



STUNDENBILDER  
FÜR 5.-7. KLASSE

# SCHULFUSSBALL

---

Ein Lehrbuch für den Sportunterricht

---

PASCAL BACH

MEYER  
& MEYER  
VERLAG

# INHALT

Einleitung .....	8
<b>Kapitel 1: Bedingungen, um eine lernfördernde Umgebung zu schaffen .....</b>	<b>10</b>
1.1 Analyse der Lerngruppe .....	11
1.1.1 Der Gegensatz zwischen großen Bedenken und großer Freude .....	11
1.1.2 Die „vermeintlich“ Besten integrieren – Verein vs. Schule .....	13
1.1.3 Gruppenzusammensetzungen .....	14
1.2 Die Rahmenbedingungen .....	15
1.2.1 Stellenwert an der Schule .....	15
1.2.2 Material .....	16
1.3 Inhalte und Themen der beiden Unterrichtsreihen .....	17
1.3.1 Konkretisierung der Inhalte .....	17
1.3.2 Wahrnehmen, Entscheiden, Ausführen .....	22
1.3.3 Spielintelligenz und Kreativität .....	25
1.3.4 Technik und der Unterschied zwischen Korrektur und Feedback .....	26
1.3.5 Stundenaufbau: Auswahl der Spiel- und Übungsformen unter den Aspekten Bewegungszeit und Ballkontakte .....	30
<b>Kapitel 2: Gesprächsführung und Coaching .....</b>	<b>32</b>
2.1 Von Anweisungen zu Impulsen .....	32
2.2 Feedback statt Korrektur .....	33

# SCHULFUSSBALL

<b>Kapitel 3: Das Spiel anpassen – die wichtigsten Tools, um ein Spiel zu verändern</b> .....	<b>38</b>
3.1 Das Reglersystem .....	38
3.2 Veränderungen innerhalb technikorientierter Übungsformen .....	39
3.3 Veränderungen der Rahmenbedingungen bei Spielformen .....	40
3.4 Veränderungen durch Regeln bei Spielformen .....	42
3.5 Überblick über mögliche Regler und Beispiele .....	45
<b>Kapitel 4: Unterrichtsreihe „Fußball entdecken – Teil I: Technik“</b> .....	<b>46</b>
Stunde 1: Den Platz entdecken! .....	48
Stunde 2: Schnell, sicher oder kreativ? – Einsatz unterschiedlicher Dribblingtechniken in verschiedenen Situationen .....	54
Stunde 3: Die Keimzelle des Spiels! – Einsatz von Finten im 1 gegen 1 .....	62
Stunde 4: Das Runde muss ins Eckige – Torschussvarianten entdecken und erproben .....	68
Stunde 5: Ins Ziel passen! – Spielerische Möglichkeiten zum differenzierten Passspiel .....	74
Stunde 6: Wir nähern uns dem großen Spiel! – Vom 1 gegen 1 zum 4 gegen 4 .....	80
<b>Kapitel 5: Unterrichtsreihe „Fußball entdecken – Teil II: Taktik“</b> .....	<b>84</b>
Stunde 1: Richtung Tor – ein Ziel ansteuern .....	85
Stunde 2: Vorbereitung ist alles – den Ball dem Ziel annähern .....	92

Stunde 3: Verbesserung des Zusammenspiels .....	99
Stunde 4: Clever die Lücken ausnutzen .....	108
Stunde 5: Entwischt – Gegnerbehinderung umgehen .....	114
Stunde 6: Überzahl herauspielen und nutzen .....	120
Stunde 7: Gewinnen lernen – Turnier mit Auf- und Abstieg .....	128
<b>Anhang .....</b>	<b>130</b>
1 Laufzettel .....	130
2 Stationskarten .....	132
3 Übungspool .....	141
4 Turnierpläne .....	153
5 Danke! .....	154
6 Literaturverzeichnis .....	155
7 Bildnachweis .....	156

# EINLEITUNG

Wenn man einem dreijährigen Kind einen Ball zurollt, gibt es zwei mögliche Reaktionen. Entweder es schießt den Ball weg oder kniet sich hin und stoppt ihn mit beiden Händen. Tatsächlich ist der Aufforderungscharakter des Balls immens hoch, auch wenn keinerlei Erfahrung vorliegt. Intuitiv entscheiden die Kinder, was zu tun ist.

Im Laufe einer Spielsportlaufbahn sollten Kinder vielfältige Möglichkeiten des Ballsports kennenlernen. Denn nicht nur die Entwicklung der koordinativen Fähigkeiten, die durch das Thema der Ballkontrolle in den Fokus rücken, sondern auch das soziale Miteinander im Team spielt eine wichtige Rolle, die nicht zu unterschätzen ist.

Der Umgang mit Sieg oder Niederlage ergänzt den Prozess der Persönlichkeitsentwicklung und den Erwerb der angesprochenen sozialen Kompetenzen. Da es im Vereinssport viel mehr Zeit und Möglichkeiten gibt, Dinge zu entwickeln, kommt dem Schulfußball eine besondere Rolle zu.

Fußball in der Schule hat wirklich nichts mit Vereinssport zu tun! Wer eine andere Meinung vertritt, sollte das Buch sofort aus der Hand legen.

Alle anderen können hoffentlich von vielen Jahren Fußballerfahrung sowohl im Verein als auch in der Schule profitieren. Die Inhalte bieten im Optimalfall genug Input, um nie mehr ein anderes Buch zurate ziehen zu müssen.

Die Tipps und Anmerkungen helfen hoffentlich jedem Lehrer – ob Experte oder Neueinsteiger –, die richtigen Worte zu finden, um allen Schülern das Sportspiel Fußball auf eine spannende und erfreuende Art und Weise näherzubringen.

Mein Ziel war es, das „beste“ Buch zum Thema Schulfußball zu verfassen. Es wäre schön, wenn ich dieses Ziel im Ansatz erreichen konnte.

Viel Spaß beim Lesen und Umsetzen

Pascal Bach

# SCHULFUSSBALL

Zusammenfassend bleibt zu sagen, dass das Wissen über den Ablauf der kognitiven Mechanismen zu besseren Spiel- und Übungsformen, zu besserem Feedback und zu besseren Entwicklungsprozessen führt. Sicherlich ist diese Art des Unterrichts nicht immer möglich, da sie auch im kognitiven Bereich viel Vorbereitung erfordert.

Kombiniert man technische Ausbildung und setzt Akzente bei kognitiven Prozessen, kann auch der Lehrer nicht mehr verhindern, dass die Kinder etwas lernen.

## 1.3.4 Technik und der Unterschied zwischen Korrektur und Feedback

Da selbst der erfahrene Sportler nicht immer in der Lage ist, sein Handeln bzw. seine Ausführungen in klare Worte zu packen, ist es also nur legitim vonseiten des weniger Erfahrenen, Defizite zu haben. Sicherlich hilft es, wenn man „aus der Sportart kommt“, um das Gefühl besser transportieren zu können.

Allerdings lässt sich Technikfeedback sehr gut anhand von fixen Kriterien umsetzen, auch ohne auf eine lange aktive Laufbahn zurückblicken zu können. Eine gute Beobachtungsgabe und die richtige Wortwahl sind sehr gute Voraussetzungen, damit die Information auch ankommt.

Der Begriff Feedback wird oft synonym, vielleicht auch unbewusst, mit Korrektur bzw. Korrigieren verwendet. Der Begriff Feedback ist besser geeignet, da damit nicht dauerhaft und permanent eine Korrektur gemeint ist, sondern auch mal eine Standortbestimmung oder Frage.

Eine Korrektur sollte nur dann erfolgen, wenn, aufgrund der Ausführung, die Ziele, die mit der Technik verfolgt werden, nicht erreicht werden können und wenn sich ein offensichtlich völlig falscher Bewegungsablauf einzuschleifen droht. Ist das geschehen, ist es unheimlich schwer, diesen „Fehler“ in der Ausführung wieder rückgängig zu machen.

Entspricht eine Ausführung nicht der angestrebten Idealvorstellung, dann ist das keinesfalls ein Problem, solange das Ziel erreicht wird. Die individuelle Lösung eines Spielers hat Vorrang!

Die Basistechniken im Fußball wurden schon in vielen Publikationen mithilfe von Bildreihen dargestellt. Letztlich aber immer im Kontext des Vereinsfußballs, welcher natürlich viel mehr Zeit und viel mehr Möglichkeiten bietet, um zu lernen, als das der Schulfußball vermag. In der Regel stehen zwei Wochenstunden (90 Minuten) zur Verfügung. Daher sollen die relevanten Techniken in reduzierter Form vorgestellt werden.

## Bedingungen, um eine lernfördernde Umgebung zu schaffen

Im Folgenden werden die Basistechniken, inklusive möglicher Korrekturen und Fehlerquellen, anhand von Bildern beschrieben. Alternative Ausführungen werden ebenfalls erläutert, um ein Bild von weiteren Optionen zu haben.

Die vorgestellten Techniken beziehen sich nur auf flache Bälle. Auf Schulniveau (Anfängerunterricht!) sind Flugbälle oder hohe Bälle kein zielführender Inhalt und werden daher im Normalfall weggelassen.

Gleiches gilt für Finten im Speziellen. Sicher sind Täuschungen relevant, aber nicht in der Form, dass sie die Spielfähigkeit im Schulfußball bestimmen. Das Thema Finten ist auch Bestandteil der Unterrichtsreihe, allerdings weniger hinsichtlich Repertoire, sondern eher hinsichtlich Lösung der Aufgabe: am Gegner vorbeikommen.

### Die wichtigsten Techniken im Schulfußball

#### 1. Dribbling (gemeint ist die Ballführung mit Innen- und Außenseite)

- Mit dem Ball laufen.
- Ob mit der Innen- oder Außenseite des Fußes gespielt wird, spielt keine Rolle, am besten ist die Fußspitze angezogen.
- Der Fuß kickt den Ball jeweils leicht zur Seite.



# SCHULFUSSBALL

## 2. Passspiel (gemeint ist der Innenseitstoß)

- Frontal zum Ball laufen.
- Das Standbein neben den Ball setzen.
- Den Oberschenkel und die Fußspitze nach außen drehen.
- Den Ball zentral mit der Fußmitte treffen und durchschwingen.



## 3. Schuss (Spannstoß, wobei hier meist ein Innenspannstoß anstelle eines Vollspannstoßes herauskommen wird)

- Schräg zum Ball anlaufen.
- Mit dem Fuß unter den Ball kommen, die Fußspitze ist gestreckt.
- Das Knie kommt über den Ball und schwingt durch.





## Bedingungen, um eine lernfördernde Umgebung zu schaffen

### 4. An- und Mitnahme (gemeint ist die Innen- und Außenseite des Fußes)

- In Ballerwartungshaltung sich zentral hinter dem Ball positionieren.
- Die Fußspitze anziehen und das Gewicht auf das Standbein verlagern.
- Den Ball „ansaugen“, das heißt, ihm entgegengehen.
- Das Tempo verlangsamen und den Ball in die Bewegungsrichtung mitnehmen.



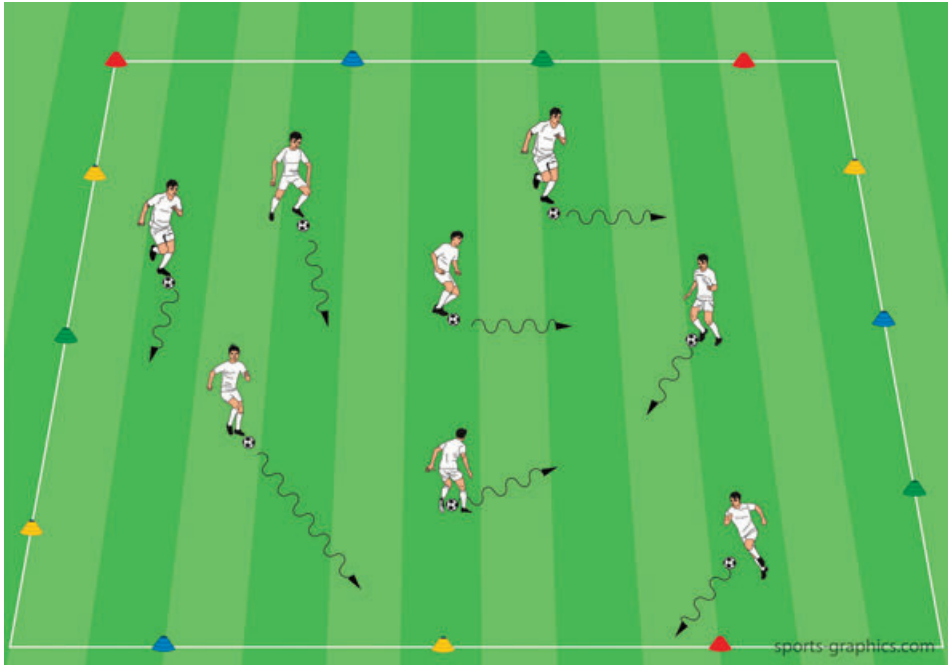
### 5. Umschauen

Der 360-Grad-Blick ist elementar für eine gute Spielübersicht.



## Stunde 1: Den Platz entdecken!

### Aufwärmen: Orientierungsdribbling im Raum



#### Organisation:

Bilden Sie aus verschiedenfarbigen Hütchen drei gleich große Felder. Besetzen Sie die Felder mit jeweils 8-10 Spielern je nach Gruppengröße. Alle haben einen Ball am Fuß. Sollten nicht genügend Bälle vorhanden sein, wechselt der Ballbesitz nach jedem Durchgang.

#### Aufbautipp:

Alternativ ohne Felder die ganze Halle als ein Feld nutzen, um so „Aufbauzeit“ einzusparen.

#### Ablauf und Variationen:

Die Spieler dribbeln durcheinander in ihrem Feld. Folgende Aufgabenstellungen werden nacheinander realisiert:

1. Freies Dribbling ohne „Zusammenstöße“: Ziel ist es, den eigenen Ball nicht zu verlieren bzw. nicht mit anderen zusammenzustoßen. Stichwort: Ballkontrolle!
2. Auf ein akustisches Signal („Hopp“ oder Pfiff) müssen die Spieler schnellstmöglich an ein Hütchen ihrer Wahl dribbeln. Eine Mehrfachbesetzung ist erlaubt.

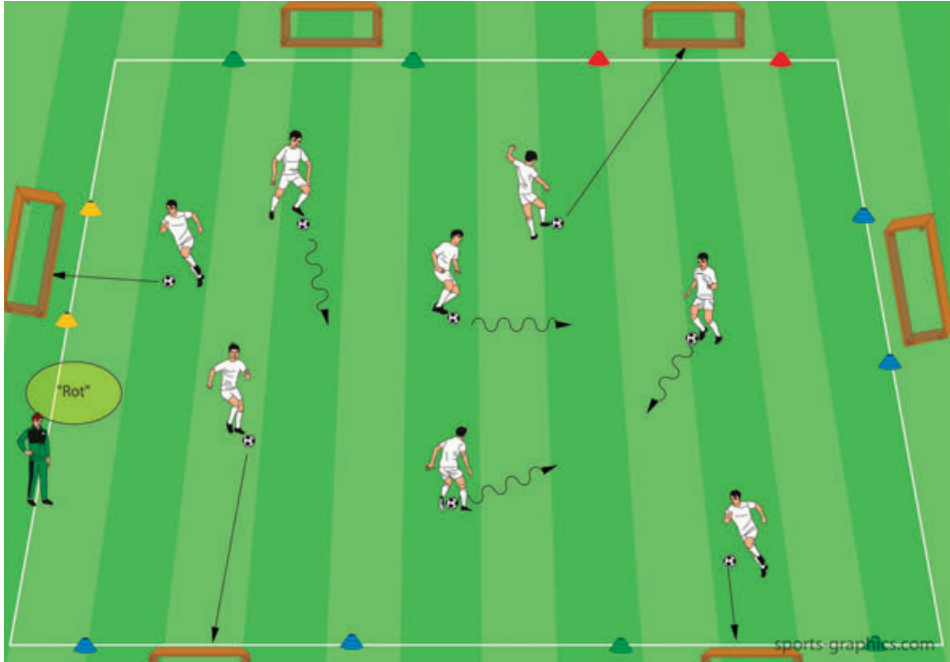
3. Auf ein visuelles Signal (z. B. den Arm heben) müssen die Spieler schnellstmöglich an ein Hütchen ihrer Wahl dribbeln. Eine Mehrfachbesetzung ist erlaubt.
4. Auf ein akustisches Signal (Farbe: z. B. „Rot“) müssen die Spieler schnellstmöglich an ein Hütchen der entsprechenden Farbe dribbeln. Eine Mehrfachbesetzung ist erlaubt.
5. Auf ein visuelles Signal (farbige Karte/Leibchen hochheben) müssen die Spieler schnellstmöglich an ein Hütchen der entsprechenden Farbe dribbeln. Eine Mehrfachbesetzung ist erlaubt.
6. Kombinationen aus visuellen und akustischen Signalen bilden. Z. B. den rechten Arm heben und „Rot“ rufen.

#### **Coachinghinweise und Feedback:**

1. Motivieren Sie die Spieler den Blick, vom Ball zu lösen!  
Vo: „Löse den Blick vom Ball!“  
GF: „Wo steht dein Tor?“ „Wo ist dein Zielhütchen?“  
OF: „Wie kannst du am besten dein Ziel im Blick halten?“  
Im: „Mitspieler und Ziel im Blick haben.“
2. Enge Ballführung  
Vo: „Führe den Ball abwechselnd mit der Innen- und Außenseite!“  
GF: „Mit welchem Teil des Fußes kannst du den Ball enger führen?“  
OF: „Welche Möglichkeiten hast du, um den Ball zu kontrollieren?“  
Im: „Dribble nur so schnell, wie du den Ball kontrollieren kannst!“, „Nutze alle Teile deines Fußes!“

# SCHULFUSSBALL

## Hauptteil: Wo steht das Tor?



### Organisation:

Bilden Sie aus verschiedenfarbigen Hütchen drei gleich große Felder. Besetzen Sie die Felder mit jeweils 8-10 Spielern je nach Gruppengröße. Alle haben einen Ball am Fuß. Sollten nicht genügend Bälle vorhanden sein, wechselt der Ballbesitz nach jedem Durchgang.

Stellen Sie sechs Kastenteile als Tore auf. Ordnen Sie jedem Tor eine Farbe zu, welche durch Hütchen markiert wird. Alternativ kann ein Leibchen über das Tor gehängt werden, um die Farbe zu signalisieren. Sollten keine Kästen vorhanden sein, können auch nur die farbigen Hütchen als Tore eingesetzt werden.

### Aufbautipp:

Stellen Sie direkt zu Stundenbeginn die Kästen etwas weg vom Feld auf, um unnötig lange Umbauphasen zu vermeiden. Erfolgt der Wechsel zum Hauptteil, helfen alle mit, um die Kästen heranzuziehen. Alternativ ohne Felder die ganze Halle als ein Feld nutzen, um so „Aufbauzeit“ einzusparen.

### Ablauf und Variationen:

Die Spieler dribbeln durcheinander in ihrem Feld. Wie im Aufwärmabschnitt werden auf ein akustisches oder ein visuelles Signal hin verschiedene Aufgaben, die vorher klar definiert werden, ausgeführt.

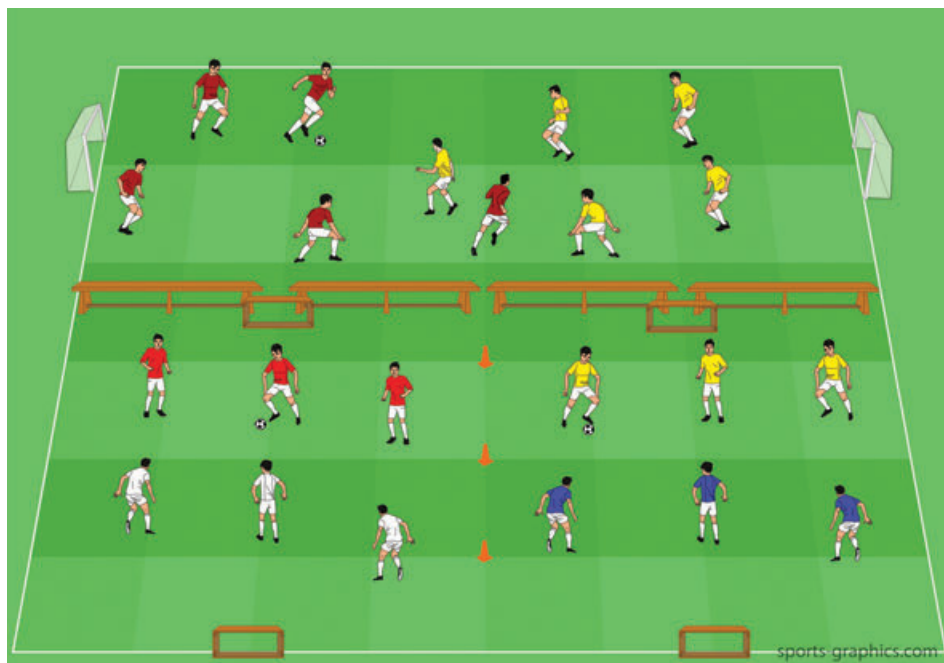
Hierbei kommen zwei Techniken zum Einsatz: Dribbling und Passen.

1. Auf ein akustisches Signal („Hopp“ oder Pfiff) müssen die Spieler schnellstmöglich an ein Tor ihrer Wahl dribbeln und den Ball aus kurzer Distanz darin „unterbringen“.
2. Auf ein visuelles Signal (z. B. den Arm heben) müssen die Spieler schnellstmöglich in ein Tor ihrer Wahl passen. Die Distanz ist hier größer als bei Aufgabe 1. Eine Mehrfachnutzung der Tore ist natürlich bei beiden Aufgaben möglich.
3. Akustisches und visuelles Signal, damit Passen und Dribbeln kombinieren.
4. Mehrere Farben hintereinander rufen (z. B.: „Rot – Gelb – Grün“). Die Spieler dribbeln zuerst an ein rotes, dann an ein gelbes Hütchen und passen abschließend auf das grüne Tor.
5. Bilden Sie Paare: Die Paare führen die Farbkombinationen zusammen aus, indem Spieler 1 zu Rot dribbelt, Spieler 2 zu Gelb und Spieler 1 dann den Pass auf das grüne Tor spielt. Punkte zählen! Wer hat zuerst fünf Tore erzielt?
6. Weitere Differenzierung von Aufgabe 4: Die Anzahl der Farben verringern/erhöhen. 3-4 Durchgänge pro Variante.

### Coachinghinweise und Feedback:

1. Beim Passen auf das Tor die Ruhe bewahren und einen festen Stand haben!  
Vo: „Schau auf das Tor, bevor du passt/schießt!“  
GF: „Was musst du tun, bevor du auf das Tor passt/schießt?“  
OF: „Welches Verhalten vor dem Schuss hilft dir, um das Tor zu treffen?“  
Im: „Nimmst du die optimale Position ein, um das Tor zu treffen?“
2. Den Ball möglichst eng am Fuß führen (s. Aufwärmen)!

## Schluss: Freies Spiel in drei Feldern



### Organisation:

Je nach Hallengröße organisieren Sie drei Spielfelder. Spielfeld 1 umfasst eine Hallenhälfte und ist mit Handballtoren oder Minitoren besetzt. Dort wird 5 gegen 5 gespielt. Die Spielfelder 2 und 3 sind mit Kastenteilen als Tore besetzt. Dort wird jeweils 3 gegen 3 (oder 4 gegen 4) gespielt. Die Felder werden durch Hütchen voneinander abgetrennt. Teilen Sie die Zeit so ein, dass jede Gruppe in jedem Feld spielen kann.

### Aufbautipp:

Wenn genügend Bänke oder weitere kleine Kästen zur Verfügung stehen, können die Felder auch mit diesen abgegrenzt werden. Die dadurch entstandene Bande erhöht die Spielzeit, da der Ball nicht ins Aus rollen kann und erhöht den Reiz des Spiels, da die Bande ein zusätzlicher Mitspieler ist.

### Ablauf und Variationen:

Die drei Spielfelder bieten (fast) allen die Möglichkeit, gleichzeitig zu spielen. Sie können nicht aktive Schüler als Schiedsrichter, Zeitnehmer oder Turnierleitung einsetzen oder die Gruppe selbst entscheiden lassen.

Durch die drei Felder kann differenziert werden. Im großen Feld spielen die vermeintlich Besseren. In den beiden anderen spielen diejenigen, die noch etwas schwächer sind.

Somit bildet das Großfeld auch einen Anreiz, um besser zu werden, um dort spielen zu können. Die Besseren könnten z. B. die Vereinsspieler sein.

**Coachinghinweise und Feedback:**

1. Möglichst wenig eingreifen!
2. Bei Bedarf Hilfe anbieten!
3. Lehrreiche Situationen einfrieren und dazu Erläuterungen geben.
4. Zum Abschluss abfragen, welche Spielform am meisten Spaß gemacht hat und warum.

**Verlaufsplan**

Zeit	Unterrichtsphasen	Inhaltliche Schwerpunkte/ Maßnahmen	Sozial-/ Aktionsformen	Medien	Anmerkungen zum Lernprozess
0-10´	Begrüßung, Aufwärmen	Die SuS dribbeln im Feld und führen unterschiedliche Aufgaben aus. Jeder hat einen Ball.	Plenum Lehrer- vortrag	Bälle, Hütchen	
10-13´	Problemorientierung	„Welche Probleme hattet ihr beim Dribbeln?“ „Worauf muss ich achten, wenn ich mich im Feld bewege?“ (Kopf hoch, Sicherheit vor Schnelligkeit, enge Ballführung)	Plenum	Bälle, Hütchen	Die Fragen zu Beginn offen formulieren und dann enger fragen, um schneller zum Thema zu kommen.
13-33´	Erarbeitungsphase	Es werden mehrere Felder aufgebaut.	Plenum	Bälle, Hütchen	
33-35´	Reflexion	„Haben euch die Tipps vom Beginn der Stunde geholfen, den Ball sicher über das Feld zu führen? Konntet ihr euch besser orientieren?“	Plenum		
35-45´	Motivierender Abschluss	Spielform auf Kleinspielfeldern	Gruppen	Bälle, Hütchen	Eventuell nach Leistungsstärke die Gruppen zusammenstellen.

# UNTERRICHTSREIHE „FUSSBALL ENTDECKEN – TEIL II: TAKTIK“

Die zweite Unterrichtsreihe greift die in Teil I erarbeiteten technischen Inhalte auf und versucht, diese in sogenannte *basistaktische Situationen* einzubetten. Das Ziel ist es, Grundlagen des taktischen Verständnisses zu erlangen und zu verstehen. Sicherlich wird hier auch der technische Aspekt nochmals unter verschiedenen Drucksituationen weiterentwickelt.

Dass Zeit-, Raum-, Gegnerdruck bei taktischen Inhalten zunimmt, ist normal und somit ergeben sich erhöhte Anforderungen an die Technik.

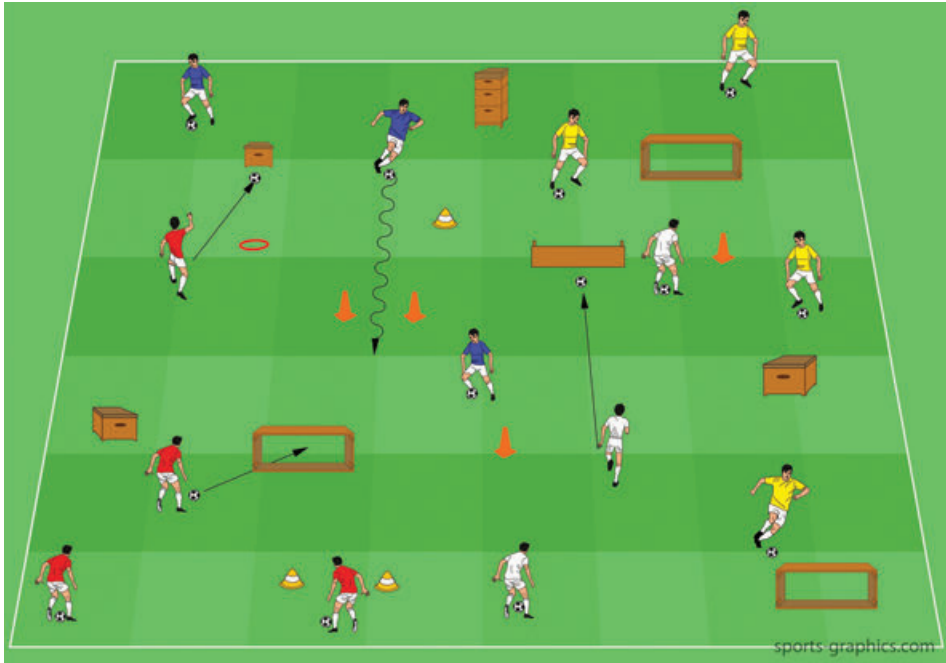
Grundsätzlich ist es nicht beabsichtigt, zu hohen Druck zu erzeugen, da wir im Schulfußball immer noch deutlich weniger Vereinsspieler haben, denen man auf dem Niveau einen Expertenstatus zuschreiben kann.

Die folgenden Unterrichtsstunden sind so konzipiert, dass fast alle Übungs- und Spielformen auf einem sehr einfachen Niveau starten, welches sich weiter steigern lässt.



# Stunde 1: Richtung Tor – ein Ziel ansteuern

## Aufwärmen



### Organisation:

Verteilen Sie unterschiedliche „Ziele“ in der Halle (Hütchen, Kästen, Markierungen an der Wand . . .). Jedes Kind hat einen Ball.

### Ablauf und Variationen:

Alle Kinder dribbeln mit ihrem Ball durch die Halle. Sie sollen versuchen, möglichst viele Ziele anzusteuern. Sie dürfen um diese herumdröbbeln oder einen Pass dagegen spielen. Sie sollen unterschiedliche Entfernungen ausprobieren sowie aus unterschiedlichen Winkeln an die Hindernisse randröbbeln oder passen.

### Coachinghinweise und Feedback:

Vo: „Spiele den Ball einmal aus einer kurzen und dann aus einer längeren Distanz!“

Vo: „Versuche dann, den Kasten von der Seite schräg anzuspielen!“

GF: „Nenne mir die Techniken, die du benötigst, um das Ziel zu treffen!“

OF: „Wie erreichst du am ehesten das Ziel?“

