

# FUßBALL

---

## Geschichte

In den Anfängen des Fußballsports gab es kaum einheitliche Regeln. Zunächst war der Fußball ja zur Ertüchtigung der Soldaten gedacht. Dementsprechend ging es recht brutal bei den Spielen zu.

Mit den ersten Bestimmungen aus dem Jahre 1863 bekam der Fußballsport sein modernes Regelwerk. Bis heute haben sich die Regeln stetig verändert und der Entwicklung und Dynamik des Spiels angepasst.

## 1. Spielfeld und Ausstattung

**Außenseitenlinien:** Begrenzen das Spielfeld auf beiden Längsseiten.  
Normales Spielfeld: 68 m-70 m breit, ca. 105 m lang

**Torauslinien:** Begrenzen das Spielfeld an den beiden Schmalseiten.

**Torlinie:** Ist die Linie zwischen den beiden Torpfosten.

**Torraum (18,32 m x 5,50 m)**

oder 5-Meter-Raum: ist die vor dem Tor rechtwinklig abgegrenzte Fläche. Der Tormann darf hier nicht behindert werden.

**Strafraum (40,32 m x 16,50 m)**

wird auch 16-Meter-Raum genannt. Der Tormann darf innerhalb dieses Raumes den Ball mit den Händen berühren (fangen, fausten usw.).

**Eckraum** ist der Viertelkreis in jeder Spielfeldecke mit der Eckfahne.

**Mittellinie** teilt das Spielfeld in zwei Hälften. Der Mittelpunkt dieser Linie ist der Anstoßpunkt.

**Anstoßkreis (Radius 9,15 m)**

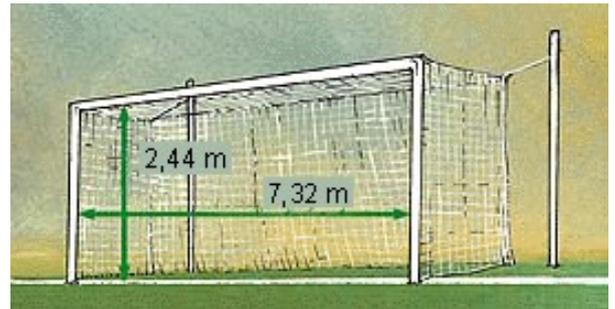
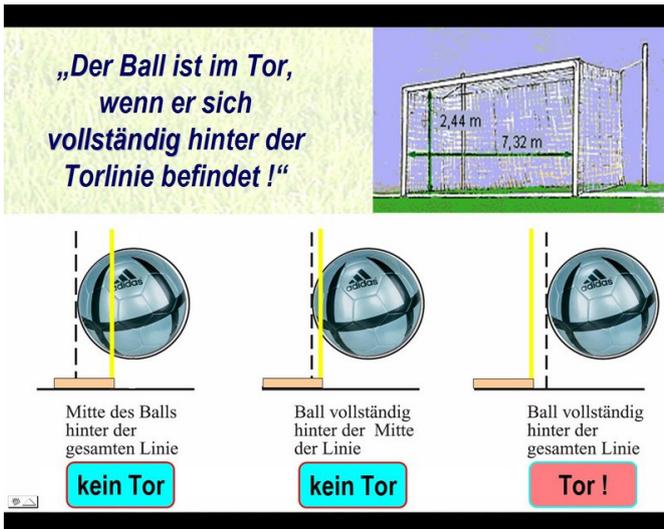
oder Anspielkreis ist der Kreis um den Anstoßpunkt. Von hier aus wird der Ball angespielt

- bei Spielbeginn
- zu Beginn der 2. Halbzeit
- nach jedem Tor

**11 m-Punkt** ist 11 m von der Torlinie entfernt. Von hier wird der Strafstoß ausgeführt.

**Teilkreis am Strafraum** ist 9,15 m vom 11 m-Punkt entfernt.

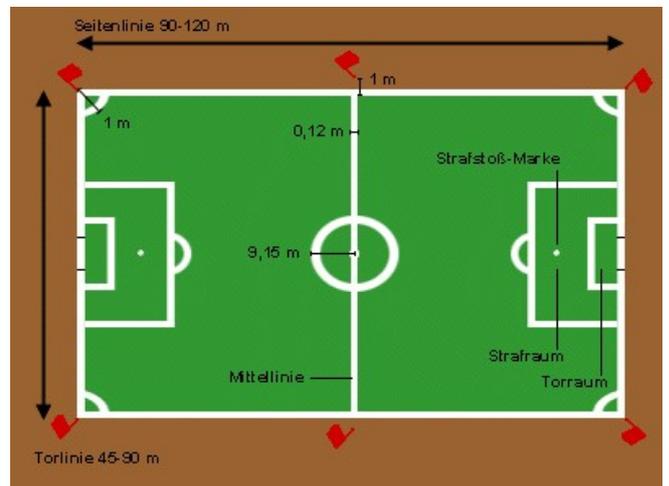
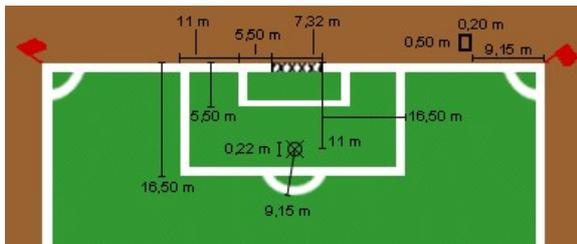
# FUßBALL



## Das Tor

Ein Tor ist erzielt, wenn der Ball in vollem Umfang die Torlinie passiert hat.

## Maße und Abmessungen



## Beachte!!!

Die Linien gehören zu dem Spielraum, den sie umgrenzen. Zur **Ausstattung** gehören zwei Tore, vier Eckfahnen und zwei Fähnchen für die Linienrichter.

## 2. Spielbeginn

Vor dem Spielbeginn lost der Schiedsrichter mit den beiden Mannschaftskapitänen um die Spielfeldhälfte, auf der eine Mannschaft beginnt, und den Anstoß. Die Mannschaft, die Anstoß hat, führt diesen in Richtung des gegnerischen Tores aus. Beim Anstoß müssen alle Spieler in ihrer Spielhälfte und die gegnerischen Spieler mindestens 9,15 m vom Ball entfernt sein (Anstoßkreis). Der Ball ist dann im Spiel, wenn er die Strecke seines Umfanges zurückgelegt hat.

# FUßBALL

---

## 3. Spieler und ihre Ausrüstung

Jedes Spiel wird von zwei Mannschaften durchgeführt, von denen jede Mannschaft nicht mehr als elf Spieler aufweisen darf. Mindestens acht Spieler müssen bei Spielbeginn anwesend sein, die sich jedoch bis Spielende auf elf ergänzen können. Pro Spiel darf jede Mannschaft höchstens drei Spieler ersetzen (Ausnahmeregelung bei Freundschaftsspielen ist möglich).

Ein Spieler darf nichts tragen, was einen anderen Spieler irgendwie gefährden kann (z.B. Ringe, Uhr ...). Dies gilt im Besonderen auch für den wichtigsten Teil der Ausrüstung, den Schuhen (z.B. keine spitzen Stollen).

Die Spielkleidung der beiden Mannschaften muss sich in der Farbe deutlich voneinander unterscheiden. Ferner muss sich die Kleidung des Torwarts in der Farbe von den anderen Spielern abheben.

Gespielt wird mit einem Ball, der einen Umfang zwischen 68 und 70 cm haben sollte und dessen Gewicht zwischen 410 und 450 Gramm liegt.

### **Torwart:**

Oft die Nummer Eins (dies steht jedenfalls auf dem Trikot) der Mannschaft und einer der wichtigsten Männer auf dem Spielfeld. Er sollte nach Möglichkeit dafür sorgen, dass kein Ball von der gegnerischen Mannschaft hinter die Torlinie (der weiße Strich zwischen den Torpfosten) gelangt.

### **Abwehrspieler:**

Die Spieler, die das Durchdringen des gegnerischen Spielers zum Tor verhindern sollen. Dazu gehören der Torwart, die Innen- und Außenverteidiger. Also alle, die sich hinten befinden.

### **Mittelfeldspieler:**

Die Spielposition verrät ja bereits der Name: ein Mittelfeldspieler spielt im Mittelfeld (siehe dazu auch Spielpositionen). Es gibt defensive und offensive Mittelfeldspieler. Die ersten dienen dazu die Gegner vom Tor möglichst fern zu halten und die zweiten sollten eher ein Tor erzielen.

### **Stürmer:**

Die Position ist spieltaktisch bedingt, er soll für die Tore seines Teams sorgen und wird nach seiner Chancenverwertung beurteilt.

## Die Schusstechniken

### **Innenseitstoß:**

Der Innenseitstoß wird mit der Innenseite des Fußes gespielt und wird für das Passspiel am häufigsten angewendet.

### **Außenseitstoß:**

Beim Außenseitstoß wird der Ball mit der Außenseite des Fußes gespielt. Diese Form wird beim Passspiel deutlich seltener angewendet und erfordert überdurchschnittliche technische Fähigkeiten, um den Ball präzise zum Mitspieler abspielen zu können.

# FUßBALL

---

## Vollspannstoß:

Der Vollspannstoß wird mit dem Fußspann gespielt und ist die härteste Schussart. Mit dieser Schusstechnik werden die meisten Tore außerhalb des 16 Meter Raumes erzielt.

## Kopfstoß

Der Kopfstoß ist kein Passspiel im eigentliche Sinne, sondern eine Möglichkeit den Ball mit dem Kopf zu einem Mitspieler weiterzuleiten oder für einen Torabschluss zu nutzen.

## 4. Punktezahlung und Torerfolg

Die siegreiche Mannschaft erhält drei Punkte. Geht ein Spiel unentschieden aus, dann erhält jedes der beiden Teams einen Punkt.

Ein Tor ist dann erzielt, wenn der Ball mit seinem vollen Durchmesser die Torlinie zwischen den Torpfosten und unter der Querlatte überquert hat.

## 5. Die wichtigsten Regeln

### 5.1 Abseits

#### Abseitsposition

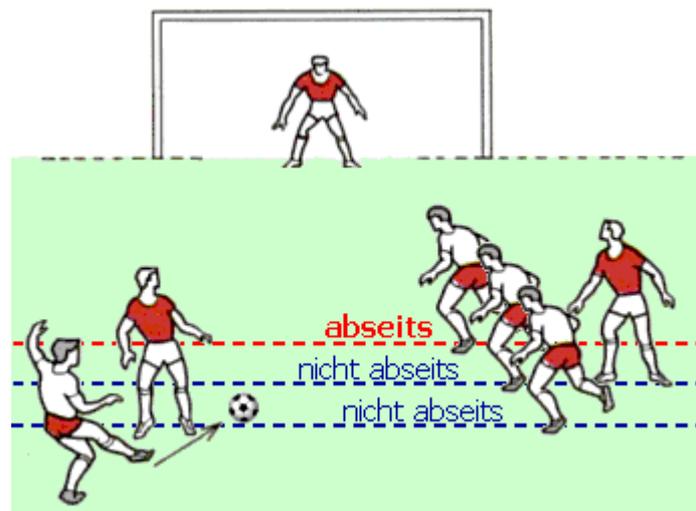
Die Abseitsstellung eines Spielers stellt an sich noch keine Regelübertretung dar.

Ein Spieler befindet sich in einer Abseitsstellung,

- wenn er der gegnerischen Torlinie näher ist, als der Ball und der letzte gegnerische Feldspieler.

Ein Spieler befindet sich nicht in einer Abseitsstellung,

- in seiner eigenen Spielfeldhälfte oder
- auf gleicher Höhe mit dem letzten gegnerischen Feldspieler oder
- auf gleicher Höhe mit dem letzten gegnerischen Feldspielern und Torwart.



# FUßBALL

---

## Vergehen

Ein Spieler wird nur dann für seine Abseitsstellung bestraft, wenn er nach Ansicht des Schiedsrichters zum Zeitpunkt, wenn der Ball einen seiner Mannschaftskollegen berührt oder von einem gespielt wird, aktiv am Spielgeschehen teilnimmt, indem er:

- ins Spiel eingreift oder
- einen Gegner beeinflusst oder
- aus seiner Stellung einen Vorteil zieht.

## Kein Vergehen

liegt vor, wenn ein Spieler den Ball direkt erhält von

- einem Abstoß oder
- einem Einwurf oder
- einem Eckstoß

## Strafbestimmungen

Nach jeder strafbaren Abseitsstellung verhängt der Schiedsrichter einen indirekten Freistoß für die gegnerische Mannschaft an der Stelle, an der sich der Spieler ursprünglich befand, als seine Abseitsstellung erkannt wurde.

## 5.2 Foul

Foul ist ein Regelverstoß, durch den ein gegnerischer Spieler absichtlich behindert, zu Fall gebracht oder verletzt wird. Fouls werden vom Schiedsrichter durch indirekten und direkten Freistoß oder durch Strafstoß geahndet.

## 5.3 Direkter Freistoß

Eine Mannschaft wird mit einem direkten Freistoß bestraft, wenn ein eigener Spieler absichtlich einen der folgenden Verstöße begeht:

- dem Gegenspieler ein Bein stellen
- Halten des Gegenspielers
- Treten des Gegners (auch Trittversuch)
- Anspringen des Gegners
- von Hinten rempeln des Gegners
- Stoßen des Gegners
- den Gegner auf heftige oder gefährliche Weise rempeln
- Schlagen des Gegners (auch Schlagversuch)
- Berühren, Werfen, Halten des Balles mit der Hand (von den Fingern bis zur Schulter)

# FUßBALL

---

## 5.4 Indirekter Freistoß

Ein indirekter Freistoß wird verhängt, wenn

- in gefährlicher Weise gespielt wird (hohes Bein, Fallrückzieher am Mann...)
- der Gegner gerempelt oder gehindert wird, ohne die Absicht dabei den Ball zu spielen
- der Torwart in seinem Torraum angegriffen wird
- unsportliches Betragen vorliegt (auch dem Schiedsrichter gegenüber)

Bei der Ausführung eines Freistoßes muss der Ball ruhig am Boden liegen. Der Gegner muss bis zum Stoß des Balles von diesem 9,15 m entfernt sein.

## 5.5 Strafstoß

Ein Strafstoß wird verhängt, wenn ein Spieler in seinem Strafraum einen Regelverstoß begeht, der mit einem direkten Freistoß geahndet würde. Der Strafstoß wird von der Strafstoßmarke (11 m) ausgeführt.

Zur Ausführung:

- alle Spieler, außer der Torwart und der Schützen, müssen bis zum Stoß des Balles
  1. mindestens 9,15 m entfernt sein
  2. auf dem Spielfeld bleiben
  3. außerhalb des Strafraums bleiben
- der gegnerische Tormann muss bis zum Stoß des Balles auf der Torlinie stehen bleiben
- beim Strafstoß ist die Abseitsregel in Kraft
- läuft ein *Spieler der angreifenden Mannschaft* zu früh los, so ist bei Torerfolg der Strafstoß zu wiederholen; wird kein Tor erzielt, ist auf Abstoß zu entscheiden
- läuft ein *Spieler der verteidigenden Mannschaft* zu früh los, so ist bei Tor auf Torerfolg zu entscheiden, wird kein Tor erzielt, ist auf Wiederholung zu entscheiden
- springt der Ball vom Pfosten oder der Querlatte zurück, so darf der Schütze den Ball kein zweites Mal spielen
- springt der Ball vom Torwart zurück, so kann der Schütze den Ball sofort wieder spielen

## 5.6 Abstoß, Eckstoß

Wird der Ball von einem Spieler der angreifenden Mannschaft über die gegnerische Torauslinie gespielt, so ist ein **Abstoß** auszuführen. Bei einem Abstoß muss der Ball direkt aus dem Strafraum ins Spielfeld gelangen. Die Spieler der gegnerischen Mannschaft müssen bis zum Stoß des Balles außerhalb des Strafraums bleiben. Beim Abstoß ist für den Spieler, der den Ball direkt erhält, die Abseitsregel aufgehoben.

Spielt ein Spieler der verteidigenden Mannschaft den Ball über die eigene Torauslinie, so ist ein **Eckstoß** durchzuführen.

Ein Spieler der angreifenden Mannschaft stößt den Ball von der Eckfahne aus ins Spielfeld, die näher an der Stelle ist, an der der Ball die Torauslinie überschritt. Die gegnerischen Spieler müssen bis zum Stoß des Balles mindestens 9,15 m entfernt bleiben. Aus einem Eckball kann ein Tor direkt erzielt werden. Bei einem Eckball ist für den Spieler, der den Ball direkt erhält, die Abseitsregel aufgehoben.

# FUßBALL

---

## 5.7 Einwurf

Einen Einwurf gibt es dann, wenn ein Spieler der gegnerischen Mannschaft den Ball über die Seitenlinie ins Aus gespielt hat. Der Einwurf muss an der Stelle ausgeführt werden, an der der Ball die Linie verlassen hat.

Wichtig:

- der Ball muss mit beiden Händen von hinten über den Kopf geworfen werden
- der einwerfende Spieler darf den Ball erst dann wieder spielen, wenn ihn ein anderer Spieler berührt hat
- beim Einwurf ist die Abseitsregel aufgehoben
- die Füße müssen auf der Linie oder außerhalb des Spielfelds stehen
- ein Tor kann nicht direkt aus einem Einwurf erzielt werden
- bei einem regelwidrigen Einwurf ist der gegnerischen Mannschaft der Einwurf zuzusprechen

## 6. Taktik

Die taktische Einstellung einer Fußballmannschaft übernimmt meistens ihr Trainer.

*Entscheidend* für seine taktischen Anweisungen ist *das spielerische Können seiner Mannschaft und die Spielweise des Gegners*. In einer Spielersitzung oder vor dem Spiel verteilt der Trainer die einzelnen Positionen und gibt hierzu, wenn nötig, jedem Spieler gezielte Anweisungen. So muss er vor dem Spiel festlegen, nach welchem **System** gespielt wird, z.B.

- ein 4-4-2 System  
d.h. vier Abwehrspieler, vier Mittelfeldspieler und zwei Stürmer
- ein 4-3-3 System  
d.h. vier Abwehrspieler, drei Mittelfeldspieler und drei Stürmer

Der Trainer kann seiner Abwehr eine bestimmte Spielweise vorgeben, z.B.

**Raumdeckung:**

Jeder Abwehrspieler erhält einen bestimmten Raum zugeteilt, in dem er Deckungsaufgaben zu erfüllen hat (keine festen Gegenspieler).

**Manndeckung:**

Jeder Abwehrspieler oder Spieler allgemein hat einen festen Gegenspieler, an den er gebunden ist.

**Raum-und Manndeckung:**

Kombination aus den zwei zuvor genannten Formen.

Weitere besondere taktische Spielformen:

**Pressing:** Alle Feldspieler stürmen, ziehen sich aber sofort nach einem erfolgten Angriff in die eigene Spielhälfte zurück und erwarten dort den Gegner.

**Forechecking:** Der Gegner wird schon in seiner Spielhälfte angegriffen und sein Spielaufbau dadurch gestört.

**Konterangriff:** Eine Mannschaft versucht gezielt Pässe des Gegners in deren Angriff abzufangen, um einen schnellen eigenen Angriff zu starten, bevor die gegnerische Abwehr sich formiert hat.