

Fussball – Torhütertraining: Für die Schule – Völkerball mit Toren

Die Schüler erfahren, was es heisst, ein Tor zu verteidigen und einen Ball abzuwehren. In einer vertrauten Spielform können sie dieses Feeling schneller erleben. Werfen, fangen, lenken und eine Spielstrategie werden in dieser Spielform sehr intensiv geübt!

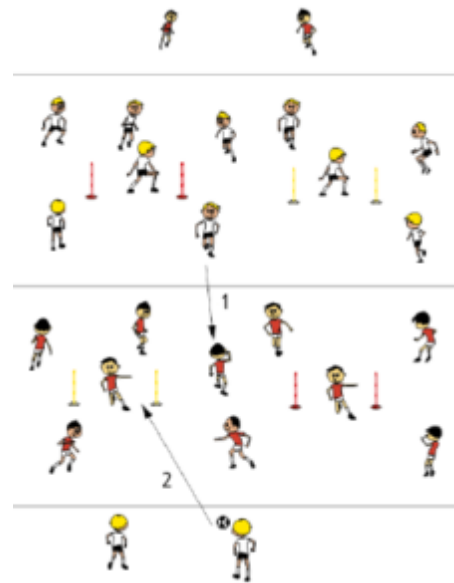
Grundsätzlich wird «Völkerball» gespielt, wie es man kennt. Wer aus dem Hauptfeld getroffen wird, muss in den Himmel gehen (1).

Es werden aber pro Feld, 2 kleine Tore à je 2 bis 3 Meter (je nach Stufe) in der Mitte aufgestellt (2 Pfosten).

Um sich aus dem Himmel zu befreien, muss man ein Tor erzielen (Ball muss zwischen den Pfosten durch, siehe 2). Aus dem Himmel darf man nur auf die kleinen Tore zielen, man darf keine Gegenspieler abschiessen.

Die Spieler, die das Tor hüten müssen den Ball nicht fangen können, abwehren reicht aus und sie müssen also nicht in den Himmel gehen (je nach Stufe definieren, wie viele Spieler gleichzeitig das Tor hüten dürfen? Maximal 3).

Das Spiel ist zu Ende, wenn der Gegner nur noch einen Spieler im Hauptfeld hat.



Variationen

- Statt werfen, mit Fuss schiessen (Je nach Stufe Softball benutzen).
- Die Spieler, die nicht ein Tor verteidigen und aus dem Himmel getroffen sind, müssen auch in den Himmel gehen.

schwieriger

- Mehrere Bälle: z.B. Fussball nur mit Füßen, Softball nur mit Händen.
- Man darf auch aus dem Hauptfeld Tore schiessen
- Bleibt nur ein Spieler im Hauptfeld, muss er beide Tore verteidigen. Wenn ausserhalb der Tore getroffen oder ein Tor erzielt wird, ist das Spiel zu Ende.

Bemerkung: Tor- und Ballgrösse an Niveau/Alter/Können anpassen.

Material: Ein Ball oder mehrere Bälle

Quelle: Patrick Foletti, Torhüterchef beim Schweizerischen Fussballverband und Sportlehrer



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO