

Dribbeln wie die Weltmeister – sportartübergreifende Übungen zum Dribbling

Michael Bauer

Das Dribbling ist eine wesentliche Grundtechnik in den Spielsportarten Basketball und Handball. Von klein auf geübt fördert es das Ballgefühl, die Ballsicherheit und stellt einen wesentlichen leistungslimitierenden Faktor in den Großen Spielen dar. Gerade für den Schulsport bietet sich eine vertiefte Schulung des Dribblings an:

- Es bringt durch seine Struktur Bewegung in den Unterricht,
- das Anforderungsprofil kann gut variiert und beliebig gesteigert werden,
- durch einfache Differenzierungsmaßnahmen können alle Schüler gefordert und gefördert werden,
- mit einer Vielzahl von Übungsformen können die koordinativen Fähigkeiten (Differenzierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit etc.) gezielt geschult werden und

- attraktive Übungsformen können im Erwärmungsteil zu Stundenbeginn, im Hauptteil oder als Ausklang in Form von Spielformen praktiziert werden.

Erfahrungsgemäß ist das Dribbeln für Schüler sehr attraktiv, da damit eine intensive Beschäftigung mit dem Ball sowie eine relativ rasche individuelle Verbesserung verbunden ist.

Im Folgenden sollen erprobte und abwechslungsreich gestaltete Übungsformen dargestellt werden, die mit Basketbällen oder Handbällen durchgeführt werden. Bei Ballmangel können auch andere Bälle (z. B. Volleybälle) zum Einsatz kommen. Ob und wie intensiv dabei sportartspezifische technische Elemente geschult werden, ist vom jeweiligen Unterrichtsziel abhängig.

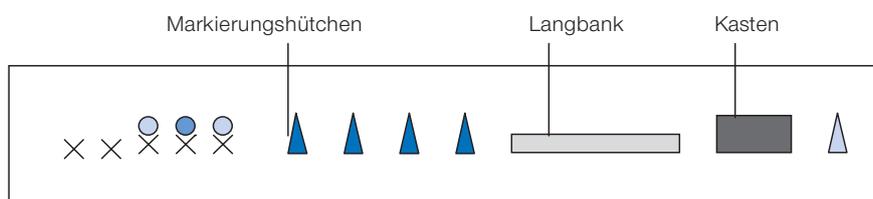


Abb. 1: Beispiel für einen Dribbelparcours

Parcoursdribbling (Abb.1)

Die Schüler stellen sich in Reihenaufstellung auf. Jeweils die ersten drei Schüler jeder Gruppe haben einen Ball. Jede Reihe umfasst 6–8 Schüler und zwischen jeder Reihe

AUS DEM INHALT:

Michael Bauer

Dribbeln wie die Weltmeister – sportartübergreifende Übungen zum Dribbling ... 1

Martin Rall

Stationskarten im Sportunterricht und im Vereinstraining 3

Dr. Reiner Hildebrandt-Stramann

Die Kraft von Luft und Wasser spüren – ein fächerübergreifendes Unterrichtsbeispiel für ein Lernen durch Bewegung ... 7

M. Thumfahrt

Einführung in das Basketballspiel nach dem spielgemäßen und dem genetischen Konzept Ein Unterrichtsversuch..... 13

sollte ein Mindestabstand von 4 m sein. Die Schüler haben die Aufgabe, einen Parcours zu durchdribbeln, zur Gruppe zurückzulaufen und den Ball zu übergeben. Der nächste Schüler startet, wenn sein Vorgänger das erste Parcourshindernis passiert hat.

Der Fantasie sind bei der Gestaltung des Parcours – außer notwendigen Sicherheitsaspekten – keine Grenzen gesetzt. So können beispielsweise Markierungshütchen, Langbänke, Kästen, Turnmatten etc. in den Parcours integriert werden. Auf dem Rückweg zur Gruppe können parallel zum Dribbling laufgymnastische Übungen (Dribbling rw, Hopserlauf vw oder rw mit oder ohne Armkreisen, Seitstellschritte, Anfersen, Kniehebeläufe etc.) erfolgen.

Der Vorteil beim Parcoursdribbling besteht darin, dass neben dem Dribbling eine intervallartig aufgebaute Ausdauererschulung erfolgen und diese durch die Länge des Parcours sowie die Anzahl der Durchgänge gezielt gesteuert werden kann.

Freies Dribbling (Abb.2)

Die Schüler dribbeln kreuz und quer durch die Halle. Achten müssen sie auf verschiedene Aufgaben, die sie während des Dribblings erfüllen sollen:

- Auf Signal (z. B. Pfiff) als „Statuen“ wie versteinert stehen bleiben,
- laufgymnastische Übungen parallel zum Dribbling (vgl. „Parcoursdribbling“),
- zwischen dem Dribbling Kräftigungsübungen (z. B. Sit-ups, Liegestütze, Strecksprünge),
- Dribbling auf immer engerem Raum (Dribbling in halber Halle,

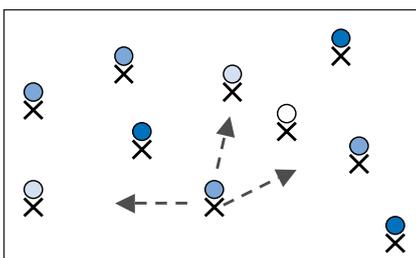


Abb. 2: Freies Dribbling

in viertgeteilter Halle) eventuell in Kombination mit Herausspielen des Balles der Mitschüler etc.

Der Vorteil beim freien Dribbling besteht darin, dass das Niveau des Dribblings verbessert wird. Durch den Verzicht auf festgelegte Laufwege und verschiedene Störfaktoren (Ausweichen vor den Mitschülern, Rausspielen des Balles etc.) müssen die Schüler nun verstärkt ihre Aufmerksamkeit auf das Umfeld richten.

Kreisdribbling (Abb.3)

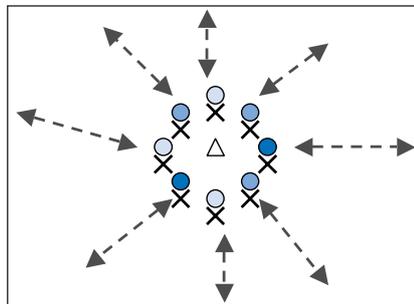


Abb. 3: Kreisdribbling

Alle stehen im Kreis um ein Markierungshütchen (z. B. auf dem Mittelkreis des Basketballspielfeldes); jeder Schüler hat einen Ball. Die Schüler dribbeln gleichzeitig von ihrem Ausgangspunkt sternförmig nach außen. Sobald diejenigen Schüler, die der Wand am nächsten sind, an dieser angelangt sind, dribbeln alle Schüler wieder zum Ausgangspunkt zurück. Während des Dribblings können neben laufgymnastischen Übungen (vgl. Parcoursdribbling) auch auf dem Rückweg Kurzsprünge auf Signal erfolgen.

Der Vorteil für die Lehrkraft ist, dass sie alle Schüler im Blick hat und jederzeit korrigierend eingreifen kann. So bietet sich das Kreisdribbling auch für das Erlernen des technisch richtigen Dribblings an.

Spiegeldribbling (Abb.4)

Die Schüler stehen in freier Aufstellung der Lehrkraft frontal gegenüber. Alle haben einen Ball. Die Schüler machen als Spiegelbild alles

nach, was die Lehrkraft vormacht: Dribbelt die Lehrkraft nach rechts, dribbeln die Schüler von ihnen aus gesehen nach links und umgekehrt, dribbelt die Lehrkraft nach vorne, dribbeln die Schüler rückwärts und umgekehrt.

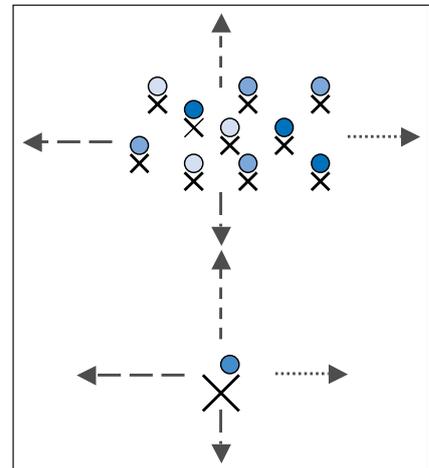


Abb. 4: Spiegeldribbling

Während des Dribblings können laufgymnastische Übungen (siehe Parcoursdribbling), Kräftigungsübungen und Koordinationsübungen erfolgen.

Der Vorteil beim Spiegeldribbling liegt darin, dass aufgrund der Organisationsform ein rascher Wechsel zwischen Ausdauer-, Kraft- und Koordinationsschulung ermöglicht wird. Darüber hinaus kann die Position der vorzeigenden Lehrkraft auch an Schüler abgegeben werden, um diese so aktiv mitgestaltend in das Unterrichtsgeschehen einzubinden.

PD Dr. Michael Bauer, Jahrgang 1972, studierte an der Universität Würzburg und der Deutschen Sporthochschule



Köln kath. Theologie und Sport für Lehramt Gymnasium. Seit 2004 Studienrat am Albert-Schweitzer-Gymnasium Erlangen und seit 2007 Privatdozent an der Universität Würzburg.

Anschrift:
Institut für Sportwissenschaft der
Universität Würzburg
Judenbühlweg 11
97082 Würzburg

Stationskarten im Sportunterricht und im Vereinstraining

Martin Rall

Große Klassen, manchmal unmotivierte Schüler, Situationen außerhalb des üblichen Ablaufs - z. B. überraschenderweise schnell für eine erkrankte Lehrkraft einspringen müssen: Das sind einige Alltagsprobleme, mit denen man sich immer wieder und aufs Neue auseinandersetzen muss. Kann man dann auf einen Fundus schnell verfügbarer und erprobter Stationskarten zurückgreifen, lassen sich auch unerwartete Situationen ohne größere Schwierigkeiten meistern.

Neben der Verbesserung konditioneller Fähigkeiten und der Schulung von spezifischen Fertigkeiten bestehen wichtige Ziele bei der Arbeit mit Stationskarten darin, vor allem älteren Schülern Eigenverantwortung zu übertragen, sie zu selbstverantwortlichem Tun anzuregen und ihre eigenen Leistungen oder die der Mitschüler zu erfassen und zu bewerten.

Die Lehrkraft lässt - möglichst auf eine nicht diskriminierende Weise - je nach Anzahl der Stationen möglichst heterogene Gruppen bilden, gibt die Aufgabenblätter aus und stellt das benötigte Material zur Verfügung. Nun liegt es in der Verantwortung der jeweiligen Gruppe, einen Verantwortlichen zu bestimmen, der die Abläufe regelt um die Anlagen nach den auf den Stationskarten beschriebenen Vorgaben aufzubauen. Und dann wird gezählt, gemessen oder gestoppt und in den Bewertungsbogen eingetragen.

Mit den jeweils auf die Sportart abgestimmten Bewertungsbögen können die Sportler schnell den aktuellen

Leistungsstand feststellen oder, falls der gleiche Aufbau zu unterschiedlichen Zeiten mehrfach wiederholt wird, Tendenzen ablesen (Siehe Stationskarten „Basketball“).

Neben den durch die Lehrkraft im Detail vorgegebenen Stationen können auch Aufgabenblätter ausgegeben werden, bei denen die Sportler selbst die Möglichkeit haben, eigene fantasievolle Stationen zu entwickeln, diese auszuprobieren, zu vergleichen und sie dann ggf. im Rahmen einer Sportveranstaltung zu präsentieren. Dies können Stationen zum Hangeln, Klettern, Schwingen, Abtrefen oder zu „Geschwindigkeit“, Sprungkraft, usw. sein. Dabei werden aber, um Gefährdungen der Schüler auszuschließen, durch die Lehrkraft bestimmte Geräte (z. B. das Trampolin) ausgeschlossen. Auch muss darauf geachtet werden, dass der Umgang und der Einsatz von Geräten sachgerecht erfolgt. Und dann kann das ‚Training‘ beginnen!

BASKETBALL

→ Klasse: _____ → Datum: _____

→ Name 1: _____ → Name 2: _____ → Name 3: _____

Station	1. Versuch Name 1	2. Versuch Name 1	1. Versuch Name 2	2. Versuch Name 2	1. Versuch Name 3	2. Versuch Name 3
1 Freiwürfe	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte
2 Dribbling	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte
3 Korbleger	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte
4 Druckpässe	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte
5 Hindernis	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte	Punkte
Summe						

→ Notentabelle:

48	47	46	45	44	43	42,5	41,5	40,5	39,5	38,5	37,5	36,5	35,5	34,5	33,5	32,5	31,5	30,5	29,5
1	1,1	1,2	1,3	1,4	1,5	1,6	1,7	1,8	1,9	2	2,1	2,2	2,3	2,4	2,5	2,6	2,7	2,8	2,9

29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18,5	17,5	16,5	15,5	14,5	13,5	12,5	11,5	10,5
3	3,1	3,2	3,3	3,4	3,5	3,6	3,7	3,8	3,9	4	4,1	4,2	4,3	4,4	4,5	4,6	4,7	4,8	4,9

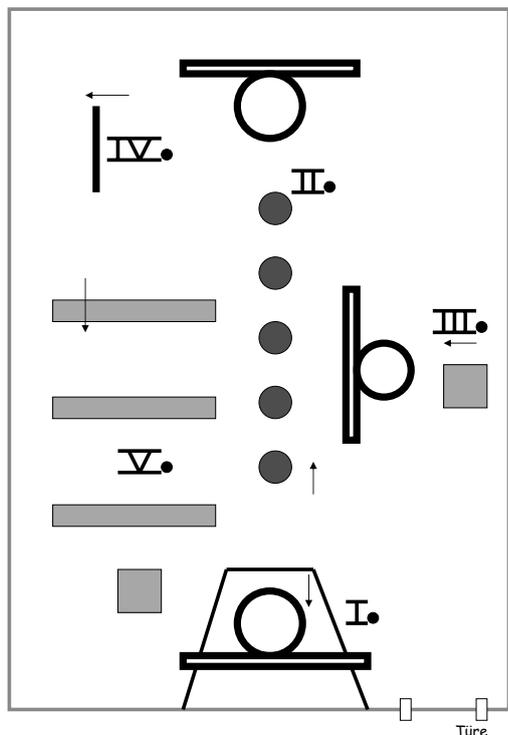
Literatur

Rall, M. (2007). *Stationsarbeit im Sportunterricht und Vereinstraining* (CD). Schorndorf: Hofmann.

Anschrift des Verfassers:
 Martin Rall
 Bei der Lohmühle 4/2
 74182 Obersulm

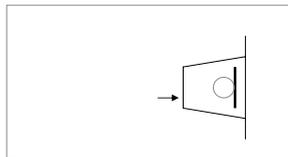
Aufbauplan

Basketball



Stationskarte 1

Freiwürfe



Aufgabe

Stelle Dich auf die Basketballfreiwurflinie und versuche den Ball im Korb unterzubringen! 7 Versuche.

→ Bewertungsvorschlag

- Korb = 2 Punkte
- Ring = 1 Punkt
- Es sind maximal 10 Punkte möglich, nach 5 Treffern in den Korb kann die Station also beendet werden!

→ Personen an der Station

- 1 Schreiber
- Teilnehmer je nach Größe der Gruppe

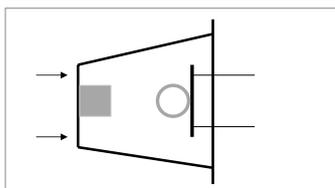
→ Benötigtes Material

- 1 Basketball
- Basketballkorb
- Markierungslinie
- 1 Stift

BASKETBALL

Stationskarte 3

Korbleger



Aufgabe

Du hast 30 Sekunden Zeit. Versuche in dieser Zeit so viele Korbleger wie möglich zu erzielen. Du startest am kleinen Kasten und hast pro Runde nur einen Versuch. Egal ob du triffst oder nicht, muss eine neue Runde gedribbelt werden.

→ Bewertungsvorschlag

- 6 Korberfolge = 10 Punkte
- 5 Korberfolge = 9 Punkte
- 4 Korberfolge = 8 Punkte

→ Personen an der Station

- 1 Schreiber
- Teilnehmer je nach Größe der Gruppe

→ Benötigtes Material

- 1 Basketball
- Basketballkorb
- 1 kleines Kästchen (standsicher!)

BASKETBALL

Stationskarte 2

Dribbling mit Korbwurf



Aufgabe

Dribble mit dem Ball auf den Korb zu und versuche einen Korb zu erzielen. Der Ball und der/die Spieler/Spielerin müssen um die Hütchen herum! Gestoppt wird, wenn der Ball die Hand verlässt.

→ Bewertungsvorschlag

- 6 Sek. = 10 Punkte
- 6,5 Sek. = 9 Punkte
- 7 Sek. = 8 Punkte
- Hütchen berühren = 1 Straf-Sek.
- Hütchen auslassen = 2 Straf-Sek.
- Kein Korberfolg = 2 Straf-Sek.

→ Personen an der Station

- 1 Schreiber
- Teilnehmer je nach Größe der Gruppe

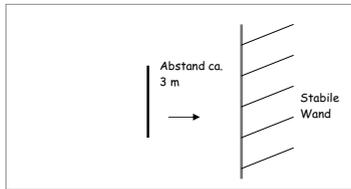
→ Benötigtes Material

- 1 Basketball
- Basketballkorb
- 10 Markierungshütchen
- 1 Stift
- 1 Stoppuhr

BASKETBALL

Stationskarte 4

Druckpässe



Aufgabe

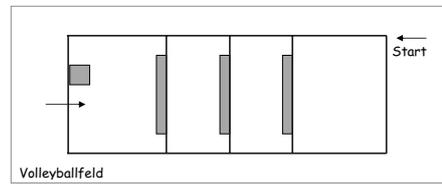
Du hast 30 Sekunden Zeit. Spiel den Ball mit Druckpässen gegen die Wand, dass er wieder zu Dir zurückkommt. Jede Berührung des Balles an der Wand ergibt einen Punkt. Du musst beim Werfen hinter der Linie stehen.

- **Bewertungsvorschlag**
 - 30 Druckpässe = 10 Punkte
 - 28 Druckpässe = 9 Punkte
 - 26 Druckpässe = 8 Punkte
- **Personen an der Station**
 - 1 Schreiber
 - Teilnehmer je nach Größe der Gruppe
- **Benötigtes Material**
 - 1 Basketball
 - Markierungslinie
 - Feste Wand
 - 1 Stift
 - Stoppuhr

BASKETBALL

Stationskarte 5

Hindernisdribbling



Aufgabe

Starte an der hinteren Volleyballauslinie. Dribble mit einer Hand über die 3 Bänke, um das kleine Kästchen und wieder zurück bis zur Startlinie. ...
Ohne Dribbelfehler, sonst gibt es Strafsekunden!!!

- **Bewertungsvorschlag**
 - 10 Sek. = 10 Punkte
 - 10,5 Sek. = 9 Punkte
 - 11 Sek. = 8 Punkte
 - Dribbelfehler oder Hindernis auslassen = 2 Straf-Sek.
- **Personen an der Station**
 - 1 Schreiber
 - Teilnehmer je nach Größe der Gruppe
- **Benötigtes Material**
 - 1 Basketball
 - Markierungslinie
 - 3 Langbänke
 - 1 kleines Kästchen
 - 1 Stift, Stoppuhr

BASKETBALL

Stationskarte 2

Balancieren

Dein Aufbau



Aufgabe

Du sollst eine Station zum Balancieren entwickeln.

Folgende Bedingungen sollen erfüllt sein:

1. Die Übung soll folgendermaßen entwickelt sein: eine Strecke muss so überwunden werden, dass die Füße den Boden nicht berühren.
2. Die Übung sollte nicht zu schwer sein! (Unfallgefahr!!)
Also für alle machbar.
3. Zwei Gruppen entwickeln dieselbe Station. Ihr entscheidet, welche Übung am Sportfest durchgeführt wird!

- **Verbotenes Material**
 - Minitrampolin
 - Trampolin
- **Namen der Baumeister**
 -
 -
 -
 -

STATIONEN ENTWICKELN
- GRUNDFERTIGKEITEN -

Aufgeschnappt

„... Ich behaupte: Wir müssen den Jugendlichen lehren, foul zu spielen. Das klingt jetzt vielleicht brutal, aber was hilft es, ständig um den heißen Brei herumzureden... Denn eines ist klar, und das gilt für Schüler genauso wie für Bundesligaprofis: Bevor ich dem Gegner erlaube, ein Tor zu schießen, muss ich ihn mit allen Mitteln daran hindern – und wenn ich das nicht mit fairen Mitteln tun kann, dann muss ich es eben mit einem Foul tun. Lieber einen Freistoß als ein Tor. Wer das nicht offen zugibt, der lügt sich was vor – oder er ist kein Fußballer!“

Paul Breitner in seinem Buch: „Ich will kein Vorbild sein“



STATIONSARBEIT



CD-ROM, 133 Stationskarten
und Auswertungsbögen
ISBN 978-3-7780-6170-1
Bestell-Nr. 6170 € 12.90

Martin Rall



Stationsarbeit im Sportunterricht und Vereinstraining

Auf der CD-ROM befinden sich mehr als 115 Stationen aus 10 verschiedenen Sportarten:

- **Basketball**
- **Fußball**
- **Handball**
- **Volleyball**
- **Badminton**
- **Leichtathletik**
- **Geräteturnen**
- **Krafttraining**
- **Muskelfunktionstest**
- **Winterolympiade**

Jede Station ist separat auf einem Stationsblatt beschrieben, das ausgedruckt werden kann. Die Stationsblätter enthalten jeweils eine Aufbausskizze, eine Beschreibung der Aufgabe, das benötigte Material sowie, falls sinnvoll, einen Bewertungsvorschlag. Außerdem enthält die CD-ROM 16 vorbereitete Arbeitsblätter mit denen die Schüler selbst anhand von Vorgaben eigene Stationen entwickeln können. Die Dokumente sind auf der CD-ROM als Word- und als PDF-Dokumente abgelegt, wodurch es möglich ist, einzelne Stationen zu verändern.

Die Kraft von Luft und Wasser spüren – ein fächerübergreifendes Unterrichtsbeispiel für ein Lernen durch Bewegung

Dr. Reiner Hildebrandt-Stramann

Konzepte des Bewegten Lernens und hier vor allem des Lernens durch Bewegung werden in der Regel in einem fächerübergreifenden Unterricht umgesetzt. Wenn man mit Bruner (1997) davon ausgeht, dass Kinder sich auf einer handelnden, bildhaften und symbolischen Ebene bilden, dann dürfte sich diese Reihenfolge auch im Lernprozess der Kinder als Verfahren für die Vermittlung von Bildungsinhalten eignen. „... genau dies ermöglicht ein fächerübergreifendes Unterrichten unter Einschluss des Faches Sport in besonderem Maße“ (Deutsch & Kleindienst-Cachay, 2001, S. 134). In einem solchen Unterricht geht es didaktisch um die Frage, wie bewegtes Lernen in den so genannten kognitiven Fächern inszeniert werden kann.

Das folgende Beispiel beschreibt die Inszenierung eines fächerübergreifenden Unterrichts, an dem die Fächer Sachunterricht und Bewegungserziehung beteiligt sind. Meine Absicht dabei ist, die im Beitrag für den Sportunterricht erläuterte lernerschließende Funktion von Bewegung zu veranschaulichen.

Bezüge zum Sach- und zum Sportunterricht

Die Wirkungen von Luft und Wasser als Naturphänomene zu entdecken, bietet sowohl für die Bewegungserziehung als auch für den Sachunterricht der Grundschule eine Vielzahl so genannter lohnender Themen. Es soll um die Kraftwirkung bewegter Luft (Rückenwind, Gegenwind, Tragfähigkeit) und um

die Kraftwirkung des Wassers (seine Bremswirkung und seine Antriebs- und Tragfähigkeit) gehen.

In diesen naturwissenschaftlichen Sachverhalten stecken eine Fülle von Bewegungsabsichten, z. B.

- Luft einfangen,
- Luft wegdrücken,
- Luftspiele,
- nicht im Wasser versinken, sich leichter als Wasser machen,
- im Wasser versinken, sich schwerer als Wasser machen,
- Tauchen,
- das Bauen eines Tauchparcours,
- Atmen etc.

In einem solchen Sportunterricht wird die „explorative Bedeutung der Bewegung zum Ausgangspunkt einer handlungsorientierten, fächerübergreifenden Bewegungs- und Spielerziehung“ (Scherler, 1976, S. 30).

Die Aufgabe des Sachunterrichts ist es, den Kindern Gelegenheit zum Aufbau grundlegender Sachkenntnisse über die Welt zu vermitteln. Folgt man der Didaktik des Sachunterrichts in der Grundschule, dann ist bei dem Aufbau des Vermittlungsprozesses darauf zu achten, dass nicht nur das Denken in den Fachkategorien geschult, sondern immer eine mehrperspektivische Sichtweise auf die Sache gefördert wird (Schrenk, 1997, S. 199). Gebhard plädiert dafür, dass Kinder z. B. Naturphänomene „beseelen“ dürfen. „In anthropomorphen bzw. animistischen Weltdeutungen offenbart sich nämlich nicht nur eine kognitive Interpretation der Welt, son-

dern zugleich auch eine affektive Beziehung zu ihr“ (Gebhard, 1990, S. 38).

Im Sinne der Mehrperspektivität plädiere ich dafür, dass Kinder Naturphänomene, dort wo es sich anbietet, nicht nur beseelen, sondern auch leiblich-sinnlich in Erfahrung bringen können.

Im Sachunterricht der Grundschule hat die Begegnung mit Naturphänomenen die Aufgabe, interessante Erfahrungen zu vermitteln, Fragen aufzuwerfen, Eindrücke von bestaunenswerten Vorgängen zu hinterlassen, die Neugierde für eine vertiefte Auseinandersetzung mit der Sache zu wecken.

Wenn Fragen aufgeworfen und Neugierde angestoßen werden sollen, dann müssen die Sinne der Kinder eindrucksvoll angesprochen werden: „Junge Menschen, die neue Einsichten erwerben sollen, brauchen den sinnlichen Kontakt zu den Schlüsselphänomenen, um sich eine treffende Vorstellung machen zu können“ (Köhnlein, 1986, S. 478). Kahlert-Reby und Miedzinski (1988, S. 30) schließen an diesen Gedanken folgerichtig die Frage an: „Wann wäre dieser sinnliche Kontakt enger als in Situationen, in denen der eigene Körper zum Medium der Erfahrungen wird, die naturwissenschaftlichen Phänomene also nicht nur gesehen, beobachtet, bestimmt, sondern sogar gespürt werden?“

Am Beispiel des Themas „Luft und Wasser haben Kraft“ habe ich einige praktische Umsetzungen dieser Idee verfolgt.

Unterrichtliche Umsetzung

Für die unterrichtliche Umsetzung des Themas spielen natürlich auch unterrichtsorganisatorische Überlegungen eine wichtige Rolle. Wir hatten für beide Themen eine Sport- und eine Schwimmstunde (je 90 Min.), eine Sachunterrichtsstunde (45 Min.) und zwei „Experimentiertage“ (jeweils drei bis vier Unterrichtsstunden) eingeplant. An den „Experimentiertagen“ standen uns jeweils einmal ein Lehrschwimmbekken und eine Sporthalle zur Verfügung. Der Unterricht fand in einer 3. Grundschulklasse mit 28 Schüler/innen statt.

Wasser hat Kraft

Die Schüler dieser 3. Klasse haben 14-tägig abwechselnd Schwimmen und Sport in der Halle. In unseren Schwimmstunden spielen wir zu Beginn des Öfteren Fangspiele im flachen Wasser. Wir haben dabei beobachtet, dass schon nach relativ kurzer Spielzeit die Bewegungsinintensität nachlässt und das Spiel dann zumeist abgebrochen wird. Diese Beobachtung nahmen wir in einer Schwimmstunde zum Anlass, die Schüler nach dem Grund zu fragen. Einerseits waren sie über diese Frage verwundert, andererseits konnten sie uns auch schnell Auskunft geben: „Das Laufen ist anstrengend“. „Das liegt am Wasser, das bremst“. „Ein Fänger hat keine Chance, alle zu kriegen“. „Bei nur einem Fänger ist das Spiel langweilig“.

Auf unsere Frage, wie man das Spiel interessanter machen kann, fiel es den Schülern nicht schwer, Regeländerungen vorzunehmen und z. B. die Zahl der Fänger zu erhöhen. Beispiele:

- Fangspiel, bei dem der Fänger sich zu erlösen versucht, indem er einen anderen abschlägt und dieser dann zum Fänger wird.
- Kettenfangen: Die Abschlagenden bilden mit den Fängern eine oder mehrere Ketten.

So haben unsere Schüler ausgehend von dieser Grundsituation schnell einen Spiellehrgang „Fangspiele“ entwickelt.

Neben der Absicht, den Schülern erste Widerstandsempfindungen bewusst zu machen und davon ausgehend sie an der Entwicklung einer Spielstunde zu beteiligen, hatten wir noch zwei weitere Absichten: Zum einen wollten wir das Thema „Wasser hat Kraft“ in den Horizont der Schüler bringen und außerdem wollten wir die mit dem Medium Wasser gemachten Erfahrungen für die Erarbeitung der Fragestellung, ob denn Luft auch Kraft hat, nutzen.

Um die Aufmerksamkeit der Schüler auf unsere erste Absicht zu lenken, griffen wir am Ende der Fangspielstunde noch einmal die o. g. Aussagen auf und schlugen ihnen für die nächste Schwimmstunde vor, Experimente zu der Frage „Wieviel Kraft hat das Wasser?“ durchzuführen. Die Schüler stimmten diesem Vorschlag nicht nur zu, sondern nannten gleich auch einige Experimente. Wir vertrösteten sie auf die folgende Sachunterrichtsstunde, in der wir mit ihnen einen „Experimente-Plan“ erstellen wollten.

Einen „Experimente-Plan“ erstellen

In dieser Sachunterrichtsstunde folgten die Schüler unserem Verfahrensvorschlag, zunächst eine Experimentesammlung unter dem Motto „Welche Experimente würden wir gern im Schwimmbad mit der Kraft des Wassers durchführen?“ zu erstellen. Anhand dieser Aufstellung sollten dann die Experimente mit entsprechenden Fragestellungen für die nächste Schwimmstunde festgelegt werden. Die Schüler brachten eine Vielzahl von Ideen ein, die sie gern ausprobieren wollten. Sie garieten bei der Vorstellung ihrer Ideen in Versuchsbeschreibungen und Diskussionen über Vermutungen. Achim behauptete z. B. „locker“ einen großen Plastikball unter Wasser drücken zu können, während Sabrina meinte, er hätte bestimmt nicht so viel Kraft, weil ihr Vater das

schon einmal versucht und nicht geschafft hätte. Aus diesen Gesprächen kristallisierten sich drei Experimente mit einer jeweiligen Fragestellung heraus, die besonders interessant schienen und in der nächsten Schwimmstunde verfolgt werden sollten:

1. *Experimente mit Wasser und Ball: Kann ich einen Ball leicht unter Wasser drücken?*
2. *Experimente mit Wasser und Auftriebskörpern: Kann ich auf einem Schwimmbrett, Pkw- oder Lkw-Schlauch, einer Luftmatratze, Badematte stehen, sitzen, liegen ohne unterzugehen?*
3. *Experimente mit Wasser und Mensch: Kann ich einen Mitschüler, der auf dem Wasser liegt, unter Wasser drücken?*

Einige Schüler erklärten sich bereit, von zu Hause Wasserbälle, Luftmatratzen oder Auto-Schläuche mitzubringen

Der erste Experimentiertag

Die Schwimmstunden hatten wir wie folgt organisiert: Im Nichtschwimmerbecken sollten die Versuche 1 und 3, im tieferen Beckenteil der Versuch 2 durchgeführt werden. Wir hatten alle Versuchsfragen noch einmal aufgeschrieben, in eine Plastikhülle gesteckt und am Beckenrand ausgelegt. Die Schüler konnten sich den Versuchen selbstständig in beliebiger Reihenfolge zuwenden, sie sollten aber alle ausprobieren. Anzumerken ist an dieser Stelle, dass bis auf einen Schüler alle Schüler mindestens 25 Meter schwimmen konnten. Der eine Schüler war sehr wasservertraut, so dass er sich an allen Experimenten beteiligen konnte.

Experiment 1: „Wasser und Ball“

Für dieses Experiment hatten wir mehrere Gymnastikbälle (16 cm), Badebälle (35 cm) und drei Physio-Bälle (85 cm) ausgewählt. Für die Schülern hatte jeder Ball seinen Reiz. Die kleinen Gymnastikbälle ließen sich leicht unter Wasser drü-

cken. Es bereitete sichtliches Vergnügen, den Gymnastikball so weit wie möglich unter die Wasseroberfläche zu drücken, um ihn dann loszulassen, damit er in einem hohen Bogen aus dem Wasser schnell. Einige Schüler entwickelten hieraus ein Partnerspiel, bei dem einer den Ball unter Wasser drückt und der andere den herausschießenden Ball auffangen muss. Die meisten Schüler konnten den Badeball gerade bis knapp unter die Wasseroberfläche drücken. Dies aber auch nur dann, wenn sie sich mit dem ganzen Körper auf den Ball legten. Dirk äußerte sich doch erstaunt, dass er „kräftig drücken müsse, um den Ball überhaupt unter Wasser zu kriegen“. Vergebens waren die Versuche mit dem mittelgroßen Physio-ball. Auch mit vereinten Kräften gelang es mehreren Schülern nicht, den Ball auch nur ein bisschen unter Wasser zu drücken.

Experiment 2: „Wasser und Auftriebskörper“

Die Materialien im Schwimmbecken regten die Kinder zu vielfältigen Experimenten an. Für Anja wurde das Schwimmbrett zum Unterwassersurfbrett, „wo man die Kraft des Wassers so gut an den Füßen spürt“. Ein Lkw-Schlauch kann auch mehrere Kinder tragen, ohne auch nur ein bisschen zu versinken. Weiterhin haben die Kinder mit den Materialien dieser Experimentiersituation eigene Boote oder Flöße gebaut und überprüft, wie viele Personen ihre Wasserfahrzeuge wohl transportieren können, ohne unterzugehen.

Experiment 3: „Wasser und Mitschüler“

Den Mitschüler unter Wasser zu drücken war natürlich leicht, „zu leicht“, wie eine Schülergruppe meinte. Sie kamen auf die Idee, einen Mitschüler in eine „Schwimboje“ zu verwandeln. Er wurde so lange mit Schwimmwesten, Pull-buoys, um die Hüfte gebundenen Badematten etc. „verkleidet“, bis er auch dann noch auf dem Wasser liegen blieb, als mehrere Schüler zugleich versuchten, die „Schwimboje“ unterzutau-chen. Sie waren erstaunt darüber,

dass ihre Kraft nicht ausreichte, die des Wassers zu überwinden.

Mit einem die Schwimmstunde abschließenden Wasserexperiment wollten wir die Aufmerksamkeit aller Schüler noch einmal deutlich auf die tragende Kraft des Wassers zentrieren. Sie bekamen die Aufgabe, zu zweit oder zu dritt einen Mitschüler an den Beinen und Händen anzufassen und ins Wasser zu tragen. Was passiert mit dem Gewicht des Mitschülers? „An Land ist der ja so schwer, aber im Wasser kann ich ihn mit einer Hand oder sogar mit nur einem Finger tragen“ rief Sascha. Natürlich wollten die Schüler wissen, ob das mit dem „Gewicht des Lehrers auch so ist.“



In der folgenden Sachunterrichtsstunde sollten die praktischen Erfahrungen in Verstehensprozesse überführt werden. Hierzu hatten wir einige während der Experimente spontan geäußerte Sätze der Schüler stichwortartig notiert, z. B.

- „Das Laufen im Wasser ist aber anstrengend“
- „Damit der Ball unter Wasser kommt, muss ich aber kräftig drücken“
- „Der LKW-Schlauch kann vier Personen tragen, ohne auch nur ein bisschen unterzugehen“
- „Ich kann Sascha im Wasser auf einem Finger tragen“.

Diese Aussagen wurden auf ein großes Plakat geschrieben und in

einem den Aktivitätsphasen sich anschließenden Gesprächskreis im Klassenzimmer diskutiert. (Zwischen dem Schwimmunterricht und dem Unterricht im Klassenzimmer lag natürlich das Umkleiden, der Weg zur Schule und eine Frühstückspause). In diesem Gesprächskreis fiel es dann den Schülern nicht schwer, ihre Wahrnehmungen in Sachaussagen umzuformulieren und in Merksätzen festzuhalten. Beispiele:

- „Das Wasser hat Kraft. Es drückt beim Laufen „gegen die Beine“.
- „Es drückt von unten gegen den Ball, gegen den Autoschlauch, gegen Sascha, so dass sie schwimmen oder leichter werden.“

In den Gesprächen versuchten die Kinder auch immer wieder, diese Phänomene zu erklären. Dabei fielen auch physikalische Begriffe wie Widerstand und Auftrieb. Zur Ergebnissicherung erhielten die Schüler die Aufgabe, die an die Tafel geschriebenen unvollständigen Merksätze in Kleingruppenarbeit zu komplettieren. Z. B.

- (1) Wenn ich im Wasser laufe, spüre ich eine Kraft, die das Laufen anstrengend macht. Diese Kraft nennt man Widerstand.
- (2) Wenn ich Sascha in das Wasser trage, spüre ich, dass Sascha leichter wird. Das Wasser hat Kraft, Sascha zu tragen. Diese Kraft nennt man Auftrieb.

(Die unterstrichenen Wörter sollten von den Schülern in den Text eingesetzt werden).

Vom Wasser zur Luft

Die nächste **Sportstunde** in der Sporthalle begann mit einigen Fangspielen. Nach deren Beendigung fragten wir die Schüler nach dem Unterschied zwischen Fangspielen im Wasser und an Land. Es fiel den Schülern leicht, entsprechende Antworten zu finden:

- „An Land kann man schneller laufen als im Wasser“.

- „Im Wasser werden die Bewegungen gebremst“.
- „An Land gibt es nichts, was bremst“.
- „Luft bremst nicht“.

Spätestens bei der letzten Aussage regte sich aber auch Widerspruch. Tomas sagte:

- „Wenn man z. B. gegen den Wind läuft, bremst Luft ganz schön.“
- Und Anja: „Am Meer, auf dem Deich, kann ich mich gegen den Wind werfen ohne umzufallen“.

Wir griffen diese Erfahrungen auf und stellten allgemein fest, dass Luft offensichtlich auch Kraft hat: „Wie können wir im Sportunterricht in Erfahrung bringen, dass Luft Kraft hat und auch bremst?“. Auf diese Frage wussten die Schüler zunächst keine Antworten. Als wir sie jedoch auf die schon bekannten Schwungtuchspiele aufmerksam machten, kamen sie auf die Idee, mit Tüchern beim Laufen „Luft einzufangen“. Unser Vorschlag, diese Idee auf Fahrradfahren und Rollschuhlaufen auszuweiten und in der nächsten Sportstunde auszuprobieren, stieß auf allgemeine Begeisterung. Die Schüler mussten hierzu ihre Fahrräder und Rollschuhe mitbringen. Wir versprachen, kleine „Segeltücher“ mitzubringen.

Der zweite Experimentiertag

Voller Neugierde warteten die Schüler am nächsten Morgen mit Fahrrädern und Rollschuhen auf dem Schulhof. Um den Tag gemeinsam zu beginnen und um auf das Thema aufmerksam zu machen, spielten wir zunächst **Schwungtuchspiele**. Aufgabe war es, durch kräftiges Hin- und Herschütteln des Tuches Luft in Bewegung zu bringen und durch das gleichzeitige Hochschleudern des Tuches Luft einzufangen.

Nach einer Viertelstunde wollten die Schüler aber die Segeltücher ausprobieren. Wir ließen sie zunächst ohne konkrete Aufgabenstellung experimentieren. Man konnte beobachten, wie sie es genossen, ein vom Lauf- und Fahrtwind aufgeblähtes Tuch hinter sich her zu ziehen. Natürlich kamen den Kin-



dern Assoziationen zu „Batman“ und zum Fliegen. Dies sah man nicht nur, man hörte es auch in ihren Rollenspielen.

Nach ca. zwanzig Minuten forderten wir die Schüler konkret auf, die Bremswirkung von Luft beim Laufen, beim Fahrrad- und beim Rollschuhfahren auf dem Schulhof zu erkunden. Dazu erhielten sie die Aufgabe, sich mit dem „**Segeltuch**“ in unterschiedlichen Geschwindig-

keiten und Körperhaltungen fortzubewegen und Luft „einzufangen“. Jetzt konnte man beobachten, wie sie z. B. kräftig in die Pedale traten, um eine möglichst hohe Geschwindigkeit einerseits, aber auch die sich nicht einstellende Erwartung des Abhebens zum Fliegen andererseits sinnlich voll auszukosten.

Um erst einmal überhaupt eine hohe Geschwindigkeit zu erreichen, probierten die Schüler unterschiedliche Körperhaltungen aus. Einige beugten z. B. auf dem Fahrrad ihren Oberkörper extrem nach vorn, zogen das „Segeltuch“ eng an den Körper, um sich dann im Moment der höchsten Geschwindigkeit aufzurichten und gleichzeitig das Segeltuch freizugeben.

Bei ihren Versuchen konnten sie

- unschwer sehen, wie sich das Tuch aufbläht und
- spüren, wie das Tuch bei höherer Geschwindigkeit an ihren Händen nach hinten zog.

Luft bremst.

□ □ □

*Ordne die folgenden Sätze den Bildern zu!
(Setze die Klammern in die Kästchen ein!)*

- 1. Die Radfahrerin wird fast gar nicht durch die Luft gebremst.*
- 2. Die Radfahrerin wird ein wenig durch die Luft gebremst.*
- 3. Die Radfahrerin wird stark durch die Luft gebremst.*

Warum bremst die Luft die Radfahrerin auf dem Bild Nr. 1 fast gar nicht, auf dem Bild Nr. 2 ein wenig und auf dem Bild Nr. 3 stark?

Abb. 1: Die Bremswirkung erkunden

Versuch: Fallschirmwettflug

Du brauchst dafür:

- einen großen Fallschirm
- einen kleinen Fallschirm



So geht es:

Stimm in jede Hand einen Fallschirm. Steige auf den großen Parashirt, halte sie hoch und lasse sie beide gleichzeitig losfliegen.

STOP! Zuerst kommt die Vermutung.

VERMUTUNG: (Freuze an!)

- Der große Fallschirm kommt schneller unten an.
- Der kleine Fallschirm kommt schneller unten an.
- Beide Fallschirme kommen gleich schnell unten an.

DURCHFÜHRUNG:

Nun führe den Versuch durch.

BEOBACHTUNG: Was hast du gesehen?

ERKLÄRUNG:

Abb. 2: Fallschirmversuche

Um diese vorreflexiven (leiblich-sinnlichen) Erfahrungen reflexiv zu übersteigen, erhielten die Kinder zu diesen Situationen ein **Arbeitsblatt**, das den Zusammenhang von Bremswirkung und Widerstandsfläche thematisierte (Abb. 1).

Nach ca. einer Stunde des Laufens, Fahrrad- und Rollschuhfahrens wurden die Erfahrungen und Arbeitsblattergebnisse im Klassenverband zusammengetragen, verglichen und besprochen. Solche Schüleräußerungen wie

- „Das Tuch stoppt“,

- „das Tuch zieht an den Händen“,
- „ohne Tuch bin ich viel schneller“,
- „wenn ich schnell fahre, brems das Tuch mehr“,
- „wenn ich langsam fahre, brems es nur ein bisschen“

lassen erkennen, dass die Schüler grundlegende Erfahrungen gemacht und angefangen haben, sich damit gedanklich auseinanderzusetzen.

Auch nach diesen Experimenten wurden die Ergebnisse in Form von Merksätzen gesichert:

(1) Wenn ein Radfahrer gegen den Wind fährt, so spürt er eine Kraft (die Luft), die ihn brems. Diese Kraft nennt man Luftwiderstand.

(2) Eine große Fläche (z. B. aufrecht sitzende Radfahrer in Bild 1) wird von der Luft stark gebremst, eine kleine Fläche wird wenig gebremst (z. B. gebeugt sitzende Radfahrer in Bild 3).

(3) Je größer die Fläche ist, gegen die die Luft drückt, desto stärker ist der Luftwiderstand. Die Radfahrer muss sich mehr anstrengen, um voranzukommen.

(4) Je kleiner die Fläche ist, gegen die die Luft drückt, desto geringer ist der Luftwiderstand. Die Radfahrer muss sich weniger anstrengen.

(Die unterstrichenen Wörter sollten von den Schülern in den Text eingesetzt werden).

In einer weiteren Situation sollten die Schüler das bereits Gelernte übertragen und anwenden. Die Aufgabe bestand darin, zwei unterschiedliche **Fallschirmmodelle** zu bauen und durch Experimentieren, Beobachten und Beschreiben den Zusammenhang zwischen der Größe einer Angriffsfläche und ihrer Bremswirkung zu erkennen und zu erklären (Abb. 2).

Auch die Ergebnisse dieser Erprobungsphase wurden anschließend im Klassenverband zusammengetragen, verglichen und besprochen. Auch aus den Erläuterungen der Kinder zum Fallschirmversuch

- „der Größere fällt langsamer, weil mehr Luft darunter ist“;
- „die Luft drückt den Fallschirm nach oben“;
- „die Luft brems den größeren Fallschirm mehr, weil mehr Luft von unten dagegen drückt“)

wird deutlich, dass sie sich mit der Sache reflexiv befassen.

Die erste Reflexionsphase, das Bauen von und Experimentieren mit den Fallschirmen und die Auswer-

tung dieser Experimentierphase nahmen insgesamt drei Zeitstunden in Anspruch.

Da in dieser Zeitspanne von den Schülern eine hohe und auch andauernde Konzentrationshaltung erwartet wurde, wollten wir einen bewegten und spannungslösenden Abschluss des Schultages. Deshalb spielten wir mit den Kindern abschließend noch einmal einige **Schwungtuchspiele**. Jetzt konnte man beobachten, dass die Schüler bewusst versuchten, möglichst viel Luft „unter“ das Tuch zu bringen, um z. B. bei den sich daraus entwickelten Platzwechselspielen möglichst viel Zeit für eben diesen Wechsel zu gewinnen.

Abschließende Bemerkungen

Wie das hier vorgestellte Beispiel zeigt, fordert die handelnde, leiblich-sinnlich-praktische Auseinandersetzung mit Naturphänomenen die Kinder zu einem Entdeckerverhalten heraus. Das Entdecken von Naturphänomenen fördert, wie Wertheimer (1964) es formuliert hat, das „produktive Denken“.

Durch das Sammeln von sinnlich-körperlichen Eindrücken werden Einsichten in physikalische Prinzipien und Gesetzmäßigkeiten so vorbereitet, dass sie später auch mit Leben gefüllt werden können. „Deshalb müssen wir“, wie zur Lippe schreibt, „für die späte Erfahrung das erste Erleben stark machen, und wir müssen es immer wieder stärken, indem wir zwischen den einzelnen Schritten zu ihm zurückzukehren suchen“ (1987, S. 363). Für die Verstärkung dieses ersten Erlebens brauchen junge Menschen, die neue Einsichten erwerben sollen, den sinnlichen Kontakt zu den Schlüsselphänomenen, um sich eine treffende Vorstellung machen zu können.

Allerdings kann eine vielseitige sinnliche Erfahrungsförderung nicht dazu führen, dass der naturwissenschaftliche Sachunterricht auf eine erlebnisbetonte Sinnesschulung reduziert wird (vgl. Schrenk, 1997, S. 200). Ganz im Sinne des Erfahrungsbegriffs von Dewey (1994) besteht die Wirksamkeit von Erfahrungen darin, aus ihnen Erkenntnisse zu gewinnen, die für zukünftiges Handeln bedeutsam sein können. Wie das Beispiel zeigt, werden die Schüler immer wieder auch aufgefordert, die gesammelten Erfahrungen zu überdenken und mit einer entsprechenden Fachterminologie zu verbinden.

Ich habe dieses Unterrichtsbeispiel deshalb so ausführlich vorgestellt, weil es für mich als deutlicher Hinweis auf die Chancen zur Neuorientierung für Schule und Unterricht dienen soll. Ich stimme mit der Interpretation von Laging (2005, S. 170 f.) überein, wenn er schreibt:

„Wir brauchen offenbar – und dies scheint in der PISA-Folgediskussion kaum aufgegangen – eine Stärkung des leiblich-sinnlichen Zugangs zur Welt, die in ein Bildungskonzept eingebunden ist, das die schulischen Leistungen sowohl in den kognitiven Fächern als auch im Bewegungsunterricht zu verbessern geeignet ist. Dies setzt aber andere Inszenierungen von Unterricht zur Auseinandersetzung mit den Lerngegenständen voraus, die im leiblich-sinnlichen Resonanzraum zu reflektieren sind“.

Für Wagenschein (1998, S. 376) ist – um noch einmal auf das Beispiel zurückzukommen – das Verstehen der physikalischen Phänomene „ohne dass man gründlich physikalische Kenntnisse erwirbt“ gar nicht möglich. Voraussetzungen hierfür sind „Einwurzelungen“ (1992, S. 79), wie Wagenschein sagt. Solche Vertiefungen oder auch „Einwurzelungen“ können dann gelingen, wenn man an den Vorstellungen und Erfahrungen der Lernenden

unter Einbeziehung der leiblich-sinnlichen Weltresonanzen anknüpft.

Literatur

- Bruner, J. S. (1974). *Lernen, Motivation und Curriculum*. Frankfurt a. M.: Fischer.
- Deutsch, P. & Kleindienst-Cachay, Ch. (2001). Der Beitrag des Sportunterrichts zum fächerübergreifenden Unterricht in der Grundschule. *sportunterricht*, 50 (5), 131–137.
- Dewey, J. (1994). *Erziehung durch und für Erfahrung*. Eingel., ausgew. und kommentiert v. H. Schreier. Stuttgart:
- Gebhard, U. (1990). Dürfen Kinder Naturphänomene beseelen? *Unterricht Biologie*, 14, 38–42.
- Kahlert-Reby, J. & Miedzinski, K. (1988). Physik spüren. Bewegungserfahrung mit einfachen Maschinen. *Grundschule*, 20 (3), 30–33.
- Köhnlein, J. (1986). Kinder auf dem Weg zum Verstehen. *Neue Sammlung* (4), 465–479.
- Laging, R. (2005). Bewegung und leibliche Bildung – bewegungspädagogische Überlegungen zum Bildungsbeitrag des Schulsports. In J. Bietz, R. Laging & M. Roscher (Hrsg.), *Bildungstheoretische Grundlagen der Bewegungs- und Sportpädagogik* (S. 159–179). Baltmannweiler: Schneider.
- Scherler, K. (1976). Bewegung und Spiel in der Eingangsstufe. *Die Grundschule*, 8 (1), 28–34.
- Schrenk, M. (1997). Zum Stand der naturwissenschaftlichen Elementarbildung. In R. Meier, H. Unglaube & G. Faust-Siehl (Hrsg.), *Sachunterricht in der Grundschule* (S. 194–203). Frankfurt am Main: Grundschulverband.
- Wagenschein, M. (1998). Erwiderung auf W. Kroebls Kritik an meinen Vorschlägen zum Physikunterricht. *MNU*, 21 (11), 374–378.
- Wagenschein, M. (1992). *Verstehen lehren*. Weinheim und Basel: Beltz.
- Wertheimer, M. (1964). *Produktives Denken*. New York und London: W. Kramer & Co.
- Zur Lippe, R. (1987). *Sinnenbewusstsein. Grundlegung einer anthropologischen Ästhetik*. Reinbek: Rowohlt.

Anschrift des Verfassers:

Prof. Dr.
Reiner Hildebrandt-Stramann
Technische Universität Braunschweig
Seminar für Sportwissenschaft und
Bewegungspädagogik
Pockelsstr. 11
38106 Braunschweig
R.Hildebrandt-Stramann@tu-bs.de

Einführung in das Basketballspiel nach dem spielgemäßen und dem genetischen Konzept

Ein Unterrichtsversuch von M. Thumfahrt

Der Verfasser vergleicht in einem Parallelversuch das „spielgemäße“, auf dem Prinzip des Überzahlspiels aufbauende Konzept von Getrost/Wichmann, mit dem „genetischen“ oder „erfahrungsorientierten“ von Loibl, bei dem die Schüler selbst geeignete Lösungsmöglichkeiten finden sollen (beide u. a. enthalten in: Hagedorn/Niedlich/Schmidt: Basketball-Handbuch, rororo Sport).

Als Versuchsklassen standen zwei koedukative 5. Klassen einer Gesamtschule mit 26 bzw. 24 Schülern zur Verfügung. Der Versuch erstreckte sich über jeweils fünf Doppelstunden und zwei Einzelstunden.

Für Loibl ist „Spielfähigkeit“ primär ein Problem der Wahrnehmung. Bereits beim Anfänger muss es darum gehen, die Lücke in der Verteidigung zu sehen, um am Gegner vorbeizuziehen und zum Korbwurf zu kommen, sich freizulaufen, jemanden freizuspielen und in der Verteidigung zu helfen. Die Vereinfachung des Spiels wird dabei durch eine Reduktion der *technischen* (es ist erlaubt, mit dem Ball zu laufen), nicht der taktischen Anforderungen erreicht. Durch niedrigere und größere Körbe soll außerdem die Trefferquote erhöht werden. Dies liegt vor allem im Interesse der schwächeren Spieler. Das Problem dürfte in der Umstellung auf das regelkonforme Spiel liegen.

Bemerkungen

1. Stunde: Das Grundniveau beim Passen und Fangen war allgemein gut. Gespielt wurde auf (niedrigere) Korbballständer. Strenge Handhabung der Foulregel, großzügige Handhabung der Schritregel. Selbstanzeige bei Foulspiel (macht teilweise Schwierigkeiten); Auswertungsgespräch: Unterschiedliche Spielanteile und ihre Ursachen, mögliche Regeländerungen, welche Regeln?

2. Stunde: In Klasse A wurde die Spielform 1:1+1 allgemein als Übungs-

Die beiden Unterrichtseinheiten waren wie folgt strukturiert:

„Spielgemäbes Konzept“ – Klasse A	„Genetisches Konzept“ – Klasse B
1. Stunde (Doppelstunde)	
Freies Dribbeln unter Einbeziehen der Körbe. Schwarzer-Mann-Basketball. Wettbewerb: Wanderbasketball gegen Dribbeln. Spiel 4 : 4 mit Videoaufzeichnung.	
2. Stunde (Doppelstunde)	
Druckpass und Dribbling in Staffelform. Spiel 1 : 1 + 1. Freilaufen und Durchbruch. Spiel 3 : 3 auf einen Korb. Spiel 4 : 4 auf zwei Körbe.	Druckpass und Dribbling in Staffelform. Unterrichtsgespräch: „Wie wollen wir Basketball spielen?“ Spiel 3 : 3 (bzw. 2 : 2) auf einen Korb. Unterrichtsgespräch: „Was können wir verbessern?“
3. Stunde (Doppelstunde)	
Offene Situation: „Bälle und Körbe.“ Einführung des einhändigen Standwurfs. Wurfwettbewerb. Spiel 1 : 1 + 1. auf einen Korb. Spiel 5 : 5 auf zwei Körbe	Offene Situation: „Bälle und Körbe.“ Dribbeln. Tigerball; Parteiball (mit Sternschritt). Spiel 3 : 2 und 3 : 3 auf einen Korb. Spiel 3 : 3 auf zwei Körbe.
4. Stunde (Einzelstunde)	
Videokonfrontation; Besprechung. Analyse eines NBA-Spiels	
5. Stunde (Doppelstunde)	
Parteiball 5 : 5 + 1 mit Sternschritt. Einhändiger Standwurf; Korbwürfe von der Seite. Einführung des Korblegers. Spiel 2 : 2 + 2 auf einen Korb. Spiel 4 : 4 auf zwei Körbe	Offene Situation: „Möglichst viele Körbe erzielen.“ Unterrichtsgespräch: „Wie treffe ich am besten?“ Einhändiger Standwurf. Unterrichtsgespräch: „Wie bekomme ich den Ball trotz Verfolger am besten in den Korb?“ Korbleger ohne Dribbling. Spiel 3 : 3 auf zwei Körbe
6. Stunde (Doppelstunde)	
Offene Situation: „Bälle und Körbe.“ Benotung im Spiel 1 : 1 + 1. Spiel 4 : 4 auf zwei Körbe mit Videoaufzeichnung	Offene Situation: „Bälle und Körbe.“ Benotung im Spiel 3 : 3 auf einen Korb. Spiel 4 : 4 auf zwei Körbe mit Videoaufzeichnung.
7. Stunde (Einzelstunde)	
Vergleichswettkampf der beiden Klassen im Spiel 5 : 5 mit großzügiger Auslegung der Schritregel (bis vier Schritte mit Ball erlaubt) und strenger Foulregel.	

form empfunden; recht passives Angreiferverhalten, Probleme mit der Schritregel.

3. Stunde: Unruhe und Lustlosigkeit

in Klasse A; Wunsch nach Wiedereinführung der Schritregel in Klasse B (nur die schwächeren Spieler enthalten sich der Stimme).

5. Stunde: Klasse A: Schwierigkeiten beim Parteeballspiel, besonders bei den schwächeren Spielern, Einbeziehung des Sternschritts gelingt; technische Mängel beim Standwurf; unterschiedliche Ergebnisse beim Korbleger; Spiel 2:2+2 gelingt, bleibt aber taktisch unvollkommen; beim Spiel 4:4 in homogenen Mannschaften zeigen die Schwächeren das bessere Spiel. Klasse B: Die „offene Situation“ wird gut genutzt; Schüler arbeiten beim Standwurf gut mit; Einführung des Korblegers ohne Dribbeln (Ball darf getragen werden) und gegen einen bzw. zwei passive Verteidiger gelingt gut; Spiel 3:3 zufriedenstellend; die Mädchen holen auf.

6. Stunde: Klasse A: Spielform 1:1+1 wurde weniger gut beherrscht als erwartet; vor allem bei den schwächeren Spielern Ansätze zu richtigem taktischem Verhalten erkennbar. Klasse B: Das Spiel 3:3 hatte gutes Niveau, vor allem im Zusammenspiel und erstaunlicherweise auch im Dribbeln; kaum Foulspiel; taktisches Verständnis auch bei den schwächeren Spielern.

Auswertung

Die Gesamtunterrichtszeit lag in beiden Klassen bei 510 Minuten. Die Unterschiede in der Aufteilung entfielen vor allem auf die Hauptspielformen (Klasse A 1:1+1, Klasse B 3:3 auf einen Korb).

Eine Fragebogenerhebung dokumentierte eine ausgesprochen positive Einstellung sowohl zum Sport als auch zum Basketballspiel in beiden Klassen. Die Einschätzung der Spielform 1:1+1 in Klasse A fiel besser, die des Spiels 3:3 in Klasse B etwas schlechter aus, als nach den Unterrichtseindrücken zu erwarten war. Die Angaben zur Lernkontrolle waren in Klasse A genauer als in Klasse B. Der Versuch einer Benotung der Hauptspielformen und des Gesamteindrucks ergab einen leichten Vorteil für die Klasse B.

Die Auswertung des Spiels 4:4 erbrachte folgendes Bild:

- Die Zahl der „Stationen“ bei einem Spielzug erhöhte sich in Klasse A nur wenig von 1,95 auf 2,08, in Klasse B deutlich von 1,83 auf 2,88. Auch die Zahl der beteiligten Spieler stieg in Klasse B deutlicher an. Das „genetische“ Konzept fördert das mannschaftliche Zusammenspiel also mehr als das „spielgemäße“.

- In beiden Klassen stieg die Zahl der mit einem Korbwurf abgeschlossenen Spielzüge etwa im gleichen Ausmaß an. Die Zahl der Ballverluste ging allgemein zurück, in Klasse B stärker als in Klasse A, am deutlichsten (naturgemäß) bei Ballverlusten durch Dribbling.

- Die Zahl der Korbwürfe stieg in Klasse A stärker an als in Klasse B. In Klasse B war jedoch die Trefferquote und die Wahl einer günstigen Wurfposition besser. Die Ursache hierfür liegt im besseren (und damit auch zeitlich längeren) Zusammenspiel.

- Die Taktik des „Ziehens zum Korb“ wurde in Klasse B häufiger angewandt.

- Die Zahl der Ballkontakte pro Spieler stieg in Klasse A nur leicht, in Klasse B sehr deutlich an. Diese Tendenz ist bei den schwächeren Spielern der Klasse B am stärksten, bei den besseren der Klasse A am geringsten. In Klasse A verblieben einige Schüler, die nach wie vor kaum in das Spiel eingebunden waren, in Klasse B war dies nicht zu beobachten.

- Betrachtet man das schwächste Drittel jeder Klasse, zeigt sich, dass in Klasse B nicht nur die Zahl der Ballkontakte, sondern auch der Korbwürfe und Korberfolge höher war als in Klasse A.

Die Klassenvergleichsspiele mit je fünf homogenen Mannschaften endeten

0:4, 0:2, 0:6, 0:4, 0:4. Die Klasse B konnte also alle Spiele gewinnen. Die Klasse A erzielte keinen einzigen Korb.

Zusammenfassend lässt sich feststellen:

- Beide Klassen machten Fortschritte, vor allem im Verhältnis von Ballverlusten zu Korbwürfen und in der Häufigkeit des „Ziehens zum Korb“.

- Das „Überzahlspiel“ fördert den schnellen Drang zum Korb und führt zu vielen Korbwürfen; das Mannschaftsspiel wird vernachlässigt.

- Das Spiel 1:1+1 konnte kaum auf das Spiel 4:4 übertragen werden. Es schult primär die individualtaktischen Fähigkeiten, die bei Anfängern nicht so sehr zum Tragen kommen. Es dürfte somit seine Bedeutung vor allem auf einer höheren Ausbildungsstufe haben.

- Das genetische Konzept schult vor allem das mannschaftliche Zusammenspiel, führt zu besseren Wurfpositionen und Wurferefolgen und integriert die schwächeren Spieler ohne die besseren zu benachteiligen. Es setzt eine bereitwillige Klasse voraus (was gegeben war).

- Ungeklärt blieb, ob der Übergang zum regelkonformen Spiel dadurch schwieriger wird als beim „Überzahlspiel“. Offensichtlich sind dort die Schwierigkeiten mit der Schrittregel aber nicht geringer.

Zusammengefasst von StD Manfred Zugck, Fichtenweg 7, 69181 Leimen

Wollten Sie nicht auch einmal einen Beitrag schreiben?

LEHRHILFEN für den sportunterricht

Verlag: Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG, Postfach 13 60, D-73603 Schorndorf, Telefon (0 71 81) 402-0, Telefax (0 71 81) 402-111

Druck:
Druckerei Djurcic
Steinwasenstraße 6–8, 73614 Schorndorf

Redaktion:
Heinz Lang
Neckarsulmer Str. 5, 71717 Beilstein

Erscheinungsweise:
Monatlich (jeweils in der 2. Hälfte des Monats).

Bezugspreis: Im Jahresabonnement € 20.40 zuzüglich Versandkosten. Die Abonnementrechnung ist sofort zahlbar rein netto nach Erhalt. Der Abonnement-Vertrag ist auf unbestimmte Zeit geschlossen, falls nicht ausdrücklich anders vereinbart.

Abbestellungen sind nur zum Jahresende möglich und müssen spätestens 3 Monate vor dem 31. Dezember beim Verlag eintreffen.

Unregelmäßigkeiten in der Belieferung bitte umgehend dem Verlag anzeigen. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und des Verlags mit Quellenangabe. Unverlangte Manuskripte werden nur dann zurückgesandt, wenn Rückporto beiliegt. International Standard Serial Number: ISSN 0342-2461



Reiner Braun / Anke Goriss / Prof. Dr. Stefan König

Doppelstunde Basketball



Unterrichtseinheiten und Stundenbeispiele für Schule und Verein
2. Auflage 2006

Das Buch enthält jeweils 6 Übungseinheiten für Unter-, Mittel- und Oberstufe. Die Übungseinheiten sind jeweils auf einen Zeitraum von ca. 80 Minuten zugeschnitten und können ohne großen Aufwand für die Unterrichts- und Trainingsvorbereitung verwendet werden. Das Buch ist für alle Personen interessant, die 10- bis 19-Jährige unterrichten oder trainieren sollen. **Jedem Buch liegt eine CD-ROM bei, auf der Techniken und taktische Abläufe in Videoclips dargestellt werden.** Durch die Spiralheftung ist das Buch auch in der Handhabung sehr praxisorientiert.

15 x 24 cm, 136 Seiten + CD-ROM, ISBN 978-3-7780-0512-5

Bestell-Nr. 0512 € 19.90



Peter Vary (Red.)

1006 Spiel- und Übungsformen im Basketball

7. Auflage 2002

Sportlehrer mit jahrelanger Erfahrung in der Spielpraxis erstellen ein Buch, das aus der Praxis für die Praxis geschrieben ist. Es liefert Möglichkeiten und Anregungen für die Gestaltung des Unterrichts in der Schule, bietet aber auch für Vereinstrainer wertvolle Übungs- und Spielformen.

DIN A5 quer, 320 Seiten

ISBN 978-3-7780-6265-4

Bestell-Nr. 6267 € 20.80



Jörg Baumberger (Red.)

704 Spiel- und Übungsformen im Handball

Mit spielübergreifender Grundschulung

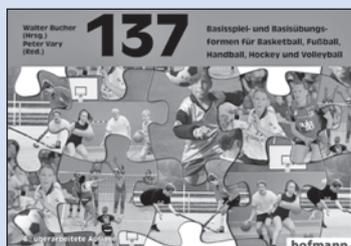
3., überarbeitete Auflage 2007

Höchste Zeit dem Handball-Spiel neue Impulse zu verleihen. Dieses Buch enthält dazu viele Spiel- und Übungsformen. Mit der Beschränkung auf 10 wichtige Spielregeln macht der Autor allen Lehrpersonen in der Schule und dem Verein Mut, das Handball-Spiel wieder vermehrt zu spielen.

DIN A5 quer, 180 Seiten

ISBN 978-3-7780-2043-2

Bestell-Nr. 2043 € 16.80



Peter Vary (Red.)

137 Basisspiel- und Basisübungsformen für Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball

4., überarbeitete Auflage 2008

Der Autor zeigt einen einfachen aber erfolgreichen Vermittlungsweg von den ersten Begegnungen mit dem Ball bis zu schulgemäßen Formen der wichtigsten Sportspiele auf.

DIN A5 quer, 84 Seiten

ISBN 978-3-7780-2374-7

Bestell-Nr. 2374 € 12.-

Bestellschein auf Seite 16



Prof. Dr. Klaus Roth /
Dr. Daniel Memmert /
Renate Schubert



Ballschule Wurfspiele

Das Buch ist eine Fortführung des Bandes „Ballschule – Ein ABC für Spielanfänger“. Die Kinder und Jugendlichen erwerben – mit einem Schwerpunkt auf freie, spielerische Erfahrungssammlungen – vor allem taktische, koordinative und technische Basiskompetenzen. In ausführlichen Praxiskapiteln werden zahlreiche Spielformen und Übungsbeispiele für den Vereinssport präsentiert. **Inklusive CD-ROM mit Videoclips.**

DIN A5, 152 Seiten + CD-ROM
ISBN 978-3-7780-0211-7
Bestell-Nr. 0211 € 19.80

Bestellschein Fax-Bestellschein

- | | | | | |
|--|---|---------|--|---------|
| <input type="checkbox"/> Stationsarbeit im Sportunterricht und Vereinstraining |  | € 12.90 | <input type="checkbox"/> 704 Spiel- und Übungsformen im Handball | € 16.80 |
| <input type="checkbox"/> Doppelstunde Basketball | | € 19.90 | <input type="checkbox"/> 137 Basisspiel- und Basisübungsformen für Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball | € 12.– |
| <input type="checkbox"/> 1006 Spiel- und Übungsformen im Basketball | | € 20.80 | <input type="checkbox"/> Ballschule Wurfspiele | € 19.80 |

Versandkosten € 2.–; ab einem Bestellwert von € 20.– liefern wir innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.

Werbeantwort

An den
Hofmann-Verlag
Steinwasenstraße 6–8
73614 Schorndorf

Absender:

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Datum, Unterschrift

WKZ 9/201