

Gaelic Football: Einfache Formen im Schulsport

Gaelic Football als Zielform für den Schulsport kann sowohl in der Halle als auch auf Aussenanlagen gespielt werden.



Dabei haben sich folgende vereinfachte und hier kurz zusammengefasste Regeln bewährt:

- Den Ball aus der Luft fangen
- Den Ball vom Boden mit der Hand aufnehmen. Er darf nicht am Boden gespielt werden
- Maximal vier Schritte laufen, bevor entweder einmal geprellt werden muss (darf nur ein Mal in Folge sein) oder eine Toe-Tap (darf mehrmals in Folge sein) und danach wieder maximal vier Schritte, um wieder einmal zu prellen (nur wenn zuvor ein Toe-Tap war) oder erneut ein Toe-Tap
- Den Ball aus der Hand von unten mit der Faust oder der offenen Handfläche zum Mitspieler oder über die Querlatte spielen
- Den Ball aus der Hand zum Mitspieler, ins Tor oder über die Querlatte kicken

Diese Spielregeln können gemeinsam mit den Lernenden sinnvoll verändert und dem Niveau der Klasse sowie den Infrastrukturen angepasst werden. Wenn Markierungen für die Punkte (Score) als Visualisierung angebracht werden können, macht es das Spiel eindeutig attraktiver.

- **Outdoor (Rasen oder Kunstrasen):** Acht bis zehn Spieler (mit oder ohne Torhüter) auf 5m-Fussball-Tore (Spielfeld ca. 50m lang und 30m breit). Volleyballnetz-Antennen als Visualisierung für den Score können leicht an den Seiten der Tore montiert werden

- **Indoor:** Ca. fünf Spieler auf Handball-Tore (inkl. Volleyball Antennen) oder dicke 40er Matten. Mit oder ohne Torhüter
- **Sand (Beachsoccer-Feld):** Fünf bis sechs Spieler plus Torhüter (diese Position ist auf Sand besonders attraktiv). Ausser dem «Bounce» können auf Sand alle Regeln sehr gut angewendet werden. Auch bei den Beachsoccer-Toren (5m) können leicht Volleyball Antennen montiert werden.

Quelle: Tobias Graf, Sportlehrperson an der Allg. Gewerbeschule Basel, Dozent PH FHNW



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO