

Tore werfen – Tore verhindern

Eine „spielnahe“ Einführung in das Handballspiel (1. Folge)

Vorbemerkung/Ziele

Das Problem bei der Vermittlung des Handballspiels ist, daß Kinder oft nicht in der Lage sind, eine neu erlernte Fertigkeit in den Gesamtzusammenhang des Spiels einzuordnen. Egal, ob diese Fertigkeit durch Übungs- oder Spielreihen erworben wurde. Deshalb ist es besser, sie anhand konkreter Spielsituationen zu üben. Außerdem können Kinder dabei durch Erleben ihres eigenen Spielverhaltens motiviert werden, ihre Spielkompetenz durch Erlernen weiterer technischer Fertigkeiten zu verbessern. Im Aufwärmteil sollten trotzdem aber immer wieder, aufbauend auf Vorerfahrungen, Übungen zur Festigung und Verbesserung der technischen Fertigkeiten (z.B. Prellen, Passen und Fangen) einfließen, die dann im Schwerpunkt anhand von „gestellten“ Spielsituationen angewendet werden.

Zeit:
60 Minuten

Teilnehmer/innen:
10-12 Mädchen und Jungen im Alter von 10-12 Jahre

Material:
Je Kind ein Handball, Parteibänder

Ort:
Turnhalle mit Handballfeld, eventuell 1/2 - 1/3 Dreifachhalle

Stundenverlauf/Inhalte

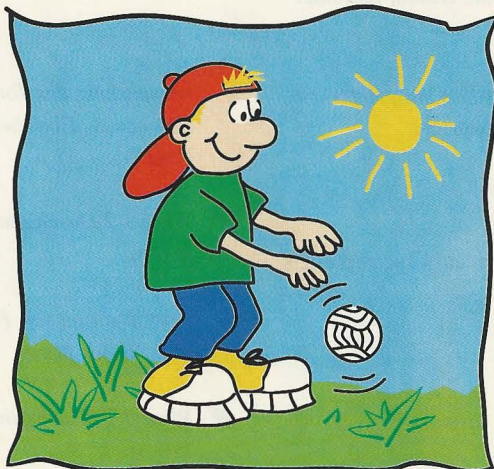
- = Inhalte
- = Organisation

Einstimmung/Aufwärmen

- ÜL zeigt Zeitungsbild eines Handballspiels, liest Zeitungsartikel (Spielbericht) dazu vor. Frage: Wer weiß von euch schon etwas über das Handballspiel?

- Sitzkreis

- Kinder versuchen, sich mit dem Ball frei in der Halle zu bewegen und auszuprobieren, was man mit einem Handball alles machen kann.



- Verschiedene Bewegungsformen aufgreifen (ggf. vorgeben) und von allen Kindern üben lassen. Hierbei speziell Prellformen (vw, rw, sw) auswählen.

Absichten/Gedanken

- = Absichten/Gedanken
- = Hinweis

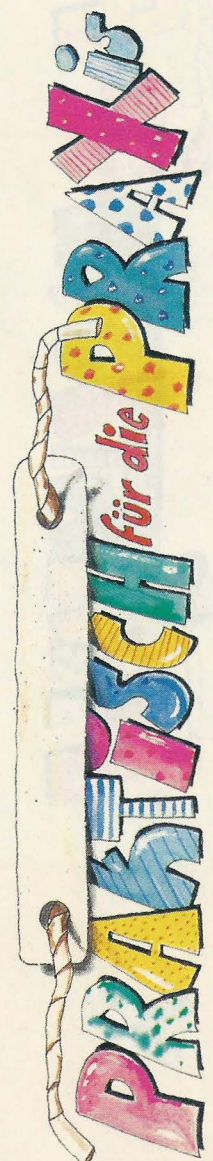
- Einführung in die Thematik / Motivation, Besprechung des Spielgedankens

- Ballgewöhnung, je Kind ein Handball, allgemeine Erwärmung

- Sicherheitshinweis: kein Schießen des Balles, nicht quer durch die Halle werfen

- Allgemeine Erwärmung: Üben des Prellens

- Auf richtige Prelltechnik achten ! Beim Prellen den Ball gegen den Boden drücken, nicht auf ihn schlagen.



PRAXIS für die PRAXIS

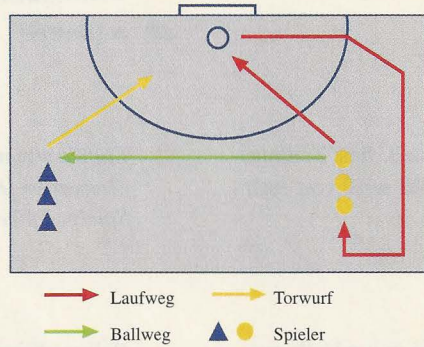
Stundenverlauf/Inhalte

- = Inhalte
- = Organisation
- Kinder versuchen, sich zu zweit mit einem Ball durch die Halle zu bewegen.
- Bewegungsformen des Passens und Fangens aufgreifen, ggf. vorgeben
- Für alle bisherigen Übungen: Freies Bewegen in der Halle

Schwerpunkt: Torwurfspiel

- Erklärung des Spiels anhand einer Skizze (Plakat, Tafel etc.)
- Sitzkreis

● Mannschaft A spielt gegen Mannschaft B, A stellt den Torhüter und spielt an, B wirft auf das Tor (anschließend Wechsel)



- 2 Mannschaften wählen lassen, indem die Kinder aus einer Kiste (verdeckt) ein Parteiband ziehen.
- Erschwerung: Ball wird nun weiter vom Tor weg angenommen, und es wird aus der Bewegung geworfen.
- Wie vorher
- Ball noch weiter vor dem Tor annehmen, aufs Tor zuprellen und anschließend werfen.
- Wie vorher

Ausklang

- Abschließendes Gespräch über die gewonnenen Erfahrungen
- Sitzkreis

Absichten/Gedanken

- = Absichten/Gedanken
- = Hinweis

- Sicherheitshinweis: s.o.
- Allgemeine Erwärmung; Üben des Passens und Fangens
- Auf kurze Abstände der Partner achten, Tips zur Technik des Passens und Fangens geben. Passen als Schlagwurf aus der Schrittstellung (Rechtshänder linkes Bein vor, Wurfarmschulter zurück). Fangen mit schüsselförmigen Händen in Brusthöhe, der Ball wird zum Körper hin „angesaugt“

- Vorstellung des Spielfeldes
- Spielgedanke des Zielspiels, Tore erzielen bzw. verhindern wird im Originalspielfeld umgesetzt.
- Nach ca. 5 Minuten wechseln, 2 Durchgänge spielen lassen. Hinweise zur Wurftechnik geben!

- Anwendung des Torwurfs in der Bewegung, Einführung 3-Schritt-Regel
- Wieder 2 Durchgänge spielen lassen
- Koordination von Fangen, Prellen und Werfen üben
- Wieder 2 Durchgänge spielen lassen
- Erkennen von Schwierigkeiten, Verdeutlichung besserer Lösungsmöglichkeiten

Autor:
Klaus Kruska

Literatur: Nabbefeld, Rütger: Schulgemäßes Konzept zum Erlernen des Handballspiels über Situationsreihen.
 In: Sportunterricht, 1/83, Lehrhilfen S. 1-12