

Beachhandball (Stephan Schiemann)

Hineinschnuppern in Beachhandball

Erste Ideen für die Sportart Beachhandball entstanden Anfang der 1990er Jahre in Italien und wurden daraufhin in Turnieren, ersten Länderspielen und 2000 sogar in einer Europameisterschaft international umgesetzt. Beachhandball soll keine Alternative zum Hallenhandball darstellen, sondern eine zusätzliche Aktivität in der Sommerzeit oder eine Breitensportart, bei der Spaß und artistische Torschussvarianten im Vordergrund stehen.

Beachhandball in der Schule

Grundvoraussetzung des Beachhandballs stellt eine ausreichend große Sandfläche dar. Ist diese vorhanden, ermöglicht Beachhandball aufgrund des einfachen Regelwerks einen schnellen Einstieg ins Spiel und kann bereits in einer ersten Doppelstunde in Turnierform gespielt werden. Weitere Vorteile des Beachhandballs liegen darin, dass sich die Schüler zum Beispiel für das Hechten nach dem Ball sowie für Sprung- und Fallwürfe auf dem weichen Sand sehr viel weniger überwinden müssen als beim traditionellen, auf Hallenboden gespielten Handball. Diese Aktionen werden durch die Zwei- und Drei-Punkte-Wertung bei „In-Flights“ gefördert, wodurch ebenso der Spaßfaktor dieser Sportart für die Schüler gestärkt wird. Auch der weiche Gummiball reduziert zudem bei vielen Schülern die Angst vor Körpertreffern, die beim Handball oftmals vorliegt. Da der Ball auf dem Sand nicht geprellt werden kann, sind außerdem die technischen Anforderungen an die Schüler geringer als beim Handball und häufiges Abspielen des Balls wird gefördert. Aufgrund der wenigen Spieler pro Mannschaft sowie der schnellen Gegenstöße spielen taktische Überlegungen nur eine untergeordnete Rolle. Darüber hinaus können spektakuläre, artistische und innovative Versuche eines Torerfolgs teilweise höherwertig eingeschätzt werden als der aktuelle Spielstand. Die Grundidee des Spiels lässt sich auch in der Halle realisieren, wenn man den Torraum mit weichen Matten auslegt, oder aber auf eine Rasenfläche übertragen, wobei dann die spektakulären Sprünge und Hechtrollen nicht mehr ausgeführt werden können, sodass man eventuell alternative Punktwertungen einführen muss.

Umsetzung im Unterricht

Material

- Sandfläche (z. B. Beachvolleyballfeld)
- 1–2 rutschfeste Gummibälle für jeden Schüler, 2 Handballtore oder Tormarkierungen, Markierungen für das Spielfeld, z. B. Seile

Stundenbild

Phase	Durchführung	Ergänzende Hinweise
Einführung	<p>Aufwärmen: Gewöhnung an das Laufen und Springen im Sand Die Schüler laufen für wenige Minuten barfuß auf der Spielfläche, um sich an den weichen Sand zu gewöhnen, wobei sie sich auf engem Raum bewegen sollen, ohne sich gegenseitig zu berühren. Durch diese Ausweichbewegungen werden unterschiedliche Lauf- und Sprungbewegungen ausprobiert.</p> <p>Gewöhnung an den Spielball und das Werfen und Passen Zunächst werfen sich die Schüler in Kleingruppen etwa fünf Minuten den Ball zu, wobei sie permanent in Bewegung (z. B. lockeres Traben, Gehen, kurze Sprints) bleiben sollen. Im zweiten Schritt werden Mannschaften gewählt. Die Intensität wird gesteigert, indem das Passspiel spielspezifischer wird. Die Schüler werden in „langen“ geschult wird. Das Ziel des Spiels ist es, den Ball</p>	<p>! Da barfuß gespielt wird, darauf achten, dass der Sand frei von Gegenständen und Verschmutzungen ist. Das Feld sollte eben sein.</p> <p>i Auf eine ausgewogene Zusammen-</p>

Phase	Durchführung	Ergänzende Hinweise
Einführung	<p>einer Mannschaft von Spieler zu Spieler zu passen, wobei die Abwandlung darin besteht, dass die Mannschaften erst dann einen Punkt erzielen können, wenn alle Mitglieder den Ball mindestens einmal gefangen und gepasst haben. Die Spieldauer beträgt etwa 15 Minuten inklusive der Auswahl der Mannschaften.</p> <p>Regelwerk und Markierung des Spielfeldes Der Lehrer erläutert die elementaren Regeln und Punktebewertungen. Gemeinsam bauen die Schüler das Spielfeld und die Tore auf, wobei die Markierungen z. B. einfach mit auf dem Boden liegenden Seilen erstellt werden können.</p>	 Infokasten für Lehrer: Grundregeln Beachhandball (s. Anhang, S. 3)
Hauptteil	<p>Würfe von der Torraumlinie Die Schüler werden in zwei Gruppen aufgeteilt. Zunächst werfen die Schüler aus dem Stand auf das jeweils leere Tor. Es werden keine Technikvorgaben seitens des Lehrers gemacht und alle Schüler holen gemeinsam die Bälle zurück, wenn alle geworfen haben. Als Nächstes sollen die Schüler mit zwei bis drei Schritten Anlauf auf das leere Tor werfen, wobei nur darauf geachtet werden soll, dass die Torraumlinie nicht übertreten wird. Dann wird versucht, von der Linie abzuspringen und in der Flugphase zu werfen. Bei den letzten Würfen steht dann erstmals ein Torhüter im Tor, der jeweils nach ein paar Würfen von einem anderen Schüler abgewechselt wird, sodass alle Schüler auch mindestens einmal im Tor gestanden haben.</p> <p>Erstes Spiel Es werden zwei Mannschaften gewählt, die im ersten Beachhandball-Spiel gegeneinander antreten, wobei der Lehrer versuchen sollte, das Spiel möglichst wenig zu unterbrechen. Die Schüler müssen darauf aufmerksam gemacht werden, dass alle gleichermaßen beteiligt sind, z. B. durch regelmäßiges Auswechseln und häufiges Passspiel innerhalb der Mannschaft.</p>	<ul style="list-style-type: none">  Um in den ersten Übungen möglichst viele Würfe realisieren zu können, sollten ausreichend Bälle zur Verfügung stehen.  Um die Scheu vor dem Hinfallen zu verringern, können beim Sprung- und Fallwurf zwei Punkte vergeben werden.  Differenzierungsaufgaben: Wer springt am weitesten in den Torraum, bevor er den Ball auf das Tor wirft? Wer kann die spektakulärsten Sprünge absolvieren und dennoch das Tor treffen?  Je nach Leistungsniveau kann das erste Spiel ohne Torhüter absolviert werden.  Schüler, die nicht spielen, können die Schiedsrichterrolle übernehmen.
Reflexion	<p>Rückblick auf die Stunde Die Schüler geben dem Lehrer Rückmeldungen zur Stunde, z. B. was ihnen gut gefallen und Spaß gemacht hat. Es kann darüber hinaus thematisiert werden, welche Unterschiede zum Hallenhandball bestehen und wie sich der weiche Sand auf den Schwierigkeitsgrad und die Komplexität des Spiels auswirkt. Zudem bietet sich der Zusatzpunkte für die „In-Flights“ an.</p>	

Ausblick auf den weiteren Unterricht zum Beachhandball

In weiteren Stunden sollte die Planung und die Durchführung eines Turniers angestrebt werden, z. B. für eine Klassenstufe. Außerdem kann genauer auf artistische Torschussvarianten eingegangen werden. Besonders spektakuläre Varianten sollten im Spiel mit Extrapunkten belohnt werden. So können Tore aus einer 360-Grad-Drehung z. B. vier Punkte zählen.

Literatur

Gehrer, A. (1999). Beach-Handball – eine Trendsportart für Schul- oder Freizeitsport? Sportunterricht, 48 (7), S. 280–285. / Grande, J.-U. und Rosenstein, M. (2005). Beachsport – Sand, Fun, Action. Berlin: Weinmann.

Anhang

Infokasten für Lehrer	Beachhandball
Grundregeln Beachhandball	
<p>Das offizielle Spielfeld hat die Maße 27 Meter x 12 Meter, wobei auch auf kleineren Flächen gespielt werden kann, z. B. auf einem Beachvolleyballfeld. Diese Gesamtfläche wird unterteilt in ein Spielfeld und zwei Torräume, die jeweils nur von den Torhütern betreten werden dürfen.</p>	
<p>Als Tore können reguläre Handballtore, aber auch alternative Tore aus Markierungen oder Ständern benutzt werden. Als Spielball sollten rutschfeste Gummibälle verwendet werden, die von allen gut gefangen und geworfen werden können.</p> <p>Die offizielle Spielzeit beträgt zweimal zehn Minuten, wobei die mitlaufende Uhr bei Spielunterbrechungen angehalten wird. Einen Sechs-Meter-Wurf gibt es für die gegnerische Mannschaft, wenn ein Verteidiger den eigenen Torraum betritt und dadurch eine Torchance oder einen Torerfolg verhindert.</p> <p>Pro Mannschaft befinden sich maximal vier Spieler auf dem Spielfeld, ein Torwart und drei Feldspieler, die alle barfuß spielen. Die Mannschaft in Ballbesitz darf jederzeit einen Spielerwechsel vornehmen. Für den Gewinner einer Halbzeit gibt es jeweils einen Punkt. Wenn es am Ende einer Halbzeit unentschieden steht, wird so lange weitergespielt, bis eine Mannschaft das nächste Tor erzielt („Golden Goal“). Gewinnt jede Mannschaft eine Halbzeit, gibt es ein sogenanntes „Shoot-Out“ oder „Penalty-Werfen“, bei dem abwechselnd jeweils ein Feldspieler gegen den Torhüter antritt. Dabei werden aus jeder Mannschaft fünf Spieler für das Penalty-Werfen ausgewählt.</p> <p>Für ein Tor gibt es einen Punkt oder aber auch zwei Punkte, wenn es bei einem Sechs-Meter-Wurf, durch den Torwart oder aber bei einem Sprung in den Torraum („In-Flight“) erzielt wird. Als Zusatzregelung kann man bei älteren Schülern für einen Flugkopfballtreffer und für das Fangen und Werfen innerhalb eines Sprung- und Fallwurfs drei Punkte vergeben.</p> <p>Das Spiel bzw. jede Halbzeit beginnt mit einem Schiedsrichterwurf nach oben. Ein Spieler aus jeder Mannschaft versucht, diesen Ball zu fangen. Wenn der Ball das Spielfeld verlässt, gibt es einen Ein- oder Abwurf.</p> <p>Methodische Tipps</p> <p>Der Torwart sollte im Angriff stets die eigene Mannschaft unterstützen, damit gegenüber der verteidigenden Mannschaft ein Überzahlspiel erreicht und dadurch ein häufiges Passspiel gefördert wird. Als weiteren Vorteil kann man hierbei erreichen, dass ein frei gespielter Spieler relativ ungestört den Angriff mit dem Torschussversuch abschließen kann und sich somit z. B. auf seine Sprungausführung konzentrieren kann.</p> <p>Damit alle Spieler ungefähr gleich lange auf dem Spielfeld aktiv sind, sollte es Vorgaben geben, die sehr regelmäßiges Auswechseln vorsehen (z. B. muss nach jedem Torschussversuch eine bestimmte Anzahl Spieler ausgewechselt werden.)</p>	