



Fussballbezogen (Ballführen und Passen)

Autor/in

Karl-Heinz Born Technischer Leiter AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 70 Minuten
 Niveau X einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 8 bis 16 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte **Aufpassen dass die Spieler nicht Zusammenstossen**

Zielsetzungen/Lernziele

Erwerben des Ballführens, Passen und Ball erlaufen

Hinweise

Die Kinder verbessern ihr Ballgefühl, da sie ihre Pässe selber erlaufen müssen. Frühzeitig das Passen in der Bewegung üben lassen. Pässe aus dem Stand werden im Fussball selten gespielt.

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material	Akzente				
10'	<p>Pass erlaufen Die Kinder dribbeln durch das Feld, passen sich den Ball vor und erlaufen ihn wieder. Pässe mit dem linken und rechten Fuss spielen lassen.</p> <p>Variationen: Das Feld vergrössern oder verkleinern</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Pro Spieler 1 Ball • Markierungsteller 					
8'	<p>Dribbeln und passen Der Spieler dribbelt bis zu den Mittelhütchen, passen bis zur nächsten Ecke und erlaufen den Ball.</p> <p>Variationen: An einer Seite wird nur mit dem linken Fuss, an der nächsten Seite nur mit dem rechten Fuss gedribbelt und gepasst.</p> <p>Bis zum Mittelhütchen dribbeln, dort den Ball in die Hand nehmen und beim Laufen hochwerfen und fangen.</p> <p>Bis zum Mittelhütchen dribbeln, dort den Ball in die Hand nehmen und beim Laufen mit dem Kopf hochspielen und fangen.</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Pro Spieler ein Ball • Markierungsteller 					



<p>10'</p>	<p>Passen auf bewegliche Ziele Ein Team läuft ohne Ball zwischen den Toren zur anderen Seite und zurück. Die Spieler in den Toren versuchen, ihre Bälle gegen die Beine der laufenden Spieler zu passen.</p> <p>Variation: Nach kurzer Zeit neue Läufer bestimmen Spieler dürfen sich zwischen den Toren frei hin und her bewegen. Den Passfuss vorgeben</p> <p>Die laufenden Spieler zwischen Toren dürfen den Bällen nicht ausweichen</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Bälle • Feldmarkierung 					
<p>10'</p>	<p>Torpass Vier Gruppen à 3-4 Spieler stehen jeder mit einem Ball hinter der eigenen Torlinie. Auf das Kommando des Trainers passen die Spieler gleichzeitig den Ball durch das Tor auf ihrer Seite. Danach holen die Spieler den Ball und versuchen es erneut.</p> <p>Variation: Die Teams schießen nacheinander. Welches Team erzielt am meisten Treffer? Der Ball muss in der Mitte zwischen den Toren liegen bleiben. Der Ball muss durch zwei Tore gepasst werden</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Bälle • Feldmarkierung 					
<p>20'</p>	<p>Spiel Gespielt wird 4 gegen 4 auf kleine Tore. Beim Ausball muss der Spieler mit dem Ball in das Spielfeld rein dribbeln .</p> <p>Variationen: Ein Turnier durchführen, welches Team gewinnt die meisten Spiel? In verschiedenen Teamzusammensetzungen spielen lassen, z.B. vom 1 gegen 1 bis zum 4 gegen 4, mit oder ohne Torhüter.</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Bälle • Markierungen • Leibchen 					

Erläuterungen

- Akzente Physis**
- Herz-Kreislauf anregen
 - Muskeln kräftigen
 - Knochen stärken
 - Beweglichkeit erhalten
 - Koordination verbessern

- Ausprägung**
- 0 nicht
 - 1 wenig
 - 2 mittel
 - 3 stark
 - 4 sehr stark