



Unterlagen für den Schulsport

Hinweise

Die zwei gebrauchsfertigen Lektionen richten sich an Lehrpersonen, die selbst keine Handball-Fachleute sind, welche aber zum Beispiel als Vorbereitung für ein Schülerturnier die Schülerinnen und Schüler spielerisch mit dem Streethandball und seinen Regeln vertraut machen wollen.

Die beiden Lektionen eignen sich optimal, als Folgektionen nach unserem Schulbesuch. Sofern nicht speziell erwähnt werden die Spielformen in den Unterlagen mit einem Street-Handball gespielt. Als Regelgrundlagen dienen die Streethandball-Regeln im Anhang.

Falls Sie sich nach den ersten Handball- Erfahrungen vertieft mit dem Thema auseinandersetzen möchten, eignet sich dafür hervorragend das neu überarbeitete Lehrmittel "Schulhandball SHV" (2012), das mit gebrauchsfertigen Lektionen für alle Schulstufen das Spiel vertieft unter die Lupe nimmt.

Bestellung unter: http://zhv.handball.ch/de/zhv/40_nachwuchs-ausbildung/25_hms.htm

Viel Spass beim Spielen!

erstellt durch Martin Lehmann
Januar 2013
Kontakt: lehmann.m@hotmail.com

Quellen: Schulhandball SHV, Abteilung Breitensport 2012

Lektion 1: Werfen/ gegen einander spielen

Ziele

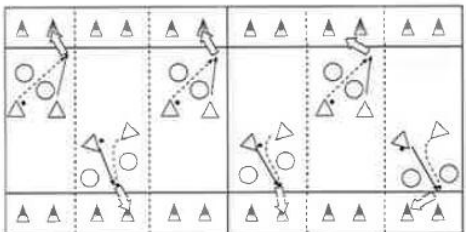
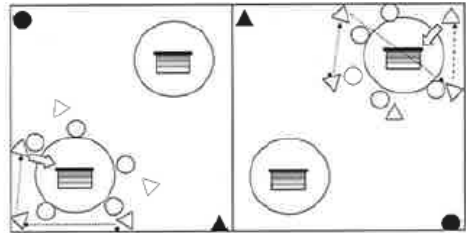
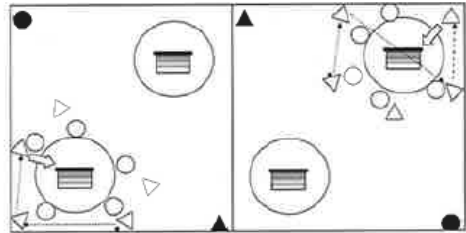
- Die Schülerinnen und Schüler können ein Ziel anvisieren und dieses mit einem gezielten Schuss treffen.
- Die Schülerinnen und Schüler kennen die Torraumregel

Material:

Markierungsbändeli, 24 Markierungshüte, 10 Handbälle/Streethandbälle/Gymnastikbälle
10 Springseile, 4 Kasten/Böckli, 4 Unihockey-Tore/Kasten

Zeitbedarf:

45 Minuten

Zeit	Übungsform(en)/Spiele	Organisation
5'	<p>Aufwärmen</p> <p>Törli-Fangis Die Fänger versuchen sämtliche Schüler zu fangen. Wer gefangen wird, muss an Ort und Stelle mit beiden Beinen ein Tor bilden (Grätschstand). Die Gefangenen können von ihren Mitspielern befreit werden, indem sie einen Ball zwischen den Beinen durchrollen. Von den Fängern dürfen die Bälle nicht berührt werden. Schaffen es die Fänger innerhalb von 1.5 Minuten alle zu fangen?</p>	<p>3-4 Fänger 3 Bälle zum Befreien (ev. 2 Durchgänge)</p>
10'	<p>Hauptteil</p> <p>Kegelball Zweierteams bilden. 2 gleichstarke Teams gegeneinander spielen lassen. Team A versucht einen Markierungshut (oder Medizinball) zu treffen, ohne den Torraum zu betreten. Team B versucht, dies zu verhindern und seinerseits einen Treffer bei Team A zu erzielen.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Variante: Ein Verteidiger darf den Torraum als Torhüter betreten • Erleichtern: Torraum verkleinern • Erschweren: Wurf erst nach Doppelpass gültig <p>Torraumregel: Der Torraum darf nur vom Torhüter betreten werden. Die Linie zählt zum Torraum. Hineinspringen in den Torraum ist erlaubt, sofern der Ball die Hand vor dem ersten Bodenkontakt verlässt.</p> <p>Regeln: Gespielt wird nach den bereits bekannten Regeln: 3-Schritt-Regel, 3-Sekunden-Regel, Pellen <u>nicht</u> erlaubt, ohne Körperkontakt</p>	<p>Bändel/Springseile für Torraummarkierung</p>  
10'	<p>Burgball 3:3; Die Angreifer versuchen den Ball so lange zu spielen, bis eine Lücke entsteht und der Markierungshut/Medizinball getroffen werden kann. Fällt der Gegenstand zu Boden, gibt es einen Punkt. Spiel auf Zeit. (Um den Kasten/ums Böckli gibt es einen Torraum)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erleichtern: 3 Gegenstände pro Kasten • Erschweren: Torraum um den Kasten vergrössern 	
15'	<p>Abschluss</p> <p>Mini- Streethandball 4 Teams spielen auf 2 Spielfeldern. Gespielt wird auf Unihockey-Tore ; 3:3; mit einem Streethandball. Der Torraum befindet sich ca. 3 Meter vor den Toren Ansonsten gelten die Street- Handball-Regeln (im Anhang). Die Schüler lösen bei Regelverstößen selbständig, wie das Spiel weiterläuft.</p>	

Lektion 2: Freilaufen/Decken, Streethandball (Brasil)

Ziele

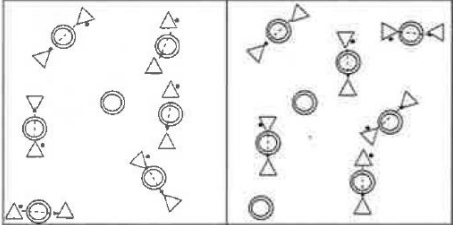
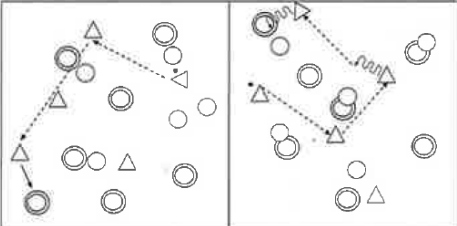
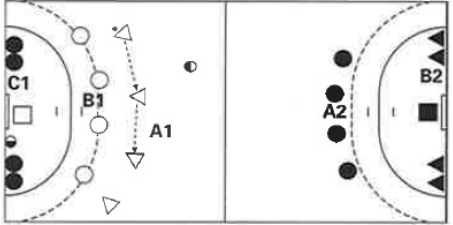
- Die Schülerinnen und Schüler lernen, sich in den freien Raum freizulaufen
- Die Schülerinnen und Schüler messen sich im Streethandball

Material:

1 (Hand-)Ball/2 Schüler, Markierungsbändeli, 3 Streetbälle, 20 Reifen, Handballtore

Zeitbedarf:

45 Minuten

Zeit	Übungsform(en)/Spiele	Organisation
5'	Aufwärmen Reifen- Passen Zweiergruppen: Beide Spieler versuchen durch möglichst viele verschiedene Reifen einen Bodenpass zu spielen. Der Ball darf nur im Reifen zu Boden gespielt werden. Die Zweiergruppe verschiebt sich passend in der Halle. <ul style="list-style-type: none"> • Variante: fällt ein Ball zu Boden, müssen beide Spieler 3 Froschsprünge machen 	Streethandbälle sind ungeeignet 
10'	Übungsteil Eierlegen Die Angreifer versuchen durch schnelles Passen möglichst oft den Ball in einen leeren Reifen zu legen. Die Verteidiger müssen dies verhindern, indem sie in die Reifen stehen, in die der Ball möglicherweise abgelegt werden kann. In einem besetzten Reifen kann kein Punkt erzielt werden.	 <p>4 Teams auf 2 Feldern oder 6 Teams auf 3 Feldern</p>
25'	Abschluss/Spiel Streetball Brasil 4:4 /4:3 6 Teams bilden (A1/A2/B1/B2/C1/C2). 5 Teams sind am Spiel beteiligt, C2 stellt die Torhüter und Schiedsrichter <ul style="list-style-type: none"> • Erleichterung: 5 Teams bilden, die Verteidiger stellen jeweils einen Torhüter > 4:3 Überzahlspiel, Schiedsrichter durch Lehrperson Brasilspiel: 1. Phase: A1 greift gegen B1 an, Torwurf, C1 geht in den Angriff 2. Phase: C1 greift gegen A2 an, Torwurf, B2 geht in den Angriff 3. Phase: B2 greift gegen A1 an, Torwurf, B1 geht in den Angriff 4. Phase: B1 greift gegen C1 an, Torwurf, A2 geht in den Angriff 5. Phase: A2 greift gegen B2 an, Torwurf, A1 geht in den Angriff 6. Phase: A1 greift gegen B1 an, Torwurf, C1 geht in den Angriff usw.	Gespielt wird nach den Street Handball- Regeln 

Regeln Street Handball

Hauptunterschiede zum „normalen Handball“:

- Der Street Handball hat dieselbe Masse wie der normale Handball, ist allerdings weicher und lässt sich einfacher fangen.
- Im Street Handball sind nur 3 Schritte und keine Dribblings erlaubt.
- Körperkontakt ist nicht erlaubt. Es darf nur auf den Ball verteidigt werden.

So spielst Du den Ball

- Du darfst den Ball mit allen Körperteilen spielen, ausser mit den Unterschenkeln oder Füßen.
- Du darfst den Ball höchstens 3 Sekunden festhalten.
- Du darfst Dich mit dem Ball in der Hand höchstens 3 Schritte bewegen.
- Du darfst den Ball nicht prellen.

So spielst Du als Torwart

- Du darfst den Ball mit allen Körperteilen abwehren.
- Der Torwart verlässt den Torraum nur ohne Ball.
- Wenn Du den Ball über oder neben das Tor lenkst, darfst Du ihn abspielen.
- Die Regeln «So spielst Du den Ball» gelten für den Torwart nicht.
- Torhütertore aus dem eigenen Torraum sind nicht erlaubt. Befindet sich der Torwart ausserhalb des Torraums darf er Tore erzielen.

So spielst Du fair

- Spiele als Angreifer oder Verteidiger immer den Ball.
- Halten, Stossen, Schlagen und Klammern sind nicht erlaubt. Der Verteidiger darf nicht auf den Körper verteidigen. Sämtliche Aktionen müssen zielgerichtet auf den Ball gehen.
- Verhalte Dich fair. Fairness ist auch eine Frage des Könnens!

Fouls und Strafen

- Begeht ein Spieler ein Foul, so erhält die andere Mannschaft den Ball. Im Wiederholungsfall kann dir der Schiedsrichter eine Zeitstrafe auferlegen.
- Verhinderst Du durch ein Foul eine klare Torchance, so darf die andere Mannschaft einen Strafwurf werfen.

So spielst Du nach einem Fehler/Tor weiter

- Lenkt die andere Mannschaft den Ball über den Spielfeldrand, darfst Du ihn wieder einwerfen. Fuss auf die Linie!
- Halte einen Abstand von 3 Metern ein.
- Bei einem Torerfolg wird mit einem Abwurf des Torhüters direkt weitergespielt.

So spielst Du am Torraum

- Kreislinie und Torraum darfst Du mit dem Ball in der Hand nicht betreten.
- Du darfst in den Torraum springen, wenn Du vor der Linie abspringst und den Ball vor der Landung wirfst.
- Liegt der Ball im Torraum, gehört er dem Torhüter.
- Du darfst den Ball dem Torhüter nicht zurückspielen, wenn er im Torraum steht.