

Download

Sieghart Hofmann

Kleine Spiele – Fundgrube für den Sportunterricht Ballspiele



Downloadauszug
aus dem Originaltitel:

Kleine Spiele – Fundgrube für den Sportunterricht

Ballspiele

VORSCHAU

Dieser Download ist ein Auszug aus dem Originaltitel
Kleine Spiele – Fundgrube für den Sportunterricht
Über diesen Link gelangen Sie zur entsprechenden Produktseite im Web.

<http://www.auer-verlag.de/go/dl6661>

3 Ballspiele

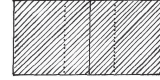
Im Schul-, Vereins- und Freizeitsport gehören die Ballspiele zu den beliebtesten Bewegungsspielen. Ballspiele mit dem Reiz offener und wechselnder Situationen wirken besser als jede andere Form der Motivation. Voraussetzung für eine aktive Teilnahme ist eine ausreichende Ballbeherrschung und situationsbezogenes Verhalten. Wenn Schüler keine Möglichkeit zum Beherrschen und Lösen der Spielsituation sehen, das Spielgerät als bedrohlich oder das Klassenklima als unangenehm empfinden, kann keine Spielfreude entstehen oder sie geht verloren. Deshalb haben Sie dafür zu sorgen, dass durch **Können** (Fangen, Werfen, Ballführung) und **Spielübersicht** (Ausweichen, Freilaufen und Decken) sowie durch **angemessene Forderungen** das Spiel von den Schülern „beherrscht“ wird. Ebenso ist durch eine **schülergerechte Unterrichtsgestaltung** (z. B. Softball statt Hohlball bei Abwurfspielen, Anknüpfen an Bekanntes und Gekanntes, das Miteinander betonen) und durch ein **sportlich-soziales Klima** zu gewährleisten, dass das Spiel nicht als bedrohlich empfunden wird.

Der schnelle Wechsel von Situationen hinsichtlich der Ortsveränderungen des Balles und der Spieler fördert die Ganzkörpermotorik. Die Entwicklung **koordinativer Fähigkeiten** (Orientierungs-, Reaktions- und Differenzierungsfähigkeit) und der **Fertigkeiten** (Werfen und Fangen) sowie des **taktischen Verhaltens** (Freilaufen und Decken) werden besonders angeregt. Im Verlauf des Spiels ergeben sich immer wieder neue, offene Situationen und soziale Lerngelegenheiten. Für ein erfolgreiches Spielen sind oft Probleme zu lösen, die Verständigung und gemeinsames Handeln voraussetzen und zum Miteinander auffordern. Das selbstständige Handeln ist von Ihnen als Lehrer bewusst anzuregen. Diszipliniertes Spielen äußert sich im Befolgen von Regeln und im kameradschaftlichen Verhalten. Spontane Äußerungen der Freude oder der Enttäuschung gehören zum lebendigen Spiel. Je intensiver die Schüler den Reiz des Ballspielens erleben, desto freiwilliger und engagierter werden sie am Spiel teilnehmen und ihre Fitness positiv beeinflussen. Ein Beitrag zur Ausprägung der allgemeinen Spielfähigkeit und somit der Vorbereitung der Sportspiele wird in vielen kleinen Ballspielen geleistet. Fehlerhafte technische Ausführungen sind im Spiel weitgehend zu ignorieren, denn im Vordergrund steht eine aktive Teilnahme am Spiel, die den Schülern Spaß macht. Hinweise zur Technik sind in Pausen bzw. nach dem Spiel angebracht.



Ball über die Schnur (Netz)

Kl. 5–8



Vorbemerkung:

An diesem alten, bekannten und „einfachen“ Spiel soll beispielhaft verdeutlicht werden, dass bereits geringfügige Änderungen dem Spiel neue Impulse geben.

Grundgedanke:

Jede Mannschaft wirft den Ball so über die Schnur oder das Netz in das andere Feld, dass er schwer zu fangen ist und möglichst auf dem Boden aufkommt.

Materialien:

Softbälle, Hohlbälle und andere Wurf- und Fanggeräte wie Footbälle, Tennisringe, Sandsäckchen, Indiacas, Soft-Frisbee oder Schaumstoffwürfel, Netz oder Langband, u. U. Luftballons

Durchführung:

Ein Volleyballfeld mit Netz ist günstig. In jeder Feldhälfte verteilt sich eine Mannschaft. Der Soft- oder Hohlball wird über das Netz gespielt und soll im anderen Feld aufkommen. Jeder Bodenkontakt des Balles, ob direkt mit dem Wurf oder nach Berührung durch einen Spieler, gilt als Punkt. Mit dem Fangen oder nach Aufnahme des Balles wird das Spiel zur anderen Seite fortgesetzt. Ein über die Feldbegrenzung geworfener Ball gilt als Fehler und Punktgewinn für die andere Mannschaft. Bei Netzberührung läuft das Spiel weiter.

► In den Klassen 5/6 sollte ohne Abwurfline und mit dem Netz in Reichhöhe gespielt werden. In den Klassen 7/8 mit Abwurfline (3-m-Angriffslinie) und mit sprunghohem Netz. Ein Werfen des Balles mittels Sprungwurf ist zu unterbinden. Sieger ist die Mannschaft, die zuerst eine bestimmte Anzahl an Punkten erreicht (z. B. 20). Es kann auch nach Zeit gespielt werden (z. B. 5 Min.). Dabei sind die Treffer jeder Mannschaft zu zählen oder die Treffer werden gegenseitig abgezogen.

Varianten:

- **Ungewöhnliche Wurf- und Fanggeräte***, wie z. B. Footbälle, Tennisringe, Sandsäckchen, Indiacas, Soft-Frisbee oder Schaumstoffwürfel, bereichern und beleben das Spiel. Beim Spiel mit Schaumstoffwürfeln kann festgelegt werden, dass bei Bodenkontakt der Würfel ausrollen muss und die Augen als Punkte zählen. Wird der Würfel vorher aufgenommen, werden 6 Punkte angerechnet (zusätzliche Anforderung an die Konzentration).
- Spiel mit **2 oder mehr Bällen*** oder auch unterschiedlichen Wurf- und Fanggeräten. Mehrere und unterschiedliche Geräte erfordern erhöhte Aufmerksamkeit, Anpassung und Umstellung. Die Spielübersicht darf dabei nicht verloren gehen.
- Ein **einmaliges Aufkommen*** des Balles ist Pflicht. Diese ungewöhnliche Regel erfordert erhöhte Aufmerksamkeit und Umstellung.



- Es wird den Spielern freigestellt, ob der Ball direkt oder nach einem Bodenkontakt gefangen wird. Wahlmöglichkeiten aktivieren und beleben das Spiel*.
- In jeder Mannschaft sind als **Zusatzaufgabe**** 1 oder 2 Luftballons durch stetes Antippen in der Luft zu halten. (KI. 7/8)
- Spiel mit 2 Bällen mit **unterschiedlicher Aufgabenstellung****: Der „weiße“ Softball muss aus der Luft und der „bunte“ Volleyball erst nach einem Bodenkontakt gefangen werden. Diese Variante ist besonders anspruchsvoll. (KI. 7/8)
- Man spielt **im Sitzen*** über ein ca. 1 m hohes Netz oder mit Bogenwurf über eine ca. 3 bis 6 m breite Mittelzone, das Spiel ist auch mit 2 Bällen möglich**. (KI. 7/8)
- **Wurfprellball***: Der Ball ist mit Bodenkontakt im eigenen Feld über das ca. brusthohe Netz zu spielen. Er kann auch über 2 aufeinander gestellte Turnbänke oder über eine neutrale Mittelzone von ca. 3 m gespielt werden. Auch hier ist das Spiel mit zwei Bällen möglich**. (KI. 7/8)
- **Wurfprellball*** (ohne Netz): In einer 2 bis 3 m breiten Prellzone, die beide Spielhälften trennt, muss der Ball einmal aufkommen, bevor er in das gegnerische Feld fliegt und möglichst schwer zu fangen ist. Das funktioniert auch mit zwei Bällen**. (KI. 7/8)

Tipps:

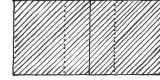
Der Einsatz eines Netzes erleichtert die Spielübersicht und reduziert Fehlerdiskussionen. Besonders beim Spiel mit 2 oder mehr „Bällen“ ist auf ein zügiges Rückspielen zu achten. Das Ballsammeln ist verboten. Gezielt sollten, neben Bällen, auch andere Wurf- und Fanggeräte eingesetzt werden. Ungewöhnliche Geräte bieten neue Reize und Erfahrungen. Es ist darauf zu achten, dass im Verlauf des Spiels die Schüler ihre Position im Feld wechseln (von vorn nach hinten). Ein Spiel in kleineren Gruppen (6 gegen 6) sichert die Intensität. Deshalb sollten Sie prüfen, ob ein Spielen auf mehreren Feldern möglich ist, z. B. durch ein längs der Halle zu spannendes farbiges und dehnbares Langband.

Muster zur Ansicht



Parteiball & Spielreihe

Kl. 5–8 (9/10)



Vorbemerkung:

In der Sportpraxis wird oft Parteiball gespielt, ohne dass die Schüler grundlegende und anwendungsbereite Voraussetzungen besitzen. Mit der nachfolgenden Spielreihe soll ein Spielverständnis entwickelt und so weit gefestigt werden, dass auch in der „Hektik“ des Spiels die Übersicht nicht verloren geht.

Grundgedanke:

Innerhalb einer Mannschaft soll der Ball so oft wie möglich zugespielt werden, ohne dass die andere Mannschaft in Ballbesitz kommt. Die Spieler der ballbesitzenden Mannschaft werden zum genauen und schnellen Abspiel, zum sicheren Fangen und zum Freilaufen angeregt, die Gegenspieler zur Deckung und zum Ballgewinn. Das Spiel trainiert die Körperbeherrschung, Orientierungs-, Reaktions- und Differenzierungsfähigkeit sowie faires und uneigennütziges Handeln. Ein intensives Spiel beeinflusst auch die Fitness.

Materialien:

Softball, Gymnastikball oder ungewöhnliche Wurf- und Fanggeräte, Spielerwesten

Durchführung*:

Jede Ballweitergabe innerhalb der Mannschaft oder jedes Zuspiel (der Ball muss gefangen werden) wird gezählt. Wechselt der Ballbesitz zwischen den Mannschaften, beginnt mit dem ersten Zuspiel das Zählen neu. Am besten werden die Zuspiele laut mitgezählt. Nach 5 oder 10 Zuspielen kann 1 Punkt vergeben werden (5er- oder 10er-Ball). Nach jedem Punktgewinn setzt die andere Mannschaft mit Ballbesitz das Spiel fort. Sieger ist, wer zuerst eine vorgegebene Anzahl an Punkten erreicht oder nach einer Spielzeit die meisten Punkte hat (ca. 4 Min.).

► Es kann aber auch das Zählen der Zuspiele für die Mannschaft fortgesetzt werden, wenn die Mannschaft wieder in Ballbesitz kommt (jede Mannschaft hat einen Zähler). Der Ball ist nicht länger als 3 Sek. in den Händen zu halten und nach 2 (oder 3) Schritten abzuspielen. Um viele Zuspiele zu erreichen, ist anfangs ohne Dribbeln zu spielen. Auf eine faire und mannschaftsdienliche Spielweise sollte man von vornherein achten. Spieler der anderen Mannschaft dürfen nicht festgehalten werden. Hat ein Spieler den Ball sicher in den Händen, darf das Abspiel nur durch „körperloses“ Sperren erschwert werden.

Varianten:

- Der Einsatz eines **ungewöhnlichen** Balles* (Football) oder Wurf- und Fanggerätes (Tennisring, Sandsäckchen, Soft-Wurfscheiben) führt zu neuen Impulsen. Außerdem wird das Miteinander durch mehr Zuspiele gefördert, weil ein Dribbeln nicht möglich ist.
- **Turnball:** In Nähe der beiden Basketballkörbe wird jeweils ein Turnhocker gestellt. Jede Mannschaft besetzt ihren Turnhocker mit einem Spieler, den Turmspieler. Es wird nach

den Regeln „Parteball“ gespielt. Ziel ist das Zuspiel zum Turmspieler. Nur er kann mit erfolgreichem Wurf in den Basketballkorb Punkte erzielen. Trifft er, so bekommt seine Mannschaft einen Punkt und die andere den Ball. Bei Fehlwurf läuft das Spiel weiter. Geeignet besonders für **Klassen 5/6**, weil mit Ballbesitz des Turmspielers Ruhepunkte gegeben sind. Der Einsatz eines Footballs setzt beim Fangen und besonders beim Korbwurf zusätzliche Reize*.

- **Königsball****: Jede Mannschaft bestimmt 2 oder 3 Könige, die leichte Medizinbälle mit sich führen. Ziel jeder Mannschaft ist das Zuspiel zu einem sich setzenden oder sitzenden König. Gelingt dies, müssen die Schüler der anderen Mannschaft eine Körperübung ausführen, um den König zu ehren (Liegestütz, Rumpfbeugen, Hockstand). Die Körperübung kann der König vorgeben. (Kl. 7/8)
- **Parteball in zwei Feldern****: In jedem Feld, das sie nicht verlassen dürfen, befindet sich die Hälfte der Spieler beider Parteien. Es wird nach bekannten Regeln gespielt. Punkte werden nur beim erfolgreichen Ballwechsel über die Mittellinie erzielt. Man kann auch festlegen, dass das Zuspiel zur anderen Seite über die Mittellinie erst nach einem Zuspiel im eigenen Feld erfolgen darf. (Kl. 7/8)

Tipps:

Das Spiel in kleinen Gruppen ist hier gut geeignet (z. B. 6 gegen 6). Das Überspielen der Spielfeldbegrenzung führt zum Ballverlust. Die Bemerkung „Der Ball ist heiß!“ soll die Schüler zum schnellen Abspiel auffordern. Zeitnah zur Basketballausbildung sollten die 2-Schrittregel und der Sternschritt sowie zur Handballausbildung die 3-Schrittregel und das Dribbling trainiert werden. Der Vorteil indirekter Zuspiele gegenüber „Bogenlampen“ sollte demonstriert werden. Eine deutliche Unterscheidung der beiden Mannschaften erleichtert und fördert das Spiel. Zum Zählen der Zuspiele sollten sportbefreite Schüler eingesetzt werden.

Muster zur Ansicht



Spielreihe:

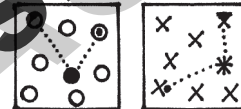
Kl. 5/6

Die Spielreihe oder Teile davon sind zur Einführung des Spiels „Parteball“ zu empfehlen. Ziel ist die Vermittlung von Spielübersicht zur Sicherung des Spielflusses auch unter Wettbewerbsbedingungen als eine wesentliche Grundlage des Zielspiels Parteball.

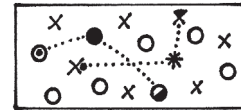
1. Jede Mannschaft bildet einen Innenstirnkreis. Der Ball ist stets links- oder rechtsherum von Schüler zu Schüler zu spielen. In dieser sehr einfachen Form (Wanderball) muss sich jeder Schüler nur auf 2 Mitspieler konzentrieren. Kleine Soft- oder Gymnastikbälle erleichtern das Fangen. Die Mannschaften sollten farblich unterschiedliche Bälle benutzen.



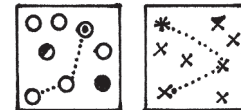
2. Die Kreise werden aufgelöst. Jede Mannschaft bewegt sich im **eigenen Feld**. Das Zuspiel erfolgt wie unter 1., aber unter freier Bewegung und mit zunehmender Geschwindigkeit (Gehen und Traben). Ein Zuruf zum Mitspieler ist hilfreich. Schon hier ist auf ein schnelles Abspiel und auf die Schrittregel Wert zu legen, ohne sie einzufordern.



3. Gespielt wird wie unter 2., nur dass beide Mannschaften in einem **gemeinsamen Feld** spielen. Jede Mannschaft spielt für sich und ohne Behinderung der anderen Mannschaft. Farblich unterschiedliche Bälle geben zusätzliche Hilfe.

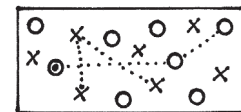


4. In getrennten Feldern **freies Zuspiel innerhalb der Mannschaften**.



5. Wie unter 4., mit der Aufforderung zum **indirekten Zuspiel**, d. h. Zuspiel mit Bodenkontakt. Weil im Spiel fast alle Zuspiele direkt und viele in Form einer „Bogenlampe“ erfolgen, sollen indirekte Zuspiele bewusst gefordert und damit wahrgenommen werden.

6. In einem **gemeinsamen Feld freies Zuspiel** innerhalb der Mannschaften (direkt und indirekt).



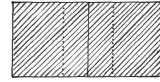
7. Wie unter 6., mit der Konzentration auf den eigenen Ball, das eigene Spiel, aber der Möglichkeit, den Ball der anderen Mannschaft abzufangen und zu Ihnen oder in eine Hallenecke zu spielen.

8. Zielspiel als Parteball mit einem Ball. Jede Mannschaft versucht, möglichst viele Zuspiele zu erreichen.



Tigerball auf Geräten

Kl. 7–10



Grundgedanke:

Auf Geräten sitzende Schüler spielen sich am Tiger vorbei einen Ball zu. Bei Ballverlust müssen alle Schüler sich einen neuen Platz suchen.

Materialien:

Soft- oder Gymnastikball, 1–2 Weichboden- oder Turnmatten längs (4 Schüler pro Gerät), 2 Kastendeckel (3), 2–4 Turnhocker (2), 2–4 Medizinbälle (1)

Durchführung*:

1 bis 2 Schüler sind die Tiger. Alle anderen Schüler sitzen auf Geräten, die kreisförmig angeordnet sind, und spielen sich den Ball so zu, dass der Tiger ihn nicht erreicht. Damit der Tiger eine Chance hat, ist der Ball nicht über Reichtöhe zu spielen. Jedes Nichtfangen, Verlassen des Gerätes beim Fangen und jede Ballberührung durch den Tiger führt zum Wechsel der Plätze/Geräte. Mit dem Ruf „Wechsel“ ist ein Fehler/Platzwechsel zu unterstützen. Schüler ohne Plätze sind die neuen Tiger.

► Auf ein faires Zuspiel und faires Verhalten beim Platzwechsel ist zu achten. Zum schnellen Abspiel wird angeregt, wenn der Tiger den Ball auch in den Händen der Schüler berühren darf.

Varianten:

- Alle Zuspiele erfolgen „indirekt“ über einen Bodenkontakt. Das Zuspiel wird erschwert und die Aufgabe für den Tiger erleichtert*.
- Vor jedem Abspiel ist der Ball **1x zu prellen***. Die Art des Zuspiels ist freigestellt (direkt oder indirekt).
- **Reitertigerball***: Die Schüler bilden Paare im Innenstirnkreis. Ein Schüler nimmt als Pferd die Bankstellung ein. Sein Partner als Reiter den Seitgrätschstand über dem Pferd. Die Reiter spielen sich den Ball zu. Bei Nichtfangen und Ballberührung durch den Tiger ist ein neues Pferd zu suchen. Die Pferde verharren in ihrer Position. Nach ca. 5 Durchgängen Aufgabenwechsel.
- **Pferd und Reiter****: Bei einem Fehler wird der Reiter zum Pferd (Bankstellung) und das Pferd zum Reiter, wobei der neue Reiter einen Ortswechsel vornehmen muss, d. h. nur ein Rollentausch von Pferd und Reiter vor Ort ist untersagt.



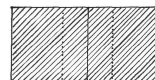
Tipps:

In größeren Gruppen ist in 2 Kreisen zu spielen.



Zweifelderball (Völkerball)

Kl. 5–8



Grundgedanke:

2 Mannschaften versuchen, die Spieler der anderen Mannschaft durch Abwerfen aus dem Feld zu bringen. Das Spiel dient zur Schulung der Treffsicherheit (Werfen), des Ausweichens und des Fangens. Unter koordinativer Sicht werden besonders an die Reaktions-, Orientierungs- und Differenzierungsfähigkeit Anforderungen gestellt; unter sozialem Aspekt an das Miteinander, an faires Verhalten und an die Risikobereitschaft (Fangen unter Zeitdruck und von schwierigen Bällen).

Materialien:

Soft- bzw. Volleyball für indirekte Treffer, Turnbänke, u.U. Hindernisse (kleine Weichböden), Gymnastikkeulen (Markierungskegel oder Joghurtbecher)

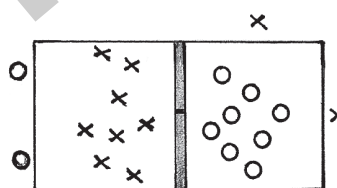
Durchführung:

Weil Zweifelderball sehr unterschiedlich gespielt werden kann, sind vor Spielbeginn Festlegungen notwendig. Ein Volleyballfeld mit Turnbänken auf der Mittellinie ist günstig. Die Spieler der Mannschaften belegen je ein Feld und ihre Außenspieler beziehen außerhalb des Feldes der anderen Mannschaft ihre Position. Getroffene Spieler verlassen das Feld und werden zu Außenspielern. Als getroffen zählt, wenn nach dem Treffer der Ball den Boden berührt. Alle Außenspieler haben Abwurfrecht und können sich in das Feld einwerfen. Es ist abzusichern, dass immer ein Außenspieler zur Verfügung steht. Der Ball gehört innerhalb des Feldes immer zur Feldmannschaft.

► **2 bis 3 Außenspieler** und ein **Abwurfrecht** von allen 3 Seiten beleben das Spiel und fördern den Spiegedanken, günstige Abwurfgelegenheiten durch Zuspiele von Feld- und Außenspielern zu erreichen. **Softbälle** sind besonders geeignet, weil Ängste weniger aufkommen und ein Werfen und Fangen gut möglich ist. **Kopftreffer zählen nicht**. Einerseits soll nicht zum Kopf gezielt werden und andererseits beeinflussen solche Treffer den Schüler weniger, wenn er im Spiel bleibt. Werden 2 Spieler vom Ball getroffen, bevor er den Boden berührt, verlassen beide Spieler das Feld (Doppeltreffer). Motivieren Sie die Schüler zum Fangen. Sieger können ermittelt werden, indem alle Spieler aus dem Feld geworfen, nur noch z. B. 3 Spieler im Feld sind oder nach einer Anzahl an Treffern (z. B. 20, wobei ein Fangen als Treffer für die eigene Mannschaft gezählt werden kann) oder beim Spiel nach Zeit, wer die meisten Spieler im Feld hat.

Varianten:

- Nur **indirekte Treffer*** zählen. Diese nicht übliche Form des Abwerfens setzt neue Reize und Erfahrungen. Die Schüler müssen sich umstellen, um mit dem aufspringenden



Ball zu treffen. Das Fangen wird erleichtert, weil durch den Bodenkontakt der Ball an Schärfe verliert. Für ängstliche und fangschwächere Schüler wird das Spiel reizvoller und das Fangen möglich.

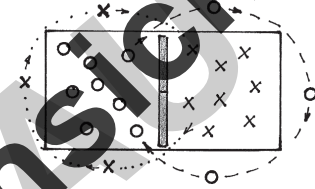
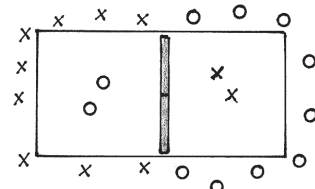
- Zweifelderball mit **unbekanntem Joker*** oder König: Jede Mannschaft bestimmt aus den Reihen der Feldspieler ihren Joker, ohne die andere Mannschaft zu informieren. Jeder Feldspieler hat 2 Treffer frei und muss erst mit dem dritten Treffer das Feld verlassen. Ein Sich-wieder-Einwerfen ist nicht möglich. Wird der Joker das dritte Mal getroffen, ist das Spiel beendet. Die 2 bis 3 Außenspieler bleiben über die gesamte Spielzeit Außenspieler. Taktisches Verhalten ist in beiden Mannschaften gefragt, beim Herausfinden des gegnerischen Jokers und zur Verhinderung von Treffern des eigenen Jokers.
- Spiel mit **bekanntem Joker***: Dieser darf Bälle abwehren und somit seine Mitspieler vor Treffern beschützen. Nur wenn der Joker am Rücken oder/und an den Unterschenkeln getroffen wird, muss er das Feld verlassen und wird zum normalen Außenspieler. Es kann mit oder ohne Einwerfen gespielt werden.
- Zweifelderball **ohne Verlassen** des Feldes, Spiel mit 3 Außenspielern: Es wird nach Zeit (z. B. 4 Min.) und ohne Ausscheiden gespielt. Gezählt werden die Treffer. Fangen kann belohnt werden, indem der Mannschaft des Fängers ein Treffer angerechnet wird. Der gleiche Schüler darf nicht unmittelbar hintereinander abgeworfen werden.
- Zweifelderball mit **Gymnastikkeulen**, Markierungskegel oder Joghurtbecher **bewachen**: Jeder Spieler im Feld hat seine Gymnastikkeule zu sichern und als Feldspieler zu agieren. Man beginnt mit 2 Außenspielern. Fällt eine Keule um, durch einen Treffer oder durch Körperkontakt, verlässt der Spieler mit Keule das Feld und wird Außenspieler. Ein Außenspieler kann sich wieder ins Spiel einwerfen. In vielen Fällen werden nicht die Keulen getroffen, sondern fallen durch Abwehrbewegungen um. Deshalb sind eine gute Orientierung und Körperbeherrschung gefordert. Mit 1 oder 2 Softbällen spielen besonders Mädchen der **5./6. Klasse** diese Variante gern.
- Ein Spiel mit **2 Bällen**** ist nur sinnvoll, wenn ohne Verlust der Spielübersicht eine höhere Aktivität der Schüler erreicht wird. (**Kl. 5/6**) Für die Klassen **7/8** bietet sich die Kombination von Soft- und Volleyball an. Mit dem (weißen) Softball zählen nur direkte Treffer und mit dem (farbigen) Volleyball nur indirekte Treffer**.
- Zweifelderball mit **Hindernissen****: Als „Schutzschild“ sind stehende kleine Weichboden- oder ganz leichte Turnmatten geeignet. In dieser Variante wird das Zuspiel über alle 4 Seiten des Feldes angeregt, weil nur so eine gute Abwurfgelegenheit zu erspielen ist. (**Kl. 6–8**)





Ballspiele

- Zweifelderball **verkehrt***: Bis auf 2 Feldspieler beginnen alle anderen Schüler als Außenspieler. Durch einen Treffer können sie sich ins Feld einwerfen. Getroffene Spieler bleiben im Feld. Mit dem Treffer des letzten Außenspielers ist der Sieger ermittelt. Bei dieser Variante wird das Abwerfen zur Aufgabe der Außenspieler, das Ausweichen, Fangen und Zuspield zur Aufgabe der Feldspieler. (Kl. 7/8)
- Zweifelderball mit **wechselnden Außenspielern***: Man beginnt mit drei Außenspielern. Ein getroffener Feldspieler verlässt das Feld immer zur linken Seite und wird dort Außenspieler, die Außenspieler rücken eine Position weiter bzw. einer wird Feldspieler. Dieser Wechsel wird immer vollzogen, wenn Spieler getroffen werden und das Feld verlassen müssen. Außenspieler können sich **nicht** durch einen Treffer einwerfen. Sieger werden durch die Anzahl der Treffer ermittelt. (Kl. 7/8)
- Zweifelderball mit **Partner****: Jeweils 2 Schüler bilden ein Spielerpaar, verlassen bei einem Treffer gemeinsam das Feld und werfen sich auch stets gemeinsam wieder ein. Pädagogisch günstig sind Partnerschaften zwischen Mädchen und Jungen sowie spielstarken und spielschwächeren Schülern.



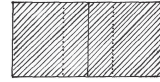
Tipps:

Das Abwerfen von allen 4 Seiten des Feldes ist am besten geeignet, weil es zur Belebung des Spiels führt. Als zusätzlicher Anreiz zum Fangen kann der Fänger einen Außenspieler ins Feld holen. Damit die Spielaktivität möglichst aller Schüler erhalten bleibt, sollten sich Außenspieler in der Regel durch Treffer wieder ins Feld einwerfen können. Zum Abschluss eines (längeren) Spiels bzw. wenn nur noch wenig Zeit zur Verfügung steht, kann diese Regel ausgesetzt werden. Wenn das Ausweichen besonders geschult werden soll, ist Fangen als Treffer zu werten.



Inselball

Kl. 8–10



Grundgedanke:

Eine Weichbodenmatte stellt eine Insel dar, auf die mit indirektem Wurf der Ball zu spielen ist. Inselwächter versuchen, dies zu verhindern. Gefordert ist ein Miteinander, um durch schnelle Zuspiele eine gute Wurfgelegenheit auf die Matte zu erhalten. Dabei sind Reaktions- und Differenzierungsfähigkeit in Verbindung mit Taktik und Wurftechnik von Bedeutung. Von den Inselwächtern wird besonders Reaktionsfähigkeit und Körperbeherrschung sowie Ausdauer abverlangt.

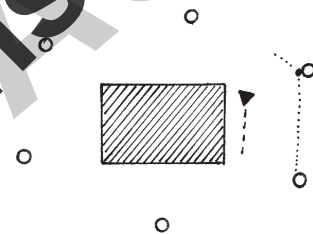
Materialien:

3 Weichbodenmatten von 25 bis 30 cm Höhe (oder Turnmattenstapel), 3 bis 6 Gymnastikbälle

Durchführung*:

Nach Möglichkeit sollten 3 Stationen mit Weichböden von 3 x 2 m ausgelegt werden. In ca. 2 m Entfernung von der Matte gruppieren sich ca. 6 Spieler um die Matte. Ein gut springender Ball ist über einen Bodenkontakt auf die Matte zu spielen. 1 oder 2 Inselwächter versuchen diese Treffer zu verhindern.

► Die Inselwächter dürfen sich um und auf der Matte bewegen. Ein „Hechten“ auf der Matte ist zur Sicherheit nur einem Inselwächter erlaubt. Es ist nach Zeit oder einer Anzahl an Treffern zu spielen (ca. 3 min. oder 5 Treffer), damit Erfahrungen für das „richtige“ Werfen gesammelt werden können und ein möglicher Spielfluss nicht durch zu häufigen Wechsel der Inselwächter unterbrochen wird. Im Wettbewerb zwischen 2 Gruppen werden die Inselwächter von der anderen Gruppe gestellt. Es kann aber auch der beste Wächter ermittelt werden, indem Inselwächter in beiden Gruppen zum Einsatz kommen.



Variante:

Spiel mit 2 Bällen und 2 Inselwächtern**.

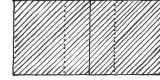
Tipps:

Ein Treffer erfordert ein sehr gefühvolles Aufsetzen des Balls. Den Schülern sollte Zeit gegeben werden, entsprechende Lösungen selbst zu finden, bevor Sie Lösungen vorstellen. Die Anordnung der Stationen nahe von Wänden sichert das schnelle Einholen nicht gefangener Bälle bzw. vom Inselwächter abgewehrter Bälle. Ein vom Inselwächter gefangener Ball ist fair einem Außenspieler zuzuspielen.



Auf die Bank

Kl. (5–6) 7–10



Grundgedanke:

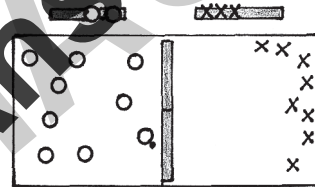
Jede Mannschaft versucht aus ihrem Feld heraus, Spieler der anderen Mannschaft zu treffen. Beim Ausweichen wird Reaktionsfähigkeit gefordert und Werfen und Fangen unter Zeitdruck trainiert.

Materialien:

Soft- bzw. Volleyball, 4 Turnbänke (Markierungskegel)

Durchführung:

Die Mannschaften sind in je einer Hälfte des Volleyballfeldes. Zur besseren Übersicht sollten Turnbänke auf die Mittellinie gestellt werden. Außerhalb des Spielfeldes an einer Seitenlinie steht für die abgeworfenen Spieler jeder Mannschaft eine Turnbank. Gespielt wird mit einem Softball. Es zählen nur direkte Treffer mit anschließendem Bodenkontakt des Balles. Getroffene Spieler nehmen auf ihrer Bank Platz. Der stets am längsten auf der Bank sitzende Spieler darf wieder ins Feld, wenn ein Spieler der anderen Mannschaft getroffen wird. Ziel ist es, das Feld der anderen Mannschaft zu leeren oder eine bestimmte Anzahl an Spielern auf der Bank der anderen Mannschaft zu erreichen (z. B. 5). Wird nach Zeit gespielt, hat die Mannschaft gewonnen, auf deren Bank am Ende der Spielzeit weniger Spieler sind.



Varianten:

- Spiel mit **indirektem Treffer****: Der notwendige Bodenkontakt des Balles erschwert das Treffen und erleichtert das Fangen. Die Schüler sind speziell zum Fangen anzuregen, weil sie sich an den Grundlinien des Volleyballfeldes gut auf das Fangen einstellen können.
- Spiel mit max. 3 Spielern auf der Bank: Muss ein vierter Spieler das Feld verlassen, wechselt der am längsten auf der Bank sitzende Spieler ins Feld. Damit wird die Auszeit verkürzt. Sieger ist die Mannschaft mit den meisten Treffern.

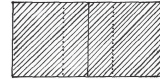
Tipps:

Wenn die Möglichkeit besteht, sollten lange Laufwege zum Ballholen vermieden werden, indem die Grundlinien nahe von Wänden/Netzen angeordnet werden. Spielt man mit Einbeziehung der Wände, kann man festlegen, dass ein Spieler auch von dem von der Wand abspringenden Ball getroffen werden kann**. Fangen kann zusätzlich belohnt werden, indem ein Spieler die Bank verlassen darf.



Bankstehen

Kl. 7–10



Grundgedanke:

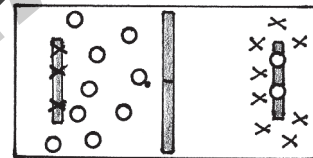
Jede Mannschaft versucht aus ihrem Feld heraus, die Spieler der anderen Mannschaft zu treffen. Orientierungs- und Reaktionsfähigkeit werden beim Ausweichen, Fangen und Werfen gefördert. Die Gleichgewichtsfähigkeit wird durch das Fangen und Werfen auf bzw. von der Bank geschult. Das Miteinander wird durch bewusste Zuspiele zu den Spielern auf der Bank angeregt.

Materialien:

Softball bzw. Volleyball (für indirekte Treffer), vier Turnbänke bzw. zwei Turnbänke und vier Turnmatten

Durchführung*:

In den beiden Hälften eines Volleyballfeldes stehen sich die Mannschaften gegenüber. Im hinteren Drittel eines jeden Feldes steht eine Turnbank. Gespielt wird mit einem Softball. Es zählen nur direkte Treffer mit anschließendem Bodenkontakt des Balles. Getroffene Spieler stellen sich auf die Bank im Feld der anderen Mannschaft und dürfen sich durch Treffer wieder ins Spiel einwerfen. Ein Treffer von der Bank ist nur gültig, wenn dabei die Bank nicht verlassen wird. Wird die Bank beim Fangen des Balles verlassen, ist der Ball der anderen Mannschaft zu übergeben. Ziel ist, das Feld der anderen Mannschaft zu leeren oder auf deren Bank eine bestimmte Anzahl stehender Spieler zu erreichen (z. B. sechs). Wird nach Zeit gespielt, hat die Mannschaft gewonnen, auf deren Bank am Ende der Spielzeit weniger Spieler sind.



Varianten:

- Spiel mit **indirektem Treffer****: Gespielt wird mit einem Soft- oder Volleyball. Der notwendige Bodenkontakt des Balles erschwert das Treffen und erleichtert das Fangen.
- Werden anstatt der Turnbänke Turnmatten ausgelegt, die die getroffenen Spieler betreten müssen, ist das Spiel für die **Kl. 5/6** geeignet*.

Tipps:

Als Abwurfspiel auch in kleinen Hallen (Hallenteilen) spielbar. Die Feldspieler sollen ihren auf der Bank stehenden Mitspielern den Ball vorrangig zuspielen, damit diese sich durch Treffer erlösen können.



Einfelderball

Kl. 8–10



Grundgedanke:

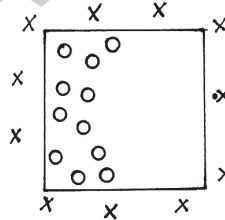
Die Spieler im Feld werden von den Spielern der anderen Mannschaft von außerhalb des Feldes abgeworfen. Geschult werden Orientierungs- und Reaktionsfähigkeit. Das Ausweichen und Fangen unter Zeitdruck wird von den Feldspielern gefordert. Günstige Abwurfgelegenheiten können die Außenspieler nur durch ein Miteinander über schnelle Zuspiele erreichen.

Materialien:

Softball bzw. Volleyball (für indirekte Treffer), Markierungskegel

Durchführung*:

In einer Hälfte des Volleyballfeldes befindet sich eine Mannschaft. Um alle 4 Seiten des Feldes positionieren sich die Werfer der anderen Mannschaft. Diese sollen so schnell wie möglich alle Innenspieler abwerfen, wobei ein Treffer aus günstigen Abwurfgelegenheiten nach schnellem Zuspiel und nicht ein Abwerfen aus jeder Position geübt werden soll. Gespielt wird mit einem Softball. Getroffene Spieler setzen sich am Ort des Treffers in den Hock- oder Schneidersitz. Fängt ein Feldspieler den Ball, erlöst er einen abgeworfenen und sitzenden Mitspieler durch Zuspiel des Balles oder durch Zuruf.



► Aus dem Feld heraus ist der Ball für einen Außenspieler zuzuspielen, ohne die eigenen Mitspieler in Abwurfgefahr zu bringen. Gespielt wird nach Zeit und mit Wechsel der Aufgaben (z. B. 2x 4 Min.). Das Spiel ist beendet, wenn alle Spieler der Feldmannschaft abgeworfen worden sind. In vielen Fällen wird die Zeitregel zur Anwendung kommen, weil sitzende Spieler durch ein Fangen wieder ins Spiel gebracht werden. Sieger ist die Mannschaft, die in der kürzeren Zeit alle Feldspieler angeworfen bzw. nach Ende der Spielzeit mehr aktive (stehende) Spieler im Feld hat.

Varianten:

- Spiel mit **indirektem Treffer****: Gespielt wird mit einem Soft- oder Volleyball. Der notwendige Bodenkontakt des Balles erschwert das Treffen und erleichtert das Fangen. Etwas Neues entsteht durch die nicht übliche Vorgabe.
- Spiel mit **Selbsterlösen****: Dazu muss ein getroffener und sitzender Spieler einen von einem Außenspieler geworfenen Ball aus der Luft aufnehmen, unabhängig davon, ob der Ball direkt geworfen wurde, bereits mehrere Bodenkontakte hatte oder von einem Mitspieler abprallte. Rollende bzw. liegende Bälle gehören den Außenspielern. Ziel ist die konzentrierte und aktive Teilnahme auch der abgeworfenen Schüler am Spiel.



- Spiel **ohne Verlassen** des Feldes: Es zählen die erzielten Treffer in der Spielzeit (z. B. 4 Min.). Getroffene Spieler bleiben im Feld und nehmen weiter aktiv am Spiel teil. Fangen kann belohnt werden, indem ein Treffer abgezogen wird. Ein Schüler darf nicht 2x hintereinander abgeworfen werden.
- Spiel **mit Verlassen** des Feldes: Es wird nach Zeit gespielt bzw. das Spiel ist vorzeitig beendet, wenn der letzte Feldspieler getroffen wurde. Wird der Ball gefangen, kann der Fänger einen abgeworfenen Spieler in das Feld holen. Die Aktionen im Feld sind übersichtlich, deshalb kann diese Variante auch in den Kl. 5–7 gespielt werden. Zusätzlich könnten sich abgeworfene Spieler durch kleine Aufgaben (z. B. durch erfolgreiche Zielwürfe an einer Zusatzstation) oder durch das Würfeln einer Glückszahl erlösen.

Tipps:

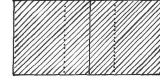
Verweisen Sie auf das eigentliche Anliegen von Abwurfspielen als Mannschaftsspielen, indem durch schnelle Zuspiele gute Abwurfgelegenheiten zu erreichen sind. Varianten des Zweifelderballs sind auch hier spielbar, z. B. Spiel mit Hindernissen, mit bekanntem oder unbekanntem Joker. Beim Spiel nach Zeit ist besonders darauf zu achten, dass der Ball aus dem Feld heraus schnell und fair den Außenspielern zugespült wird. Für die Spielzeit ist ein Wechsel der Aufgaben (Feld- und Außenmannschaft) einzuplanen, d. h. 2 x 4 Min.

KOBRIC
Muster zur Ansicht



Staffel-Basketball

Kl. 8–10



Grundgedanke:

In Form eines Staffelspieles versuchen mehrere Gruppen, ihre Bälle in einen Korb zu werfen.

Materialien:

Basketballfeld, 2 x 4 Bälle in unterschiedlicher Farbe oder Art (Gymnastik-, Hand-, Volley-, Basketball), 4 Turnbänke

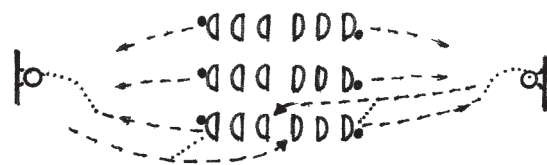
Durchführung*:

In der Mitte des Basketballfeldes stehen 3 bis 4 Gruppen in Reihe mit Blick zum Korb. Es werden Bälle gleicher Art in unterschiedlicher Farbe oder unterschiedliche Bälle eingesetzt. Mit Dribbling startet der erste Spieler jeder Gruppe und versucht, seinen Ball in den Korb zu werfen. Beim Wurf bleiben die Füße immer am Boden, ein Abspringen zum Korbleger ist aus Sicherheitsgründen verboten. Nach erfolgreichem Wurf wird zur Gruppe gedribbelt und der Ball übergeben oder aus einer bestimmten Entfernung dem nächsten Spieler zugespielt. Ist der Wurf nicht erfolgreich, hat der Schüler noch 2 Versuche, d. h. nach dem dritten Versuch wird der Ball dem nächsten Spieler übergeben, unabhängig ob ein Treffer erzielt wurde oder nicht.

► Zu Spielbeginn ist zum Verständnis der Aufgabenstellung ein Probedurchgang sinnvoll. Bis zur Wertung sichern 2 bis 4 Durchgänge eine angemessene Bewegungsintensität. Die Platzierung ergibt sich mit der Übergabe des Balles an die Gruppe durch den letzten Spieler.

Varianten:

- Gleichzeitiges Spiel auf **beide Körbe**** eines Basketballfeldes: Jeweils die Hälfte der Schüler einer Gruppe blickt und spielt zum anderen Korb. Der jeweils erste Spieler der beiden Teilgruppen hat einen Ball. Gespielt wird wie in der Grundvariante, nur dass immer 2 Spieler einer Gruppe aktiv sind. Schüler, die nach dem Wurf zur Gruppe zurückkommen, ordnen sich in der Mitte der Gruppe so ein, dass sie in Richtung des anderen Korbes stehen. Jeder Schüler hat auf beide Körbe zu spielen (1x oder 2x). Diese Variante ist sehr spielintensiv, verlangt eine gute Übersicht und Mitarbeit der Schüler.





- Gespielt wird getrennt in 2 Mannschaften und auf 2 Körbe. Die Mannschaften stehen auf schräg zum Korb stehenden **Turnbänken***. Von der Bank aus wirft immer der erste Spieler zum Korb und verlässt die Bank. Hat der Werfer getroffen, wird er zum Helfer für seine Mannschaft (Ballholder/Zuspieler). Ist der Werfer nicht erfolgreich, stellt er sich auf der Bank am Ende der Gruppe an. Sieger ist die Mannschaft, die keinen Spieler mehr auf der Bank hat. Der letzte Spieler hat max. 3 Versuche. Der dritte Wurf zählt als Treffer.
- Gespielt wird in 4 Mannschaften, wobei immer 2 Mannschaften auf einen Korb spielen*. Die Spieler stehen auf schräg zum Korb stehenden Turnbänken. Spielregeln sind wie oben beschrieben. In einem zweiten Durchgang können die Seiten (rechts bzw. links zum Korb) getauscht werden, bevor die Mannschaften wechseln oder Sieger und Verlierer gegeneinander spielen.

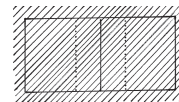
Tipps:

Die Anzahl der Fehlwürfe sollte begrenzt werden (z. B. 3), damit einerseits die Schwächen einzelner Schüler nicht überbetont und sie ausgegrenzt werden und andererseits das Spielergebnis weitgehend offenbleibt. Der Einsatz gleicher Bälle eröffnet Chancengleichheit und ihre unterschiedlichen Farben sichern den notwendigen Überblick vor dem Korb. Dieser Überblick ist auch durch unterschiedliche Bälle gegeben (Gymnastik-, Basket-, Hand-, Volleyball). Außerdem regt der Einsatz unterschiedlicher Bälle zur Umstellung und Anpassung an und durch den Tausch der Bälle ergeben sich neue Anreize (z. B. Verlierer spielt mit Siegerball und umgekehrt). Der Einfluss besonders von Misserfolgen auf das Gruppenergebnis wird aktiv erlebt und gibt u. U. Anlass, auf das Miteinander und auf ein faires Verhalten zu verweisen.



Sanitärerball

Kl. 6–8



Grundgedanke:

Die Werfer versuchen, möglichst viele Spieler durch Treffer aus dem Spiel zu nehmen, die wiederum durch Sanitäter erlöst werden können.

Materialien:

3 Softbälle, 4 Spielerwesten, 2 Turnmatten als Kliniken, 3 große Teppichfliesen

Durchführung*:

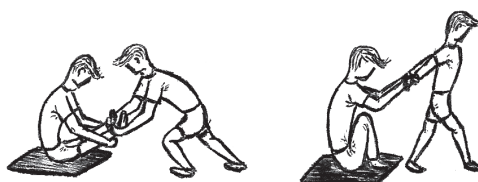
Gespielt wird mit 2 bis 3 Werfern und 3 bis 4 Sanitätern (oder 2 Sanitärerpaare). Jeder Werfer hat einen Softball und versucht durch Dribbling bzw. unter Beachtung der 3-Schrittregel, eine gute Abwurfgelegenheit zu erreichen. Getroffene Spieler gehen in den Hockstand und werden durch 2 Sanitäter in eine von 2 Kliniken getragen (Turnmatten in Hallenecken). Die Sanitäter sind durch Spielerwesten zu erkennen und dürfen nicht abgeworfen oder behindert werden.



► In der Klinik werden die Spieler gesund und nehmen wieder am Spiel teil. In der Regel wird es den Werfern nicht gelingen, alle Läufer abzuwerfen. Nach ca. 3 Minuten sollten andere Schüler als Werfer und Sanitäter eingesetzt werden.

Varianten:

- Als Treffer zählt nur, wenn der Ball mit einer bestimmten **Vorgabe**** geworfen wird, z. B. werfen durch die gegrätschten Beine. Hier könnte es dem Fänger erlaubt sein, mit dem Ball in der Hand zu laufen.
- Jeweils 2 Werfer spielen zusammen und erhalten das Abwurfrecht nur, wenn der Ball vor einem Treffer **zugespielt und gefangen** wurde**. 2 Werferpaare sollten eingesetzt werden.
- Es wird mit 2 bis 3 Sanitätern gespielt, die große **Teppichfliesen*** mit sich führen und auf den Fliesen die getroffenen Schüler in die Klinik ziehen. In der Klinik übernimmt der gesundete Schüler die Fliese und wird zum Sanitärer und der ehemalige Sanitärer zum Läufer. Es kann aber auch nach Zeit und ohne Wechsel der Sanitärer gespielt werden (z. B. 3 Min.).



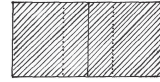
Tipps:

Sie sollten außerhalb des Spielfeldes stehen und ggf. Hinweise zum Spielverhalten geben (ordentliches Tragen und schonendes Ablegen auf die Matte). Als Sanitärerpaare sind u. U. kräftige Schüler einzusetzen.



Reifen-Treibball

Kl. 6–8



Grundgedanke:

Ein am Boden liegender Gymnastikreifen ist nach einem Treffer mit einem Tennisball stets um seinen Durchmesser zu einem Ziel zu versetzen.

Materialien:

Anzahl an Reifen und Tennisbällen für die Hälfte der Schüler, Markierungen

Durchführung**:

2 Schüler bilden als Werfer und Helfer ein Paar. 4 m vor der Wurflinie liegt der Reifen. Der Tennisball muss im Reifen aufkommen. Der Partner am Reifen wirft bzw. rollt den Ball zurück. Nach jedem Treffer wird der Reifen um seinen Durchmesser zum Ziel versetzt (vgl. S. 44). Bis zur 8-m-Linie zählen nur direkte und danach auch indirekte Treffer. Die 12-m-Linie als Ziel ist mit einem Teil des Reifens zu erreichen.

► Um Behinderungen zu vermeiden, ist auf ausreichenden seitlichen Abstand zwischen den Wurfenden und auf ein ordentliches Rückspielen des Balles zu achten, z. B. durch Rollen. Es kann vereinbart werden, dass z. B. mit dem dritten Fehlwurf in Folge der Reifen auch weitergelegt wird. Wenn alle oder fast alle Werfer ihre Reifen im Ziel haben, sind die Reifen an der 12-m-Linie auszurichten und durch Treffer zur 4-m-Linie zurückzuholen, wobei ab der 8-m-Linie wieder nur direkte Treffer zählen.

Variante:

Es spielen jeweils 2 Paare gegeneinander. Sie stehen sich in einer Entfernung von ca. 16 m an Wurflinien gegenüber. In der Mitte zwischen ihnen liegt ein Reifen. Die Helfer sind für das Zurückspielen des Balles und für das Versetzen des Reifens nach einem Treffer zuständig. Die jeweils 12-m-Ziellinie wird selten erreicht, weil sie nur 4 m von der Wurflinie des Kontrahenten entfernt ist und von dort leichter Treffer zu erzielen sind. Deshalb ist ein Spiel nach Zeit angebracht (3 Min.).

► Eine gute Übersicht ist bei wechselseitigem Werfen der Kontrahenten gegeben. Der Reiz und die Bewegungsintensität sind größer, wenn jedes Paar durch schnelles Handeln sich Vorteile erspielen kann.

