

VERBESSERUNG DER WAHRNEHMUNG UND ORIENTIERUNG IM FUßBALL DURCH DIE KRE-GO FUßBALLKRAUSE

Bei allen großen Sportspielen stellen sich häufig die Fragen: Was hat der Spieler gesehen, was hat er wahrgenommen und warum ist der Ball jetzt beim Gegner? Bei Ballbesitz hat der ballführende Spieler häufig das Problem, die Augen vom Ball zu lösen. Dadurch sind seine Wahrnehmung und Orientierung eingeschränkt und es ist für ihn schwierig, die optimale Spiellösung zu finden. Diese mangelhafte Wahrnehmung und Orientierung liegt daher in erster Linie an den Augen, die Spielsituationen zu langsam erfassen und falsch antizipieren.

Im Sinne der Entwicklung von Fußballspielerinnen und – Spielern ist die Auflösung der Auge-Fußsituation ein wesentlicher Bestandteil zu Verbesserung der Technik. Dazu kommt in der Taktik die Erfassung des nahen und peripheren Umfeldes. Durch das Loslösen der Augen vom Ball können die Mitspieler und auch die Gegenspieler besser erfasst werden.

Mit Hilfe der **Kre-Go Fußballkrause** ist es nun möglich, diese Defizite im Bereich der Wahrnehmung und Orientierung zu verbessern. Die Spielerinnen und Spieler werden durch die Sichteinschränkung mit der **Kre-Go Fußballkrause** gezwungen, den Ball zu führen oder zu spielen, obwohl die die Verbindung Auge-Ball verdeckt ist.

Aus der Trainingserfahrung mit der **Kre-Go Fußballkrause** ergibt sich für die Aktiven eine verbesserte Wahrnehmung der Spielsituationen. Die **Kre-Go Fußballkrause** als Trainingsmittel hat dann ihr Ziel erreicht, wenn die Spieler den Transfer vom Training zum Spiel schaffen, indem sie die Augen von Ball und Fuß häufiger lösen.

Die Kre-Go Fußballkrause ist in allen Alters- und Leistungsklassen erfolgreich einsetzbar und als sinnvolle Ergänzung im Trainingsbetrieb zu sehen.

Ich habe die Kre-Go Fußballkrause erfolgreich in der Erwachsenenausbildung der Sportstudenten der **Ruhr-Universität Bochum** eingesetzt als methodischen und didaktischen Baustein und zum anderen in der **Talentförderung** und Nachwuchsausbildung des **Kreises Bochum**. Natürlich müssen die Trainerin, der Trainer oder die Lehrperson die **Kre-Go Fußballkrause** als ergänzendes Trainingsmittel sehen. So kann der ständige Hinweis „nimm den Kopf hoch“ auf Dauer entfallen, weil die Aktiven die „Umleitung“ über die **Kre-Go Fußballkrause** als sinnvollen Weg erkannt haben und diese Qualitätsverbesserung in der Technik und Taktik des eigenen Spiels erleben.

Das schnellere Erfassen von Spielsituationen ist unter anderem dann ein Ergebnis der **Kre-Go Fußballkrause**, weil der Kopf jetzt häufiger selbständig hoch ist und der Ball nicht mehr fort ist, obwohl die Spielerin oder der Spieler die Augen vom Ball lösen. Das gilt auch bei Drucksituationen durch Zeit, Raum oder/und Gegner. Die Spielentwicklung und Handlungsschnelligkeit werden deutlich verbessert.

Auch das Zusammenspiel erhält durch die Verbesserung der Wahrnehmung und Orientierung eine neue Qualität in der Mannschaft Dank der **Kre-Go Fußballkrause**.

Peter Lange
DFB Fußball-Lehrer und
Diplom-Sportlehrer der DSHS Köln (Deutsche Sporthochschule Köln)

Bochum, Oktober 09