



Stundenentwurf 4

Thema der Woche: Besser schlagen Teil 1

Um die Fähigkeit der Teilnehmer, horizontal zu schlagen, zu entwickeln, empfehlen wir zwei modifizierte Spiele, die im Anschluss vorgestellt werden.

Die dafür benötigte Technik findest du in der "KIN-BALL®-Unterrichts-Anleitung" auf den Seiten 17 bis 21.

Modifizierte Spiele

Um die Teilnehmer zu ermuntern, die neue Sachkenntnis während der Spielzeit zu verwenden, kann auf zweierlei Weise vorgegangen werden.

Die **erste** wäre, jedes Mal einer Mannschaft einen Bonuspunkt zu geben, wenn der aufschlagende Spieler den Ball in seinem Zentrum trifft, sodass der Ball eine horizontale Flugbahn beschreibt. Um die entsprechende Ausführung dieser Fertigkeit korrekt zu beurteilen, verwendest du eine horizontale Markierung im Hintergrund (z.B. den Verlauf von Ziegelfugen oder Holzverkleidungen an den Hallenwänden). Du kannst die Strenge des Bewertungsmaßstabes dem Niveau der Teilnehmer anpassen.

Die Mannschaft, welche den Aufschlag in der vorgeschriebenen Weise ausführt, erhält mehr Punkte und wird im Spiel erfolgreicher sein. Wenn du dieses Spiel verwendest, musst du vermeiden, dass immer dieselbe Mannschaft angegriffen wird, indem du Mannschaften mit gleicher Spielstärke bildest und den Punktestand alle zwei Minuten zurücksetzt.

Dieses veränderte Spiel ist besonders geeignet für jüngere Teilnehmer (Unterstufe).

Für das **zweite** modifizierte Spiel schlagen wir vor, eine visuelle Markierung wie z.B. die Basketball-Körbe zu verwenden. Während der Zeit des modifizierten Spiels, bekommt die Mannschaft, die den Ball höher als die visuelle Marke schlägt, einen Fehler für einen unerlaubten Schlag zugesprochen.

Die Spieler werden mit dieser Spielform begreifen, dass horizontale Aufschläge von den Verteidigungsmannschaften schwerer unter Kontrolle zu bringen sind. Dazu wird den Teilnehmern auch klar, wie wichtig die Fußtechnik (siehe Newsletter 2) ist. Erwähne die Spieler an den Grundsatz im KIN-BALL® Sport, der sagt: „Niedrige Bälle sind viel schwieriger zu fangen als hohe Bälle“.

Um das Spiel effizienter zu machen, stelle sicher, dass die Mannschaften ausgeglichen sind.

Dieses modifizierte Spiel ist besonders für ältere Teilnehmer geeignet (Mittel- und Oberstufe).

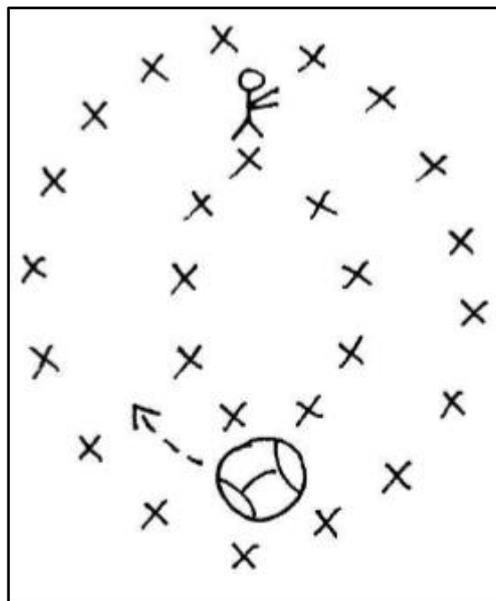
ERINNERUNG: Modifizierte Spiele sollten nicht über die gesamte Trainingsstunde verwendet werden, sondern maximal 10 Minuten, wenn das Training eine Stunde dauert.

Spiel der Woche

Indiana Jones:

Die Spieler sind in zwei Kreisen aufgestellt. Der größere Kreis außen bewegt sich um einen kleineren Kreis in der Mitte. Die Spieler beider Kreise stehen sich mit dem Gesicht gegenüber und der Abstand dazwischen sollte groß genug sein, so dass die Spieler sich den Ball zupassen können. Mit Hilfe der Hände stoßen die Spieler den Ball an und bewegen ihn damit zwischen den Kreisen vorwärts.

Ein Spieler wird zum „Indiana Jones“ ernannt. Er muss nun zwischen beiden Kreisen vor dem großen Stein (Ball) weglaufen, welchen die anderen hinter ihm her rollen. Beim Start des Spieles muss der Spieler auf der gegenüberliegenden Seite des Kreises zum Ball stehen. Während des Spiels können die Spieler die Richtung des Balles ändern. Wenn der Spieler (Indiana Jones) vom Ball berührt wird, wird ein neuer Indiana Jones bestimmt.



Tipp zur Sicherheit:

Um Verletzungen vorzubeugen, mache den Spielern klar, dass sie ihre Füße stets auf dem Boden lassen sollen und in keinem Fall nach dem Ball treten dürfen. Du solltest auch erwähnen, dass der Ball während des gesamten Spiels auf dem Boden bleibt.