

Frauenfußball-WM 2011 – Anregungen zur reflektierten Vermittlung des Fußballspiels

Helga Leineweber & Daniela Schultheiß

Angeregt durch die Frauen-WM 2011 in Deutschland, bei der die deutschen Damen leider bereits im Viertelfinale ausschieden, wird sicher in manchen Sportstunden der Wunsch nach Fußball aufkommen – besonders von den Mädchen geäußert. Unser Beitrag möchte daher, neben Gedanken zu den spezifischen Anforderungen an eine Mädchengerechte Vermittlung, im Unterricht erprobte inhaltliche Anregungen zur Gestaltung von Fußballstunden geben.

Frauenfußball boomt! Die Erfolge der deutschen Frauen-Nationalmannschaft (EM 2009 in Finnland und bei der WM 2007 in China) haben für wachsendes Interesse gesorgt. Laut DFB-Statistik 2010 stieg der Mitgliederanteil der Mädchen innerhalb von vier Jahren um fast 30% auf etwa 340.000.

Einen weiteren Grund, Fußball für Mädchen in der Schule aufzubereiten, liefern u.a. die Bildungs- und Lehrpläne der Länder, die Fußball als eines der anzubietenden Sportspiele im Mädchensport vorsehen.

Weitere wichtige Ziele, zu deren Verwirklichung der Inhaltsbereich Fußball beitragen kann:

- Die Entwicklung von sozialer Kompetenz und Selbstbewusstsein. Gerade das Erleben eines Fertigkeitstzuwachses in einem Bereich, in dem Mädchen häufig als vergleichsweise schwach eingeschätzt werden, kann ihr Zutrauen entscheidend stärken.
- Eine grundlegende Spielfähigkeit im Fußball kann wesentlich dazu beitragen, dass Mädchen – im Sinne eines lebenslangen Sporttreibens – auch außerhalb der Schule sportlich aktiv sind.

Es stellt sich also nicht die Frage **ob**, sondern **wie** die Schule Fußball für Mädchen angemessen in den Sportunterricht integrieren kann.

Eine grundlegende Voraussetzung für eine erfolgreiche Vermittlung sind attraktive Konzepte, die speziell

für den Mädchenfußball lange Zeit fehlten, nun aber zunehmend entwickelt werden (vgl. Literaturangaben). Den meisten Konzepten ist gemein, dass sie vor allem auf Vereinsfußball ausgerichtet sind und in der Schule nicht bzw. nicht in vollem Umfang umsetzbar sind, da die Leistungsheterogenität dort besonders hoch ist. Besonders beim Fußball liegen die Extreme bei Schülerinnen (und auch Schülern) recht weit auseinander.

Die Lehrkräfte haben dabei die schwierige Aufgabe, zu vermitteln...

- zwischen völlig unerfahrenen (Sportspiel-)Anfängerinnen mit eher geringer Motivation,
- (Fußball-)Anfängerinnen, die sportspielbegeistert sind und vielleicht auf verwandten Feldern schon Erfahrungen gesammelt haben,
- sowie geübten Fußballspielerinnen.

Besonderheiten des Mädchenfußballs und Folgerungen für die Praxis

Das Fußballspiel von Mädchen weist einige charakteristische Merkmale auf:

AUS DEM INHALT:

Helga Leineweber & Daniela Schultheiß

Frauenfußball-WM 2011 – Anregungen zur reflektierten Vermittlung des Fußballspiels

1

Hugo Scherer

Von Seitenlinie zu Seitenlinie – Wettbewerbe jeder gegen jeden mit jeweils einer Frisbee-Scheibe

7

- Als spielerisch akzentuierter Kombinationsfußball ist es vor allem wenig aggressiv und lässt seltener kraftintensive Zweikämpfe entstehen.
- Weite Flankenbälle aus dem Spiel heraus sind vor allem in unteren Klassen und in der Schule bzw. im Hallenfußball selten. Stattdessen läuft das Spiel häufiger über flache Kurzpässe.
- Das technikbetonte Spiel auf relativ engem Raum ist ein weiteres Hauptmerkmal des Mädchen- und Frauenfußballs, das auch dessen Attraktivität ausmacht. Unser **Ziel** muss sein, Spielfähigkeit auf mittlerem Niveau anzubahnen. Darunter verstehen wir die Fähigkeit, in der Freizeit ein Fußballspiel selbständig erfolgreich durchführen zu können (hinsichtlich der spielerischen Gestaltung und notwendigen Organisation).
- Am Anfang sollte das Zusammenspiel, also die Verbesserung des Kombinationsspiels, im Vordergrund stehen, um ein motivierendes Spielerlebnis zu ermöglichen.

Tabelle 1:
Spielveränderungen
und didaktisch-
methodische Intention

- Vor allem zu Beginn jeder Einheit sollte der Umgang mit dem Ball, besonders die Ballkontrolle und das Ballführen, spielerisch geschult werden.

Wir haben **Inhalte** ausgewählt, die helfen, Spielfähigkeit möglichst schnell und spielerisch zu erlangen. Grundtechniken und basale taktische Verhaltensmuster, die unmittelbare Voraussetzungen für das Erlernen des Kombinationsspiels darstellen, stehen dabei im Vordergrund. Um das Zustandekommen eines Spiels überhaupt zu ermöglichen, wird zunächst der Umgang mit dem Ball auf vielfältige Weise geschult – z. B. durch Aufgaben, die gemeinsam mit einer Partnerin oder in der Kleingruppe zu lösen sind, um auch hier schon ein „Auge für die Mitspielerin“ zu entwickeln:

- hierzu gehören das Passen und Annehmen,
- das Freilaufen und Anbieten in Verbindung mit dem Ausnutzen der Spielfeldbreite und -tiefe.

Bereich der Veränderung	Mögliche Veränderung	Intendierte Erleichterung/Wirkung
Spielfeld	Größeres Spielfeld	<ul style="list-style-type: none"> • Technik: Reduktion des Gegnerdrucks
	Spiel mit flacher Bande	<ul style="list-style-type: none"> • Technik: Schulung des Innenseitstoßes • Spielfluss: Ball rollt nicht ins Aus • Überzahl (s. unten)
	Spiel mit Zonen	<ul style="list-style-type: none"> • Taktik: Feld- und Aufgabenaufteilung • Technik: Reduktion des Zeitdrucks v.a. wenn Spielerin in Zone „immun“ ist
	Große Tore (Matten, Handballtore)	<ul style="list-style-type: none"> • Motivation, schneller Torerfolg • Anwendung des Torschusses
	Kleine Tore (Kleinkästen, Kastenoberteile [Lederoberfläche als Trefffläche] Langbank, Kegel)	<ul style="list-style-type: none"> • Zusammenspiel: Notwendigkeit, Torchancen herauszuspielen • Techniks Schulung: Schulung des Innenseitstoßes • Taktik: bei mehreren Toren Entzerrung/bessere Raumaufteilung
Anzahl der Spielerinnen	Kleine Teams	<ul style="list-style-type: none"> • Technik: Schulung durch Erhöhung der Zahl der Ballkontakte; Anspruch an Technik geringer • Taktik: Spiel weniger komplex
	Überzahlspiele	<ul style="list-style-type: none"> • Technik: Erhöhung der Ballkontakte im Angriff; Reduktion des Zeitdrucks • Taktik: Spiel weniger komplex; Erleichterung taktischer Maßnahmen durch Technikerleichterung; bessere Raumaufteilung
Spielregeln	Spiel auf ein Tor	<ul style="list-style-type: none"> • Taktik: Reduktion d. Spiels auf typische Abschnitte (Abwehr und Angriff)
	Spiel mit begrenzten Ballkontakten (i. d. R. 3-4)	<ul style="list-style-type: none"> • Taktik: Förderung des Zusammenspiels • Technik: Innenseitstoß
Spielgerät	Zeitlupenbälle, Futsal-Bälle u.a.	<ul style="list-style-type: none"> • Technik: erleichterte Ausführung • Geringere Angst vor dem Ball
	Unförmige Bälle (Rugby; Reflexball; „off-centered balls“)	<ul style="list-style-type: none"> • Zufallsprinzip: Umstellungsfähigkeit gefordert • ungewohnte Bedingungen für alle • Auflösung der gewohnten Einteilung in gute/schlechte Spieler

- Der Innenseitstoß wird als Voraussetzung für zielgenaues Passen sehr intensiv behandelt;
- auch das Dribbling, d.h. das Führen des Balles mit dem Fuß (besser: mit beiden Füßen) als bestes Mittel, Sicherheit im Umgang mit dem Ball zu erlangen, wird verstärkt geschult.

Der Innenseitstoß und die Kontrolle des rollenden Balles sind Grundvoraussetzungen für das angestrebte Kombinationsspiel. Das gemeinsame Spielerlebnis ist die Grundidee des Konzepts.

Die angegebenen Variationsmöglichkeiten zeigen Wege auf, wie soziale Komponenten oder aber der Wettkampfcharakter ins Zentrum gerückt werden können. Diese spielvorbereitenden und -ergänzenden Übungs- und Spielformen ermöglichen eine hohe Zahl an Ballkontakten in zunächst einfachen und dann komplexer werdenden Situationen.

Das Schaubild liefert in Anlehnung an Emrich (1998) und Kuhlmann (1998) eine Übersicht, welche **methodischen Maßnahmen** ergriffen werden können, um Situationen zu schaffen, in denen regelgerechtes Spielen unter vereinfachten Bedingungen und spezifischen Zielsetzungen umgesetzt werden kann (siehe Tabelle 1). Einige dieser möglichen Veränderungsmaßnahmen werden in den praktischen Vorschlägen aufgegriffen. Bei den Übungs- und Spielformen zu sämtlichen technischen und taktischen Bereichen kann man eine Besonderheit des Mädchensports ausnutzen: die „Freude am Miteinander“ (Klupsch-Sahlmann/Rick 1986, 35).

Durch gemeinsam zu lösende Aufgaben, bei denen nicht so sehr die individuelle Leistung und das Konkurrenzdenken im Vordergrund stehen, lassen sich spielerische Übungssituationen schaffen, in denen Neues und Schwieriges in Ruhe erprobt werden kann.

Vorschläge für die Unterrichtspraxis

Unsere Vorschläge beziehen sich auf die mehrstündige Durchführung einer Fußball-Einheit mit Mädchen der Klassenstufen 6 bis 9, sie können aber – in Abhängigkeit von Erfahrung und Spielvermögen – so oder mit entsprechenden Abwandlungen auch in anderen Jahrgangsstufen (und in gemischten Klassen) umgesetzt werden.

Anregungen zur themenorientierten Erwärmung, zur Ballgewöhnung und zum Dribbling

Klimazonendribbling

Das Spielfeld ist in drei Zonen eingeteilt, wobei die Mittelzone größer als die Randzonen ist. Die Schülerinnen (S.) führen den Ball am Fuß.

- Tropen: Der Ball „klebt“ eng am Fuß, viele Ballberührungen.
- Wüstenklima: Tempodribbling – den Raum schnell überwinden, weil sonst die Fußsohlen „verbrennen“.
- Polares Klima: Der Ball wird mit beiden Füßen möglichst variabel gedribbelt (Innen-/Außenseite, Fußsohle). Werden Bereiche des Fußes nicht genutzt, drohen sie zu erfrieren.

Die Mittelzone soll wiederholt mit Tempo überbrückt werden. Wichtig ist, den Ball jederzeit kontrollieren bzw. stoppen zu können. Um Zusammenstöße zu vermeiden ist es nötig, immer wieder den Blick vom Ball zu lösen und sich zu orientieren.

Variationsmöglichkeiten

- Die Spielerinnen wählen frei, in welcher Zone sie dribbeln.
- Die Lehrkraft gibt durch Zuruf/Zeichen (z. B. farbige Bänder) die Zone vor (kleinere Gruppen bilden bzw. Aufteilung auf zwei Hallendrittel).

Großbaustelle

Vier Gruppen verteilen sich auf abgesteckte Felder in den Spielfeldecken (der Großbaustelle) und dribbeln dort mit ihren Bällen durcheinander (vgl. Abb. 1 auf der folgenden Seite). Führen die S. unterschiedliche Bälle, können diese auf Signal auch innerhalb der eigenen Gruppe getauscht werden. Wer behält beim unübersichtlichen Treiben auf der Großbaustelle den Überblick und kann sich sicher und zügig mit seinem Werkzeug (dem Ball) bewegen?

Die Dribbelart kann entweder angesagt werden oder sie bleibt den S. überlassen:

- Innenseite, Außenseite, Sohle oder Spann;
- mit dem rechten oder linken Fuß;
- in verschiedene Richtungen: vorwärts, seitwärts, in Kurven oder rückwärts.

Ein Bauleiter (Lehrkraft) steht in der Spielfeldmitte erhöht auf einem kleinen Kasten und regelt das Treiben auf der Großbaustelle:

- „Baustellenwechsel“: Sobald der Bauleiter pfeift und auf zwei Gruppen zeigt, müssen diese ohne Ball die Felder tauschen und an einem anderen Bereich der Baustelle „weiterarbeiten“ – d. h. dort weiter dribbeln.
- „Materialtransport“: Dribbeln im Uhrzeigersinn bis ins nächste Feld.
- „Begehung der Baustelle“: Dribbeln durch alle Felder, bis jede Mannschaft wieder an ihrem Platz ist.
- „Chaos auf der Baustelle“: Alle Mannschaften wechseln gleichzeitig ins diagonal gegenüberliegende Spielfeld.
- Beim „Bauleiterbesuch“ dribbeln alle Gruppen einmal um den Bauleiter.



Helga Leineweber

ist Studienrätin i.H. am Institut für Schulsport und Schulentwicklung an der Deutschen Sporthochschule Köln.

DSHS Köln
Institut für Schulsport und Schulentwicklung
Am Sportpark
Müngersdorf 6
50933 Köln
E-Mail: h.leineweber@dshs-koeln.de

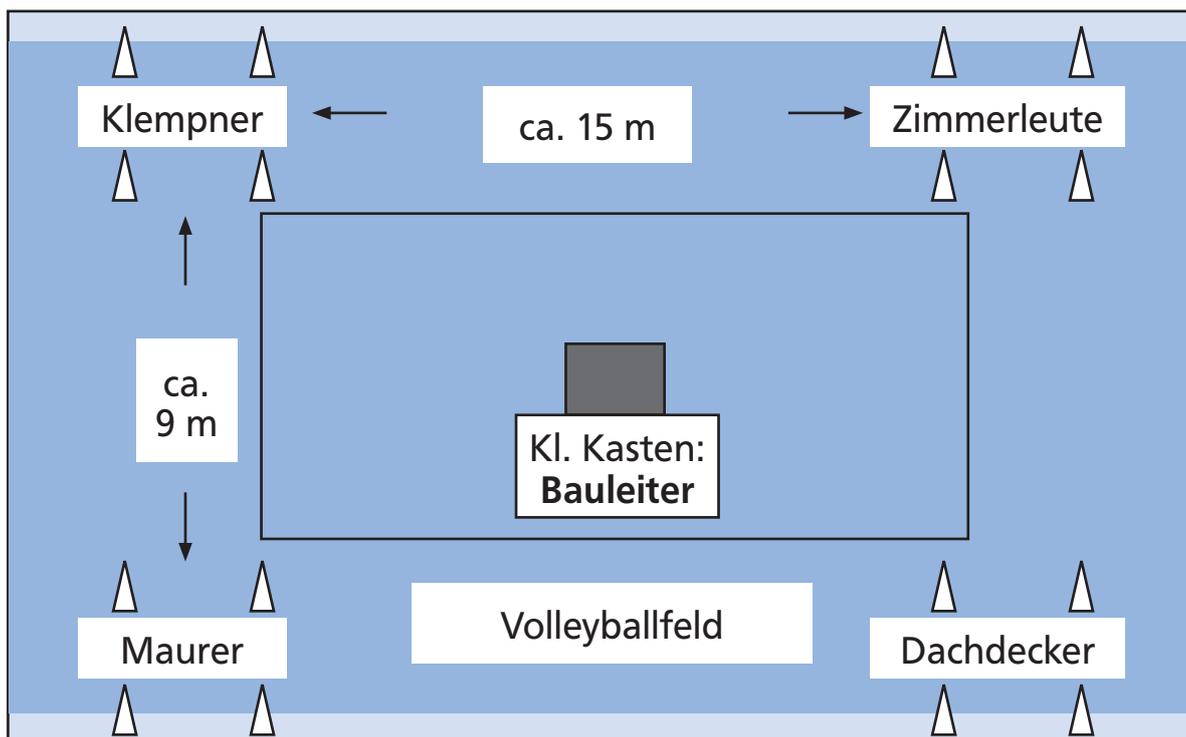


Daniela Schultheiß

ist Studienrätin am Ludwig-Uhland-Gymnasium in Kirchheim unter Teck.

Ludwig-Uhland-Gymnasium
Hahnweidstr. 34
73230 Kirchheim
unter Teck

Abbildung 1:
Hallenaufteilung auf
der „Großbaustelle“



Variationsmöglichkeiten (Bauleiter)

- Es werden nur noch optische Signale zum Feldwechsel gegeben:
 - Handzeichen,
 - Baustellenschilder/Schilder einzelner Berufsgruppen werden hochgehalten.
- Wettkampf: Das schnellste Team in jedem Durchgang erhält einen Bonuspunkt.
- Hilfsarbeiter (= Störspieler) können eingesetzt werden und sind zunächst passive, dann immer aktiver eingreifende Hindernisse.

Räuberball

Alle führen in einem abgesteckten Feld einen Ball. Drei bis vier Räuber werden ins Feld geschickt und versuchen, einen Ball zu erobern und ihn aus dem Feld zu spielen. Wer den Ball verliert, wird Räuber. Wer schafft es am längsten, in Ballbesitz zu bleiben?

Variationsmöglichkeiten

- Der Ball muss aus dem Feld gedribbelt werden.
- Rollentausch: Wer einen Ball ergattert hat, darf ihn weiter führen.

Spiele und Übungen zur Schulung von Passen, Annehmen und Schießen

Haltet das Feld frei

Entlang der Hallenmitte ist ein Baustellenband in niedriger Höhe gespannt. Ziel ist es, per Innenseitstoß möglichst alle Bälle unter dem Baustellenband zur Mannschaft auf der anderen Seite zu spielen und keine Bälle

auf der eigenen Seite zu haben. Welche Mannschaft hat nach zwei Minuten weniger Bälle auf ihrer Seite?



Variationsmöglichkeit

- Extrapunkte für die Mannschaft gibt es, wenn der Ball, unter dem Band hindurch gespielt, direkt an die gegnerische Rückwand trifft (die S. zählen ihre Extrapunkte selbst).

Bananenkartons treiben

Statt des Baustellenbandes werden Bananenkartons entlang der Hallenmitte aufgestellt. Mit genauen und kräftigen Innenseitstößen sollen die Kartons in die gegnerische Hälfte getrieben werden. Welches Team hat nach z.B. zwei Minuten die wenigsten Kisten auf seiner Seite?

Partner-Passen:

Ball unter (über) dem Baustellenband

Diese Übung eignet sich gut im Anschluss an „Haltet das Feld frei“ (s.o.). Die Klasse wird in zwei Gruppen aufgeteilt, die sich zu beiden Seiten eines gespannten Baustellenbandes aufstellen. Jeweils zwei gegenüber-

Abbildung 2:
„Haltet das Feld frei“ –
Spielbesprechung

stehende S. spielen sich den Ball flach unter dem Band zu.

Variationsmöglichkeiten

- Zwei S. halten das Band straff gespannt, setzen sich langsam in Bewegung und zwingen so die Spielerinnen, permanent ihre Position zu verändern.
- Die Partnerinnen versuchen, sich die Bälle direkt zuzuspielen.
- Zur Abwechslung: Ball über die Schnur (mit variabler Höhe) jonglieren – nur bei Fortgeschrittenen.

Passen im Quadrat

An den vier Ecken eines Quadrates stehen je ein bis zwei S. Der Ball wird im oder gegen den Uhrzeigersinn gepasst, wobei die passende Spielerin ihrem Ball mit Tempo nachläuft (immer dort beginnen, wo 2 oder mehr S. stehen!).

Variationsmöglichkeiten

- Der ankommende Ball wird direkt weitergespielt.
- Die passende Spielerin läuft nicht ihrem Ball nach, sondern läuft entlang der anderen Seite des Quadrates zur nächsten Ecke (im Sinne des Freilaufens!).

Passen zu zweit im Säulenschwungel

Die Paare setzen sich in Bewegung und dribbeln durch die Halle, in der mehrere Bananenkartontore/Hütchentore verteilt sind. Aufgabe ist es, der Partnerin den Ball mit einem gezielten Innenseitstoß durch ein Bananenkarton-Tor so zuzuspielen, dass diese ihn annehmen kann. Der folgende Pass muss durch ein anderes Tor gespielt werden.

Variationsmöglichkeiten

- Wettkampf: Welches Paar erzielt innerhalb von zwei Minuten die meisten Pässe durch die Tore?
- Hochkant aufgestellte Kartons: Ziel ist es, mit der Partnerin möglichst viele Kartons in bestimmter Zeit umzuschießen.
- Wie lange braucht die ganze Klasse, um alle Kartons umzuschießen?

Kombinationsstaffel

In der Mitte des Feldes liegt ein Reifen mit je einem Ball pro Team. Die Teams sitzen jeweils hinter einer Langbank am Rande des Feldes, die Oberfläche der Bank zeigt zum Reifen. (Bei drei Teams: Dreiecksform, bei vier Teams: Viereck.)

Auf ein Signal läuft die Startläuferin eines jeden Teams zum Reifen, holt sich den Ball, führt ihn in Richtung der eigenen Bank, passt ihn gegen die Bank, nimmt den zurückprallenden Balles an und führt ihn wieder so in den Reifen dass er dort liegen bleibt. Sie springt über ihre Bank und setzt sich zum Team, die nächste Spielerin rennt los ...

Welches Team schafft den schnellsten Durchgang?

Variationsmöglichkeiten

- Beim zweiten Durchgang muss an eine „fremde“ und an die eigene Bank gepasst werden, bevor der Ball zurück in die Mitte geführt wird.
- Dies wird gesteigert, bis alle Langbänke einbezogen werden.

Spielformen zur Schulung grundlegender taktischer Verhaltensweisen (Anbieten, Freilaufen, Raumaufteilung) und zum freudvollen Ausklang

Spiel 3:1 auf ein Dreieckstor (3:3)

Drei S. passen sich den Ball zu und versuchen, den Ball aus kurzer Distanz ins Tor zu schießen, das aus drei im Dreieck aufgestellten Hütchen besteht. Eine Spielerin der anderen Mannschaft versucht, jeweils die gefährdete Seite des Tores abzuschirmen. Sie darf sich nur außen um das Dreieckstor bewegen. Treffer sind von allen Seiten möglich. Bei Tor oder Balleroberung wird die Verteidigerin ausgewechselt. Welche Mannschaft erzielt innerhalb der vorgegebenen Zeit die meisten Tore?

Die Wechslerinnen der verteidigenden Mannschaft versuchen den Ball auf dem Spann zu balancieren oder zu jonglieren, während sie auf den Einsatz in der Verteidigung warten.

Variationsmöglichkeiten

- In der Mitte der Hütchen kann ein Bananenkarton aufgestellt werden – Extrapunkt bei einem Treffer.
- Spiel auf ein Viereckstor mit zwei Verteidigerinnen und drei Angreiferinnen (schult das Verschieben zur Ballseite – Absprache in der Verteidigung).

Zonenfußball – Überzahlspiel bei Ballbesitz

Spiel 2:2+2 auf zwei kleine Tore. In den beiden Außen-sektoren entlang des Spielfeldes bewegt sich je eine Spielerin, die immer zur ballbesitzenden Mannschaft gehört. Sie darf nicht angegriffen werden, darf aber auch nicht dribbeln (max. drei Ballkontakte). Die Mitspielerinnen müssen ihr also immer schnell Anspielmöglichkeiten bieten.

Variationsmöglichkeit

- Erhöhung der Anzahl der S. (in der Halle: bis zu 4:4+2 plus Torhüterinnen).

Zwillingsfußball

Die Spielerinnen jeder Mannschaft fassen sich zu zweit an den Händen und laufen und spielen gemeinsam.

Variationsmöglichkeiten

- Spiel auf gekippte Langbänke oder auf Kästen. Dies bietet sich gerade bei kleinen Lerngruppen an.
- Spiel auf Endzonen, in denen der Ball von einem Pärchen der eigenen Mannschaft angenommen werden muss.
- Alle Pärchen einer Mannschaft müssen den Ball vor einem Torschuss berührt haben.

Anm.: Bestehen Hemmungen, sich an den Händen zu fassen, können die Paare gemeinsam einen Tennisring halten.

Matschball

Zwei Mannschaften spielen gegeneinander mit dem Ziel, den Ball ins gegnerische Tor zu befördern. Die S. werfen (Handball) sich den Ball zu – sobald er den Boden berührt, muss er mit dem Fuß (Fußball) weitergespielt werden. Eine Möglichkeit, den Ball wieder werfen zu dürfen, gibt es nur, wenn er „gelupft“ wird, d. h. von einer Spielerin mit dem Fuß ohne Bodenkontakt direkt zur Mitspielerin befördert wird.

Variationsmöglichkeit

- Es wird mit Endzonen gespielt, in denen der Ball mit dem Fuß kontrolliert werden muss.

Handball-Kopfball

Zwei Teams spielen gegeneinander und versuchen Tore zu erzielen, was allerdings nur per Kopf erlaubt ist. Der Ball wird per Hand gespielt, mit dem Ball zu laufen ist verboten.

Variationsmöglichkeiten

- Ggf. können weichere Bälle eingesetzt werden, um Ängste abzubauen.
- Die angreifende Mannschaft muss komplett über die Mittellinie aufgerückt sein, damit ein Torerfolg zählt.

- Statt auf ein Tor wird auf Türme von Bananenkartons gespielt, die per druckvollem Kopfball umgestürzt werden müssen.

Anm.: Dieses Spiel bietet sich auch zu Stundenbeginn als Einführung zum Kopfballsport an.

Unser Anliegen ist es, Formen aufzuzeigen, die unter „normalen“ Bedingungen zur Anwendung kommen können: Sämtliche Übungen können in einem Hallendrittel bzw. einer Einfachhalle durchgeführt werden. Im überwiegenden Teil der bislang vorliegenden Literatur werden Vorschläge für die Unterrichtsgestaltung vorzugsweise auf dem Rasenplatz gemacht. Die hier aufgeführten Übungs- und Spielformen tragen den beschränkten Platzverhältnissen und dem glatten Boden in der Halle Rechnung. Meist können sie mit geringen Abwandlungen auch für Stunden im Freien verwendet werden.

Literatur

- Bischops, K. & Gerards, H.-W. (2000). *Trainingsbuch Mädchenfußball*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Deutscher Fußball-Bund (2010). *Mitglieder-Statistik*. Online im Internet unter: <http://www.dfb.de/index.php?id=11015> (Zugriff am 4.2.2011, 17:20 Uhr).
- Emrich, A. (1998). *Spielend Handball lernen in Schule und Verein*. Wiesbaden: Limpert.
- Klupsch-Sahlmann, R. & Rick, B. (1986). „Mit denen macht's doch keinen Spaß“. In: *Sportpädagogik* (10), 5, 35-37.
- Kuhlmann, D. (1998). Wie führt man Spiele ein? In Bielefelder Sportpädagogen (Hrsg.), *Methoden im Sportunterricht: Ein Lehrbuch in 14 Lektionen* (135-147). Schorndorf: Hofmann.
- Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg (Hrsg.), (2004). *Bildungsplan für das Gymnasium*. Ditzingen: Philipp Reclam jun.
- Peter, K., Voss-Tecklenburg, M. & Wiegmann, B. (2010). *Handbuch Mädchenfußball*. Aachen: Meyer & Meyer.

Fairness im Sport

Wolfgang Schäuble (ehemaliger Innenminister und damit für den Sport zuständig) in einer Rede:

Und die großen Helden waren diejenigen, die gesagt haben: „Nein, Herr Schiedsrichter, das war kein Tor.“ Das waren die Ausnahmen, aber es waren die Vorbilder, die uns entgegen gehalten wurden.

„... ich habe auch die Geschichte erzählt, dass ich selber einmal in der Umkleidekabine erlebt habe – als ich meinem in der E-Jugend spielenden Sohn die Schuhe noch schnüren musste –, wie der Trainer gesagt hat: „Und wenn euch einer im Strafraum berührt, dann lasst ihr euch fallen.“ Darauf habe ich erwidert: „ Und wenn ich das noch einmal höre, dann spielt jedenfalls mein Sohn nicht mehr unter ihrer Übungsleitung – denn das kann ja wohl nicht wahr sein!“ ...

... Das Streben nach Leistung ist dem Sport immanent. Deshalb hat er auch noch eine große, notwendige Vorbildwirkung für unsere Gesellschaft. Aber wenn das Maß verloren geht und nur noch der Erfolg wichtig ist – und dieser Erfolg alle Mittel heiligt, dann verliert der Sport das, was er eigentlich für uns Menschen leisten soll. Deswegen gehören Sport und Werte und Ethik im Sport notwendig zusammen.

Aus: www.vorbildsein.de/cms/docs/doc4863.pdf

Von Seitenlinie zu Seitenlinie – Wettbewerbe jeder gegen jeden mit jeweils einer Frisbee-Scheibe

Hugo Scherer

Frisbee-Scheiben werden zumeist nur als nicht immer berechenbare „Flugobjekte“ benutzt. Diese können aber bei ein wenig Einfallsreichtum und Experimentierfreude nicht nur im Grundschulsport sehr vielseitig und variabel genutzt und mit vielen Klein- und Großgeräten und den unterschiedlichsten Alltagsmaterialien kombiniert werden. Erstaunliche und kreative Vorschläge diesbezüglich erhält man von Grundschulern, wenn man ihnen nur die Gelegenheit zum Experimentieren gibt.

Die Wettbewerbe mit jeweils einer Frisbee-Scheibe beinhalten eine Grundform und 17 Varianten und können bei ein wenig Kreativität beliebig erweitert werden (z. B. halten die Spieler in *jeder* Hand eine Frisbee-Scheibe!).

Hugo Scherer
ist Fachlehrer für Sport
und Werken, seine sportl.
Schwerpunkte sind Fußball,
Handball und Leichtathletik.
Hugo.Scherer@t-online.de

Lernziele

Antrittsschnelligkeit, aus einem hohen Tempo heraus weich abbremsen, nach einer halben Drehung wieder maximal beschleunigen, Reaktionsschnelligkeit, Orientierungs-, Konzentrations- und Rhythmusfähigkeit, einen kleinen Gegenstand in der Vorwärtsbewegung mit einer Hand vor-hoch werfen und diesen mit der gleichen Hand sicher fangen u.a.

Geräte und Organisation

4 Hütchen zur Spielfeldmarkierung und pro Spieler 1 Frisbee-Scheibe.

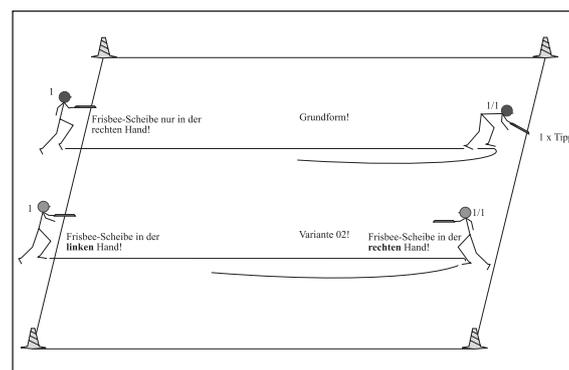
Mit den Hütchen wird ein Rechteck (z. B. das Basketballfeld!) markiert. Die Spieler stehen mit jeweils einer Frisbee-Scheibe in einer Hand nebeneinander (ein Meter Abstand genügt) hinter einer der beiden Seitenlinien. Diese ist die Start- und Ziellinie, die gegenüberliegende Seitenlinie die Umkehrlinie.

Die Grundform

Auf ein Zeichen starten die Spieler zur Umkehrlinie, tippen mit ihrer Frisbee-Scheibe auf diese, führen eine halbe Drehung durch und laufen dann zurück zur Ziellinie. Handwechsel nach jedem Durchgang. Die Aufgabe ist gelöst, wenn am Ende des Spieldurchganges

die Spieler wieder hinter ihrer Start- und Ziellinie mit Blick zur Umkehrlinie stehen.

Welcher Spieler kann diese Aufgabe richtig und am schnellsten lösen?



Varianten

- Die Spieler tragen ihre Frisbee-Scheibe so in einer Hand, dass diese stets den Boden (rechts, links, vor dem Körper...) berührt. „Disqualifikation“, wenn die Scheibe gehoben wird.
- Die Spieler wechseln auf dem Rückweg die Trage-Hand.
- Die Spieler wechseln auf dem Hin- und Rückweg jeweils zweimal die Trage-Hand.

- Die Spieler tragen ihre senkrecht gehaltene Frisbee-Scheibe in einer Hand – als Trommel - und schlagen im Laufen mit der anderen Handfläche auf diese („Musik machen!“).
- Die Spieler tragen ihre waagrecht gehaltene Frisbee-Scheibe in einer Hand und schlagen mit der Faust der anderen Hand auf diese („Musik machen“).
- Die Spieler halten ihre Frisbee-Scheibe waagrecht oder senkrecht auf dem Kopf – mit einer Hand; mit beiden Händen.
- Die Spieler lassen auf dem Hin- und Rückweg jeweils einmal die Frisbee-Scheibe mit den Händen um die Hüften kreisen (Drehrichtung wechseln nach jedem Durchgang).
- Die Spieler werfen auf dem Hin- und Rückweg jeweils einmal die senkrechte gestellte Frisbee-Scheibe mit einer Hand kurz vor-hoch und fangen diese mit der gleichen Hand wieder auf.
- Die Spieler werfen auf dem Hin- und Rückweg jeweils einmal die waagrecht gehaltene Frisbee-Scheibe beidhändig kurz vor-hoch (wenige Zentimeter genügen) und fangen diese ebenso.
- Die Spieler führen unmittelbar vor jedem kurzen Vor-Hochwurf eine schnelle ganze Drehung durch (Wurfschulter und Drehrichtung bei jedem Durchgang wechseln).
- Die Spieler halten ihre Frisbee-Scheibe vor dem Körper beidhändig wie ein „Lenkrad“ und bewegen dieses wie ein Autofahrer von rechts nach links und von links nach rechts.
- Die Spieler laufen beim „Lenken“ in Schlangenlinien (Slalomlauf!) durch die Bahn.
- Die Frisbee-Scheibe liegt vor den Füßen. Auf ein Zeichen spielen sie sich ihre Frisbee-Scheibe auf dem Hin- und Rückweg jeweils fünfmal direkt mit dem Fuß vor und starten immer hinterher. Auf der Umkehrlinie stoppen sie ihre Frisbee-Scheibe weich mit der Fußsohle ab, „ziehen“ diese kurz nach hinten, führen eine halbe Drehung durch und starten in gleicher Weise zurück zur Startlinie.
- Die Spieler laufen mit seitlichen Nachstellschritten (Arme mit der Scheibe in Hochhalte) zur Umkehrlinie und wieder zurück.
- Die Spieler tragen ihre waagrechte Frisbee-Scheibe beidhändig mit hoch erhobenen Armen.
- Die Spieler übergeben auf dem Hin- und Rückweg ihre Frisbee-Scheibe jeweils 6-mal vor dem Körper von einer Hand in die andere.

Literatur

Scherer, H. (2010). *Der neue Grundschulsport. Bd 2. Spiele, Übungen und Wettkämpfe mit Klein- und Großgeräten*. Augsburg: Brigg Verlag

Aufgeschnappt

Nie werde ich meine innere Dankbarkeit gegenüber meinem Turnlehrer Ernst Schöning aufgeben, für das, was er uns jungen Leuten an menschlichem Vorbild gegeben hat. Er hat uns in nichts anderem unterrichtet, als wie man miteinander Handball spielt, wie man miteinander Faustball spielt, wie man seinen eigenen Körper beherrschen lernt im Gerätturnen. Von ihm ist der stärkste pädagogische Einfluss ausgegangen auf uns junge Menschen.

Zitiert nach Sibylle Krause-Burger: Helmut Schmidt – aus der Nähe gesehen

LEHRHILFEN für den sportunterricht

Verlag: Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG, Postfach 1360, D-73603 Schorndorf, Telefon (07181) 402-0, Telefax (07181) 402-111

Redaktion:

Heinz Lang
Neckarsulmer Str. 5, 71717 Beilstein
E-Mail: H-W.Lang@t-online.de

Erscheinungsweise:

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

Druck:

Druckerei Djuric
Steinwasenstraße 6–8, 73614 Schorndorf

International Standard Serial Number:

ISSN 0342-2461

Bezugspreis:

Im Jahresabonnement € 22.20 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.