

„Früh Übt Sich“ – wer spielen lernen will (Teil 3)

Sabine Hafner & Martino Carbotti

Die Suche nach attraktiven Inhaltsbereichen und nach geeigneten Spielwettbewerben, die sich didaktisch in einen systematischen Spielkompetenzerwerb einbetten lassen, war getragen von regionalen Alltagspraktiken. Beliebte freizeitsportliche Betätigungen der Mädchen und Jungen im Hockeysport finden im „Poolnudelspiel“ Berücksichtigung.

Wurde bislang der Ball mit der Hand oder dem Fuß fortbewegt, zum Partner oder in ein Ziel gebracht, bedienen wir uns jetzt einfacher Geräte. Durch gedrittelte „Poolnudeln“ als „Hockeyschläger“ und Softtennisbälle reduzieren wir den Schwierigkeitsgrad und minimieren das Verletzungsrisiko. Das für viele Kinder unbekannte Spielwerkzeug soll Neugierde wecken und die Spieldynamik erhöhen.

Wettkampfspiele zu „Ball schlagen“: Technische Spiele und Zielspiel

Schlagen: „Poolnudelschlacht“ (Abb. 2 auf S. 2)

Spielefeld

- Gesamte Schulturnhalle = Hallendrittel.
- Feld ist durch eine Mittellinie in zwei Hälften geteilt.
- In jeder Hallenhälfte befindet sich eine gleichgroße und -starke Mannschaft.

Material

- Acht Hütchen stehen in etwa gleichen Abständen auf der Mittellinie.
- Pro Kind ein Softtennisball und eine Poolnudel.

Spielbeschreibung

- Der Ball darf von beiden Teams nur mit der Poolnudel geschlagen werden.
- Nach dem Startsignal versuchen beide Mannschaften alle Bälle, die sich in ihrer Hälfte befinden, ins gegnerische Feld zu schlagen.

Spielidee	Technische Spielziele	Spielname	Zielspiel
Ball kicken (siehe Lehrhilfen 2/2012)	dribbeln schießen passen kontrollieren	Führ den Ball ins Ziel Räumt das Feld leer Passen-Passen-Passen Ballverteidigung	Wandfußball
Ball werfen (siehe Lehrhilfen 3/2012)	werfen passen prellen fangen	Team-Jägerball Zonenball Klau den Ball Ball über die Schnur	Dosenball
Ball schlagen	schlagen kontrollieren dribbeln passen	Poolnudel-Schlacht Schlag den Ball raus Bring den Ball ins Ziel Kreishockey	Poolnudelball
Ball tragen	fintieren fangen passen ablegen	Fang den Fuchs Fangkreisel Passt so oft ihr könnt Inselball	Mattenball

- Gelingt es, dabei ein Hütchen ins gegnerische Feld zu verrücken, wird ein zusätzlicher Punkt angerechnet.

Abb.1: Wegweiser zu den Spielen im „Früh-Übt-Sich-Projekt“.

AUS DEM INHALT:

Sabine Hafner & Martino Carbotti „Früh Übt Sich“ – wer spielen lernen will (Teil 3)	1
Rolf Kretschmann & Nadine Arnold Bilingualer Unterricht im Sport – Ballsportarten auf Englisch	5
Rüdiger Geis In Klasse 4/5 mit drei Schritten zum „Sportspiel Handball“	9
Winfried Zurkuhlen Team-Frisbee	11
Yvonne Bechheim Trainingshilfen bringen Abwechslung in den Sportunterricht	13

Abb. 2 (oben): „Poolnudel-schlacht“

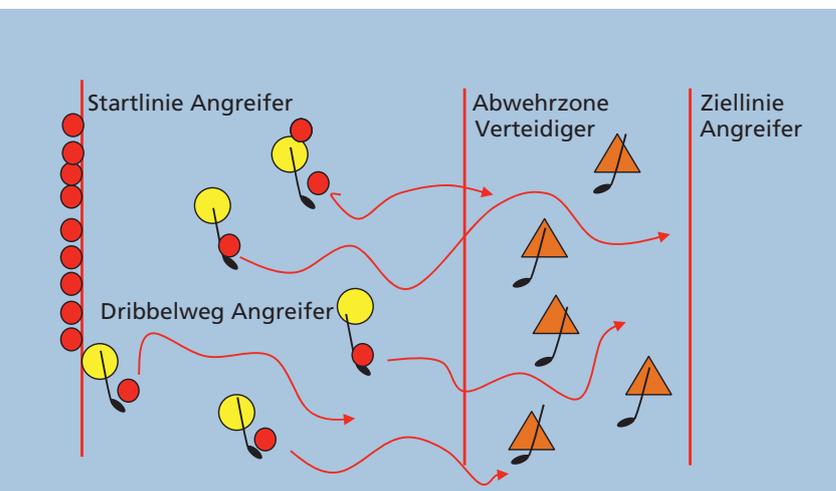
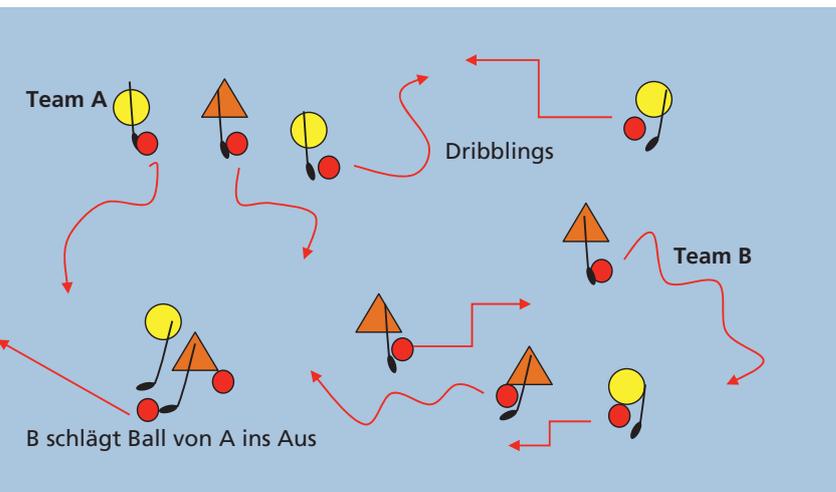
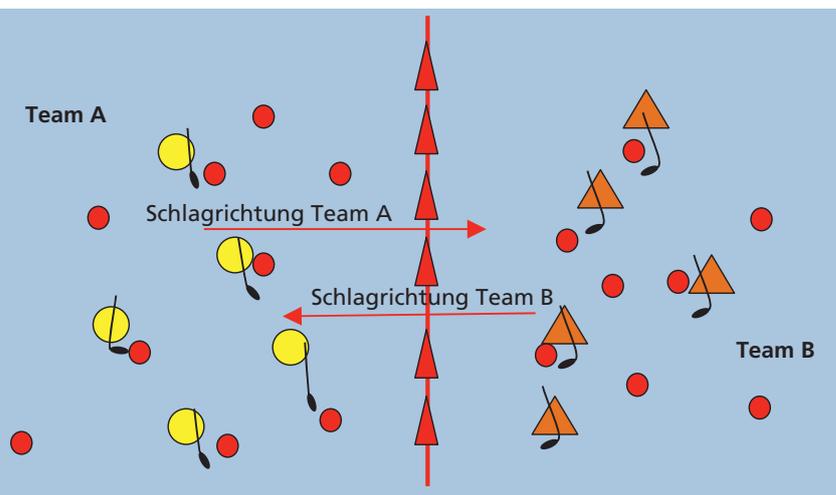
Abb. 3 (Mitte): „Schlag den Ball raus“

Abb. 4 (unten): „Bring den Ball ins Ziel“

- Nach Ablauf einer vorgegebenen Zeit (3 Minuten) gewinnt die Mannschaft, die weniger Bälle und Hütchen in ihrem Feld zählt.

Lerneffekt

- Schulung des Schlagens eines ruhenden und bewegten Balles.



Kontrollieren: „Schlag den Ball raus!“ (Abb. 3)

Spielfeld

- Spielfeld ist ein mit Hütchen abgegrenztes Viereck (Kleinfeld).

Material

- Parteibänder und vier Hütchen.
- Pro Kind ein Softtennisball und eine Poolnudel.

Spielbeschreibung

- Beide Mannschaften befinden sich im Kleinspielfeld.
- Jeder Spieler führt mit der Poolnudel einen Ball.
- Jeder Spieler hat 4 Parteibänder umgehängt.
- Die Spieler versuchen ihren Ball mit dem Schläger zu schützen und gleichzeitig die Bälle der anderen Spieler aus dem Feld zu schlagen.
- Wurde der eigene Ball aus dem Feld geschlagen, muss der Ball zurückgeholt und ein Band abgeben werden.
- Sobald alle Bänder verloren sind, scheidet der Spieler (kurzzeitig) aus.
- Bei abgelaufener Spielzeit (3 Minuten) gewinnt die Mannschaft mit den meisten noch umgehängten Parteibändern.

Lerneffekt

- Kontrollieren des Balles in begrenztem Raum, erschwert durch Gegnerdruck und der Aufgabe, anderen Kindern den Ball wegzuschlagen.

Dribbeln: „Bring den Ball ins Ziel!“ (Abb. 4)

Spielfeld

- Gesamte Schulturnhalle = Hallendrittel.
- Startlinie (Angreifer) am einen Hallenende, Ziellinie vor dem anderen Hallenende.
- Verteidigungsbereich: Verteidiger zwischen Mittel- und Ziellinie.

Material

- Hütchen zum Markieren der Start-, Mittel- und Ziellinie.
- Pro Angreifer ein Softtennisball und eine Poolnudel; Balldepot mit Bällen.

Spielbeschreibung

- Angreifer: Versuchen den Ball mit der Poolnudel über die Ziellinie zu dribbeln.
- Verteidiger: Versuchen die Bälle der Angreifer weg- bzw. zurückschlagen.
- Der Ball darf immer nur mit der Poolnudel gespielt werden; die Angreifer müssen den Ball an der Poolnudel führen und dürfen ihn nicht schlagen.

- Ist ein Softtennisball erfolgreich im Ziel, beginnt der Angreifer mit einem neuen Dribbling an der Startlinie mit einem Ball aus dem Balldepot.
- Ein Dribbling ist dann beendet, wenn ein Verteidiger den Ball über die Mittellinie schlägt, der Angreifer einen Punkt erzielt hat oder wenn ein Regelverstoß durch den Angreifer vorliegt.
- Die Verteidiger dürfen die Angreifer beim Dribbeln nur im Bereich zwischen Mittellinie und Ziellinie behindern.
- Beide Teams sind gleichlang (3 Minuten) Angreifer und Verteidiger.
- Das Team, das als Angreifer mehr Punkte erzielt hat, gewinnt.

Lerneffekt

- Schulung des Dribblings ohne und mit Gegnerdruck (Angreifer).
- Schießen eines sich bewegenden Balles (Verteidiger).

Passen: „Kreishockey“ (Abb. 5)

Spielefeld

- Zwei Mannschaften bilden jeweils einen Kreis bzw. ein Viel-Eck (z. B. bei sechs Kindern ein Sechseck) in dem jede Position markiert ist.

Material

- Hütchen zum Markieren der Positionen.
- Pro Kind eine Poolnudel. Ein Softtennisball pro Kreis.

Spielbeschreibung:

- Die Spieler müssen sich in ihrem jeweiligen Kreis (Viel-Eck) den Ball mit ihrer Poolnudel der Reihe nach zupassen (A zu B, B zu C, C zu D, ..., und der letzte Spieler wieder zu A).
- Beide Teams starten gleichzeitig.
- Nach einer vorgegebenen Anzahl von Durchläufen (1, 2 oder 3) gewinnt das Team, das seinen Softtennisball zuerst wieder zu Spieler A gepasst hat.
- Bei „Passfehlern“ (z. B. zum falschen Spieler, ins Aus, zu kurz) muss der „Verursacher“ den Ball an seine Markierung zurückholen und den Pass wiederholen.
- Beim nächsten Durchgang Richtungswechsel.

Lerneffekt

Gezieltes Schlagen eines bewegten Balles.

Zielspiel: „Poolnudelball“ (Abb. 6)

Spielefeld

- Gesamte Schulturnhalle = Hallendrittel.

Aufgeschnappt

„Das Kind soll spielen, es soll Erholungsstunden haben, aber es muss auch arbeiten lernen!“

Immanuel Kant

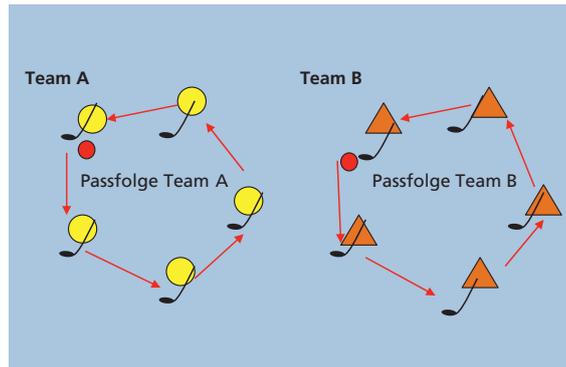


Abb. 5 (oben): „Kreishockey“

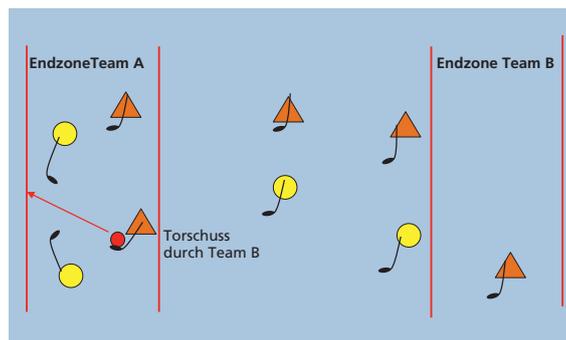


Abb. 6 (unten): „Poolnudelball“

- Je eine Endzone vor jedem Tor (5 Meter Abstand zur Wand).
- Tore sind die gesamten Hallenrückwände.

Material

- Ein Softtennisball.
- Parteibänder.
- Eine Poolnudel pro Kind.

Spielbeschreibung

- Beide Mannschaften versuchen sich den Spielball mit ihren Poolnudeln zuzupassen und dadurch in Richtung Tor (Hallendrittel) zu stürmen.
- Ein Tor (Treffer der Hallenrückwand) darf nur aus der Endzone erzielt werden.
- Hat ein Spieler ein Tor erzielt, erhält sein Team einen Punkt; der Torschütze bekommt ein Parteiband umgehängt.
- Sobald alle Spieler eines Teams ein Parteiband umgehängt haben, gibt es einen Extra-Punkt.

Lerneffekt

- Alle in den Spielen zuvor angewandten Techniken (Passen, Schlagen, Ballkontrolle, Dribbeln) werden in diesem Spiel bei beiden Mannschaften geschult.



Dr. Sabine Hafner

ist Akademische Rätin in der Abteilung Sportwissenschaft/Sportpädagogik der Pädagogischen Hochschule Heidelberg.
hafner1@ph-heidelberg.de



Martino Carbotti

ist Projektleiter und Sportpädagoge beim Sportkreis Heidelberg (Förderung von Sportvereinen, Entwicklung von Schulsportkonzepten)



Prof. Dr. Klaus Roth / Dr. Christian Kröger

Ballschule – Ein ABC für Spielanfänger

4., komplett überarbeitete und erweiterte Auflage 2011

Diese Neuauflage beinhaltet ein Plädoyer für eine allgemeine, übergreifende Einführung in die Welt der Sportspiele. Die Ballschule orientiert sich dabei in einer bisher einzigartigen Weise an aktuellen bewegungs- und trainingswissenschaftlichen Modellvorstellungen. Das ABC für Spielanfänger beruht auf drei inhaltlichen Säulen. Im Rahmen von Baustein-Spielen und Baustein-Übungen werden genau definierte taktische (A), koordinative (B) und technische Basiskompetenzen (C) geschult. Das methodische Vorgehen wird mit einer Vielzahl von Praxisbeispielen verdeutlicht, die über den Anfängerbereich hinaus auch im Training mit Fortgeschrittenen eingesetzt werden können.

DIN A5, 224 Seiten, ISBN 978-3-7780-0014-4, **Bestell-Nr. 0014** € 19.90

Prof. Dr. Klaus Roth / Dr. Christian Kröger / Prof. Dr. Daniel Memmert

Ballschule Rückschlagspiele

2. Auflage 2007

Dieser Band präsentiert die zweite Stufe eines integrativen Modells der Sportspielvermittlung. Vorgeschlagen wird eine sportspielorientierte Ausbildungsebene, die neben der – in diesem Buch vorgestellten – Ballschule Rückschlagspiele noch eine Ballschule Torschuss- und Wurfspiele umfasst. Die zentralen Ziele und Inhalte lassen sich in drei Bereiche gliedern: Schulung der Bewältigung von Taktikbausteinen, Koordinationsbausteinen und Technikbausteinen. In ausführlichen Praxiskapiteln werden zahlreiche Anregungen für den Schul- und Vereinssport gegeben.



DIN A5, 168 Seiten, ISBN 978-3-7780-0071-7, **Bestell-Nr. 0071** € 16.90



Prof. Dr. Klaus Roth / Prof. Dr. Daniel Memmert / Renate Schubert

Ballschule Wurfspiele

Das Buch ist eine Fortführung des Bandes „Ballschule - Ein ABC für Spielanfänger“. Die Kinder und Jugendlichen erwerben - mit einem Schwerpunkt auf freie, spielerische Erfahrungssammlungen - vor allem taktische, koordinative und technische Basiskompetenzen. In ausführlichen Praxiskapiteln werden zahlreiche Spielformen und Übungsbeispiele für den Vereinssport präsentiert. **Inklusive CD-ROM mit Videoclips.**



DIN A5, 152 Seiten + CD-ROM, ISBN 978-3-7780-0211-7, **Bestell-Nr. 0211** € 19.80

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter www.sportfachbuch.de

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

Bilingualer Unterricht im Sport – Ballsportarten auf Englisch

Rolf Kretschmann & Nadine Arnold

Bilingualer Unterricht wird immer populärer und Deutschland kann inzwischen mehr als 400 Schulen vorweisen, die bilinguale Züge, Angebote oder Bildungsgänge anbieten.

Ein solcher Unterricht bedeutet, dass das Sprachenlernen außerhalb des eigentlichen Sprachenunterrichts stattfindet, wobei es wichtig ist, dass das Sprachenlernen nicht erst im Klassenzimmer beginnt und auch nicht beim Verlassen des Unterrichts endet. An diesem Punkt werden die Vorteile des bilingualen Sportunterrichts besonders deutlich: Durch Sport, bzw. Trendsportarten aus dem englischen Sprachraum finden viele Kinder und Jugendliche Zugang zur englischen Sprache. Schüler befassen sich außerhalb der Schule oft mit Sport und lernen dabei schon ein kleines Repertoire an englischen Begriffen kennen. Dadurch ist

der Aufforderungscharakter, im Sportunterricht Englisch zu sprechen, relativ hoch.

Ein weiterer Vorteil des bilingualen Sportunterrichts ist, dass er komplett in der Fremdsprache unterrichtbar ist. Durch Zeigen und Vormachen kann man Vokabellücken leicht schließen und Verständnisschwierigkeiten können einfach behoben werden.

Da Kommunikation und Sprachpraxis in der Hierarchie des Fremdsprachenunterrichts weit oben stehen, sollte vor allem auf diese Fähigkeiten besonderes Augenmerk gerichtet werden. Der Sportunterricht unterscheidet sich von anderen Schulfächern hauptsächlich im Setting, welches Kommunikation sowohl fordert als auch fördert.

Im Folgenden ist das Grundvokabular für Ballsportarten tabellarisch aufgelistet und soll als Grundlage dienen, um Ballsportarten bilingual zu unterrichten.

Organisation

Deutsch	english
Seid leise	be quiet
Hört zu	listen
Macht einen Kreis	come together in a circle
Bildet ...er-Gruppen	build groups of...
Geräteaufbau	apparatus arrangement
Los geht's	get started
Pfeife / Pfiff	whistle

Ballsportarten

Technik

a) Zielhandlungen

Basketball	basketball
Korbleger	lay up
Sprungwurf	jump shot
Freiwurf	free throw / foul shot
Stopfen	dunking

Handball	handball
Schlagwurf	straight shot
Fallwurf	fall shot
Sprungwurf	jump shot

Fußball	football
Elfmeter	penalty kick
Fallrückzieher	scissors kick
Kopfball, Kopfstoß	header shot
Freistoß	free kick

Volleyball	volleyball
Angriffsschlag	attack, hit
Lob	lob
Aufschlag von oben	overhand serve
Aufschlag von unten	underhand serve

b) Positionsänderung/ Ortsverlagerung des Spielgeräts

Basketball	basketball
Dribbeln/ Ballführung	dribbling
Passen	to pass
fangen	to catch
Druckpass	chest pass
Bodenpass	bounce pass
Finte	fake
Sternschritt	pivot

Handball	handball
Passen	to pass
Bodenpass	bounce pass

Fußball	football
Passen	to pass
Doppelpass	give and go pass
Dribbling	dribbling

Volleyball	volleyball
Stellen	to set
Überkopfszuspiel	back set

Spiel

a) Regelwerk

Deutsch	English
Spielfeld	court
Einwurf	throw in
Auszeit	timeout
Mannschaft	team
Spieler	player
Halbzeit	half time
Spielbeginn	start of play
Spielende	end of the game/match

b) Spielerpositionen

Basketball	basketball
Aufbauspieler	point guard
Center/ Innenspieler	center/ high post, low post
Kleiner Flügelspieler	shooting guard
Großer Flügelspieler	swing forward

Handball	handball
Torhüter	goalkeeper
Außenspieler	wing
Rückraumspieler	back player
Rückraummitte	playmaker
Kreisspieler	pivot player

Fußball	football
Mittelfeldspieler	midfielder
Abwehrspieler	defender
Stürmer, Angreifer	forward
Libero	sweeper
Torwart	goalkeeper

Volleyball	volleyball
Zuspieler	setter
Blocker	blocker
Rückraumspieler	back row player
Angriffsspieler	hitter

Taktik

a) Angriff

Basketball	basketball
Block & Abrollen	pick and roll
Doppelpass	give and go
Offensiver Rebound	offense rebound
1 gegen 1	one-on-one
Täuschung	fake

Handball	handball
Tempogegenstoß	fastbreak
1 gegen 1	one-on-one
Kreuzen	criss cross
Finte	feint

Fußball	football
Doppelpass	give and go pass
Flankenball	centre / cross

Volleyball	volleyball
Stellen	to set
Rückraumangriff	back row attack

b) Abwehr

Basketball	basketball
Defensiver Rebound	defensive rebound
Zonenverteidigung	zone defense
Mann-Mann-Verteidigung	man-to-man defense

Handball	handball
Mann-Mann-Verteidigung	man-to-man defense
Zonenverteidigung	zone defense (6:0, 5:1, 3:2:1)

Fußball	football
Abseits	offside
Manndeckung	one-on-one coverage
Mauer	defensive wall
Zonenverteidigung	zone defense

Volleyball	volleyball
Blocken	to block
Annahme	pass / reception

Turnier

Deutsch	english
Schiedsrichter	referee
Sieger	winner
Verlierer	looser
Halbzeit	half time
Auswechselspieler	substitute

Anmerkungen

Die Tabellen enthalten lediglich ein **Grundvokabular** für die jeweilige Ballsportart. Grundvoraussetzung für die Verwendung ist selbstverständlich ein Mindestmaß an Kenntnis englischer Grammatik. Ebenfalls muss ein Grundwortschatz vorhanden sein, der es ermöglicht, die sportlichen Fachbegriffe in vollständige verständliche Sätze zu integrieren.

Die Lehrperson kann hierbei als Vorbild für die korrekte Verwendung der englischen Termini und deren Aussprache fungieren. Darüber hinaus sollte die Lehrperson Kommunikationsprozesse in englischer Sprache initiieren und bei Schüler-Schüler-Interaktion unterstützen, um der ggf. vorhandenen Hemmschwelle des Englisch-Sprechens entgegenzuwirken.

Mediale Unterstützung kann den Lernprozess neuer Vokabeln fördern:

- Poster mit den wichtigsten Vokabeln können angefertigt und aufgehängt werden und
- Videos mit Audiokomentaren zu einzelnen Spielszenen lassen sich im Internet leicht finden und können in den Unterricht als exemplarisches und authentisches Material integriert werden.

Trendsportarten und populäre Sportarten aus dem englischsprachigen Kulturkreis bieten einen guten Anknüpfungspunkt für bilingualen Sportunterricht. Engagierte Schüler, die eine dieser Sportarten selbst betreiben, können deren Einführung aus der eigenen Erfahrung heraus unterstützen.

Die Hemmschwelle, Englisch zu sprechen, kann reduziert werden, indem Schüler von vornherein wissen, dass die sportliche Leistung am Ende ausschlaggebend für die Gesamtnote ist und die Englischkenntnisse nur zu einem geringen Anteil – wenn überhaupt – in die Note einfließen.

Literatur

- Bach, G. & Niemeier, S. (Hrsg.) (2008). *Bilingualer Unterricht: Grundlagen, Methoden, Praxis, Perspektiven*. Frankfurt: Lang.
- Nietsch, P. & Vollrath, R. (2003). Physical Education. Sprachlernpotential im bilingualen Sportunterricht. In M. Wildhage & E. Otten (Hrsg.), *Praxis des bilingualen Unterrichts* (S. 147-169). Berlin: Cornelsen.
- Rottmann, B. (2006a). Lerngelegenheiten im bilingualen Sportunterricht. In C. Krieger & W.-D. Miethling (Hrsg.), *Zum Umgang mit Vielfalt als sportpädagogische Herausforderung* (S. 272-278). Hamburg: Czwalina.
- Rottmann, B. (2006b). *Sport auf Englisch. Lerngelegenheiten im bilingualen Sportunterricht*. Wiesbaden: VS.
- Schmidt-Millard, T. (2004). Möglichkeiten und Grenzen eines bilingualen Sportunterrichts. In A. Bonnet & S. Breidbach (Hrsg.), *Didaktiken im Dialog. Konzepte des Lehrens und Wege des Lernens im bilingualen Sachfachunterricht* (S. 319-330). Frankfurt: Lang.



Rolf Kretschmann

Wissenschaftlicher
Mitarbeiter am
Institut für Sport- und
Bewegungswissenschaft
der Universität Stuttgart

E-Mail: rolf.kretschmann@
inspo.uni-stuttgart.de



Nadine Arnold

Referendariatsanwärterin
für die Fächer Sport
und Englisch (Lehramt an
Gymnasien)

E-Mail: eng56441@stud.
uni-stuttgart.de



HANDBALL



Prof. Dr. Stefan König / Andi Husz

Doppelstunde Handball



Unterrichtseinheiten und Stundenbeispiele für Schule und Verein

Handball gilt als schwierig zu unterrichtende Sportart. Konsequenz ist, dass viele Schülerinnen und Schüler nie in den Genuss kommen, diese schnelle, attraktive und spannende Sportart kennen zu lernen. Auf der Basis eines spielgemäßen Konzepts wird deshalb in der Doppelstunde Handball ein Weg aufgezeigt wie Handball ab Klasse 5 auch unter schwierigen Rahmenbedingungen heute erfolgreich und zeitgemäß unterrichtet werden kann. Dabei werden Schritt für Schritt technische aber auch einfache taktische Elemente eingebaut, um den Schülerinnen und Schülern letztendlich die Spielfähigkeit für das Spiel 7 – 7 zu vermitteln.

Format 15 x 24 cm, 176 S. + CD-ROM

ISBN 978-3-7780-0611-5, **Bestell-Nr. 0611** € 21.90

Jürg Baumberger (Red.)

704 Spiel- und Übungsformen im Handball

Mit sportspielübergreifender Grundschulung

4. Auflage 2010

Schule und Verein sollten noch mehr zusammenarbeiten. Der vorliegende Band will diesbezüglich Brücken schlagen: Lehrpersonen finden zahlreiche Anregungen, wie sie den (Handball-)Spielunterricht abwechslungsreich und lustbetont erteilen können. Trainer und Übungsleiter werden angeregt, Übungs- und Trainingsformen spielerisch und doch gezielt anzubieten. Im Zentrum steht die Freude und der Spaß am (Handball-)Spielen. Wer diese Idee vertritt, findet in diesem Sammelwerk viele originelle, aber auch traditionelle Beispiele.

DIN A5 quer, 180 Seiten, ISBN 978-3-7780-2043-2, **Bestell-Nr. 2043** € 18.–



Inhaltsverzeichnis und Beispelseiten unter www.sportfachbuch.de

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



Steinwasenstraße 6–8 • 73614 Schorndorf • Telefon (071 81) 402-125 • Fax (071 81) 402-111
Internet: www.hofmann-verlag.de • E-Mail: bestellung@hofmann-verlag.de

In Klasse 4/5 mit drei Schritten zum „Sportspiel Handball“

Rüdiger Geis

Schüler (1) wollen spielen, weil sie ein Spiel interessanter und herausfordernder finden als isolierte Technischulung. Eine Spielsituation ermöglicht ihnen, strategisch zu denken, Entscheidungen zu treffen und Probleme zu lösen. Zusätzlich erproben sie in der Komplexität einer Spielhandlung sportartspezifische Fertigkeiten.

Ein Spielvermittlungsansatz, in dem das Spielen lernen im Mittelpunkt eines Aneignungsprozesses steht, in dem zu allererst Wert darauf gelegt wird, was zu tun ist, bevor man lernt, wie es zu machen ist, findet sich im Taktik-Spiel-Modell (TSM) wieder.

Dem in diesem Beitrag aufgezeigte Unterrichtsvorhaben für Klasse 4/5 zum Thema: *Einführung in das Sportspiel Handball* liegt das TSM zugrunde, wobei der Autor bemüht ist, auf denkbare theoretische Anteile zugunsten von Bewegungsanteilen zu verzichten.

Die für den Lernprozess ausgewählten Spielvariationen führen durch ihre spezielle Konstruktion allein durch die praktische Auseinandersetzung mit den im Spiel implizierten Herausforderungen zu gewollten Lernerfolgen. Zudem berücksichtigen diese Spielvariationen in der Planung und Organisation Hallengröße und Klassengröße.

Bei der Spielauswahl zu diesem Unterrichtsvorhaben ist es erforderlich, die Komplexität der Gesamtspielanforderungen auf die Grundprinzipien des Handballspiels (charakteristische Wesensmerkmale) zu reduzieren.

Außerdem müssen die für dieses Unterrichtsvorhaben verwendbaren Spiele den für das Handballspiel typischen Sachzwang, vor dem gegnerischen Terrain bis zum sicheren Torwurf zu agieren, bereits dem Anfänger einsichtig machen und in ihrem Spielablauf als vorherrschende Aktion widerspiegeln.

Diese Spielaktionen müssen sich deswegen zwingend von Beginn des Lernprozesses um einen Taburaum herum abspielen, den die Beteiligten zu akzeptieren haben.

Die wesentlichen Grundsituationen im Handball sind das Herausspielen der Schussgelegenheit bzw. das Abschirmen des Tores:

Grundprinzipien im Angriff:

- schnelles Passspiel,
- Lücken sehen und zum Torschuss nutzen,
- beziehen einer Angriffsposition.

Grundprinzipien in der Abwehr:

- Abwehrraum beziehen,
- Wurf verhindern.



Rüdiger Geis
Diplomsportlehrer

St.-Georg-Str.17
50859 Köln

Aneignungsschritt 1 (Schießbuden-HB)

Spielidee

Es handelt sich um ein fast körperloses Zielschusspiel, in dem zwei Teams gegeneinander nach modifizierten HB-Regeln auf ein gemeinsames in einer Tabuzone stehendes Ziel (Plastikflasche) spielen. Die Angreifer spielen immer in Überzahl (+ 1Sp.).

Die abwehrenden Spieler dürfen nur unmittelbar vor der Begrenzungslinie der Tabuzone (Wurfkreislinie) Zielschüsse verhindern.

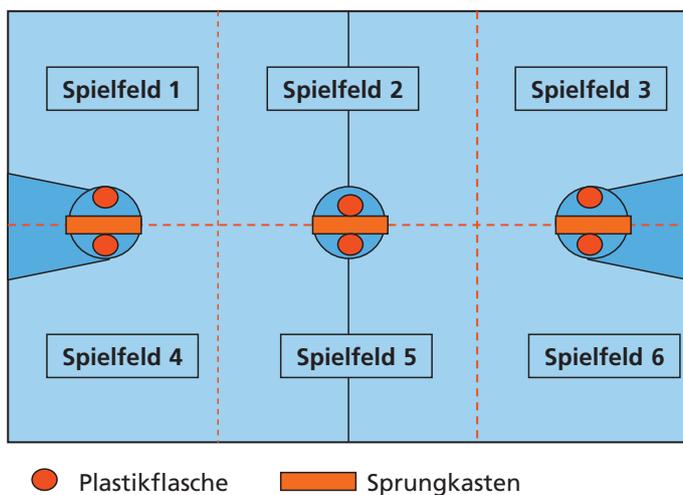
TN-Zahl/Material

- 2-3 TN pro Team, Softhandball, Sprungkasten, Plastikflasche.

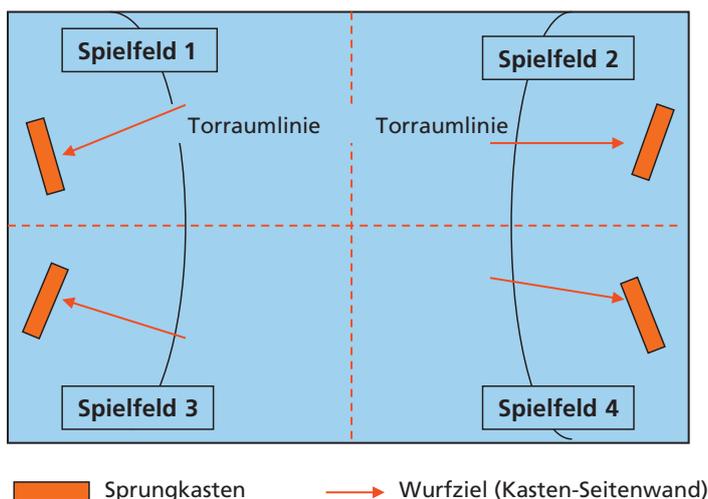
Spielregeln

- Spielfeldgröße = $\frac{1}{6}$ Halle.
- Spielfeldbegrenzung = Bodenmarkierung.
- Balltransport = max. 6 Schritte, kein Dribbling.
- Wurfkreislinie darf weder berührt noch übertreten werden.
- Bei Regelverstößen und bei Torerfolg gibt es Ballbesitzwechsel. Dabei müssen alle Spieler des ballbesitzenden Teams vor der Angriffsaktion die ihr Spielfeld begrenzende Hallenwand berührt haben.

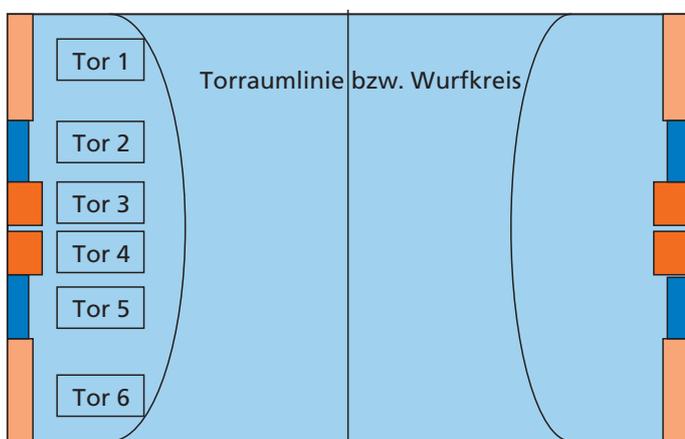
Skizze: Schießbuden-Handball



Skizze: Marionetten-Handball



Skizze: 12-Tore-Handball



Aneignungsschritt 2 (Marionetten-Handball)

Spielidee (siehe Schießbuden-HB)

Erweiterung: Ziel ist die Seitenwand eines Sprungkastens, auf dem der Torwart sitzend nur mit den unteren Extremitäten den Torschuss abwehren darf. Außerdem gibt es keine Überzahlsituation.

TN-Zahl/Material

- 3-4 TN pro Team, Sprungkasten, Softhandball.

Spielregeln

- Spielfeldgröße = $\frac{1}{4}$ Halle.
- Spielfeldbegrenzung = Bodenmarkierung.
- Balltransport = max. 6 Schritte, kein Dribbling.
- Torraumlinie darf nicht berührt oder übertreten werden.
- Bei Regelverstößen und bei Torerfolg gibt es Ballbesitzwechsel. Dabei müssen alle Spieler des ballbesitzenden Teams vor der Angriffsaktion ihre das Spielfeld begrenzende Hallenmittellinie berührt haben.
- Auch Ballbesitzwechsel bei „Ball-Aus“ durch Torwartabwehr.

Aneignungsschritt 3 (12-Tore-Handball)

Spielidee

Es handelt sich um ein fast körperloses Zielschusspiel, bei dem zwei Teams nach modifizierten HB-Regeln gegeneinander spielen, wobei jedes Team sechs Tore zugeordnet bekommt. Die Breite je Tor nimmt zur seitlichen Spielfeldbegrenzung hin zu.

TN-Zahl/Material

- 12-13 TN pro Team (+ Auswechselspieler), Softhandball, Markierungsstangen.

Spielregeln:

- Spielfeldgröße = ganze Halle.
- Spielfeldbegrenzung = Bodenmarkierungen.
- Balltransport = 3+3 Schritte, kein Dribbling.

Anmerkungen

(1) Alle männlichen Bezeichnungen schließen die weibliche Form mit ein.

Literatur

Geis, R. (2009). *Sportspiele – leicht gemacht für Schule und Verein*. Schorndorf: Hofmann-Verlag

Team-Frisbee

Winfried Zurkuhlen

Team-Frisbee ist ein neues und interessantes Mannschaftsspiel, das sich in der Schule für nahezu alle Gruppen gut eignet. Die Spielerinnen und Spieler regeln das Spiel selbst. Körperberührungen (Rempeln, Schubsen etc.) und Behinderungen sind verboten! Bevor man spielt, sollte man allerdings mit den Grundtechniken des Frisbee-Spiels vertraut sein.

Das Team-Frisbee-Feld

Die Frisbee-Körbe stehen mittig in den in den meisten Sporthallen markierten Basketball-Sprungkreisen. Sollten keine Kreise vorhanden sein, werden mit Kreppband oder kleinen Pylonen die Sperrkreise (die von keinem Spieler betreten werden dürfen) mit einem Radius von 180 cm festgelegt.

Die Regeln

1. Das Team, das das Anspiel durch Wahl gewonnen hat, eröffnet das Spiel durch Abwurf von seinem Sperrkreis.
2. Zupassen ist die einzige Möglichkeit, die Scheibe nach vorne zu befördern.
3. Wer im Laufen angespielt wird, muss nach max. drei Schritten abstoppen und darf im Anschluss noch einen Sternschritt machen (= einen Fuß bewegen, wenn der andere Fuß auf dem Boden bleibt).
4. Beim Sternschritt darf der Werfer „das Spielbein“ auch außerhalb der Spielfeldbegrenzungen setzen.
5. Hechten beim Fangen oder zum „Sichern“ der Scheibe (vgl. R. 9) ist erlaubt.
6. Gelangt ein Fänger beim Abstoppen über die Seitenauslinien hinaus, darf er das Spiel auf der Seitenauslinie fortsetzen, wenn er die Scheibe bereits vor der Linie gefangen hat.
7. Der Scheibenbesitz wechselt, wenn die Scheibe durch die gegnerische Mannschaft abgefangen wird oder im „Aus“ landet.
8. Fällt die Scheibe auf das Spielfeld, erhält der Spieler die Scheibe, der als erster mit der flachen Hand die Scheibe „sichert“ (d. h. als erster seine Hand auf die Scheibe legt.)
9. Nach dem Erzielen eines Korbes, wird die Frisbee-scheibe von der verteidigenden Mannschaft (von einem beliebigen Punkt) von der Grundlinie aus ins Spiel gebracht.
10. Zum Werfer ist ein Abstand von mindestens 1 m einzuhalten!
11. Liegt die Frisbeescheibe im Sperrkreis, nimmt die verteidigende Mannschaft die Scheibe auf und eröffnet das Spiel durch Abwurf vom Sperrkreis.
12. Die angreifende Mannschaft ist nicht berechtigt, die Frisbeescheibe aus der Sperrzone zu nehmen.
13. Gepunktet wird, wenn die Scheibe im gegnerischen Korb liegt (1 Punkt).
14. Gewonnen hat das Team, das nach Ablauf der Spielzeit die meisten Korbtreffer erzielt hat oder das als erstes die vor dem Spiel verabredete Punktzahl erreicht hat.
15. Bei leichten Fouls wird die Scheibe an den Gegner übergeben, der das Spiel in Höhe des Foulspiels von der Seitenauslinie aus eröffnet.
16. Auf Freiwurf aus dem Mittelkreis wird entschieden, wenn ein Spieler grob foult oder wenn ein Spieler zur Abwehr eines Angriffs durch den eigenen Sperrkreis läuft. Bei Freiwürfen aus dem Mittelkreis



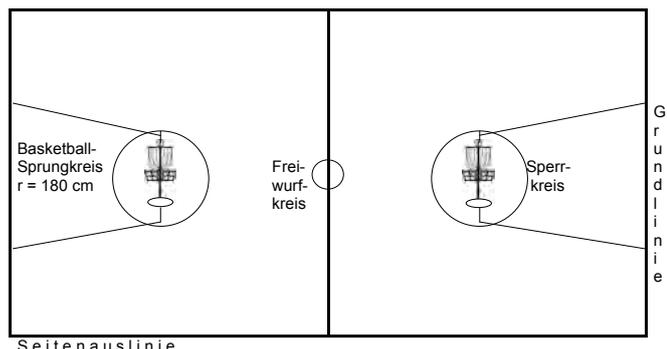
Winfried Zurkuhlen

ist Lehrer am Pictorius-Berufskolleg in Coesfeld

Nottulner Landweg 54
48161 Münster-Roxel



Seitenauslinie



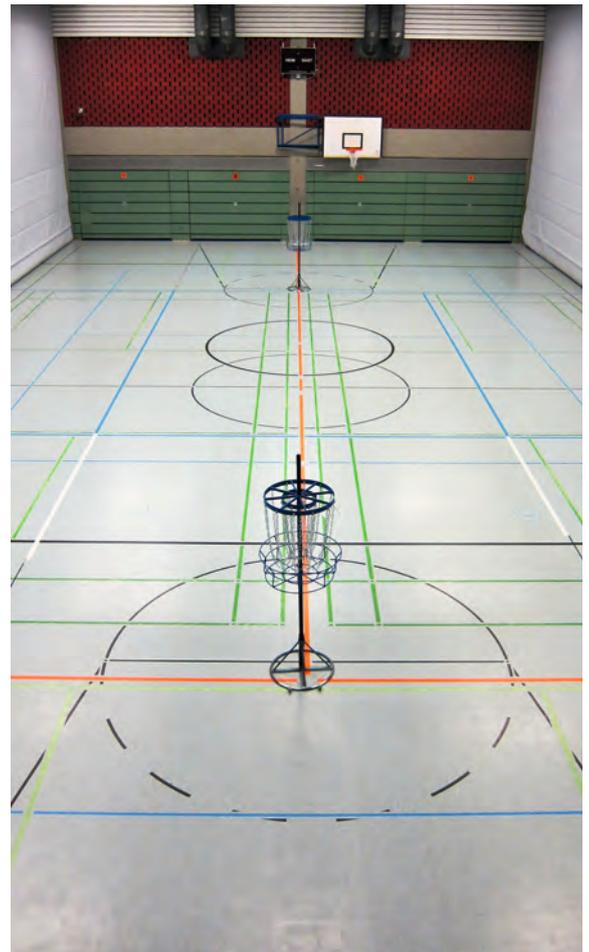


darf die verteidigende Mannschaft den Wurfweg nicht blockieren.

17. Die Anzahl der Spieler (2–5 Spieler) und die Spielfeldgröße sind den institutionellen Voraussetzungen anzupassen. Spielzeit 2 x 10 Min. oder bis 10 Punkte.

Team-Frisbee bietet sich natürlich auch als idealer Outdoorsport an.

Da die Frisbeekörbe leicht mit Bodenhülsen auf dem Schulhof oder auf einer Wiese installiert werden können, ist diese Sportart mit ihrem hohen Aufforderungscharakter auch eine wertvolle Ergänzung für den Pausensport.



Aufgeschnappt

„Freude ist ein Gefühl der Lebensbereicherung; Spaß ist eine vorübergehende Entladung. Spaß ist flüchtig; Freude ist dauerhafter. Von der Freude bleibt mehr in uns; der Spaß erschöpft sich und uns. Freude ist inneres Betroffensein: Spaß entsteht und vergeht; wenn er auch die Beteiligten verbindet, ist er im Grunde unverbindlich. Spaß tendiert zum Übermut während die Freude als Grundstimmung ermutigt....“

Im Sportunterricht braucht der Spaß den schnellen Wechsel der Angebote, der Geräte...; die Freude wächst in der längeren Zuwendung, in der allmählichen Meisterung. Der Spaß, weil er von ‚außen‘ kommt, lässt sich leichter ‚machen‘; die Freude, die im Schüler wachsen soll verlangt mehr Einfühlungsvermögen vom Lehrenden...“

Annemarie Seybold in sportunterricht 12, 1990

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 Djurcic
Steinwasenstraße 6–8, 73614 Schorndorf

International Standard Serial Number:
ISSN 0342-2461

Bezugspreis:

Im Jahresabonnement € 22.80 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.

Trainingshilfen bringen Abwechslung in den Sportunterricht

Yvonne Bechheim

Als Trainingshilfen werden alle kleinen und großen Hilfen bezeichnet, die helfen, Bewegungsausführungen umzusetzen und zu erlernen. Das Angebot ist inzwischen groß. Von Slalomstangen, Übungshürden, Schaumstoffblöcken, Koordinationsleiter, bis hin zu Markierungshilfen verschiedener Art.

Trainingshilfen haben in vielen Sportarten ihre Anwendungsmöglichkeiten. Sie sind nicht nur zur Durchführung des Trainings notwendig, sondern dienen auch der Motivation.

Die Trainingshilfen bieten (fast) unbegrenzte Anwendungsmöglichkeiten. Sie bringen Abwechslung in den Trainingsbetrieb und haben einen hohen Aufforderungscharakter. Gerade bei Kindern sollten die Trainingseinheiten vielseitig gestaltet werden, und so durch ständige Variationen die Motivation und Freude erhalten.

Ziel der Trainingshilfen

- Verbesserung von Kondition und Koordination.
- Abwechslungsreicher Übungsbetrieb.
- Motivation für Kinder und Jugendliche.
- Vielfältigkeit im Training.
- Ausrichtung auf ein leistungsbetontes Training.
- Veränderung der Bewegungsrichtung.
- Variation des Bewegungstempos.
- Beidseitiges Üben.

Hilfen und Erleichterungen

Folgende Trainingshilfen sind für ein systematisches und zielgerichtetes Training unverzichtbare Wegbereiter. Sie sollten in keiner Sporthalle oder Sportverein fehlen, da mit ihnen sowohl konditionelle als auch koordinative Leistungsfaktoren trainiert werden können.

Schaumstoffblöcke

Schaumstoffblöcke werden, wie der Name schon sagt, aus PE-Schaumstoff hergestellt. Mit ihren vielfältigen und motivierenden Einsatzmöglichkeiten bieten sie eine große Hilfe für einen herausfordernden und interessanten Unterricht bzw. für eine effektive Vereinsstunde. Sie bieten sich als Konditions- und Koordinationsgeräte, Organisationshilfen, Hindernisse, Rhythmushilfen und vieles mehr an.

Vorteile

- Leicht zu transportieren und überall aufzustellen.
- Fordern zum Überlaufen heraus.
- Wichtige Hilfe zur Schulung koordinativer Fähigkeiten.
- Bauen die Angst ab, weil sie kein starres Hindernis darstellen.
- Bieten vielfältige methodische Möglichkeiten.
- Haben einen hohen Aufforderungscharakter.
- Steigern die Motivation.

Nachteile

- Anschaffungskosten relativ hoch.

Yvonne Bechheim
ist freie Sportjournalistin,
Buchautorin und als
Dipl.-Sportlehrerin an einer
Schule tätig.

Bodelschwinghstr. 11
78166 Donaueschingen
0771/1587770
y.bechheim@t-online.de
www.yvonne-bechheim.de





Übungen

Aufstellungsform A



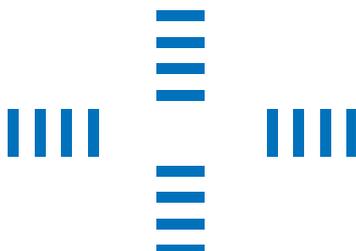
- Laufen über die Schaumstoffteile.
- Beidbeiniges Springen über die Schaumstoffteile.
- Einbeiniges Springen über Schaumstoffteile.
- Wechselseitiges einbeiniges Springen (links-links-rechts-rechts).
- Hopslerlauf über Schaumstoffblöcke.
- Kombinierte Übungen.

Hütchen

Diese vielseitig einsetzbaren Hütchen bestehen aus bruchfestem Kunststoff. Sie sind wetterunempfindlich und somit in Sporthallen und Außenanlagen gleichermaßen nutzbar. In der Regel sind sie in mehreren Farben und Größen erhältlich. Das hohle Hütchen und die abgerundete Spitze garantieren, dass man sich nicht verletzen kann. Mehrere Hütchen sind gut stapelbar und damit platzsparend unterzubringen.

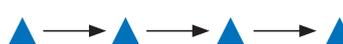
Hütchen dienen nicht nur zur Abgrenzung und Markierung, sondern finden ihren Einsatz im Sprint-ABC, Schnelligkeits-, Ausdauer- und Koordinationstraining. Hütchen von 40 cm Höhe sind vorteilhaft für den Übungsbetrieb.

Aufstellungsform B



Übungen

Aufstellungsform A



Aufstellungsform A

- Vorwärts laufen – rückwärts laufen – vorwärts laufen.
- Rückwärts laufen – vorwärts laufen – rückwärts laufen.
- Skippings – Kniehebelauf – Skippings.
- Kniehebelauf – Skippings – Kniehebelauf.
- Stepphüpfen – Hopslerlauf – Stepphüpfen.
- Hopslerlauf – Stepphüpfen – Hopslerlauf.
- Anfersen – Kniehebelauf – Anfersen.
- Skippings – Kniehebelauf – Anfersen.

Aufstellungsform B

- Alle Übungsformen können auch als Wettbewerbsform durchgeführt werden.
- 5 x Vorlaufen – um das Hütchen herum – zurücklaufen.
- 5 x Vorlaufen – Hütchen mit der Hand berühren – rückwärts laufen.
- 5 x Hopslerlauf zum Hütchen – Hütchen berühren – rückwärts Hopslerlauf.
- 5 x Skippings zum Hütchen – Hütchen berühren – rückwärts Skippings.
- 5 x Seitgalopp zwischen den Hütchen.

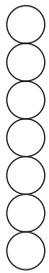
Reifen

Reifen sind eines jener altbekannten Sportgeräte, die nicht mehr wegzudenken sind bei der Grundausstat-

tung eines Übungsbetriebes. Sie gehören zum Repertoire beim Üben von körperbetonten Bewegungsaufgaben, die sowohl schwierig als auch eher spielerisch sein können. Vor allen Dingen koordinative Fähigkeiten können durch den Einsatz von Reifen verbessert werden. Reifen können aus Holz oder buntem Kunststoff bestehen. Empfehlenswert sind Kunststoffreifen, da sie bruchstabil und wetterfest sind.

Übungen

Aufstellungsform A



Aufstellungsform B



Aufstellungsform A

- Abstände variieren (30 cm, 60 cm, 90 cm).
- Vorwärts durch die Reifen laufen.
- Rückwärts durch die Reifen laufen.
- Beidbeinige Schlussprünge.
- Einbeiniges Springen vorwärts.
- Einbeiniges Springen rückwärts.
- Wechselseitiges einbeiniges springen (rechts – rechts – links – links).

Aufstellungsform B

- Linker Fuß in die linken Reifenreihe und den rechten Fuß in die rechte Reifenreihe.
- Vorwärts laufen.
- Rückwärts laufen.
- Skippings.
- Kniehebelauf.
- Anfersen.

Anhand der Ausführungen wird verdeutlicht, dass Trainingshilfen für einen zielgerichteten und planmäßigen Übungsprozess von Bedeutung sind.



Mäuse und Schulluft

Haberda erzählt, dass Mäuse, in Schulluft gehalten, nach 19 ½ Stunden eingingen. Muss man jetzt auch noch erinnern, dass Tiere laut Nachweis des Ergographen in feuchtwarmer – aber noch nicht einmal verbrauchter – Luft ein Viertel ihrer Lebenskraft verloren, dass Fabriken nach Verbesserung der Ventilation eine 12 %ige Leistungssteigerung ermittelten und dass im vorigen Jahrhundert im berühmten Pariser Krankenhaus Hotel Dieu die Sterblichkeitsziffer nach dem Bau von Lüftungsanlagen fast um die Hälfte fiel, um Voltaires Vorschlag, Krankheiten ganz einfach wegzuatmen, auch pädagogisch zu verstehen? Was müssen unsere angehenden Lehrer doch alles lernen! Auch die Techniken der rechten Querlüftung – in England schulbautechnisch schon seit 1904 gesetzlich verordnet!

Rudolf Wegmann: Pädagogische Ketzereien, Donauwörth 1984 (Eingereicht von German Franzen, Olpe)



Bewegungs-, Spiel- und Sportgeräte



DIN A5, 204 Seiten
ISBN 978-3-7780-0411-1
Bestell-Nr. 0411 € 19.90

Prof. Dr. Willibald Weichert / Malte Cunis

Geräte selbst bauen für Bewegung, Spiel und Sport

Eine Werkstatt zum Entwerfen, Herstellen, Erproben

Dieser Band enthält etwa 100 Ideen für das Selbstbasteln von Bewegungs-, Spiel- und Sportgeräten durch Kinder und Erwachsene. Das Spektrum der Spiel- und Sportgeräte reicht dabei vom Stofffrisbee oder Indiaca bis zum Minitrampolin oder Fahrrad-tandem und beinhaltet die Bewegungsaktivitäten **Werfen, Springen, Balancieren, Klettern** und **Schaukeln, Rollen** und **Fahren** sowie **kleine** und **große Spiele**.

Die Idee ist neben der Herstellung folgende: Lernen, kreativ und selbsttätig zu handeln und dabei im Tun die Funktion, den Wert und Nutzen der Spiel- und Sportobjekte zu verstehen.

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter www.sportfachbuch.de/0411

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