



**"Große Gruppen
in kleinen Räumen -
Vermittlungswege zum
Handballspaß"**



**Lehrgangsunterlagen für Lehrkräfte in der
Sekundarstufe 1**

Inhaltsverzeichnis

1. Ziele und Inhalte	3
1.1. Gemeinsame Strukturen großer Sportspiele.....	5
1.2. Sportspielübergreifende Spielfähigkeit	6
2. Reduktion der Spielidee	7
3. Kurzcharakteristik der einzelnen Alters- und Entwicklungsstufen	8
3.1. Übersicht über die Sensiblen Phasen	10
Phasen ausschließlicher oder besonders lohnender Trainierbarkeit	10
4. Koordination als Grundlage der Entwicklung der Spielfähigkeit	11
4.1. Koordinative Fähigkeiten.....	11
3.1. Übersicht über die Sensiblen Phasen	13
Phasen ausschließlicher oder besonders lohnender Trainierbarkeit	13
4. Koordination als Grundlage der Entwicklung der Spielfähigkeit	14
4.1. Koordinative Fähigkeiten.....	14
4.2. Bedeutung koordinativer Fähigkeiten	15
5. Praxisanhang und Literaturhinweise	16
5.1. Koordinationstraining – „über den Tellerrand des Handballs schauen“	16
5.2. Spielideen.....	17
5.3. Spielideen und Regelvariationen Sekundarstufe 1	20
5.4. Organisationsmöglichkeiten.....	22
5.5. Spielnahe Situationen organisieren	24
6. Literaturliste	25

1. Ziele und Inhalte

- Popularität der "Großen Spiele"

Spiele und vor allem die großen Sportspiele Handball, Fußball, Basketball und Volleyball zählen mit Abstand zu den populärsten und bei den Schülern zu den beliebtesten Inhalten des Sportunterrichts. Dazu tragen in erheblichem Maße die Medien bei, in erster Linie das Fernsehen mit seinen Übertragungen der vielen Sportereignisse.

- These "Vereinshandball nicht gleich Schulhandball"

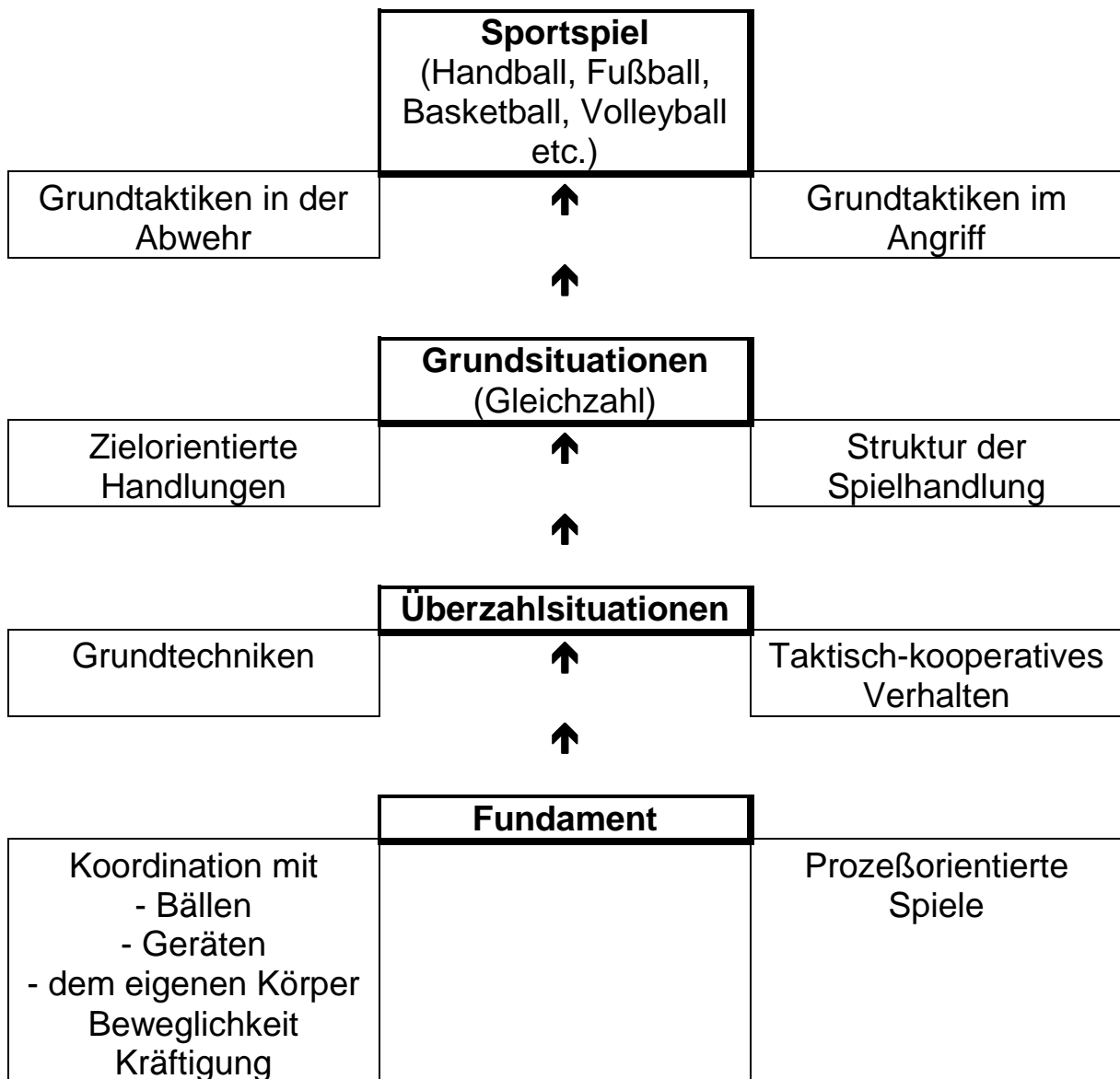
Das durch die Medien und durch die eigene persönliche Entwicklung geprägte Bild von den großen Sportspielen hat nach Auffassung der Verfasser nur wenig mit dem "Spiel" gemein, dass zur Spielfähigkeit verhelfen will. Vereins- und "Mediensportspiele" sind nur zu einem sehr geringen Teil auf das Sportspiel im Sportunterricht zu übertragen, auch wenn die Lehrpläne dies versuchen umzusetzen. Die Übertragung des Erwachsenenspiels auf die Kinder- und Schulwelt lässt die kindliche Entwicklung außer acht und wird der Zielgruppe in keinsten Weise gerecht. Die spezifischen Organisationsbedingungen der Schule (Koedukation, größere und heterogenere Gruppen, Raumnöte etc.) erfordern ein anderes Vorgehen (methodisch und inhaltlich) wie im Vereinssport. Andererseits kann gerade der Verein von diesem Ansatz für das Kinder- und Grundlagentraining profitieren.

- Lehrplan

Den Sportspielen wird in allen Lehr- und Stoffplänen eine zentrale Bedeutung beigemessen. Dementsprechend umfangreich und verschiedenartig sind die methodischen Wege zur Einführung und Vermittlung. Egal ob Konfrontations- und Zergliederungsmethode oder Situationsreihe und spielgemäßes Konzept, vorrangiges Ziel des Unterrichts ist die Entwicklung der Spielfähigkeit. Dabei vermitteln all diese Konzepte die Spielfähigkeit ausschließlich in den Spielfeldgrenzen des jeweiligen Sportspiels, d.h., Spielen lernen bedeutet dabei immer Basketball, Handball, etc. nach den nationalen / internationalen Regeln zu spielen.

- **Integrative Sportspielvermittlung - ein offener Ansatz**
(vgl. Abb. 1)

Abb. 1 Integratives Vermittlungsmodell der Sportspiele



Hiermit wird versucht, eine Spielfähigkeit zu vermitteln, welche die Basis für mehrere Sportspiele bildet und so dem Lernenden ein breites Spektrum an Orientierungen und psychomotorischen Verhaltensmöglichkeiten (Bewegungserfahrung) erwerben lässt. Dies soll dem Einzelnen sowohl das Weiterlernen in einer Sportart, als auch den Wechsel zwischen verschiedenen Sportarten ermöglichen. Entsprechend dieser Zielsetzung wird der Lernprozess zu Anfang nicht an einem Sportspiel ausgerichtet, sondern es werden zunächst die gemeinsamen Strukturen verwandter Sportspiele vermittelt. Dies ermöglicht eine variable Anlage des Lernprozesses und verhindert eine zu frühe Fixierung des Lernenden auf eine Sportart. Des Weiteren können die erlernten, sportspielübergreifenden Verhaltensweisen im Sinne eines Transfers später in verschiedenen Sportspielen angewendet und eingesetzt werden. Somit könnten bestimmte Bereiche der Anfängermethodik sportspielübergreifend abgedeckt werden.

1.1. Gemeinsame Strukturen großer Sportspiele

Den Sportspielen liegt eine gemeinsame Struktur zugrunde, die in der folgenden Spielidee ihren Ausdruck findet:

Jede Partei spielt, um Tore/Körbe oder erfolgreiche Angriffsaktionen über das Netz zu erzielen und um ebendiese Ereignisse/Aktionen zu verhindern.

Demnach sind die entscheidenden Grundsituationen Angriff und Verteidigung. Das ständige gegenläufige Handeln der Parteien bedeutet eine Gleichzeitigkeit von Angriffs- und Abwehrhandlungen ohne und mit Partner. Da nicht alle Mannschaftsspiele ein gleichgroßes Quantum an strukturellen Gemeinsamkeiten aufweisen, hat sich die Trennung in Zielschußspiele und Rückschlagspiele durchgesetzt. Die weiteren Ausführungen beschäftigen sich daher mit dem Bereich der Zielschußspiele Handball, Basketball und Fußball.

- Gemeinsame Merkmale der Zielschußspiele
 - der Zielschuß, in dem sich die Spielidee ausdrückt
 - die Form der Entscheidung über Sieg und Niederlage über die von beiden Seiten erfolgreich ausgeführten Zielschüsse (Spielergebnis)
 - der prinzipielle Verzicht auf eine räumliche Trennung der Spielparteien
 - der prinzipiell stets offene Ballbesitz
 - die Möglichkeit der individuellen und kollektiven, zeitlich nur indirekt durch Regeln begrenzte Ballsicherung
- Grundsituationen der Sportspiele (nach DIETRICH 1976)

Angriff	Abwehr
A = Torschuß	Torabwehr
B = Herausspielen der Torschußgelegenheit	Abschirmen des Tores
C = Aufbauen des Angriffs	Stören des Angriffs

- Begriffliche Gemeinsamkeiten

Auch auf der begrifflichen Ebene findet man innerhalb dieser Sportspiele eine große Zahl an Gemeinsamkeiten. Im technisch-taktischen Bereich werden viele Begriffe in allen Sportspielen verwandt, z. B.

- dribbeln, prellen, werfen, fangen, täuschen....

und viele Begriffspaare beschreiben identische Sachverhalte

- Trick - Finte; Blocken - Sperren; Wechseln - Kreuzen etc..

1.2. Sportspielübergreifende Spielfähigkeit

Es kann davon ausgegangen werden, daß die strukturellen Gemeinsamkeiten der Zielschußspiele im Hinblick auf positive Transfereffekte weniger im Bereich der sportartspezifischen technischen Fertigkeiten liegen. Grundlegende spieltechnische und taktische Elemente können aufgrund der sportartübergreifenden Gemeinsamkeiten dagegen effektiver und ökonomischer (Zeit !) vermittelt werden.

Für das Vorhandensein sportartübergreifender Fähigkeiten spricht, daß bestimmte Sportler als Spielertypen bezeichnet werden. Dies bedeutet, daß sie in mehreren Sportspielen ohne sportartspezifisches Training eine ausreichend bis gute Spielfähigkeit aufweisen, bzw. diese mit relativ geringem Aufwand schnell erreichen.

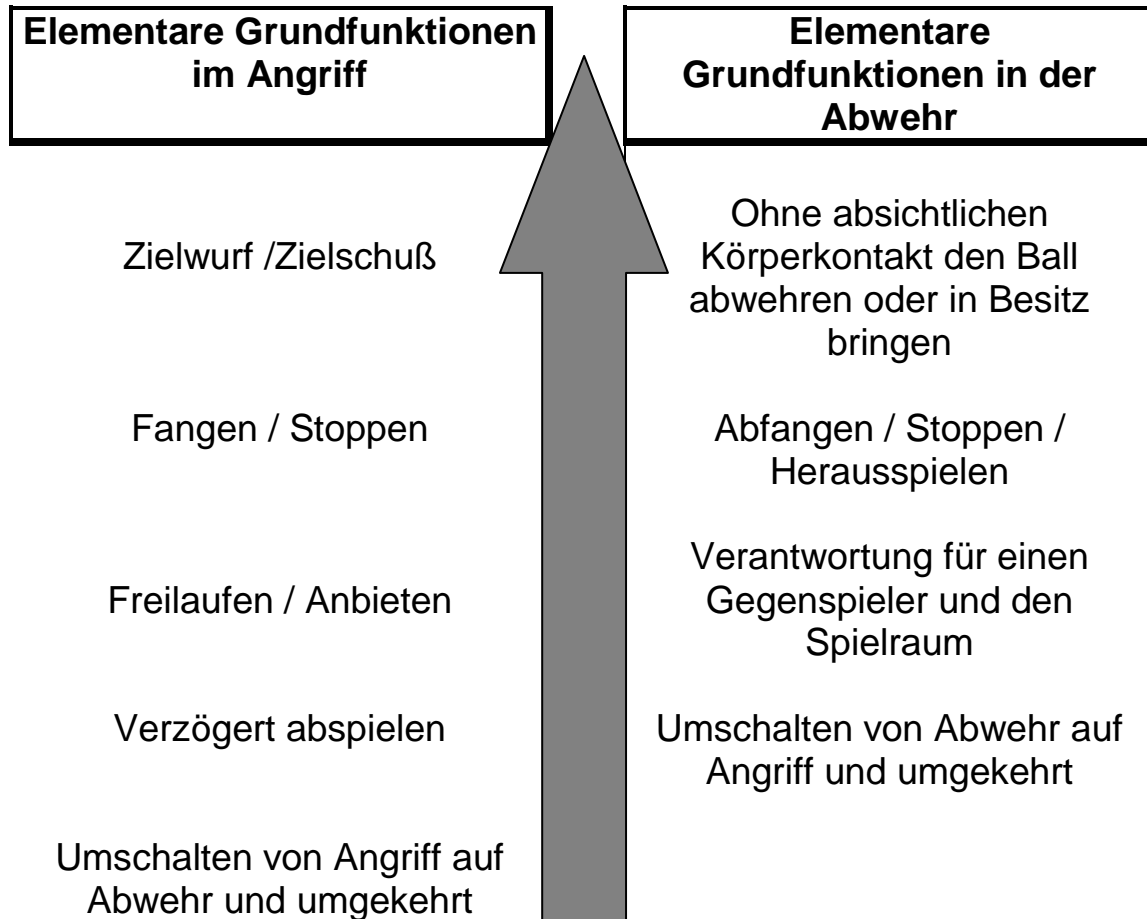
- Merkmale für zielschussorientierte Spielfähigkeit (nach BREMER 1981)
 - eine ausgeprägte optisch-motorische Berechnungsfähigkeit (Antizipation)
 - die Fähigkeit zur Handlungsinterpretation bei Mit- und Gegenspieler
 - die Fähigkeit zur Situationsdiagnose und - Prognose
 - eine ausgeprägte Koordinationsfähigkeit
 - eine ausgeprägte Flexibilität der Dynamik und der taktischen Grundmuster
 - die Fähigkeit, einzelne oder mehrere Funktionen / Aufgaben in einem Spiel zu übernehmen

Die Grundidee der integrativen Sportspielvermittlung besteht darin, die Komponenten der Spielfähigkeit systematisch zu entwickeln, bevor eine Spezialisierung innerhalb eines speziellen Sportspiels erfolgt. Durch diese Vorgehensweise werden Transfereffekte erwartet, die die Lerneffektivität erhöhen und das Erlernen und Anwenden der sportartspezifischen Techniken in den entsprechenden Spielen erheblich schneller leistet.
--

2. Reduktion der Spielidee

Um den Erfordernissen der integrativen Sportspielvermittlung in der Grundschule entsprechen zu können, muss das komplexe Sportspiel auf elementare und signifikante Grundfunktionen reduziert werden. Entsprechend der charakteristischen Merkmale (vgl. 1.1.) ergeben sich für den Angriff fünf und für die Abwehr vier elementare Grundfunktionen (Abb. 2).

Abb. 2: Reduktion des Spiels auf elementare Grundfunktionen



Basis ist ein **kindgerechtes Spielverhalten** ohne die taktischen Zwänge des "Erwachsenenspiels". Ausgehend von 1:1 Situationen ("Manndeckung") dienen diese Grundfunktionen auch als Bewertungsmaßstab für die nicht unproblematische Beurteilung und Notengebung.

3. Kurzcharakteristik der einzelnen Alters- und Entwicklungsstufen

Name / Bezeichnung Kalendarisches Alter	Allgemeine Merkmale	Geistige Entwicklung	Konsequenzen
Säuglings- / Kleinkindalter 0 - 3 Jahre	- Phase der Reflexe - Greifbewegungen - gehen lernen - Soziale Integration	- Reiz-Reaktions- Lernen	- kein gezieltes Training
Vorschulalter 3 - 6 / 7 Jahre	- starker Spiel- und Bewegungsdrang - geringe Konzen- trationsfähigkeit - Denken an Eigenerfahrung gebunden - Motorische Könnern - am Ende erster Gestaltwandel durch Längen- wachstum	1 - 4 Jahre - Koordination von Reflexen zu einfachen Operationen - erste erworbene Anpassungen - Antizipation auf visueller Grundlage 4 - 8 Jahre - Verhalten stark an der Außenwelt orientiert - Beginn ziel- gerichteten Handelns - Denken an konkrete Situationen gebunden	- Vielzahl von Lerngelegen- heiten - Elementar- übungen - Kreativität fördern - kein gezieltes Training auf eine Sportart hin
Frühes Schulkindalter 6 / 7 - 10 Jahre	- ungestümes Bewe- gungsverhalten - begeistertes Sportinteresse - begeisterte aber kritiklose Kenntnis- und Fertigkeitsaneig- nung - neue Bewegungen werden schnell erlernt aber nicht behalten (Verwischungseffekte)	8 - 12 Jahre - Koordination von Einzeloperationen zu Handlungs- ketten - Umkehrbarkeit von Handlungen - beginnende Einsicht in ursächliche Zusammenhänge - Anwendung von Gelerntem auf neue Situationen	- Erweiterung des allgemeinen Bewegungs- schatzes - vielseitige Schulung - Grobkoor- dination von Basistechniken - Einstellung zum Sport entwickeln

Name / Bezeichnung Kalendarisches Alter	Allgemeine Merkmale	Geistige Entwicklung	Konsequenze n
Spätes Schulkindalter 10 - 12 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> - einsetzendes Breitenwachstum verbessert Kraft-Last-Verhältnis - Kraftzuwachs und optimierte Proportionen - Ausreifung des Gleichgewichtssinn und anderer Analysatoren (Nervensystem) - SCHLÜSSEL-PHASE 	<ul style="list-style-type: none"> - Problemlösung über Versuch - Irrtum - aktives Experimentieren - Beginn des abstrakten Denkens 	<ul style="list-style-type: none"> - variables aber zielgerichtetes Üben - Erwerb der Grund-techniken in FEINFORM - reduzieren auf exakte Technik - KOORDINATIVE Grundlagen für Höchstleistungen legen
Erste puberale Phase 11/12 - 13/14 (Mädchen) 12/13 - 14/15 (Jungen)	<ul style="list-style-type: none"> - sexuelle Reifungsprozesse - Ablösung vom Elternhaus - Proportionsverschiebungen - Konkurrenz anderer Lebensbereiche für den Sport - Verschlechterung des Last-Kraft-Verhältnis 	<ul style="list-style-type: none"> 12 - 18 Jahre - zu Beginn noch Problemlösung über Versuch-Irrtum - Aufbau des abstrakten Denkens - aktives Experimentieren 	<ul style="list-style-type: none"> - Beteiligung an der Planung - Abnahme der koordinativen Leistungsfähigkeit entgegenwirken - höchste Trainierbarkeit konditioneller Eigenschaften
Zweite puberale Phase 13/14 - 17/18 (Mädchen) 14/15 - 18/19 (Jungen)	<ul style="list-style-type: none"> - Abnahme aller Wachstums- und Entwicklungsgrößen - Breitenwachstum - Kraftzunahme durch Hormone (Testosteron) - Harmonisierung der Proportionen - psychische Ausgeglichenheit 		<ul style="list-style-type: none"> - hohe psychophysische Belastbarkeit - am Ende Übernahme des Erwachsenentrainings - Perfektionierung der Technik

3.1. Übersicht über die Sensiblen Phasen

Phasen ausschließlicher oder besonders lohnender Trainierbarkeit

Konditionelle und koordinative Fähigkeiten	Frühes Schulkind alter 7 - 10 Jahre	Spätes Schulkind alter 10 - 12/13 Jahre	Erste puberale Phase (Pubeszenz) 11 - 14 M 12 - 15 J	Zweite puberale Phase (Adoleszenz) 13 - 18 M 15 - 19 J
AEROBE Ausdauer	●●	●●	●●	●●
ANAEROBE Ausdauer			●●	●●
Kraft			●●	●●
Schnelligkeit	●●	●●	●●	
Beweglichkeit	●●	●●		
KINÄSTHE-TISCHE Differenzierungs-fähigkeit	●●	●●		
RÄUMLICHE Orientierungs-fähigkeit	●●		●●	●●
GLEICHGE-WICHTS fähigkeit	●●	●●	●●	
REAKTIONS-fähigkeit	●●			
RHYTHMUS-fähigkeit	●●	●●		

4. Koordination als Grundlage der Entwicklung der Spielfähigkeit

- Problem der frühen Spezialisierung
Eine frühe Spezialisierung in einer Sportart bedeutet, dass Kinder und Jugendliche in einem eng begrenzten Gebiet relativ schnell zu Erfolgen gelangen können. Überdurchschnittliche Leistungen im Jugendalter sind dadurch keine Seltenheit. Leider gerät dabei die motorische Vielseitigkeit als Grundlage späterer "Höchstleistungen" in Vergessenheit. So stellt sich meist ebenso schnell ein entsprechender Leistungsabfall (Drop-Out-Problem) oder im Erwachsenenalter eine Stagnation ein.

Eine vielseitige und breit angelegte motorische Grundausbildung ist Voraussetzung für eine möglichst optimale Leistungsentwicklung, eine höhere Leistungsbereitschaft und damit einer höheren Leistungsfähigkeit. Neben einer breiten Sportartenpalette, kreativen und freien Spielen, vielfältigen Bewegungsaufgaben und Wettkampfangeboten kommt der Schulung koordinativer Fähigkeiten im Kindes- und Jugendalter eine zentrale Bedeutung zu.

4.1. Koordinative Fähigkeiten

(Die Autorengruppe hat sich auf das Modell von sieben unterscheidbaren Fähigkeiten geeinigt, es existieren in der Literatur auch andere Modelle.)

- Koordinative Fähigkeiten sind Bewegungstätigkeiten, die durch Prozesse der Bewegungssteuerung und -regelung bestimmt werden

Merkmale der Bewegungssteuerung	Koordinative Fähigkeit	Abk.
Zweckmäßige motorische Reaktion auf ein äußeres Signal	REAKTIONSFÄHIGKEIT	RF
Anpassung oder Umstellung auf plötzlich auftretende Situationsveränderungen	UMSTELLUNGSFÄHIGKEIT	UF
Positionsveränderungen des ganzen Körpers / von Körperteilen zu der ihn / sie umgebenden Umwelt	ORIENTIERUNGSFÄHIGKEIT	OF
Zweckmäßige Koordination von Teilkörperbewegungen und Einzelbewegungen	KOPPLUNGSFÄHIGKEIT	KF
Ausführung der Gesamt und Teilbewegungen mit hoher Präzision und Bewegungsökonomie	DIFFERENZIERUNGSFÄHIGKEIT	DF
Abstimmung der Bewegung auf einen bestimmten Rhythmus, der akustisch oder visuell vorgegeben ist	RHYTHMISIERUNGSFÄHIGKEIT	RYF
Erhaltung und Wiederherstellung des sich bewegenden Körpers nach Lageveränderung	GLEICHGEWICHTSFÄHIGKEIT	GF

3.1. Übersicht über die Sensiblen Phasen

Phasen ausschließlicher oder besonders lohnender Trainierbarkeit

Konditionelle und koordinative Fähigkeiten	Frühes Schulkindalter 7 - 10 Jahre	Spätes Schulkindalter 10 - 12/13 Jahre	Erste puberale Phase (Pubeszenz) 11 - 14 M 12 - 15 J	Zweite puberale Phase (Adoleszenz) 13 - 18 M 15 - 19 J
AEROBE Ausdauer	●●	●●	●●	●●
ANAEROBE Ausdauer			●●	●●
Kraft			●●	●●
Schnelligkeit	●●	●●	●●	
Beweglichkeit	●●	●●		
KINÄSTHETISCHE Differenzierungsfähigkeit	●●	●●		
RÄUMLICHE Orientierungsfähigkeit	●●		●●	●●
GLEICHGEWICHTSfähigkeit	●●	●●	●●	
REAKTIONSFähigkeit	●●			
RHYTHMUSfähigkeit	●●	●●		

4. Koordination als Grundlage der Entwicklung der Spielfähigkeit

- Problem der frühen Spezialisierung
Eine frühe Spezialisierung in einer Sportart bedeutet, daß Kinder und Jugendliche in einem eng begrenzten Gebiet relativ schnell zu Erfolgen gelangen können. Überdurchschnittliche Leistungen im Jugendalter sind dadurch keine Seltenheit. Leider gerät dabei die motorische Vielseitigkeit als Grundlage späterer "Höchstleistungen" in Vergessenheit. So stellt sich meist ebenso schnell ein entsprechender Leistungsabfall (Drop-Out-Problem) oder im Erwachsenenalter eine Stagnation ein.

Eine vielseitige und breit angelegte motorische Grundausbildung ist Voraussetzung für eine möglichst optimale Leistungsentwicklung, eine höhere Leistungsbereitschaft und damit einer höheren Leistungsfähigkeit. Neben einer breiten Sportartenpalette, kreativen und freien Spielen, vielfältigen Bewegungsaufgaben und Wettkampfangeboten kommt der Schulung koordinativer Fähigkeiten im Kindes- und Jugendalter eine zentrale Bedeutung zu.

4.1. Koordinative Fähigkeiten

(Die AG Lehrerfortbildung hat sich auf das Modell von sieben unterscheidbaren Fähigkeiten geeinigt, es existieren in der Literatur auch andere Modelle.)

- Koordinative Fähigkeiten sind Bewegungstätigkeiten, die durch Prozesse der Bewegungssteuerung und -regelung bestimmt werden

Merkmale der Bewegungssteuerung	Koordinative Fähigkeit	Abk.
Zweckmäßige motorische Reaktion auf ein äußeres Signal	REAKTIONSFÄHIGKEIT	RF
Anpassung oder Umstellung auf plötzlich auftretende Situationsveränderungen	UMSTELLUNGSFÄHIGKEIT	UF
Positionsveränderungen des ganzen Körpers / von Körperteilen zu der ihn / sie umgebenden Umwelt	ORIENTIERUNGSFÄHIGKEIT	OF
Zweckmäßige Koordination von Teilkörperbewegungen und Einzelbewegungen	KOPPLUNGSFÄHIGKEIT	KF
Ausführung der Gesamt und Teilbewegungen mit hoher Präzision und Bewegungsökonomie	DIFFERENZIERUNGSFÄHIGKEIT	DF
Abstimmung der Bewegung auf einen bestimmten Rhythmus, der akustisch oder visuell vorgegeben ist	RHYTHMISIERUNGSFÄHIGKEIT	RYF
Erhaltung und Wiederherstellung des sich bewegenden Körpers nach Lageveränderung	GLEICHGEWICHTSFÄHIGKEIT	GF

4.2. Bedeutung koordinativer Fähigkeiten

- Grundlage einer guten (sensomotorischen) Lernfähigkeit
Je höher das Niveau, desto schneller und effektiver können neue bzw. schwierige Bewegungen erlernt werden.
- Hochentwickelte koordinative Fähigkeiten beinhalten eine hohe Ökonomie.
Dies ist bedingt durch die Präzision der Bewegungssteuerung
- Auf der Grundlage einer gut entwickelten koordinativen Leistungsfähigkeit können auch noch in späteren Trainingsjahren sporttechnische Fertigkeiten neu- und umgelernt werden.
- Ein hohes Niveau an koordinativen Fähigkeiten gestattet eine rationelle Aneignung von sporttechnischen Fertigkeiten aus anderen Sportarten.
- Durch Vermeidung einer einseitigen körperlichen Ausbildung besteht in der Regel eine geringere Verletzungsanfälligkeit.

5. Praxisanhang und Literaturhinweise

5.1. Koordinationstraining – „über den Tellerrand des Handballs schauen“

Trainingsformel = Einfache Bewegungen unter erschwerten Bedingungen

Laufbewegungen koppeln mit unterschiedlichen Bällen, unterschiedlicher Anzahl von Bällen, unterschiedlichen Kontaktstellen von Bällen (Hand, Fuß, Körper etc.).

Laufbewegungen mit Kleingeräten wie Reifen, Seile, Hütchen, Stäbe etc. koppeln.

Beispiel: Seilspringen und Bälle in der Kleingruppe

Bildet 3er oder 4er Gruppen und versucht abwechselnd folgende Übungsformen durchzuführen:

Ohne Ball je 2x

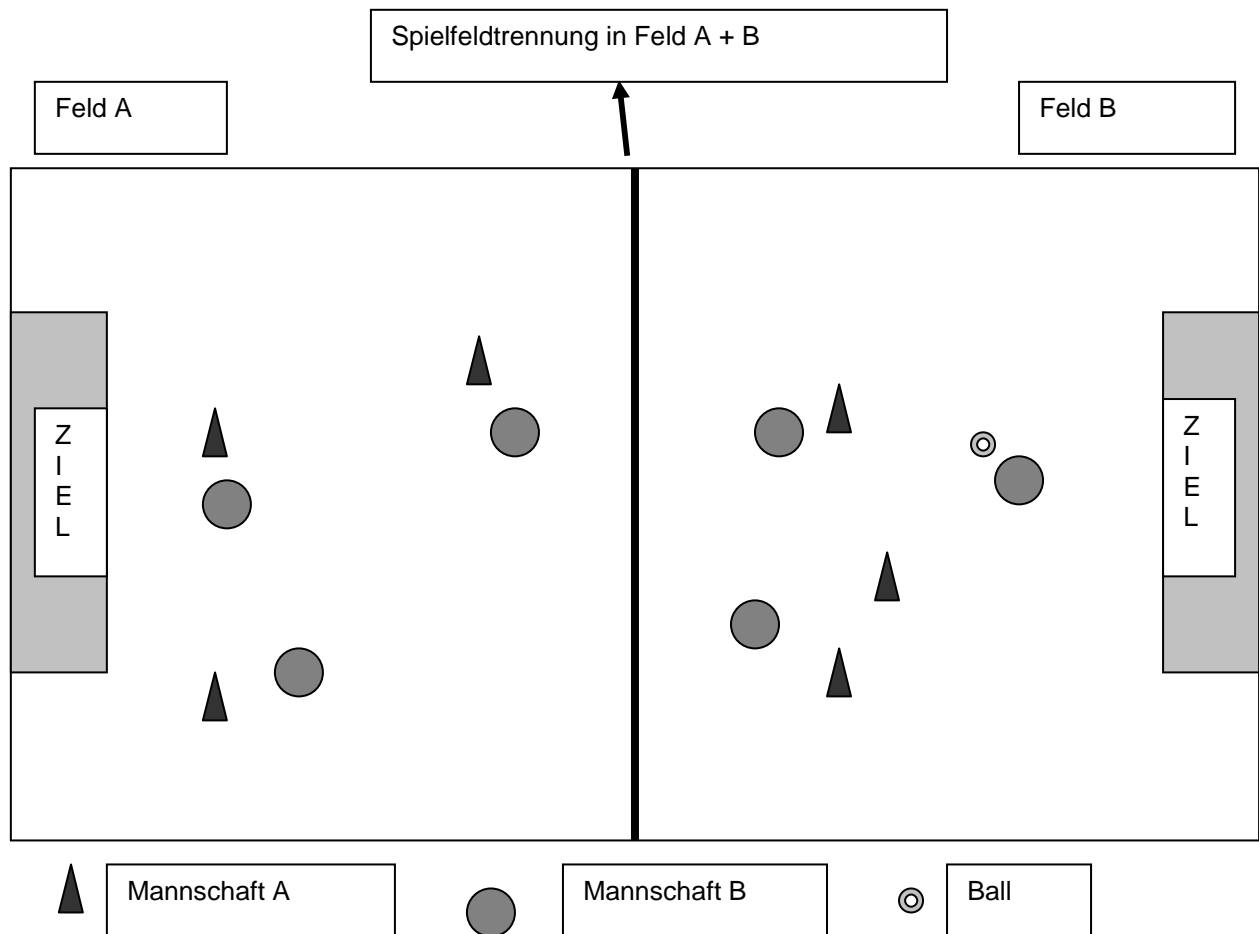
1. Seil durchlaufen in beiden Richtungen ohne das Seil zu berühren / blockieren
2. In das Seil hineinlaufen >> 2x springen und wieder herauslaufen
3. Zu Zweit gleichzeitig in das Seil hineinlaufen, 4x springen und wieder gemeinsam herauslaufen.

Mit Ball je 3x

1. Wie Übung 1 (nur in eine Richtung) nur jetzt mit Dribbling des Balles >> Ball nicht verlieren, Körperkontrolle nicht verlieren
2. Wie Übung 2, nur bekommt ihr jetzt von eurem Partner während des Springens den Ball zugespielt. Versucht den Ball ohne euch zu verheddern zurückzuspielen.

5.2. Spielideen

Die Grundspielform „Zweimal DREI gegen DREI“



Spielgedanke

- Mannschaft A hat 3 Angreifer in Feld B und 3 Verteidiger in Feld A. Keiner darf die Spielfeldtrennung überschreiten.
- Die Aufstellung von Mannschaft B ist spiegelbildlich.
- Mannschaft A versucht in Feld B ein Tor / einen Punkt zu erzielen, Mannschaft B in Feld A.

Spielregeln

- Je nach Spielidee und Ziel (Trainingsziel) variieren die Regeln (Schritte, Wurfart, Zuspielart etc.)

Die Grundidee des Spiels "zweimal 3 gegen 3" + Läufer

Austragungsmodus:

Es wird grundsätzlich in der 1. Halbzeit 2 mal 3 gegen 3 + Läufer gespielt. In der zweiten Halbzeit dagegen 6 + 1. Die Spielregeln zu der Wettkampfform 6+1 in der zweiten Halbzeit ergeben sich aus den geltenden Hallenhandballregeln. Für die Spielregeln zu der Wettkampfform 2 mal 3 gegen 3 + Läufer in der ersten Halbzeit wird folgendes bestimmt:

- **Spieleranzahl und Feldaufteilung:**
Es spielen in zwei Mannschaften mit der "normalen" Spieleranzahl (6 Feldspieler + 1 Torwart) gegeneinander. Das Hallenhandballfeld wird für jede Mannschaft in eine Angriffs- und eine Abwehrhälfte unterteilt. Die Mittellinie darf nur von so vielen Spielern überschritten werden, dass maximal vier Feldspieler einer Mannschaft sich in einer Handballhälfte befinden (d. h., in einer Hälfte des Spielfeldes befinden sich maximal 4 Angriffs- und 4 Abwehrspieler).
- **Der Abwurf:**
Der Gegner darf den Raum zwischen Torraum- und Freiwurflinie beim Abwurf des Torwartes **nicht** betreten!
- **Der Anwurf:**
In der ersten Halbzeit gibt es keinen Anwurf an der Mittellinie nach Torerfolg, sondern der Torhüter bringt den Ball ohne Pfiff des Schiedsrichters sofort wieder ins Spiel (Abwurf). Der Torhüter passt den Ball entweder zu einem Abwehrspieler oder direkt zu einem Angriffsspieler seiner Mannschaft.
- **Das Spielen des Balles:**
Das Rückspiel aus der Angriffshälfte in die Abwehrhälfte ist erlaubt. Der Ball kann in der Angriffshälfte von einem Abwehrspieler bzw. in der Abwehrhälfte von einem Angriffsspieler gefangen werden, solange dieser Spieler die Mittellinie nicht überschreitet, es sei denn, es handelt sich um den "Läufer". Das Spiel beginnt mit Torabwurf für diejenige Mannschaft, die das Anspiel gewonnen hat. Wird die Mittellinie von einem fünften Spieler überschritten, wird auf Freiwurf für die gegnerische Mannschaft entschieden.
- **Das Wechseln von Spielern:**
Grundsätzlich werden die Spieler über den Auswechselraum der eigenen Mannschaft gewechselt. Auch der direkte Wechsel zwischen Angriff und Abwehr bzw. Abwehr und Angriff erfolgt über die Wechselzone. Die Angriffsspieler dürfen zum Zweck des Wechsels die Mittellinie überschreiten, jedoch nicht in der Abwehrhälfte aktiv in das Spielgeschehen eingreifen. Es dürfen sich maximal nur 6 Feldspieler und ein Torhüter auf dem Spielfeld aufhalten. Die nach Regel 4:4 (Das Wechseln nur im Ballbesitz) im Bereich des DHB für den Spielbetrieb geltende eingeschränkte Wechselmöglichkeit findet keine Anwendung.
- **Die Strafen:**
Die Hinausstellung (2 min-Strafe) eines/r Spielers/in in der ersten Halbzeit (2 mal 3 gegen 3 + Läufer) ist eine persönliche Strafe, somit kann die Mannschaft in der ersten Halbzeit sofort ergänzt werden.

- **Die Auszeiten:**
Jede Mannschaft kann bei Staffelspielen pro Halbzeit Team-Time-out gemäß den Hallenhandballregeln beantragen.
- **Die Spielbewertung**
Die Spielbewertung erfolgt nach den internationalen Hallenhandballregeln.

Animation mit Erklärungen bei www.handballworld-online.de

5.3. Spielideen und Regelvariationen Sekundarstufe 1

Spielgedanke	Grundregeln	Variationen	Technikmerkmale	Abwehrmerkmale	Angriffsmerkmale
"Pyramidenball"	vgl. Anlagen	vgl. Anlagen	vgl. Anlagen	vgl. Anlagen	vgl. Anlagen
"Reboundball"	Manndeckung ganzes Feld; Punktgewinn , wenn der vom Basketballbrett zurückspringende Ball von einem Spieler aus der werfenden Mannschaft gefangen wird	1. Manndeckung ab Mittellinie, 2. Prellverbot, 3. Pflichtpässe 4. Punktgewinn wenn gegnerische Mannschaft den Ball nicht fangen kann und er auf den Boden fällt; 5. Ziel ganze Hallenwand, 6. Ziel großer Kasten	Passen/Fangen/Prellen Zielwurf, Entscheidungstraining	Ballwege bedrohen Pässe abfangen Antizipation	Freilaufverhalten Paßvariationen Täuschungen
"Dribbling - Ball"	Ball darf nur gedribbelt und niemals in die Hand genommen werden (Ausnahme ist ein rollender Ball); Punktgewinn , wenn der ball in ein bestimmtes Feld bzw. gegen ein bestimmtes Hindernis geprellt wurde; Paßspiel nur als "Dribbel-Paß" erlaubt	1. verschiedene Ziele (Fläche /Wand/Kasten etc.), 2. Manndeckung	Dribbling Koordination	Ball herausspielen	Dribblingdurchbruch

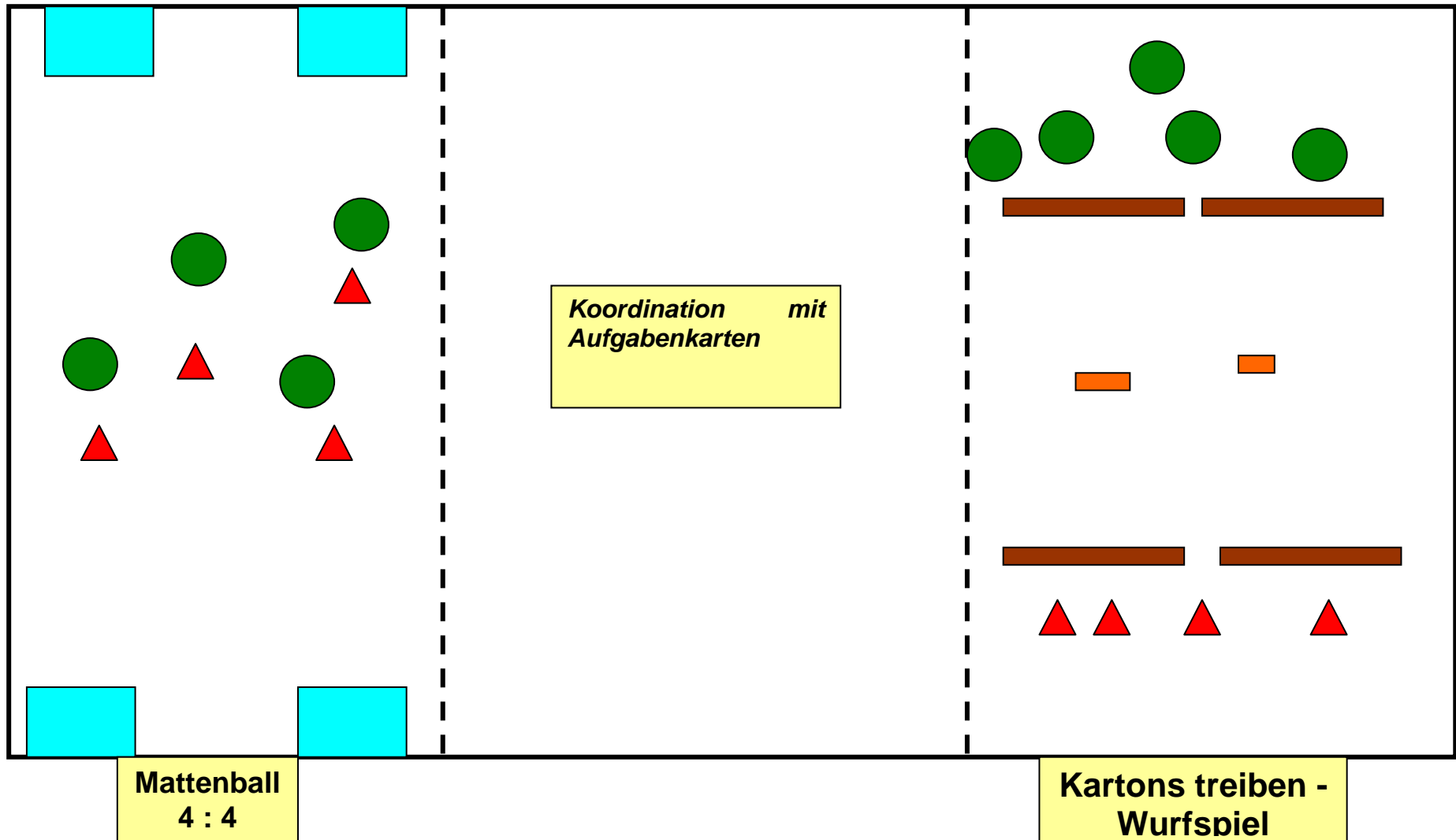
"Strafraum - Ball"	Manndeckung ganzes Feld; Punktgewinn bei Zuspiel an einen im "Strafraum" freistehenden Mitspieler	1. Prellverbot 2. Manndeckung halbes Feld 3. Punktgewinn zählt nur nach Bodenpaß 4. Punktgewinn zählt nur nach Doppelpaß im Strafraum 5. Punktgewinn nur wenn der Mitspieler bei Ballerhalt auf dem Boden sitzt	Prellen/Fangen/Zuspielvariationen; Entscheidungstraining Orientierung	Ballwege bedrohen, Pässe abfangen, Antizipation	Paßtäuschungen / Lauftäuschungen, Paßvariationen
"Frisbee - Handball"	Punktgewinn , wenn die Scheibe hinter der gegnerischen Endlinie abgelegt wird; mit der Scheibe in der Hand darf nicht gelaufen werden	1. Fangfehler = Scheibenbesitzwechsel 2. Manndeckung 3. Anzahl von Pflichtpässen	Koordination Antizipation	Antizipation	Freilaufverhalten

Allgemeine Hinweise zu Regelvariationen:

1. Regelvariationen dem Leistungsstand anpassen (viele Fangfehler = Prellverbot).
2. Herausragende Spieler mit "positiven" Handicaps belegen (schwache Hand benutzen etc.)
3. Regelvariationen dienen als Lernverstärker für bestimmte Schwerpunkte der Spielfähigkeit.
4. Regelvariationen dürfen die Erfolgswahrscheinlichkeit nicht negativ beeinflussen.
5. Regelvariationen mit zunehmender Leistungsfähigkeit dem Zielspiel annähern.

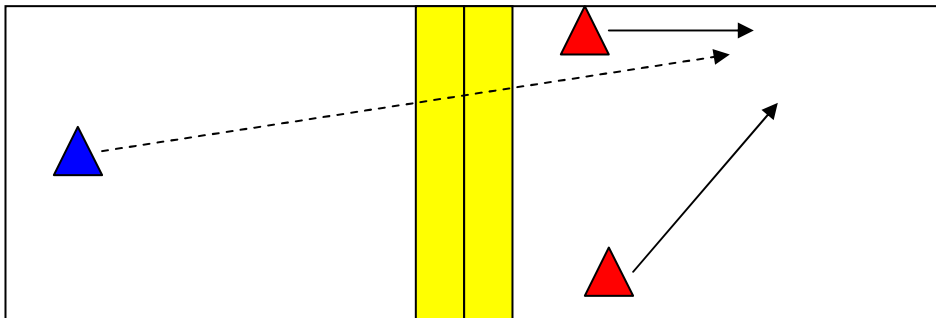
5.4. Organisationsmöglichkeiten

- **Grundgedanke:** Ein Hallendrittel wird noch einmal gedrittelt. Auf jeder Aktionsfläche kann themengleich oder abweichend gearbeitet werden >> Binnendifferenzierung!!



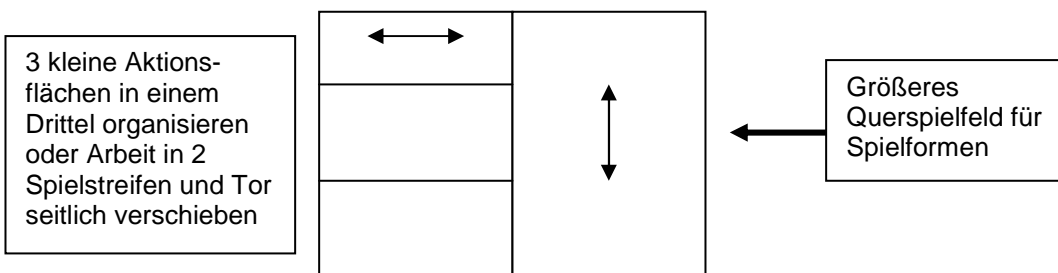
Hallenorganisation

Hallenorganisation „Ganze Halle mit zwei Mannschaften“



Korridor an der Mittellinie für Gymnastik, Koordination etc.
Gegenstoß als Langpaß mit reduzierte Laufstrecke möglich.

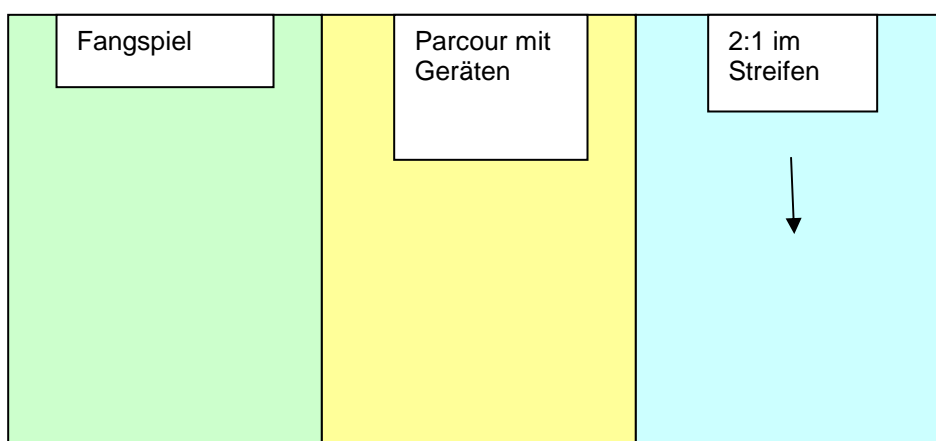
Hallenorganisation „Zweidrittel Halle“



3 kleine Aktions-
flächen in einem
Drittel organisieren
oder Arbeit in 2
Spielstreifen und Tor
seitlich verschieben

Größeres
Querspielfeld für
Spielformen

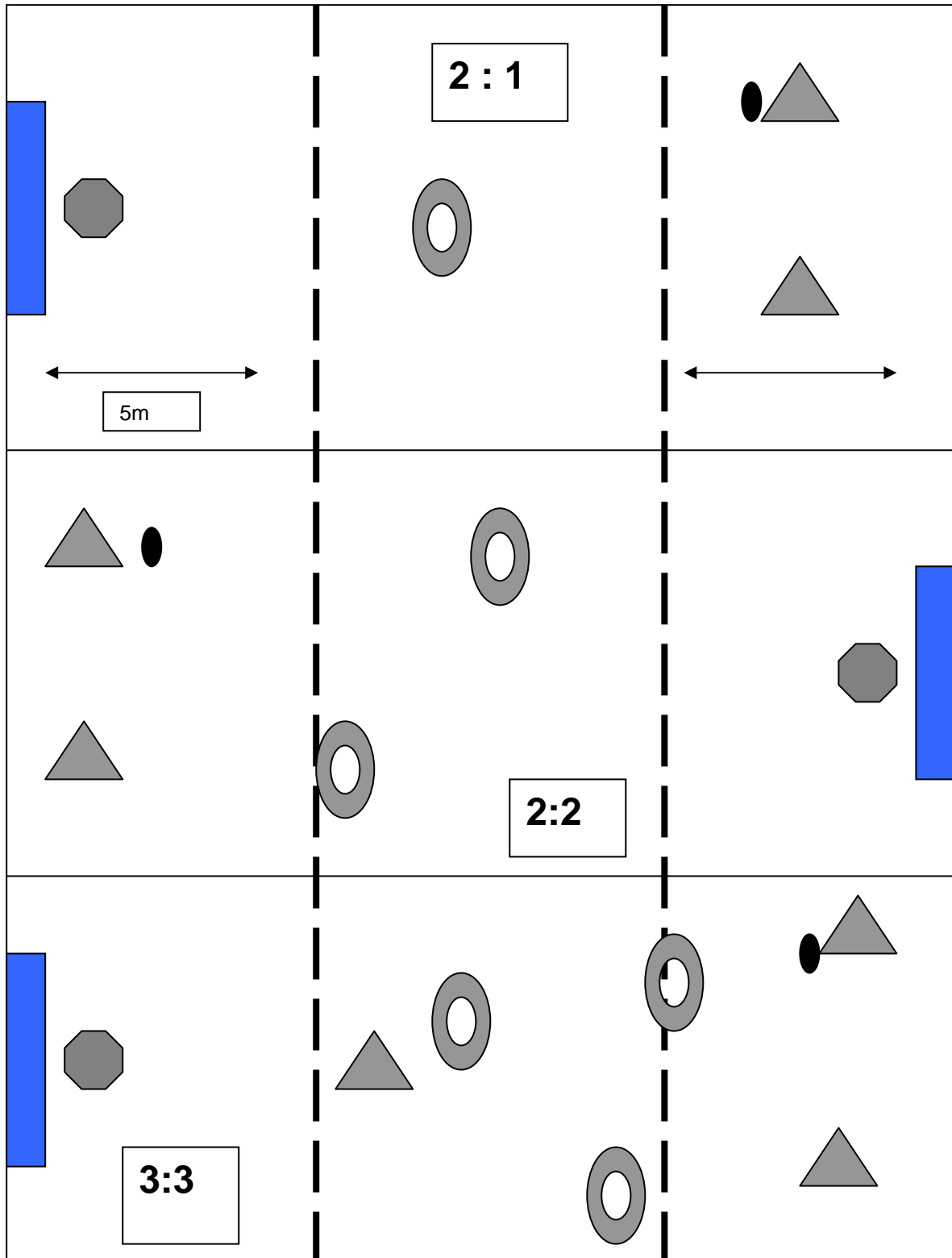
Hallenorganisation in einem Drittel



Wechsel der Felder nach Zeit, Schwerpunktsetzung der Korrektur je nach Trainersicht und Entwicklungsstand. Bewusst Freiraum für „freies Spiel / Üben“ lassen >> Konzentrationserhalt bei Kindern !!

5.5. Spielnahe Situationen organisieren

Die drei Spielfelder im Querbetrieb können im Sinne spielnaher Situationen bis zum 3:3 zielgerichtet für individual- und gruppentaktische Maßnahmen genutzt werden.



6. Literaturliste

Autor / Herausgeber	Titel / Zeitschrift	Auflage / Ort / Jahr
Badischer Handball Verband (Hrsgb.)	Das Handballspiel im E-Jugendalter	Karlsruhe 1997
Deutsche Sport Jugend (Hrsgb.) *	Kinder brauchen Bewegung - Brauchen Kinder Sport ?	Aachen 1992
Ehret / Späte / Schubert / Roth	Handball Handbuch 2 Grundlagentraining für Kinder und Jugendliche	3. Auflage, Münster 1995
Ehrte / Schubert / Reusch	Handballkartothek 7 Trainingsprogramme für das Grundlagentraining	Münster 1994
Emrich	Spielend Handball lernen in Schule und Verein	Wiesbaden 1994
Glorius / Leue *	Ballspiele - praxiserprobte Spielideen, Band 1	Aachen 1996
Glorius / Leue *	Ballspiele - praxiserprobte Spielideen, Band 2	Aachen 1996
Gräsel / Ullmann	Vorschulkinder turnen mit Behelfsgeräten	4. Auflage / Wiesbaden 1989
Heinemann *	Alternative Spiel- und Sportfeste	4. Auflage / Lichtenau 1992
Hotz / Gwatt / Weineck *	Optimales Bewegungslernen	2. Auflage / Erlangen 1988
König / Eisele *	Handball unterrichten	Schorndorf 1997
Lenhart / Seibert	Funktionelles Bewegungstraining	3. Auflage / Oberhaching 1993
Maier / Petsch	Anregungen und Stundenbilder für Freizeitspiele	Eckental 1993
Maier / Petsch	Stundenbilder für vielseitiges Bewegen an Geräten	Eckental 1989
Martin / Karoß / König / Simshäuser *	Handbuch Grundausbildung	Wiesbaden 1994
Müller / Stein / Konzag	Handball spielend trainieren - Das komplette Übungssystem	Berlin 1992
Oppermann / Schubert / Ehret	Handball Handbuch 6 Handball spielen mit Schülern	Münster 1997
Quitsch	Bewegungsschulung im Sportunterricht	Bonn 1986
Schubert	DHB Kinderhandball-Fibel 1997 - Das Spielfest -	Werne 1997
Späte / Schubert / Roth / Emerich	Handball Handbuch Band 3, Aufbaustraining für Jugendliche	Münster 1992
Walter *	Spiel und Sport an jedem Ort	Schorndorf 1991
Weineck *	Optimales Training	Erlangen 2000

* besonders zu empfehlen

Teilweise liegen Überarbeitungen vor, eine aktuelle Zusammenstellung handballrelevanter Literatur ist über den Philippka Verlag in Münster erhältlich (www.philippka.de)