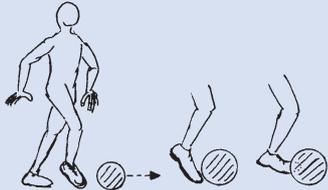
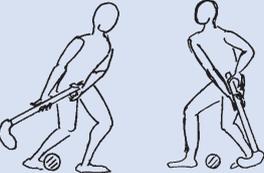
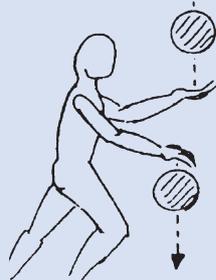
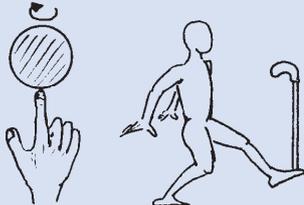
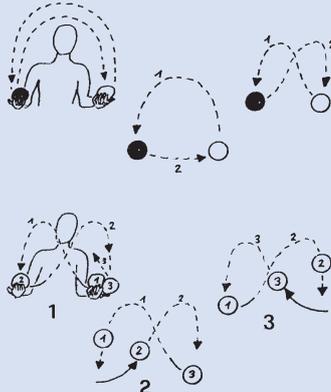


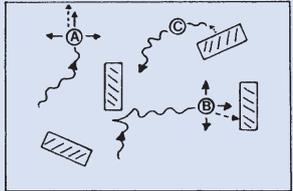
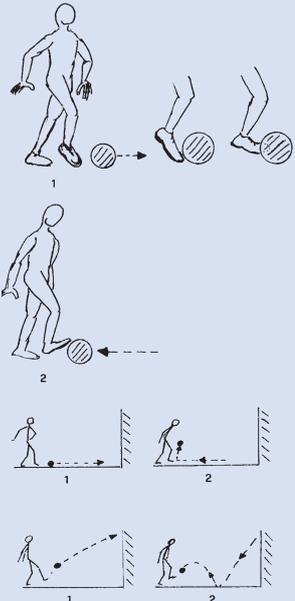
# Inhaltsverzeichnis

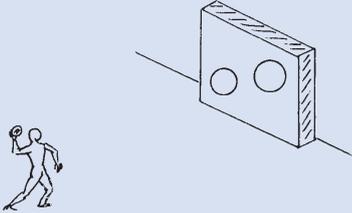
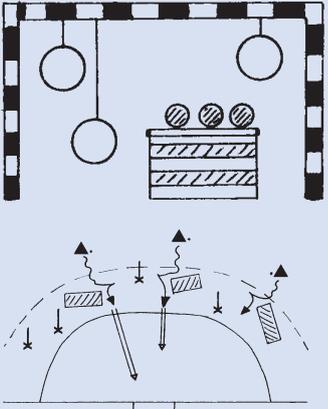
---

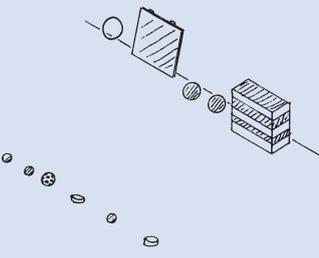
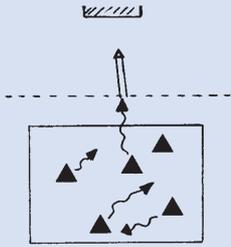
Vorworte .....	4	<b>6 Taktisches Spielverhalten gegen andere .....</b>	<b>65</b>
Einführung .....	5	Langsames Heranführen an das Spielen	
Legende .....	10	gegeneinander .....	66
<b>1 Elementare Bewegungsformen .....</b>	<b>11</b>	<b>7 Sportspiele in einfachen und schulgemäßen Formen</b>	
Allgemeine und sportspielspezifische		<b>(Spielregeln) .....</b>	<b>75</b>
Bewegungsformen.....	12	Basketball .....	76
<b>2 Elementare Ballbehandlung .....</b>	<b>15</b>	Fußball.....	77
Spielen mit verschiedenen Spielobjekten .....	16	Handball .....	78
<b>3 Sportspielspezifische Ballbehandlung .....</b>	<b>19</b>	Hockey.....	79
Allein, zu zweit, in Gruppen .....	20	Volleyball .....	80
<b>4 Sportspielspezifisches Zusammenspiel.....</b>	<b>27</b>	<b>Das Spiel-Lernkonzept „auf einen Blick“ .....</b>	<b>81</b>
Allein neben passiven Mitspielenden oder mit		<b>Sport-Lektionen planen mit der CD</b>	
der Wand u.a.m. ....	28	<b>VIA 1000: gezielt – einfach – schnell.....</b>	<b>82</b>
Zu zweit.....	34	<b>Verwendete und weiterführende Literatur.....</b>	<b>84</b>
In Gruppen .....	40		
<b>5 Sportspielspezifisches Zusammenspiel unter</b>			
<b>Einbezug des Zielobjektes .....</b>	<b>47</b>		
Allein mit dem Zielobjekt.....	48		
Zu zweit auf ein oder mehrere Zielobjekte .....	52		
In Gruppen auf ein oder mehrere Zielobjekte .....	58		

Nr.	Name der Spielform Ziele/Akzente	Idee/Beschreibung	Hinweise/Organisation
10	<p><b>Rollende Bälle</b> <i>Für alle Spiele</i> Koordination</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Ball frei in der Halle rollen: Mit einer Hand, beidhändig, an Linien entlang, in bestimmten Räumen.</li> <li>• Enge und weite Ballführung (Balltreiben).</li> <li>• Den Ball um ein Hindernis rollen oder führen.</li> <li>• In der Gruppe verschiedene Bälle rollen oder führen (Ballwechsel auf optisches oder akustisches Zeichen).</li> <li>• Den Ball mit verschiedenen Körperteilen rollen oder führen (z. B. Hand, Kopf, Fuß, Knie etc.)</li> <li>• Den Ball mit dem Fuß bzw. verschiedenen Fußteilen (Sohle, Innen- oder Außenseite, Rist, Ferse) führen (am Ort oder in Bewegung).</li> <li>• Den Ball ...</li> </ul>	
11	<p><b>Bälle mit dem Hockey-Schläger rollen</b> <i>Hockey</i> Koordination mit Hockeyschläger</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Ball im Gehen einhändig mit der Schaufelinnen- bzw. Schaufelaußenseite vor sich herschieben.</li> <li>• Den Ball im Gehen weit/eng hin- und herrollen.</li> <li>• Den Ball mit aufgestellter Schaufel hin- und herrollen.</li> <li>• Den Ball kniend mit dem Stockstiel hin- und herrollen.</li> <li>• Den Ball mit der Schaufel in Achterform um die eigenen Beine rollen.</li> <li>• Den Ball im Slalom um Markierungen führen.</li> <li>• Den Ball ...</li> </ul>	
12	<p><b>Bälle Prellen</b> <i>Für alle Spiele</i> Prellformen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Ball mit verschiedenen Körperteilen (offene Hand, Handrücken, Faust, Finger, Unterarm, Ellbogen, Kopf etc.) prellen.</li> <li>• Den Ball ‚hart‘ prellen.</li> <li>• Den Ball ‚weich‘ prellen.</li> <li>• Den Ball über Hindernisse hinweg und auf Hindernissen prellen.</li> <li>• Zwei Bälle mit den Händen synchron oder gegengleich prellen.</li> <li>• Den einen Ball hochspielen und gleichzeitig den anderen prellen.</li> <li>• Den Ball hoch prellen</li> <li>• Den Ball tief prellen</li> <li>• Den Ball 1x hoch, dann 1x tief prellen</li> </ul>	

Nr.	Name der Spielform Ziele/Akzente	Idee/Beschreibung	Hinweise/Organisation
13	<p><b>Bälle oder Geräte balancieren</b> <i>Für alle Spiele</i> Körpergefühl durch Balancieren erleben</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Ball mit verschiedenen Körperteilen (z. B. Handrücken, Fuß, Nacken etc.) balancieren.</li> <li>• Den Ball auf oder um verschiedene Körperteile (z. B. Fingerspitzen, Hand, Arm etc.) rollen.</li> <li>• Den Ball mit dem Hockeystock vom Boden auf die Schaufelseite laden und balancieren.</li> <li>• Hockeyschläger/Tennisschläger (Stockende) auf verschiedenen Körperteilen balancieren (z. B. Handfläche, Handrücken, Stirne, Fuß, Knie etc.).</li> </ul>	
14	<p><b>Bälle Jonglieren</b> <i>Für alle Spiele</i> Körpergefühl durch Balancieren erleben</p>	<p>Den Ball an Ort oder in Bewegung mit verschiedenen Körperteilen jonglieren (Handrücken, Handfläche, Faust, Unter- und Oberarm, Schulter, Kopf, Innen- und Außenrist, Oberschenkel, Fußspitze, Ferse etc.).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschiedene Bälle/Geräte: Ballons, Wasserbälle, Softbälle, Jongliertücher etc.</li> <li>• Bälle gleichzeitig oder abwechselnd von der einen in die andere Hand werfen.</li> <li>• Bälle gleichzeitig hochwerfen, so dass sie in der Mitte zusammenstoßen und mit der gleichen Hand wieder fangen.</li> <li>• 2 Bälle mit beiden Händen im Uhr- oder Gegenuhrzeigersinn kreisen lassen.</li> <li>• 2 Bälle mit einer Hand nacheinander hochspielen, wobei der eine Ball die Hand verlässt, wenn der andere Ball den höchsten Punkt erreicht hat.</li> <li>• Jonglieren mit 3 Bällen: Ausgangsstellung: Zwei Bälle in der einen und einen Ball in der anderen Hand.             <ul style="list-style-type: none"> <li>– Beginn immer mit derjenigen Hand, wo 2 Bälle sind.</li> <li>– Bälle werden nacheinander von der einen in die andere Hand geworfen.</li> <li>– Bälle werden auf einer Kreisbahn im Uhrzeiger- oder Gegenuhrzeigersinn geworfen.</li> </ul> </li> <li>• Ball vom Boden seitlich auf die Hockeyschaufel laden und jonglieren. Schaufelseite jedesmal wechseln (Handgelenksbeweglichkeit).</li> </ul>	

Nr.	Name der Spielform Ziele/Akzente	Idee/Beschreibung	Hinweise/Organisation
25	<b>Spiel im Hindernis-Garten</b> <b>Basketball</b> Das Erlernte in einer einfachen, spielähnlichen Situation erproben	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In einem begrenztem Raum, z. B. einer Hallenhälfte, sind mehrere Kästen verteilt. Alle Spielenden prellen frei in diesen Raum und versuchen, die gelernten Zuspielarten gegen die Wand oder gegen die Kästen auszuführen.               <ul style="list-style-type: none"> <li>– Den zurückprallenden Ball fangen und das Pellen fortsetzen.</li> <li>– Vor dem Zuspiel Sternschritte ausführen.</li> <li>– Auch nach dem Fangen des Balles Sternschritte ausführen, bevor man mit Pellen beginnt.</li> <li>– Beim Pellen verschiedene Täuschungen, Rhythmuswechsel (schnell, langsam), sowie hohes bzw. tiefes Pellen ausführen.</li> <li>– Alle Varianten mit den verschiedenen Zuspielformen verbinden.</li> </ul> </li> </ul>	
26	<b>Ballprobe gegen die Wand</b> <b>Fußball</b> Elementare Zuspielarten an die Wand erlernen und üben	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Ball aus dem Stand mit Innen- oder Außenrist flach gegen die Wand spielen und den zurückrollenden Ball mit der Sohle, dem Innen- oder dem Außenrist stoppen.</li> <li>• Den Ball mit Dropkick gegen die Wand spielen.</li> <li>• Den Ball flach an die Wand spielen und den zurückprallenden Ball mit dem Fußrist hochspielen.</li> <li>• Den Ball mit dem Fuß hoch an die Wand spielen und den zurückprallenden Ball nach einmaligem Pellen oder direkt nach Bodenkontakt stoppen.</li> <li>• Den Ball in ein an der Wand markiertes Feld spielen.</li> <li>• Frei in der Halle dribbeln und den Ball immer wieder auf verschiedene Arten an die Wand spielen. Den Ball immer kontrolliert annehmen.</li> <li>• Den Ball aus der Hand volley halbhoch mit der Innenseite oder dem Rist gegen die Wand spielen, und wieder fangen.</li> <li>• Den Ball hochwerfen, aufspringen lassen und gegen die Wand spielen.</li> <li>• Den Ball zur Seite werfen und aus der Drehung (Hüftdrehschuss) gegen die Wand spielen.</li> <li>• Den Ball aus der Hand hoch an die Wand spielen und weich mit dem Fuß, Kopf, Oberschenkel oder Brust aus der Luft annehmen.</li> <li>• Den Ball mit der Hand aufwerfen und mit dem Kopf im Stand oder Sprung gegen die Wand spielen.</li> <li>• Den Ball fortgesetzt mit dem Kopf gegen die Wand spielen.</li> <li>• Den aufspringenden (zurückprallenden) Ball ununterbrochen gegen die Wand spielen.</li> </ul>	

Nr.	Name der Spielform Ziele/Akzente	Idee/Beschreibung	Hinweise/Organisation
76	<p><b>Wandball</b> <b>Handball</b> Treffsicherheit</p>	<p>Bei der Wand sind Weichsprung- oder Turnmatten aufgestellt. Die Spielenden stehen mit dem Ball ca. 8 m von der Wand entfernt. Sie versuchen zuerst, aus dem Stand mit einem Schlagwurf die Matten zu treffen. Zu Beginn nur aus der Vorschriftstellung (Rechtshänder: linkes Bein vorne), später mit 2 Schritten Anlauf.</p> <p>Variationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf den Matten werden verschiedene Markierungen angebracht (z. B. mit Kreide / Magnesium) bzw. vor den Matten Medizinbälle aufgestellt. Die verschiedenen Ziele müssen nun getroffen werden.</li> <li>• Mit Schlagwurf aus kurzem Anlauf (Rechtshändige: li – re – li).</li> <li>• Wir versuchen, die Ziele aus dem Sprungwurf zu treffen. Anfänglich mit nur zwei Schritten „Angehen“ (Rechtshänder: Vorschriftstellung links, „Sprung“ rechts – links; später mit 3 Schritten Anlauf).</li> <li>• Wurf auch mit der schwächeren Hand.</li> </ul>	
77	<p><b>Wurfgarten</b> <b>Handball</b> Peripheres Sehen Erfolgsenergebnisse</p>	<p>Im Handballtor sind Reifen aufgehängt und Kästen mit Medizinbällen aufgestellt. Die Spielenden prellen mit ihren Bällen außerhalb der Freiwurflinie frei herum und führen dann zwischen Freiwurf- und Kreislinie aus dem Pellen einen Schlag- bzw. Sprungwurf aus (aus verschiedenen Winkeln aufs Tor werfen. Die Bälle erst holen, wenn alle geworfen haben bzw. einen Ballbehälter benutzen, wo man immer wieder neue Bälle holen kann).</p> <p>Im Raum zwischen Freiwurf- und Kreislinie sind zusätzliche Hindernisse wie Malstäbe, Matten, Kästen etc. aufgestellt. Nun gilt es mit einer Laufwegtäuschung mit dem Ball diesen Hindernissen auszuweichen und danach aufs Tor zu werfen.</p> <p>Variation:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vor der Freiwurflinie sind auch Hindernisse aufgestellt. Die Spielenden prellen um die Hindernisse herum. Auf Zuruf oder in einer bestimmten Reihenfolge brechen sie zum Wurf auf die im Tor aufgestellten Ziele durch.</li> </ul>	

Nr.	Name der Spielform Ziele/Akzente	Idee/Beschreibung	Hinweise/Organisation
78	<b>Jahrmarktschießen</b> <b>Hockey</b> Treffsicherheit Peripheres Sehen	Vor einer Wand sind Ziele wie Reifen, Medizinbälle, Matten, Kästen usw. aufgestellt. In ca. 8–10 m Entfernung liegen verschiedene Spielobjekte wie Bälle oder Pucks. Die Spielenden laufen auf die Spielobjekte zu und schießen mit Vor- und Rückhandschüssen auf die Zielobjekte. Erneut Spielobjekte hinlegen und erst am Schluss wieder einsammeln. Variationen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Spielenden dribbeln mit ihren Spielobjekten auf eine 8–10 m von der Wand entfernten Markierung zu und schießen abwechselnd mit Vor- und Rückhandschüssen auf die Ziele.</li> <li>• Zuerst dribbelt man um die aufgestellten Hindernisse herum und schießt dann aus bestimmter Distanz auf die Ziele.</li> </ul>	
79	<b>Torschussvarianten</b> <b>Hockey</b> Ball-/Puckführung Treffsicherheit	2–6 Spielende dribbeln mit dem Ball/Puck in einem bestimmten Raum, brechen von Zeit zu Zeit mit einem Dribbling aus diesem Raum aus und schießen aus einer bestimmten Entfernung auf ein Zielobjekt. Nach dem Schuss dribbeln sie wieder in ihren Raum zurück und setzen dort das Dribbling fort. Achtung: Das „Ausbrechen“ muss ohne vorherige Absprache erfolgen. Ist schon jemand unterwegs, ziehen sich die anderen wieder dribbelnd in den Raum zurück. Die zurück Dribbelnden stellen für die anderen Spielenden „lebendige Hindernisse“ dar.	
80	<b>Zuspielvarianten</b> <b>Volleyball</b> Ballgewandtheit Peripheres Sehen Reaktion	A spielt den Ball mit Volleyballgesten (Pritschen, Baggern, Service, Standschmetterschlag, Finte) in das gegnerische Feld. B fängt den Ball und spielt auf die gleiche Weise zurück. Evtl. eine Leine spannen. Variationen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• B fängt den Ball nicht mehr, sondern baggert sich den Ball einmal hoch und spielt dann mit verschiedenen Volleyballgesten zu A zurück.</li> <li>• A wirft oder prellt sich den Ball zu. B nennt oder zeigt A die Zone, in welche A den Ball mit einer Volleyballgeste spielen muss.</li> <li>• A spielt den Ball mit einer Volleyballgeste über das Netz. Steht B in der vorderen Hälfte des Feldes, so muss A in die hintere Hälfte spielen.</li> <li>• A spielt sich den Ball nahe am Netz senkrecht hoch und spielt ihn mit einem Zuspiel im Sprung, mit einer Finte oder sogar mit einem leichten Smash ins gegnerische Feld. B fängt den Ball und spielt ihn zurück.</li> </ul>	