

# Faustball in der Schule

Ulrich Meiners

## Gliederung:

1. Vorstellung Faustball
2. Beispiel einer Unterrichtseinheit  
(Sekundarstufe I)



## 1. Vorstellung Faustball

Das **Faustballspiel** zählt zu den ältesten Sportarten der Welt. Erste Darstellungen reichen bis 1900 v.Chr. zurück. Ein konkretes Bildzeugnis liefert die Gedenkmünze des römischen Kaisers Gordianus aus dem Jahr 242 n.Chr. Antonio Scaino schrieb 1555 die ersten Regeln für den italienischen Volkssport „giuoco del pallone“. Schließlich verfasste 1894 Dr. H. Schnell in Zusammenarbeit mit G.H. Weber ein Regelwerk für das Faustballspiel, durch das es vom Gesellschaftsspiel zum Wettkampf- und Parteienspiel verändert wurde.

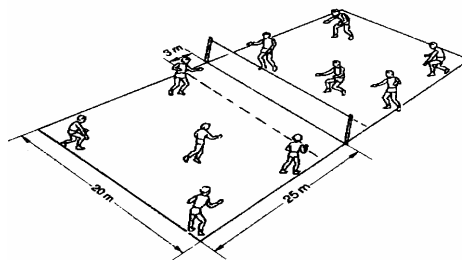
Seine größte Verbreitung fand das Spiel in Deutschland, wo es seit 1893 organisiert gespielt wird. Deutsche Auswanderer exportierten das Spiel nach Südamerika und Südwestafrika. Heute sind im Internationalen Faustball-Verband folgende Mitgliedsverbände organisiert: Argentinien, Brasilien, Chile, Dänemark, Deutschland, Italien, Namibia, Österreich, Schweiz, Tschechien, Uruguay, USA, Japan und Indien.

Welt-, Europa- und Deutsche Meisterschaften dokumentieren heute den Leistungsgedanken. Etwa 40.000 Faustballer in ca. 7.500 Mannschaften sind heute in Deutschland registriert. Im Trend der gesellschaftlichen Entwicklung hat sich das Faustballspiel teilweise auch als Freizeitsportart etablieren können: im Freibad, am Strand, in der Halle oder in Hobby-Spielrunden.

**Die Spielidee** Faustball gehört zu den Spielarten, die als Rückschlagspiel bezeichnet werden.

Zwei Mannschaften mit je fünf Spielerinnen oder Spielern (in der Folge wird der Allgemeinbegriff „Spieler“ gebraucht) stehen sich auf einem Spielfeld, getrennt durch ein in zwei Meter Höhe gespanntes Netz oder Band, gegenüber. Die Grundidee des Spiels ist es, den Ball in der gegnerischen Hälfte so zu platzieren, dass der Gegner diesen nicht oder nur schwer erreichen kann.

Der Ball darf nur mit der geschlossenen Faust oder mit dem Arm berührt werden. Er darf nach jedem Spielerkontakt einmal auf dem Boden aufspringen und muss spätestens mit der dritten Berührung – von drei verschiedenen Akteuren gespielt – wieder über das Netz (Band) gelangen. Weder der Ball noch die Spieler dürfen das Netz (Band) berühren. Bei jedem Fehler der einen Mannschaft wird der anderen Mannschaft ein Gutball angeschrieben. Angabeberechtigt ist die Mannschaft, die den Fehler begangen hat.



**Der Spielablauf** Der Spielgang beginnt mit der Angabe und endet mit dem ersten daraus folgenden Fehler, dem Ende einer Halbzeit oder einer sonstigen Spielunterbrechung. Dabei darf der Ball von jeder Mannschaft pro Spielzug höchstens drei Mal direkt oder indirekt, d.h. zwischen zwei Spielerberührungen darf eine Bodenberührung erfolgen, gespielt werden. Der Ball ist gültig zurückgeschlagen, wenn er über das Netz (Band) hinweg geschlagen wird und darauf im Gegenfeld den Boden oder innerhalb oder außerhalb des Gegenfeldes einen Gegner berührt. Zwei- oder mehrmalige aufeinander folgende Bodenberührungen durch den Ball oder das Berühren des Netzes (band) durch Spieler oder durch den Ball gelten ebenso als Fehler wie ins Spielfeld-Aus geschlagene Bälle.

## Der Spielball

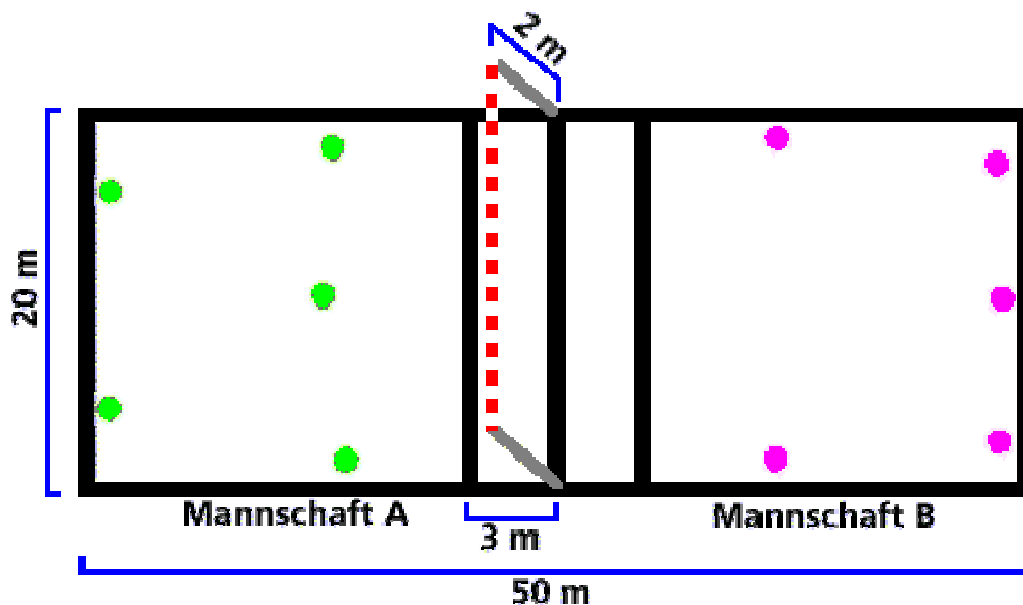
Neben den Faustbällen, zur Einführung sollten immer die Anfänger- bzw. Schüलगewichtsklassen gewählt werden (!), eignen sich aber auch springfähige Softbälle, Plastikbälle, Volleybälle oder ähnliche Bälle. Wichtig ist, in den ersten Stunden durch die möglichst leichten Bälle den noch nicht gewöhnten Arm schonend zu belasten. Der Faustball für den Anfängerbereich hat ein Gewicht von ca. 280 – 320 g (Wettkampfbereich ca. 320 – 380g) und einen Umfang von 62 – 68 cm.

**Die Wertung und Spieldauer** Die Wertung des Spieles erfolgt in Gutbällen. Danach wird jeder Fehler der einen Mannschaft für die gegnerische Mannschaft als Gutball gewertet. Die erzielten Gutbälle werden mit arabischen Ziffern in zeitlicher Reihenfolge im Spielbericht eingetragen:

<b>A</b>	1		2	3					4	5		6	7			usw.
<b>B</b>		1			2	3	4	5			6			7	8	usw.

Es wird nach Gewinnsätzen gespielt, wobei ein Spiel beendet ist, sobald eine Mannschaft zwei Sätze gewonnen hat. Ein Satz ist gewonnen, sobald eine Mannschaft 20 Gutbälle bei einer Differenz von mind. 2 Gutbällen erzielt hat. Jeder Satz endet jedoch, wenn eine Mannschaft 25 Gutbälle erreicht hat (ggf. 25:24).

## Das Spielfeld



Faustball war ursprünglich eine Sportart, die im Freien als Feldfaustball auf einem 20m x 50m großen Spielfeld gespielt wurde. Inzwischen hat sich auch Hallenfaustball als Sportart durchgesetzt, Spielfeldgröße 20m x 40m. Ansonsten ist der Aufbau gleich. Getrennt ist das Spielfeld durch ein 2m hohes bis zu 6 cm breites Netz (Band) an der Mittellinie. Jeweils 3m von der Mittellinie entfernt ist die Angabelinie markiert.

## 2. Beispiel einer konkreten Unterrichtseinheit für den Sekundarbereich I

### 1./ 2. Unterrichtsstunde:

#### **Kennenlernen des Faustballspiels bzw. der Spielidee und Einführung in den Unterarmschlag**

Die Schüler beherrschen die Technik des Unterarmschlages in der Grobform, indem sie diese in verschiedenen Spiel- und Übungsformen durchführen.

Die DVD-Sequenz<sup>1</sup> am Anfang der Stunde zeigt Spielzüge im Faustballspiel, so dass die Spielidee deutlich wird, und erklärt grundsätzliche Regeln und Besonderheiten (Spielfeldgröße, Leinenhöhe etc.). Zudem sehen die Schüler verschiedene Schlagtechniken des Balles in Zeitlupe. Ein weiteres Ziel dieser Doppelstunde ist das Beherrschen des Unterarmschlages in der Grobform.

Der Unterarmschlag entspricht den Bewegungen der Abwehr und des Zuspiels. Mit dem Erlernen dieser Bewegungsausführung soll die Grundvoraussetzung für das Zustandekommen eines Spielablaufes geschaffen werden.

### Spiele / Übungen / Medien 1./2. Unterrichtsstunde:

#### **Namenlaufen**

Die Schüler stehen im Kreis und müssen den Luftballon mit einem Unterarmschlag in der Luft halten. Der Spielende ruft den Namen des Mitschülers auf, der als nächstes den Ballon in der Kreismitte hochspielen soll. Wer den Ballon gespielt hat, läuft um ein ca. 5 Meter entferntes Hütchen. Anschließend führen die Schüler die gleiche Übung mit dem Faustball durch (Der Ball darf hierbei aufspringen.).

#### **Bildreihe Unterarmschlag (hier: verkleinert)**

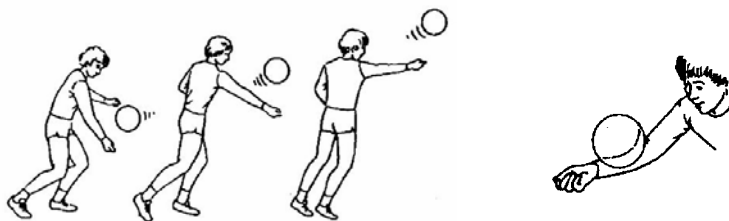


Abb.9: Abwehr, Quelle: DFBL (Hrsg.: 2005 )

#### **Plakat mit Bewegungsmerkmalen (hier: verkleinert)**

##### Beobachtungspunkte

- 1.) gestreckter Arm
- 2.) Unterarminnenseite
- 3.) Bewegung aus dem Körper

#### **Brennball mit Faustballtechnik**

Die Schüler spielen nach den allgemein bekannten Regeln Brennball. Die Faustballvariation verlangt, dass sie den Ball nicht ins Spielfeld werfen, sondern mit dem Unterarm spielen bzw. schlagen.

<sup>1</sup> Vgl.: Padilha, Joao & Süffert, Jorge, 2003, DVD

## Geplanter Unterrichtsverlauf

Phase / Zeit	Unterrichtsschritte / Inhalte	Sozialform / Ziele	Medien
7:50-8:00 Uhr (ca. 10 min)	Umziehen und freies Bewegen	Klassenverband	Faustbälle + Volleybälle
<b>Begrüßung</b> 8:00-8:02 Uhr	Begrüßung der Schüler. Kurze Unterrichtung der Schüler über die kommende Einheit	Sitzkreis	
<b>Konfrontation + Aufwärmung</b> 8:02-8:12 Uhr	Die Klasse wird in drei Siebenergruppen aufgeteilt. Gruppe A schaut sich eine DVD-Sequenz an (Faustball-Basics: ca. 3 min). Gruppe B+C führen <i>Namenlaufen</i> durch. Nach ca. 3 min wechseln die Gruppen.	Gruppenarbeit	Laptop + DVD Luftballons Faustbälle Pylone
8:12-8:15 Uhr	LA beantwortet Fragen zum Faustball und gibt den Ablauf und die Intention (Unterarmschlag) der heutigen Stunde bekannt.	Sitzkreis	
<b>Erarbeitung I</b> 8:15-8:25 Uhr	Jeder Sch. hat einen Ball und führt verschiedene Übungen durch (z.B. Balancieren des Balles auf dem Unterarm, auf der Faust, Hochspielen des Balls, gegen die Wand spielen, etc.).	Klassenverband	21 Bälle
<b>Erarbeitung II</b> 8:25-8:30 Uhr	Jeder Schüler hat einen Ball und muss ihn mit dem Unterarm hochspielen. Kommt der Ball zweimal auf bzw. macht der Schüler einen Fehler, setzt er sich mit seinem Ball hin. Die letzten drei Schüler, die übrig bleiben, sind Sieger.	Klassenverband	21 Bälle
<b>Erarbeitung III</b> 8:30-8:40 Uhr	Technikübung: Spieler A wirft Spieler B den Ball zu und dieser spielt ihn mit der Grundtechnik wieder zurück. Die Partner müssen sich mit Hilfe d. Bewegungsmerkmale (Beobachtungspunkte) korrigieren.	Partnerarbeit	11 Bälle, <i>Bildreihe,</i> <i>Plakat mit</i> <i>Bewegungs-</i> <i>merkmalen</i>
<b>Hauptphase</b> 8:40-8:55 Uhr	Spiel „1 mit 1“: Die Schüler spielen den Ball über die Bank. (Badmintonfeld) Ziel: Den Ball ohne Fehler hin und her spielen.	Partnerarbeit	5 Bänke
<b>Ergebnissicherung</b> 8:55-8:58 Uhr	Reflexion und Ausblick	Sitzkreis	
8:58-9:20 Uhr	<i>Brennball mit Faustballtechnik</i>	2 Teams (Wettkampf- form)	2 Bälle, 4 Pfähle, kl. Kasten
<b>Abschluss</b> 9:20-9:25 Uhr	Die Schüler werden verabschiedet und ziehen sich um. (Abschlussritual)	Stehkreis	

### **3. / 4. Unterrichtsstunde:**

#### **Vertiefung der Technik des Unterarmschlages durch verschiedene Übungs- und Spielformen**

Die Schüler festigen und vertiefen die Technik des Unterarmschlages in verschiedenen Spielformen.

#### **Spiele / Übungen / Medien 3./4. Unterrichtsstunde:**

##### **Haltet die Seite frei**

In der Halle stehen sich zwei Mannschaften gegenüber. Die Spielfeldhälften sind durch eine Mittellinie getrennt. Jeder Schüler hat einen Ball und erhält die Aufgabe, den Ball in die andere Hallenhälfte zu spielen. Ziel jeder Mannschaft ist es, ihre Seite von Bällen freizuhalten. Der Ball darf nur mit der Unterarmtechnik gespielt werden. (Eventuell wird ein Durchgang mit dem linken Arm durchgeführt.) Sieger ist das Team, das es schafft, alle Bällen in die gegnerische Spielfeldhälfte zu befördern, oder nach einer bestimmten Zeit die geringere Ballanzahl in seinem Spielfeld vorzuweisen hat.

##### **Ablöseball (Übungsform)**

Die Klasse wird in vier Gruppen eingeteilt. Ein Schüler jeder Gruppe ist der Werfer und die restlichen Schüler stehen in ca. 4 Meter Entfernung hintereinander. Der erste Spieler in der Reihe spielt den zugeworfenen Ball mit dem Unterarm zurück und stellt sich hinten an. Sind alle Schüler einmal an der Reihe gewesen, wechselt der Werfer (auch als Spiel „auf Schnelligkeit“ möglich).

##### **Spiel „1 mit 1“ (Übungs- und Spiel- bzw. Wettkampfform)**

Die Schüler versuchen den Ball so oft wie möglich hin und her zu spielen. Dabei wird mit ihnen festgelegt, was ein Fehler ist (z.B. Berührung der Leine, mehrmaliges Aufkommen des Balles). Anschließend wird eine Zeit bestimmt (30 sek.) und die Schüler müssen zählen, wie oft es ihnen gelingt, den Ball fehlerfrei hin und her zu spielen.

##### **Spiel „2 mit 2“ (Übungs- und Spiel- bzw. Wettkampfform)**

Gleiche Abfolge wie beim Spiel „1 mit 1“ (hier wird eine Feldbegrenzung festgelegt)

##### **Spiel „2 gegen 2“**

Veränderung der Spielform „2 mit 2“. Hier haben die Teams die Aufgabe, den Ball gemäß der Spielidee so über die Bank bzw. das Band zu schlagen, dass der Gegner diesen nicht abwehren kann.

##### **Regelplakat (für das Spiel „2 gegen 2“)**

1. Der Ball darf nur einmal aufkommen.
2. Feldbegrenzung (Innenlinie Badmintonfeld)
3. Der Ball und die Spieler dürfen die Leine nicht berühren.
4. Die Mannschaft, die den Fehler macht, hat Angabe und das andere Team bekommt einen Punkt. Quelle: In Zusammenarbeit mit den Schülern erstellt.

##### **T-Ball mit Faustballvariation**

Das Spiel läuft nach den bekannten T-Ball-Regeln ab. Der Unterschied besteht darin, dass der Ball nicht gefangen werden darf, sondern stattdessen mit dem Arm abgewehrt werden kann. (Beim T-Ball stehen sich zwei Mannschaften, durch Bänke getrennt, gegenüber. Die Spieler haben die Aufgabe ihre Gegner mit dem Ball abzuwerfen, die sich anschließend auf die Bank setzen. Verlierer ist das Team, bei dem alle Spieler abgeworfen wurden oder bei dem nach einer bestimmten Zeit die wenigsten Mannschaftsmitglieder auf dem Spielfeld stehen.)

Phase / Zeit	Unterrichtsschritte / Inhalte	meth. / did. Kommentar	Sozialform / Ziele	Medien
7:50-8:00 Uhr	Umziehen und freies Bewegen		Klassenverband	Faustbälle Volleyb.
<b>Begrüßung</b> 8:00-8:03 Uhr	Begrüßung der Schüler. Unterrichtung der Schüler über den Ablauf der Stunde.	Wdh. der Bewegungsmerkmale des Unterarmschlags	Sitzkreis	
<b>Erwärmung</b> 8:03-8:13 Uhr	Aufwärmenspiel: <i>Haltet die Seite frei</i>	Vertiefung der Technik des Unterarmschlages durch Wdh. der erlernten Grobform	Mannschaften (Wettkampfform)	21 Bälle
8:13-8:23 Uhr	<i>Ablöseball</i>	Verfeinerung der Technik des Unterarmschlages durch Wdh. der Grobform unter dem Aspekt des genauen Spielens des Balles	Gruppenarbeit	4 Faustbälle
<b>Aufbau</b> 8:23-8:33 Uhr	Die Schüler bauen die Netzanlage auf.	Die Felder entsprechen der Größe eines Badmintonfeldes (Leinenhöhe ca.50 cm).	Klassenverband	5 Pfähle, Reuterbänder, Seile
<b>Erarbeitung I</b> 8:33-8:38 Uhr	<i>Spiel „1 mit 1“</i>	Der LA arbeitet mit Zwischenreflexionen und verarbeitet die Impulse der Schüler, um Regeln festzulegen.	Partnerarbeit / Mannschaften (Wettkampfform),	11 Bälle, Plakat, Edding
<b>Erarbeitung II</b> 8:38-8:43 Uhr	<i>Spiel „2 mit 2“</i>	Die Schüler müssen sich absprechen, wer den Ball annimmt, eventuell vorspielt und anschließend über das Netz schlägt.	Gruppenarbeit Mannschaften (Wettkampfform)	5 Bälle, Plakat, Edding
<b>Hauptphase</b> 8:43-8:53 Uhr	<i>Spiel „2 gegen 2“</i>	Kurzes Kaiserturnier: Die Schüler sind gleichzeitig Spieler und Schiedsrichter.	Mannschaften (Wettkampfform)	5 Bälle, Plakat, Edding
<b>Ergebnissicherung</b> 8:55-8:57 Uhr	Reflexion (Fragen zu Regeln und Technik)	Die Lernziele werden kontrolliert.	Sitzkreis	
<b>Abbau</b> 8:57-9:02 Uhr	Die Schüler bauen die Netzanlage ab.	Die Schüler bauen eigenständig ab und helfen sich gegenseitig	Klassenverband	
9:02-9:20 Uhr	<i>T-Ball mit Faustballvariation</i>	Das Abschlussspiel dient der Motivation.		2Softbälle 3 Bänke
<b>Abschluss</b> 9:20-9:25 Uhr	Die Schüler werden verabschiedet und ziehen sich um.		Stehkreis	

**5. / 6. Unterrichtsstunde:****Einführung der Angabe von oben und spielerische Anwendung der gelernten Techniken im Faustball-Stationsbetrieb**

Die Schüler beherrschen die Angabe von oben, indem sie diese in unterschiedlichen Situationen durchführen .

<b>Station 1:</b>	<b>Spiel „2 gegen 2“</b>
2 Stangen, Reuterband, 1 Faustball, Badmintonfeld	

<b>Station 2:</b>	<b>Faustballsquash</b>
1 Faustball, markiertes Feld an der Wand	

<b>Station 3:</b>	<b>Bälle versenken</b>
1 Handballtor, 3 Faustbälle, 1 kleiner Kasten	

<b>Station 4:</b>	<b>Faustball-Rundlauf</b>
1 Bank, Badmintonfeld, 1 Faustball	

<b>Station 5:</b>	<b>Faustball-Basket</b>
1 Basketballkorb, 4 Faustbälle, 1 kleiner Kasten	

Die Angabe von oben ist ein Angriffsschlag im Faustball und kann in unterschiedlichster Weise ausgeführt werden. Für die Schule bietet es sich an den Schmetterschlag zu thematisieren, da dieser für Anfänger am leichtesten zu erlernen ist (vom Einfachen zum Komplexen).<sup>2</sup>

Die Bildreihe (siehe Anhang), mit der die Angabe von oben eingeführt wird, zeigt einen Angabenschläger in verschiedenen Phasen des Aufschlages.

Der zweite Hauptteil dieser Stunde, der Faustball-Stationsbetrieb, wird durch die Stationskarten (siehe Anlage) beschrieben. Er dient, genau wie das abschließende Völkerballspiel mit Faustballvariation, der spielerischen Anwendung der gelernten Techniken und hat einen hohen Aufforderungscharakter.

Die **Akzente** der Stunde liegen auf der Einführung der Angabe von oben und auf der Verbesserung der speziellen Spielfähigkeit.

<sup>2</sup>Vgl.: Erni & Brigger, 2005, S.53ff.



Das **Aufwärmspiel** „Zombieball“ bereitet auf die nachfolgenden Bewegungsabläufe vor. Einerseits wird das Herz-Kreislauf-System aktiviert und andererseits die entsprechenden Muskelpartien (besonders die Schulter- und Armmuskulatur) aufgewärmt.

Die **Bildreihe** führt in die eigentliche Thematik der heutigen Stunde ein. Mit ihrer Hilfe sollen die Schüler die Bewegungsmerkmale der Angabe von oben erarbeiten und haben gleichzeitig die Zieltransparenz vor Augen. Anschließend wird ein leistungsstarker Schüler die Bewegung präsentieren, bevor die anderen Schüler sie selbst ausprobieren.

In der **ersten Hauptphase** wird der Ball zu einem Partner geschlagen. Dies hat den Vorteil, dass der Ball kontrolliert auf ein Ziel geschlagen werden muss. Der Partner soll den Ball mit dem Unterarm wieder zurückspielen, um gleichzeitig den Unterarmschlag zu festigen.

Leistungsschwache Schüler dürfen den Ball auch auffangen und zurückwerfen.

Eventuelle Schwierigkeiten werden durch Vereinfachung oder Zergliederung beseitigen. Zudem werde ich mit Metaphern (Beispiel: „Versuche die Decke zu berühren“, um den Körper ganz zu strecken.) und Gegensatzerfahrungen arbeiten (Beispiel für Rechtshändler: „Nimm beim Schlagen erst das rechte Bein nach vorne und anschließend probiere es mit dem linken.“).

Die folgende Schlagübung dient zur Motivation und soll sicherstellen, dass die Schüler die Bewegung mit dem ganzen Körper ausführen.

In der **zweiten Hauptphase** werden die gelernten Techniken in aufbereiteten Situationen gefestigt. Wie aus den Stationskarten ersichtlich (siehe Anlage) haben die Stationen einen hohen spielerischen Charakter, so dass die technische Ausführung der Bewegungen in den Hintergrund gerät. Um aber bei den jeweiligen Spielformen (bzw. in der Sportart) erfolgreich zu sein, brauchen die Schüler eine gewisse Grundfertigkeit der geforderten Techniken. Bei gravierenden technischen Mängeln werde ich deshalb Bewegungskorrekturen geben.

### Spiele / Übungen / Medien 5./6. Unterrichtsstunde:

#### **Zombieball mit Faustballvariation**

Dieses Spiel ist auch bekannt als *Merkball* oder *Jeder gegen Jeden*. Die Faustballvariante bedeutet, dass der Ball mit dem Unterarm abgewehrt werden kann, ohne dass man dadurch „abgeworfen“ ist.

#### **Bildreihe „Angabe von oben“ (verkleinert)**



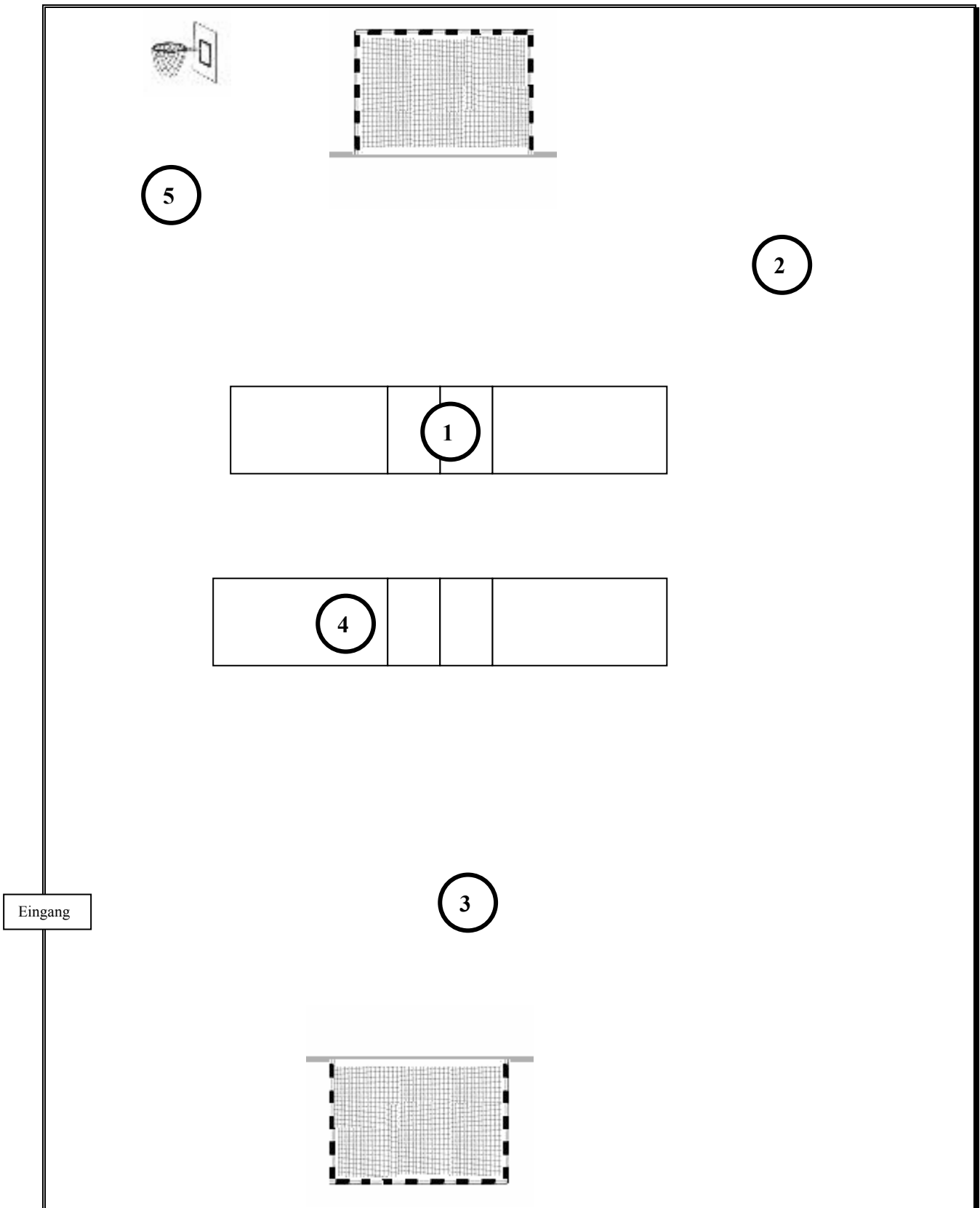
Quelle: Erstellt von Martin Weiß (Spieler des Askö Linz Urfahr)

#### **Faustball-Stationsbetrieb**

a) Hallenplan (hier: verkleinert) (selbst erstellt mit Hilfe von <http://www.dober.de>)

b) Stationskarten 1-5 (hier: verkleinert) (selbst erstellt in Anlehnung an die angegebene Literatur und <http://www.dober.de>)

a) Hallenplan:

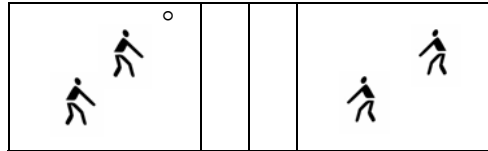


### Station 1

#### Spiel 2 gegen 2

##### Material:

- 2 Stangen
- Reuterband
- 1 Faustball



##### Aufgabe:

Spielt nach den erarbeiteten Regeln 2 gegen 2 auf dem Badmintonfeld.

### Station 2

#### Faustballsquash

##### Material:

- 2 Faustbälle



##### Aufgabe:

Spielt jeweils zu zweit mit einem Ball in das angegebene Feld an der Wand. Der Ball soll nach der Wandberührung einmal aufspringen, bevor er von euch wieder gegen die Wand gespielt wird. Zählt, wie viele Ballberührungen euch ohne Unterbrechung gelingen.

### Station 3

#### Bälle versenken

##### Material:

- 1 Handballtor
- 3 Faustbälle



##### Aufgabe:

Ein Spieler stellt sich in das Handballtor und versucht die geschlagenen Bälle mit dem Arm abzuwehren. Die anderen Mitspieler haben die Aufgabe den Ball mit der Angabe von oben im Tor zu versenken.

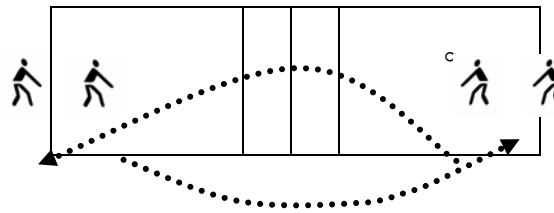
Wechselt den Abwehrspieler nach 2 Durchgängen aus.

### Station 4

#### Faustball-Rundlauf

##### Material:

- 1 Bank
- 1 Faustball



##### Aufgabe:

Stellt die Bank in die Mitte des Badmintonfeldes.

Zu Beginn stehen jeweils 2 Schüler auf einer Seite. Schüler A spielt den Ball über die Bank zu Schüler B, läuft auf die gegenüberliegende Seite und stellt sich hinten an. Schüler B spielt den Ball wiederum zu seinem Gegenüber (Spieler C) und stellt sich ebenfalls auf der anderen Seite an.

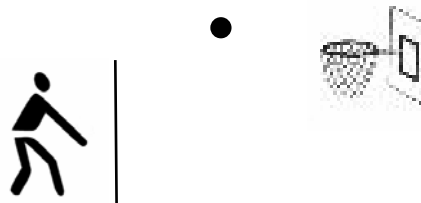
Es gelten die eingeführten Regeln. Wer einen Fehler macht, scheidet aus. Die beiden übrigen Spieler bestreiten das Finale auf 2 Gewinnpunkte. Der Sieger bekommt 2 Punkte, der Verlierer 1.

### Station 5

#### Faustball-Basket

##### Material:

- 1 Basketballkorb
- 4 Faustbälle
- 1 kleiner Kasten



##### Aufgabe:

Stellt euch an die Freiwurflinie und versucht den Ball von unten in den Korb zu spielen. Zählt eure Punkte!

Die Punkteverteilung ist wie folgt:

- ein Bretttreffer: 1 Punkt
- ein Ringtreffer: 2 Punkte
- Korbtreffer: 3 Punkte

### Völkerball mit Faustballvariation

### Geplanter Unterrichtsverlauf

<b>Phase / Zeit</b>	<b>Unterrichtsschritte / Inhalte</b>	<b>Sozialform / Ziele</b>	<b>Medien</b>
7:50-8:00 Uhr	Umziehen und freies Bewegen	Klassenverband	Faustbälle
<b>Begrüßung</b> 8:00-8:03 Uhr	Begrüßung der Schüler.	Sitzkreis	
<b>Aufwärmung</b> 8:03-8:13 Uhr	<i>Zombieball mit Faustballvariation</i>	Klassenverband	2 weiche Bälle
<b>Erarbeitung I</b> 8:13-8:16 Uhr	Thematisierung der Angabe von oben mit Hilfe einer Bildreihe.	Sitzhalbkreis	<i>Bildreihe</i>
<b>Erarbeitung II</b> 8:16-8:20 Uhr	Ein Schüler macht den Bewegungsablauf vor. Die anderen üben anschließend die Angabe, indem sie gegen die Wand spielen.	Einzelarbeit	21 Bälle, Schiebekasten für die Bälle
<b>Hauptphase I</b> 8:20-8:28 Uhr	Die Schüler stehen sich paarweise gegenüber. Ein Schüler wirft den Ball und sein Partner spielt ihn zurück (Wechsel nach 10 gespielten Bällen). Danach der gleiche Ablauf mit der Angabe von oben.	Partnerarbeit	11 Bälle
8:28-8:33 Uhr	Jeder Schüler hat einen Ball. Die Schüler versuchen, den Ball von einer vorgegebenen Linie aus so weit wie möglich zu schlagen.	Klassenverband	21 Bälle
<b>Hauptphase II</b> 8:33-9:05 Uhr	Faustball-Stationsbetrieb	Stationsbetrieb	<i>Hallenplan, Stationskarten</i>
<b>Reflexion</b> 9:05-9:08 Uhr	Die Lernziele werden kontrolliert.	Sitzkreis	
9:08-9:20 Uhr	<i>Völkerball mit Faustballvariation</i>	2 Mannschaften (Wettkampfform)	1 Ball
<b>Abschluss</b> 9:20-9:25 Uhr	Die Schüler werden verabschiedet und ziehen sich um. (Abschlussritual)	Stehkreis	

### 7. / 8. Unterrichtsstunde:

#### **Wiederholung der Angabe und Durchführung des Zielspiels „2 gegen 2“ in Form eines Kaiserturniers**

Die Schüler können die Spielidee des Faustballs umsetzen und die gelernten Techniken im Spiel anwenden, indem sie in der Form eines Kaiserturniers „2 gegen 2“ spielen .

#### **Geplanter Unterrichtsverlauf**

Phase / Zeit	Unterrichtsschritte / Inhalte	meth. / did. Kommentar	Sozialform / Ziele	Medien
7:50-8:00 Uhr	Umziehen und freies Bewegen		Klassenverband	Faustbälle Volleybälle
<b>Begrüßung</b> 8:00-8:03 Uhr	Begrüßung und Unterrichtung der Schüler über den Ablauf der Stunde.		Sitzkreis	
<b>Aufbau</b> 8:03-8:08 Uhr	Aufbau Kleinfeld (Pfähle, Leine)		Klassenverband	5 Pfähle, Reuterbänder, Seile
<b>Erwärmung</b> 8:08-8:18 Uhr	Aufwärmspiel: Zehnerfangen	Es finden mehrere Durchgänge statt, so dass die Gegner wechseln.	4 Teams (Wettkampf-form)	2 Bälle
<b>Erarbeitung</b> 8:18-8:28 Uhr	Die Schüler führen im Kreisverkehr die Angabe von unten und oben durch.	Die Schüler sollen in die gegenüberliegende Spielfeldhälfte spielen und ggf. dort bestimmte Bereiche treffen.	Klassenverband	21 Bälle, Schiebekasten
<b>Hauptphase</b> 8:28-8:58 Uhr	Kaiserturnier: <i>Spiel „2 gegen 2“</i>	Spiel nach aufgestellten Regeln. Zwischenreflexion, um zu fragen, ob die Regeln erweitert werden müssen. Die Spielzeit beträgt 3:30 Minuten. Ggf. spielt ein Team zu dritt.	Mannschaften (Wettkampf-form)	5 Bälle
<b>Abbau</b> 8:58-9:03 Uhr	Abbau Kleinfeld		Klassenverband	
9:03-9:17 Uhr	Abschlusspiel: <i>Basketball-verkehr mit Faustballvariation</i>	Vertiefung des Unterarmschlages	2 Teams (Wettkampf-form)	2 Bälle, 2 Basketballkörbe, 4 Pylone
<b>Reflexion</b> 9:17-9:20 Uhr	LA stellt Fragen zu dem Gelernten .	Die Lernziele werden kontrolliert.	Sitzkreis	
<b>Abschluss</b> 9:20-9:25 Uhr	Die Schüler werden verabschiedet und ziehen sich um.	Abschlussritual	Stehkreis	

### Spiele/Übungen/Material 7./8. Unterrichtsstunde:

**Spiel „2 gegen 2“** Siehe Unterrichtsstunde 3 und 4.

#### **Basketball - verkehrt mit Faustballvariation**

„Normale Regeln des Spiels“. Der Ball muss mit der Angabe von unten in den Korb gespielt werden, anstatt ihn hineinzuworfen.

Bei diesem Spiel werden zwei Teams gewählt, die sich vor einem Basketballkorb aufstellen. Die Aufgabe der Spieler ist es, den Ball in den Korb zu werfen und anschließend eine abgesteckte Runde zu laufen. Schafft die gegnerische Mannschaft während dieser Zeit keinen Treffer, so bekommt die Mannschaft einen Punkt. Zu Ende ist das Spiel, wenn ein Team eine festgelegte Punktzahl erreicht hat oder wenn die vereinbarte Zeit abgelaufen ist.

Die Faustballvariante besteht darin, den Ball mit dem Unterarm (Angabe von unten) in den Korb zu spielen.

## 5. Literatur:

Ellermann, Reinhard: Das Faustball-Lehrbuch, Hofmann Verlag Schorndorf, ISBN 3-7780-7281.

Link, Lothar: Faustball Training-Technik-Taktik, Eigenverlag des Lehrteams des BTB.

Autorenkollektiv des ehem. DFV der DDR: Die Technik des Faustballspiels, Versand Faustball Sport Huntlosen.

Schweizer Faustball Kommission (FAKO-CH): Faustball ABC .

Schiller, Klaus: Faustball – ein altes Turnspiel im neuen Gewand, in: Der Übungsleiter 1-4/96, Limpert Verlag GmbH.

Spiel mit Kopf und Herz. Diplomarbeit. Hanspeter Brigger. Schweiz .

Faustball: Spielend lernen! Die Faustball Spielsammlung. Hanspeter Erni und Hanspeter Brigger. Schweiz .

Padilha, Joao & Süffert, Jorge, 2003, DVD Faustball, zu beziehen über: Deutsche Faustball-Liga, Geschäftsstelle, Auf dem Drohen 11, 26203 Wardenburg

Schulsport Faustball. Animationsvideo mit Lehrreihen. Max Hunger (Privatvertrieb. Anschrift Blanker Schlatt 6, 26197 Sage), Ulrich Meiners.