Werfen

Vorbemerkung

Der Basisfertigkeit Werfen kommt eine Schlüsselfunktion in der Vermittlung des Handballspiels zu, ist mit ihr doch zwangsläufig der Erfolg, also der Ausgang eines Handballspiels, verknüpft. Die Auseinandersetzung mit den verschiedenen Wurfdimensionen (Zuwerfen, Überwerfen, Abwerfen, Hineinwerfen) nimmt daher einen besonderen Stellenwert in der Vermittlung des Handballspiels ein.
Gerade aus diesem Grund ist es wichtig, Schülern ein möglichst großes Spektrum an Wurferfahrungen zu ermöglichen und ihnen die verschiedenen Bedeutungen des Werfens verständlich zu machen. Schließlich kann man ohne auf das Tor zu werfen, auch keines erzielen!

Ausgehend vom Passen als Folge von Ballführung, Ballannahme und Ballverarbeitung lassen sich spielerisch leicht die Grundwurfarten des Handballspiels generieren.

Schulrelevante Formen des Werfens sind:
- Wurf aus dem Stand (Schlagwurf) mit oder ohne Stemmschritt
- Wurf aus dem Sprung (Sprungwurf) mit einbeinigem bzw. beidbeinigem Absprung

VORSCHAU

Unterrichtsverlauf

Lernziele:
- spielerisches Umgehen mit dem Ball
- Erfahren und Erspüren verschiedener Arten des Werfens und ihrer unterschiedlichen Wirkungen

Einstieg

Schülern sind die verschiedenen Dimensionen des Werfens nicht unbekannt. Aus anderen Sportarten, wie beispielsweise Basketball oder Leichtathletik, sind bereits Vorerfahrungen im Werfen vorhanden. Dieses Vorwissen soll nun in der Gruppe gesammelt und erörtert sowie hinsichtlich seiner Ausprägung und Erscheinung verbalisiert werden.

Zielformulierung: „Wir lernen, jemandem zuzuwerfen, Gegenstände zu überwerfen und in Ziele hineinzuwerfen."

Matthias Obinger: Handball für die Grundschule
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

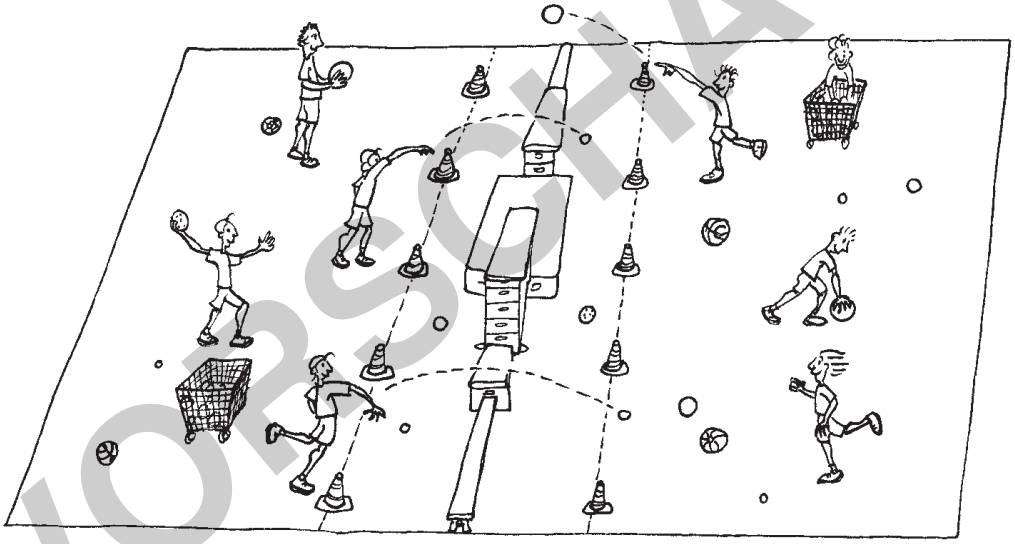
zur Vollversion

Variationen
- Die Stationen werden erweitert.
- Unterschiedliche Ballarten werden verwendet.

Spielphase: „Alles über Bord!“

Organisation & Aufbau
- Es werden zwei Mannschaften gebildet. Eine Mannschaft verteilt sich in der rechten Spielfeldhälfte des Handballfeldes, die andere in der linken.
- Auf der Mittellinie werden unterschiedlich großе, lange und hohe Hindernisse zum Überwerfen aufgestellt, z. B. Weichbodenmatten, Turnmatten, Langbänke, Turnkästen usw.
- Auf beiden Seiten wird eine etwa vier Meter breite Sicherheitszone bzw. Abwurflinie mit Pylonen markiert, die während des Spiels nicht betreten werden darf.
- Auf jeder Spielfeldseite befindet sich ein Ballwagen mit jeweils derselben Anzahl Handbälle.
- Es wird Musik eingespielt.

Ablauf
Während die Musik läuft, versuchen beide Mannschaften, ihre Bälle „über Bord“ auf die andere Spielfeldseite zu werfen. Ziel ist es, so wenige Bälle wie möglich in der eigenen Spielfeldhälfte zu haben. Sobald die Musik stoppt, werden keine Bälle mehr geworfen und der Lehrer zählt die Bälle auf den jeweiligen Spielfeldseiten. Die Mannschaft mit den wenigsten Bällen auf ihrer Seite gewinnt das Spiel.



VORSCHAU

Variationen
- Die zu überwerfenden Hindernisse an der Mittellinie werden variiert.
- Die Sicherheitszone wird vergrößert, dadurch erhöht sich gleichzeitig die Distanz zur anderen Spielfeldseite.

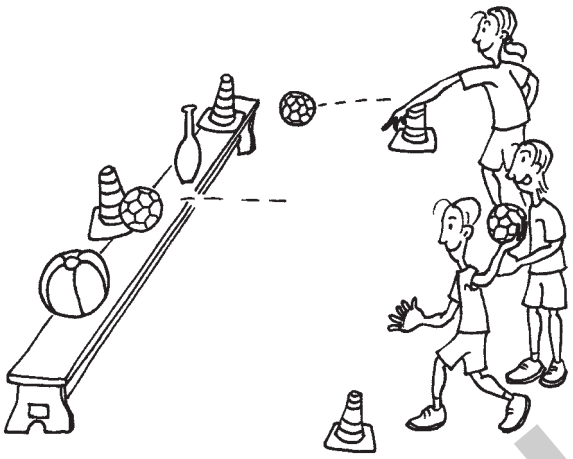
Ausklang: „Seitenwechsel“

Organisation & Aufbau
- Auf der Mittellinie werden zwei Turnkästen im Abstand von etwa drei Metern zueinander aufgestellt, sodass eine schmale Kastengasse entsteht.
- Die Schüler verteilen sich gleichmäßig auf beiden Spielfeldseiten und stellen sich im Abstand von etwa drei Metern vor der Kastengasse hintereinander auf.
- Der erste Schüler einer Reihe erhält einen Ball.

Matthias Obinger: Handball für die Grundschule
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

zur Vollversion

Ablauf
Während die Musik läuft, versuchen die Schüler, mit den Bällen aus dem Ballwagen die Kegel, Pylonen und Medizinbälle von den Bänken zu werfen. Wie viele Gegenstände können die Schüler während dieser Musiksequenz von den Langbänken werfen? Sobald die Musik stoppt, werden die Bälle in den Ballwagen zurückgelegt, ehe die andere Mannschaft an der Reihe ist. Der Lehrer zählt unterdessen die umgeworfenen Gegenstände.

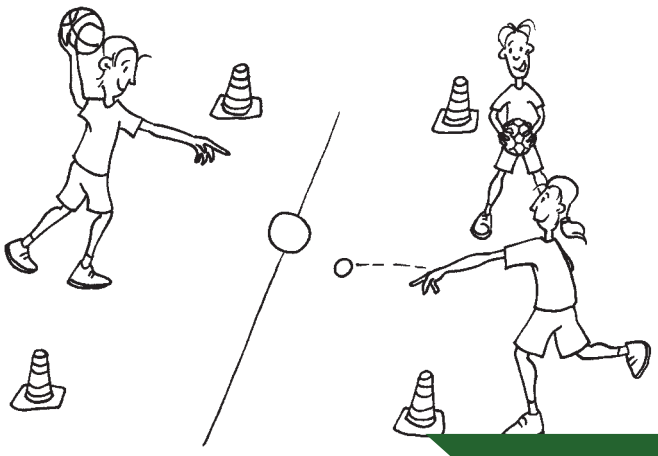


Variationen
- Der Abstand zur Mittellinie wird vergrößert.
- Unterschiedliche Gegenstände bzw. Ballarten werden auf den Langbänken positioniert.
- Eine Punkteskala für die Gegenstände wird eingeführt, sodass beispielsweise ein umgeworfener Kegel einen Punkt, Pylonen zwei Punkte und Medizinbälle drei Punkte einbringen.

Spielphase: „Jagdfieber“

Organisation & Aufbau
- Es werden zwei Mannschaften gebildet. Eine Mannschaft verteilt sich auf der rechten Spielfeldhälfte des Handballfeldes, die andere auf der linken Seite.
- Auf beiden Seiten der Mittellinie wird eine etwa vier Meter breite Sicherheitszone bzw. Abwurflinie mit Pylonen markiert, die während des Spiels nicht betreten werden darf.
- In beiden Spielfeldhälften liegt eine Vielzahl unterschiedlicher Ballarten.
- Auf der Mittellinie liegt ein Gymnastikball.

Ablauf
Die Schüler versuchen durch permanentes Abwerfen, den Gymnastikball über die Abwurflinie der gegnerischen Spielfeldseite zu treiben. Die Sicherheitszone darf zum Bälleholen erst dann betreten werden, wenn der Lehrer das Spiel unterbricht. Es ist daher ratsam, dafür zu sorgen, dass mehr Bälle als Schüler zur Verfügung stehen, damit der Spielfluss gewährleistet ist.



VORSCHAU

Matthias Obinger: Handball für die Grundschule
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

netzwerk lernen

zur Vollversion

Sequenzeinheit C3

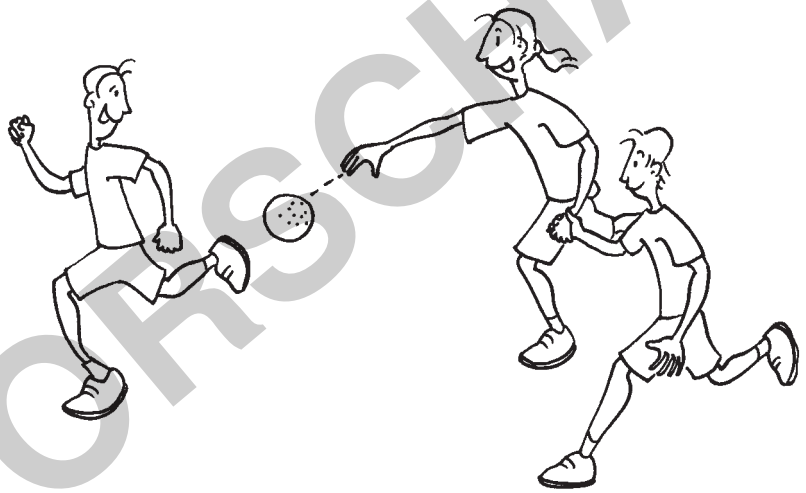
Dauer:
ca. 45 Min.

Material:
- pro Schüler: 1 Softball
- Pylonen zur Spielfeldmarkierung
- 3–5 Luftballons
- 1 Pezziball
- pro Schüler: 1 Handball
- ggf. weitere Pezzibälle und andere Ballarten

Erwärmung: „Auf der Flucht“

Organisation & Aufbau
- Die Schüler verteilen sich frei im Raum.
- Zwei Schüler (Fänger) fassen sich an den Händen und erhalten gemeinsam einen Softball.

Ablauf
Die Fängergruppe versucht, durch Abwerfen (Trefferfläche unterhalb der Hüfte!) weitere Fänger zu „rekrutieren“. Wird ein Schüler abgeworfen, erweitert er die Fängergruppe durch Handfassung. Ab jeweils vier Fängern teilt sich eine Gruppe in zwei Fängerpaare.



VORSCHAU

Variationen
- Das Spielfeld wird begrenzt und ggf. vergrößert bzw. verkleinert.
- Nicht nur jedes Fängerpaar, sondern jeder Fänger erhält einen Softball.
- Die Schüler fassen sich an der rechten bzw. linken Hand.

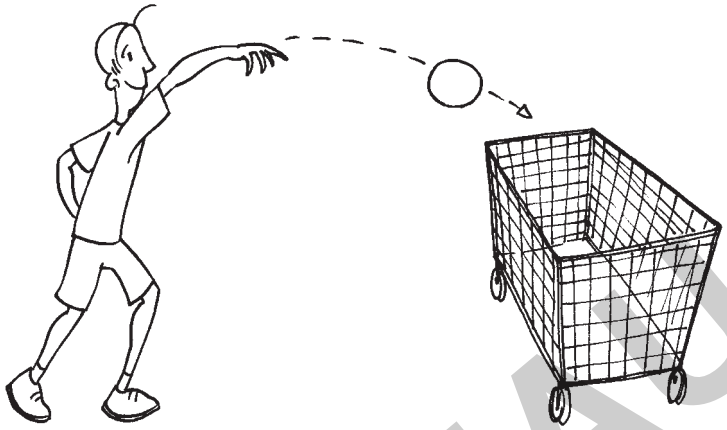
Spielphase: „Keine Angst vor den Luftballons!“

Organisation & Aufbau
- Es werden zwei Mannschaften gebildet. Die eine Mannschaft verteilt sich in der rechten Spielfeldhälfte des Handballfeldes, die andere in der linken.
- Auf beiden Seiten der Mittellinie wird eine etwa vier Meter breite Sicherheitszone bzw. Abwurflinie mit Pylonen markiert, die während des Spiels nicht betreten werden darf.
- Jeder Spieler erhält einen Softball.
- Der Lehrer wirft an der Mittellinie etwa drei bis fünf Luftballons in die Höhe.

Matthias Obinger: Handball für die Grundschule
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

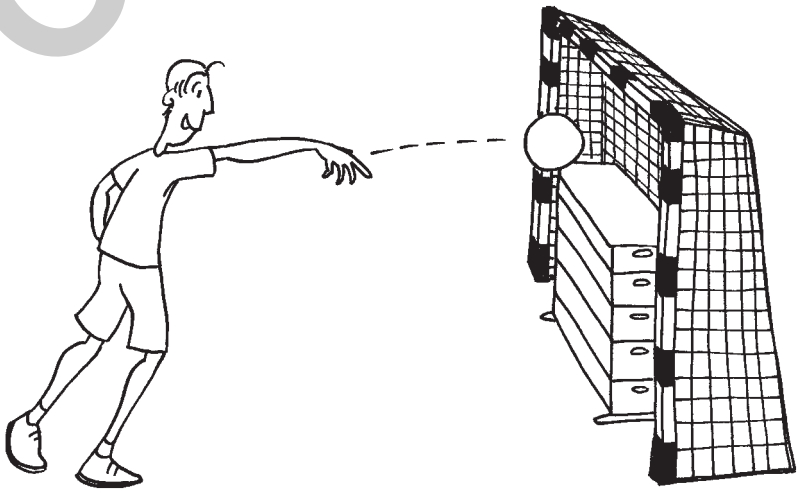
zur Vollversion

Station 1



Material: 1 Ballwagen

Station 2



Material: 1 Handballtor, 1 Turnkasten

VORSCHAU

Matthias Obinger: Handball für die Grundschule
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

netzwerk lernen
Unterrichtseinheiten
zur Vollversion