Minihandball -
eine Spiele-& Übungssammlung
für Schule und Verein,
U9-Turniere und Spielfeste
HANDBALL
AUSTRIA

ZUM GELEIT

Liebe Handballfreunde !

Mit der Einführung der „Unter 9“ (U9) und „Unter11“ (U11) Bewerbe in der vergangenen Saison ist der Österreichische Handball Bund einen längst fälligen Weg gegangen. Animation zum Handball und eine altersgemäße Nachwuchsbetreuung müssen auch in unseren Vereinen „gelebt werden“. Das Reservoir Schule, das in den letzten 20 Jahren den Handballnachwuchs über unsere Schulbewerbe und schließlich über die Handball Schülerliga in die Vereine brachte, ist leider nicht unerschöpflich, zumal die Rahmenbedingungen für die Lehrer in den letzten Jahren immer schlechter geworden sind. Mit einem inhaltlich fundierten und pädagogisch auf die Altersgruppe ausgerichteten Angebot wird der Handball den Weg in die Volkschulen schaffen und damit schon bedeutend früher Mädchen und Buben für die Vereine und damit für die Zukunft des Handballs gewinnen. Das Wissen und das Engagement der Betreuer ist die halbe Miete beim U9 oder Minihandball. In der vorliegenden Neuauflage seiner bereits im Rahmen der AGM Schulhandball herausgegebenen Broschüren hat Mag. Helmut Höritsch den Bogen vom Minihandballturnier und U9 Spielefest bis zum Beginn des eigentlichen Vermittelns des Handballspiels in Schule und Verein gespannt – Viel Spaß und Erfolg beim Spielen, Üben und Vermitteln ! Es lohnt sich, denn Handball ist großartig !

Gerhard Hofbauer
Präsident des Österreichischen Handball Bundes (ÖHB)

Liebe Lehrerkolleginnen und Kollegen ! Liebe Übungsleiter, C-Trainer. Lehrwarte und Trainer !

Es hat mir wirklich Riesenspaß gemacht, im ersten Jahr die Aktivitäten im U9 Bereich für den ÖHB mitgestalten zu dürfen, ob in der Trainerfortbildung, bei der Erstellung dieses Lehrbehelfs oder im Bereich des WHV im Rahmen der Aktion „Ballspaß mit Wien Energie“. Der Erfolg ist fast vorprogrammiert. Wer den Mädchen und Buben in den Volkschulklassen oder Vereinsgruppen bei Minihandballspielfesten zusieht, die Begeisterung der Eltern und das Engagement der Betreuer spürt, weiß, daß wir auf dem richtigen Weg sind – Minihandball als Philosophie, Animation, Spiel mit dem Ball, Spielfeste mit polysportivem Angebot, U9 Miniturniere bis hin zum Jugendhandball in Schule und Verein. Die vorliegende Neuauflage meiner bisherigen Broschüren liefert nicht nur die Beschreibung der Spielfestidee (Seite 3-7) , eine Spieleauswahl (Seite 10-19) als „Einstiegsdroge“ und Stundenbilder für Schule und Verein (Seite 20-59), sondern soll auch ein Gesamtbild zeichnen , wie es funktionieren könnte und wird ! Alles Gute !

Mag Helmut Höritsch / Autor

MINIHANDBALL

Minihandball oder Kinderhandball sollte als "Philosophie" verstanden werden, deren Inhalt eigentlich das Ballspiel mit Kindern ist. Diese "Philosophie" sollte einerseits dem Spieltrieb der Kinder Rechnung tragen, also Spaß, Freude und Erlebnis beinhalten, auf der anderen Seite aber auch einen Bezug zur Methodik und Didaktik des Sportunterrichts im Grundschulalter (ca.6-10 Jahre) haben. Minihandball eignet sich daher unserer Meinung nach für die Schule genauso wie für den Handballverein, besonders gut aber für Spielfeste und Camps. Das Angebot für Buben und Mädchen im Grundschulalter sollte sich am Spielen, Üben in spielerischer Form und der Vermittlung von sozial-affektiven Lehrzielen orientieren. Für unser Spiel bedeutet dies, dass Bewegungserfahrung, die Schulung von Grundmotorik und Koordination ebenso wichtig sind wie das Entwickeln von spezifisch spielerischen Verhaltensweisen wie etwa Teamgeist oder Fair Play ("Miteinander und Gegeneinander"). Das Spiel und das Erlebnis sollten in jedem Fall im Vordergrund stehen, das Ergebnis oder die Leistung eher im Hintergrund. Minihandball ist nicht Erwachsenenhandball. Es sollte kein Training und keine Taktik geben. Einfache Regeln sollen den Kindern helfen, Ball zu spielen. Minihandball ist Animation. Flexibilität ist gefragt.

Geschlecht:	Buben und Mädchen wenn möglich in gemischten Teams (Koedukation !)
Alter:	5/6 - 10 Jahre (eventuell auch 1 Jahr älter !)
Spielerzahl:	4 Feldspieler + 1 Torwart (4+1); eventuell auch 5+1 als Variante für schon geübtere Kinder
Spielzeit:	altersspezifisch; jede(r) Spieler/Spielerin sollte ungefähr die gleiche Zeit zum Einsatz kommen (eventuell auch einmal im Tor), empfohlene Spielzeit – 1x 15 Minuten
Schiedsrichter:	keine Schiedsrichter in Schwarz, sondern Betreuer und Lehrer
Regeln:	stark vereinfacht, sollen dem Lehrer/Betreuer eine pädagogische und situationsgerechte Anwendung ermöglichen; Flexibilität bei Freiwurf (Abstand 1m, nach hinten abspielen) und Dribbling
Resultate:	als Rückmeldung zu befürworten, aber ohne Konsequenz ! Keine Meisterschaft und Tabelle !
Organisation:	Schule, "Minigruppe" im Verein, Spielfeste, Minihandball Sommer - Camps
Ball:	Soft-, Plastik oder Lederball, kindgerecht (bunt), weich, nicht zu schwer, gute Sprungeigenschaften, leicht zu greifen, eventuell rauhe Oberfläche, soll "angstfreies" Spiel ermöglichen; kleinerer Umfang: 44-49cm (Größe 0);
Spielfeld:	verkleinert, 12 bis 16m breit, 19 bis 24 m lang (z.B.: 20 x 13m als Drittel eines Handballfeldes, damit 3 Spielfelder oder 2 Spielfelder hintereinander auf dem 40x20m Handballfeld – Tore „Rücken an Rücken“ befestigt in der Mitte)
Torkreis:	Halbkreis mit 5m Radius von der Tormitte, Linienmarkierungen mit Klebeband
Tore:	verkleinert, 2,40m x 1,60m oder auf Basis Handballtor 3,00m x 1,70m (1,80); eventuell mit Torplane (Werbung)

SPIELFESTE

Ein vielfältiges Spieleangebot bei Spielfesten fördert Spielfreude und Spielerlebnis. Mini-Spielfeste bedeuten altersgemäße Wettkampf-und Spielorganisation. Das Spielen unserer Minis zeichnet sich neben altersgemäßen Zielsetzungen und Übungsinhalten, veränderten äußeren Bedingungen vor allem auch durch veränderte Organisation aus. Einzelspiele mit Punktspiel-und Meisterschaftscharakter gehören noch nicht in diese Altersklasse. Spielfeste, die als Handballturniere einen Vergleich mit anderen Mannschaften ermöglichen und ein altersspezifisches Spieleangebot zum Miteinanderspielen beinhalten, fördern Spielfreude und Spielerlebnis. Gerade durch eine Vielfalt von Spielgeräten, kooperativen Spielen und lustigen Wettkampfformen kann die gesamte Familie miteinbezogen werden.

1. Hinweise zur Organisation:

Sportplatz:	Es wird eine Sporthalle oder ein Sportplatz mit einem Handballspielfeld in den Ausmassen 20m x 40m benötigt, das in drei gleichgrosse, kleinere Spielfelder unterteilt wird.
Spielfeld 1 und 3:	Minihandball Turnier "4+1"
Spielfeld 2:	alternatives Spielgeräteangebot mit Spielstationen sowie kooperativen Spielen für alle
Dauer:	ca. 3 - 4 Stunden, möglichst nicht über die Mittagszeit (unterrichtsfreie Samstage nützen !)
Teilnehmer:	maximal 8 - 10 Mannschaften
Alter:	ungefähr 6 - 10 Jahre
Spielzeit:	Turnierspiele, Spielzeit pro Spiel maximal 15 Minuten

2. Alternatives Spieleangebot:

Zwischen den Handballspielen wird ein alternatives Spieleangebot bereitgestellt, das sehr unterschiedlich sein kann:
- freies Spielen an kleineren Spielgeräten: Pedalos, Rollbrett, Stelzen, Hüpfsäcke, usw.
- Einsatz grosser Spielgeräte: Air-Tramp, Erdball, Fallschirm, Torwand und Handballpyramide (Werbemöglichkeit), usw.
- es werden Spielestationen aufgebaut, die nacheinander von der gesamten Mannschaft zu durchlaufen sind (Punktewertung): Ballonstechen, Dosenwerfen, usw.
- es werden kooperative Spiele gemeinsam für alle durchgeführt: Sitzschlange, Römisches Wagenrennen, Schlangennecken, usw.

Das Angebot sollte von Spielfest zu Spielfest verändert werden.

3. Richtlinien:

Die Mini-Spielfeste werden auf der untersten Ebene von den beteiligten Vereinen organisiert.
Ausschreibungen bzw. Richtlinien sollten abgesprochen und allen Beteiligten zugeschickt werden. Sie sollten enthalten:

Zielsetzung der Minihandball Turniere (Spielfeste sind ein altersgemässes Wettspielangebot) - es sollte beachtet werden:
- Kinder müssen das Wettspiel erst erlernen
- Spielerlebnis nicht Spielergebnis steht im Mittelpunkt
- Spielfreude steht über Erfolgsstreben
- Erlebnis des Miteinanderspielens geht über Siegen um jeden Preis (Fair Play !)
- zu hohe Resultate sollte es nicht geben
- Spielleiter legen die Regeln großzügig aus
- Trainer/Betreuer übernehmen Erzieheraufgaben, während Eltern in das Spieleangebot mit einbezogen werden

Veranstalter:
Veranstalter ist der Bezirks-oder Landesverband. Ausrichter ist jeweils ein Verein. Er sorgt für die örtliche Ausrichtung und das Rahmenprogramm.

Spielmodus:
Alle Mini-Spielfeste bestehen grundsätzlich aus einem Handballturnier und einem zusätzlichen Spieleangebot. Es sollten mindestens fünf Mannschaften teilnehmen.

Fair-Play Gedanke - Fair Play ist, wenn man:
- im Gegenspieler den Partner sieht
- sich dem Gegenspieler gegenüber nur regelgerecht verhält
- auch als Sieger bescheiden bleibt
- einem schwächeren Spieler hilft
- kein Spielverderber ist
- sogar auf einen Regelvorteil verzichtet
- die Entscheidung des Schiedsrichters anerkennt
- als Zuschauer gute Leistungen aller anerkennt.

PILOTPROJEKT „HANDBALL KIDS' OLYMPIADE"

Termin:	20. Juni 2002 (bei Schlechtwetter Ersatztermin 25. Juni)
Ort:	1050 Wien, Bacherplatz (Schulfreiplatz und Park), „Handballcity Margareten"
Zeit:	09:00 – 13:00 inklusive Schlusszeremonie, 08:15 eintreffen der Klassen (Akkreditierung, Schminken)
Veranstalter:	WHV (Arbeitsgruppe „Wien Energie" Projekt), HC Telekom WAT Margareten, Bewegung findet Stadt
Projektleitung:	Mag. Helmut Höritsch / WHV / EHF, Thomas Menzl / HC Telekom, Romas Magelinskas / WHV Schulkoordinator
Partner:	Wien Energie, Stadt Wien Marketing, Bewegung findet Stadt
Patronanzen:	Vizebürgermeisterin Grete Laska, Stadträtin Mag. Renate Brauner, Gemeinderat und WHV-Präsident Rudolf Hundstorfer, Bezirksvorsteher Kurt Wimmer 5. Bezirk, Stadtschulrat für Wien (FI Mag. Liselotte Kirsch), Bezirksrat und WHV-Vizepräsident Erwin Lucan, HC Telekom WAT Margareten Handballteam
Zielgruppe:	3. und 4. VS Klassen des 4. und 5. Bezirks sowie VS aus anderen Bezirken, die bereits in das Projekt „Ballspaß mit Wien Energie" integriert sind (insgesamt ca. 200 Kids)
Philosophie:	Das Motto beim Spielfest lautet "Erlebnis statt Ergebnis - Ballspass mit Wien Energie" – jede(r) SchülerIn einer Klasse ist SiegerIn und nimmt etwas mit nach Hause. Er / sie überprüft seine / ihre Geschicklichkeit mit Ball und erlebt sich selbst in einer Gruppe, einem Team. Stationsbetrieb – „tick-off card" – wer bei allen Stationen mitgemacht hat, ist Sieger/in (bekommt „give aways", die Service Card und Autogramme der HC Telekom Stars) Neben kleinen Preisen („give aways") gibt es auch die WHV Wien Energie Service Card 2002/2003 für jeden Teilnehmer - die tolle Chance, Handballspiele in Wien kostenfrei (auch in Begleitung) zu besuchen, oder auch Handball zu spielen!

Umsetzungskonzept:

Das Umsetzungskonzept basiert auf dem Mini-Handball Spielfestkonzept der EHF (= Europäische Handball Föderation) für die Altersgruppe 6 – 10 Jahre (Mädchen und Burschen), somit ideal für die Zielgruppe Volksschule als allgemeine „Spielerziehung" bzw. „Vermittlung von Koordinations- und Spielfähigkeit" gedacht. „Ich und der Ball", „Miteinander" und „Team gegen Team" sind die Säulen einer altergemäßen Spielerziehung. Motorische Grundeigenschaften, Geschicklichkeit, Gewandtheit mit und ohne Ball werden ebenso geschult wie technische Grundfertigkeiten mit Ball, Koordination, aber auch Sozialisation, Fair Play und Teamgeist.

Rahmenprogramm:

1) Für die Verpflegung der Kids (Getränke, Imbisse) wird gesorgt
2) „Hospitality“ Zone für Begleitpersonen
3) Wer spielen oder einwenig „relaxen“ will, benutzt die Kletteranlagen oder Freiflächen im Park
4) Schminkstation, hier werden die Klassen entsprechend ihrer Länderwahl geschminkt

Organisation der „Handball Kids’ Olympiade“:

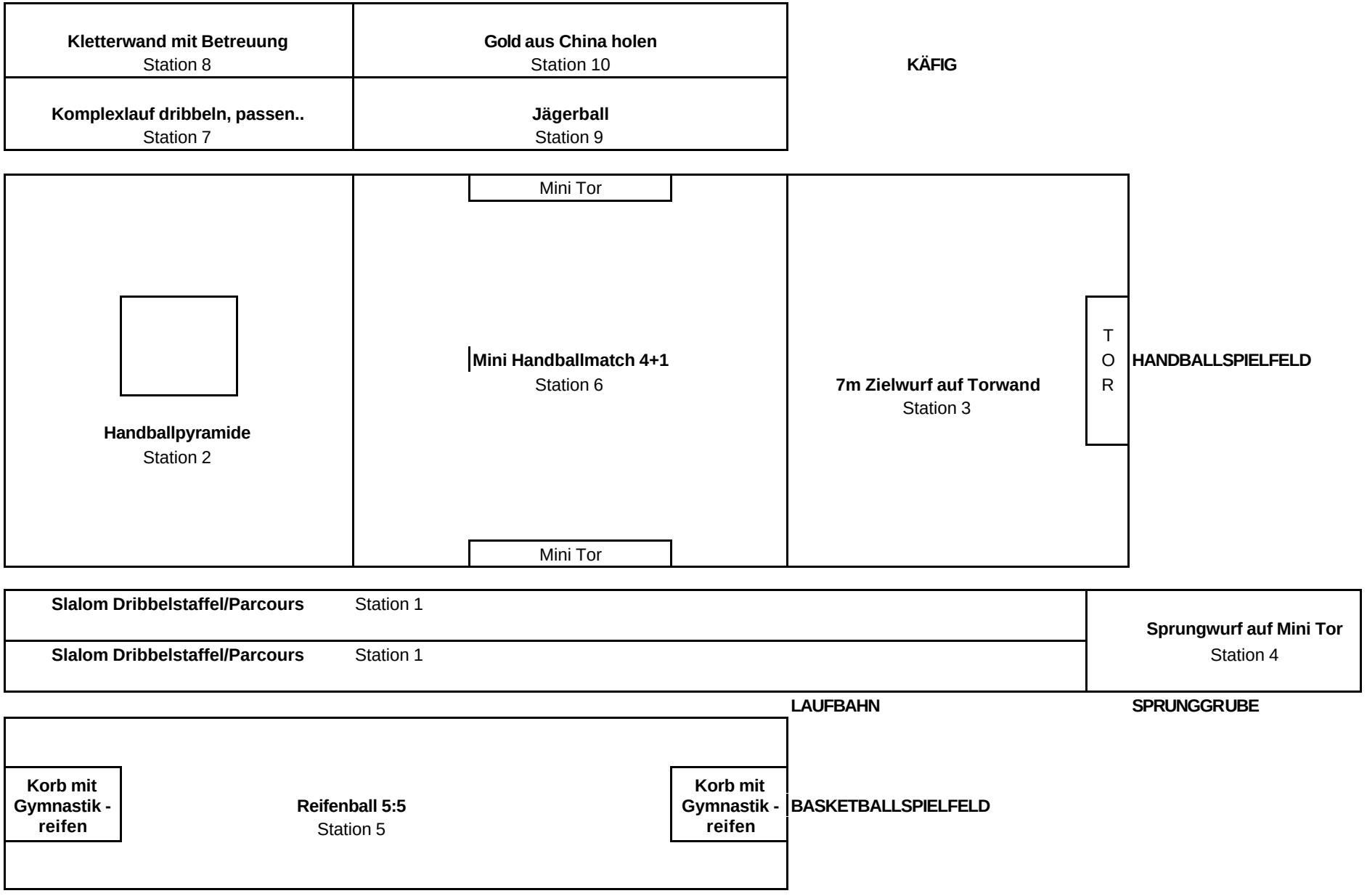
1) Jede Klasse wird vom Lehrer in 4er oder 5er Teams (gemischt) eingeteilt.
2) Jede Klasse (damit jedes Team) hat einen Betreuer als Ansprechpartner, der vom Veranstalter beigestellt wird und erhält eine Teamkarte („tick-off card“), die bei den einzelnen Stationen von den Stationsbetreuern – ebenfalls vom Veranstalter gestellt – abgehakt bzw. ausgefüllt wird.
3) Die Klassen bzw. ihre 4er/5er Teams können die Stationen in selbstgewählter Reihenfolge (Koordination durch Betreuer, um zulange Wartezeiten zu vermeiden) durchlaufen. Wenn es der Gesamtzeitrahmen zulässt, können Stationen auch zweimal besucht werden, Ziel ist jedoch zunächst die Erledigung aller Stationen.
4) Ein zentraler WHV Infostand und Checkpoint ist für die administrative Umsetzung verantwortlich – hier laufen alle Infos zusammen, werden alle Unklarheiten geklärt.

Anmeldung zur „Handball Kids’ Olympiade“:

Auf Grund der zeitlichen Beschränkung ist die Teilnehmerzahl auf 200 – 250 SchülerInnen beschränkt. Die Teilnahme erfolgt nach Einlangen der Anmeldungen. Die Anmeldung erfolgt mittels beiliegendem Anmeldeformular, welches bis spätestens 03. Juni 2002 im Organisationsbüro, HC Telekom WAT Margareten, Ziegelofengasse 35, 1050 Wien Tel: 01- 544 07 49, Fax: 01- 544 07 49 9 einlangen muss.

Da es sich um eine „Handball Kids´Olympiade“ handelt, sollte sich jede Klasse für ein Land entscheiden, welches sie vertritt. Wichtig ist dieses Land bei der Anmeldung anzugeben, da bei Doppelnennungen die Erstnennung das gewünschte Land vertritt. Entsprechend der Länderwahl werden die Kinder bei unserer Schminkstation geschminkt.

Die Teilnahme ist kostenlos, teilnahmeberechtigt sind die 3. und 4. Volksschulklassen.


Kletterwand mit Betreuung
Station 8
Gold aus China holen
Station 10
KÄFIG
Komplexlauf dribbeln, passen..
Station 7
Jägerball
Station 9
Mini Tor
Handballpyramide
Station 2
Mini Handballmatch 4+1
Station 6
7m Zielwurf auf Torwand
Station 3
T
O
R
HANDBALLSPIELFELD
Mini Tor
Slalom Dribbelstaffel/Parcours
Station 1
Slalom Dribbelstaffel/Parcours
Station 1
Sprungwurf auf Mini Tor
Station 4
LAUFBAHN
SPRUNGGRUBE
Korb mit Gymnastik - reifen
Reifenball 5:5
Station 5
Korb mit Gymnastik - reifen
BASKETBALLSPIELFELD

VOM MINIHANDBALL ZUM HANDBALL

Die Spielerziehung im Grundschulalter (6 - 10 Jahre) soll unseren Kindern die Spielfähigkeit vermitteln. Sie basiert auf einer vielseitigen, polysportiven Grundausbildung in dieser Altersstufe. Minihandball als Animation vermittelt neben der Ersterfahrung mit dem Ball auch koordinative Fähigkeiten und einen Einstieg in die Sozialisation des Teamsports Handball. Erlebnis statt Ergebnis soll hier die Devise lauten. Das vorrangige Ziel in diesem Alter besteht einerseits in einem spielerischen und möglichst vielfältigem Bewegungslernen und andererseits im Sammeln von Bewegungserfahrungen in möglichst vielen Sportarten. Im besten motorischen Lernalter (10 - 12 Jahre) beginnt die sportartspezifische Spezialisierung. Das Ziel ist das Erreichen der Grobformen der verschiedenen Handballtechniken sowie das Verbessern der koordinativen Fähigkeiten, die eng mit dem Techniklernen verbunden sind. Der methodische Weg zum Handballspiel schließt an die vielseitige, polysportive Grundausbildung und die Spielerziehung an. Dafür können in der Schule optimale Voraussetzungen geschaffen werden. Im Handballverein sollte besonders darauf geachtet werden, daß das Lernen von Technik und Koordination auch auf andere Sportarten (Leichtathletik, Rückschlagspiele) ausgedehnt wird, damit auf diese Weise Einseitigkeit vermieden wird.

Die Anforderungen des Handballspiels an die Kinder sind leicht definiert. Um sich auf dem Spielfeld erfolgreich bewegen zu können, brauchen die Schüler verschiedene Techniken wie Prellen, Zuspielen und Fangen, Torwurf sowie spezielle Bewegungstechniken. Als Voraussetzung für das Techniklernen gelten die koordinativen Fähigkeiten. Sind diese gut ausgebildet, dann lernt der Anfänger neue Bewegungen schneller und leichter. Beim Aufbau des Handballspiels steht zuerst der Torwurf im Vordergrund, erst nachher wird das Abwehrverhalten eingeführt, denn Tore verhindern ist einfacher als Tore erzielen. Handball ist ein Mannschaftsspiel, darum müssen die Schüler schon früh lernen, vorerst noch in kleinen Gruppen, miteinander zu spielen. Da immer zwei Mannschaften gegeneinander spielen, müssen die einzelnen Spielelemente stets dem Verhalten des Gegners angepaßt weden. Daneben gilt es für beide Mannschaften, die Spielregeln einzuhalten und fair zu spielen, damit ein Spiel überhaupt möglich wird.

Einige Hauptpunkte, die für den Aufbau des Handballspiels wichtig sind, sollten beachtet werden:

- Das Spiel mit dem Ball und der Torwurf stehen im Zentrum.
- Das Spiel 6:6 überfordert die Schüler. In Standardsituationen, die aus dem Spiel gegriffen sind (2:1, 3:2), erwirbt der Schüler seine Spielfähigkeit. Spielen muß man lernen. Durch die Verringerung der Spielerzahl entstehen für den Anfänger überschaubare Spielsituationen.
- Wichtig ist neben dem Handballspiel das Verbessern der koordinativen Fähigkeiten, um Einseitigkeit zu vermeiden.
- Die erlernten Elemente werden stets im Spiel 4:4 oder 5:5 plus Torwart angewandt und auf ihre Spieltauglichkeit überprüft. In Kleingruppen (2:1, 3.2) werden sie dann wiederum verbessert.
- Offensives Abwehrverhalten als Angebot in einzelnen Übungsphasen verbessert das richtige Verhalten im Spiel 1:1.
- Zuspieltäuschung, Zuspielsicherheit, Spiel ohne Ball und die Beinarbeit in Angriff und Abwehr müssen stets mitgeübt werden.

Die Lehrziele im Alter von 10 - 14 Jahren lassen sich wie folgt zusammenfassen:

Technik/Koordination:

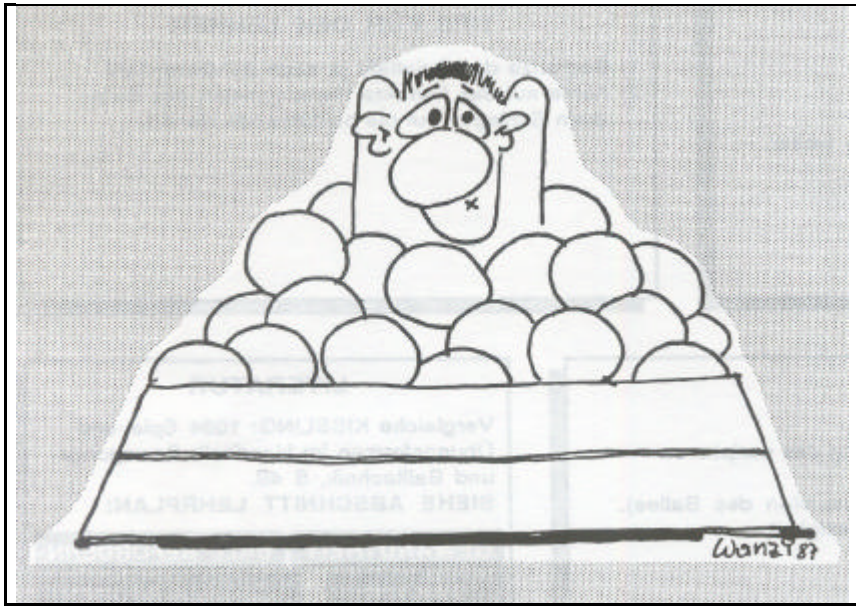
- Prellen
- Zuspielen/Fangen
- Zuspielvarianten
- Bewegungstechniken
- Kernwurf
- Sprungwurf
- Anlaufen
- Körpertäuschung/Durchbruch
- Abwehrtechnik
- Blocken
- Torwartabwehr

Taktik:

- Anwendung in der Spielsituation 2:1
- Ball in der Bewegung zuspielen
- Torgefährlich anlaufen
- Raum schaffen
- Freilaufen/Decken
- Wahrnehmen: Zuspiel zum freien Mitspieler
- Manndeckung
- Offensive Raumdeckung
- Jeder Spieler spielt auf allen Positionen

Kondition:

- Schnelligkeit: vielseitig
- Ausdauer: kein anaerobes Training, Umfang vor Intensität (pro Altersjahr 1 min. laufen, Dauermethode
- Kraft: dynamisches Training an und mit Geräten, Kräftigung der Bauch-und Rückenmuskulatur



KASTENAUSRÄUMEN

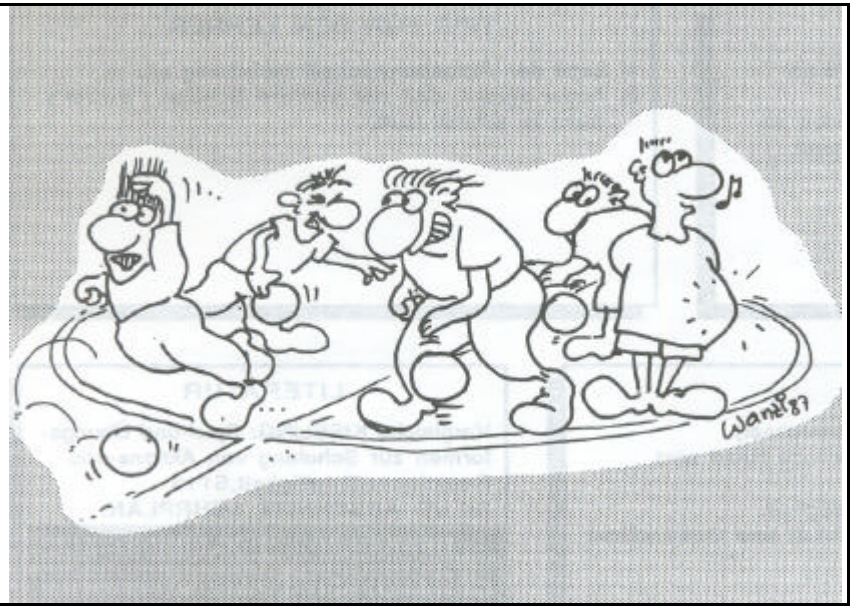
Spielgedanke
Ein Schüler steht in einem mit Bällen gefüllten Kasten. Er versucht, die Bälle so schnell wie möglich aus dem Kasten zu werfen. Die anderen Schüler holen die Bälle zurück und legen sie im Kasten ab. Wer wird Sieger?

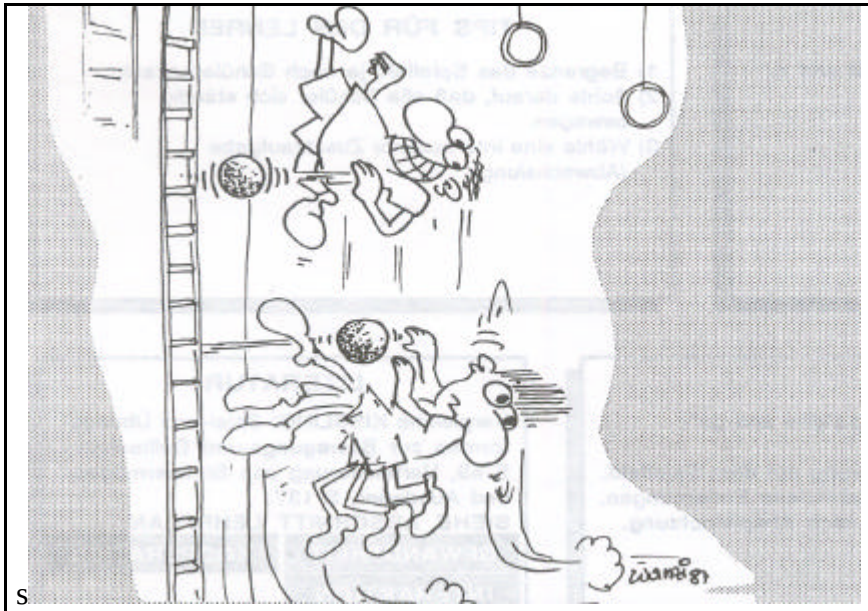
Varianten
1) Verwendung verschiedener Ballgrößen und Ballarten.
2) Verwendung mehrerer Kästen. Die Schüler können die Bälle beliebig zurückbringen.
3) Statt des Kastens wird ein Korb oder Wagen verwendet, der seinen Standort laufend wechselt.

SCHÜTZE DEINEN BALL

Spielgedanke
Die Schüler laufen dribbelnd im Spielfeld und versuchen, sich gegenseitig den Ball wegzuspielen.

Varianten
1) „Schleifenrauben“ mit Ballführung.
2) Fangspiel mit mehreren Jägern.





S

SCHATTENLAUF

Spielgedanke
Die Paare (jeder Partner mit einem Ball) bewegen sich dribbelnd durch die Halle. Der hintere Schüler („Zweier“), versucht den Abstand zum vorderen („Einser“) zu halten.

Varianten

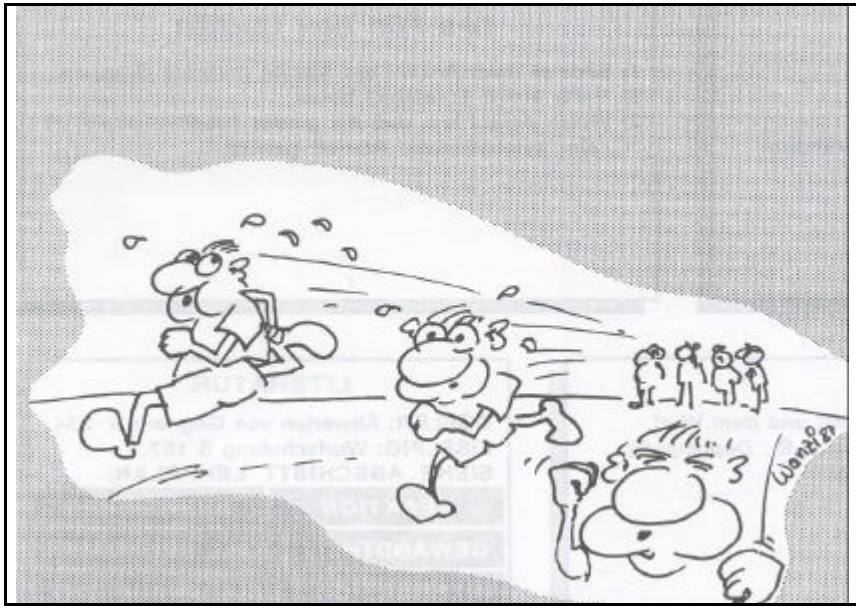
1) Einser ohne Ball, Zweier mit Ball.
2) Fangspiel zwischen Einser und Zweier.
3) Einser gibt Bewegung vor, Zweier versucht diese zu imitieren.
4) Jeder versucht, seinem Partner den Ball wegzuspielen.

NUMMERNPASSEN

Spielgedanke
Jeder Schüler bekommt eine Nummer zugeordnet. Die Spieler laufen durcheinander. Der Ball wird von 1 zu 2 usw. gespielt. Der Schüler mit der letzten Nummer spielt wieder zu 1 zurück.

Varianten

1) 2 Bälle sind im Spiel.
2) Nach dem Abspiel wird eine Zusatzaufgabe ausgeführt (zB: Bauchlage).
3) Mehrere Gruppen spielen gleichzeitig auf einem Feld.



SCHWARZ – WEISS

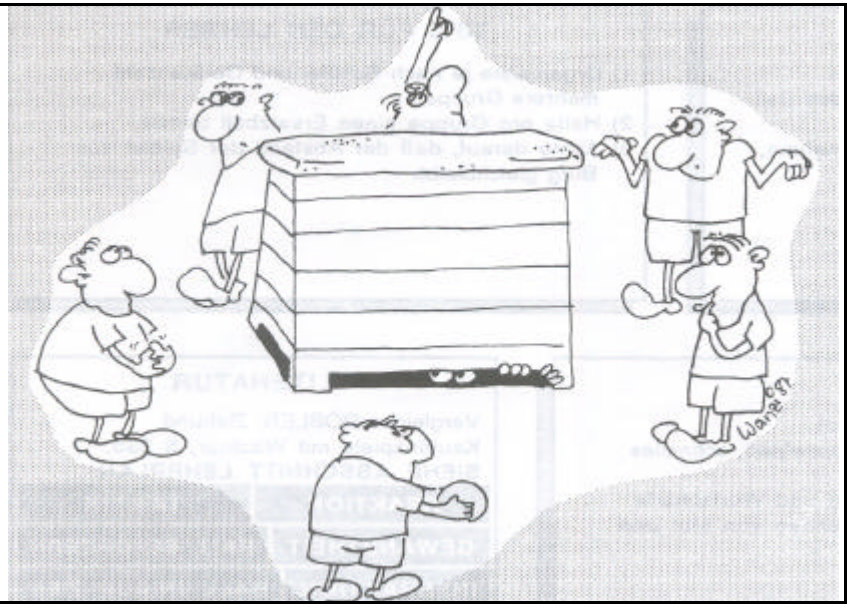
Spielgedanke
2 Gruppen („Schwarz“ und „Weiß“) stehen (sitzen, liegen, etc.) einander paarweise gegenüber (Abstand zur Mittellinie je 3 Meter). Auf der Mittellinie liegt pro Paar ein Ball. Auf Zuruf („schwarz“ oder „weiß“) wird eine Gruppe zu Werfern, die andere läuft davon.

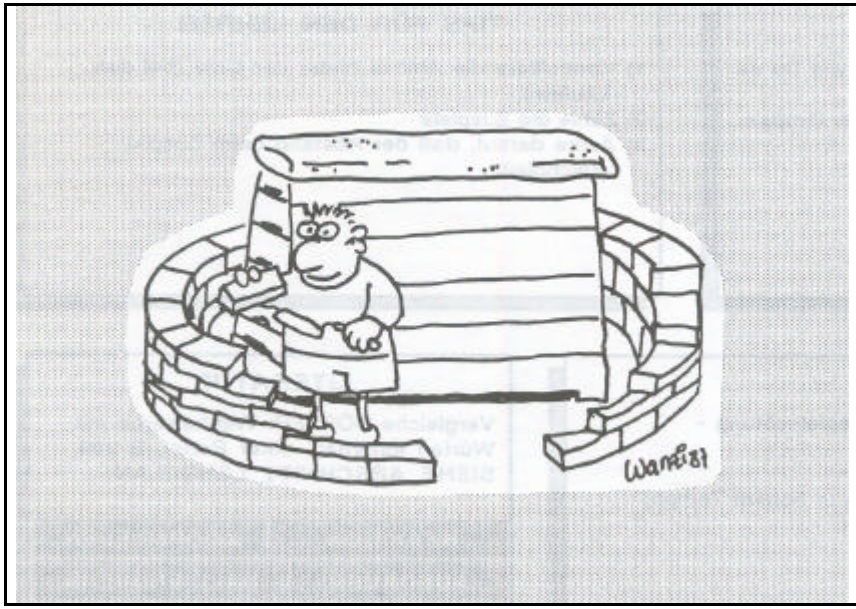
Varianten
1) Fangspiel ohne Ball.
2) Ohne Abwerfen: der Ballführende versucht, seinen Partner im ganzen Saal zu fangen.
3) Abwerfen aller Spieler ist möglich (Beine!!!).

HETZBALL

Spielgedanke
4-6 Spieler bilden einen Innenstirnkreis rund um einen Sprungkasten (Radius ca. 5 Meter). Sie versuchen, einen Schüler abzuwerfen, der den Kasten als Deckung benutzt.

Varianten
1) Größerer Kreisradius und ohne Kasten.
2) Zwei „Hasen“ (abzuwerfende Schüler)
   Achtung: Zusammenstöße vermeiden!





BURGBALL

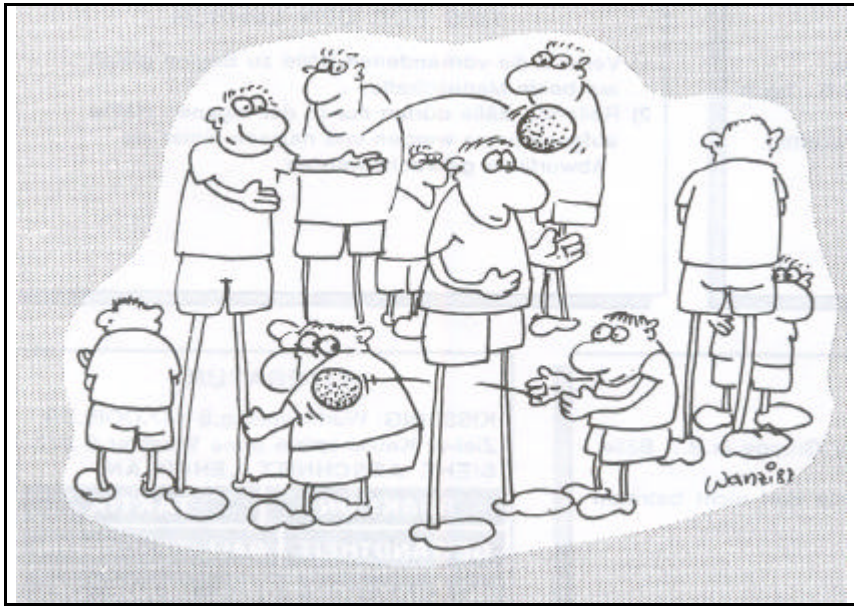
Spielgedanke
4-6 Spieler bilden einen Innenstirnkreis um eine Burg (Kasten oder Bock mit Medizinball). Der Radius beträgt etwa 5 Meter. Ein Burgwächter versucht den Kasten oder den Medizinball zu schützen.

Variante
Tigerball: ein oder zwei Spieler versuchen, die Zuspiele durch den Kreis zu erwischen (Berührung genügt).

HANDBALLER GEGEN LÄUFER

Spielgedanke
Zwei Gruppen mit gleicher Spieleranzahl; Gruppe A in Gassenaufstellung, Gruppe B in Flankenreihe: A spielt den Ball von Spieler zu Spieler (Anzahl der Zuspiele), B umläuft Gruppe A einzeln, bis alle Spieler durch sind; Wechsel der Gruppe. Wer erreicht mehr Zuspiele?`

Variante
Handball gegen Dribbler: auch die Gruppe B hat einen Ball. Die Spieler umdribbeln Gruppe A und übergeben den Ball dem nächsten Spieler.



WETTWANDERBALL

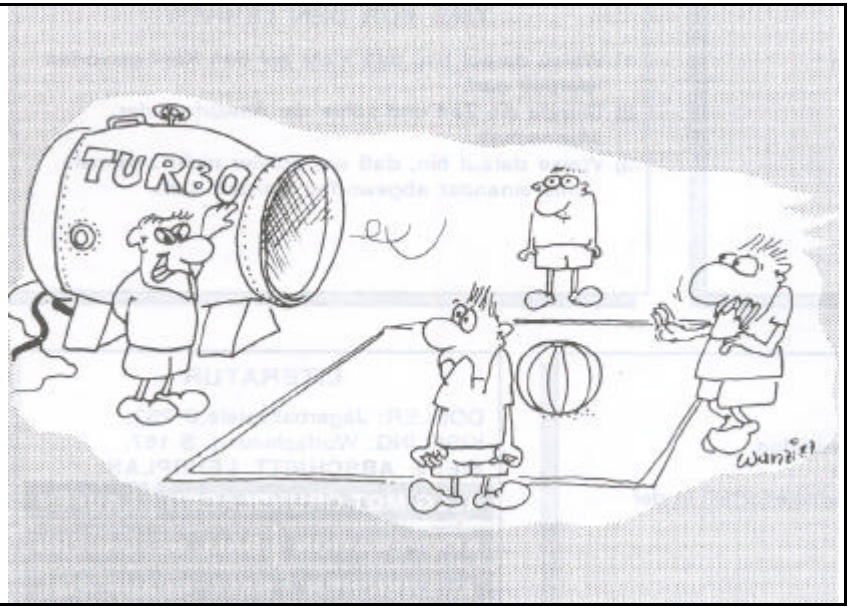
Spielgedanke
Aufstellungsform Innenstirnkreis oder Gasse: Zwei Gruppen gleicher Spieleranzahl (Zick-Zack Passfolge) spielen gegeneinander – welche Gruppe hat den Ball am schnellsten durchgespielt? Die Anzahl der Durchgänge wird vom Lehrer bestimmt.

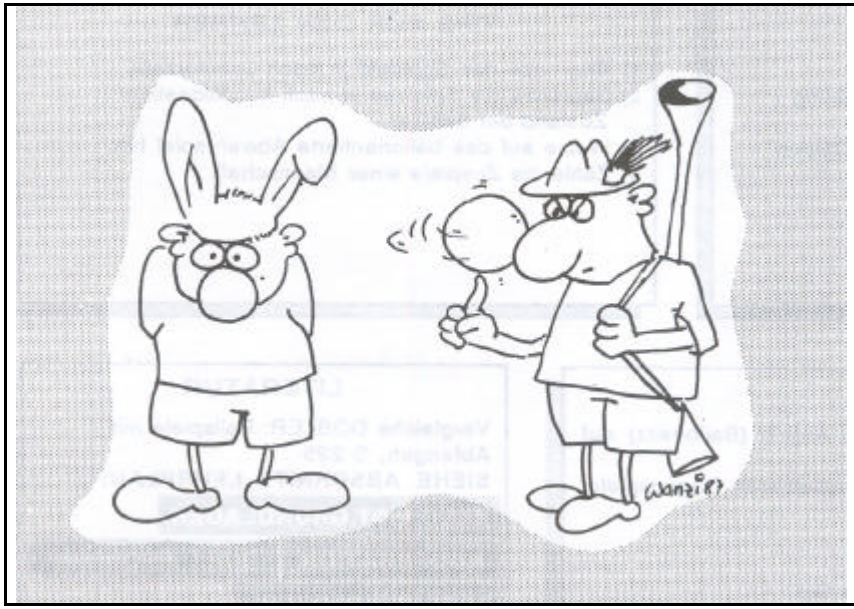
Varianten
1) Ablöseball in Stirn- oder Flankenreihe: ein Zuspieler spielt der Reihe nach alle an, (dann wird der nächste Zuspieler).
2) Balljagd: in Kreisform mit mehreren Bällen.

BALLTREIBEN

Spielgedanke
Zwei Mannschaften werfen mit mehreren Bällen auf einen Medizinball, der in der Spielfeldmitte liegt. Gelingt es einer Mannschaft, durch Treffer den Medizinball über die generische Abwurflinie zu befördern, ist ein Punkt erzielt.

Varianten
1) Verwendung von mehreren Medizinbällen
2) Balltreiben in einem Feld
3) Treffball: mehrere Medizinbälle werden von einer Langbank geworfen – welche Gruppe hat mehr Treffer?
4) Banktreiben: Langbank hinter Ziellinie treiben.





JÄGERBALL

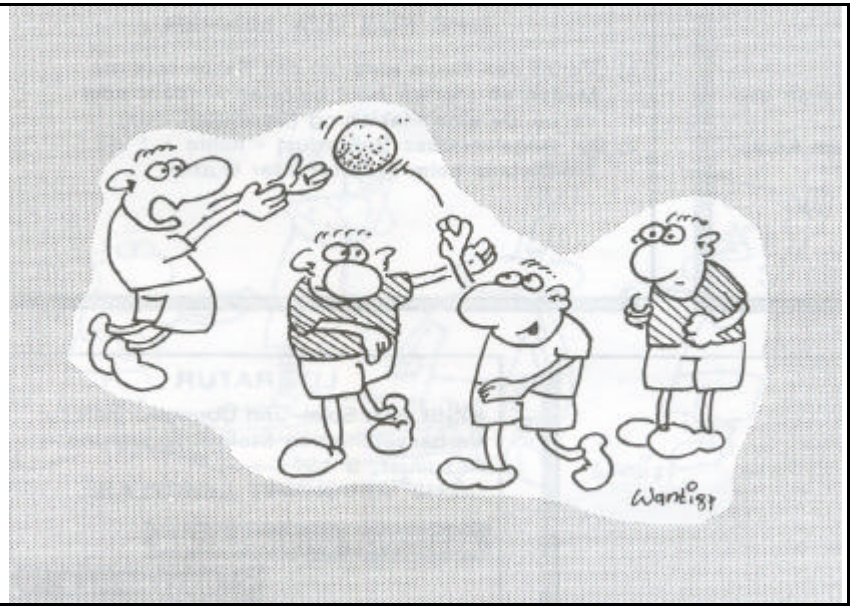
Spielgedanke
2 Gruppen (gleiche Spieleranzahl): Gruppe A hat den Ball und versucht, innerhalb einer Minute möglichst viele Spieler von Gruppe B abzuwerfen; dann Wechsel.

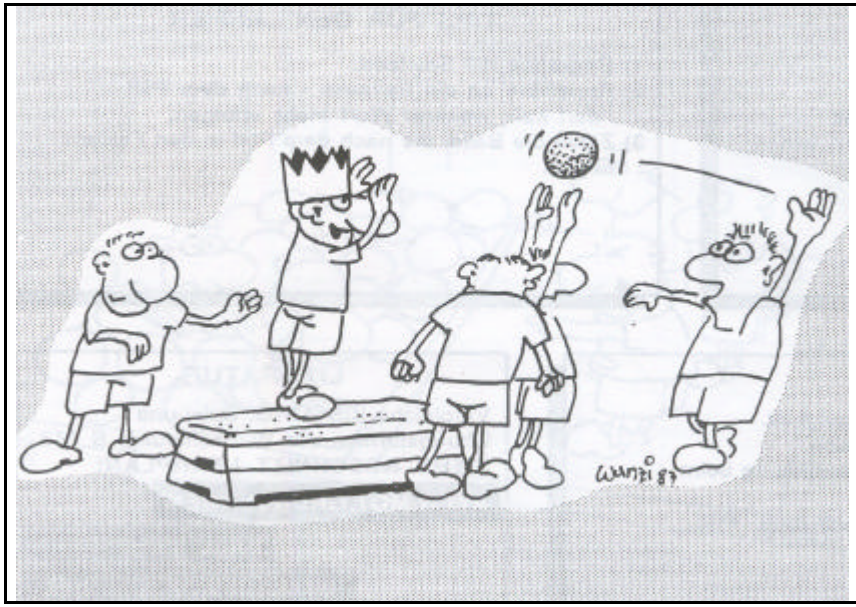
Varianten
1) Jäger jagen einzeln.
2) Jäger jagen von außen: Hasen im Viereck; Abwürfe nur von außen.
3) Jägerball in zwei Feldern: Jäger A geht in Feld B, gleichzeitig Jäger B in Feld A.

PARTEIBALL

Spielgedanke
Zwei Gruppen (gleiche Spieleranzahl): Team A (im Ballbesitz) versucht, möglichst viele Zuspiele zu erreichen (ohne Prellen). Team B versucht, in Ballbesitz zu kommen; Ballverlust bei Foul, Out oder technischen Fehlern (Schritte, Doppeldribbling).

Variante
Parteiball 3 : 3 : 1; ein neutraler Spieler (außerhalb des Feldes) darf in das Spiel miteinbezogen werden – ausnützen der Überzahl.





KÖNIGSBALL

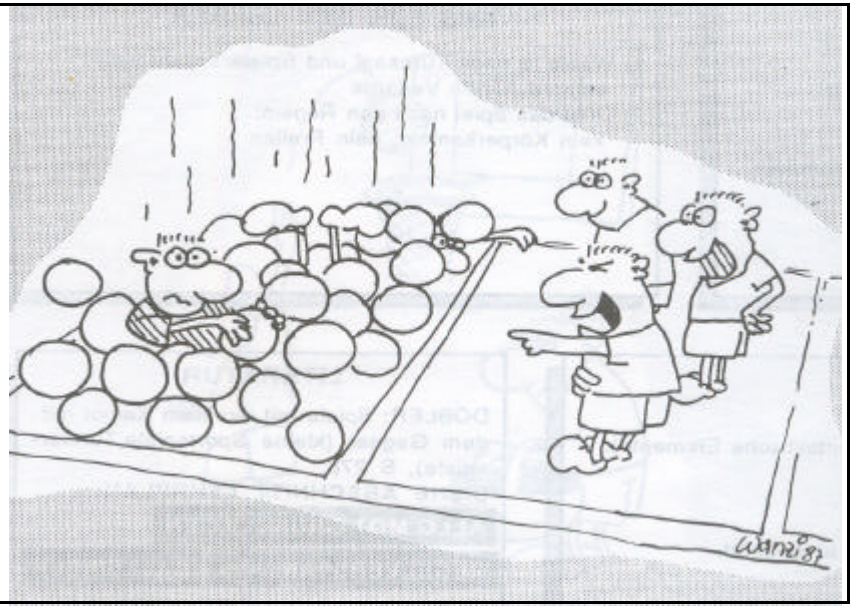
Spielgedanke
2 Parteien spielen gegeneinander; einem König (steht auf Kastenkopf) soll der Ball zugespielt werden. Der König bringt jeden gefangenen Ball mit einem unparteiischen Wurf gegen die Wand wieder ins Spiel.

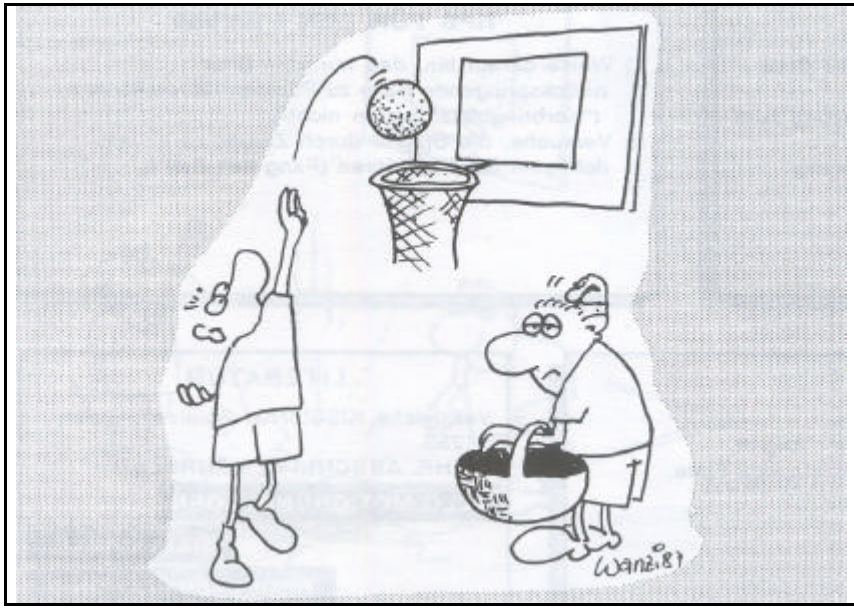
Varianten
1) Jede Mannschaft hat einen König.
2) Der König darf Tore erzielen (Wurf auf Matte, Mattenziegel oder Tor) – er wird nach jedem Wurf gewechselt.

HALTET DAS FELD FREI

Spielgedanke
Zwei Teams (gleiche Spieleranzahl): jeder Spieler hat einen Ball; auf Pfiff werden die Bälle in das gegnerische Feld geworfen; welche Mannschaft hat nach einer Minute weniger Bälle in ihrem Feld?

Varianten
1) mit Abwurflinie
2) Schützt eure Wände: jeder Treffer wird gezählt.
3) Ball direkt ins Tor werfen (Bälle dürfen nicht aufgefangen werden)
4) den Torraum treffen
5) „verzögertes“ Spiel: vor dem Wurf muss der Ball abgespielt werden.





KORBHANDBALL

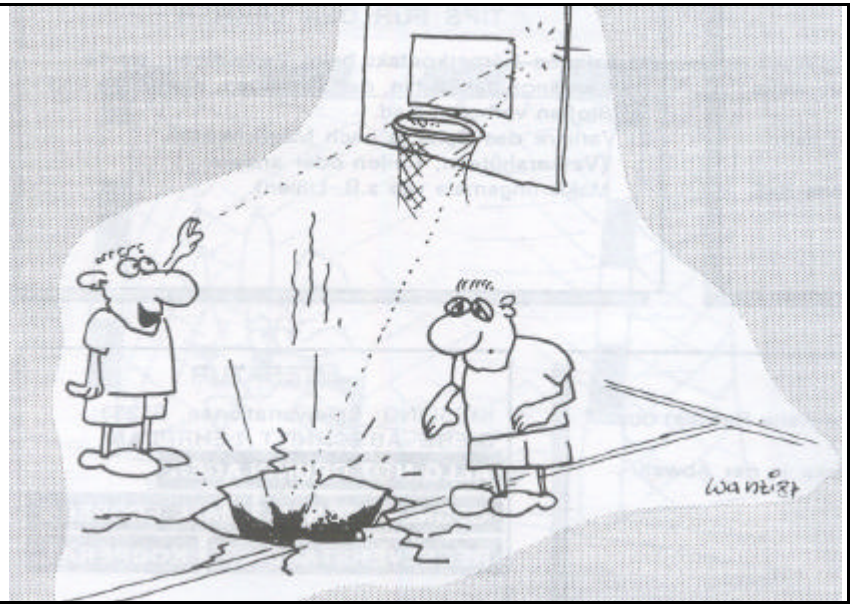
Spielgedanke
Zwei Mannschaften versuchen, nach Handballregeln (Schritte, Out, Doppel) Körbe zu erzielen; Gerät: Handball.

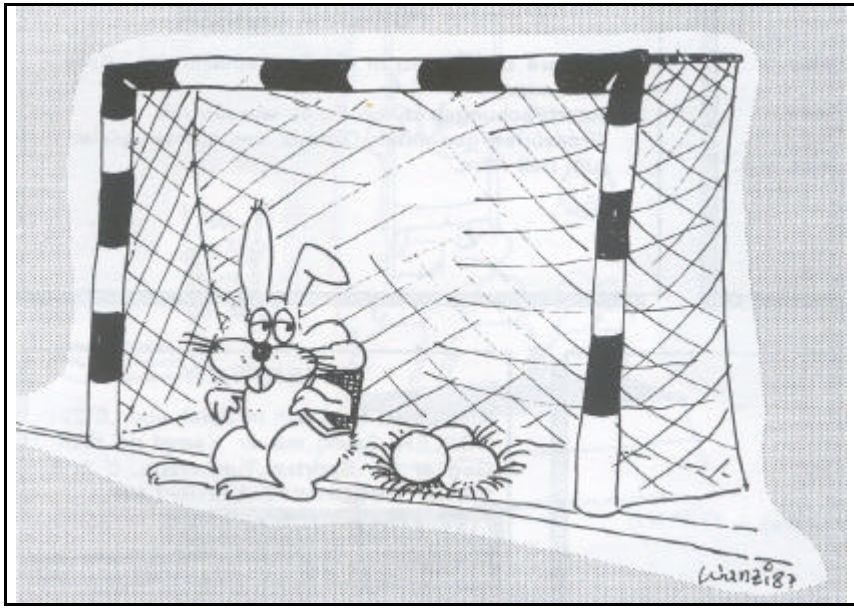
Varianten
1) Basketball diagonal: zwei oder drei Körbe längsseitig (Feld diagonal).
2) drei Körbe – drei Teams
3) ein Feld längsseitig, ein Feld breitseitig, vier Teams spielen gleichzeitig.

BRETTBALL

Spielgedanke
Zwei Mannschaften, ein Ball:
Ziel ist es, den Ball so gegen das Basketballbrett zu werfen, dass der zurückspringende Ball den Hallenboden berührt (= ein Punkt). Fängt ein gegnerischer Spieler den Ball vorher, geht das Spiel weiter.

Variante
1) Brettlinienball: der zurückspringende Ball muss eine bestimmte Linie überschreiten.
2) ein eigener Spieler muss den Ball fangen.
3) der Ball muss durch einen Kastenteil durchgepasst werden (= 1 Punkt).





BALLABLEGEN

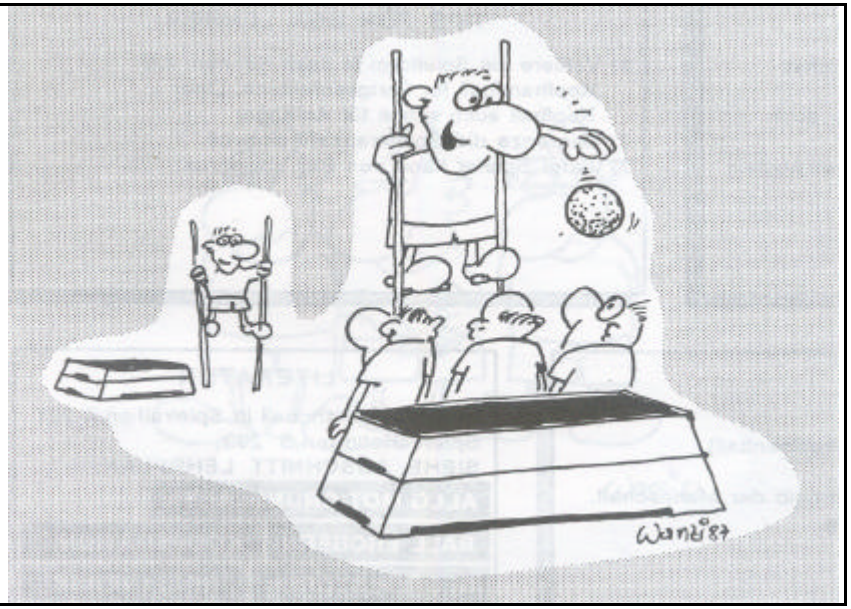
Spielgedanke
Jede der beiden Mannschaften muss zwei seitlich versetzte Tore (Breite ca. 1m) verteidigen. Ziel des Spieles ist es, durch schnelles Spiel und geschickte Spielverlagerung den Ball hinter eine der beiden Torlinie abzulegen.

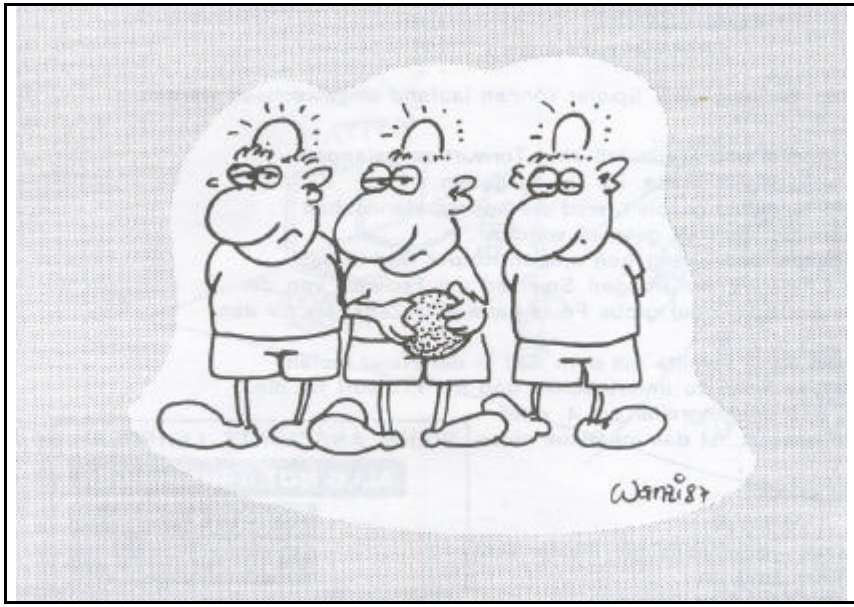
Varianten
1) Statt versetzter Tore werden Turnreifen verwendet, in die der Ball einfach hineingelegt werden muss.
2) Der Ball muss durch einen Kastenteil durchgepasst und von einem eigenen Spieler angenommen werden.

KASTENHANDBALL

Spielgedanke
Zwei Mannschaften mit je sechs Spielern; jedes Team verteidigt einen Kasten (offen) – die Spieler versuchen, den Ball in den offenen Kasten des Gegners zu befördern.

Varianten
1) Turmball: auf einem geschlossenen Kasten liegt ein Medizinball, der getroffen werden soll.
2) Kreistorball: ein Torwächter (zwei Sprungständer begrenzen ein Tor); Tore können von vorne und hinten erzielt werden.





KOPFHANDBALL

Spielgedanke

Zwei Mannschaften spielen auf dem Handballfeld gegeneinander. Der Torraum darf betreten werden; Tore dürfen aber nur mit dem Kopf erzielt werden.

Varianten

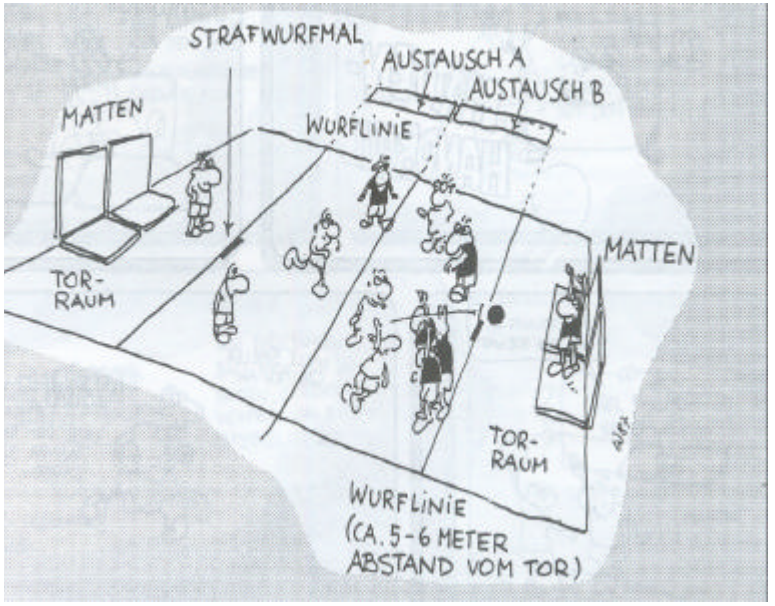
1) Handball: Passes oder Würfe mit der Nichtwurfhand; Torraum darf nicht betreten werden.
2) Handball mit zwei Händen (Passes nur beidhändig).
3) Prellhandball: der Ball darf nur durch Prellen zugespielt werden; ebenso darf der Ball ins Tor nur geprellt werden.

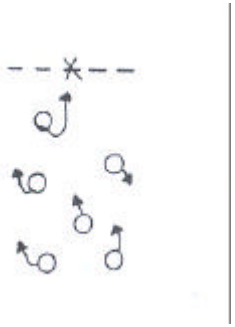
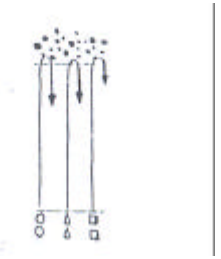
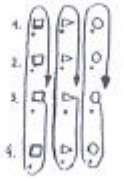
MATTENHANDBALL

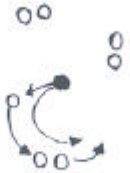
Spielgedanke

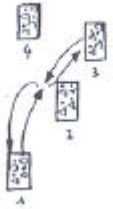
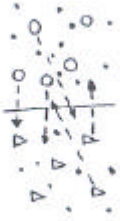
5 Feldspieler + 1 Torsteher

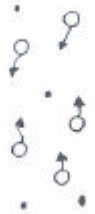
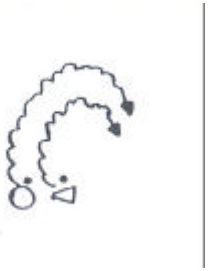
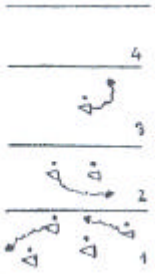
a) Feldspieler versuchen, durch geschicktes Abspiel und Freilaufen zum Torwurf zu gelangen.
b) Berührt der geworfene Ball irgendwo die aufgestellte Matte, ist Tor zu geben.
c) Wird der Ball von der einen Partei aus dem Spielfeld gespielt, wird die andere Mannschaft Ballbesitzer. Im Torraum darf der Ball nur vom Torwart gespielt werden.
d) Jede Verteidigungsarbeit hat dem Ball zu gelten. Jedes Angehen an den Körper wird in der Abwehrhälfte mit Strafwurf (wie Fußball Elfmeter), am übrigen Spielfeld mit Freiwurf von der Stelle des Fouls bestraft. Für mehrmaliges Foulspiel oder grobe Fouls kann eine Zeitstrafe für den Verteidiger gegeben werden.
e) Der ballbesitzende Angreifer darf nicht mehr als 3 Schritte mit dem Ball in der Hand laufen. Macht der Angreifer mehrere Schritte, ist das Spiel zu unterbrechen und mit Freiwurf für die Angreifer fortzusetzen. Erkennt man aber, dass der Angreifer am 4. oder 5. Schritte abspielen will oder zum Torwurf ansetzt, ist das im Sinne eines kindgemäßen Regelwerks zu tolerieren.

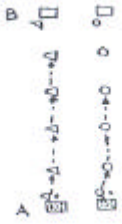


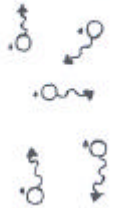
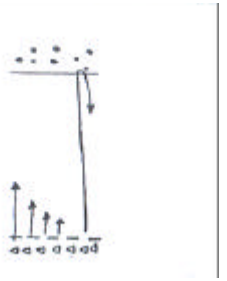
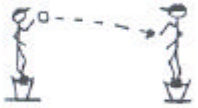
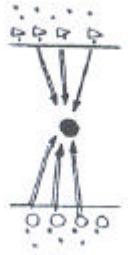
Minihandball Stundenbild Nr. 1				
"Ich und der Ball" Bälle tragen, prellen, rollen, werfen, übergeben				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Farbenspiel** Die Spieler bewegen sich frei in der Halle. Auf Kommando des Betreuers oder eines Mitspielers ist eine bestimmte Farbe (Linie, Gegenstand) möglichst schnell zu berühren! **b) Fangspiel mit Erlösen** Ein Spieler versucht, so viele Mitspieler wie möglich abzutupfen. Ein abgetupfter Spieler bleibt mit gegrätschten Beinen stehen. Er kann „erlöst“ werden, indem ein Mitspieler durch seine gegrätschten Beine kriecht.		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Hol den Ball** Paare: Abwechselnd holt jeder einen Ball aus einem Sektor auf der anderen Hallenseite. Welches Paar hat die meisten Bälle? **b) Nummernwettlauf** Vierergruppe: Jeder Spieler hat einen Ball. Die aufgerufenen Nummern umkreisen ihre Gruppe. Sie tragen oder rollen dabei ihren Ball.		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Wetttransport 1** Gruppe A versucht möglichst viele Bälle in den Kasten B zu transportieren. Gruppe B gegengleich. Nach einer bestimmten Zeit wird das Spiel gestoppt. Dann werden die Bälle gezählt. **oder** **b) Wetttransport 2** Gleiches Spiel wie Wetttransport 1. Die Hälfte einer Mannschaft darf sich nur in einer Hallenhälfte bewegen. In der Hallenmitte müssen die Bälle an einen Partner übergeben werden, der sie zum Ziel tragen darf.		
Materialbedarf: Bälle, Kästen				

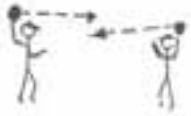
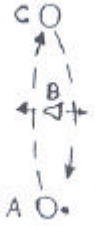
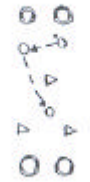
Minihandball Stundenbild Nr. 2				
"Ich und der Ball" Bälle tragen, prellen, rollen, werfen, übergeben				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Paarfangen** Ein Paar versucht, die Mitspieler in der Halle zu fangen! Wird ein Spieler gefangen, so bilden sie eine Dreiergruppe. Sind sie zu viert, so bilden sie zwei Zweiergruppen usw. **b) Doppelbett** Die Spieler liegen in Zweiergruppen auf dem Hallenboden verteilt. Ein Spieler verfolgt einen „Hasen“. Legt sich der Hase in ein Doppelbett, so muß der entferntere Spieler das Weite suchen.		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Rollerslalom** Die Spieler rollen den Ball um Malstäbe, um Kegel, um Hindernisse usw. **b) Transportunternehmen** 3er - bis 5er-Gruppen: Jeder Spieler muß einen Ball von einem in den nächsten Reifen legen. Die Ablösung erfolgt durch Handschlag.		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Kasten ausräumen** Ein oder zwei Spieler versuchen den Kasten zu leeren, indem sie alle Bälle in die verschiedenen Richtungen auswerfen. Die anderen Spieler versuchen, die Bälle so schnell wie möglich wieder in den Kasten zurückzubringen. **oder** **b) Sterntransport** Alle Bälle liegen im Kastenteil in der Mitte der Halle. Auf Kommando versucht jede Partei, möglichst viele Bälle zu ihrem Kastenteil zu bringen.		
Materialbedarf: Bälle, Kästen, Malstäbe, Kegel, Reifen				

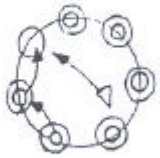
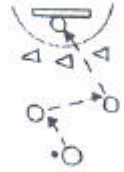
Minihandball Stundenbild Nr. 3				
"Ich und der Ball" Bälle tragen, prellen, rollen, werfen, übergeben				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Bänderrauben** Jeder Mitspieler trägt ein Spielband im Hosenbund. Wer hat am Schluß die meisten Spielbänder geraubt? **b) Bänderrauben mit Ball** Jeder Spieler prellt einen Ball und trägt ein Spielband im Hosenbund. Wer hat am Schluß die meisten Spielbänder geraubt?		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Balltausch** Die Kinder stehen in gleich großen Gruppen auf verschiedenen Matten in der Halle. Auf Kommando tauschen die aufgerufenen Kinder die Bälle mit einer anderen Gruppe. **b) Parcours** Dreiergruppen. A läuft mit dem Ball vor, legt den Ball ab, macht eine Rolle, nimmt den Ball auf und gibt ihn C usw.		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Mattenlauf** Die transportierende Mannschaft versucht, die Bälle von A nach B zu transportieren. Wer zwischen den Matten von der Mannschaft B abgetupft wird, muß wieder bei A beginnen. **oder** **b) Haltet das Spielfeld frei!** Das Spielfeld ist durch Langbänke geteilt. Jede Mannschaft versucht, ihre Spielfeldhälfte möglichst von Bällen freizuhalten, indem sie die Bälle in die gegnerische Hälfte wirft.		
Materialbedarf: Bälle, Bänder, Matten, Langbänke				

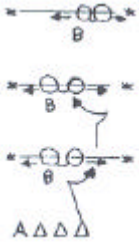
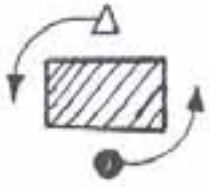
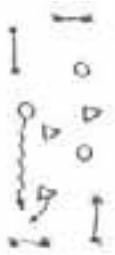
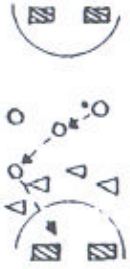
Minihandball Stundenbild Nr. 4				
"Miteinander" Bälle prellen, passen, fangen, treffen				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Sucht den Ball** Alle Kinder legen ihren Ball auf den Hallenboden und laufen kreuz und quer durch die Halle. Auf Kommando des Leiters sucht sich jeder einen Ball. **b) Wer hat keinen Ball** Gleiches Spiel wie 3. Der Leiter nimmt jeweils einen Ball weg, so daß ein Ball zuwenig im Spielfeld ist. Wer bekommt keinen Ball?		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Herr und Hund (mit Prellen)** Paare. Beide Spieler prellen den Ball. Der „Herr“ macht einen Spaziergang durch die Halle. Der „Hund“ versucht dabei, seinem „Herren“ möglichst an der Seite zu folgen. **b) Reifenprellen** Paare. Die Spieler stehen um einen Reifen und versuchen, sich den Ball zuzuprellen. Der Ball darf nur einmal, und zwar im Reifen, auf den Boden geprellt werden.		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Königsprellen** Jeder Spieler prellt seinen eigenen Ball. Alle beginnen im ersten Feld. Wer den Ball verliert, muß ins zweite Feld wechseln. Man darf versuchen, den anderen Spielern den Ball wegzuspielen. Wer bleibt am längsten im ersten Feld? **oder** **b) Schwarzer Mann (mit Prellen)** Die Spieler versuchen, prellend von der einen auf die andere Hallenseite zu gelangen. Der „schwarze Mann“ tupft die Spieler ab. Wer abgetupft wird, hilft dem „schwarzen Mann“.		
Materialbedarf: Bälle, Reifen				

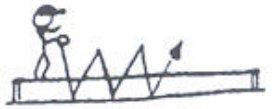
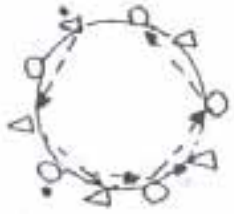
Minihandball Stundenbild Nr. 5				
"Miteinander" Bälle prellen, passen, fangen, treffen				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Rette sich, wer kann** Alle Spieler rollen ihren Ball zwischen den Matten in der Halle herum. Auf Pfiff des Leiters nehmen die Spieler den Ball auf und retten sich auf eine Matteninsel. **b) Verkehrspolizist** Vier Gruppen stehen in jeder Ecke der Halle auf einer Matte. Jeder Spieler hält einen Ball in der Hand. Der Verkehrspolizist in der Mitte zeigt an, welche Gruppe ihre Plätze tauschen darf.		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Finger zählen** Paare. Ein Spieler prellt den Ball fortlaufend und versucht dabei, die ausgestreckten Finger des Partners zu zählen. **b) Passen zu dritt** Spieler A spielt einen Doppelpaß mit Spieler B, anschließend dreht sich B um und spielt einen Doppelpaß mit C usw.		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Förderband** Jede Mannschaft versucht, möglichst schnell alle Bälle von A nach B zu transportieren, indem sie die Bälle von Spieler zu Spieler paßt. **oder** **b) Zickzack-Passen** Gleiches Spiel wie a). Die Bälle werden aber in einer Zickzack-Linie von A nach B gepaßt.		
Materialbedarf: Bälle, Matten				

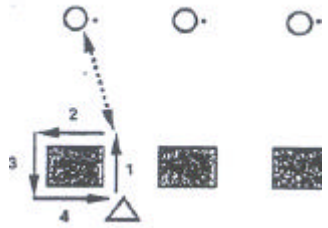
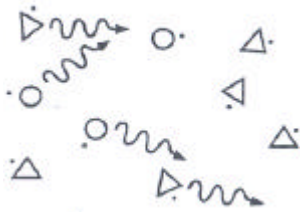
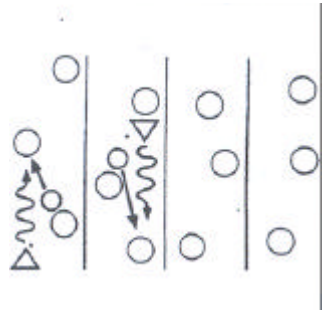
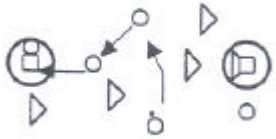
Minihandball Stundenbild Nr. 6				
"Miteinander" Bälle prellen, passen, fangen, treffen				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 5'	**a) Bälle rollen** Die Spieler rollen die Bälle nach Vorschlägen und Ideen der Kinder durch die Halle (mit dem Kopf, mit den Schultern, mit den Ellenbogen, mit dem Bauch, im Krebsgang usw.). **b) Gold in China holen** Alle Spieler holen sich möglichst schnell einen Ball von der anderen Hallenseite. Start im Kniestand, in Kauerstellung, in Bauchlage, in Rückenlage usw.		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Passen im Kreis** Der König in der Mitte spielt möglichst rasch mit jedem Außenspieler einen Doppelpaß. Die Außenspieler können langsam im Kreis zu laufen beginnen. **b) Balance-Passen** Paare. Jeder Spieler steht auf einer Langbank und paßt den Ball hin und her. Dazwischen versucht jeder Spieler, rasch die Bank mit der Hand zu berühren.		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Bälle von der Bank** In der Hallenmitte stehen Langbänke, auf denen Medizinbälle plaziert sind. Von den Grundlinien aus werfen zwei Mannschaften mit gleichvielen Bällen auf die Ziele. Wer trifft mehr Medizinbälle? **oder** **b) Balltreiben** In der Halle befindet sich ein einzelner leichter Ball. Zwei Mannschaften versuchen von den Außenlinien, den Ball mit gezielten Würfen über die gegnerische Grundlinie zu „schubsen“.		
Materialbedarf: Bälle, Langbänke, Medizinbälle				

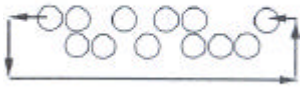
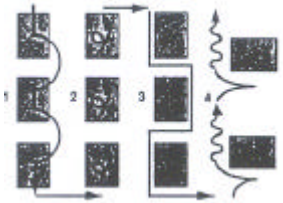
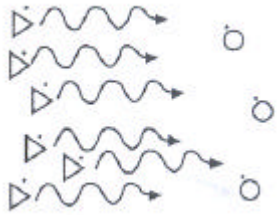
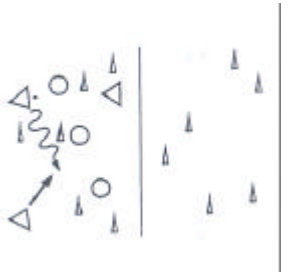
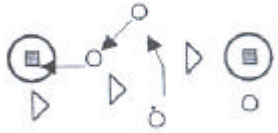
Minihandball Stundenbild Nr. 7				
"Gegeneinander" Freilaufen, täuschen, verteidigen				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Differenzierung 1** Die Spieler spielen sich zwei ungleiche Bälle wechselseitig oder gleichzeitig zu. **b) Differenzierung 2** Prellen auf verschiedenen Unterlagen (z. B. Laufbahn mit und ohne Matten).		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Tigerball 2:1** A und C passen sich den Ball zu. B versucht, diese Pässe zu unterbinden. Der Ball darf auch mit Bodenpaß zugespielt werden. **b) Kreis-Tigerball** Die Spieler in Kreisaufstellung spielen einander den Ball zu. Der oder die Spieler in der Kreismitte versuchen, dies zu verhindern.		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Schnappball** 3:3 / 4:4. Die eine Mannschaft versucht, sich möglichst lange den Ball zuzuspielen, ohne daß die gegnerische Partei den Ball erwischen kann. **oder** **b) Eierlegen** 2:2 / 3:3 / 4:4. Die eine Mannschaft versucht, ohne berührt zu werden, den Ball in einen der im gegnerischen Feld liegenden Reifen zu legen.		
Materialbedarf: Bälle, Reifen				

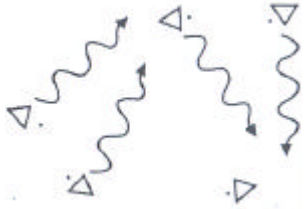
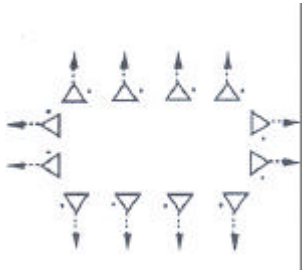
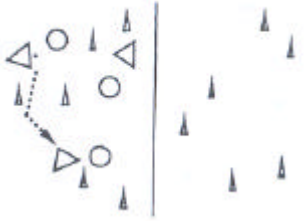
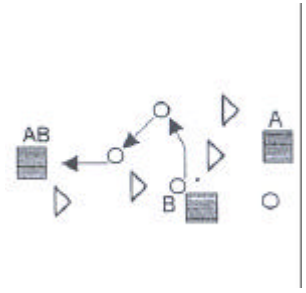
Minihandball Stundenbild Nr. 8				
"Gegeneinander" Freilaufen, täuschen, verteidigen				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Orientierung 1** Die Spieler werfen den Ball in die Höhe, machen eine Rolle und versuchen, den Ball wieder zu fangen. **b) Orientierung 2** Prellen in einer Medizinballgasse. In der Gasse werden Medizinbälle hin und her gerollt.		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Suche Dir einen Reifen** Jeder Spieler steht in einem Reifen, die in Kreisformation aufgelegt werden. Ein Reifen bleibt leer. Der Innenspieler versucht, den leeren Reifen zu besetzen. Die Außenspieler versuchen, dies durch Nachschieben zu verhindern. **b) Malstab berühren** Paare. Links und rechts des „Verteidigers“ steht je ein Malstab. Der angreifende Spieler versucht, vor dem Verteidiger einen der beiden Stäbe zu berühren.		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Burgball** 4:4. Die Angreifer versuchen, den Ball so lange zu spielen, bis eine Lücke entsteht und der Medizinball getroffen werden kann. **oder** **b) Bankball** 4:4. Spiel auf dem Minihandball-Feld. Ein Punkt wird erzielt, wenn der Ball dem Mitspieler, der auf einer Langbank im Torkreis steht, zugespielt werden kann.		
Materialbedarf: Bälle, Reifen, Medizinbälle, Langbänke, Malstäbe				

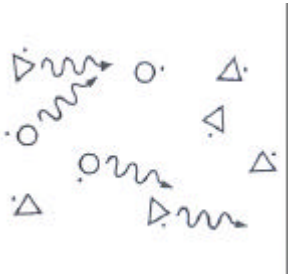
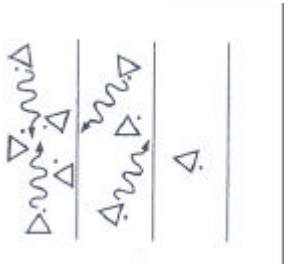
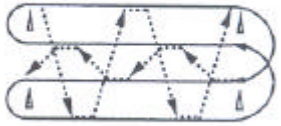
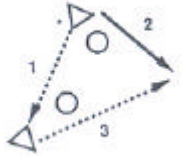
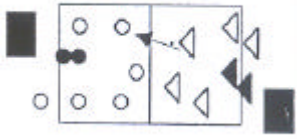
Minihandball Stundenbild Nr. 9				
"Gegeneinander" Freilaufen, täuschen, verteidigen				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Reaktion 2** Paare. Beide Spieler prellen ihre Bälle. Sobald der eine den Platz wechselt, muß der Partner ebenfalls wechseln. **b) Rhythmus 1** Die Spieler laufen durch die Halle und spielen einander zwei Bälle gleichzeitig zu.		
Hauptteil (Lernen) 	20' 20'	**a) Fisch und Netz** Die Spieler des Teams A versuchen einer nach dem anderen, durch das Netz der Spieler B zu schlüpfen. Die Sieger B geben sich die Hände und dürfen sich nur seitwärts bewegen. **b) Fangspiel um Matte** Zwei Spieler stehen einander gegenüber. Dazwischen liegt eine Matte. Mit Nachstellschritten versucht der eine, den anderen Spieler zu fangen. Die Matte darf nicht betreten werden.		
Schluß (Anwenden) 	40'	**a) Prellball** 3:3 / 4:4. Ein Punkt wird erzielt, wenn eine Mannschaft den Ball durch ein Tor prellen kann. Der Ball muß vor der Torlinie aufsetzen. **oder** **b) Kastenball** 4:4. Auf dem Minihandball-Feld. Ein Tor wird erzielt, wenn der gegnerische Kasten direkt getroffen wird (eventuell bei Erfolg Kastenteil entfernen).		
Materialbedarf: Bälle, Matten, Kästen, Malstäbe				

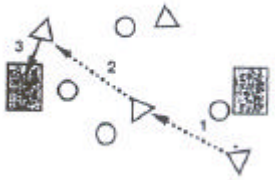
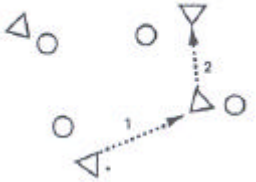
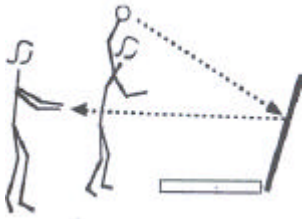
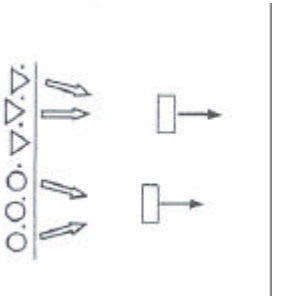
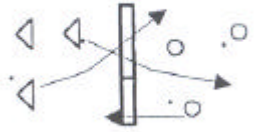
Minihandball Stundenbild Nr. 10				
"Gegeneinander" Freilaufen, täuschen, verteidigen				
Stundenteil	**Zeit**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Gleichgewicht 2** Die Spieler balancieren über die Schmalseite einer Langbank und prellen dabei den Ball. **b) Gleichgewicht 1** Paare. Die Spieler passen sich den Ball gegenseitig zu und stehen dabei auf der Schmalseite einer Langbank.		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Kreishetzpassage** Zwei Mannschaften stellen sich in einem Kreis auf (A, B, A, B, A, B usw.). Mannschaft A paßt den Ball möglichst schnell im Kreis herum. Mannschaft B beginnt auf der Gegenseite und versucht, den Ball von A einzuholen. **b) Kreishetzball** Ein Spieler der Mannschaft A versteckt sich hinter einem Kasten. Die Mannschaft B spielt sich den Soft-Ball so zu, daß sie den Spieler A treffen können. Wird Spieler A getroffen, so wird er sofort durch den nächsten Spieler der Mannschaft A ersetzt.		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Torwart und Werfer** Zwei Spieler stehen sich im Abstand von ca. 8 m gegenüber. Jeder Spieler verteidigt eine Matte oder einen Kasten und versucht gleichzeitig, beim Gegenspieler Tore zu erzielen. **oder** **b) Spiel auf Kastenteile** 3:3 / 4:4 . Als Tor dient ein offener Kastenteil, der von einem Torwart gehütet werden darf.		
Materialbedarf: Bälle, Soft-Bälle, Langbänke, Kästen, Matten				

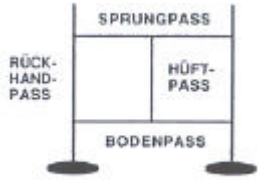
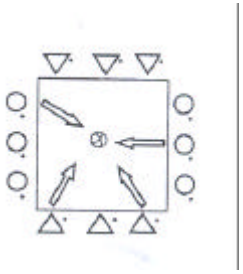
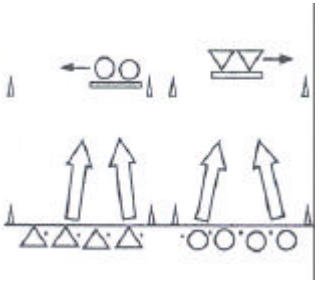
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 1				
Bewegungstechnik - Prellen - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Fuchs und Henne** Der Fänger (Fuchs) versucht, den letzten Schüler der Reihe zu fangen. ● Koordination (Beinbewegung) **b) Matte umlaufen** Zuspiele/Fangen mit 3- oder 2-Schritt-Anlauf um Matte: 1. 3 oder 2-Schritt-Anlauf Nachstellschritte 2.Zurückweichen 3. Nachstellschritte ● Nachstellschritte ● Zuspiel mit 3- oder 2-Schritt-Anlauf		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Prellfangspiel** Alle Spieler prellen einen Handball. Die Fänger prellen einen Basketball. Wer von einem Fänger berührt wird, erhält den Basketball. ● Peripheres Sehen ● Koordination **b) Reifenprellen** Wer kann den Ball in einen vom Abwehrspieler bewachten Reifen legen? ● Freiprellen ● Prelltäuschung		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Eimerball** **Spielgedanken:** 2 Teams spielen gegeneinander. Die Torhüter bewegen sich jeweils in einem Kreis. Sie halten einen Eimer in den Händen. Jede Mannschaft versucht, den Ball in den Eimer ihres Torhüters zu werfen. (Bogenbälle sollen unterbunden werden.) **Geräte:** 2 Eimer, 2 Kreise (Basketball), Spielball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Basketbälle, Reifen, Eimer				

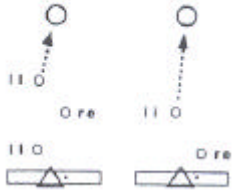
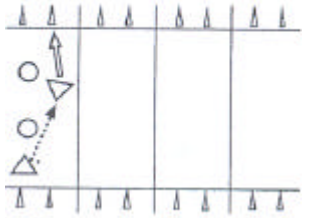
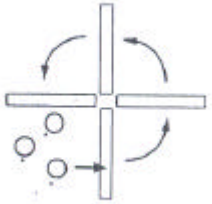
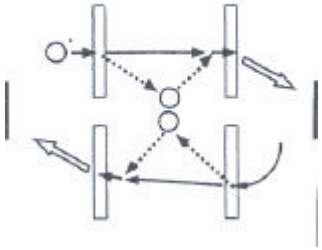
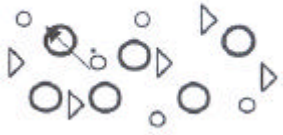
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 2				
Bewegungstechnik - Prellen - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Reifen springen** Wechselnd ein- oder beidbeinig durch Reifen springen. **Variante:** ● vorwärts/rückwärts ● dazu Ball prellen ● Koordination (Beinbewegung) **b) Parcours** 1.Springen und Ball prellen 2. Rolle und Ball fangen 3. Schieben/Anstechen 4. Dribblingstäuschung ● Koordination ● Springen ● Rollen ● Täuschen		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Schwarzer-Mann-Handball** 3 Schüler mit Basketball versuchen einen Schüler mit Handball prellend zu fangen. Gefangen werden bedeutet Ballwechsel. ● Raumüberwindung ● Peripheres Sehen **b) Torprellen** Die ballbesitzende Mannschaft versucht den Ball durch ein Tor zu prellen. ● Ball zuprellen ● Freilaufen ● Freiprellen		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Kastenteilball** **Spielgedanken:** Zwei Kastenteile werden in zwei Kreisen aufgestellt. Jede Mannschaft versucht, den Ball durch das gegnerische Teil zu werfen. (Aus Sicherheitsgründen sollten die Kastenteile nur quer gelegt werden.) **Geräte:** ● 2 Kastenteile ● 2 Kreise ● 1 Spielball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Basketbälle, Reifen, Kästen				

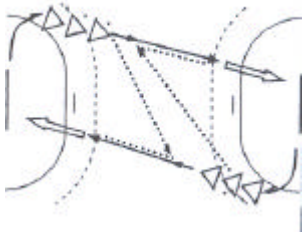
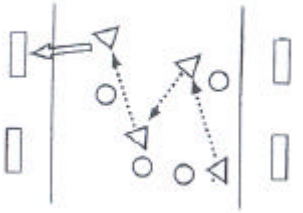
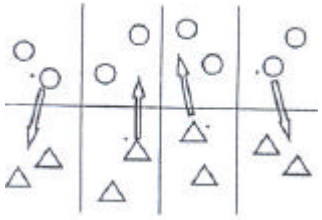
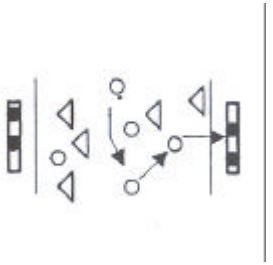
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 3				
Prellen - Zuspiel/Fangen - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Prellen zwischen Beinen** **Varianten:** Jedes 3. Mal zwischen den Beinen / jedes 4. Mal hinter dem Rücken ● Variation ● Rhythmus **b) Prellen mit verschiedenen Körperteilen** **Variante:** In verschiedenen Stellungen ● Variation ● Ballgefühl		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Showpassen** Ball mit verschiedenen Zuspielvarianten gegen die Wand werfen und wieder fangen **Variante:** Mit 3 Schritten Anlauf ● Zuspielarten erproben ● Zuspielen einführen **b) Torball** Angreifende Partei versucht dem Mitspieler den Ball zwischen den Kegeln via Boden zuzuspielen. ● Zuspielen ● Freilaufen		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) 3-Kasten-Ball** **Spielgedanken:** 2 Gruppen spielen in einem begrenzten Feld gegeneinander und versuchen, den Ball in einem der drei Kästen abzulegen. Jede Mannschaft hat 2 Kästen zu verteidigen, kann aber auch an 2 Kästen Punkte erzielen. Es darf nicht 2mal hintereinander im gleichen Kasten abgelegt werden. **Geräte:** ● 3 kleine Kästen ● 1 Spielball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Kegel, Kästen				

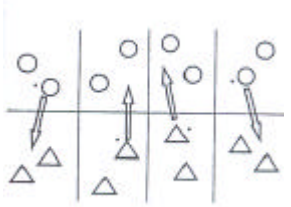
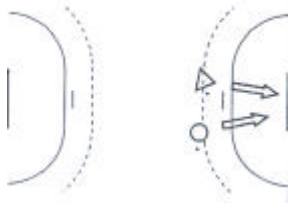
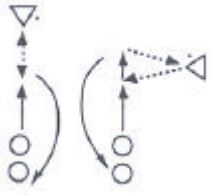
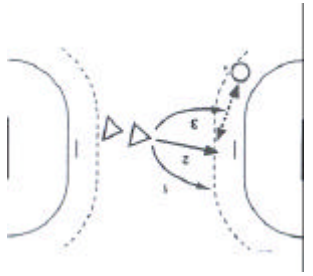
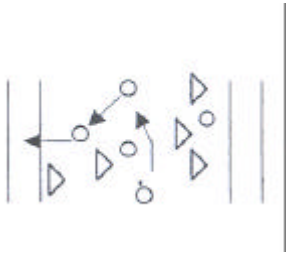
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 4				
Prellen - Zuspiel/Fangen - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Prellparcours** **Variante:** 2 Spieler sind mit einem Seil verbunden. ● Variation ● Anpassung **b) Königsprellen** Jeder versucht prellend dem anderen den Ball wegzuspielen. Ballverlust bedeutet: Wechsel ins nächste Feld. ● Ball abdecken ● Peripheres Sehen		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Passen in Bewegung** **Varianten:** Bodenpässe ● Sprungzuspiele ● mit „Spielverderber“ ● mit Wurf (Gegenstoß) ● Zuspielen in Bewegung **b) Schnappball** Spiel 2:2. Je 2 Spieler passen sich gegen 2 Gegenspieler den Ball zu. Verschiedene Gruppen spielen nebeneinander. ● Zuspielen ● Übersicht		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Krankenhausball** **Spielgedanken:** Gespielt wird nach dem bekannten Spiel „Völkerball“. Jede Mannschaft hat jedoch zwei Sanitäter, die abgetroffene Spieler aus dem Feld auf eine Matte transportieren. Von dort aus dürfen diese Spieler erneut ins Feld und weiterspielen. (Je nach Gruppenstärke kann die Zahl der Sanitäter erhöht werden.) **Geräte:** ● 1 Spielball ● 2 Weichboden-/Turnmatten **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Sprungseile, Weichböden, Matten				

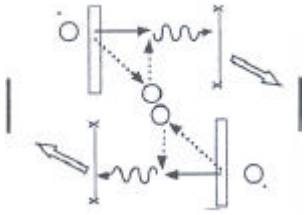
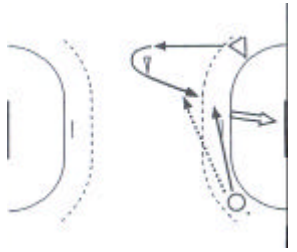
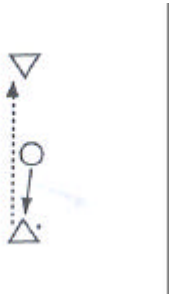
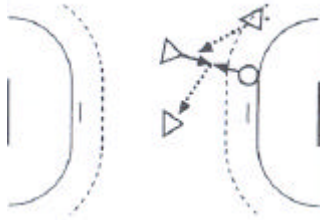
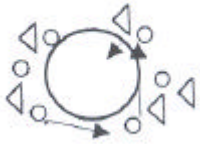
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 5				
Zuspiel/Fangen - Kernwurf - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Mattenball** Ballbesitzende Partei versucht ohne Schritte den Ball auf der gegnerischen Matte abzulegen. ● Zuspielen ● Übersicht **b) Linienball mit Ballwechsel** Wie Mattenball. Wird der Ballhalter von einem Gegner berührt, erfolgt Ballwechsel zur Gegenpartei. ● Zuspielen ● Schnelles Abspielen		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Tschoukball** Ball so gegen ein Reutherbrett werfen, daß ihn der Gegenspieler vor dem Bodenkontakt nicht mehr fangen kann. Der Torraum wird durch 2 Matten gebildet. Spiel 1 mit 1, 1:1 ● Kernwurf ● Reaktionsschnelligkeit **b) Kastenteil befördern** Welche Gruppe kann ihr Kastenteil in 2 Minuten mit den Handbällen weiterbefördern? ● Kernwurf mit 3-Schritt-Anlauf		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Haltet das Feld frei** **Spielgedanken:** Das Spielfeld wird durch Bänke in der Mitte abgeteilt. In jeder Hälfte befindet sich ein Team. Alle werfen die Bälle ins gegnerische Feld. Auf ein Zeichen wird gestoppt und gezählt. In welchem Feld sich die wenigsten Bälle befinden. **Geräte:** ● 2 - 3 Bänke ●je Spieler/ein Ball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Matten, Bänke, Kästen, Reutherbretter				

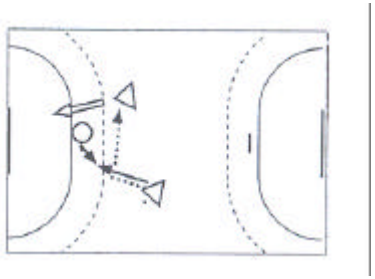
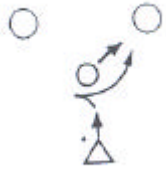
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 6				
Zuspiel/Fangen - Kernwurf - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Mitte auslassen** Spiel 2:1. Verteidiger bedrängt den Angreifer, der mit Zuspielvarianten zum Partner spielt. ● Zuspielvarianten **b) Zuspielgarten** Zu zweit verschiedene Zuspiele um Schnüre und Pfosten ausführen. ● Zuspielvarianten		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Vier-Felder-Rollmops** 4 Teams versuchen, den Medizinball mit dem Handball über eine gegnerische Linie zu befördern. ● Allgemeine Wurfschulung **b) Matte treffen** Die Werfer beider Teams versuchen, möglichst oft die von den Gegnern getragene Matte zu treffen. ● Zielwurf		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Vierkönigball** **Spielgedanken:** 2 Teams spielen in der Halle gegeneinander. In jeder Ecke befindet sich eine Bank über das Eck gestellt. Darauf stehen jeweils diagonal Könige der gleichen Mannschaft. Ein Punkt ist erzielt, wenn einer der beiden Könige angespielt werden kann. (Bogenenbälle unterbinden) **Geräte:** ● 4 Bänke ● 1 Spielball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Medizinbälle, Matten, Langbänke, Schnüre				

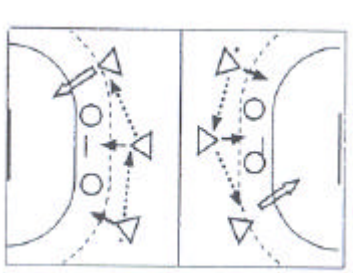
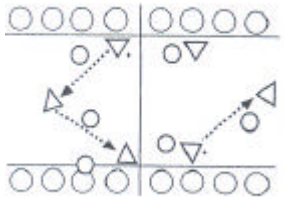
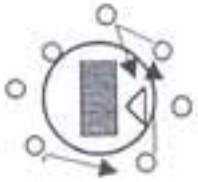
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 7				
Kernwurf - Sprungwurf - Spielform				
Stundenteil	**Zeit**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Ballannahme in der Bewegung** Start von der Langbank und Zuspiel zum Partner mit 2- oder 3-Schritt-Anlauf. **Variante:** ● Zuspiel von der Seite ● Ballannahme in der Bewegung: 2- oder 3-Schritt-Anlauf **b) Hüte umwerfen** Spiel auf 4 Feldern. Team A versucht einen Markierkegel des Teams B umzuwerfen, ohne die Linie zu übertreten. ● Zielwurf		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Karussell** Absprung mit 3-Schritt-Anlauf von der Langbank und Wurf antäuschen. **Variante:** ● Mit Sprungwurfpaß ● Ball im Sprung zuspielen **b) Parcours** Absprung mit 3- oder 2-Schritt-Anlauf von der Langbank und Wurf auf das Tor. **Variante:** ● Wurf ohne Langbank ● Sprungwurf mit 3- oder 2-Schritt-Anlauf		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Reifentorball** **Spielgedanken:** In einem begrenzten Spielfeld sind Reifen ausgelegt. 2 Teams spielen gegeneinander. Ein Punkt ist erzielt, wenn ein Bodenpaß durch einen Reifen vom Mitspieler gefangen werden kann. **Geräte:** ● 1 Spielball ● mehrere Reifen **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Langbänke, Kegel, Reifen				

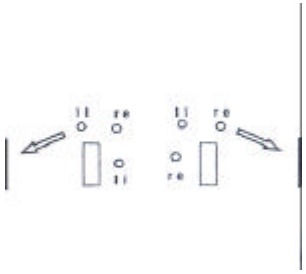
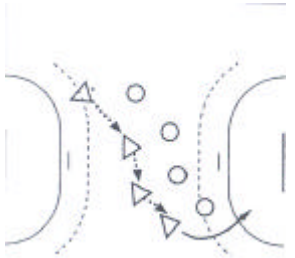
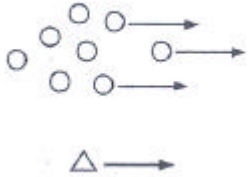
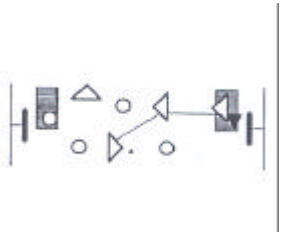
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 8				
Kernwurf - Sprungwurf - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Kastenball mit Kastenabbau** Team A versucht, den Kasten von Team B als Aufsetzer zu treffen. Bei Torerfolg wird ein Kastenteil weggenommen. Welche Mannschaft hat den Kasten am schnellsten abgeräumt? ● Zielwurf **b) Kernwurftraining** Der Wurf auf das Tor erfolgt je nach Situation mit 3 oder 2 Schritten Anlauf. ● Kernwurf mit Ballannahme in der Bewegung		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Wand-Torball** Team A wirft die Bälle mit Sprungwurf über die Schnur. Team B verhindert das Zurückprallen der Bälle unter die Schnur. ● Wurf im höchsten Punkt **b) Schnurball mit Sprungwurf** Die Spieler versuchen, den Ball mit Sprungwurf unerreichbar in das gegnerische Feld zu spielen. ● Wurf am höchsten Punkt ● Oberkörpereinsatz		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Bankball** **Spielgedanken:** Gespielt wird wie "Mattenzonenball", jedoch stehen in den Zonen 1 - 2 Bänke, auf denen sich Hütchen befinden. Die Teams versuchen, die gegnerischen Hütchen herunterzuwerfen. Es kann auch mit 1 - 2 Torhütern gespielt werden. **Geräte:** ● 2/4 Bänke ● Hütchen oder ähnliches ● 1 Spielball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Kästen, Langbänke, Schnüre, Hütchen				

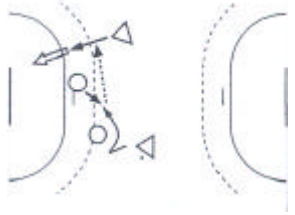
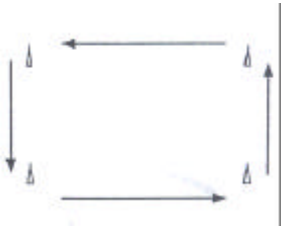
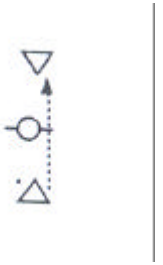
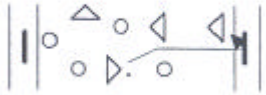
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 9				
Sprungwurf - Anlaufen - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Schnurball mit Reifen** Jeder Spieler hat einen Ball. Ball mit Sprungwurf über die Schnur in die Reifen der Gegenpartei werfen. ● Wurf am höchsten Punkt ● Oberkörpereinsatz **b) Partnerwettkampf** 2 Spieler werfen je 10 x auf das Tor. Wer erzielt die meisten Treffer? Der Verlierer löst eine Zusatzaufgabe. ● Wurfgenauigkeit ● Torwart beobachten		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Anlaufen gegen Zuspieler** Energisch anlaufen und sofort in die Wurfstellung gehen. Variante: ● Zuspiel von der Seite ● Ballannahme in der Vorwärtsbewegung **b) Anlaufen gegen das Tor** Aus verschiedenen Richtungen gegen das Tor anlaufen: 1= vom Ball, 2= gerade, 3 = zum Ball; ● Anlaufen gegen das Tor aus verschiedenen Richtungen.		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Linienball** **Spielgedanken:** siehe „Mattenzonenball“; der Ball muß jedoch in einer neutralen Zone abgelegt werden. **Geräte:** 1 Spielball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Reifen, Schnüre				

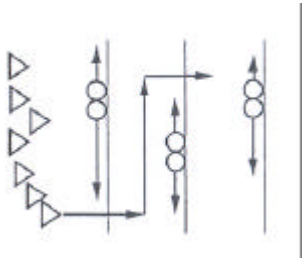
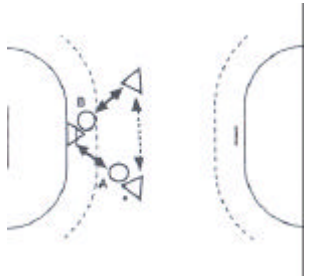
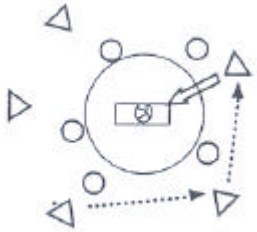
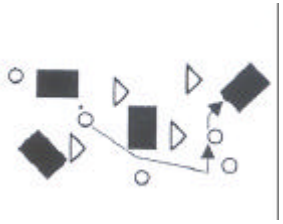
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 10				
Sprungwurf - Anlaufen - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Wurf über die Schnur** Sprungwurf über die Schnur auf das Tor aus dem Prellen oder mit Zuspiel. ● Wurf am höchsten Punkt ● Oberkörpereinsatz **b) Wurf gegen Abwehrspieler** Gegenstoß um die Markierung, Ballannahme und Wurf über oder am Abwehrspieler vorbei. ● Sprungwurf über oder am Abwehrspieler vorbei		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Zuspiel mit Behinderung** Mittelspieler sticht an und der Außenspieler spielt den Ball trotz Behinderung zum Mitspieler. ● Zuspiel trotz Behinderung **b) Anlaufen** Anlaufen von RL mit Ballerhalt von FL, Zuspiel zu RM trotz Behinderung durch den Verteidiger. ● Anlaufen ● Zuspiel trotz Behinderung		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Kreisablageball** **Spielgedanken:** 2 Teams spielen um einen Basketballkreis. Die angreifende Mannschaft versucht, ohne den Kreis zu betreten, den Ball darin abzulegen. Gelingt dies, erhält sie 1 Punkt. **Geräte:**1 Spielball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Schnüre				

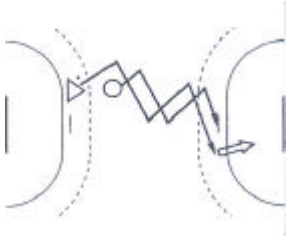
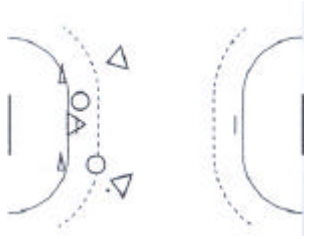
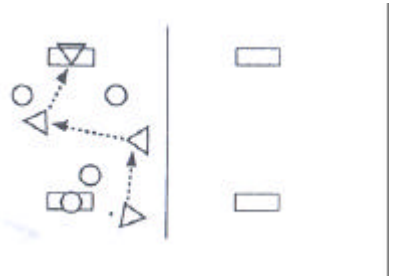
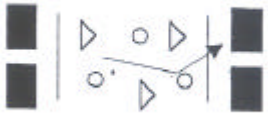
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 11				
Anlaufen - Körpertäuschung - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Spiel 2:1 auf ein Tor** Torgefährlich anlaufen und den Abwehrspieler binden (oder Torwurf), dann Zuspiel zum Mitspieler und Wurf auf das Tor. ● Torgefährlichkeit ● Gegner binden ●Zuspiel trotz Behinderung		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Laufen um die Reifen** Bei einem Reifen Körpertäuschung ohne Ball ausführen (li-re-li, re-li-re, Drehtäuschung: mit dem Rücken zum Reifen). ● Körperbewegung ● Schrittfolge **b) Reifenprellen 1:1** Der Angreifer versucht mit einer Körpertäuschung den Ball prellend in einen Reifen zu legen. ● Seitwärtsbewegungen des Oberkörpers		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Burgball** **Spielgedanken:** 2 Teams spielen gegeneinander um einen Kreis. Im Kreis steht ein Torhüter, der versucht, einen auf einem Kasten liegenden Ball vor dem Abwerfen zu schützen. **Geräte:** ● 1 Spielball ● 1 Kasten ●1 großer Ball oder ähnliches **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Medizinbälle, Reifen, Kästen				

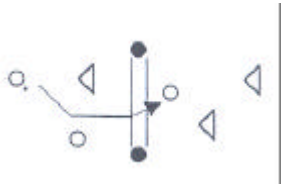
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 12				
Anlaufen - Körpertäuschung - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Spiel 3:2 / 4:3 auf ein Tor** Team A gegen Team B: Welche Gruppe erzielt in 10 Angriffen die meisten Tore? ● Gegner binden ● Entscheidung: Wurf oder Zuspiel		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Malstab berühren** Der Angreifer versucht vor dem Abwehrspieler einen Malstab zu berühren. **Variante:** Der Angreifer darf höchstens zwei Täuschungen ausführen. ● Seitwärtsbewegungen des Oberkörpers **b) Reifenball** Die Angreifer versuchen, den Ball in einen Reifen zu legen, der nicht von einem Abwehrspieler durch Hineinsetzen eines Fußes besetzt ist. ● Körpertäuschung		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Kastenmann** **Spielgedanken:** Die Spieler stehen um einen Kreis und versuchen, einen weiteren im Kreis abzuwerfen. Als Schutz dient diesem ein Kasten. **Geräte:** ● 1 Kasten ● 2 Spielball (Softball) **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Softbälle, Kästen, Reifen, Malstäbe				

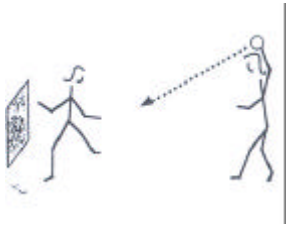
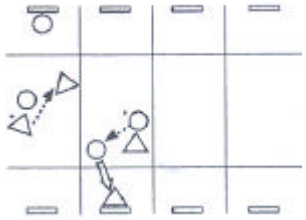
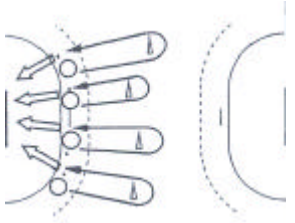
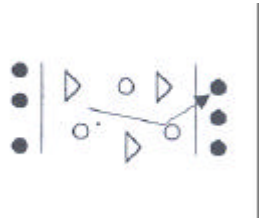
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 13				
Körpertäuschung - Abwehrtechnik - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Täuschung um einen Kasten** Die Täuschung zur und gegen die Wurfarmseite sowie die Drehtäuschung werden mit Hilfe von Bodenmarkierungen trainiert. ● Richtige Schrittfolge ● Schrittrhythmus **b) Torraumball** Die Angreifer versuchen mit einem Durchbruch den Ball im Torraum abzulegen. **Variante:** Die Abwehrspieler müssen die Hände auf den Rücken legen. ● Durchbruch		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Abwehrballett** Der Lehrer gibt die Bewegungsrichtung an, die Schüler verschieben sich mit korrekten Abwehrbewegungen spiegelbildlich. ● Grundstellung ● Schieben ● Anstechen **b) Mattenfangspiel 1:1** Zwei Spieler stehen um eine Matte. Mit Nachstellschritten versucht der eine, den anderen zu fangen. ● Beinbewegungen		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Kapitänsball** **Spielgedanken:** Unter dem Basketballkorb steht auf einem 2 - 3 teiligen Kasten der "Kapitän", dem der Ball zugeworfen wird. Er versucht, den Ball in den Korb zu treffen. **Geräte:** ● Basketballfeld ● 2 Kästen (2 - 3teilig) ● 1 Spielball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Matten, Kästen, Basketballkorb				

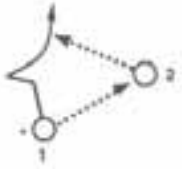
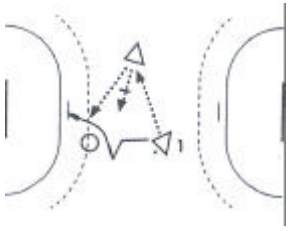
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 14				
Körpertäuschung - Abwehrtechnik - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Durchbruch 1:1** Der Angreifer versucht, zwischen 2 Kegeln mit einer Täuschung durchzubrechen: - ohne Ball, - mit Ball aus dem Prellen, - mit Zuspiel ● Schritte ● Distanz ● Beschleunigung ● Reaktion **b) Spiel 2:2** A versucht mit einer Täuschung einen Abwehrspieler zu binden, um so für B eine Wurfmöglichkeit zu schaffen ● (Überzahlsituation) Durchbruch ● Raum für Mitspieler schaffen		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Abwehrfangspiel** Alle Spieler bewegen sich um 4 Kegel. Der Fänger versucht einen Spieler von hinten einzuholen und zu fangen. ● Schieben ● Anstechen ● Zurückweichen **b) Tigerball 2:1** Der Mittelspieler versucht mit Armbewegungen Zuspiele der Außenspieler abzuwehren. ● Armarbeit		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Tschoukball** **Spielgedanken:** 2 Teams spielen gegeneinander. Der Ball wird gegen 1 - 2 schräggestellte Sprungbretter geworfen und muß von einem Mitspieler angenommen werden. Der Torraum wird durch Matten gebildet. **Geräte:** ● 1 - 2 Sprungbretter ● mehrere Matten ● 1 Spielball (Spezieller Tschoukballrahmen) **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Matten, Sprungbretter, Kegel				

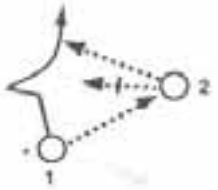
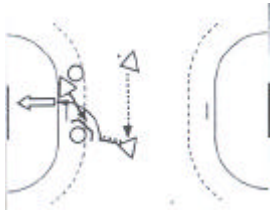
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 15				
Abwehrtechnik - Blocken - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20% 20%	**a) Fische und Netz** Die Schüler der Gruppe A versuchen einzeln an den sich zu zweit seitwärts verschiebenden Schülern der Gruppe B vorbeizukommen. ● Nachstellschritte ● Schieben **b) Abwehr gegen Kreisläufer** Abwehrspieler A und B stechen auf die Wurfarmseite an, dann schnelles Zurückweichen und Kreisläufer decken. ● Anstechen ● Zurückweichen ● Kreisläufer decken		
Hauptteil (Lernen) 	20%	**a) Burgball** Die Angreifer versuchen den Ball vom Kasten zu werfen. Die Abwehrspieler verhindern dies durch Blocken. ● Ball blocken		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Bälle von den Kästen** **Spielgedanken:** Auf verschiedene Kästen werden Bälle verteilt. Die angreifende Mannschaft versucht, die Bälle herunterzuwerfen, während die Verteidiger die Bälle wieder hinauflegen. Nach einer bestimmten Zeit wird abgestoppt und gezählt. **Geräte:** ● 3 - 4 Kästen ● mehrere Bälle oder andere Gegenstände ● 1 Spielball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Kästen				

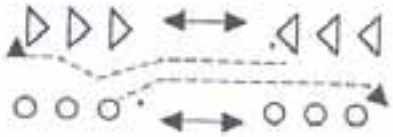
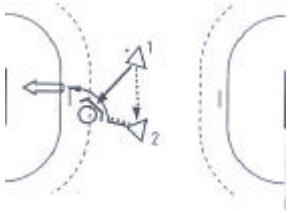
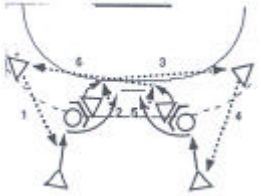
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 16				
Abwehrtechnik - Blocken - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Durchbruch verhindern** Der Abwehrspieler reagiert mit schnellen Beinbewegungen auf die Bewegungen des prellenden Angreifers. ● Beinarbeit in der Rückwärtsbewegung **b) Spiel 2:3** Zwei Abwehrspieler versuchen gegen drei Angreifer möglichst lange ein Tor zu verhindern. ● Schnelle Abwehrbewegungen ● Aushelfen		
Hauptteil (Lernen) 	40%	**a) Königsball** Die Abwehrspieler versuchen die Zuspiele der Angreifer zu ihrem König auf dem Kastenteil zu blocken. ● Zuspiel blocken		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Schrumpfende Kästen** **Spielgedanken:** Die Teams versuchen, die Kästen in der Zone zu treffen. Nach jedem Treffer wird ein Kastenteil herausgenommen. Sieger ist, wer zuerst alle Teile herausgeschossen hat. **Geräte:** ● 4 Kästen ● 1 Spielball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Kästen				

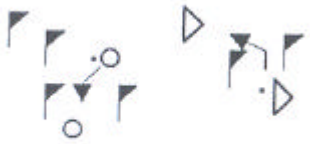
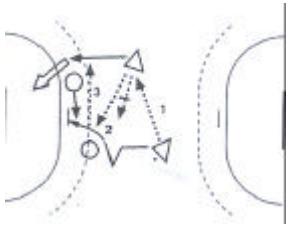
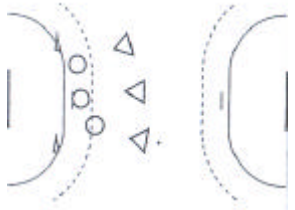
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 17				
Blocken - Torwartabwehr - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Bälle abklatschen** Abwehren von Würfen aus 1 bis 2 Metern Distanz mit den flachen Händen aus allen Lagen. ● Handhaltung ● Angst abbauen **b) Blocken** Spiel 2:1 Zwei Spieler passen einander zu. Der mittlere blockt die zugespielten Bälle mit allen Körperteilen. ● Blocken mit allen Körperteilen		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Ball liegend abwehren** Der Torwart liegt auf einer Linie und spielt den zugeworfenen Ball zurück, dann Drehung auf die andere Seite. ● Koordination **b) Abwehr nach Rolle** Der Torwart wehrt nach einer Rolle vorwärts den zugeworfenen Ball ab. ● Orientierungsfähigkeit		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Schnurball** **Spielgedanken:** Die Angreifer versuchen möglichst oft ihren Mitspieler in der Zone hinter einer 1 Meter hoch gespannten Schnur mit einem Bodenpaß anzuspielen. **Geräte:** ● 1 Spielball ● 2 Hochsprungschnüre ● 4 Ständer **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Hochsprungständer, Schnüre				

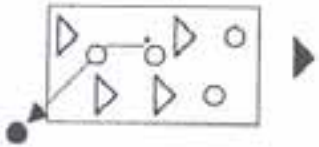
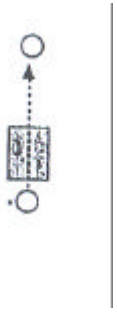
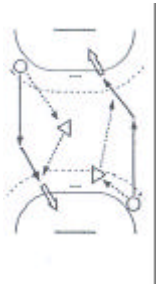
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 18				
Blocken - Torwartabwehr - Spielform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	10% 10%	**a) Ball via Wand blocken** Spieler B blockt den Ball, der von Spieler A via Wand geworfen wird. Die Distanz von B zur Wand sollte weniger als 1 Meter betragen. ● Reaktionsschelligkeit **b) Mattentreffball 1:1** Der Torwart versucht zu verhindern, daß der Spieler aus 3 bis 4 Metern Distanz die Matte trifft. ● Ball abwehren ● Reaktionsschnelligkeit		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Mattentreffball 2:2** Zwei Angreifer spielen gegen einen Abwehrspieler und einen Torwart. Viele Felder und Matten als Tore verwenden. ● Ball abwehren **b) Bälle aus allen Lagen** Die Spieler prellen auf ein Zeichen um die Kegel und werfen nacheinander auf das Tor. Der Torwart versucht, die schnell nacheinander gespielten Bälle abzuwehren. ● Orientierungsfähigkeit ● Reaktionsschnelligkeit		
Schluß (Anwenden) 	40%	**a) Keulenburgball** **Spielgedanken:** Gespielt wird wie "Mattenzonenball", jedoch werden in den Zonen Keulen aufgestellt, die umgeworfen werden müssen. **Geräte:** ● ca. 20 Keulen ● 1 Spielball **und/oder** **b) Minihandball**		**Minihandball**
Materialbedarf: Bälle, Matten, Kegel, Hütchen				

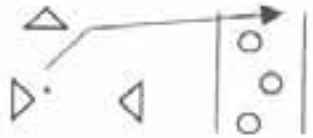
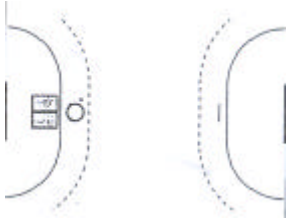
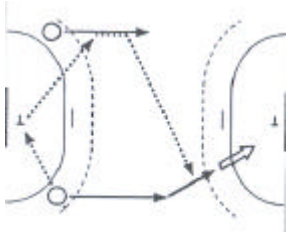
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 19				
Laufwegtäuschung - Sperren - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Passen zu dritt** **Spielgedanken:** Drei Spieler passen sich den Ball zu. Als Aufstellungsformen bieten sich an: frei, Linie, Dreieck. **Variante:** 2 Bälle **Geräte:** ● je Gruppe/1 Ball (2 Bälle)		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Freilaufen mit Täuschung** Zweiergruppen bewegen sich durch die Halle. Spieler 1 führt eine Körpertäuschung aus und wird von Spieler 2 angespielt. ● Körpertäuschung ohne Ball **b) Spiel 2:1** Spieler 1 spielt den Ball zu Spieler 2 und stellt eine Sperre, damit Spieler 1 nach einer Körpertäuschung auf das Tor werfen kann. ● Richtige Sperrstellung		
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Tore				

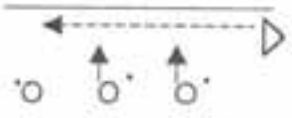
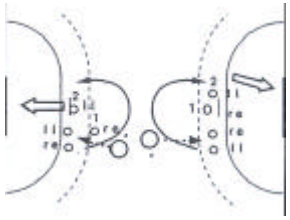
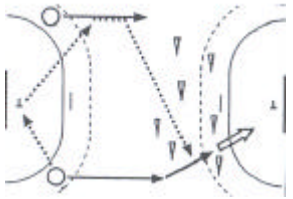
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 20				
Laufwegtäuschung - Sperren - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Passen im Dreieck** **Spielgedanken:** Jeweils 3 Spieler stellen sich im Dreieck auf und passen sich den Ball gegenseitig zu, während ein vierter Spieler versucht den Ball zu berühren. **Paßarten:** direkter Paß, Bodenpaß (nur linke/rechte Hand) **Geräte:** 1 Ball / 4 Spieler		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Zuspieltäuschung** Der Spieler 2 täuscht während der Körpertäuschung des Spielers 1 noch ein Zuspiel an. ● Zuspieltäuschung **b) Spiel 3:2** Drei Angreifer versuchen gegen zwei Abwehrspieler mit einer Sperre eine Überzahl herauszuspielen, um auf das Tor zu werfen. ● Sperre ● Überzahl herausspielen		
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Tore				

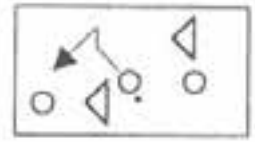
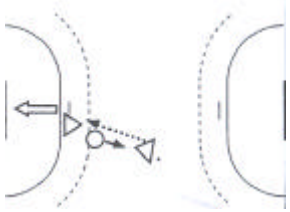
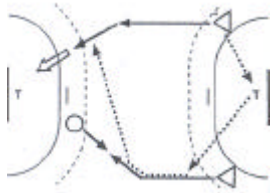
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 21				
Laufwegtäuschung - Sperren - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Passen und Nachlaufen** **Spielgedanken:** Die Aufstellung erfolgt als Pendelstaffel. Im Wechsel wird der Ball von einer auf die andere Seite gepaßt und nachgelaufen.		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Spiel 2:1** Spieler 1 versucht sich gegen den offensiven Abwehrspieler mit einer Laufwegtäuschung in Wurfposition zu bringen. ● Laufwegtäuschung ● Zuspieltäuschung **b) Sperren/Lösen** Die Spieler passen sich den Ball nach festgelegter Folge zu. Der Kreisläufer stellt für den Rückraumspieler eine Sperre, löst sich und wird von diesem angespielt. ● Sperren/Lösen		
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Tore				

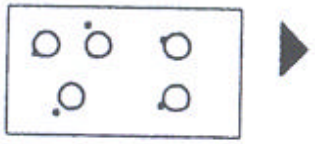
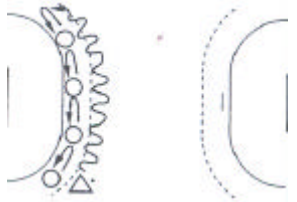
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 22				
Laufwegtäuschung - Sperren - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Passen durch Stangen** **Spielgedanken:** 2 Spieler passen sich den Ball im Stand/ in der Bewegung durch ein Stangentor zu. ● Paß-/Wurfarten ●Wurfhand vorgeben ● mit Torhüter spielen **Geräte:** ● je Gruppe/ein Ball ● 2 Stangen		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Spiel 2:2** Zwei Angreifer versuchen gegen zwei offensive Abwehrspieler mit einer Laufwegtäuschung zum Wurf zu kommen oder eine Überzahlsituation herauszuspielen. ● Laufwegtäuschung ● Überzahl herausspielen **b) Spiel 3:3** Drei Angreifer versuchen gegen drei Abwehrspieler mit Sperren und Lösen ein Tor zu erzielen. ● Sperre/Lösen ●Anwendung im Spiel		
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Stangen, Tore				

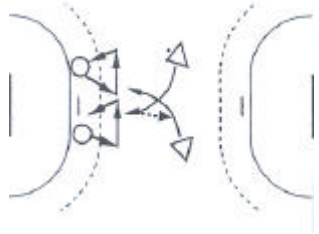
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 23				
Fallwurf - Gegenstoß - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Spielball** **Spielgedanken:** In einem begrenzten Feld spielen 2 Gruppen gegeneinander und versuchen ihre Zuspieler, die sich außerhalb befinden, anzuspielen. Jedes Zuspiel wird mit 1 Punkt gewertet. ● 1 - 2 Zuspieler/je Team **Geräte:** 1 Spielball		
Hauptteil (Lernen) 	10% 10% 20%	**a) Liegestütze** Kniestand vor der Matte: Möglichst spätes Zuspiel zum Partner und den Körper mit Liegestütz auffangen. ● Verzögerte Ballabgabe **b) Abrollen** Kniestand vor der Matte: Möglichst spätes Zuspiel zum Partner und über die Wurfschulter abrollen. ● Abrollen **c) Einzelgegenstoß** Gegenstoß mit richtigem Laufweg und kurzem Zuspiel. Die Länge des Zuspiels wird fortwährend gesteigert. ● Laufweg ● Ballannahme			
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Matten, Tore				

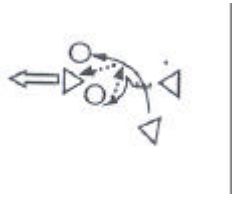
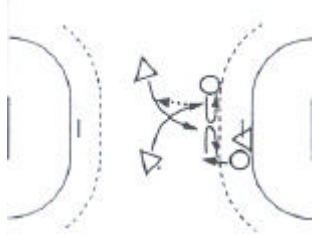
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 24				
Fallwurf - Gegenstoß - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Treffball** **Spielgedanken:** Gespielt wird gegen eine Wand. Die abwehrende Mannschaft steht in einer Linie mit dem Rücken zur Wand. Die Angreifer versuchen, durch schnelles Passen den Ball gegen die Wand zu werfen. **Geräte:** 1 Spielball		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Fallwurf aus dem Stand** Fallwurf auf das Tor mit Abrollen auf den Matten. ● Verzögerte Wurfabgabe ● Abrollen **b) Gegenstoß zu zweit** Gegenstoß zu zweit mit Zuspiel vor dem gegnerischen 9-Meter-Raum. ● Gegenstoß mit Zuspiel		
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Matten, Tore				

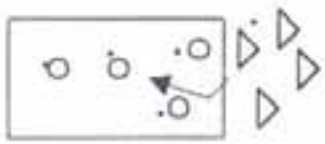
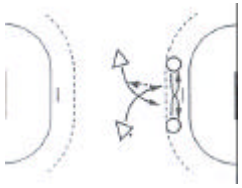
Grundschule Handball Stundenbild Nr. 25				
Fallwurf - Gegenstoß - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Wandball** **Spielgedanken:** 3 - 4 Spieler stehen im Abstand von etwa 5 Metern in Reihe vor der Hallenwand. Ein weiterer Spieler läuft mit Nachstellschritten parallel zur Wand und versucht, die Würfe zu blocken. Nach 2 Durchgängen erfolgt Rollentausch. **Geräte:** 3 - 4 Bälle		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Fallwurf mit halber Drehung** Nach Zuspiel mit zwei Schritten lösen und drehen, abspringen, Wurf verzögern und abrollen. Drehung zur und gegen die Wurfarmseite. ● Grobform mit halber Drehung **b) Gegenstoß um Hindernis** Gegenstoß einzeln oder zu zweit um die Hindernisse (Kasten, Malstäbe).		
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Kästen, Malstäbe, Tore				

Grundschule Handball Stundenbild Nr. 26				
Fallwurf - Gegenstoß - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Parteiball** **Spielgedanken:** In einem begrenzten Feld versuchen 3 Angreifer gegen 2 Abwehrspieler sich den Ball zuzuspielen. Nach einer bestimmten Zeit/Anzahl von Pässen erfolgt Rollentausch. **Geräte:** je Gruppe/ein Ball		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Spiel 2:1** A läuft torgefährlich an. Wenn B heraustritt, folgt Zuspiel zu C, der mit Fallwurf abschließt. **b) Gegenstoß 2:1** Zwei Angreifer versuchen gegen einen Abwehrspieler mit Gegenstoß ein Tor zu erzielen. ● Gegner binden ● Raum schaffen		
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Tore				

Grundschule Handball Stundenbild Nr. 27				
Kreuzen - Übernehmen/Übergeben - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Koordinatives Prellen** **Spielgedanken:** In einem begrenzten Raum prellt jeder mit einem Ball. Auf Kommando werden bestimmte Aufgaben (ca. 10 Sekunden) prellend durchgeführt. (Fersen-/Zehenstand, auf einem Bein,.laufend die Prellhand wechseln) **Geräte:** je Spieler/ein Ball		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Kreuzen zu zweit** Spieler 2 startet im Moment der Körpertäuschung von Spieler 1, läuft nahe an diesem vorbei und wirft auf das Tor. ● Laufwege ● Zuspiel **b) Übergeben/Übernehmen** Der prellende Angreifer wird durch die Abwehrspieler ständig übergeben und übernommen. ● Übergeben ● Übernehmen		
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Tore				

Grundschule Handball Stundenbild Nr. 28				
Kreuzen - Übernehmen/Übergeben - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Prellender Ball** **Spielgedanken:** In Pendelstaffelaufstellung wird geprellt, und der Ball wird prellend an den nächsten Spieler übergeben. Auch als Wettspiel geeignet. **Geräte:** je Gruppe ein Ball		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Spiel 2:1** Spieler 1 bindet nach der Körpertäuschung den Abwehrspieler und spielt den Ball zum kreuzenden zweiten Spieler. Bei passivem Abwehrspieler erfolgt ein Durchbruch des Spielers 1. ● Abwehrspieler binden ● Entscheidung: Kreuzen oder Durchbruch **b) Übergeben mit Anstechen** Übergeben/Übernehmen am Wurfkreis mit Anstechen der Abwehrspieler. Wichtig: Absprache der Abwehrspieler untereinander ● Übergeben ● Übernehmen mit Anstechen		
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Tore				

Grundschule Handball Stundenbild Nr. 29				
Kreuzen - Übernehmen/Übergeben - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Schattenprellen** **Spielgedanken:** 2 Spieler laufen im Abstand von 2 - 3 Metern hintereinander her. Der vordere prellt und übergibt durch festes Aufprellen den Ball an den Hintermann. Jetzt werden die Rollen getauscht. **Geräte:** je Paar/ ein Ball		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Spiel 3:2** Die zwei Rückraumspieler kreuzen die Laufwege und spielen den Kreisläufer an oder werfen selber auf das Tor. ● Entscheidung: Wurf oder Kreisläufer anspielen **b) Spiel 2:3** Statischer Kreisläufer. Die Abwehrspieler stechen an und sichern den Kreisläufer, bis die Angreifer kreuzen. Dann erfolgt das Übergeben/Übernehmen. ● Sichern des Kreisläufers		
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Tore				

Grundschule Handball Stundenbild Nr. 30				
Kreuzen - Übernehmen/Übergeben - Spiel-/Übungsform				
Stundenteil	**%**	**Spiel-/Übungsform**	**Skizze a)**	**Skizze b)**
Einleitung (Aufwärmen) 	20%	**a) Mannschaftsjägerball** **Spielgedanken:** Ein Team bewegt sich prellend im Feld. Der Reihe nach versucht jeder Spieler des Fängerteams, das außerhalb steht, einen "Hasen" abzuschlagen. Danach wird der Ball an den nächsten Spieler übergeben. Gespielt wird auf Zeit. Die Spieler des Fängerteams prellen ebenfalls. **Geräte:** ● je Hase/ein Ball ●1 Ball für die Jäger		
Hauptteil (Lernen) 	20% 20%	**a) Spiel 2:2 / Kreuzen** Zwei Angreifer versuchen gegen zwei Abwehrspieler ein Tor zu erzielen. ● Mit Kreuzen Überzahl herausspielen **b) Spiel 2:2 / Übernehmen-Übergeben** Zwei Abwehrspieler versuchen gegen zwei kreuzende Angreifer mit Übergeben/Übernehmen eine Wurfmöglichkeit zu verhindern. ● Übergeben ● Übernehmen		
Schluß (Anwenden) 	40%	**Handballspiel**		
Materialbedarf: Bälle, Tore				

AUTOR:

Mag. Helmut Höritsch, geb. 26.2.1957 in Wien
Gymnasialprofessor für Leibesübungen und Englisch (1981 – 1993), Universitätslektor für Handball am Institut für Sportwissenschaft in Wien (seit 1985), A- Lizenztrainer (seit 1978), derzeit hauptamtlicher Abteilungsleiter der Abteilung Methodik und Entwicklung und Europameisterschaftskoordinator der Europäischen Handball Föderation (= EHF) an der Geschäftsstelle in Wien (seit 1993);
1973 - 1989 Staatsliga A und B (West Wien und Margareten), seit 1990 SV Stadlau / Schwechat (Wiener Liga),
Juniorennationalspieler (Junioren WM 1977), 71-facher A - Nationalspieler (C-WM 1978, B-WM 1979, C-WM 1980, B-WM 1981, C-WM 1982), Seniorennationalspieler, Torwartspezialtrainer (Staatsliga und Nachwuchsnationalmannschaften), Staatsligatrainer Frauen (Post SV Wien) und Männer (Margareten), Nationaltrainer männliche Jugend A, Nationaltrainer Juniorinnen;
1989 - 1993 Ausbildungsleiter im Leistungsmodell Frauenhandball im BSZ Südstadt, 1985 - 1995 Mitglied der TK - Handball des ÖHB (Jugend- und Schulsport), Autor zahlreicher Publikationen, darunter "Spiel Handball 1 und 2 " (1987 und 1989),
"Faszination Handball" (1992) , "Handball Torwartfibel" (1996) sowie AGM Handball 2000 Lehrbehelf „Stundenbilder“ (1997),
EHF Lektor für Methodik und Training sowie Minihandball

LITERATURNACHWEIS:

1) Minihandball, EHF Wien, 1994 (Arbeitsgruppe "Minihandball": Carin Nilsson Green / SWE / IHF, Claude Rinck / FRA / EHF, Jesus Guerrero / ESP / EHF, Carlos Garcia / POR, Hans Peter Oppermann / GER, Steen Hjorth / DEN, Hans Sollberger / SUI Helmut Höritsch / AUT / EHF (EHF website www.eurohandball.com)
2) Baumberger, Jürg: Handball "Spielen lernen", SVSS, 1990 (Zeichnungen: Martin Jeker / SUI)
3) Baumberger, Jürg: Handball "Besser spielen", SVSS, 1990 (Zeichnungen: Martin Jeker / SUI)
4) Klotz, Thomas u. Landgraf, Lutz: Das Handballspiel im E-Jugendalter, Badischer Handball Verband, 1996
5) Höritsch, Helmut: AGM Handball 2000 Lehrbehelf „Stundenbilder“ (1997)
6) Die Verwendung der "Mini Winnies" Logofiguren "Josy" und "Max" (EHF Wien, 1994) erfolgte mit Genehmigung der EHF, die anderen Figuren wurden dankenswerterweise von Franz Staber (alias „Wanzi“) schon 1987 zur Verfügung gestellt.

IMPRESSUM:

Autor (für den Inhalt verantwortlich):	Mag. Helmut Höritsch, Ameisgasse 55/17, A-1140 Wien
Herausgeber / Kontaktadresse:	Österreichischer Handball Bund, Hauslabgasse 24a, A-1050 Wien Tel.: +43-1-5444379 Fax: +43-1-5442712 website: www.oehb.at
Druck / Erscheinungsort / Datum:	Firma Peter Pfeiffer / A-2054 Haugsdorf / Juni 2003