

# LERNEN IN BEWEGUNG DEUTSCH AUF DEM SPIELFELD



**GOETHE  
INSTITUT**

Sprache. Kultur. Deutschland.



Generalkonsulat  
der Bundesrepublik Deutschland  
Mailand

## DEUTSCH AUF DEM SPIELFELD

2025 © Goethe-Institut Italien  
In Zusammenarbeit mit dem Generalkonsulat Mailand

AUTORIN

**Mareike Kusch**

GRAFIK DESIGN

**Barbara Raffelli - In Pagina Sas**

BILDQUELLEN

**Freepik**



Generalkonsulat  
der Bundesrepublik Deutschland  
Mailand

# INHALT

## Überblick über unsere 4 Stunden

### STUNDE 1

2

Grundlegende **Fußballbegriffe** und **Liebblingsübungen**  
(z. B. „Pass den Ball!“, „Schieß!“)

### STUNDE 2

5

Übungserklärungen eines Fußballtrainings

### STUNDE 3

8

**Trainer- und Spieler-Sprache (Auf seinen Körper achten und Befinden** ausdrücken („Ich habe Schmerzen.“, „Ich kann nicht mehr.“; und **Motivation** ausdrücken („Gut gemacht!“, „Weiter so!“). (ggf. schon mit der Planung des Videos beginnen)

### STUNDE 4

12

Euer eigenes **Video planen und drehen**: „Wie nimmt man an einem Fußballtraining auf Deutsch teil?“

# STUNDE 1

## 1. Das Fußballfeld und die Spielerpositionen

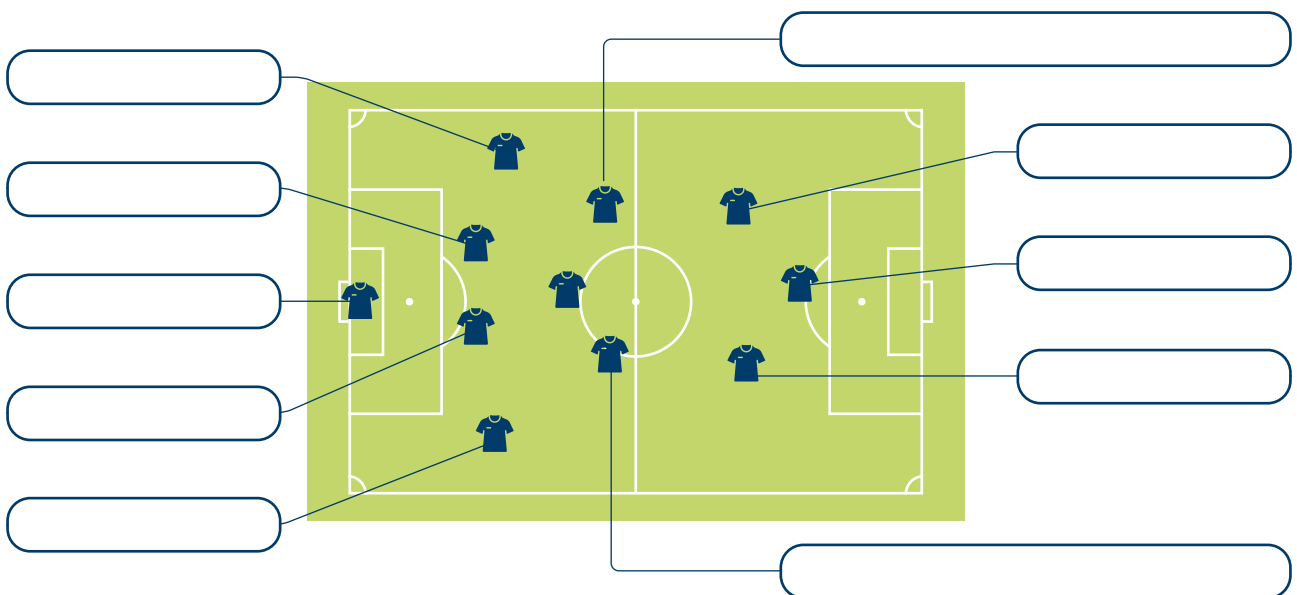
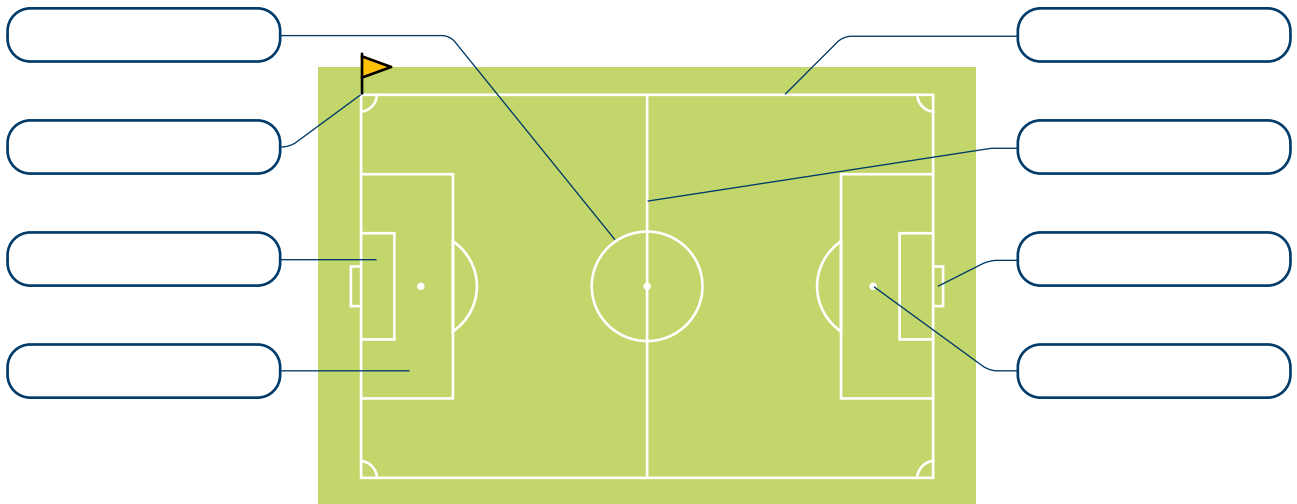
a) **Erstelle eine Mindmap zum Thema Fußball.**  
Was fällt euch zum Thema Fußball (auf Deutsch) ein?

b) **Schau das Video „Wortschatz zum Thema: Fußball“ und bearbeite die folgenden Aufgaben.**

- Beschrifte die Linien und Bereiche des Fußballfelds.
- Verbinde die verschiedenen Positionen der Spieler mit dem richtigen Bereich auf dem Fußballfeld.
- Sprinteraufgabe:  
Welche weiteren Personen werden genannt?  
Was passiert bei einem Foul im Strafraum?



 **Wortschatz zum Thema: Fußball**





# STUNDE 2

## 1. Lieblingsübungen im Fußballtraining

a) Lies die vier kurzen Texte von Lukas, Sarah, Manuel und Hannah.  
 Beantworte dann die Fragen.  
 Schreibe immer den richtigen Namen.



**Lukas**

Am liebsten mag ich beim Training das Aufwärmen mit dem Lauf-ABC. Wir machen zum Beispiel Kniehebelauf, Anfersen oder Sidesteps. Das macht Spaß und bringt Bewegung in den Körper. Außerdem finde ich es wichtig, weil man so gut ins Training startet und sich nicht so leicht verletzt.



**Sarah**

Für mich ist Fußballtraining vor allem cool, weil ich Zeit mit meinen Freunden habe. Ich mag besonders das Dribbling, da kann man kreativ sein und neue Tricks ausprobieren. Manchmal denke ich mir eigene Bewegungen aus und probiere, die anderen auszuspielen. Das macht mir am meisten Spaß. Im Training müssen wir oft im Slalom um Hütchen dribbeln und danach auf's Tor schießen oder zu einem Mitspieler passen.

**Manuel**

Ich bin Stürmer und deshalb liebe ich alle Übungen mit Torschuss. Es ist ein tolles Gefühl, wenn der Ball im Netz ist. Auch das Freilaufen finde ich spannend, weil man den richtigen Moment spüren muss, um den Pass zu bekommen. Diese Übungen passen perfekt zu meiner Position. Durch die vielen Sprints, die ich in meiner Position als Stürmer machen muss, finde ich die Dehnübungen zu Beginn und am Ende des Trainings sehr gut.



**Hannah**

Ich habe immer viel Energie und brauche Bewegung. Darum gefallen mir Übungen, bei denen man viel laufen muss. Besonders Übungen zu zweit oder in der Gruppe finde ich super, weil man dabei zusammenarbeitet und trotzdem Vollgas geben kann. Da fühle ich mich richtig ausgepowert und zufrieden.



Name:

Wer findet Aufwärmen sehr wichtig, damit man sich nicht verletzt?

Wer spielt am liebsten mit Freunden zusammen und probiert gerne Tricks aus?

Wer ist Stürmer und mag Übungen mit Torschuss?

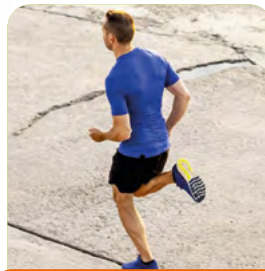
Wer hat immer viel Energie und mag Übungen in der Gruppe?

Wer sagt, dass Dribbling kreativ ist?

Wer freut sich besonders, wenn der Ball im Tor ist?

b) Trage ein die Begriffe aus der „Wortwolke“ unten neben das richtige Bild.
















c) Schreibe einen kurzen Text (ca. 6-8 Sätze) über dich und Fußball /Sport:

- Welchen Sport machst du gerne oder schaust du gerne?
- Seit wann und wo machst du diesen Sport?
- Was gefällt dir daran?
- Gibt es eine Übung oder eine Situation im Training/Spiel, die du besonders magst? Beschreibe sie.

---



---



---



---







---

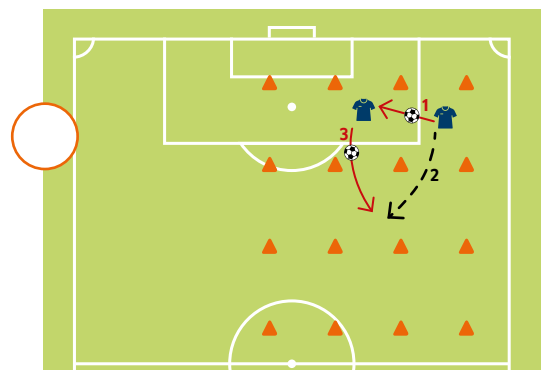
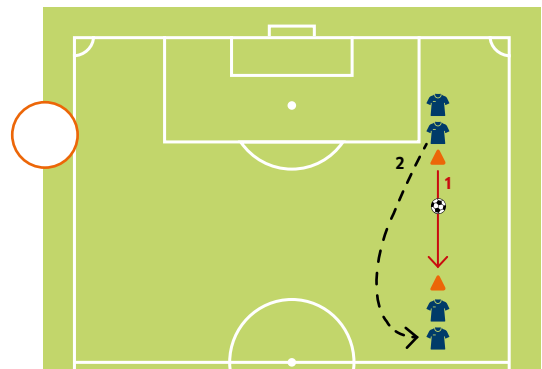
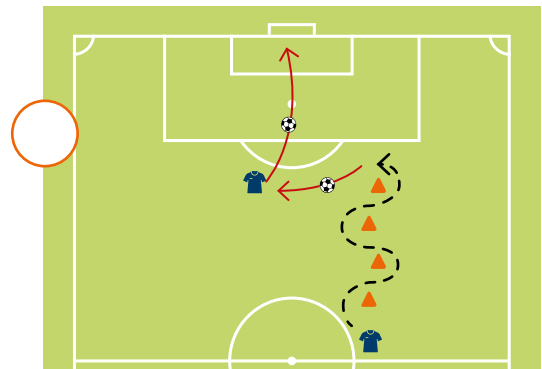
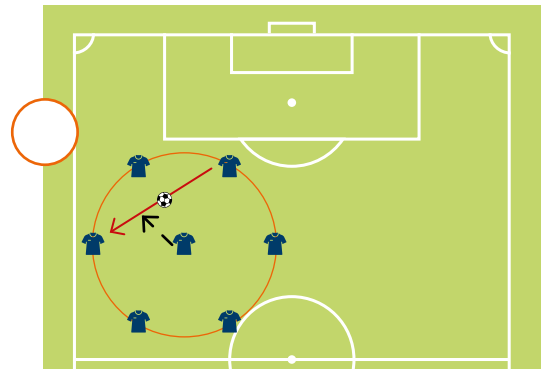
## 2. Übungserklärungen eines Fußballtrainings verstehen

### a) Ordnet die Übungsbeschreibung dem richtigen Bild zu.

1. Dribbelt mit dem Ball Slalom durch die Hütchen. Wenn ihr am letzten Hütchen angekommen seid, spielt ihr einen Pass zum Mitspieler/zur Mitspielerin. Die Mitspielerin/der Mitspieler schießt dann auf das Tor.
2. Ihr seht viele Quadrate direkt nebeneinander, die mit den Hütchen markiert sind. Ihr macht die Übung immer zu zweit. Aufgabe ist, dass ihr euch den Ball zuspasst. Folgende Regeln müsst ihr beachten:
  - Ihr müsst immer in einem anderen Quadrat sein, als euer Mitspieler/eure Mitspielerin.
  - Nachdem ihr einen Pass vom Mitspieler/von der Mitspielerin erhalten habt, müsst ihr in ein anderes Quadrat laufen. Erst dann bekommt ihr den nächsten Pass zugespielt.
3. Stellt euch immer zu zweit gegenüber auf, mit einem Abstand von ca. 5 Metern. Ihr braucht zu zweit einen Ball. Passt euch den Ball mit der Innenseite des Fußes zu.
4. Immer zwei Personen stellen sich hinter ein Hütchen. An einem Hütchen liegt ein Ball. Diesen passt die erste Person zur gegenüberliegenden Seite, wo die erste Person dort den Ball annimmt und wieder zur anderen Seite passt. Nach jedem Pass läuft ihr eurem Ball hinterher und stellt euch auf der anderen Seite an.
5. Stellt euch im Kreis auf. Eine Person steht in der Mitte. Die Personen, die den Kreis bilden, haben einen Ball und spielen untereinander Pässe. Sie müssen versuchen die Pässe so zu spielen, dass die Person in der Mitte den Ball nicht bekommt. Wenn die Person in der Mitte den Ball berührt, muss die Person, die den Pass gespielt hat, in die Mitte.

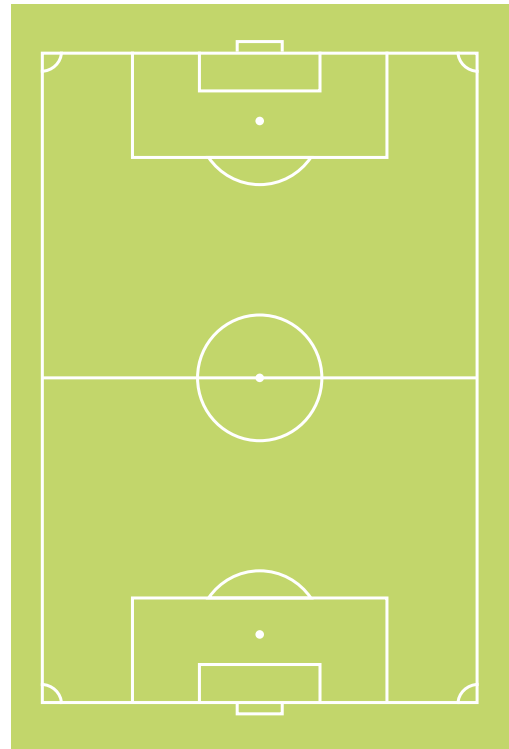
#### TIPP

-  Spieler/in
-  Ball schießen oder passen
-  Laufen
-  Hütchen



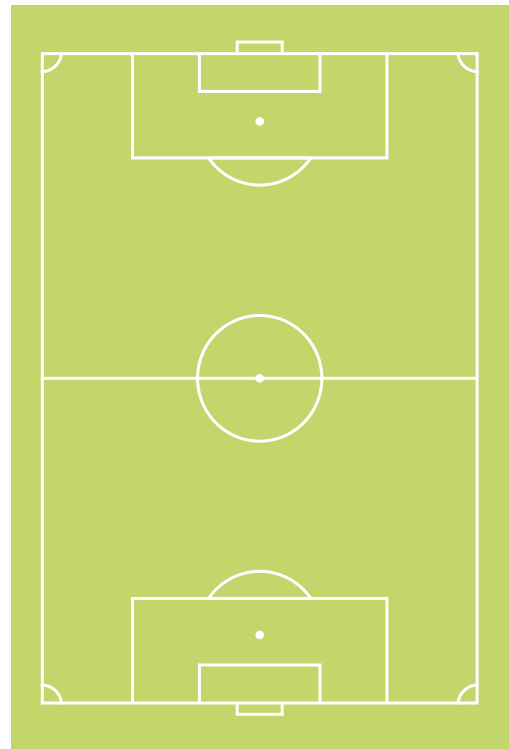
**b) Lest die folgende Übungsbeschreibung und erstellt die Skizze selbst:**

„Du stehst am Mittelkreis und dribbelst mit einem Ball im Slalom durch ein paar Hütchen auf das Tor zu. Wenn du am letzten Hütchen vor dem Strafraum angekommen bist, ruft der Trainer „links“ oder „rechts“ und du musst den Ball zur richtigen Seite zu einem Mitspieler /einer Mitspielerin passen. Der Mitspieler/die Mitspielerin passt dir den Ball wieder zu und du schießt auf das Tor.  
Im Tor auf jeder Seite steht ein Hütchen, ca.1,5m vom Pfosten entfernt. Wenn du zwischen Hütchen und Pfosten ins Tor schießt, zählt das Tor doppelt.“



**c) Überlegt euch eine weitere Übung in einem Fußballtraining. Schreibt die genaue Erklärung auf und macht ebenfalls eine Skizze dazu.**

Ein rechteckiges Feld mit einer orangefarbenen Rahmenlinie und einem orangefarbenen Zickzack-Eck in der oberen rechten Ecke. Innerhalb des Feldes befinden sich 15 horizontale weiße Linien, die als Schreibfläche für die Übungsbeschreibung dienen.



# STUNDE 3

## 1. Was sagt der Trainer – Regeln beim Fußballtraining

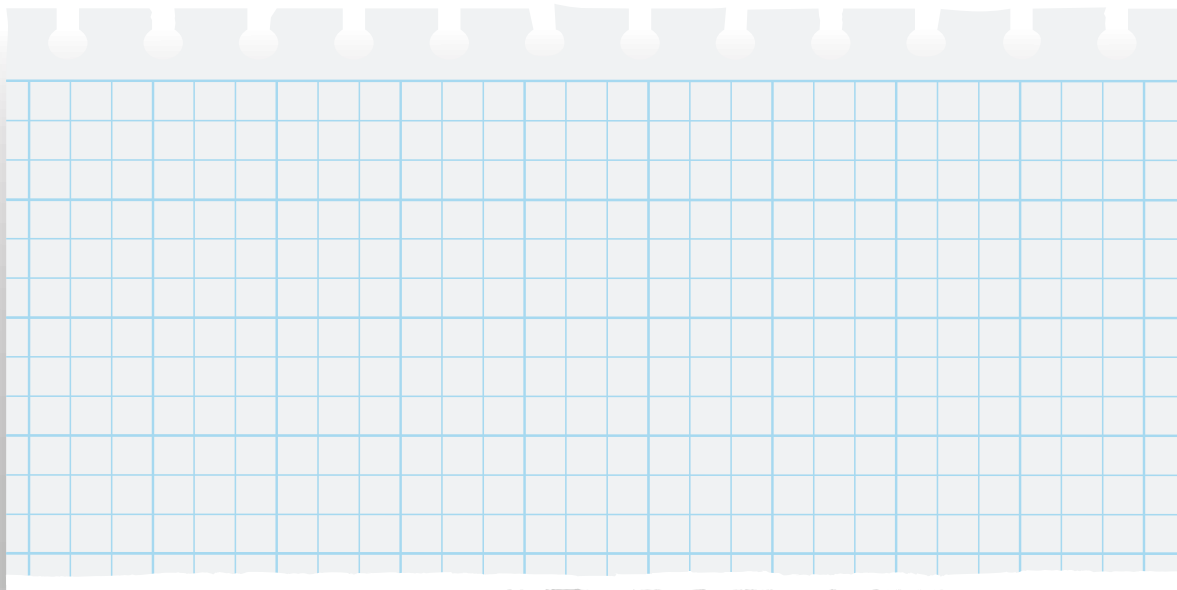
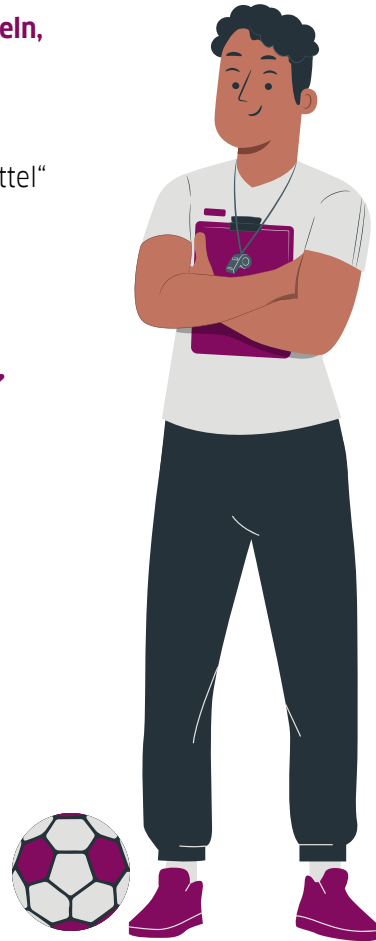
**Bevor das Training starten kann, erinnert der Trainer an die Regeln, damit das Fußballtraining ohne Probleme stattfinden kann.**

Lest in der Sprechblase, was der Trainer zu den Regeln für das Fußballtraining sagt. Schreibt anschließend einen kleinen „Spickzettel“ mit den Regeln in Stichpunkten / in Kurzform.

### Trainer sagt:

„Hört gut zu, hier sind die Regeln fürs Training:

- Wenn ich **1 Mal pfeife**, seid ihr sofort leise und hört zu.
- Wenn ich **3 Mal pfeife**, kommt ihr schnell zu mir und wir sprechen zusammen.
- Macht die Übungen so, wie ich sie erklärt habe – achtet auf meine Erklärung.
- Fairplay ist wichtig: Wir gehen freundlich und respektvoll miteinander um.
- Gebt immer euer Bestes, aber achtet auch auf euren Körper – wenn ihr Schmerzen habt, sagt es sofort und macht eine Pause.“



## 2. Trainerbefehle

**a) Um bei Übungen im Training oder in einem Fußballspiel gut vorbereitet zu sein, ist es wichtig die Rufe und Tipps des Trainers/der Trainerin zu verstehen.**

Lese die Situationen unten und schreibe die passenden „Trainerbefehle“ in die Lücken.

Stopp!

Aus!/Der Ball  
ist im Aus!

Pass den Ball!

Einwurf

Schieß!/Schieß  
auf's Tor!

Lauf!

Los!

1. Ein Spieler hat den Ball im Mittelfeld und zögert. Der Trainer ruft: „“, weil der Spieler Platz vor sich hat und direkt nach vorne rennen soll.
2. Die Mannschaft startet eine Übung beim Training. Der Trainer gibt das Startsignal, hebt die Hand und ruft: „“ – jetzt sollen alle beginnen.
3. Eine Stürmerin steht kurz vor dem Tor, hat den Ball am Fuß und nur noch wenige Sekunden Zeit. Der Trainer feuert sie an: „“.
4. Während des Trainings sieht der Trainer, dass die Spieler eine Übung falsch machen. Er ruft: „“, hebt die Hand und alle bleiben sofort stehen.
5. Ein Spieler läuft mit dem Ball auf einen Gegenspieler zu, aber ein Mitspieler steht frei neben ihm. Der Trainer will, dass er schneller abspielt und ruft: „!“.
6. Zwei Spieler kämpfen um den Ball an der Seitenlinie. Einer schießt den Ball unabsichtlich über die Linie. Der Trainer sieht es und ruft laut: „“ Der Ball ist nicht mehr im Spielfeld.
7. Der Ball geht ins Aus. Der Trainer schaut, wer zuletzt den Ball berührt hat. Dann zeigt er mit der Hand in eine Richtung und ruft: „, blau!“. Das bedeutet: Die blaue Mannschaft darf den Ball einwerfen. Ein Spieler von Blau holt sich den Ball und macht den .

### b) Spielt das Pantomime-Reaktionsspiel

Eine Person geht nach vorne und zieht einen Zettel. Auf den Zetteln stehen Wörter/Phrasen, die ihr zum Thema Fußball und Fußballtraining bereits gelernt habt. Die Person, die vorne steht, liest den Zettel leise durch und stellt dann das Wort pantomimisch dar.

(Sicherheitshinweis: Achtet beim pantomimischen Darstellen der Ausdrücke auf eure Umgebung, damit ihr weder euch noch andere verletzt!)

#### Material für Lehrkraft: Kärtchen ausschneiden

Stopp!

Der Ball ist im Aus!

Pass den Ball!

Los!

Einwurf

Lauf!

Schieß auf's Tor!

Pfeifen

Slalom dribbeln

Im Kreis aufstellen

Links

Rechts

Zwei Spieler/  
innen stehen sich  
gegenüberDen Ball passen  
und dann dem Ball  
hinterher laufenSich in der  
Warteschlange  
anstellen

Der Fußball



## 4. Trainieren und auf den Körper achten

Ein Fußballtraining kann ganz schön anstrengend sein und manchmal kommt es auch vor, dass sich der eigene Körper mit Signalen, wie Schmerzen, bemerkbar macht. Dann ist es sehr wichtig sein Befinden kommunizieren zu können, gegenüber dem Trainer/der Trainerin und auch anderen Personen.

Formuliere jeweils Erläuterungen/Beispielsituationen zu den Sätzen, die ausdrücken, wie es dir geht.

**Ich kann nicht mehr!**

Wenn ich sehr schnell gelaufen bin und \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Ich brauch' Wasser!**

Diesen Satz rufe ich, wenn \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Ich muss was trinken!**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Mein Knie tut weh!**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Ich habe Schmerzen im Fuß.**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Ich brauch' 'ne Pause!**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Ich bekomme keine Luft!**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Ich bin umgeknickt!**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

# STUNDE 4

## 1. Planung und Erstellung des Videos

**Erstellt ein kreatives Video, in dem ihr zeigt, wie man an einem Fußballtraining auf Deutsch teilnimmt.**

**Achtet darauf, dass euer Video die folgenden Punkte enthält:**

- Im Video werden mindestens zwei Übungen erklärt
- Im Video gibt es Trainer-Anweisungen
- Im Video wird Motivation gezeigt
- Das Thema „Trainieren und auf den Körper achten“ kommt vor
- **BONUS-Aufgabe:** Geht auf das Instagram-Profil von der deutschen



Fußballnationalspielerin  
**Lina Magull.**

Sie ist Profi-Spielerin bei Inter Mailand. Überlegt euch drei Fragen, die ihr Lina Magull stellen würdet und stellt sie am Ende eures Videos.

Wiki Creative Commons. ©Steffen Proßdorf



### Tipps zur Technik:

Ihr könnt euer Video so gestalten, wie ihr möchtet:

- Ihr könnt selbst mitspielen und gefilmt werden (falls Datenschutzerklärung von Eltern unterschrieben)
- Oder ihr macht Zeichnungen und filmt diese ab
- Oder ihr erstellt eine PowerPoint / Keynote-Präsentation, nehmt den Bildschirm auf und sprecht den Text dazu

### Wichtig:

- Jeder in der Gruppe muss im Video etwas sagen.
- Das Video soll im Hochformat (Reel-Style) sein
- Sprecht deutlich und natürlich auf Deutsch!
- Das Video soll ca. 1-2min. lang sein.

**PLANUNGSTABELLE FÜR EUER VIDEO**

Teil	Wann soll es vorkommen? (z.B. Motivation bei einer Übung)	Wer ist beteiligt? (Name)	Welche Sätze/Wörter auf Deutsch wollt ihr sagen?
 <p><b>Einstieg/Begrüßung</b></p>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p><b>Aufwärmen</b></p>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p><b>Übungen</b></p>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p><b>Trainer-Anweisungen</b></p>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p><b>Motivation zeigen</b></p>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p><b>Trainieren und auf den Körper achten</b></p>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p><b>Abschluss/Bonusfrage</b></p>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

