

Die fünf Stationen des DFB-Fußball-Abzeichens

Eine sorgfältige Vorbereitung sowie eine gewissenhafte Organisation helfen, einen reibungslosen Ablauf der Veranstaltung sicher zu stellen. Im Folgenden einige Tipps zu den fünf Stationen.

Ballmaterial

Mindestens zwei Leichtbälle 360 g (bis 13 Jahre) und zwei Normalbälle pro Station bereithalten.

Schnellerer Ablauf

Der Durchlauf durch die Stationen kann beschleunigt werden, indem wartende Teilnehmer/innen bei den folgenden Stationen den Teilnehmer/innen die Bälle zurückspielen:

- Kopfbalkönig • Flankengeber • Elferkönig

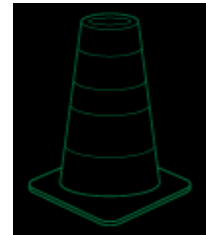
Aufbau

Die Stationen müssen genau abgemessen werden. Bei allen Stationen muss darauf geachtet werden, dass die Teilnehmer/innen genügend Freiraum haben, um die Übungen zu absolvieren und nicht durch wartende Teilnehmer/innen bedrängt werden. Gegebenenfalls muss die Station im Start- oder Schussbereich abgegrenzt werden.

Bei hohen Teilnehmerzahlen empfiehlt es sich, die Stationen je nach Beanspruchung der Rasenfläche zu versetzen.
Sicherheitshinweis: Bewegliche Tore verankern!

Anzahl der Helfer/innen und Stationsbetreuer/innen

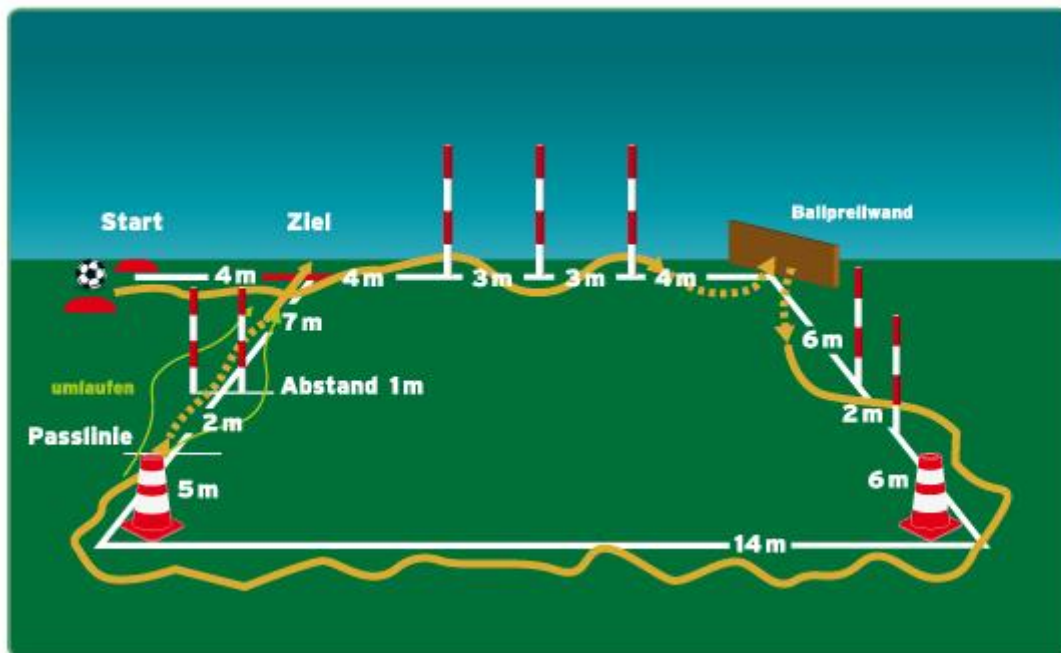
Anzahl	Stationen bzw. Aufgaben
1	Dribbelkünstler
2	Kurzpass-Ass
2	Kopfbalkönig
2	Flankengeber
1	Elferkönig
1	Springer für die Stationen
1	Organisation (u.a. Anmeldung & Ausstellen der Urkunden)
10	Gesamtbedarf Helfer/innen und Stationsbetreuer/innen



Die einzelnen Stationen im Überblick

1. [Dribbelkünstler](#)
2. [Kurzpass-Ass](#)
3. [Kopfbalkönig](#)
4. [Flankengeber](#)
5. [Elferkönig](#)

➤ Dribbelkünstler



Aufgabe

Start mit ruhendem Ball von der Startlinie. Die Laufrichtung durch den Parcours ist vorgegeben. Den Ball mit dem Fuß durch die Stangen dribbeln. Die Ballprellwand durch einen gezielten Innenseitstoß anspielen und den zurückprallenden Ball in die weitere Laufbewegung mitnehmen.

Anschließend das Stangentor mit dem Ball am Fuß durchlaufen, um die nächsten zwei Hütchen dribbeln. Durch einen gezielten und entsprechend dosierten Innenseitstoß

Aufbau

- Als Ballprellwand kann z.B. eine (Lang)-Bank (bitte befestigen) verwendet werden.
- Die Höhe der Ballprellwand darf max. 30 cm betragen.



- Die Skizze zeigt, wie Stangen, Hütchen und Markierungsteller aufgebaut werden müssen. Bitte unbedingt diesen Aufbauplan einhalten.

Durchführung

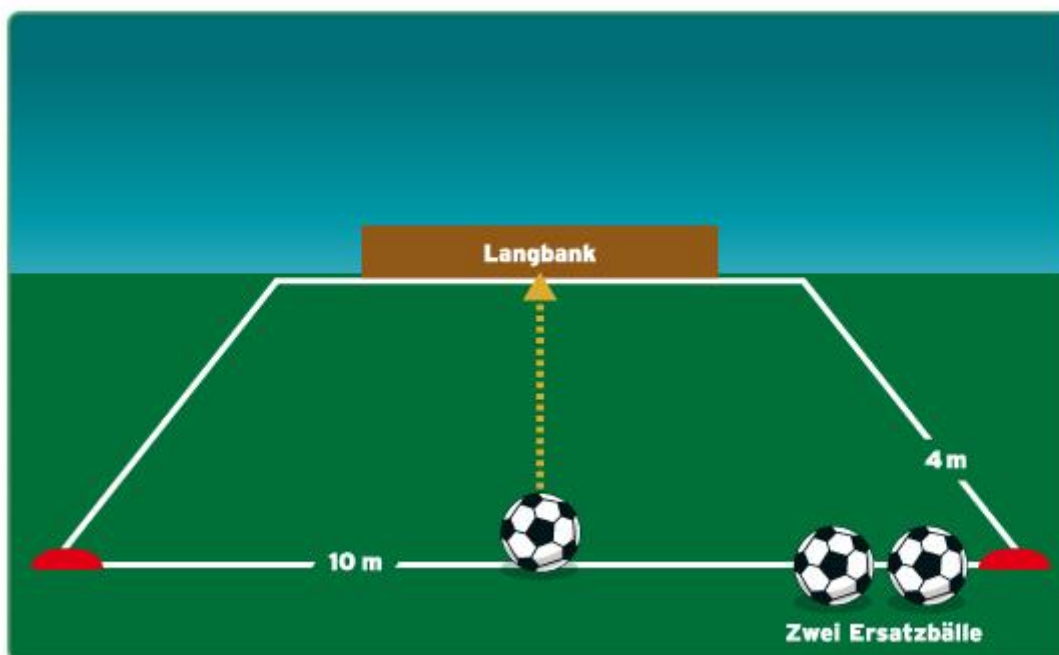
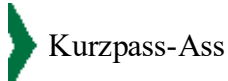
- Der Laufweg muss eingehalten werden (siehe Skizze).
- Wenn die Teilnehmer/innen den Laufweg nicht einhalten, darf der Durchgang **nicht** gewertet werden. Dies gilt auch dann, wenn die Teilnehmer/innen **nicht** mit dem Ball am Fuß über die Ziellinie dribbeln.
- Ein/e Stationsbetreuer/in achtet auf die genaue Durchführung, der/die andere nimmt die Zeit.

Punktzahl

1-17 Sek.	60 Punkte
18-21 Sek.	50 Punkte
22-25 Sek.	40 Punkte
26-29 Sek.	30 Punkte
30-33 Sek.	20 Punkte
34-37 Sek.	10 Punkte
> 37 Sek.	0 Punkte

Es wird immer auf volle Sekunden abgerundet (z. B. 21,9 Sek. wird gerundet auf 21 Sekunden).

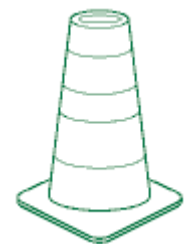
Maximal erreichbare Punktzahl: 60



muss der Ball so durch das kleine Stangentor gespielt werden, dass bei gleichzeitigem Umlaufen des Tores (rechts oder links herum) der Ball hinter dem Stangentor und vor der Ziellinie wieder aufgenommen werden kann.

Wertung

Alle Altersgruppen haben zwei Versuche. Die beste Zeit wird gewertet. Die Zeit wird gestoppt, wenn die Ziellinie vom Teilnehmer mit dem Ball am Fuß überquert wird.





Aufbau

- Als Ballprellwand kann z.B. eine Langbank oder eine sonstige stabile Bank verwendet werden.
- Die Höhe der Langbank darf max. 30 cm betragen.
- Die Skizze zeigt, wie Langbank und Markierungsteller/-hütchen aufgebaut werden muss.
- Die Passlinie sollte zur besseren Orientierung für Teilnehmer/innen und Stationsbetreuer/innen deutlich markiert werden.
- Es kann ein Tor hinter die Bank gestellt werden.

Aufgabe

Der Spieler muss den Ball mit der Innenseite 30 Sekunden gegen eine Ballprellwand spielen. Der Abstand zur Bank beträgt vier Meter. Während der Übung darf zweimal ein Ersatzball verwendet werden.

Punktzahl

Jeder Spieler hat 30 Sekunden Zeit, möglichst viele Pässe zu spielen, wobei jeder regelgerechte Kurzpass (Innenseite, Mindestabstand), der auf die Bank trifft (auch Kantentreffer, die in die Richtung des Teilnehmers zurückprallen), mit

- 3 Punkten gewertet wird.

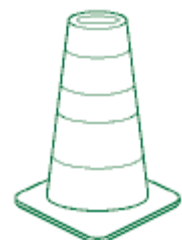
Maximal erreichbare Punktzahl: 60

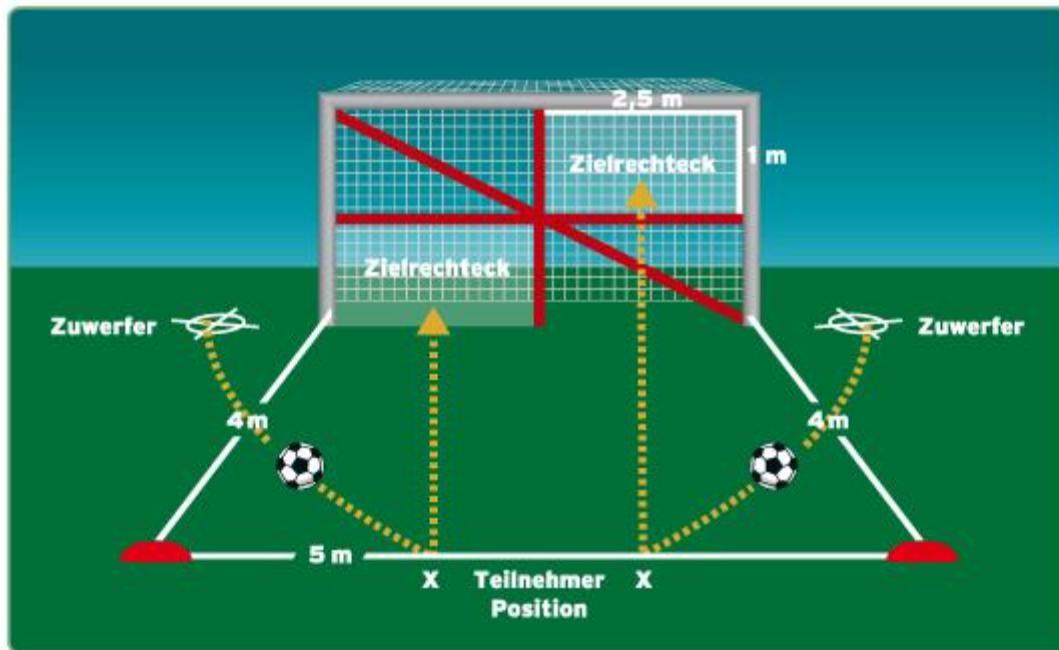
Durchführung

- Jeder Kontakt mit der Bank zählt als Treffer, auch wenn der Ball **nicht** über die Passlinie zurückkommt. (Hinweis: In diesem Fall darf der Ball auf die Passlinie zurückgeholt werden!)
- Der zurückspringende Ball darf nach jedem Rückprall mit dem Fuß kontrolliert oder auch direkt gespielt werden. Der von der Bank hoch zurückspringende **Ball darf nicht mit der Hand gefangen werden.**
- Wenn der/die Teilnehmer/in den Ball vor der Passlinie gegen die Bank spielt, wird der Pass **nicht** gewertet. Dies ist **unbedingt** einzuhalten.
- Nur wenn der Ball über die Bank oder neben die Bank gespielt wird, darf ein Ersatzball verwendet werden.
- Die zwei Ersatzbälle liegen auf der Passlinie an einem der beiden Eckpunkte bereit und dürfen **nur** vom Teilnehmer selbst wieder ins Spiel gebracht werden.
- Ein/Eine Stationsbetreuer/in achtet auf die genaue Durchführung, der/die andere stoppt die Zeit.

Wertung

Jeder Kontakt mit der Bank zählt als Treffer, auch wenn der Ball **nicht** über die Passlinie zurückkommt. Nur Innenseitstöße zählen.





Aufbau

- In einem Kleinfeldtor (2 x 5m) wird ein Band in der Mitte der Latte senkrecht zum Boden gespannt. Ein zweites wird mittig zwischen den Pfosten horizontal befestigt und ein drittes vom oberen linken Toreck diagonal an das untere rechte Toreck angebracht.
- Unbedingt auf straffe Bänder achten und die Heringe fest im Boden verankern. **(Unfallgefahr!)**
- Die Viermeterlinie mit Markierungskreide oder Markierungstellern/Hütchen abgrenzen.

Aufgabe

Der Kopfstoß erfolgt aus der Bewegung in ein gevierteltes Kleinfeldtor. Der Abstand zum Tor

Durchführung

- Der Zuwerfer steht seitlich neben dem Tor (immer auf Seite des Zielrechtecks). Er wirft von dort je zweimal von links und rechts den Ball beidhändig von unten nach oben (Bogenwurf) zum Spieler. Gute Zuwürfe sind für das Gelingen der Übung entscheidend.
- Bei einem schlecht zugeworfenen Ball, wird der Versuch wiederholt.
- Wenn der/die Teilnehmer/in den Ball innerhalb der Viermeterzone köpft, wird ein Treffer **nicht** gewertet.
- Sollte ein geköpfter Ball von den Bändern zurückprallen, wird der Versuch wiederholt.
- Bälle, die gegen den Pfosten oder die Latte geköpft werden und nicht ins Tor (Zielrechteck) gehen,

beträgt vier Meter. In das untere Rechteck kann der Ball als Aufsetzer geköpft werden. Ein Treffer ist auch dann gültig, wenn es zu einer Berührung der Bänder kommt und der Ball anschließend durch das korrekte Zielrechteck ins Tor fliegt.

Punktzahl

Jeder korrekte Treffer wird mit 15 Punkten gewertet. Die Punktzahl ergibt sich aus allen vier Versuchen.

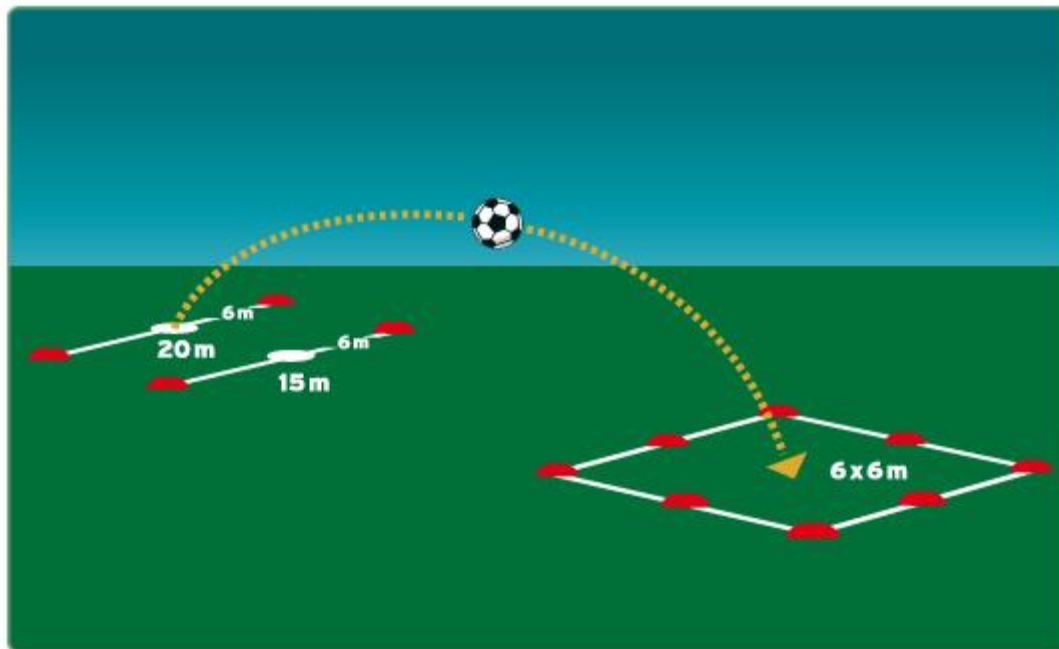
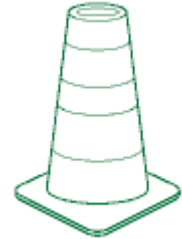
Maximal erreichbare Punktzahl: 60

Flankengeber

werden als Fehlversuch gewertet.

Wertung

Jeder Spieler hat je zwei Versuche aus vier Meter Entfernung in das untere und obere Zielrechteck zu treffen.



Aufbau

- Das Zielquadrat wird mit bunten Markierungsteilern gekennzeichnet.

Durchführung

- Einer/Eine der Stationsbetreuer/innen muss in der Nähe des Zielquadrats stehen, um genau erkennen zu können, ob der Ball im Quadrat oder auf den zum Quadrat gehörenden Linien landet. Der Ball muss **nicht** im Zielquadrat liegen bleiben.
- Wenn der Ball vorher den Boden berührt, gilt der Versuch als ungültig.

- Die zwei unterschiedlichen Entfernungen werden von der vorderen, den Teilnehmer/innen zugewandten Seite des Quadrats aus gemessen.
- Die Schusslinien mit Kreide, Farbe oder Spray kennzeichnen.
- Auch die Markierungsteller und die Linie des Zielquadrats zählen zur Trefferfläche.

Aufgabe

Der Ball wird mit einem Zielstoß (Innenspann) als Flanke in ein quadratisches Zielgebiet gespielt.

Punktzahl

Für jeden Treffer erhält der Teilnehmer 15 Punkte. Die Punkte aller vier Versuche werden zusammengezählt.

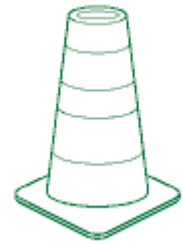
Maximal erreichbare Punktzahl: 60

Wertung

Jeder Schütze hat vier Versuche, den ruhenden Ball ins Zielquadrat zu flanken.

Entfernung bis 13 Jahre:

- 15m
- ab 14 Jahre:
- 20m



Elferkönig





Aufbau

- In einem Großfeldtor werden zwei Bänder im Abstand von 1,5 Meter vom rechten und linken Pfosten entfernt, senkrecht zum Boden gespannt. Ein drittes wird mittig horizontal zwischen den Pfosten befestigt.
- Unbedingt auf straffe Bänder achten und die Heringe fest im Boden verankern (Unfallgefahr!)
- Neun- und Elfmeterpunkt deutlich markieren.

Aufgabe

Torschuss frontal vom Neun- oder Elfmeterpunkt auf ein Großfeldtor.

Punktzahl

Die Punkte aller drei Versuche werden zusammengezählt.

Maximal erreichbare Punktzahl: 60

|

Durchführung

- Der/Die Teilnehmer/in schießt dreimal auf das Tor (Punktegitter).
- Sollte ein geschossener Ball von den Bändern zurückprallen, wird der Versuch wiederholt.
- Bälle die gegen Pfosten oder Latte geschossen werden, und **nicht** ins Tor gehen, werden als Fehlversuch gewertet (keine Wiederholung).

Wertung

Jeder Spieler hat drei Versuche. Die Wertung ergibt sich aus dem oben abgebildeten Punktegitter.

Entfernung bis 13 Jahre:

- 9m
- ab 14 Jahre:
- 11 m

