

<b>Kurs EF – 3. Einheit</b>	<b>Thema:</b> Spielformorientierte Erprobung und Anwendung des Flaggziehens beim Flagfootball als einzige Möglichkeit den gegnerischen Ballträger zu stoppen	<b>Kernanliegen:</b> Indem sich die Schülerinnen in unterschiedlichen Situationen mit dem Flaggziehen auseinandersetzen und ihre Möglichkeiten aus angreifender und verteidigender Perspektive erproben, erweitern sie ihre sportspielorientierten individual- und gruppentaktischen Kompetenzen.	
<b>Phase</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Organisation/ Material</b>	<b>Begründung/ Schwierigkeiten</b>
Einstieg	Vorstellung und Begrüßung		
Problematisierung  Bekanntmachen mit dem Flaggengürtel	<p>Anknüpfung an die vorausgegangene Stunde. Die Schülerinnen resümieren das Abschlusspiel aus der letzten Stunde (Quarterback-Ball) und beurteilen die Attraktivität des Spiels. → Erwartete Antworten: Langsam, langweilig, weil immer ein Pass und dann Schluss</p> <p>Nach Möglichkeiten für größere Attraktivität fragen → Erwartete Antworten: Ohne Unterbrechungen zwischen den Spielzügen, weiterspielen nach gefangenem Ball</p> <p>Ziel für diese Stunde transparent machen: Spiel erweitern um „Laufen mit dem Ball als Angreifer und Stoppen des Ballträgers als Verteidiger“</p> <p>Demonstration: 4 gegen 4, Ball wird gepasst, gefangen und Angreiferin soll gestoppt werden. Erwartete Reaktion: „Ja wie denn?“ → Einführung der Flaggengürtel</p>	1 Football	<p>Den Schülerinnen soll in dieser Phase bewusst werden, dass das Spiel, erweitert um den Faktor Lauf, an Attraktivität gewinnt.</p> <p>Durch die Demonstration soll eine kognitive Dissonanz entstehen: Der Ballträger muss getoppt werden – aber wie?</p> <p>Sollten die erwarteten Antworten der Schülerinnen anders ausfallen, muss der LAA nachsteuern und versuchen, beispielsweise durch Übertreibungen bestimmte Impulse zu provozieren.</p>
Erwärmung	<p>Fünf Gruppen stellen sich an Hütchen auf und führen auf ein Signal des LAA verschiedene Übungen aus dem Lauf-ABC bis zur Hallenmitte aus. Nach ein paar Durchgängen ändert sich die Aufstellung zu einer „Block-Formation“.</p> <p>In dieser Formation wird in halbtiefer Kniebeuge getrippelt, wobei der LAA auch (nonverbale) Signale für Trippel-Wege gibt (rechts, links, vor, zurück).</p> <p>Abschluss: Sprint bis zum Hallenende.</p>	Reihenaufstellung, „Block-Formation“ / 5 Hütchen	Bei den zu erwartenden Belastungen werden primär die unteren Extremitäten in Anspruch genommen, worauf diese spezifische Erwärmung abzielt. Darüber hinaus wirkt die „Block-Formation“ motivationssteigernd.
Übungsform I	<p><b>Jailbreak</b></p> <p>Die Schülerinnen stellen sich an einer Kopfseite der Halle auf und müssen die andere Seite erreichen. In der Mitte wartet eine Fängerin,</p>		Die Schülerinnen sammeln erste Erfahrungen im Umgang mit den Flaggen im Rahmen einer Spielform, die ihnen bekannt ist.

	<p>die versucht, den vorbeilaufenden Schülerinnen die Flaggen abzuziehen. Wird eine Flagge gezogen, wird diese Schülerin ebenfalls zur Fängerin.</p> <p>Mögliche Zusatzregel: Die letzte Läuferin, die die andere Seite erreicht, wird auch zur Fängerin.</p>		<p>Mögliche Schwierigkeiten: Es könnte zu Zusammenstößen kommen, da die körperliche Distanz, um eine Flagge zu ziehen, sehr gering ist, und der Vorgang innerhalb eines schnellen Bewegungsablaufes vonstattengeht. Gegebenenfalls muss der LAA intervenieren, ansonsten soll der Sicherheitsaspekt in der anschließenden Reflexion thematisiert werden.</p>
Zwischenreflexion	<p>Sicherheitsaspekte thematisieren Welches Verhalten muss bei dieser Spielform an den Tag gelegt werden? → Flaggen werden nicht aktiv geschützt → Rücksicht nehmen → keine übermäßiger Ehrgeiz → Blick nach vorne, nicht auf den Boden richten</p>		
Übungsform II	<p><b>Jägerball</b></p> <p>Eine Schülerin ist der „Jäger“, die anderen sind die „Hasen“. Der Jäger versucht den sich frei bewegenden Hasen die Flagge abzuziehen. Gelingt dies, wird der Hase ebenfalls zum Jäger. Die Hasen haben zusätzlich die Möglichkeit, sich durch das Zupassen eines Footballs in Sicherheit zu bringen. Wer einen Football in der Hand hat, kann nicht gefangen werden.</p> <p>Mögliche Variationen: Anzahl der Bälle Wenn ein Pass zu schlecht war, um gefangen werden zu können, wird die Werferin auch zum Jäger</p>	1 bis 3 Footballs	<p>In dieser Phase wird das Flaggenziehen mit dem Spielgerät kombiniert und durch die Möglichkeit des Passens in einen zielspielähnlichen, aber noch stark komplexitätsreduzierten Kontext gebracht.</p> <p>Die Möglichkeit, Mitspielerinnen durch einen präzisen Pass in Sicherheit zu bringen, soll eine verbesserte Antizipation in Drucksituationen anbahnen, die auch im Zielspiel sehr wichtig ist.</p>
Zwischenreflexion	<p>Drucksituation thematisieren</p> <p>Wie wurde entschieden, wer den Ball als nächstes bekommt?</p>		
Übungsform III	<p><b>Endzonenlauf</b></p> <p>Die Halle wird in zwei Hälften geteilt, in denen sich je zwei Gruppen gegenüberstehen. Eine Gruppe stellt die angreifende Mannschaft dar,</p>	4 Gruppen, Einteilung durch Schnick-Schnack-Schnuck-Turnier /	<p>Durch den Pass und die anschließende Eins-gegen-Eins-Situation kommt es zu einer typischen Spielsituation, wie sie auch im Zielspiel auftritt. Durch die Reduktion</p>

	eine die verteidigende. Die erste Schülerin der angreifenden Mannschaft bekommt den Ball von der Seite aus zugepasst, und soll mit ihm in die andere Endzone gelangen. Eine Schülerin aus dem verteidigenden Team soll versuchen, das durch das Abziehen der Flagge zu verhindern.	8 Hütchen (Endzonenmarkierung) , 2 kl. Kästen mit Footballs	weiterer spielbestimmender Faktoren, wie Mit- und Gegenspieler oder räumliche Begrenzungen kann die Situation isoliert erprobt werden.
Zwischenreflexion	Es sollen Möglichkeiten herausgestellt werden, an der Verteidigerin vorbeizukommen  → Körpertäuschung → Spin-Move		
Anwendung	<b><u>Spielform: Quarterback Ball</u></b>  Alle Spieler der angreifenden Mannschaft stellen sich an der Anspiellinie (Line of Scrimmage/LOS) auf, der Quarterback (QB) hat den Ball und gibt ein verbales Signal, wenn der Angriff beginnt. Die Mitspieler versuchen sich freizulaufen und den Pass zu fangen. Durch den Einsatz der Flaggen endet ein Spielzug erst, wenn nach einem gefangenen Ball der Ballträgerin eine Flagge gezogen wird oder es ihr gelingt, einen Touchdown zu erlaufen.  Mögliche taktische Variation: Schülerinnen darauf aufmerksam machen, dass auch der Quarterback sofort mit dem Ball laufen kann.  <i>Spezialregel Fliegender Teamwechsel:</i> Erzielt ein Team einen Punkt, darf es auf dem Feld bleiben. Das in Rückstand geratene Team wechselt fliegend mit einem der zwei wartenden Teams, welches das Recht des ersten Ballbesitzes erhält.	4 Teams / 3x7 Parteibändchen 1x Football 4 Hütchen (Endzonenmarkierung)	Die den Schülerinnen aus der vorherigen Einheit bekannte Spielform „Quarterback-Ball“ wird um die taktische Möglichkeit erweitert, den Ball nun auch in die Endzone tragen zu können. Diese soll von den Schülerinnen sowohl als angreifende, wie auch als verteidigende Mannschaft erfahren und erprobt werden.  Durch die Spezialregel soll ein dynamischer Spielfluss ohne längere Unterbrechungen erzeugt werden. Außerdem wirkt sich vorteilhaft aus, dass die inaktiven Teams keine „sichere“ Pause haben, sondern dem Spielverlauf aufmerksam folgen müssen, da sie jederzeit wieder an der Reihe sein könnten.
Abschluss	Reflexion über die entstandenen taktischen Möglichkeiten → Pass → Pass + Lauf → direkter Lauf Ausblick nächste Stunde: Spielzüge und Huddle		