

<b>Zeitschrift:</b>	Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
<b>Herausgeber:</b>	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
<b>Band:</b>	13 (1956)
<b>Heft:</b>	12
<b>Rubrik:</b>	Fussball : Stafetten- und Spielformen für den Vorunterricht

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 09.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Fussball

## Stafetten- und Spielformen für den Vorunterricht

Text:  
Hans Rüegsegger  
Zeichnungen:  
Wolfgang Weiss

**Einleitung:** Das Spiel bildet im Rahmen des Lekitionsaufbaus im Vorunterricht einen wichtigen Bestandteil der Leistungsschulung. Neben den gebräuchlichen Turnspielen wie Korbball, Handball, Volley etc. soll auch das Fussballspiel entsprechend seiner weltweiten Bedeutung zum Zug kommen. Im sog. Grundschultraining, dessen Träger zur Hauptsache die Fussballklubs sind, spielt es naturgemäß die dominierende Rolle. Bei allen andern Vorunterrichtsorganisationen (Turnverein, Pfadfinder, freie Riege) kommt dem Fussballspiel jedoch nur die Bedeutung eines Ergänzungsspieles zu. Der «Fussballhunger» unserer Jugend darf nun aber nicht damit gestillt werden, dass man die

Schüler gegen Schluss der Lektion «wie die Wilden» auf zwei Goals «tschutten» lässt, nein, es gilt, diesen Drang in gesittete Bahnen zu lenken. Das Fussballspiel ist nicht leicht zu erlernen. Es braucht dazu vor allem eine technische Spezialschulung. Diese zu vermitteln ist jedoch nicht Sache des Vorunterrichts. Und trotzdem ist es möglich, unter Weglassung formaler technischer Uebungen, sagen wir einmal «das Vorunterrichts-Fussballspiel» zu erlernen, nämlich nach dem Motto: «Spielen kannst du durch Spielen lernen».

Etwa so: (Vergleiche auch «Starke Jugend — Freies Volk», Nr. 10, 1950)

Legende: Weg des Balles



Weg des Spielers ohne Ball



Weg des Spielers mit Ball



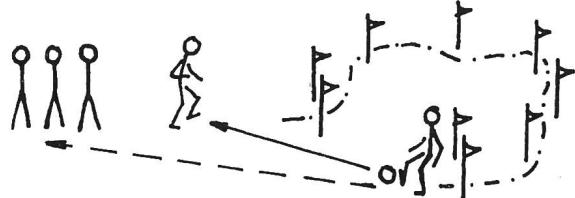
Terrain: Halle oder Spielplatz

Material: Fähnchen oder Stäbe

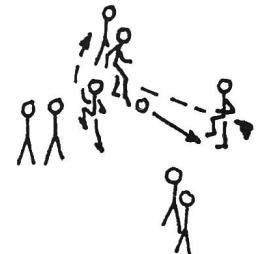
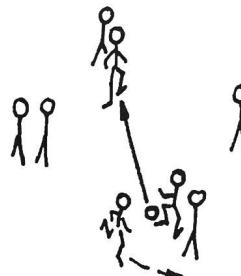
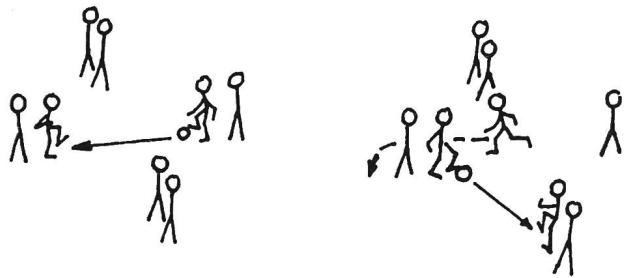
Hohlbälle, Gummibälle oder Tennisbälle

### 1. Stafetten mit Ballführen, Passen und Stoppen

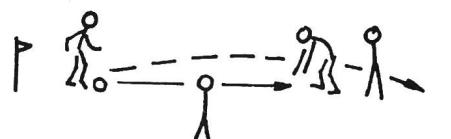
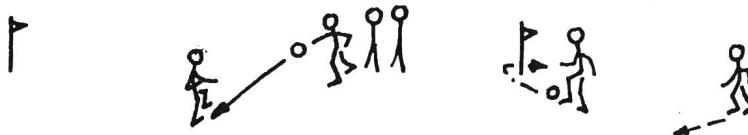
Beliebiges Führen des Balles mit Innen- und Aussenrist um die Fähnchen herum.



Ball mit Innenrist passen. Platzwechsel in Ballrichtung. Zuerst Ball mit Fuss stoppen, dann spielen, später direkt weiterleiten (Wettkampf zwischen zwei Spielgruppen).



Zuspiel von Hand. Der Ball wird gestoppt, am Fuss zum Fähnchen geführt und von dort mit einem Pass an die Spielerkolonne zurückgegeben.

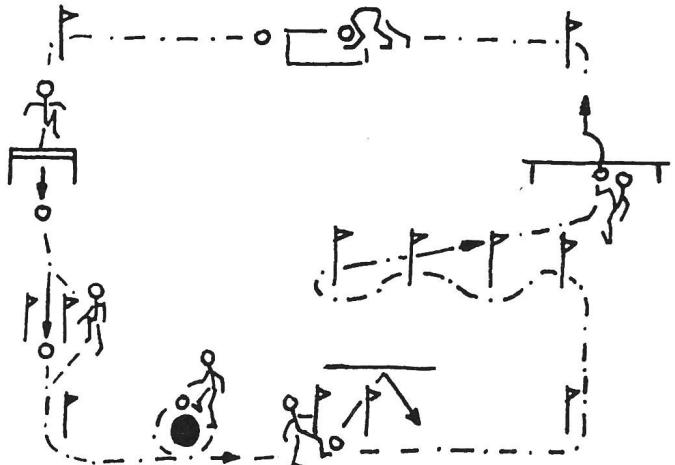


## 2. Parcours

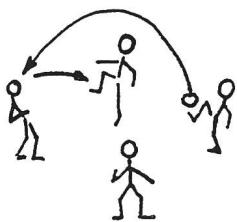
### Hindernislauf mit dem Ball

Die Skizze zeigt eine von vielen Möglichkeiten. Es können auch andere Hindernisse und andere Aufgaben gestellt werden. Je nach Anzahl der Schüler und Bälle ist folgender Ablauf möglich:

- Einzelwettkampf auf Zeit
- 2, 3 und 4 Spielgruppen



## 3. Flugballkonkurrenz



- Zwei oder mehrere Spielgruppen zu 3—5 Spielern. Jede Gruppe versucht, den Ball mit Fuss, Knie und Kopf möglichst lange in der Luft zu halten (jonglieren). Jeder Schlag auf den Ball zählt einen Punkt. Fällt der Ball zu Boden, muss wieder neu begonnen werden. Die Gruppe, die nach fünf Minuten die grösste Punktzahl erreicht, hat gewonnen.
- Dasselbe in der Vorwärtsbewegung über eine bestimmte Wegstrecke. Diejenige Gruppe, der es gelingt, das Ziel zu erreichen, ohne dass der Ball den Boden berührt, hat gewonnen. Fällt der Ball zu Boden, muss beim Ausgangspunkt neu begonnen werden.

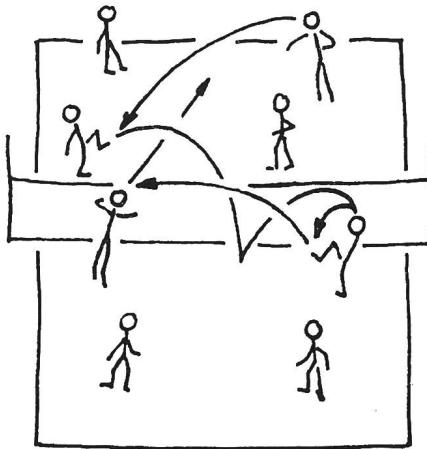
## 4. Ball in den Korb

Eine Spielergruppe unter dem Korb versucht, durch fortwährendes Spielen des Balles mit dem Fuss Korbtreffer zu erzielen.

- Als Einzelwettkampf. Sieger wird der, welcher die meisten Korbtreffer erzielt.
- Als Parteiwettkampf zwischen zwei Gruppen.

## 5. Fussballtennis

Das Spielfeld (ca.  $10 \times 10$  m) ist in der Mitte durch ein Netz oder eine Leine in zwei gleichgrosse Hälften geteilt. In jeder Feldhälfte befinden sich 4—6 Spieler. Die Angabe (Service) erfolgt hinter der Spielfeldgrenze und erfolgt mit dem Fuss. Der Ball muss in direktem Flug über die Leine in das gegnerische Feld geschlagen werden. Die Gegenpartei versucht, den Ball so zurückzugeben, dass er von den Spielern der andern Feldhälfte womöglich nicht erwischt wird. Die Parteien können das Leder von Mann zu Mann spielen, dieses darf aber dabei nur je einmal den Boden berühren. Diejenige Partei, welche 15 Fehler aufweist, hat das Spiel verloren. Es serviert stets die Partei, welche einen Fehler begangen hat. Fliegt der Ball ins Netz oder über die Spielfeldgrenzen hinaus, so wird der Fehler derjenigen Spielgruppe belastet, die den Ball zuletzt berührt hat. Jedes Berühren der Leine durch den Ball wird ebenfalls als Fehler gewertet. Der Ball darf mit allen Körperteilen, ausgenommen den Händen und Armen, gespielt werden.



## 6. Sitzfussball

Halle oder Spielplatz. Zwei Mannschaften von je 6—10 Spielern sitzen einander gegenüber und spielen um den Besitz des Balles. Jede Mannschaft versucht, durch Zusammenspiel, den Ball in das Tor des Gegners zu schießen und das eigene Tor gegen die Angriffe des Gegners zu verteidigen. Das Spiel beginnt mit dem Anstoss von der Platzmitte aus. Der Ball darf nicht mit den Händen gespielt werden (Ausnahme: Torhüter). Die Spieler dürfen sich nur in sitzender Stellung fortbewegen. Diejenige Mannschaft, welche während der Spielzeit am meisten Tore erzielt, hat gewonnen. Dieses Spiel ist sehr lustig, aber auch recht anstrengend.

