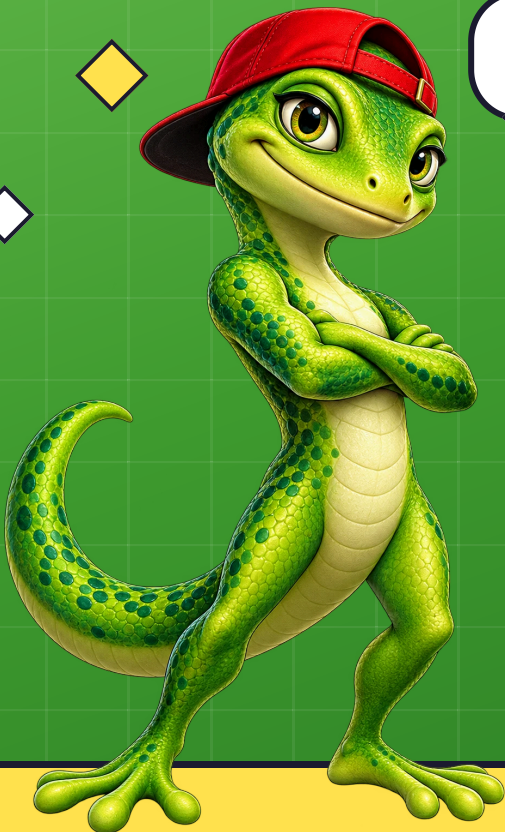




Gratis-Ausgabe

FUSSBALL

Köpfchen, Technik,
TEAMGEIST!



Erst passen,
dann jubeln!

Gib her! Ich
mach das allein!



Missionen 1 bis 3 • 12 Level gratis

Kostenlos zum Ausdrucken. Das ganze Rätselbuch hat 72
Seiten mit Boss-Level, Bonus-Welt und Urkunde.

EINFACH. LEBEN. LERNEN. – MIT EXI



www.exiskidsworld.com

Warum dieses Heft?

Fußball ist mehr als Tore schießen: Wer die Regeln versteht, Technik übt und fair bleibt, hat länger Freude am Spiel. Dieses Heft verbindet Fachwissen mit Knobeln, Rechnen und Lesen – und stärkt nebenbei Teamgeist und Respekt vor Gegner und Schiedsrichter.

Der rote Faden: 5 Missionen, 5 Regeln

Jede Mission endet mit einer Regel. Am Schluss stehen alle fünf im Vertrag (im Rätselbuch), den Sie gemeinsam unterschreiben – gern auch mit Trainerin oder Trainer.

- 1 Material-Kenner:** Ich kenne Ball, Feld und Ausrüstung.
- 2 Regel-Profi:** Ich kenne die Regeln und achte den Schiedsrichter.
- 3 Technik-Ass:** Ich wärme mich auf und übe mit beiden Füßen.
- 4 Team-Player:** Ich spiele ab, bleibe fair und kann verlieren.
- 5 Fußball-Kenner:** Ich lerne dazu – auf dem Platz und im Kopf.

Wer ist Bolzo?

Bolzo, der Bolz-Ball, steht für den Wunsch, alles allein zu machen. Unten auf jeder Level-Seite sehen Sie sein Gesicht: Von Mission zu Mission wird er mehr zum Teamspieler.



So holen Sie am meisten heraus

Fragen Sie nach: „Was war heute neu für dich?“ bringt mehr als „Habt ihr gewonnen?“

Machen Sie mit: Bingo, Trainings-Würfel und 7-Tage-Challenge sind für die ganze Familie gedacht.

Spaß vor Leistung: Loben Sie den Einsatz, nicht das Ergebnis. Wer Freude hat, bleibt dabei.

Für Eltern: Level mit einem Herz sind zum Einstieg, zwei Herzen brauchen Köpfchen, drei Herzen und die Profi-Aufgaben sind richtig knifflig. Ideal für Trainingspausen, Turniertage und Fahrten.



Name:

Alter: _____ Jahre

Mein Verein oder meine Schule:

Meine Lieblingsposition:

Male dich bei deinem Sport – oder
klebe ein Foto ein!

So bin ich im Sport (Kreuze an – mehrere sind erlaubt!)☐

Ich schieße gern Tore

☐

Ich gebe gern Vorlagen

☐

Ich verteidige gern

☐

Ich stehe gern im Tor

☐

Rechtsfuß

☐

Linksfuß

So gut kenne ich mich aus:

noch gar nicht



ein bisschen



ganz gut



richtig gut



wie ein Profi!

Kreise ein Gesicht ein. Auf Seite 23 schaust du noch mal: Hat sich etwas geändert?

Hi, ich bin Exi!



Steckbrief

Wer? Exi, die Eidechse

Farbe: grün mit türkisem Bauch

Mission: Langeweile löschen – ganz ohne Bildschirm

Lieblingsschatz: funkelnde Smaragde

Motto: Einfach. Leben. Lernen.

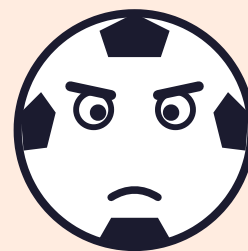
Zuhause: in Rätselbüchern, bei dir daheim und überall, wo Kinder warten

Echt wahr: Manche Echsen laufen so schnell, dass sie dabei nur auf den Hinterbeinen rennen. Im Sturm wären sie kaum zu halten!

Und das ist Bolzo!

Bolzo ist ein Fußball, der am liebsten alles allein macht: dribbeln, schießen, jubeln. Abspielen? „Wozu?“ – und schon ist der Ball weg.

Deine Mission: Zeig Bolzo, dass ein Team mehr schafft als ein Einzelner!



Was heißt das eigentlich?

Abseits = ein Angreifer steht beim Pass zu nah am gegnerischen Tor.

Strafraum = das große Rechteck vor dem Tor. Nur hier darf der Torwart die Hände benutzen.

Fair Play = ehrlich spielen und die Regeln achten.

Level = eine Stufe im Heft. **Boss** = die schwerste Aufgabe am Schluss.

Deine Level-Karte



Löse ein Level, male hier den **Stern** an und sammle **Punkte**. Jede Mission bringt dir eine **Regel**, die echte Fußball-Profis kennen.

Mission 1 Material-Kenner



Regel 1: Ich kenne Ball, Feld und Ausrüstung.

Mission 2 Regel-Profi



Regel 2: Ich kenne die Regeln und achte den Schiedsrichter.

Mission 3 Technik-Ass



Regel 3: Ich wärme mich auf und übe mit beiden Füßen.

Mission 4 Team-Player



Regel 4: Ich spiele ab, bleibe fair und kann verlieren.

Mission 5 Fußball-Kenner



Regel 5: Ich lerne dazu – auf dem Platz und im Kopf.

Am Schluss Boss-Level



Bolzo will wieder alles allein machen. Schaffst du alle 8 Fragen, spielt er endlich ab!

So schwer ist ein Level



leicht = 10 P



mittel = 20 P



knifflig = 30 P

Boss-Level = 50 P

Mein Punktestand

Meine P zusammen: _____

bis 220 P: Kreisliga

230 bis 420 P: Bundesliga

430 bis 570 P: Weltklasse

Du brauchst: Bleistift, Buntstifte, Schere und Kleber. Die Lösungen stehen ab Seite 22.



Mit diesen Fakten bringst du sogar Erwachsene zum Staunen.
Probier es aus: **Wer wusste das schon?**

1863

In diesem Jahr wurden in England die ersten gemeinsamen Fußballregeln aufgeschrieben.

1930

Die erste Weltmeisterschaft fand in Uruguay statt. Der Gastgeber wurde auch Weltmeister.

7,32 Meter

So breit ist ein Tor – und 2,44 Meter hoch. Das gilt in jedem Stadion der Welt.

Rund 10 km

So weit läuft ein Profi in einem einzigen Spiel. Mittelfeldspieler schaffen sogar noch mehr.

32 Felder

Der klassische Fußball besteht aus 12 schwarzen Fünfecken und 20 weißen Sechsecken.

Über 100 km/h

So schnell fliegt der Ball bei einem harten Schuss. Der Torwart hat nur einen Wimpernschlag Zeit.

Das Feld in Zahlen

Strafstoßpunkt: 11 Meter vor dem Tor · Mittelkreis: 9,15 Meter Radius

Strafraum: 16,50 Meter tief (darum heißt er auch „Sechzehner“) · Torraum: 5,50 Meter tief

Forscher-Frage: Wie viele Schritte brauchst du für 11 Meter? _____

LEVEL 01

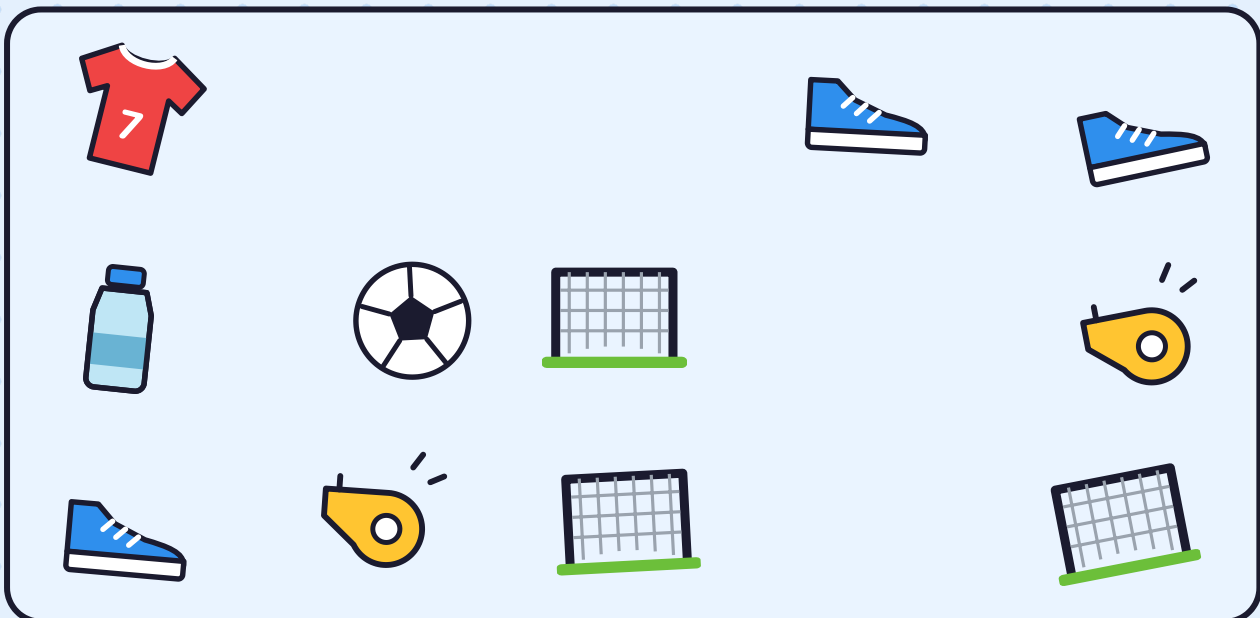
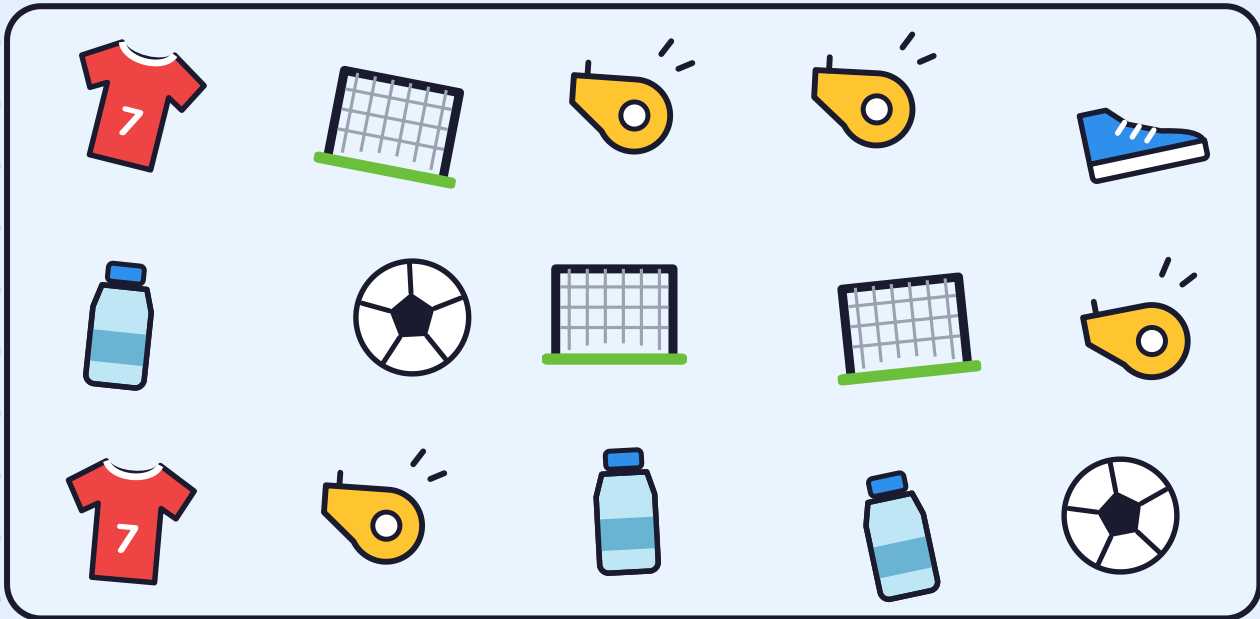
Finde den Fehler



P +10



Exi hat die Sporttasche ausgekippt. Im unteren Bild sind **8 Dinge anders**: Manche fehlen, manche sind vertauscht. Kreise sie ein!



Gefunden: ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○



Merk dir: Wer genau hinschaut, sieht mehr – im Bild und im Spiel.



Geschafft? Stern anmalen!

LEVEL 02

Buchstaben-Salat



P +10



Bolzo ist durch die Wörter gesprungen – alles durcheinander!
Das Bild hilft dir. Schreibe das **richtige Wort** in die Kästchen.



ALLB

B



ORT

T



IKTTOR

T



EPPFFI

P



USHCH

S



LPKAO

P



ELFHASC

F



Merk dir: Wer sein Material kennt, ist schneller startklar.



LEVEL 03

Lücken-Text



P +20



Hier fehlen wichtige Wörter und Zahlen! Schreibe in jede Lücke, was passt. Jedes Kärtchen brauchst du genau einmal.

11

Strafraum

Schienbeinschoner

Mittelkreis

Stollen

45

1. Auf dem Feld stehen pro Team _____ Spieler.
2. Nur im eigenen _____ darf der Torwart den Ball in die Hand nehmen.
3. _____ schützen deine Beine vor Tritten.
4. Der Anstoß wird im _____ ausgeführt.
5. Die _____ unter den Schuhen geben dir Halt auf dem Rasen.
6. Eine Halbzeit dauert bei den Erwachsenen _____ Minuten.

Profi-Aufgabe: Wie lange dauert eine Halbzeit in deiner Mannschaft? _____ Minuten



Merk dir: Zahlen und Maße gelten überall auf der Welt gleich.



Geschafft? Stern anmalen!

LEVEL 04

Knobel-Fall



P +30



Mia, Ben und Lea spielen im selben Team. **Wer spielt wo** – und **welche Rückennummer** trägt wer? Lies die Hinweise.

Die Hinweise

1. Die Nummer 1 steht im Tor.
2. Ben schießt die meisten Tore: Er spielt im Sturm.
3. Mia trägt nicht die Nummer 1.
4. Wer im Sturm spielt, trägt die Nummer 9.

Tor

Abwehr

Sturm

Nummer 1

Nummer 5

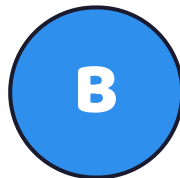
Nummer 9



Mia

Position:

Rückennummer:



Ben

Position:

Rückennummer:



Lea

Position:

Rückennummer:

Knobel-Trick: Ben hat die 9, Mia nicht die 1. Welche Nummer bleibt für Mia?



Merk dir: Auch im Sport gewinnt, wer mitdenkt.



LEVEL 05

Erlaubt oder Fehler?



P +20



Du bist Schiedsrichter! Kreuze an: Ist das **erlaubt** – oder ein **Fehler**?

	Erlaubt	Fehler
Der Torwart fängt den Ball im eigenen Strafraum	☐	☐
Ein Feldspieler spielt den Ball absichtlich mit der Hand	☐	☐
Einwurf mit beiden Händen über den Kopf	☐	☐
Den Gegner am Trikot festhalten	☐	☐
Den Ball mit der Brust annehmen	☐	☐
Dem Gegner von hinten in die Beine grätschen	☐	☐

Die Karten des Schiedsrichters

Gelb = Verwarnung. Gelb-Rot = zweite Verwarnung, du musst vom Platz. Rot = sofort vom Platz. Wichtig: Der Schiedsrichter entscheidet – auch wenn du es anders gesehen hast.

Jetzt du!

Welche Regel war neu für dich?



Merk dir: Wer die Regeln kennt, verschenkt keine Punkte.



Geschafft? Stern anmalen!

LEVEL 06

Fakt oder Fake?



P +20



Stimmt das – oder ist es Quatsch? Kreise in jeder Zeile den **richtigen Buchstaben** ein. Zusammen ergeben sie ein Wort!

	Fakt	Fake
1. Eine Mannschaft hat elf Spieler auf dem Feld.	P	M
2. Ein Tor zählt schon, wenn der Ball die Linie nur berührt.	A	R
3. Der Strafstoß wird aus elf Metern geschossen.	O	U
4. Aus einem Einwurf darf man direkt ein Tor werfen.	E	F
5. Wer die Rote Karte sieht, muss den Platz verlassen.	I	A
6. Auch beim Eckstoß gibt es Abseits.	T	S

Lösungswort: So denken echte

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

!

Gut zu wissen: Ein Tor zählt erst, wenn der Ball mit vollem Umfang hinter der Torlinie ist.



Merk dir: Regeln sind kein Hindernis. Sie machen den Sport fair.



LEVEL 07

Labyrinth



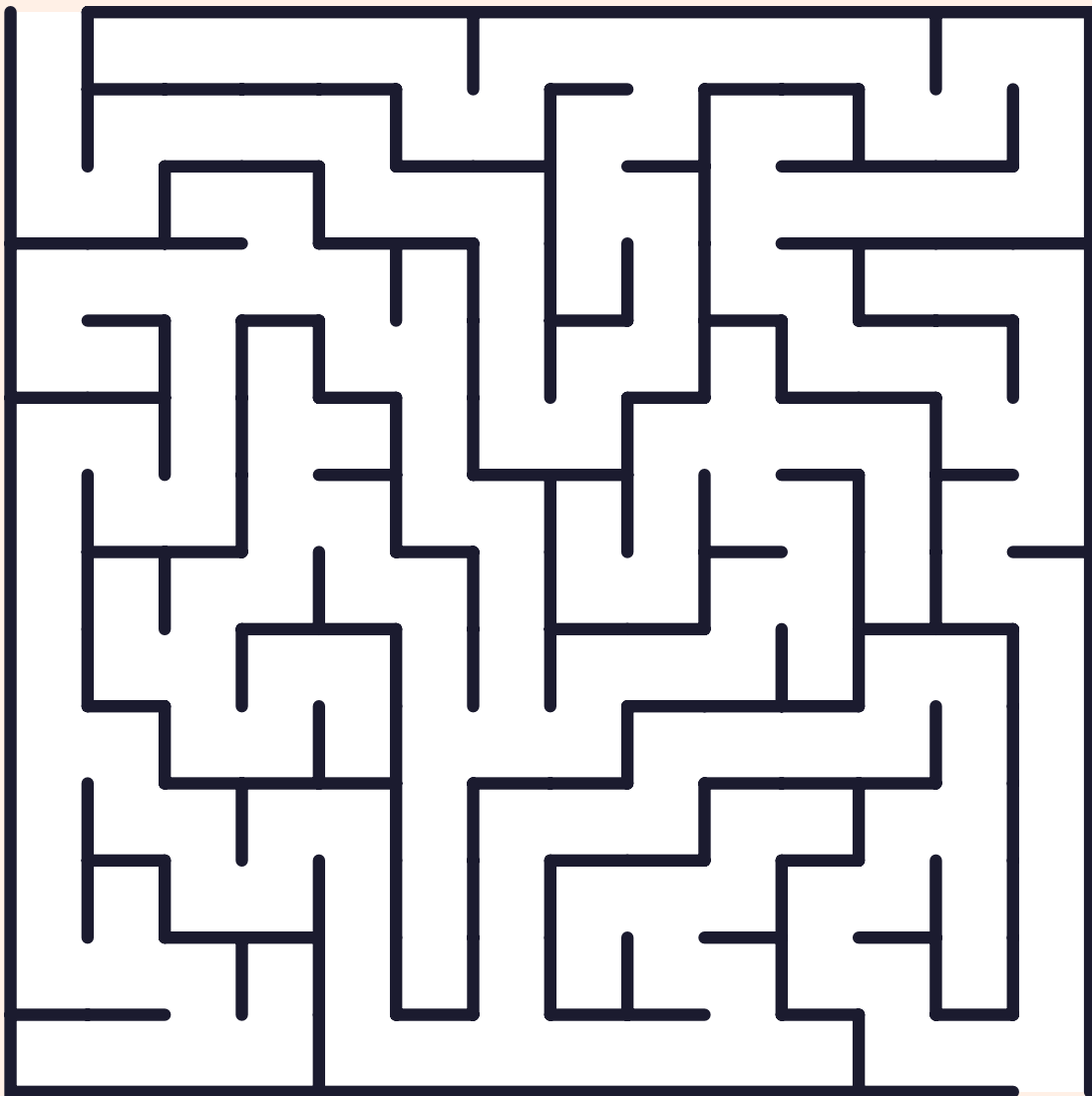
P +20



Gleich ist Anpfiff! Zeig Exi den Weg von der **Kabine** bis zum **Tor**
– ohne den schlafenden Bolzo zu wecken!



Start ↓



Ziel →



Merk dir: Der Weg zum Ziel hat Kurven. Dranbleiben!



Geschafft? Stern anmalen!

BONUS

Fußball-Bingo



Kreuze an, was du schon geschafft hast. Schaffst du **4 in einer Reihe**? Dann rufst du laut: „BINGO!“



10-mal jongliert



Mit dem schwachen Fuß geschossen



Ein Tor geschossen



Eine Vorlage gegeben



Dem Gegner die Hand gegeben



Wasser getrunken



Mich aufgewärmt



Nicht gemeckert



Tasche selbst gepackt



Auf einem Bein balanciert



Jemanden gelobt



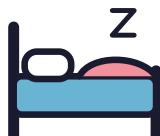
Nach einem Fehler gelacht



Etwas Neues probiert



Zum Training geradelt



Früh geschlafen



Jemanden getröstet

Team-Duell: Wer schafft zuerst eine Reihe – du oder jemand aus deinem Team? Jeder nimmt einen anderen Stift.



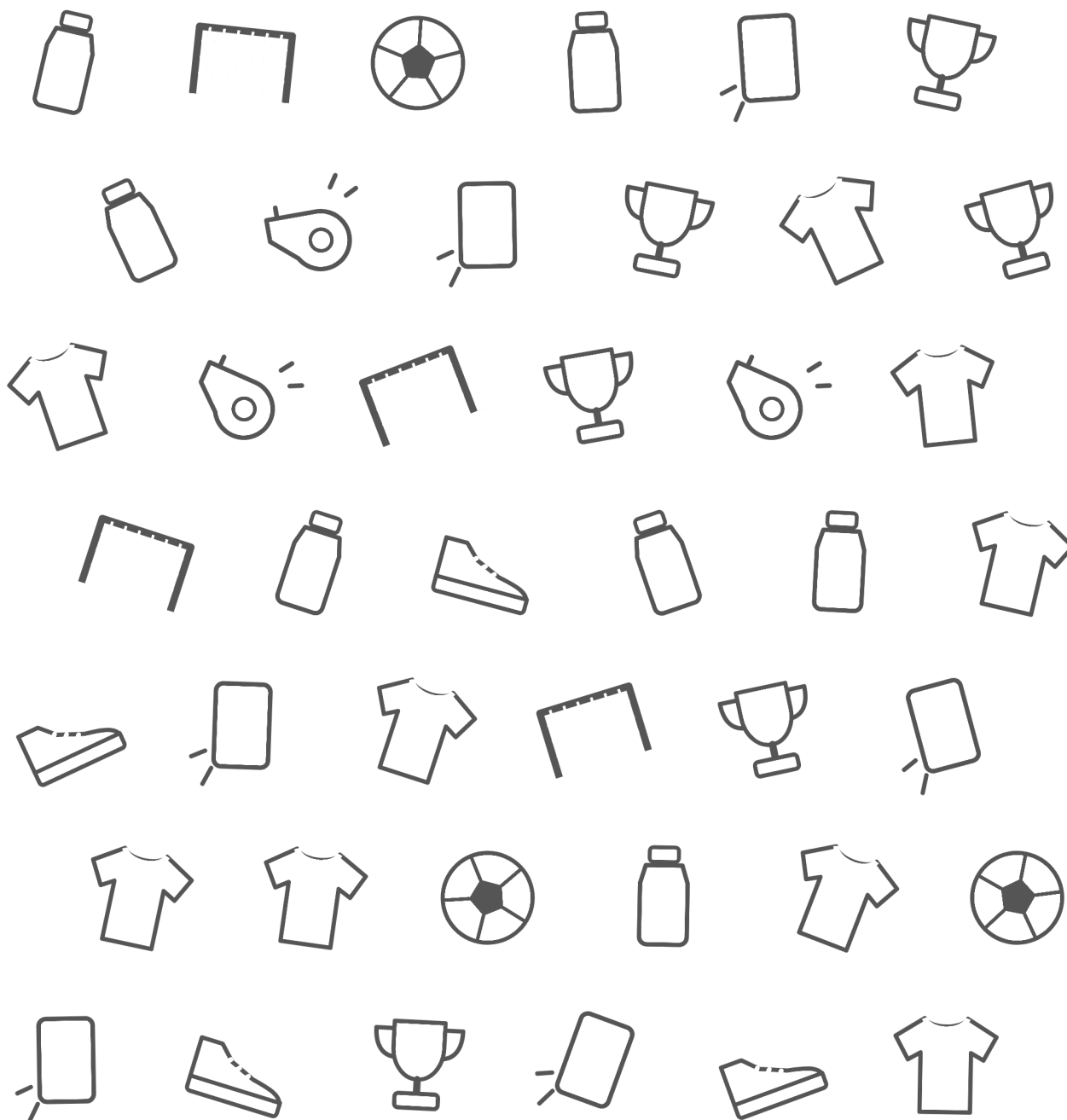
Schneide den Würfel aus, falte ihn und klebe ihn zusammen.
Würfle **dreimal am Tag** – und mach, was oben liegt!



Lass dir beim
Schneiden helfen. Die
Rückseite darfst du
vorher bunt anmalen!



Das hier ist die **Rückseite** von deinem Würfel. Male die Bilder bunt an, bevor du schneidest – dann wird dein Würfel einmalig!



LEVEL 08

Fach-Wissen



P +20



Jede Technik hat einen Namen. Links steht der **Begriff**, rechts, **was er bedeutet**. Verbinde!



1. Dribbling



2. Pass



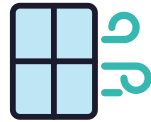
3. Volley



4. Parade



5. Flanke



A. den Ball direkt aus der Luft schießen



B. hoher Ball von außen vor das Tor



C. mit dem Ball am Fuß laufen



D. der Torwart wehrt einen Schuss ab



E. den Ball zu einem Mitspieler spielen

Profi-Wissen: Gute Spieler schauen beim Dribbeln nicht auf den Ball, sondern nach vorn. Probier es aus!



Merk dir: Wer viele Techniken kennt, hat immer eine Antwort.



Geschafft? Stern anmalen!

LEVEL 09

Der richtige Ablauf



P +10



So läuft ein Spieltag. Aber die Karten sind durcheinander!
Schreibe die Zahlen **1 bis 6** in die Kästchen.

**A**

Halbzeit: trinken
und zuhören

**B**

Aufwärmen und
dehnen

**C**

Duschen, essen,
ausruhen

**D**

Tasche packen:
Schuhe, Schoner,
Trinkflasche

**E**

Abpfiff: dem
Gegner die Hand
geben

**F**

Anpfiff: Das Spiel
beginnt



Merk dir: Erst aufwärmen, dann loslegen – und danach ausruhen.



LEVEL 10

Kopf-Rechnen



P +30



Auch auf dem Platz wird gerechnet. **Zähl mit!**

1. Ein Spiel hat 2 Halbzeiten mit je 45 Minuten und 15 Minuten Pause. Wie lange dauert es vom Anpfiff bis zum Abpfiff? _____ Minuten

2. Das Tor ist 7,32 Meter breit. Der Torwart steht genau in der Mitte. Wie weit ist es von ihm bis zu jedem Pfosten? _____ Meter

3. Ein Sieg bringt 3 Punkte, ein Unentschieden 1 Punkt. Dein Team hat 5 Siege, 2 Unentschieden und 3 Niederlagen. Wie viele Punkte sind das?

Profi-Aufgabe

Ein Profi läuft in einem Spiel etwa 10 Kilometer. Wie viele Kilometer sind das in einer Saison mit 34 Spielen? _____



Merk dir: Mitrechnen hält den Kopf im Spiel.



Geschafft? Stern anmalen!

LEVEL 11

Geheimcode



P +20



Exi hat dir eine geheime Botschaft geschickt. Schreibe unter jedes Zeichen den passenden **Buchstaben**.



A



B



C



D



E



F



G



H



I



J



K



L



M



N



O



P



Q



R



S



T



U



V



W



X



Y



Z

Profi-Aufgabe: Schreibe deinen Namen in Geheimschrift. Wer aus deinem Team kann ihn lesen?



Merk dir: Dieser Satz gilt bei jedem Training.



LEVEL 12

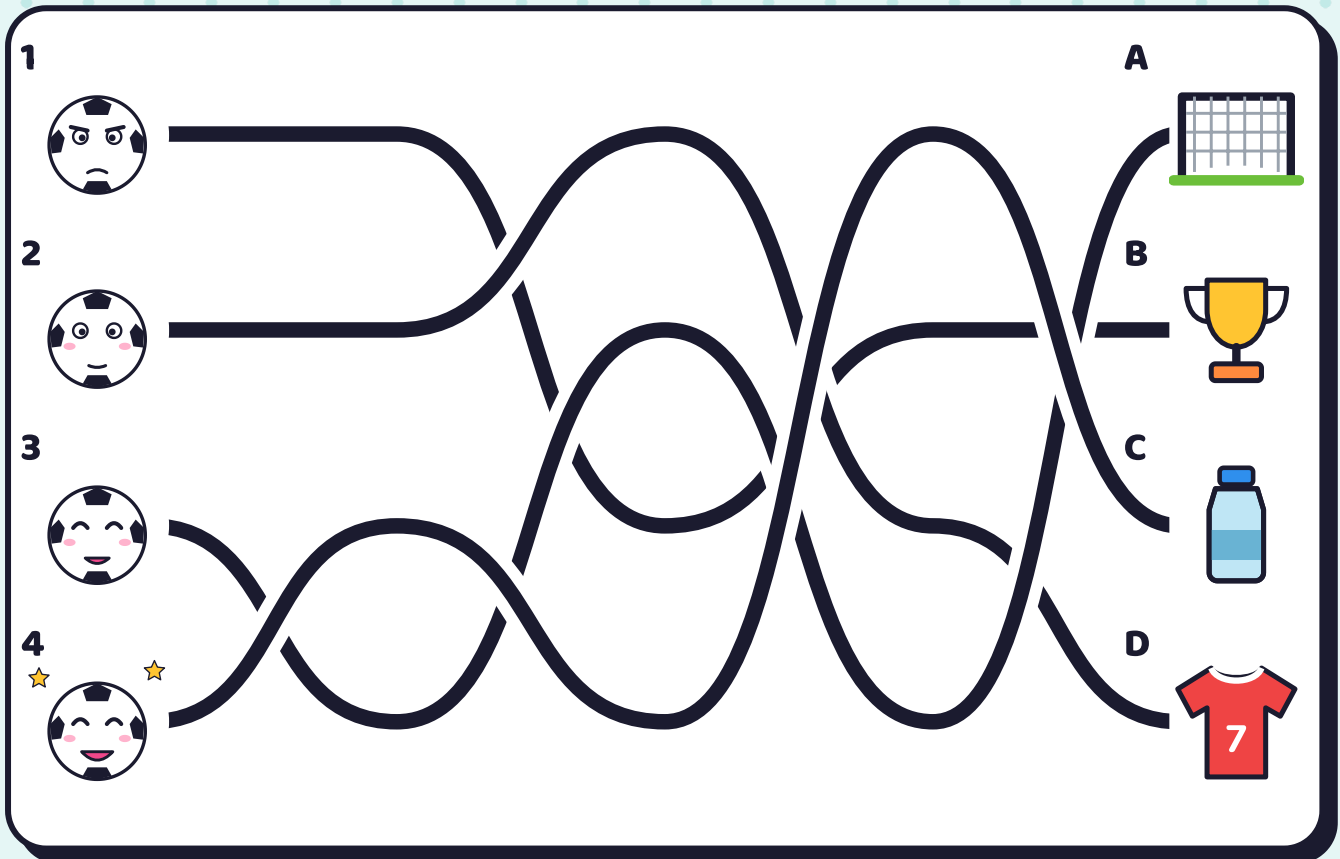
Schnur-Salat



P +20



Oje, Bolzo hat alle Schnüre verknotet! Folge jeder Schnur mit dem Finger. **Welcher Bolzo** hält die Schnur zu: **Trinkflasche**?



Bolzo 1 → _____ Bolzo 2 → _____ Bolzo 3 → _____ Bolzo 4 → _____

Die Schnur zum Ziel hält Bolzo Nummer _____.

Profi-Aufgabe: Schaffst du es nur mit den Augen – ganz ohne Finger?



Merk dir: Ohne Wasser geht dir die Puste aus. Also: trinken!



Geschafft? Stern anmalen!

Lösungen

**Ball, Tor, Trikot, Pfeife,
Schuh, Pokal, Flasche**

1 11, 2 Strafraum, 3
Schienbeinschoner, 4
Mittelkreis, 5 Stollen, 6 45

Mia: Abwehr, Nummer 5
Ben: Sturm, Nummer 9
Lea: Tor, Nummer 1

Erlaubt: Torwart fängt im Strafraum, Einwurf mit beiden Händen, Brustannahme
Fehler: Handspiel, Trikot halten, Grätsche von hinten

1 Fakt, 2 Fake, 3 Fakt, 4 Fake, 5 Fakt, 6 Fake
Lösungswort: PROFIS

A square maze with a pink path highlighted. The path starts at the top-left corner, moves right, then down, then right again, and continues through various turns and dead ends until it reaches the bottom-right corner. The rest of the maze is composed of black lines forming walls.

1 – C, 2 – E, 3 – A, 4 – D, 5 – B

A = 4, B = 2, C = 6, D = 1,
E = 5, F = 3

1. $45 + 15 + 45 = 105$
Minuten
2. $7,32 : 2 = 3,66$ Meter
3. $15 + 2 + 0 = 17$ Punkte

Profi: 340 Kilometer

Wir sind ein Team!

1 → B, 2 → D, 3 → A, 4 → C
Bolzo 4 führt zu:
Trinkflasche.

7-Tage-Challenge



Schaffst du eine ganze Woche **wie ein Profi**? Male jeden Abend die Smaragde an, die du dir verdient hast.

	Trainiert oder bewegt	Wasser getrunken	Fair geblieben
Montag			
Dienstag			
Mittwoch			
Donnerstag			
Freitag			
Samstag			
Sonntag			

Und jetzt? So gut kenne ich mich aus:



noch gar nicht



ein bisschen



ganz gut



richtig gut



wie ein Profi!

Kreise ein und vergleiche mit Seite 3. Was hat sich geändert?

21 Smaragde? Dann bist du reif für die Urkunde. Deine Urkunde wartet im Rätselbuch!

WEITER

Weiter geht's im Buch!



Geschafft? Super! Das waren die Missionen 1 bis 3. Im Rätselbuch warten noch **Mission 4 und 5**, der große **Boss, 16 Bonus-Level** und deine eigene **Urkunde**.



Das Rätselbuch

72 Seiten, gedruckt und gebunden, Versand in Deutschland inklusive. Frei kombinierbar mit allen Exi-Büchern: Mit der Bücher-Staffel sparst du ab drei Büchern.



exiskidsworld.com/buch/fussball

Noch mehr gratis: Zu jedem Rätselbuch gibt es eine Gratis-Probe, und die ersten 7 Tage „365 Tage Familienzeit“ gibt es auch geschenkt: exiskidsworld.com/gratis

Gratis-Ausgabe zum Ausdrucken · Kostenlos für die Familie, für Kita, Schule und Verein. Bitte nicht verkaufen und nicht verändert weitergeben; teilen gern als Link: exiskidsworld.com/gratis · © 2026 Tony Miksch · Exis Kidsworld, Schützenhofbusch 8, 26441 Jever · exiskidsworld@outlook.de