



Mag. Petra Höllhuemer

AHS-Lehrerin für Bewegung und Sport, Landeskoordinatorin, Ballschule Österreich Trainerin



## BALLSCHULE HEIDELBERG POWERED BY BALLSCHULE HEIDELBERG

### 1. ALLGEMEINES

#### WARUM BRAUCHEN WIR EINE BALLSCHULE?

Die Kinder dieser Welt wachsen kulturell unterschiedlich auf. Aber überall ist das Spielen mit Bällen sehr beliebt. In Afrika heißt es, dass die Jungen mit einem Ball an den Füßen geboren werden und die erste Liebe der Kinder in Brasilien ist rund. In Europa – und vor allem in Österreich oder Deutschland – spielen Kinder heute anders als ihre Eltern oder Großeltern. Früher wurden Straßen, Höfe und Wiesen für verschiedene Ballspiele genutzt. Jetzt fahren dort Autos oder es gilt „Betreten verboten!“. Gespielt wird deshalb immer häufiger nur noch mit der Maustaste. Statt durch einen Fallrückzieher wird der Ball eben mit einem „Klick“ ins Tor befördert. Die Folgen liegen auf der Hand. Unsere Kinderwelt ist keine Bewegungswelt mehr, nicht wenige Experten sprechen von verödeten Bewegungslandschaften, Sitzfallen oder einer sitzengebliebenen Gesellschaft. Nur noch 21 % unserer Kinder erreichen nach internationalen Richtlinien (WHO) das Mindestmaß an körperlicher Aktivität, das für eine gesunde und harmonische Persönlichkeitsentwicklung notwendig ist.

#### NACHWUCHSPROBLEME IN VIELEN BALLSPORTARTEN

In sehr vielen Ballsportarten lassen sich seit Jahren zum Teil massive Nachwuchsprobleme beobachten. Zwar ist das Eintrittsalter in die Vereine in vielen Fällen früher als noch vor etwa 20 Jahren, aber auch hier beklagen die Vereine das meist schlechte motorische Leistungsvermögen und das geringe koordinative Potenzial der Kinder.



## DIE STRASSENSPIELHYPOTHESE

Sie besagt im Kern, dass es unserem Nachwuchs an der richtigen Schulung mangelt und die elementarsten Ballfertigkeiten nicht mehr beherrscht werden. Während in der Vergangenheit die Technik und die taktische Kreativität durch vielseitiges, freies und unangeleitetes Spielen auf Straßen, auf Schulhöfen oder in Parks entwickelt wurden, gibt es heute dafür nur noch wenige Gelegenheiten. In den Vereinen werden die Kinder vorrangig sportartspezifisch ausgebildet. Sie werden - so könnte man sagen - „trainiert, bevor sie selbst spielen können“ (Schmidt, 1994)<sup>1</sup>.

## DIE 2 KERNAUSSAGEN DER STRASSENSPIELHYPOTHESE (ROTH, 1996)<sup>2</sup>

1. Freies und unangeleitetes Spielen führt zur Verbesserung der technischen und taktischen Leistungsvoraussetzungen.
2. Langjähriges und vielseitiges Spielen ist bewussten, angeleiteten Vermittlungsprozessen sogar überlegen, wenn es um die Entwicklung des technischen und taktischen Kreativitätspotentials geht.



## GEFAHREN EINER ZU FRÜHEN SPEZIALISIERUNG

Grundsätzlich gilt, dass Kinder keine Spezialisten, sondern Allrounder sind. 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.

## DIE BALLSCHULE ALS WICHTIGER BESTANDTEIL DES UNTERRICHTS UND DES TRAININGS

Wichtig erscheint, dass wir versuchen, der Einschränkung der Straßenspielkultur weitreichend entgegen zu wirken. Es müssen alle unsere Bemühungen dahin gehen, eine allgemeine ballsportbezogene Grundausbildung als eine zentrale Aufgabe in der Unterrichts- und Trainingsmethodik zu integrieren und diese unbedingt jeder Spezialausbildung voranzustellen.

<sup>1</sup>Schmidt, W. (1994). Kinder werden trainiert bevor sie selbst spielen können. Fußballtraining, 13-14.

<sup>2</sup>Roth, K. (1996). Spielen macht den Meister: Zur Effektivität inzidenteller taktischer Lernprozesse. Psychologie und Sport, 3, 3-12

## 2. DIE ZIELE DER BALLSCHULE HEIDELBERG

Gründer: Prof. Dr. Klaus Roth

- sportspielübergreifende Ballschule
- Ersatz der früheren „natürlichen Ballschule“
- Erlernen jener Dinge, die früher selbständig und meist unangeleitet erlernt wurden
- Hauptzielgruppe: Kinder im Kindergarten und Grundschulalter
- ganzheitliche Ausbildung von Kindern in ihrer geistigen, emotionalen und motorischen Entwicklung
- vielseitiges Erleben und Wahrnehmen von Sport-Spiel-Situationen
- Vermittlung eines breiten Fundaments an Spiel- und Bewegungserfahrungen (ABC des Spielens)
- soziale Einbindung in „Sport-Spiel-Gruppen“
- späterer Einstieg in die „Großen Ballspiele“ soll erleichtert werden
- Entdeckung und Förderung von Balltalenten

## 3. MINI-BALLSCHULE

### GRUNDPRINZIPIEN DER MINIBALLSCHULE (& BALLSCHULE ABC)

Das Konzept der Mini-Ballschule wurde über viele Jahre in Kindergärten und in Vereinen erprobt. Für die Umsetzung spielen die Lehrpersonen, die Erzieherinnen oder Übungsleiter eine entscheidende Rolle.

Die 3 goldenen **Prinzipien** der motorischen Frühförderung:

- **Ziele**, sind entwicklungsgerecht festzulegen.
- **Inhalte**, sind spielerisch, freudbetont zu gestalten.
- **Methode**, ist das freie, unangeleitete, aktiv-entdeckende „Spielen lassen“.

### ZIELBEREICH - KINDERGARTENALTER

**A:** Motorische Basisfertigkeiten

**B:** erste technisch-taktische Basisfertigkeiten (wichtig für eine große Bandbreite an Spielen)

**C:** Koordinative Basisfähigkeiten

## 7 x 6 x 5 BASISKOMPETENZEN DER MINI-BALLSCHULE

Motorische Basisfertigkeiten (A)	Technisch-Taktische Basisfertigkeiten (B)	Koordinative Basisfähigkeiten (C)
Fangen	Flugbahn des Balles erkennen	Zeitdruck
Stoppen	Laufweg zum Ball bestimmen	Präzisionsdruck
Prellen	Spielpunkt des Balles bestimmen	Komplexitätsdruck
Dribbeln	Anbieten und Orientieren	Organisationsdruck
Werfen	Ballbesitz kooperativ sichern	Variabilitätsdruck
Kicken	Lücke erkennen	
Schlagen		

### 4. BALLSCHULE ABC

#### VERMITTLUNG SPIELERISCHER BASISKOMPETENZEN

1. Leitsatz der Ballschule: „Vom Allgemeinen zum Spezifischen“- Kinder sind Allrounder und keine Spezialisten!
2. Leitsatz der Ballschule: „Prinzip der Entwicklungsgemäßheit“- Kinder sind keine verkleinerte Erwachsene!

#### ZIELBEREICHE - BALLSCHULE ABC

- A:** Taktische Basiskompetenzen
- B:** Koordinative Basiskompetenzen
- C:** Technische Basiskompetenzen

## SPIELE UND ÜBUNGEN

Es geht um **Spiele** und **Übungen**, in denen taktische, koordinative und technische Basiskompetenzen vermittelt werden, die man in allen oder in vielen Spielen braucht. Grundsätzlich bleiben die **großen Sportspiele** (Fußball, Basketball, Handball, etc.) aber in ihrer traditionellen Form zunächst **unberücksichtigt**.

Für Baustein-Spiele gilt:

- **Baustein-Spiele** sind für die Ballschule konstruierte Spielformen, bei denen jeweils ein Baustein oder mehrere Aufgabenstellungen aus dem **ABC** in hoher Dichte zu bewältigen sind.
- Der Fokus liegt auf der Vermittlung **taktischer Basiskompetenzen**.
- Über ein Ballschuljahr hinweg sollen alle Bausteine in **gleicher Gewichtung** Berücksichtigung finden.
- In der Ballschule besitzt die **Förderung der Kreativität** bei den taktischen Basiskompetenzen eine klare Priorität.
- **Dem unangeleiteten Spielen wird gegenüber einem Spielen mit Korrekturen und Instruktionen in der Ballschule klar der Vorrang gegeben** (Roth, 1996).

Für Baustein-Übungen gilt:

- **Baustein-Übungen** sind für die Ballschule konstruierte Übungsformen, bei denen jeweils ein Baustein oder mehrere Aufgabenstellungen aus dem **ABC** in hoher Dichte zu bewältigen sind.
- Fokus: Vermittlung **koordinativer und technischer Basiskompetenzen**

Für Baustein-Spiele und Baustein-Übungen gilt:

„Prinzip der Vielseitigkeit“

Die Baustein-Spiele und die Baustein-Übungen sind möglichst so konstruiert, dass sie alternativ sowohl mit der Hand, dem Fuß oder dem Schläger ausgeführt werden können.

### 3 x 7 BAUSTEINE FÜR SPIELANFÄNGER

Taktik (A)	Koordination (B)	Technik (C)
Anbieten & Orientieren	Ballgefühl	Flugbahn des Balles erkennen
Ballbesitz individuell sichern	Zeitdruck	Mitspielerpositionen-/bewegungen erkennen
Ballbesitz kooperativ sichern	Präzisionsdruck	Gegenspielerpositionen-/bewegungen erkennen
Überzahl individuell herausspielen	Komplexitätsdruck	Laufweg zum Ball bestimmen
Überzahl kooperativ herausspielen	Organisationsdruck	Spielpunkt des Balles bestimmen
Lücke erkennen	Variabilitätsdruck	Ballbesitz kontrollieren
Abschlussmöglichkeit nutzen	Belastungsdruck	Ballabgabe kontrollieren

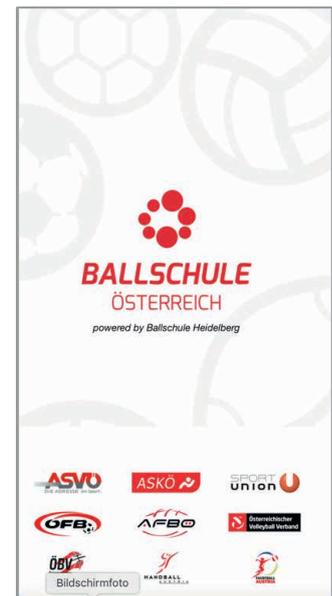
#### 5. BALLSCHULE ÖSTERREICH APP (powered by Ballschule Heidelberg)

Die App ist seit September 2018 im App Store und im Play Store kostenlos erhältlich. Sie umfasst aktuell 186 Videos mit ballsportübergreifender Übungen bzw. Spielen.

- Offizielle Kooperation des ÖFB mit der Ballschule Heidelberg (Prof. Roth)
- Kooperierende Dachverbände: ASKÖ, ASVÖ und UNION
- Kooperierende Fachverbände: ÖFB, ÖVV, ÖBV, AFBÖ, ÖHB und ÖFBB
- Umsetzung der Kooperation in Österreich durch Michael Ebert

#### ZIELGRUPPE/INHALTE

- 3-6 Jahre: Mini-Ballschule (sportspielübergreifendes Lernen)
- 6-8 Jahre: Ballschule ABC- 1./2. Schulstufe (sportübergreifendes Lernen)
- 8-10 Jahre: Ballschule ABC- 3./4. Schulstufe (sportspielgerichtetes Lernen)





## 6. PRAXIS

### TEIL 1: 3-6 JAHRE Mini Ballschule (sportspielübergreifendes Lernen)

- Musikstopp
- Hütchenwald
- Ball erobern
- Schlappenhockey

### TEIL 2: 6-8 JAHRE Mini Ballschule (sportspielübergreifendes Lernen)

- Wechselball
- 4-Tore-Ball
- Katzenball
- Mattenball

### TEIL 3: 8-10 JAHRE Mini Ballschule (sportspielübergreifendes Lernen)

- Ball-Biathlon
- Ball-Parcours
- Ball-Staffeln

#### WEITERE LITERATUR

- Roth, K. & Zimmer, A. (2017). Das Motorik ABC: Bewegungs- und Sprachförderung in der Kita. Cornelsen Verlag GmbH, Berlin.
- Roth, K., Roth, C. & Hegar, U. (2014). Mini-Ballschule. Das ABC des Spielens für Klein- und Vorschulkinder. Hofmann-Verlag, Schorndorf.
- Roth, K., Damm, T., Pieper, M. & Roth, C. (2014). Ballschule in der Primarstufe. Sportstunde Grundschule. Hofmann-Verlag, Schorndorf.
- Roth, K. & Kröger, C. (2011). Ballschule- ein ABC für Spielanfänger. Hofmann-Verlag, Schorndorf.
- Roth, K., Kröger, C. & Memmert, D. (2007). Ballschule Rückschlagspiele. Hofmann-Verlag, Schorndorf.
- Roth, K., Memmert, D. & Schubert, R. (2007). Ballschule Wurfspiele. Hofmann-Verlag, Schorndorf.

Die Lernunterlage wurde von Michael Ebert aus den Büchern Mini-Ballschule und Ballschule ABC bzw. anderen offiziellen Unterlagen der Ballschule Heidelberg für die Teilnehmer des des 5. Kinder gesund bewegen Kongresses zusammengestellt © Ballschule Heidelberg Zentrum Österreich- 2019