

DGUV Lernen und Gesundheit

Ballsport: Teamfähigkeit und Sozialkompetenz

Didaktisch-methodischer Kommentar

Ballsportarten: Tchoukball



Hintergrund-
information für
die Lehrkraft

Wichtigste Voraussetzung zur Förderung der Teamfähigkeit im Sportunterricht ist es, eine positive Interdependenz zwischen den Schülerinnen und Schülern herzustellen – unabhängig von ihren persönlichen Leistungsstärken. Über die positive Abhängigkeit hinaus spielt auch die individuelle Verantwortlichkeit jedes Einzelnen eine entscheidende Rolle bei erfolgreichen Mannschaften.

Viele Mannschafts-Ballsportarten beruhen auf den „ungeschriebenen Gesetzen“ von Teamfähigkeit und Teamgeist. Allerdings ist es bei herkömmlichen Mannschaftsspielen wie Fußball, Basketball oder auch Handball ebenso möglich, eine Mannschaft zum Sieg zu bringen durch den entsprechenden Einsatz von einem oder zwei sehr guten Spielern. Dieses Phänomen ist auch in Sportstunden immer wieder zu beobachten, das heißt, einige Schüler spielen mit Leidenschaft, andere agieren auf dem Spielfeld eher als Statisten.



www.tchoukball.ch

Mit dieser Problematik hat sich der Schweizer Arzt Dr. Hermann Brandt beschäftigt und interessante Teile von Mannschaftssportarten wie Basketball, Handball, Volleyball und Pelota in ein neues Spiel integriert – entstanden ist Tchoukball. Umfassende Informationen und viele Bilder finden Sie auf der Website des Schweizerischen Tchoukball Verbandes.



Schülertext
„Tchoukball“

Beispiel: Tchoukball

Tchoukball kann überall mit jedem Ball gespielt werden. Die Größe der Mannschaft(en) ist flexibel, Mädchen und Jungen können zusammenspielen, ohne sich gegenseitig zu behindern. Für das Spiel wird lediglich ein fester „Wurfhintergrund“ benötigt, an dem der Ball abprallen kann (Reboundwand). Dies kann ein aufgestelltes Minitrampolin sein, das Brett des Basketballkorbes, eine Turnhallenwand oder Teile einer Wand – alles, was eine glatte Oberfläche hat, ist geeignet.

Von Seiten der Lehrkraft kann die Teamfähigkeit im Sportunterricht gefördert werden durch

- Einführung eines neuen Spiels (Tchoukball), das nur funktioniert, wenn alle gut zusammenspielen
- Schwerpunktsetzung, dass das Klima und die Moral in einer Mannschaft entscheidend sind
- Einbindung der Schülerinnen und Schüler in die Unterrichtsgestaltung
- bewusste Förderung sozialer Kompetenzen wie Toleranz sowie Kommunikations- und Kritikfähigkeit
- Zurücknahme der eigenen Rolle zum Beobachter und Berater

Von Seiten der Schülerinnen und Schüler kann die Teamfähigkeit im Sportunterricht gefördert werden durch

- Aushandeln von Regeln und Spielstrategien
- Zuhören und Argumentieren
- Aufeinander zugehen
- Anerkennung der Stärken anderer
- Schaffung des Gefühls „der Star ist die Mannschaft“
- Einsatz und Durchsetzung, ohne andere bloßzustellen

Einstieg

Ein Bewusstsein für die Bedeutung von sozialer Integration und Gruppenerfolgserfahrungen sollte zunächst durch allgemeine Vertrauensübungen und kooperative Bewegungsaufgaben angeregt werden. Vertrauensübungen sind dadurch gekennzeichnet, dass Schüler in verschiedenen Situationen auf die Unterstützung ihrer Mitschüler angewiesen sind und auf deren Hilfe vertrauen müssen. Kooperative Aufgaben sind nach dem Prinzip „Gemeinsam müssen wir Strategien entwickeln, um überhaupt weiterzukommen“ strukturiert.

Spiele zum Aufwärmen

Fangen und Schützen

In einem abgegrenzten Raum können die Spieler durch Abschlagen von einem Fänger (oder mehreren) „eingefangen“ werden. Bei diesem Fangspiel geht es darum, dass sich die „gefährdeten“ Schüler gegenseitig schützen und gefangene Schüler wieder befreien.

Fangen mit Ball

Nach demselben Prinzip wird Fangen mit Ball gespielt. Es werden 2 Bälle weniger eingesetzt als freie Mitspieler. Nur die freien Mitspieler bekommen die Bälle; ist ein Mitspieler im Ballbesitz, darf er nicht gefangen werden. Das heißt, die Mitspieler können sich vor dem Fänger schützen, indem sie sich in den Besitz eines Balles bringen und zwar durch das Zuspiel eines anderen Schülers.

Variationen:

- Stummes Fangen: gefährdete Schüler dürfen sich nicht durch Zurufen bemerkbar machen, sondern die Mitschüler müssen erkennen, wo Not ist.
- Erhöhung des Schwierigkeitsgrades: Reduzieren der verfügbaren Bälle; 2 Fänger; Beschränkung der Ballkontakte.

Damit die Schülerinnen und Schüler das Prinzip noch einmal bewusst nachvollziehen können, eignen sich auch „Reflexionsfragen“:

- Wie habt ihr euch gegenseitig geschützt beziehungsweise befreit?
- Wie habt ihr euch verhalten, wenn ihr bedroht wurdet? Habt ihr abgewartet, bis Hilfe kommt oder habt ihr Hilfe eingefordert?
- Wo entstanden Schwierigkeiten beim gegenseitigen Helfen oder Unterstützen?

Mit diesen Übungsformen können insbesondere soziale Einbindungen wie Vertrauen, gegenseitige Unterstützung und Hilfestellung sowie die Kommunikation untereinander gestärkt werden. Die Schülerinnen und Schüler sollen dabei gemeinsam konstitutive Regeln (festgeschriebenes Regelwerk), moralische Regeln (informelle Verhaltensregeln, Fairplay)

und strategische Regeln (taktische Absprachen, Deckungsvarianten) festzulegen. Diese zielen auf die Akzeptanz und den produktiven Umgang mit unterschiedlichen Leistungsvoraussetzungen ab, die für Tchoukball unerlässlich sind.

Abgesehen von technisch-sportlichen Voraussetzungen stellen die Regeln beim Tchoukball einen besonderen Reiz dar: Jede Mannschaft sollte vor allen Dingen die Fairplay-Regeln und die strategischen Regeln in Eigenregie miteinander aushandeln, ohne dass die Lehrkraft diese vorgibt. Angefangen von der Kommunikation, das heißt dem gemeinsamen Reden und Aushandeln von sachdienlichen Inhalten bis hin zum gegenseitigen Erkennen beziehungsweise Anerkennen von Stärken und Schwächen einzelner Mitschüler, die im Team sind, fordert und fördert diese Ballsportart die sozialen Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler in besonderer Weise.

Verlauf

Um Tchoukball einzuführen, ist es nicht notwendig, dass andere Ballsportarten bereits gespielt wurden. Im Gegenteil: Tchoukball eignet sich aus sportlicher Sicht sehr gut als Vorbereitung, da es umfangreiche Variationen erlaubt – beispielsweise hinsichtlich des eingesetzten Balles, der Mannschaftsgröße, der Punktgewinnmöglichkeiten usw. Auch für das Reglement gibt es vielfältige Möglichkeiten hinsichtlich der Schrittfolgen – beispielsweise angepasst an Basketball oder Handball –, der Foulregeln usw. Somit kann Tchoukball auch als Vorbereitungsspiel zur Hinführung auf die großen Ballspielsportarten dienen.

Was wird benötigt?

Bälle – egal, welche Größe oder Form die Bälle haben (z. B. Volleyball, Handball, Softball, Rugbyball, Tennisball usw.). Wenn Sie beispielsweise nach der „Teambildenden Maßnahme Tchoukball“ laut Lehrplan Volleyball einführen wollen, dann empfiehlt sich ein Volleyball auch als Tchoukball – das schult die Handhabung des Volleyballes.

Als Reboundfläche kann ein Kastenoberteil (hochkant an eine Wand gelehnt) oder ein Minitrampolin (ebenfalls hochkant mit der Absprungsfläche nach vorn) dienen. Die einfachste Möglichkeit, um eine Reboundfläche zu definieren, ist eine Hallenwand oder aber das Basketball-Brett (ohne Korb). Hier springt der Ball so ab, dass er für Anfänger sehr gut zu schnappen beziehungsweise zu kontrollieren ist (Einfallswinkel = Ausfallswinkel).

Die Größe des Spielfeldes sollte der Anzahl der Spieler angepasst sein – auch hier ist jede Größe möglich und vorstellbar – von einer Dreifachhalle bis hin zu einem Hallendrittel. Im Sommer kann Tchoukball problemlos als „Outdoor“-Sportart auf jedem Schulhof oder Sportplatz gespielt werden.

Bevor man das übergeordnete Ziel „Teamfähigkeit“ in den Mittelpunkt des Unterrichts stellt, sollten die individuellen Fähigkeiten jedes Einzelnen gefördert werden. Tchoukball wird als Spiel erst dann richtig lebendig, wenn Passen, Werfen und Schnappen des Balls gut gelingen.



Foto: Photochouk/D. Sandoz

Der Sprungwurf beim Tchoukball ist dem im Handballspiel vergleichbar.



Arbeitsblatt 1 „Einführung in Tchoukball“

Zu den Basisfertigkeiten eines Spielers gehören:

- die Beherrschung der notwendigen Bewegungsabläufe
- die Fähigkeit den Ball „anzufordern“ („sich anbieten“)
- die Unterstützung des in Ballbesitz befindlichen Mitspielers
- die Fähigkeit, die bestmögliche Entscheidung treffen zu können (beispielsweise Pass oder Abschlusswurf)

Wenn die Schüler die Basisbewegungsabläufe sicher beherrschen, können Wurf- und Fangübungen so angeordnet werden, dass der Wurf niedriger platziert wird und dadurch schwieriger zu fangen ist.



Foto: Photochouk/C. Greber

Bei dieser Übung sollte der Fänger zunächst auf einer Matte stehen, damit er sich auch „traut“.

Teamfähigkeit

Im nächsten Schritt sollten nun die individuell gelernten Fähigkeiten so gebündelt werden, dass sich ein Team daraus entwickeln kann.

Hier einige Übungen, die das Team mehr und mehr in den Mittelpunkt stellen, jedoch auch individuelle Fertigkeiten weiter schulen:

- Übungen zum Passen nach dem „give an go“-Prinzip (Dort, wo ich den Ball hinpasse, laufe ich hin)
- Übungen zum Variieren von Passen (Änderung der Passrichtung)
- Passen in verschiedenen Rhythmen wie stehend, laufend, „fliegend“
- Wurfübungen unter Berücksichtigung der Positionen des Gegners (Änderung der Endflugbahn des Wurfes, scharf, sanft, steil, flach, ...).

Zur weiteren Entwicklung der Teamfähigkeit dient die Mannschaftsorganisation:

1. Auswahl der Spieler für die verschiedenen Spielpositionen (jede Mannschaft soll selbst entscheiden, wo die Stärken der Mitspieler sind und diese so nutzen, dass die Mannschaft davon profitiert),
2. Auswahl von Spielzügen, welche die Schwächen des anderen Teams ausnutzen (hier ist eine gute Beobachtungsgabe gefordert),
3. „Vorhersehen“ von Spielzügen (hier ist Mitdenken gefragt),
4. Kenntnis der Spielregeln,
5. Bereitschaft zu schnellen Entscheidungen,
6. Kenntnisse von Spielvarianten („echte Teamarbeit“),
7. Anpassung des eigenen Verhaltens an die Spielgegebenheiten.

Anhand dieser sieben Punkte lässt sich sehr anschaulich beobachten, wie gut eine Mannschaft aufgestellt ist. Unterstützen sich die Spieler gegenseitig, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen? Jeder Spieler ist in dieser Phase in positiver Weise vom Mitspieler abhängig und ohne ein Miteinander wird das Spiel nicht funktionieren – das heißt, hier kann sich die Lehrkraft voll und ganz auf Tchoukball als Teamwächter verlassen.

Übungsformen

Alle Übungsformen können mit Gruppen unterschiedlicher Größe durchgeführt werden. Die Spieler können dabei als Partner oder als Gegner fungieren. Die untenstehende Tabelle verdeutlicht dieses Prinzip nochmals:

Von der individuellen Taktik mit „zwei Spielern“ wird hier Schritt für Schritt ein Team aufgebaut. Alle Übungen sind so konzipiert, dass jederzeit mehr Schüler diese Übung durchführen können, ohne sie als solche umstellen oder erweitern zu müssen. Am Ende des Tchoukballtrainings steht das Mannschaftsspiel.

Individual-Taktik mit zwei Spielern	Kleingruppen-Taktik mit drei oder vier Spielern	Mannschafts-Taktik Mannschaftsspiel
Zwei Spieler üben Passen, Werfen und Verteidigung.	Mehrere Spieler üben mehrfaches Passen sowie den Aufbau einer Verteidigung.	Mehrere Mitspieler üben Pass-Kombinationen.
Zwei Spieler üben Wurf und Verteidigung.	Mehrere Spieler üben Verteidigung gegeneinander.	Mehrere Spieler üben Verteidigung gegen die andere Mannschaft.



Arbeitsblatt 2
„Lerneinheit
Tchoukball“

Dieses Prinzip wird ebenfalls im Arbeitsblatt 2 „Lerneinheit Tchoukball“ verdeutlicht. Das Arbeitsblatt kann an die Schülerinnen und Schüler verteilt werden, damit diese sehen, auf welchem Level ihre Fertigkeiten sind. Die Tabelle auf dem Arbeitsblatt beginnt mit der „Einführung“ des Ballspiels auf Niveau 1. Am Ende der Übungseinheit steht das Teamspiel mit einer selbsterarbeiteten gemeinsamen Taktik. Wie die einzelnen Schritte zu unterstützen sind, ist oben beschrieben.

Variationsmöglichkeiten für die Unterrichtseinheit:

Auf dem jeweiligen Übungsniveau gibt es folgende Varianten:

- Niveau 1 Spielfeldabmessungen (Größe des Feldes oder der verbotenen Zone)
- Niveau 2 Bewegungsgeschwindigkeit (z. B. verlangsamen, um Bewusstsein zu schärfen)
- Niveau 3 Rolle der einzelnen Spieler (z. B. die Gegner sind passiv, halb aktiv oder aktiv)
- Niveau 4 Intensität und Wiedergewinnungszeiten des Balles
- Niveau 5 Komplexität der Übungen (zusätzlicher Stress durch Integration weiterer Übungsteile)

Ende

Ein weiterer Aspekt zur Stärkung der Teamfähigkeit ist das Einholen von Feedback nach einer Übungseinheit. Es verbessert das Vertrauen der Schülerinnen und Schüler untereinander und begünstigt ein Klima der gegenseitigen Unterstützung. Darüber hinaus fördert es die Bereitschaft, Probleme und Schwierigkeiten anzusprechen und konstruktiv zu lösen.



Arbeitsblatt 3
„Konzentrischer
Kreis“

Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Ballsport: Teamfähigkeit und Sozialkompetenz, Januar 2012

Herausgeber: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Mittelstraße 51, 10117 Berlin

Redaktion: Andreas Baader, Sankt Augustin (verantwortlich); Dagmar Binder, Wiesbaden

Text: Inga Schlesinger, Berlin

Verlag: Universum Verlag GmbH, 65175 Wiesbaden, Telefon: 0611/9030-0, www.universum.de



Internethinweis



Arbeitsblätter



Arbeitsauftrag



Folien/
Schaubilder



Video



Didaktisch-
methodischer
Hinweis



Tafelbild/
Whiteboard



Lehrmaterialien