

INHALT

Kapitel 1	„Vom ABC für Spielanfänger ...“	7
	Einführung	8
	Modell des spielerisch-impliziten Lernens	10
	Struktur und Aufbau	10
	Stufenübergreifende Ziele und Inhalte.....	14
	Ziele: ABC der Ballschule.....	14
	Inhalte: Taktik-, Koordinations- und Technikbausteine	16
	Inhalte: Baustein-Pool	17
	Stufenübergreifende Methodik	20
	Einordnung der Baustein-Spiele, -Situationen und -Übungen	21
	Methodische Gestaltung der Baustein-Spiele, -Situationen und -Übungen	24
	Prinzipien des Spielens	24
	Prinzipien des Übens	26
	Zusammenfassung.....	27
Kapitel 2	„... zum gekonnten Werfen mit der Hand“	29
	Einführung und Begriffsbestimmung.....	30
	Konzepte im Bereich der Wurfspiele	31
	Umfang und Systematik	31
	Ziele, Inhalte, Methoden.....	34
	Ballschule Wurfspiele	36
	Vorbemerkung: Umfang und Systematik	36

Ziele, Inhalte	36
BAR: Gewichtung zwischen A, B ,C	38
BAR: Gewichtung innerhalb von A, B ,C	39
Nachbemerkung: Methoden	40
Zusammenfassung	41

Kapitel 3 Spielerisch-situationsorientierte Ballschule Wurfspiele 43

Einführung	44
Wurfspielspezifische Mikroregeln	44
Zeichenlegende und Darstellungsform	48
Sammlung von Baustein-Spielen und -Situationen	50
Anbieten und Orientieren	50
Ballbesitz individuell sichern	56
Ballbesitz kooperativ sichern	61
Überzahl individuell herausspielen	67
Überzahl kooperativ herausspielen	71
Lücke erkennen	77
Abschlussmöglichkeit nutzen	83

Kapitel 4 Fähigkeitsorientierte Ballschule Wurfspiele 89

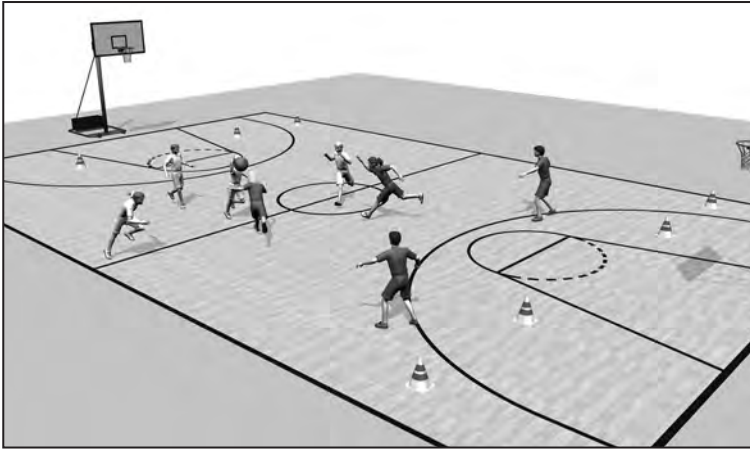
Einführung	90
Sammlung von Baustein-Übungen	91
Zeichenlegende und Darstellungsform	91
Zeitdruck.....	93
Präzisionsdruck.....	97
Komplexitätsdruck.....	101
Organisationsdruck.....	105
Variabilitätsdruck.....	109

Kapitel 5	Fertigkeitsorientierte Ballschule Wurfspiele	113
	Einführung	114
	Sammlung von Baustein-Übungen	116
	Flugbahn des Balles erkennen	117
	Mitspielerpositionen/-bewegungen erkennen	121
	Gegenspielerpositionen/-bewegungen erkennen	124
	Laufweg zum Ball bestimmen	128
	Ballbesitz kontrollieren	131
	Ballabgabe kontrollieren.....	135
Anhang		141
	Literatur.....	142
	Ballmaterial.....	144
	Ballschule Heidelberg	145
	Danksagung.....	148

19. 4-Torespiel (Greco, 2003)

Überzahl individuell herausspielen, Anbieten & Orientieren, Abschlussmöglichkeit nutzen

I



Baustein-Spiel



Zwei Mannschaften mit vier Spielern agieren auf vier kleine Hütchentore bzw. Basketballkörbe. Dabei müssen die Spieler von Team A die beiden Tore bzw. Körbe auf der einen Seite, die von Team B die auf der anderen Seite verteidigen. Ziel ist es, mit dem Ball durch ein Hütchenpaar zu laufen (!) bzw. ihn in den Korb zu werfen. Mit dem Ball in der Hand darf so viel gelaufen werden wie man will. Wer erzielt in zehn Minuten die meisten Punkte.

Aufgabe

- Auf körperloses und faires Spiel achten.
- Mit dem Ball darf gedribbelt werden.
- Beide Mannschaften spielen auf alle Tore oder Körbe bzw. verteidigen sie (I).
- An der Außenlinie werden zusätzliche Helfer postiert, die Pässe annehmen und weiterspielen können, aber keine Punkte erzielen dürfen (I).
- Die beiden Helfer werden in der Mitte des Spielfeldes in einem Kreis postiert, der von ihnen nicht verlassen und von den Mannschaften nicht betreten werden darf (I).
- Punkte können nur durch Dribbeln durch ein Hütchenpaar erzielt werden (II).
- Punkte können nur durch Passen durch ein Hütchenpaar zu einem Partner erzielt worden (II).
- Die Mannschaften müssen die jeweiligen Diagonaltore verteidigen (II), (III).

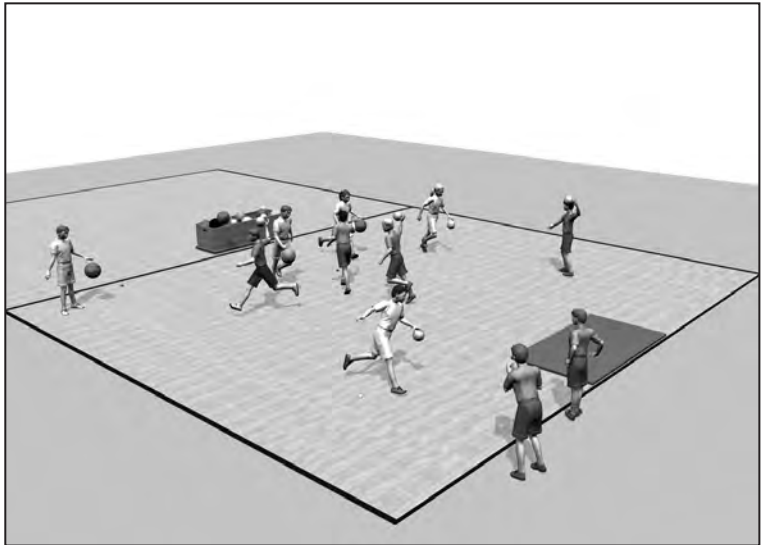
Hinweise

Variationen

20. Nur nicht getroffen werden Überzahl individuell herauspielen

III

Baustein-Situation



Aufgabe

Mannschaft A agiert als Abwehrteam. Jeder Spieler hält einen aus Zeitungsseiten zusammengeknüllten Papierball. Vier Spieler von A befinden sich auf dem Spielfeld und zwei außerhalb. Das Team kann beliebig oft zwischen diesen beiden Spielergruppen wechseln. Alle Spieler der Mannschaft B entnehmen einen Ball aus der Ballkiste an der Mittellinie, in der sich insgesamt 30 Bälle unterschiedlichster Art befinden. Sie sollen in Überzahl versuchen, sich gegen die Spieler A freizuprellen und ihre Bälle in einem markierten Raum abzulegen. Dabei dürfen sie keinen Papierballtreffer von den Spielern A hinnehmen. Werden sie getroffen, müssen sie zur Startlinie zurücklaufen und mit dem gleichen Ball erneut starten. Ansonsten entnehmen sie einen neuen Ball aus der Kiste. Sind alle Bälle abgelegt, erfolgt ein Aufgabenwechsel zwischen den Mannschaften. Welche Gruppe kann in vorgegebener oder kürzester Zeit alle oder eine bestimmte Anzahl vom Bällen im markierten Raum ablegen?

Hinweise

- Anfangs können die Teams in Überzahl 6 gegen 3 spielen (II).
- Statt der Papierbälle lassen sich Schaumbälle benutzen.

Variation

- Das Freiprellen soll mit der ungeübten Hand erfolgen (III).

12. Tempo, Tempo

Laufweg zum Ball bestimmen; Flugbahn des Balles erkennen

I



Die Spieler stehen seitlich an der Mittellinie. Der Übungsleiter steht am eigenen Korb bzw. Tor. wirft den Ball auf die gegenüberliegende Seite. Die Spieler müssen ihn nacheinander erlaufen und eine Abschlusshandlung ausführen.

- Die Spieler müssen den Ball im Blick behalten.
 - Auf eine hohe Flugkurve des Balles achten.
 - Der Übungsleiter wird durch einen Spieler ersetzt.
 - Der Ball darf einmal aufspringen, bevor er gefangen werden muss.
- Als Zielbereich des Übungsleiters bzw. von B werden andere Zonen vereinbart, z. B. entlang der Linie (I).
 - Der Ball muss in der Luft gefangen werden (II).
 - Die Spieler starten auf ein Kommando vom Übungsleiter bzw. von B und bekommen den Ball in einer flacheren Flugkurve zugeworfen (III).

Aufgabe

Hinweise

Variationen

13. Ballwechsel**Laufweg zum Ball bestimmen**

II

**Aufgabe**

Die Teilnehmer formieren sich auf einer Kreisbahn. Sie laufen in vorgegebener Richtung und halten einen Ball in Händen. Auf ein Zeichen des Übungsleiters lassen alle ihren Ball aus Schulterhöhe fallen und versuchen, den Ball des Vordermannes aufzufangen, nachdem er einmal aufgetippt ist. Mit diesem Ball laufen sie dann weiter usw.

Hinweis

- Der Abstand zwischen den Teilnehmern sollte anfangs nicht zu groß sein.

Variationen

- Nach dem Signal des Übungsleiters führen die Übenden erst noch eine halbe Drehung aus und fangen den Ball des Hintermannes wieder auf (III).
- Die Teilnehmer erhalten alle eine Nummer und prellen den Ball auf der Kreisbahn. Bei Aufruf einer Nummer wirft der Spielleiter einen Ball an und der Übende muss ihn prellend erlaufen bevor er ein zweites Mal aufsetzt (III).
- Die Übenden prellen ihre Bälle. Auf Zeichen des Übungsleiters geben sie ihre Position auf und versuchen den Ball des Vordermannes weiterzuprellen (III).
- Wie vorher. Die Teilnehmer führen jetzt eine halbe Drehung aus und prellen mit dem Ball des Hintermannes weiter (III).