Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 8 (2006)

Heft: 3

Rubrik: Gut geplant ist halb gespielt

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: 04.02.2026

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

nicht zum besseren Ansehen des Fussballspiels in der Schule beigetragen – ob dieses Bild nun der Realität entspricht oder nicht!

Die Erfahrungen der Schüler

Doch ist eine schwierige Ausgangslage oder die Angst vor fehlender Kompetenz Grund genug, ein Sportspiel mit solch hoher gesellschaftlicher Bedeutung zu ignorieren? Heinz Gmür, Sportlehrer am Gymnasium Bern–Neufeld und in der Trainerausbildung vom SFV tätig, meint »Nein». Er möchte den Lehrerinnen und Lehrern Mut machen, im Unterricht Fussball zu spielen. Ihn stört es nicht, dass der Lehrperson dabei manchmal eine untergeordnete Rolle zukommt, sondern sieht dies als Chance: «Fussball ist eines der Spiele, das wohl am besten gespielt werden kann, auch wenn man selbst nicht so kompetent ist. Die Schülerinnen und Schüler bringen meist bereits Know-how mit. Ich zum Beispiel pfeife oft während Spielsequenzen gar nicht gross. Die Schülerinnen und Schüler wissen, was ein Foul oder Handspiel ist und können das Spiel in den meisten Fällen selbst regeln. Man darf sie ruhig einmal machen lassen.»

Einfach kicken lassen

Heinz Gmür sieht aber vor allem in den Grundanlagen des Fussballspiels die Vorteile gegenüber anderen Sportspielen. «Fussball lässt sich auch spielen, wenn man technisch nicht zu den Begabtesten gehört. In den Pausen und in der Freizeit spielen die Kinder und Jugendlichen, zunehmend auch die Mädchen, eher Fussball und nicht Volleyball. Das ist technisch zu anspruchsvoll.» Zudem wird keine spezielle Infrastruktur benötigt. Ein Ball und zwei Tore, respektive vier Malstäbe oder zwei Schwedenkasten als Torersatz, genügen. Die heterogenen Klassen bezüglich des Spielniveaus machen den Unterricht wahrlich nicht einfacher, das ist sich Sportlehrer Gmür bewusst. Aber er ist sich sicher, «wenn man einige organisatorische Grundsätze bei der Lektionsgestaltung und der Gruppeneinteilung beachtet, werden alle Schülerinnen und Schüler auf ihre Rechnung kommen».

Fussball als Option

Im Spiel mit dem runden Leder können die Schülerinnen und Schüler viele taktische und technische Grundkompetenzen erwerben, die sie in anderen Sportspielen wieder anwenden können. «Die taktischen Grundelemente von Unihockey und Fussball sind einander sehr ähnlich», so Heinz Gmür.

Auch die pädagogischen und gesellschaftlichen Werte, die im Sportunterricht nach Lehrplan vermittelt werden sollen, können mit Hilfe vom Fussball aufgezeigt werden: gewinnen–verlieren, sich an Regeln halten, eine zugeteilte Rolle im Team einnehmen und gemeinsam mit den Mitspielern ein Ziel verfolgen. Aber auch respektvoll mit seinen Gegenspielern umgehen. Heinz Gmür betont jedoch, dass Fussball eine Möglichkeit unter vielen ist, die Teamfähigkeit und Fairness zu schulen. Diese Ziele können mit Fussball nicht besser, aber auch nicht schlechter, verfolgt werden. //

Gut geplant ist halb gespielt

Fussballlektionen gestalten // Wenn Lehrpersonen einige Grundsätze bei der Unterrichtsplanung berücksichtigen, können sie allen Schülerinnen und Schülern gerecht werden. Hier sind Anregungen zum Lektionsaufbau und sinnvolle Spiel- und Übungsformen.

› Ballführung

Felder tauschen

Was? Es werden zwei rechteckige Spielfelder (ungefähr zehn auf zehn Meter) markiert. Beide Mannschaften stehen in einem der Spielfelder. Alle Spieler wechseln nun gleichzeitig das Spielfeld und dribbeln dabei um die anderen Spieler. Zusammenstösse sollen vermieden werden.

Variante: Beim Wechsel versuchen die Spieler den anderen den Ball wegzuspielen, ohne die Kontrolle über den eigenen Ball zu verlieren.

Coachingpunkte:

– Den Ball nahe am Fuss führen.

– Der Körper wird zur Ballverteidigung zwischen Ball und Gegner geschoben.

Lebendige Uhr

Es werden zwei Mannschaften gebildet. Von Team A dribbelt jede Spielerin mit ihrem Ball möglichst schnell um das markierte Spielfeld. Die Spielerinnen von Team B stellen sich in der Mitte des Spielfeldes paarweise gegegenüber auf. Der Ball wird von einer Spielerin zur nächsten gepasst. Wie viele Pässe kann Team B machen, während die Spielerinnen von Team A dreimal um das Spielfeld dribbeln?

Coachingpunkte:

– Der Ball soll trotz hohem Lauftempo sicher und nahe am Fuss geführt werden.

Damit spielen allen Spass macht

■ Wenn immer möglich kleine Gruppen bilden und dort erfahrene gegen erfahrene Schülerinnen und Schüler und unerfahrene gegen unerfahrene kicken lassen.

■ Beim Spiel mit Halbklassen oder einer ganzen Klasse ist das nicht möglich. Dort sollten ausgeglichene Mannschaften gebildet werden.

■ In Übungsformen sollten leistungsheterogene Gruppen gebildet werden, das heisst versierte Schülerinnen oder Schüler trainieren mit schwächeren. Ist die Übung auf Zweikämpfe, also auf ein gegeneinander ausgerichtet, sind wieder Gruppen auf ähnlichem Leistungsniveau zu bevorzugen. //

› Pass- Ballannahme

Pass an Langbank

Was? Paarübung. In der Turnhalle werden Langbänke (auf der Seite liegend) verteilt. Schüler A spielt den Fussball an die Langbank, sein Spielpartner nimmt den Ball sauber an und spielt ihn seinerseits an die nächste Langbank.

Coachingpunkte:

– Die Pässe sollen mit dem Innenrist flach und scharf gespielt werden. Dazu muss das Fussgelenk gut fixiert werden.

Zick-Zack-Spiel

Was? Gruppenübung. In der Mitte des Spielfeldes werden Hütchen oder Malstäbe immer im gleichen Abstand voneinander als Offentore aufgestellt. Nun stellen sich zwei Schülerinnen auf beiden Seiten von jedem Tor im Abstand von vier bis sechs Metern auf. Am Anfang der Torreihe stehen einige Schülerinnen mit einem Ball. Nun passt eine Schülerin ihren Ball durch das erste Offentor und läuft dem gespielten Ball hinterher. Auf der anderen Seite wird der Ball von einer zweiten Schülerin angenommen und sofort wieder durch das zweite Offentor zur nächsten Mitspielerin gepasst. Ist der Ball am Ende der Torreihe angelangt, dribbelt die dort positionierte Schülerin an den Anfang. Der Turnus beginnt von neuem. Es sind mehrere Bälle im Umlauf (Abstand mindestens zwei Offentore).

Coachingpunkte:

– Diese Übung erfordert Konzentration und Disziplin!
– Der Pass muss flach, hart und präzise gespielt werden.
– Den Blick auf das Tor richten.

› Pass und Torschuss

Parallelslalom mit Ball

Was? Übung zu zweit. Es werden zwei parallele Slalom-Läufe mit zehn Metern Abstand zum Tor aufgestellt. Zwei Schüler durchlaufen gleichzeitig je einen Slalom. Schüler A führt einen Ball am Fuss mit und passt diesen am Ende des Slaloms zu Schüler B, der versucht, den Torwart zu bezwingen. Im nächsten Durchgang werden die Rollen getauscht.

Coachingpunkte:

– Den Ball vor dem Schuss auf das Tor gut kontrollieren.
– Den Blick auf das Tor richten.

› Kleine spielnahe Übungen

Zweikampf

Was? Zwei Spielerinnen spielen auf vier Tore. Es wird ein viereckiges Spielfeld mit einer Seitenlänge von sechs bis zehn Metern markiert. In der Mitte jeder Seitenlinie steht ein Tor von jeweils einem Meter Breite. Jede Spielerin greift auf zwei Tore an und verteidigt zwei Tore. Wer kann seine Gegenspielerin so austricksen, dass sie ein Tor erzielen kann?

Coachingpunkte:

– Mit schnellen Richtungsänderungen die Gegnerin umspielen.
– Den Körper zur Ballverteidigung zwischen Ball und Gegnerin schieben.

Angriff mit Verstärkung

Was? Zwei gegen eins auf einem begrenzten Spielfeld. Die drei Feldspieler spielen auf zwei Tore mit Torhüter. Ein Feldspieler ist neutral. Er spielt immer mit dem Ballbesitzer. Wer erzielt zuerst drei Tore?

Coachingpunkte:

– Wie verhält sich der Angreifer mit Ball, der Angreifer ohne Ball und der Verteidiger?

Wissenswert

GAG ist kein Gag

▶ Der Schweizerische Fussballverband empfiehlt, den Fussballunterricht in der Schule nach der GAG-Methode aufzubauen. Die drei Buchstaben stehen für «ganzheitlich–analytisch–ganzheitlich». Und so wird es praktisch umgesetzt:

1. Ganzheitlich: Die Lektion beginnt mit einem fussballnahen Basisspiel in kleinen Gruppen. Der Trainer oder die Sportlehrerin legt den Fokus auf ein Technik- oder Taktikelement, welches im analytischen Teil aufgegriffen wird.

2. Analytisch: Darauf folgt eine Übungsform, die eine der Grundfertigkeiten aus der Technik oder Taktik entwickeln hilft. Es ist sinnvoll, die Schülerinnen und Schüler zu fragen, was beim Grundspiel nicht geklappt hat bzw. zu verbessern wäre und die Technikübung darauf auszurichten.

3. Ganzheitlich: Im zweiten, ganzheitlichen Teil werden die Schülerinnen und Schüler zu einem freien Fussballspiel ohne künstliche Verfremdungen (zum Beispiel keine Einschränkung der Ballberührungen, spielfremde Verhaltensvorschriften) geführt. Die Kinder sollen während des Spiels besonders auf einzelne taktische oder technische Prinzipien achten (Raumaufteilung, über die Flügel angreifen). //

Literatur

Bruggmann, B. (Red.): 1020 Spiel- und Übungsformen im Kinderfussball. Schorndorf, Hofmann 1999.
SFV: Fussball geht in die Schule. Muri bei Bern 2004.
Brüggemann, D., Albrecht, D.: Schulfussball. Spielen – lernen – mitgestalten. Schorndorf, Hofmann, 1986.

J+S-Broschüren:
Gebhart, A.; Truffer, B: Juniorenfussball, Spielkreis 1:1. Magglingen, 1996.
Gmür, H: Juniorenfussball, Spielkreis 2:1 / 2:2 / 1:2. Magglingen, 1996.
Malzach, W.; Ryser, D.; Truffer, B.: Juniorenfussball, Spielkreis 3:3 / 4:4. Magglingen, 1996.
Schmid, F.; Fimian, A.; Truffer, B.: Juniorenfussball, Spielkreis 11:11. Magglingen, 1996.
Alle vier Broschüren zu bestellen bei:
BASPO, J+S-Dokumentation, 2532 Magglingen, dok.js@baspo.admin.ch

Video:
Bruggmann, B, M.Stich: Kinderfussball 5:5. Muri bei Bern, Technische Abteilung SFV, 1999.