

Ball Games L3

Taktische Fähigkeiten in Teamspielen erwerben

- Ziele:
- Technische Fertigkeiten (Passen-Fangen/Ballannahme) festigen
 - Taktische Fähigkeiten (Freilaufen-Decken) erwerben
 - Zusammenspiel fördern (Antizipation)
 - Überzahlsituation ausnutzen

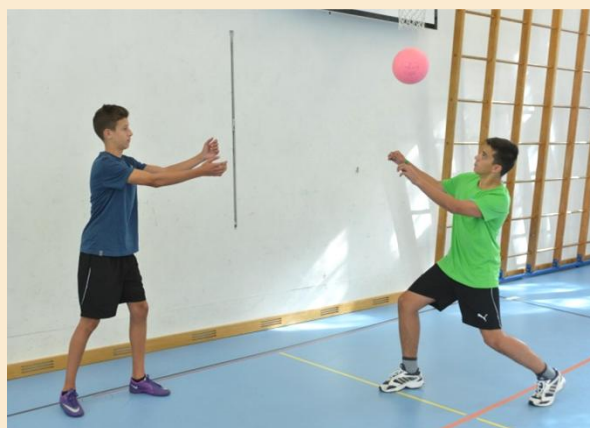
- Umfang: 2 Lektionen
 Level / Stufe: L3 / 5. Klasse
 Voraussetzungen: Zusammenspiel in kleinen Teams schon erlebt, Regeln einhalten
 Stichworte: Freilaufen, Decken, Passen, Fangen, Schnappball, Spielen in Teams

Wandkopfball

Es werden vier Teams gebildet. Je zwei Teams spielen in einer Hallenhälfte nach folgenden Regeln gegeneinander: Ball mit den Händen passen, nicht prellen, kein Körperkontakt. Einen Punkt erzielt, wer den Ball von einer Mitspielerin zugespielt bekommt und ihn mit einem Kopfball direkt an die gegnerische Wand spielen kann. Fällt der Ball während des Spiels oder beim Kopfball-Versuch zu Boden, erhält das gegnerische Team den Ball.

- Material:
- Spielbündel
 - 2 Softbälle

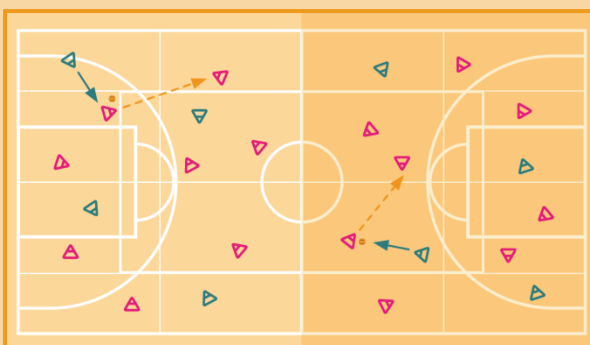
Einlaufen/Einstimmung



Überzahlspiel

Die Klasse wird auf die beiden Hallenhälften aufgeteilt. Pro Hallenhälfte werden 3 Teams gebildet, von denen jeweils 2 zusammen angreifen, während das 3. Team in der Verteidigung ist. Dadurch entsteht eine Überzahlsituation von ca. 8 Angreiferinnen gegen 4 Abwehrspielerinnen. Die Angreiferinnen versuchen 10 Pässe zu spielen. Mit dem Ball in der Hand dürfen sie höchstens 3 Schritte laufen. Die Abwehrspielerinnen haben das Ziel, die Angreiferin, die im Ballbesitz ist, zu berühren. Gelingt dies, müssen die Angreiferinnen mit dem Zählen bei null beginnen. Berührt der Ball eine Seitenwand, müssen die Angreiferinnen ebenfalls wieder bei null beginnen. Nach 5 Versuchen werden die Abwehrspielerinnen ausgewechselt. Welchem Angreiferteam gelingen die meisten 10er-Serien? Die Lehrperson bestimmt in jedem Team eine Schülerin, die die gültigen Pässe fortlaufend laut zählt.

Hauptteil



Varianten:

- Zusatzaufgabe: Gelingen einem Team 10 Pässe in Folge, machen die Abwehrspielerinnen 5 Liegestützen oder Rumpfheugen.
- Erschweren mit Teamwork: 2 Abwehrspielerinnen müssen die ballhaltende Angreiferin gleichzeitig berühren.
- Die Abwehrspielerinnen dürfen den Ball abfangen. In diesem Fall müssten die Angreiferinnen auch wieder bei null beginnen.
- Falls vorhanden, kann das Spiel mit Baseballhandschuhen und -bällen durchgeführt werden.

Material:

- 2 Handbälle
- Spielbündel

Zonenball

Es werden 4 Teams gebildet, von denen jeweils 2 in einer Hallenhälfte gegeneinander spielen. Pro Team sind 4 Spielerinnen auf dem Feld. Um einen Punkt zu erzielen, versuchen die Spielerinnen in der gegnerischen Zone (hinter der Volleyballseitenlinie) einen Pass entgegenzunehmen und den Ball in der Zone abzulegen. Die Verteidigerinnen versuchen dies zu verhindern, indem sie einen Pass abfangen.



Spielregeln: Mit dem Ball in der Hand dürfen höchstens 3 Schritte gemacht werden, Prellen ist nicht erlaubt. Absichtlicher Körperkontakt zur Gegnerin und das Entreissen des Balles sind verboten. Wenn der Ball an die Wand prallt oder die Seitenlinie überquert, gibt es Einwurf für das Team, welches den Ball nicht zuletzt berührt hat.

Varianten:

- Die Teams können in beiden Zonen Punkte sammeln (nach jedem Punkt Anspiel in der Mitte).
- Überzahl mit Joker: Eine Schülerin pro Spielfeld ist speziell gekennzeichnet (z.B. Überziehtrikot) und gehört immer zum angreifenden Team.

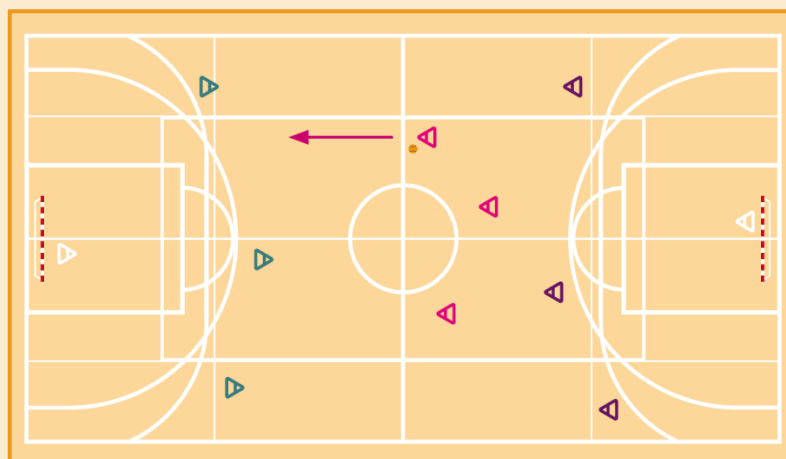
Material:

- 2 Handbälle oder kleine Softbälle
- Spielbündel
- Markierkegel zum Bezeichnen der Zielzone

Schlussteil

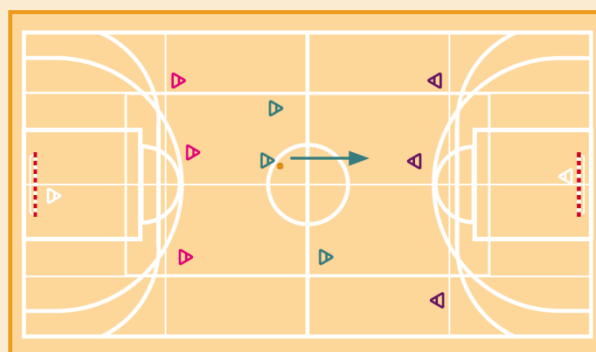
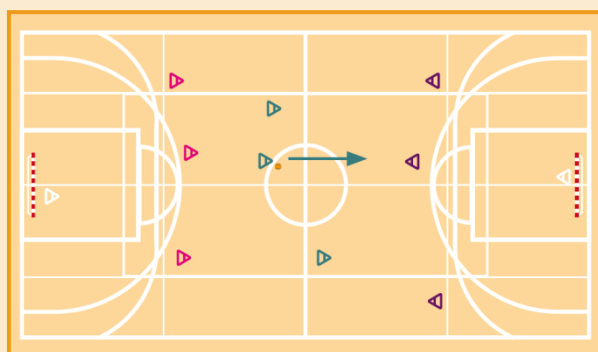
Brasil

Brasil ist eine Spielform (z.B. Handball oder Basketball) auf 2 Tore mit je einem festen Torwart und insgesamt 3 Teams von 3 bis 5 Spielerinnen. Vor den beiden Toren ist jeweils ein Team in der Verteidigung, die rote Gruppe greift das Tor des grünen Teams an. Erzielen die Angreiferinnen ein Tor, bleiben sie im Ballbesitz und spielen auf das andere Tor gegen die dort momentan verteidigende Gruppe. Gelingt ihnen kein Tor, wechseln sie in die Verteidigung und die Verteidigerinnen (grün) werden zu Angreiferinnen. Welches Team erzielt die meisten Tore?



Fortsetzung: kein Tor von Team Rot

Fortsetzung: Tor von Team Rot



Variante: Zur Vereinfachung wechselt das Team in jedem Fall nach dem Angriff in die Verteidigung, unabhängig davon, ob ein Tor gefallen ist oder nicht.

Material:

- Spielbänder
- 1 Handball

Organisationshilfen / Methodisch-didaktische Hinweise

- Fairplay: Im Überzahlspiel geben die Schülerinnen erfolgte Berührungen durch die Gegnerin sofort zu.
- Beim Spiel “Brasil“ werden die Schülerinnen in 3 ausgeglichene Gruppen eingeteilt. Falls es Ersatzspielerinnen gibt, wechselt jede Gruppe nach einer Angriffsperiode ihre Ersatzspielerinnen ein, sodass alle zum Spielen kommen (bei einer 20er-Klasse können pro Gruppe zwei Blöcke gebildet werden, einer ist jeweils aktiv, der andere pausiert).
- Es kann auch mit 4 oder 5 Teams gespielt werden, die nach einer gewissen Zeit ausgewechselt werden oder hinter den Toren für die erfolglose Angriffsgruppe in die Abwehr kommen.
- In grösseren Schulsporthallen kann auch quer in zwei Hallenhälften gleichzeitig gespielt werden.
- Die Spielformen sind in verschiedenen Mannschaftssportarten durchführbar. So kann in der aktuellsten Sportart gearbeitet werden. Folgende Kombinationen von Spielformen und Sportarten sind besonders empfehlenswert:
 - Überzahlspiel: Handball, Unihockey, Fussball
 - Zonenball: Handball, Unihockey, Fussball, Basketball
 - Brasil: Basketball, Handball