



DFB-AKADEMIE



Poste Dein

#dfbmobil

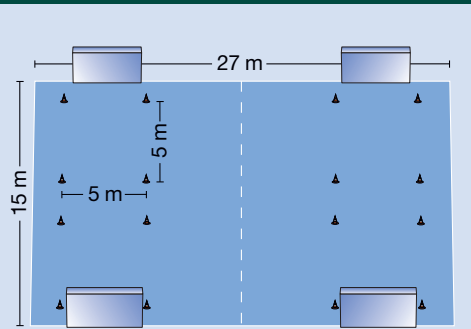
Erlebnis

SPIELEN UND BEWEGEN

mit und ohne Ball in der Grundschule

COMMERZBANK 
Offizieller Partner der
DFB-Qualifizierungsoffensive

WICHTIGE INFORMATIONEN ZUM PRAXISTEIL EINES DFB-MOBIL-BESUCHS (CA. 75 MIN)



GRUNDSÄTZE

1. Kinder sammeln vielseitige Bewegungserfahrungen (u. a. Förderung der koordinativen Fähigkeiten)
2. Lehrkräfte nehmen aktiv teil
3. Lust auf Fußball machen

MATERIALIEN

- 24 Bälle
- 4 Matten
- 24 Leibchen
- 24 Hütchen
- 4 Hocker
- 2 Kastenteile
- 4 Stangen

ANZAHL DER SPIELER/-INNEN:

- Der beschriebene Praxisteil kann mit bis zu 24 Schüler/-innen durchgeführt werden.

HINWEIS

Dieser Praxisteil ist als Halleneinheit konzipiert und kann in einer „Ein-fachsporthalle“ durchgeführt werden.

EINFÜHRUNG/AUFWÄRMEN (CA. 20 MIN)

BEGRÜSSUNG IN DER SPORTHALLE (DAUER: CA. 5 MIN)

ÜBUNGSFORM IN KLEINGRUPPEN

Schwänzchenfangen mit Variationen (7 min)

- Jeweils fünf Kinder und ein Fänger auf die Felder verteilen. Alle Kinder haben ein Leibchen als Schwänzchen hinten im Hosenbund stecken. Der Fänger versucht, möglichst viele Schwänzchen zu fangen. Erwischt der Fänger in 30 Sekunden alle Schwänzchen?

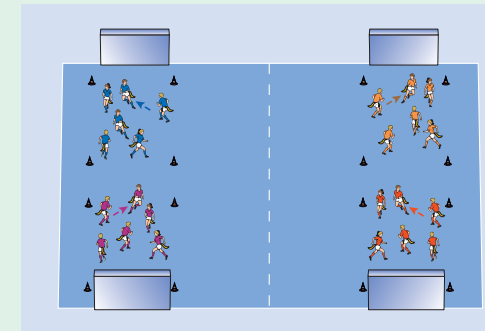
VARIATION

Gegenseitiges Schwänzchenfangen:

- Alle Kinder stecken sich ein Leibchen hinten in den Hosenbund. Nun versucht jedes Kind, möglichst viele gegnerische Leibchen zu erobern, gleichzeitig aber das eigene durch geschicktes Ausweichen zu sichern. Eroberte Leibchen in den Hosenbund stecken. Wer hat nach einer Minute die meisten Schwänzchen vorzuweisen?

ORGANISATION

- Vier Felder (jeweils 6er-Gruppen): je ein Feld (5 x 5 m) in den Hallenecken aufbauen. Die Lehrkräfte beteiligen sich aktiv am „Schwänzchenfangen“ und machen mit.



KOORDINATIVE ÜBUNGSFORM IN KLEINGRUPPEN OHNE BALL (INKL. WETTBEWERB)

Laufspiel ohne Ball auf vier Feldern (13 min)

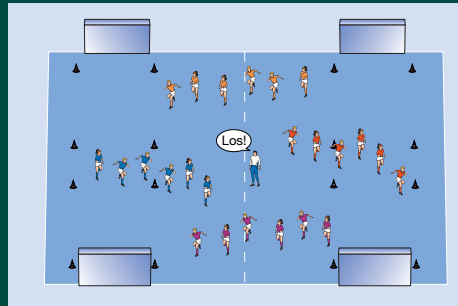
Auf ein Kommando (akustisch oder visuell) laufen die Kinder kreuz und quer durch die Halle. Der „Mannschaftskapitän“ läuft vor. Der Teamer gibt jeweils die Bewegungsform vor (siehe Variationen).

→ Beim nächsten Kommando müssen die Kinder so schnell wie möglich zurück ins heimische Stadion (5 x 5 m-Feld mit Matte) ihrer Mannschaft.

→ Wettkampf: Welche Mannschaft sitzt zuerst wieder komplett im eigenen Stadion?

VARIATIONEN

- rückwärts laufen (Sicherheit beachten!)
- Mit beiden Beinen hüpfen/auf einem Bein hüpfen.
- leise/laut fortbewegen
- Mit ganz großen/kleinen Schritten laufen.
- Eine halbe/ganze Drehung in der Luft.
- Auf Linien laufen.



ORGANISATION

→ In jeder Hallenecke steht eine Matte (= Stadion) hochkant an der Hallenwand (Die Matten bilden später die Tore beim Abschlussturnier). Jeder Gruppe (à 6 Kinder) eine BL-Mannschaft und das Heimstadion (Matte) zuteilen bzw. durch die Gruppen selbst benennen lassen (Dies sorgt für bessere Orientierung, vor allem bei den Jüngsten). Pro Gruppe einen „Mannschaftskapitän“ bestimmen. Einbindung der Lehrkräfte: Die Lehrer/-innen können die Bewegungsformen ansagen (vgl. Variationen).

HAUPTTEIL (DAUER: CA. 30 MIN)

WETTBEWERB IN KLEINGRUPPEN MIT BALL

Laufspiel mit Ball auf vier Feldern/Balltransport inkl. Wettbewerb (10 min)

Auf ein Signal des Teamers (z. B. Heben eines Armes) müssen die Kinder alle gleichzeitig zur Mitte starten und möglichst viele Bälle in „ihr“ Stadion zurückbringen. Zunächst (zwei bis drei Wiederholungen) transportieren die Kinder die Bälle mit der Hand.

VARIATION

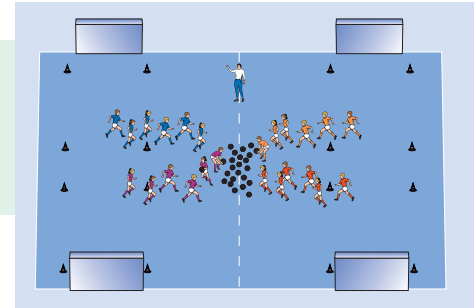
→ Funktioniert der Ablauf, müssen sie die Bälle mit dem Fuß zurück ins Stadion dribbeln! Nach jedem Durchgang entscheidet der Teamer, welche Mannschaft die Aufgabe am besten gelöst hat (Kriterium: z. B. enge Ballführung oder Zeit). ▶

ORGANISATION

→ Der Aufbau entspricht dem Aufwärmen. Zusätzlich mindestens zwölf Bälle in der Hallenmitte zwischen den Stadien bereitlegen.

SICHERHEIT BEACHTEN

Kein Zusammenprall beim schnellen Lauf zur Hallenmitte!



WETTBEWERB ZWEIER GROSSGRUPPEN MIT BALL

VARIATIONEN

→ Von jeweils zwei gegenüber postierten Gruppen hat eine sechs Bälle (pro Kind ein Ball).

→ **1. Aufgabe:** Die Bälle nacheinander zur gegenüberliegenden Gruppe (Stadion) werfen. Welche Großgruppe ist zuerst fertig (d. h. Kinder auf der gegenüberliegenden Seite haben alle Bälle gefangen, halten sie in der Hand und stehen am Orientierungshütchen)?

Variation: Bälle fangen und an der Matte (am Tor im Stadion) ablegen. Sieger ist die Großgruppe, welche am schnellsten alle sechs Bälle an der Matte abgelegt hat.

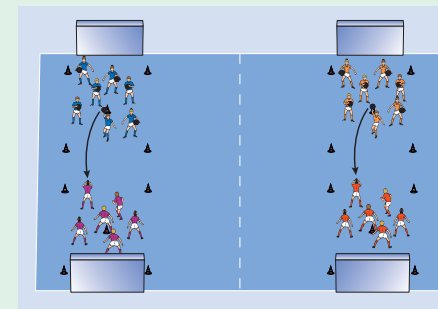
→ **2. Aufgabe:** Die Bälle flach passen. Die Kinder dürfen die Bälle nur mit dem Fuß annehmen und müssen sich dann am Orientierungshütchen postieren.

Alternativ: Bälle annehmen und damit zur Matte dribbeln. Sieger ist die Großgruppe, welche am schnellsten alle sechs Bälle an der Matte abgelegt hat.

→ **3. Aufgabe:** Vorschläge der Kinder

ORGANISATION

→ In der Mitte eines jeden Feldes (Stadions) ein Hütchen aufstellen (Orientierungspunkt für die Kinder). Jeweils zwei gegenüberliegende Kleingruppen (2 x 6er-Gruppe) bilden nun eine gemeinsame Großgruppe (2 x 12er-Mannschaft).



HINWEIS

Der erforderliche Umbau zur nächsten Übungsform dauert nur wenige Minuten. Die beiden Teamer bauen um und die Kinder helfen hierbei. ▶

ZWEI RUNDLÄUFE MIT VIER MANNSCHAFTEN (GGF. MIT WETTBEWERBSCHARAKTER)

Koordinationsrundlauf (20 min) (ein Rundlauf pro Hallenhälfte)

Die vier Mannschaften bleiben bestehen. Startpunkte der 6er-Gruppen sind jeweils die beiden Stadien (Orientierungshütchen) in den bestehenden Feldern eines Rundlaufs. Auf ein akustisches/visuelles Signal des Teamers startet je ein Kind mit Ball am Fuß in den Parcours (z. B. den kleinen Kasten umdribbeln, durch das Kastenteil passen und Ball wieder annehmen, dem entgegenkommenden Kind

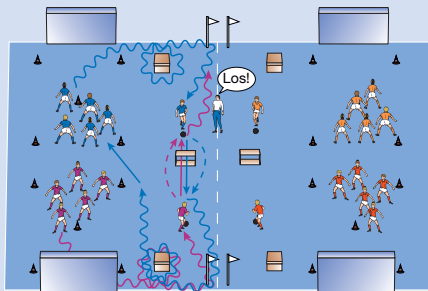
ausweichen, usw.). Am Ende des Parcours wird der Ball per Flachpass zum Startpunkt gespielt und so das zweite Kind der 6er-Gruppe in den Rundlauf geschickt usw. Der Passgeber geht diesem Pass nach und stellt sich wieder bei seiner Gruppe an.

VARIATION

→ Zusätzliche koordinative Übungen einbauen (Ball zu Beginn hochwerfen, zweimal in die Hände klatschen, Ball fangen und dann zum Dribbling auf den Boden fallen lassen, mit dem Fuß stoppen und dann per Dribbling in den Parcours starten).

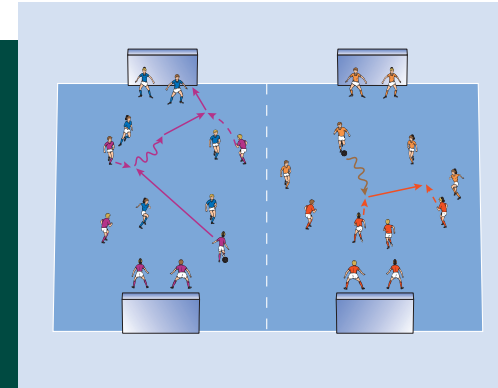
ORGANISATION

→ Der Aufbau entspricht dem Aufwärmen. Zusätzlich mindestens zwölf Bälle in der Hallenmitte zwischen den Stadien bereitlegen.



HINWEIS

Der erforderliche Umbau zur nächsten Spielform dauert nur wenige Minuten. Die beiden Teamer bauen um und die Kinder helfen hierbei.



SCHLUSSTEIL (DAUER: CA. 20 MIN)

SPIEL-/TURNIERFORM

Abschlussturnier (15 min) + (2 x 4-gegen-4 + je zwei Torhüter)

Zu Spielbeginn die wichtigsten Regeln erklären. Spiel 4-gegen-4 in jeder Hallenhälfte mit je zwei Torhütern pro Team. Nach jedem Tor die beiden Torhüter sofort wechseln! Spielzeit: 7 min. Dann spielen nochmals die beiden Siegermannschaften und die beiden Verlierermannschaften gegeneinander (wieder 7 Minuten).

VIER REGELN

1. Ein Tor ist erzielt, wenn der Ball die Matte „von vorne“ berührt (Eine seitliche Berührung an der Kante zählt nicht).

- Die Torhüter dürfen den Ball nicht in die Hand nehmen.
- Bei „Aus“ wird der Ball eingerollt (je nach Hallengegebenheit mit Bande spielen).
- Es muss flach gespielt werden. Wird der Ball über Hüfthöhe gespielt, gibt es einen Freistoß für die gegnerische Mannschaft.

ORGANISATION

→ In jeder Hallenhälfte ein Spielfeld mit zwei Mattentoren bilden – die Matten stehen ja bereits an der Wand. Jedem Spielfeld zwei Gruppen/Mannschaften zuteilen (diese bestehen ja bereits).

ABSCHLUSSRUNDE (DAUER: CA. 5 MIN) VERABSCHIEDUNG DER KINDER



DFB-AKADEMIE

DEUTSCHER FUSSBALL-BUND E. V. • ABTEILUNG TRAINER AUS-, FORT- UND WEITERBILDUNG
OTTO-FLECK-SCHNEISE 6 • 60528 FRANKFURT/MAIN • WWW.DFB.DE