



BÄLLSCHULE

ZIELSCHUSSSPIELE

Klaus Roth
Ina Knobloch
Mareike Pieper
Tim Posawatz



Buchreihe
Ballschule



hofmann.

INHALT

1	EINLEITUNG	5
2	EINORDNUNG	9
	Systematik der Sportspiele	10
	Definition: Zielschusspiele	12
	Systematik der Ballschulprogramme	13
3	GRUNDPHILOSOPHIE	15
	Konzeptionelle Vorentscheidungen	16
	Prinzipien	18
4	ZIELE: SPIELERISCHE BASISKOMPETENZEN	23
	A Koordinative Basiskompetenzen	26
	B Perzeptiv-motorische Basiskompetenzen	27
	C Taktische Basiskompetenzen	28
5	INHALTE UND METHODEN	31
	Inhalte	32
	Methoden	33
6	PRAKTISCHE BEISPIELSAMMLUNG	37
	Gliederung und Ordnungskriterien	38
	Lernmaterialien	38
	Darstellungsform	40
7	KOORDINATIVE BASISKOMPETENZEN	41
	Register	42
	Beispielsammlung	44
8	PERZEPTIV-MOTORISCHE BASISKOMPETENZEN	81
	Register	82
	Beispielsammlung	84
9	TAKTISCHE BASISKOMPETENZEN	121
	Register	122
	Beispielsammlung	124
10	PRAKTISCHE UMSETZUNG	163
	Lehrmaterialien	164
	Kooperationen	166
	LITERATUR	167

HINWEIS

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird die männliche Form verwendet, gemeint sind immer Personen aller Geschlechter

REGISTER

Name der Baustein-Übung	Komplexität	Motorische Ausführung	Seite
Zeitdruck – Antizipation & Reaktion			
Torhüter	I	Hand, Fuß	44
Schwarz-Weiß-Fangen	I	Hand, Fuß, Hockeyschläger	45
Ab durch die Mitte	II	Fuß, Hand, Hockeyschläger	46
Mitspieler erkennen	II	Fuß, Hand, Hockeyschläger	47
Schatzsuche	II	Hand, Fuß, Hockeyschläger	48
Zeitdruck – Antritt & Ablauf			
Brennball+	I	Hand, Fuß, Hockeyschläger	49
Farbensprint	I	Hand, Fuß, Hockeyschläger	50
Dribbel-Staffel	II	Hand, Fuß, Hockeyschläger	51
Zielwerfen	II	Hand, Fuß, Hockeyschläger	52
Hip-Hop	II	Hockeyschläger, Hand, Fuß	53
Präzisionsdruck – Ergebnis			
Sisyphos-Spiel	I	Fuß, Hand	54
Zielvariationen	I	Hand, Fuß, Hockeyschläger	55
Halte den Garten sauber „deluxe“	II	Hockeyschläger, Fuß, Hand	56
Inselspiel	II	Hand, Fuß	57
Bump	II	Hand	58
Präzisionsdruck – Ablauf			
Passen durch Hütchentore	I	Hockeyschläger, Hand, Fuß	59
Runden-Lauf	I	Hockeyschläger, Hand, Fuß	60
Hütchenwald	II	Fuß, Hand, Hockeyschläger	61
Rollende Pezzibälle	II	Hand	62
Biathlon	III	Fuß, Hand	63

Name der Baustein-Übung	Komplexität	Motorische Ausführung	Seite
Komplexitätsdruck - Zeit & Präzision			
Dribbel-Raub	I	Fuß, Hand, Hockeyschläger	64
Bushaltestelle	I	Fuß, Hand, Hockeyschläger	65
Partnerübungen	I, II, III	Hand, Fuß	66
Schnelle Beine	II	Hand	68
Flipperkasten	II	Hand, Fuß	69
Organisationsdruck - Zeit & Präzision			
Pass-Lauf	II	Hand, Fuß	70
Treffer-Wettkampf	II	Hand, Fuß	71
Luftballon-Jonglage	II	Fuß, Hand	72
Zwei-Ball-Prellen	II	Hand	73
Multi-Tasking	III	Fuß, Hand	74
Variabilitätsdruck – Zeit & Präzision			
Gutes Auge	I	Hand, Fuß, Hockeyschläger	75
Ball-Hochhalten	II	Hockeyschläger	76
Zahlen-Ronaldo	I	Hand, Fuß	77
Ballgefängnis	II	Fuß, Hockeyschläger	79
Farbvariationen	II	Hand	80

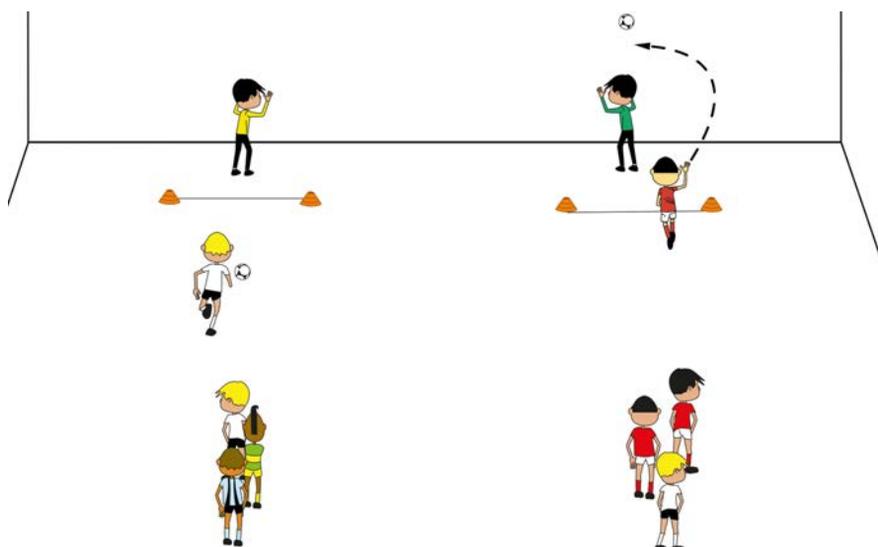


TORHÜTER



Zeitdruck
Antizipation & Reaktion

I



SPIELIDEE / ÜBUNGSABLAUF

Links und rechts neben dem Tor steht jeweils ein „Torhüter“ mit dem Gesicht zur Wand. Die Kinder der beiden zugehörigen Teams prellen nacheinander bis zu einer Abwurflinie (ca. sechs Meter von der Wand entfernt) und werfen über ihren Torhüter hinweg gegen die Wand. Der Torhüter ver-

sucht, den Ball direkt (zwei Punkte) oder nach einmaligem Aufspringen (ein Punkt) zu fangen. Nach zehn Würfeln werden die Torhüter gewechselt, solange bis jedes Kind einmal Torhüter war. Welches Kind hat die meisten Punkte erzielt? (eventuell Teamwertung).

HINWEISE

- Das Spiel kann auch mit dem Fuß durchgeführt werden. Der Ball wird jetzt flach (links oder rechts) am Torhüter vorbei geschossen

VARIATIONEN

- Ein „Rebounder“ steht mit dem Gesicht zum Basketballkorb. Die Kinder dribbeln aus der Mitte zum Korb und werfen gegen das Brett. Der „Rebounder“ versucht, den abspringenden Ball direkt zu fangen, zum Korb zu gehen und zu werfen (II)

SCHWARZ-WEISS-FANGEN



Zeitdruck
Antizipation & Reaktion

Zeitdruck
Antritt & Ablauf

I



SPIELIDEE / ÜBUNGSABLAUF

Die Kinder stehen sich paarweise im Abstand von ca. ein bis zwei Metern gegenüber und schauen sich gegenseitig an. Hinter den Kinderpaaren wird auf beiden Seiten eine Ziellinie festgelegt, die mindestens fünf Meter von der Hallenwand entfernt liegen sollte. Eine Linie steht für die Farbe „schwarz“ (oder eine andere Farbe, ein Tier

usw.), die andere für „weiß“. Jedes Kind hat einen Ball. Der ÜL ruft nun „schwarz“ oder „weiß“ und die Kinder prellen in die genannte Richtung. Das weiter entfernte Kind (das Kind, dessen Farbe nicht genannt wurde) versucht, das andere einzuholen/zu überholen und als erstes die Ziellinie zu überqueren.

VARIATIONEN

- Um den kognitiven Anteil der Aufgabe zu erhöhen, ruft der Übungsleiter z. B. „Schneemann“ – womit weiß gemeint ist – und „Schornsteinfeger“ für schwarz (II)
- Der ÜL kann auch bestimmte Zahlen oder andere Farben, Tiere oder Namen bestimmen, die für schwarz oder weiß stehen und zwischen diesen in seinen Ansagen wechseln (II)
- Wenn der ÜL jetzt „weiß“ ruft, ist schwarz gemeint und umgekehrt (III)
- Die Kinder bekommen Rechenaufgaben gestellt. Beispiel: Ist das Ergebnis eine gerade Zahl, sprinten sie zur weißen, ist es ungerade, zur schwarzen Ziellinie (III)

HINWEISE

- Das Spiel kann auch mit dem Fuß oder dem Hockeyschläger durchgeführt werden (dribbeln)

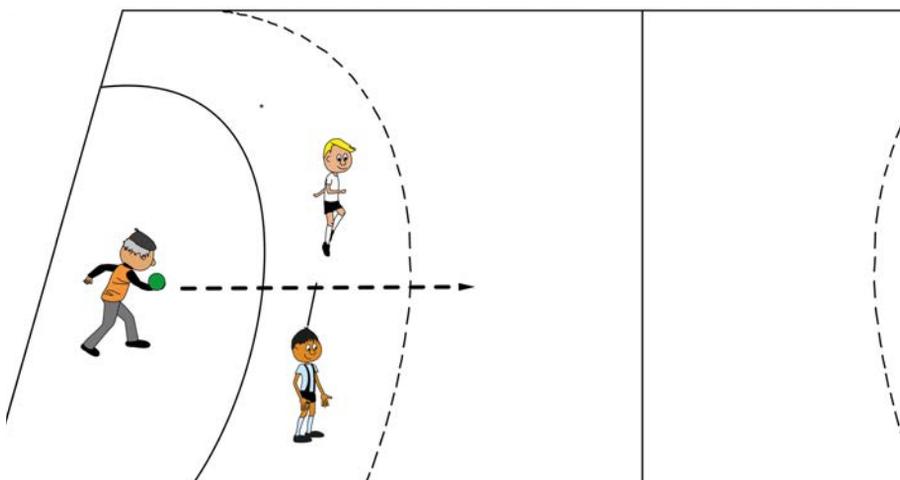
AB DURCH DIE MITTE



Zeitdruck
Antizipation & Reaktion

Komplexitätsdruck
Zeit & Präzision

II



SPIELIDEE / ÜBUNGSABLAUF

Jeweils zwei Kinder stehen mit dem Rücken zum Tor nebeneinander am 7-Meter-Punkt (Abstand ca. zwei Meter). Der Übungsleiter (oder ein anderes Kind) befindet sich im Torraum hinter ihnen. Der ÜL rollt/wirft den Ball durch die Gasse zwischen den beiden Kindern. Diese sprinten hinter dem Ball her. Das Kind, das den Ball zuerst erreicht, wird zum Angreifer, das andere zum Abwehrspieler. Das angreifende Kind dribbelt mit dem Fuß

in Richtung des gegnerischen Tores, mit dem Ziel, den Angriff mit einer Abschlussaktion (einem Torschuss, Hütchen im Tor abschießen, durch einen Reifen schießen usw.) zu beenden. Das verteidigende Kind versucht, vor der Abschlussaktion den Ball zu erobern. Das nächste Kinderpaar startet, sobald der Angreifer mit der Abschlussaktion beginnt. Welches Team erzielt zuerst eine bestimmte Anzahl von Treffern?

HINWEISE

- Bei großen Gruppen kann das Spiel gleichzeitig auf der rechten und linken Hallenseite durchgeführt werden (in gegenläufiger Richtung)

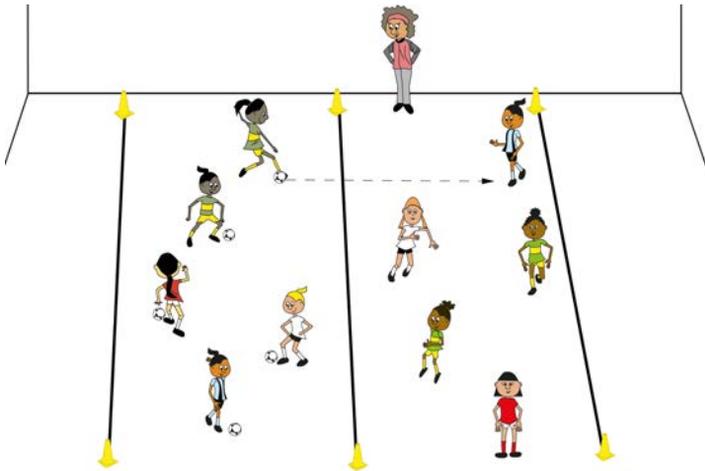
VARIATIONEN

- Das Spiel wird mit der Hand oder dem Hockeyschläger durchgeführt. Abschlussaktion: Torwurf/Torschuss, Hütchen im Tor abwerfen/abschießen, durch Hütchentore prellen/dribbeln usw. (II)

MITSPIELER ERKENNEN (Roth, Memmert & Schubert, 2013, S. 99)



Zeitdruck Antizipation & Reaktion	Präzisionsdruck Ergebnis	II
--------------------------------------	-----------------------------	----



SPIELIDEE / ÜBUNGSABLAUF

In einem mit Hütchen markierten Raum dribbeln sechs (oder mehr) Kinder mit ihrem Ball. Jedem Kind werden zwei Buchstaben zugeordnet. Auf dem benachbarten Spielfeld bewegt sich die gleiche Anzahl von Mitspielern ohne Ball. Ihnen werden jeweils (ohne dass die Kinder auf der anderen Seite

es mitbekommen) vom Übungsleiter zwei unterschiedliche Zahlen zugewiesen. Ruft der Übungsleiter einen Buchstaben und eine Zahl, bleiben die beiden betreffenden Kinder sofort stehen und passen sich den Mitspielern genau zu (Hin- und Rückpass).

VARIATIONEN

- Passen mit der nicht-dominanten Hand (III)
- Die Spieler müssen vor dem Pass noch eine Zusatzaufgabe erfüllen (z. B. um ein Hütchen laufen, sich im Kreis drehen, sich hinsetzen und wieder aufstehen) (III)
- Die Spieler tauschen – nachdem sie die Aufgabe erfüllt haben – ihren Platz und

übernehmen die Zahl/den Buchstaben des anderen (III)

HINWEISE

- Das Spiel kann auch mit der Hand oder dem Hockeyschläger durchgeführt werden

STOPP MAL!



Ballannahme &
-mitnahme

Ballbesitz
kontrollieren

II



SPIELIDEE / ÜBUNGSABLAUF

Die Kinder dribbeln einen Ball mit dem Fuß kreuz und quer durch ein Spielfeld. Nun werden Körperteile angesagt, mit denen der Ball möglichst schnell und ohne Zuhilfenahme der Hände gestoppt werden soll. Alle Körperteile sind denkbar.

HINWEISE

- Auch mit dem Hockeyschläger spielbar. Statt Körperteilen werden verschiedene Teile des Schlägers genutzt, z. B. Schaft, Griff, Keule/Kelle je mit Vor- und Rückhandseite usw.

VARIATIONEN

- Als Wettspiel: Das Kind, das zuletzt den Ball mit dem korrekten Körper- oder Schlägerteil gestoppt hat, scheidet für eine Runde aus. Hier kann entweder eine Zusatzaufgabe gemacht werden oder das Kind darf die nächste Art zu stoppen ansagen (II)
- Den im Grundspiel genutzten Körperteilen werden nun Zahlen/Farben/Tiere usw. als Kommandos zugeordnet. Die Kinder müssen sich merken, mit welchem Körperteil bei welchem Kommando gestoppt werden soll (III)

DOMINO-STAFFEL



Ballannahme &
-mitnahme

III



SPIELIDEE / ÜBUNGSABLAUF

Es werden mehrere Staffeln aus fünf Kindern gebildet. Jede Staffel hat ein eigenes Quadrat aus vier Hütchen. An drei Hütchen steht ein Kind, am Starthütchen stehen zwei Kinder hintereinander und das vordere

hat den Ball. Das Kind mit Ball prellt/führt den Ball nun in Richtung des zweiten Hütchens. Nach etwa zwei Drittel des Weges (gegebenenfalls Markierung nutzen) passt es zum nächsten Kind. Dieses nimmt den Ball an bzw. fängt ihn und dribbelt/prellt zum nächsten Hütchen usw. Welche Staffel hat als erste zwei/drei/ ... Runden geschafft?

HINWEISE

- Das Spiel kann mit der Hand (prellen und werfen) oder mit dem Fuß/Hockeyschläger (Ball führen und passen) gespielt werden
- Die Größe der Quadrate kann permanent variiert werden

VARIATIONEN

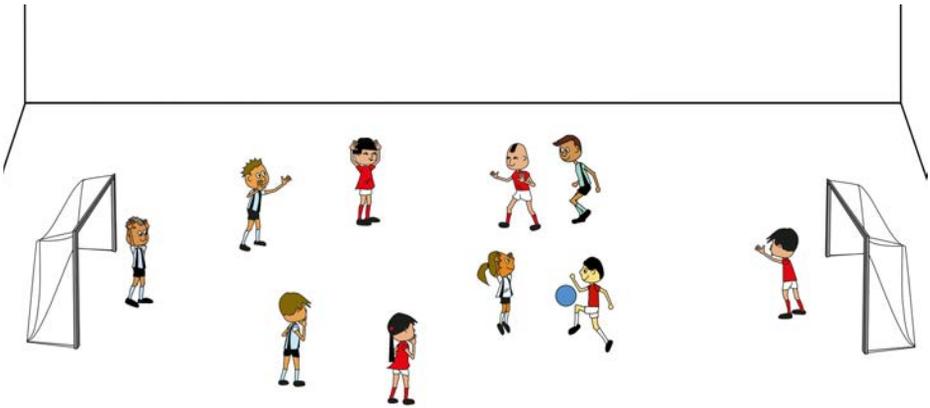
- Das annehmende Kind startet kurz bevor der Pass gespielt wird und bekommt diesen dann in den Lauf gespielt (III)

ONE-TOUCH (vgl. Lange, 2013)



Ballannahme &
-mitnahme

III



SPIELIDEE / ÜBUNGSABLAUF

Zwei Mannschaften spielen gegeneinander auf zwei Tore. Der Ball darf mit allen Körperteilen gespielt, allerdings nie gefangen oder geführt werden. Zudem darf der Ball von einem Kind nicht mehrmals hintereinander berührt werden, also immer nur mit einem Kontakt („One-Touch“).

VARIATIONEN

- Körperteile bestimmen, mit denen der Ball gespielt oder nicht gespielt werden darf **(III)**
- Anstatt auf Tore zu spielen, können die Hallenwände als Zielflächen verwendet werden **(II)**

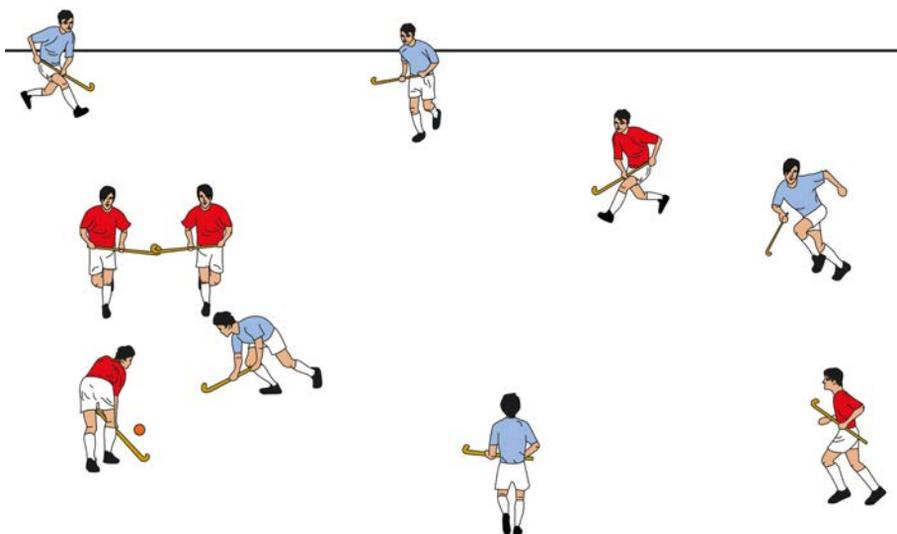
MENSCHLICHE TORE



Anbieten & Orientieren

Abschlussmöglichkeit
nutzen

II



SPIELIDEE / ÜBUNGSABLAUF

Zwei Mannschaften spielen Fußball oder Hockey gegeneinander. Punkte können erzielt werden, indem der Ball durch ein „menschliches Tor“ – bestehend aus zwei Mitspielern, die sich die Hand reichen oder die ihre Hockeyschläger kreuzen – gespielt

wird. Die Tore können jederzeit spontan von allen Kindern gebildet werden. Nach einem Punktgewinn kann wahlweise direkt weitergespielt werden oder die andere Mannschaft erhält den Ball. Ein Tor darf nicht zweimal in Folge genutzt werden. Es muss stets neu gebildet werden.

HINWEISE

- Tore können auch auf andere Arten gebildet werden, z. B. indem zwei Kinder eine „Schubkarre“ bilden

VARIATIONEN

- Ein Tor zählt nur, wenn ein Kind der eigenen Mannschaft den Ball hinter dem Tor kontrollieren kann (III)

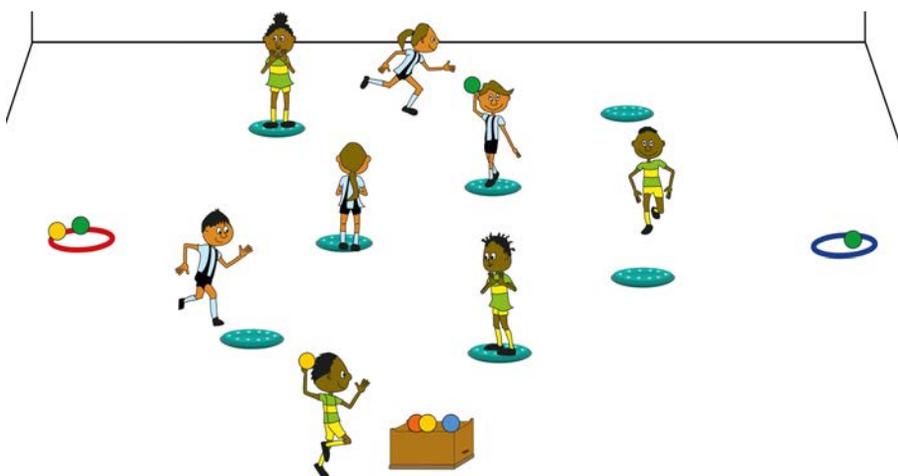
FLIESENBALL (Pabst & Scherbaum, 2018)



Anbieten & Orientieren

Ballbesitz kooperativ
sichern

III



SPIELIDEE / ÜBUNGSABLAUF

In einem Spielfeld werden sieben Teppichfliesen ausgelegt. Am Spielfeldrand steht ein umgedrehter kleiner Kasten mit verschiedenen Bällen. Es werden zwei Mannschaften mit je vier Kindern gebildet. Drei Kinder jedes Teams befinden sich im Feld. Das vierte Kind nimmt einen Ball aus dem Kasten und passt zu einem Mitspieler, der auf einer Teppichfliese steht. Nach dem Fangen des Passes wirft das Kind den Ball zum nächsten Kind und verlässt anschließend die Teppichfliese. Der Passempfänger muss immer auf einer Teppichfliese stehen.

Nach zehn regelgerechten Pässen darf der Ball in den eigenen Reifen seitlich neben dem Spielfeld gelegt werden. Berührt der Ball den Boden oder kann er nicht auf der Teppichfliese gefangen werden, muss die Mannschaft wieder bei „Null“ anfangen. Welche Mannschaft hat am Ende mehr Bälle in ihrem Reifen?

HINWEISE

- Das Kind, das den Ball im Reifen ablegt, setzt im nächsten Durchgang aus

VARIATIONEN

- Es ist erlaubt, mit nur einem Fuß auf der Teppichfliese zu stehen (II)
- Pässe dürfen nur mit der nicht-dominanten Hand gespielt werden (III)

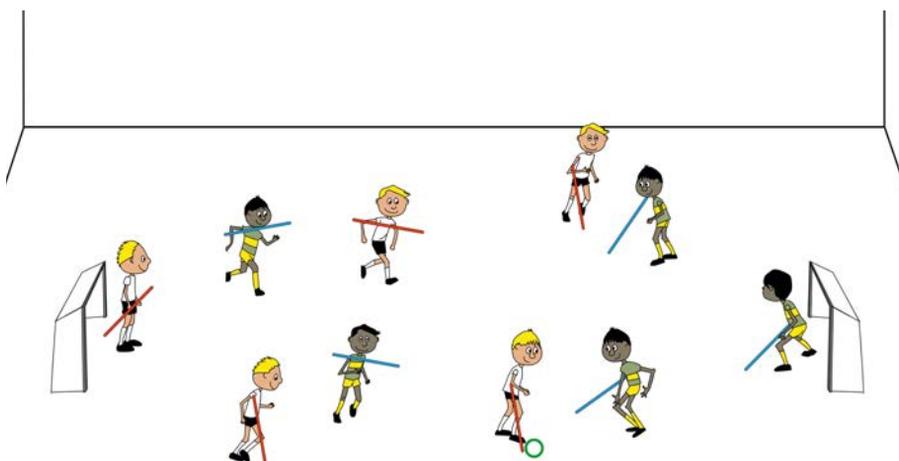
RINGHOCKEY



Anbieten & Orientieren

Überzahl kooperativ
herausspielen

III



SPIELIDEE / ÜBUNGSABLAUF

Zwei Mannschaften spielen gegeneinander auf kleine Tore. Es wird mit einem Tennis-

ring gespielt, der gut über den Boden rutscht. Als Hockeyschläger dienen Gymnastikstäbe oder umgedrehte Hockeyschläger. Der Ring kann geführt werden, indem der Stab in den Ring gestellt und über den Boden geschoben wird. Beim Schlagen darauf achten, dass der Schläger nicht über Kniehöhe gehoben wird.

HINWEISE

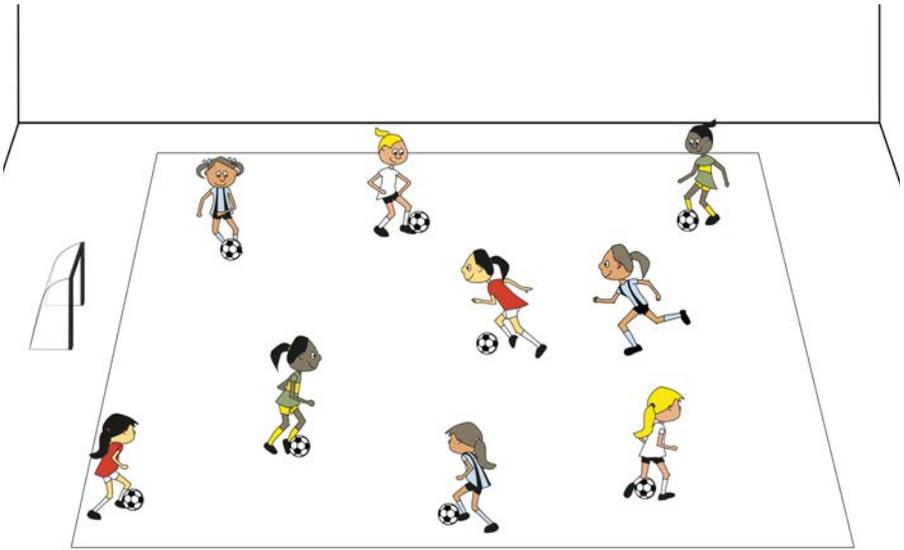
- Wenn keine kleinen Tore vorhanden sind, können die Tore auch mithilfe von zwei Hütchen gebildet werden

BALL-RÄUBER



Ballbesitz individuell
sichern

I



SPIELIDEE / ÜBUNGSABLAUF

In einem Spielfeld führen mehrere Kinder einen Ball am Fuß oder mit dem Hockeyschläger. Ein Kind bewegt sich ohne Ball und ist der Räuber. Es versucht, den anderen Kindern ihren Ball zu stehlen. Wenn der Räuber einen Ball erobert hat, bringt er ihn

schnell in seine Räuberhöhle (z. B. kleines Tor am Spielfeldrand). Das bestohlene Kind hat noch die Chance, sich den Ball zurückzuholen, bis dieser in der Höhle abgelegt worden ist. Das bestohlene Kind wird zum Räuber und hilft dem Räuberhauptmann.

VARIATIONEN

- Die bestohlenen Kinder werden nicht zu Räubern, sondern helfen den anderen Kindern. Sie können sich z. B. zum Passspiel anbieten oder Bälle auf dem Weg zur Räuberhöhle zurückerobern (II)

HINWEISE

- Beim Spielen der Variation sollten bei großen Gruppen mehrere Räuber bestimmt werden