



Sascha Gobil  
Fußball durch Futsal

## Fußball durch Futsal

### „Mit dem Futsal(-Ball) zum Fußball(-spiel)“ Der methodische Schlüssel für den Schulfußball

Sascha Gobil

Der Einsatz von Futsalbällen im Schulfußball stellt die entscheidende Ergänzung gängiger methodischer Maßnahmen zur Gestaltung von Spiel- und Übungsformen dar. Der Beitrag wirft zunächst einen kritischen Blick auf die gängige Vermittlungssituation des Fußballspiels unter schulischen Bedingungen. Hierbei wird die Schlüsselbedeutung des Einsatzes von Futsalbällen verdeutlicht. Im Anschluss folgen beispielhafte Spiel- und Übungsformen zur Fußballvermittlung mit Futsalbällen. Schwerpunkte bilden dabei die Basistechniken der Ballkontrolle, das Passspiel sowie Angriff- und Abwehrtaktik in Spiel- und Übungsformen. Anwendungsbereich ist der Hallenfußball. Die Zielgruppe sind alle Leistungsniveaus.

#### Fußball im Schulsport – eine kritische Betrachtung

Fußball steht im Schulsport ganz oben auf der Wunschliste vieler Schüler\*innen. Ungeachtet dieser Popularität sehen sich Sportlehrkräfte bei der Vermittlung des Sportspiels Fußball angesichts der spezifischen Bedingungen des Schulsports mit einigen Schwierigkeiten konfrontiert:

- Im Fußball ist das Leistungsgefälle in den Sportklassen sehr groß und wirkt sich unmittelbar auf die Spiel- und Übungsfähigkeit aus.
- Die komplexe Auge-Fuß-Koordination, die bei der Ballkontrolle notwendig ist, trennt die Schüler\*innen scharf hinsichtlich ihres technischen Könnens und ihrer Spielfähigkeit.
- Fußball ist durch einen prinzipiell offenen und damit stets „bedrohten“ Ballbesitz charakterisiert. Begründet liegt dies in der strukturellen Grundeigenheit des Sportspiels, wonach es nicht möglich ist, den Ball vorübergehend „zu sichern“, um sich zu orientieren und das Spielgeschehen zu ordnen.
- Fußball im Schulsport ist zumeist ein Kleinfeldspiel, das besonders häufig als Hallenfußballvariante stattfindet. Dadurch ergibt sich ein schnelles Spiel mit dynamischem Spielgerät auf kleiner Spielfläche und einem Boden, der die Eigenschaften des Balles ver-

stärkt und somit die koordinativ-technischen Anforderungen der Ballkontrolle zusätzlich erhöht.

Als Antwort darauf gibt die Didaktik der Sportspielvermittlung zahlreiche allgemeine und sportspielspezifische Hinweise, wie Spiel- und Übungssituationen aufzubereiten sind, um erfolgreiche Lehr-Lern-Situationen gestalten zu können.

Dennoch muss festgestellt werden, dass Fußball im Schulsport oft recht wenig mit den eigentlichen Charakteristika des Sportspiels Fußball gemeinsam hat. Schulischer (Hallen-)Fußball lässt allzu oft das vermissen, was das moderne Fußballspielen in seinem Kern ausmacht: Einerseits strategisch geplante Spielzüge im Angriff und andererseits überlegtes Abwehrverhalten – beides in mannschaftlicher Geschlossenheit. Deutlich häufiger sind Spielkonstellationen und -aktionen zu konstatieren, die eher zufällig sind, die wenig zielgerichtete Pässe und Schüsse aufweisen oder die fast ausschließlich von spielstarken Schüler\*innen bestimmt werden.

Selbst methodisch vereinfachte Spiel- und Übungssituationen überfordern viele Schüler\*innen, da bereits das Spielgerät als solches nur unzureichend kontrolliert werden kann. Gelingende Anschlussaktionen mit dem Ball in Form von Dribblings, Pässen und Torschüssen, die tatsächlich zielführend und erfolgreich ausgeführt werden können, bleiben somit häufig unerreichbar. Selbst die überschäumendste Begeisterung der Schüler\*innen für das Fußballspiel droht damit früher oder später zum Erliegen zu kommen.



**StD Sascha Gobil, M.A.**

ist Sportwissenschaftler,  
Sportlehrer am Otto-Hahn-  
Gymnasium Ostfildern-  
Nellingen (Olympiastütz-  
punktschule), Lehrbeauftragter am Staatlichen  
Seminar für Didaktik und  
Lehrerbildung Esslingen,  
Fachberater Sport am  
Regierungspräsidium  
Stuttgart sowie Mitglied  
der DFB Expertengruppe  
Futsal.

[sascha.gobil@rps-schule.de](mailto:sascha.gobil@rps-schule.de)

## Es bleibt also dabei ... der Ball ist nicht mein Freund?

Die äußerst anspruchsvolle Ballkontrolle als Kernaufgabe, kann durch die gängigen methodischen Maßnahmen nicht entschärft werden. Die Kontrolle des Balles mit dem Fuß ist und bleibt die zentrale spielimmanente Bedingung, die nicht umgangen werden kann und die letztlich Ursache für die fehlende aktivgestalterische Teilhabe leistungsschwächerer Schüler\*innen ist.

Den einzig möglichen Ansatzpunkt für eine Entschärfung dieses Problems liefern die dynamischen Eigenschaften des Spielgerätes. Diese gilt es so zu verändern, dass der Ball weniger schnell ist und deutlich weniger springt.

## Oder ... doch Freunde?!

Die Verwendung von Futsalbällen im schulischen Hallenfußball erweist sich hier als entscheidender methodischer Schlüssel, als entscheidende Erweiterung des herkömmlichen methodischen Repertoires. Das Spielgerät wird für alle Lernenden in einem erforderlichen Maße verfügbar bzw. beherrschbar. Es gelingt mittels Futsalbällen, tatsächliche, effektive Lernsituationen anzubieten – auf allen Könnensstufen, auch unter schulischen Bedingungen!

In entsprechenden Studien zeigen sich diese Vorzüge des Futsalballs eindrucksvoll. So stellt die DFB-Expertengruppe Futsal (2010) ebenso wie die Studie „Vom Futsal zum Fußball“ (Gobil, 2010) deutliche Vorteile bei der Fußballvermittlung mit Futsalbällen fest. Es zeigen sich entscheidende Veränderungen und Vorteile, die den Lernprozess optimieren:

- Veränderung der dynamischen Eigenschaften des Spielgerätes: Der Futsalball weist auf Hallenböden aufgrund seiner dämpfenden Materialeigenschaften ein reduziertes Sprungverhalten auf, das deutlich leichter zu kontrollieren ist. Interessanter Nebenaspekt: Das Sprungverhalten des Futsalballs auf Hallenböden ist fast identisch mit dem eines normalen Fußballs auf dem Rasenfeld.

**Vergleich der Sprunghöhe von Fußball und Futsalball bei einem Fall aus 2 m Höhe: Fußball auf Hallenboden = 130 cm, Fußball auf Rasenfeld = 70 cm, Futsal auf Hallenboden = 60 cm. Somit entsprechen auch die Eigenheiten der Ballkontrolle mit dem Futsalball in der Halle deutlich stärker denen des Fußballspiels auf einem Rasenfeld (DFB-Expertengruppe Futsal, 2010).**

- Es ergibt sich mehr Zeit mit dem Ball am Fuß und daher mehr Übungszeit und intensiveres Lernen: Da der Futsalball weniger stark springt, ist er schneller/

häufiger am Boden und steht auch technisch Schwächeren besser zur Verfügung.

- Vereinfachung von Ballkontrolle und Ballbehandlung durch Vereinfachung der Auge-Fuß-Koordination: Es werden leichtere und mehr Anschlusshandlungen wie Dribblings, Passspiel, Torschüsse ermöglicht – gerade auch für leistungsschwächere Schüler\*innen
- Verlangsamung der Spielhandlungen, wodurch das Spielgeschehen leichter erfasst werden kann. Dadurch ergeben sich günstigere Voraussetzungen für angriffstaktisches und abwehrtaktisches Lernen.
- Weniger Angst vor dem Ball bei Anfänger\*innen: Das verminderte Sprungverhalten des Futsalballes nimmt die Angst und steigert die Spielfreude.

Futsalbälle bieten also den entscheidenden methodischen Zugriff, um Spiel- und Übungssituationen zu kreieren, die zu beeindruckenden Lerneffekten führen. Sowohl bei Anfängern als auch bei Kaderfußballspieler\*innen können deutlich stärkere Lernerfolge durch das Training mit dem Futsalball im Vergleich zum Training mit herkömmlichem Ballmaterial nachgewiesen werden (Gobil, 2010). Lerneffekte, die sich wirkungsgleich auf das Spiel mit normalem Fußball übertragen. Als weiterer, attraktiver Effekt zeigt sich, dass sich die Heterogenität von Sportgruppen durch die Verwendung des Futsalballs reduzieren lässt (ebd.).

## Hallenfußball mit Futsalbällen – Praxisbeispiele für den Sportunterricht

Eines vorweg, es geht keineswegs darum, die vorhandenen, sehr guten Spiel- und Übungsformen zur Fußballvermittlung zu ersetzen – im Gegenteil! Es geht darum, das vorhandene Potenzial der Spiel- und Übungsformen durch den Einsatz von Futsalbällen allen Schüler\*innen zugänglich zu machen, tatsächliche Lernsituationen für alle zu ermöglichen. Ziel ist also, dass der Ball eben doch zum Freund aller Schüler\*innen werden kann.

Die fußballspezifischen Basistechniken der Ballkontrolle (Ballan- und -mitnahme, Ballführen), Innenseitstoß, Torschuss, das Passspiel sowie Angriff-, Abwehrtaktik und Umschaltverhalten werden mit Futsalbällen in Spiel- und Übungsformen geschult, deren Gestaltung den bewährten didaktisch-methodischen Prinzipien folgt. Der entscheidende Schlüsselfaktor ist dabei der Einsatz des Futsalballes, der die Lern- und Übungssituationen für den Schulsport grundlegend optimiert. Die nachfolgenden exemplarischen Praxisbeispiele haben sich im schulischen Kontext bewährt, sind je nach Stundenschwerpunkt flexibel miteinander kombinierbar und lassen sich nach Bedarf erweitern und verändern. Die Onlinedatenbank „Training Online“ des Deutschen Fußballbundes ([www.dfb.de](http://www.dfb.de)) bietet hier beispielsweise vielfältige Varianten an Spiel- und Übungsformen an.

Gerade in der Unter- und Mittelstufe erfolgt zunächst ein induktives Ausprobieren, ganz im Sinne einer spielerischen Auseinandersetzung der Schüler\*innen mit der Bewegungsaufgabe. Nach jeder explorativen Phase sollten die zentralen technischen bzw. taktischen Inhalte gemeinsam erarbeitet und schließlich bewusst geübt und spielerisch angewandt werden.

### Übung 1: „Dribbeldurcheinander“

**Material:** Futsalbälle gemäß der Spieler\*innenzahl, Markierungshütchen, Feldgröße je nach Spieler\*innenzahl und Leistungsstand.

**Aufgabe:** Die Schüler\*innen bewegen sich mit Ball im abgesteckten Feld und wenden unterschiedliche Arten der Ballführung an (beidfüßig). Wichtig ist eine enge Ballführung mit Richtungswechseln und gegenseitigem Ausweichen.

#### Koordinative Zusatzaufgaben:

- Auf Pfiff Partner\*in suchen, Ball stoppen und abklatschen.
- Auf Zuruf der Lehrkraft („Sohle“/„Knie“/„Gesäß“) entsprechend Ball stoppen (anhalten).
- Wie zuvor, aber „Leitwolf“ (vorher bestimmen) macht stumm vor; „Schlafmütze“ macht z. B. Strecksprung und wird neuer „Leitwolf“.
- Temposteigerungen: ein Pfiff der Lehrkraft („schnelles Dribbling“), zwei Pfeife („äußerst schnelles Dribbling“).
- Bei Pfiff den Ball stoppen, selbst senkrecht anwerfen, an- und mitnehmen (Erarbeiten der Annahmetechnik aufspringender Bälle: „Dachbildung“ über dem Ball mit Unterschenkel/Innenseite/Sohle) (vgl. Bild 1, Übung 1 mit Zusatz).
- **Variante der Zusatzaufgaben:** Mit visuellen Kommandos (Zeichen) statt Ansagen.

#### Zusatzaufgabe: „Ball wegspezeln“

- Durcheinanderdribbeln (beidfüßig!) und den Ball gegen wechselseitige Angriffe abschirmen bzw. die Bälle der anderen Schüler\*innen wegspezeln.

### Übung 2: „Hindernisse“ (vgl. Bild 2, Übung 2)

**Material:** Futsalbälle gemäß Spieler\*innenzahl, kleine Kästen, Markierungshütchen, Feldgröße je nach Spieler\*innenzahl und Leistungsstand, Parteibänder.

**Aufgabe:** Alle Schüler\*innen dribbeln mit Ball im abgesteckten Feld um die Kastenhindernisse herum und wenden unterschiedliche Arten der Ballführung an (beidfüßig). Wichtig ist eine enge Ballführung mit Richtungswechseln und gegenseitigem Ausweichen.



Bild 1

#### Koordinative Zusatzaufgaben:

- Auf die Kästen steigen (knien, hocken, stehen usw.) und weiterdribbeln.
- Bandenspiel mit Kästen (beidfüßig!).
- Kästen seitlich stellen und als kleine Tore verwenden.

#### Zusatzaufgabe: „Ball wegspezeln“

- Durcheinander dribbeln (beidfüßig!) um Kastenhindernisse und den Ball gegen wechselseitige Angriffe abschirmen bzw. die Bälle der anderen Schüler\*innen wegspezeln.

#### Zusatzaufgabe: „Rettungsinseln“ –

##### Variante mit Fängern

- Weniger Kästen als ballführende Schüler\*innen.
- Durcheinanderdribbeln (beidfüßig!) um Kastenhindernisse und den Fängern entgehen (Anzahl der Fänger\*innen variabel, mit oder ohne Ball), indem rechtzeitig eine „Rettungsinsel“ aufgesucht wird (absitzen auf einem Kasten).

Bild 2



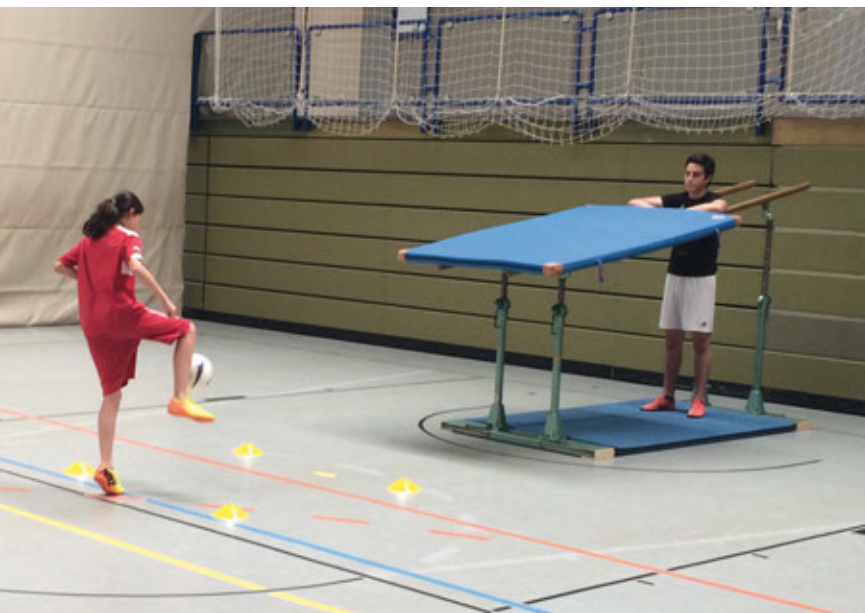


Bild 3

#### Zusatzaufgabe: „Reise nach Jerusalem“ (2 – x Teams)

- Weniger Kästen als ballführende Schüler\*innen, optional: CD-Player, Musik.
- Die Schüler\*innen sind in Teams eingeteilt, jeder hat einen Ball. Beidfüßiges Durcheinanderdribbeln im Feld. Auf Pfiff (optional beim Ende der Musik) muss jeder Spieler schnellstmöglich einen Kasten besetzen (zum Kasten dribbeln, den Ball mit dem Fuß vor dem Kasten stoppen, in die Hand nehmen und sich auf den Kasten setzen). Es wird gezählt, wie viele Kästen jedes Team besetzen konnte. Auf Pfiff (optional beim Wiederbeginn der Musik) wirft sich jede(r) Spieler\*in (auch die, die keinen Kasten erreicht haben) den Ball selber hoch, stoppt diesen und geht erneut ins Dribbling über. Welches Team hat nach x Durchgängen mehr Punkte?

#### Übung 3: „Ballrampe“ (vgl. Bild 3, Übung 3)

**Material:** Futsalbälle, Markierungshütchen, Barren, blaue Matte.

**Aufgabe:** Die Lehrkraft lässt den Ball über die Ballrampe anrollen (Barrenschräge mit blauer Matte). Die Spieler\*innen nehmen den springenden Futsal im Annahmefeld an, dribbeln in das rechte oder linke Zielfeld und stoppen dort den Ball. Der Ball wird zur Lehrkraft zurückgespielt, die Spieler\*innen postieren sich erneut im Annahmefeld und dribbeln nach der Ballannahme in das jeweils andere Zielfeld. Ausführung mit rechtem und linkem Fuß.

#### Übung 4: „Passspiel-Durcheinander“

**Material:** Je Zweierteam einen Futsalball, Markierungshütchen, Parteibänder, Feldgröße nach Leistungsstand und nach Anzahl der Zweierteams, die gleichzeitig auf dem Feld sind.

**Aufgabe:** Mehrere Zweierteams (jedes Team mit einem Futsalball) bewegen sich durcheinander im abgesteckten Feld, passen sich wechselseitig den Futsal als Innenseitstoß (beidfüßig) zu und wenden unterschiedliche Arten der Ballführung an (beidfüßig). Wichtig sind eine enge Ballführung mit Richtungswechseln und gegenseitigem Ausweichen sowie ein präzises Passspiel.

#### Übung 5: „Passquadrat“ (vgl. Bild 4, Übung 5)

**Material:** 2 Futsalbälle pro Passquadrat, Markierungshütchen.



Bild 4

**Aufgabe:** Die Schüler\*innen sind gleichmäßig auf die Ecken verteilt.

**Passtaffelkontinuum:** Ball annehmen, geradeaus passen und diagonal laufen. Auf Ausführung mit rechtem und linkem Fuß achten.

**Variante als Wettspiel „Passkönige“** (2 – x Passquadrate): Welche Gruppe schafft die meisten Passfolgen am Stück?

**Variante:** Direktes Passspiel.

## Spielformen

### Spielform 1: „Überzahlangriff“

(2:2 / 3:3 / 4:4 + 1/2 Offensivjoker)  
(vgl. Bild 5, Spielform 1).

**Spielfeld:** z. B. Hallendrittel

**Material:** Futsal, Parteibänder, Markierungshütchen, z. B. blaue Matten als Tore.

**Aufgabe:** Spiel 2:2 (oder 3:3) auf 2 Tore. Bei Ballbesitz Offensivjoker einbeziehen, um eine Überzahlsituation zu erzielen.

### Spielform 2: „Hilfe über außen“

(1:1 / 2:2 / 3:3 + 1 oder 2 Außenspieler\*innen)  
(vgl. Bild 6, Spielform 2)

**Spielfeld:** z. B. auf je Hälfte Hallendrittel quer.

**Material:** Futsal, Markierungshütchen für Feld- und ggf. Tormarkierungen, Parteibänder, ggf. blaue Matten als Tore oder kleine Tore.

**Aufgabe:** Spiel 1:1 (oder 2:2 / 3:3) auf 2 Tore, die erdribbelt werden müssen.

Die neutralen Zuspüler (bleiben an den Außenlinien und dürfen nicht aktiv bekämpft werden) können durch Passspiel in den eigenen Angriff einbezogen werden. Die Passspieler\*innen passen immer zur passgebenden Partei zurück. Nach einigen Durchgängen erfolgt der Aufgabenwechsel.

### Spielform 3: „Multitore“

(2:2 / 3:3 / 4:4)

**Spielfeld:** z. B. auf je Hälfte Hallendrittel quer oder Hallendrittel (je nach Spielerzahl).



**Material:** Futsal, Markierungshütchen für Feld- und Tormarkierungen, Parteibänder.

Bild 5

**Aufgabe:** Spiel 3:3 (4:4). Es befinden sich mehrere Hütchentore auf dem Feld (Breite ca. 1 m), die so durchpasst werden müssen, dass die eigene Mannschaft im Ballbesitz bleibt.

Variante „Eckentore“: In jeder Spielfeldecke (auf jeder Spielfeldseite) befindet sich ein kleiner Kasten/eine Langbank (Sitzfläche jeweils nach vorne gedreht); Jedes Team verteidigt 2 Kasten-/Langbanktore. Tore werden durch Bandenspiel gegen einen Kasten (Langbank) erzielt (Pass muss bei den Mitspieler\*innen ankommen).

## Literatur

DFB Expertengruppe Futsal (2010). *Pro Futsal! Erkenntnisse der fußballfachlichen Arbeitsgruppe Futsal. Eine Expertise über den Nutzen von Futsal für den Deutschen Fußball-Bund.* Frankfurt/Main: Deutscher Fußball-Bund, Abteilung Qualifizierung und Breitenfußball.

Gobil, S. (2010). *Mit dem Futsalball zum Fußball. Eine methodische Alternative (im Schulsport)?* Universität Stuttgart: Institut für Sportwissenschaft.

Roth, K. & Kröger, C. (2015). *Ballschule. Ein ABC für Spielanfänger* (Schriftenreihe PRAXISideen für Bewegung, Spiel und Sport, Band 1) (5. Auflage). Schorndorf: Hofmann.

Bild 6

