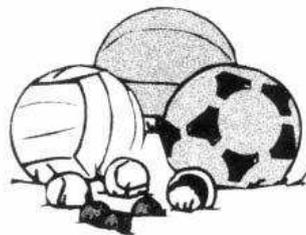


Unterlagen

Der Ball in der Schule

(Lehramt Hauptschullehrerausbildung – Leibeserziehung)



INHALTSVERZEICHNIS

LEHRPLÄNE	3
LEHRPLAN DER VOLKSSCHULE (AUSZUG)	3
LEHRPLAN DER HAUPTSCHULE (AUSZUG)	5
LEHRPLAN DER POLYTECHNISCHEN SCHULE (AUSZUG)	5
KONZEPTE FÜR DIE VERMITTLUNG VON BALLSPIELEN IN DER SCHULE	6
GRUNDLAGEN DER BALLSPIELE - ÜBERSICHT	6
<i>Mit der Hand</i>	6
<i>Mit dem Fuß</i>	7
SPIELERISCHE GRUNDFORMEN	8
<i>Übungen und Spiele mit besonderer Betonung des Prellens (Führens)</i>	8
<i>Übungen und Spiele mit besonderer Betonung des Werfens</i>	11
<i>Übungen und Spiele mit besonderer Betonung des Zuspiels</i>	14
<i>Spiele mit besonderer Betonung des Fangens</i>	20
<i>Übungen und Spiele mit besonderer Betonung der Ballannahme</i>	21
KOOPERATIONSSPIELE	22
ZIELSPIELE	25
VON ZIELSPIELEN ZU GROßEN SPIELEN	28
<i>Handball in der Schule</i>	28
<i>Basketball in der Schule</i>	31
<i>Volleyball in der Schule</i>	33
<i>Fußball in der Schule</i>	36
SCHULWETTKÄMPFE	39
FUßBALLFÜNFKAMPF - TECHNIKBEWERB	39
SCHÜLERLIGA FUßBALL UND SCHÜLERLIGA VOLLEYBALL	41
BAKETBALL-SCHULCUP	41
HANDBALL-SCHULCUP	41
„FUßBALLFÜNFKAMPF LIGHT“	41
JAHRESPLANUNG	42
ZUM SCHMUNZELN	43
LITERATUR	44

Lehrpläne¹

Lehrplan der Volksschule (Auszug)

LEHRSTOFF:

Grundstufe I	Grundstufe II
Motorische Grundlagen	
Grundtätigkeiten	Rhythmische Gymnastik Leichtathletik Gerätturnen
Spiele Tanzen Schwimmen Wandern Skilauf alpin/nordisch Eislauf Rodeln	

Eine Auswahl (Rahmenlehrplan) des Lehrstoffes ist im Hinblick auf unterschiedliche Voraussetzungen (Schüler, Übungsstätten, klimatische Bedingungen, Landschaft ...) vorzunehmen. Innerhalb der Jahresplanung ist jedenfalls auf die Vielseitigkeit des Übungsangebotes zu achten.

Grundstufe I

1. und 2. Schulstufe

Grundtätigkeiten

Rollen mit verschiedenen Geräten	<i>Geeignete Geräte: z.B. Bälle, leichte Kugeln, Reifen ...</i> Dem Partner zurollen, auf ein Ziel zurollen Rollen, mitlaufen und aufnehmen
Prellen	Gegen den Boden, an die Wand, zum Partner Am Platz und in Vorwärtsbewegung. Im eigenen Rhythmus und mit rhythmischer Unterstützung
Werfen und Fangen	Verschiedene Bälle und andere geeignete Geräte (Frisbeescheiben ...)
– Hochwerfen und selbst fangen	Am Platz und in der Bewegung Auch mit rhythmischer Unterstützung
– Zuwerfen und fangen	Einhändig und beidhändig Am Platz und in der Bewegung Auch mit rhythmischer Unterstützung
– Zielwerfen	Auch in Verbindung mit Geschicklichkeitsaufgaben In verschiedene Felder an der Wand (Markierungen; Gitterleiter, Kletterstangen, Sprossenwand ...) Auf Ziele am Boden (Medizinbälle, Reifen, Kastenteile ...)
– Weitwerfen	Beidarmig und einarmig (Schlagwurf) aus der Schrittstellung Mit verschiedenen Bällen und anderen geeigneten Geräten

¹ Siehe aktuell unter URL: www.bewegung.ac.at [1.9.05]

Spiele

Spontanes und kreatives Spielen

Mit verschiedenen Gegenständen
In verschiedenen SituationenLaufspiele mit einfachen
Anforderungen an Regelverständnis
und SozialverhaltenPlatzsuchspiele, Fangspiele, Nummern-, Massen-
und GruppenwettläufeBallspiele mit einfachen Regeln
Fertigkeitsschwerpunkte:Spielen allein, zu zweit und in Gruppen mit
verschiedenartigen Bällen (auch mit anderen
Wurfgeräten):

- Zuspielen
- Fangen
- Zielwerfen (-rollen)
- Prellen

Wanderballspiele, Treffballspiele, Ballspiele über
die Schnur ...Auch Spiele selbst erfinden (Regeln) und erproben
*Auswahl geeigneter Geräte (z.B. Weichbälle) im
Hinblick auf Angstabbau, Lernfortschritt und
Verringerung der Verletzungsgefahr*

Sinnesübende Spiele

Spiele mit einfachen visuellen, akustischen und
taktischen Wahrnehmungsaufgaben:
Nachahmungsspiele, Anschleichspiele,
Reaktionsspiele ...

- zum genauen Beobachten
- zum schnellen Reagieren
- zum Orientieren im Raum
- zur Steigerung der Aufmerksamkeit

Spiele mit geschlossenen Augen

Spiele mit Schätzen der Entfernung ...

Kooperationsspiele

Spiele, die zum Kooperieren und nicht zum

- zum gegenseitigen Kennenlernen
- zur Kommunikation und

Konkurrieren führen: Kennenlernspiele,
Vertrauensspiele, Spiele ohne Sieger ...

Gruppenbildung

- zum Abbau aggressiven Verhaltens

Grundstufe II**3. und 4. Schulstufe***Spiele*Laufspiele mit gesteigerten
Anforderungen an Geschicklichkeit,
Ausdauer, Regelverständnis und
KooperationsbereitschaftPlatzsuchspiele, Fangspiele (auch Parteifangspiele)
Gruppen-, Nummern- und StaffelwettläufeBallspiele mit gesteigerten
Anforderungen an das
Zusammenspiel innerhalb der Gruppe
Fertigkeitsschwerpunkte:

Weiterführen der Spiele mit einfachen Regeln:

Wanderballspiele, Treffballspiele, Abfangspiele ...

- Zuspielen

Regeln erfinden bzw. ausbauen oder verändern

- Fangen

Einführen einiger Mannschaftsspiele: Ball über die
Schnur, Völkerball, Schnappball ...

- Prellen

Vorformen der Sportspiele

- Zielwerfen

Vorformen von Rückschlagspielen (Indiaca,
Tischtennis...)

- Schnappen

Kooperationsspiele

Spiele mit Kooperationsaufgaben:

- zur Kommunikation und

Körperkontaktspiele,

Gruppenbildung

Vertrauensspiele, Problemlösungsspiele ...

- zum Abbau aggressiven Verhaltens

- zur Entwicklung des

Durchsetzungsvermögens

Lehrplan der Hauptschule (Auszug)

Lehrstoff:

Kernbereich:

1. und 2. Klasse:

Könnens- und leistungsorientierte Bewegungshandlungen:

Entwicklung von sportspielübergreifenden Fähigkeiten und Fertigkeiten.

3. und 4. Klasse:

Entwicklung der Sportspielfähigkeit (allein, miteinander und gegeneinander) unter technikrelevanten Aspekten.
Spielorganisation übernehmen.

Wettkämpfe (und deren Vorformen) in den verschiedensten Sportarten und Sportspielen durchführen. Leisten und Wettkämpfen unter den Aspekten Leistungswille, Fairness und Umgang mit Sieg und Niederlage; Leistungsgrenzen erfahren und respektieren, aber auch durch eigenständiges Lernen und Üben verschieben.

Angemessener Aufbau kognitiver Grundlagen zu sportlicher Leistung und Leistungsverbesserung

Spielerische Bewegungshandlungen:

Entwickeln von Spielfähigkeit und vielseitigem Spielkönnen durch spontanes und kreatives Spiel in verschiedenen Situationen mit Gegenständen, mit Geräten und ohne Geräte, durch kooperative Spiele, Spiele ohne Verlierer und durch regelgebundene Spiele.

Weiterentwicklung der Spielfähigkeit unter verstärkt technikrelevanten Aspekten.

Entwickeln von Regelbewusstsein als Fähigkeit, Spielvereinbarungen und Spielregeln anzuerkennen, situativ abzuändern und neu zu gestalten.

Zunehmend genaue Regelauslegung.
Spilleitungen übernehmen.

Taktische Maßnahmen setzen können.

Taktische Einzelentscheidungen treffen bzw. gruppen- und mannschaftstaktische Maßnahmen umsetzen können.

Lehrplan der Polytechnischen Schule (Auszug)

Lehrstoff:

Kernbereich:

Sportlich wetteifernde Bewegungshandlungen

Durchführen von Einzel- und Gruppenwettkämpfen in verschiedenen Sportarten unter den Aspekten des Sich-Bewährens, der Fairneß und der Beachtung der Wettkampfgeln sowie der Bewältigung von Sieg und Niederlage.

Erhalten und Verbessern eines individuellen und vielseitigen sportlichen Leistungsniveaus (Leistungsbreite, Leistungssteigerung. Entwickeln von Durchsetzungsvermögen).

Spielerische Bewegungshandlungen:

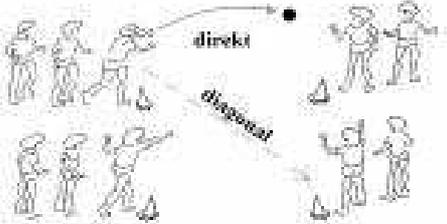
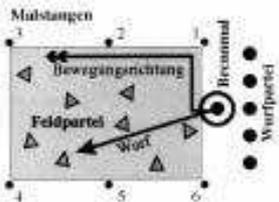
Spontanes und kreatives Spielen in verschiedenen Situationen mit und ohne Gerät; kooperative Spiele; Spiele ohne Verlierer; regelungebundene und regelgebundene Spiele.

Große Sportspiele oder Vorformen der großen Sportspiele im Hinblick auf eine Wahl als lebensbegleitende Sportart. Weiterentwicklung von Spielfähigkeit und Befähigung zum Setzen von taktischen Maßnahmen und Erprobung in Wettkämpfen innerhalb und außerhalb der Schule.

Konzepte für die Vermittlung von Ballspielen in der Schule²

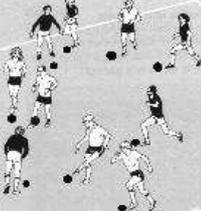
Grundlagen der Ballspiele - Übersicht

Mit der Hand

Spielerische Grundformen (alleine)		
<p>Übungen und Spiele mit besonderer Betonung des Prellens</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prellen nicht Schlagen • Prellen und Bewegen 	<p>Übungen und Spiele mit besonderer Betonung des Wurfens</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grobform • Mit einer Hand halten • Wurfweg 	<p>Übungen und Spiele mit besonderer Betonung des Fangens</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beidhändiges körperfernes Fangen
 <p>Prellen Schlagen</p>	 <p>Wurfauslage</p>	 <p>körperfern</p>
Einfache Spielformen – Kooperieren (mit Partner)		
<ul style="list-style-type: none"> • Feste Positionen (Gasse mit Flankenreihen, Dreieck, Viereck, ..., Kreis, offene Positionen mit (z.B. Reifen-)Markierung • Frei im Raum (Zu zweit, zu dritt, Kleingruppen) 	 <p>Indirektes Zuspiel</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Direktes und indirektes Zuspiel • Zuspielen und Bewegen: <ul style="list-style-type: none"> - „Eigene Gruppe“ (= nach dem Zuspiel hinter der eigenen Gruppe anstellen) - „Ball nachlaufen“ (= gleiche Richtung wie der gespielte Ball) - „Andere Richtung“ (= Entgegen der Richtung des gespielten Balls) - „Diagonale“ (= Nach dem Zuspiel diagonal zur gegenüberstehenden Gruppe laufen) - Aufmerksamkeit (= weitere Bälle ins Spiel bringen) • Alle spielen miteinander (= ständiges Wechseln der Gruppeneinstellung)
 <p>direkt diagonal</p>		
Zielspiele (alle)		
 <p>Maßstangen Bewegungsrichtung Feldpartei Wurf Wurfbereich Wurfbereich</p>	<ul style="list-style-type: none"> • „Mannschaftsspielcharakter“ • „Alle“ sind in das Spielgeschehen einbezogen • Der Leistungsschwächere wird nicht bloßgestellt • Elemente der großen Spiele sind Bestandteil bzw. werden in das Spielgeschehen eingebaut 	

² Zu den verwendeten Bällen siehe auch der „Volleyball als universelles Spielgerät“ S. 35 und „Elefantenhautbälle“ S. 11.

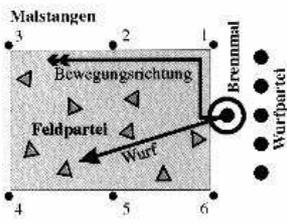
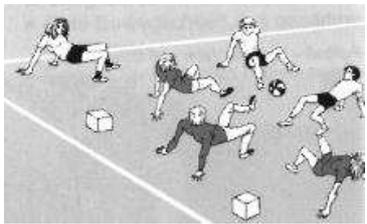
Mit dem Fuß

Spielerische Grundformen (alleine)		
<p>Übungen und Spiele mit besonderer Betonung des Ballführens</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eng führen • In alle Richtungen 	<p>Übungen und Spiele mit besonderer Betonung des Zuspiels</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mit Breitseite • Mit dem Kopf 	<p>Übungen und Spiele mit besonderer Betonung der Ballannahme</p> <ul style="list-style-type: none"> • Drauf steigen • Mit der Brust
		



Einfache Spielformen – Kooperieren (mit Partner)	
<ul style="list-style-type: none"> • Zuspiel durch Innenseitstoß, Ballannahme durch Anhalten mit Sohle • Feste Positionen (Gasse mit Flankenreihen, Dreieck, Viereck, ..., Kreis, offene Positionen mit (z.B. Reifen-)Markierung • Frei im Raum (Zu zweit, zu dritt, Kleingruppen) 	
 <p>"Ball nachlaufen"</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Direktes bzw. Zuspiel auch mit dem Kopf • Zuspielen und Bewegen: <ul style="list-style-type: none"> - „Eigene Gruppe“ (= nach dem Zuspiel hinter der eigenen Gruppe anstellen) - „Ball nachlaufen“ (= gleiche Richtung wie der gespielte Ball) - „Andere Richtung“ (= Entgegen der Richtung des gespielten Balls) - „Diagonale“ (= Nach dem Zuspiel diagonal zur gegenüberstehenden Gruppe laufen) - Aufmerksamkeit (= weitere Bälle ins Spiel bringen) • Alle spielen miteinander (= ständiges Wechseln der Gruppenaufstellung)



Zielspiele (alle)		
	<ul style="list-style-type: none"> • „Mannschaftsspielcharakter“ • „Alle“ sind in das Spielgeschehen einbezogen • Der Leistungsschwächere wird nicht bloßgestellt • Elemente der großen Spiele sind Bestandteil bzw. werden in das Spielgeschehen eingebaut 	 <p>Krebsfußball oder Sitzfußball</p>

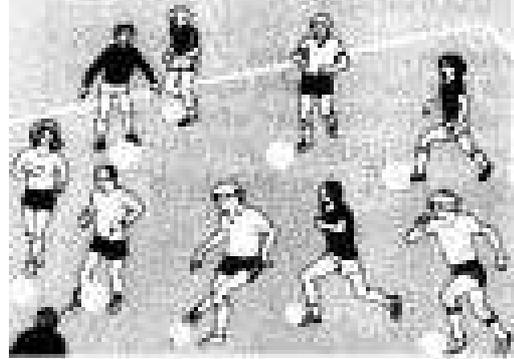
Spielerische Grundformen

Übungen und Spiele mit besonderer Betonung des Prellens (Führens)

Viele Ballkontakte für alle Schülerinnen und Schüler. Die Übungen und Spiele auch mit der schwächeren Hand/Bein durchführen!



Prellen



Führen

Erste Zielsetzung ist ein Gewöhnen an den Ball bzw. ein Mobilwerden mit dem Ball. Bald auch mit der schwächeren Hand/Bein üben!

Einfache Übungen im Stand (später im Gehen bzw. Laufen)

- Mit der **Hand**: Prellen mit „Sperrern des Körpers“ (= im Knien, Sitzen, Bauchlage, etc.), Prellen, Prellen mit „Sperrern der Finger“ (= mit vier Finger, mit drei Finger, ..., mit dem Zeigefinger, Ringfinger, ..., Handrücken, Faust, ...), mit „Sperrern des Sehsinns“ (= mit geschlossenen Augen üben), Prellen mit der schwächeren Hand;
- Mit dem **Fuß**: Jonglieren mit Luftballon, Wasserball, Volleyball (indirekt = einmal oder mehrmals aufspringen), auch mit dem schwächeren Fuß bzw. abwechselnd; Slalom durch Stangen, Mitspieler, etc.
- Mit dem **Kopf**: Jonglieren mit Luftballon, Wasserball, Volleyball

Balltrick der Woche – Die Lehrerin oder der Lehrer zeigt einmal in der Woche einen Balltrick vor, den die Schüler bis zum Nächsten mal zu Hause üben. Z.B. am Rücken fangen, um die Hüfte kreisen, über die Schulter mit einer Hand, jonglieren mit den Füßen/Händen/Kopf/Knie, zurückbeugen und durch die gegrätschten Beine werfen, mit beiden Füßen hochwerfen und mit den Händen fangen, usw. (ev. extrinsische Belohnungen)

Ein spielerisch erworbener Ordnungsrahmen unterstützt die weitere Vorgangsweise.
Weitere Vereinbarung: Wenn der Lehrer spricht, halten wir den Ball in der Hand (Akustik!). Ein Ball aus dem Spiel wird immer an einem vereinbarten sicheren Ort (z.B. hinter Gymnastikbank) abgelegt (Sicherheit!).

„**Wer ist der Letzte?**“ - Die Schüler versuchen die Anweisungen des Lehrers so schnell wie möglich auszuführen. Der Letzte macht eine kurze Aufgabe und spielt anschließend wieder mit.

„**Stoppen auf Pfiff**“ - Die Schüler erstarren auf Signal des Lehrers in ihrer Bewegung bzw. nehmen eine bestimmte Position ein (z.B. Standwaage) Der "zuletzt Bewegende" darf nach einer Aufgabe wieder mitspielen. Bewegungsaufgaben ändern!

Erstmals wird ein Regelbewusstsein provoziert und aufgezeigt.

"Ballwegschlagen" - Die Schüler versuchen mit der "freien" Hand die anderen Schüler zu stören, sodass sie den Ball verlieren.

"Fehlerball" - Wie "Ballwegschlagen", jedoch wird jeder Fehler mit einer Aufgabe ausgeglichen und dann wieder mitgespielt.

"Prellkönig" - Im Turnsaal sind drei rechteckige Felder gekennzeichnet (z.B.: Volleyballmarkierung). Alle Spieler befinden sich im ersten Feld und versuchen die Mitspieler zu einem Fehler zu verleiten. Wer einen Fehler macht, kommt ins zweite Feld, wer hier einen Fehler macht, ins dritte Feld. Bei einem Fehler im dritten Feld scheidet er aus und prellt in der Stirnreihe weiter. Der Sieger befindet sich im ersten Feld, der Zweitplatzierte im zweiten Feld, usw.

Den leistungsstarken Schüler beschäftigen, dem leistungsschwachen Schüler die Zeit zum Aufholen geben. Niemand wird bloßgestellt, alle machen mit!

"Ballrauben" - Einige Spieler haben keinen Ball und versuchen durch Berühren in Ballbesitz zu kommen.

"Verzaubern" - Ein (mehrere) Fänger verzaubern durch Berühren zu einer eingeschränkten (unangenehmen) Prelltätigkeit/Jonglieraufgabe (z.B. im Sitzen, in der Bauchlage, ...). Ein (mehrere Erlöser) heben diese Tätigkeit wieder auf.

"Dinge weitergeben" - Dinge müssen mit der "freien" Hand weitergegeben werden. Dinge ändern (z.B.: Bänder, Hut, Zeitungshut, Sprungsnur,...)

"Hindernisfangen" - Im Turnsaal werden Hindernisse (Matten, Kästen, Langbänke, ...) verteilt. Nur der „Hase“ darf sie überqueren

"Schweif rauben" - Eine Sprungsnur steckt am Rücken im Hosenbund und schaut mindestens zwei Handbreitenlängen heraus. Auf ein Zeichen des Lehrers versucht nun jeder so viele Sprungsnüre wie möglich zu erobern. Zählvorschlag: die erfolgreiche Verteidigung des eigenen Bandes zählt zwei Punkte, jedes eroberte Band zählt einen Punkt. Mehrere Durchgänge bestimmen den Sieger. Statt Sprungsnur Markierungsband verwenden. Sprungsnur lang aus Hosenbund oder Schuh nachschleifen lassen (erobern durch Draufsteigen).

"Dreierfangen" - Es werden Dreiergruppen gebildet und die Spieler mit den Nummern 1, 2 und 3 gekennzeichnet. Spieler 1 fängt den Spieler 2 seiner Gruppe, Spieler 2 anschließend den Spieler 3 und dieser fängt den Spieler 1. (Für jeden Spieler folgt auf zwei Belastungsphasen eine Pause. Gruppen möglichst unauffällig nach Leistungsstärke bilden!)

"Bälle zuwenig" - Einige Schüler laufen ohne Ball mit. Auf ein Zeichen des Spielleiters werfen alle den Ball über den Kopf nach hinten weg und versuchen einen neuen Ball zu bekommen. Wer keinen Ball hat, spielt nach einer kleinen Aufgabe wieder mit. Nach einigen Durchgängen dürfen zum Festhalten des Balles nicht mehr die Hände verwendet werden, sondern jener Körperteil, der vom Spielleiter laut angesagt wird. Ball durch die Beine werfen.

„Atome - Gruppenbildung“ - Der Spielleiter fordert die herumlaufenden Schüler durch Zuruf zur entsprechenden Gruppenbildung auf. Jene Schüler die entsprechende Gruppengröße nicht bilden konnten, spielen nach einer kleinen Aufgabe wieder mit. Zahlen auch zeigen.

"Rot fängt Blau" - Fänger mit markanten Bällen (z.B. Fußball, Basketball, roter Ball,...) tauschen mit "Gefangenen" den Ball und die Fängerrolle.

"Versteinern" - Mehrere Fänger versuchen alle Schüler zum "Erstarren" zu bringen. Mit Durchprellen des Balles durch die gegrätschten Beine eines "Erstarrten" kann dieser wieder mitspielen. "Erstarrungsart" (Bock, Hocke,...) bzw. "Erlösungsart" (Drüberspringen, Durchkriechen, Ball tauschen,...) ändern, Fänger ohne Ball, geheime Erlöser, ...

„**Wendeball**“ – Zwei Gruppen bewegen sich mit unterschiedlichen Fertigkeiten (z.B. die eine Gruppe prellt, rollt, führt, etc. mit der linken Hand, die andere mit der rechten Hand, Fuß). Jeweils ein (zwei) Fänger je Mannschaft bestimmen durch Berühren die Änderung der Bewegungsart. Nach Spielende entscheidet die Anzahl der Spieler in der entsprechenden Fertigkeit.

"**Hundehütte**" - Die Schüler bilden einen doppelten Innenstirnkreis, wobei sich im äußeren Kreis einige Spieler mehr befinden. Die inneren stehen in Grätschstellung und bilden so die "Hütte". Die äußeren laufen um den inneren Kreis herum. Auf ein Zeichen des Spielleiters versucht jeder "Hund" in eine Hütte zu kriechen. Wem dies gelingt, der tauscht mit der Hütte die Aufgabe. Auch der Innenkreis bewegt sich, kein Kreis sondern die Spieler laufen frei im Feld herum.

"**Schwarz - Weiß**" - Zwei Mannschaften stehen sich in Linie im Abstand von zwei bis drei Metern (auch freie Wahl) gegenüber. Die eine Mannschaft stellt die Mannschaft "Schwarz", die andere die Mannschaft "Weiß" dar. Auf den Ruf des Spielleiters einer der beiden Farben wird die aufgerufene Mannschaft zum Fänger, die andere zum Läufer. Die Fänger versuchen, möglichst viele Läufer abzuschlagen, die möglichst rasch hinter ihre Spielfeldbegrenzung laufen, wo sie nicht mehr gefangen werden können. Nach jedem Spielgang wird die Anzahl der gefangenen Spieler festgestellt und so die Siegermannschaft ermittelt. Aufstellungsart (Knien, Sitzen,...) ändern.

"**Wer ist der Täter**" - Ein Schüler verlässt den Turnsaal. Die anderen Schüler stehen im Kreis und führen verschiedene Aufgaben nach Anweisung eines vom Spielleiter bestimmten Schülers durch. Jener Schüler, der den Turnsaal verlassen hat, wird in die Mitte des Kreises gebeten und muss nun versuchen den Schüler zu finden, der die Anweisungen gibt.

"**Füße hoch**" - Die Läufer dürfen nicht abgeschlagen werden, wenn eine Position einnehmen, in der die Füße vom Boden abheben (es muss aber weitergeprellt werden. Die Läufer müssen die eingenommene Position sofort wieder aufgeben, wenn der Fänger von ihnen abgelassen hat. Positionen ändern.

"**Staffeln**" - Staffeln mit Betonung des Prellens. Umkehrstaffeln, Pendelstaffeln, Platzwechselstaffeln, Kreisstaffeln, Lustige Staffeln, ...

"**Seitenwechsel mit Fangen**" - Auf dem Spielfeld befindet sich in einem durch Linien begrenzten Raum ein Fänger. Die Läufer stehen an der Schmalseite des Spielfeldes. Auf ein Zeichen des Spielleiters versuchen sie, auf die Gegenseite zu laufen und dort Aufstellung zu nehmen. Die abgeschlagenen Spieler werden zu Fänger. Abgeschlagene Spieler zählen, Abgeschlagene Spieler wechseln mit Fänger, ...

„**Kein Ball, ein Ball, zwei Bälle**“ - Die Schüler besitzen zu Spielbeginn ca. zu einem Drittel keinen Ball, einen Ball oder zwei Bälle. Jeder versucht in den Besitz von zwei Bällen zu gelangen. D.h. ein Spieler ohne Ball fängt einen Spieler mit einem Ball oder zwei Bällen (dieser braucht jedoch nur einen herzugeben), ein Spieler mit einem Ball fängt einen Spieler mit zwei Bällen. Der Spieler mit zwei Bällen kann den zweiten Ball tragen! Beim Schlusszeichen machen diejenigen, die keinen oder einen Ball besitzen, kleine Übungen.

Neue Spielidee(n):

Spiele zur Förderung und Festigung der Wurftechnik

"Hasenjagd" - Die Spieler stehen in Kleingruppen (Flankenreihe) vor einer (Ballspiel)wand. Die Gruppenersten versuchen einen "Hasen" (= mutiger Schüler) beim Seitenwechseln zu treffen.

Variante: Gruppenwettkampf, Hindernisbahn, rollender (Medizin)ball, Hindernis wird an einer Sprungschnur gezogen, Drachenjagd, Reifen halten, ...



"Haltet die Hallenhälfte frei " - Das Spielfeld wird durch eine Langbank oder eine Schnur in zwei Hälften geteilt. In jeder Hälfte befindet sich eine Mannschaft. Jeder Spieler soll im Besitz von mindestens einem Ball sein. Auf ein Zeichen wirft jede Mannschaft ihre Bälle möglichst schnell in das gegnerische Spielfeld. Jeder ankommende Ball wird sofort wieder zurückgeworfen. Auf einen Pfiff des Schiedsrichters darf kein Ball mehr berührt werden. Die Mannschaft mit der geringeren Anzahl an Bällen in ihrem Spielfeld ist Sieger. Nur bestimmte Schüler dürfen Werfen (Wurfmaschinen), alle anderen sind Ballsammler (ev. im "Rückwärtsgang")

Varianten: Über Volleyballnetz, unter tief gestelltes Volleyballnetz, werfender Ball muss zuerst im eigenen Feld aufspringen,...

"Treffball vom Spielfeldrand" - In der Mitte des Spielfeldes steht ein "Zielobjekt". An den gegenüberliegenden Endlinien stehen sich zwei (vier) Mannschaften gegenüber. Jeder Spieler besitzt zumindest einen Ball und versucht das Objekt zu treffen. Bälle können geholt werden (ev. Rückwärtsgang), müssen aber von der Grundlinie geworfen werden.

Variante: Hüte, Medizinbälle, offene Sprungkästen, Keulen,... als Zielobjekte einsetzen. Nur bestimmte Schüler dürfen Werfen (Ballsammler)

"Treffball von der Spielfeldmitte" - In der Mitte des Spielfeldes stehen zwei (vier) Mannschaften (Flankenreihe). Der Gruppenerste versucht ein Zielobjekt an den Grundlinien zu treffen, holt sofort seinen Ball und stellt sich wieder an.

Variante: Basketballbretter als Zielobjekt, Ball muss vorm Runterfallen mit bestimmten Körperteil berührt werden, gefangen werden, bestimmte Wandhöhe muss erreicht werden, ...

"Kasten ausräumen" - Ein Spielfeld wird durch ein Volleyballnetz getrennt. Unmittelbar beim Netz stehen mit Bällen gefüllte offene Sprungkästen (ca. drei Teile). An der Seite jedes Sprungkastens stehen zwei Werfer, die auf ein Zeichen des Schiedsrichters versuchen, den Sprungkasten zu leeren, indem sie die Bälle über das Volleyballnetz werfen. An der Rückseite jedes Sprungkastens befinden sich zwei Schüler, die, die von ihrer Mannschaft zugerollten Bälle, wieder in den Sprungkasten füllen. Auf ein Zeichen des Spielleiters "erstarren" die "Werfer" und "Füller" und die im Kasten verbliebenen Bälle werden gezählt.

Variante: Ein Langbankdreieck oder Viereck wird geleert, ...

"Wurfübungen auf ein Tor" - der Lehrer spielt Tormann, Reifen werden aufgehängt und dienen als Ziel, Kästen werden vorgestellt und die Entfernung vergrößert, zwei Torleute, Sprungwurf, Gruppenwettkampf auf Kästen mit Medizinbällen, Sprungwurf, ...

"Schwarz - Weiß mit Abwerfen" - Zwei Mannschaften stehen sich in Gassenaufstellung im Abstand von ca. zwei Metern gegenüber. Zwischen zwei gegenüberstehenden Partner liegt jeweils ein Ball. Die eine Mannschaft ist "Schwarz", die andere "Weiß". Auf den Ruf einer Farbe durch den Spielleiter, z.B. "Schwarz", läuft diese Mannschaft zu den Bällen. Die

Mannschaft "Weiß" führt eine Kehrtwendung aus und läuft davon. Mannschaft "Schwarz" versucht, möglichst viele der "Weißen" abzuwerfen. Laufen mit dem Ball ist nicht erlaubt.

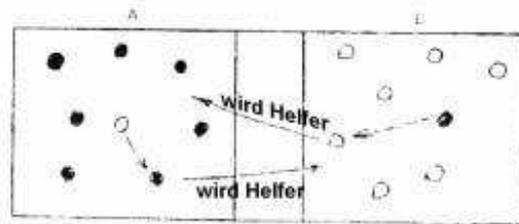
Variante: Aufstellungspositionen ändern, "schwache" Hand wirft, Fortbewegungsart wechseln, ...

"Startball" - Wie "Schwarz-Weiß", jedoch starten die zwei Mannschaften von der Breitseite des Turnsaales zur gegenüberliegenden. Die Bälle liegen an der Mittellinie.

"Jägerball" - Ein (mehrere) Spieler, der Jäger, erhält einen Ball. Die anderen, die Hasen, laufen frei im Spielfeld umher und werden vom Jäger gejagt und abgeworfen. Wer getroffen ist, wird zum Jäger.

Varianten: Kleingruppen, nur "Unterschenkeltreffer" sind gültig; der Hase zieht einen Gegenstand mit einer Sprungsnur nach; wer getroffen wurde, muss sitzen bzw. auf allen Vieren fortbewegen, bis er einen zufällig herumrollenden Ball erwischt.

"Zweifelderjägerball" - Je eine Spielgruppe hält sich in zwei nebeneinander liegenden Spielfeldern auf. Ein Spieler der Gruppe A begibt sich ins Spielfeld der Gruppe B und ist dort Jäger, ebenso wie ein Spieler der Gruppe B im Spielfeld A. Nach Anpfiff beginnt die Jagd in beiden Feldern. Wer getroffen ist, muss ins andere Spielfeld, wo er dem Jäger beim Abschießen hilft. Sieger ist die Gruppe, die das Spielfeld am schnellsten von den Hasen gesäubert hat. Wurfbälle werden beim Wechsel in das andere Feld aus einem Depot an der Spielfeldmittellinie entnommen. Nur Unterschenkeltreffer zählen.



"Ball (Bälle) zu wenig" - Wie beim Prellen (siehe S. 9), jedoch auf das Zeichen erfolgt ein Wurf auf die nächstliegende Wand.

Staffeln mit Betonung des Werfens -

Spiele zur Förderung der Wurfkraft

"Medizinballtreiben"³ - Zwei Mannschaften versuchen einen (mehrere) Bälle (Medizinbälle, Basketbälle, ...) mit gezieltem Ballwurf an die gegenüberliegende Wand zu treiben.

Variante: Nur bestimmte Schüler dürfen treiben (Ballssammler); berührt ein Ball einen Schüler, setzt dieser aus; Schientreibball.

"Saalschlacht" - Jeder versucht bei jedem "Unterschenkeltreffer" zu erzielen. Jeder erzielte Treffer (nicht hintereinander) zählt einen Punkt, für jeden erhaltenen Treffer wird ein Punkt abgezogen.

„Weichboden umschießen“ – Ein zwischen zwei Kästen eingeklemmter und aufgestellter Weichboden wird von beiden Seiten (einer Seite) beworfen bis er umfällt.

Völkerball mit rollenden Medizinbällen

³ Ein Medizinball ist ein zwischen 2 und 5 kg schwerer Ball aus dickem Leder oder Gummimaterial gefertigt. Er hat einen Durchmesser von 30-35 cm, ein Gewicht von 1 - 5 kg, und ist als Vollball angelegt, das heißt, er wird nicht wie viele andere Bälle mit Luft aufgepumpt. Die Bezeichnung Medizinball kommt aus den USA, wo diese Art Bälle zuerst als Medizin für den Körper Verwendung fanden, da beim Werfen und Fangen nahezu die gesamte Muskulatur gekräftigt wird. Die Erfindung wird William Muldoon (1853 - 1933) zugeschrieben, einem New Yorker Polizisten, der unter dem Namen Iron Duke an Box- und Ringturnieren teilnahm. Bald fand der Ball auch Eingang als Sportgerät in die heilkräftige Gymnastik.

Übungen und Spiele mit besonderer Betonung des Zuspiels

1) Der Innenseitstoß

Methodische Erarbeitung des Innenseitstoßes

Für den Anfänger eignen sich zunächst weichere Bälle (Elefantenhaut, Volleyball) besser als ein Fußball, besonders auch deshalb, weil ein herumfliegender unkontrollierter Ball nie ausgeschlossen werden kann.

Grobform eines Innenseitstoßes - Bewegungsbeschreibung:

a) Der gerade Innenseitstoß:

Der Ball wird mit der Innenseite des Fußes gestoßen, die begrenzt wird von einer großen Fläche zwischen Fersenbein, Innenknöchel und Großzehengelenk. Das Aufsetzen des Standbeins erfolgt neben dem Ball, die Fußlängsachse zeigt in Schussrichtung. Die Gelenke des Standbeins werden im Verlaufe der Stoßbewegung leicht gebeugt. Soll der Ball flach und ohne Drall gespielt werden, so ist er zentral zu treffen.



Trefferfläche beim Innenseitstoß

Der Oberkörper bleibt senkrecht oder geht in eine geringfügige Vorlage. Charakteristisch für die Ausholbewegung des Spielbeins ist dessen Außendrehung. Sie ermöglicht ein Treffen des Balles mit dem quer gestellten Fuß, dessen Spitze ein wenig angehoben wird. Die Anspannung der vorder- und rückseitigen Unterschenkelmuskulatur gewährleistet eine Fixierung des oberen Sprunggelenks beim Ballkontakt. Nach dem Treffen des Balles hat die Bewegung des Spielbeins zwar keinen Einfluss mehr auf dessen Flugbahn. Trotzdem sollte nach Möglichkeit ein Ausschwingen des Schussbeins erfolgen und kein abruptes Abstoppen.



b) Der schräge Innenseitstoß:

Um den Ball zur Seite abspielen zu können, muss das Standbein natürlich hinter dem Ball platziert werden. Die Schussbewegung wird eingeleitet, indem der leicht gebeugte Unterschenkel schräg seitwärts und nach innen über die Körperlinie geführt wird. Der Fuß, mit dem geschossen wird, schwingt in Richtung des geplanten Abspiels und trifft die Mitte des Balles.

Lehr- und Lernweg

Eine Möglichkeit einer größeren Gruppe die Grobform eines Innenseitstoßes beizubringen stellt das gemeinsame Üben in Flankenreihen dar. Die Schüler stehen ca. 3 bis 5 m vor einer Ballspielwand in Flankenreihen zu höchstens 5 Schülern. Jede Reihe öffnet mind. auf Armlänge zum Vordermann.

- Linksschützen bilden eine eigene Gruppe.
- Die Position des Lehrers vor der Gruppe ist bei der Demonstration gleich der Schülerposition.

Der Lehrer erarbeitet die Grobform des geraden Innenseitstoßes im Stand zunächst ohne Ball.

Nachstehend eine mögliche schrittweise Annäherung:

Günstig ist die gleichzeitige Bewegungsdurchführung auf Anweisung (Kommando) des Lehrenden, da hier Fehler einzelner leichter zu erkennen sind.

- Versuch aus dem Stand mit dem linken Bein (**Standbein**) einen Schritt nach vorne zu machen und gleichzeitig mit dem rechten Bein (**Spielbein**) so auszuholen, dass die Innenseite nach vorne schaut. Dabei werden beide Arme ausgebreitet um das Gleichgewicht beim Stehen auf einem Bein zu unterstützen. (Linksschütze umgekehrt!). Übungswiederholung immer aus der Ausgangsstellung (Stand).
- Gleiche Übung über einen quer zur Bewegungsrichtung liegenden Turnstab (Sprungseil). Nachrücken (der Gruppenerste reiht sich wieder hinten an)
- Abstand innerhalb der Flankenreihe vergrößern und gleiche Übung mit Angehen.
- Gleiche Übung wie vorher, jedoch einen bei der Sprungsnur liegenden Medizinball (ev. auch ein auf einem Sprungsnurknäuel fixierter Basketball, ...) mit der Innenseite des Spielbeins leicht berühren.
- Gleiche Übung wie vorher, jedoch wird der in der Flankenreihe vorne befindliche Ball gespielt (treffen unter der gedachten Ballmitte!). Günstig ist hier eine Zielvorgabe (z.B. zwei Markierungshüte mit darüber liegendem Turnstab)

Gespielte Bälle werden immer vom Schützen nur mit dem Einsatz der Beine retourniert!

Die besondere Aufmerksamkeit des Lehrers gilt dem

- Standbein neben dem Ball, Arme ausgebreitet, Oberkörper zunächst über dem Ball.
- Schussweg (d.h. den Weg den der Ball zurücklegt ist flach und gerade)

Bald auch mit dem schwächeren Bein üben!



Spiele zur Festigung und Förderung des einfachen Zuspiels mit dem Innenseitstoß

Bei allen Spielen darf ein Ball ausschließlich mit dem Fuß bewegt werden!

Wettkämpfe in Flankenreihe – Aus der Aufstellungsform beim Erarbeiten einer Grobform des Innenseitstoßes können sehr leicht Einzel- und Gruppenwettkämpfe durchgeführt werden. Ev. mit Zusatzaufgaben.

„Zuspiel mit der Wand“ – Im Abstand von anfangs ca. 5 Schritten wird der Ball gegen die Wand gespielt. Ballannahme zunächst durch Stoppen, später direktes Spiel.

"Haltet die Hallenhälfte frei " - Das Spielfeld wird durch ein niederes Volleyballnetz in zwei Hälften geteilt. In jeder Hälfte befindet sich eine Mannschaft. Jeder Spieler soll im Besitz von mindestens einem Ball sein. Auf ein Zeichen schießt jede Mannschaft ihre Bälle möglichst schnell in das gegnerische Spielfeld. Jeder ankommende Ball wird sofort wieder aus der Ruhelage mit Innenseitstoß zurückgespielt. Auf einen Pfiff des Schiedsrichters darf kein Ball mehr berührt werden. Die Mannschaft mit der geringeren Anzahl an Bällen in ihrem Spielfeld ist Sieger. Nur bestimmte Schüler dürfen von einer Markierung (z.B. Sprungschnur) aus zuspielen (Schussmaschine, d.h. sie darf nur die geübte Grobformbewegung ausführen und nicht den Ball auflegen bzw. herrichten), alle anderen sind Ballsammler (ausschließlich mit dem Fuß!).

Varianten: Jeder Netztreffer bringt Abzüge; besondere Bälle zählen mehr; Nummern auf den Bällen werden zusammengezählt.

"Treffball vom Spielfeldrand" - In der Mitte des Spielfeldes (auf der Mittellinie) steht ein "Zielobjekt". An den gegenüberliegenden Endlinien stehen sich zwei (vier) Mannschaften gegenüber. Jeder Spieler besitzt zumindest einen Ball und versucht das Objekt so zu treffen, dass es auf die andere Spielhälfte kommt. Bälle können innerhalb der eigenen Hälfte geholt werden, müssen aber von der Grundlinie gespielt werden.

Variante: Hüte, Medizinbälle, etc. als Zielobjekte einsetzen; nur bestimmte Schüler dürfen Werfen (Ballsammler)

"Schwarz - Weiß mit Abschießen" - Zwei Mannschaften stehen sich in Gassenaufstellung im Abstand von ca. zwei Metern gegenüber. Zwischen zwei gegenüberstehenden Partner liegt an der Mittellinie jeweils ein Ball. Die eine Mannschaft ist "Schwarz", die andere "Weiß". Auf den Ruf einer Farbe durch den Spielleiter, z.B. "Schwarz", läuft diese Mannschaft zu den Bällen. Die Mannschaft "Weiß" führt eine Kehrtwendung aus und läuft davon. Mannschaft "Schwarz" versucht, möglichst viele der "Weißen" abzufassen. Nur Treffer mit flachen Bällen zählen.

Variante: Aufstellungspositionen ändern, "schwacher" Fuß passt, Fortbewegungsart wechseln, ...

Neue Spielidee(n):

2.) Kopfball

Methodische Erarbeitung des Kopfballspiels

Für den Anfänger eignen sich zunächst auch hier weichere Bälle (Elefantenhaut, Volleyball) besser als ein Fußball.

Grobform eines Kopfballspiels - Bewegungsbeschreibung:

Beim Kopfballspiel wird der Ball mit dem Stirnbereich aktiv getroffen, d.h. der Kopf wird durch ein Ausholen des Rumpfes unterstützt.



aus dem Stand

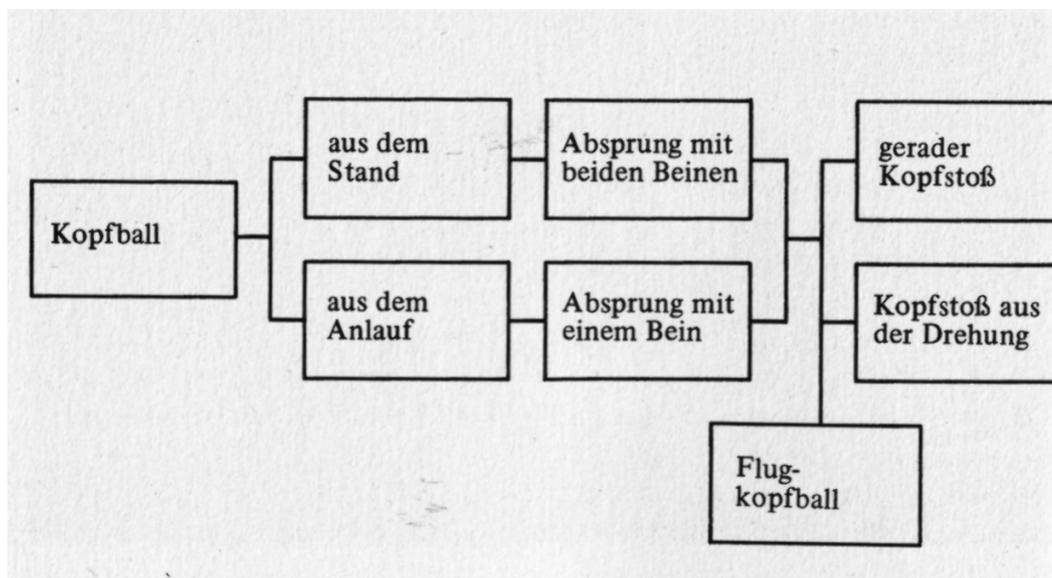


aus dem Lauf

Das aktive Treffen des Balles kann durch Luftballons, Wasserbälle u. ähnl. insbesondere für ängstliche Schüler vorbereitet werden. Beim Treffen sollten die Augen geöffnet sein! Das Kopfballspiel mit einem Volleyball sollte ein längerer Zwischenschritt auf dem Weg zum Erlernen sein.



Flugkopfball (Hechkopfstoß)



Spiele zur Festigung und Förderung des Kopfballsports

Kopfball mit der Wand – Z.B. Aus dem Schrittstand aufwerfen des Balls und möglichst hoher Kopfball gegen die Wand, und dgl.

„Kopfballpendelübungen“ – (Kopfballpendel = an einer Schnur in ca. Kopfhöhe hängender Wasserball).

Übungsbeispiele:

- Köpfen aus dem Stand gegen einen kopfhoch hängenden Ball. Den zurückpendelnden Ball sofort wieder köpfen.
- Sprungkopfball: aus dem Stand zum Ball springen und köpfen. Einige Zwischenschritte auf der Stelle durchführen und den zurückpendelnden Ball erneut köpfen.
 - a) Dem Ball wenig Schwung geben.
 - b) Mit großer Wucht köpfen.
- Sprungkopfball aus dem Anlauf und Absprung mit einem Bein. Nach dem Sprungkopfball weich landen, einige Schritte weiterlaufen und nach einer halben Drehung erneut zum Kopfball anlaufen.
- Wie vorher; jetzt laufen zwei bis drei Spieler nacheinander zum Ball und köpfen den zurückpendelnden Ball aus dem Sprung. Danach von der anderen Seite.
- Absprung aus dem Stand mit beiden Beinen. Der erste Kopfballstoß erfolgt geradeaus, der zweite im rechten Winkel nach links, danach wieder geradeaus und im rechten Winkel nach rechts.
- Wie vorher; jetzt aus dem Anlauf und Absprung mit einem Bein.
- Spieler A köpft den Ball aus dem Anlauf nach vorn; Spieler B springt dem Ball entgegen und stoppt ihn mit der Stirn ab. Dann läuft erneut A zum Köpfen an, und stoppt den Ball wieder. Nach dem Köpfen einige Schritte weiterlaufen und von der anderen Seite köpfen.

"Zehnerln". Dieses Ballspiel besteht aus einer Reihe von verschiedenen Übungen, von den leichtesten angefangen bis zu den schwierigsten. Jede Übung wird wiederholt: Die erste zehnmal, die zweite neunmal, die dritte achtmal und jede weitere um einmal weniger. Wer die genau vorgeschriebene Übung nicht durchführt oder wem der Ball zu Boden fällt, hört zu spielen auf, und wenn er wieder an der Reihe ist, beginnt er dort, wo er aufgehört hat.

Beispiel (ev. auch als „Hausübung“; ev. auch „Merksätze“ anfertigen):

- 1.) Den Ball mit dem Kopf an die Mauer spielen und ihn mit beiden Händen fangen.
- 2.) Den Ball mit dem Kopf spielen und ihn nur mit der rechten Hand fangen.
- 3.) Den Ball mit dem Kopf spielen und mit der linken Hand fangen.
- 4.) Den Ball mit dem Kopf spielen, in die Hände klatschen, den Ball mit beiden Händen fangen.
- 5.) Den Ball mit dem Kopf spielen, einmal vor dem Körper und einmal hinter dem Körper in die Hände klatschen und den Ball mit beiden Händen fangen.
- 6.) Den Ball mit dem Kopf spielen und eine Kniebeuge machen, mit den Fingern beider Hände den Boden berühren, sich aufrichten und den Ball mit beiden Händen fangen.
- 7.) Den Ball mit dem Kopf spielen, Drehung um 360°, mit beiden Händen fangen.
- 8.) Den Ball zweimal hintereinander mit dem Kopf spielen, ihn mit der rechten Hand fangen.
- 9.) Den Ball zweimal hintereinander mit dem Kopf spielen und ihn mit der linken Hand fangen.
- 10) Den Ball aus dem Stand rücklings über den Kopf an die Mauer werfen, sich umdrehen und ihn zweimal mit dem Kopf spielen

"Hasenjagd" - Die Spieler stehen in Kleingruppen (Flankenreihe) vor einer (Ballspiel)wand. Die Gruppenersten versuchen einen "Hasen" (= in der Bewegung eingeschränkter Schüler, z.B. beidbeinig hüpfend) beim Seitenwechseln zu treffen.

"Haltet die Hallenhälfte frei" - Das Spielfeld wird durch ein Volleyballnetz in zwei Hälften geteilt. In jeder Hälfte befindet sich eine Mannschaft. Jeder Spieler soll im Besitz von mindestens einem Ball sein. Auf ein Zeichen schießt jede Mannschaft ihre Bälle möglichst schnell mit dem Kopf in das gegnerische Spielfeld. Jeder ankommende Ball wird sofort wieder zurückgespielt. Auf einen Pfiff des Schiedsrichters darf kein Ball mehr berührt werden. Die Mannschaft mit der geringeren Anzahl an Bällen in ihrem Spielfeld ist Sieger. Nur bestimmte Schüler dürfen von einer Markierung (z.B. Reifen) aus zuspielen (Kopfballmaschinen), alle anderen sind Ballsammler.

Varianten: Jeder Netztreffer bringt Abzüge; besondere Bälle zählen mehr; Nummern auf den Bällen werden zusammengezählt.

"Treffball von der Spielfeldmitte" - In der Mitte des Spielfeldes stehen zwei (vier) Mannschaften (Flankenreihe). Der Gruppenerste versucht mit dem Kopf ein Zielobjekt an der Grundlinie zu treffen, holt sofort seinen Ball und stellt sich wieder an.

Variante: Basketballbretter als Zielobjekt, Ball muss vorm Runterfallen mit bestimmten Körperteil berührt werden, gefangen werden, bestimmte Wandhöhe muss erreicht werden, ...

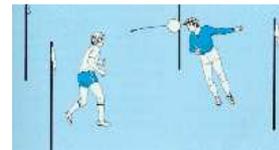
"Kasten ausräumen" - Ein Spielfeld wird durch ein Volleyballnetz getrennt. Unmittelbar beim Netz stehen mit Bällen gefüllte offene Sprungkästen (ca. drei Teile). An der Seite jedes Sprungkastens stehen zwei Kopfballspieler, die auf ein Zeichen des Schiedsrichters versuchen, den Sprungkasten zu leeren, indem sie die Bälle über das Volleyballnetz köpfeln. An der Rückseite jedes Sprungkastens befinden sich zwei Schüler, die, die von ihrer Mannschaft zugerollten Bälle, wieder in den Sprungkasten füllen. Auf ein Zeichen des Spielleiters "erstarren" die "Werfer" und "Füller" und die im Kasten verbliebenen Bälle werden gezählt.

Variante: Ein Langbankdreieck oder Viereck wird geleert, ...

"Ball (Bälle) zu wenig" - Wie beim Prellen (siehe S. 9), jedoch auf das Zeichen erfolgt ein Kopfstoß auf die nächstliegende Wand.

„Kopfball über dem Weichboden“ – Insbesondere Flugkopfball auch mit Zielvorgaben.

„Kopfballwettkampf“ – Jeweils 1 (2) Spieler spielen auf zwei knapp gegenüberstehende (improvisierte) Tore durch selbst aufwerfen und köpfeln. Geköpft wird immer vom Ort der Ballannahme bzw. nach Torerfolg von der Torlinie.



Neue Spielidee(n):

Spiele mit besonderer Betonung des Fangens

Eine Grobform des körperfernen Fangens wird besonders dadurch gefördert, dass bei Spielen mit Betonung des Prellens bzw. Werfens immer wieder herum rollende und springende Bälle mit den Händen aufgenommen werden müssen.

Nachstehende Spiele sollten daher in einer Langzeitplanung erst später bzw. nur als Kontrolle für den Lernfortschritt im Bereich des Ballfangens eingesetzt werden!

"Ball bewahrt vorm Fangen" - Ein (mehrere) Fänger versuchen z.B. ein Band weiterzugeben. Bälle schützen durch Zuwerfen vor der Annahme des Bandes.

"Versteinern mit Ball weitergeben" - Spielregeln mit Varianten wie beim Versteinern (siehe S. 9), jedoch erfolgt das Erlösen durch Zuwerfen eines Balles. Wird ein Ballbesitzer versteinert, scheidet der Ball aus. Zu Spielbeginn ist eine vom Lehrer festgesetzte Anzahl von Bällen im Umlauf.

Variante: Erlösen durch "Ballwechsel". Wenn nur einer runter fällt, sind beide versteinert.

"Balljagd im Kreis" - Im Zentrum eines Innenstirnkreises befinden sich zwei gute Fänger, die zunächst Rücken an Rücken (jeder einen Ball) diesen den Spielern ihrer Mannschaft zuwerfen. Jeder zweite Spieler des Innenstirnkreises ist die Mannschaft eines Zentrumspielers. Ein Spieler im Zentrum versucht nun den anderen Spieler mit dem Ball(wurf) einzuholen. Der Jäger und der Gejagte können jederzeit die Richtung wechseln, dürfen aber keinen Kreisspieler beim Zuspiel auslassen.

"Wer den Ball hat, wird gefangen" - Mehrere Bälle werden im Spielfeld zugespielt. Ein (mehrere) Fänger versucht einen Spieler in Ballbesitz zu berühren oder einen Fehler beim Zuspiel (Fangfehler, schlechtes Zuspiel) zu provozieren. Bei Fehler Rollentausch.

"Fangen mit der Wand" - Aufgaben mit einer Ballspielwand. "Zehnerln". Dieses Ballspiel besteht aus einer Reihe von verschiedenen Übungen, von den leichtesten angefangen bis zu den schwierigsten. Jede Übung wird wiederholt: Die erste zehnmal, die zweite neunmal, die dritte achtmal und jede weitere um einmal weniger. Wer die genau vorgeschriebene Übung nicht durchführt oder wem der Ball zu Boden fällt, hört zu spielen auf, und wenn er wieder an der Reihe ist, beginnt er dort, wo er aufgehört hat.

- 1.) Den Ball mit der rechten Hand an die Mauer werfen und ihn mit beiden Händen fangen.
- 2.) Den Ball mit der rechten Hand werfen und ihn nur mit der rechten Hand fangen.
- 3.) Den Ball mit der linken Hand werfen und mit der linken Hand fangen.
- 4.) Den Ball mit der rechten Hand werfen, in die Hände klatschen, den Ball mit beiden Händen fangen.
- 5.) Den Ball mit der rechten Hand werfen, einmal vor dem Körper und einmal hinter dem Körper in die Hände klatschen und den Ball mit beiden Händen fangen.
- 6.) Den Ball mit der rechten Hand werfen, eine Kniebeuge machen, mit den Fingern beider Hände den Boden berühren, sich aufrichten und den Ball mit beiden Händen fangen.
- 7.) Den Ball mit der rechten Hand werfen, Drehung um 360°, mit beiden Händen fangen.
- 8.) Den Ball unter dem rechten Knie hindurch werfen, ihn mit der linken Hand fangen.
- 9.) Den Ball mit der linken Hand unter dem linken Knie hervor werfen und ihn mit der rechten Hand fangen.
- 10.) Den Ball aus dem Stand rücklings über den Kopf an die Mauer werfen, sich umdrehen und ihn mit beiden Händen fangen.

"Ballfangen über dem Weichboden" - Im Flug über einen Weichboden einen zugeworfenen Ball fangen. "Tormanntraining" mit dem Weichboden.

"Staffeln mit Betonung des Fangens" -

Übungen und Spiele mit besonderer Betonung der Ballannahme

Eine Grobform der Ballannahme wird besonders dadurch gefördert, dass bei Spielen mit Betonung des Ballführens bzw. Zuspielens nie die Hände benutzt werden dürfen.

„**Stoppball**“ – Alle Spieler haben auf einen ruhenden Ball einen Fuß draufgestellt. Ein „Störer“ versucht durch „wegkicken“ der Bälle zu verhindern, dass es gelingt, diesen Ausgangszustand wieder für einen kurzen Augenblick zu erreichen.

Übungen mit der Wand – Abprallende Bälle stoppen. Ev. Variante des „Zehnerlins“ erfinden.

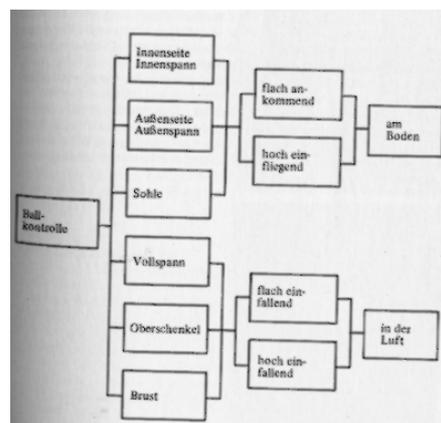
„**Laufspiele mit Ballnachziehen**“ – Der Ball darf nur mit der (vorderen) Fußsohle rückwärts „gestreichelt“ werden. Z.B. „Wer ist der Letzte?“, „Ball zuwenig“, „Dinge weitergeben“, etc.

"Versteinern mit Ballstoppen" - Spielregeln mit Varianten wie beim Versteinern (siehe S. 9), jedoch erfolgt das Erlösen durch Stoppen eines Balles nach dem Zuspiel.

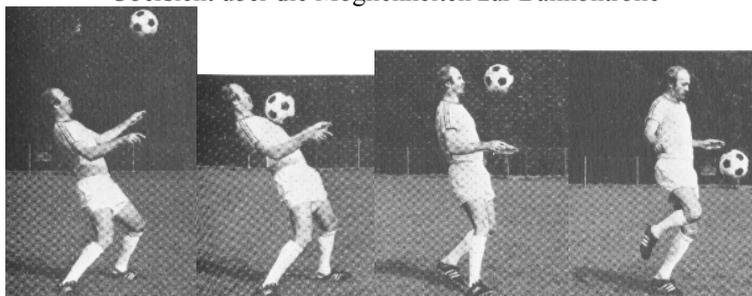
"Balljagd im Kreis" - Im Zentrum eines Innenstirnkreises befinden sich zwei gute Spieler, die zunächst Rücken an Rücken (jeder einen Ball) diesen den Spielern ihrer Mannschaft zuwerfen. Jeder zweite Spieler des Innenstirnkreises ist die Mannschaft eines Zentrumspielers. Ein Spieler im Zentrum versucht nun den anderen Spieler mit dem Ball(zuspiel) einzuholen. Der Jäger und der Gejagte können jederzeit die Richtung wechseln, dürfen aber keinen Kreisspieler beim Zuspiel auslassen bzw. der Ball muss immer gestoppt werden.

„**Schlappenball**“ – Grundidee: Ein Spieler hält einen Schuh (=Schlappen) in der Hand und spielt damit den Ball (nur bis Kniehöhe). Ein Ball kann nur mit dem schuhlosen Fuß gestoppt werden.

Steigerung der Ballkontrolle durch Erlernen und Einbinden von weiteren Formen der Ballannahme (zunächst mit Luftballon, Wasserball, dgl. später Volleyball).



Übersicht über die Möglichkeiten zur Ballkontrolle



Z.B. Ballannahme mit der Brust

Kooperationsspiele

Voraussetzung:

Hand: Grobform des Werfens und Fangens

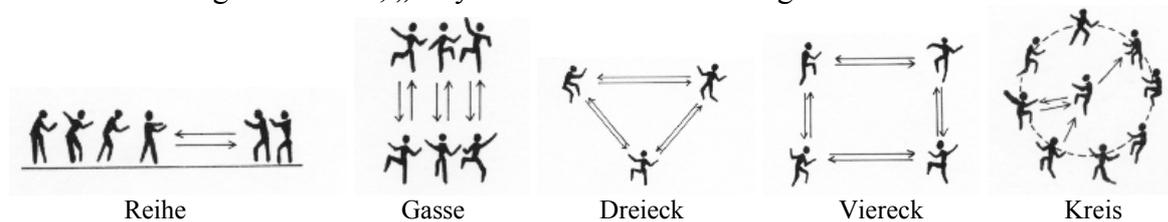
Fuß: Grobform des Inenseitstoßes und Ballannahmens

Kopf: Grobform des Kopfballspiels mit eigenem Aufwurf

Starre Positionen

"Übungen in der Kleingruppe" - Kleingruppen (höchstens drei Schüler) befinden sich in Flankenreihe gegenüber bzw. in den Eckpositionen eines Dreiecks, Vierecks, usw. (maximal Achteck). Zunächst wird ein Ball vom Vordermann zum nächsten weitergespielt, später kommen bestimmte Positionswechselfaufgaben (eigene Gruppe, Ball nachlaufen, andere Gruppe, diagonal) und immer mehr Bälle (neuer Ball im Spiel) dazu. Geschult wird besonders die ständige Aufmerksamkeit, der (Blick)kontakt und die Bewegung nach dem Abspiel.

Variante: Übungen im Kreis, „unsymmetrische“ Aufstellung mit Reifen

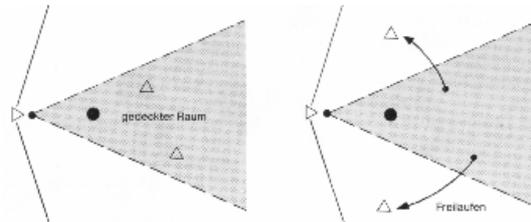


"Tigerball" - Die Spieler bilden einen Innenstirnkreis. In der Kreismitte befindet sich der Tiger. Der Ball wird kreuz und quer gespielt. Der Tiger muss versuchen, den Ball zu berühren. Gelingt ihm dies, erfolgt ein Rollentausch mit dem Spieler der zuletzt geworfen hat. Der Ball darf nicht zum Nebenmann gespielt werden. Fehler können auch Fangfehler oder schlechtes Zuspiel sein.

Variante: Mehrere Kreise

"Tigerball mit Positionswechsel" - Die Spieler stehen jeweils in einem Reifen und spielen den Ball zu. Es gibt einen Reifen mehr als Spieler. Nach jedem Abspiel muss der Spieler die neue Position beim leeren Reifen einnehmen. Ein Gegenspieler versucht den Ball abzufangen. *Steigerung:* Von regelmäßig angeordneten Kleingruppen bis zu unregelmäßig verteilten Großgruppen.

Hinweis auf das „Freilaufen“:



Beim Spiel mit dem Fuß den Ball außerhalb des Reifens stoppen.

"Foppball" - Die Schüler bilden einen Innenstirnkreis und stehen mit verschränkten Armen. Ein Zentrumsspieler versucht durch Täuschen eine vorzeitige Reaktion bzw. einen Fangfehler zu erreichen. Bei Fehler Platztausch.

Variante: Mehrere Kreise, Hände am Rücken, Anzahl der Fehler je Zeiteinheit,...

Frei im Raum- Kleingruppenspiele (Mehrere kleine Gruppen (2 – 4 Spieler) spielen gegeneinander gleichzeitig im Turnsaal)

"Zweier(Dreier)ball" - Zwei (drei) Spieler spielen einen Ball zu bestimmten, vom Spielleiter angesagten, Positionen im Turnsaal. Mit dem Ball darf nicht gelaufen werden. Bei drei Spielern muss die Reihenfolge eingehalten werden.

Variante: "Wer ist der letzte"; Aufgaben: z.B. best. Gegenstände mit Hand, Fuß oder Kopf treffen, best. Positionen berühren.

"Tupfball" - Zwei (drei) Spieler versuchen einen „Hasen" mit dem Ball innerhalb von drei Schritten zu berühren.

Steigerung: Zunächst innerhalb von Kleingruppen, später die ganze Klasse.

"Jägerball in Kleingruppen" Der abgeschossene Spieler wartet im Sitzen bis seine Kleingruppe vollständig ist und von neuem die Jagd beginnt.

Variante: Mit Bändern kennzeichnen.

"Parteiball" - Ein Ball wird in der Mannschaft zugeworfen und jeder Kontakt laut mitgezählt. Die gegnerische Mannschaft versucht den Ball abzufangen und beginnt dann ihrerseits von vorne. Welche Mannschaft erreicht die höhere Zahl. Ein Ball besitzender Schüler darf nicht berührt werden, der Ball nicht länger als ca. 3 Sek. gehalten werden.

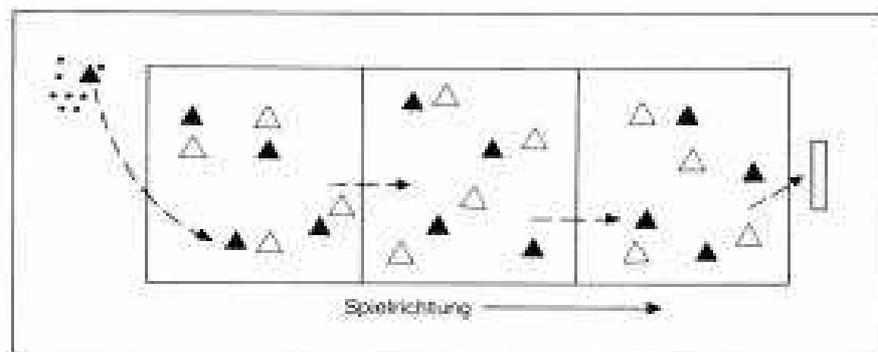
Variante: Die Hälfte (zwei Drittel) einer Mannschaft sitzt, nur ein sitzender Spieler zählt.

"Wechselparteiball" - Ein bestimmter Anteil an Spielern einer Mannschaft befindet sich innerhalb von Reifen postiert. Nach erzieltm Punkt muss der erfolgreiche Zusprieler mit einem Reifenspieler die Position wechseln.

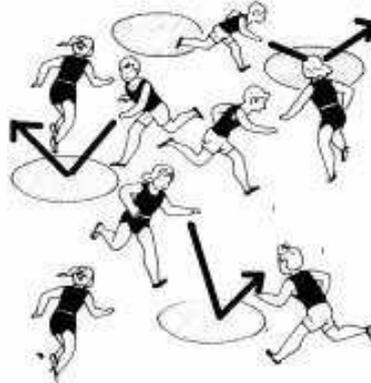
"Sitzball" - Die Hälfte (zwei Drittel) einer Mannschaft sitzt. Ein Punkt erhält die Mannschaft, wenn es ihr gelingt, einen sitzenden Spieler 1/3/5 - mal hintereinander anzuspielen, ohne dass der Zusprieler berührt wird.

"Gruppenparteiball" - Mehrere Gruppen versuchen einen Ball innerhalb ihrer Gruppe zu halten. Nach einer Spielunterbrechung (Zeichen, Pfiff) wird die Anzahl der jeweiligen Ballbesitzer festgestellt.

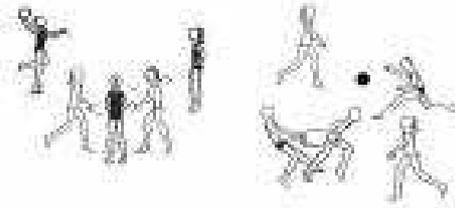
"Dreifelderball" - Ein Spielfeld wird in drei (mehrere) Spielfeldabschnitte eingeteilt. Zwei Mannschaften verteilen sich so auf dem Spielfeld, dass sich in jedem Abschnitt die gleiche Anzahl von Spielern befindet. Ein Schüler (Lehrer) bringt im ersten Abschnitt einen Ball ins Spiel, der von den Spielern in den nächsten Abschnitt weitergespielt wird. Die Spieler dürfen ihren Spielabschnitt nicht verlassen. Die Spieler im letzten Abschnitt bekommen eine Abschlussaufgabe (z.B. Torwurf, Korbwurf, Brett,...). Jener Schüler, dem ein erfolgreichem Abschluss gelungen ist, bringt den Ball zum Lehrer und kehrt anschließend wieder in sein Feld zurück. Es sollte immer ungefähr ein Ball je Spielabschnitt im Spiel sein. Laufender Wechsel der Spielabschnitte.



"Ball über Reifen" - Jedes Zuspiel über einen am Boden liegenden Reifen (mit der Hand), zwischen zwei Hüte (mit dem Fuß) oder über einen Kasten (mit dem Kopf) zählt. Auch mehrere Gruppen.



"Reifenball" – „Korbball auf bewegliche Körbe“ in Kleingruppen (siehe S. 26).



Taktische Überlegungen

"Sozioball" - "Wem würdest Du deinen Ball schenken?" - "Was würde eine gegnerische Mannschaft machen, wenn wir genauso spielen würden?"

Neue Spielidee(n):

Zielspiele

Ohne besondere Voraussetzungen

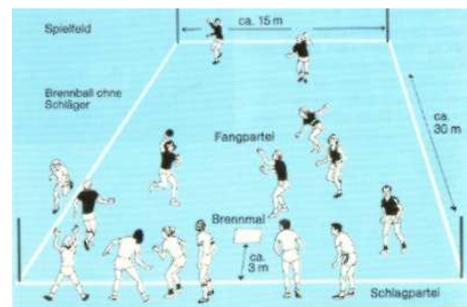
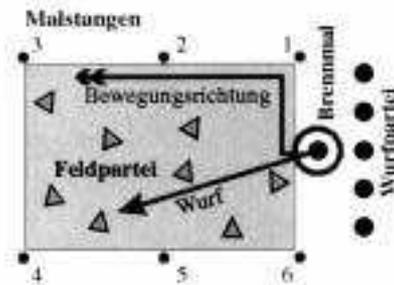
(Steigerung der Inhalte für Hand, Fuß und Kopf nach Fortschritt des Eigenkönnens)

"Brennball" - Die Spieler der Wurfpartei werfen nacheinander einen Ball weit ins Feld. Die Feldpartei soll den aufgenommenen Ball durch Zuspiel (Laufen mit dem Ball verboten) ins "Brennmal" (Z.B. Kastenteil bei der Abwurfstelle) befördern, während der Werfer um das Feld läuft. Sobald der Ball im Brennmal liegt, muss der Werfer entweder eine "Malstange" (Z.B.

Markierungshüte in den Eckpositionen) berühren oder wieder im Wurfmal sein, sonst bekommt die Feldpartei einen Punkt. Nach den weiteren Auswürfen ersuchen auch die Läufer, die an einer "Malstange" Zuflucht gefunden haben, das Wurfmal wieder zu erreichen. - Rollentausch nach jedem Durchgang.

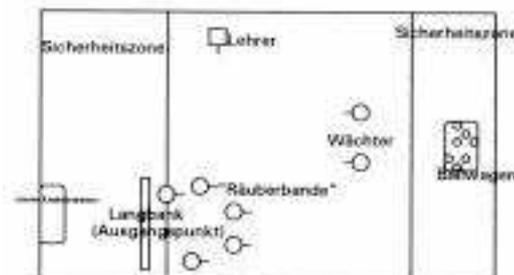
Variante: Die Feldpartei versucht die Läufer abzuschließen

(keine harten Bälle wie Z.B. Schlagball, Tennisball, etc...)



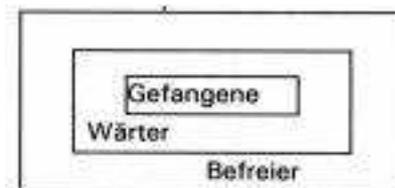
„Schatz rauben“ - Ein Schatz (Ballkiste) wird von zwei (drei) Fängern bewacht. Eine Räuberbande (restliche Schüler) versucht, ohne berührt zu werden, die Sicherheitszone beim Schatz zu erreichen und anschließend mit dem geraubten Gold (Ball) eine weitere Sicherheitszone am anderen Ende des Turnsaales zu erreichen. Bei Berührung durch den Wächter muss der Schüler den Ausgangspunkt aufsuchen (bzw. vorher den Ball retournieren) und kann dann erneut mitspielen. Eine Zeitvorgabe (laufend durch den Lehrer angesagt) entscheidet über Sieg oder Niederlage der Wächter bzw. Räuber.

Variante: Die "Räuberbande" wird in mehrere Gruppen geteilt. Welche Gruppe erbeutet den größeren "Schatz"?



„Gefangene befreien“ - Es werden drei Gruppen gebildet. Drei konzentrisch angeordnete Rechtecke bilden von innen nach außen das Gefängnis, den Wachraum und den Befreierraum. Die Wärter dürfen sich nur im Wachraum aufhalten. Die Befreier versuchen nun - ohne von den Wärtern berührt zu werden - ins Gefängnis zu gelangen.

Gelingt ihm dies, versucht er nun einen Gefangenen mit Handfassung in den Befreierraum zu bringen. Wird ein Befreier bei diesen Aktionen von einem Wärter berührt, wird er Gefangener. Gelangt ein Gefangener in den Befreierraum wird er Befreier. Das Spiel endet mit der Befreiung aller Gefangenen oder der Gefangennahme aller Befreier.



Voraussetzung sind Kooperationsspiele mit der Hand, Fuß oder Kopf

Nachstehende Zielspiele sind für das Spiel mit der Hand, dem Fuß oder Kopf unterschiedlich geeignet. (Siehe Hinweise am Ende der Spiele!)

Grundregeln: *Mit dem Ball darf nicht gelaufen werden; mit dem Ball darf ein Spieler nicht berührt werden!*

"Korbball auf bewegliche Körbe" - Zwei Mannschaften besitzen einen (mehrere) bewegliche Körbe (Spieler, die einen Reifen mit beiden Händen in waagrechter Position halten und die Position weder verändern dürfen noch irgendeine andere Abwehrreaktion - außer Weglaufen- zeigen dürfen.) Jede Mannschaft versucht mit dem Ball einen Korb zu erzielen. (Abschluss auch mit Kopf.)

"Brettball" - Zwei Mannschaften (je Mannschaft sitzt ca. die Hälfte innerhalb des Freiwurfraums) versuchen jeweils das gegnerische Basketballbrett so zu treffen, dass der abspringende Ball innerhalb der "Zone" aufspringt. Die verteidigende Mannschaft kann durch rechtzeitiges Abfangen des zurückspringenden Balles durch die sitzenden Spieler den Punktegewinn verhindern, die angreifende Mannschaft kann ev. durch runter schlagen des zurückspringenden Balles den Punktegewinn fördern. (Abschluss auch mit Kopf.)

"Keulenball" - Im Handballwurfkreis befindet sich ein "Keulenwächter" mit zwei (mehreren) Keulen (Hüte, Medizinbälle,...) die er durch Vorstellen vor Treffern zu schützen versucht. Unterstützt wird er von Mitspielern (ca. die Hälfte der Mannschaft), die auf der Torraumlinie sitzen. Die Zone darf sonst von keinem Schüler betreten werden. (Auch mit Fuß.)

"Sitzhandball" - Die Hälfte der Mannschaft sitzt am Wurfkreis. Bei Fehlwurf muss die angreifende Mannschaft zurücklaufen und mit den sitzenden Spielern den Platz tauschen.
Variante: Bei Torwurf darf der sitzende Spieler aufstehen.

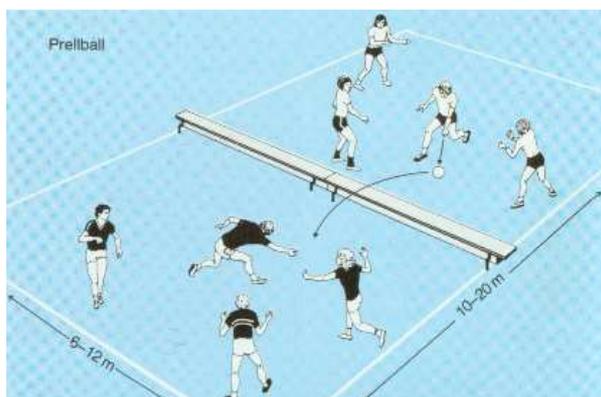
"Kreisläuferball" - Die verteidigende Mannschaft steht an der Freiwurflinie und darf diese nicht verlassen. Hinter der Freiwurflinie befinden sich (ein) zwei Kreisläufer. Nur die Kreisläufer dürfen auf das Tor (Keule, etc.) werfen. Die Verteidiger dürfen nicht überhoben werden. (Auch mit Fuß.)

"Dreierhandball" - Drei Mannschaften spielen Handball (Fußball). Mannschaft A greift Mannschaft B an, Mannschaft C pausiert an der freien Torraumlinie (Torraum). Bei Ballverlust wechselt A mit B, d.h. B greift nun C an, usw.

"Turmball" - Ein (zwei, mehrere) Spieler stehen auf einem (zwei, mehrere) Kasten und die Mannschaft versucht sie anzuspielen. Nur der am Kasten befindliche Spieler ist zu einem Zielwurf (Korb, etc. = Punktegewinn) berechtigt. Ein Teil der Mannschaft kann als "Verteidigungsring um den Kasten eingeteilt werden. (Abschluss auch mit Kopf)

"Sitzball" - Siehe Kooperationsspiele S. 23, nur mit geändertem Verhältnis Spieler zu Sitzenden. (Auch mit Kopf oder Fuß)

"Prellball" - Ein (z. B. Volleyball)Feld wird durch eine Schnur oder durch mehrere Langbänke in zwei Hälften geteilt. Zwei Mannschaften versuchen einen (Volley)ball so in die gegnerische Hälfte zu prellen, dass dieser innerhalb der Volleyballmarkierung aufschlägt. Der Ball darf nur mit der Faust oder dem Unterarm geprellt werden. Die Angabe und der Angriffsschlag (d.h. das Spielen in das gegnerische Feld) dürfen nur über ein Prellen innerhalb der Angriffszone (z. B. Volleyballmarkierung) erfolgen. Der Ball darf innerhalb der Mannschaft zugespielt

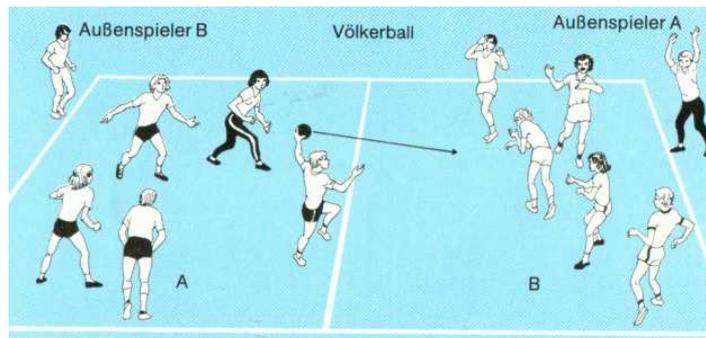


werden, jedoch höchstens einmal Bodenkontakt haben bevor ihn ein Mitspieler berührt. Das Zuspiel innerhalb der Mannschaft kann beliebig oft erfolgen (bei guten Mannschaften mit dreimal begrenzen). Zählweise erfolgt z.B. wie beim Volleyballspiel. (Auch mit Kopf)

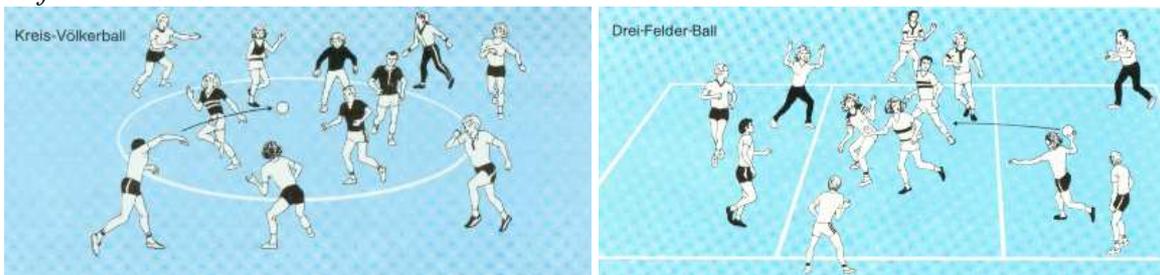
"Parteiball über die Schnur" - Ein Spielfeld wird durch eine ca. 2 m hohe Schnur (Volleyballnetz) getrennt. Zwei Mannschaften verteilen sich so, dass sich in jeder Spielfeldhälfte eine Hälfte der Mannschaft befindet. Diejenige Mannschaftshälfte, die in Ballbesitz ist, versucht den Ball zu ihren Mitspielern in der anderen Spielhälfte zu werfen. Die andere Mannschaft trachtet danach, dies zu verhindern und selbst in Ballbesitz zu gelangen. Jedes Zuspiel über die Schnur zählt einen Punkt. Mindestens dreimaliges Zuspielen innerhalb einer Mannschaft ist notwendige Voraussetzung damit der Punkt zählt. Es kann auch mit zwei Bällen gespielt werden. Ein Berühren des Balls besitzenden Gegenspielers ist nicht erlaubt.
Variante: Vier Felder durch Langbänke; zwei (mehrere) Bälle. (Abschluss auch mit Kopf)

"Ball über die Schnur" - Ein Spielfeld wird durch ein Volleyballnetz getrennt. Zwei Mannschaften in je einer Spielhälfte versuchen, einen (zwei) Bälle so ins gegnerische Feld zu werfen, dass er dort zu Boden fällt. Jede Mannschaft versucht, durch Fangen des Balles dies zu verhindern. Der Ball muss vor dem Wurf dreimal innerhalb der Mannschaft zugespielt werden. (Auch mit Kopf)
Variante: Die Mannschaften wechseln die Seite nach jedem Wurf.

"Völkerball" – Auch für jeden abgefangenen Ball darf ein abgeworfener Spieler wieder ins Spiel.



Spielfeldvarianten:



„Kreisvölkerball“ – Eine Mannschaft spielt innerhalb des Kreises, die andere versucht diese „nach Zeit“ so schnell wie möglich abzuwerfen. (Auch Abschluss mit Kopf, jedoch ohne Fangmöglichkeit für die Mannschaft innerhalb des Kreises.)

„Drei-Felder-Ball“ – Die beiden äußeren Mannschaften spielen gegen die mittlere. Nur die mittlere Mannschaft hat an beiden Außenlinien einen oder mehrere (falls schon einige Spieler abgeworfen sind) „Außenspieler“. (Auch mit Fuß.)

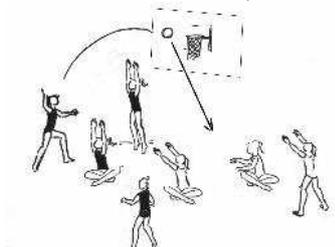
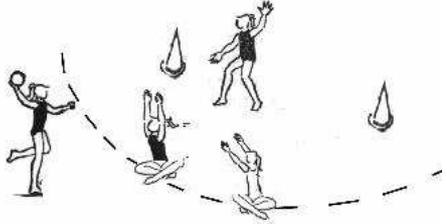
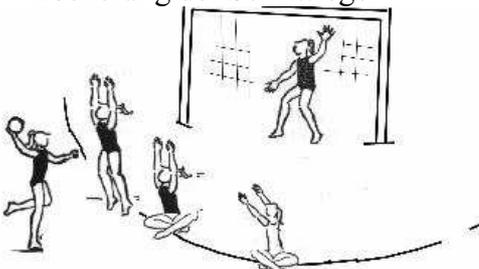
Von Zielspielen zu großen Spielen

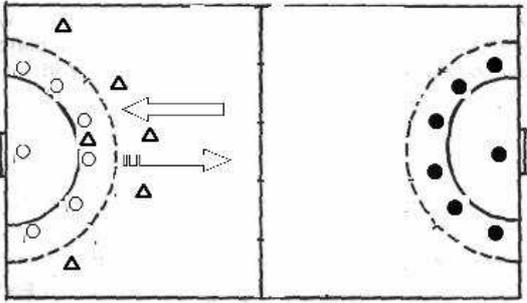
Handball in der Schule

(Beispiel einer Spielmethodik für Handball in der Schule)

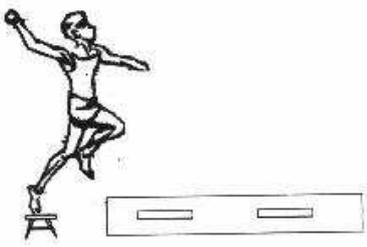
Grundregeln: - Wer den Ball hat, darf mit dem Ball nicht laufen! Wer den Ball hat, darf nicht berührt werden!

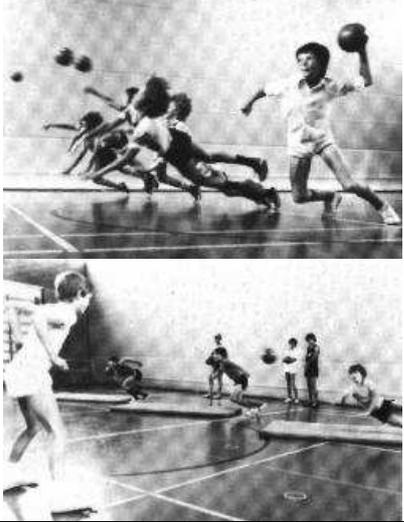
Methodische Spielreihe:

Bewegungsfertigkeit:	Lernziele:
<p>Brettball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verhältnis Spieler zu Sitzende • plötzlicher Wechsel, autom. Wechsel nach jedem Wurf • Freiraum nur für Sitzende („Birne“, Hütchen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ball (springt nicht) wird gespielt • Wechsel zw. Sitzen u. Spielen • Positionen (Freiraum) halten • Sprungwurf
<p>Keulenball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Freiraum = Torraum • Sitzende auf Torraumlinie • Ev. nur Aufstehen bei Wurfbedrohung 	<ul style="list-style-type: none"> • Torraum bilden • Ziel (Tor) vorbereiten • Positionen (Torraum) nach jedem Angriff wechseln • Keulenwächter oft bester Werfer • Sprungwurf
<p>Sitzhandball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Handballtore • Lockerung der Schrittregel 	<p>Erweiterung des Regelwerkes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seitenout • Freiwurf • Torhüterspiel • Verteidigungsverhalten • bei Torwurf darf der Sitzende zur Abwehr aufstehen

<p>Dreierhandball</p> <ul style="list-style-type: none"> • 3 Mannschaften wechseln sich in Angriff und Verteidigung ab. 	<ul style="list-style-type: none"> • Verteidigungsverhalten • Angriffsaufbau
<p>Kreisläuferball</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Anspielen am Kreis • Verhalten des Kreisläufers (mit Verteidiger) • Verteidigungsverhalten (Seitbewegung, „Löcher zumachen“) • Angriffsverhalten („schnelle Stafette“)
<p>Handball auf ein Tor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nach Wurf mit verteidigender Mannschaft wechseln. Alle ehemaligen Verteidiger müssen hinter der Mittellinie (bzw. anderer Markierung) beginnen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Einbindung der gesamten Klasse

Methodische Übungsreihe:

<p>Sprungwurf</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sprung mit einem Bein (Linkshänder mit rechtem, Rechtshänder mit linkem) von einer Langbank aus kurzem (schrägen) Anlauf • Sprung mit einem Bein von einer Langbank mit angedeuteter Wurfbewegung (auch mit Ball) • Sprung mit einem Bein von einer Langbank in einen Weichboden (bzw. Niedersprungmatte) ohne und mit Wurfbewegung • Alle Schritte mit Wurf • Sprungwurf mit Markierungshilfe (Z.B. Linie, Reifen, Band, etc.) für das Sprungbein • Sprungwurf mit längerem Anlauf und Ballaufnahme aus der Hand eines Mitspielers • Sprungwurf mit Anlauf und Zuspiel 	
<p>Fallwurf</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 Schüler (in Gegenüberstellung, Abstand 4 - 6 m) werfen sich in Bauchlage den Ball zu • Aus dem Hockstand Wurf zum gegenüberliegenden Partner mit 	

<p>Strecken des Körpers und Abfangen im Liegestütz (Matten als Unterlage verwenden)</p> <ul style="list-style-type: none">• Fallwurf aus dem Stand nach Zuspiel aus verschiedenen Richtungen (auch mit Weichboden)	
<p>Spezielle Übungen beim Sprungwurf,</p>  <p>Fallwurf</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Freiwurfverhalten (einfache Tricks wie mit Zwischenspiel oder mit Körpertäuschung; Verhalten der „Mauer“)• Strafwurf• Kreisläuferanspiel

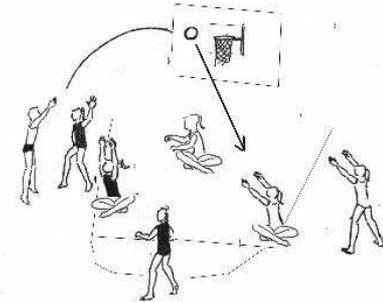


Basketball in der Schule

(Beispiel einer Spielmethodik für Basketball in der Schule)

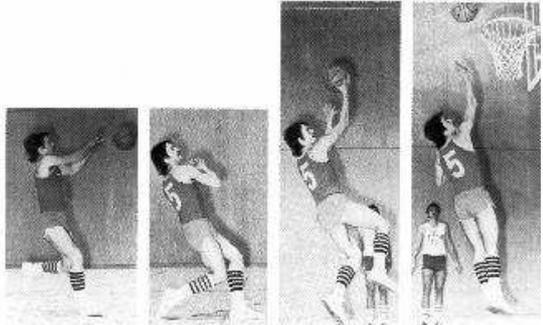
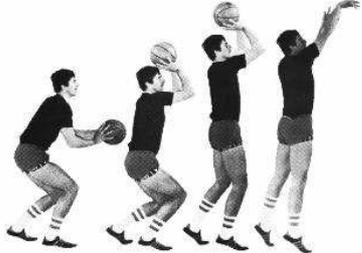
Grundregeln: - Wer den Ball hat, darf mit dem Ball nicht laufen! Wer den Ball hat, darf nicht berührt werden!

Methodische Spielreihe:

Bewegungsfertigkeit:	Lernziele:
Übungen und Spiele mit Betonung des Prellens	<ul style="list-style-type: none"> • Sicheres Prellen mit der „schwächeren“ Hand • Sternschritt • Schrittregel • Handwechsel
Kooperationsübungen und -spiele	<ul style="list-style-type: none"> • Druckpass (Brustpass) • Schrittregel (Stoppschritt) • Sternschritt • Handwechsel
	
Korbball auf bewegliche Körbe	<ul style="list-style-type: none"> • Druckpass • Schrittregel • Sternschritt • Handwechsel
<p>Brettball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verhältnis Spieler zu Sitzende • Plötzlicher Wechsel, automatischer Wechsel nach jedem Wurf • Freiraum nur für Sitzende („Birne“) • Auf ein Brett 	<ul style="list-style-type: none"> • Druckpass • Verteidigungsverhalten (Zunächst ohne Hände, später eine Hand am Rücken). • Handwechsel

<p>Brett-/Basketball auf ein Brett (Korb)</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Korbwurf <p>Schrittweise Erweiterung des Regelwerkes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einwurf von der Seite. • Sprungball • Freiwurfverhalten. • Rückspiel über die Mittellinie. <p>Überzahlspiel</p>
<p>Basketball auf einen Korb (Streetball)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Einbinden der gesamten Klasse. • Basketballspezifische Fertigkeiten. • Schulbewerb (Milchcupregeln).

Methodische Übungsreihe:

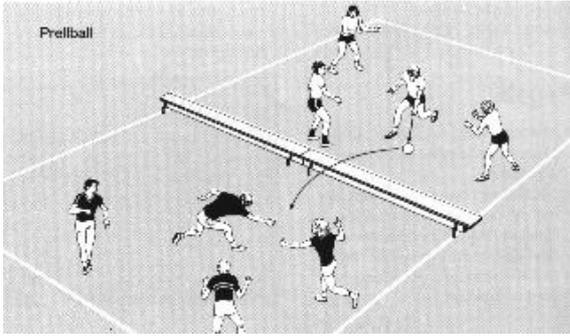
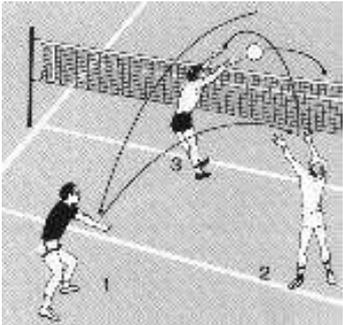
<p>Korbleger</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kurzer Anlauf, ein Bein (Rechtshänder linkes Bein, Linkshänder rechtes Bein) auf einen schräg gestellten (ca. 45° beim Korb) Kastendeckel aufsetzen und abspringen. Die gestreckte Wurfhand versucht das Korbnetz zu berühren. • Gleiche Übung mit Ball (Netz versuchen mit Ball zu berühren; Ball auslassen ohne zu werfen). • Längerer Anlauf mit Ballannahme aus der Hand (kurz vor dem Kastendeckel). • Längerer Anlauf mit Ballannahme kurz vor dem Kastendeckel aus dem Dribbling. • Korbleger ohne Kastendeckel. 	
<p>Standwurf</p> 	
<p>Dribbelfinte durch Handwechsel</p> 	

Volleyball in der Schule

(Beispiel einer Spielmethodik für Volleyball in der Schule)

Statt eines Volleyballs kann anfangs bzw. zeitweise auch ein Wasserball od. ähnl. verwendet werden!

Methodische Spielreihe:

Bewegungsfertigkeit:	Lernziel:
<p>„Ball in die Luft“</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Ball „unterlaufen“. • Spielen von unten (auch mit beiden Händen). • Gruppenwettkämpfe mit verschiedenen Zählweisen (z.B. nur bei Berührung durch alle einmal hintereinander ein Punkt).
<p>Prellball</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Ball in der Luft halten (mit einmal aufspringen). • Mit Schlag von oben und Aufspringen im eigenen Feld ins gegnerische Feld befördern. • Von beliebig bis dreimal berühren • Baggern und Pritschen ersetzt langsam das Schlagen von unten. • Das niedere Volleyballnetz ersetzt die Langbank.
<p>„Nur drei zählt“</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundsätzlich zählen nur drei Ballberührungen als Punkt für die Mannschaft. • Bei einem Fehler wird der Ball sofort von der den Fehler verursachenden Mannschaft durch Pritschen über das Netz ins Spiel gebracht.

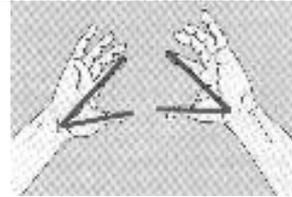
Methodische Übungsreihen:

<p>Pritschen (Oberes Zuspiel)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einzelformen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gesicht und Körper unter den anfliegenden Ball. • Hände über Gesichtshöhe. • Finger sind gebeugt und gespreizt. • Daumen und Zeigefinger bilden ein „doppeltes V“. Die Hände bilden somit eine halbkugelige Trefffläche.
---	---

- Partnerformen



- Gruppenformen



- Durch Streckung der Arme wird der Ball gespielt.

Baggern (unteres Zuspiel)

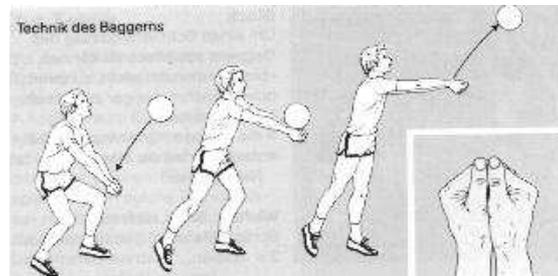
Übungsformen (Auswahl):

- Aufprellen des Volleyballs und mit waagrecht vorgestreckten Armen auffangen.
- Ball aufprellen, anschließend senkrecht hochbaggern.
- Ball indirekt zum Partner werfen, zurückbaggern.



- Eine Gruppe sitzt auf der Langbank. Jeder Spieler stellt einen Fuß zurück, so dass er rasch aufstehen kann. Die Partner werfen den Ball zu. Er wird von den Sitzenden beim Aufstehen zurückgebaggert.

- Unterarme dicht nebeneinander und Ellbogen durchdrücken.
- Beim Abspiel auf Beinstreckung achten.
- Füße stehen möglichst in Schrittstellung.

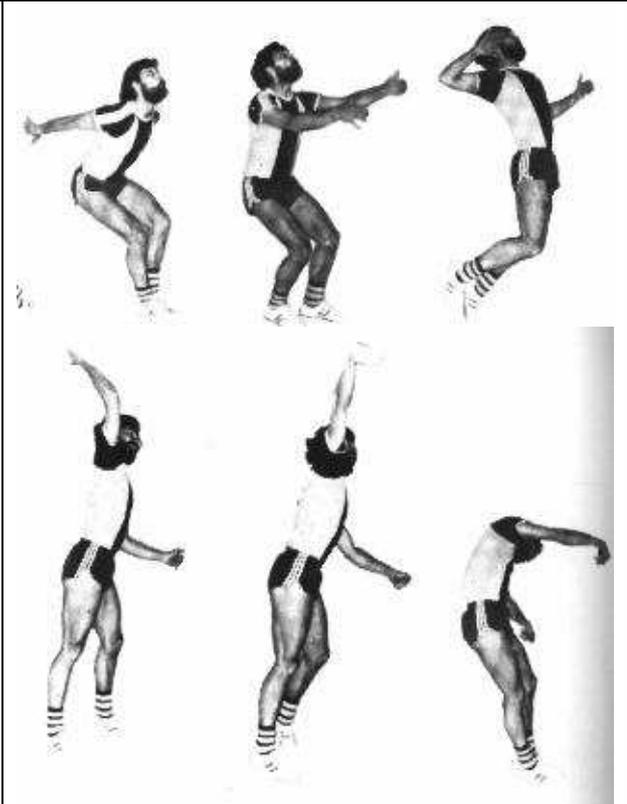


Der Angriffsschlag (Schmetterern)

Der Anlauf besteht aus einem bis drei Schritten. Der letzte Schritt ist ein ausgeprägter **Stemmschritt**. Der Fuß setzt mit der Ferse zuerst auf, die Arme schwingen gleichzeitig weit nach hinten. Der andere Fuß wird etwa in Schulterbreite daneben gesetzt, die Kniegelenke sind stark gebeugt. Der Absprung erfolgt **beidbeinig** mit betontem Doppelarmschwung. Der



Schlagarm und die Schlagschulter werden zurückgenommen. Der Arm ist angewinkelt, so dass sich der Ellbogen etwa in Schulterhöhe befindet und die Schlaghand hinter den Kopf gelangt. Der Körper zeigt eine **Bogenspannung** und eine leichte Verwindung. Bei der Schlagbewegung gehen Schulter und Arm schräg nach oben, der Ellbogen eilt voraus, so dass der Ball im Augenblick der völligen Armstreckung von oben vor der Körpersenkrechten getroffen wird. Der Oberkörper knickt dabei etwas nach vorn. Die Schlaghand ist offen, das Handgelenk locker. Der Schlagarm schwingt nach vorn unten weiter. Der andere Arm wird während des Schlags in Brusthöhe gehalten. Die Landung erfolgt an der Absprungstelle.



Der Volleyball als universelles Spielgerät

Für die Vermittlung der großen Sportspiele in der Schule stellt der Volleyball besonders für den ängstlichen und eher ungeschickten Schüler ein ausgezeichnetes Übungsgerät dar. In ausreichender Zahl (jeder Spieler einen Ball) vorhanden, kann er in allen Sportspielen verwendet werden (siehe dazu auch Günzel, 1990, S. 86 f).

Der wie das Spiel selber genannte Ball, der Volleyball, ist seit dem Jahre 1999 mehrfarbig (vorher meist weiß) und besteht außen aus nahtlosem Leder. Innen befindet sich eine luftgefüllte Gummiblase. Mit einem Umfang von 65 bis 67 Zentimetern und 260 bis 280 Gramm Gewicht ist der Volleyball etwas kleiner und leichter als ein Fußball oder ein Basketball.



Fußball in der Schule

(Beispiel einer Spielmethodik für Fußball in der Schule)

Methodische Spielreihe:

Bewegungsfertigkeit:	Lernziel:
<p>„Dreifelderball“ Auf drei Felder verteilt, versuchen die Spieler des ersten Feldes den Ball zu ihrer Mannschaft im zweiten Feld weiterzuspielen. Dies ist jedoch nur dann gestattet, wenn sich kein Ball im Feld 2 befindet. Feld 2 versucht dies ebenfalls mit Feld 3. Nur die Spieler im Feld drei können einen Abschluss tätigen. Der erfolgreiche Spieler bringt den Ball zum Lehrer und kehrt anschl. wieder ins Feld zurück. - Regelmäßiger Wechsel der Spieler und Felder. - Unauffällige Berücksichtigung der Spielstärke</p>	<div data-bbox="847 495 1337 757" data-label="Diagram"> </div> <p>- Verteilung am Spielfeld - Bewusstes Zuspiel</p>
<p>„Fußballvolley“ Zuspiel erfolgt aus der Hand mit Fuß (Volley) oder per Kopf. Ballannahme mit der Hand oder (später) direktes Weiterspiel. Ein Spieler im Ballbesitz darf nicht berührt werden, aber mit dem Ball nicht laufen. Fällt der Ball herunter bedeutet dies Ballverlust, d.h. die gegnerische Mannschaft setzt sofort das Spiel fort. Torerfolg nur per Kopf.</p>	<p>- Kopfball - Volley</p>
<p>„Fußballparcours“ Komplexe Übungsabläufe binden alle in einer „Endlosschleife“ ein.</p> <p>Z.B.:</p> <p>Start – Ballführen durch Slalom – Doppelpass mit Übungsleiter – Pass durch Hürdentore – über die Hürden springen – Ballannahme – Torschuss – Ball holen – Ballführen – Zielpass (10m) auf ein offenes Tor – Nachsprinten – Ballannahme – Ballführen durch Slalom – Torschuss.</p> <p>Jeder Spieler absolviert 5 bis 10 Umläufe.</p>	<div data-bbox="820 1346 1310 1989" data-label="Diagram"> </div> <p>- Inhalte an das Können anpassen.</p>

Einfache Bewegungsbeschreibungen:

<p>Der Innenspanstoß (Innenrist)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anlauf schräg in leichtem Bogen zur Stoßrichtung. • Standbein wird gebeugt und seitlich hinter dem Ball aufgesetzt. • Ball wird mit der Innenkante des Fußristes getroffen. • Zur Erreichung hoher Bälle wird der Oberkörper mehr oder weniger zurückgenommen. 	
<p>Der Außenspanstoß (Außenrist)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Standbein zwei bis drei Fußbreit neben dem Ball. • Ball wird mit dem Außenrand des Fußes zwischen Vollspan und Fußkante getroffen. 	
<p>Der Vollspanstoß (Vollrist)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Standbein neben dem Ball. • Ball wird mit dem Vollspan (Fußrist) getroffen. • Schussbein schwingt genau in Stoßrichtung aus. 	
<p>Der Volley (Hüftdrehstoß)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aus der Hand • Halbvolley • Aus dem Zuspiel 
<p>Der „Dropkick“</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ball wird kurz nach dem Aufprall am Boden getroffen. 	

Dribbling:

Unter Dribbeln wird das Führen oder Treiben des Balles mit dem Ziel, den Gegner zu umspielen oder den Ball dem Zugriff des Gegners zu entziehen, verstanden.

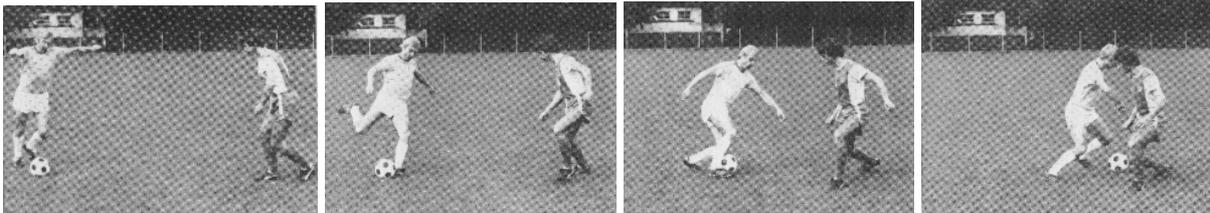
Dribbeln ist also eine Kombination von Balltreiben, Fintieren, Richtungsänderungen, Stoppen und Antreten.

Grundsätze:

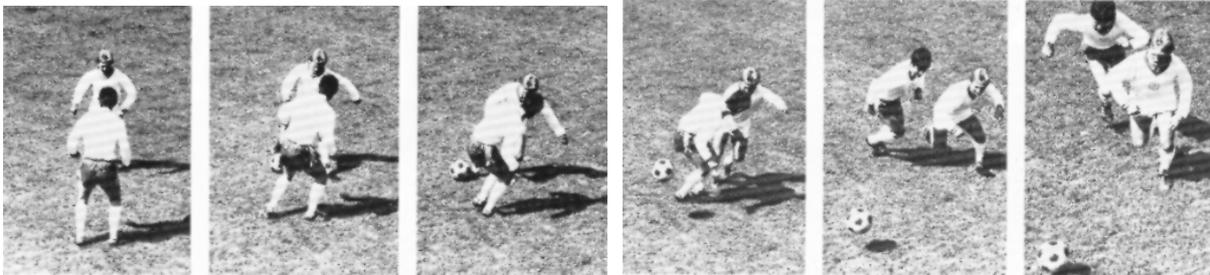
- Körper zwischen Ball und Gegner bringen.
- Kopf hoch, Blick vom Ball, Gegner und Mitspieler beobachten.
- Dribbling durch eine Finte einleiten.

Einfache Finten:

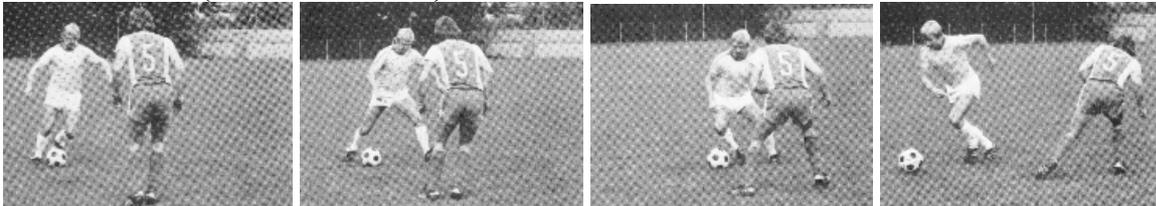
Schuss-/Passfinte:



Überlauffinte:



Zickzackfinte (Matthews-Trick):



Beckenbauer-Drehung:



Fehler und Korrekturhinweise:

- Die Finte wird zu flüchtig eingeleitet, der Täuschungseffekt wirkt nicht.

Durch häufiges Üben die Täuschungsphase (Gewichtsverlagerung, Ausfallschritt, Ausholbewegung) stark betonen.

Das Einüben der Finten geschieht in Zweiergruppen und setzt das Beherrschen der Grundlagen voraus. Der Gegenspieler verhält sich zunächst passiv bis teilaktiv. Mit zunehmender Sicherheit des Bewegungsablaufs des Fintierens wird das Abwehrverhalten aktiver.

Zur Verbesserung des Fintierens muss allmählich zu spielgemäßen Formen übergegangen werden.

Schulwettkämpfe

Fußballfünfkampf - Technikbewerb

<http://www.sparkasse-schuelerliga.at/User06/technikbewerb.htm> [1.9.05]

Bewerb 1a: Jonglieren mit dem Fuß

Der Ball wird abwechselnd mit dem linken und dem rechten Fuß (jeweils immer 1 Kontakt) jongliert und darf nie zum Stillstand kommen.

Zwei unmittelbar aufeinanderfolgende Kontakte mit demselben Bein werden als Fehler gewertet. Der Oberschenkel kann fallweise den Fuß ersetzen. Es sind aber nicht mehr als zwei unmittelbar aufeinanderfolgende Kontakte mit dem Oberschenkel (1 linker, 1 rechter) erlaubt.

Nach einem Fehler muss der Schüler den Bewerb beenden. Der als Fehler gewertete Kontakt wird nicht mehr als Punkt gerechnet. Zwei Versuche pro Schüler sind möglich. Der bessere Versuch wird gewertet.



Wertung:

1 Punkt pro Kontakt

Maximal erreichbare Punkte pro Schüler: 40

Bewerb 1b: Partnerkopfball

Begonnen werden kann durch Zuwerfen zum Partner oder durch eigenes Aufspielen.

2 Versuche pro Paar sind möglich. Der bessere Versuch wird gewertet. Es zählen nur wechselseitige Kopfkontakte.



Wertung:

Jeder Kopfball zum Partner bringt beiden Schülern 1 Punkt. Maximal je 10 Kopfbälle zum Partner sind möglich.

Maximal erreichbare Punkte pro Paar: 20 (werden jedem Schüler gutgeschrieben)

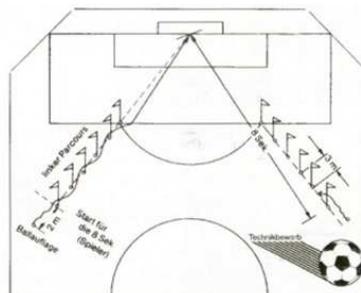
Bewerb 2: Slalom-Torschuss

Der Ball soll von jedem Schüler einer Mannschaft jeweils nur einmal auf der linken und rechten Seite um die Markierung geführt werden. Nach der letzten Markierung erfolgt im Strafraum der Torschuss. Ein zusätzlicher Ballkontakt ist nicht mehr erlaubt.

Zur Beachtung: Der Ball darf vor dem erfolgten Torschuss nie zum Stillstand kommen.

Ein Tor muss erzielt werden (der Ball darf den Boden erst hinter der Torlinie im Netzraum berühren). Auf dem rechten Parcours erfolgt der Torschuss mit dem linken Bein, auf dem linken Parcours mit dem rechten Bein.

Zeitlimit: Der Mittelwert der beiden Zeitnehmer ist für das Limit - 8 Sekunden, auf Bezirksebene 10 Sekunden - entscheidend.



Wertung:

30 Punkte: Bei voll gelungenem Versuch

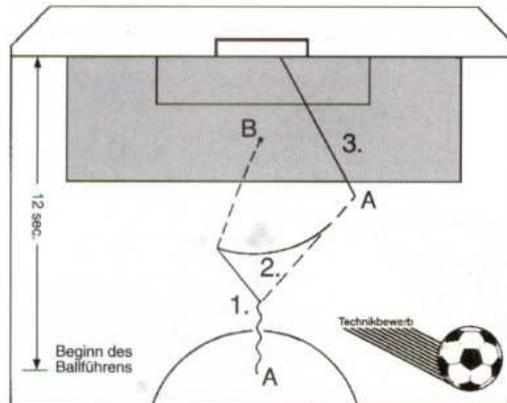
15 Punkte: Wenn der Ball beim erfolgreichen Torschuss den Boden zum ersten Mal im Torraum berührt.

5 Punkte: Wenn der Ball beim erfolgreichen Torschuss den Boden bereits vor dem Torraum berührt.

Maximal erreichbare Punkte pro Schüler: 60

Bewerb 3a: Torschuss - mit Partner

Spieler A befindet sich im Mittelkreis. Spieler B auf der Strafstoßmarke. Das Zuspiel des ballführenden Spielers A zum entgegenkommenden Spieler B erfolgt nach dem Mittelkreis. Ballannahme und Zuspiel (auch direkt) durch Spieler B müssen außerhalb des Strafraumes durchgeführt werden. Spieler A schießt nach Annahme oder direkt außerhalb des Strafraumes aufs Tor. Der Ball darf vor erfolgtem Zielschuss nie zum Stillstand gekommen sein und das Zeitlimit (10 Sek., auf Bezirksebene 12 Sek.) muss eingehalten werden.

**Wertung:**

- 40 Punkte: 1. Der Ball passiert die Torlinie in der Luft ohne vorher den Boden berührt zu haben.
2. der Ball prallt von der Torstange oder Querlatte in das Tor ohne vorher den Boden berührt zu haben.
- 20 Punkte: Der Ball springt im Torraum oder auf der Torlinie auf, und ein Tor wird erzielt (die Linien des Torraumes gehören zum Torraum).

Maximal erreichbare Punkte pro Schüler: 40

Bewerb 3b: Torschuss - ruhender Ball

Der Torschuss erfolgt von jedem beliebigen Punkt außerhalb des Strafraumes und auch des Teilkreises.

**Wertung:**

- 20 Punkte: 1. Der Ball passiert die Torlinie in der Luft ohne vorher den Boden berührt zu haben.
2. der Ball prallt von der Torstange oder Querlatte in das Tor ohne vorher den Boden berührt zu haben.
- 10 Punkte: Der Ball springt im Torraum oder auf der Torlinie auf, und ein Tor wird erzielt (die Linien des Torraumes gehören zum Torraum).

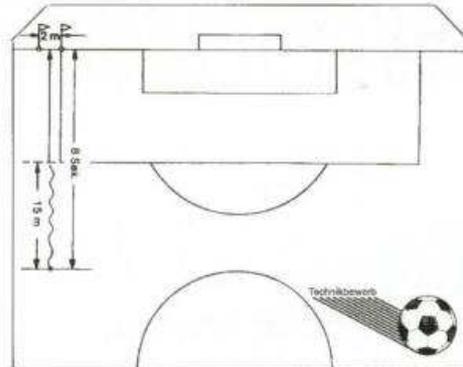
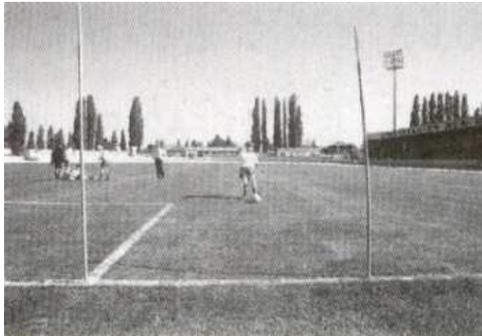
Maximal erreichbare Punkte pro Schüler: 20

Bewerb 4: Zielpassen

Der Ball soll nach 15 m Ballführen in ein 2 m breites Tor gepasst werden wobei das gegebene Zeitlimit (8 Sekunden vom Beginn des Ballführens bis zum Überschreiten der Torlinie) einzuhalten ist. Vorhandene 2 x 1 m - Tore dürfen verwendet werden.

Ein Versuch pro Schüler mit jedem Bein.

Zeitlimit: Der Mittelwert der beiden Zeitnehmer ist für das Limit - 8 Sekunden - entscheidend.

**Wertung:**

Maximal erreichbare Punkte pro Schüler: 60

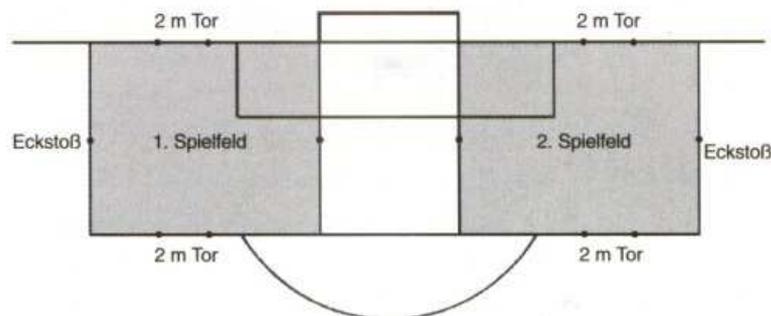
Bewerb 5: Spiel 1 : 1

Das Los entscheidet über Platzwahl und Beginn.

Reine Spielzeit: 1 Minute

Der Anstoß erfolgt in der Mitte des Spielfeldes, der 2. Spieler befindet sich im eigenen Tor.

Torgröße: 2m Breite / 1m Höhe



Gemäß Abbildung können 2 Spiele gleichzeitig durchgeführt werden

Wertung:

Sieg: 60 Punkte

Unentschieden: 30 Punkte

Schülerliga Fußball und Schülerliga Volleyball

<http://www.sparkasse-schuelerliga.at/> [1.9.05]

Basketball-Schulcup

<http://www.basketball-schulcup.eduhi.at/page.asp?ID=121> [1.9.05]

Handball-Schulcup

<http://www.schule.oehb.at/> [1.9.05]

„Fußballfünfkampf light“ – Fußballfünfkampf mit „Erleichterungen bzw. Änderungen (Z.B. Jonglieren mit Luftballon, Wasserball, dgl.)

Jahresplanung

Obwohl Sportspiele zu den beliebtesten und am häufigsten ausgeführten Sportarten in der Schule gehören, wird für eine vielfältige Vermittlung oft die mangelnde Vermittlungszeit angeführt (vgl. WEICHERT, WOLTERS u. KOLB 2005, S. 205 ff).

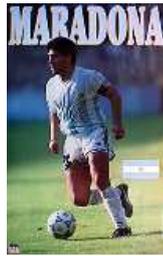
Dennoch sollten möglichst viele Elemente der großen Sportspiele unterrichtet werden. Nachstehende einfache Jahresplanung kann als Ausgangspunkt für diese Absicht dienen:

(Einfache) Jahresplanung aus Leibesübungen in der Hauptschule für die Bereiche „Könnens- und leistungsorientierte Bewegungshandlungen“ und „spielerische Bewegungshandlungen“:

Vorwiegend im Freien – vorwiegend in der Halle - vorwiegend im Freien										
	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni
1. Kl.	Grundlagen Prellen, Werfen	Grundlagen Prellen, Werfen	Grundlagen Prellen, Werfen	Fangen Kooperieren	Kooperieren	Kooperieren	ÜR Sprungwurf Fallwurf	ÜR Sprungwurf Fallwurf	Freiwurf	
	Zielspiele ohne besondere Voraussetzungen			Zielspiele		Methodische Spielreihe Handball		Handball (mit Elefantenhautball)		
	Grundlagen Führen, Zuspiel	Grundlagen Führen, Zuspiel	Grundlagen Führen, Zuspiel	Annahme Kooperieren	Kooperieren	Kooperieren	ÜR Schuss Dribbling	ÜR Schuss Dribbling		
	Zielspiele ohne besondere Voraussetzungen			Zielspiele		Methodische Spielreihe Fußball		Fußball/Fußballfünfkampf (light)		
2. Kl.	ÜR Sprungwurf Fallwurf	Freiwurf Verteidigung	Verteidigung Gegenstoß	Beidh. Prellen Schrittregel Druckpass	Beidh. Prellen Schrittregel Druckpass	Sternschritt Handwechsel Korbleger	Kooperieren	Kooperieren	Wurf	Freiwurf
	Handball (tlw. mit Wettkampfball)			Methodische Spielreihe Basketball		Basketball (mit VB)				
	Grundlagen Führen, Spez. Zuspiel	Spez. Annahmen Kooperieren	ÜR Schuss Dribbling			Grundlagen Führen, Spez. Zuspiel	Spezielle Annahmen Kooperieren	ÜR Schuss Dribbling		
	Fußball/ Fußballfünfkampf (light)			Methodische Spielreihe Fußball		Fußball/Fußballfünfkampf				
3. Kl.	Beidh. Prellen Schrittregel Druckpass	Sternschritt Handwechsel Korbleger	Kooperieren			Ball in die Luft Prellball	Baggern Pritschen	Baggern Pritschen	Schlagen	Schlagen
	Basketball (mit Wettkampfball)			Handball		Methodische Spielreihe Volleyball				
4. Kl.	Baggern Pritschen Schlagen	Baggern Pritschen Schlagen	Baggern Pritschen Schlagen							
	Methodische Spielreihe Volleyball			Volleyball (nur drei zählt)		Handball	Basketball	Volleyball		

Eine Teilnahme an Neigungsgruppen (z.B. Fußball, Volleyball) sollte auch für die leistungsschwächeren Schüler und Schülerinnen angestrebt werden! Die Teilnahme an Wettbewerben sollte allen Schülerinnen und Schülern ermöglicht werden (nicht nur Schülerliga bzw. Schulwettkämpfe sondern auch z.B. Fußballfünfkampf light in der Schule, Sportspieltourniere innerhalb der Schule bzw. mit Nachbarschulen)!

Zum Schmunzeln



Sport ist gesund!



Fußballsprüche⁴

Kommentator Marcel Reif (beim Länderspiel Deutschland-Ghana):
"Die Spieler von Ghana erkennen Sie an den gelben Stutzen."

Gerd Rubenbauer wieder in Hochform:

"Einen so harten Ellenbogen hat der in ganz Kolumbien noch nicht erlebt. Aber genaugenommen war es das Knie."

Max Merkel:

"Eine Straßenbahn hat mehr Anhänger als Uerdingen."

Andi Brehme nach dem Lauterer 0:2 in Wolfsburg:

"Es war die Chancenauswertung, die wir nicht verwertet haben."

Marco Reich:

"Früher war ich ein großer Fan von Mönchengladbach. Doch da hatte ich noch keine Ahnung vom Fußball."

Steffen Freund:

"Es war ein wunderschöner Augenblick, als der Bundestrainer sagte: 'Komm Steffen, zieh deine Sachen aus, jetzt geht's los.'"

Rolf Rüssmann spricht es aus:

"Wenn wir hier nicht gewinnen, dann treten wir ihnen wenigstens den Rasen kaputt."

Und was sagt Andy Brehme dazu?

"Ich sag nur drei Worte: Danke Fans!"

Weisheiten von Loddar, Lothar Matthäus:

„Ich hab gleich gemerkt, das ist ein Druckschmerz, wenn man drauf drückt."

Berti Vogts:

"Ich glaube, dass der Tabellenerste jederzeit den Spitzenreiter schlagen kann."

"Die Breite an der Spitze ist dichter geworden."

Richard Rögler:

"Bei der Fußball-WM habe ich mir Österreich gegen Kamerun angeschaut. Warum? Auf der einen Seite Exoten, fremde Kultur, wilde Riten - und auf der anderen Seite Kamerun".

Gerry Francis:

"Was ich in der Halbzeit erzählt habe, darf man nicht im Radio drucken."

Super (-Brain) Mario Basler:

"Ich lerne nicht extra französisch für Spieler, wo diese Sprache nicht mächtig sind."

Aus dem internationalen Fußball

Francesco Totti: (auf die Frage, was er von dem Motto „Carpe diem“ halte)

"Was soll der Scheiß, ich kann kein Englisch."

⁴ URL: <http://www.fussballschule-rhein-neckar.de/journal/journal08.html> [1.9.2005]

Literatur

(verwendete und weiterführende Publikationen)

- BAUMANN, S. (1979). Sportspiele - Technik, Methodik, Regeln. BLV Sporthandbuch. München: BLV Vlgsgesellschaft.
- BISANZ, G. & GERISCH, G. (1982). Fußball – Training, Technik, Taktik. Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt Verlag.
- Döbler, E. & Döbler, H. (2003). Kleine Spiele (22. Aufl.). München: Südwest-Verlag.
- GÜNZEL, W. (Hrsg.).(1990). Spiele – vermitteln und erleben, verändern und erfinden. Baltmannsweiler: Burgbücherei Schneider.
- HEYMANN, N. & LEUE, W. (1986). Lernen im Sport mit methodischen Reihen. Baltmannsweiler: Burgbücherei Schneider.
- HOHMANN, A.; KOLB, M.; ROTH, K. (Hrsg.).(2005). Handbuch Sportspiel. Schorndorf: Hofmann Verlag.
- HÖRITSCH, H. (1987). Spiel Handball. 1. Teil. Wien: BMUKS.
- HÖRITSCH, H. (1989). Spiel Handball. 2. Teil. Wien: BMUKS.
- KAINZ, B. & STUCHLY, G. (1985). Lehrbehelf Schulfußball. Arbeitsmappe. Wien: BMUK.
- KRÖGER, Ch & ROTH, K. (2002). Ballschule – Ein ABC für Spielanfänger (2. Auf.). Schorndorf: Hofmann Verlag.
- LEEB, R. (1969). Turnen drinnen und draußen. Linz: Oberösterreichischer Landesverlag.
- SKLORZ, M. (1983). Sportliche Freizeitspiele für drinnen und draußen. München: BLV Verlagsgesellschaft mbH.
- WEICHERT, W.; WOLTERS, P.; KOLB, M. (2005) in HOHMANN, A.; KOLB, M.; ROTH, K. (Hrsg.).(2005). Handbuch Sportspiel. Schorndorf: Hofmann Verlag.

Internet

(Auswahl)

- <http://www.sportunterricht.de/fussball/technik.html#tipp> [1.9.05] - Fußball
- http://regelwerk.unfallkassen.de/daten/s_inform/SI_8071.pdf [1.9.05]- Handball
- <http://www.4teachers.de/?action=show&id=35&sid=> [1.9.05] Fundgrube für alle Sportspiele
- <http://www.volleyball-training.de/> [1.9.05] Volleyball
- http://www.dslv-rp.de/pdf/Script_Sek1.pdf [1.9.05] Konzept für Sportspiele in der Schule
- <http://www.bbcoach.de/> [1.9.05] Basketball