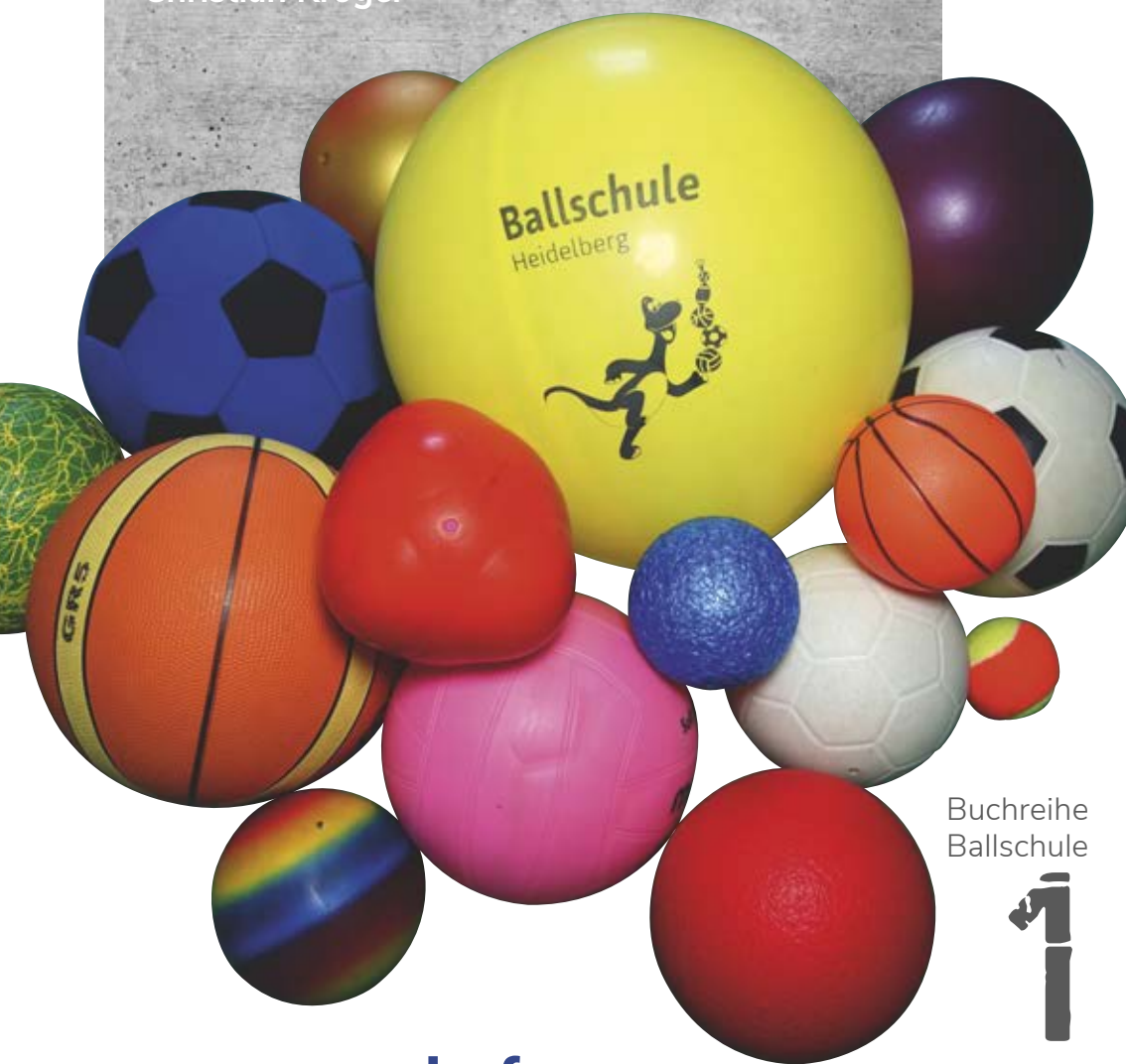


BÄLLSCHULE

DAS ABC DES SPIELENS IN SCHULE UND VEREIN

Klaus Roth
Christian Kröger



Buchreihe
Ballschule



hofmann.

INHALT

Vorwort	4		
1	AUSGANGSSITUATION		
	Klaus Roth	7	
2	EINORDNUNG UND PRINZIPIEN		
	Klaus Roth	13	
3	ZIELE: SPIELERISCHE BASISKOMPETENZEN		
	Klaus Roth	16	
	Das ABC des Spielens	17	
	Taktische Basiskompetenzen	19	
	Koordinative Basiskompetenzen	21	
	Technische Basiskompetenzen	22	
4	INHALTE		
	Klaus Roth	24	
	Spielen, Freude und Lernen	25	
	Baustein-Spiele	26	
	Baustein-Übungen	26	
5	METHODEN		
	Klaus Roth	27	
	Freies, unangeleitetes Spielen	28	
	Üben nach methodischen Grundformeln	29	
6	PRAKTISCHE EINFÜHRUNG		
	Klaus Roth	31	
	Gliederung und Ordnungskriterien	32	
	Spiel- und Übungsmaterialien	32	
	Darstellungsform	34	
7	TAKTISCHE BASISKOMPETENZEN		
	Christian Kröger	35	
	Register	36	
	Beispielsammlung	38	
8	KOORDINATIVE BASISKOMPETENZEN		
	Christian Kröger	78	
	Register	79	
	Beispielsammlung	81	
9	TECHNISCHE BASISKOMPETENZEN		
	Christian Kröger	123	
	Register	124	
	Beispielsammlung	126	
10	PRAKTISCHE UMSETZUNG		
	Klaus Roth	165	
	Organisation und Programme	166	
	Lehrmaterialien	167	
	Aus-/Fortbildungen	168	
	Kooperationen	169	
	Literatur	171	

HINWEIS

Nur aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird die männliche Form verwendet, gemeint sind immer Personen aller Geschlechter

VORWORT

Die Ballschule Heidelberg wurde 1998 von Prof. Dr. Klaus Roth gegründet. Die Idee hat von Beginn an eingeschlagen wie ein „unhaltbarer Schuss“. Heute kommen die verschiedenen sportspielübergreifenden und sportspielgerichteten Ballschulprogramme weltweit und mit großem Erfolg in Kindergärten, Grundschulen und Sportvereinen zum Einsatz.

Das Gesamtpaket der Ballschule wendet sich an Kinder im Alter von 18 Monaten bis zum Ende des Grundschulalters. In diesen Phasen der Kindheit werden entscheidende Weichen dafür gestellt, inwieweit die Heranwachsenden ihre Anlagen nutzen, ob und wie sie mit Neugier und Bewegungsdrang ihre Umwelt erobern und ihr Leben meistern. Die Kinder gestalten dabei – wie Maria Montessori (1870–1952) es ausgedrückt hat – „als Baumeister ihrer selbst“ die Lernprozesse aktiv mit. Das gilt auch für das Spielen und Üben in der Ballschule. Sie trägt das Gütesiegel der Plattform für Ernährung und Bewegung (peb) und wurde im Jahr 2009 als ausgewählter Ort im Innovationswettbewerb „Deutschland – Land der Ideen“ ausgezeichnet.

Die Herausgabe einer eigenständigen Buchreihe markiert einen weiteren Meilenstein in der Geschichte der Ballschule. Mit ihr werden zwei zentrale Ziele verfolgt:

1. Die bereits veröffentlichten Lehrpläne zur Ballschule werden für die Reihe inhaltlich aktualisiert und erhalten ein einheitliches Erscheinungsbild. Der Schwerpunkt der Bücher liegt auf der praktischen Umsetzung der Ballschulangebote.



2. Die Reihe wird mit neuen, noch fehlenden Ballschulbüchern angereichert. Mit ihnen wird die Ballschule „nach und nach“ zu einem Kindersportprogramm für alle. Ihre angezielte Bandbreite reicht von der Ausbildung talentierter Ballkünstler bis hin zur Frühförderung von Kindern mit Entwicklungsdefiziten. In diesem Sinne werden einerseits Konzepte erarbeitet, mit denen die sportspielübergreifende Ballschul-Philosophie in die Anfängermethodik der spezifischen Sportspiele eingebunden wird. Dem bereits erschienenen Band 2 zur „Ballschule Handball“ kommt hier eine Vorreiterfunktion zu. Weitere Lehrpläne dieser Art werden folgen. Andererseits wird es Bücher zu inklusiven Angebotsformen und zu Kombinationen der Ballschulprogramme mit Fördermaßnahmen in anderen Feldern der kindlichen Persönlichkeitsentwick-

lung (z. B. der Sprachkompetenzen oder der Exekutiven Funktionen) geben.

Der vorliegende Band 1 beinhaltet eine Überarbeitung des „Erstlingswerks“ zur sportspielübergreifenden Ballschule für Kinder im Grundschulalter. Die dort beschriebenen Prinzipien der Ballschule – die Leitsätze der **Vielseitigkeit**, der **Entwicklungsgemäßheit**, des **freudbetonten und spielerisch-unangeleiteten Lernens** – sind zu einem verbindlichen Orientierungsrahmen für alle nachfolgenden Lehrpläne geworden und haben in den vergangenen Dekaden die internationale Diskussion zur Sportspielvermittlung mitgeprägt. Die zugehörigen Ballschul-Merksätze lauten:

- Kinder sind Allrounder und keine Spezialisten!
- Kinder sind keine verkleinerten Erwachsenen!
- Spielen macht den Meister! und
- Probieren geht über Studieren!

Im Kapitel 1 des Buches wird ein Kurzüberblick über die Ausgangssituation, also die heutige Bewegungswelt unserer Kinder, gegeben. Daran anschließend erfolgt eine Ein-

ordnung der sportspielübergreifenden Ballschule in die Kategorie der Integrativen Vermittlungskonzepte (Kapitel 2). Aus ihren vier Leit-/Merksätzen ergeben sich die Begründungen für die Festlegungen der Ziele (Kapitel 3), **Inhalte** (Kapitel 4) und **Methoden** (Kapitel 5).

Die Kapitel 6 bis 10 beinhalten den ausführlichen Praxisteil des Buches. Den im Kapitel 3 formulierten Zielbereichen entsprechend wird den drei Ballschul-Säulen Taktik (Säule A; Kapitel 7), **Koordination** (Säule B; Kapitel 8) und **Technik** (Säule C; Kapitel 9) jeweils ein eigenes Kapitel gewidmet. Dieses Ballschul-ABC soll den Spielanfängern genauso vertraut werden wie das normale ABC. Ähnlich wie Buchstaben das Baumaterial für Wörter und Sätze bilden, setzt sich das ABC des Spielens aus verschiedenen Kompetenzbausteinen zusammen, die in mehr oder weniger allen Sportspielen von Bedeutung sind. Im Kapitel 10 werden dann abschließend Aspekte der (derzeitigen) praktischen Umsetzung der Ballschule Heidelberg skizziert (Organisation & Programme, Lehrmaterialien, Aus-/Fortbildungen, Kooperationsangebote).



Die Zielgruppen der im Band 1 präsentierten sportspielübergreifenden Ballschule sind Lehrer der Klassenstufen 1 bis 4 und die vielen engagierten Übungsleiter, die in Vereinen und bei weiteren Kindersportanbietern tätig sind. Der Ballschul-Blick über den Tellerrand der einzelnen Sportspiele hinaus liefert vielfältige Anregungen und Hilfen dafür, die früheren informellen, alltäglichen Spielerfahrungen in den Schulsport bzw. das Vereinstraining hinein zu holen. Wichtig ist, dass die Beispielsammlungen zu den Spielen und Übungen in den Kapiteln 7 bis 9 nicht als Kochbücher mit vorgefertigten

Patentrezepten verstanden werden. Sie lassen sich vielmehr als Ideengeneratoren für die Erprobung eigener, kreativer Unterrichts-/Trainingsformen nutzen. Schließlich sind nicht nur die Bälle, sondern auch unsere Köpfe rund, damit wir stets in alle Richtungen denken können.

Prof Dr. Klaus Roth
Initiator der Ballschule und Herausgeber
der Buchreihe Ballschule



HAND-FUSS-BALLSPIEL

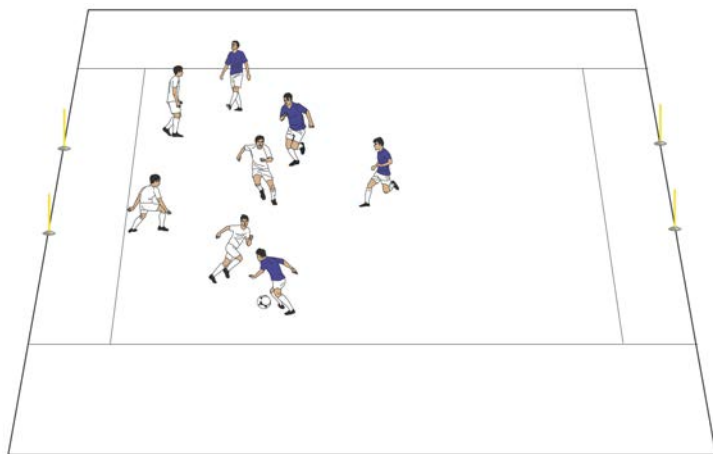


Ballbesitz kooperativ
sichern

Lücke erkennen

Überzahl kooperativ
herausspielen

II



SPIELIDEE / ABLAUF

Zwei Teams zu je vier bis sechs Spielern spielen mit folgenden Regeln auf zwei abgesteckte Tore (ohne Torhüter): Der Ball kann je nach Spielsituation mit der Hand gestoppt werden. Solange die Hand am Ball ist, darf der Spieler nicht von einem Verteidiger bedrängt werden. Im Gegenteil, denn mit der freien Hand kann der Verteidiger abge-

schlagen werden, was einem Torpunkt entspricht. Der Ball muss mit den Füßen weitergespielt werden, wenn ein Abspiele oder Torschuss erfolgen soll. Ein regelgerechtes Tor wird mit zwei Punkten gewertet.

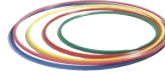
VARIATIONEN

HINWEISE

- Es bietet sich ein Torraum an, der von keinem Spieler betreten werden darf, um das Tor nicht mit Spielern „dicht“ zu machen
- Eine Fortbewegung mit der Hand am Ball ist nicht erlaubt
- Bei Ballbesitz darf nur einmal ein „Handstopper“ ausgeführt werden

- Tore so aufstellen, dass von beiden Seiten geschossen werden kann (**Hand, Fuß – II**)
- Mit Schlägern spielen. Wenn der Schläger den Ball kontrolliert (Schläger auf dem Ball), kann mit der freien Hand der Gegenspieler abgeschlagen werden (**Schläger – III**)
- Mit Schlägern spielen. Beim Torschuss zuvor den Ball mit der Hand stoppen und mit dem Fuß auf das Tor schießen (**Hand, Fuß, Schläger – Komplexität: III**)

EIERLEGEN

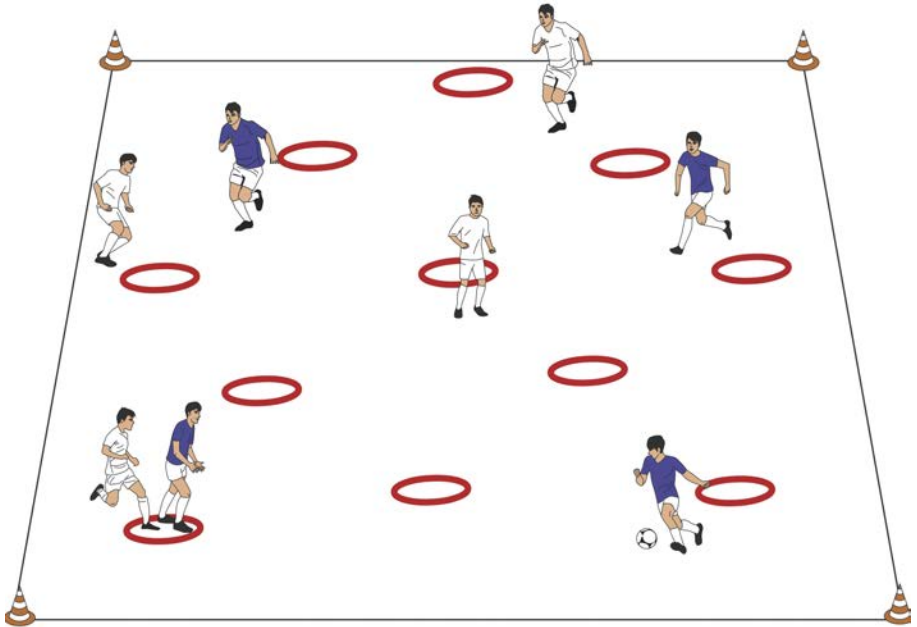


Ballbesitz kooperativ
sichern

Lücke erkennen

Abschlussmöglichkeit
nutzen

III



SPIELIDEE / ABLAUF

Zwei Teams spielen gegeneinander um den Ballbesitz. Im Spielfeld liegen Gymnastikreifen. Die Mitspieler passen sich den Ball untereinander zu. Wer im Ballbesitz ist und sich unmittelbar an (nicht in) einem

Gymnastikreifen befindet, stoppt den Ball im Reifen ab. Dafür gibt es einen Punkt, vorausgesetzt, es befindet sich im Moment des Stoppens kein gegnerischer Fuß im Reifen.

VARIATIONEN

- Mit Werfen und Fangen sowie Ablegen des Balles im Reifen unter Beachtung einer Schrittzahl (**Hand – II**)
- Der letzte Pass vor dem Fangen im (!) Gymnastikreifen muss ein indirekter sein (**Hand – III**)

HINWEISE

- Es werden zwei bis fünf Gymnastikreifen mehr als die Anzahl der Mitspieler in einem Team verteilt
- Zwei Punkte hintereinander im selben Reifen zu erzielen, ist nicht möglich

SCHNAPPBALL

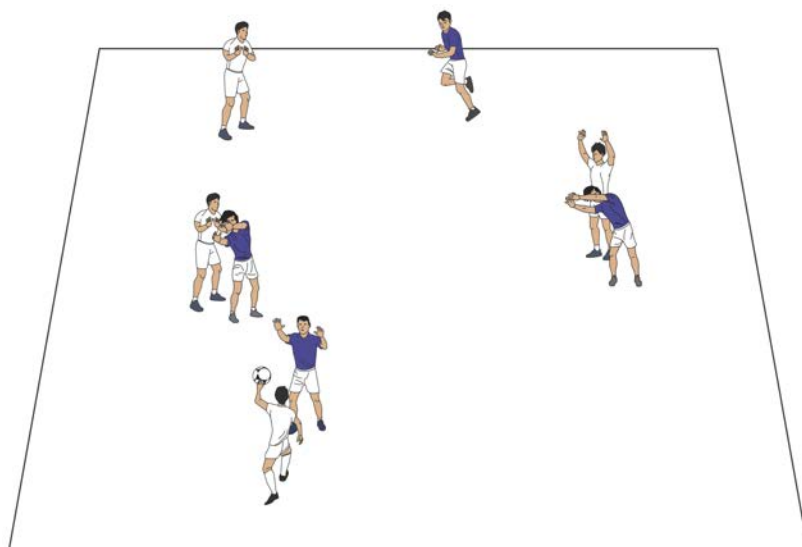


Überzahl individuell
herausspielen

Überzahl kooperativ
herausspielen

Anbieten & Orientieren

I



SPIELIDEE / ABLAUF

Zwei Teams spielen gegeneinander um den Ballbesitz. Jedes Team bemüht sich, den Ball

so lange wie möglich untereinander zuzupassen. Das gegnerische Team versucht, durch Abfangen selbst in Ballbesitz zu kommen. Jedes Zuspiel zählt einen Punkt.

HINWEISE

- Bei zu langem Ballhalten, bei mehr als zwei Schritten mit dem Ball, bei unerlaubtem Körpereinsatz (Stoßen, Klammern usw.) oder bei Übertreten der Spielfeldlinien wird auf Ballverlust entschieden
- Zuspielarten sind zunächst freigestellt: einhändig-beidhändig, direkt-indirekt, usw.
- Doppelpässe werden nicht als Punkt gewertet

VARIATIONEN

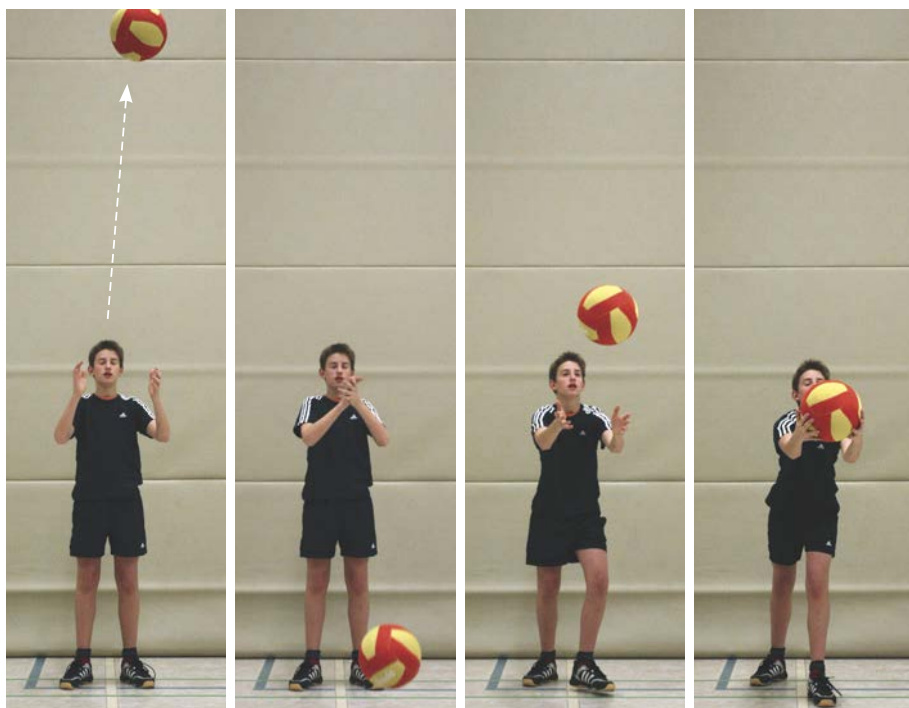
- Nach 10 oder 20 Zuspielen ohne Ballverlust gibt es einen „Big-Point“ (**Hand – I**)
- Jedes Teammitglied erhält eine Nummer. Zuspielfolge = Nummernfolge (**Hand – II**)
- Zusatzpunkt: Fangen und Werfen eines Balles im Sitzen (**Hand – II**)
- Punkte nur nach dem Give-&-Go-Prinzip erzielbar (**Hand – II**)
- Mit dem Fuß oder Schläger zuspielen (**Fuß, Schläger – III**)

HOCHBALL



Flugbahn des Balles
erkennen

I



SPIELIDEE / ABLAUF

Einen Ball hoch in die Luft werfen und bevor der Scheitelpunkt der Flugkurve erreicht ist: Augen schließen. In die Hände klatschen,

wenn man glaubt, dass der Ball auf den Boden prallt. Den Ball im Stand fangen.

HINWEISE

- Abstand der Übenden zueinander beachten
- Ein Spielpartner überprüft das „Timing“

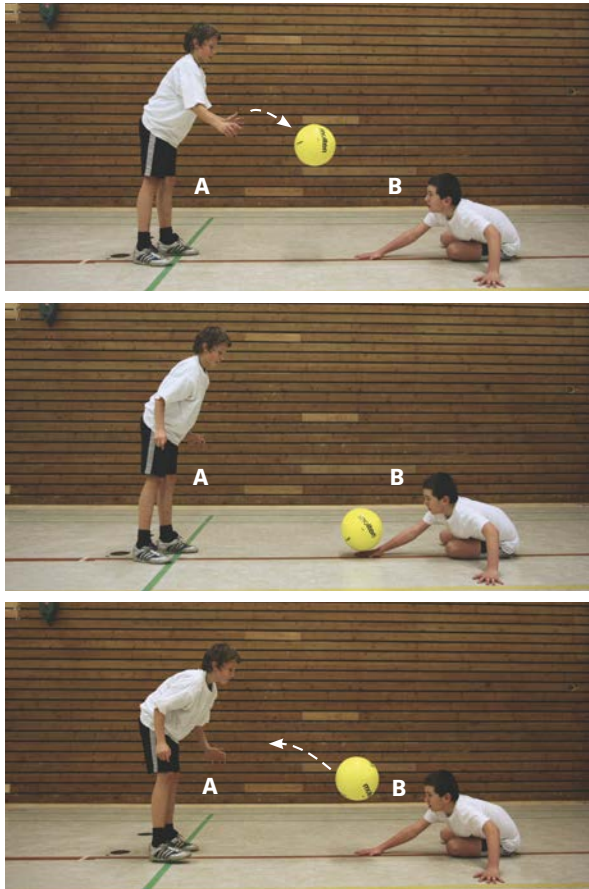
VARIATIONEN

- Den Ball überkopf nach hinten werfen (**Hand – I**)
- Mit dem Fuß/den Füßen stampfen (**Hand – I**)
- Weitere Bodenkontakte mit Händeklatschen begleiten (**Hand – II**)
- Blind fangen (**Hand – III**)

TIEFBALL



<p>Flugbahn des Balles erkennen</p>	<p>Spielpunkt des Balles bestimmen</p>	<p>I</p>
-------------------------------------	--	----------



SPIELIDEE / ABLAUF

A wirft B einen Ball in unterschiedlichen Höhen zu. B legt eine Hand so auf den Bo-

den, dass der Ball vom Handrücken abbrallt. A soll den Ball auffangen.

VARIATIONEN

- Nur die Faust hat Bodenkontakt (**Hand – II**)
- Wechselseitig links-rechts (**Hand – III**)

HINWEISE

- Die Hand hat immer Bodenkontakt und soll angespannt werden

DREHT EUCH!



Flugbahn des Balles
erkennen

Laufweg zum Ball
bestimmen

II



SPIELIDEE / ABLAUF

A und B haben je einen Ball, stehen mit dem Rücken zueinander und werfen sich die Bälle auf ein Signal gleichzeitig über den Kopf zu. Die Richtung und die Länge der Bälle sollen dabei variieren. A und B drehen sich

um, orientieren sich und fangen die vom Partner zugeworfenen Bälle.

HINWEISE

- Signale verabreden lassen (z. B. gleichzeitiger Abwurf bei der zweiten Silbe eines Wortes)

VARIATIONEN

- Veränderung der Ausgangsstellung: aus der Hocke, aus dem Sitzen (**Hand – III**)
- Variation des Fangens: im Sprung, im Sitzen, einhändig (**Hand – III**)
- Vor dem Fangen eine Zusatzaufgabe lösen: Hampelmannsprung, Händeklatsch-Variationen usw. (**Hand – III**)

BALLTREFFER



Flugbahn des Balles
erkennen

Ballabgabe
kontrollieren

II



SPIELIDEE / ABLAUF

Vor einer Wand werden mehrere Kästen platziert. An beiden Enden der Kastenreihe werden Hütchen für Start und Ziel aufgestellt. Vor den Kästen befinden sich im Abstand von vier bis fünf Metern Hütchen, die als „Abwurflinie“ dienen. Hinter dieser Abwurflinie stehen die Werfer (nur B im Fotoausschnitt) mit jeweils einem Ball. Sie haben die Aufgabe, Spieler A zu treffen. A ist bestrebt, vom Start zum Ziel ohne Treffer zu gelangen, wobei die Kästen als Schutz benutzt werden können.

HINWEISE

- Der Abstand der Kästen zur Wand ist relativ dicht, damit die von der Wand abprallenden Bälle wieder schnell zur Verfügung stehen
- Für die Organisation kann eine ganze Hallenseite einbezogen werden (Foto stellt nur einen Ausschnitt dar)
- Nur Fußtreffer gelten

VARIATIONEN

- Nur indirekte Treffer zählen (**Hand – III**)