

## Aggressives Verhalten im Sport erkennen, deuten und spielerisch darstellen

Dr. Reinhard Erlemeyer

### Grundlagen, Rahmenbedingungen und Voraussetzungen

Das Unterrichtsvorhaben soll verdeutlichen, wie das *praktische Erleben im eigenen Handeln* mit seinen subjektiven Wahrnehmungsprozessen in einer anschließenden *theoriebasierten Reflexion* zur Erfahrung wird. Aus dieser Erfahrung werden die Problemstellung und Zielfindung abgeleitet. Sie bildet damit auch die Grundlage für *motorische und theoretische Erarbeitungsprozesse*. Deren Ergebnisse werden im Plenum präsentiert und in einer *abschließenden Reflexion* auf die Theorie zurückbezogen und evaluiert. So kann durch diese vier

#### Praxis -Theorie- Verknüpfung ➔

- im praktischen Handeln Erfahrungen machen/ Problemaufwurf
- theoretische Reflexion und Einordnung/Ziel- und Lernwegbestimmung
- praktische Problemlösung/kognitive und motorische Erarbeitung
- theoretische Evaluation/Überprüfung der Ergebnisse

Schritte eine Verzahnung theoretischer und praktischer Elemente des Sportunterrichtes über das gesamte Unterrichtsvorhaben an der Sportstätte gelingen. Es zeigt sich zusammengefasst folgendes Prinzip:

Das Vorhaben wurde in einer Jahrgangsstufe 12 an einer Gesamtschule in Westfalen durchgeführt. An dem Grundkurs nahmen 21 Schülerinnen und 11 Schüler teil, wovon 7 Sport als 4. Abiturfach gewählt hatten. Schwerpunkte im Kursprofil waren der Umgang

mit Angst, Emotionen und Risiko/Wagnissituationen (Päd. Persp. C „Etwas wagen und verantworten“) und das Bewegungsfeld „Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele“. Die Schülerinnen und Schüler (SuS) konnten aus der Arbeit in früheren Vorhaben zum Thema „Angst“ klassische Entstehungstheorien zu Emotionen. Sie konnten nach erarbeiteten Kriterien den Ausprägungsgrad dieser Emotionen qualitativ und quantitativ einschätzen und auf sportliches Handeln beziehen.

### Struktur des Vorhabens – Übersicht

Gelungene Praxis-Theorie-Verknüpfung in der Sek II bedeutet nicht zwangsläufig, dass das grundlegende Prinzip *jede einzelne* Unterrichtseinheit strukturiert. Im

#### AUS DEM INHALT:

##### Dr. Reinhard Erlemeyer

Aggressives Verhalten im Sport erkennen, deuten und spielerisch darstellen 1

##### Anika Ehrenheim

„Ticken-Würfeln-Laufen“ – kleine Bewegungsspiele zum Thema Rollen 5

##### Frank Buchholz & Sascha Rau

„Kein Plan von Streetball“ – von der Reflexion des eigenen Basketballspiels zum fairen und regelgerechten Miteinander 7

##### Ulrich Fischer

Power-Volleyball – unverzichtbar für den Volleyballunterricht 13

1. UE „Was macht mich im Sport sauer? – Wir erleben aggressionssteigernde Situationen am eigenen Leib und reflektieren sie“. Erleben von Handlungssituationen im Sport, die zu aggressivem Verhalten führen im Hinblick auf eine erfahrungsgeleitete Strukturierung des Unterrichtsvorhabens.

2. UE „Geht's auch ohne? – Wir spielen ohne Aggressionen.“ Vertiefung der erlebten Erfahrungen durch Kontrastierung; Klärung und Sicherung der Terminologie.

3. UE: „Triebtheoretischer Ansatz – kann man durch Sport Aggressionspotentiale verringern?“ – Erarbeitung triebtheoretischer Ansätze von Lorenz und Freud durch Referat. Einschätzen des eigenen aktuellen Aggressionspotentials und Erprobung der Katharsistheorie.

4. u. 5. UE: „Frustrationen lösen Aggressionen aus – im Sport auch?“ Erarbeitung der Theorien von Bandura durch Referat. Prüfen und Variieren von geeigneten Darstellungskriterien für Gestaltungen. Erarbeitung und Präsentation sowie beurteilende Reflexion in arbeitsgleichen Kleingruppen zur Entstehung von Aggressionen nach der Aggressions-Frustrations-Theorie.

6. u. 7. UE „Lerntheoretische Ansätze – Wir spielen Szenen zur Aggressionsentstehung im Sport.“

Erarbeitung, Präsentation und beurteilende Reflexion von lerntheoretischen Ansätzen (Konditionieren, Lernen am Erfolg, Modelllernen) in einer arbeitsgleichen Gruppenarbeit und festgelegter Gestaltungskriterien in einem Rollenspiel zum Basketballspiel.

8. UE: „Aggression ist nicht gleich Aggression im Sport.“ Abschließende Reflexion mit dem Schwerpunkt einer Differenzierung von spielimmanenter gewünschter Aggression und unfairer schädigender Aggression. Beurteilende Überprüfung im freien Spiel durch Selbst- und Fremdbeobachtung.

9. UE: „Klausur zur Aggressionsentstehung im Sport“

vorliegenden Beispiel phasiert es *die Struktur des gesamten Vorhabens*:

- In der einführenden Unterrichtseinheit machen die SuS Erfahrungen mit aufkommender Aggressivität und leiten daraus Problemstellungen und Zielformulierungen ab und einigen sich auf das methodische Vorgehen;
- in den folgenden Unterrichtseinheiten erarbeiten sie die theoretischen Grundlagen (Aggressionsformen; Aggressionsentstehungstheorien; Katharsistheorie) und gestalten eine motorische Umsetzung dieser Ansätze durch Spielszenen.
- Anschließend präsentieren sie die Ergebnisse, reflektieren und evaluieren sie unter Theoriebezug.
- Eine Sicherung und Anwendung erfolgt durch Spielbeobachtungen und eine Überprüfung durch eine Klausur.

Es wurden 9 Unterrichtseinheiten des Vorhabens zu jeweils 60 Minuten durchgeführt:

### 1. UE: Problemfindung – „Wieso werde ich aggressiv?“

Eines der wesentlichen Charakteristika einer gelungenen Praxis-Theorie-Verknüpfung ist die Ableitung eines Problems aus den Wahrnehmungen „am eigenen Leibe“, die im praktischen Handeln gewonnen werden. Besonders wirksam sind diese Wahrnehmungen, wenn sie im Widerspruch zum Normalen stehen und einen Bruch mit dem Üblichen darstellen. Dann werden sie durch diese „Verstörung“ bewusst und die daraus resultierenden Erfahrungen führen dazu, die Perspektive auf die Dinge der Welt zu verändern oder zu erweitern. Dies stellt einen motivierenden Lernanlass dar und daraus können sich neue Lösungsansätze und Handlungsmuster für Anforderungssituationen ergeben – was einen Kompetenzerwerb bedeutet.

Aber wie können im Sportunterricht Situationen praktischen Handelns arrangiert werden, in denen Aggressivität wächst und Aggressionen entstehen – ohne dass die Situation entgleitet oder gefährlich wird?

Hier wurde der Versuch gewagt, *durch spezifisches Lehrerverhalten gezielt Aggressivität zu provozieren*. Verantwortet wurde dieses, da die SuS dem Lehrer seit langem bekannt waren und das Verhältnis als besonders vertrauensvoll und stabil eingeschätzt werden konnte. Schon bei der Begrüßung und der Einführung in die Stunde verhielt sich der Lehrer autoritär, betont kühl bis an die Grenze zur Unhöflichkeit und reagierte seinerseits aggressiv auf kleinste Verspätungen oder Störungen bei Stundenbeginn. Er teilte dem Kurs mit, es handele sich um ein Unterrichtsvorhaben zur Verbesserung der Spielfähigkeit beim Basketball und zunächst solle gespielt werden um spezifische Bedarfe für die Weiterarbeit zu ermitteln.

Der Lehrer stellte dazu willkürlich recht ungerechte Mannschaften zusammen und ließ die Schüler 5:5 spielen. Während der einzelnen Spiele „verpiff“ er als Schiedsrichter die Spiele, fällte ungerechte Entscheidungen und reagierte auf Protest oder Widerspruch durch Hinausstellen und verbale Sanktionen. Die Stimmung sank und nach anfänglich zurückhaltender Irritation wurden die Reaktionen aggressiver. Verschärft wurde die Entwicklung noch durch eine Schülerin und einen Schüler, die vorher in das Geschehen eingeweiht waren und ihrerseits durch Provokationen und abwertende Kommentare die Aggressivität weiter schürten. Bevor die Stimmung eskalierte und es tatsächlich zu unerwünschten oder gar gefährlichen aggressiven Handlungen kommen konnte, wurde die Situation nach ca. 25 Minuten aufgelöst. In einer Reflexionsphase, in der der Lehrer wieder zu seiner gewohnten dialo-

gischen und freundlichen Gesprächsführung zurückkehrte, bekamen die SuS Gelegenheit, ihre Befindlichkeiten zu äußern. Praktisch alle berichteten von anfänglicher Irritation und anschließend aufkommender stark aggressiver Stimmung und Unlust. Nahezu ohne Lenkung durch den Lehrer problematisierten sie die Entstehungsbedingungen der Aggressivität und ihre Formen und stellten die Frage nach Bedeutung und Folgen sowie Interventionsmaßnahmen. Damit konnten aus dieser affektiv gefärbten Einführungsphase die zu bearbeitenden Probleme und die Zielvorgaben für die weitere Erarbeitung abgeleitet werden. In Referaten sollten Entstehungstheorien geklärt und deren Relevanz für den Sport sollte praktisch erprobt und bearbeitet werden. Der praktische Ausarbeitungsansatz der Problematik wurde vom Lehrer vorgeschlagen: Zur Bearbeitung sollten die SuS in Kleingruppen die durch Referate erworbenen Kenntnisse über Aggressionstheorien in Spielszenen zum Basketball gestalterisch umsetzen, anwenden und so vertiefen<sup>1</sup>.

## 2. und 3. UE: Theoretische Begründungen – Theorien zur Aggressionsentstehung

Zur Bearbeitung verschiedener Aggressionsformen (z.B. verbal, tätlich, gegen Personen, gegen Gegenstände...) und einer korrekten Terminologie (Aggressivität, Aggression, Zorn, Wut usw.) als Hausaufgabe wurden dem gesamten Kurs Arbeitsmaterialien zur Verfügung gestellt. Die Theorien zur Aggressionsentstehung<sup>2</sup> wurden als Referatthemen an SuS vergeben.

Da die Referate in den unmittelbar folgenden Unterrichtseinheiten noch nicht fertig sein konnten, um als Grundlagen für die praktische Erarbeitung zu dienen,

<sup>1</sup> Hier lag die gleiche Problematik wie in der Einführungsphase vor: Es sollte praktisch mit Aggressivität und Aggressionen gearbeitet werden, ohne dass ein zu hohes Risiko für tatsächliche Gefahren entstand. So bot sich das Bewegungsfeld 4 „Gestalten darstellen“ an, da dabei das Risiko möglicher Eskalationen am geringsten erschien, da eher auf einer Metaebene mit den aggressionsauslösenden Situationen gearbeitet wurde.

<sup>2</sup> Für den Grundkurs wurden hier die Triebtheorien von FREUD (1977) und LORENZ (1992) relativ kurz behandelt und als praktisch gut bearbeitbar Frustrations-Aggressionstheorien und verschiedene Lerntheorien in den Mittelpunkt gestellt. Die Referenten bekamen zur Bearbeitung eine Zusammenfassung nach NOLTING „Lernfall Aggression“ (1990). Im parallel an einem Gymnasium ähnlich durchgeführten Vorhaben im Leistungskurs wurden zusätzlich soziologische Ansätze (z.B. nach HEITMEYER 2000) verwendet.

<sup>3</sup> Nach den triebtheoretischen Ansätzen von FREUD (1977) oder LORENZ (1992) generiert sich Aggressivität im Individuum als Trieb „aus sich selbst“, was für die SuS kaum in Szenen darzustellen ist.

wurde eine Unterrichtseinheit eingeschoben, in der versucht wurde, als Kontrast zu den gemachten Erfahrungen während der Einführung nun *völlig aggressionsfrei* zu spielen und zu kommunizieren und so diese Erfahrungen durch die Gegenüberstellung auszuscharfen.

Die ersten in Referaten der Folgestunde vorgestellten Theorien folgten dem triebtheoretischen Ansatz. Da sie nur sehr schwer praktisch umzusetzen wären<sup>3</sup>, wurden sie genutzt, um an dieser Stelle die Theorie der Katharsis zu bearbeiten, die sich auf diese Theorieansätze stützt. Hierzu schätzten die SuS ihren aktuellen Aggressivitätslevel in einem 5-stufigen Selbsteinschätzungsbogen zu Beginn der Stunde ein. Anschließend konnten sie sich an verschiedenen frei wählbaren Stationen (Stepp-Aerobic, Streetbasketball, Laufen) individuell „auspowern“. Abschließend wurde der Einschätzungsbogen zum Aggressivitätslevel wieder erhoben und mit den Eingangswerten verglichen.

Im Ergebnis sah der Kurs die Möglichkeit des Aggressivitätsabbaus durch Sport eher kritisch. Eine Schülerin berichtete sogar von einer Aggressivitätssteigerung durch Misserfolge beim Basketball – ein Beitrag, auf den in der nächsten Stunde, in der es um die Frustrations-Aggressions-Theorie ging, im Sinne erlebter Praxis wieder zurückgegriffen werden konnte. Als Hausaufgabe wurde noch einmal eine Zusammenfassung der in einem früheren Vorhaben zur Stepp-Aerobic erarbeiteten Kriterien für das Gelingen gestalterischer Darstellungen zur Reaktivierung und Vorbereitung ausgehändigt.

## 4. – 7. UE: Motorisch-praktische Erarbeitung – Gestaltung von Szenen zur Aggressionsentstehung im Basketballspiel und Präsentation, Reflexion und Evaluation der Arbeitsergebnisse – Bezug zu den Aggressionstheorien herstellen

Die Unterrichtseinheiten liefen ähnlich ab: Zu Beginn wurde durch Referate jeweils ein weiterer theoretischer Ansatz zur Aggressionsentstehung allgemein vorgestellt und in einer Plenumsdiskussion auf den Sport bezogen. Die Ansätze waren verschiedene Formen der „Frustrations-Aggressions-Theorie“ und Aspekte des lerntheoretischen Ansatzes (Modelllernen, Lernen an Erfolg und Misserfolg“ – siehe auch Fußnote 2).

In vier Kleingruppen wurde dann versucht, Szenen des Basketballspiels zu entwickeln und zu erproben, die die Aggressionsgenese im Sport nach der vorgestellten Theorie verdeutlichen. Z.B. wurden Situationen gespielt, in denen im Spiel erlebte Frustrationen durch Misserfolge oder Schiedsrichterfehlscheidungen zu aggressiven Handlungen wie Fouls führten oder Spieler übernahmen fremde nichtgeahndete Foulspielsitua-



**Dr. Reinhard Erlemeyer**

Lehramtstudium Sek I und II für die Fächer Sport und Biologie an der Ruhr Universität Bochum;  
Lehrer an verschiedenen Gymnasien und Gesamtschulen;  
Promotion an der Ruhr Universität Bochum 1997 (Dr. sportwiss.);  
Seit 2007 Fachberater für das Fach Sport für die Bez. Reg. Arnsberg;  
Seit 2012 Fachleiter für das Fach Sport am ZfSL Bochum

E-Mail: rei.erlemeyer@arcor.de

tionen ins eigene Handeln im Sinne eines Imitationslernens usw.

Daneben war eine weitere Aufgabe, ein klar strukturiertes und detailliertes Drehbuch der erarbeiteten Szenen zu verfassen, um zu viel Improvisation zu vermeiden. In den folgenden Stunden standen zunehmend mehr Theorieansätze zur Verfügung und die SuS bekamen immer mehr Routine und Ideen in der gestalterischen Umsetzung. Nachdem anfänglich die Ergebnisse eher Rollenspielcharakter mit längeren erläuternden Redeanteilen hatten, wurden die gestalterischen Instrumente mit zunehmender Erfahrung variabler und reichhaltiger. Bevorzugt wurden dabei Elemente wie „Zeitlupe – Echtzeit“ zur Akzentuierung und Aufmerksamkeitslenkung auf besonders relevante Aspekte oder pantomimische Darstellungsweisen eingesetzt.

Nachdem alle Theorien bearbeitet wurden, fassten die Kleingruppen ihre Ergebnisse zu einer abschließenden Kür zusammen. Diese wurden dem Plenum ohne Kommentar und Vorbemerkungen nacheinander vorgestellt. Die Zuschauer beobachteten die Präsentationen unter zwei Gesichtspunkten: Einerseits wurde der Theoriebezug evaluiert; dabei versuchten die Zuschauer, die aggressionsauslösenden Faktoren und Umstände zu identifizieren und einer der Theorien zuzuweisen. Andererseits wurde aber auch die Qualität der Gestaltung kriteriengeleitet beurteilt. Anschließend diskutierten Akteure und Zuschauer die Intentionen der Arbeitsgruppe im Vergleich zur Wahrnehmung der Zuschauer. In allen Fällen gelang die eindeutige Identifikation der den Szenen zu Grunde gelegten Theorien durch die Beobachter korrekt und unproblematisch.

### 8. und 9. UE: Anwendung, Ausblick und Evaluation

In der letzten „praktischen“ Stunde des Vorhabens wurde noch einmal Basketball 5:5 gespielt, wobei die jeweils nicht beteiligten Kursteilnehmer die Aufgabe hatten, das Spiel unter der Perspektive aggressionsaus-

lösender Momente zu beobachten. In einigen Fällen bestätigten m.E. einzelne Beiträge den tatsächlichen Kompetenzerwerb durch das Vorhaben: So äußerte eine Schülerin spontan: „Ich sehe das Basketballspiel jetzt mit ganz anderen Augen!“ – Schöner kann man einen Perspektivwechsel kaum formulieren.

In den abschließenden Diskussionen und Theoriephasen wurde problematisiert, dass es im Sport neben den hauptsächlich negativ bewerteten destruktiven Aggressionsformen auch gewollte und „gute“ Aggressionen im Sinne des regelgerechten Wettkampfes gibt. Interventionsmaßnahmen gegen unerwünschte Aggressionen wurden begleitend ausgehend von den Theorien (negative Modelle vermeiden, unfaires und aggressives Verhalten nicht belohnen usw.) angerissen und als möglicher Schwerpunkt eines weiteren zukünftigen Vorhabens zur Thematik vorgeschlagen.

In der Theorie wurden der Kenntniserwerb und die Transferfähigkeiten – zumindest für die SuS, die Sport als Abiturfach gewählt hatten – in Form einer Klausur evaluiert: Ein Zeitungsartikel über ein Jugendfußballspiel in Süddeutschland, in dem über massive gewalttätige Ausschreitungen zwischen Spielern, Eltern, Zuschauern und Schiedsrichter berichtet wurde, sollte unter Verwendung der bekannten Aggressionstheorien im Hinblick auf Aggressionsformen und ihre Entstehung analysiert werden. Mögliche Interventions- oder Vermeidungsmaßnahmen sollten andiskutiert werden.

#### Literatur

- FREUD S. *Das Unbehagen in der Kultur*. Fischer Hamburg 1977.  
HEITMEYER W. (zus. m. R. ANHUT): Desintegration, Konflikt und Ethnisierung. Eine Problemanalyse und theoretische Rahmenkonzeption. In: W. HEITMEYER & R. ANHUT, *Bedrohte Stadtgesellschaft*. Juventa, Weinheim/München 2000.  
LORENZ K. *Das sogenannte Böse, zur Naturgeschichte der Aggression*. DTV München 1992.  
MSWWF NRW (Hrsg.) *Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe II Gymnasium/Gesamtschule Sport*. Ritterbach Frechen 1999.  
NOLTING, H.-P. *Lernfall Aggression – Wie sie entsteht – Wie sie zu vermindern ist*. Rororo, Reinbek 1990.

#### Aufgeschnappt

„Wer an die Zukunft glaubt, glaubt an die Jugend. Wer an die Jugend glaubt, glaubt an Erziehung. Wer an Erziehung glaubt, glaubt an Sinn und Wert der Vorbilder“.

„Bei Vorbildern ist es unwichtig, ob es sich dabei um einen großen Dichter, um Mahatma Gandhi oder um Onkel Fritz aus Braunschweig handelt, wenn es nur ein Mensch ist, der im gegebenen Augenblick ohne Wimpernzucken gesagt oder getan hat, wovon wir zögern“.

Erich Kästner

# „Ticken-Würfeln-Laufen“ – kleine Bewegungsspiele zum Thema Rollen

Anika Ehrenheim

## Das Affenkrankenhaus

Eine Weichbodenmatte wird in die Mitte der Halle gelegt. Zwei mit Parteibändern markierte Ticker (Fänger) müssen versuchen so viele Schüler („Affen“) wie möglich zu ticken. Ein getickter Schüler muss sich dann auf den Boden (Rücken auf dem Boden) legen und auf Hilfe warten. Er kann wieder befreit werden, indem ihn vier andere Schüler gemeinschaftlich an Beinen und Armen auf den Weichboden („ins Krankenhaus“) tragen.

## Brückenkriegen

Acht Matten werden kreuz und quer in der Halle verteilt. Zwei mit Parteibändern markierte Kinder müssen so viele Schüler wie möglich ticken. Wer getickt ist, legt sich quer am Rand auf/über eine Matte. Die Befreiung der getickten Personen erfolgt durch ein Vorwärtsrollen über den Mitschüler.

## Würfellauf

Auf einer Tafel werden der Augenzahl eines Würfels entsprechend sechs verschiedene Bewegungsformen angeschrieben (z. B. 1 = Hopselauf + Vorwärtsrolle, 2 = Lauf mit den Hacken an den Po + Rückwärtsrolle, 3 = Knie zur Brust ziehen + Seitwärtsrolle, 4 = Sidestep + Vorwärtsrolle usw.). Jede(r) in der Gruppe darf einmal für die gesamte Gruppe à 5–7 Schüler würfeln und bestimmt somit die Bewegungsvorgabe für eine Runde um das Feld. Alle Gruppenmitglieder müssen gemeinsam diese Runde sowie die Rollen auf den an den Stirnseiten ausgelegten Matten absolvieren. Ist die Runde absolviert, so ist der nächste Schüler an der Reihe und darf würfeln. Je nach Gruppengröße muss jede Gruppe somit ca. 5–7 Runden zurücklegen. Wichtig: kein Wettbewerb auf Zeit!

## Aufgeschnappt

„Lang ist der Weg durch Lehren, kurz und wirksam durch Beispiele“

*Seneca Junior (0-65) aus Die Schule der Weisen*

## Ticken

In einem Feld von etwa Volleyballfeldgröße werden vier Matten an den Stirnseiten ausgelegt. Zwei mit Parteibändern markierte Schüler müssen nun so viele Schüler wie möglich ticken. Wer getickt wird, darf sich eine Matte auswählen und muss eine Rolle (Vorgabe: z. B. nur Vorwärtsrolle oder nur Rückwärtsrolle) zur eigenen Befreiung machen. Wer die Linie der Feldmarkierung während des Spiels übertritt, gilt ebenfalls als getickt.

## Schattenlauf

In der Halle werden zahlreiche Matten kreuz und quer verteilt. Schüler A läuft durch die Halle und macht Laufbewegungen und Rollen vor (z. B. Hopselauf, Vorwärtsrolle, Hinken, Armkreisen, Seitwärtsrolle usw.). Schüler B läuft dem Vordermann hinterher und macht diese Bewegungen nach (Schattenläufer). Danach tauschen die Schüler die Rollen. Nun wird der Vordermann zum Schattenläufer.

## Stopplauf mit Rollen über Hindernisse

Es werden acht Matten kreuz und quer in der Halle verteilt und Hindernisse darauf gelegt (z. B. Medizinball, Kastendeckel, Bananenkarton, kleiner Kasten usw.). Die Schüler laufen zur Musik außen um das Feld herum. Bei Musikstopp laufen die Schüler quer durch die Halle und versuchen dabei so viele Hindernisse wie möglich zu über- bzw. von ihnen herunter zu rollen (z. B. kleiner Kasten).

Vgl. Lehrhilfen 1/2013 „Rund um die Rolle – „Roll mal anders!“. Die vorgeschlagenen Spielformen können eine Schwerpunktstunde vom Thema „Rollen“ einleiten.



**Anika Ehrenheim**  
ist Englisch- und Sport-  
lehrerin am Gymnasium  
Grootmoor in Hamburg

E-Mail:  
aehrenheim@gmx.de



DIN A 5 quer, 336 Seiten  
ISBN 978-3-7780-2262-7  
**Bestell-Nr. 2262 € 24.90**

Edi und Martin Bachmann (Red.)

*Neu!*

## 1005 Spiel- und Übungsformen im Volleyball und Beach-Volleyball

### 12. überarb. und erweiterte Auflage 2013

Das Buch, in 12 Unterkapitel zu je 50–250 Spiel- und Übungsformen gegliedert, soll sowohl den Sportlehrer wie auch den Vereinstrainer ansprechen. Es ist aber vor allem jenen gewidmet, welche auf spielerische Art dieses herrliche Spiel vermitteln wollen. Die 12. Auflage wurde neu strukturiert und grafisch aufbereitet.

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter [www.sportfachbuch.de/2262](http://www.sportfachbuch.de/2262)

# „Kein Plan von Streetball“ – von der Reflexion des eigenen Basketballspiels zum fairen und regelgerechten Miteinander<sup>1</sup>

Frank Buchholz & Sascha Rau

Ziel war, die motorischen Fertigkeiten im Mannschaftsspiel Basketball zu verbessern und den Erwerb von Kenntnissen im Zusammenhang von Aggression und Fairness anzulegen, um in dieser und in anderen Sportarten zukünftig handlungsfähiger zu werden. Somit verstehen wir die Anlage als einen Ansatz zur Verknüpfung von sportlichem Können und lebendigem Wissen, welches die Schülerinnen und Schüler (SuS) auf der Basis der eigenen unterrichtlichen Erfahrungen im Rahmen des Unterrichtsvorhabens reflektiert haben, um es zukünftig nutzen zu können.

In der Jahrgangsstufe waren 21 Schülerinnen und Schüler, die in einer Doppelstunde pro Woche unterrichtet wurden. Die räumliche und materielle Ausstattung der Schule ist als sehr gut zu bezeichnen (ein Hallendrittel, 8 verwendbare Körbe, ausreichendes Ballmaterial). In der Anlage des Vorhabens im Rahmen des Projektes bestand zudem in drei von sechs Doppelstunden die Möglichkeit im Team zu unterrichten, was aber zur grundsätzlichen Durchführung dieses Vorhabens nicht notwendig ist.

## 1. Doppelstunde: „Was ist besonders gut und was ist besonders negativ an unserem Basketballspiel?“

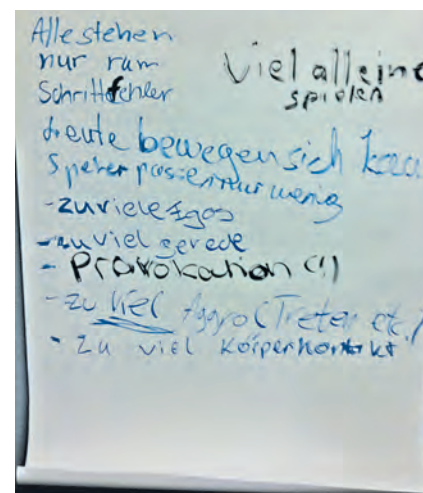
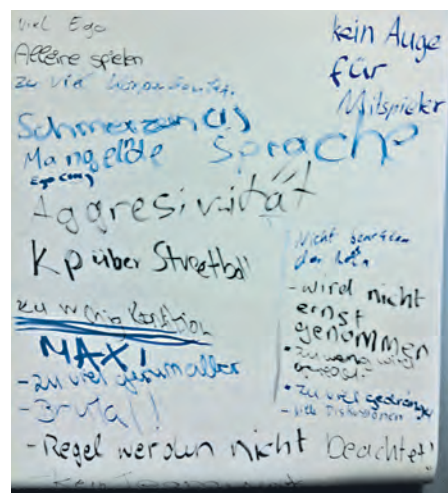
– Basketball ohne besondere Absprachen und Regeln zur Bewusstmachung entstehender Probleme sowie zur Bildung zentraler Leitfragen für das UV.

In der ersten Doppelstunde spielten die SuS eine 4:4-Streetballvariante. Dabei erhielten sie den Arbeitsauftrag, aus dem Spiel heraus Aspekte bezüglich der eigenen Fähigkeiten im Basketball und bezüglich des Umgangs untereinander auf Plakaten zu notieren, die ihnen besonders positiv oder negativ während der Spielsituation auffielen. Das direkte Niederschreiben von positiven und negativen Erfahrungen aus der sportlichen Praxis diente als Element der Eigendiagnose und als Ausgangspunkt für die gemeinsame Planung des weiteren Unterrichtsvorhabens.

Durch Karten in vier Mannschaften eingeteilt, begannen die SuS nun auf jeweils einen Korb gegeneinander

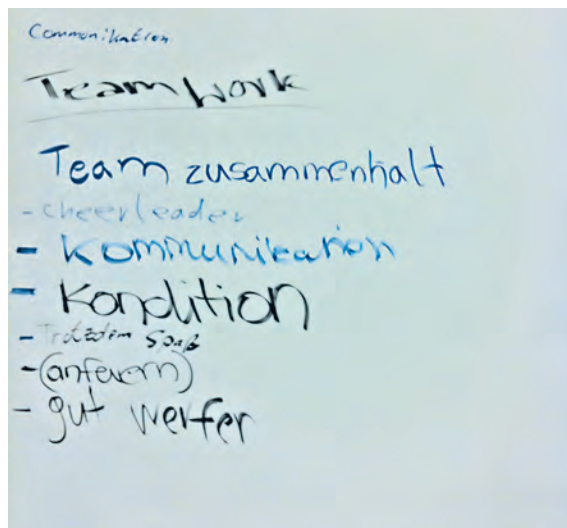
zu spielen. Der Aufforderung, ihre Erfahrungen im Basketballspiel schriftlich festzuhalten, indem sie sich auswechseln ließen, kamen die SuS zunächst nur zögerlich nach, weil die Motivation zu spielen gerade zu Beginn noch überwog und sich auch die Eindrücke der Praxis scheinbar erst „aufschichten“ mussten. Doch im Prozess der Wahrnehmung größerer Differenzen in der spielerischen Auseinandersetzung hatten immer mehr das Bedürfnis sich schriftlich zu äußern. Als Ergebnis entstanden die in Abbildung 1 und 2 abgedruckten Plakate, die nicht zuletzt zeigen, wie dominant die Wahrnehmung problematischer Aspekte in der Praxis ist.

Abbildung 1: Negative Wahrnehmungen im Spiel



<sup>1</sup> Das Unterrichtsvorhaben ist im Rahmen eines Projekts des Ministeriums für Schule und Weiterbildung NRW, der Technischen Universität Dortmund und der Sporthochschule Köln in einer Jahrgangsstufe 9 an einem Gymnasium in Bergkamen entwickelt und durchgeführt worden. Im Rahmen dieses Projekts bildet es eines von sechs Unterrichtsvorhaben im spiralcurricularen Vorgehen ab (für die Oberstufe: siehe den Artikel von Erlemeyer in diesem Heft).

Abbildung 2: Positive Wahrnehmungen im Spiel



In der anschließenden Reflexionsphase wurden die SuS aufgefordert, sich nochmals zu ihren schriftlich fixierten Eindrücken zu äußern, um diesen auch emotionalen Ausdruck verleihen zu können oder um ihre Notizen näher zu erläutern.

Im Weiteren galt es Aspekte zu finden und zu benennen, die zu einer Verbesserung des Zusammenspiels im Basketball führen könnten. Um diese im Verlauf des Unterrichtsvorhabens sowohl auf individueller als auch auf gemeinsamer Ebene zu erreichen, wurden folgende Leitfragen im Unterrichtsgespräch entwickelt, die sich aus der Praxisreflexion ergaben:

- Welche Regeln gelten im Basketball/Streetball?
- Wie viel Körpereinsatz ist erlaubt? Wann begehe ich ein Foul? Was ist überhaupt ein Foul?
- Welche Fähigkeiten und Fertigkeiten brauche ich im Basketball und wie kann ich diese verbessern?

Zum Abschluss der Stunde spielten die SuS erneut 4:4 auf einen Korb, wobei sie nun ganz bewusst darauf achten sollten, die als negativ wahrgenommenen Verhaltensweisen in der jetzigen Praxisphase zu vermeiden.

Zur Aktivierung von Vorwissen erhielten sie am Ende der Stunde die Hausaufgabe, eine der Leitfragen mit Hilfe ihrer bereits erworbenen Kenntnisse und persönlichen Erfahrungen zu beantworten. Dieses Vorwissen sollte dann an passender Stelle im Unterrichtsvorhaben abgerufen werden, um in den entsprechenden Stunden daran anknüpfen zu können.

Auch wenn der offene Ansatz ohne die Vorgabe bestimmter Verhaltensregeln gewagt scheint, konnte in der Planung der Stunde damit gerechnet werden, dass sich bestimmte Situationen und Verhaltensweisen in jedem Fall zeigen würden, da sie selbst bei strenger Vorgabe durch den Lehrer häufig zu beobachten sind, z.B. zu heftiger Körpereinsatz mit entsprechenden verbalen oder auch körperlichen Reaktionen, Nichtbeachtung technischer Regeln, wie z.B. Doppeldribbel oder Schrittregel, Misserfolg beim Korbwurf – auch aus geringer Distanz.

## 2. Doppelstunde: „Das Wichtigste ist der Wurf!“

– Von der Spielidee des Basketballs zur zentralen Bewegung des Positions- und Sprungwurfs.

Im Fokus der zweiten Stunde stand die Verknüpfung aus Spielidee und sportmotorischen Fertigkeiten im Basketball. In diesem Zusammenhang stellten die SuS den Wurf als grundlegendstes technisches Element eines Basketballspiels heraus und machten ihn somit zum wesentlichen Inhalt dieser Doppelstunde. Da sie aus ihren unterrichtlichen Erfahrungen auf ein Repertoire des Lernens von Bewegungen zugreifen konnten, nutzte man diesen Wissenspool zur unterrichtlichen Gestaltung.

Auf der Basis des selbstevaluierten Fertigniveaus arbeiteten die SuS an einer bewussten Verbesserung ihres Positions- und Sprungwurfs mit Hilfe von Textauschnitten, Bildreihen und Grafiken. Die große Heterogenität zeigte sich darin, dass vom einfachen beidhändigen Standwurf in Korbnahe bis zum technisch versierten Sprungwurf aus größerer Distanz alle Varianten selbstgesteuert geübt wurden. Hierzu wurden in einem Stationsbetrieb Materialien (Krüsmann & Clauss, 1997 sowie Breitingering & Stutz, 2004) zur individuellen und differenzierten Erarbeitung angeboten.

In der anschließenden Reflexion stellten nahezu alle eine motorische Entwicklung ihrer Wurffähigkeiten fest, analysierten aber im allgemeinen Zusammenhang ebenfalls, dass der Wurf letztendlich nicht ausreicht, um das Spiel in seiner Komplexität erfolgreich gestalten zu können. Als weitere entscheidende technische Elemente erkannten die Schüler für eine folgende Stunde, dass das Dribbeln, Passen, Fangen und der Korbleger ebenfalls zu bearbeiten seien. Da die Ausführung dieser motorischen Handlungen in den Regeln festgeschrieben ist und die Schüler in ihren Leitfragen ebenfalls eine Vertiefung der Regelkenntnisse aufgeführt hatten, war hier in zweierlei Hinsicht ein Anknüpfungspunkt gegeben. Daher lautete die Hausaufgabe zur nächsten Stunde, sich sowohl die Regeln des Basketballs als auch die des Streetballs in Textform zu erschließen.

## 3. Doppelstunde: „Was gehört eigentlich alles zum Basketball? Was darf man und was nicht?“

– Erarbeitung und Veranschaulichung der Fachbegriffe „konstitutive, strategische und moralische Regeln“ anhand kurzer Rollenspielszenen in arbeitsgleicher Gruppenarbeit.

Als Überprüfung der in der vorangegangenen Stunde gestellten Hausaufgabe wurde eine recht offene Vari-



**Frank Buchholz**

Fachleiter Sport (Gy/Ge)  
am ZfSL Hamm und  
Lehrer am Städtischen  
Gymnasium Bergkamen

E-Mail: buchholz.  
alverskirchen@t-online.de



ante gewählt: An der Wand befestigte Plakate mit Impulsen zu verschiedenen Regelaspekten dienten als Aufforderung, ihr Wissen wiederzugeben. Dabei wurden die Unterschiede zwischen Basketball und Streetball besonders herausgestellt.

Anschließend erhielt die Klasse einen Textauszug aus dem *Schulbuch Sport* (Bruckmann & Recktenwald, 2003, S. 23), in dem mittelstufengerecht die Regeltypen nach Digel erklärt werden. Um zwischen den eigentlichen Regeln des Basket- bzw. Streetballspiels und den abstrakten Überbegriffen eine Verknüpfung herzustellen, erhielten die SuS die Aufgabe, in Kleingruppen jeweils **eine konstitutive, eine strategische und eine moralische Regel** in kleinen Spielszenen darzustellen und zu veranschaulichen. Dieses sollten sie in der Weise umsetzen, dass es dem Rest der Klasse möglich sein würde, in der Beobachtung der szenischen Praxis zu erkennen, um welche Regeltypen bzw. welche Regel es sich explizit handelte.

Bei der Präsentation und anschließenden Reflexion erwies es sich, dass Verstöße gegen konstitutive Regeln wie Schrittfehler oder Doppeldribbel sowie die Anwendung moralischer Regeln (etwa Fair Play) in der Praxis leichter beobachtbar waren als szenisch dargestellte strategische Regeln. In dieser Doppelstunde erfolgte also die Veranschaulichung theoretischer Sachverhalte in praktischem Tun, um das allgemeine Verständnis von Regeln einer sportlichen Handlungssituation sowie die Regeln des Basketballspiels im Speziellen herzustellen und zu festigen.

Abschließend wurde die Anwendung der Regeln in der „Realsituation“ eines 3:3 Basketballspiels verlangt.

#### 4. Doppelstunde: „Dribbeln, Passen, Werfen...Foulen?“

– Handlungen im Basketball regelgerecht ausführen im Rahmen eines Stationsbetriebes.

Die 4. UE knüpfte an die 2. Doppelstunde an. Die Klasse griff in einer eingehenden Reaktivierungsphase auf die außer dem Wurf noch gesammelten und für das Basketballspiel notwendigen Bewegungsfertigkeiten aus der 2. Stunde zurück. Um Elemente wie Dribbeln, Start, Stopp, Sternschritt und Korbleger innerhalb dieses UVs selbstständig wiederholen, üben und vertiefen zu können, wurden die SuS in Gruppen eingeteilt und absolvierten einen Stationsbetrieb. An den einzelnen Stationen in der Halle hatten die Gruppen Zugriff auf verschiedenes Material aus der *sportiv*-Übungssammlung (Krüsmann & Claus, 1997), um die Elemente auch über Graphiken und erklärende Texte vertieft erarbeiten zu können. Es bestand die Möglichkeit, sich innerhalb der Gruppen Tipps zu geben und durch die Kommunikation mit den anderen Gruppenmitgliedern den Lernprozess zu unterstützen. Als dritte Möglichkeit standen in dieser Stunde zwei Lehrer als Ansprechpart-

ner zur Verfügung, die auch noch Hilfestellung leisten konnten.

Abschließend reflektierte die Klasse, welche Bewegungsformen noch besonders zu üben seien bzw. bei welchen noch besonderer Bedarf der Vertiefung herrschte.

In einem zweiten Teil der Reflexion, hinleitend auf die nächste Doppelstunde, wurden die SuS befragt, welche Handlungsweisen im Sport sie als Foul bezeichnen würden. Als Ergebnis entstand dabei das in Abbildung 3 gezeigte Plakat. Von dieser Sammlung ausgehend erhielt die Klasse den Auftrag zu überlegen, warum Menschen im Sport Fouls begehen. Diese Überlegungen sollten sie als Hausaufgabe schriftlich formulieren. Zum Abschluss der Stunde erfolgte die erneute Anwendung aller erarbeiteten Elemente im Zielspiel: Regelgerechtes Basketball unter Vermeidung der in der Reflexion als Foul bezeichneten Verhaltensweisen.

Die Klasse reflektierte in der 4. Doppelstunde also sowohl die eigenen motorischen Fertigkeiten im Basketball und ihren in diesem Zusammenhang stattfindenden Lernprozess als auch das sportliche Handeln miteinander sowie hierbei entstehende Probleme durch auftretende Fouls.

#### 5. Doppelstunde: „Foul und Aggression.“

– Erarbeitung von Definitionen und Ursachen aggressiven Verhaltens im Sport in Partnerarbeit.

Die vorletzte Unterrichtseinheit legte den Fokus auf zwei Elemente:

- Zum einen sollte die Klasse die Gelegenheit erhalten, die in der vorangegangenen Stunde erarbeiteten Fertigkeiten im Basketball erneut zu üben und zu wiederholen,
- zum anderen sollte ansatzweise und einer Klasse 9 gemäß geklärt werden, wie Fouls im Basketball und anderen Sportarten überhaupt entstehen und warum Sportler foulen.

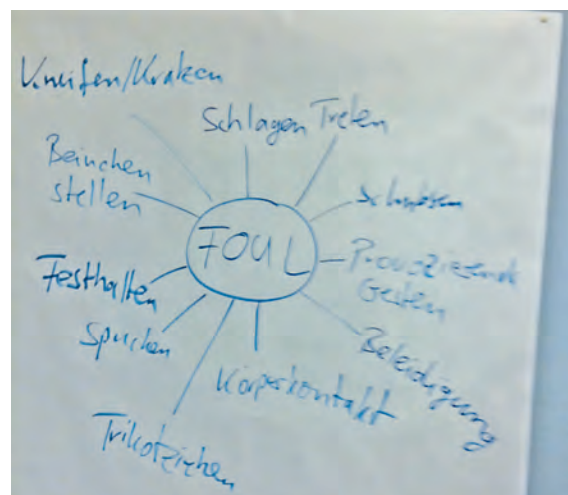


Abbildung 3: Assoziationen zum Begriff des Fouls



**Sascha Rau**  
Sport- und Englischlehrer  
am Städtischen Gymnasium  
Bergkamen

E-Mail: [sasch.rau@gmail.com](mailto:sasch.rau@gmail.com)

Hierzu teilten sich die SuS nach kurzem Aufwärmen in Partnergruppen auf und erhielten zwei Arbeitsaufträge, die sie bei freier Zeiteinteilung erfüllen sollten.

- Alle in der letzten Stunde erarbeiteten motorischen Elemente sollten nochmals wiederholt und geübt werden. Hierzu waren sämtliche Materialien erneut bereit gestellt.
- Mit Hilfe von Leitfragen auf einem Arbeitsblatt (siehe Anhang 1) sollten die Schüler aus einem Textauszug aus dem *Schulbuch Sport* (Bruckmann & Recktenwald, 2003, S. 203-205) die Begriffe Foul und Aggression im Sport erklären, Formen der Gewalt im Sport aufzählen und überlegen, in welchen Sportarten bestimmte Formen der Gewalt sogar erlaubt seien.

Praktisches Tun und theoretische Erarbeitung standen in dieser Stunde in keinem unmittelbaren Zusammenhang, sollten insgesamt aber zu einer Verbesserung des Zielspiels führen.

Als Ergebnis der Reflexion entstand das in Abbildung 4 gezeigte Plakat. Sicherlich könnte hier der Einwand erfolgen, dass die Begriffsdefinition eher alltagsprachlich und nicht ausreichend differenziert erfolgte. Die Autoren sind jedoch der Meinung, dass die vorliegende Klärung der Begrifflichkeiten einer 9. Klasse gemäß ist und nur die erste Stufe in einem als Spiralcurriculum angelegten Lernprozess darstellt.

Nach der Reflexion und Definition der Begrifflichkeiten erfolgte erneut eine Anwendung des Gelernten im Zielspiel Basketball.

In einer Abschlussreflexion wurden die Schüler – in der Beobachtung nun deutlich rücksichtsvoller miteinander umgehend – befragt, ob die Kenntnis über Fouls und Aggressionen im Sport ihren Umgang miteinander im Gegensatz zur ersten Doppelstunde verändert habe. Die Antwort fiel nicht eindeutig aus: Ein Teil der Klasse äußerte durchaus, dass er rücksichtsvoller und fairer miteinander umgehen würde. Vereinzelt SuS zeigten

jedoch weiterhin abweichende Verhaltensweisen und hielten die Regeln nicht immer angemessen ein. Diese ambivalente Wahrnehmung diente als Ansatzpunkt für die Abschlussstunde des UVs.

## 6. Doppelstunde: „Basketball mit Regeln und ohne Fouls!“

### – Kriteriengeleitete Schülerevaluation der Umsetzung bearbeiteter Unterrichtsinhalte im Spiel 5:5

In der letzten Stunde des UVs erfolgte die Auswertung in Bezug auf die von den SuS im Unterricht erarbeiteten Elemente. Hierzu wurden vier Mannschaften gebildet, von denen immer zwei gegeneinander spielten. Währenddessen erhielten die motorisch Inaktiven die Aufgabe, mit Hilfe eines Beobachtungsbogens (siehe Anhang 2) das Spiel eines anderen Schülers/einer anderen Schülerin sowie der Mannschaft im Allgemeinen zu beobachten und begründet zu bewerten.

Dabei standen folgende Aspekte im Mittelpunkt:

1. Wie gut setzt der/die Beobachtete die motorisch erarbeiteten Elemente im Spiel um?
2. Welches Verhalten zeigt der beobachtete Spieler/die beobachtete Spielerin in Bezug auf Fouls?
3. Welche Besonderheiten in Bezug auf Aggressionen und Fouls fallen beim Spiel der Mannschaften allgemein auf?

Nachdem einzelne SuS ihre Ergebnisse stichprobenartig vorgestellt hatten und gleichzeitig auch selbst bewertet wurden, erhielten alle die Möglichkeit, dem/der Beobachteten noch einmal in einem Partnergespräch Rückmeldung zu geben.

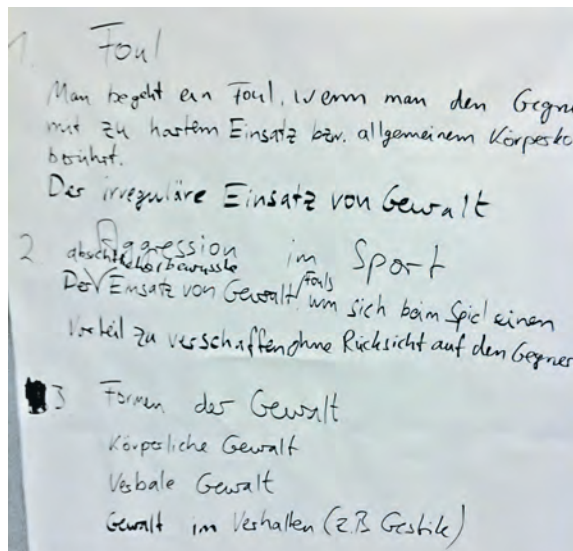
Zum Abschluss kehrte die Klasse zum Ausgangspunkt des Unterrichtsvorhabens zurück:

Die zu Anfang aufgestellten Leitfragen wurden erneut präsentiert (siehe 1. Doppelstunde).

Auch wenn die SuS die ständige Verzahnung von Theorie und Praxis während des Unterrichtsvorhabens als ungewöhnlich empfanden, schloss die Klasse abschließend das Fazit, sich die Leitfragen selbst gut beantwortet zu haben. Gerade der Umgang mit Papiermedien wie Arbeitsblättern, Postern o.ä. war im Sportunterricht zuvor nicht alltäglich gewesen, wurde nun aber beinahe schon als selbstverständlich empfunden.

Die SuS hatten den Eindruck, durch die Kenntnisse über Aggressionen und Fouls im Sport ein größeres Bewusstsein erlangt und sich dadurch im Spiel rücksichtsvoller verhalten zu haben. An dieser Stelle zeigte sich die „Reflektierte Praxis“ besonders deutlich als Instrument der Bewusstmachung von spezifischen Sachas-

Abb. 4: Foul und Aggression



pekten (Themen oder Fragen) im Sport und führte bei den SuS zu einer Anpassung ihres Umgangs miteinander und damit auch zu einer reflexiveren Praxis.

## Resümee

Im Sinne des Verständnisses, erlebtes Sporttreiben über gezielte Reflexionen als Weg der Erkenntnis zu nutzen, sind die erzielten Ergebnisse des Unterrichtsvorhabens gewinnbringend gewesen. Sowohl in unserer als auch in der Wahrnehmung der SuS lag im bewussten sportlichen Handeln eine nachhaltige Erkenntnis für die Prozesse im Basketballspiel und einem fairen Miteinander. Sicherlich galt es an der einen oder anderen Stelle des Unterrichts auch verstärkt zu motivieren,

besonders wenn es um die kognitive Auseinandersetzung mit Texten und Fragestellungen und kleineren Hausaufgaben ging. Jedoch ist diese enge Praxis-Theorie-Verzahnung von den SuS zum Abschluss des Unterrichtsvorhabens als sehr sinnvoll für ihren eigenen Lernprozess beurteilt worden.

## Literaturverzeichnis

- Breitinger, B. & Stutz, H. (2004). *Basketball. Spielerisch – technikkorientiert – praxisnah*. Band 1: Einführung. Stuttgart: Bräuer.
- Bruckmann, K. & Recktenwald, H.-D. (2003). *Schulbuch Sport. Ein Arbeitsbuch für Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufen 7-13*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Krüsmann, P. & Clauss, S. (1997). *sportiv: Basketball: Kopiervorlagen für den Basketballunterricht*. Stuttgart: Klett.
- [http://www.bm-sportverlag.ch/download/files/praxisbsp/streetball\\_regeln.pdf](http://www.bm-sportverlag.ch/download/files/praxisbsp/streetball_regeln.pdf). Aufgerufen am 13.12.2012.

## Anhang 1:

Arbeitsblatt Foul und Aggression im Sport

Lest in eurer Partnergruppe den an der Wand angeschlagenen Text und bearbeitet folgende Aufgaben:

1. Erklärt den Begriff „Foul“ mit euren eigenen Worten!
2. Was ist unter *Aggression* im Sport zu verstehen?
3. Welche Formen der Gewalt (3 verschiedene) werden im Text aufgeführt?
4. Nenne jeweils zwei Beispiele von Sportarten, bei denen körperliche Gewalt erlaubt bzw. gar nicht erlaubt ist!

## Anhang 2:

Beobachtungsbogen: Wie setzen wir die Unterrichtsinhalte um?

Jeder aus eurer Mannschaft beobachtet einen Spieler/eine Spielerin aus der aktiven Mannschaft.

Name des/der Beobachteten: \_\_\_\_\_

Konzentriert euch auf die folgenden Fragen und erteilt für jeden Aspekt eine Note:

Wie gut beherrscht die Spielerin/der Spieler den Umgang mit dem Ball (Dribbeln/Passen)?

Note: \_\_\_\_\_

Begründung: \_\_\_\_\_

Wie gut gelingt es der Spielerin/dem Spieler ohne Fouls auszukommen?

Note: \_\_\_\_\_

Begründung: \_\_\_\_\_

Wie treffsicher ist die Spielerin/der Spieler beim Wurf auf den Korb oder beim Korbleger?

Note: \_\_\_\_\_

Begründung: \_\_\_\_\_

Welchen Gesamteindruck hast du vom Spiel der von euch beobachteten Mannschaft?

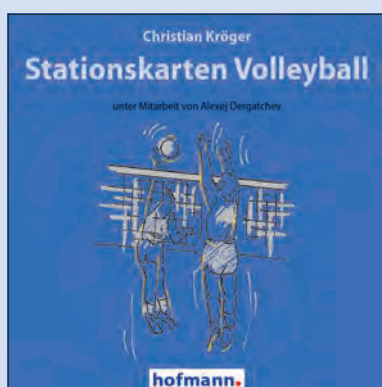
Note: \_\_\_\_\_

Begründung: \_\_\_\_\_

Alle Arbeitsblätter können in Originalgröße unter [www.hofmann-verlag.de](http://www.hofmann-verlag.de) im Bereich sportunterricht unter ➔ Zusatzmaterial abgerufen werden.

## Aufgeschnappt

„Beim Spiel kann man einen Menschen in einer Stunde besser kennen lernen als im Gespräch in einem Jahr“  
Platon (428-348 v. Chr.)



CD-ROM, 169 Seiten  
(120 Karten + 80 Varianten)  
ISBN 978-3-7780-8750-3  
**Bestell-Nr. 8750 € 14.90**

Christian Kröger  
unter Mitarbeit von Alexej Dergatchev

## Stationskarten Volleyball

Das Volleyballspielen im Sportunterricht in der Schule erfreut sich großer Beliebtheit. Damit das Volleyballspiel allerdings nicht zu einem Stand- oder Aufschlagspiel mutiert, muss die Lehrkraft von Beginn an bei den Lernenden gut dosierte Beanspruchungsreize setzen.

In Anlehnung an den Band *Volleyball* aus der Reihe *PRAXISideen* vom selben Autor soll mit den Basis-spielen 1:1 bis 4:4 im taktisch-strategischen Anforderungsbereich und der Entwicklung der Stationskarten im koordinativen, technomotorischen und konditionell-energetischen Beanspruchungsbereich ein Weg gefunden werden, um den Schülern einen Einstieg zum Volleyballspielen zu erleichtern. Mit Stationskarten erfahren die Schüler nicht nur selbstständiges Arbeiten, sondern können – auch in heterogenen Gruppen – kooperativ üben und ihren aktuellen Leistungsstand differenziert verbessern.

**Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter [www.sportfachbuch.de/8750](http://www.sportfachbuch.de/8750)**

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

# Power-Volleyball – unverzichtbar für den Volleyballunterricht

Ulrich Fischer

## Warum Power-Volleyball?

Der Begriff wurde von Fischer und Zoglowek 1991 in Anlehnung an eine Veröffentlichung von Ackerman-Blount & Selinger (1986) auf eine Volleyball-Spielvariante für die Schule übertragen, durch die das Spiel deutlich bewegungsintensiver werden kann. Anlass dafür waren Untersuchungen im Schulvolleyball, die eine „deprimierende“ Qualität schulischer Volleyballspiele (6 gegen 6 mit Aufschlag) zeigten (vgl. Fischer & Zoglowek, 1990, später bestätigt durch Kröger und Magnussen, 2000).

- Im Durchschnitt war ein Spielzug nach 3.0 Ballkontakten beendet.
- Pro Spieler ergab sich als Mittelwert alle 90 bis 110 Sekunden ein Ballkontakt.
- Die Nettospielzeit („Ball im Spiel“) lag zwischen 20 und 30% der Bruttospielzeit.
- Etwa 65 bis 70% aller Ballwechsel waren mit dem Aufschlag und einem weiteren Ballkontakt beendet.
- Die Anwendung des Baggerns führte deutlich häufiger zum Abbruch des Spielzuges (Verhältnis etwa 5 zu 1).
- Techniken im Fallen und die speziellen Angriffstechniken (Schmetterern) waren praktisch nicht existent.

Die allgemein verbreitete eher negative Einschätzung von Volleyball innerhalb des Schulsports als ein bewegungsarmes Standspiel wurde durch diese Ergebnisse leider sehr eindrucksvoll bestätigt.

In einem Längsschnitt wurden auch die Spiele von einzelnen Klassen mehrere Wochen hintereinander aufgezeichnet und die Schüler nach jedem Spiel zu ihrer Einschätzung der Attraktivität des Spielgeschehens befragt. Die Analyse der Spiele und der Einschätzungen durch die Schüler ergaben einen eindeutigen Zusammenhang zwischen der Länge der Spielzüge und der Zufriedenheit mit dem Spielgeschehen (vgl. Fischer & Zoglowek, 1990).

Je länger die Spielzüge im Durchschnitt waren, umso reizvoller wurde das Spiel von Schülern erlebt.

Diese Ergebnisse führten zu Überlegungen, wie die Qualität schulischer Volleyballspiele verbessert werden kann.

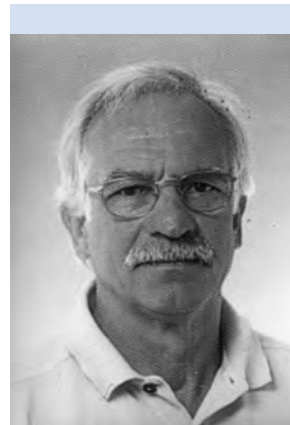
Als **eine unter einer ganzen Reihe** von Möglichkeiten wurde eine Spielvariante aus dem Training von Leistungsmannschaften auf den Schulsport übertragen, in der der Aufschlag seine dominierende Rolle für die Eröffnung eines Ballwechsels verliert.

## Die Grundform

Zwei Mannschaften spielen gegeneinander; eine dritte Mannschaft, die Bälle einsammelt, verteilt sich um das Feld (siehe Abb. 1). Ist der Ball „nicht mehr spielbar“, wird er aus dem Feld gerollt und die Lehrkraft (oder ein Schüler) wirft sofort einen neuen Ball von der Seite ein.

## Welche Vorteile hat Power-Volleyball?

- Der Einwerfer kann je nach Können einzelner Spieler den Ball **leichter oder schwieriger** (z. B. durch einen lockeren Schlag) ins Spiel bringen und damit eine sehr **einfache Form der Inneren Differenzierung** praktizieren.
- Ein **Vergleich „normaler“ Volleyballspiele mit Power-Volleyball** – zunächst wurde 6 gegen 6 mit Aufschlag und anschließend Power-Volleyball gespielt – brachte **eindeutige Ergebnisse** (vgl. Fischer & Zoglowek, 1991):
  - 70% der Schüler fanden Power-Volleyball spannender.
  - 70% hat Power-Volleyball mehr Spaß gemacht.
  - Die Spielzüge verlängerten sich etwa um das Anderthalbfache.
  - Die Zahl der Ballkontakte pro Minute steigerte sich auf das Zwei- bis Dreifache.



**Dr. Ulrich Fischer**

TU Dortmund  
Institut für Sport und  
Sportwissenschaften  
Otto-Hahn-Str. 3  
44227 Dortmund  
E-Mail: weu.fischer@  
cityweb.de

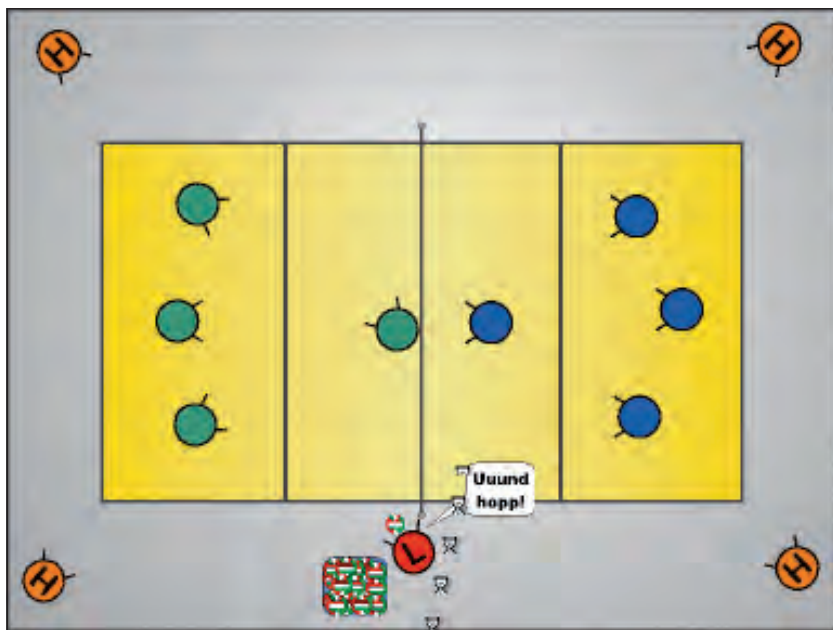


Abb. 1:  
Beispiel für die Organisation von Power-Volleyball beim Spiel 4 gegen 4

Dabei besteht ein deutlicher Zusammenhang zwischen der subjektiv wahrgenommenen Intensität des Spiels und der Zufriedenheit mit dem Spielgeschehen. Schüler, die angaben, sie hätten sich beim Power-Volleyball intensiver bewegt, erlebten das Spiel signifikant als spannender und verbanden es mit mehr Spaß.

- Power-Volleyball eignet sich hervorragend zur **Schulung des Spielverhaltens**. Z. B. wird der Ball erst eingeworfen, wenn alle Spieler eine gute Grundstellung haben oder wenn sich die Angreifer der annehmenden Mannschaft vom Netz gelöst haben.
- Power-Volleyball kann bei **allen Spielformen** vom 1 gegen 1 bis zum 6 gegen 6 eingesetzt werden.
- Durch den Verzicht auf den Aufschlag sind auch anspruchsvollere Spielsysteme (z. B. Läufer von der Pos. I) erfolgreich realisierbar.
- Durch das ständige Einwerfen von Bällen wird von den Schülern eine kontinuierlich **hohe Aufmerksamkeitsleistung** gefordert. Diese verbessert einerseits das Spielgeschehen, andererseits wird dadurch auch die **Sicherheit im Spiel** erhöht indem es seltener zu überraschenden und unkontrollierten Aktionen (z. B. Zusammenstöße auf dem Feld, verletzungsträchtige Anwendung des Pritschens, Übertre-

Abb. 2:  
Beispiel für einen Stationsbetrieb in einem Dreifachhalle, durch das ein Baustellenband längs gespannt worden ist.

				<p>Station 1: Aufschlag/Wurf gegen die Wand, zurückspringenden Ball zum Spieler an der Wand baggern, der fängt, anschließend Platzwechsel.</p> <p>Station 2: Baggern übers Baustellenband als Rundlauf</p> <p>Station 3: Der Spieler am Baustellenband soll so zurpritschen, dass der Partner sich möglichst intensiv bewegen muss, um den Ball zurück zu pritschen.</p> <p>Station 4: Bälle einsammeln</p> <p>Station 5 und 6: Spiel</p>
1	2	3		4 5 6

ten beim Angriff oder Block) kommt. In Verbindung mit Power-Volleyball habe ich in meiner Trainings- und Ausbildungspraxis noch nie einen Unfall erlebt.

- Power-Volleyball kann sehr gut mit **Spiel(er)beobachtungen verbunden werden**.
- Power-Volleyball kann ohne Probleme in einen Stationsbetrieb integriert werden (siehe Abb. 2).

### Tipps für das Einwerfen

- Immer in die Spielfeldhälfte einwerfen, in der der Ball **ohne Risiko** gespielt werden kann, d. h. in der sich kein rollender Ball befindet. Der "tote" Ball darf von den Schülern **nie unter dem Netz** durchgerollt werden, er muss grundsätzlich **seitlich oder nach hinten aus dem Feld gerollt oder geworfen werden** – möglichst direkt zu einem der Einsammler.
- Die Einsammler legen die Bälle in den Ballcontainer, damit dort **ständig Bälle zur Verfügung** stehen.
- In der oben dargestellten Form bei vier einsammelnden Spielern, genügen **vier bis fünf Bälle für den Ballcontainer**.
- Der Einwerfer sollte sich **sofort nach dem Einwerfen einen neuen Ball** aus dem Ballcontainer (z. B. Kasten mit umgedrehtem Oberteil) nehmen, damit er immer einen Ball zur Verfügung hat.
- Übernimmt die Lehrkraft das Einwerfen, ist das **Anreichen des Balles durch einen Schüler** sinnvoll. So kann die Lehrkraft ihre Aufmerksamkeit ununterbrochen dem Spielgeschehen widmen.
- Anfangs sollte ein **akustisches Signal** das Einwerfen begleiten, damit die Schüler auf dem Feld ihre Aufmerksamkeit sofort auf den eingeworfenen Ball richten. Zunächst wird der Name des Schülers gerufen, auf den der Ball geworfen wird. Später kann dann vor dem Einwerfen nur noch auf den Ball geschlagen werden oder ein allgemeiner Ruf ("und hopp") erfolgen, ehe auf diese Hilfe ganz verzichtet wird.
- Wenn beim Power-Volleyball die Punkte gezählt werden, sollte ein **Fehler in Verbindung mit dem eingeworfenen Ball nicht gewertet werden**. So entstehen keine Probleme mit einer möglicherweise unterstellten Parteilichkeit des Einwerfers durch unterschiedlich zugeworfene Bälle.

- Günstig ist es, die Schüler so früh wie möglich darauf vorzubereiten, selbst das Einwerfen zu übernehmen. Es kann dann auf mehreren Feldern Power-Volleyball gespielt werden.

### Ausgewählte Varianten des Power-Volleyballs

Von den vielfältigen Möglichkeiten werden nur solche aufgegriffen, bei denen gegeneinander gespielt wird. Natürlich kann das Prinzip des von der Seite eingeworfenen Balles auch bei vielen Spielformen eingesetzt werden, bei denen miteinander gespielt wird oder ein ständiger Wechsel auf den Feldern erfolgt.

- Grundform: Es wird **gegeneinander** gespielt, aber ohne Zählen der Punkte.
- Es werden **nur Big-Points gezählt**, d. h. beide Mannschaften spielen immer fünf eingeworfene Bälle aus, der Gewinner erhält einen Big-Point. Nach zwei Big-Points erfolgt auf beiden Seiten die Rotation.
- Gewinnt eine Mannschaft die fünf eingeworfenen Bälle mit 5:0, muss die andere Mannschaft eine kurze **Zusatzaufgabe** (z. B. Laufübung) ausführen. Die Gewinnermannschaft spielt sich so lange einen Ball zu.
- In Power-Volleyball wird **der Aufschlag integriert**. Den Aufschlag und vier weitere eingeworfene Bälle ausspielen. Der Gewinner erhält einen „Big Point“. Danach den Aufschlag von der anderen Mannschaft plus vier eingeworfene Bälle ausspielen. Anschließend wird in beiden Mannschaften rotiert. Die „Ball-einsammler“ sorgen auch dafür, dass ohne Zeitverlust aufgeschlagen werden kann.
- Bei dem eingeworfenen Ball muss immer eine **bestimmte Angriffsvariante** (z. B. Pritschen im Sprung, Schlagen aus dem Stand, Hinterfeldangriff) erfolgen.
- Mit beiden Mannschaften wird jeweils ein **unterschiedliches zusätzliches Signal** vereinbart, das der anderen Mannschaft nicht bekannt ist. Wird der Ball in Verbindung mit diesem Signal (z. B. Wurf auf einen bestimmten Spieler, Anwendung einer bestimmten Wurftechnik) eingeworfen, muss eine festgelegte Aktion erfolgen (z. B. eingeworfenen Ball als Überraschungsballe direkt über das Netz spielen, diagonalen Lob).
- **Beim Spiel 4 gegen 4 schlägt nacheinander jeder Spieler von Mannschaft A auf.** Anschließend werden sechs Bälle eingeworfen, so dass insgesamt 10 Punkte erreichbar sind. Danach schlägt Mannschaft B auf.
- Eingeworfene Bälle als Belohnung. Beispiel: Zeigt eine Mannschaft beim Spielen des Balles **großen Einsatz**, werden die nächsten drei Bälle als Belohnung nur in das Feld dieser Mannschaft eingeworfen.
- Der Ball wird nicht von der Seite eingeworfen, **sondern von der Grundlinie aus**, dann allerdings bei Anfängern immer nur zum Zuspieler der in dieser Hälfte spielenden Mannschaft. Damit wird die oft fehlerhafte Annahme umgangen und es kann direkt zugespielt werden. Bei fortgeschritteneren Mannschaften kann das Einwerfen natürlich auch um einen leichten Aufschlag zur anderen Mannschaft erweitert werden.

### Zusammenfassung

Mit Power-Volleyball steht eine Spielvariante zur Verfügung, bei der von einer hohen Akzeptanz durch die Schüler ausgegangen werden kann. Obwohl im Schulsport in der Regel eher geringe Voraussetzungen vorhanden sind, kann durch diese Variante Schülern die Dynamik und Spannung des Volleyballspiels wenigstens in Ansätzen erfahrbar gemacht werden. Mittlerweile wird Power-Volleyball zunehmend in der Methodik-Literatur als „Dankeballspiel“ erwähnt (z. B. Wolf, 2008 und Kittsteiner & Hilpert, 2011). Zusätzlich eingeworfene Bälle intensivieren nicht nur das Spielgeschehen, sondern stellen auch eine gute Möglichkeit dar, die Zahl der Ballkontakte bei Übungsformen deutlich zu erhöhen.

### Literatur

- Ackermann-Blount, J. & Selinger, A. (1986). *Arie Selinger's Power-Volleyball*. New York: St. Martin's Press.
- Fischer, U. & Zoglowek, H. (1990). Das Volleyballspiel im Schulsport – subjektives Erleben und objektive Realität. In F. Dannenmann (Hrsg.), *Volleyball analysieren* (S. 74–112). Ahrensburg: Czwalina.
- Fischer, U. & Zoglowek, H. (1991). Zur Effektivität von Spielvarianten im Volleyball. In F. Dannenmann (Hrsg.), *Volleyball gesamtdeutsch* (S. 154–176). Ahrensburg: Czwalina.
- Kittsteiner, J. & Hilbert, G. (2011). *Spielend Volleyball lernen*. Wiebelsheim: Limpert.
- Kröger, Ch. & Magnussen, K. (2001). Spielrealität im Volleyball. In P. Kuhn & K. Langolf (Red.), *Vision Volleyball 2000* (S. 9–24). Hamburg: Czwalina.
- Wolf, J. (2008). *Volleyball aktuell. Ein Konzept für Sportlehrkräfte und Jugendtrainer* (3. Aufl.). o. O., Eigenverlag.

### Aufgeschnappt

„Der Mensch kann ohne Sport leben, aber er kann nicht ohne Bewegung leben. Bewegung ist existenziell: In der pädagogischen Einflussnahme während der Vor- und Grundschule ist viel Gewicht auf Bewegungserfahrungen zu legen.

Sport ist eine besondere Ausprägung von Bewegungsformen. Sport kann Lebensqualität schaffen. Das wesentliche Element bei der Sportinszenierung ist die soziale Komponente und die fehlt in den Bewegungsformen. Deshalb ergänzen sich Sport und Bewegung so schön.“

(Heinz Keller, Direktor BASPO, 2004)



15 x 24 cm, 176 S. + CD-ROM  
ISBN 978-3-7780-0552-1

**Bestell-Nr. 0552 € 21.90**

Hermann Saile / Barbara Vollmer



## Doppelstunde Volleyball

**Unterrichtseinheiten und Stundenbeispiele  
für Schule und Verein**

**2. Auflage 2011**

Volleyball ist – glaubt man diversen Befragungen – eine der beliebtesten Sportarten von Schülern; aber auch Lehrer unterrichten Volleyball sehr gerne. Auf der Basis eines spielgemäßen Konzepts werden Schritt für Schritt technische aber auch einfache taktische Elemente eingebaut, um den Schülern letztendlich die Spielfähigkeit für das Spiel 6 – 6 zu vermitteln.

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter [www.sportfachbuch.de/0552](http://www.sportfachbuch.de/0552)