Praxismodul 3 - „Spielen“

Fußball in der Grundschule

Grundsätzliches für die Grundschule

Material

- Nur zwei Tore in der Halle? Alternativen nutzen: Bänke, Kästen, Hütchentore, Matten, ...
- Nicht nur Fußbälle nutzen: Würfel, Soft-Rugby, ...

Technik

- Beschränken auf Dribbling, Pass/Annahme, Schuss (Innenspannstoß)

Unsicher im Fußball?

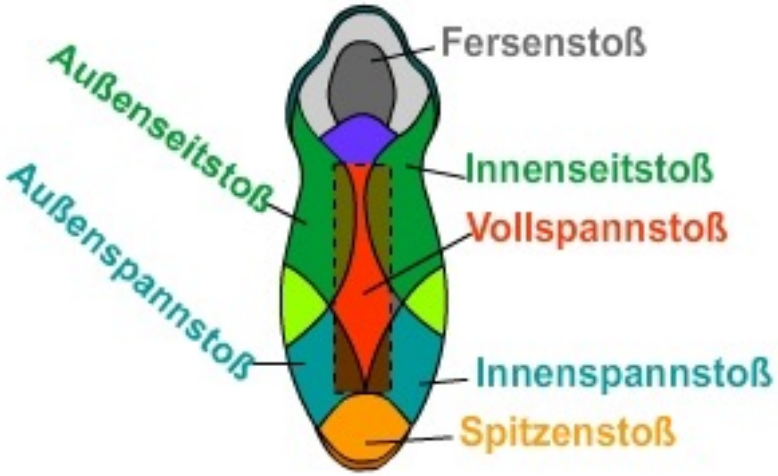
- „Experten“ in der Klasse nutzen

Grundsätzliches für die Grundschule

Vereinfachtes Regelwerk im Spiel

1. **TOR:** Ball trifft definierten Bereich/(Markierung (z.B. auf eine Matte, an eine Langbank, durch 2 Hütchen). Nach Torerfolg wird das Spiel durch Passen/ Dribbeln vor dem eigenen Tor fortgesetzt (kein Anstoß)
2. **HANDSPIEL:** absichtliche Berührung des Balls mit Hand oder Arm (= Hand geht zum Ball) => Spielunterbrechung, benachteiligte Mannschaft erhält den Ball
3. **FOUL:** Mitschüler treten, Bein stellen, stoßen oder halten => Spielunterbrechung, benachteiligte Mannschaft erhält den Ball
4. **AUS:** In der Halle wird mit „Bande“ gespielt, überschreitet der Ball die Tor-Aus-Linie in vollem Umfang, kommt es zum Torhüter- Abstoß

TECHNIK: Dribbling



Merkmale

- Dribbling je nach Spielsituation möglich mit allen Fußbereichen inkl. Fußsohle
- Möglichst beide Füße nutzen
- Ziel: den Ball möglichst nah am eigenen Fuß zu führen, um schnell agieren/reagieren zu können
- Abstand des Balls zum Fuß bei schnellem Dribbling größer

TECHNIK: Dribbling
Einzelübungen

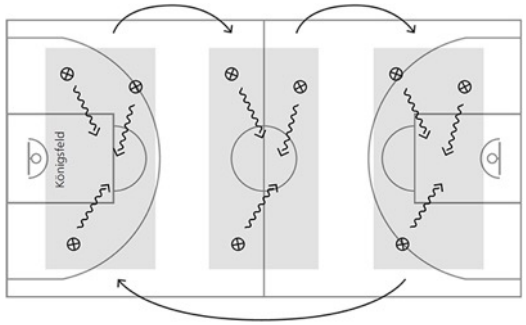
<u>Die Schüler dribblen Kreuz und Quer durch die Halle und führen folgende Aufgaben durch:</u>

- Ball auf Kommando stoppen mit:
  - Fußsohle
  - Knie
  - Gesäß
  - Brust
- Tempodribbling mit Zahlen (erst rufen, später zeigen)
  - 1 = langsames Tempo
  - 2 = mittleres Tempo
  - 3 = schnelles Tempo

TECHNIK: Dribbling
Wettkampfform

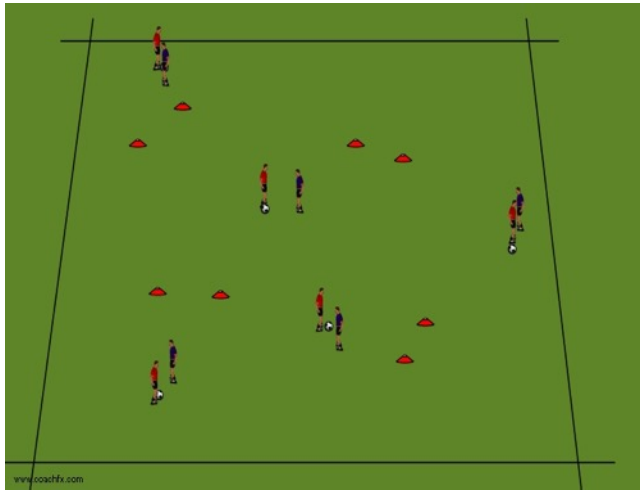
Dribbelkönig

- SuS dribbeln in einem bestimmten Feld und versuchen sich gegenseitig die Bälle aus dem Feld zu schießen. Sieger ist wer alleine im Feld steht (Zusatzaufgabe für die anderen).



- Variationen
  - Feldgröße variieren
  - Auf mehreren Feldern spielen (siehe Abb.)

TECHNIK: Dribbling Wettkampfform



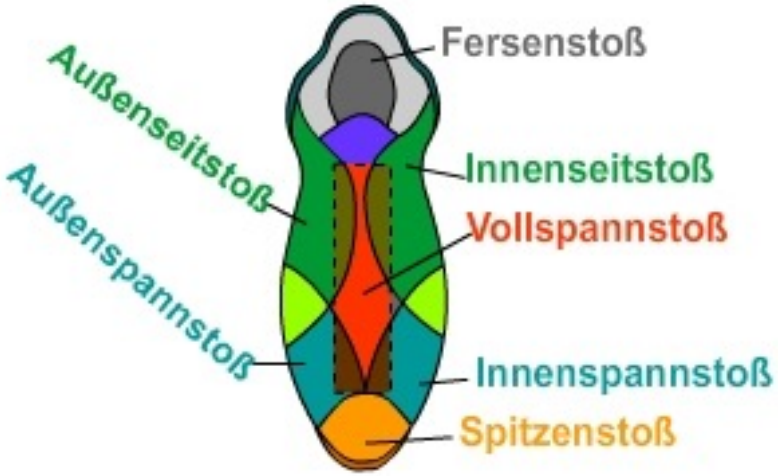
Organisation

- Es werden einige Hütchentore mit einer Breite von ca. 2 Metern aufgestellt. Die Spieler werden in Paare eingeteilt, von denen jeweils ein Spieler den Ball erhält. Der Lehrer sollte hier darauf achten, dass die Spielstärke der Paare in etwa gleich ist..

Ablauf

- Der Spieler mit Ball versucht so viele Tore wie möglich zu durchdribbeln, wobei er von seinem Partner gestört wird. Hat der Spieler ohne Ball den Ball erobert, wechseln die Aufgaben.
  Welcher Spieler erzielt die meisten Tore? .

SCHUSS-/PASSTECHNIK: Innenseitstoß



Anwendung

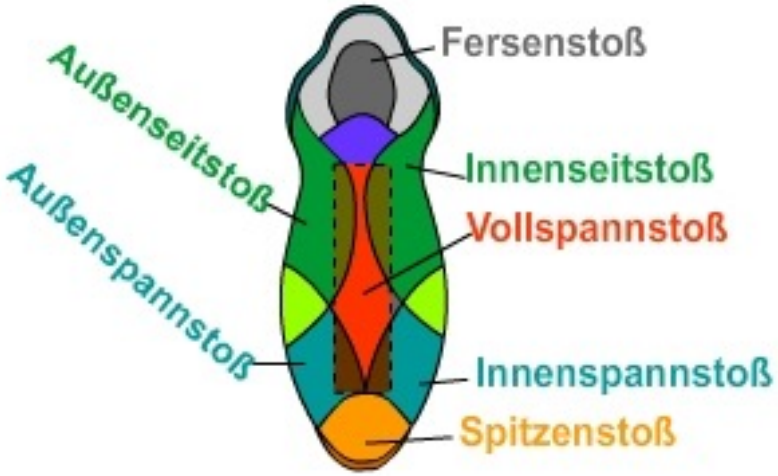
- Kurzer/mittlerer Pass, platzierter Elfmeter, Dribbling

SCHUSS-/PASSTECHNIK: Innenseitstoß

1 2 3 4

1. Anlauf gerade zum Ball
2. Standbein mit Abstand von etwa einer Fußbreite neben dem Ball aufsetzen, Fußspitze des Standbeins zeigt Spielrichtung, Standbein im Hüft- und Kniegelenk leicht gebeugt
3. Auch Spielbein im Hüft- und Kniegelenk leicht gebeugt und zudem nach außen gedreht, durch Anziehen der Fußspitze wird das Fußgelenk fixiert
4. Ball wird mit gesamter Innenseite des Fußes gespielt

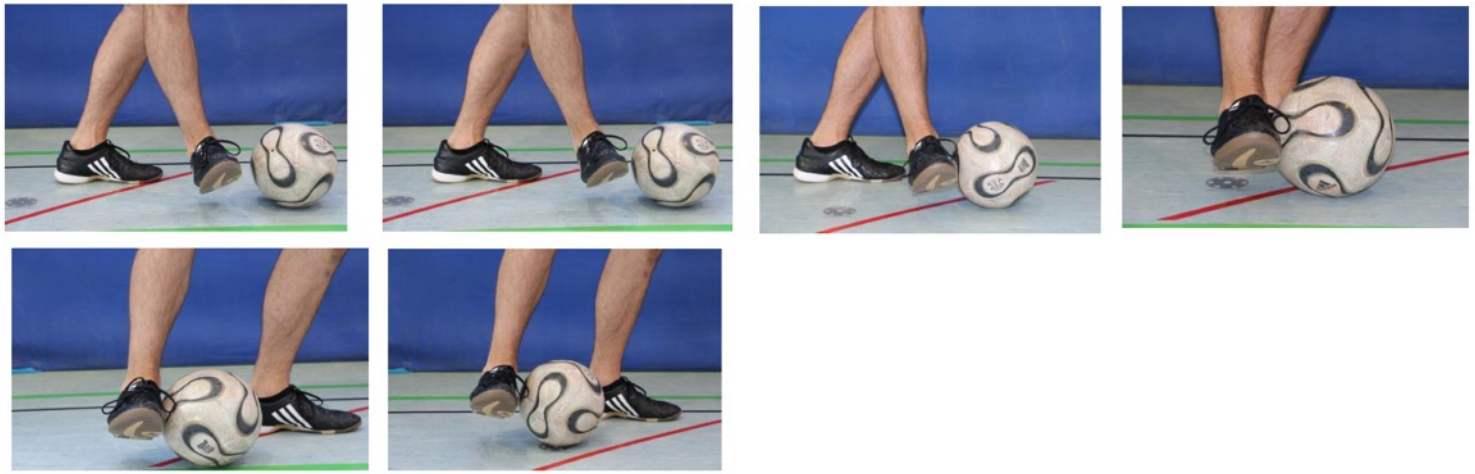
TECHNIK: Ballannahme



Anwendung

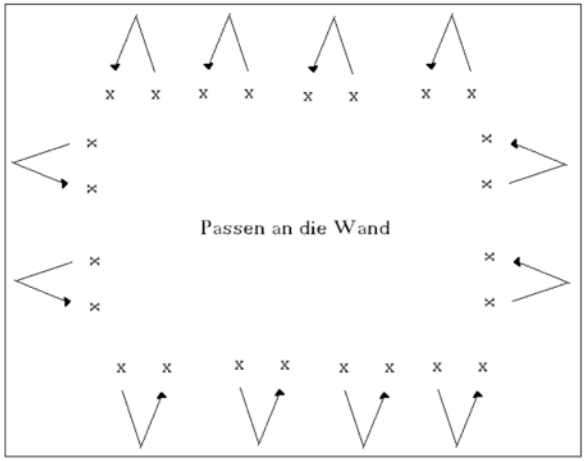
- Rollenden/springenden/ fliegenden Ball kontrolliert zum Fuß bringen

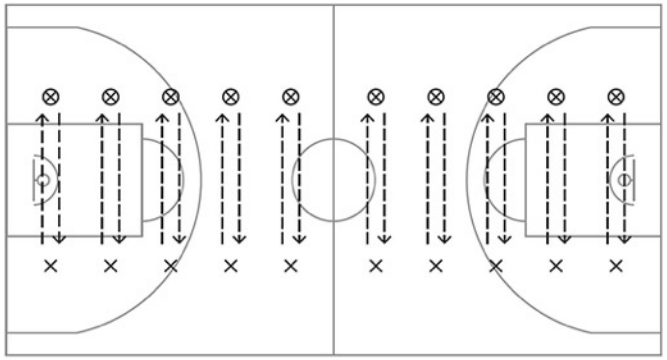
TECHNIK: Ballannahme



- Ball zur Ballannahme entgegengehen
- Fuß des Spielbeins wird dem Ball entgegengeführt
- Im Moment des Auftreffens erfolgt weiches zurückfedern des Spielbeins
- Fuß wird durch Anziehen der Fußspitze stabilisiert
- Ball kann angehalten, nach vorne oder zur Seite mitgenommen werden

PARTNERÜBUNGEN: Passen / Ball annehmen





Passen an die Wand

- Pass-Spielen gegen die Wand (2-3m Abstand zur Wand): Annehmen-Stoppen-Passen

Variationen

- Pass-Spiel ohne Stoppen, Passen/Stoppen mit anderem Fuß, Abstand variieren, langsames Laufen und Passen durch die Halle

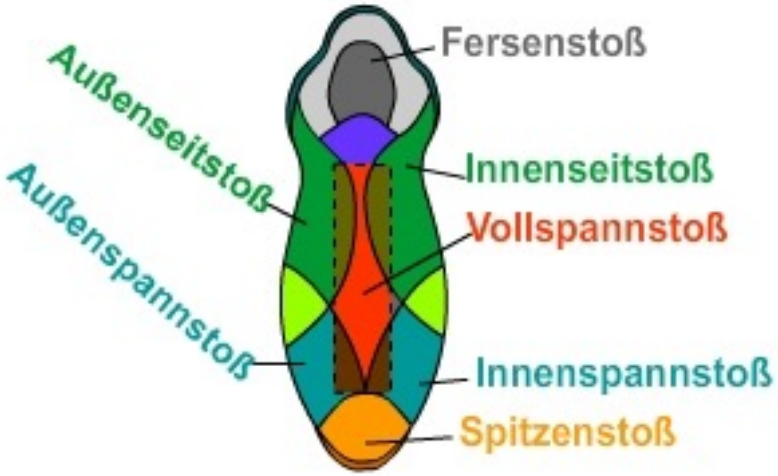
Passen in der Gasse

- Pass-Spielen zum Partner (4-5 m Abstand): Annehmen-Stoppen-Passen

Variationen

- Pass-Spiel ohne Stoppen, Passen/Stoppen mit anderem Fuß, Abstand variieren, langsames Laufen und Passen durch die Halle, mit zwei Bällen, mit springendem Ball

SCHUSSTECHNIK: Innenspannstoß



Anwendung

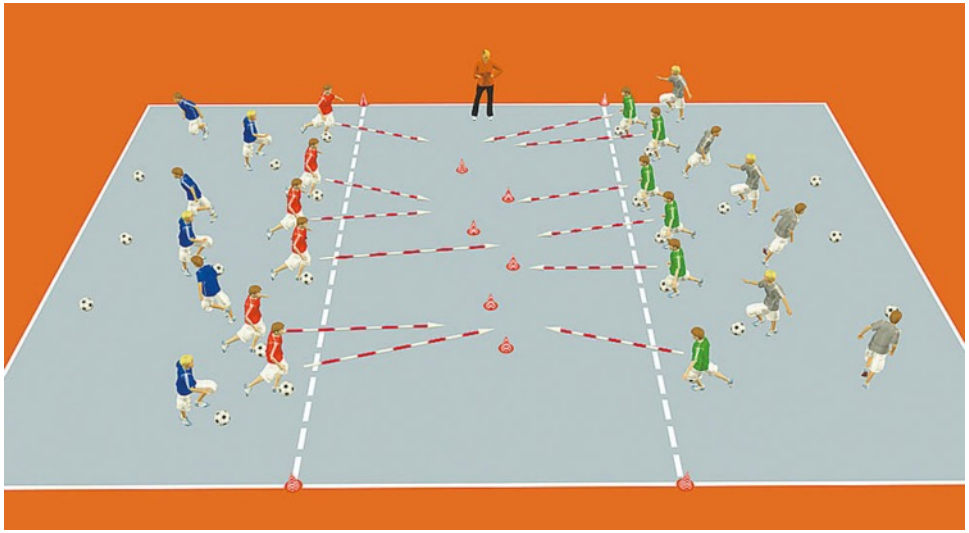
- Freistoß, Eckstoß, Elfmeter, Flanke, langer Pass

SCHUSSTECHNIK: Innenspannstoß

1 2 3 4

1. Anlauf schräg zur Schussrichtung
2. Standbein seitlich hinter dem Ball (2-3 Fuß breit)
3. Spielbein im Hüft- und Kniegelenk leicht nach außen gedreht, Fuß gestreckt, im Fußgelenk fixiert, Treffpunkt inneren Seite des Spanns
4. Vor- oder Rücklage des Oberkörpers steuert die Flughöhe:
   „Je weiter der Oberkörper über das Standbein gebeugt ist, desto flacher ist die Flugkurve des Balles.“

SCHUSSTECHNIK: Hütchentreiben



Organisation

- Zwei Teams
- In der Mitte zwischen beiden Gruppen 6 Hütchen mit einem Abstand von etwa 5 Metern zu jeder Mannschaft aufstellen.
- Beide Mannschaften postieren sich an beiden Hallenseiten gegenüber jeweils hinter einer Markierung.
- Die vorhandenen Bälle zu Beginn gleichmäßig auf beide Mannschaften verteilen.
- Möglichst vorhandene Bodenmarkierungen verwenden.

Ablauf

- Die Schüler schießen nun auf die Hütchen und versuchen, sie in Richtung der anderen Gruppe zu 'treiben'.
- Es gewinnt die Gruppe, in deren Hallenhälfte nach 2 Minuten weniger Hütchen liegen.

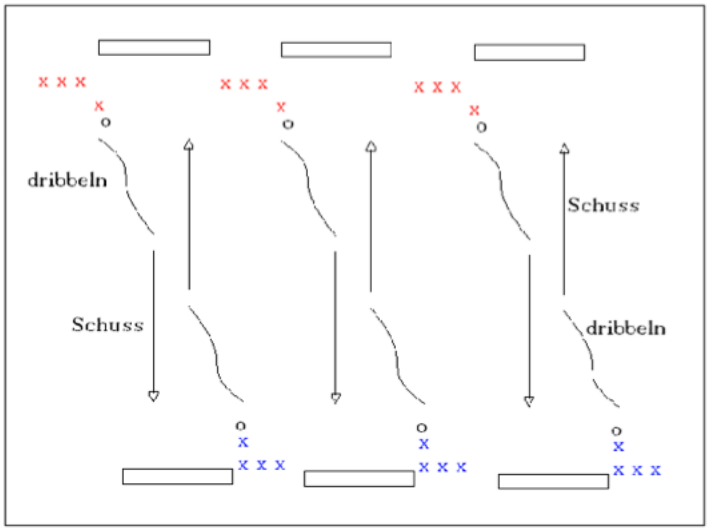
Variation

- Verschiedene Bälle verwenden.
- Mit dem 'anderen' Fuß schießen.
- Abstand zu den Hütchen vergrößern.
- Hütchen auf Bank stellen

KOMBINIERTE ÜBUNG: Dribbling/Torschuss

Torschützenkönig

- 6 Matten hochkant an die Wand gelehnt bilden Tore
- Sich gegenüberstehende Spieler wechseln die Seite. Erster Spieler der Gruppe dribbelt mit Ball zur Mitte der Halle, von dort Schuss aufs Tor, dort Ball übergeben, sich hinten anstellen, eigene Tore zählen

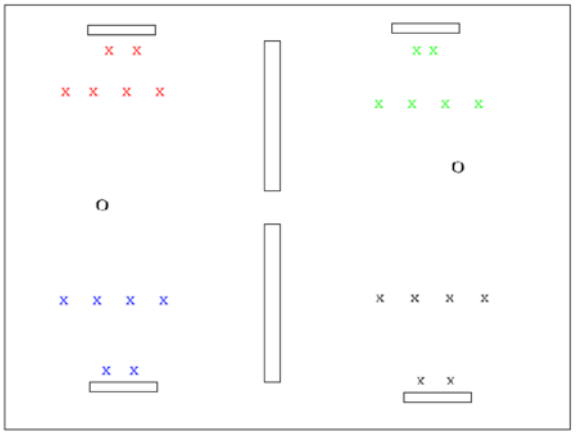


- Variationen
  - den Abstand zum Tor variieren, den anderen Fuß nutzen, mit Torhüter

SPIELFORMEN

6 gegen 6 auf zwei Tore:

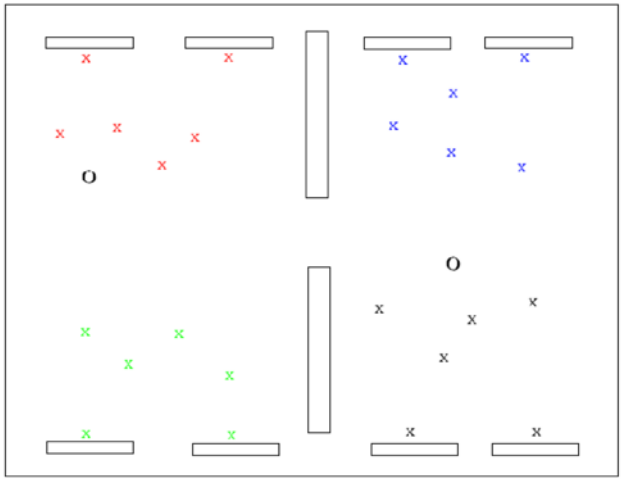
- 2 Matten je Feld an die Wand gelehnt als Tore, jedes 6er-Team hat 4 Feldspieler und 2 Torhüter (häufig wechseln)
- Langbänke teilen Halle in 2 Spielfelder
- Schüler evtl. als Schiedsrichter



SPIELFORMEN

6 gegen 6 auf vier Tore:

- 4 Matten je Feld an die Wand gelehnt als Tore, jedes 6er-Team hat 4 Feldspieler und je Tor 1 Torhüter (häufig wechseln)
- Tore zählen an beiden Matten des Gegners
- Langbänke teilen Halle in 2 Spielfelder
- Schüler evtl. als Schiedsrichter



SPIELFORMEN

Würfelkick	
Klassenstufe: ab Klasse 1/2	***Ziele:*** - Basistechniken des Fußballspiels im Spiel vertiefen - Umgang mit „ungewohntem“ Spielgerät üben
Spielidee: Es werden zwei Mannschaften gebildet. Die Stirnseiten der Halle dienen als Tore. Anstelle eines Balles wird mit einem Schaumstoffwürfel gespielt. Der Schaumstoffwürfel darf nur mit dem Fuß gespielt werden und das Ziel ist es diesen gegen die gegnerische Stirnwand zu schießen. Nach dem Wandtreffer darf der Würfel von keinem Spieler mehr berührt werden. Nach dem Ausrollen des Würfels wird die oben liegende Punktzahl des Würfels (=Tore) ermittelt.	
Material: ○ Schaumstoffwürfel ○ Markierungsleibchen	
Varianten: • Tore zählen nur, wenn der Würfel eine gerade (oder ungerade) Zahl anzeigt. • Immer zwei Spieler müssen sich gegenseitig an die Hand fassen und spielen.	

SPIELFORMEN

Eiertanz	
Klassenstufe: ab Klasse 1/2	***Ziele:*** - Basistechniken des Fußballspiels im Spiel vertiefen - Umgang mit „ungewohntem“ Spielgerät üben
Spielidee: Es werden zwei Mannschaften gebildet und diese spielen Fußball (nach gewohnte/eingeführten Fußballregeln) gegeneinander. Das Spiel wird jedoch nicht mit einem gewöhnlichen Fußball sondern mit einem Softrugby oder Softfootball gespielt.	
Material: ○ Softrugby oder Softfootball ○ Markierungsleibchen	
Hinweis: • durch das unberechenbare Springen des Softrugby oder Softfootballs kann es ein leicht erhöhtes Verletzungsrisiko geben. Es wichtig, dass besonders auf das „körperlose Spiel“ geachtet wird.	