

Mister X

Dies ist ein einfaches Fangspiel mit wenig Zubehör. Ideal auch als Kennenlernspiel.

Die Fänger werden mit Mützen gekennzeichnet. Sie sollen einen anderen Spieler abschlagen. Gelingt dies, wechseln die Aufgaben.

Die Spieler, welche gejagt werden, erhalten je eine Spielkarte. Einige besondere Karten, z.B. Asse oder Könige, sind Joker. Kann der Abgeschlagene solch eine Karte vorzeigen, muß der Fänger weiterfangen. Diejenigen Spieler, die eine Karte haben, sollen bei jedem Zusammentreffen die Karten verdeckt tauschen.

Rettungsinsel – Fangspiel

Die Fänger werden mit Mützen markiert und sollen andere Spieler abschlagen. Gelingt dies, tauschen sie die Aufgaben.

Im Spielfeld sind mehrere Rettungsinseln (z.B. Gymnastikreifen) verteilt. Spieler, die auf diesen Inseln stehen, dürfen nicht abgeschlagen werden. Es darf auf jeder Insel jedoch immer nur ein Spieler stehen. Kommt ein Zweiter zu der Insel, muß der Erste die Insel verlassen.

Frösche und Störche

Zwei gegenüberliegende Spielfelder werden als Teiche markiert. Hier tummeln sich die Frösche. Auf dem Land zwischen den Teichen herrschen die Störche. Wenn sich die Frösche besuchen wollen, müssen sie über das Land laufen. Dabei versuchen die Störche, die Frösche zu schnappen. Fängt ein Storch einen Frosch, so wechseln die Aufgaben.

Variation:

- Ein gefangener Frosch wird ein zusätzlicher Storch
- Beim Wechsel hüpfen Frösche und Störche auf einem Bein

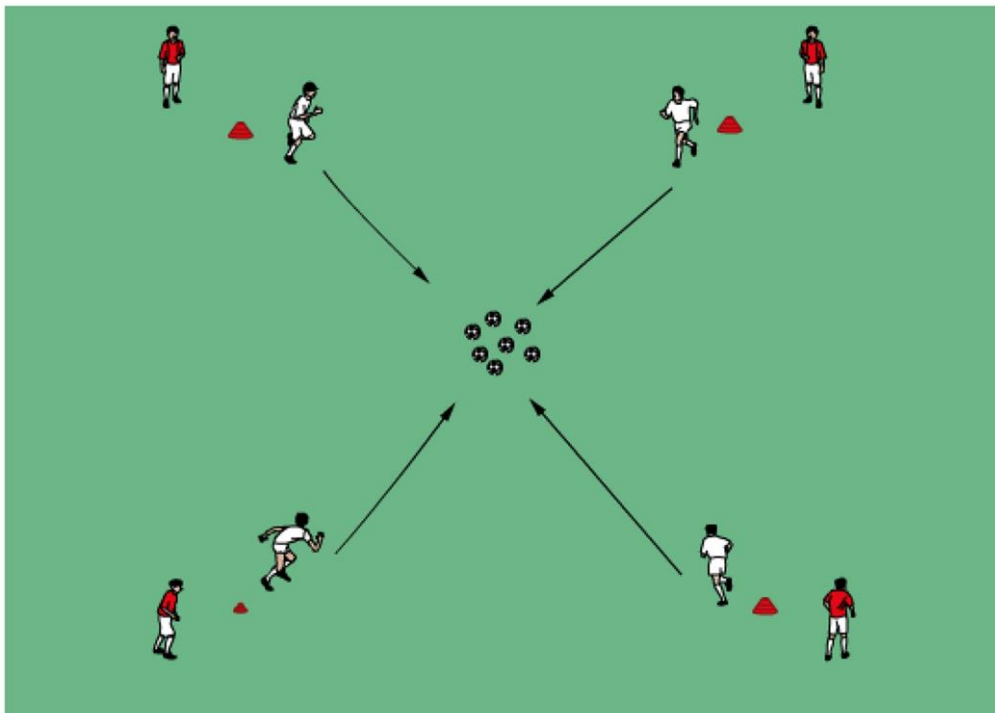
Lauf Hase – sitz Hase

Jeder kann jeden abschlagen. Mit dem Ruf „sitz Hase“ werden laufende Spieler durch Abschlagen zum Sitzen gezwungen. Sitzende Spieler werden durch Abschlagen und den Ruf „lauf Hase“ wieder zum Laufen verdonnert.

Bälle rauben

In der Mitte eines Spielfeldes wird eine Anzahl Bälle (ideal sind sieben Bälle; mit weniger funktioniert es nicht, und mit mehr als sieben ist es zu leicht) abgelegt. An jeder Ecke des Feldes steht je ein Spieler. Auf ein Zeichen des Spielleiters starten die Spieler und versuchen Bälle zu rauben und an ihrer Ecke abzulegen. Das Spiel läuft, bis ein Spieler drei Bälle gesammelt hat.

Hinweis: Die Spieler können die Bälle nicht nur in der Mitte rauben, sondern auch bereits Bälle bei ihren Gegnern holen, welche jene bereits in ihrer Ecke abgelegt haben.

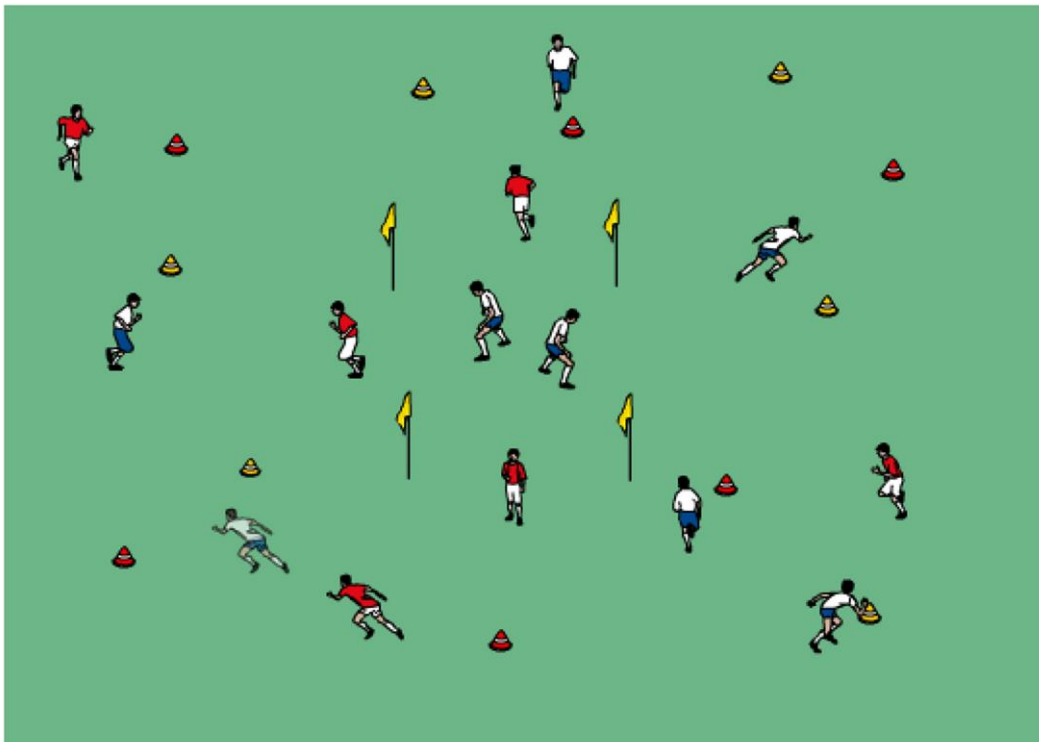


Schwänzchen fangen

Alle Kinder stecken sich ein Markierungshemdchen hinten in die Hose. In einem abgegrenzten Raum versucht nun jedes Kind, den anderen das Hemd zu rauben. Wer hat nach einer bestimmten Zeit die meisten Bänder ?

- Variation: Es spielen zwei Teams gegeneinander. Jedes Team hat Hemdchen der gleichen Farbe. Die Spieler versuchen nun Hemdchen der anderen Mannschaft zu rauben. Welche Mannschaft hat die meisten Hemdchen ?

Räuber und Polizei



In der Mitte des Spielraumes wird ein Raum als Gefängnis markiert. Im Spielfeld werden Hütchen aufgestellt oder Bälle verteilt. Zwei mit verschiedenfarbigen Leibchen markierte Gruppen sind im Feld: die Polizisten (rot) und die Räuber (blau). Die Räuber versuchen die ausgelegten Schätze (Hütchen) zu rauben und die Polizei versucht die Räuber zu fangen. Wird ein Räuber gefangen (abgeschlagen), geht er in das Gefängnis. Dort können ihn allerdings seine Kumpane befreien, wenn es einem Räuber in Freiheit gelingt, seinem Partner die Hand zu geben. Gelingt es den Polizisten, alle Räuber zu fangen, bevor diese alle Hütchen auf einem Stapel gesammelt haben, gewinnen die Polizisten, sonst die Räuber.

Wie spät ist es, Herr Wolf?

Der Wolf (am Anfang kann das der Trainer sein!) geht über das Spielfeld. Die Kinder folgen ihm und fragen: „ Wie spät ist es, Herr Wolf?“. Der Wolf antwortet mehrmals mit einer beliebigen Uhrzeit. Irgendwann antwortet er: „Zeit zum Mittagessen“ oder „Frühstück“. Auf dieses Signal laufen die Spieler schnell weg und der Wolf versucht, eines der Kinder abzuschlagen. Abgeschlagene Kinder müssen in die Höhle des Wolfes.

Variation:

- Der zuerst abgeschlagene Spieler wird neuer Wolf
- Es werden am Anfang zwei Wölfe eingesetzt
- Die Fortbewegungsart wird vorgegeben (laufen auf allen Vieren, Hüpfen, usw.)

Die Pest in Venedig

In Venedig ist die Pest ausgebrochen! Kranke erkennt man daran, daß sie einen kleinen Ball (die Pestbeule!) in der Hand halten. Die gesunden Kinder werden krank, wenn sie ein krankes Kind mit dem Ball berührt. Das berührte Kind wird dann krank (übernimmt den Ball) und versucht nun, ein anderes Kind zu „infizieren“.

Da es in Venedig jedoch viele Brücken gibt und die Pest nicht über die Brücke gelangt, können sich die gesunden Spieler „retten“, wenn sie eine Brücke bauen. Sie müssen allerdings jetzt so lange in dieser Position verharren, bis ein „Gondoliere“ (ein anderer gesunder Spieler) unter der Brücke hindurchkriecht.

Variation:

- Alle Spieler haben einen Fußball. Die gesunden Spieler dribbelt mit dem Ball am Fuß, die kranken Spieler tragen ihren Ball mit der Hand.
- Verfolgte retten sich, indem sie eine Brücke bauen. Sie werden befreit, wenn der Gondoliere seinen Ball unter der Brücke hindurchspielt.

Hut weitergeben

Ein Teil der Kinder hat eine Mütze. Aufgabe ist es nun, einem anderen Kind die Mütze aufzusetzen (wenn man ein paar alte Hüte hat, macht das natürlich den Kindern noch mehr Spaß). Wer am Ende des Spiels die Mütze auf dem Kopf hat, hat verloren.

Laufen mit Bewegungsaufgaben

Eine Gruppe von Kindern läuft durch die Halle. Je nach Größe der Gruppe bekommt ein Kind (oder bei größeren Gruppen mehrere) einen Tennisring oder einen kleinen Ball oder sonstigen Gegenstand in die Hand. Das Handgerät soll möglichst schnell weitergegeben werden. Wer es zu lange hält, bekommt eine Zusatzaufgabe.

Variation:

- Es gibt nun zwei verschiedenfarbige Tennisringe. Einer muß immer mit der rechten Hand weitergegeben, der andere mit der anderen Hand weitergegeben werden.

Doktorfangen

Die Fänger versuchen andere Spieler abzuschlagen. Im Zeitalter der modernen Medizin ist aber bei den ersten beiden Treffern nichts passiert. Sie müssen lediglich auf die Stelle, an der sie getroffen sind, ein Pflaster aufkleben (die Hand darauf legen). Erst wenn ein Spieler keine Hand mehr frei hat, muß er ausscheiden.

Stein - Schere - Papier

Zwei Gruppen von Spielern stehen sich im Abstand von zwei Armlängen gegenüber. Im Rücken der beiden Gruppen befindet sich im Abstand von 8 bis 10 Metern eine Ziellinie. Immer zwei gegenüberstehende Paare führen die Übung gemeinsam aus.

Ablauf:

Jedes Paar zählt laut gemeinsam bis Drei. Beide zeigen dann gleichzeitig mit der Hand eines der Zeichen Stein-Schere-Papier.

Der Verlierer dreht sich um, und versucht die Ziellinie zu erreichen. Der Gewinner versucht ihn vor Erreichen der Ziellinie abzuschlagen.

Ameisenfangen

Ablauf

Eine Ameise bewegt sich auf allen Vieren in einem relativ kleinen abgegrenzten Feld und versucht andere Spieler zu berühren. Gelingt ihr das, wird der berührte Spieler zur Ameise.

Variation:

- **Berührte Spieler unterstützen die Ameise**
- **Ameise und gejagte Spieler bewegen sich auf die gleiche Weise**
- **Statt der Ameise fängt ein Känguru (Fänger hüpfte auf einem Bein)**

Achtung!! Dieses Spiel ist hochintensiv!! Deshalb nicht zu lange spielen lassen.

Spieler, die das Spielfeld verlassen, zählen als abgeschlagen.

Der Flamingo schläft

Ein Spieler („Flamingo“) steht auf einem Bein an einer Seite des Feldes. Der Spielleiter spricht:“Der Flamingo schläft, er schläft tief und fest!“, während die Spieler den Flamingo leicht stoßen und kitzeln. Wenn der Spielleiter spricht:“ der Flamingo wacht auf!“, müssen die Spieler so schnell wie möglich auf die andere Seite des Feldes laufen, da der Flamingo nun als Fänger in Aktion tritt. Spieler, die vom Flamingo berührt werden, werden in der nächsten Spielrunde ebenfalls Flamingos.

Variation

Statt des Flamingos kann auch ein schlafender Riese am Boden liegen.

Mannschaftsabschlagen



Es werden zwei gleichstarke Mannschaften gebildet. Ein Team verteilt sich im Feld, das zweite Team steht an einer Startlinie. Auf ein Zeichen des Trainers startet ein Spieler von der Startlinie, läuft in das Feld und versucht möglichst schnell einen Spieler von der Feldmannschaft abzuschlagen. Dann läuft er möglichst schnell zurück. Sobald er die Startlinie überquert hat, startet der nächste Spieler. Abgeschlagene Spieler verlassen das Feld. Nachdem das Feld leergeräumt ist, wechseln die Mannschaften die Aufgaben. Der Trainer stoppt die Zeit. Welche Mannschaft schafft es am schnellsten, die Spieler der anderen Mannschaft aus dem Feld zu bringen?

Seilfangen

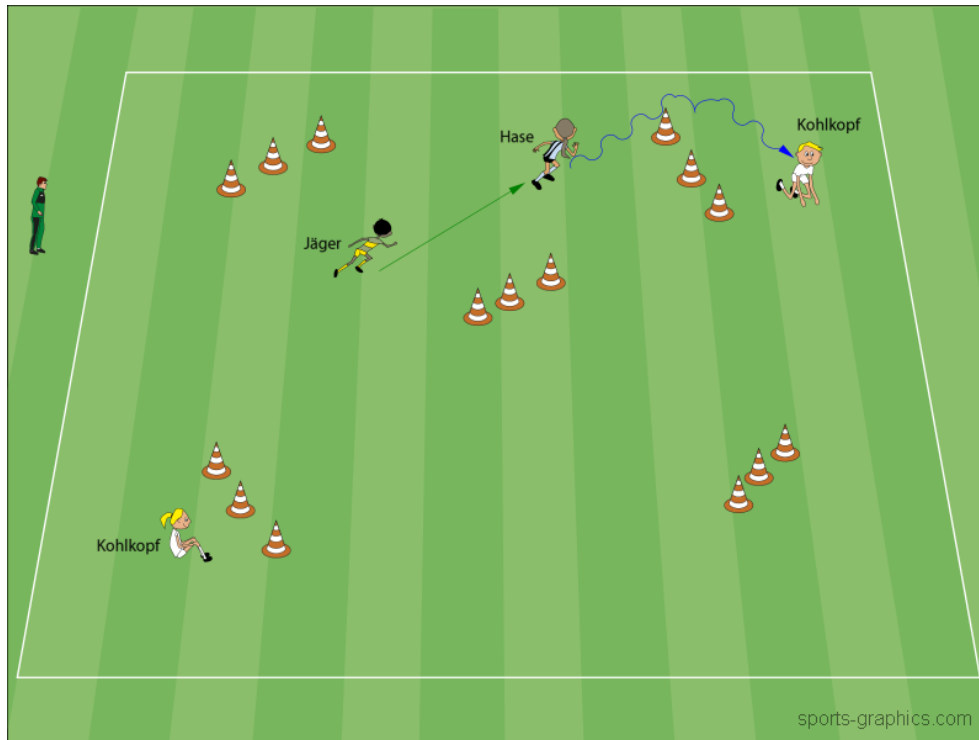
Laufstrecke von 20 – 50 m markieren. Spieler in Paare einteilen; jedes Paar erhält zwei Sprungseile.

Ablauf:

Die Paare stehen hintereinander an der Startlinie und halten in jeder Hand ein Seilende. Abstand eine Seillänge. Aus dieser Position traben sie los.

Der vordere Partner lässt irgendwann seine Seilenden fallen. Das ist das Startsignal: Der vordere Läufer versucht über die Ziellinie zu flüchten, der hintere Läufer lässt ebenfalls seine Seilenden fallen und versucht, den Flüchtenden vor der Ziellinie zu fangen.

Fangspiel Jäger-Hase-Kohlkopf



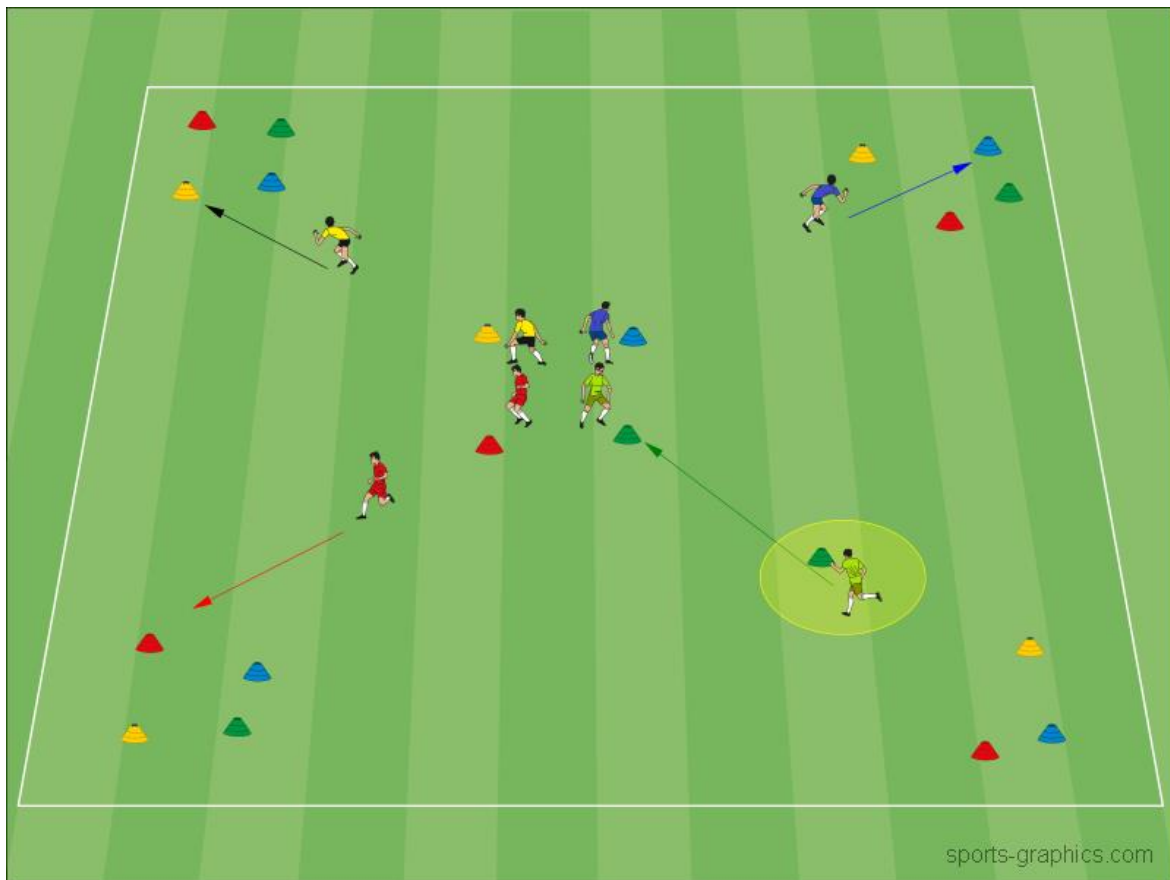
Organisation

Im Feld werden mit Hütchen Hindernisse aufgestellt. Ein Spieler ist der Jäger, einer der Hase und zwei oder drei Kinder sind die Kohlköpfe die irgendwo im Feld sitzen.

Ablauf

Der Jäger jagt den Hasen. Fängt der Jäger den Hasen, wird der Hase zum Jäger und der Jäger zum Hasen. Setzt sich jedoch der Hase neben einen Kohlkopf, wird der Kohlkopf zum Jäger, der Jäger zum Hasen und der Hase, der sich neben den Kohlkopf gesetzt hat, wird Kohlkopf. Die Hindernisse dürfen nicht überlaufen werden.

Hütchen einsammeln



Hütchen einsammeln

Organisation

Im Feld sind Hütchen verteilt. (siehe Grafik). In der Mitte ist der Sammelpunkt markiert. Ein Team besteht aus zwei Spielern (man kann auch nur einen Spieler pro Farbe spielen lassen.)

Ablauf

Auf ein Startsignal hin startet ein Spieler von jeder Mannschaft und sammelt nacheinander die Hütchen seiner Farbe ein und stellt sie auf das Hütchen am Sammelpunkt. Hat er alle eingesammelt, bringt der andere Spieler sie wieder zurück an ihren Platz. Welches Team ist als erstes fertig?

Am besten stellt man unter die großen Hütchen kleinere der gleichen Farbe. Dann wissen die Kinder, wo sie die Hütchen hinbringen müssen.

Kleine Spiele

Vorbemerkungen

Kleine Spiele erfüllen mehrere wichtige Funktionen im Rahmen des Kindertrainings.

- **Kleine Spiele vermitteln erste elementare Bewegungsformen (Laufen, Hüpfen, Klettern, Springen, Werfen).**
- **Sie geben den Kindern die Möglichkeit, einfache Regeln zu erlernen und sie zu akzeptieren**
- **Sie vermitteln erste Erfahrungen mit Konkurrenz – und Kooperationsituationen**

Durch ein weit gefächertes Angebot an Bewegungsspielen hat der Übungsleiter außerdem die Möglichkeit, seinen Kindern ein breites Spektrum an Bewegungserfahrungen zu vermitteln, die dem zukünftigen Fußballstar als wichtige Grundlage beim Erlernen und Verbessern seiner fußballspezifischen Techniken nützlich sein werden.

Dabei sind Spielformen besonders für zwei wichtige Bereiche von elementarer Bedeutung. Zum einen für den besonders im Grundlagentraining so wichtigen Bereich der Koordinationsschulung sowie langfristig als ersten Schritt zu einem gezielten Schnelligkeitstraining.

Ziele

Bewegungsspiele können im Rahmen des Trainings vielfältige Aufgaben übernehmen.

- **Zu Beginn des Trainings dienen sie in erster zum Aufwärmen und Einstimmen sowie der Abarbeitung des ersten Bewegungsdranges der Kleinen.**
- **Während des Trainings werden Spiele eingesetzt, um genau definierte Trainingsziele zu erfüllen. Solche Ziele sind z.B. Spiele zur Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten oder Spiele welche dazu dienen, die Schnelligkeit zu verbessern.**
- **Zum Ende als freudvoller Abschluß der Übungseinheit.**

Methodik und Organisation

Spiele machen Spaß ! Dies kann dazu führen, daß der Übungsleiter ein Spiel zu lange laufen läßt und somit die Gefahr besteht, daß das Spiel „kaputtgespielt“ wird.

Also immer daran denken: Kurz und knackig !

Lieber zwei oder drei kurze Durchgänge mit Pausen (kann man dann wunderbar für Einzelübungen mit dem Ball nutzen), als einen Durchgang zu lange laufen zu lassen.

Grundsätzlich hat jedes Spiel Regeln. Diese Regeln sollen für den Trainer jedoch kein Dogma sein. Vielmehr geben sie einen Rahmen vor, den der Trainer ausgestalten muß. Auch Angaben über Spielfeldgröße und Anzahl der Spieler sind keine fixen Vorgaben. Sie müssen von jedem Trainer seinen individuellen Gegebenheiten entsprechend angepaßt werden.

Ein wichtiger Hinweis zum Ende:

Besonders in der Altersgruppe der Kleinsten, also in der Altersgruppe der Bambini und der F-Junioren ist es hilfreich, Spiele in kleine Geschichten zu verpacken. Das Verwenden von sprachlichen Bildern erleichtert den Kindern die Vorstellung, regt die Phantasie an und schafft somit eine bessere Identifikation mit dem Spiel. Auch das Mitspielen des Trainers bereitet den Kindern Freude und sorgt für zusätzliche Motivation. Auch wird durch das Zusammenspielen das Gemeinschaftsgefühl gestärkt (der Trainer gehört zum Team; er spielt mit seinen Partnern).

