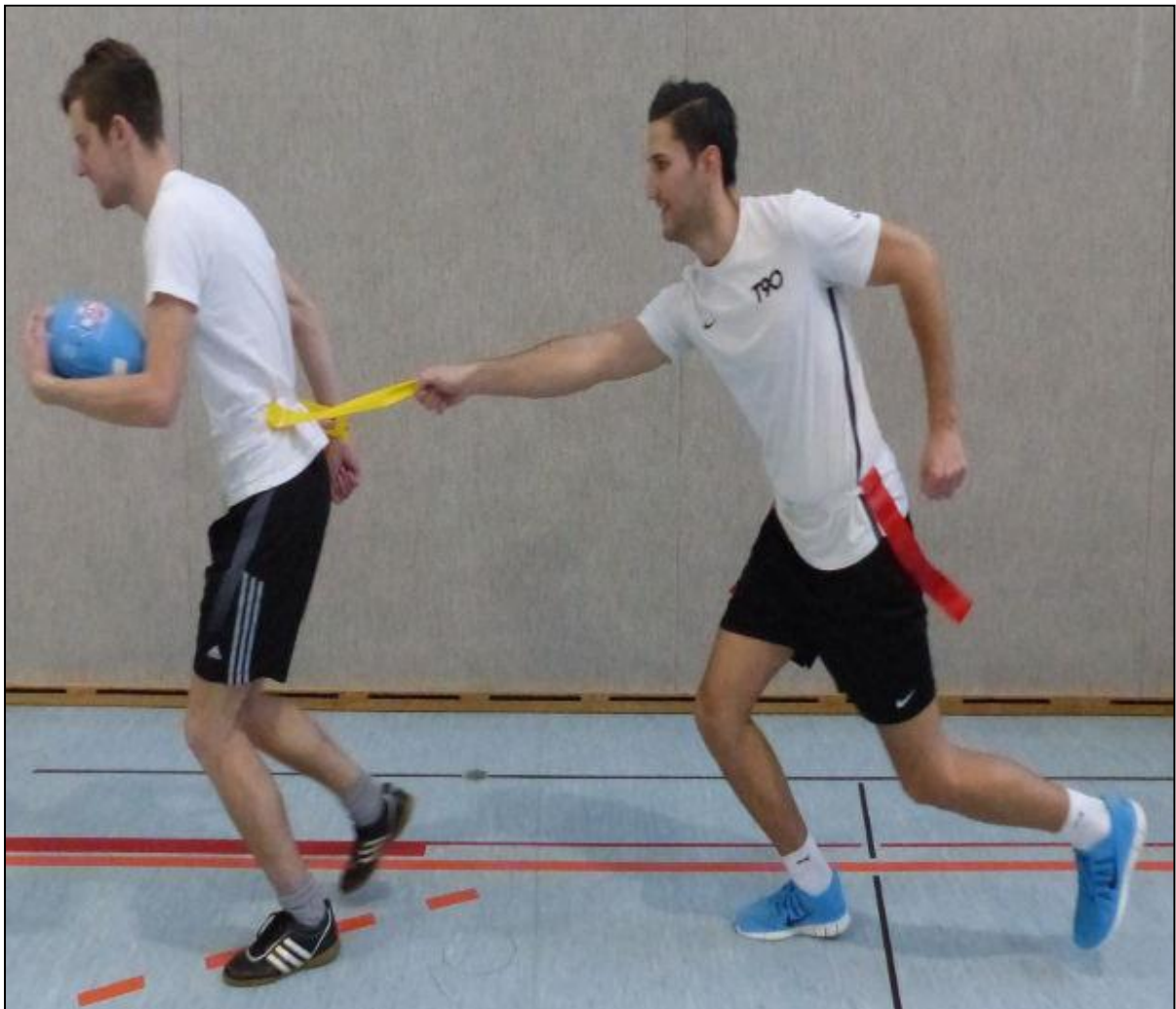




# FÄHNCHEN - FOOTBALL- STUNDENENTWURF




## Übersicht

- **Unterrichtsidee**
- **Was ist Fähnchen-Football?**
- **Lernziele**
  - Groblernziel
  - Feinlernziele
- **Methodische Überlegungen zum Ablauf**
- **Regeln**
- **Verlaufsplan**
- **Hallenaufbau des Zielspiels**
- **Arbeitsmaterial**
  - Merkblatt Regeln (1)
- **Quellenverzeichnis**

## Unterrichtsidee

Dargestellt wird hier eine didaktisch reduzierte Art des klassischen Footballs mit dem Namen Fähnchen-Football. Harte Tacklings, welche in der Hauptsportart von hoher Bedeutung sind, sind in der körperlosen Zielsportart für den Unterricht verboten.

In dieser konzipierten Doppelstunde werden die Lernziele der Schüler und Schülerinnen (SuS), die Methodik und der Verlaufsplan sowie der Hallenaufbau aufgezeigt. Des Weiteren sind für einen reibungslosen Spielverlauf die allgemeinen Regeln aufgelistet. Um die SuS nicht zu überfordern und schnellstmöglich zur Spielform zu kommen, werden nur die wichtigsten Regeln zu Beginn der Stunde besprochen. Das Merkblatt für diesen Theorieteil der Stunde befindet sich im Arbeitsmaterial. ►  1

## Was ist Fähnchen-Football?

Das Sportspiel Fähnchen-Football ist die kontaktärmere Variante des American Football. Wie bei der Muttersportart verfolgt eine Mannschaft auch beim Fähnchen-Football das Ziel, einen Ball in einer Serie von Spielzügen über das Spielfeld zu transportieren und in der gegnerischen Endzone abzulegen. Für das Ablegen des Balles in dieser Zone werden Punkte vergeben. Ein Spielzug ist zu Ende, wenn dem Ballträger ein am Gürtel befestigtes Fähnchen abgerissen wird. Dieses Abreißen des "Fähnchens" (Abb. 1) ersetzt das sog. "Tackling" des American Football, bei dem der Gegner gestoßen, gehalten oder zu Boden gebracht werden darf. So entsteht der Begriff des Spiels "ohne Kontakt". Aufgrund des geringen Körperkontakts wird keine besondere Ausrüstung benötigt. Das Spiel ist für den Schulsport geeignet, da das Verletzungsrisiko minimiert ist.<sup>1</sup>



Abb. 1: Der Fähnchenabriss im Spiel

<sup>1</sup> Hochschulsport Hamburg: Flag Football (online)

## Lernziele

### Groblernziel

Die SuS erlernen Abläufe und Regeln des Fähnchen-Footballs kennen und wenden diese im Spiel an.

### Feinlernziele

#### **Motorische Feinziele**

Die SuS sollen...

- in den Spielen ihre Wurf- und Fangtechniken verbessern.
- durch geschickt gewählte Laufwege und Pässe den Ball in die Endzone bringen.

#### **Kognitive Feinziele**

Die SuS können...

- die Regeln verinnerlichen und im Zielspiel umsetzen.
- ihr räumliches und zeitliches Spielverständnis einsetzen um Punkte zu erzielen, aber auch das Abwehrverhalten zu schulen.

#### **Sozial-affektive Lernziele**

Die SuS verbessern.....

- ihre kommunikative Kompetenz verbessern und gemeinsam als Team auftreten.
- den fairen Umgang miteinander, indem sie ohne Körperkontakt sowie robustes Einsteigen spielen.

## Methodische Überlegungen zum Ablauf

In der *Einleitungsphase* wird die Grundidee von Fähnchen-Football erarbeitet. Hier kann man z.B. Unterschiede und Gemeinsamkeiten zum klassischen Football erarbeiten. Es ist wichtig, dass ein Dialog zwischen Lehrkörper und SuS stattfindet. Der wichtigste Punkt ist in dieser Phase aber jedoch die Regeln kennen zu lernen, um das Spiel später ohne Verzögerungen spielen zu können. Die SuS sollen Vergleiche zum American Football finden, jedoch soll deutlich werden, dass kein Körperkontakt stattfindet.

Die *Aufwärmphase* führt schon zum Zielspiel hin. Die beiden Spiele sind so gewählt, dass sie wichtige Elemente von Fähnchen-Football widerspiegeln. Beim Bändchenhaschen lernen die Schüler das spätere Fähnchen-Klauen (Abb. 2). Alle SuS sind Fänger und haben gut sichtbar ein Spielband in der Hose. Ziel ist es, so viele Spielbänder wie möglich vom Mitspieler zu klauen und gleichzeitig sein eigenes zu verteidigen. Wer die meisten Bänder am Ende besitzt, der gewinnt. Wichtig ist eine ange-

messene Zeit für das Spiel anzusetzen. Die SuS sollen warm, aber nicht völlig erschöpft werden. Eine mögliche Variante ist das bilden von zwei Teams. Welches Team schafft mehr Bänder zu klauen?



Abb. 2: Bändchenhaschen

Das zweite Aufwärmspiel Wandball spiegelt die grundlegenden Eigenschaften eines Ball-Wurf-Spiels wider. Taktische Elemente und motorische Elemente werden bei diesem Aufwärmungsspiel geschult. Diese Eigenschaften (fangen, werfen, freilaufen, decken, abfangen, taktisches Verständnis, uvm.) sind essentiell wichtig für das Zielspiel. Durch Passen und Freilaufen soll der Ball gegen die gegnerische Wand geworfen und wieder gefangen werden. Dies zählt als ein Punkt. Es gelten die Grundregeln des Handballspiels. Der Lehrkörper muss je nach Gruppengröße die Feldgröße wählen. Eventuell wird das Spiel auch auf zwei Felder ausgedehnt. Variationen sorgen für einen erhöhten Schwierigkeitsgrad und mehr Abwechslung.

In der *Hauptphase* wird das Zielspiel Fähnchen-Football gespielt und es wird darauf geachtet, dass alle die Regeln befolgen. Ähnlich wie beim Linienball wird versucht in eine Zielzone zu kommen.

## Regeln

### **Mannschaftsgröße**

Nach den offiziellen Spielregeln sind Teamgrößen von neun, sieben oder fünf Spielern pro Mannschaft möglich. Für den Einsatz im Schulsport empfiehlt es sich, die Mannschaftsgröße in Abhängigkeit von der Spielfeldgröße zu wählen.

### **Spielzeit**

Die offiziellen Spielregeln sehen eine Spielzeit von 4 x 10 Minuten vor.

Für den Einsatz im Schulsport empfiehlt es sich, die Spielzeit in Abhängigkeit der zur Verfügung stehenden Unterrichtszeit zu wählen.

### **Trikots**

Die Trikots dürfen die Fähnchengürtel nicht verdecken.



## **Ball**

Gespielt wird Fähnchen-Football nach offiziellen Spielregeln mit einem Lederball, wobei mit dem Einverständnis beider Mannschaften auch mit einem Gummiball gespielt werden darf.

## **Spielablauf**

Die Offensive als angreifendes Team beginnt den Angriff an der eigenen 5-Meter-Linie (siehe Hallenaufbauplan) und hat vier Spielzüge Gelegenheit, die Mittellinie zu überqueren. Schafft sie das, erhält sie weitere vier Versuche, einen Touchdown zu erzielen, d.h. den Ball in der gegnerischen Endzone abzulegen. Gelingt dies der angreifenden Mannschaft nicht, übernimmt das andere Team an der eigenen 5-Meter-Linie den Ballbesitz und startet nun seinerseits eine Angriffsserie.

Jeder Versuch startet an der neuen sog. Angriffslinie (Line of Scrimmage). Diese ist jeweils dort, wo der letzte Angriffsversuch durch Ziehen eines Fähnchens unterbrochen wurde. Schafft es die Offensive nicht in vier Versuchen, die Mittellinie zu überqueren, wechselt das Angriffsrecht und das andere Team übernimmt an der eigenen 5-Meter-Linie den Ballbesitz und startet nun seinerseits eine Angriffsserie.

Bei jedem Angriffsversuch stehen der Offensive 30 Sekunden ab dem sog. Snap, d.h. dem Start des Spielzuges zur Verfügung. Ein Überschreiten dieses Zeitlimits wird nach einer Verwarnung mit einer 10-Meter Raumstrafe und mit einem Versuchsverlust geahndet.

Bei jedem Wechsel des Angriffsrechts wird der Ball auf die 5-Meter-Linie gelegt. Ausnahme sind abgefangene Bälle, sog. Interceptions und Ballverluste, sog. Fumbles.

## **Punkte**

Für einen Touchdown, d.h. für einen in die gegnerische Endzone getragenen Ball oder einen dort gefangenen Pass erhält die Mannschaft 6 Punkte. Nach einem Touchdown erhält die Mannschaft die Möglichkeit, von der 5-Meter-Linie einen Zusatzspielzug auszuführen. Ist dieser erfolgreich, erhält die Mannschaft einen weiteren Punkt.

## **Beginn eines Spielzuges**

Der Spielzug beginnt an der Line of Scrimmage, d.h. der Angriffslinie. Beim Beginn des Spielzuges darf sich lediglich ein Spieler der Offensive in Motion, d.h. in Bewegung befinden. Der Spielzug wird durch den sog. Snap gestartet, bei dem ein Spieler, der sog. Center, den Ball durch die Beine an den Quarterback zurückgibt. Dabei kann der Quarterback einige Meter vom Center weg stehen (= Shotgun - Position).

## **Laufen mit dem Ball**

Der Quarterback darf mit dem Ball nicht über die Angriffslinie laufen.

Hinter der Angriffslinie sind direkte Ballübergaben - auch mehrfach - erlaubt.

Das Angriffsteam hat zwei "Laufen-Verboten-Zonen": 5 Meter vor der Endzone und fünf Meter vor der Mittellinie. Diese verhindern Lauf-Spielzüge, bei denen "mit aller Gewalt" das Überschreiten der Linie versucht wird.

Überschreitet der Ballträger die Seitenlinie, wird die Angriffslinie für den nächsten Versuch auf Höhe der Position versetzt, an der der Spieler ins Seitenaus lief. Verliert der Ballträger im Lauf den Ball (= Fumble), ist der Spielzug an der Stelle der Fußposition des Ballträgers beendet und die Offensive führt von dort den nächsten Versuch aus. Die Defensive kann den fallengelassenen Ball nicht erobern.

### **Werfen / Passen des Balles**

Es sind nur Vorwärtspässe über die Angriffslinie erlaubt. Seitwärts- oder Rückwärtspässe sind nicht erlaubt. Ein Angreifer, der den Ball durch eine direkte Ballübergabe hinter der Angriffslinie erhalten hat, darf einen Vorwärtspass spielen, solange er hinter der Angriffslinie bleibt. Innerhalb von sieben Sekunden muss der Quarterback den Ball gepasst haben. Andernfalls ist der Spielzug beendet und der Angriff verliert einen Versuch.

Bei einem abgefangenen Pass (= Interception) wechselt das Angriffsrecht an diesem Punkt, wobei der Ball direkt von der nun im Ballbesitz befindlichen Mannschaft weitergespielt werden kann. Interceptions sind das einzige Angriffsrecht, bei dem der Angriff nicht von der eigenen 5-m-Linie anfängt.

### **Fangen des Balles**

Alle Spieler dürfen Pässe fangen. Dies gilt auch für den Quarterback, wenn er den Ball hinter der Angriffslinie übergeben hat.

Damit ein Pass als gefangen gewertet werden kann, muss vom Fänger zumindest ein Fuß im Feld platziert sein.

### **Ein Spielzug ist beendet, wenn:**

- ein oder beide Fähnchen des Ballträgers gezogen sind oder abfallen
- der Ballträger die Seitenlinie überschreitet
- ein Touchdown oder Safety erzielt wird
- ein Pass abgefangen und dem Verteidiger dann das Fähnchen abgerissen wird
- der Ballträger mit Knien oder Ellenbogen den Boden berührt


### **Regeln zur Verteidigung**

Halten, Rempeln oder Blocken des gegnerischen Spielers ist nicht erlaubt. Dazu zählt auch das Stoßen mit den Ellenbogen in der Offensive. Zufälliger Körperkontakt wird natürlich nicht bestraft.


Nach einer direkten Ballübergabe können alle Verteidiger den Rückraum der Offensive attackieren.

Beim Beginn des Spielzuges darf sich auch nur ein Spieler der Offensive in Motion, d.h. in Bewegung befinden.

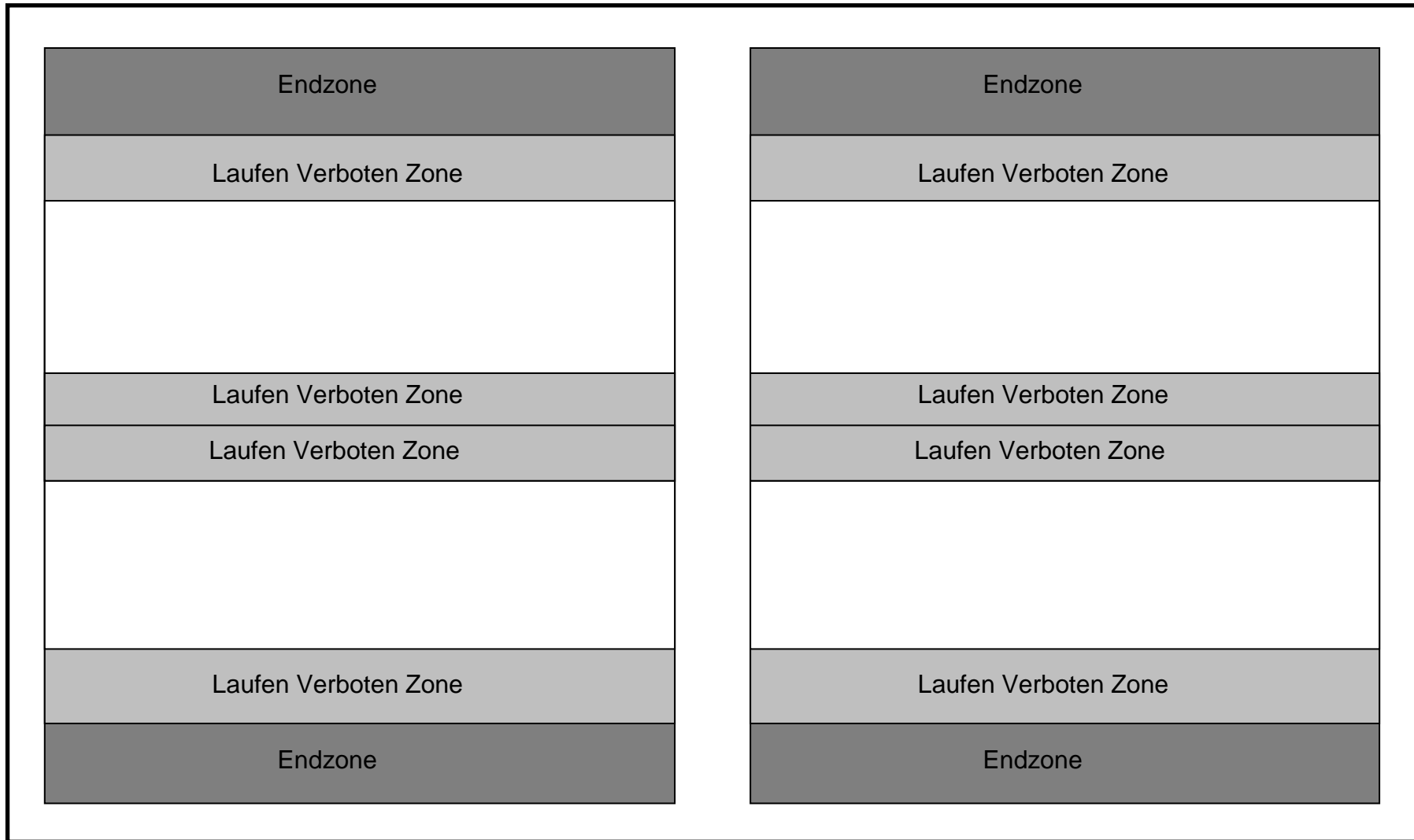
## Verlaufsplan

Phase	Inhalt (Übungsfolge)	Methodische- didaktische. Hinweise	Organisation + Medien
<b>Einleitungsphase</b>  ca. 20 Minuten	Einführung in das Sportspiel Fähnchen- Football	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Begrüßung</li> <li>• Anwesenheit prüfen (Kranke/Passive Teilnehmer)</li> <li>• Sonstige Probleme</li>   <li>• Erarbeitung der Regeln und der Grundidee von Fähnchen-Football</li> <li>• Vergleich: Fähnchen-Football und American Football</li> <li>• Nach der Einführung kennen die Teilnehmer die Regeln und sind in der Lage Fähnchen-Football zu spielen</li> </ul>	Innenstirnhalbkreis sitzend   Innenstirnhalbkreis sitzend  Regeln auf Folie ausgedruckt und OHP 
<b>Aufwärmphase</b>  ca. 20 Minuten	Bändchenhaschen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alle SuS sind Fänger</li> <li>• Ziel ist es, möglichst viele Spielbänder/Tücher von den Mitspielern zu nehmen und das eigene zu behüten</li> <li>• Bänder sind gut sichtbar in der Hose eingeklemmt</li> <li>• Dieses Aufwärmspiel ähnelt sehr stark dem späteren Fähnchen-Football</li> <li>• Variationen: Zwei Mannschaften bilden, um noch näher an das Zielspiel zu kommen, Raumvariation</li> </ul>	Spielbänder/Spieltücher



Phase	Inhalt (Übungsfolge)	Methodische- didaktische. Hinweise	Organisation + Medien
	Wandball	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemein: Handballregeln</li> <li>• Durch passen und freilaufen an die gegnerische Wand vorlaufen. Den Ball an die gegnerische Wand werfen und von einem eigenen Mitspieler fangen lassen (= 1 Punkt)</li> <li>• Eventuell die Gruppe auf zwei Spielfelder aufteilen</li> <li>• Mit Ball max. 3 Schritte laufen</li> <li>• Punkt kann verhindert werden, wenn der Ball nach Berührung der Wand vom Gegner gefangen wird</li> <li>• Dieses Aufwärmspiel ähnelt schon sehr stark dem Zielspiel Fähnchen-Football</li> <li>• Variationen: Regeleinschränkung (z.B. Ein Schritt mit Ball), Ball muss über Bodenpass die Wand berühren</li> </ul>	Leibchen, Bälle, zwei Mannschaften
<b>Hauptphase</b> ca. 40 Minuten	Fähnchen-Football (ähnelt Linienball)	Das Spiel Fähnchen-Football wird nun nach den vorgestellten Regeln gespielt. ▶  1	Spielbänder, Leibchen, Bälle
<b>Ausklang</b> ca. 10 Minuten	Abbau Reflexion	Feedback Verabschiedung	

## Hallenaufbauplan des Zielspiels





# Merkblatt Regeln

## Seite 1

### Trikots

Die Trikots dürfen die Fähnchengürtel nicht verdecken.



### Punkte

Für einen Touchdown, d.h. für einen in die gegnerische Endzone getragenen Ball oder einen dort gefangenen Pass erhält die Mannschaft einen Punkt.



### Spielablauf

Neu angefangene Spielzüge starten an der Mittellinie. 4 Versuche um in die Zielzone zu gelangen. Jeder Versuch startet an der neuen sog. Angriffslinie (Line of scrimmage). Diese ist jeweils dort, wo der letzte Angriffsversuch durch Ziehen eines Fähnchens unterbrochen wurde. Schafft es die Offensive nicht in vier Versuchen, die Zielzone zu erreichen, wechselt das Angriffsrecht.

### Beginn eines Spielzuges

Der Spielzug wird durch sog. Snap gestartet, bei dem ein Spieler, der sog. Center, den Ball durch die Beine an den Quarterback zurückgibt. Dabei kann der Quarterback einige Meter vom Center weg stehen (= Shotgun - Position).



### Ein Spielzug ist beendet, wenn:

- ein oder beide Fähnchens des Ballträgers gezogen sind oder abfallen
- der Ballträger die Seitenlinie überschreitet
- ein Touchdown oder Safety erzielt wird
- ein Pass abgefangen und dem Verteidiger dann die Fähnchen abgerissen wird
- der Ballträger mit Knien oder Ellenbogen den Boden berührt



1

## Seite 2

### Werfen / Passen des Balles

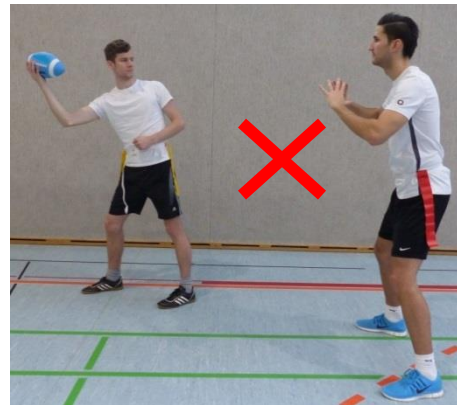
Es sind nur Vorwärtspässe über die Angriffslinie erlaubt. (Ausnahme: Snap)

Bei einem abgefangenen Pass (Interception) wechselt das Angriffsrecht an dem Punkt, wobei der Ball direkt von der nun im Ballbesitz befindlichen Mannschaft weitergespielt werden kann.



### Laufen mit dem Ball

Das Angriffsteam hat zwei "Laufen-Verboten-Zonen": 5 Meter vor der Endzone und fünf Meter vor der Mittellinie. Diese verhindern Lauf-Spielzüge, bei denen "mit aller Gewalt" das Überschreiten der Linie versucht wird.



Überschreitet der Ballträger die Seitenlinie, wird die Angriffslinie für den nächsten Versuch auf dieser Höhe begonnen.

Verliert der Ballträger im Lauf den Ball (= Fumble), ist der Spielzug an der Stelle der Fußposition des Ballträgers beendet und die Offensive führt von dort den nächsten Versuch aus. Die Defensive kann den fallengelassenen Ball nicht erobern.

### Regeln zur Verteidigung

Halten, Rempeln, Stoßen oder Blocken des gegnerischen Spielers ist nicht erlaubt.<sup>2</sup>



## Quellenverzeichnis

### Internet

Nummer / URL	Zugriffszeitpunkt
1 <a href="http://hsp-hh.sport.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/_Fähnchenfootball.html">http://hsp-hh.sport.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/_Fähnchenfootball.html</a>	Januar 2015
2 <a href="http://www.bbs-sport.de/wolfbosse/Fähnchen/">http://www.bbs-sport.de/wolfbosse/Fähnchen/</a>	Januar 2015

### Abbildung / Foto

Bilder	Urheber/Zugriffszeitpunkt
Titelbild, alle Fotos	Robert Simon, Thomas Schwelle / 2014