

Stundenentwurf 5

Thema der Woche: Erhöhung der Spielgeschwindigkeit Teil 1

Weil Geschwindigkeit eine der effektivsten offensiven Strategien des KIN-BALL® Sports ist, wird hier ein Weg dargestellt, um die Fähigkeit, schnell zu spielen, bei deinen Spielern zu erhöhen. Im Verlauf des Spiels hat das Team in Ballbesitz entweder 10 oder nur 5 Sekunden Zeit, um den Ball für eine andere Mannschaft aufzuschlagen. In diesen Zeitspannen kann das Team den Ball transportieren oder passen.

- Das Team hat 5 Sekunden Zeit, wenn der Ball durch einen Doppelpfiff ins Spiel gebracht wurde (zu Beginn des Spiels oder nach einem Fehler).
- Das Team hat 10 Sekunden Zeit, den Ball für eine andere Mannschaft aufzuschlagen, nachdem der erste Spieler einer angegriffenen Mannschaft Ballkontakt hatte.

Auch das Zurückkommen in die Mitte des Feldes während dieser Zeit, ist eine gute Strategie, um mehr offensive Möglichkeiten zu bekommen. Den Ball an dem Ort, wo er gefangen wurde, ‚einzufrieren‘ und von dort gleich zu schlagen, überrascht die anderen Teams. Oft ist es besser, den Ball so schnell wie möglich zu schlagen.

Die Details zu den 5-Sekunden- und 10-Sekundenregeln findest im Punkt 6.8 des offiziellen Regelwerks.

Modifizierte Spiele

Um den Spielern diese neue Fertigkeit des schnellen Spiels zu vermitteln, kannst du zwei verschiedene modifizierte Spielweisen einsetzen.

Die **erste** wäre, jedes Mal einen Bonuspunkt an das Team zu vergeben, das in der Lage ist, den Ball innerhalb von 5 Sekunden nach dem ersten Kontakt in der Verteidigung zu schlagen. Um das effizient zu gestalten, wird der Lehrer den Countdown während des Spiels laut herunterzählen, so dass die Teilnehmer wissen, wie viele Sekunden sie noch haben. Starte den Countdown in dem Moment, in dem der erste Spieler des aufgerufenen Teams den Ball berührt. Du kannst die Geschwindigkeit des Countdowns auf das Niveau der Teilnehmer anpassen.

Durch dieses Vorgehen bekommt das Team, das diese Fähigkeit am besten beherrscht, die meisten Punkte und wird besser in das Spiel eingebunden als die anderen Teams. Wenn du diese Form des Spiels wählst, stelle sicher, dass die Teams ausgeglichen sind. Setze den Punktestand alle zwei Minuten zurück, um zu vermeiden, dass immer das gleiche Team angegriffen wird.

Diese Art des modifizierten Spiels ist empfehlenswert für jüngere Teilnehmer (Unterstufe).

Bei der **zweiten** Möglichkeit, das Spiel zu modifizieren, musst du den Countdown laut und deutlich herunterzählen, ab dem Moment, in dem das aufgerufene Team in Verteidigung den Ball erstmals berührt. Während dieses veränderten Spiels pfeifst du jedes Mal einen „Zeitfehler“, wenn ein Team mehr als fünf Sekunden braucht, um den Ball zu fangen und ihn für ein anderes Team aufzuschlagen. Die Schiedsrichtersignale für Zeitfehler kannst du im Anhang B, Punkt 16 im offiziellen Regelwerk nachlesen. Du wirst erkennen, dass von den abwehrenden Teams weniger Aufschläge unter Kontrolle gebracht werden können, wenn das Spiel schnell gestaltet wird. Du kannst deine Spieler daran erinnern, dass sie nach dem Aufschlag durch ihr Team so schnell wie möglich wieder ihre Abwehrpositionen einnehmen, um nicht von der offensiven Mannschaft überrannt zu werden.

Um das Spiel effizienter zu gestalten, stelle sicher, dass die Teams ausgeglichen sind.

Diese Art des veränderten Spiels ist für ältere Teilnehmer empfehlenswert (Mittel- und Oberstufe)

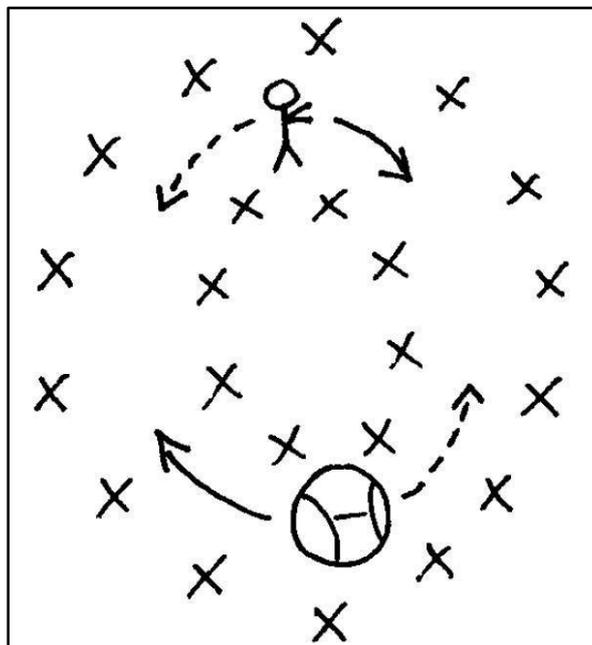
ERINNERUNG: Spiele das modifizierte Spiel nicht die ganze Zeit. Wenn du insgesamt eine Stunde spielst, dann verwende diese geänderte Regel für maximal 10 Minuten.

Spiel der Woche

Der Planeten-Jäger:

Die Spieler werden in zwei Kreisen aufgestellt. Der größere Kreis auf der Außenseite umgibt einen kleineren in der Mitte. Die Spieler der zwei Kreise stehen einander gegenüber, und der Abstand zwischen ihnen sollte groß genug sein, dass die Spieler sich den Ball zupassen können.

Die Spieler stoßen den Ball mit ihren Händen, um ihn zwischen den beiden Kreisen vorwärts zu bewegen. Ein Spieler wird dann zum Planeten-Jäger ernannt. Er bewegt sich zwischen den beiden Kreisen, um den Ball zu berühren, den die anderen Teilnehmer von ihm fernzuhalten versuchen. Wenn das Spiel beginnt, muss der Planeten-Jäger im Kreis auf der gegenüberliegenden Seite zum Ball stehen. Während des Spiels können der Ball und der Spieler die Bewegungsrichtung ändern. Wenn der Ball berührt wird oder wenn der Planeten-Jäger erschöpft ist (Zeitregel), wird ein anderer Jäger bestimmt.



Tipp zur Sicherheit:

Um Verletzungen zu vermeiden, stelle sicher, dass die Spieler ihre Füße stets auf dem Boden halten und in keinem Fall den Ball treten dürfen.

Der Ball muss während des Spiels auf dem Boden bleiben.