

FUSSBALL MEMORY SELBST GESTALTEN

EIN MEMORY SELBST BASTELN IST GANZ EINFACH. MIT UNSERER MEMORY VORLAGE KÖNNT IHR EIN KLEINES FUSSBALLSPIEL SELBER MACHEN. MEMORY SELBST GESTALTEN - SO GEHT 'S!

FUSSBALL MEMORY SELBST GESTALTEN - IHR BRAUCHT:

- Unsere Vorlage
- Jeweils zwei Bilder von euren LieblingsspielerInnen
- Schere
- Kleber

UND SO WIRD DAS FUSSBALL MEMORY GEBASTELT:

Druckt unsere Vorlage auf festem Papier aus. Schneidet so viele Bälle aus, wie ihr braucht. Sucht im Internet oder in Zeitschriften jeweils zwei Bilder von euren Lieblingsspielern. Gerne könnt ihr auch Fußballkarten oder Fußball-Aufkleber dafür nehmen. Je älter die Kinder sind, desto mehr Memory Karten braucht ihr, damit das Spiel nicht langweilig wird. Schneidet die SpielerInnen aus und klebt diese auf die Rückseite der Bälle.

UND SO WIRD GESPIELT:

Dreht die Karten mit dem Fußball nach oben. Die SpielerInnen müssen versuchen, möglichst viele Paare zu finden. Ist eine Person am Zug, darf sie zwei Karten aufdecken. Zeigen die Plättchen das gleiche Fußballmotiv, dann hat der/die Spielende ein Paar gefunden, legt beide Plättchen offen vor sich ab und kann zwei weitere Karten umdrehen. Sind zufällig auch diese gleich, spielt er/sie noch einmal und so weiter. Passen die beiden Karten nicht zusammen, legt die Person die Karten mit dem Gesicht nach unten wieder an ihren Platz zurück. Nun ist der/die nächste SpielerIn an der Reihe, zwei Karten umzudrehen. Liegen keine Karten mehr auf dem Tisch, hat die Person gewonnen, die die meisten Paare gefunden hat.



FUSSBALL MEMORY BASTELN - VORLAGE [PDF]



DEINE RÄTSELSEITE

FINDE DIE 7 FEHLER!



AUFWÄRMEN

Damit du dich bei den Übungen nicht verletzt, ist es wichtig, dass du dich vorher gut aufwärmst. Mach jede dieser Übungen ca. 20 Sekunden lang, atme dazwischen gut durch und schüttele deine Arme und Beine aus. Vielleicht hilft dir jemand aus deiner Familie und stoppt die Zeit für dich.

HAMPPELMANN – Spring aus dem Stand in eine leichte Grätsche, so dass die Beine geöffnet sind, nimm gleichzeitig die Arme seitlich nach oben und klatsch die Hände zusammen. Spring zurück in deine Ausgangsposition mit geschlossenen Beinen, die Arme an den Oberschenkeln.

ANFERSEN – Lauf auf der Stelle und bring dabei deine Fersen hoch bis an den Po.

KNIEEBENEN – Lauf weiter auf der Stelle und heb dabei nun die Knie weit nach oben.

KNIEBEUGEN – Stell dich mit etwa hüftbreit geöffneten Beinen hin und streck deine Arme nach vorne. Gehe nun mit nach hinten gestrecktem Po soweit in die Knie wie möglich, dabei bleiben deine Füße fest auf dem Boden.

BALL UM DEN BAUCH KREISEN – Nimm einen Ball und kreis ihn um deinen Bauch herum, indem du ihn von einer Hand in die andere gibst. Wechsel nach zehn Sekunden die Richtung.

BALL UM DIE BEINE KREISEN – Öffne deine Beine hüftbreit, beug dich nach unten und roll den Ball auf der Linie einer 8 zwischen deinen Beinen hindurch. Wechsel nach 10 Sekunden die Richtung.

STRECKSPRÜNGE – Geh in die Hocke, berüh mit den Händen den Boden und spring von dort so hoch du kannst. Streck dabei auch deine Arme in die Höhe und mach dich so groß wie möglich.

STRECKEN UND DEHNEN – Streck dich aus dem Stand nach oben so hoch du kannst und lass dich dann nach unten fallen. Versuch dabei, mit deinen Händen deine Füße zu berühren.

ALLE VIDEOS FINDET IHR UNTER:
www.ball-helden.de/kidsclub/training

MACH MIT!



ZUM FANKLUB



INTERVIEW

NAME: LISA WUTZ
POSITION: MITTELFELD
JAHRGANG: 1998
RÜCKENNUMMER: 20
ZWEITE KAPITÄNIN BEIM FFC WACKER MÜNCHEN - 3. LIGA FRAUENFUSSBALL

1. WANN HAST DU ZUM ERSTEN MAL FUSSBALL GESPIELT UND WIE BIST DU DAZU GELKOMMEN?
Mein Papa war Trainer von meinem großen Bruder. Als ich etwa drei Jahre alt war, hat meine Mama mich immer ins Training mitgeschickt, um mich auszu-powern. Eigentlich war ihr Plan nie, dass ich selbst mitspiele. Aber mein Papa hat mich einfach mitflitzen lassen. Mit fünf Jahren habe ich dann in einer eigenen F-Jugend-Mannschaft bei den Jungs angefangen.

2. WAS MACHT DIR BEIM FUSSBALLSPIELEN AM MEISTEN SPASS?
Am meisten Spaß macht es mir, im Team zu spielen und auf sowie neben dem Platz immer zusammenzuhalten.

3. WAS HAST DU DURCH DEN FUSSBALL GELERNT, DAS DIR AUCH IM ALLTAG HilFT?
Ich habe gelernt, wie wichtig Teamfähigkeit ist und dass die richtige Mentalität und Mut Berge versetzen können.

4. HAST DU VORBILDER? WENN JA, WEM?
Ein richtiges Vorbild habe ich nicht. Aber wenn ich jemanden nennen müsste, wäre es vielleicht Bastian Schweinsteiger - allein wegen seiner Mentalität im WM-Finale in Brasilien.

5. WAS MACHT DU GERNE, WENN DU NICHT GERADE FUSSBALL SPIELST?
Ich gehe gerne mit Familie und Freunden etwas essen oder trinken. Außerdem koche ich gerne, gehe wandern oder im Winter Ski fahren.

6. WIE OFT MUSST DU IN DER WOCHENTRAINIEREN?
Of! (lacht) Viermal die Woche mit Wacker. Am freien Tag bin ich häufig noch im Gym (Fitnessstudio / Kraftraum) - im Alter werden die körperlichen Bausteine leider immer mehr. Zusätzlich kommen die Spiele und teilweise das Abschlussstraining bei Auswärtsspielen mit Übernachtung am Wochenende dazu.

7. WARUM DENKST DU, DASS FUSSBALL AUCH FÜR MÄDCHEN EIN TOLLER SPORT IST?
Ich glaube, dass grundsätzlich jede Sportart gleichermaßen von Jungs und Mädchen betrieben werden kann. Es sollte endlich damit aufgehört werden, den Männer- mit dem Frauenfußball zu vergleichen. Wenn ein Mädchen Spaß am Kicken hat, soll sie sich nicht entmutigen lassen. Teamsportarten vermitteln Mädchen genauso wie Jungs wichtige Werte fürs Leben. Warum sollte Fußball also nichts für Mädchen sein?

8. WIE ERHÄHST DU DICH VOR UND NACH DEINEM TRAINING?
DANKEST DU AUCH MAL SÜSSIGKEITEN ESSEN?

Da ich 39 Stunden pro Woche einen normalen Job habe und größtenteils im Büro sitze, versuche ich, mein Mittagessen vorzubereiten, damit ich abends noch genügend Energie habe. Meistens gibt es Reis, Nudeln oder Kartoffeln. Da ich direkt vom Büro aus zum Zug fahren muss, um pünktlich in München zu sein, habe ich meistens noch etwas Obst oder einen Riegel dabei, den ich dann auf der Fahrt esse. Nach dem Training gibt es in der Regel nichts mehr, da ich erst kurz vor 23 Uhr daheim bin und dann schnell ins Bett gehe, weil der Wecker schon um 6 Uhr wieder klingelt. Natürlich achte ich auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung. Aber wenn ich mal Lust auf ein Stück Schokolade oder Kuchen habe, gönne ich mir das auch - ohne schlechtes Gewissen.

9. WAS MUSS MAN TUN, UM PROFI-FUSSBALLERIN ZU WERDEN?
Der Frauenfußball wird immer athletischer, und um körperlich mithalten zu können, muss man viel Zeit und Energie investieren. Man sollte nie aufhören, an sich selbst zu arbeiten. Aber in meinen Augen ist das Allerwichtigste, niemals den Spaß an der Sache zu verlieren!



SO WERDEN DIE SPENDENGELDER EINGESETZT

BLV-KINDERHILFE
Es ist für uns sehr bewegend, dass ihr einen Spendenlauf macht, um uns Kindern hier in Peru zu helfen. Die Stadt Ayacucho, wo wir leben, liegt hoch in den Bergen und es gibt leider viel Armut hier. In unserem Kinderhaus erhalten wir Hilfe beim Lernen, denn in unseren Schulen sind die Klassen sehr groß und unsere LehrerInnen haben keine Zeit, uns zu helfen, wenn wir etwas nicht verstehen. Wir haben keine Kinderzimmer und auch meistens keinen Schreibtisch zuhause. Wir können nur am einzigen kleinen Tisch, an dem wir auch essen, lernen und unsere Hausaufgaben machen. Da ist das Kinderhaus für uns eine ganz tolle Hilfe. Und wir haben auch viel Spaß im Kinderhaus, denn nachdem wir gelernt haben, spielen, basteln, tanzen und musizieren wir. Das macht riesig Freude.



BFV-SOZIALSTIFTUNG
Die BFV-Sozialstiftung unterstützt jährlich bis zu 100 Kinder, die aus sozial und wirtschaftlich benachteiligten Familien stammen, indem sie ihnen die Teilnahme an einem BFV-Feriencamp oder einer Ferien-Fußballschule ermöglicht. Mit den Spenden der BallHelden können 23 Kindern unvergessliche Erlebnisse geboten werden.



Ein Fußball-Aktionstag für 30 Geschwister schwerkranker Kinder, den die BFV-Sozialstiftung zusammen mit der Stiftung Ambulantes Kinderhospiz München organisiert, bietet ebenfalls Abwechslung und Lebensfreude. Neben Trainings mit einem lizenzierten Trainer, erhalten die Kinder eine hochwertige adidas-Trainingsausrüstung. Abgerundet wird der Tag mit dem Besuch einer bekannten Persönlichkeit aus dem Profifußball.

Zudem engagiert sich die BFV-Sozialstiftung bzw. der BFV seit 2005 in Mosambik. Mit den Geldern, die auch aus dem BallHelden-Projekt stammen, hat die BFV-Sozialstiftung drei Grundschulen mit Möbeln, Sportausrüstung und Lehrbüchern ausgestattet und Minispielfelder errichtet.



WUNSCH SPENDENPROJEKTE DER SCHULEN
Hochwasser Bayern BRK + Childrencare Uganda + Leukämiehilfe Ost-bayern + FC Kempten Jugend + FC Gundelfingen Hochwasser + Tafel Berchtesgaden + Team Bananenflanke + Förderverein GS Ketschendorf + Regensburger Herzen + Förderverein Milwitz + Förderverein GS Monheim + PatenKind der GS Schwabellweis + Humanitas + Aktion Lichtblicke e.V. + Aktion Deutschland Hilft Hochwasser + Schulförderverein Ruhlstraf a.d. Rott e.V. + Go+Share + Kinderkrebshilfe + Suibamoon + Maltesser Hilfsdienst + Stiftung Kinderlächeln Passau + Kiwanis Club + Förderkreis GS Frauenaarach + Jugendobf. 1. FC Waldstein + Studenteninitiative für Kinder + ASV Niederndorf + Michael und Waltraud Fuchs Stiftung + Haus Anna in Eichendorf + Clin(Cl)ouans + Zeltschule + Elisa Familiennachsorge + Station Regenbogen Würzburg + Förderverein Johannes Helm Schule + Stiftung Ambulantes Kinderhospiz + Kinder- und Jugendhilfe St. Josef + Cure Placea Krebsforschung + Tierheim + Kinderschutzbund KV Stammberg + FV GS Ketschendorf + Freiwillige Feuerwehr Dinkelscherben + 1000 Schulen für unsere Welt

BALLINO®



MIT GROSSEM GEWINNSPIEL

GEWINNSPIEL

191 Schulklassen haben letztes Jahr am Gewinnspiel teilgenommen. Der Hauptpreis: ein exklusiver Trainingstag in der Löwen-Fußballschule.

Beim BallHelden-Gewinnspiel verlorste der BLVV zum vierten Mal gemeinsam mit dem Bayerischen Fußball-Verband (BFV) einen Trainingstag mit den Trainern der Löwen-Fußballschule - dank der Unterstützung der Versicherung „die Bayerische“. Zudem gab es zehn Sonderpreise: große Fußball-Equipment-Pakete für Schulklassen.

Den Hauptpreis gewann eine Klasse der Grundschule Teising. Vor Ort wurden die Kinder von VertreterInnen des BLVV, der BFV-Sozialstiftung, der Bayerischen und den Trainern der Löwen-Fußballschule begrüßt. Besonders danken wir Herrn Reinhold Baier (BFV) und Herrn Joachim Zech („die Bayerische“) für ihre Unterstützung.

Nach dem Warm-up trainierten die Kinder Torschüsse, Spielformen und Koordination. Nach dem Mittagessen in der Sechzger-Alm gab es eine Überraschung: Trikots und einen Löwen-Pokal für jedes Kind. Das Highlight war der Besuch des Maskottchens „Sechzger!“, das für Fotos bereitstand. Zum Abschluss ging es zurück aufs Spielfeld für ein Fußball-Match.

Dank an „die Bayerische“, den TSV 1860 München, die Löwen-Fußballschule und die BallHelden! Das Gewinnspiel verbindet Fußballspaß mit sozialem Engagement.

Macht mit bei unserem Gewinnspiel! Teilnehmen könnt ihr sowohl als Schulklasse/Mannschaft als auch als BallHeld.

Wie nennt man den Spieler, der den Ball mit den Händen halten darf?

Wie nennt man es, wenn ein Spieler den Ball mit dem Kopf spielt?

Wer war Bundesliga Torschützenkönig 2023/24?

Wer wurde 2023/24 Deutscher Meister?

Habt ihr das Lösungswort gefunden? **ES GIBT TOLLE PREISE ZU GEWINNEN!**

FÜR BALLHELDEN
1. bis 3. Platz: BallHelden-Überraschungspaket
4. bis 15. Platz: Rucksack
16. bis 25. Platz: Trinkflasche

Wenn ihr als BallHeld teilnehmen möchtet, dann schreibt uns eine Postkarte oder eine Mail mit eurem Namen, eurer Adresse und dem richtigen Lösungswort an das BallHelden-Aktionsbüro, Balanstr. 97, 81539 München oder eine Mail an info@ball-helden.de.

FÜR KLASSEN/MANNSCHAFTEN

1. Preis: Trainingstag mit der Löwen-Fußballschule für eine Klasse/Mannschaft auf dem berühmten Trainingsgelände des TSV 1860 München an der Grünwalder Straße, unterstützt von der Bayerischen
2. Preis: Besuch eines DFB-Mobils an einer Schule mit einem Training vor Ort

Wenn ihr als Klasse oder Mannschaft teilnehmen möchtet, dann schreibt uns eine Postkarte oder eine Mail mit dem Namen eurer Schule/eures Vereins, die Adresse eurer Schule/eures Vereins, eure Klasse/Mannschaft und den Namen eurer Lehrerin/Trainerin oder eures Lehrers/Trainers, und natürlich das Lösungswort.

Bei Teilnahme von Minderjährigen wird das Einverständnis der Erziehungsberechtigten vorausgesetzt. MitarbeiterInnen des BLVV, ihrer KooperationspartnerInnen im Rahmen der BallHelden-Aktion sowie GewinnspielpartnerInnen und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. GewinnerInnen werden schriftlich benachrichtigt. Die Daten der TeilnehmerInnen werden nach der Auslosung gelöscht. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.





BLIV



die Bayerische 