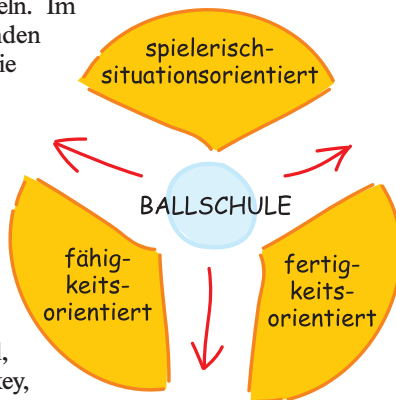


Sportartübergreifende Sportspielvermittlung

Teil 3

Vorbemerkungen/Ziele

Kinder sind keine Spezialisten, sondern Allrounder, und sie sind nicht einfach wie kleine Erwachsene, sondern als eigenständige Persönlichkeiten zu behandeln. Die Trainingsinhalte müssen koordinativ fit machen und vor allem Spaß an der Bewegung vermitteln. Im Mittelpunkt des folgenden Sportangebots steht die Schulung sportspielübergreifender koordinativer, taktischer und technischer Ballspielfähigkeiten. Die Kinder erleben spielerisch-beiläufig die Straßenspielkultur, die ihnen später den Einstieg in die Welt der großen Sportspiele (Fußball, Handball, Basketball, Volleyball Hockey, Tennis usw.) erleichtert.



Zeit: 60 Minuten

Teilnehmer/innen: Kinder im Grundschulalter (Mädchen und Jungen), die Talent, Motivation und Lust zum Spielen haben.

Material: Zwei Weichbodenmatten, verschiedene Ballmaterialien, Schwedenbänke und Slalomstangen.

Ort: Sport-, Gymnastikhalle oder Freiluftanlage bei gutem Wetter.

Stundenverlauf / Inhalte

● = Inhalt

□ = Organisation

EINSTIMMUNG

● Fertigkeitorientierte Ballschule

„Schutzmann-Prellen“, bekannt als Bärenanz. A steht mit Blick zur Gruppe und ändert fortlaufend seine Position im Raum, dabei wechselt auch ständig die Richtung und Höhe des Prellens.

Alle Kinder versuchen dies schnell zu imitieren.

□ Die Gruppe formiert sich am besten in Gitteraufstellung/ auf Lücke, um Behinderungen untereinander zu vermeiden.

● Schattenlauf mit Ball

A und B dribbeln jeweils ihren Ball mit den Füßen. B folgt A in einem Abstand von ca. 2 Metern. A schlägt ständig neue Richtungen ein, B versucht zu folgen.

□ Auf ein Signal tauschen A und B die Rollen.

● Zielprellen durch aufgestellte Kastenoberteile

A und B stehen sich mit jeweils einem Ball gegenüber. Gleichzeitig spielen sie sich ihre Bälle zu. A als Aufsetzpass durch das Kastenoberteil und B als Bodenpass, so dass der Ball vor dem Kasten bereits aufprellt.

□ Auf ein Signal tauschen A und B ihre Aufgaben.

Absichten / Gedanken

● = Absichten / Gedanken

➤ = Hinweis

● Aufwärmen, Einstimmen und Verbesserung der optischen u. taktilen Wahrnehmung.

➤ Vermittlung der folgenden technischen Grundkomponenten:
Laufwege beobachten und Auge-Hand-Koordination.

● Vermittlung der technischen Grundkomponenten:
Laufwege, -tempo zum Ball festlegen, Auge-Fuß-Koordination

● Vermittlung der sportspielübergreifenden Technikbausteine, Winkel steuern, Kräfteinsatz steuern, Zuspielrichtung und -weite vorwegnehmen.

➤ Der Bodenpass, der nicht durch das Kastenoberteil gespielt wird, kann auch hinter dem Kasten aufstücken oder abwechselnd vor und hinter dem Kasten landen

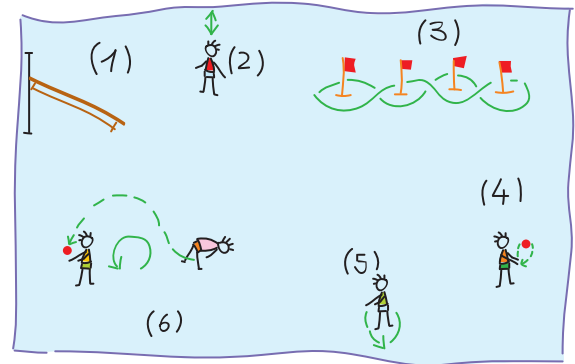


SCHWERPUNKT

● **Fähigkeitsorientierte Ballschule am Beispiel eines Ball-Parcours, z.B.**

1. zwei Bälle gleichzeitig auf einer schräg gestellten Schwedenbank rollen
2. Ball gegen die Wand werfen (eventl. + Zusatzaufgabe) und fangen
3. Slalom prellen
4. Beidarmige Balljonglage (auch mit 2 Bällen)
5. Abwechselnd mit dem Fuß und mit der Hand einen Ball gegen die Wand spielen und fangen
6. Ball durch die eigenen gegrätschten Beine werfen, sich drehen und wieder fangen

Der Ball-Parcours ist beliebt und abwechslungsreich. Für den Übungsleiter ist er nach dem Aufbau organisatorisch einfach zu handhaben. Die beispielhaft gezeigten Inhalte sind vielfältig erweiter- und austauschbar. Darüber hinaus kann der Parcours einzeln oder als Gruppe absolviert werden. Zum Stationswechsel wird die Orientierung an Zeitvorgaben, z.B. 3 –5 Minuten, empfohlen.



- Zur Verbesserung der allgemeinen Ballkoordination werden stabil beherrschte Ballfertigkeiten unter Druckbedingungen anspruchsvoll und variabel zu Übungen verbunden: Zeitdruck, Präzisionsdruck, Komplexitätsdruck, Organisationsdruck, Variabilitätsdruck, Belastungsdruck

SCHWERPUNKTABSCHLUSS

● **Eine Lieblingsstation des Ball-Parcours darf noch einmal belegt werden.**

- Grundsätzlich gilt: Der Phantasie des ÜL sind kaum Grenzen gesetzt. Auch die Spontaneität und die Ideen der Kinder selbst sind zu nutzen.

AUSKLANG

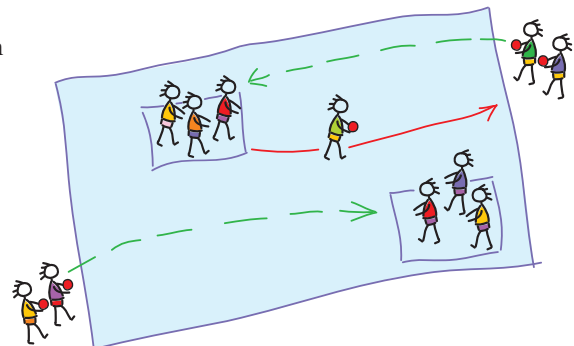
● **„Inselspiel“ als Wettkampf**

Zwei Teams spielen gegeneinander. Jedes Team teilt sich in gleich viele Werfer und Fänger. Erste Halbzeit: Die Werfer versuchen die Bälle den Fängern auf der Matte zuzuwerfen. Wenn ein Fänger den Ball erhalten hat, ohne die Matte zu verlassen, wird er/ sie auch zum Werfer. Sollte kein TN mehr auf der Matte übrig sein, beginnt unmittelbar die zweite Halbzeit: Die ursprünglichen Werfer zu Beginn des Spiels rennen auf die Matte und sind damit Fänger. Wenn die Fänger jetzt einen Ball fangen, bleiben sie mit ihrem Ball auf der Matte. Das Spiel ist beendet, wenn alle Fänger einen Ball auf der Matte in Händen halten.

- Spielerisch-situationsorientierte Wettkampfstaffel zur Förderung des Taktikbausteins „Ins-Ziel-treffen“.

- Fänger dürfen die Matte nicht verlassen, um die Bälle den Werfern zurück zu spielen.
- Nachdem für den reibungslosen Ablauf im Ball-Parcours Kooperation und Kommunikation untereinander notwendig waren, sollen die TN sich zum Abschluss austoben.

Abstand zwischen Werfern und Fängern dem motorischen Alter (Wurfkraft) anpassen.



Literatur:

Kröger, C./ Roth, K.: Ballschule. Ein ABC für Spielanfänger, Schorndorf 2002
Sportjugend NRW (Hrsg.): Praxismappe Ballspiele, Duisburg 1999



**Autor:
Jörn
Uhrmeister**