

Schulhandball SHV



**Ein Lehrmittel für das
3.-9. Schuljahr
Mit gebrauchsfertigen Lektionen und
einer Anleitung zur Durchführung eines
Schulhandball-Turniers.**

Die Mobiliar
Versicherungen & Vorsorge



SHV
Schweizerischer
Handballverband

FSH
Fédération Suisse
de Handball

Abteilung
Breitensport
2012

Impressum

Autor:	David Mattes	Impressum
Co-Autoren:	Heinz Metzger Hans Sollberger	
Fotos:	Daniel Käsermann Benedikt Anderes	
Layout:	Othmar Buholzer	
Zeichnungen:	David Mattes Othmar Buholzer Stefan Oberholzer	
Gestaltung:	WAGUS, Sempach	
Überarbeitung:	Stefan Oberholzer	
Auflage:	2.1	

Bestellung:

**Schweizerischer Handballverband SHV
Talgut-Zentrum 25
Postfach
3063 Ittigen b. Bern**

Bestellung

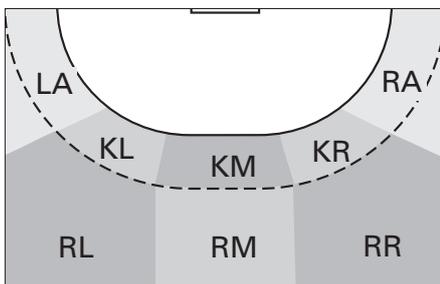
**Tel.: +41 31 370 70 00
Fax: +41 31 370 70 09
E-Mail: shv-fsh@handball.ch
Homepage: www.handball.ch**

Inhaltsverzeichnis

Impressum	4	Inhaltsverzeichnis
Inhaltsverzeichnis	5	
Zeichenerklärung	6	
Vorwort	7	
Einleitung	8	
Einführung zu den Lektionen Teil A	9	
Lektionen für das 3./4. Schuljahr	10–25	
Einführung zu den Lektionen Teil B	26/27	
Lektionen für das 5.–7. Schuljahr	28–43	
Einführung zu den Lektionen Teil C	44/45	
Lektionen für das 8./9. Schuljahr	46–61	
Spielregeln Schulhandball	62/63	
Das Schulhandballturnier	64–69	
Freies Spielen / «the game - schlumpfball»	70	
Freies Spielen / «einfach Handball»	71	
Nützliche Adressen	72	
Hinweise	73	
Literaturverzeichnis	74	

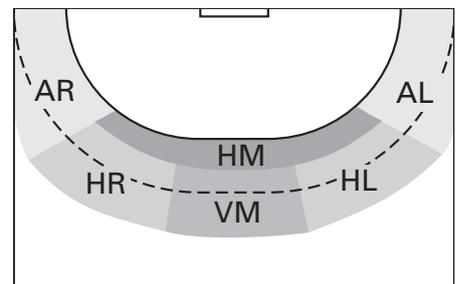
Zeichenerklärung

	Prellen des Balles			Angriffsspielerin
	Torwurf			Angriffsspielerin mit Ball
	Sperre			Abwehrspielerin
	Lauftäuschung			Torhüterin
	Körpertäuschung mit Ball			Spielleiterin 1 Spielleiterin 2
	Ballkiste			Laufweg
	Langbank			Pass, Ballweg
	Weichbodenmatte			Lauf mit Ball
	Matte			Tippen des Balles
	Schwedenkasten, Böckli			Malstab
	Markierungskegel			Reifen



Angriffspositionen

- LA – Links Aussen
- RL – Rückraum Links
- RM – Rückraum Mitte
- RR – Rückraum Rechts
- RA – Rechts Aussen
- KM – Kreis Mitte
- KL – Kreis Links
- KR – Kreis Rechts



Verteidigungspositionen (3:3-Verteidigungssystem)

- AR – Aussen Rechts
- HR – Halb Rechts
- VM – Vorne Mitte
- HM – Hinten Mitte
- HL – Halb Links
- AL – Aussen Links

Handball Spielen in der Schule

Der Schweizerische Handballverband hat vor einigen Jahren das Projekt «Handball macht Schule» ins Leben gerufen, um das Handballspielen wieder in die Schule hineinzutragen. Im Schulunterricht sollten die Jugendlichen vermehrt Handball erfahren, also Handball üben und Handball spielen.

Mittlerweile konnte der Schweizerische Handballverband mit Hilfe der Handballvereine und der Handball-Regionalverbände das bestehende Netz der lokalen Schulhandball-Turniere ausbauen. Die besten Teams dieser lokalen Turniere werden an die Finalturniere der sieben Handball-Regionalverbände eingeladen, an denen sich die Siegerteams für die Schweizer Schulhandball-Meisterschaft (4.–7. Schuljahr) oder für den Schweizerischen Schulsporttag (8./9. Schuljahr) qualifizieren können.

Dieser Ausbau war nur möglich durch die aktive Werbung für den Handballsport durch die «Handball macht Schule Botschafter». Diese Botschafter besuchen Schulklassen unterschiedlicher Stufen und führen Schulhandball-Lektionen durch. Dies ermöglicht den Kindern einen Einblick in die Vielseitigkeit der Sportart und den Lehrkräften wird aufgezeigt, mit einem einfachen Aufbau mit der Klasse Handball zu spielen.

Das vorliegende Lehrmittel richtet sich an die Lehrkräfte, die selbst keine Handball-Fachleute sind, welche aber im Vorfeld von Schulhandball-Turnieren ihre Schülerinnen und Schüler mit dem Schulhandball und seinen Regeln vertraut machen wollen. Die übersichtlichen und verständlichen Unterrichtseinheiten sind den Stufen 3./4., 5.–7. und 8./9. Schuljahr zugeordnet und können direkt übernommen werden. Sie bilden die technischen und taktischen Grundlagen, damit die Jugendlichen im Sportunterricht und an den Turnieren Handball spielen können. Zudem wird den Jugendlichen schrittweise die Verantwortung für die Spielleitung im Sportunterricht übertragen.

Zusätzlich finden sich zwei freie Spielformen für Kinder des 1./2. Schuljahres um spielerisch den Einstieg in den Ballsport zu finden.

Die abschliessenden Bemerkungen zur Organisation eines Schulhandball-Turniers sollen Lehrkräfte ermutigen, selber ein Turnier zu organisieren, wenn eine solche Wettkampfgelegenheit in der näheren Umgebung fehlt. Die Handball-Regionalverbände mit ihren Handballvereinen bieten Hand beim Aufbau eines solchen Anlasses.

Den Schülerinnen, Schüler und den Lehrkräften wünsche ich viele spannende Handballstunden mit der Klasse oder beim Kräfteressen an einem der zahlreichen Schulhandballturniere. Mit diesem Lehrmittel sind Spass bei den Übungen und dem Spielen garantiert.

Stefan Oberholzer
Leiter Breitensport SHV

Geschichte

Ausbau der Schulhandball-Turniere

«Handball macht Schule» Botschafter

Zielgruppe

Unterrichtseinheiten

Grundlagen

Freie Spielformen

Schulhandball-Turnier

Alleine spielen

A1

Ziele

Die Schüler sind fähig, einen Ball von A nach B zu transportieren, ohne dass dieser dazwischen zu Boden fällt.

Hinweise

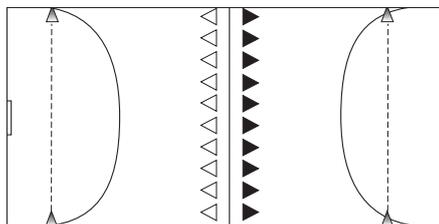
- | | | |
|--------------------|-----------------|-------------|
| △ Angreifer | ▲ Markierungsk. | ↔ Torwurf |
| △* Angreifer m. B. | ▨ Schwedenk. | ⚑ Malstab |
| ○ Abwehrspieler | ■ Matte | ○ Reifen |
| ■ Torhüter | ▬ Langbank | ⊞ Ballwagen |

Aufwärmen

Tag und Nacht

Auf je einer Linie stehen sich zwei Teams gegenüber. Auf Zuruf «Tag» verfolgt die Tag-Partei die Nacht-Partei, welche versucht, sich über eine Linie zu retten. Auf Zuruf «Nacht» geschieht alles umgekehrt. Variante: mit Ball

Organisation



Material/Hinweise

4 Markierungshüte
Später pro Schüler einen Ball

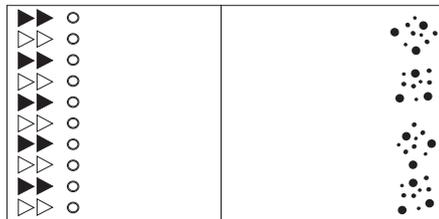
Hauptteil

1. Hol den Ball

Zweiergruppen: Abwechslungsweise holt jeder einen Ball aus einem Sektor auf der anderen Hallenseite und deponiert diesen im Reifen. Welches Paar hat am meisten Bälle? Übergabe erfolgt durch Handklatsch.

- **Erleichtern:** grössere Teams bilden, z.B. 6er-Gruppen
- **Erschweren:** auf dem Rückweg Ball rollen, Ball am Fuss führen, usw.

Organisation



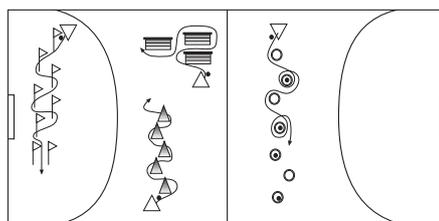
Material/Hinweise

Viele verschiedene Bälle
12 Reifen, um die Bälle darin zu deponieren

2. Tragslalom

Die Schüler tragen den Ball um Malstäbe, um Kegel, um Schwedenkästen, sowie um und über andere Hindernisse (verschiedene Stationen aufstellen).

- **Erleichtern:** bewegen ohne Ball
- **Erschweren:** Ball rollen, Ball am Fuss führen, usw.



Je 8 Markierungshüte
Malstäbe
Reifen
2-3 Schwedenkästen
4 Medizinbälle

Alleine spielen

A1

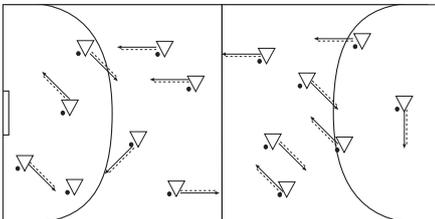
Hauptteil

3. Balltransport

Jeder hat einen Ball. Der Lehrer gibt die Bewegungsart, die Bewegungsrichtung und die Bewegungsgeschwindigkeit vor. Die Schüler versuchen, diese Angaben möglichst schnell umzusetzen (z.B. Ball tragen in einer Hand, auf dem Kopf, auf dem Rücken, Ball rollen, Ball am Fuss, Ball aufwerfen/fangen... usw.).

- **Erleichtern:** Ball immer tragen
- **Erschweren:** mit zwei Bällen

Organisation



Material/Hinweise

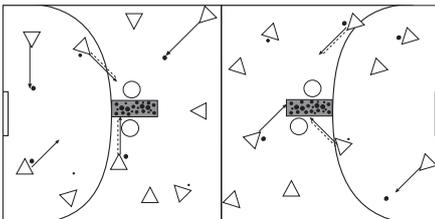
Jeder einen Ball

Abschluss

Kasten ausräumen

1–3 Schüler versuchen einen mit vielen verschiedenen Bällen gefüllten Schwedenkasten (3 Elemente) auszuräumen. Sie werfen die Bälle in alle Richtungen. Alle andern sammeln diese möglichst schnell wieder ein, tragen sie zurück und legen sie in den Kasten. Wer gewinnt wohl?

Organisation



Material/Hinweise

2 Schwedenkästen mit 3 Elementen
Viele verschiedene Bälle, welche in den Kästen liegen

Methodische Hinweise

Vom Einfachen zum Schwierigen
Vom Bewegen ohne Ball zum
Bewegen mit Ball
Vom Ball rollen zum Ball tragen

Nachbereitung, Anmerkungen

Vertiefung: Werfen/Spielleitung 1

B5

Ziele

Die Schülerinnen kennen die Technik des Sprungwurfes. Sie können eine Grobform im Spiel anwenden.
Die Schülerinnen üben sich in der Spielleitung.

Hinweise

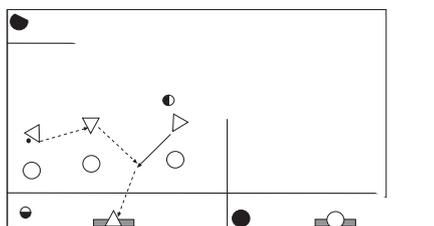
△	Angreifer	▲	Markierungsk.	↔	Torwurf
△*	Angreifer m. B.	▨	Schwedenk.	⚑	Malstab
○	Abwehrspieler	■	Matte	○	Reifen
■	Torhüter	▬	Langbank	⊞	Ballwagen

Aufwärmen

Bankball

6 Teams bilden (A-F). Zwei Teams spielen gegeneinander. Ein Punkt ist erzielt, wenn die Königin auf der umgekehrten Langbank den Ball fangen kann, ohne dabei herunterzufallen.
Die Schülerin, welche den Pass zum Punktgewinn gegeben hat, wird neu Königin.
Gespielt wird nach den Handballregeln.

Organisation



Material/Hinweise

Handballtore aufstellen

4 Langbänke oder Schwedenkastenoberteile
2 Handbälle
4 Pfeifen

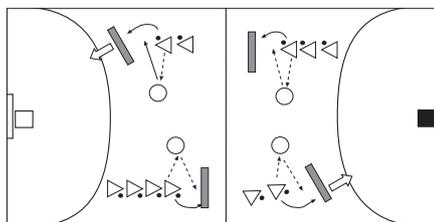
Hauptteil

1. Sprungwurfparcours

Pass zur Passeuse, anlaufen, Absprung von der Langbank, Ball vor der Ladung prellen, Absprung von der zweiten Langbank und Wurf aufs Tor. Pro Rundgang 2 Sprungwürfe. Technik Sprungwurf einführen (siehe S. 37)

- **Erleichtern:** aus Stand oder aus Prellen auf die Langbank steigen
- **Erschweren:** Sprungwurf mit dem «falschen» Bein, d.h. für Linkshänderinnen links abspringen, Absprung Beidbeinig

Organisation



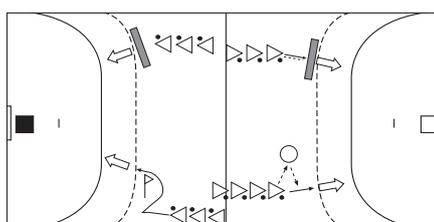
Material/Hinweise

Handballtore oder dicke Matten
4 Langbänke oder Schwedenkastenoberteile
Pro Angreiferin einen Ball

2. Stationentraining Sprungwurf

4 Stationen: Sprungwurf aus Stand von Langbank;
Sprungwurf nach einer Täuschung;
Sprungwurf aus dem Prellen von Langbank;
Sprungwurf nach Pass von Passeuse. Je 2 Stationen auf ein Tor. Mit einer Torhüterin.

- **Erleichtern:** Sprungwurf vom Boden, Reifenmarkierung, Sprungwurf aus Prellen
- **Erschweren:** mit Zielvorgabe, Sprungwurfvariationen, 1- oder 2-Schritt Anlauf



2 Langbänke
Pro Angreiferin einen Ball
1 Malstab

Vertiefung: Werfen/Spielleitung 1

B5

Abschluss

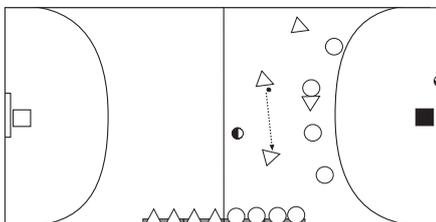
Handballspiel 4+1

Gespielt wird auf dem kleinen Feld in drei Teams: A und B aus der Einleitung bilden ein Team, C und D das zweite sowie E und F das dritte.

Tore, die mit Sprungwurf erzielt werden, zählen doppelt.

Das Auswechselteam stellt immer das Spielleiterinnenpaar. Die Lehrkraft unterstützt die Spielleiterinnen. Die Positionen der Spielleiterinnen sind auf Seite 27 beschrieben.

Organisation



Material/Hinweise

- 3 Pfeifen
- 1 Handball
- 3 Farben Bänder

Technische Hinweise

Technik Sprungwurf

- Rechtshänderin: Stemmschritt mit dem linken Bein
- Absprung auf dem linken Bein
- in der Luft Oberkörper ausdrehen, nach hinten führen von Wurf Schulter und Ball
- werfen mit Klappbewegung des Oberkörpers nach vorne (Bild)
- Landung auf beiden Beinen

Hinweis zur Spielleitung

In den restlichen Lektionen werden einige Spielformen und das Handballspiel im Abschluss durch zwei Schülerinnen geleitet.

Lehrmittel Hinweis

«Technik lernen» ein Lehrmittel des SHV

Sprungwurf (Klappbewegung)



Nachbereitung, Anmerkungen

Ausspielen/Spielleitung 7

C3

Ziele

Die Schüler sind fähig, durch einfaches Passspiel zum Torerfolg zu kommen, und sie lösen die Entscheidungssituation Wurf oder Pass mehrheitlich richtig.

Hinweise

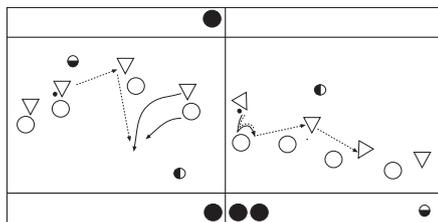
- | | | |
|--------------------|-----------------|-------------|
| △ Angreifer | ▲ Markierungsk. | ↔ Torwurf |
| △* Angreifer m. B. | ▨ Schwedenk. | ⚑ Malstab |
| ○ Abwehrspieler | ■ Matte | ○ Reifen |
| ■ Torhüter | ▬ Langbank | ⊞ Ballwagen |

Aufwärmen

Linienball

6 Teams bilden (A/B/C/D/E/F). Ziel ist es, den Ball hinter der gegnerischen Grundlinie abzu-legen. Wird der Ballträger berührt, so darf er direkt keinen Punkt mehr erzielen, d.h., er muss den Ball zuerst nochmals abspielen. K.-o.-System, nach 3 erhaltenen Punkten wird dieses Team ausgewechselt und übernimmt sogleich die Spielleitung.

Organisation



Material/Hinweise

- Handballtore aufstellen
- 3 Farben Bänder
- 2 Handbälle
- 4 Schiedsrichterpeifen

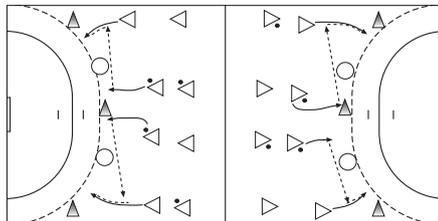
Hauptteil

1. Ausspielen 2:1

Zwei Angreifer versuchen durch einfaches Passspiel den Verteidiger so auszuspielen, dass einer frei zum Wurf kommt.

- Erleichtern:** Zone vergrößern
- Erschweren:** Zone verkleinern, Anzahl Pässe beschränken

Organisation



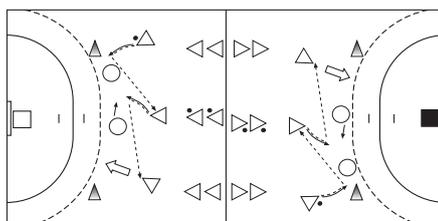
Material/Hinweise

- 2 Handballtore oder dicke Matten
- 6 Markierungshüte
- Pro Zweiergruppe einen Ball

2. Ausspielen 3:2

Drei Angreifer versuchen durch einfaches Passspiel die beiden Verteidiger so auszuspielen, dass einer von ihnen frei zum Wurf kommt. Es wird mit je einem Torhüter gespielt.

- Erleichtern:** Zone vergrößern, Verteidiger hält einen Ball mit beiden Händen fest
- Erschweren:** Zone verkleinern, evtl. 2:2 spielen



- 4 Markierungshüte
- Pro Dreiergruppe einen Ball

Ausspielen/Spielleitung 7

C3

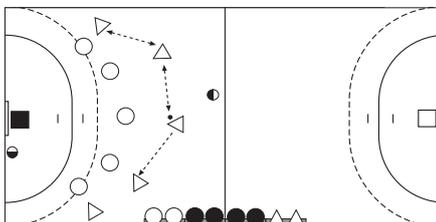
Abschluss

Handballspiel 4+1 bis 6+1 (je nach Spielfeldgrösse)

Aus den sechs Mannschaften vom Einleitungsspiel 3 Teams bilden: AD/BF/CE.

Falls 4+1 oder 5+1 gespielt wird, kann der Torhüter mit in den Angriff kommen – Überzahlsituation ausnutzen. 2 Schüler des Auswechselteams leiten das Spiel, zwei zählen die Tore.

Organisation



Material/Hinweise

- 1 Handball
- 2 Schiedsrichterpfeifen
- 3 Farben Bänder

Regelhinweise

Gespielt wird nach den bekannten Regeln (siehe Zusammenstellung S.62/63)

Taktischer Hinweis

Taktik Ausspielen 2:1

Zwei Angreifer versuchen durch einfaches Passspiel den Verteidiger so auszuspielen (Bild), dass einer frei zum Wurf kommt.

Lehrmittel Hinweis

«Spielen lernen mit Zonenspielen» ein Lehrmittel des SHV

Ausspielen 2:1



Nachbereitung, Anmerkungen