

Unihockey

Freistösse als Schlüssel zum Erfolg ?



Eine Maturaarbeit von:
Luca Graf
Stockhornweg 8
3123 Belp
W1b

November 2009

Inhaltsverzeichnis

1	VORWORT	3
1.1	Einleitung	3
1.2	These	3
2	AUSGANGSLAGE - "PERSÖNLICHE MOTIVATION"	3
3	EINE KURZE SPORTARTANALYSE	4
3.1	Was ist Unihockey?	4
3.2	Geschichte	4
3.3	Begriffsklärung	5
3.4	Das Spielfeld	6
3.5	Regeln.....	7
4	EXKURS	9
4.1	Defensives Verhalten von Mannschaften beim Freistoss.....	9
5	FREISTOSSVARIANTEN	9
5.1	Position der Freistöße	9
5.2	Zone 1	10
5.3	Zone 2	11
5.4	Zone 3	13
5.5	Zone 4	15
6	STATISTIK	16
6.1	Vorgehen.....	16
6.2	Erklärung:.....	16
6.3	Facts & Figures	16
6.4	Zone 1	18
6.5	Zone 2	18
6.6	Zone 3	19
6.7	Zone 4	19
7	ZUSAMMENFASSUNG	19
8	FAZIT	20
9	SCHLUSSWORT	21
9.1	Dank.....	21
10	ANHANG	21
11	ABBILDUNGSVERZEICHNIS	22
12	QUELLENVERZEICHNIS	22

1 Vorwort

1.1 Einleitung

Der Unihockeysport entwickelte sich in den letzten Jahren ständig weiter. Die Spieler verbessern einerseits ihre technischen Fertigkeiten, andererseits wird das taktische Verständnis weiter entwickelt und in vielen Trainings systematisch studiert und eingeübt. Dies bedeutet, dass die Defensive immer besser organisiert ist und es schwieriger wird, Tore zu erzielen. Um die defensiven Taktikkonzepte zu überwinden, können Spielzüge einstudiert werden. Doch meist werden die Entscheidungen intuitiv und spontan gefällt.

Anders ist dies bei Freistössen. Während in anderen Sportarten zum Beispiel beim Fussball ein "Künstler" für die Freistösse zuständig ist, trägt im Unihockeysport eine ganze Linie dazu bei, dass ein Torerfolg erzielt werden kann. Die gegnerische Abwehr muss geschickt ausgespielt werden, ohne ein zu grosses Risiko für einen anfälligen Gegenstoss befürchten zu müssen. Freistossvarianten werden gezielt im Training geübt und sind je nach Mannschaft unterschiedlich. Sogar innerhalb eines Teams besitzen die Linien differenzierte Variationen.

Meine Ausgangsfrage lautet: "Wie effektiv sind Freistösse"? Man trainiert und experimentiert unterschiedlich lange an Freistössen, da die Meinungen über den Stellenwert auseinander gehen. Ich möchte in meiner Arbeit aufzeigen, was bei Freistössen wirklich passiert und welche Bedeutung diese für das Spiel haben. Noch sind nirgends Statistiken von Freistössen ersichtlich! In den Köpfen der Athleten und Zuschauer bleiben einzig die schönen Spiel-Kombinationen in Erinnerung. Anhand der Auswertung über die Effizienz der Freistösse sollte ersichtlich werden, wie wichtig diese für ein Team in einem Spiel sein können. Genauer gesagt möchte ich die Freistösse der SML Männermannschaft Floorball Köniz¹ unter die Lupe nehmen.

1.2 These

Der Stellenwert des Freistosses im Schweizer Unihockey ist nicht derjenige, den er verdient!

2 Ausgangslage - "persönliche Motivation"

Ich spiele selbst extrem leidenschaftlich Unihockey. Bei den U21 Junioren von Floorball Köniz versuche ich mich für höhere Ligen weiterzuentwickeln. Ich erlebe jede Woche die verschiedensten Situationen, die mit Freistössen im Unihockey zu tun haben. Sei es im Training oder in theoretischen Diskussionen mit Teamkameraden. Auf dem Feld werden anschliessend die Varianten eingeübt und verinnerlicht und am Wochenende mehr oder weniger erfolgreich in den Ernstkämpfen ausprobiert.

¹ NLA-Team der Swiss Mobiliar League, höchste Liga im Schweizer Unihockey

Für mich persönlich sind Freistösse etwas sehr Spannendes. Vor allem als Junior speichert man an Spielen die Freistösse der Vorbilder, wenn man glaubt, "das könnte auch doch bei uns klappen". So versucht man im Training mit seinen Mitspielern die Freischiüsse zu rekonstruieren. Angewandt auf dem Feld merkt man, dass diese eventuell nicht funktionieren, oder man für gewisse Aufgaben nicht geeignet ist.

An „einstudierten“ Toren freut man sich umso mehr, da die eigens entworfene Theorie erfolgreich angewandt werden konnte.

Als ganz persönliches Beispiel erinnere ich mich an ein Missverständnis zwischen den Mitspielern. Es hatten nicht alle ganz genau verstanden was ihr Aufgabe war und so entstand eine spontane Aktion, die natürlich nicht mit einem Torerfolg gekrönt wurde. Nach dem Spiel lachten wir darüber, merkten aber in der Diskussion, dass dieser Spielzug grosses Potential hat. So kreierten wir einen weiteren, erfolgreichen Freistoss, an dem wir im Spiel viel Freude hatten und auch zu Toren gelangten.

3 Eine kurze Sportartanalyse

3.1 Was ist Unihockey?

Unihockey ist ein extrem schnelles, einfaches und intensives Stockspiel, das einem auch körperlich alles abverlangt. In den letzten zehn Jahren hat sich die schnell verbreitende Trendsportart stark entwickelt. Neben konditioneller und körperlicher Fitness erfordert das Spiel auf hohem Niveau Wendigkeit, Kampflust, Übersicht, Technik, Spielintelligenz und natürlich als Mannschaftssportart ein gewisses Teamleben.

Dieser Sport wird häufig an Schulen ausgeübt, denn Unihockey ist besonders gut geeignet für super aktive Kinder. Bei der, im Vergleich zum Eishockey "billigen" Sportart, steht mit Ausnahme der obersten Liga der Spass und die Bewegung im Vordergrund.

3.2 Geschichte

Wo die Wiege, der Anfang dieser Sportart ist, darüber sind sich die Experten nicht einig. Die Mehrheit behauptet, dass der Ursprung in den USA liegt. Dies erstaunt, denn heutzutage ist Unihockey in Amerika nicht besonders verbreitet, womit das Gründerland im internationalen Vergleich eher schlecht abschneidet.

Junge Leute suchten in den späten fünfziger Jahren eine Alternative zum körperbetonten Eishockey und fingen an, in der Halle mit leichten Plastikstöcken und einer Plastikscheibe zu spielen. Erst in Europa wurde der Puck durch einen leichten Plastikball ersetzt. In den frühen siebziger Jahren kam das Spiel vor allem in den schwedischen Schulen auf. Vom Norden herab verbreitete sich das Spiel "Innebandy"² in ganz Europa, ja sogar bis nach Indien aus. Später wurden die ersten nationalen Verbände gegründet!

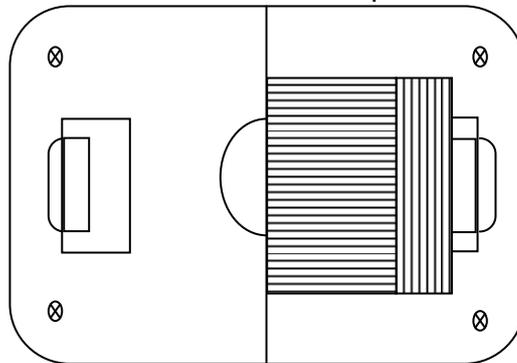
² Schwedische Bezeichnung für Unihockey

Heute dominiert vor allem Schweden auf Clubebene und als Nationalmannschaft die internationale Szene. Finnland, Tschechien und die Schweiz sind im Top-Ranking die ersten Verfolger des mehrfachen Weltmeisters Schweden.

3.3 Begriffsklärung

Ein kleines Unihockeylexikon soll dem Leser helfen, unklare Fachausdrücke verständlich zu machen.

Slot Der Slot ist der Raum vor dem Tor. Es wird unterschieden in einen hohen und in einen tiefen Slot. Die Gegend unmittelbar vor dem Tor, also der beste Abschlussraum, nennt man den tiefen Slot. Der hohe Slot ist weiter vom Tor entfernt, dementsprechend sind die Abschlusschancen geringer.



Rebound "Rebounding Ball" = ein zurückprallender Ball. Von einem Rebound spricht man, wenn der Torhüter den Ball nicht unter Kontrolle bringen kann. Durch den Abpraller und dem freiliegenden Ball entsteht eine zweite Chance.

Auslegung Die Auslegung definiert wie ein Spieler den Stock in den Händen hält. Die meisten Spieler bevorzugen eine Linksauslegung, das heisst, dass sie mit der rechten Hand ans Stockende und mit der linken Hand in die Stockmitte greifen. Dabei ist seine Schaufel genau spiegelverkehrt gebogen.

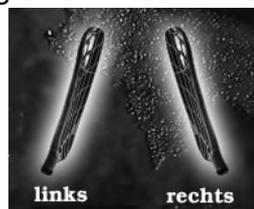


Abbildung 1

http://www.fatpipecorner.ch/skin/frontend/default/fatpipe_theme/images/media/fatpipe_schaufeln.jpg

Position Wie in fast jeder Mannschaftssportart gibt es im Unihockey Positionen. Benannt werden sie wie im Hockey. Die „Backs“ sind wie es der englische Name verrät die Verteidiger und hauptsächlich fürs Tore verhindern zuständig. Die sogenannten Flügel sind für die Tore zuständig, besser bekannt als Stürmer. Als Bindeglied zwischen der Offensive und der Defensive gibt es einen Center, der sozusagen den Mittelpunkt der

Aufstellung darstellt. Es gibt jedoch Aufstellungen, bei denen weitere Positionen vorkommen. Diese sind hier aber nicht relevant.

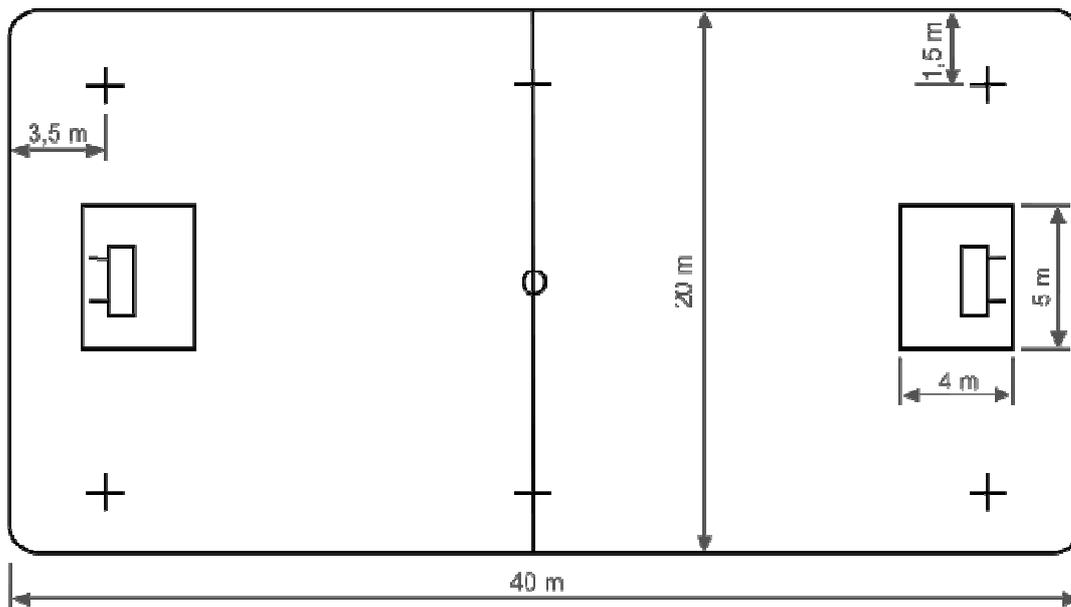
Linie/ Block Je zwei „Backs“ und Flügel sowie ein Center bilden eine Linie (auch Block genannt). Da im Unihockey so oft wie man will gewechselt werden darf, rotiert man im Spiel innerhalb von drei Blöcken. Die Blöcke werden gebildet, damit immer dieselben Personen miteinander spielen und sich Mechanismen entwickeln. Ebenso ist es bei den Freistößen wichtig, dass jede Linie genau weiss, was sie in welcher Situation vorhat.

Block Ein Verteidiger stellt sich in die Schussbahn und wehrt goalieähnlich einen Schuss ab. Diese Abwehr eines Feldspielers wird Block genannt. Spricht man von „in den Block gehen“ so meint man, dass der Spieler zwischen dem eigenen Tor und Ball möglichst viel Fläche einnimmt. Dabei nimmt er eine Art Kauerstellung ein.

Drehschuss Im Unihockey gibt es viele verschiedene Varianten von Abschlüssen. Beim Drehschuss dreht man sich, aus dem Lauf oder stehend, mit der ganzen Schulter und dem Beckenbereich. Dank der Beschaffenheit der Schaufel, kann der Ball anfangs fast hinter dem Körper mitgezogen werden, um ihn möglichst gut vor dem Gegenspieler zu schützen. Kurz vor Ballabgabe zieht man den Stock durch die Drehung des Oberkörpers noch vorne und versucht mit viel Schwung eine hohe Geschwindigkeit des Balles zu erreichen.

Bevor ich mich mit Details beschäftige und Freistösse analysiere, möchte ich zuerst die Grundlagen des Spiels "Unihockey" näher aufzeigen. Um die komplexen Gedankengänge und Ideen zu verstehen, muss ein gewisses Basiswissen vorhanden sein. Was ist denn nun eigentlich Unihockey?

3.4 Das Spielfeld

Abbildung 2 <http://de.wikipedia.org/wiki/Unihockey>

3.5 Regeln

Die Regeln sind eigentlich bestechend einfach. Zwei Mannschaften kämpfen wie beim Fussball gegeneinander und versuchen den Ball möglichst einmal mehr als der Gegner im Tor unterzubringen, welches 160cm mal 115cm „klein“ ist. Unterlage für den Sport ist ein normaler Turnhallenboden oder ein Parkettboden. Das Feld, welches in der Originalgrösse 20m mal 40m beträgt, wird durch ein Bandenset von 50cm Höhe umgeben. Das Spiel wird in drei Drittel unterteilt. Ein Drittel dauert 20 Minuten, ein Spiel also 60 Minuten. Wird das Spiel jedoch unterbrochen (Foul, Ball über der Bande etc.), wird die Uhr angehalten.

Jeweils fünf Spieler duellieren sich mit Stöcken um den kleinen, löchrigen Ball. Im Tor der Goalie, welcher ohne Stock versucht, gegnerische Tore zu verhindern.

Geleitet wird das Spiel von zwei Unparteiischen. Sehen diese einen Regelverstoß, so entstehen Freistösse an genau der Stelle des Vergehens. Ein Freistoss entsteht bei verschiedenen Spielsituationen:

- **Ausball**

Verlässt der Ball das Spielfeld, indem er über die 50cm hohe Bande fliegt, erhält das Team, welches den Ball nicht als letztes berührt hat, einen Freischlag.

- **Stockvergehen**

Der eigene Stock darf weder den Körper noch den Stock des gegnerischen Spielers berühren.

- **Hoher Stock**

Der Ball darf mit dem Stock nicht über den Knien getroffen werden. Bei den Ausholbewegungen für Schüsse darf der Stock grundsätzlich nicht über der Hüfte sein, ebenso beim Ausschwingen. Der Entscheid liegt natürlich immer im

Ermessen der Schiedsrichters, da auch die Nähe der Gegenspieler und deren Gefährdung berücksichtigt werden muss.

- **Einsatz des Körpers**

Verboten sind festhalten, stossen und schlagen des Gegenspielers. Ebenso darf nicht rückwärts in den Gegner gelaufen werden. In den höheren Spielklassen sind Checks erlaubt, jedoch muss wie bei allen Körperkontakten beachtet werden, dass das sogenannte "Schulter an Schulter-Prinzip" eingehalten wird und keine Ausholbewegung ersichtlich ist.

- **Spiel mit dem Fuss**

Den Ball sich selber mit dem Fuss zu zuspielen ist erlaubt. Der Schiedsrichter ahndet einzig das mehrfache Spielen mit dem Fuss ohne den Ball mit dem Stock zu berühren und bei absichtlichen Fusspässen zum Mitspieler. Ebenso sind Tore mit absichtlichen Kickbewegungen irregulär.

- **Spiel mit der Hand, dem Arm und dem Kopf**

Es ist nicht erlaubt, den Ball absichtlich mit der Hand, dem Arm oder dem Kopf zu spielen. Ebenfalls muss bei jeder Ballberührung Bodenkontakt vorhanden sein. Aufspringen ist nicht erlaubt.

- **Bodenspiel**

Bodenkontakt darf der Spieler nur mit einem Knie, der Stockhand und natürlich den Füßen haben. Es ist verboten, am Spiel aktiv teilzunehmen, wenn andere Körperteile den Boden berühren.

- **Torhüter, Torraum**

Ausserhalb des Torraums gelten für den Torwart die gleichen Regelungen wie für die Spieler. Will der Torhüter einen Ball ausserhalb des Torraumes unter seine Kontrolle bringen, so muss mindestens ein Körperteil Kontakt mit dem Boden im Torraum halten. Hat er den Ball unter Kontrolle, so darf er diesen drei Sekunden halten, ehe er den Ball wieder ins Spiel werfen muss. Beim Auswurf in die gegnerische Hälfte, muss der Ball vorher die eigene Platzhälfte berühren.

- **Schutzraum**

Das kleinere der beiden Vierecke vor dem Tor dient dem Schutz der Torhüter. Auch den Spielern des eigenen Teams ist es untersagt, den Schutzraum zu betreten.

Pfeift der Schiedsrichter einen Freistoss, so zeigt er den Punkt an, wo der Ball gesetzt werden muss. In der Regel ist es die Stelle, wo das Vergehen (Foul) begangen wurde. Alle Freischiäge müssen zudem einen Abstand von 2,5 Metern zum Schutzraum haben.

4 Exkurs

4.1 Defensives Verhalten von Mannschaften beim Freistoss

Um Spielzüge wirklich zu verstehen und zu durchschauen, ist es wichtig zu wissen, was der Gegner vorhat. Grundsätzlich gilt die Regel: „jeder hat einen Spieler zu decken“. Abschlüsse oder sogar Tore sind verschuldet durch den Mann, der den schiessenden Spieler decken sollte. Diese Regel ist sehr simpel und einfach, hat aber trotzdem seine Wahrheit.

Hört oder sieht man, wie der Schiedsrichter einen Freischlag anzeigt, muss blitzschnell reagiert werden. Zeit für einen Wechsel bleibt nicht. Kommunikation ist in der Defensive das A und O! Die Gegenspieler müssen so schnell wie möglich zugeordnet werden. Die Rückennummer, die auch auf der Vorderseite lesbar ist, eignet sich dazu am Besten. Sehr hilfreich ist dabei auch, wenn der Torhüter das Zepter in die Hand nimmt und dirigiert. Er hat als letzter Mann die beste Übersicht. Ist die Zuordnung klar, so beginnt man, an seinem Gegenspieler "zu kleben". Dabei sollte man immer zwischen dem eigenen Tor und der Schaufel des Gegners stehen, um sofort blocken zu können. Wurde der Freistoss ausgeführt, so bleibt man ca. drei Sekunden an „seinem Spieler“ dran. Bei Varianten mit Laufwegen die sich kreuzen, kann die verteidigende Mannschaft „ihre Spieler“ auch abtauschen. Dabei ist aber eine sehr gute, einfache und klare Kommunikation unumgänglich. Viele Abläufe haben als Ziel der Offensivmannschaft, einen Fehler im Abtausch zu provozieren.

Je nach Situation muss entschieden werden, wann man wieder in das eigene System zurückfindet. Grundsätzlich ist dies möglich, sobald die Mannschaft den Ball zurückerobert hat oder der Ball die gefährlichen Zonen verlassen hat.

Bei Freistössen in den Ecken empfiehlt sich keine Mann-Mann Deckung, da die Aussichten auf einen Torerfolg zu klein sind. Die Mannschaft spielt somit Raumdeckung. Innerhalb dieser Räume wird kurz dem Gegner nachgelaufen, dann aber an einen Mitspieler „übergeben“.

Organisation ist in der Defensive das Allerwichtigste. Nur eine kommunikative Mannschaft ist eine geordnete Mannschaft!

5 Freistossvarianten

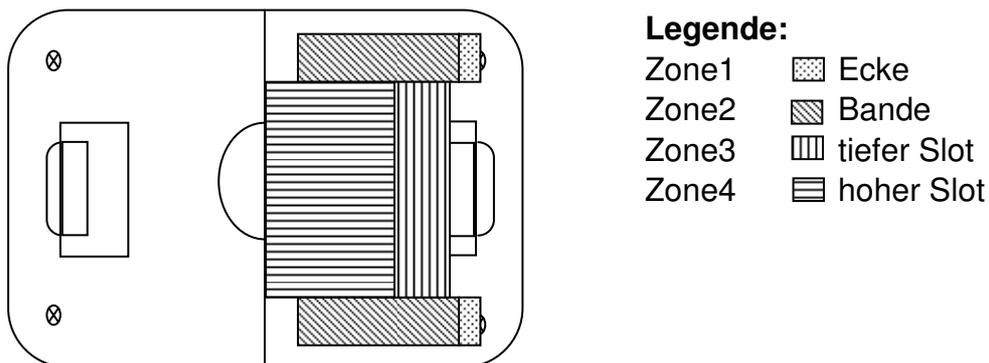
5.1 Position der Freistösse

Wie bereits erwähnt, gibt es unzählige Varianten von Freistössen, alle mit dem Ziel, ein Tor zu erzielen oder zumindest einen Abschluss aufs Tor zu bringen.

Aufgrund der riesigen Vielfalt beschränke ich mich bei den Beispielen auf Varianten, die ich persönlich für geeignet halte und die in meinem Team zum Einsatz kommen. Die Namen haben wir frei gewählt und stehen alle im Zusammenhang mit dem Freistoss.

Es gibt Varianten, die dazu dienen aus der eigenen Hälfte herauszukommen, zum Beispiel, wenn die gegnerische Mannschaft ein Mann mehr auf dem Feld hat und Druck ausübt. Doch auf diese Art möchte ich nicht näher eingehen.

Grundlegend ist zu unterscheiden, wo der Freistoss stattfindet. Je nach Ort sind verschiedene Freistösse geeignet. Ich würde eine Unterteilung in vier Bereiche vornehmen.



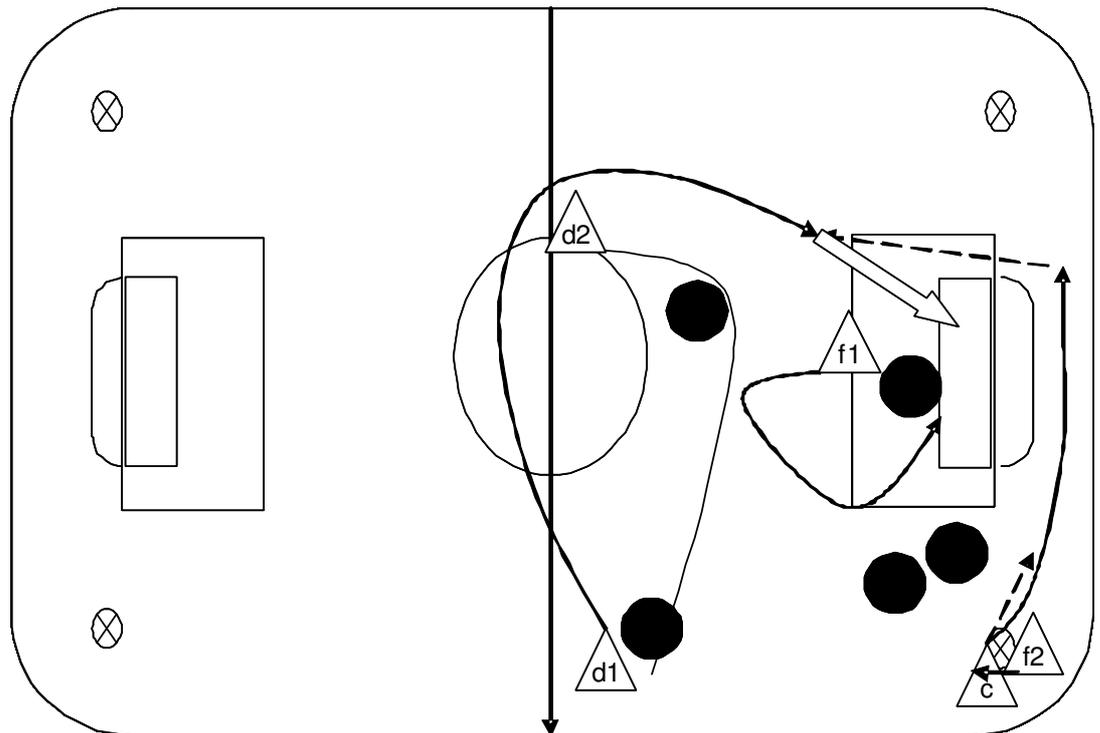
In Zonen zwei, drei und vier spielt die defensive Mannschaft oft mit der Strategie "Mann-Mann" (siehe auch Kp. 4.1). Das bedeutet, dass die Angreifer Spielzüge planen, welche einen Abtausch der Gegenspieler nötig machen. Es muss versucht werden, dass die verteidigenden Spieler für einen Moment den Überblick verlieren und ihrem zugewiesenen Spieler nicht mehr folgen können.

5.2 Zone 1

In Zone 1 finden durch die bestehenden Regeln (siehe auch Regeln, Seite 7) viele Freistösse statt. Jedoch ist es hier am schwierig, unmittelbar mit dem Freistoss, zu einem Torerfolg zu gelangen. Zu beachten gilt, dass die defensive Mannschaft meist nicht eine "Mann-Mann Deckung" bevorzugt, sondern dass die Spieler in Räumen stehen.

Dies bedeutet wiederum für das offensive Team, dass diese mehrheitlich auf "Ball halten" spielt, ohne den direkten Abschluss zu suchen.

5.2.1 Freistoss "Rochade"



Der Verteidiger d2 bestimmt den Start der ganzen Variante. Er täuscht mit seinem Lauf in den Slot an, kehrt jedoch an die Bande zurück und sichert ab gegen allfällige Konter unterbinden kann. Während der Center mit f2 abtauscht und dann auch von diesem den Pass erhält, „schleicht“ sich d1 in einem Kreisbogen in den tiefen Slot. Von dort sollte er eine Abschlussmöglichkeit erhalten, da ihm sein Gegenspieler nicht bis dorthin folgen wird. F1 läuft vor dem Tor einige Schritte weg, um den Verteidiger mitzuziehen, damit genügend Platz geschaffen wird für den Abschluss. Er ist zuständig für mögliche Abpraller.

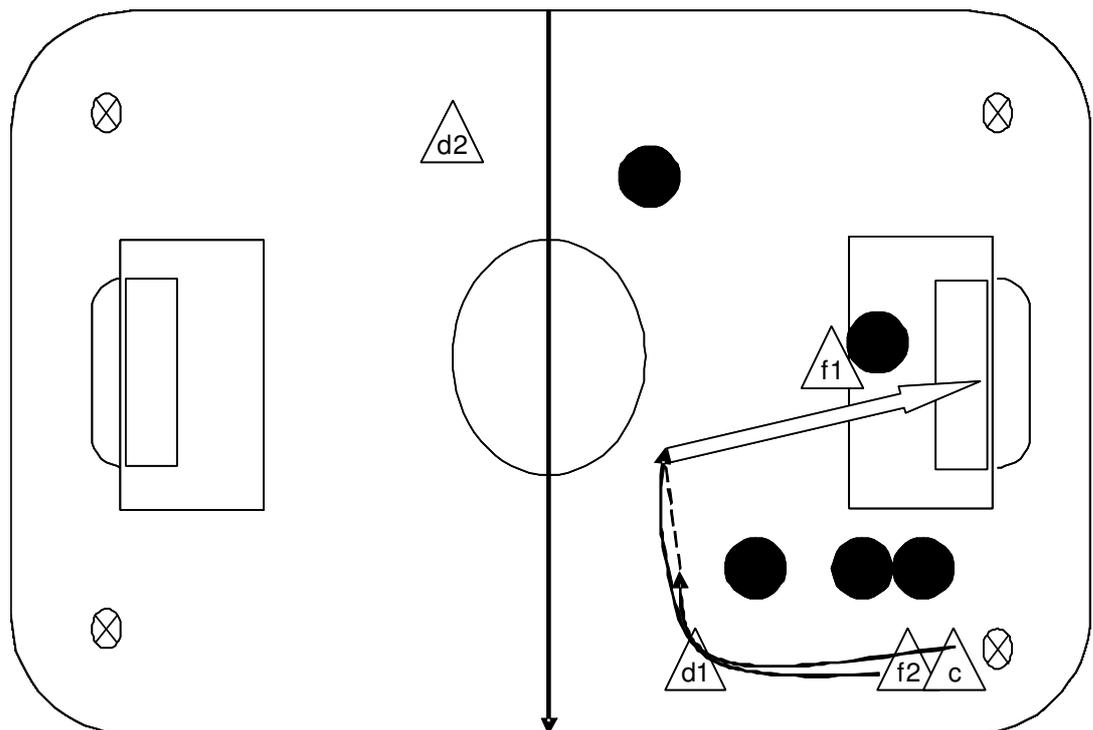
Keypoints

- D1 sollte gute Schussqualitäten haben.
- D2 muss mit seinem Lauf f1 und f2 auf sich ziehen.
- Timing zwischen c und d1 muss stimmen.
- Auf beide Seiten anwendbar, bestimmte Auslegung (Stockhaltung) nicht zwingend, aber von Vorteil.

5.3 Zone 2

Drehschüsse sind an den Banden extrem beliebt. Da diese jedoch oft vom Gegner durchschaut werden, haben wir uns auf andere Varianten beschränkt. In Zone 2 ist vor allem zu beachten, auf welcher Seite der Freistoss stattfindet. Die Auslegungen (Stockhaltung für einen "Forehandabschluss") spielt hier eine grosse Rolle.

5.3.1 Freistoss "180"



In dieser Situation gibt es wohl unzählige verschiedene Abläufe, doch alle haben das gleiche Grundmuster: Ein Spieler steht beim Ball (d1), und zwei weitere Spieler laufen dicht hintereinander Richtung Ball. Ob nun der Erste den Ball mitnimmt oder der Zweite, ob die beiden noch einen Pass spielen, ist variabel. Wir haben gemerkt, dass viele Teams und Spieler all die Varianten kennen. Darum haben wir uns entschlossen, etwas Neues auszuprobieren.

Anstelle von zwei Linksauslegern läuft nun ein Rechtsausleger einem Linken voraus. Nun sieht alles so aus, als würde der hintere Mann aufgrund seiner Auslegung schießen. F2 und c laufen sehr dicht aufeinander Richtung Ball. F2 rennt am Ball vorbei weiter im dargestellten Kreisbogen. D1 berührt den Ball nur ganz leicht, damit ihn c mitnehmen kann. Genau in diesem Augenblick wendet sich f2 um 180 Grad damit er in Richtung Ball schaut. C spielt dann einen Pass auf f2, der nun genau die richtige Auslegung hat. Dieser Pass ist nicht ganz einfach, denn er muss meist zwischen Stock und Fuss der gegnerischen Verteidiger gespielt werden. Darum sollte d1 so schnell wie möglich nach dem Berühren des Balles defensive Gedanken entwickeln und mit d2 absichern. F1 steht vor dem Torwart, nimmt ihm die Sicht und verwertet allfällige Rebounds.

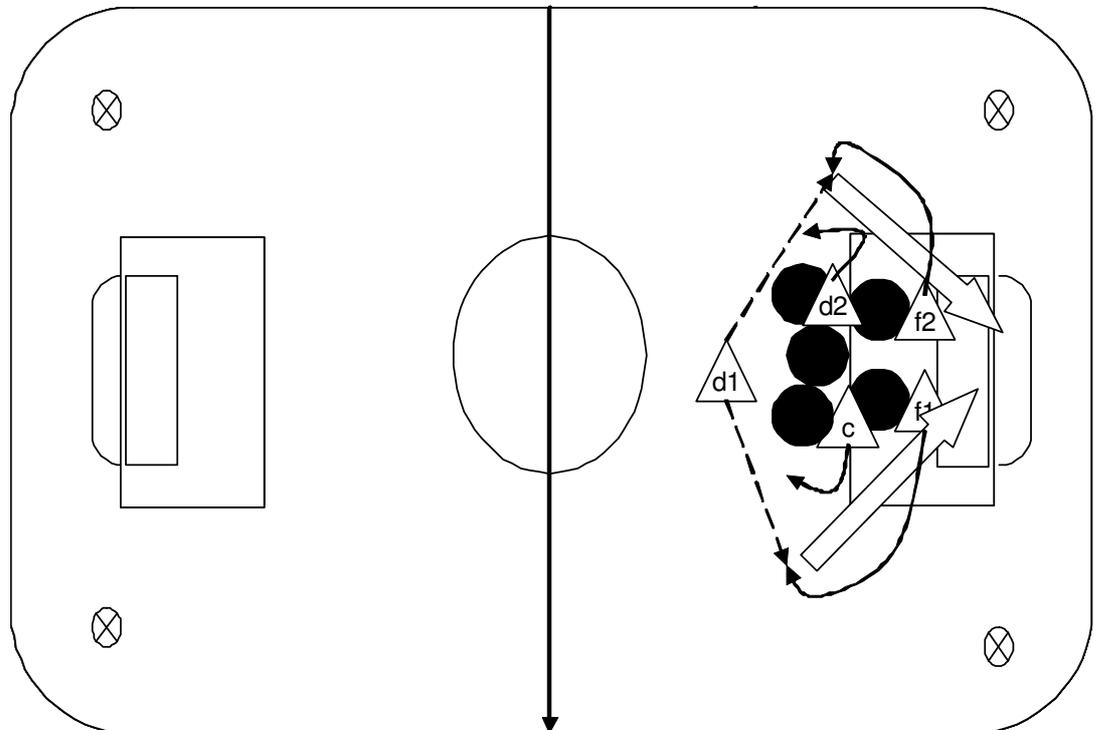
Keypoints

- C sollte präzise und sichere Pässe spielen können.
- Mind. ein Rechtsschütze muss vorhanden sein.
- Achtung Konter!

5.3.2 Freistoss "Shoot"

versucht das verteidigende Team sofort Raum zu gewinnen indem es nach vorne „prescht“. In dieser Zone sollten die Spielabläufe kurz und einfach sein!

5.4.1 Freistoss "Haus"

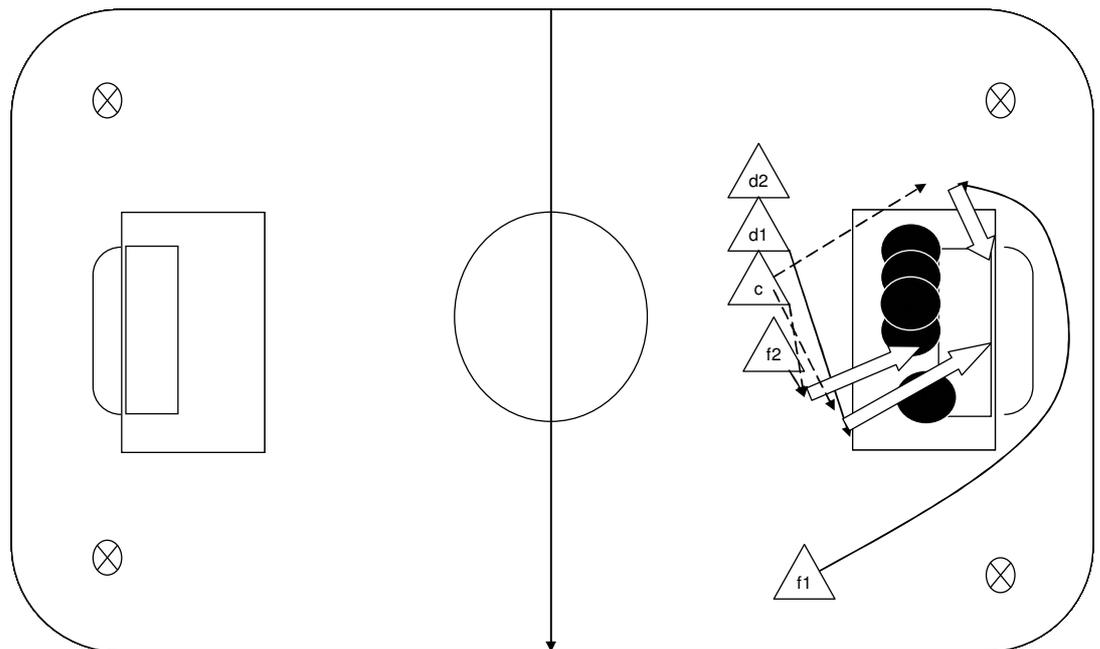


Aufgrund des Platzmangels steht nur eine Person am Ball, d1. Die anderen vier Spieler stellen sich in einem Quadrat auf, möglichst dicht aufeinander um für Verwirrung zu sorgen. f1 und f2 laufen gleichzeitig in einem Kreisbogen in freie Räume. d2 und c tun dies ebenfalls und versuchen, dem Gegner die Laufwege zu zerstören. D1 hat nun die Möglichkeit, beide herauslaufenden Mitspieler anzuspielen. Er muss dabei abwägen, welcher der beiden besser positioniert ist und die bessere Abschlussmöglichkeit hat. Allenfalls kann er sogar selber zum Abschluss kommen, wenn es der Block des Gegenspielers zulässt.

Keypoints

- Da blocken eines Gegenspielers nicht erlaubt ist, müssen c und d2 vorsichtig und im kleinen Mass ihre Arbeit verrichten.
- F2 muss ein Rechtsausleger sein, f1 ein Linksausleger.
- Schüsse dürfen nicht sinnlos in Blöcke geschossen werden.

5.4.2 Freistoss "Kurz"



In der Zone 3 (im tiefen Slot) wird üblicherweise die Variante "Haus" gespielt. Wir haben jedoch festgestellt, dass bei Freistößen sehr nahe am Tor diese Variante nicht von grossem Vorteil ist. Die Spieler stehen zu dicht vor dem Tor. Darum haben wir uns für eine weitere Möglichkeit umgeschaut:

Da der Ball extrem nahe vor dem Tor liegt, wird der Gegner eine Mauer bilden. C steht am Ball. d1 läuft über dem Ball hinweg und stellt sich einschussbereit neben f2 hin. Dieser macht ebenso einen kleinen Schritt nach aussen. f1 läuft währenddessen hinter dem Tor durch und bietet sich auf der anderen Seite des Feldes an. C sollte nun drei Möglichkeiten haben. Ein Pass nach links auf f1, ein kurzer Pass auf f2 oder ein längerer Pass auf d1. Je nachdem wie sich die gegnerische Verteidigung verhält spielt er einen differenzierten Pass. d1 könnte frei zum Abschluss kommen, weil oft "Mann-Mann" gespielt wird und er den Gegenspieler abschütteln kann. Falls sich die ganze gegnerische „Mauer“ verschiebt, sollte f1 freie Schussbahn haben.

Vielleicht findet c sogar selber eine Lücke, da die gegnerischen Spieler sich verschieben und so nicht mehr sauber im Block stehen.

Keypoints

- F1 als Rechtsausleger ist von Vorteil. Ein Backhandschuss³ von der linken Seite ist ebenfalls eine Option.
- Achtung Konter, falls der Schuss blockiert wird.

5.5 Zone 4

In Zone 4 haben wir in unserer Linie keinen speziellen Freistoss, da die Distanz unseres Erachtens zu weit entfernt ist. Im Spiel wenden wir die Varianten "Haus" (siehe auch

³ Schuss mit der "Rückseite" der Schaufel

Kp. 5.4.1, Seite 14) oder "Shoot" an (siehe auch Kp. 5.3.2, Seite 12), da wir über einen Verteidiger verfügen, der einen überdurchschnittlich harten und präzisen Schuss ausweist.

6 Statistik

6.1 Vorgehen

Um herauszufinden, welchen Stellenwert der Freistoss effektiv hat, habe ich Spiele angeschaut und analysiert. Insgesamt habe ich zehn SML-Spiele bearbeitet, allesamt von Köniz Floorball und seinen Gegnern. Mit Hilfe eines sauber angeordneten Auswertungsblattes (Siehe Anhang), konnte ich die Daten exakt erheben. Ausgewertet wurden nur Freistösse, welche in der gegnerischen Hälfte stattfanden oder in Spezialfällen, wenn sogar hinter der Mittellinie eine Variante geplant war.

6.2 Erklärung:

Ball halten: Falls keine Variante vorhanden ist, wird einfach der Ball gehalten. Gute Spieler sollten erkennen, wann es Sinn macht die Freistossvariante abzubrechen.

Ball-Verlust: Verlor das Team den Ball an den Gegner nach ca. drei bis vier Sekunden nach Ausführung des Freischlages, so wurde dies als Ballverlust „verbucht“. Als Konterchance galten schnell ausgeführte Gegenstösse nach Ballverlusten, die unmittelbar zu einer Torgefahr führten.

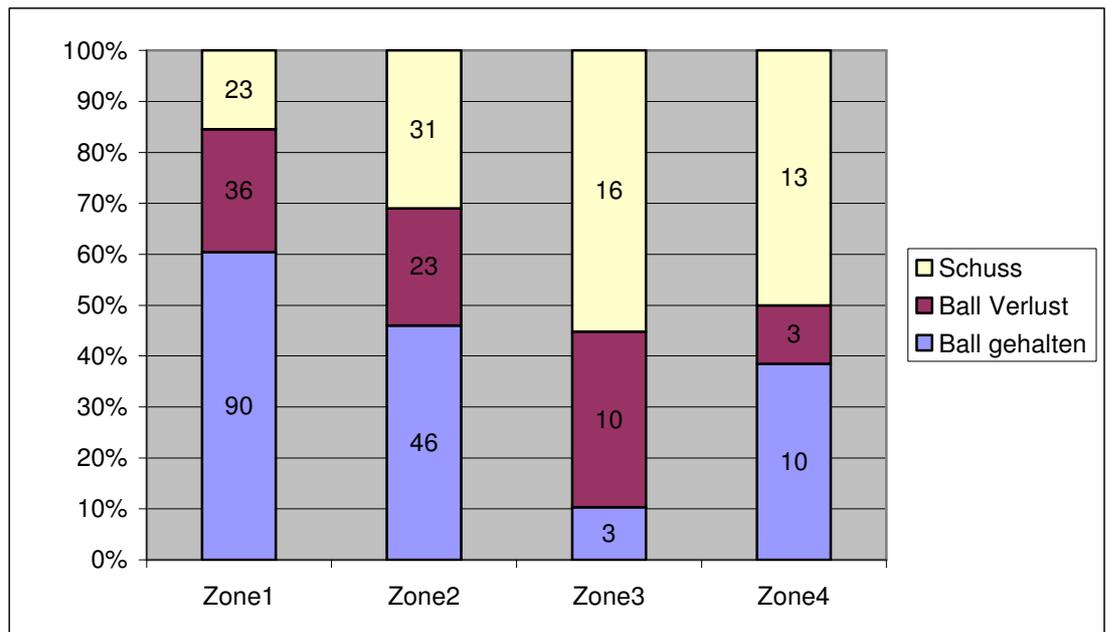
Schuss: Alle Bälle, die mit Absicht auf einen Torerfolg abgegeben wurden, galten als Schüsse. Nur wenn der Torwart die Bälle in der gefährlichen Zone offen abprallen liess, wurden sie in der Rubrik Rebound gewertet.

6.3 Facts & Figures

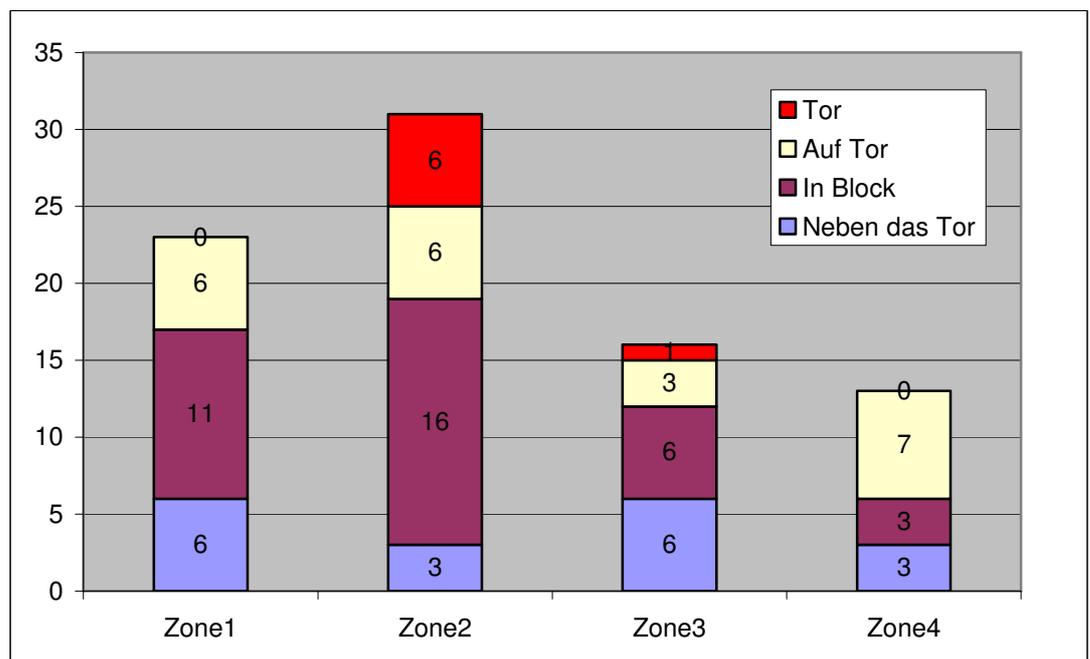
Die Datenerhebung erfolgte aus zehn Spielen der SML, respektive 600 Spielminuten. Insgesamt wurden 326 Freistössen ausgewertet

6.3.1 Unmittelbare Auswirkung des Freistosses

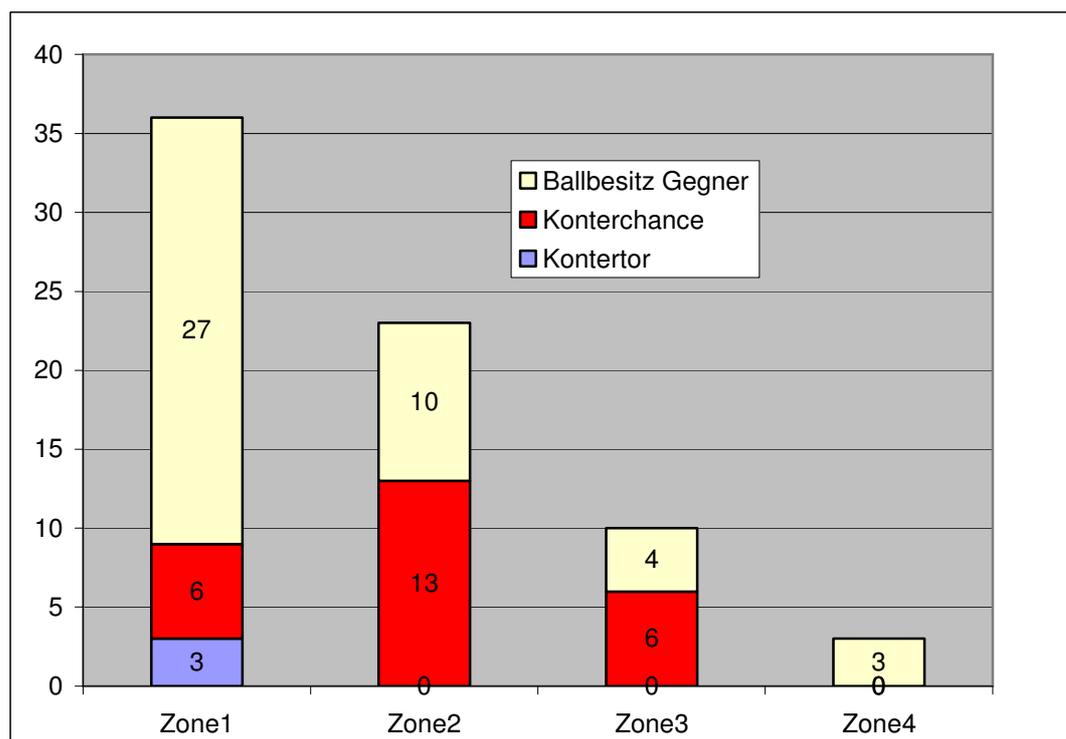
Freistöße als Schlüssel zum Erfolg ?



6.3.2 Schusstatistik



6.3.3 Bei Ballverlust



6.4 Zone 1

Es zeigt sich wie erwartet, dass Zone 1 am wenigsten geeignet ist, um torgefährliche Freistösse zu entwickeln. Es erstaunt nicht, dass alle Kontertore, die erzielt worden sind, ein Freistoss in Zone 1 vorausging. In allen drei Situationen wurde zu riskant den Abschluss gesucht, was zu einem Konterspiel führte. Das „Backchecking“⁴ war zum Teil sehenswert, jedoch bei Gegentoren vermisst wurde! Es ist anzumerken, dass eines der drei Tore via Penalty erzielt wurde. Das heisst, der Gegenspieler wurde noch entscheidend aber regelwidrig gestoppt.

Der Gegner machte immer wahnsinnig Druck auf den Ball, nachdem der Freistoss ausgeführt wurde.

Die Varianten, die zu bestaunen waren, dienten mehr der sicheren Ballhaltung. Der Weg aufs Tor wurde entweder nur durch intuitive Entscheide gesucht oder durch riskante aber sehenswerte Spielabläufe. Ebenso zeigten schnell ausgeführte Freistösse eine höhere Effektivität.

Mit unserem Team hatte ich mir mehr aus dieser Zone erhofft. Es hängt aber wohl damit zusammen, dass ich das druckvolle Spiel auf der Leistungsstufe "Junioren" nicht gewohnt bin.

6.5 Zone 2

⁴ Defensivverhalten bei einem Angriff des Gegners (schnelles Zurücklaufen)

Die Zone 2 weist erstaunlicherweise eine sehr gute Bilanz auf. Mit sechs der sieben Toren ist es ganz klar die torgefährlichste Zone für Freistöße. Auch wurden sehr viele Schüsse abgegeben, was die Gefährlichkeit der Zone bestätigt. Praktisch alle Freischiäge waren einstudiert. Es waren vor allem die schnell ausgeführten Freistöße, die gefährlich wurden und zu Toren führten. Unter den Toren gab es auch ein Musterbeispiel "Drehschussvariante" wie für ein Lehrbuch. Der Spieler lief mit dem Ball einen Halbkreis und hatte dabei viel Geduld. Er erkannte, dass ein Abschluss zu riskant wäre und entschied sich, den Ball sicher weiterzuspielen. Genau in diesem Moment wollte der Gegner die Manndeckung verlassen. Dabei entstanden Lücken, die gnadenlos durch einen Pass vor das Tor und einem Abschluss ausgenützt wurde. Aber auch in dieser Zone kann man bemängeln, dass zu viele sinnlose Abschlüsse gemacht wurden, die in einem gegnerischen Block endeten, was logischerweise auch zu Kontern führte.

6.6 Zone 3

Im tiefen Slot sind Freistöße seltener als in den bereits angeschauten Zonen. Es besteht wenig Raum vor dem Tor. Trotzdem sah man viele Abschlüsse auf das Tor, was die Gefährlichkeit der Zone unterstreicht. Es fanden jedoch auch viele Schüsse den Weg in einen Block. Darum ist die Anzahl der Konterchancen pro Freistoss höher als sonst. In Zone 3 besteht bei der defensiven Mannschaft höchste Anspannung, dadurch wurde das Team jeweils am besten organisiert. Die „brenzlige“ Situation so nahe vor dem Tor spornte wohl die Spieler an, alles zu blocken, was möglich war. Es fiel zudem auf, dass alle Teams auf Varianten setzten, bei welchen viel gespurtet wurde (explosive Ausführung).

6.7 Zone 4

Da die Freistöße relativ weit entfernt vom gegnerischen Tor waren, wurde bei diesen Freistößen sichtlich weniger Risiko genommen. Das Resultat: Sehr wenige Ballverluste und keine Konterchancen! Dies hat auch mit den wenigen Schüssen in einen Block zu tun. Jedoch widerspiegelt sich das kleine Risiko auch in den Abschlüssen. In Zone 1 waren zwar mehr Abschlussversuche, jedoch auch viel mehr Freistosschancen. Es wurde deutlich, dass Schüsse von weit hinten nicht so effektiv sind wie im tiefen Slot und es auch sehr schwierig ist, sich gewollt und geplant in den tiefen Slot zu kombinieren. Auffallend war, dass die Teams vermehrt in dieser Zone auf individuelle Stärken setzten! So entschlossen sich wirklich nur die besten Schützen für einen weiten Abschluss.

7 Zusammenfassung

Im Allgemeinen hat sich gezeigt, dass eine Unterteilung in Zonen notwendig ist. Die erhobenen Statistiken machen erst Sinn, wenn die Ergebnisse innerhalb der Zonen unterteilt werden.

- Zone 1 ist für Varianten am schwierigsten!
Um zu einem Torerfolg zu gelangen braucht es ein wirklich klug ausgetüfteltes System und wahrscheinlich einen Fehler in der Abwehr. Von Vorteil ist es, Varianten zu kreieren, bei denen der Ball sicher in den eigenen Reihen gehalten werden kann.
- Allzu lange kann eine Variante nicht dauern, da die verteidigende Mannschaft enorm viel Druck auf den Ballführenden ausübt.
- Noch fehlt oft eine gewisse Intelligenz der Spieler und den Mut eine Variante auch abubrechen, da die Ballkontrolle misslingt oder der Gegner zu viel Druck machen kann.
- Geblockte Schüsse sind eine perfekte Grundlage für Gegenstösse.
- Jeder Linie sollte das Risiko genau bekannt sein. Es ist extrem schade und ärgerlich, ein Kontertor auf einen Freistoss zu erhalten! Vor allem in Zone 1 hat sich gezeigt, dass die Kontergefahr sehr hoch ist, also weniger Risiko genommen werden sollte.
- Schnell und spontan ausgeführte Freischläge sind sehr effektiv. Der Gegner wird überrascht und in der Organisation gestört. Steht die Verteidigung wirklich gut organisiert, so ist diese extrem schwer zu „knacken“!

8 Fazit

- **Effiziente Freistösse können durchaus in einem engen Spiel der entscheidende Schlüssel zum Erfolg bedeuten.**
- **Die Bedeutung der Freistösse ist abhängig von den Zonen, in welcher der Freistoss stattfindet, unterschiedlich.**
- **In Zone 2 und 3 macht es Sinn, Freistossvarianten einzustudieren.**
- **Die Effizienz eines Freistosses drückt sich sowohl in der Torausbeute (offensiv) wie in der Eliminierung von Konterchancen (defensiv) aus.**
- **Verglichen mit dem Überzahlspiel (Powerplay / Boxplay) hat der Freistoss nicht die gleiche Bedeutung auf das Schlussresultat. Trickreiche und einstudierte Freistösse können einer Spitzenmannschaft helfen, ein gutes Spiel zu krönen oder mit einem Erfolgserlebnis offensiv Spiel zu finden. Grundsätzlich wird aber ein Spiel nicht allein mit Freistössen entschieden!**

9 Schlusswort

Die Analyse der Freistösse hat mich sehr fasziniert. Auch wenn wahrscheinlich zuwenig Datenmaterial für die Statistik verwendet wurde, so glaube ich trotzdem, gewisse Tendenzen herausgefunden zu haben. Ich werde meine Erkenntnisse unserem Trainer gerne zur Ansicht geben und bin natürlich gespannt auf seine Beurteilung der Resultate.

Ebenfalls bin ich neugierig, ob sich mit diesen Erkenntnissen etwas im Trainingsbetrieb ändert. Viele Faktoren entscheiden letztlich über Sieg und Niederlage. Eine sinnvolle Taktik und im Training einzustudierte Abläufe sind ein Mosaikstein auf dem Weg zum Erfolg.

Wenn es mir mit dieser Arbeit gelungen ist einen kleinen Beitrag zur Weiterentwicklung dieser faszinierenden Sportart beizutragen, hat sich meine Mühe weit über die schulische Aufgabenstellung gelohnt.

9.1 Dank

Einen grossen Dank richte ich an:

- Floorball Köniz und Christian Wahli für das viele Material, dass sie mir zur Verfügung gestellt haben.
- Herrn Adrian Blaser, welcher mich bei der Maturarbeit als Betreuer unterstützt hat.

10 Anhang

1. Statistische Datentabelle
2. Vorbereitungsblatt Videostudium

11 Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 http://unihockey.ch/cgi-bin/bildanzeige.pl?n&8070	1
Abbildung 2 http://www.fatpipecorner.ch/skin/frontend/default/fatpipe_theme/images/media/fatpipe_schaufeln.jpg	5
Abbildung 3 http://de.wikipedia.org/wiki/Unihockey	7

Stand: 30.10.09

12 Quellenverzeichnis

1. Homepage Unihockeyverband "Swiss-Unihockey": <http://swissmobiliarleague.ch/index.aspx?navi=2>
 2. Nationales Regelbuch "Swiss-Unihockey": <http://wl1www278.webland.ch/index.aspx?navi=26>
- Stand: 30.10.09*