

Powerfußball

Material:

Zwei Kastenteile (Tore), Markierungshemden, ein Fußball (Empfehlung Futsal), zwei Langbänke

Organisation/Ablauf:

Es werden zwei Teams gebildet. Zwei Langbänke stehen mittig an den langen Spielfeldseiten. Beide Teams sitzen auf ihrer Bank und nummerieren sich durch. In der Mitte des Feldes liegt ein Fußball auf dem Boden. Die Spielleitung ruft eine Zahl, beispielsweise „vier“.

Von beiden Teams läuft das Mitglied mit der genannten Zahl sowie die Spielerinnen und Spieler mit der nächsthöheren Nummer (fünf) und der nächstniedrigeren Nummer (drei) los, sprinten zuerst zu ihrem Tor, berühren die Grundlinie und kämpfen dann um den Fußball (Bild 1). Im Anschluss wird ganz normal auf die Kastenteile gespielt (Bild 2). Nach etwa 90 Sekunden ruft die Spielleitung eine neue Zahl, die Aktiven setzen sich wieder auf die Bank, und die nächste Spielgruppe startet zur Grundlinie usw. ...

Variationen:

- Die Zahlen rufen, die spielen sollen.
- Es wird ein anderes Ballspiel nach derselben Organisationsform gespielt.

