


	<b>Vorbemerkung</b> . . . . .	4
	<b>Methodisch-didaktische Hinweise</b>	
	Sportspielevermittlung als	
	Stationenlernen . . . . .	5
	Sportspielevermittlung im	
	Coaching-System . . . . .	6

**Teil 1: Volleyball**

	<b>Oberes Zuspiel</b>	
	Technik-Überblick . . . . .	7
	Kompetenzraster Oberes Zuspiel . . . . .	8
	Station 1: Korbpritschen . . . . .	9
	Station 2: Fang den Ball . . . . .	10
	Station 3: Guten Morgen . . . . .	11
	Station 4: Augen auf . . . . .	12
	Station 5: Rundlauf am Korb . . . . .	13
	Station 6: Spielform – Zwei gegen zwei mit	
	zwei Ballkontakten . . . . .	14
	Station 7: Spielform – Zwei gegen zwei mit	
	drei Ballkontakten. . . . .	15
	Station 8: Spielform – Drei gegen drei mit	
	drei Ballkontakten. . . . .	16
	Station 9: Spielform – König der Halle . . . . .	17
	Station 10: Spielform – Kaiserturnier . . . . .	18

	<b>Unteres Zuspiel</b>	
	Technik-Überblick . . . . .	19
	Kompetenzraster Unteres Zuspiel . . . . .	20
	Station 1: Hoch den Ball . . . . .	21
	Station 2: Aufstehen . . . . .	22
	Station 3: Schiebe den Ball. . . . .	23
	Station 4: Korbaggern . . . . .	24
	Station 5: Haltet den Ball hoch (Rundlauf). . . . .	25
	Station 6: Baggernachlauf . . . . .	26
	Station 7: Baggerwettkampf . . . . .	27
	Station 8: Baggerrundlauf. . . . .	28


	<b>Angabe</b>	
	Technik-Überblick . . . . .	29
	Kompetenzraster Angabe von unten . . . . .	30
	Station 1: Schlag den Ball (1) . . . . .	31
	Station 2: Die Wand – Mein Gegner . . . . .	32
	Station 3: Triff den Korb . . . . .	33
	Station 4: Aufschlag über die Schnur . . . . .	34
	Station 5: Feldverteidigung . . . . .	35
	Station 6: Aufschlagstaffel . . . . .	36

	<b>Angriffsschlag</b>	
	Technik-Überblick . . . . .	37
	Kompetenzraster Angriffsschlag . . . . .	39
	Station 1: Schlag den Ball (2) . . . . .	40
	Station 2: Finde den Rhythmus . . . . .	41
	Station 3: Schmettere den Ball. . . . .	42

**Teil 2: Basketball**

	<b>Passen</b>	
	Technik-Überblick . . . . .	43
	Kompetenzraster Druckpass . . . . .	44
	Station 1: Unser Ball . . . . .	45
	Station 2: Triff das Ziel . . . . .	46
	Station 3: Reifenpassen . . . . .	47
	Station 4: Wanderei. . . . .	48
	Station 5: Spielform – Holt uns ein. . . . .	49
	Station 6: Spielform – Brettball . . . . .	50
	Station 7: Spielform – Burgball. . . . .	51
	Station 8: Spielform – Lauerball. . . . .	52

	<b>Dribbeln</b>	
	Technik-Überblick . . . . .	53
	Kompetenzraster Dribbeln . . . . .	54
	Station 1: Bankdribbeln. . . . .	55
	Station 2: Slalomlauf. . . . .	56
	Station 3: Sei mein Spiegelbild. . . . .	57
	Station 4: Dribbelstaffel. . . . .	58
	Station 5: Spielform – Folge meinem	
	Schatten . . . . .	59
	Station 6: Spielform – Balldieb . . . . .	60
	Station 7: Spielform – Meister des Dribblings	
	Station 8: Spielform – Dribbelstaffel mit	
	Korbwurf . . . . .	62

	<b>Korbwurf</b>	
	Technik-Überblick . . . . .	63
	Kompetenzraster Korbwurf . . . . .	64
	Station 1: Korbwurf mit Passen . . . . .	65
	Station 2: Spielform – Around the world. . . . .	66
	Station 3: Spielform – Bump the ball . . . . .	67

	<b>Korbleger</b>	
	Technik-Überblick . . . . .	68
	Kompetenzraster Korbleger . . . . .	69
	Station 1: Rechts-links-Korbleger. . . . .	70
	Station 2: Spielform – Wettkampf am Korb . . . . .	71
	Station 3: Spielform – Zwei gegen eins auf	
	einen Korb. . . . .	72
	Station 4: Spielform – Kastenbasketball . . . . .	73

	<b>Material zum Coachingsystem</b>	
	Volleyball . . . . .	74
	Basketball . . . . .	80

	<b>Quellenverzeichnis</b> . . . . .	85
---	-------------------------------------	----



Der moderne Sportunterricht erfordert, dass Sportlehrer<sup>1</sup> auf die unterschiedlichen Leistungsvoraussetzungen eingehen, die ihre Schüler mitbringen. Darüber hinaus verlangt ein mehrperspektivischer Sportunterricht, dass die Schüler zunehmend selbstständig arbeiten bzw. Selbstverantwortung übernehmen.

Sowohl die Methode des Stationenlernens als auch die des Coachingsystems kommen dem Umgang mit Heterogenität sowie dem Ansatz der Mehrperspektivität entgegen. Lerngruppen entwickeln hierdurch Selbstständigkeit und Eigenorganisation beim Lernen, der Lernprozess wird individualisiert und die Lehrkraft wird zum Lernpartner, der Übungs- und Lernprozesse noch präziser begleiten, beobachten, analysieren und optimieren kann.

Das vorliegende Buch zeigt Möglichkeiten auf, im Stationenbetrieb und/oder durch den Einsatz von Coachingmappen im Bereich der Sportspielevermittlung des Bewegungsfeldes „Spielen“ kompetenzorientiert zu arbeiten. Dabei konzentrieren sich die Unterrichtsmaterialien auf die Vermittlung der großen Spiele Volleyball und Basketball in den Sportklassen der Jahrgangsstufen 7–10. Die hier vorgestellten Übungs- und Spielformen können sowohl als Stationskarten genutzt werden als auch als Vorlagen zum Einbinden in Coachingmappen. Die beiden Methoden und die entsprechenden Materialien können jedoch auch miteinander kombiniert werden. Die Abfolge der Übungs- und Spielformen kann jederzeit verändert werden, die Nummerierung der Stationen entspricht nicht automatisch dem Aufbau im Sinne einer methodischen Reihe. Die zeitliche Gestaltung der Stationen sollte auf die individuelle Lerngruppe angepasst sein. So mag beispielsweise eine längere Arbeitsphase an einer Station für einige Lerngruppen angebracht sein, bei anderen bietet sich möglicherweise ein Übungsbetrieb als Circuittraining mit festen Belastungszeiten und Pausen an.

Die dargestellten Übungsmaterialien können kopiert und gegebenenfalls als Stationskarten laminiert und in der Sporthalle aufgehängt werden. Die Lerngruppenmitglieder können mit vorheriger Einweisung eigenständig und nach individuellem Lernbedarf Stationen auswählen und an diesen ihrem Lernniveau entsprechend üben und trainieren. Ebenso eigenständig kann die Arbeit mit Coachingmappen erfolgen, die den Experten helfen, ihre Teammitglieder zu trainieren. Im Coaching-

system schulen Schülerexperten ihre Teammitglieder über mehrere Einheiten. Die Kompetenzraster können in ausgewählten Stunden der Unterrichtseinheit zur selbstständigen Kontrolle des Lernfortschritts eingesetzt werden.

Zur präziseren Technik- und Taktikvermittlung können in Verbindung mit diesen Unterrichtsmaterialien auch Bildreihen bzw. Videosequenzen zur Demonstration oder zur individuellen Bewegungsanalyse einzelner Schüler zum Einsatz kommen. Die Zielspiele Volleyball und Basketball können zudem jederzeit in abgewandelter Form, wie zum Beispiel durch variierende Spielfelder und Spielfeldgrößen, variierende Spielerzahlen oder reduzierte Regeln, in die Unterrichtsstunden integriert werden. Auch ist der Einsatz verschiedener Spielgeräte, wie unterschiedlich großer oder schwerer Bälle, im Rahmen der schulischen Ausstattung möglich. Dabei können sukzessive die sportspielgemäßen Regeln je nach Stand der Lerngruppe einbezogen werden.

Zum Unterrichtseinstieg jeder Stunde sollten Inhalte gewählt werden, die sich thematisch an den angestrebten Kompetenzen orientieren. So ist es, beim Erlernen des unteren Zuspiels im Volleyball sinnvoll, spezielle vorbereitende Spiel- und Übungsformen zur Ballgewöhnung in die Phase der Erwärmung zu integrieren, z. B.: „Werft den Ball hoch und fangt ihn in Baggerhaltung auf den Unterarmen auf!“, „Rollt euch den Ball zu zweit in Baggerhaltung mit einem Abstand von 1–2 Metern mit den Armen zu!“.

<sup>1</sup> Zugunsten der besseren Lesbarkeit ist in den Texten überwiegend von Lehrern, Schülern, Fängern usw. die Rede. Selbstverständlich sollen auch Lehrerinnen, Schülerinnen, Fängerinnen usw. angesprochen fühlen.



## 1. Sportspielevermittlung als Stationenlernen

Sportspiele über die Methode des Stationenlernens zu vermitteln, hat im modernen Sportunterricht seine Berechtigung, zumal die Bewegungszeit, bedingt durch geringe Hallengrößen, oft sehr eingeschränkt ist, wenn über reine Spielformen gelehrt wird. Zudem kommt die offene Form des Stationenlernens der Heterogenität schulischer Lerngruppen entgegen. Unterschiedliche Leistungspotenziale können genutzt oder ausgebaut werden, verschiedene Kompetenzen fachlicher wie überfachlicher Art können erweitert werden und unterschiedliche Lerntypen sowie Lerngeschwindigkeiten werden angesprochen. So lernen die Schüler beispielsweise, Bewegungsanweisungen und Aufbauanleitungen in verbalisierter und visualisierter Form zu lesen, zu verstehen und umzusetzen. Im Stationenlernen sollte der Lernprozess durch ein erhöhtes Maß an Selbstständigkeit und Eigenorganisation der Lerngruppen gekennzeichnet sein. Durch den Einsatz unterschiedlicher Bewegungsstationen wird:

- die Selbstständigkeit der Schüler gefördert
- ein differenzierendes Vorgehen ermöglicht
- die Teamkompetenz erhöht
- die Urteils- und Entscheidungskompetenz geschult
- die Bewegungskompetenz erweitert
- die sportliche Handlungskompetenz stabilisiert

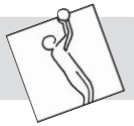
Wichtig sind die gründliche Vorbereitung der Stationen und die differenzierenden Angebote, die in der Gestaltung der Stationskarten altersangemessen konzipiert sein müssen. Auf den Stationskarten sind unterschiedliche Schwierigkeitsstufen dargestellt, die durch die Begriffe **Beginner**, **Intermediate** und **Champion** gekennzeichnet werden. Diese ermöglichen es den Schülern, auf transparente und individuelle Weise Übungs- und Spiel-

formen ihrem Lernstand angemessen auszuwählen und zu trainieren. Die Stationen können je nach didaktisch-methodischem Konzept in Partner-, Gruppen- oder auch in Einzelarbeit bearbeitet werden.

Stationskarten müssen in ihrer Gestaltung übersichtlich sein und sich auf das Wesentliche beschränken. Außerdem ist es wichtig, dass sie motivierend gestaltet sind und eine schnelle Umsetzbarkeit durch die Schüler gewährleistet ist. Die Stationsarbeit kann so angelegt sein, dass es Pflicht- und Wahlstationen gibt oder aber unter zeitlichen Vorgaben gearbeitet wird. Unterstützend kann Musik methodisch als strukturgebendes Instrument eingesetzt werden: Spielt die Musik, wird an den Stationen gearbeitet, bricht sie ab, erfolgt ein Stationenwechsel. Bei Wiedereinsetzen wird dann an der nächsten Station geübt. Das Einsetzen der Musik zum Zeichen des Stationenwechsels, dann spielt während des Übens keine Musik, ist ebenfalls denkbar, um das konzentrierte Arbeiten an den Stationen nicht zu stören.

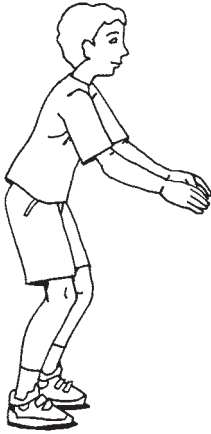
Wichtig ist, dass im Unterrichtsgespräch vorab folgende Vereinbarungen mit der Lerngruppe bezüglich der Vorgehensweise getroffen werden:

- Zunächst lesen alle Schüler die Aufgaben auf den Stationskarten.
- Gemeinsam wird anschließend die Station aufgebaut.
- Alle Schüler halten sich an die Regel: Bevor wir zu einer anderen Station wechseln, wird die vorherige Station wieder in ihren Originalzustand versetzt.



## Technik-Überblick

①



②



③



**Aktive Grundstellung:**  
Füße schulterbreit stellen  
Knie leicht beugen  
Gewicht auf die Fußballen verlagern  
Oberkörper leicht nach vorn neigen  
Arme anwinkeln und Hände anheben

①

**Bewegung zum Ball:**  
Knie und Ellenbogen beugen  
Hände anheben  
Hände in Körbchenhaltung bringen

② bis ③

④



⑤



⑥



**Streckung zum Ball:**  
Ball vor/über der Stirn spielen  
Ball mit Ganzkörperstreckung spielen

④ bis ⑤

**Spielbereit sein:**  
Knie leicht beugen  
Hände anheben

⑥



**Kompetenzraster Oberes Zuspiel**

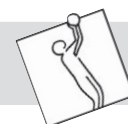
Name: \_\_\_\_\_

Klasse: \_\_\_\_\_

Coaching-Team: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

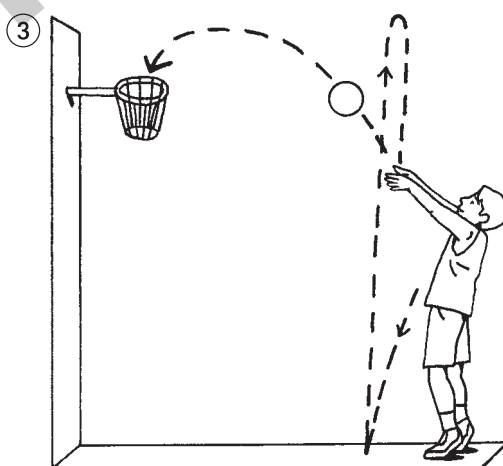
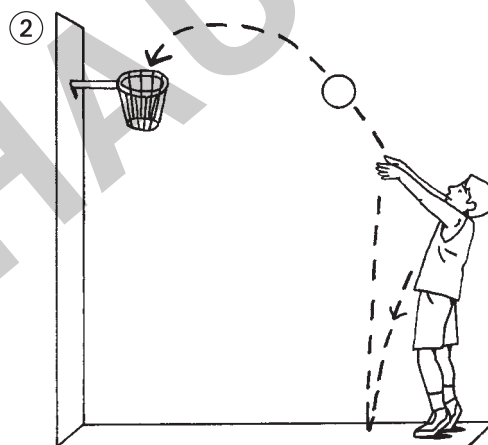
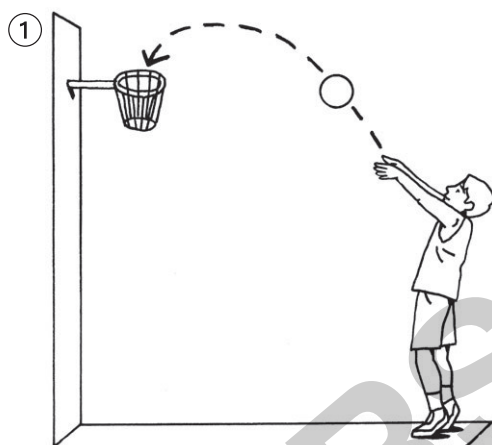
					Das muss ich noch üben
<b>1. Nimmt der Spieler die korrekte Ausgangsposition ein?</b>					
Füße schulterbreit?					
Knie leicht gebeugt?					
Gewicht auf den Fußballen?					
Oberkörper leicht nach vorn geneigt?					
Arme angewinkelt und Hände angehoben?					
<b>2. Wie bereitet der Spieler die Ballannahme vor?</b>					
Knie und Ellbogen leicht gebeugt?					
Hände angehoben?					
Korbchenhaltung der Hände erkennbar?					
<b>3. Wie spielt der Spieler den Ball?</b>					
Ball vor/über der Stirn gespielt?					
Ball mit Ganzkörperstreckung gespielt?					
<b>4. Wie bewegt sich der Spieler nach dem Spielen des Balls?</b>					
Spielbereite Position eingenommen?					
Knie leicht gebeugt?					
Hände angehoben?					



## Station 1: Korbpritschen

### Aufgabe:

- ① **Beginner:** Versuche, den Ball nach eigenem Anwurf in den Basketballkorb zu pritschen.
- ② **Intermediate:** Prelle den Ball auf den Boden und versuche, ihn in den Basketballkorb zu pritschen.
- ③ **Champion:** Prelle den Ball auf den Boden. Versuche, den hochspringenden Ball zunächst in die Luft und anschließend in den Basketballkorb zu pritschen.



**Material:** 1 Volleyball, Basketballkorb

Schüleranzahl: 1



## Station 9: Spielform – König der Halle

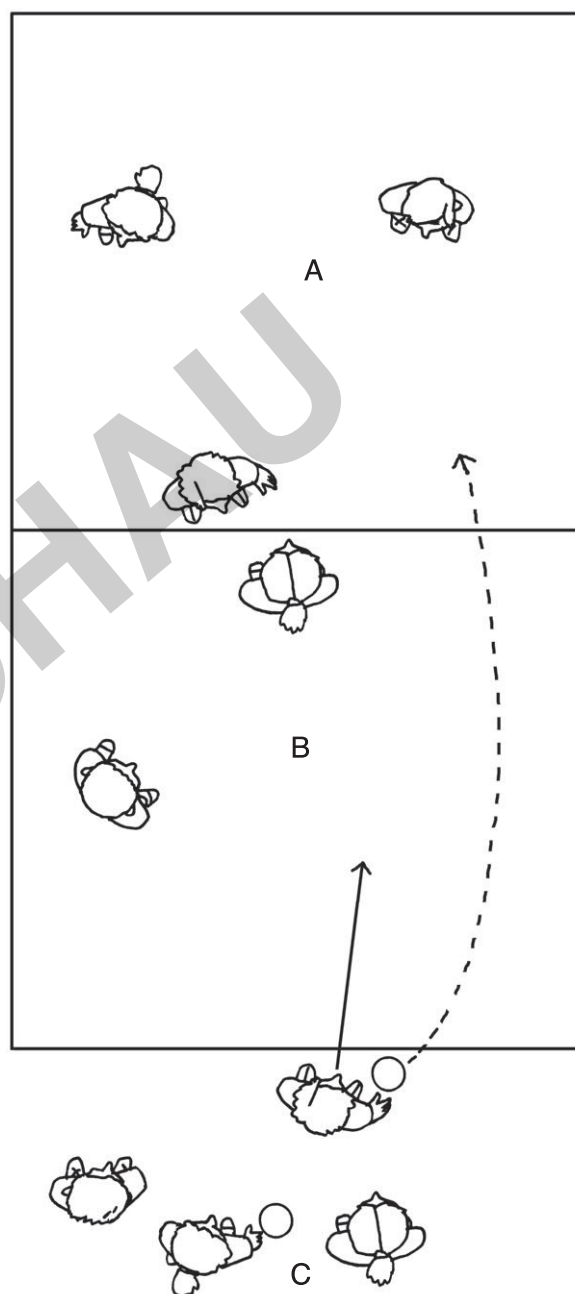
### Aufgabe:

Es werden drei Teams gebildet: Team A steht zu Beginn auf der Annahmeseite (Königsseite), Team B und C mit Ball auf der Aufschlagseite. Team C wartet dabei hinter der Grundlinie des Aufschlagfeldes.

Sobald Team A durch einen Fehler den Ball verliert, holt es den verlorenen Ball und stellt sich an der Aufschlagseite an.

Das aufschlagende Team B wechselt nun auf die Annahmeseite, wo es den Platz von Team A einnimmt. Team C rückt in das Feld vor, auf dem zuvor Team B gespielt hat, und wird zur aufschlagenden Mannschaft des folgenden Durchgangs.

Es zählen nur die Ballwechsel als Punkt, die das jeweilige Team auf der Königsseite macht.



**Material:** 2 Volleybälle, pro Feld drei Teams, Volleyballnetz bzw. Zauberschnur

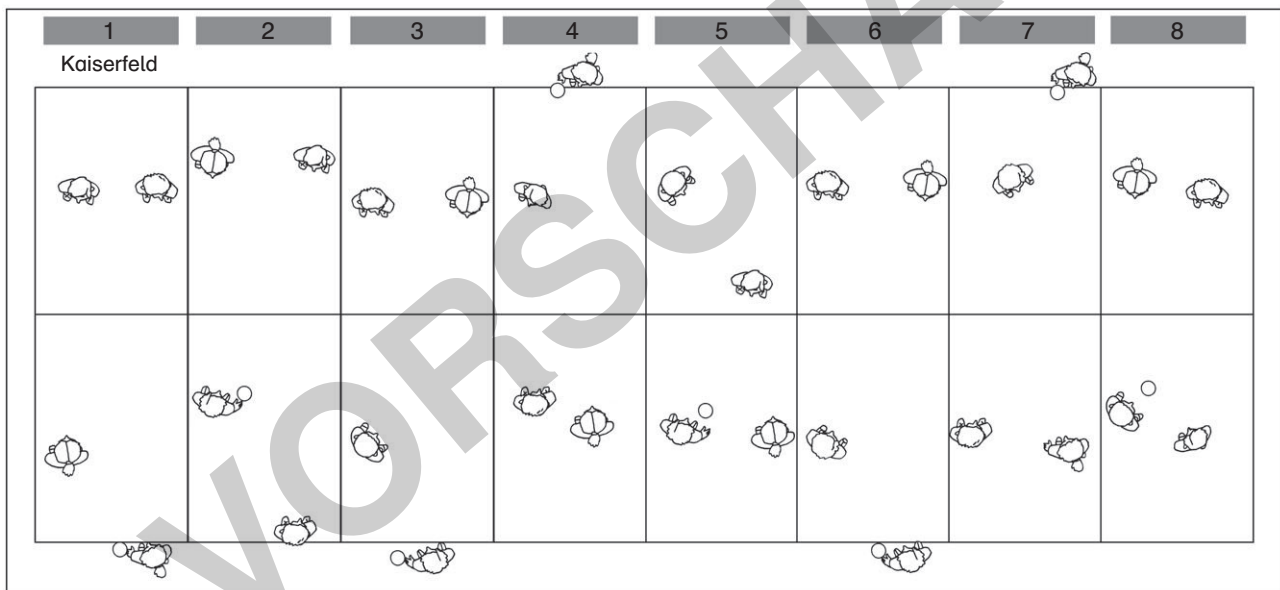
**Schüleranzahl:** mindestens 9



## Station 10: Spielform – Kaiserturnier

### Aufgabe:

Es wird „Zwei gegen zwei“ auf Zeit (vier Minuten) gespielt bei zentralem An- und Abpfiff. Ziel des Spiels ist es, das Kaiserfeld, das an einem der beiden Hallenenden liegt, zu erreichen und sich dort zu halten. Die Mannschaften spielen auf Kleinfeldern gegeneinander. Das Siegerteam steigt jeweils ein Feld auf in Richtung Kaiserfeld, das Verliererteam jeweils ein Feld ab. Das Team, das auf dem Kaiserfeld gewinnt, bleibt dort. Es erfolgen mehrere Spieldurchgänge.



**Material:** 1 Volleyball pro Team, Volleyballnetz bzw. Zauberschnur, pro Team zwei Mitglieder

Schüleranzahl: 4