

Handball in der Schule

Unterrichtsvorhaben in der Sek. I, Jahrgangsstufe 6

Sechs Doppelstunden für die Jahrgangsstufen 6

Lernziele und didaktische Grundvoraussetzungen:

- Der Torwurf steht im Mittelpunkt
- Differenzierung erfolgt nach Leistungsvermögen (v.a. „Handballer“, „Ängstliche“)
- Nächste Lernstufe vorbereiten (Binnendifferenzierung und Schülerorientierung)
- Keine technische Perfektion anstreben (Regelvereinfachungen!)
- Koordinative Übungen im Sinne einer allgemeinen-vielseitigen Grundausbildung integrieren
- Kräftigung der Rumpfmuskulatur zur Verbesserung der Kraftausdauer
- Teamgedanke steht im Vordergrund (Kooperative Spiele)
- Spielen und Üben in gleichen Anteilen integrieren
- Handballspielabzeichen des DHB in den Unterricht integrieren

Allgemeine didaktisch-methodische Überlegungen

1. Lernziele/ -inhalte

Grobziele

Die Schülerinnen und Schüler¹ sollen anhand des Unterrichtsvorhabens Pellen, Fangen und - durch vereinfachte Spielformen - Handball spielen lernen.

Feinziele

Die Schüler sollen...

a) Fachkompetenz

- die allgemeine Spielfähigkeit und die sportartspezifische Spielfähigkeit verbessern.
- Passen und Fangen erlernen.
- das Werfen in den Grundzügen ausführen können.

b) Methodenkompetenz

- das eigene sportliche Handeln reflektieren können.
- eigene erarbeitete Übungen präsentieren können.

c) Soziale Ziele

- in zufällig angeordneten Mannschaften zusammenspielen.
- ihre Kommunikationsfähigkeit in der Gruppe verbessern.
- in den verschiedenen Kleingruppen miteinander kooperieren.

2. Legitimation der Ziel- und Methodenauswahl

Die Zielschussspiele nehmen innerhalb der Sportspiele einen hohen Stellenwert ein. Handball, Fußball, Basketball und Hockey sind im außerschulischen Sportbereich die am meisten betriebenen Sportarten. Zusätzlich haben diese Zielschussspiele in ihren Anforderungsprofilen deutliche Gemeinsamkeiten, welche innerhalb der Vermittlung einer Sportart durchaus übergreifend geschult werden können (vgl. BALLSCHULE). Dadurch ergibt sich die Richtigkeit,

¹ Im Folgenden Schüler genannt.

dass in Anknüpfung an die Spielausbildung in der Grundschule im Lehrplan als Einstieg in die systematische Sportspielvermittlung das Sportspielübergreifende Lernen vorgeschaltet wird. Diese Anforderungsprofile finden sich in allen genannten Sportarten wieder. Dadurch legitimiert sich eine ganzheitliche Vermittlungsmethode. Innerhalb dieser Methode ist die Einführung eines Spiels in der Gesamtstruktur nicht deutlich in einzelne methodische Übungsreihen zergliedert. Die Legitimation dieser methodischen Vorgehensweise findet sich im Lehrplan des Landes Hessens wieder. Ebenso ergibt sich daraus die Schulung einer Sportart durch veränderte Spielkonzepte (in diesem Fall 2 x 3 gegen 3).

3. Fachwissenschaftliche und fachdidaktische Hinweise

Handball in der Schule stellt für jeden Lehrer eine große Herausforderung dar: Die Lerngruppen sind groß und der Platz in der Halle ist in den meisten Fällen stark begrenzt. Gerade das Handballspiel mit seinen komplexen und raumgreifenden Ansprüchen ist in seiner Umsetzung nur durch die Reduktion der Spielidee umzusetzen. In dieser Unterrichtseinheit lernen die Schüler die Grundzüge des Sportspiels Handball kennen. Sie sollen im Verlauf der Einheit ihre allgemeine und sportartspezifische Spielfähigkeit durch vielfältige kleine Spielformen verbessern, die grundlegenden Handballregeln kennen lernen und im Spiel anwenden. Besonders viel Wert wird auf die Verbesserung und Weiterentwicklung der grundlegenden Spielfähigkeiten gelegt. Die motorische Vielseitigkeitsentwicklung soll im Besonderen durch Mannschaftswettkämpfe, Kleine Spiele, Staffeln und einfach Handball-Spiele ergänzt werden. Elemente der Ballschule sollen die technischen Anforderungen der Sportspiele übergreifend schulen. Spielen lernt man am besten, indem man selbst spielt, ohne jedoch ganz auf das systematische Erlernen von Techniken zu verzichten (vgl. KUHLMANN).

Dass sich Freilaufen und Anbieten, das Zusammenspiel, die Orientierung im Spielgeschehen und an der Gegenspielern sowie das ins Ziel treffen, bilden die Basis für jede Sportart und sollen somit in besonderem Maße gefördert werden. Zudem werden die altersgemäßen sportartspezifischen Fertigkeiten Passen und Fangen, Schlagwurf, Sprungwurf und Torwürfe aus verschiedenen Situationen geschult.

Exemplarischer Stundenaufbau

Phase	Zeit	Inhalt
Aufwärmen	20-25	<ul style="list-style-type: none"> • Physische und psychische Vorbereitung • Prophylaktische Übungen zur Beweglichkeit und Kräftigung • Allgemeine und sportspielgerichtete Spielfähigkeit
Übungsphase	25-30	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung und Schulung technisch-taktischer Inhalte • Spielnahe Wettkampfformen
Spielphase	30-35	<ul style="list-style-type: none"> • Handballspiele auf zwei Tore

Ist im Stundenplan neben einer wöchentlichen Doppelstunde eine weitere Einzelstunde vorgesehen, sollte diese gezielt mit Übungen zur Koordination und Ganzkörperkräftigung sowie mit weiteren Spielphasen eingesetzt werden.



Handball in der Schule

Unterrichtsvorhaben in der Sek. I, Jahrgangsstufe 6

AK Schulsport

Schwerpunkte:

1. Doppelstunde 1: Torwurf
2. Doppelstunde 2: Torwurf nach Dribbling + HSA „Zielwerfen“
3. Doppelstunde 3: Torwurf nach Zusammenspiel + HSA „Koordination“
4. Doppelstunde 4: Torwurf gegen Verteidiger (2:1/2:2) + HSA „Kondition“
5. Doppelstunde 5: Handballspielabzeichen
6. Doppelstunde 6: Turnier

3.1. „(Vereins-)Handball ist nicht gleich (Schul-)Handball!“

Das durch die Medien und durch die eigene persönliche Entwicklung geprägte Bild von den großen Sportspielen hat 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. Die Übertragung des Erwachsenenspiels auf die Kinder- und Schulwelt lässt die kindliche Entwicklung außer Acht und wird der Zielgruppe in keiner Weise gerecht. Die spezifischen Organisationsbedingungen der Schule (Koedukation, größere und heterogene Gruppen, Raumnöte etc.) erfordern ein anderes Vorgehen (methodisch und inhaltlich) wie im Vereinssport.

3.2. Lehrplan Sport G8

Jahrgangsstufe 5:	Durch partnerschaftliches Üben vom sportspielübergreifenden zum sportspielgerichteten Lernen (28 Stunden)
Jahrgangsstufe 6 bzw. 7:	1. bzw. 2. Zielschusspiel: Kleinfeldspiele als Grundspiel auf dem Weg zum Wettspiel (12 Stunden)
Jahrgangsstufe 8:	1. Vertiefung der Zielschusspiele 1 + 2: Stören und Erobern – mit einem „fairen und regelgerechten“ Spiel in Ballbesitz gelangen (je 12 Stunden)
Jahrgangsstufe 9:	2. Vertiefung der Zielschusspiele 1 + 2: Problemorientierte Taktikspiele – durch gemeinsames Üben des Was? und Wie? Zum Torerfolg gelangen (je 7 Stunden)

Ausgehend von den vorgesehenen Inhalten in der Jahrgangsstufe 5 sollte die Zielperspektive in der Vermittlung einer Spielfähigkeit liegen, die ein Fundament für mehrere Sportspiele bildet und so den Lernenden ein breites Spektrum an Orientierungen und psychomotorischen Verhaltenserfahrungen (Bewegungserfahrung) erwerben lässt. Dies soll dem Einzelnen sowohl das Weiterlernen in einer Sportart, als auch den Wechsel zwischen verschiedenen Sportarten ermöglichen. Der Lernprozess sollte daher von Anfang an die gemeinsamen Strukturen verwandter Sportspiele vermitteln, da so ein hohes Maß an Variabilität erreicht wird und die erlernten, Sportspiel übergreifenden Verhaltensweisen im Sinne eines Transfers später in verschiedenen Sportspielen angewendet und eingesetzt werden können. Dies erscheint umso wichtiger, da von den vier zur Auswahl stehenden Zielschusspielen im Verlauf der Sekundarstufe I letztlich „nur“ zwei intensiv behandelt werden. Die entscheidenden gemeinsamen Grundsituationen der Zielschusspiele bestehen in den Handlungsfeldern „Angriff“ und „Verteidigung“. Das ständige Handeln der Parteien bedeutet eine Gleichzeitigkeit von Angriffs- und Abwehrhandlungen ohne und mit Partner, die von Anfang an in allen Spielsituationen berücksichtigt werden sollte.



4. Spielideen und Regelvariationen

Spiel-gedanke	Grundregeln	Variationen	Technikmerkmale	Abwehrmerkmale	Angriffsmerkmale
Hütchen-/ Fähnchen-handball	Punktgewinn bei Pass zum Mitspieler durch das Hütchen-/Fähnchentor; nach Punktgewinn Torwechsel.	1. Pässe nur als Bodenpässe 2. Punktgewinn nur durch Bodenpass 3. Tor muss nach Punktgewinn nicht gewechselt werden 4. Punkt zählt nur nach Doppelpass	Passen/Fangen/ (Prellen) Entscheidungs-training	Individuelles Abwehrverhalten gegen Spieler mit und ohne Ball; Pässe abfangen; Bälle heraus-spielen, Ballwege bedrohen; Antizipation von Ballwegen.	Individuelles Angreiferverhalten mit und ohne Ball; Pass-/Wurfvariationen; Doppelpass fördert Passtauschungen.
Mattenball	Ball auf einer Matte ablegen; kein Spieler darf die Matte betreten.	1. zwei Pflichtpässe vor Punktgewinn 2. abwehrende Mannschaft spielt in Unterzahl 3. Prellverbot	Passen/Fangen/ (Prellen) Entscheidungs-training	Individuelles Abwehrverhalten gegen Spieler mit und ohne Ball; Pässe abfangen; Bälle herausspielen Ballwege bedrohen und Pässe abfangen; Antizipation von Ballwegen; zusätzlich Unterzahl-abwehr (Abwehrtäuschungen).	Individuelles Angreiferverhalten mit und ohne Ball; Pass-/Wurfvariationen; zusätzlich erleichtertes Entscheidungsverhalten durch Überzahl-situationen

Allgemeine Hinweise zu Regelvariationen:

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

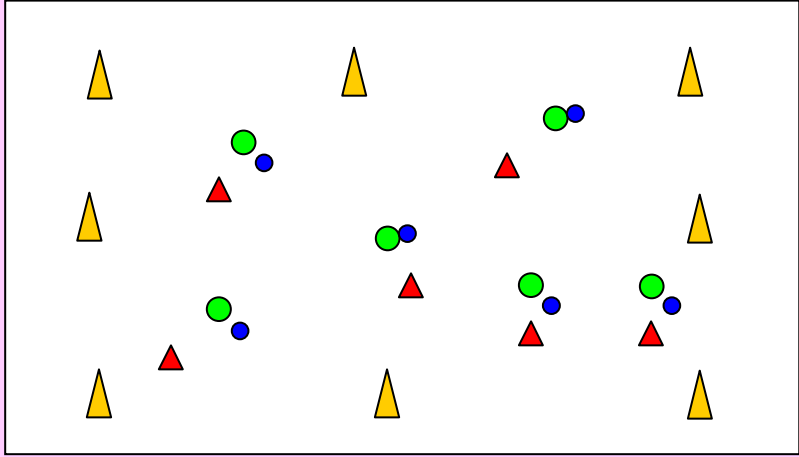
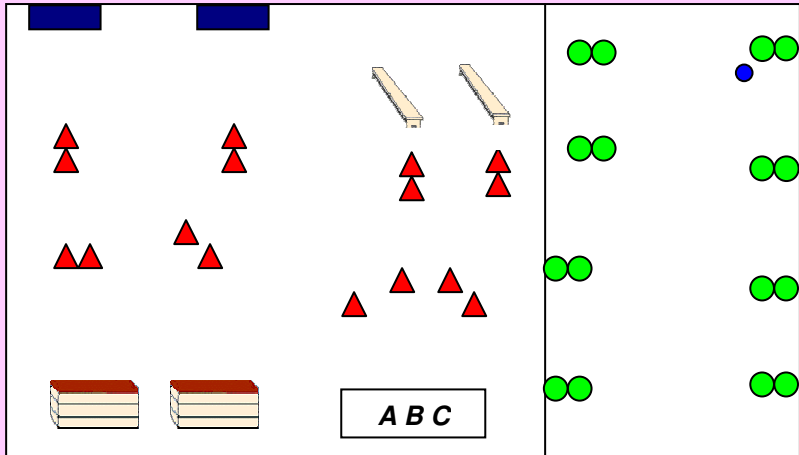
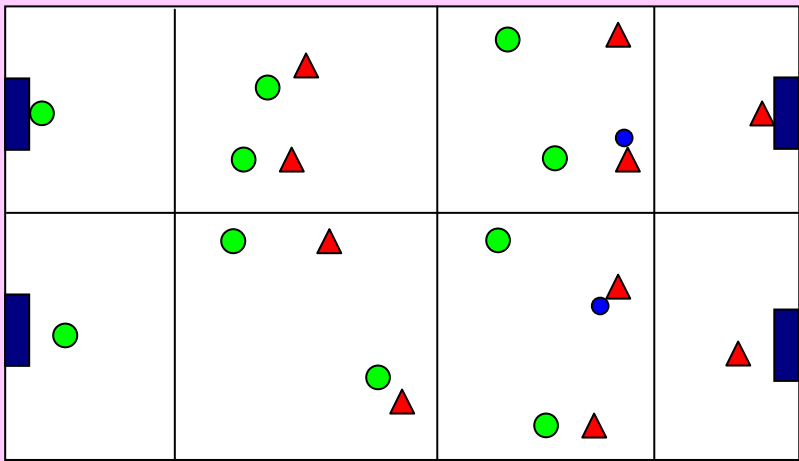
Werfer gegen Läufer-Spiel

Es werden zwei Teams gebildet, die sich von 1 bis ... (Anzahl der Teammitglieder) durchnummerieren. Team 1 sind die „Läufer“, die analog Brennball das Spielgerät wegwerfen/schießen und einen Parcours absolvieren. Team 2 („Werfer“) muss das Spielgerät ins Tor werfen/schiessen um den „Läufer“ zu stoppen. Nach jedem/dem zweiten/dritten Wurf-/Schussversuch muss gemäß der Nummerierung ein neuer Werfer gegen den Torwart des „Läufer“-Teams antreten. Im Unterschied zu Brennball gibt es keine Ruhezeiten, jede absolvierte Station/Hindernis ergibt jedoch einen Punkt für den „Läufer“. Diese Punkte nimmt er in jedem Falle für sein Team mit und rennt ins Tor, löst dort seinen Teampartner ab, der sich in das „Läufer“-Team einreicht. Nach einer festzulegenden Spielzeit (ca. 5 min) erfolgt ein Wechsel des Teams und am Ende ein Abgleich der Punkte.

5. Spielnahe Situationen organisieren

Grundgedanke: Ein Hallendrittel wird noch einmal gedrittelt. Auf jeder Aktionsfläche kann hemengleich oder abweichend gearbeitet werden. Die drei Spielfelder im Querbetrieb können im Sinne spielnaher Situationen bis zum 3:3 zielgerichtet für individual- und gruppentaktischer Maßnahmen genutzt werden.

1. Doppelstunde 1: Torwurf

Unterrichtsinhalte	Organisation
<p>Aufwärmen</p> <p><u>Bälle herausspielen</u> Die Angreifer haben alle einen Ball. Die Verteidiger versuchen den prellenden Angreifern den Ball herauszuspielen. Nach dem Ballgewinn wird der Angreifer zum Verteidiger und umgekehrt. Nach dem Ballgewinn laufen die neuen Angreifer prellend eine Runde um die Hütchen und müssen ein Hütchen in einer anderen „Reihe“ anprellen.</p> <p><u>Koordinationsübungen mit Ball/Seilen/Balken</u></p> <p><u>Dehnen/Kräftigen</u></p>	
<p>Technik „Schlagwurf“</p>	<p>Bildreihe/Vormachen</p>
<p>Übungsphase</p> <p><u>Zielwurf-Parcours</u> 4er Gruppen; jeweils die Hälfte in 4er-Gruppen auf der Passfläche und an den Stationen; festgelegter Wechsel.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Station: von der Wand in den Kasten treffen 2. Station: Zielwurf auf eine Weichbodenmatte 3. Station: Zielwurf von der Bank 4. Station: Buchstabenwerfen 	
<p>Spielphase</p> <p><u>Einführung in das 2 x 2 gegen 2</u> Es spielen zwei Mannschaften gegeneinander. Es gelten die Handballregeln. Das Handballfeld wird für jede Mannschaft in Angriffs- und Abwehrhälfte eingeteilt. In jeder Hälfte halten sich zwei Spieler jeder Mannschaft auf. Die Mittellinie darf von keinem Spieler überschritten werden. Das Spiel beginnt mit Hochball. Es gibt keinen Anwurf, sondern der Torhüter bringt den Ball direkt wieder ins Spiel. Die nicht aktiven Schüler übernehmen die Funktion des Schiedsrichters, Trainers oder eine andere Helferaufgabe. Jedem Schüler wird eine Aufgabe zugewiesen.</p>	

2. Doppelstunde 2: Torwurf nach Dribbling + HSA „Zielwerfen“

Unterrichtsinhalte	Organisation
<p>Aufwärmen</p> <p><u>Pass-/Fangspiele</u></p> <p><u>z.B. Mattenfangspiel:</u> Vier Mannschaften spielen sich ihren Ball untereinander so zu, dass sie möglichst viele Spieler der anderen drei Mannschaften abwerfen/berühren. Diese müssen auf ihre Matte und können von dort als Passspieler ihre Mitspieler weiter unterstützen und wieder von der Matte, wenn die eigene Gruppe ein Mitglied einer anderen Gruppe abgeworfen hat.</p> <p><u>Dehnen/Kräftigen</u></p>	
<p>Technik „Schlagwurf“</p>	<p>Bildreihe/Vormachen</p>
<p>Spiel-/Übungsphase 1</p> <p><u>Fläche A</u> Medizinball treiben</p> <p><u>Fläche B</u> Dribbling, auch unter Zeitdruck und/oder mit Torwurf</p> <p><u>Fläche C</u> Einführung in das HSpA: Zielwurf</p> <p>Die Flächen werden nach ca. 10 Minuten gewechselt.</p>	
<p>Spielphase</p> <p><u>2 x 2 gegen 2</u></p> <p><u>Alternative:</u> 3+1: Auf jeder Fläche spielen dann jeweils im Wechsel 3 Teams gegeneinander. Jedes Team besteht aus 4-5 Spielern.)</p>	

3. Doppelstunde 3: Torwurf nach Zusammenspiel + HSA „Koordination“

Unterrichtsinhalte	Organisation
<p>Aufwärmen</p> <p><u>Endlinienball</u> Es wird auf drei Flächen gespielt. Auf jeder Fläche spielen zwei Teams, bestehend aus ca. 5 - 6 Spielern.</p> <p><u>Dehnen/Kräftigen</u></p>	
<p>Spiel-/Übungsphase 1</p> <p><u>Fläche A</u> Torwurf nach Dribbling (Parcours)</p> <p><u>Fläche B</u> Torwurf nach Zusammenspiel (auch mit Störung 2:1)</p> <p><u>Fläche C</u> Üben für das HSpA: Koordination mit Bällen</p> <p>Die Flächen werden nach ca. 10 min gewechselt.</p>	
<p>Spielphase 2</p> <p><u>2 x 2 gegen 2</u></p> <p>Alternative: 3+1: Auf jeder Fläche spielen dann jeweils im Wechsel 3 Teams gegeneinander. Jedes Team besteht aus 4-5 Spielern.)</p>	

4. Doppelstunde 4: Torwurf gegen Verteidiger (2:1/2:2) + HSA „Kondition“

Unterrichtsinhalte	Organisation
<p>Aufwärmen</p> <p><u>Jokerball</u> Jeweils zwei Mannschaften spielen mit zwei Bällen gegeneinander. Sie besetzen jeweils die gegenüberliegende Matte mit einem ihrem Spieler, den sie anspielen sollen, um zu punkten. Eine Gruppe jeder Mannschaft verteidigt Anspiele an den gegnerischen Joker, die andere Gruppe versucht den eigenen Joker anzuspielen.</p> <p><u>Dehnen/Kräftigen</u></p> <p><u>Koordinationsübungen mit Ball und Balken</u></p>	
<p>Spiel-/Übungsphase 1</p> <p><u>Fläche A</u> Torwurf nach Zusammenspiel 2:0 (auch mit Störung 2:1)</p> <p><u>Fläche B</u> Torwurf nach Zusammenspiel 2:2 (auch mit ‚neutralem‘ Spieler)</p> <p><u>Fläche C</u> Üben für das HSpA: Kondition mit Ball Die Flächen werden nach ca. 10 min gewechselt.</p>	
<p>Spielphase 2</p> <p><u>2 x 2 gegen 2</u> Alternative: 3+1: Auf jeder Fläche spielen dann jeweils im Wechsel 3 Teams gegeneinander. Jedes Team besteht aus 4-5 Spielern.)</p>	

5. Doppelstunde 5: Ablegen des Handballspielabzeichens

Unterrichtsinhalte	Organisation
<p>Aufwärmen</p> <p><u>Formationslauf</u> Drei Mannschaften bewegen sich durch die Halle. Auf Zuruf müssen die Mannschaften die genannte „Formation“ (Buchstabe, Zahlen etc.) so schnell es geht bilden und sich in dieser Formation fortbewegen.</p> <p><u>Dehnen/Kräftigen</u></p>	
<p>Spiel-/Übungsphase 1</p> <p>Ablegen des Handballspielabzeichens</p> <p><u>Alternative:</u> Schwerpunkt Manndeckung</p>	<p>DHB-Spielabzeichen</p> <p>Bronze Silber Gold</p> <p>Zielwürfe</p> <p>Koordination mit Bällen</p> <p>Kondition mit Bällen</p>
<p>Spielphase</p> <p><u>2 x 2 gegen 2</u></p> <p><u>Alternative:</u> 3+1: Auf jeder Fläche spielen dann jeweils im Wechsel 3 Teams gegeneinander. Jedes Team besteht aus 4-5 Spielern.)</p>	

6. Doppelstunde 6: Turnier

Unterrichtsinhalte	Organisation
<p>Aufwärmen</p> <p><u>Puzzellauf</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1 = Einbeiniges Prellen mit ungeübter Hand 2 = Hopselauf. Prellen mit geübter Hand 3 = Rückwärts laufen, Prellen mit geübter Hand 4 = Beidbeinig hüpfen. Prellen m. ungeübter Hand 5 = Hampelmann-Beinarbeit. Prellen mit geübter Hand 6 = Sprinten. Prellen mit ungeübter Hand <p><u>Dehnen/Kräftigen</u></p>	
<p>Spielphase</p> <p><u>2 x 2 gegen 2</u></p> <p>Alternative: 3+1: Auf jeder Fläche spielen dann jeweils im Wechsel 3 Teams gegeneinander. Jedes Team besteht aus 4-5 Spielern.)</p>	



Handball in der Schule

Unterrichtsvorhaben in der Sek. I, Jahrgangsstufe 6

Literatur

König, S. / Eisele, A.: Handball Unterrichten. Schorndorf 2002.

Kuhlmann, D.: Wie führt man Spiele ein? In: Bielefelder Sportpädagogen: Methoden im Sportunterricht. Schorndorf 2003.

Oppermann, H.P. / Schubert, R. / Ehret, A.: Handball Handbuch 6. Handball spielen mit Schülern. 1. Aufl. Münster 1997

Schubert, R. / Späte, D.: Handball Handbuch 1. Kinderhandball. Spaß von Anfang an. 3. Aufl. Münster 2005.