

BALLSCHULE

FUßBALL

Klaus Roth
Thorsten Damm
Maurice Müller
Stefan Wessels



Buchreihe
Ballschule

8

hofmann.

INHALT

Vorwort	4
1 EINLEITUNG	6
Klaus Roth	
2 GRUNDPHILOSOPHIE	10
Klaus Roth	
Einordnung	11
Prinzipien: Stufen 1 bis 4	12
Prinzipien: Stufe 5	15
3 ZIELE: SPIELERISCHE BASISKOMPETENZEN	16
Klaus Roth	
Das ABC für Fußballanfänger	17
A Koordinative Basiskompetenzen: sportspielübergreifend	18
B Taktisch-technische Basis- kompetenzen: fußballgerichtet	19
C Technisch-taktische Basis- kompetenzen: fußballspezifisch	21
Basiskompetenzen Torwartspiel: fußballgerichtet und fußballspezifisch	22
4 INHALTE UND METHODEN	23
Klaus Roth	
Inhalte: Spiele und Übungen	24
Methoden: Probieren und Studieren	25
5 PRAKTISCHE BEISPIEL- SAMMLUNG: EINFÜHRUNG	27
Klaus Roth	
Gliederung und Ordnungskriterien	28
Spielmaterialien	28
Darstellungsform	29
6 KOORDINATIVE BASISKOMPETENZEN	31
Thorsten Damm & Maurice Müller	
Register	32
Beispielsammlung	34
7 TAKTISCH-TECHNISCHE BASISKOMPETENZEN	65
Thorsten Damm & Maurice Müller	
Register	66
Beispielsammlung	68
8 TECHNISCH-TAKTISCHE BASISKOMPETENZEN	107
Thorsten Damm & Maurice Müller	
Register	108
Beispielsammlung	110
9 BASISKOMPETENZEN TORWARTSPIEL	157
Stefan Wessels	
Register	158
Beispielsammlung	159
LITERATUR	175

HINWEIS

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird die männliche Form verwendet, gemeint sind immer Personen aller Geschlechter



BALLSCHULE FUßBALL

KOORDINATIVE BASIS- KOMPETENZEN

SPORTSPIEL-
ÜBERGREIFEND

Thorsten Damm &
Maurice Müller

Register	32
Beispielsammlung	34



REGISTER

Name	Komplexität	Variation	Seite
Zeitdruck – Reaktion & Antritt			
Fang den Hut	I	II III	34
Zahlenchaos	I	II III	36
Beat the Ball	I	II III	37
Zeitdruck – Ablauf			
Weltreise	I	II III	38
Man in the Mirror	I	II III	39
Bunte Reise nach Jerusalem	I	II III	40
Tunnelblick	II	II III	41
Präzisionsdruck – Ergebnis			
Laser Tag	I	II III	42
Böse Nachbarn	I	II III	43
Präzisionsdruck – Ablauf			
Ballon-Reise	I	II	45
Flamingo	I	II	47
Soccer Airline	I	II III	48
Variabilitätsdruck – Zeit			
Osternest	I	II III	50
Wirbelsturm	I	II III	51
Farbkreis	I	II III	52

Name	Komplexität	Variation	Seite
Komplexitätsdruck – Zeit			
Teufelskreis	I	II	54
Balljagd	I	II III	56
Triangel	I	II III	57
Organisationsdruck – Zeit			
Dinofußball 2.0	I	II III	58
Drehwurm	II	I III	59
Zwillingsfußball	II	II	60
Laufkoordination			
Reissverschluss	I	II III	61
Formationstanz	I	II III	62
Lokomotive	I	II III	63



FANG DEN HUT



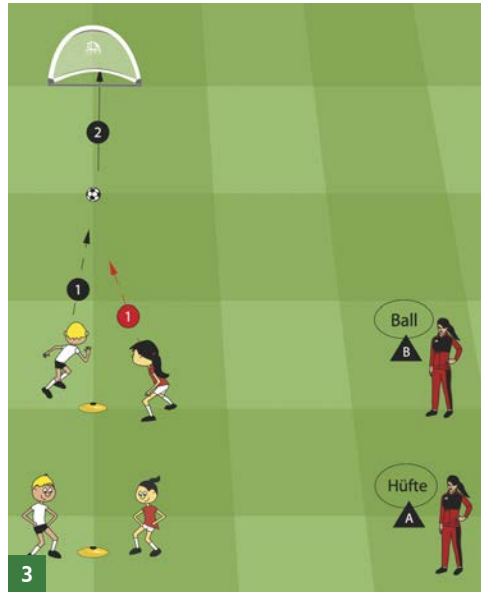
Zeitdruck Reaktion	Zeitdruck Antritt	I
-----------------------	----------------------	---



SPIELIDEE / ÜBUNGSLAUF

Zwei Spieler stehen sich im Abstand von 1 bis 2 Meter gegenüber. Zwischen ihnen liegt ein umgedrehtes flaches Hütchen. Der Trainer gibt vor, an welchen Stellen sich die Spieler mit den Händen berühren und dort verharren sollen, z. B. an der Wade (rechte Hand an die rechte Wade, linke Hand an die

linke Wade) bzw. der rechten Wade (beide Hände an die rechte Wade). Wenn der Trainer „Hut“ ruft, versuchen beide Kinder, sich das Hütchen zu schnappen. Wer das zuerst dreimal schafft, gewinnt das Duell. Nach drei Durchgängen werden neue Zweierpaare gebildet (Grafik 1).



VARIATIONEN

- II Vor den Spielern liegt ein Ball, den sie gemäß Vorgabe berühren (z. B. Stirn, Hinterteil) und in dieser Position bis zum nächsten Kommando verharren. Irgendwann kommt das Kommando „Hut“ (Grafik 2)
- III Zusätzlich zum Hütchen wird ein Ball in 6 Meter Entfernung platziert. Nach dem Kommando „Ball“ findet ein Wettrennen zum Ball statt – gegebenenfalls mit Pass ins Mini-Tor nach Dribbling oder Zweikampf. Bei Doppelkommandos, z. B. „rot, Ball“, soll zuerst das rote Hütchen berührt und dann zum Ball gesprintet werden (Grafik 3)

HINWEISE

- Durch das umgedrehte Hütchen ist es leichter zu schnappen. Kegel eignen sich ebenfalls als „Hut“
- Der Trainer kann zusätzliche Kommandos verwenden wie „Nicht der Hut“ oder dem Hut einen anderen Namen geben (z. B. Apfel) und dann bewusst andere Begriffe einstreuen (z. B. Birne)
- Die Spieler können relativ nahe oder etwas weiter voneinander entfernt stehen, um neben der Reaktion auch noch den Antritt zu trainieren

ZAHLENCHAOS



Zeitdruck
Reaktion & Antritt

Zeitdruck
Ablauf

Dribbeln raumorientiert

I



SPIELIDEE / ÜBUNGSLAUF

Der Übungsleiter baut mit jeweils vier Hütchen in unterschiedlichen Farben Quadrate mit einer Seitenlänge von 1 bis 2 Metern auf. In ca. 10 Meter Entfernung steht ein Zielhütchen. Ein Spieler steht in der Mitte des Hütchenquadrats mit einem Ball am Fuß. Der

Trainer ruft eine Farbe, zu der der Spieler hinläuft, das entsprechende Hütchen mit der Hand berührt und mit dem in der Mitte liegenden Ball zum Zielhütchen dribbelt. Wer ist Erster? Die Anzahl der vom Trainer genannten Farben kann schnell auf zwei bzw. drei Zahlen erhöht werden.

HINWEISE

- Mehrere Hütchenquadrate aufbauen, so dass immer mehrere Kinder gleichzeitig aktiv sind, für die alle das gleiche Kommando gilt
- Zu Beginn können zur Orientierung nur die Hütchen in der genannten Reihenfolge berührt werden, ohne Sprint zum Zielhütchen
- Die Kommandos können auch gemischt werden (z. B. 1-blau-2)

VARIATIONEN

- I Der Trainer ersetzt die Farben durch Zahlen und ändert das Kommando auf z. B. 2 bis 4
- II Der Spieler dribbelt mit Ball am Fuß zur ersten Zahl, legt den Ball dort ab und sprintet zur zweiten Zahl ohne Ball. Danach sprintet er zurück zum Ball und macht ein Tempodribbling zum Zielhütchen
- III Der Spieler absolviert den kompletten Ablauf mit Ball am Fuß



BALLSCHULE FUßBALL

BASIS- KOMPETENZEN TORWARTSPIEL

Stefan Wessels

Register	158
Beispielsammlung	159



REGISTER

Name	Komplexität	Variation	Seite
Zielverteidigung			
Ball unter der Schnur	I	II	159
Tiefflieger	II	III	160
Vier gewinnt	II	III	161
Fifty Fifty	II	III	162
Direktes Duell	III	II, III	164
Schweizer Käse	III	II, III	165
Raumverteidigung			
Hexenkessel	II	III	166
Offenes Visier	II	III	167
Torwart-Rodeo	II	III	168
Lufthoheit	III	II, III	169
Pass in die Tiefe	III	III	170
Offensivspiel			
Torwart-Tennis	II	I, III	171
Krakenball	II	II, III	172
Aufsetzer	II	III	173
Magisches Dreieck	III	III	174

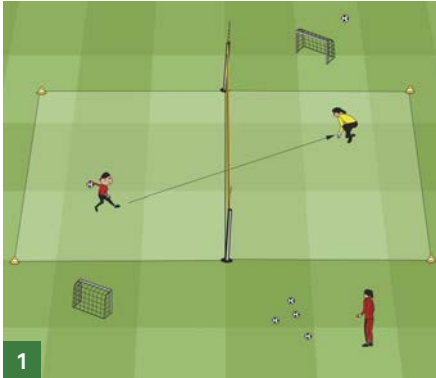
BALL UNTER DER SCHNUR



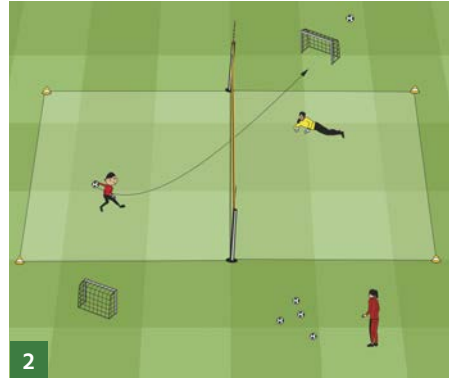
Zielverteidigung

Offensivspiel

I



1



2

SPIELIDEE / ÜBUNGSLAUF

Das Spielfeld ist ein ca. 10 x 5 Meter großes Rechteck. In der Mitte wird quer zum Feld ein Absperrband zwischen zwei Stangen gespannt. In jeder Feldhälfte befindet sich ein Spieler. Ziel ist es, den Ball so unter dem Band hindurchzurollen, dass er – für den Gegenspieler unerreichbar – durch das gegenüberliegende Feld rollt bzw. aus diesem herausrollt (Grafik 1).



VARIATIONEN

- III Der Ball kann auch flach mit dem Fuß geschossen werden
- III Es gibt ebenfalls einen Punkt, wenn ein Treffer in das seitlich aufgestellte Mini-Tor gelingt (Grafik 2)

HINWEISE

- Das Band sollte möglichst flach – etwa in Hüfthöhe – gespannt werden



TIEFFLIEGER



Offensivspiel

11



SPIELIDEE / ÜBUNGS LAUF

schießen. Der Torwart im Zentrum versucht, die Kegel durch schnelles Verschieben und Hechten innerhalb seines Feldes zu verteidigen (per Fußabwehr, den Ball abfälschen, wegfausten usw.). Wird ein Kegel getroffen, stellt ihn der Torwart wieder auf. Spieldauer ca. 3 Minuten, dann erfolgt ein Torwartwechsel. Wie viele Treffer erzielen die äußeren Spieler innerhalb der Spielzeit?

HINWEISE

- Statt Kegel können auch PET-Flaschen oder Hütchen als Ziele verwendet werden
- Die gelben Spieler erhalten keine Kontaktbegrenzung, da die Sinnhaftigkeit eines schnellen Passspiels früh deutlich wird
- Ersatzbälle bereithalten
- Torwartgrundstellung thematisieren

VARIATIONEN

- III Hinter jedem äußeren Spieler ist ein Hütchen- oder Stangentor positioniert. Gelingt es dem Torwart in der Mitte, einen Zielschuss festzuhalten oder so abzuwehren, dass er in seinem Teilfeld liegen bleibt, darf er versuchen, per Abwurf, im Dribbling „1 gegen 1“, per Torschuss oder per Abschlag aus der Hand einen Treffer zu erzielen

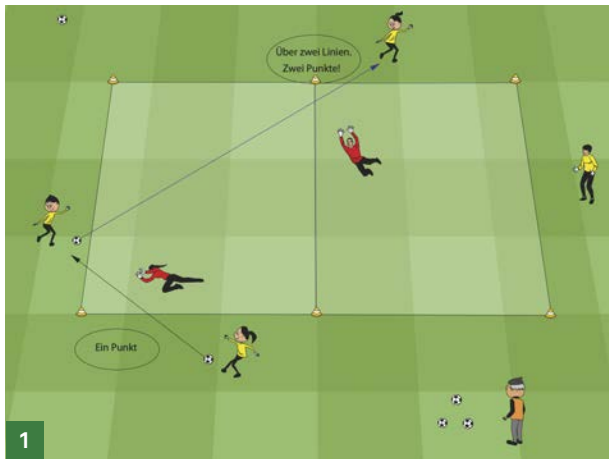
VIER GEWINNT



Zielverteidigung

Offensivspiel

II



SPIELIDEE / ÜBUNGSLAUF

Das gelbe Team spielt im „4 gegen 2“ gegen zwei Torhüter in der Mitte, die jeweils in ihrem zugeteilten Feld (ca. 6 x 5 Meter) bleiben (gesamte Feldgröße demnach ca. 6 x 10 Meter). Die vier äußeren Spieler dürfen sich frei bewegen und versuchen, sich untereinander den Ball durch das Feld zuzupassen, was die beiden Torhüter in der Mitte verhindern sollen. Jeder erfolgreiche Pass zu einem Mitspieler über zwei Linien bringt

einen Punkt, über drei Linien zwei Punkte. Wenn das gelbe Team 20 Punkte erzielt hat, wechseln zwei Spieler des gelben Teams als Torwart in das Feld. Welches Torhüter-Paar hat die meisten Bälle abgefangen?

HINWEISE

- Ersatzbälle bereithalten

VARIATIONEN

III Hinter den äußeren Spielern sind jeweils Hütchen- oder Stangentore positioniert. Gelingt es einem Torwart in der Mitte, einen Zielschuss festzuhalten oder so abzuwehren, dass er in seinem Teilfeld liegen bleibt, darf er versuchen, per Ab-

wurf, im Dribbling „1 gegen 1“, per Tor-schuss oder per Abschlag aus der Hand einen Treffer zu erzielen, was den Punktestand um einen Zähler reduziert. Wehrt er den Ball in das Feld seines Partners ab, darf dieser einen Treffer erzielen