

BASISSCHULUNG

Die vielseitige motorische Grundausbildung ist der klare Schwerpunkt



ZIELE

- 1 Koordinative und konditionelle Voraussetzungen für das Spielen schaffen
- 2 Die vielseitige motorische Grundausbildung steht im Vordergrund
- 3 Mehr Spielen als Üben: freies, kreatives Spielen ohne taktische Zwänge
- 4 In Wettspielen stehen Spielerlebnisse (statt einer Ergebnisorientierung) im Vordergrund.
- 5 Offensives Verteidigen von Anfang an ist die Leitdevise
- 6 Die pädagogische Betreuung jedes einzelnen Kindes steht im Mittelpunkt.

Für Spielanfänger erst notwendige Voraussetzungen schaffen

Kinder müssen in Training und Spiel fähigkeitsorientiert (z. B. Auswahl der Inhalte nach körperlichem Entwicklungsstand) und anforderungsorientiert (Auswahl der Inhalte im Rahmen eines langfristigen, Entwicklungsgemäßen Leistungsaufbaus) ausgebildet werden. Damit Spielanfänger überhaupt in kindgemäßer Form Handball spielen können, müssen zunächst koordinative und konditionelle Voraussetzungen geschaffen werden. In allen drei Altersstufen des Kinderhandballs dominiert daher die vielseitige sportartübergreifende motorische Grundausbildung – die Ausprägung ist dabei immer abhängig vom individuellen Entwicklungstand. Dieser umfassenden Vielseitigkeitsausbildung muss in den Vereinen noch viel mehr Beachtung geschenkt werden, sind bei den Kindern heute doch immer häufiger teilweise erschreckende motorische Defizite, Übergewicht oder auch psychische Probleme zu finden.

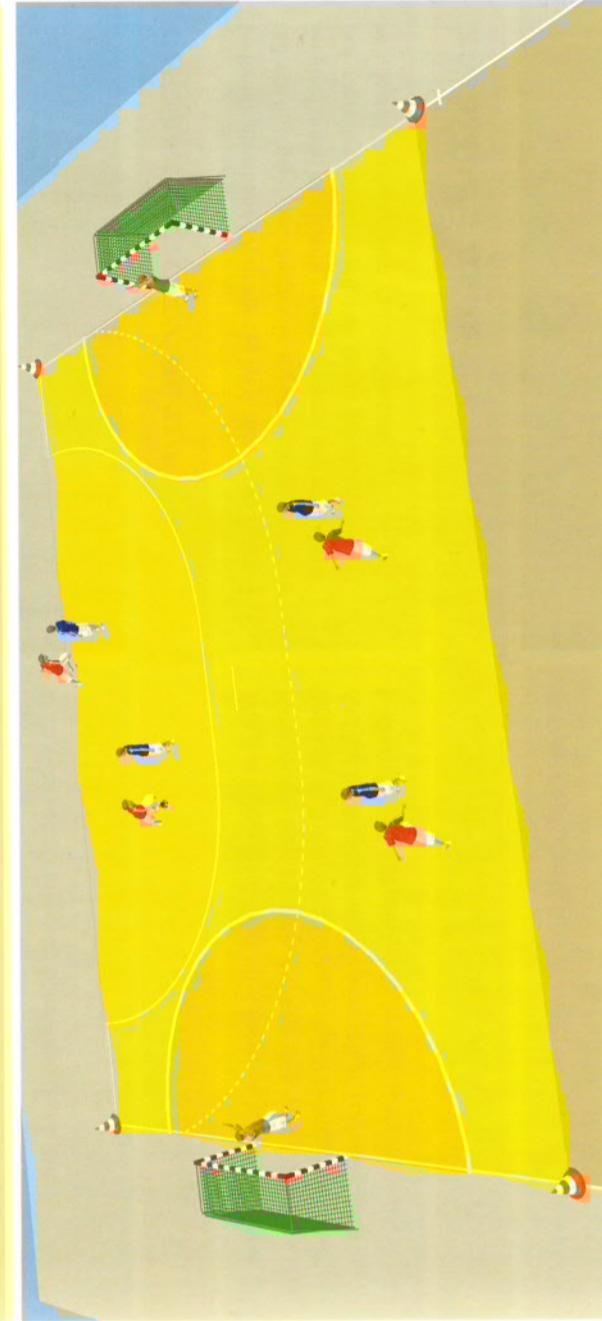
Das Training der spielspezifischen Voraussetzungen (Grundfertigkeiten, allgemeine und spezifische Spielfähigkeit) gewinnt im Laufe der folgenden Altersstufen dann schrittweise an Bedeutung. Aber auch hier gilt: Im Training mehr Spielen als Üben! Wettspiele im Kinderhandball müssen sich an diesen Rahmenbedingungen orientieren und müssen klar entwicklungsorientiert und kindgemäß gestaltet werden:

Für Minis bis 8 Jahre, aber auch noch für Spielanfänger im E-Jugendalter sollten Spielfeste dominieren, bei denen motorische Vielseitigkeitsaufgaben oder -wettkämpfe und das Spiel 4+1 auf Querfeldern angeboten werden. Hier steht eindeutig das Spieler-

„Wettspiele im Kinderhandball müssen sich am Könnens- und Leistungsstand der Kinder orientieren. Dabei steht das Spielerlebnis im Vordergrund.“
Renate Schubert

ENTWICKLUNGSORIENTIERTE WETTSPiele

HANDBALL 4+1 AUF DEM QUERFELD



F-JUGEND

SPIELREGELN

Das Handballspiel 4+1 ist das Spiel für Minis von 6 bis 8. Es kann schon auf einem normalen Spielfeld quer in einem Hallendrittel gespielt werden (20 x 13 m). Vorteil: Bei Minispieletesten können so bis zu 3 SpielerInnen aufgebaut werden. Das heißt: 30 Kinder können gleichzeitig Handball spielen!

Die Torhöhe wird auf 1,60 m reduziert. Sind keine speziellen Minihandaltore vorhanden, kann mit Hilfsmitteln (z. B. Weichböden mit Höhenbegrenzung durch Klebeband oder Markieren von Zielen mit Hilfe von Klebeband oder Reifen an der Wand) gearbeitet und sofort gespielt werden.

SPIELFESTE FÜR SPIELANFÄNGER

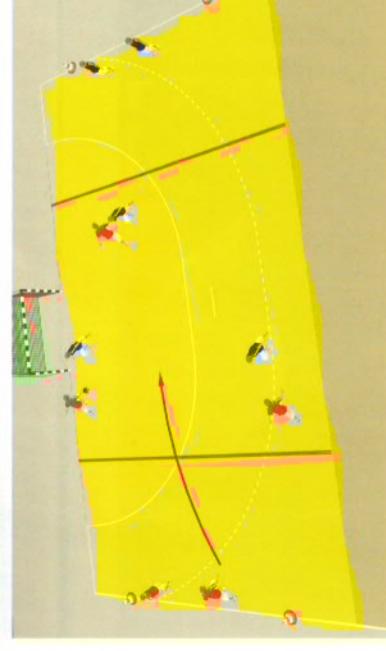
Organisation: Handballfeld in Querrichtung in drei Spielfelder aufteilen (ca. 13 x 20 pro Feld); in zwei Feldern kann 4+1 Handball gespielt werden und im dritten können motorische Vielseitigkeitsaufgaben absolviert werden.

Rahmenorganisation mit Eröffnungsritual (gemeinsame Aktivitäten) und Abschiedsritual (z. B. Siegerehrung für alle Kinder).

Motorische Vielseitigkeitsaufgaben und -wettkämpfe in

ENTWICKLUNGSORIENTIERTE WETTSPiele

E-JUGEND



SPIELREGELN

- Gerade Torraumlinien, 6 m von der Torlinie entfernt.
- Torbreite: 8 m
- Treffer: Nur Aufsetzer zählen. Der Ball muss den Boden berühren, bevor er die Torlinie überquert.
- Torwarte: Es dürfen nicht mehr als 2 Torwarte mitspielen.
- Es wird ohne Prellen und ohne Anwurf gespielt.

ORGANISATION/ABLAUF

Im Handballverband Württemberg ist dieses Spiel Bestandteil von E-Jugend-Sportfesten. Es eignet sich besonders für Spielanfänger, ist einfach zu organisieren und erleichtert den angreifenden Mannschaften durch das Überzahlen. Inhaltlich das Herausspielen von Torchancen.

Wie das Handballspiel 4+1 wird Aufsetzerball in nur einem Hallendrittel quer gespielt. Auf dem Feld wird 3 gegen 3 gespielt, im 8 m breiten Tor agieren 2 Torwarte. Einer davon darf bei Ballbesitz seiner Mannschaft im Feld mitspielen (=Überzahlspiel 4 gegen 3)

ZWEIMAL 3 GEGEN 3

SPIELREGELN

- Die Mittellinie darf in keine Richtung überquert werden.
- Es wird in beiden Hälften Manndeckung gespielt.
- Variation: Bei Ballbesitz darf einer der Spieler aus der Abwehrhälfte in der Angriffshälfte mitspielen, so dass eine 4 gegen 3-Überzahl entsteht.

ORGANISATION/ABLAUF

Je drei Spieler einer 6er-Mannschaft spielen in der Abwehr bzw. der Angriffshälfte. Sie dürfen die Mittellinie nicht überqueren. Der Ball muss vom eigenen Tor über die Mittellinie zu den Mitspielern in der Angriffshälfte gespielt werden. Dort soll im Spiel 3 gegen 3 eine Torchance herausgespielt werden.

Der Trainer lässt die Spieler regelmäßig im Rotationsverfahren wechseln, damit jeder mal angreifen kann. Die größeren Aktionsräume beim 3 gegen 3 sind eine Lernhilfe besonders für die Angreifer.

ENTWICKLUNGSORIENTIERTE WETTSPiele

D-JUGEND

SPIEL 6 GEGEN 6: MANNDECKUNG/1:5-ABWEHR

SPIELREGELN

- Defensive Spielweisen (6:0, 5:1, 4:2) und Einzel-Mann-deckungssysteme (5:0+1-, 4:0+2-Abwehr) sind untersagt.
- In einigen Landesverbänden bestehen darüber hinaus interessante Zusatzregeln: Der Ball darf nur einmal getippt (nicht mehrfach geprellt) werden. Zeitstrafen sind persönliche Strafen; die Mannschaft darf sich ergänzen.



ORGANISATION/ABLAUF

In der D-Jugend wird in der Regel auf dem normalen Spielfeld gespielt. Gemäß der DHB-Rahmentrainingskonzeption enthalten die Durchführungsbestimmungen der Landesverbände bezüglich des Abwehrverhaltens Vorgaben. So darf nur in folgenden Abwehrformationen gespielt werden:

VORTEILE DER MANNDECKUNG IM ÜBERBLICK

Offensives Abwehrspiel ...

...schafft Lernerlebnisse!
In staren, defensiven und für Kinder vielfach langweiligen Raumdeckungen wird eine altersgemäße spielerische Entwicklung der Kinder verhindert. Sie verkennen oft zu Regelrobotern ('Hacken am Kreis'). Ein zentraler Grund für das offensive Abwehrspiel sind gerade sehr positive Lernerlebnisse: Die Spieler müssen sich in der Manndeckung dauernd intensiv mit ihrem Gegenspieler auseinandersetzen und die eigene Position, die des Gegners sowie des Balls v.a. im Tiefenraum (er fehlt bei defensiver Spielweise!) permanent wahrnehmen.

ermöglicht Individualisierung!

In der Manndeckung kann der Trainer dafür sorgen, dass jedem Angreifer ein vom Leistungsvormögen passender Gegenspieler zugedacht wird. Über- oder Unterforderung wird vermieden, eine lernintensive Auseinandersetzung im Spiel 1 gegen 1 ist gewährleistet. Außerdem ist die direkte Auseinandersetzung mit einer Person für Kinder viel realistischer als die Zuordnung abstrakter Räume in einer defensiven Abwehr.

garantiert eine hohe konditionelle Belastung!

Aufgrund des ausgesprägten Mittelfeldspiels und den größeren Breiten- und Tiefenräumen entsteht – v. a. durch das viel intensive Spiel ohne Ball – automatisch eine stärkere konditionelle Beanspruchung. Da die Mehrzahl der Jugendmannschaften oft nur einmal pro Woche trainiert, ist dies im Spiel am Wochenende besonders wichtig.

ENTWICKLUNGSORIENTIERTE WETTSPiele

D-JUGEND

SPIEL 6 GEGEN 6: MANNDECKUNG/1:5-ABWEHR

SPIELREGELN

- Defensive Spielweisen (6:0, 5:1, 4:2) und Einzel-Mann-deckungssysteme (5:0+1-, 4:0+2-Abwehr) sind untersagt.
- In einigen Landesverbänden bestehen darüber hinaus interessante Zusatzregeln: Der Ball darf nur einmal getippt (nicht mehrfach geprellt) werden. Zeitstrafen sind persönliche Strafen; die Mannschaft darf sich ergänzen.



SPIELREGELN

- Manndeckung
- offene Raumdeckung (1:5-Abwehr)

ORGANISATION/ABLAUF

...erzeugt Handlungsdruck!

Der Angreifer muss gegen eine offensive Abwehr eine Vorleistung (ohne Ball) erbringen, um den Ball zu bekommen. Nur wenn er sich im Spiel 1 gegen 1 ohne Ball von seinem Abwehrspieler gelöst hat, kann er angespielt werden. Die Verbesserung des Angreifers im Spiel ohne und mit Ball wird also in erster Linie durch das Abwehrverhalten bestimmt! Die Manndeckung verbessert auch und gerade das Angreifsspiel!

...schaafft Erfolgserlebnisse!

Das offensive Abwehrspiel fördert ungleich mehr Spielsituationen, in denen Kinder lobenswerte Spielaktionen haben, sich beweisen können und auch Fehler machen dürfen, aus denen sie lernen und so ihr Spielerverhalten verbessern. Wer ausbildungsorientiert denkt und vermittelt, sieht in der offensiven Spielweise keine Bedrohung, sondern eine Herausforderung!

...kreiert Angriffs „typen“

Mutige, risikobereite Spieler können sich gegen eine offensive Abwehr viel effektiver weiterentwickeln. Aufgrund des Handlungsdrucks und der Vielzahl unterschiedlicher Situationen werden creative Spielweisen gefördert!

...provokiert den modernen Tempohandball...

...durch aktiven Ballgewinn als Leitlinie, schnelles Umschalten von Abwehr auf Angriff und umgekehrt, schnelle Entscheidungen unter Zeitdruck in immer wieder wechselnden Spielsituationen und vieles mehr!

ATHLETIK/MOTORIK

50%



BAUSTEIN 1

- Allgemeine koordinative Fähigkeiten: einzeln/mit Partner, an verschiedenen Geräten, andere Sportarten
- Spezifische koordinative Fähigkeiten: Ballhandling, Schulung der Beideigkeit, Spielen mit verschiedenen Bällen (mit gezielter Wahrnehmungsschulung)
- Konditionelle Fähigkeiten:
 - Kräftigung mit eigenem Körpergewicht, an/auf Hallengeräten in spielerischer Form
 - Schnelligkeit und Ausdauer durch Spielformen und Wettkämpfe entwickeln (kleine Spiele, Staffeln, Lauf- und Abschlagspiele)

INDIVIDUELLE SCHULUNG

20-30%



BAUSTEIN 2

LEITLINIEN IM TEAM

5-10%



BAUSTEIN 4

- Raumgefühl in Breite und Tiefe entwickeln (Positionierung, Vorfahrt für den Ballführer, Freilaufen)
- Grundprinzip: freies Spielen ohne größere taktische Zwänge
- Zuordnung in der Manndeckung zu annähernd gleich starken Kindern
- Gleiche Spielanteile für jedes Kind
- Variationen der Manndeckung mit zunehmendem Könnensstand: Manndeckung
 - über das ganze Feld
 - ab der Mittellinie
 - zurück sinkend in Tornähe
- Fortgeschritten in der D-Jugend: Einführung der 1:5-Abwehr

TEMPOSPIEL

BAUSTEIN 5

5-10%



- Schnelles Umschalten nach Ballgewinn auf dem ganzen Feld (abhängig u. a. vom technischen Könnensstand)
- Forcierung des Zusammenspiels in kleinen Gruppen (in Überzahlsituationen, durch Regelvorgaben [z. B. nur einmaliges Tippen erlaubt], durch große Aktionsräume, mit Anspieler als Helfer usw.)
- Abwehr: Abwehrverhalten im Raum, Passwege blocken, Täuschungen (z. B. bestimmte Passwege angreifen)

SO GEWICHTEN SIE DIE INHALTE ALTERSGERECHT

5%

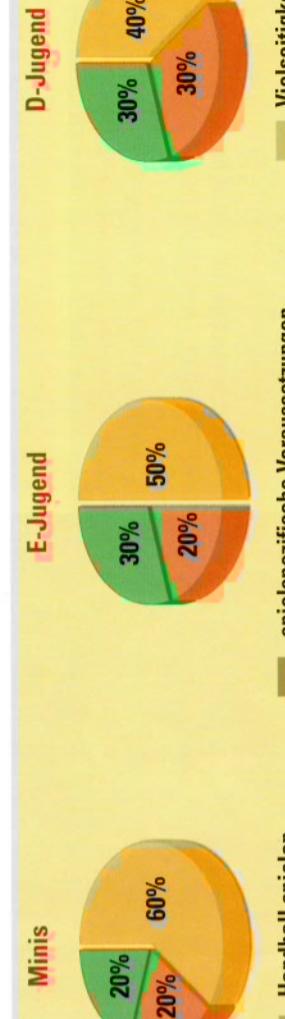
KOOPERATION

5-10%



BAUSTEIN 3

5%



HANDBALL SPIELEN

(altersgerechte Wettspiele, vorbereitete Zielspiele)

VIELSEITIGKEIT

Koordinative (allgemeine, spezifische) und konditionelle Fähigkeiten, andere Sportarten

SPIELSPEZIFISCHE VORAUSSETZUNGEN

Allgemeine und spezifische Spielfähigkeit (kleine Spiele, Partieballspiele, Grundspiele, Grundtechniken, Spiel 1 gegen 1, Zusammenspiel)