



Bewegtes Volleyball im Grundschulalter

Vom Ball über die Schnur zum Mini-Volleyball

Vorbemerkungen/Ziele

In diesem Stundenbeispiel soll aufgezeigt werden, mit welcher Methodik sich das Sportspiel Volleyball mit Kindern im Grundschulalter einführen lässt. Bewegungsfreude und dynamische Spielsituationen stehen vor dem Anspruch an Technik und Regelwerk.

Durch das Üben von Volleyball werden die Wahrnehmungs-, Handlungs-, Entscheidungs- und Koordinationsfähigkeit, Selbstsicherheit und die technischen Grundfertigkeiten der Kinder geschult. Außerdem werden konditionelle Grundlagen für eine sportliche Fertigkeitentwicklung sowie die Basis für geistige Entwicklungsprozesse geschaffen. Volleyball soll hier unter den pädagogischen Perspektiven Verbesserung der Wahrnehmungsfähigkeiten, Erweiterung der Bewegungserfahrungen, Kooperation und Wettkämpfen vermittelt werden. Die aufgezeigten Inhalte können in eine mehrstündige Übungsreihe zerlegt werden und die Dauer der einzelnen methodischen Schritte an das Leistungsniveau der Kinder angepasst werden. Bälle mit unterschiedlichen Eigenschaften (Zeitlupenbälle, Redondobälle, Elefantenhautbälle) machen die Spielformen zusätzlich interessant und herausfordernd.

Rahmenbedingungen

Pädagogisches Handlungsfeld:

Bewegungs-, Spiel- und Sportförderung

Zeit:

60 Minuten

Teilnehmer/innen (TN):

8 – 20 Kinder im 2. – 4. Schuljahr

Material:

Pro TN 1 Reifen und einen volleyballähnlichen Ball, längsgespannte Zauberschnur oder Volleyball-/Badmintonnetz in Greifhöhe für die Kinder, evtl. Klebeband für Bodenmarkierungen

Ort:

Einfachsporthalle mit Linierung

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG (10 – 15 Minuten)

● Linienfangen

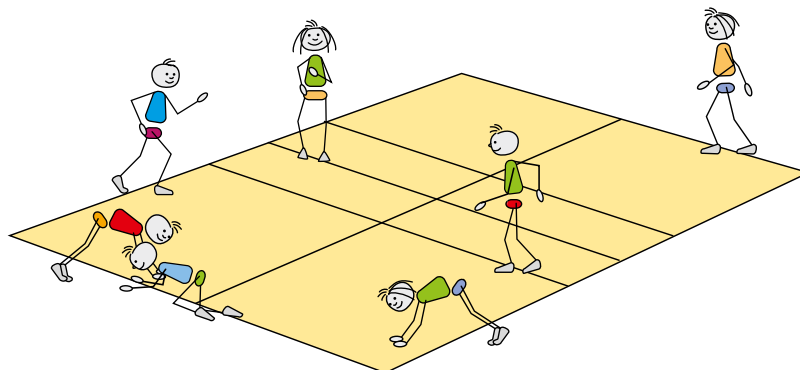
- 1 – 4 Kinder (abhängig von der TN-Zahl) aus der Gruppe sind Fänger/innen.

Alle Kinder dürfen sich nur auf den Linien auf dem Hallenboden fortbewegen. Ebenso die Fänger/innen, die versuchen, alle mit der Hand abzuschlagen. Wer abgeschlagen wurde, stützt sofort vorwärts eine Brücke über die Linie und kann erlöst werden, indem ein anderes Kind unter der Brücke durchrutscht. Eine „Brücke“ ist für die Fänger/innen eine Straßensperre und damit unüberwindbar.

Zwischendurch die Fänger/innen wechseln.

Absichten und Hinweise

- ⊙ Allgemeines Aufwärmen, Kooperation
- ⊙ Die Aufgabe „Stützen“ dient der Erwärmung der Rumpf- und Armmuskulatur, die beim Volleyballspiel eine besondere Rolle spielt.
- ⊙ Die Erlösaufgabe „Durchrutschen“ soll die Scheu zum Bodenkontakt nehmen und eine Vorübung für das Hechten darstellen.



NRW bewegt
seine KINDER!

04.2013

Stundenverlauf und Inhalte

● Ball-Alarm

⦿ Alle Kinder haben einen Ball.

Bei diesem Spiel gibt es zwei Phasen: eine Übungsphase mit Ball und eine Laufphase. In der Übungsphase sollen die Kinder eine volleyballspezifische Ballfertigkeit (hochwerfen und auffangen, hochwerfen – ganze Drehung – auffangen, anwerfen und in die Luft pritschen, anwerfen und gegen die Wand baggern u.a.) ausprobieren. Auf das Signal „Ball-Alarm“ hin, müssen alle ihren Ball so schnell wie möglich zur Ruhe bringen, liegenlassen und sich an einen vereinbarten Ort retten (Bank, Ecke, ...). Wessen Ball zuletzt noch rollt, muss eine Sonderaufgabe erfüllen (10 x am Netz hochspringen, 5 x gegen die Wand passen, ...). Auf ein weiteres Kommando hin sucht sich jedes Kind einen neuen Ball und übt eine andere Aufgabe.

SCHWERPUNKT (20 – 30 Minuten)

● 1 mit 1: Werfen und Fangen

⦿ Zwei Kinder stellen sich am Netz einander gegenüber auf und jedes Team erhält einen Ball.

Innerhalb von zwei Minuten sollen sich die Teams ihren Ball so oft wie möglich über das Netz zuwerfen und auffangen. Dabei zählen sie laut mit, wie oft ihnen das gelingt.

Für die nächste Spielrunde wechseln die Kinder einer Spielfeldseite jeweils ein Kind weiter, so dass jedes Kind einen anderen Partner/eine andere Partnerin hat.

Die erreichte Punktzahl nehmen beide Spieler/innen mit in die nächste der drei Spielrunden. Wer am Ende die meisten Punkte hat, gewinnt.

● 1 gegen 1: Werfen und Fangen

⦿ Die Kinder stellen sich wieder zu zweit am Netz gegenüber auf. Mit vorhandenen Linien oder Bodenmarkierungen (Klebeband) werden kleine Spielfelder (ca. zwei Körperlängen lang und eine Körperlänge breit) abgesteckt.

Die Aufgabe besteht darin, den Ball so zu spielen, dass er im gegnerischen Feld auf den Boden fällt.

Die Spieler/innen zählen ihre gefangenen Bälle als eigene Punkte selbst. Nach drei Minuten wechseln auch hierbei die Spielpaarungen wie beim Spiel „1 mit 1“. Die erreichten Punkte nimmt jedes Kind mit in die nächste Spielrunde und rechnet alle weiteren Punkte dazu.



● 2 gegen 2: Werfen und Fangen (Pritschen und Baggern optional)

⦿ Das Spielfeld ist nun doppelt so breit, indem zwei nebeneinanderliegende Felder zusammengelegt werden.

Zwei Spieler/innen treten gegen zwei andere an.

Das Spielziel ist, wie bei der Spielform „1 gegen 1“. Auch hierbei zählen die Kinder die Spielpunkte selbst. Eine zusätzliche Aufgabe ist, dass der Ball vor der Netzüberquerung zweimal abgespielt werden muss. Die Spieler/innen sollen selbst herausfinden, wie sie sich auf dem Feld positionieren (vorne/hinten, rechts/links). Nach drei Minuten wechseln die Spielpaarungen. Die jeweiligen Punkte werden in die nächste Spielrunde mitgenommen.



Absichten und Hinweise

- ⦿ Volleyballspezifisches Aufwärmen
- ⦿ Die Kinder erleben Ballgewöhnung in offener Form und üben ihren Fähigkeiten entsprechend.
- ✔ Individualkorrekturen sind gut möglich.
- ⦿ Die Kinder schulen hier in einfachen Übungen ihre Bewegungswahrnehmung.
- ✔ Das Signal „Ball-Alarm“ durchbricht die Übungssituation mit einem Phasenwechsel.
- ✔ Vor Spielbeginn müssen eindeutige Ballregeln und Sicherheitshinweise besprochen werden.
- ⦿ Die Kinder gewöhnen sich an die Netzhöhe und erkämpfen die zu fangenden Bälle. Durch das Miteinander entsteht ein Spielfluss.
- ⦿ Durch das Teamspiel wird die Kooperationsfähigkeit der Kinder verbessert.
- ✔ Wenn die Fähigkeiten der Kinder es zulassen, kann die Aufgabe auch pritschen oder zumindest anpritschen (hochwerfen und pritschen) sein.
- ⦿ Die Differenzierung „kurz – lang“ sowie die Informationsaufnahme „Wo steht mein Gegner?“ werden gezielt geschult.
- ⦿ Die Spielidee vom Volleyballspiel „Ich darf den Ball nicht ins Aus spielen.“ und „In meinem Feld darf der Ball nicht den Boden berühren.“ findet spielerisch die erste Anwendung.
- ⦿ In der hier gewählten Spielform werden das Wettkämpfen und die Wahrnehmungsfähigkeit der Kinder geübt.
- ✔ Damit ein Spielfluss entstehen kann, sollten Pritschen und Baggern, wenn diese Techniken noch unpräzise sind, nicht erlaubt sein.
- ✔ Das Anpritschen ist meist nicht zu schwer und passt zum Spiel.
- ⦿ Die Anpassungsfähigkeit an Mit- und Gegenspieler wird auf kleinem Raum geschult.
- ⦿ Ballfertigkeiten werden durch viele Ballkontakte und damit viele Wiederholungen intensiv geübt.
- ⦿ Bei dieser Spielform werden die pädagogischen Perspektiven „Wahrnehmungsfähigkeiten verbessern“ und „Bewegungserfahrungen erweitern“ sowie „Kooperieren, Wettkämpfen und Sich-Verständigen“ ganzheitlich umgesetzt.
- ✔ Pritschen und Baggern sollten je nach Könnensstand der Kinder methodisch passend eingebaut werden.
- ✔ Der Ball darf weiterhin jederzeit gefangen werden. Der Spielfluss hat oberste Priorität.

Autorin & Fotos:
Natalie Gawenat

Stundenverlauf und Inhalte

SCHWERPUNKTABSCHLUSS (5 – 10 Minuten)

● 3 gegen 3 / 4 gegen 4:

Volleyballähnliche Spielform mit Positionswechsel

- Das Spielfeld wird der Spielerzahl angemessen abgesteckt. Die Positionen der Spieler/innen im Feld werden (z. B. durch Reifen) markiert. Die Reifen dienen der räumlichen Orientierung und dürfen jederzeit verlassen werden, um einen Ball zu erreichen. Bei drei Spielern /Spielerinnen steht ein Kind vorne am Netz und zwei nebeneinander im hinteren Teil des Feldes. Bei vier Spielern liegen zwei Reifen vorn und zwei hinten.



Vor Beginn des Spiels wird folgender Wechselmodus eingeübt:

Immer wenn eine Mannschaft den Ball über das Netz gespielt hat, wechseln alle Spieler/innen dieses Teams im Uhrzeigersinn ihre Positionen. Sind die Kinder damit vertraut, spielen die Teams gegeneinander.

Werfen und Fangen bleiben weiterhin erlaubt. Pritschen und Baggern sollten methodisch sinnvoll, (z. B. in die nun optionalen Zuspiele zum Partner/zur Partnerin) eingesetzt werden.

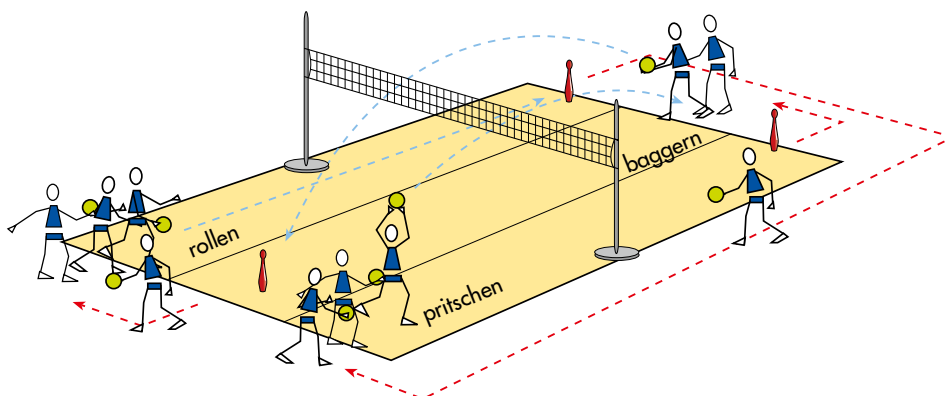
Das Wechseln der Spielpositionen gehört zu jeder Netzüberquerung des eigenen Balles dazu. Die Spieler/innen müssen zu Beginn von außen daran erinnert werden, sollen aber auch unbedingt untereinander kommunizieren. Die Teams zählen gemeinsam den Spielstand mit.

AUSKLANG (10 – 15 Minuten)

● Keulenkönig

- Alle Kinder verteilen sich mit jeweils einem Ball auf die Spielfelder. In jeder Spielfeldhälfte steht eine Keule.

Die Keule muss mit einer vorgegebenen Technik getroffen werden. Dabei findet auch hier dem Könnensstand der Kinder entsprechend in jedem Feld eine volleyballspezifische Fähigkeiten Beachtung (baggern, pritschen, rollen als Vorübung des Aufschlages o.a.). Jedes Kind beginnt auf irgendeinem Feld, läuft dann nach einem Versuch dem eigenen Ball hinterher, nimmt diesen wieder auf und versucht, auf dem nächsten Feld die Keule zu treffen usw.



Absichten und Hinweise

- Ein Hinweis auf die Rutsch- und Stolpergefahr durch die Reifen ist notwendig.
- Die erhöhte Spieler/innen-Anzahl und das vergrößerte Feld sind automatisch Ursache für eine höhere Fehlerquote. Um alle Feldspieler/innen aktiv zu beteiligen und ihre Aufmerksamkeit aufrecht zu erhalten, erfolgt ein regelmäßiger Positionswechsel. Dieser Wechsel muss schnell vollzogen werden, damit die Spieler/innen sich wieder orientiert haben, bevor der Ball zurückkommt.
- Alle Kinder nehmen gleichermaßen am Spiel teil und üben volleyballspezifische Fähigkeiten den Positionen entsprechend.
- Bei dieser Spielform werden die pädagogischen Perspektiven „Wahrnehmungsfähigkeiten verbessern“ und „Bewegungserfahrungen erweitern“ sowie „Kooperieren, Wettkämpfen und Sich-Verständigen“ ganzheitlich umgesetzt.

- Bälle und Netz bleiben Bewegungsinhalt. Die Spieldynamik bestimmen die Kinder selbst.
- Eine freie, unabhängige Bewegungsform dient als Ausgleich zum stark reglementierten Schwerpunkt und Schwerpunktabschluss.
- In der hier gewählten Spielform wird die Bewegungserfahrung der Kinder verbessert.
- Der Aufbau der Keulen sollte so erfolgen, dass die Kinder nur einmal das Netz unterlaufen müssen und sich dann auf der anderen Seite gleich wieder anstellen können.

Illustratorin:
Claudia Richter