

FUCHSLE CHALLENGE

MACH'S WIE DIE PROFIS!

DU BRAUCHST:

- Fußball oder Mini-Fußball
- 8 Gegenstände in mindestens vier verschiedenen Farben: 2 rote, 2 gelbe, 2 grüne und 2 blaue Gegenstände (z. B. Flaschen, Spielzeugautos, Lego-Steine, Bücher etc.)
- 1 Mülleimer oder 1 Korb



STUFE 1: KÖNNER/IN

Pass-Pendellauf

- 1 Baue mit zwei Gegenständen ein sieben Fußlängen breites Tor auf.
- 2 Stelle auf beiden Seiten des Tores - jeweils drei Schritte mittig von der Torlinie entfernt - einen weiteren Gegenstand auf.
- 3 Stelle Dich an einem Gegenstand auf und spiele den Ball so durch das Tor zum Gegenstand, damit Du die andere Seite laufen kannst, um den Ball dort anzunehmen, bevor er beim anderen Gegenstand ankommt.

→ Wie oft schaffst Du es, in 30 Sekunden den Ball durch das Tor zu spielen?

Kimberley: Ich:

9 0 0 0 0

5 geschafft? Dann weiter zu Stufe 2!

MIT KIMBERLY EZEKWEM VOM SC FREIBURG

5 // JUNI 2021 // 3. UND 4. KLASSE // NAME:



STUFE 2: TALENT

Fußball-Darts – Passen

- 1 Suche Dir 8 Gegenstände und baue damit zwei Vierecke auf. Im großen Viereck sind alle Gegenstände 2 Schritte voneinander entfernt. Das kleine Viereck liegt im Großen mit einer Seitenlänge von einem Schritt.
- 2 Stelle Dich an einen Gegenstand, drei Schritte von dem großen Viereck entfernt auf. Passe den Ball in die Vierecke. Verwende dabei abwechselnd Deinen rechten und linken Fuß. Bleibt der Ball im großen Viereck liegen, erhältst du einen Punkt. Bleibt er im Kleinen liegen, bekommst du 3 Punkte.

→ Wie viele Punkte erspielst Du in sechs Versuchen?

Kimberley: Ich:

13 0 0 0 0

8 Punkte geschafft? Dann weiter zu Stufe 3!



STUFE 3: KÜNSTLER/IN

Fußball-Darts – Abschlag/Hochschuss

- 1 Baue mit Deinen acht Gegenständen zwei Vierecke auf. Im großen Viereck sind alle Gegenstände zwei Schritte voneinander entfernt. Das kleine Viereck liegt im Großen, mit einer Seitenlänge von je einem Schritt.
- 2 Stelle Dich drei Schritte vom großen Viereck entfernt an einem Gegenstand, auf. Spiele den Ball aus Deiner Hand in die Vierecke. Spiele den Ball abwechselnd mit Deinem rechten und Deinem linken Fuß. Springt der Ball zuerst im großen Viereck auf, erhältst Du einen Punkt. Springt er zuerst im kleinen Viereck auf, bekommst du drei Punkte.

→ Wie viele Punkte erspielst Du Dir in sechs Versuchen?

Kimberley: Ich:

16 0 0 0 0

8 geschafft? Dann weiter zu Stufe 4!



STUFE 4: PROFI

Fußball-Golf

- 1 Lege einen Mülleimer oder einen Korb mit der Öffnung zu Dir hin.
- 2 Stelle einen Gegenstand drei Schritte entfernt von der Mülltonne auf.
- 3 Passe den Ball von diesem Gegenstand aus in die Mülltonne. Passe den Ball abwechselnd mit Deinem rechten oder Deinem linken Fuß.

→ Wie oft schaffst Du es in 10 Versuchen, den Ball in den Mülleimer zu passen?

Kimberley: Ich:

9 0 0 0 0

5 geschafft? Dann weiter zu Stufe 5!



STUFE 5: STAR

Fußball-Basketball

- 1 Stelle einen Mülleimer oder einen Korb hin und stelle einen Gegenstand drei Schritte entfernt davon auf.
- 2 Lupfe den Ball von diesem Gegenstand aus in die Mülltonne/den Korb. Lupfe den Ball abwechselnd mit Deinem rechten und linken Fuß.

→ Wie oft schaffst Du es in 10 Versuchen, den Ball in den Mülleimer zu lupfen?

Kimberley: Ich:

0 0 0 0 0

1 geschafft? Du bist ein Star wie Kimberly Ezekwem!

MACH MIT!



Hi, ich bin Kimberly Ezekwem und spiele für die U23 des SC Freiburg in der 3. Liga. Mehr Infos und mein Video gibt es hier: www.scfreiburg.com/node/76372 Oder einfach den QR-Code scannen.

Viel Spaß! Dein Kimberly.



Unterstützt von:



Foto: Florian Bilger

