

Thema: Fußball (Abschlag, Abstoß)

Stundenverlaufsplan – 1. Unterrichtseinheit

Nr.	Zeit [min]	Inhalt	Organisationsform	Übung/Spielform	Material	Bemerkung/Nachbereitung
1	3	Begrüßung	Plenum			
2	10	Aufwärmen	3 Teams	Nummernpassen In jeder Mannschaft wird durchnummeriert. Alle Schüler bewegen sich frei auf dem Feld, innerhalb der Mannschaft wird der Reihe nach gepasst. Variationen: <ul style="list-style-type: none"> • Flache/hohe Pässe • Ball abstoppen/direkt weiterpassen • Kurzes Dribbling vor dem Pass • Umgekehrte Reihenfolge • Mehrere Bälle pro Mannschaft 	3-9 Fußbälle	
3	7	Beobachtung zur Flugparabel	3er Teams	Schüler A passt hoch zu Schüler B, Schüler C beobachtet die Flugbahn. Anschließend passt Schüler B zu Schüler C und Schüler A beobachtet die Flugbahn... Variationen: <ul style="list-style-type: none"> • Ball aus der Hand abschlagen • Heber • Distanz verändern 	10 Fußbälle	Selbsterfahrung der Flugbahn
4	7	Theorie: Schiefer Wurf	Plenum	Schüler über die zuvor gesammelten Beobachtungen befragen. Kurve einer parabelförmigen Flugbahn einzeichnen und Begrifflichkeiten erarbeiten. Lehrer ergänzt den Anschrieb. Wichtige Inhalte: Geschwindigkeit (\vec{v}) Richtung (v_x, v_y) und Abwurfwinkel (α).	Flipchart	Schüler sollen mögliche Flugbahnen erkennen und Fachbegriffe wie „Flugparabel“, „Schiefer Wurf“, „Geschwindigkeits-Vektor“ kennenlernen

5	10	Maximale Weite erfahren	2 Teams oder Partnerarbeit	Ein Team steht an der Grundlinie eines auf der Mittellinie. Jedes Team muss den Ball über die Linie der anderen Mannschaft schießen. Für jeden aufkommenden Ball gibt es einen Punkt, falls der Ball nicht von einem Gegenspieler in der Luft geblockt wird. (Eignet sich nur, falls viel Platz zur Verfügung steht, sonst in 2er-Teams den Ball über lange Distanz zupassen). Variationen: <ul style="list-style-type: none"> • Der Schuss darf als Abschlag ausgeführt werden • Schräger Vollspann, Innenrist, Außenrist, Slice • Maximale Höhe • Maximale Präzision 	15 Bälle	
6	6	Theorie: Maximale Flugweite	Plenum	Berechnung des optimalen Winkels.	Flipchart	Je nach Wissensstand ausführlich diskutieren
7	10	Anwenden der Theorie durch Zielschussübungen	2 Gruppen	Zielschusspiel: Ein Tor wird mit Seilen/Bändern in 6 Felder unterteilt (1 Seil horizontal, 50-80cm unter der Latte, 2 Seile vertikal). Beide Mannschaften schießen aus 5-11m Entfernung auf das Tor. Bei halber Zeit wird gewechselt. (Siehe Skizze im Anhang)	Jeder 1 Ball Pylonen Seile/Bänder	Qualitative Auswirkung verschiedener Größen wie Abstand, Abstoßgeschwindigkeit sollen für die Schüler erlebbar gemacht werden
8	7	Anwenden der Theorie	2 Gruppen	2 Schüler sind Passgeber, 1 Torwart Schüler machen Doppelpass mit dem Passgeber und schießen aus etwa derselben Entfernung wie oben ab. (Siehe Skizze im Anhang)	Jeder 1 Ball	
9	4	Theorie: Auswertung und Zusammenfassung	Plenum	Die theoretischen Grundlagen werden noch einmal kurz zusammengefasst. Anschließend eine Flugbahn mit Abschlagshöhe ungleich Aufprallhöhe einzeichnen. Welche Flugbahnen kommen infrage? (Verschiedene Parabeln einzeichnen)	Tafel	Grundlagen der Theorie zusammenfassen.
10	13	Abschlusspiel	4 Teams	Fußball mit vier Toren und zwei Bälle. Ein Tor wird gezählt, wenn der Ball in ein Tor der gegnerischen Mannschaften geschossen wird.	2 Fußbälle, 8 Pylonen	Spiel, um Motivation der Schüler für das Thema beizubehalten.
11	3	Abbauen/Aufräumen	Alle			

Anhang

Zu Nr.7

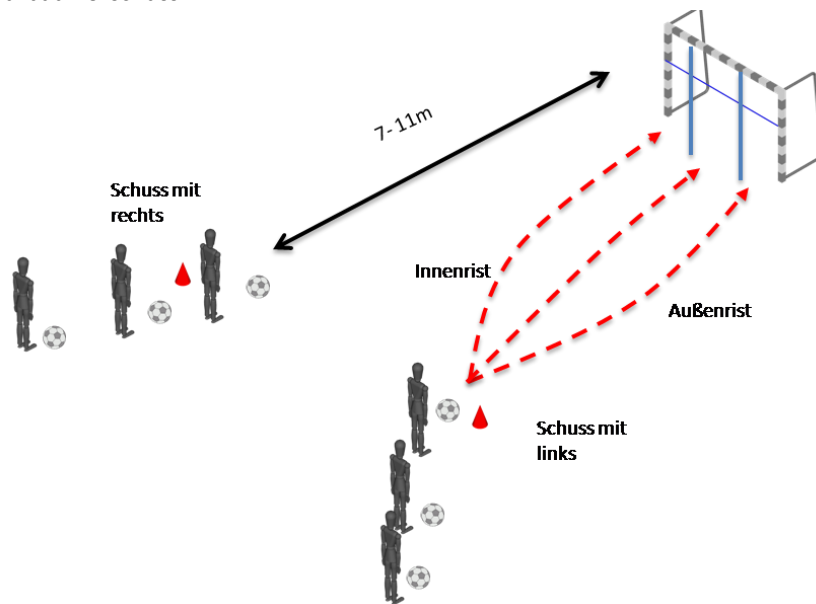
Je nach Hallengröße können zwei Tore aufgebaut werden. Sonst bietet es sich an, die Gruppe zu teilen und einen Teil Parteiball (gezählt werden die Pässe innerhalb der eigenen Mannschaft) spielen zu lassen.

Von einer Station Schuss mit rechts, von der anderen mit links. Für die unterschiedlichen Felder sollen die erlernten Schusstechniken angewandt werden. Die Schüler zählen selbstständig ihre Punkte.

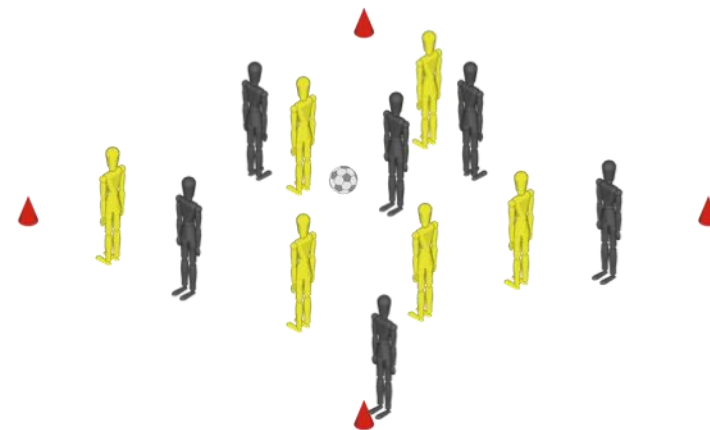
Punktevergabe:

Oben rechts, links:	3P
Oben Mitte:	2P
Unten:	1P

Aufbau Torschuss:



Parteiball:



Zu Nr.8

Je nach Hallengröße können zwei Tore aufgebaut werden. Ansonsten bietet es sich an, die Gruppe zu teilen und einen Teil Balldribbling üben zu lassen.

Ein Passspieler steht ca. 5m (oder mehr) vom Tor entfernt, der zweite etwa 10m (oder mehr). Ein schneller Doppelpass wird an der tornäheren Station gespielt (kurze Pässe, kein weiter Anlauf), ein langsamer Doppelpass wird an der torweiteren Station gespielt (lange Pässe zum Passspieler). Der Torschuss sollte spätestens aus 4-5m zum Tor erfolgen.

Es werden selbstständig die Treffer gezählt. Ein Treffer oben: 3P, ein Treffer unten: 2P.

