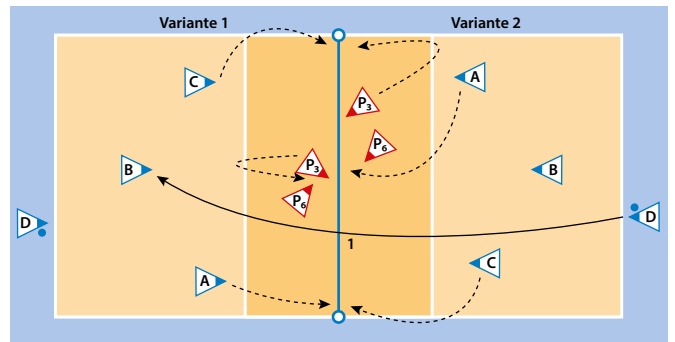
Service von D auf A, B oder C → Annahme → Zuspieldisposition von P₆ mit folgenden Varianten: P₃ in der Mitte (Schnellangreifer), A auf Pos. 2, C auf Pos. 4 → Angriff

Variante 2 (für Teams mit spezialisierten Angreifern):

Service von D auf A, B oder C → Annahme → Zuspieldisposition von P₆ mit folgenden Varianten: A in der Mitte (Schnellangreifer), P₃ auf Pos. 2, C auf Pos. 4 → Angriff

Bemerkung:

Team A und Team B servieren abwechselnd.



K2: Verteidigung oder Zuspieldisposition?

Akzent:

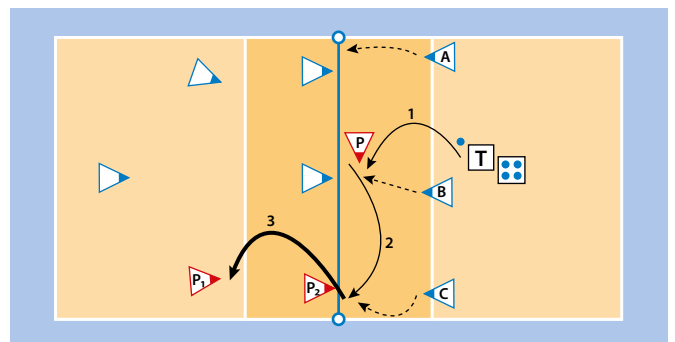
Entscheidung/Antizipation für die beiden Zuspieldispositionen im KI (wer spielt zu?)

- T wirft den Ball an auf P → Zuspieldisposition von P auf A, B oder C → Angriff gegen einen 2er-Block
- Falls P₁ verteidigt: Wiederaufbau mit Pass von P₂ auf A → Gegenangriff

- Falls P₁ nicht verteidigt: Läufer-spiel (Pene) von P₁ ans Netz → Pass von P₁ → Gegenangriff

Variante:

Im Angriff dürfen nur Finten oder Sprungpässe gespielt werden (= einfacher)



K2: Verteidigung oder Zuspiel?

Akzent:

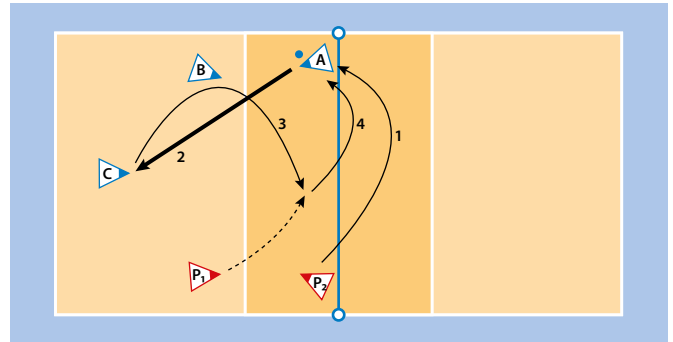
Entscheidung/Antizipation für die beiden Zuspieler im K2 (wer spielt zu?)

- Zuspiel von P₂ auf A (oder umgekehrt!) → Angriff von A auf die drei Verteidigungsspieler P₁/B/C
- Falls P₁ nicht verteidigt: Läufer-spiel (Pene) von P₁ ans Netz → Pass von P₁ auf A oder P₂ → ...

- Falls P₁ verteidigt: Wiederaufbau mit Pass von P₂ auf A → ...

Variante:

Dito, aber der Angriff erfolgt immer von A → P₂ unterstützt die Verteidigung



Minisatz-Spiel (6 gegen 6)

Akzent:

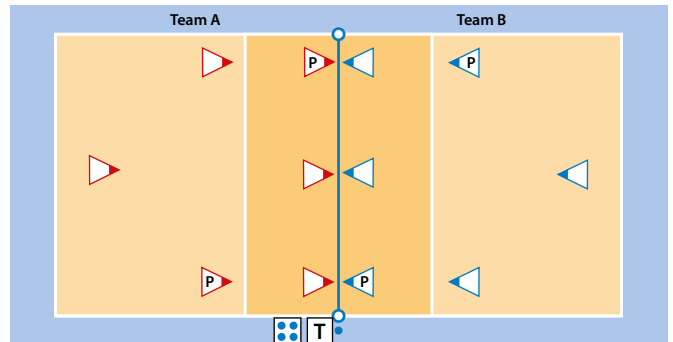
Umsetzung K1 und K2 im Spiel

- Team A serviert → Team B spielt K1 → weiterspielen, bis der Ball «tot» ist
- Falls Team B die K1-Situation erfolgreich abschliesst: 1. Gratisball von T auf Team B → spielen, bis der Ball «tot» ist

- 2. Gratisball von T auf Team A → spielen, bis der Ball «tot» ist
- Service von Team B → ...

Zählweise:

- Jeder Ball zählt einen Punkt
- 1 Minisatz geht bis 9 Punkte
- Wer den Minisatz gewinnt, darf eine Position weiter rotieren
- Sieger ist, wer zuerst eine ganze Rotation schafft



ASICS GEL-VOLLEY ELITE

Der ASICS GEL-VOLLEY ELITE ist die massgeschneiderte Antwort auf die Veränderungen im Volleyballspiel: Ein zweiter, neu entwickelter, leichter Hightech-Schuh für den Rückraum-Angreifer, der im Vergleich zum GEL-SENSEI auf mehr Flexibilität und Dynamik ausgelegt ist. Das Modell ist ausgestattet mit einem abgestimmten I.G.S.-System, einer SpEVA-Mittelsohle, Propulsion Plate, FLEXION-FIT-Zehenbox und einer asymmetrischen Schnürung. Der Indoor-Schuh ist ab sofort im Fachhandel erhältlich.

www.asics.ch



ASICS GEL-VOLLEY ELITE (Herren)



ASICS GEL-VOLLEY ELITE (Damen)