

Basketball spielerisch: von der Idee zum Spiel

Hubert Rimmert

Basketball verdankt seine Attraktivität nicht zuletzt verschiedenartigen Anforderungen, die es in unvergleichlicher Weise an seine Spielerinnen und Spieler stellt:

- athletische Robustheit und technische Raffinesse,
- Emotionalität und Beherrschtheit,
- strategisch-taktisches Kalkül und spontane Improvisation,
- Teamgeist und „gesunder“ Egoismus.

Diese komplexe Anforderungsstruktur (Abb. 1) entspringt der basketballeigenen, ebenso einfachen wie genialen Spielidee, die im Jahr 1891 von **Dr. James Naismith** ersonnen wurde:

Zwei miteinander konkurrierende Mannschaften erobern den Spielball und werfen ihn in einen hoch gehängten Zielkorb des Gegners (Angriff) bzw. verhindern dies (Abwehr), um selbst in Ballbesitz zu gelangen. Oberstes Gebot ist dabei die Vermeidung von gegnerbehinderndem Körperkontakt.

Diese „Ur-Regeln“ sind in ihrer Einfachheit kaum noch mit den heutigen Wettkampfregeln vergleichbar,

die immer weiter ausdifferenziert und der dynamischen Entwicklung des Spiels angepasst worden sind.

Sie eignen sich dennoch hervorragend als Kern und Ausgangspunkt einer spielerisch orientierten Einführung und Vermittlung des Basketballspiels, an deren Endpunkt das moderne Spiel nach heute gültigem Regelwerk stehen *kann*. Selbstverständlich sind bei Berücksichtigung konkreter Adressatenwünsche andere Zielperspektiven, wie das besonderen pädagogischen Leitlinien verpflichtete Mini-Basketball-

spiel (Deutscher Basketball Bund, 2001: Leitsätze) oder Reduktionsstufen des Zielspiels (Rimmert, 2006, S. 36–38), denkbar.

Die Anforderungsstruktur des Basketballspiels

Basketball als normiertes Wettkampfspiel ist durch die athletische Weiterentwicklung und stetige Regelanpassungen anspruchsvoller geworden und gilt heute nach Eishockey als das zweitschnellste Sportspiel der Welt. Basketball spielen bedeutet,

Die Basketball-Grundprinzipien nach Naismith

(vgl. Ströher, 1991, S. 6–7; dort finden sich auch die 13 Basisregeln):

5 Grundprinzipien

- Das Spiel wird mit einem runden Ball und mit den Händen gespielt.
- Es ist nicht erlaubt, mit dem Ball zu laufen.
- Jeder Spieler kann zu jeder Zeit auf dem Spielfeld eine beliebige Position einnehmen.
- Zwischen den Spielern darf es zu keinem persönlichen Kontakt kommen.
- Das Ziel (der Korb) befindet sich waagrecht und erhöht über dem Spielfeldboden.

AUS DEM INHALT:

<i>Hubert Rimmert:</i> Basketball spielerisch: von der Idee zum Spiel	1
<i>Michael Bauer:</i> Sportspielübergreifende Spielformen zur Ausbildung von Sportspielkompetenz in der Schule	11
<i>Steffen Usler:</i> Durch Technischulung zum DFB-Fußballabzeichen.	13

„...fortwährend Entscheidungen [zu] treffen und in Handlungen umzusetzen ... Solche Handlungen setzen **Spielerfähigkeiten** voraus, aber zugleich auch **handwerkliche Grundlagen** technischer und taktischer Art. Hinzu kommen **Kenntnisse**, die bestimmte Wahrnehmungs-, Antizipations- und Entscheidungsprozesse erst ermöglichen“ (Steinhöfer & Langenkamp, 2000, S. 100; Text in Klammern v. Verf.).

So resultiert die Wettkampfleistung von Basketballspielern aus dem Zusammenwirken vielfältiger Leistungsfaktoren, die im Leistungstraining unter dem Gesichtspunkt individueller Besonderheiten zu einer optimalen Spielleistungsfähigkeit

entwickelt werden (Abb. 1). Koordination und Technik stellen, ein Mindestmaß konditioneller Grundlagen (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit) vorausgesetzt, das „Handwerkszeug“ zur Lösung der im Spiel gestellten Aufgaben dar. Letztendlich werden Spieler aber erst durch ihre taktischen Fähigkeiten in die Lage versetzt, den rasanten, abwechslungsreichen und weitestgehend offenen Spielverlauf zu meistern (siehe dazu auch Neumann, 1990, S. 30–33 und R Emmert, 2002, S. 16–23).

Wie die technischen Fertigkeiten im Spiel konkret realisiert werden, ist durch die Regeln bis auf wenige Ausnahmen (z. B. Schritt- und Dribbelregeln) nicht eingeschränkt; deshalb kann man mit Recht vom „Primat der Taktik vor der Technik“ (Niedlich, 1985, S. 381) sprechen.

Diese Sichtweise begründet ganz wesentlich die Forderung nach einer **spielerorientierten** und **spielerischen Anfängerschulung**, die früh grundlegende spieltaktische Erfahrungen ermöglicht.

Spielen-Lernen im Basketball

Traditionell ist das anspruchsvolle Basketballspiel eher für fertigkeitsorientierte methodische Zugänge offen. Die technische Präzision ist insbesondere im Leistungsbereich unbedingte Voraussetzung für effektives Spielhandeln (Schauer, 2001). Für die vielfältigen Bereiche der Anfängermethodik gilt dies jedoch nicht zwingend. Hier muss das **Spielen** Dreh- und Angelpunkt der Ausbildung sein, auch wenn Spielaufgaben zunächst noch nicht regelkonform bewältigt werden können. Das Spiel-Erleben wird trotz „unfertiger“ technischer Mittel mit unterschiedlichsten Reduktionsformen des Spiels (R Emmert, 2006, S. 36–38) ermöglicht.

Wichtige Argumente für eine spielerische Anfängerausbildung sind:

- Anfänger haben heute einen großen Nachholbedarf an Spielen und Spielen-Lernen (1)!
- Die Motivation zum Spielen-Lernen erwächst (zumindest bei Kindern) vorrangig aus der Spieltätigkeit selbst!
- Durch Spielen werden die wichtigen taktischen Fähigkeiten zur Situationswahrnehmung und -lösung entwickelt: Gleichmaßen „beiläufig“ werden technisch-taktische Verhaltensweisen der spezifischen Spieltätigkeit erlernt!
- Spielen schafft Einsichten in spezifische Probleme technisch-taktischer Art sowie ggf. in notwendige Übungs- und Trainingsprozesse. Problemlösungen müssen im Spiel dem Erfolgskriterium genügen!

Das Spielen-Lernen sollte sich an den grundlegenden Strukturen des



Abb. 1: Hierarchisches Leistungsprofil des Basketballspielers (R Emmert, 2006, S. 11)

modernen Wettspiels orientieren (Spielidee!), da dies auf längere Sicht die Motivation der Anfänger sichert. Gerade Kinder spielen am liebsten gleich „wie die Großen“ und wollen nicht auf basketball-ähnliche Spiele oder ein in weiter Ferne liegendes Ziel verträstet werden. Auch wird die Einsicht in notwendiges ergänzendes Üben, Wettkämpfen und Trainieren über ein struktur- und anforderungsgerechtes Spielen eher gefördert (2).

Direkte und indirekte Spielmethode

Dieses Basketball-Ausbildungskonzept hat sich in mittlerweile 30 Jahren in den unterschiedlichsten Praxisfeldern (Schule, AGs, Verein, Universität, ...) bewährt, wobei seine beiden Grundbausteine unterschiedliche, sich gleichwohl ergänzende Wege der Basketballvermittlung darstellen (s. Tab. 1).

Die **Direkte Spielmethode** konfrontiert die Lernenden mit dem Zielspiel Basketball, das allerdings strukturgerecht reduziert und so an die jeweiligen Könnensstufen der Spiel-

anfänger angepasst wird. Elementare Regeln werden nach und nach ergänzt, sie wirken gleichsam als Katalysator der Spielfähigkeitsentwicklung.

Als Gegenstück und Ergänzung fungiert die **Indirekte Spielmethode**, die weniger ganzheitlich angelegt ist und das gezielte Erarbeiten spiel-funktionaler Lösungen ermöglicht. Sie erlaubt „Umwege“ (Steinhöfer & Rimmert, 1998, S. 22) über Phasen des Erprobens, Lernens, Übens und spielerischen Wettkämpfens und bietet so ideale Möglichkeiten, das Spiel-Lernen zielgerichtet zu unterstützen.

„Um eine adressatengerechte, zielgerichtete und sachgerechte Anfängerausbildung zu ermöglichen, sind die Direkte und die Indirekte Spielmethode kombiniert anzuwenden. Ausgangspunkt ist das reduzierte Spiel. Sämtliche der oben erwähnten „Umwege“ werden umgehend wieder ins Spiel eingebracht und ermöglichen so eine allmähliche Annäherung an das komplexe Wettkampfspiel. Das strukturgerechte Spielen steht

im Vordergrund; Dispositionen zum Lernen, Üben und Trainieren werden immer wieder neu durch Spielen geweckt“ (Rimmert, 2006, S. 32).

Basketball-Lernen und Spielen in der Praxis: das Grundspiel

Nachfolgend wird ein möglicher spielerischer Weg für Anfänger im Alter von etwa 10 bis 14 Jahren dargestellt, der natürlich bezüglich konkreter Umfänge und (Zwischen-)Ziele variabel handhabbar ist. Der jeweils erreichten Spielstufe (Grundspiel, Regelerweiterungen) werden exemplarische Spiel- und Wettkampfformen zugeordnet, die für diese Altersgruppe besonders geeignet sind. Weitere Angebote sind bei Steinhöfer und Rimmert (2004) sowie Rimmert (2006) nachzulesen.

Der Wunsch gerade jüngerer Kinder nach „richtigem“ Spielen sollte aus motivationalen Gründen nicht ignoriert werden! Eine spielerische Ausbildung muss zunächst den

Tab. 1: Übersicht über die Direkte und Indirekte Spielmethode (Rimmert, 2006, S. 33)

Methoden	Prinzip	Lerninhalte	Ziel
Direkte Spielmethode	Spiel mit stark vereinfachten Regeln; schrittweise Einführung der wesentlichen Regeln	(1) Spielidee; Zählweise; „körperloses“ Spiel; bei Foul Spielerwechsel; bei Korberfolg Einwurf hinter den Grundlinien; bei Foul und Ausball Einwurf hinter den Seiten- oder Grundlinien (2) Standortveränderungen des Ballbesitzers mit Dribbling (3) Kein Doppeldribbling (4) Mann-Mann-Verteidigung ab Mittellinie, 5-Sekunden-Regel (5) Bestrafung von Fouls am Werfer durch Freiwürfe (verkürzte Distanz) (6) Rückspielverbot, 3-Sekunden-Regel (7) Mini-Basketball, Streetball, ...	Spiel nach internationalen Regeln
Indirekte Spielmethode	Erproben, Lernen, Üben, kleine Wettkämpfe; kleine zielgerichtete Spiele, orientiert an den technisch-taktischen Ansprüchen des Zielspiels	Technische Grundelemente und taktische Verhaltensweisen: (1) Dribbeln (2) Passen und Fangen (3) Grundlagen der Mann-Mann-Verteidigung (4) Standwurf (5) Korbleger (6) Grundlagen der Angriffstaktik (7) Stoppen (8) Sternschritt (9) Sprungwurf (10) Rebound (11) Anwendungsformen der Mann-Mann-Verteidigung (12) Individual- und Gruppentaktik (1-1, 2-2, 3-3) (13) Kollektive Angriffsorganisation und -durchführung	Spiel nach internationalen Regeln

Kern des Basketball-Spielens, seine grundlegende Spielidee, über eine **strukturgerechte Reduktion des Zielspiels** freilegen, damit es auch von Anfängern spiel- und erlebbar wird.

- Zwei Mannschaften spielen gegeneinander.
 - Das Spielziel ist, den Ball in den über Sprunghöhe und horizontal angebrachten Korbring des Gegners zu werfen sowie den Gegner am Erreichen dieses Ziels zu hindern.
 - Der Ball darf nur mit den Händen gespielt werden.
 - Vorsätzliche Körperkontakte sind verboten. Grundsatz: Es wird nur der Ball, nicht der Gegner gespielt!
- ... eine strukturgerechte Reduktion.

Dazu werden die komplexen Regelanforderungen soweit heruntergeschraubt, wie es für die jeweils konkrete Zielgruppe notwendig ist. Das anfängergerechte Spiel sollte, sofern keine spezifischen Vorerfahrungen vorliegen, nur **die elementarsten Regelvorgaben** der grundlegenden Spielidee beinhalten. Auf dieser initialen Spielstufe sind nur **wenige Ausführungsbestimmungen** notwendig, um das Basketballspielen als Mit- und Gegeneinander zu ermöglichen:

- Jedes Foul wird mit Einwurf für die Mannschaft des gefoult-

Dr. Hubert R Emmert ist wissenschaftlicher Mitarbeiter im Arbeitsbereich Trainingswissenschaft und Fachleiter Basketball an der Fakultät für Sportwissenschaft der Ruhr-Universität Bochum und A-Trainer im Deutschen Basketball Bund.



Anschrift:
Ruhr-Universität Bochum
Fakultät für Sportwissenschaft
Stiepeler Straße 129, 44801 Bochum
E-Mail: hubert.remmert@rub.de

ten Spielers bestraft. Wer den Kontakt verschuldet hat (Rempeln, Halten, Stoßen, Beinstellen etc.), wird für kurze Zeit ausgewechselt.

- Das Spiel wird mit einem Sprungball an der Mittellinie eröffnet.
 - Ein Korbtreffer zählt zwei Punkte (die Berücksichtigung der Drei-Punkte-Linie ist für das Anfängerspiel von jüngeren Kindern wenig angemessen, kann aber bei älteren oder auch auf Wunsch schon Beachtung finden).
 - Nach einem Korberfolg wird das Spiel nicht unterbrochen und mit einem Einwurf für die gegnerische Mannschaft von einem Punkt hinter deren Grundlinie fortgesetzt.
 - Nach einem Foul oder Ausball wird der Ball von einem Punkt hinter der Seiten- oder Grundlinie, jeweils auf Höhe des Geschehens, wieder ins Spiel gebracht. Der Ball wird durch den Spielleiter übergeben.
 - Wenn sich ein Spieler mit dem Ball fortbewegen will, muss er diesen beim Laufen aufprellen (dribbeln).
- ... elementarste Regelvorgaben und wenige Ausführungsbestimmungen.

Diese Reduktionsstufe des Basketballspiels ist Basketball und nicht ein nur basketballähnliches Spiel, wie es innerhalb vieler methodischer Konzepte zum Erlernen der großen Sportspiele vorgeschlagen wird (Spielgemäße Konzepte etc.). Die zentralen Grundgedanken der Spielidee Basketball werden berücksichtigt und wesentliche Charakteristika des komplexen Spiels erlebbar, ohne dass es mit unnötigen Reglementierungen überfrachtet wird. Konkrete Foul- und Freiwurfbestimmungen sowie die meisten Zeitregeln für das Spiel sind in der Schule entbehrlich.

Die Dribbelvorschrift allerdings verdeutlicht ein zentrales Element des modernen Wettkampfspiels. Sie wird aber zu Beginn der Anfängerausbildung sehr großzügig gehandhabt. Schrittfehler und Doppeldribbling müssen anfangs toleriert werden, damit alle Kinder am Spiel teilnehmen können. Wenn allerdings Spieler beginnen, aus dem Laufen mit dem gehaltenen Ball bewusst Vorteile zu ziehen, sollte dies bereits im Anfängerspiel geahndet werden. Eine variable Handhabung der ersten Schritt- und Dribbelregeln erlaubt dabei eine individuelle Beurteilung der Spieler, was bei leistungsheterogenen Gruppen vorteilhaft ist. Technisch versierte Anfänger können so durchaus an strengeren Maßstäben gemessen werden, ohne dass gleichzeitig Hemmnisse für Schwächere aufgebaut werden.

Geeignete Spielformen zur Schulung grundlegender Dribbel- und Passfähigkeiten

Guten Tag!

Organisation und Ablauf

Alle Spieler dribbeln gehend oder laufend auf einem begrenzten Feld durcheinander. Begegnen sich zwei Dribbler, bleiben sie kurz stehen und geben sich die rechte Hand zum „Guten Tag“-Sagen, wobei sie mit der linken Hand weiterdribbeln! Anschließend gehen oder laufen beide weiter.

Ziele, Variationen

- Wer schafft es, den Ball nicht aufzunehmen oder zu verlieren?
- Bei weiteren Durchgängen kurze Unterhaltungen anregen: Namen, Alter, Hobbies, Lieblingsverein oder -spieler etc. austauschen.

Lerninhalte

Handwechsel; Dribbeln im Stand und in der Bewegung; Lösen des Blicks vom Ball; Lösen von Mehrfachaufgaben.

Ballwagen leeren

Organisation und Ablauf

In der Mitte des Basketballfeldes steht ein Ballwagen mit möglichst vielen Bällen (es müssen keine Basketbälle sein). Wenige gekennzeichnete Spieler (max. 3) versuchen, alle Bälle aus dem Wagen herauszuwerfen. Die anderen Spieler (Anzahl unbegrenzt) versuchen, die Bälle durch geschickte Kooperation, Raumaufteilung und schnelles und zielgenaues Passen wieder in den Ballwagen zu befördern.

Ziele, Variationen

- Welche Gruppe schafft es, den Ballwagen komplett zu leeren? Ansonsten Rollenwechsel nach zwei Minuten.
- Dribblings können erlaubt oder untersagt werden.

Lerninhalte

Passen und Fangen im Stand und in der Bewegung unter Zeitdruck; situatives Anwenden unterschiedlicher Passtechniken ein- und beidhändig; Wahrnehmung von Raum, Mitspielern und Spielobjekten unter veränderlichen Konstellationen; Kooperation; Passfinten; Wahrnehmen freier Passwege.

Dabei stellen die technisch-taktischen Komponenten des Basketballspiels unterschiedliche Anforderungen. So können z. B. die Grundtechniken des Dribbelns, Fangens und Passens hervorragend durch schwerpunktsetzende Spielformen weiterentwickelt werden, während diese Vorgehensweise bei der Vermittlung der spezifischen Wurftechniken schnell an ihre Grenzen stößt und deduktive Strategien mit Übungs- und Trainingsanteilen erfordert.

Letztendlich ist die konkrete Zielperspektive entscheidend für die Funktionalität der spielrelevanten Techniken und Taktiken. Grundsätzlich gilt, dass Basketball auf jeder Könnensstufe gespielt und erlebt werden kann. Es ist Vereinbarungssache, welcher Grad an technisch-taktischer Präzision eingefordert wird. Insofern sind die nachfolgend vorgeschlagenen Regelerweiterungen zum beschriebenen Grundspiel nicht zwingend an die „Umwege“ des Übens und Trainierens innerhalb der Indirekten Spielmethode gebunden. Bei entsprechend leistungsorientierter Zielstellung sind diese natürlich sinnvoll und ergänzen die spielerische Vermittlung, die nachfolgend anhand exemplarischer Spiel- und Wettkampfformen dargestellt wird.

Basketball-Lernen und Spielen in der Praxis: weitere Spielregeln

Sobald es die spielerische Weiterentwicklung verlangt, werden weitere Regeln bis hin zum Zielspiel aufgeschaltet. Berücksichtigt werden muss dabei immer das bereits erreichte technisch-taktische Niveau, um Überforderungen durch unrealistische Regelanforderungen zu vermeiden. Auswahlkriterium ist dabei die **Funktionalität einer Spielregel** für das auf der jeweiligen Könnensstufe realisierbare Spielverhalten:

ter Anwendung der Direkten und Indirekten Spielmethode durch vielfältige **Spiel-, Übungs-Trainings- und Wettkampfformen** vertieft und wieder in das Spiel eingebracht, sodass sich ein stetiger Kreislauf zwischen Spielen und vertiefenden Interventionen ergibt (Abb. 2).

„... Es wird deutlich, dass die wesentlichen Regeln nicht zufällig und willkürlich sind, sondern durch die Spielidee und Spielstrukturen bestimmt werden ... In der Praxis wird dem dahingehend Rechnung getragen, dass die jeweils nächste Spielregel erst eingeführt wird, wenn sich dieses im Sinne der Spielgestaltung als notwendig erweist“ (Steinhöfer & R Emmert, 1998, S. 35).

Die durch die einzelnen Spielvorschriften provozierten technisch-taktischen Lösungshandlungen werden bei **kombinier-**

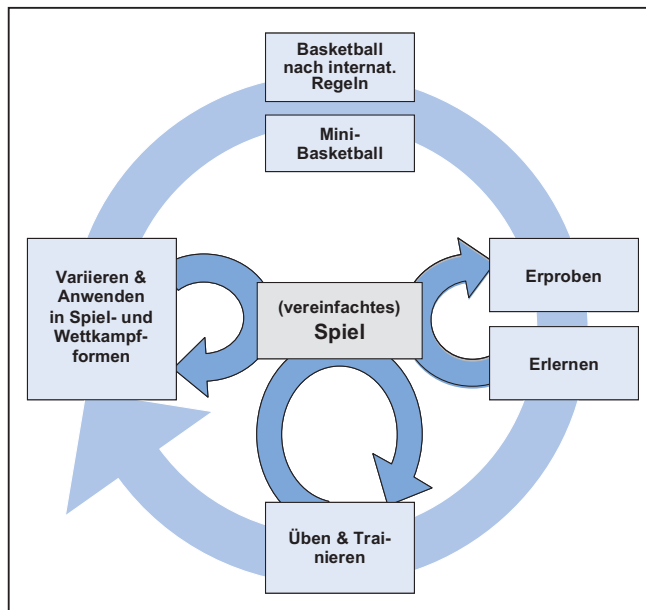


Abb. 2: Modellvorstellung zur spielgerechten Basketballvermittlung in der Schule (mod. nach Steinhöfer, 1991, S. 35)

Erweiterung der ersten Schritt- und Dribbelregeln

Schritt für Schritt werden eingeführt und behutsam an das Spielkönnen angepasst:

- einhändiges Dribbling zur Fortbewegung mit Ball,
- Zweierkontakt bei Ballannahme und -abgabe,
- Dribbelauftakt und -stopp,
- Sternschritt.

Zielperspektive: Schrittfehler und Doppeldribblings werden mit Ballverlust geahndet.

Vorschrift der Mann-Mann-Verteidigung

Die Mann-Mann-Verteidigung wird im fortgeschrittenen Wettkampfspiel aufgrund taktischer Überlegungen eingesetzt. Sie stellt die kind- und anfängergerechteste Form des Defensivverhaltens dar und findet demzufolge auch Eingang in die Jugend-Spielvorschriften der Landesverbände im Deutschen Basketball Bund (Remmert, 2006, S. 59-61). Sie forciert die Eins-gegen-Eins-Auseinandersetzung und ist so ein wichtiger Motor für die individuelle Weiterentwicklung von Anfängern.

Die Mann-Mann-Verteidigung sollte *anfangs allerdings nicht über das ganze Feld gespielt* werden, um dem Gegner zumindest in der eigenen Spielhälfte einen geordneten Ballvortrag zu ermöglichen. Wer die Vorgabe der Mann-Mann-Verteidigung nicht beachtet, wird für kurze Zeit ausgewechselt.

Dribbelkönig

Organisation und Ablauf

Die Halle bzw. das Spielfeld wird von einer Seite zur anderen in vier oder mehr Zonen unterteilt (Bereich vor der Grundlinie, Grund- bis Freiwurflinie, Freiwurf- bis Mittellinie usw.). Alle dribbeln in der ersten Zone durcheinander und versuchen, den anderen Spielern den Ball regelgerecht herauszuspielen (d. h., dass der eigene Ball nicht verloren oder mit beiden Händen aufgenommen werden darf und keine Fouls erlaubt sind). Wer dies schafft, darf in die nächste Zone „aufsteigen“. Wer seinen Ball verliert, muss „absteigen“ (kein Abstieg in Zone eins). Der jeweilige Spielfeldbereich darf nicht verlassen werden (Strafe: „Abstieg“).

Ziele, Variationen

- Wer als erster die gegenüberliegende Spielfeldzone erreicht, ist „Dribbelkönig“.
- Statt allein kann auch in Paaren gespielt werden. Jeweils zwei Spieler haben einen Ball und können sich diesen in Bedrängnis zupassen.
- Es können die unterschiedlichsten Bälle verwendet werden, solange sie sich einigermaßen gut dribbeln lassen (Basketbälle in unterschiedlichen Größen, Volleybälle, Fußbälle etc.).

Lerninhalte

Lösen des Blicks vom Ball; Dribbelfinten; Abschirmen des Balles; Hand-, Tempo- und Richtungswechsel; Wechsel von offensiven und defensiven Dribbelaktionen; tiefes Kontrolldribbling; Wahrnehmung und Antizipation gegnerischer Aktionen; schneller Situations- und Konstellationswechsel; bei Paaren: Entscheidungsfähigkeit Passen/Dribbeln.

Parteiball

Organisation und Ablauf

Zwei zahlenmäßig gleichstarke Mannschaften spielen mit einem Ball innerhalb eines begrenzten Feldes gegeneinander (Größe variiert je nach Spieleranzahl). Innerhalb des eigenen Teams soll eine bestimmte, vorher festgelegte Anzahl von Pässen erreicht werden, ohne dass der Gegner den Ball erobert. Für jeden erfolgreichen Durchgang gibt es einen Punkt.

Ziele, Variationen

- Welche Mannschaft erreicht zuerst drei (fünf, sieben) Punkte?
- Es kann mit oder ohne Dribbling gespielt werden.
- Der direkte Rückpass kann verboten oder auch doppelt gezählt werden.
- Ballbesitzwechsel bei Eroberung oder bereits bei bloßer Berührung durch den Gegner möglich.

Lerninhalte

Grundlegende Verhaltens- und Funktionsweisen der Mann-Mann-Verteidigung; Freilaufen und Anbieten; zielgenaues Passen in die Bewegung von Mitspielern; Wahrnehmung wechselnder Mit- und Gegenspielerkonstellationen; spielgerechtes Handeln unter Zeit- und Komplexitätsdruck.

LEHRHILFEN für den sportunterricht

Verlag: Hofmann GmbH & Co. KG, Postfach 1360, D-73603 Schorndorf, Telefon (071 81) 402-0, Telefax (071 81) 402-111

Druck:
Druckerei Hofmann
Steinwasenstraße 6-8, 73614 Schorndorf

Redaktion:
Heinz Lang
Neckarsulmer Str. 5, 71717 Beilstein

Erscheinungsweise:
Monatlich (jeweils in der 2. Hälfte des Monats).

Bezugspreis: Im Jahresabonnement € 19.80 zuzüglich Versandkosten. Die Abonnement-Rechnung ist sofort zahlbar rein netto nach Erhalt. Der Abonnement-Vertrag ist auf unbestimmte Zeit geschlossen, falls nicht ausdrücklich anders vereinbart.

Abbestellungen sind nur zum Jahresende möglich und müssen spätestens 3 Monate vor dem 31. Dezember beim Verlag eintreffen.

Unregelmäßigkeiten in der Belieferung bitte umgehend dem Verlag anzeigen. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und des Verlags mit Quellenangabe. Unverlangte Manuskripte werden nur dann zurückgesandt, wenn Rückporto beiliegt. International Standard Serial Number: ISSN 0342-2461

Fünf-Sekunden-Regel

Jeder eng attackierte Ballbesitzer muss im reglementierten Spiel innerhalb von fünf Sekunden dribbeln, passen oder auf den Korb werfen. Gelingt ihm das nicht, bekommt der Gegner den Ball zugesprochen. Mit dieser Wettkampfregelung wird eine aktive und manorientierte Verteidigungsarbeit belohnt. Im Anfängerspiel zwingt diese Vorschrift die angreifenden Spieler zunächst zum Mit-einander-Spielen. Wer sich festdribbelt und seine Mitspieler missachtet, erhöht das Ballverlust-Risiko. Anfangs kann als Sanktionierung auch ein Sprungball vereinbart werden.

Freiwurfregeln

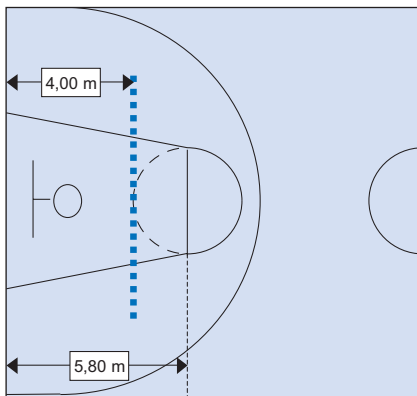


Abb. 3: Verkürzte Freiwurfdistanz für jüngere Anfänger

Die Einführung der Bestrafung von Fouls am Werfer nach den Bestimmungen der Regeln des Zielspiels (z. B. Mini-Basketball oder Basketball nach internationalen Regeln) kann stattfinden, ist für die Spiel-tätigkeit an sich jedoch weniger bedeutend. Gerade im Schulsport mit generell zu knappen Bewegungszeiten wirken die resultierenden

Überzahlspiel

Organisation und Ablauf

An einem Korb wird Drei gegen Drei oder Vier gegen Vier unter der Vorgabe der Mann-Mann-Verteidigung gespielt. Ein zusätzlicher, farblich besonders markierter Spieler fungiert für die jeweils angreifende Mannschaft als zusätzliche Anspielstation, darf aber selbst nicht auf den Korb werfen. Nach Defensivrebound oder Ballgewinn durch die Verteidiger muss ein Spieler mit Ball den Mittelkreis berühren, bevor der folgende Angriff starten darf. Bei Korberfolg bleibt die erfolgreiche Mannschaft in Ballbesitz („Make it, take it!“).

Ziele, Variationen

- Welche Mannschaft erreicht zuerst fünf (sieben, neun, elf) Punkte?
- Es kann mit oder ohne Dribbling gespielt werden.
- Spiel auch im Fünf gegen Fünf (plus Eins) über das ganze Feld möglich.
- Der zusätzliche Angreifer kann auch eine feste Spielposition einnehmen (besonders empfehlenswert: Aufbau, Vorcenter).

Lerninhalte

Erprobung spielnahen Angreiferhaltens unter vereinfachter Ballkontrolle; verstärkte Nutzung von Passen und Bewegen als individuelles Angriffsmittel; Wahrnehmung und Berücksichtigung der Angriffsräume von Mitspielern; Kommunikation; ggf. Nutzung eines Aufbau- oder Centerspielers als zentrale Anspielstation.

Freies Spiel mit Zielvorgabe

Organisation und Ablauf

Es wird Vier gegen Vier oder Fünf gegen Fünf über das ganze Feld gespielt. Bei Fouls am werfenden Spieler werden Freiwürfe verhängt. Die unterlegene Mannschaft muss nach dem Spiel eine vorher von allen vereinbarte Extraaufgabe erledigen (Sprünge, Sprints, Verteidigungsübung etc.).

Ziele, Variationen

- Welche Mannschaft erreicht zuerst die vorab festgelegte Punktegrenze?
- Welche Mannschaft hat nach Ablauf der vorher vereinbarten Spielzeit die meisten Punkte? Bei dieser Variante muss die Zeit wie im normierten Spiel gestoppt werden (Schiedsrichter, nicht teilnehmende Schüler als Kampfgericht).
- Es kann jeder Mannschaft eine bestimmte Anzahl von Auszeiten gestattet werden.
- Es kann auch auf dem Halbfeld (auf nur einen Korb) gespielt werden, sofern bei der „Zeitvariante“ jeweils Schiedsrichter und Zeitnehmer zur Verfügung stehen.

Lerninhalte

Erfolgsorientiertes Wettkämpfen; Erfahren und Erleben der basketballtypischen Freiwurfsituationen; Einbringen spieltaktischer Überlegungen.

Spielunterbrechungen meist störend. Diesen kann auch mit einer direkten Punktevergabe für die gefoulte Mannschaft begegnet werden. Andererseits ist gerade die Freiwurfsituation ein typisches und auch spannendes Element des Basketballspiels und sollte im Rahmen von Spielen mit Punkte-zählung auch ausprobiert werden. Es wer-

den dann zwei oder drei Freiwürfe bzw. ein Bonuswurf nach Korberfolg verhängt und vom gefoulten Spieler ausgeführt. Die Freiwurflinie sollte bei Jüngeren nach vorn an die vordere Sprungkreiskante verlegt werden („Mini-Freiwurf“, siehe Deutscher Basketball Bund, 2001: Regel 2) (Abb. 3).

Aufgeschnappt

„Was im Leben des Kindes Befriedigung des Moments ohne Rücksicht auf die Zukunft ist, nennen wir Spiel im weitesten Sinne; eine Beschäftigung dagegen, die sich auf die Zukunft bezieht, Übung.“

F. D. E. Schleiermacher (1768–1834)

Rückspielregel

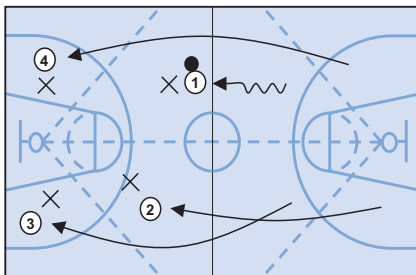


Abb. 4: Spielfeldmarkierungen zum Vierfelderspiel

Spielt eine Mannschaft den Ball aus ihrem Vorfeld (Angriffshälfte) in das Rückfeld zurück, bekommt der Gegner einen Einwurf auf Höhe der Mittellinie zugesprochen. Diese Regel setzt eine weitgehend sichere Ballkontrolle in der Angriffshälfte einer Mannschaft voraus und sollte aus diesem Grund nicht zu früh eingeführt werden.

Drei-Sekunden-Regel

Ein angreifender Spieler darf sich nicht länger als drei Sekunden am Stück in der trapezförmigen Zone unter dem gegnerischen Korb aufhalten. Diese Regelung zwingt zu einem bewegungsreichen Angriffsverhalten; das „Parken“ besonders groß gewachsener Angreifer direkt unter dem gegnerischen Korb wird eingeschränkt. Je nach agierenden Spielertypen kann diese Regel auch bereits früh zur Anwendung kommen.

Organisationsmöglichkeiten des Spielens

Die Organisation der Basketballspiele erfolgt besonders für Anfänger variabel und kann sich auch widrigen Gegebenheiten vor Ort anpassen. Allein aus Gründen der Abwechslung empfiehlt es sich aber auch bei idealen Bedingungen unterschiedlichste Spielräume und -bedingungen kennen zu lernen.

Vierfelderspiel

Organisation und Ablauf

Die beiden Spielhälften werden durch Klebebandmarkierungen in jeweils vier zu den Körben hin ausgerichtete Handlungsräume unterteilt (Abb. 4). Es wird Vier gegen Vier auf dem ganzen Feld gespielt. Einzige Einschränkung gegenüber dem freien Spiel: Das jeweils in Ballbesitz befindliche Team muss in seiner Angriffshälfte die vereinbarten Angriffspositionen einnehmen. Jeder Angreifer besetzt dazu einen der vier markierten Handlungsräume, die sie im Angriff nicht verlassen dürfen. Die Verteidigung darf erst in der eigenen Spielhälfte attackieren.

Ziele, Variationen

- Durch die festgelegten Handlungsräume werden individuelle Verantwortlichkeiten geschaffen und die anfängertypische Ballung vieler Spieler am Ball wird vermieden.
- Punktezählung/Zeitbegrenzung möglich.
- Einschränkung des Dribblings (nur ein Dribbling, Dribbelverbot) zur Provokation von Passen & Schneiden (give & go, backdoor cuts) bei Fortgeschrittenen sinnvoll.
- Es kann auch mit einem zusätzlichen neutralen Passgeber, der in seinem Aktionsradius nicht beschränkt ist und nicht auf den Korb werfen darf, gespielt werden.

Lerninhalte

Kennen lernen geordneter Angriffsstrukturen; individuelles Agieren im räumlich begrenzten offensiven Handlungsraum; Befreien und Passen als grundlegende Angriffsmittel; Kooperation bei erleichterter Orientierung.

Andererseits unterstützt und belohnt die Rückspielregel ein offen-

sives und engagiertes Verteidigungsverhalten.

Basketballturnier mit besonderem Wertungssystem

(nach Holst, 2000, S. 26–27)

Organisation und Ablauf

Vier Mannschaften spielen im Jeder-gegen-Jeden-Modus gegeneinander. Die vereinbarte Spielzeit wird während des Spiels nicht gestoppt, was bei evtl. Foul-, Freiwurf-, Auszeiten- und Wechselregelungen zu beachten ist.

Die Turnierplatzierungen werden nach folgendem Schema ermittelt: Für einen Sieg erhält eine Mannschaft 5 Wertungspunkte, für ein Unentschieden 4, für eine Niederlage 3 Punkte. Je einen zusätzlichen Wertungspunkt erhält eine Mannschaft für jeden Spieler, der im Laufe des Spiels einen oder mehrere Punkte erzielt. Es kann also passieren, dass eine unterlegene Mannschaft mehr Korbgeschützen in ihren Reihen hat als das siegreiche Team und in der Endabrechnung mehr Wertungspunkte bekommt.

Ziele, Variationen

- Ziel ist die Ermittlung der erfolgreichsten miteinander kooperierenden Mannschaft.
- Die Spielzeit wird je nach Anzahl der startenden Teams und der zur Verfügung stehenden Gesamtzeit festgelegt (z. B. 2 x 6 Minuten bei vier Teams und 90 Minuten Zeit).
- Gespielt wird über das ganze Feld im Vier gegen Vier oder Fünf gegen Fünf.
- Es kann auch parallel auf beiden Körben jeweils im Halbfeld gespielt werden, dann sind doppelt so viele Spiele in der Zeit möglich.

Lerninhalte

Erfolgsorientiertes Wettkämpfen; Kooperieren; Akzeptieren und Integrieren von schwächeren Mitspielern bei leistungsheterogenen Mannschaften.

Spielfeld: Geeignet ist eine rechteckige (Hallen-)Fläche. Dies kann das regelgerechte Basketballfeld sein. Vielfach ist jedoch allein auf

Grund der Gruppenstärke eine effektivere Ausnutzung der (Hallen-)Kapazitäten angeraten, etwa durch Schaffung kleinerer Querfelder mit

Hilfskörben an den Längsseiten der Halle oder Halbfeld-Spiele auf nur jeweils einen der Hauptkörbe.

Beim Spiel auf einen Korb ist zu beachten, dass der basketballtypische Korbwechsel so weit wie möglich simuliert wird. So wird der Ball nach Korberfolg oder Ballgewinn durch die Verteidigung jenseits der Drei-Punkte-Linie wieder zurück ins Spiel gebracht. Das Spielen auf einen Korb besitzt allerdings einen bedeutsamen Nachteil und sollte deshalb nicht ausschließlich zur Anwendung kommen: Die basketballtypischen Schnellangriffsmöglichkeiten entfallen.

Korbanlage: Für Anfänger sind modifizierbare Anlagen sinnvoll. Der geringfügige finanzielle Mehraufwand für höhenverstellbare (Seiten-)Körbe ist auf alle Fälle lohnend.

Spielball ist natürlich schwerpunktmäßig ein regelgerechter Basketball, der in unterschiedlichen Größen (Mini-, Damen und Herren-Ball) erhältlich ist. Es lässt sich aber auch gut mit anderen Bällen üben und spielen (Volley-, Hand-, Fußbälle), solange diese nicht zu klein und zu leicht sind. Auf jeden Fall sollten sich die verwendeten Bälle gut prellen (dribbeln) lassen. Variationen bezüglich des verwendeten Ballmaterials stellen nicht zuletzt wünschenswerte koordinative Beanspruchungen innerhalb der Spelausbildung dar (Remmert, 2006, S. 122 f.).

Die Spielerzahl kann variabel gehandhabt werden. Drei Spieler pro Mannschaft sind notwendig, um das basketballtypische individual- und gruppentaktische Handlungsspektrum komplett ausnutzen zu können. Die Reduktion auf weniger als die regelgerechten fünf Spieler

bietet daneben für Anfänger den Vorteil größerer Spielräume und damit einer erleichterten Wahrnehmung und Situationslösung. Andererseits eröffnen aber auch die Spielorganisationsformen mit mehr als fünf Spielern pro Team Chancen: Erschwerende Bedingungen können geschaffen und punktuell eingesetzt werden.

Abschließende Bemerkungen

Die vorgestellten Spielformen und Basketballspiele können mit schultypischen Gruppenstärken von bis zu etwa 30 Spielern durchgeführt werden, wobei sich infrastrukturelle Gegebenheiten selbstverständlich auf die innere Organisation derart großer Gruppen auswirken. Ausgehend von einer zur Verfügung stehenden Einfachsporthalle mit zwei Hauptkörben an den Stirnseiten sollten mindestens ein Ball pro Spieler und zwei zusätzliche Seitenkörbe vorhanden sein, um den Spielbetrieb und etwaige Übungs- und Trainingsphasen effektiv zu gestalten. Natürlich lässt es sich in einer kleinen Sporthalle nicht vermeiden, dass bei Spielen über das ganze Feld die gebildeten Teams wechselweise aussetzen. Dies bietet aber auch Möglichkeiten, Kenntnisse über wettkampfspezifische Rahmenbedingungen des „Großen Spiels“ (Kampfgericht, Schiedsrichter) zu vermitteln und in der Praxis umzusetzen.

Anmerkungen

- (1) Vgl. dazu die Ausführungen von Kröger und Roth im Rahmen ihres Konzepts der „Allgemeinen Ballschule“, die v. a. das Fehlen einer „Straßenspielkultur“ (Kröger & Roth, 1999, S. 9) in der heutigen Zeit beklagen.
- (2) Damit soll der hohe Wert der Kleinen Spiele für eine grundlegende Spelausbildung keinesfalls in Abrede gestellt wer-

den. Gerade diese befördern die Entwicklung einer allgemeinen Spielfähigkeit, deren Fehlen allgemein beklagt wird, in der kindlichen Grundausbildung und bereichern auch das spezifische Sportspieltraining. Die im Text formulierten Überlegungen orientieren sich jedoch an der Entwicklung einer *basketballspezifischen* Spielfähigkeit, die idealerweise auf der Basis allgemeinen Spielen-Könnens aufbaut.

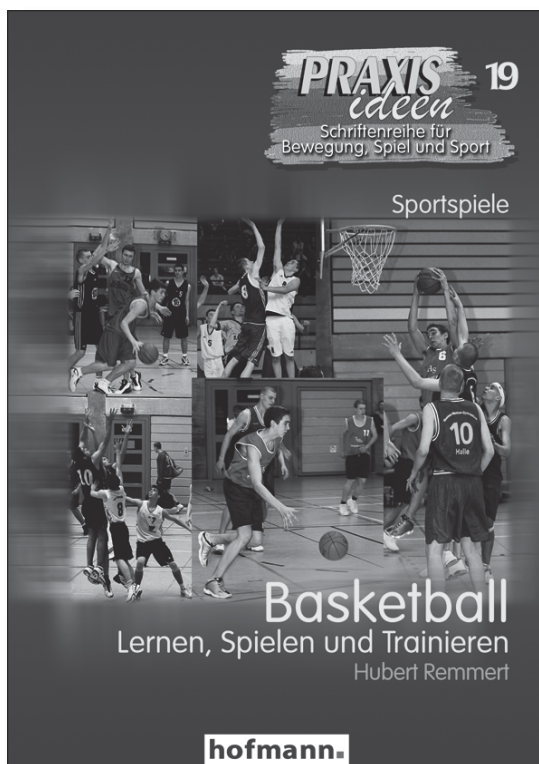
Literatur

- Holst, A. (2000). *Mini-Basketball. Kleine Spiele für den Kinderbasketball – Unterricht in Verein und Grundschule*. Eichstätt: diritto aktuell – BPB.
- Kröger, C. & Roth, K. (1999). *Ballschule. Ein ABC für Spielanfänger*. Schorndorf: Hofmann.
- Neumann, H. (1990). *Basketballtraining*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Niedlich, D. (1985). Taktiktraining. In G. Hagedorn, D. Niedlich & G. J. Schmidt (Hrsg.), *Basketball-Handbuch* (S. 380–388). Reinbek: Rowohlt.
- Remmert, H. (2002). *Spielbeobachtung im Basketball. Analyse des gruppentaktischen Angriffsverhaltens im Positionsangriff gegen die Mann-Mann-Verteidigung auf der Grundlage einer prozessorientierten Modellbildung*. Hamburg: Czwalina.
- Remmert, H. (2006). *Basketball Lernen, Spielen und Trainieren*. Schorndorf: Hofmann.
- Schauer, E. (2001). *Wurftrainer Basketball*. Reinbek: Rowohlt.
- Steinhöfer, D. (1976). *Basketball in der Schule. Spielend geübt – ühend gespielt*. Berlin, Frankfurt a. M.: Bartels und Wernitz.
- Steinhöfer, D. (1991). *Basketball in der Schule. Spielend geübt – ühend gespielt* (4., verbesserte und erweiterte Auflage). Münster: Philippka.
- Steinhöfer, D. & Langenkamp, H. (2000). Basketballvermittlung in der Sportlehrer(innen)-Ausbildung. In H.-F. Voigt & G. Jendrusch (Hrsg.), *Sportlehrerausbildung wofür?* (S. 83–110). Hamburg: Feldhaus.
- Steinhöfer, D. & Remmert, H. (1998). *Basketball in der Schule. Spielerisch und spielgemäß* (5., umfassend überarbeitete Auflage). Münster: Philippka.
- Steinhöfer, D. & Remmert, H. (2004). *Basketball in der Schule. Spielerisch und spielgemäß vermitteln* (6., überarbeitete und erweiterte Auflage). Münster: Philippka.
- Ströher, M. (1991). *Basketball. 60 Jahre FIBA-Regeln*. Schorndorf: Hofmann.

Aufgeschnappt

„Im Anfang sei die Übung nur an dem Spiel, allmählich aber trete beides auseinander in dem Maß, als in dem Zögling der Sinn für die Übung sich entwickelt und die Übung ihn an und für sich erfreut“.

F. D. E. Schleiermacher (1768–1834)



Dr. Hubert Remmert

Sportspiele

Basketball

Lernen, Spielen und Trainieren

DIN A5, 168 Seiten

ISBN 978-3-7780-0191-2

Bestell-Nr. 0191 € 16.80

Der vorliegende Band beschäftigt sich in zwei inhaltlichen Schwerpunkten mit dem **Lernen** und **Trainieren** spielbedeutsamer Leistungsvoraussetzungen im Basketball.

Dazu werden in Kapitel 1 zunächst die **Anforderungen** des modernen Spiels skizziert und anschließend **verschiedenartige Konzepte** seiner Vermittlung analysiert (Kap. 2).

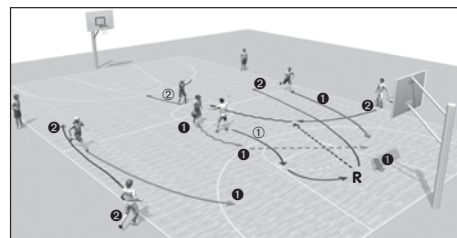
Der Begründung einer spiel- und strukturgerechten Anfängermethodik im Rahmen der **Direkten und Indirekten Spielmethode** nach Steinhöfer und Remmert folgen vielfältige Vorschläge zur konkreten **Umsetzung in der Praxis** des Basketball-Lernens (Kap. 3).

Im Kapitel 4 werden die **elementaren Grundsätze** des für die Spielausbildung besonders bedeutsamen **Koordinations-, Technik- und Taktiktrainings** umrissen und mit praxiserprobten **Übungs- und Trainingsformen** ergänzt.

Spielerische Technik- und Taktikschulung 91

→ Umschalten nach Defensivrebound oder gegnerischem Korberfolg; Ballvortrag im Überzahl-Schnellangriff; Ausspielen der Überzahl.

- (6) **3:1 Kontinuum** 3er-Schnellangriff von der Mittellinie gegen einen zurücklaufenden Verteidiger. Nach Abschluss (kein Offensivrebound!) reboundet der Verteidiger (oder wirft nach Korberfolg ein) und startet seinerseits einen Schnellangriff mit zwei von der Seite einlaufenden Spielern. Der jeweilige Verteidiger wartet nicht unter dem Korb, sondern läuft vom Rand des mittleren Sprungkreises zurück, sobald der erste Angreifer die Mittellinie überquert.



- Welche Überzahlteams sind erfolgreich?
- Sanktionen (Sprünge oder Liegestütze) für nicht erfolgreiche Überzahlteams möglich.
- *Variationen für Fortgeschrittene:* 3:2, Outlet-Pass nach Defensivrebound, festgelegte Laufwege im primären Schnellangriff.
- *Variation* für 3:2 Kontinuum: erfolgreiche Angreifer bleiben in Ballbesitz und starten direkt den nächsten Schnellangriff auf den gegenüberliegenden Korb.

→ Umschalten nach Defensivrebound oder gegnerischem Korberfolg; Ballvortrag im Überzahl-Schnellangriff; Ausspielen des primären Schnellangriffs; gegebenenfalls Outlet-Pass und organisierter Schnellangriff; spielgemäße Intervallbelastung.

- (7) **3:2+1 Kontinuum** Drei Teams mit je drei Spielern. Schnellangriff von der Mittellinie gegen zwei zurücklaufende Verteidiger. Ein dritter Verteidiger greift von der Seitenlinie aus ein, sobald der letzte Angreifer die Mittellinie überquert hat. Der zusätzliche Verteidiger muss dabei den mittle-

Versandkosten € 2.-; ab einem Bestellwert von € 20.- liefern wir innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.

Sportspielübergreifende Spielformen zur Ausbildung von Sportspielkompetenz in der Schule

Michael Bauer

Die großen Sportspiele Basketball, Handball und Fußball sind allesamt Spiele, die sich im Spielgedanken ähneln und wesentliche Kernkompetenzen erfordern:

- Orientierung im Geflecht Spielfeld,
- Mit- und Gegenspieler,
- Ball,
- Ziel (Körbe, Tore),
- Freilaufen und Anbieten,
- Spiel 1 gegen 1,
- Stellungsspiel,
- Umschalten von Angriff auf Verteidigung etc.

Nachfolgend sollen vier sportspielübergreifende Spielformen vorgestellt werden, die diese Kompetenzen ganzheitlich auf spielerische Weise schulen. Dabei besteht immer die Möglichkeit, die Spielformen zunehmend sportartspezifisch im Hinblick auf Regelwerk sowie technische und taktische Elemente zu spezialisieren.

Die Spielformen sind an die Bedingungen der Schule angepasst: Große Gruppen, wenige Bälle, kleine Hallen, wenig Materialien etc.

Alle vorgestellten Spielformen können zur Erwärmung dienen, den inhaltlichen Schwerpunkt einer Unterrichtsstunde bilden oder auch als Ausklang, z. B. nach einer Technik-einheit bzw. zur Vertiefung taktischer Elemente aus dem Hauptteil, praktiziert werden.

Zielgruppe können erfahrungsgemäß Schüler von der 5. bis zur 13. Jahrgangsstufe sein. Dabei liegt es in der Kompetenz des Sportlehrers, was er seinen Schülern zutraut bzw. wie er Spielformen verändert, um bei seinen Schülern Erfolgserlebnisse zu gewährleisten.

Die Spielformen

Die folgenden vier Spielformen eignen sich erfahrungsgemäß besonders gut:

„**Spiel auf viele Tore**“
„**Inselspiel**“
„**Kegelball**“
„**Jokerspiel**“

„Spiel auf viele Tore“

Spielidee

Für das „Spiel auf viele Tore“ wird die Halle durch 3 bis 4 Langbänke in der Breite geteilt. Jede Hallenhälfte stellt ein Spielfeld dar. Gespielt wird ohne „Aus“, aber mit „Bande“. In jedem Spielfeld werden Turnmatten als Tore an die Wand gestellt (vgl. Abb. 1). Jeder Matte/Tor ist ein Spieler zugewiesen, der sein Tor verteidigt und gleichzeitig versucht, Tore auf die anderen Matten zu erzielen. Der Schüler hat das Spiel gewonnen, der nach einer bestimmten Zeit die wenigsten Gegentore kassiert hat. Gespielt werden kann entweder ohne Regelvorgaben oder regelgebunden. So kann mit einem Fußball nach Fußball-Spielregeln oder mit einem Handball nach Handball-Spielregeln (2 Spieler pro Team) gespielt werden.

Varianten

- Je nach Schüleranzahl kann die Anzahl der Matten pro Spielfeld (2–4) variieren.
- Bei großen Gruppenstärken können 2–4 Schüler Teams bilden, von denen 1–2 Schüler gleichzeitig auf dem Spielfeld agieren, während die anderen Mitspieler auf den Lang-

bänken in der Spielfeldmitte ein- und auswechseln.

- Es kann auch mit 2 Bällen gespielt werden. Die beiden Bälle können gleich (Fuß- oder Handball) oder verschiedenartig (Fußball und Handball) sein. Bei verschiedenartigen Bällen wird demzufolge gleichzeitig Fuß- und Handball gespielt, was von den Schülern ein hohes Maß an Konzentration, Umstellungsfähigkeit und technischen Fertigkeiten erfordert.

Benötigte Materialien

2 Fußbälle, 2 Handbälle, 4 Langbänke, 6–10 Turnmatten, Trikots.

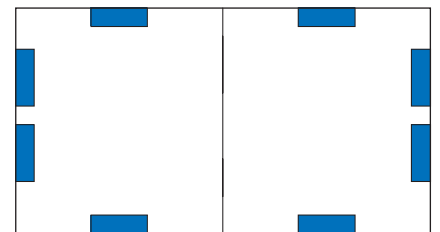


Abb. 1: „Spiel auf viele Tore“

„Inselspiel“

Spielidee

Für das Inselspiel werden in der Halle (je nach Hallengröße) 3–10 Turnmatten ausgelegt (vgl. Abb. 2). Es spielen 2 Mannschaften gegeneinander, die die Aufgabe haben, den Ball auf eine der Matten zu legen (Doppelpässe sind nicht erlaubt). Gelingt dies, dann hat die Mannschaft einen Punkt erzielt. Das Team hat gewonnen, das als erstes eine bestimmte Punktegrenze erreicht bzw. nach einer bestimmten Zeit die meisten Punkte erzielt hat. Gespielt werden kann regelgebunden oder auch ohne Regelwerk. So

kann mit einem Basketball nach Basketball-Spielregeln, mit einem Handball nach Handball-Spielregeln oder mit einem Fußball nach Fußball-Spielregeln gespielt werden (mit oder ohne Spielfeldbegrenzungen).

Varianten

- Es wird mit 2 Bällen gespielt. Die beiden Bälle können gleich (Fuß- oder Handball) oder verschiedenartig (Fußball *und* Handball) sein. Bei verschiedenartigen Bällen wird demzufolge gleichzeitig Fuß- und Handball gespielt, was ein hohes Maß an Konzentration, Umstellungsfähigkeit und technischen Fertigkeiten erfordert.

- Bei handball- oder basketballspezifischer Durchführung kann die maximale Anzahl der Dribblings begrenzt werden.

- Es können erschwerende Vorgaben für das Erzielen eines Punktes gemacht werden, z. B. (Handball/Basketball) dass ein Spieler den Ball im Sprung fangen und dann mit Ball auf der Matte (hier Weichbodenmatte) landen muss.

Benötigte Materialien

2 Fußbälle, 2 Handbälle, 2 Basketballbälle, 3–10 Turnmatten, Trikots.

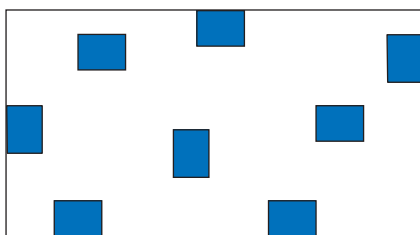


Abb. 2: „Inselfeld“

„Kegelball“

Spielidee

Für „Kegelball“ werden in den beiden Basketballzonen Kegel aufgestellt (vgl. Abb. 3). Es spielen 2 Teams gegeneinander, die die Auf-

gabe haben, die Kegel des anderen Teams mit einem Ball zum Umfallen zu bringen. Dabei dürfen die Spieler die Zone nicht betreten. Das Team hat gewonnen, das als erstes eine festgelegte Anzahl von Kegeln zum Umfallen gebracht bzw. innerhalb einer bestimmten Zeit die meisten Kegel umgeworfen hat. Gespielt werden kann entweder regelgebunden oder ohne Regelvorgaben. So kann mit einem Fußball nach Fußball-Spielregeln oder mit einem Handball nach Handball-Spielregeln gespielt werden (mit oder ohne Spielfeldbegrenzungen).

Varianten

Bei handballspezifischer Durchführung kann die maximale Anzahl der Dribblings begrenzt werden.

Benötigte Materialien:

2 Fußbälle, 2 Handbälle, ca. 10 Kegel, Trikots.

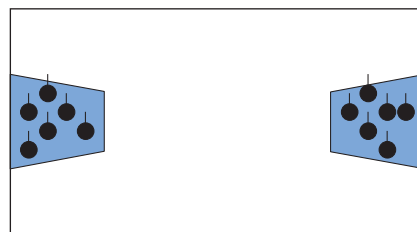


Abb. 3: „Kegelball“

„Jokerspiel“

Spielidee

Für die **handball- und fußballspezifische Ausrichtung** dieses Spiels werden die beiden Handballtore im Torraum des Handballspielfeldes so auf den Boden umgelegt, dass die nun klein gewordene Toröffnung (vgl. Abb. 4) zur Torauslinie zeigt. Ein Spieler befindet sich als „Joker“ im Torraum, der von diesem Spieler nicht verlassen und von keinem anderen Spieler betreten werden darf. Im anderen Torraum befindet sich ein „Joker“ der gegnerischen

Mannschaft. Eine Mannschaft hat dann ein Tor erzielt, wenn ein Spieler seinem „Joker“ den Fußball so in den Torraum zupasst, dass dieser den Ball direkt volley ins Tor schießen bzw. den Handball so zupasst, dass er ihn direkt im Sprung volley ins Tor werfen kann.

Bei der **basketballspezifischen Ausrichtung** befinden sich die beiden „Joker“ in der Basketballzone (vgl. Abb. 5). Sie dürfen von ihren Mitspielern nur mit einem Bodenpass angespielt werden, bevor sie den Ball in auf den Korb werfen. Dabei haben sie nur einen Versuch.

Varianten

Bei handball- und basketballspezifischer Durchführung kann die maximale Anzahl der Dribblings begrenzt werden.

Benötigte Materialien:

2 Handballtore, 1–3 Handbälle, 1–3 Fußbälle, 1–3 Basketballbälle, Trikots.

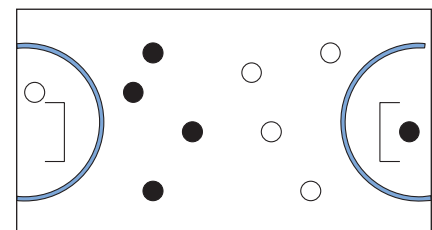


Abb. 4: „Jokerspiel“

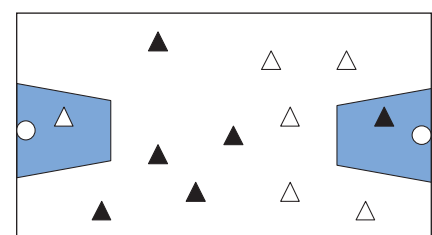


Abb. 5: „Jokerspiel“

Anschrift des Verfassers:
PD Dr. habil. Michael Bauer
Dientzenhoferstraße 26
96047 Bamberg

Aufgeschnappt

„Man kann nie in das Lernen zu viel Spiele, so auch in das Spielen zuviel Lernen bringen. Etwas durchdrungen von seinem Gegenteil muss aber beides sein in der ersten Phase.“

F. D. E. Schleiermacher (1768–1834)

Durch Techniks Schulung zum DFB-Fußballabzeichen

Ein Unterrichtsversuch von Steffen Usler. Heidelberg 2006

Das DFB-Fußball-Abzeichen

Für ein allseits zufrieden stellendes Fußballspiel ist die Verfügbarkeit der technischen Mittel, also die Ballbeherrschung gerade auch unter schwierigen Bedingungen, unabdingbar. Für die hierfür notwendige Techniks Schulung wurde unter anderem auch das DFB-Fußball-Abzeichen geschaffen. Dieses ist – mit wechselnden Punktzahlen – für alle Altersstufen (Kinder bis 13 Jahre, Jugendliche und Erwachsene) gedacht und wird, gleichfalls nach Punktzahlen gestaffelt, in Gold, Silber und Bronze verliehen.

Es enthält folgende Aufgaben bzw. „Stationen“:

1. „Kunstschütze“: Von der Strafraumgrenze – entweder von ihrem Schnittpunkt mit der Torlinie oder einem Punkt in 1 m oder 3 m Entfernung davor – den Ball ins Tor schießen. Von vier Versuchen werden drei gewertet, je nach Abstoßpunkt mit 20/15/10 Punkten.

2. „Dribbelkünstler“: Den Ball mit dem Fuß um ein Quadrat von 14 m Seitenlänge mit unterschiedlichen Aufbauten an den Seitenlinien (Stangenkombinationen, Bank als Ballprellwand, Stangentor) führen. Gewertet wird der bessere von zwei Versuchen (unter 18 s: 60 Punkte, über 30 s: 0 Punkte).

3. „Ballzauberer“: Den Ball innerhalb eines Quadrats von 10 m Seitenlänge mit dem Fuß, dem Oberschenkel oder Kopf hochhalten. Jeder Kontakt zählt einen Punkt (maximal sind 60 Punkte möglich). Gewertet wird der bessere von zwei Versuchen.

4. „Kurzpasse-ASS“: Den Ball 30 s lang mit der Innenseite aus mindestens 5 m Entfernung gegen eine umgekippte Bank von höchstens 30 cm Höhe spielen. Jeder Pass zählt drei Punkte; ein Versuch.

5. „Kopfbalkkönig“: Den Ball nach Zuwurf aus 5 m Entfernung aus der Bewegung mit dem Kopf in eines der diagonal versetzten Zielrechtecke (eines mit Bändern geviertelten Kleinfeldtores) stoßen. Je drei Versuche unten und oben; jeder Treffer ergibt 10 Punkte.

6. „Flankengeber“: Zielschüsse mit dem Innenspann aus 20 m (bis 13 Jahre) bzw. 25 m Entfernung in ein Zielquadrat von 5 m Seitenlänge. Drei Versuche; jeder Treffer zählt 20 Punkte.

7. „Elferkönig“: Torschüsse vom Elfmeterpunkt auf ein „Punktegitter“ (durch Bänder abgeteiltes Fußballtor: zwei Bänder je 1,5 m von den Seitenpfosten, ein Band 1,20 m unter der Querlatte). Sechs Versuche; Trefferpunktzahlen: 1 P. Mitte unten, 3 P. Mitte oben, 5 P. außen unten, 10 P. außen oben.

Erforderliche Gesamtpunktzahlen (Gold/Silber/Bronze):

10–13 Jahre: 260/220/180

14–16 Jahre: 300/260/220

ab 17 Jahre: 340/300/260

Die genaueren Bedingungen des DFB-Abzeichens (mit Grafiken) können unter www.dfb.de aus dem Internet abgerufen werden.

Der Unterrichtsversuch

Die Aufgabe bestand darin, die Eignung des DFB-Fußball-Abzeichens für den Klassenunterricht, einbezogen in eine spezifische Techniks Schulung,

etwas näher zu untersuchen. Der Unterrichtsversuch wurde in einer 9. Klasse eines Gymnasiums mit 17 Schülern durchgeführt. Der Versuch war wie folgt gegliedert:

1. Doppelstunde: Die Stationen des Fußballabzeichens als Eingangstest.

2. Doppelstunde: Dribbeln und Passen.

3. Doppelstunde: Innenspannstoß, Zielschüsse.

4. Doppelstunde: Kopfballspiel.

5. Doppelstunde: Zusammenfassung und Wiederholung.

6. Doppelstunde: Abnahme des Fußballabzeichens als Leistungsüberprüfung.

In jeder Unterrichtseinheit wurde außerdem Fußball auf einem Kleinfeld gespielt.

Ergebnisse

Mit Ausnahme der Station 4 (Kurzpasse-Spiel), was durch die unterschiedlichen Verhältnisse (vorwiegend Halle beim Üben, Freigelände bei der Abnahme) zu erklären ist, waren an allen Stationen Verbesserungen zu verzeichnen, am deutlichsten bei Station 6 (Flankengeber), relativ gering bei Station 7 (Elferkönig). Die besten Leistungen erbrachte die Station 2 (Dribbelkünstler), als schwierigste erwies sich erwartungsgemäß die Station 1 (Ballzauberer).

Es ergaben sich folgende durchschnittlichen Punktzahlen:

	Station 1	Station 2	Station 3	Station 4	Station 5	Station 6	Station 7	Gesamt
Eingangstest	7,27	49,09	18,00	30,30	20,00	9,09	22,36	120,50
Schlusstest	13,46	57,69	24,31	29,23	36,15	36,92	23,62	221,46

Ein entsprechendes Bild ergab sich bei den einzelnen Schülern: Bis auf einen konnten sich alle verbessern; von den 13 teilnehmenden Schülern haben 7 die Bedingungen des Bronzeabzeichens erfüllt. Eine versuchsweise Umsetzung in Noten ergab eine Streuung von 1 („bestanden“) bis 3. Dabei waren die Übereinstimmungen mit der „reinen“ Spielbewertung durchweg sehr hoch. Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass innerhalb kurzer Zeit eine deutliche Leistungssteigerung erzielt werden konnte und dass die Schüler

dabei mit Interesse und Eifer bei der Sache waren. Eine generelle Übernahme der Aufgaben des Fußballabzeichens in den Klassenunterricht ist allerdings etwas differenzierter zu betrachten: Die Stationen „Elferkönig“ und „Flankengeber“, vor allem aber „Dribbelkünstler“, sind recht spielnah und motivierend und allein schon deshalb für den Unterricht zu empfehlen.

Grundsätzlich trifft dies auch auf die relativ schwierige Station „Kurzpass-Ass“ zu, da sich diese Übung in vielen Variationen ohne Probleme in den

Übungsbetrieb einbeziehen lässt. „Ballzauberer“ und „Kopfbalkönig“ sind zwar nützliche und beliebte Übungen, sollten aber, z. B. wegen mangelnde Spielnähe, Einfluss des Zufalls usw. nicht zur Benotung herangezogen werden. Die Station „Kunstschütze“ ist nur für sehr gute Fußballspieler geeignet.

*Zusammengefasst von
StD Manfred Zugck
Fachleiter Sport am
Staatlichen Seminar für Didaktik und
Lehrerbildung Heidelberg
Fichtenweg 7, 69181 Leimen*

Aufgeschnappt

„Der Gesundheitszustand der Jugend ist katastrophal. Der Grund liegt zum einen in der Einseitigkeit der schulischen Erziehung, die nur sitzend erfolgt und nur auf geistige Inhalte ausgerichtet ist, zum andern in den veränderten Lebensverhältnissen. Die Errungenschaften der modernen Zivilisation ... haben viele Menschen in Krankheit gestürzt.“

Dr. Ignaz Lorinser (Regierungs-Medizinalrat) 1836

Die „pffiffige“ Staffel

Wer erreicht zuerst das Ziel?

Die Vorbereitung

Gebraucht werden

- 1 Spielbrett, z. B. „Fang den Hut“, „Mensch ärgere dich nicht“ oder ähnliche „Hindernisläufe“ (Es kann dies auch eine „Eigenkonstruktion“ sein). Das Brett wird in der Hallenmitte aufgebaut.
- 3–4 Spielergruppen mit je 4–5 Spielern.
- Jede Gruppe braucht einen Spielwürfel (oder einen Schaumstoffwürfel).
- Jede Gruppe bekommt **einen** Spielstein, der sich von den anderen unterscheidet.
- Eine klar definierte (Rund)Laufstrecke (In der Halle oder im Freien) oder eine klar definierte Aufgabe (z. B. Korbtreffer erzielen ...).

Bei großen Schülerzahlen sollten (außer der Laufstrecke) zwei Spielanlagen aufgebaut werden.

Die Durchführung

Jeder Teilnehmer einer Gruppe würfelt, setzt den Spielstein seiner Gruppe um die gewürfelte Punktzahl auf dem Spielbrett vor und läuft dann die entsprechende Zahl von Runden; dann würfelt der nächste Spieler ... (Eine 3 wurde gewürfelt (Beispiel): Spielstein um 3 Felder vorrücken – 3 Runden laufen – Rückkehr zur Mitte).

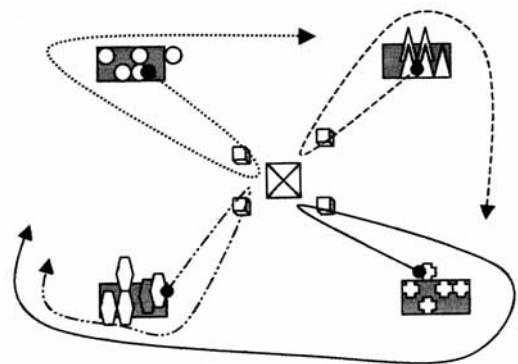
Das Ziel

Welche Mannschaft bringt ihren Spielstein als erste ins Ziel?

Varianten

- Trifft ein Spielstein auf einen anderen, muss dieser zurück zum Startpunkt.
- Es werden „Schikanen“ eingebaut: Landet ein Stein auf bestimmten Feldern, dann muss die ganze Mannschaft gemeinsam eine Aufgabe bewältigen z. B. gemeinsam eine blaue Matte über die Laufstrecke tragen ...
- Um eine Überbelastung einzelner Schüler zu vermeiden, kann vereinbart werden, dass, wer eine Zahl von 1–3 würfelt, 1 Runde laufen muss, wer 4–6 würfelt, läuft 2 Runden.
- Es muss so lange gespielt (und gelaufen) werden, bis punktgenau das Ziel getroffen wird.
- Die Läufer prellen/dribbeln einen Ball/führen einen Ball am Fuß/rollen einen Reifen ... müssen 1–2–3 ... Körbe erzielen usw.

H. Lang



Gesamtpaket *Sportpädagogik*



Prof. Wolfgang Söll

Sportunterricht – Sport unterrichten

**Ein Handbuch für Sportlehrer
6. Auflage 2005**

In sieben großen Kapiteln: „Theorie und Praxis“ – Organisation – Planung und Durchführung – Methoden – Lernen und Trainieren – „Praxis reflektiert“ – „Spiel und Sport“, wird in diesem Buch versucht, die theoretischen Grundlagen und praktischen Probleme des Sportunterrichts anwendungsbezogen aufzuarbeiten und durch einige Aspekte, z. B. zur Beurteilung von Unterricht und zum Begriff des Sports, zu ergänzen.

DIN A5, 392 Seiten, ISBN 978-3-7780-3805-5

Bestell-Nr. 3806 Einzelpreis € 19.90



Ute Kern / Prof. Wolfgang Söll

Praxis und Methodik der Schulsportarten

3., überarbeitete Auflage 2005

Dieses Buch wurde in der Absicht geschrieben, für die Sportlehrer-ausbildung und -fortbildung einen Grundstock praktisch-methodischen Wissens bereitzustellen und in den wichtigsten theoretischen Bezügen einsichtig zu machen. Damit wird es, gegliedert in die Kapitel: Entwicklung körperlicher Fähigkeiten, Gerätturnen, Gymnastik/Tanz, Leichtathletik, Schwimmen und Sportspiel, für alle Sportlehrkräfte zu einem Nachschlagewerk für die – zumeist obligatorischen – Kernbereiche des Schulsports.

DIN A5, 296 Seiten, ISBN 978-3-7780-7553-1

Bestell-Nr. 7553 Einzelpreis € 18.–



Prof. Wolfgang Söll / Ute Kern

Alltagsprobleme des Sportunterrichts

2., überarbeitete Auflage 2005

Dieses Buch behandelt die alltäglichen, gelegentlich als belastend empfundene Probleme des Sportunterrichts, indem es zunächst einige Konfliktsituationen anspricht, sodann den Blick auf die Person des Lehrers richtet und sich schließlich dem Unterricht in seinen verschiedenen Aspekten zuwendet. Dabei werden die Rahmenbedingungen, die inhaltliche Gestaltung und die Beurteilung von Leistungen ebenso angesprochen wie die Diskussion um „Leistung“, „Erfolg“, „Spaß“ und „Erlebnis“.

DIN A5, 320 Seiten, ISBN 978-3-7780-3813-0

Bestell-Nr. 3813 Einzelpreis € 19.90

Gesamtpaket

ISBN 978-3-7780-6050-6, Bestell-Nr. 6050

Paketpreis € 49.90

Bestellschein auf Seite 16



DIN A5, 172 Seiten
ISBN 978-3-7780-0321-3
Bestell-Nr. 0321 € 16.90

Bettina Frommann

Wilde Spiele im Wasser

Über 100 kleine Spiele aus den Kategorien Fang-, Tauch- und Raufspiele sowie kooperative und konditionell-orientierte Spiele werden anhand eines Rasters, eines Fotos und der Spielidee mit zahlreichen Variationen vorgestellt. Eine Ideensammlung zum Thema Abenteuer, Risiko, Erlebnis in der Schwimmhalle rundet den Praxisteil ab. Das Buch wendet sich vor allem an Lehrkräfte der verschiedenen Schularten, an Übungsleiter in Vereinen und Verbänden sowie an Freizeit- und Sozialpädagogen in außerunterrichtlichen pädagogischen Arbeitsfeldern. Es ist zum unmittelbaren Einsatz in der Praxis geeignet.

Bestellschein Fax-Bestellschein

- | | | | |
|---------------------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------------|---------|
| <input type="checkbox"/> Sportunterricht – Sport unterrichten | € 19.90 | <input type="checkbox"/> PRAXISideen 19:
Basketball | € 16.80 |
| <input type="checkbox"/> Praxis und Methodik
der Schulsportarten | € 18.00 | <input type="checkbox"/> PRAXISideen 32:
Wilde Spiele im Wasser | € 16.90 |
| <input type="checkbox"/> Alltagsprobleme des Sportunterrichts | € 19.90 | | |
| <input type="checkbox"/> Gesamtpaket „Sportpädagogik“ | € 49.90 | | |

Versandkosten € 2.-; ab einem Bestellwert von € 20.- liefern wir versandkostenfrei.

Werbeantwort

An den
Hofmann-Verlag
Steinwasenstraße 6–8
73614 Schorndorf

Absender:

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Datum, Unterschrift

WKZ 7/201