

Spielvariationen zur Vermittlung traditioneller Sportspiele

Rüdiger Geis

Sportspiele haben für die meisten Heranwachsenden einen enorm hohen Aufforderungscharakter, können aber durch das ihnen innewohnende hohe Anspruchsniveau, das sich aus der Komplexität von motorischen und kognitiven Mehrfachaufgaben ergibt, auch zu Frustrationsreaktionen bei den Handelnden führen.

Ein Spiel wird von den Teilnehmern immer dann als „gut“ empfunden, wenn es Freude bereitet und mit Aktionen und intensivem Agieren verbunden ist. Dies aber setzt zwingend voraus, dass das Spiel auch für jeden spielbar ist. Sportspiele, die sich in ihrer Realisation beim Regelwerk und den technisch-taktischen Abläufen ausschließlich an den traditionellen Normen und Vorgaben orientieren, werden nur solchen Teilnehmern ein positives Spielerlebnis vermitteln können, die durch gute Veranlagung und Training die Voraussetzungen mitbringen, um den komplexen Anforderungsprofilen von Sportspielen entsprechen zu können. Für viele Schüler bleiben manche Sportspiele daher zunächst einmal schwer oder gar nicht spielbar.

In der neueren Literatur zur Sportspielvermittlung wird die „Entweder-oder-Diskussion“ („Spielen oder Üben“?) zunehmend durch eine Zusammenfügung der Stärken der traditionellen Ansätze (Spielen versus Üben) abgelöst. Typische Beispiele hierfür sind das

- Modell des spielerisch implizierten Lernens (MSIL) und
- das Taktik-Spiel-Modell (TSM).

Das MSIL (Roth, Kröger, Memmert, 2002) geht von 3 methodischen Gewichtsregeln aus:

- *Sportspielübergreifendes vor sportspielspezifischem Lernen.*
- *Spielerisches Probieren vor technischem Studieren.*
- *Spielen vor Spielen und Üben.*

Das TSM (Fisette, 2006) legt u.a. Wert darauf, dass das Erlernen eines Sportspieles über das „Spiele spielen“ stattfindet, indem Spiele angeboten werden, die in engem Zusammenhang mit dem Zielspiel

(z.B. Handball) stehen. Isolierte Technikschiung wird durchweg ausgeschlossen:

- im Spielen liegt die Übung.

In beiden Vermittlungsmodellen wird das „Was ist zu tun“ vor das „Wie ist es zu tun“, das „Spiele spielen“ vor das „Technik üben“ gestellt. Dieser Ansatz zwingt dazu, die traditionellen Sportspiele auf technischer wie auch auf taktisch-strategischer Ebene zu verändern, zu vereinfachen, um die Konzentration auf das Spielen und somit auf das Verstehen des Spiels zu lenken.

Das Vereinfachen von Sportspielen, bei der die Grundidee des jeweiligen Zielspiels bewahrt bleibt, ermöglicht grundsätzlich jedem Lernenden einen positiven Erlebniszugang.

Die Einfachheit, die den Teilnehmern eine ihrer Leistungsfähigkeit entsprechende Spielsituation präsentiert, wirkt sich in der psychischen Dimension positiv

AUS DEM INHALT:

Rüdiger Geis Spielvariationen zur Vermittlung traditioneller Sportspiele	1
Jürgen Schmidt-Sinns Parkour & Freerunning	4
Henner Hatesaul Der Schwebebalken – das unterschätzte Turngerät	11
Jürgen Frey Mattenhorn – Der Berg ruft, und wen er erst einmal gerufen hat ...	15



Rüdiger Geis

ist Diplomsportlehrer im Gymnasialdienst, war als Trainer (Leichtathletik, Handball und Schwimmen) tätig; Leiter von Übungsleiterseminaren in Köln, Autor von Spielvariationen in Fachzeitschriften.

St.-Georg Str. 17
50859 Köln

auf die Spielfreude und auf ein dauerhaftes Interesse aus. Diese Einfachheit steht für stressfreies Handeln und vermittelt eine Grundstimmung, in der der Ernsthaftigkeitscharakter eingeschränkt ist und mögliches Fehlverhalten beim Spielen ohne Negativkonsequenzen für das eigene Wohlbefinden bleibt. Somit haben gerade Teilnehmer mit sensomotorischen und spielstrategischen Defiziten die Möglichkeit, über Erfolgserlebnisse Zugang zum Spielen zu finden.

Praxisbeispiele

In den erwähnten Spielvermittlungsmodellen (MSIL, TSM) werden taktische, koordinative und technische Inhalte nicht hintereinander additiv vermittelt. Das Gegenteil ist der Fall. Bei konkreten Spiel- und Lernhandlungen ist von engen Wechselwirkungen zwischen den Taktik-, Koordinations- und Technikbausteinen auszugehen. So sind taktische Lösungen von Spielaufgaben immer auch im Verhältnis zu vorhandenen sensomotorischen Aktionsmöglichkeiten zu sehen, die die Spielauswahlentscheidung beeinflussen (Roth, Kröger, Memmert, 2002).

Die dargestellten Sportspielvariationen lassen sich unter diesen Aspekten für entsprechende Lernprozesse effizient nutzen. Ihr Einsatz kann z.B. zu Beginn eines Lernprogramms (Motivation) hilfreich sein und bei fortgeschrittenen Aneignungsvorgängen zur Auflockerung und/oder zur Ergänzung zwischen einzelnen Lernschritten herangezogen werden.

Einige Spielvariationen

Universalball (s. Abb. 1)

Spielidee

Zielschusspiel. Spiel auf unterschiedliche Ziele (Tore), die jeweils verschiedenen Spiel(Schuss-)techniken zugeordnet sind.

Material/Aufbau

Ziele sind (pro Spielfeldhälfte) das Basketballbrett, der BB-Korb, ein aufgehängter Reifen, 2 Kleinkästchen. Gespielt wird mit einem Weichschaumball.

Regeln

Der Balltransport erfolgt durch Fuß- oder Handluftdribbling (einhändiges Hochschlagen des Balles – Volleyballaufschlag). Mit dem in der Hand gehaltenen Ball darf nicht gelaufen werden; der ballbesitzende Spieler darf nicht angegriffen werden.

Um Tore zu erzielen muss

- der mit dem Fuß getretene Ball einen der Kleinkasten,
- der geworfene Ball den BB-Korb oder den aufgehängten Reifen und der
- geschlagene Ball das Basketballbrett treffen.

Variante

Unterschiedliche Punktwertung bei den einzelnen Zielen.

Basketball – Plumsball (s. Abb. 2)

Spielidee

Zielschusspiel in ‚Basketballform‘, wobei ein von der Wand abprallender Ball ein auf dem Boden liegendes Ziel treffen muss.

Material/Aufbau

Spiel quer zur Halle in einem schmalen Feld. Turnmatte(n) an beiden Stirnseiten in kurzem Abstand von der Wand; eine ‚Wurflinie‘ (etwa 2 m hoch) an beiden Stirnseiten.

Regeln

Zwei (kleine) Mannschaften spielen gegeneinander und versuchen den Ball so an die Wand oberhalb der Wurflinie zu werfen, dass er beim Herabfallen die Matte trifft. Bei Bodenkontakt des Balles erfolgt Ballbesitzwechsel. Mit dem Ball dürfen bis zu 5 Schritte gelaufen werden.

Varianten

- Wandabstand zum Ziel wird vergrößert; Ziel wird vergrößert (2 Matten);
- Dribbling wird erlaubt...

Fußball – Abräumen (s. Abb. 3)

Spielidee

Fußball-Zielschusspiel. Ziele der gegnerischen Mannschaft sollen zu Fall gebracht werden.

Material/Aufbau

2 – 3 Tennisbälle, 12 Keulen.

Regeln

Spiel mit Bande (ganze Halle). In jeweils zwei Dreiergruppen stehen die Keulen nahe der Seitbegrenzungen (mit Abstand zur Wand!!) an den Stirnseiten des Feldes. Für jede Keule, die umfällt (durch Ballkontakt oder Berührung des Abwehrspielers), kommt ein zusätzlicher Spieler in die Mannschaft.

Das Spiel ist zu Ende, wenn bei einem der beiden Teams keine Keule mehr steht.

Variante

Mehr Keulen.

Hockey/Unfair Hockey (s. Abb. 4)

Spielidee

Hockey-Zielschusspiel auf unterschiedliche Tore.

Material/Aufbau

Hockeystöcke/Uni-Hockeystöcke, 3-5 Tennisbälle. Das Tor von Team 1 besteht aus mehreren im Rechteck ausgelegten Kastenteilen (oder Matten) im Volleyballfeld, das von Team 2 aus diagonal ausgelegten Kastenteilen in den vier Spielfeldecken der Halle. Treffflächen sind jeweils die Seiten der Kastenteile.

Regeln

Spiel mit Bande (ganze Halle). Tore können nur aus der Schusszone erzielt werden, die das anvisierte Ziel umgibt (Team 1 muss also von außerhalb des Volleyballfeldes auf die ‚Eckentore‘ treffen, Team 2 von innerhalb des Volleyballfeldes auf das mittige Rechteck. Versehenliches Fußball wird nicht geahndet.

Badminton/Hurry-Beat (s. Abb. 5)

Spielidee

Zwei Teams spielen über eine breite „Tabuzone“ gegeneinander. Wer gespielt hat muss eine Zusatzaufgabe erledigen; wer einen Fehler macht scheidet aus.

Material/Aufbau

Zwei Teams mit je etwa 4-6 Spielern; pro Spieler ein Badmintonschläger; 1 Badmintonball. Spiel in einem markierten schmalen Feld längs zur Halle über eine markierte Zone hinweg.

Regeln

Innerhalb der Teams wird in festgelegter Reihenfolge geschlagen; wer geschlagen hat umläuft eine Wendemarke hinter dem eigenen Spielfeld. Mit jedem Fehler verliert das Team einen Spieler und die zu laufende Strecke wird um ein bestimmtes Maß (z.B. 1 Schritt) verkürzt. Spielende: ein Team besteht aus nur einem Spieler.

Varianten

- Spiel über ein längs der Halle gespanntes Baustellenband.
- Spielende: Wenn ein Team keinen Spieler mehr auf dem Feld hat. Der letzte Spieler braucht natürlich nicht mehr zu laufen.

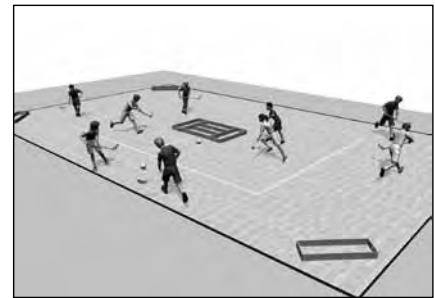
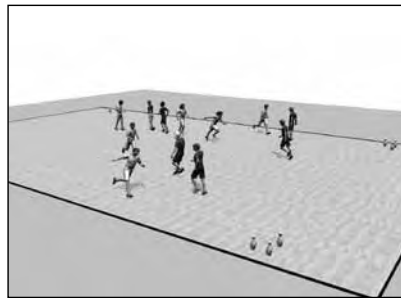
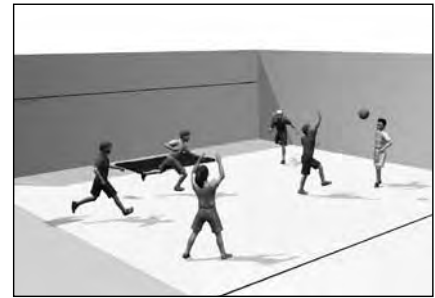
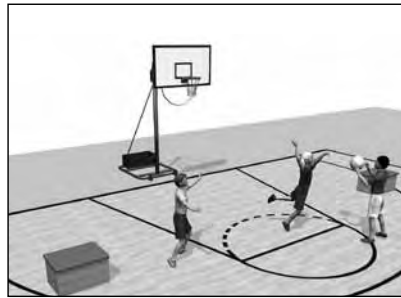
Tennis/Egospiel

Spielidee

Bewegungsspiel mit Rückschlagspielcharakter. Ein Spieler spielt den Ball über ein Hindernis, wechselt auf die andere Seite (Ball darf aufspringen) und spielt ihn wieder zurück....

Material/Aufbau

1 Softtennisball, 1 Bierdeckel (oder Tischtennisschläger bzw. ‚Spatzenbrett‘), eine Turnmatte, die von zwei



Spielern auf der langen Seite senkrecht gestellt wird, ein dritter Spieler, der den Ball spielt.

Regeln

Fehler ist, wenn der Ball nicht wieder über das Hindernis zurückgeschlagen wird. Die Anzahl der Bodenkontakte ist unbegrenzt. Wechsel nach vorgegebener Zeit. Wem ist es gelungen, die meisten Mattenüberquerungen zustande zu bringen?

Varianten

- Bodenkontakte des Balles beschränken.
- Bei einem Fehler Wechsel reihum mit einem der Mattenhalter.

Literatur

Fisette, J.L.(2006), Spielverständnis lehren durch das Taktik-Spiel-Modell, *sportunterricht*, 9, 267-272
 Geis, R. (2009) *Sportspiele - leicht gemacht für Schule und Verein*, Schorndorf: Hofmann
 Roth, K., Kröger, Ch., Memmert, D.,(2002), *Ballschule - Rückschlagspiele*, Schorndorf: Hofmann.

Abb. 1 (o.l.):
Universalball

Abb. 2 (o.r.)L
Basketball – Plumsball

Abb. 3 (u.l.):
Fußball-Abräumen

Abb. 4 (u.r.):
Hockey/
Unfair Hockey

Abb. 5:
Badminton/
Hurry-Beat

