



**Mag.ª Petra Höllhuemer**

AHS-Lehrerin für Bewegung und Sport, A-Lizenz BSPA Sparte Handball, Ballschule Österreich  
Trainerin



## DAS ABC DES SPIELENS – BALLSCHULE ÖSTERREICH

„...Wichtig in meiner Jugendzeit ist gewesen, dass wir viel FREUDE hatten und es war nicht so wichtig, WIE wir trainiert haben. Es war Spaß mit dem Ball. Nach Schulschluss sind wir sofort auf den Sportplatz gegangen, um zu spielen. In meiner Freizeit habe ich nur mit dem Ball gespielt; manchmal Fußball, manchmal Eishockey oder eben auch Handball...“

(Magnus Wislander, Handballspieler, Interview 1996)



### 1. ALLGEMEINES ZUM ABC FÜR SPIELANFÄNGER:INNEN

Vielseitiges Spielen macht den Meister! Kinder sind von Natur aus keine Spezialisten, sondern Allrounder. Wir können davon ausgehen, dass sich eine frühe Spezialisierung mit einseitigen Belastungsanforderungen im Sinne einer langfristigen kontinuierlichen Leistungsentwicklung nicht lohnt und sich daraus kein nachweislicheres höheres Endniveau in der jeweiligen Sportart ergibt. Leider werden Kinder in unseren Vereinen vorrangig sportartspezifisch ausgebildet und trainiert, bevor sie gelernt haben zu SPIELEN. In diesem Zusammenhang spricht man oft von „Einbahnstraßen-Ausbildung“, die weder kind- noch entwicklungsgerecht ist. Gerade am Anfang müssen den Kindern unbedingt verschiedenste Wege und Richtungen aufgezeigt werden.

In der Sportspielmethodik gilt, wie in vielen anderen Bereichen, dass erst das allgemeine „ABC“ erlernt werden muss, bevor man „gewinnbringend“ versuchen kann, komplexe Wörter (spezifische Techniken) und „grammatische Einsatzregeln“ (spezifische taktische Kompetenzen) herauszubilden (Kröger & Roth, 1999, S. 9).

## 2. GRUNDPRINZIPIEN DER MINI-BALLSCHULE

Die Ballschul-Prinzipien:

- Prinzip der Entwicklungsgemäßheit
- Prinzip der Vielseitigkeit → Ziele (sind entwicklungsgerecht festzulegen)
- Prinzip der Freudbetontheit → Inhalte (sind spielerisch, freudbetont zu gestalten)
- Prinzip des unangeleiteten Lernens → Methode (ist das freie, unangeleitete, aktiv-entdeckende „Spielen lassen“)

Die dazugehörigen Merksätze lauten:

- Kinder sind keine verkleinerten Erwachsenen! (Ziele)
- Spielen macht den Meister! (Inhalte)
- Probieren geht vor Studieren! (Methode)

## 3. ZIELE – BALLSCHULE ABC

Das wichtigste Anliegen der Ballschule lässt sich mit der Formel „mehr Bewegung für mehr Kinder!“ bestens umschreiben.

### - PRINZIP DER VIELSEITIGKEIT & ENTWICKLUNGSGEMÄSSHEIT:

Unter spielerischen Basiskompetenzen verstehen wir die sportspielübergreifenden Komponenten der Spielfähigkeit (oder generelle Spielvoraussetzungen) als notwendige Bedingung für „jedwedes Spielen-Können“ (Medler & Schuster, 2000, S. 13). Angestrebt wird die Vermittlung allgemeiner Kompetenzen bzw. eines breiten Fundaments, das ein schnelles und effektives Lernen in mehr oder weniger allen Sportspielen garantieren soll. Die Auswahl der Lernzielbereiche orientieren sich an den Ausprägungen der individuellen Gewichtungen.

### - ZIELBEREICHE – BALLSCHULE ABC

**A:** Taktische Basiskompetenzen (Inhalt des Arbeitskreises!)

**B:** Koordinative Basiskompetenzen

**C:** Technische Basiskompetenzen

**Zielbereich A:** Taktische Basiskompetenzen/ Spielerische Basiskompetenzen

Die Haupt-Zielgruppe der Ballschule ABC sind Kinder im Grundschulalter. Grundsätzlich lassen sich die Basiskompetenzen für das taktische Denken und Handeln in zwei Gruppen einteilen: Intelligenz und Kreativität.

- Spielintelligenz: bezieht sich auf das Vermögen, in gegebenen Wettkampfsituationen die jeweils optimale, „richtige“ Lösung zu finden.
- Spielerische Kreativität: in diesem Sinn bedeutet Spielerische Kreativität, dass ein Spieler:in einfallsreich agiert und Handlungen wählt, die auf den Gegner überraschend wirken. Wer in Spielsituationen nur wenige, leicht durchschaubare Lösungen parat hat, bleibt letztendlich ungefährlich.

Das Grundschulalter (7 bis 10 Jahre) bietet beste Voraussetzungen (trainingsgünstige Phase) für die Schulung der spielerischen Kreativität. Wahrnehmungsfähigkeiten und die Informationsverarbeitung (als wesentliche Voraussetzung für kreatives taktisches Handeln) verbessern sich v.a. im Alter zwischen 6 und 13 Jahren.

#### 7 Taktische Basiskompetenzen:

- Anbieten & Orientieren
- Ballbesitz sichern (individuell)
- Ballbesitz sichern (kooperativ)
- Überzahl individuell
- Überzahl kooperativ
- Lücke erkennen
- Abschlussmöglichkeit nutzen

## 4. INHALTE – BALLSCHULE ABC (SPIELE UND ÜBUNGEN)

Baustein-Spiele: Mit der Idee der Baustein-Spiele grenzt sich die Ballschule von den weit verbreiteten Spielreihenkonzepten ab. Spielreihen sind in der Regel auf die Einführung eines bestimmten Zielspiels gerichtet, Stichwort methodische Übungsreihe/methodische Spielreihe.

Anders bei den Baustein-Spielen: innerhalb von Unterrichts- bzw. Trainingseinheiten und auch über mehrere Ballstunden hinweg, müssen diese NICHT notwendigerweise aufeinander aufbauen. Spiele sind dazu da, gespielt zu werden mit den Grundsätzen: Spielen lassen, Förderung der Kreativität, dem unangeleiteten Spielen wird gegenüber einem Spielen mit Korrekturen und Instruktionen in der Ballschule KLAR der VORRANG gegeben (Straßenspielhypothese – Roth, 1996).

Für Baustein-Spiele (wie auch für Baustein-Übungen) gilt das Prinzip der „Vielseitigkeit“. Sie sind möglichst so konstruiert, dass sie alternativ sowohl mit der Hand, dem Fuß oder dem Schläger ausgeführt werden können. Die Spiele können sowohl in den Aufwärmteil als auch in den Haupt- oder Endabschnitt einer Unterrichts- bzw. Trainingsstunde eingebaut werden.

## 5. METHODEN -BALLSCHULE ABC

Wie auch in der Mini-Ballschule steht hier die methodische Grundphilosophie „Probieren geht vor Studieren“ im Mittelpunkt. Freies und aktiv-entdeckendes Spielen, bei dem die Kinder nicht ständig instruiert oder gar korrigiert werden und nach Möglichkeit eine Vielzahl an erwartenden Erfolgserlebnissen (Dopaminausschüttungen) erfahren, garantieren Freude, Motivation und hohe Lernerfolge!

## 6. BALLSCHULE ÖSTERREICH APP

Die App ist seit September 2018 im App Store bzw. Play Store kostenlos zum Download erhältlich. Sie umfasst derzeit 186 Videos mit ballsportübergreifenden Übungen bzw. Spielen. Sie ist in 3 Zielgruppen unterteilt – Mini-Ballschule (42 Übungen/Spiele), Ballschule ABC 1./2. Schulstufe und Ballschule ABC 3./4. Schulstufe.

Kooperierende Dach- und Fachverbände innerhalb der Ballschule Österreich sind: ASKÖ, ASVÖ, Sportunion bzw. ÖFB, ÖVV, ÖBV, AFBÖ, ÖHB, ÖFBB.

## 7. PRAXIS DAS ABC DES SPIELENS – BALLSCHULE ABC

Unterteilung/Register sportspielübergreifendes bzw. sportspielgerichtetes Lernen mit den Zielgruppen:

- 6 bis 8 Jahre:
  - z. B. Wechselball, Katzenball, Abfangball, Wanderball, Überzahl nutzen, Kontaktball, Eierlegen Eckenball, Mattenball etc.
- 8 bis 10 Jahre:
  - z. B. Linienball, Reboundball, 5-gegen-2, Turmball, Speedball, Richtungswechsel, 4-Tore-Ball etc.

Praxisteil zum Thema:

- „Ballrepertoire“
- Stundenbilder im Ballschule ABC
- Einsatz von zusätzlichem Kleinmaterial



## 8. WEITERE LITERATUR

Klaus Roth, Christian Kröger, Ballschule. Ein ABC für Spielanfänger., Hoffmann-Verlag, Schorndorf, 5. Auflage 2014.  
Klaus Roth, Daniel Memmert, Renate Schubert, Ballschule Wurfspiele., Hoffmann-Verlag, Schorndorf, 2013.  
Klaus Roth, Christian Kröger, Daniel Memmert, Ballschule Rückschlagspiele., Hoffmann-Verlag, Schorndorf, 2014.  
Katarina Kraus, Mit Spass lernen. Das Montesori Buch für 0-12-Jährige, Stona Verlag, 2021.