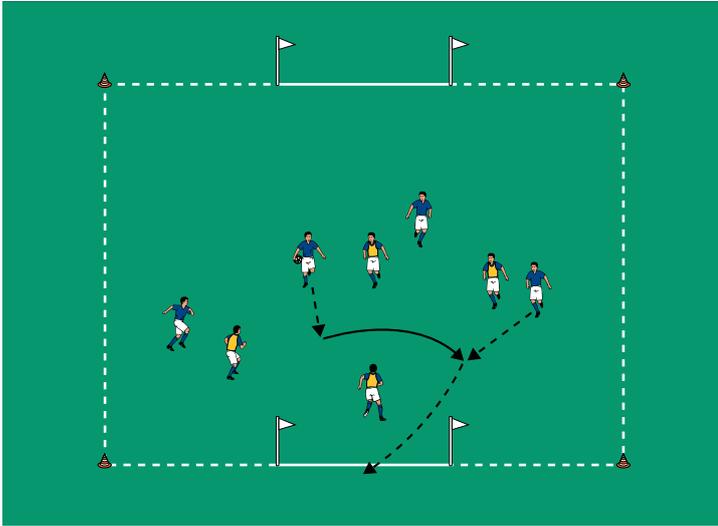


## THEMA: DIE BALLKONTROLLE VERBESSERN



### SPIEL 1:

### AMERICAN FOOTBALL

#### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 15 Meter großes Feld mit zwei großen Stangentoren markieren
- ▶ Zwei Teams einteilen
- ▶ 1 Ball

#### ABLAUF

- ▶ Die Kinder spielen Profis in der American-Football-Liga NFL. Gleich zu Beginn des Trainings machen sie ein Testspiel.
- ▶ Football im 4 gegen 4. Der Ball muss in den Stangentoren auf den Boden gelegt werden. Die Angreifer dürfen passen, die Verteidiger dürfen den Weg versperren und den Ballbesitzer festhalten.

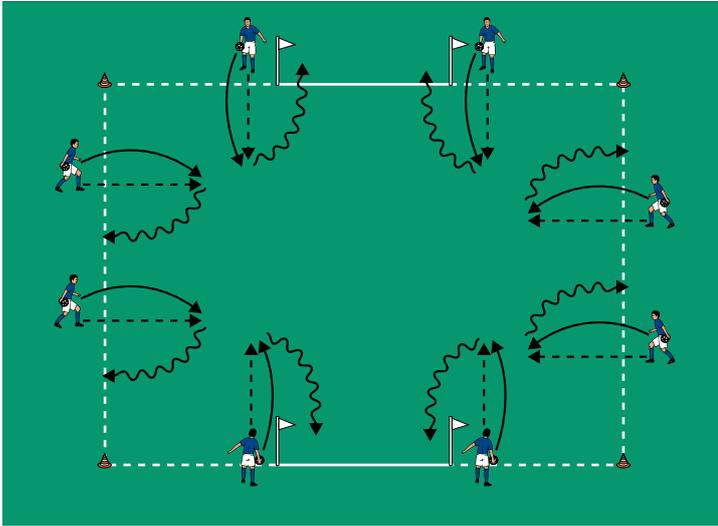
#### VARIATIONEN

- ▶ Den Ball zum Mitspieler rollen.
- ▶ Es darf nur der Weg versperrt werden.
- ▶ Ein "Touchdown" bringt 2 Punkte, ein "Field Goal" (Schuss in das Stangentor) 1 Punkt.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ein Footballspiel fördert Zweikämpfe.
- ▶ Die Angst vor dem Körperkontakt wird abgebaut.
- ▶ Footballspiele sind sehr motivierend.
- ▶ Fehlende Stangen durch Hütchen ersetzen.

## THEMA: DIE BALLKONTROLLE VERBESSERN



### SPIEL 2:

### QUARTERBACK

#### ORGANISATION

- ▶ Die Kinder stellen sich an die Seitenlinien
- ▶ 1 Ball pro Kind

#### ABLAUF

- ▶ Die Quarterbacks über das Werfen von weiten Pässen.
- ▶ Die Kinder werfen den Ball ins Feld. Sie laufen hinterher, stoppen und dribbeln ihn über eine Linie ihrer Wahl.

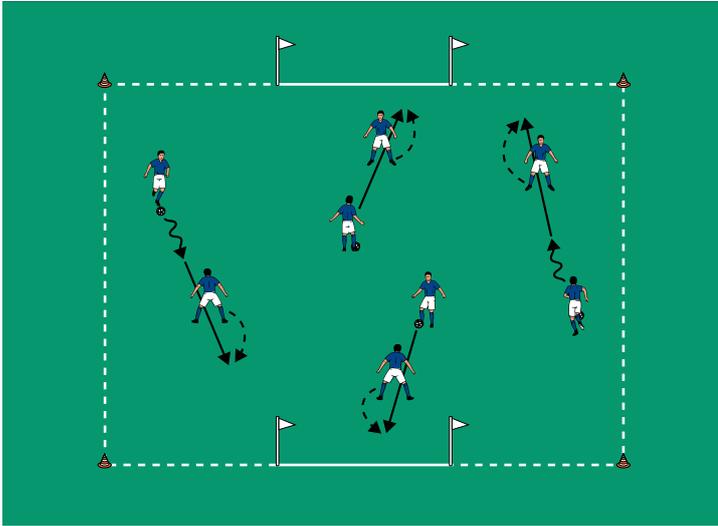
#### VARIATIONEN

- ▶ Den Ball mit den Händen stoppen.
- ▶ Den Ball rollen oder prellen.
- ▶ Den Ball über eine Linie passen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Ballgefühl wird verbessert.
- ▶ Die Kinder stellen sich auf das Roll- und Sprungverhalten des Ball ein.
- ▶ Zugleich werden Dribbling und Ballannahme geschult.

## THEMA: DIE BALLKONTROLLE VERBESSERN



### SPIEL 3:

## RUNNINGBACK

#### ORGANISATION

- ▶ Jedes Kind mit Partner
- ▶ Ein Partner spreizt die Beine
- ▶ 1 Ball pro Partner

#### ABLAUF

- ▶ Die Runningbacks üben das Sprinten mit Ball und das Zusammenspiel.
- ▶ Die Kinder dribbeln zum Partner und passen durch die Beine.
- ▶ Anschließend sofortiger Aufgabenwechsel.

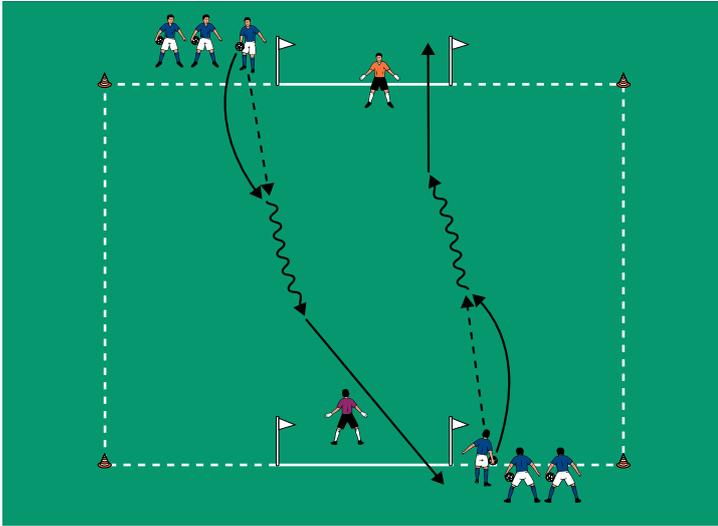
#### VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: 1 Punkt pro Pass durch die Beine. Welches Team macht die meisten Punkte?
- ▶ Den Ball durch die Beine rollen.
- ▶ Der Partner geht in den Vierfüßlerstand.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Kinder üben das Dribbeln.
- ▶ Im Ansatz wird das Passen geübt.
- ▶ Partnerspiele fördern das Zusammenspiel.

## THEMA: DIE BALLKONTROLLE VERBESSERN



### SPIEL 4:

#### KICK OFF

##### ORGANISATION

- ▶ Reihen neben den Toren bilden
- ▶ Torhüter in die Tore stellen
- ▶ 1 Ball pro Kind

##### ABLAUF

- ▶ Die Footballer üben den Kick Off, den "Anstoß" beim American Football.
- ▶ Die Kinder werfen nacheinander den Ball in Richtung Tor, laufen hinterher, dribbeln und schießen.
- ▶ Anschließend stellen sie sich gegenüber in die Reihe.

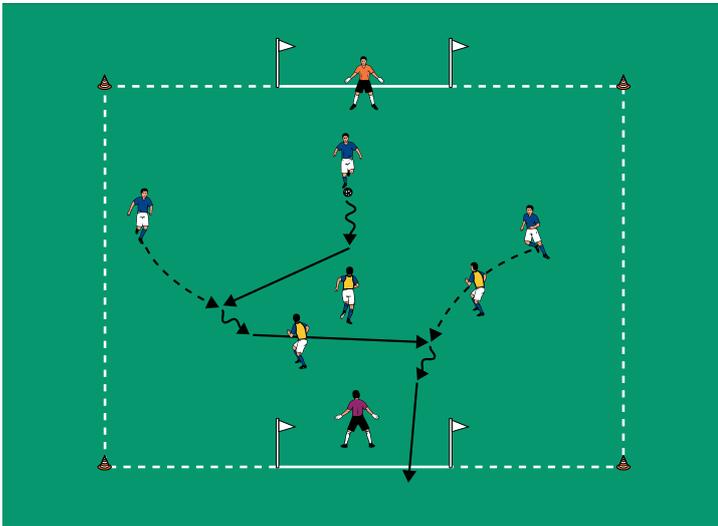
##### VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Den Ball direkt schießen.
- ▶ Nur mit links/rechts schießen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Kinder üben den Torschuss.
- ▶ Zusätzlich wird das Nachlaufen nach dem Abspiel geübt.
- ▶ Die Kinder lernen, den springenden Ball zu kontrollieren.

## THEMA: DIE BALLKONTROLLE VERBESSERN



### SPIEL 5:

#### FIELD GOAL

##### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau nicht verändern
- ▶ Zwei Teams einteilen

##### ABLAUF

- ▶ Die Fußballspieler haben ein Ligaspiel und erzielen viele Field Goals.
- ▶ Spiel 3 gegen 3 mit Torhütern.

##### VARIATIONEN

- ▶ Die Tore verkleinern.
- ▶ Auf vier Tore spielen.
- ▶ Ohne Torhüter.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Große Tore sorgen für viele Erfolgserlebnisse.
- ▶ Große Tore fördern den Torschuss.
- ▶ Den Spielaufbau durchgängig nutzen.