

Alaska-Ball



Mannschaft A kickt den Ball ins Feld und läuft um einen Malstab und zurück hinter die Wurflinie. Mannschaft B fängt den Ball und bildet am Fangort einen Tunnel. Der Ball wird nun vom Letzten durch die gegrätschten Beine gerollt, vom Vordermann aufgenommen und hinter die Wurflinie getragen. Gleichzeitig ruft er Alaska. Wer von den Läufern bis dahin die Grundlinie nicht erreicht hat, ist verbrannt. Wie viele Läufer konnten bis zum Ruf die Grundlinie erreichen?



➡ Schulung technischer und taktischer Grundelemente des Zielspiels „Baseball“.



➡ Nach einer festgelegten Anzahl von Durchgängen erfolgt der Wechsel.



1 Ball, 1 Hütchen



6 - 10 TN pro Team



Halle, Rasen



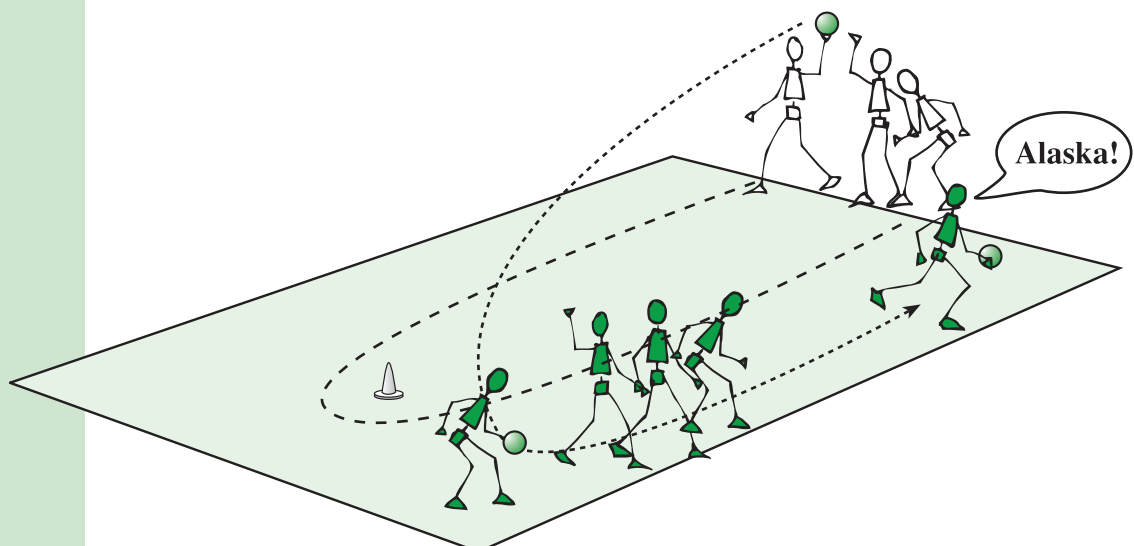
10 - 15 m x 25 - 35 m

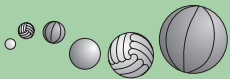


Nach Zeit oder Durchgängen



Fangen, Werfen





Alle Spieler gegen alle



Eine Läuferpartei versucht – nachdem sie einen Ball ins Feld geschlagen hat – eine festgelegte Laufstrecke zurückzulegen. Ein Feldteam hat das Ziel, erfolgreiche Läufe der Läuferpartei zu verhindern.



- Rasches Zusammenspiel in der Feldpartei.
- Schulung des taktischen Verhaltens in der Läufer- und in der Feldpartei.



- Nachdem ein Spieler der Läuferpartei einen Ball mit einem Holzschläger ins Feld geschlagen hat, laufen alle aus der Läuferpartei von der Startlinie zur Wendelinie und wieder zurück zu ihrem Ausgangspunkt.
- Jeder Spieler der Läuferpartei bekommt einen Punkt, wenn
 1. der geschlagene Ball von der Feldpartei nicht direkt gefangen wurde und wenn
 2. sie, ohne mit dem Ball **abgeschlagen** worden zu sein, die Startlinie wieder erreichen.
- Bringt die Feldpartei den Ball erst unter Kontrolle, wenn dieser den Boden schon berührt hatte, kann sie durch rasches Zupassen und sicheres Fangen, einen oder mehrere Läufer mit dem Ball abschlagen.
- Die Läuferpartei ist solange an der Reihe, bis alle aus dem Team den Ball einmal ins Feld geschlagen haben.
- Nach dem Rollenwechsel zwischen Läufer- und Feldpartei ist das Team mit den meisten Punkten Sieger.



Tennisball, Holzschläger (z.B. Speckbrettschläger)



20 - 22 TN (zwei gleichstarke Teams)



Halle oder im Freien



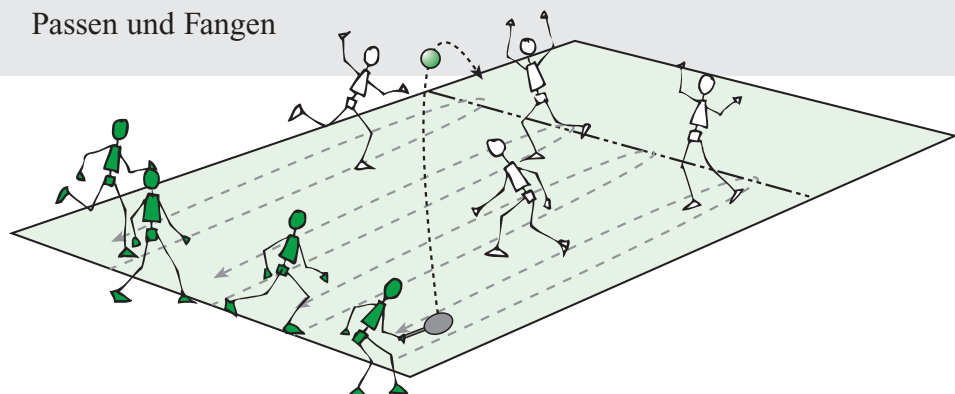
15 - 25 m

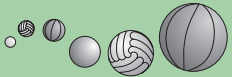


Abhängig von der Anzahl der TN



Passen und Fangen





Besen-Brennball



Zwei Mannschaften spielen miteinander eine Art Brennball. Mannschaft A verteilt sich im Raum und holt den Ball, um auf ein festgelegtes Ziel zu werfen. Mannschaft B läuft gruppenweise von Mal zu Mal und befindet sich dort in Sicherheit, sobald der erste der Gruppe das Mal erreicht hat. Alle Gruppenmitglieder werden durch ein Deuserband zusammengehalten.



- Erlernen sportartspezifischer Elemente.
- Förderung der Kooperation in den Mannschaften.



- Erreicht die Gruppe das Laufmal nicht, so steigt ein Spieler aus der Gruppe aus und wechselt mit dem Zuspüler seine Position. Steigen mehrere Spieler aus, so bilden diese neue Gruppen.
- Die Aufgaben des Zuwerfers und des Schlagmannes sind folgende: Der Zuwerfer wirft dem Schlagmann nach jedem unterbrochenen Lauf den Ball zu. Wird er ausgewechselt, wird er selbst zum Schlagmann. Beim Wurf steht er außerhalb des Abschlagkreises.
- Der Schlagmann schlägt den zugeworfenen Ball mit einem Besen ins Feld. Sobald der Ball in der Luft ist, dürfen die Läufer rennen. Wird der Schlagmann durch den Zuwerfer ersetzt, wird er ebenfalls zum Läufer und ergänzt die Gruppen.
- Pro Abschlag muss eine Mannschaft starten.
- Steht keine Mannschaft mehr zur Verfügung, tauschen Mannschaft A und B die Aufgaben.



1 Tennisball, 1 Besen (Baseball-Schläger, Keule etc.), 4 Malsteine (Hütchen, kleine Kästchen, Matten etc.), 1 Reifen als Ziel



Mind. 7 TN pro Mannschaft



Halle, Rasenplatz



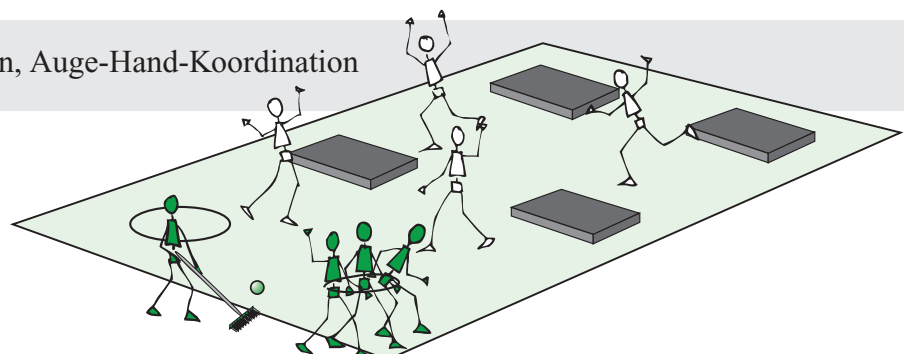
Mind. 10 x 20 m

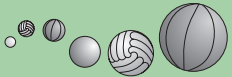


15 Min.



Werfen, Auge-Hand-Koordination





Ein Spieler gegen alle



Ein Läufer der Läuferpartei versucht – nachdem er einen Ball ins Feld geschlagen hat – eine festgelegte Laufstrecke zurückzulegen. Ein Feldteam hat die Aufgabe, seinen erfolgreichen Lauf zu verhindern.



➤ Rasches Zusammenspiel in der Feldpartei.



➤ Nachdem ein Spieler der Läuferpartei einen Ball mit einem Holzschläger ins Feld geschlagen hat, läuft er von dem Startpunkt zum Wendepunkt und wieder zurück zum Startpunkt.

➤ Die weiteren Regeln siehe „Alle Spieler gegen alle“ (s.S. B 2.8-2).

➤ Der Läufer darf während seines Laufs von der Start-, zur Wende - und wieder zurück zur Startmarke nicht behindert werden.



Je nach Qualität des Abschlags kann die Wendemarke als Freimal benutzt werden. Nach Abschlag des nächsten Läufers muss er die Wendemarke verlassen.



Tennisball, Holzschläger (z.B. Speckbrettschläger)



Zwei gleichstarke Teams (mind. 5 TN/Team)



Halle oder im Freien



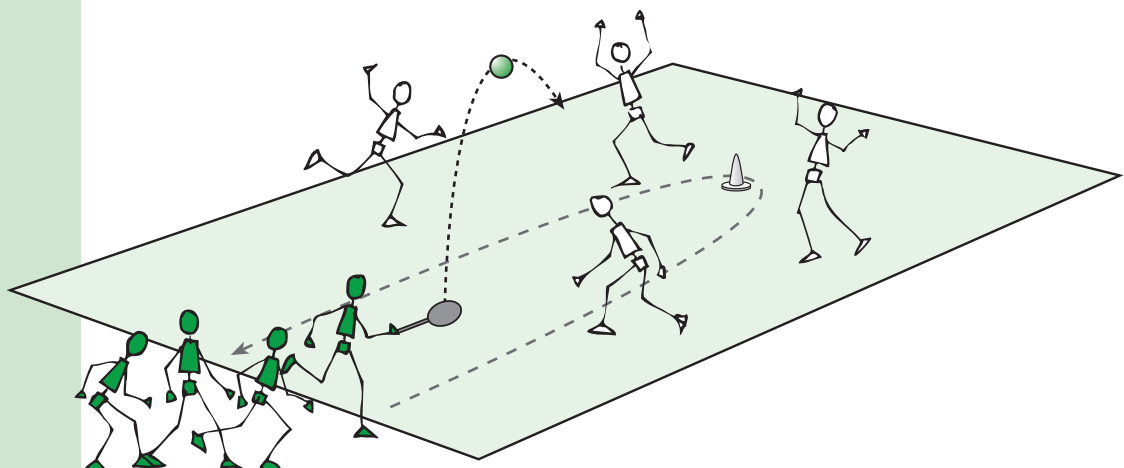
10 x 20 m

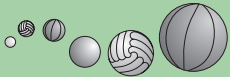


Nach Punkten oder nach Zeit



Auge-Hand-Koordination (Läuferpartei), Passen und Fangen (Feldpartei)





Sportspiel-verwandte Ballspiele • Baseball-verwandte Spiele

Fluchtball



Ein Läufer der Läuferpartei versucht – nachdem er einen Ball ins Feld geschlagen hat – eine festgelegte Laufstrecke zurückzulegen und damit einen Punkt zu erreichen. Die Feld- und Wurfpartei hat das Ziel, diesen Erfolg zu verhindern.



- Förderung des taktischen Verhaltens und der Kooperation.
- Schulung von Schnelligkeit und Gewandtheit.



- Ein Teilnehmer der Läuferpartei schlägt den Ball mit seinem Unterarm oder mit der Faust ins Spielfeld und versucht unmittelbar danach das Spielfeld zu umrunden.
- Ein weiterer Teilnehmer aus der Läuferpartei läuft ins gegnerische Spielfeld der Werferpartei. Gelingt es ihm, solange nicht abgeworfen zu werden, bis sein Kollege die vier Malstangen umrundet hat, so bekommt sein Team einen Punkt.
- Wenn die Rollen zwischen den Läufern und Werfern gewechselt haben, werden am Schluss des Spiels die erzielten Punktestände verglichen.



Schaumstoffball, Markierungen



Ab 8 Spieler



Halle oder im Freien



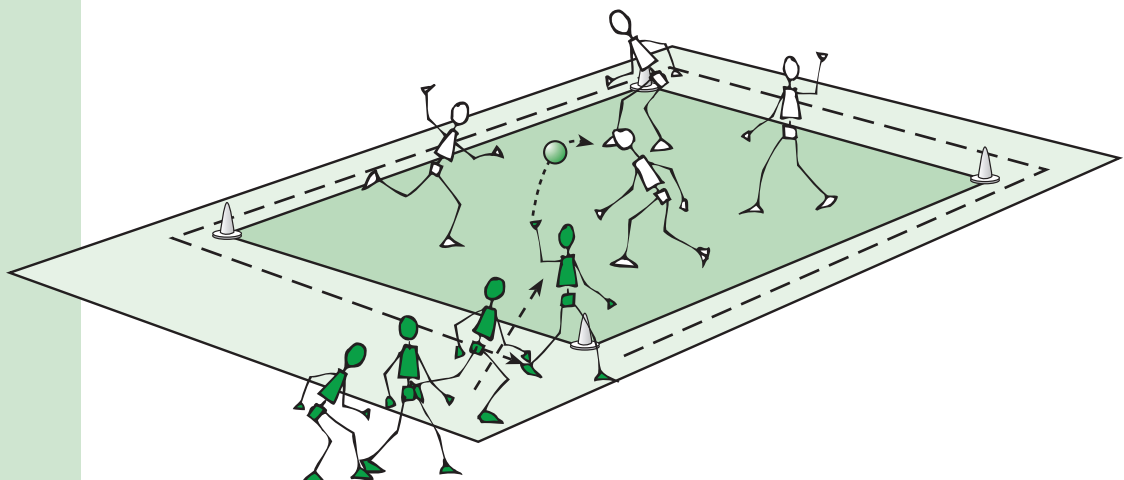
10 x 20 m

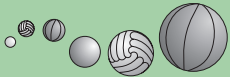


Nach Absprache oder nach Zeit



Taktisches Verhalten





Handschlagball



Die Außenfeldmannschaft versucht durch taktisches Werfen und schnelles Laufen einen Punkt zu erzielen. Die Feldmannschaft sollte den Ball schnell abfangen und den Läufer abwerfen.



- Schulung von Schnelligkeit, Gewandtheit und taktischem Verhalten bei der Außenfeldmannschaft.
- Förderung von Fangsicherheit, Wurfgenauigkeit und Reaktionsfähigkeit bei den Feldspielern.



- Mannschaft A stellt sich der Reihe nach hinter der Abwurflinie (z.B. Aufschlaglinie vom Volleyball) auf.
- Team B verteilt sich gleichmäßig im Feld.
- Ca. 18 m von der Abwurflinie entfernt steht ein Hütchen.
- Werfer 1 wirft von der Abwurflinie den Ball, rennt zum Mal und versucht, ohne abgeworfen zu werden, wieder hinter die Abwurflinie zu gelangen.
- Gelingt das, erhält seine Mannschaft einen Punkt.
- Die Fangpartei hingegen bemüht sich, dies zu verhindern, indem sie den Ball abfängt und den Läufer vielleicht sogar abwirft. Hat sie Erfolg, bekommt der Läufer keinen Punkt, darf jedoch weiterspielen.
- Bälle, die direkt über die seitliche Feldbegrenzung fliegen, sind ungültig.



- ① Wird ein Läufer von den Werfern getroffen, scheidet er aus.
- ② Der getroffene Läufer wechselt zum anderen Team.
- ③ Der Läufer wird nicht abgeworfen, sondern der Ball muss in ein Wurfmal, bevor der Läufer über die Ziellinie läuft.



Softvolleyball, 1 Hütchen bzw. Fähnchen



6 - 12 TN pro Mannschaft



Halle, Rasenplatz etc.



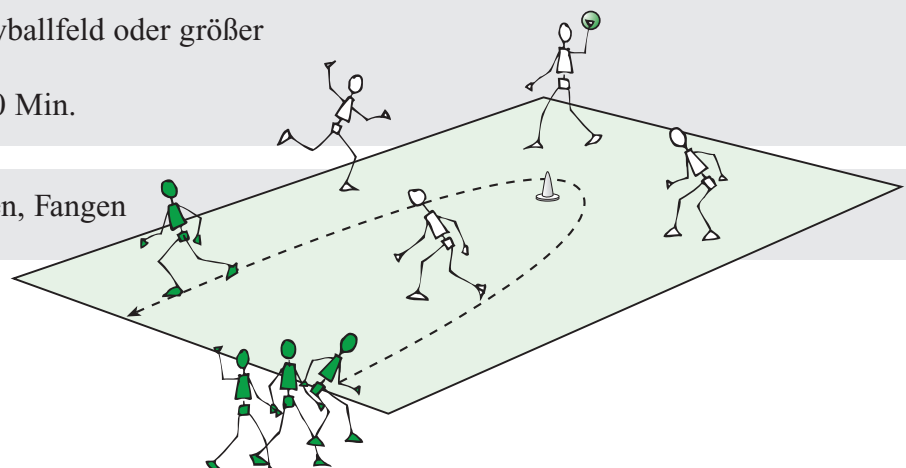
Volleyballfeld oder größer

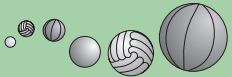


2 x 10 Min.



Werfen, Fangen





Laufen gegen Werfen



Die Läuferpartei durchläuft ihre Rundenstaffel möglichst schnell, um die Anzahl der Würfe der Werferpartei gering zu halten.



➤ Schulung von Passen und Fangen unter Wettbewerbsbedingungen.



- Die Mitglieder der Läuferpartei umlaufen der Reihe nach ein Viereck.
- Innerhalb des Vierecks postiert sich die Werferpartei (s. Skizze) und wirft sich möglichst rasch und zielgenau einen Ball zu. Die einzelnen Würfe werden mitgezählt.
- Sobald der letzte Läufer das Ziel erreicht hat, stoppt die Werferpartei ihre Würfe. Die bis dahin erreichte Anzahl an Würfeln wird festgehalten.
- Nach einem Rollentausch kann nun ermittelt werden, wer die höchste Anzahl an Würfeln zustande bringt.



Markierungen für das Laufviereck und die Positionen der Werfer



Zwei gleichstarke Teams, mind. 5 TN/Team



Halle oder im Freien



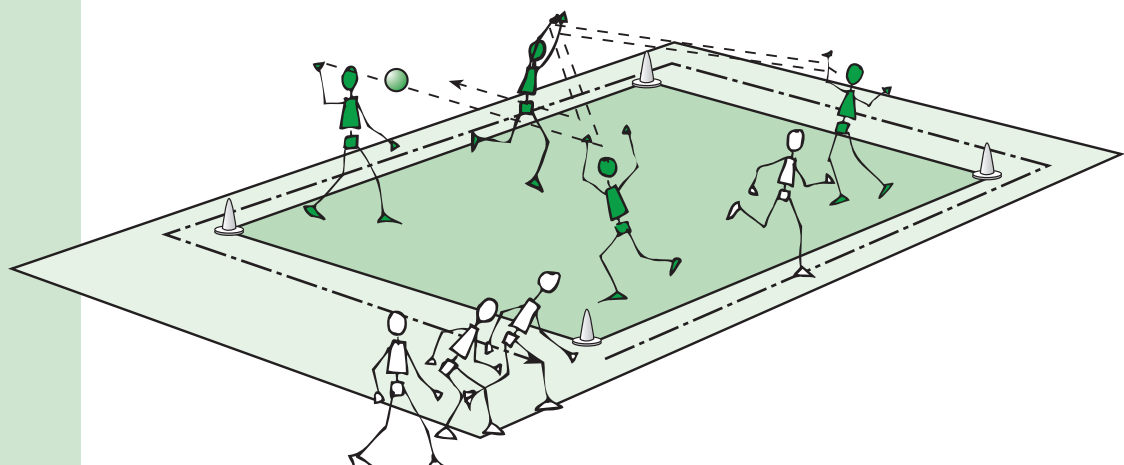
10 x 20 m

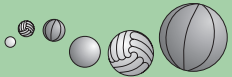


Abhängig von der Anzahl der TN und der Spielrunden



Passen und Fangen





Von Insel zu Insel



Ein Läufer der Läuferpartei versucht - nachdem er einen Ball ins Feld geschlagen hat - eine festgelegte Laufstrecke zurückzulegen. Ein Feldteam hat die Aufgabe den erfolgreichen Lauf zu verhindern, indem die Läufer mit dem Ball berührt werden.



➡ Rasches Zusammenspiel in der Feldpartei.



➡ Nachdem ein Spieler der Läuferpartei einen Ball mit einem Holzschläger ins Feld geschlagen hat, läuft er von dem Startpunkt zur nächsten Rettungsinsel.

➡ In der Reihenfolge, in der die Läufer den Ball ins Feld geschlagen haben, werden auch die Rettungsinseln von den einzelnen Läufern besetzt. An einer Rettungsinsel dürfen sich nicht zwei Läufer aufhalten.

➡ Die weiteren Regeln siehe „Alle Spieler gegen alle“ (s.S. B2.8-2).

➡ Im Feld befindet sich ein Mal, das von einem Feldspieler (Kapitän) besetzt ist. Die Feldspieler haben die Möglichkeit entweder ihrem Kapitän zuzuwerfen (hat der Kapitän den Ball gefangen, hebt er sofort die Hand) oder nach wie vor die Läufer mit dem Ball in der Hand zu berühren.



1 Ball, 5 Rettungsinseln markieren, 1 Schläger



Zwei gleichstarke Teams, mind. 6 TN/Team



Halle oder im Freien



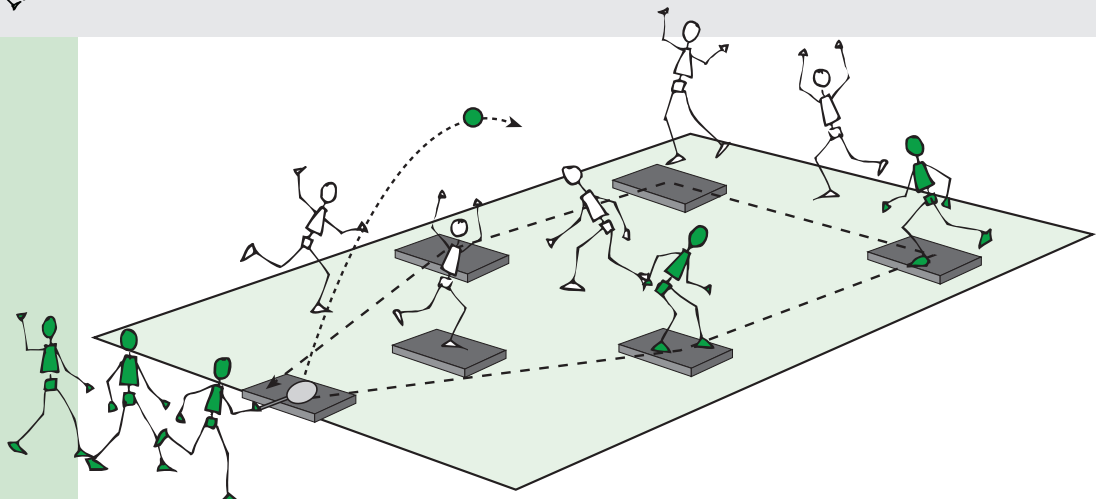
15 x 25 m

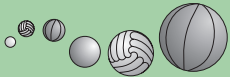


Nach Punkten



Passen und Fangen





Sportspiel-verwandte Ballspiele • Baseball-verwandte Spiele

Werfen ist schneller als Laufen



Der Läufer versucht, seine Laufstrecke schneller zu durchlaufen als die Flugzeit eines von Base zu Base geworfenen Balles.



➤ Rasches Zusammenspiel in der Feldpartei.



- Nachdem ein Spieler der Läuferpartei einen Ball mit einem Holzschläger ins Feld geschlagen hat, läuft er von dem Startpunkt zum Wendepunkt und wieder zurück zum Startpunkt.
- Die weiteren Regeln siehe „Alle Spieler gegen alle“ (s.S. B 2.8 - 2).
- Der Läufer darf während seines Laufs von der Start- zur Wende - und wieder zurück zur Startmarke nicht behindert werden.
- Der ins Feld geschlagene Ball muss so schnell wie möglich unter Kontrolle gebracht und zu Base 1 geworfen werden. Von hier aus „wandert“ er über Base 2 und 3 nach Base 4.
- Sollte zwischenzeitlich der Läufer seinen Ausgangspunkt eher erreicht haben als der Ball Base 4, so hat die Läuferpartei einen Punkt erzielt.
- Nachdem alle Läufer an der Reihe waren, wird das Feldteam zur Läuferpartei und umgekehrt.
- Wahlweise kann der Wurfweg verlängert oder der Laufweg durch Hindernisse erschwert werden.



Der Läufer darf erst starten, wenn der Ball von der Feldpartei unter Kontrolle gebracht wurde und zu Base 1 gespielt werden kann.



Tennisball, Holzschläger, Matten, ggf. zusätzliche Geräte



Zwei gleichstarke Teams, mind. 6 TN/Team



Halle oder im Freien



15 x 25 m



Nach Punkten



Passen und Fangen

