



1. GESCHICKLICHKEITS- PARCOURS

Die Geschicklichkeitsspiele wurden in vielen Veranstaltungen und Schulfußballtagen erprobt und haben sich in vielerlei Hinsicht bewährt. Der Parcours ist schnell aufzubauen und einfach durchzuführen. Sie basieren auf den Übungen, die für das Fußballabzeichen des Deutschen Fußball-Bundes (DFB) deutschlandweit durchgeführt werden.

Der Geschicklichkeitsparcours nimmt 45 bis 60 Minuten in Anspruch. Es empfiehlt sich, pro Station zwei erwachsene Betreuer zu benennen.



Los geht's!>

1.1 DRIBBELKÜNSTLER

Der Spieler/die Spielerin dribbelt mit dem Ball durch einen Hütchen-Parcours in die markierte Zone (1x1 Meter). Dort stoppt er den Ball, setzt sich kurz auf ihn und umläuft danach mit dem Ball am Fuß das nächste Hütchen. Anschließend wird der Ball durch das Stangentor gespielt und das zwischen den Stangen gespannte Seil/die Querstange übersprungen. Nach dem Stangentor wird der Ball wieder aufgenommen und einmal das nächste Hütchen umdribbelt (Vollumdrehung!). Anschließend wird der Ball von einer Markierung (Hütchentor) in das aufgestellte Stangentor geschossen.

MÖGLICHE FEHLER SIND INSBESONDERE:

- Es werden Hütchen/das Stangentor ausgelassen.
- Der Ball springt beim Dribbling aus dem Gesamtfeld.
- Der Spieler/die Spielerin setzt sich nicht auf den Ball.
- Der Ball wird nicht korrekt durch das Stangentor gespielt.
- Der Ball wird nach dem Stangentor nicht aufgenommen.
- Der Spieler/die Spielerin hält beim Zielschuss den Abstand (5 Meter) nicht ein.
- Der Spieler/die Spielerin trifft zum Abschluss das Tor nicht.

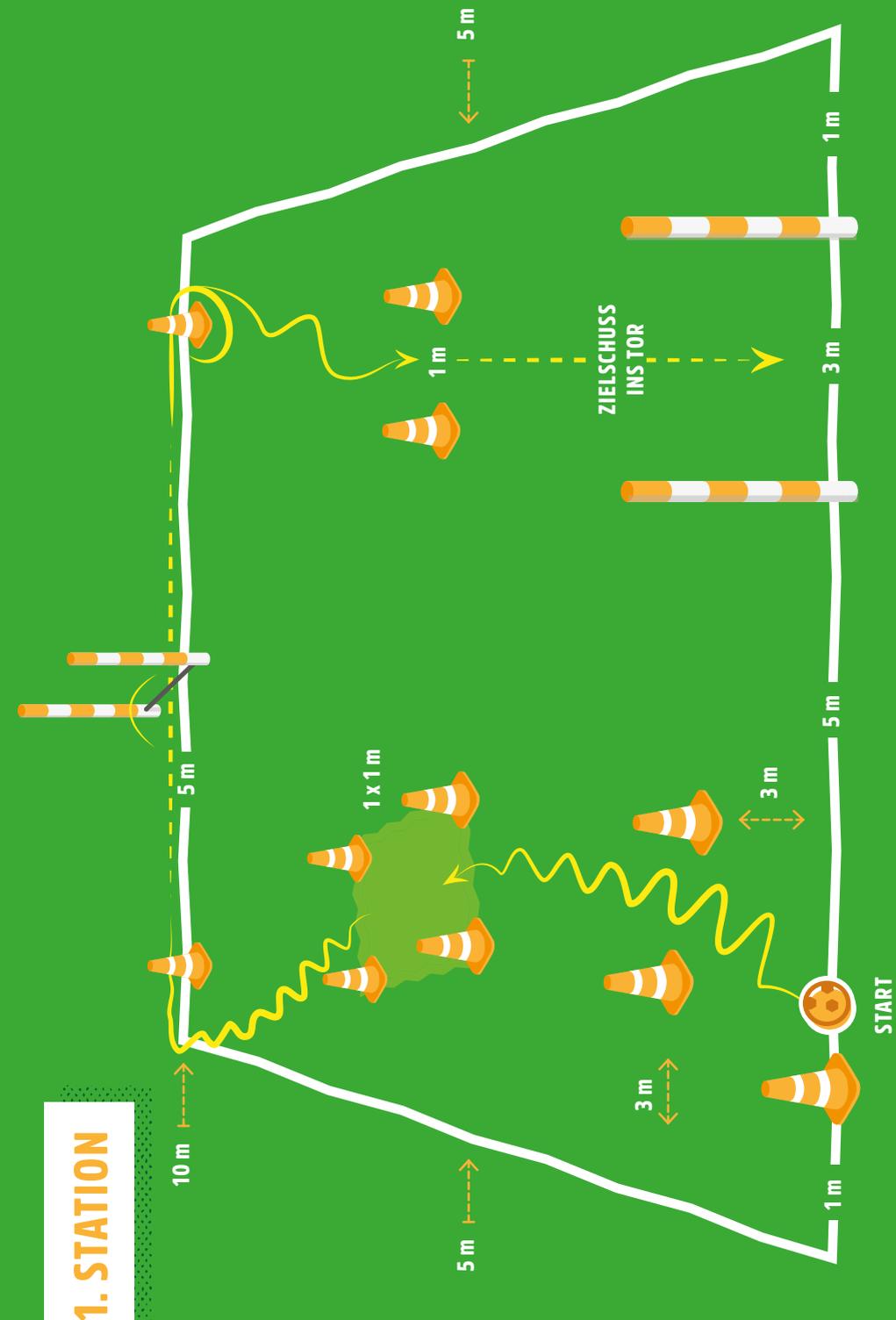
Materialien:

2 Stangen (alternativ: Kästen) mit Seil oder Querstange, 1 Tor oder 2 Stangen (alternativ: aufgeklebtes Tor an der Wand), 11 Pylonen (alternativ feste Gegenstände, die man auf den Boden zur Begrenzung legen kann (z. B. Papierkörbe), mindestens ein Ball, Stempel, Stoppuhr.

Punktzahl/Wertung:

Für das korrekte Ausführen der Übung mit maximal einem Fehler erhält der Schüler/die Schülerin drei Punkte. Für die Ausführung mit zwei Fehlern erhält der Schüler/die Schülerin 2 Punkte, bei 3 und mehr Fehlern 1 Punkt.

Maximale Punktzahl 3



1.2 KURZPASS-ASS

Der Ball wird von einem beliebigen Punkt aus der Pass-Zone zehnmal gegen eine Bank (alternativ: gegen eine Wand) gespielt. Der Ball muss immer von der Bank/der Wand in die Pass-Zone zurückprallen.

MÖGLICHE FEHLER SIND INSBESONDERE:

- Der Ball kommt nicht in die Pass-Zone zurück.
- Der Ball prallt von der Bank über die Pass-Zone hinaus zurück.
- Der Ball wird über die oder an der Bank vorbeigeschossen.

Materialien:

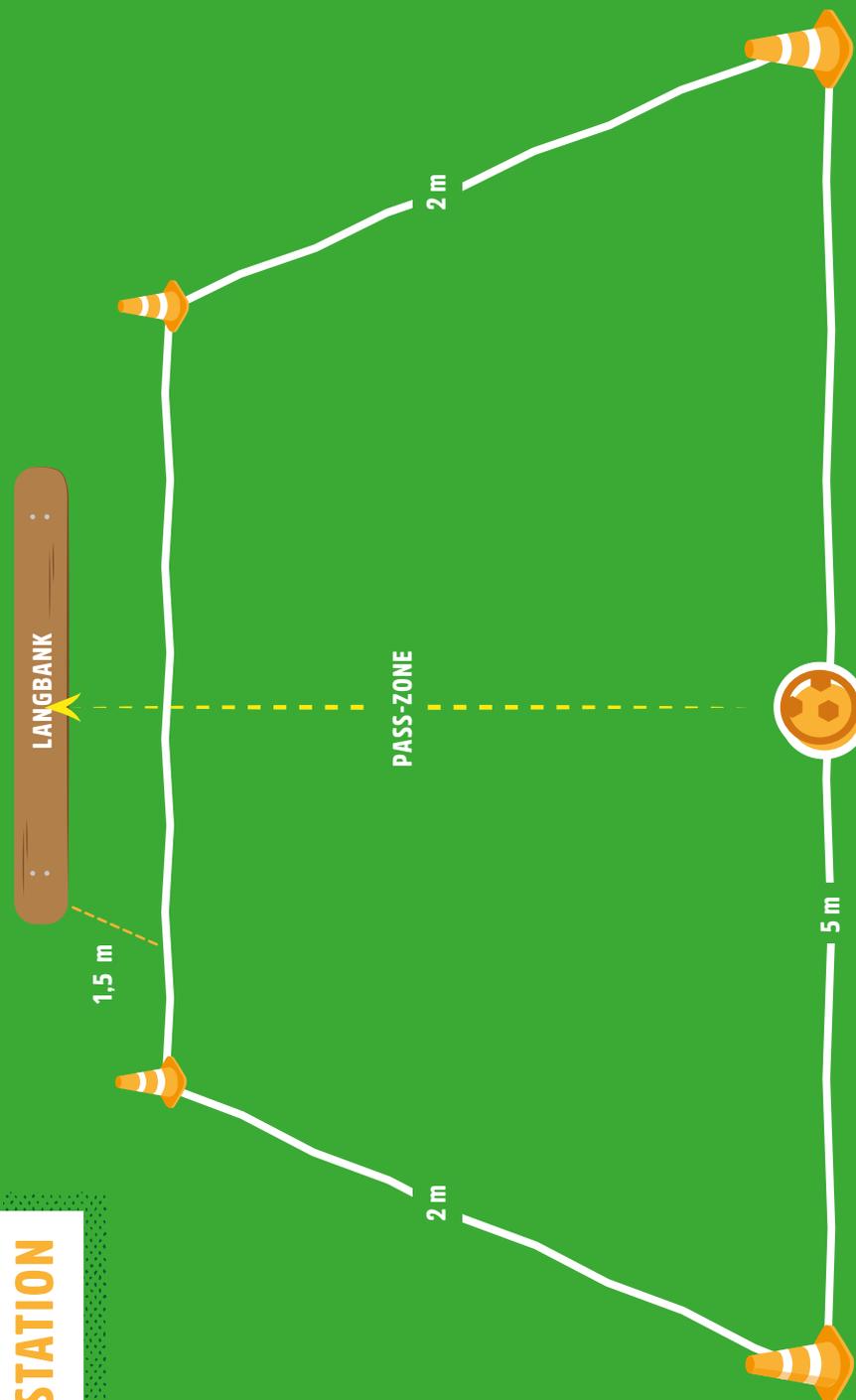
Langbank (alternativ Kästen), 4 Markierungshütchen (alternativ feste Gegenstände, die man auf den Boden zur Begrenzung legen kann, z. B. Papierkörbe), ein Ball, Stempel.

Punktzahl/Wertung:

Wenn der Ball dreimal in die Pass-Zone zurückkommt, erhält der Schüler/die Schülerin einen Punkt, wenn er öfter als fünfmal zurückkommt 2 Punkte. Für sieben erfolgreiche Versuche gibt es 3 Punkte.

Maximale Punktzahl 3

2. STATION



1.3 ELFER-KÖNIG

Der Spieler/die Spielerin schießt den Ball mit Anlauf fünfmal aus sieben Meter Entfernung auf das Tor.

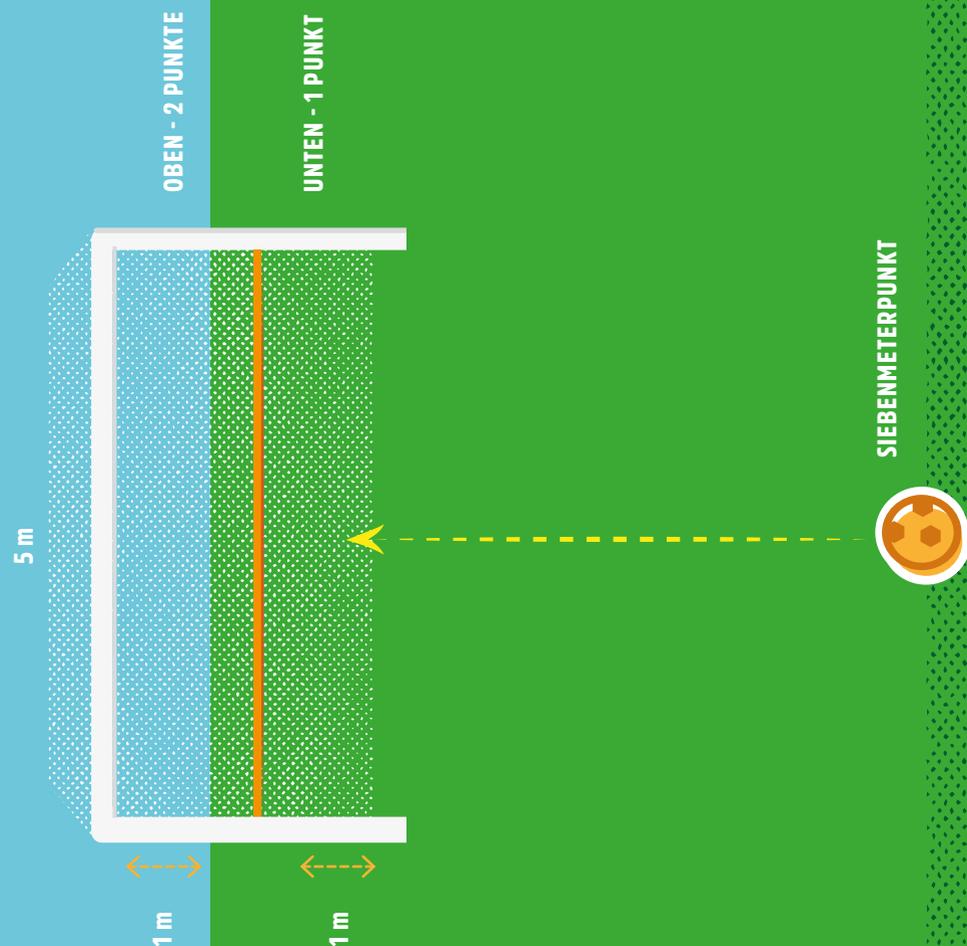
Materialien:

Kleinfeldtor (2x5 Meter) oder ein Handballtor oder Markierungen an der Wand (Sporthalle), ein Spannband (alternativ: Seil oder Absperrband), ein Markierungsteller oder Klebeband (Kreise), mindestens ein Ball, Stempel.

Punktzahl/Wertung:

Für die Teilnahme an der Übung erhält der Schüler/die Schülerin einen Punkt. Wenn er/sie keinen Ball verschießt, also mit allen das Tor trifft, erhält er/sie zwei Punkte, verschießt er/sie keinen Ball und trifft zudem mehr als zweimal in die obere Hälfte erhält der Schüler/die Schülerin drei Punkte.

Maximale Punktzahl 3



3. STATION