

Spielräume

Rückschlagspiele – mit-, für-, neben- und gegeneinander (Teil 1/2) / Von Birgit Bruner

Ein Partner, ein Ball und „Spielraum“ – mehr ist nicht nötig, um miteinander hin und her zu spielen. Das oberste Ziel klassischer Rückschlagspiele, den Mitspieler zu Fehlern zu zwingen, möchte sportissimo zunächst jedoch hinten anstellen, denn Spaß, Spielerfahrungen und -fortschritte sowie gemeinsame „kleine Siege“ sollen Spieler stark machen, bevor es um Spiel, Satz und Sieg geht.

Wie der Begriff Rückschlagspiel bereits ausdrückt, bilden Annahme und Rückschlag, also das „hin und her“ eines Balles oder Spielgerätes zum Partner oder auch Gegner durch Schlagen die spielerischen Grundelemente. „Wie wird gespielt?“ – je nachdem, **mit-, für-, neben- oder gegeneinander!**

Erfolgreich starten

Machen Sie als Übungsleiter ohne große Erklärungen die Probe aufs Exempel:

- 1 Pusten Sie einen oder mehrere Luftballons (LB) auf
- 2 trommeln Sie ihre Teilnehmer (TN) zusammen und
- 3 spielen dabei einen Luftballon vor sich in die Höhe.
- 4 Dann soll sich auf begrenztem Raum die Gruppe in Bewegung setzen und
- 5 Sie spielen den oder die Luftballons ein!

Was passiert? Unabhängig vom sportlichen Können und Alter der TN (älter als 4 Jahre vorausgesetzt), wird sich in den meisten Fällen recht schnell ein Hin- und Herspielen oder „in der Luft halten“ der Ballons entwickeln. Möglicherweise ist festzustellen, dass nicht alle gleichermaßen ins Geschehen integriert sind. Für diesen Fall gibt es allerdings einfache bis komplexere methodische Handstriche um alle einzubeziehen:

- Sie spielen als Übungsleiter (ÜL) mit und lenken die LBs in Richtung der weniger aktiven Mitspieler und
 - demonstrieren, falls erforderlich verschiedene Möglichkeiten wie die LBs voran- bzw. in die Höhe gespielt werden können.
 - Sie spielen mehrere LBs ein, je nach weiterer Unterrichtsplanung so viele, dass jedem Paar oder auch jedem Einzelnen ein LB zur Verfügung steht.
 - Sie stellen als ÜL verschiedene Bewegungsaufgaben mit Gruppen- oder Partnerbezügen.
- Einige Spielideen mit Luftballons in der Grup-

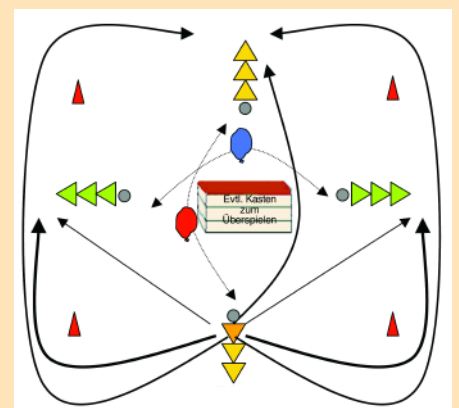


pe, wobei bei den folgenden Beispielen von rund 12 Teilnehmern und 2-3 Luftballons ausgegangen wird:

- Alle LBs sind in der Luft, wobei keiner zweimal den gleichen LB antippen darf.
- Dito, aber das erste Weiterspiel erfolgt mit der Hand, das nächste per Kopf, dann Fuß oder ähnliches.
- Dito, aber das Zuspiel erfolgt in „spielspezifischen“ Techniken wie bspw. oberes und unteres Zuspiel vom Volleyball, Vor- oder Rückhand im Tennis o.ä.m.
- Die LBs durchwandern die Gruppe in besonderer Reihenfolge nach entsprechenden Kriterien wie Alter, Größe, Namensalphabet oder ähnlichem. Dafür ist es sinnvoll, sich zunächst nach dem jeweiligen Merkmal im (Innenstirn-)Kreis aufzustellen und die LBs vom einen Nachbarn anzunehmen und an den anderen „volley“ weiterzuspielen. Klappt dies, kann das ganze dynamischer im Durcheinandergehen oder -laufen gespielt werden.
- Die Gruppe steht im Kreis, ein TN steht mit Luftballon in der Mitte, spielt ihn in die Höhe, flitzt dann auf einen Platz im Aussenkreis und schickt diesen Mitspieler los um den Luftballon in der Luft zu halten. Zunächst darf jeder Mittelspieler den LB zwei-, evtl. sogar dreimal „volley“ berühren, dann kann die Aufgabe wie folgt lauten:
- „tänzelnder Ballon“ oder „La Luba-Ola“, d.h. der LB tanzt mittig in der Luft, wobei zunächst die TN reihum einer nach dem ande-

ren, fließend wie „la Ola“ in die Mitte laufen, um ihn nach oben anzutippen und an ihren Platz zurückkehren. Im nächsten Schritt erfolgt diese Aufgabe in freier Reihenfolge, initiiert durch den jeweiligen Mittelspieler.

- Beim „Rundlauf“ gilt das Prinzip den LB an einen Partner spielen und den Platz zu wechseln. Hier bieten sich verschiedene Aufstellungen und Organisationsformen an:
 - als Pendelstaffel mit zwei gegenüberstehenden Gruppen oder auch
 - Kreuzstaffel mit 4 Gruppen



Schwarze Pfeile als mögliche Laufwegvarianten

Entsprechend der obigen Abbildung können der grünen Gruppe andere Laufwege als der gelben Gruppe vorgegeben werden, allerdings muss

darauf geachtet werden, dass die Besetzung der Stationen gewährleistet bleibt. Einfaches Beispiel: „Grün wechselt im, gelb gegen den Uhrzeigersinn“ oder „gelb wechselt durch die Mitte, grün außen herum“. Grundsätzlich sollte nur eine Gruppe durch die Mitte wechseln, die den Spielfluss der anderen nicht stört.

„Doppel-Variationen“

beinhalten Spielvarianten „zwei gegen zwei“. Überlassen Sie als ÜL die Spielgestaltung einzelnen 4er-Gruppen mit je einem LB, so kristallisiert sich zunächst in der Regel ein „klassisches Doppel“ heraus, bei dem, u.U. über eine abgrenzende Mittellinie, zwischen den beiden Teams hin- und hergespielt wird. Je weniger Vorgaben sie als ÜL ausgeben, desto mehr Feedback werden die Spieler in unterschiedlichster Form zum Ausdruck bringen. Während die einen gelangweilt herumstehen und möglicherweise mit der Situation, selbständig ein attraktives Spiel zu entwickeln, überfordert sind, diskutieren andere, welche Regeln einzuführen sind, um besser mit- oder auch gegeneinander zu spielen.

Im Idealfall fördern die gemeinsamen Spielerfahrungen die Kommunikation darüber, wie sich ein Spiel gestalten bzw. im Lernverlauf anpassen und ändern lässt, damit „alle etwas davon haben“.

Variationen können an unterschiedlichen Spielfaktoren ansetzen, die sich vielfältig im allgemeinen Spielgeschehen auswirken und so einen neuen Spielcharakter prägen:

- **Spielziel** – was wollen wir erreichen?
- **Spielfeld** – welche Bodenbegrenzung soll gelten?
 - wie wird das Spielfeld unterteilt?
- **Spielgerät** – hier Luftballon, was könnte sonst noch verwendet werden?
- **Spieltechnik** – wie darf gespielt werden?
- **Spieltaktik** – mit welcher Spielweise zum Ziel?
- **Spieler** – wer beeinflusst wie das gemeinsame Spielziel? Welche Differenzierungen sind sinnvoll?
- **Spielregeln** – was soll wie und warum reglementiert werden?

Im klassischen Wettkampf ist das **Spielziel**, den Spielball regelkonform so ins gegnerische Feld zu befördern, dass ihn der Gegner nicht mehr regelgerecht zurückspielen kann. Vorbereitende Spielformen oder Freizeitvarianten möchten neben dem „Gegeneinander gewinnen“, vermehrt das „Miteinander spielen“ betonen, bspw. über folgende Zielsetzungen

- Länge der Ballwechsel
- technik- und taktikbetonte Spielreihen (Bsp. „Achterbahn“, „Zonenspiel“ ...) – Spielgeschick
- Kooperation u.ä.m..

Die Gestaltung des **Spielfeldes** bestimmt in hohem Maße den Spielcharakter und das Spielgeschehen und bietet allein schon unzählige Variationen. Die Bodenfläche kann

- groß oder klein, entsprechend schmal oder breit, kurz oder lang sein, was technische und taktische Konsequenzen für das Spiel nach sich zieht.
- mit besonderen „Zonen“ belegt werden, die bspw. nicht betreten oder von den Spielern nicht verlassen werden dürfen.
- durch eine Linie, eine Freizone, Netz oder sonstige Geräte (Trassierbänder, Bänke, Kästen, Matten ...) in zwei Spielfeldhälften geteilt werden.
- mit Kreppbänder, Pylonen, halbierten Tennisbällen ... oder im Freien auch mit Kreide markiert werden.

Als **Spielgeräte** kommen alle möglichen Bälle oder Sportgeräte mit Flugeigenschaften wie LB, Tischtennisbälle, Softbälle in verschiedenen Größen, Wasserbälle, Zeitlupenbälle, Kooshbälle, Indiacas ... in Frage, die entsprechend dem Können, der Zielgruppe und dem Spielziel auszuwählen sind.

Daneben kann bei Rückschlagspielen die „Schlagfläche Hand“, wie bei den einführenden Praxisbeispielen mit den Luftballons aufgezeigt, durch verschiedene Schläger „ersetzt“ werden.

- **„das Spiel lesen lernen“** meint, Aufgaben stellen, die die Antizipation für Spielsituationen fördern, d.h. „Voraussehen, was Ball und Gegner machen werden“ und entsprechenden Vorbereiten der eigenen Spielaktion.
- **„ökonomisch dynamisch“** meint, spielerisch an die grundlegenden Faktoren heranzuführen, die ein gemeinsames Spiel – unabhängig ob mit- oder gegeneinander – möglich machen, bspw. mit Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, Laufrichtung und -dynamik zu einem Ball effektiv abzustimmen.

Die individuellen Kompetenzen der **Spieler** bestimmen, wie ein Spiel in Gang kommt. So kann es Sinn machen, für wettkampforientierte Spielformen nach Möglichkeit leistungshomogene Spieler zu gruppieren, wohingegen schwächere Spieler bei lernbetonten Spielreihen von besseren Mitspielern profitieren können.

Spielregeln stecken den Spielrahmen – „alles was erlaubt ist“ – ab. Regeln, so kennen es die meisten, sind „in der Regel“ vorgegeben. Sie können aber auch aus dem Spielverlauf heraus „geboren“ oder entwickelt werden.



Spieltechnik und -taktik umfasst im Wesentlichen, wie gespielt wird. Damit verbundene Aufgabenstellungen beeinflussen das Spiel, sie können es erweitern oder auch einschränken. Grundsätzlich sollte

- Vielseitigkeit vor Spezialisierung
- Spielen vor Üben gestellt werden.

Folgende Technikbausteine zur Gestaltung von Rückschlagspielsituationen im Überblick

- **„zielgenau“** meint, Aufgaben stellen, bei denen es darauf ankommt, den Ball möglichst genau in eine vorgegebene Richtung zu spielen.
- **„kraftvoll - gefühlvoll“** meint, Aufgaben stellen, wo es auf die Differenzierung der Kraftsätze ankommt.

Von der Werkbank in die Turnhalle – GOBA

Hinter GOBA (abgeleitet von „go back“) verbirgt sich ein einfaches Rückschlagspiel, das sich zu einem interessanten und kreativen Vereins- oder Schulprojekt ausweiten könnte.

So oder ähnlich könnte das **„Vereinsprojekt GOBA“** geplant werden:

G	wie günstig, denn ein Paar GOBA-Schläger kosten im sparsamen Eigenbau nicht mehr als 3 ?
O	wie originell in den Spielweisen oder originell und original in der „künstlerischen“ Gestaltung der Holzhand-Schläger. (s. sportissimo wissen)
B	wie beidhändig, denn bei GOBA bekommt jede Hand einen GOBA-Schläger.
A	Wie abwechslungsreich, attraktiv, aktiv, anstrengend, an jedem Ort ...

Was	Herstellung von GOBA-Schlägern für <ul style="list-style-type: none"> den Sportbetrieb im Verein oder auch Kindergarten/Schule den (Weihnachts-)Bazar in gemeinsamer Serienfertigung oder auch als zusammengestelltes Materialpaket, das zu Hause zusammengebastelt und bemalt werden kann.
Wer	Von der Planung über Finanzierung, Organisation, Materialbesorgung, Herstellung bis zum GOBA-Spiel ist personelles Engagement notwendig: <ul style="list-style-type: none"> Vereinsmitarbeiter und –mitglieder mit handwerklichem Geschick als „Lehrmeister“ für Alle Vereinsmitglieder, die mit GOBA spielen möchten ÜL und Sportlehrer, die das Rückschlagspiel einführen
Wann	„Bastelstunden“ im Verein bieten sich vor allem in den „Übergangs-Jahreszeiten“ an, evtl. April bis Mai, um GOBA draußen und in den Ferien zu spielen oder Oktober bis November, wenn die Schläger ins „Nikolaussäckchen“ oder unter den Weihnachtsbaum kommen sollen.
Wo	Möglicherweise können in Kooperation mit Schulen dortige Werkräume genutzt werden.
Wie	Auf einem Projektplan können Arbeitsschritte festgehalten, terminiert und Aufgaben verteilt werden: <ul style="list-style-type: none"> Wie viele GOBA-Sets sind geplant? Was muss auf die Material(einkaufs)liste? Wo kann kostengünstig oder sogar kostenlos Material beschafft werden? (Schreinereien, Sperrmüll, alte Jalousienbänder von Raumausstattern ...) Wer ermittelt den Werkzeugbedarf? Wie kann Werkzeug bereitgestellt werden? Wer erstellt einen Finanzierungsvorschlag? Wer unterstützt die Vorbereitung der Bastelaktion? Wer hilft bei der Durchführung? Wer führt ins GOBA-Spiel ein? Wer könnte wie das „Vereinsprojekt GOBA“ unterstützen? Wer könnte das „Vereinsprojekt GOBA“ wie dokumentieren? ...
Warum	GOBA ist ein günstiges und langlebiges, robustes Sportgerät, das vielfältig zielgruppenübergreifend eingesetzt werden kann. GOBA kann eigentlich von jedem und überall gespielt werden. GOBA kann als vorbereitendes Grundspiel für andere Rückschlagspiele dienen. GOBA macht Spaß, auch in der Freizeit mit Freunden und Familie. GOBA ist mehr ... - Spiel, Geschenk, Kunstwerk – füreinander, miteinander, gegeneinander!

Das GOBA-Starter-Paket

Die GOBA sind fertig, nun geht's von der Werkbank in die Turnhalle!

„rhythm' n go!“

Die Schläger dienen als Rhythmus-Instrument, indem man

- mit seinen GOBAs ineinander klatscht
 - mit seinen GOBAs auf den Boden klatscht ...
 - mit anderen zusammenklatscht,
- wobei unterschiedliche Rhythmisierungsaufgaben

- an den einzelnen
- an Paare oder
- Gruppen

am Ort oder auch in der Fortbewegung gestellt werden können. Werden Sie kreativ!

GOBA-Aufsteiger

Nun einige Spielformen, die Bekanntschaft mit den GOBAs schließen.

„Kellner-Prüfung“

- Verschiedene Bälle werden in der Bewegung auf dem GOBA-Tablett (zunächst nur eine Hand) balanciert
- bei Begegnung, die Bälle wechseln ohne die freie Hand zu Hilfe zu nehmen
- dito, dabei Hindernisse überwinden
- nun mit zwei GOBA-Schlägern einen Ball/ zwei Bälle balancieren und transportieren
- GOBA beidhändig und alleine einen Ball hin und her spielen
- Dito, aber den Ball abtropfen, also einmal auf den Boden prellen lassen und wieder aufnehmen ...

„Hoch, höher, am höchsten“

- Bewegungsaufgaben wie
- lass den Ball auf deinen GOBAs „prellen“
 - spiele den Ball mit deinen GOBAs in die Höhe und ...
 - spiele ihn bis knapp unter die Hallendecke
 - gegen die Hallendecke ...
 - 5 mal auf „Höhe 1“, dann „Höhe 2“ ...
zur Verbesserung des Ballgefühls und Differenzierung der Kräfteinsätze.

„GOBA-Wand“

Die Wand dient als Spielpartner. Dabei können verschiedene Zusatzaufgaben gestellt werden

- mit einmaligem Auftippen des Balles
- Eingrenzung des Spielfeldes, bspw. lang und schmal „Schmalspur-Training“
- Vom kurzen zum langen Ball und zurück ...
- Links-rechts im Wechsel
- „Bodentreffer“-Spiel, d.h. der von der Wand zurückspringende Ball soll in einem Mal, bspw. Gymnastikreifen auftreffen
- „Wandtreffer“-Spiel, d.h. an der Wand sind Trefferflächen markiert, evtl. mit verschiedener Punktezahl, so dass kleine Wettbewerbe wie „Wer schafft es, 50 Punkte zu erspielen, ohne dass ein Ball zwischen den Ballwechseln zweimal aufprellt?“ ...
- Alle Ideen können auch als Doppel gespielt werden.

GOBA-Stationen

Einige Netz- und Wandspielideen, die sich im Stationsbetrieb aufbauen und organisieren lassen.

„Achterbahn“

Ziel: Koordination Schlag- und Laufrichtung sowie technisch und taktische Vorbereitung zum freien Spiel

Im Einzel oder Doppel (Spieler wechseln dennoch die Position) wird der Ball mit GOBAs auf der einen Feldseite nur longline, auf der anderen nur cross gespielt. (siehe Grafik unten)

„Zonenspiel“ - links-rechts-kurz-lang

Ziel: Koordination Schlagrichtung und –stärke sowie Bewegung und Stellung zum Ball
Das Spielfeld wird in Zonen (bspw. Aufschlagfeld, Hinterfeld ...) gegliedert, die je nach dem mit besonderen Aufgaben gekoppelt werden. Bspw.:

- Aufschläge dürfen nur kurz diagonal gespielt werden
- Die ersten 4 Ballwechsel nur ins Vorderfeld ...
- x-mal diagonal „hohe“ Bälle, dann Seitenwechsel ...
- Jede Zone muss einmal angespielt werden, dann freies Spiel ...

„Doppel-(Doppel)-Ball“

Ziel: komplexere Spielsituation, die schnelle Reaktionen in allen Spielbereichen notwendig macht.

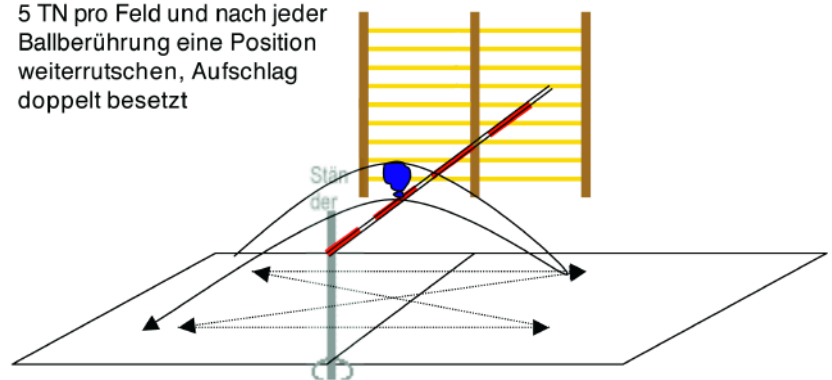
Diese Spielform setzt eine gute allgemeine Spiel- und Orientierungsfähigkeit voraus, denn es wird im Einzel (oder Doppel) mit 2 Bällen gespielt, die im Spiel gehalten werden sollen. Dabei wird von beiden Spielfeldseiten auf Kommando gleichzeitig je ein Ball eingespielt. Hier sollten nur Bälle, die gut abspringen zum Einsatz kommen.

Es kann auch mit einem Luftballon und einem Gummi- oder Tennisball gespielt werden. Beide Spielformen – ganz schön schwierig!

„Achterbahn“ oder Longline – cross im Wechsel

Variation Beispiele:

- ∞ Pro Team 3 TN, wobei nach dem Rundlaufprinzip eingewechselt wird oder
- ∞ 5 TN pro Feld und nach jeder Ballberührung eine Position weiterrutschen, Aufschlag doppelt besetzt



„Schmalspur-Training“

Ziel: Verbesserung der Zuspielrichtung und –weite

Aus einem schmalen Spielfeld wird über Netz oder auch gegen die Wand gespielt. „Bis zu welcher Spieldistanz kann die Zuspielrichtung gehalten werden?“ oder „Wer trifft im Korridor am weitesten?“

„Kreuz und quer“

bezieht sich auf die Unterteilung des Spielfeldes. So können bspw. drei Kleinfelder nebeneinander durch zwei über Kreuz gespannte Zauberschnüre, Trassier- oder Reivo-Bänder unterteilt werden. In festgelegten Zeitintervallen wechseln die Teams die Spielfelder. Zusätzlich können auf den Spielfeldern unterschiedliche Spielmodi gelten.

„Niemandland“

Statt einer Spielfeldtrennung durch Schnur oder Netz, liegt zwischen den beiden Spielfeldern das Niemandland, das nicht zur Spielfläche gehört. Diese Organisationsform erspart ebenso wie „Zielscheibe“ den Aufbau einer Spielfeldteilung durch Bänder oder Netz.

„Zielscheibe“

Mit Kreppband oder im Freien mit Kreide werden zwei Zielscheiben in entsprechendem Abstand, der durch die Spielpartner erprobt wird, auf dem Boden gekennzeichnet. „Wer erzielt beim Miteinander-Spielen mehr Punkte?“

„Risiko!!!“

Eher ein Spielmodus als ein weitere Spielidee, denn hier geht es darum bei eigenem Service spä-

testens mit dem 2. Rückschlag den Punkt zu machen, ansonsten erhält der Gegner den Punkt und entsprechend das anschließende Aufschlagrecht.

„Handicap“

Gehört ähnlich wie „Risiko“ in die methodische Spieltrickkiste. Hier können Einzelspieler oder Teams mit gewissen einschränkenden Handicaps belegt werden, um bspw. eine ausgewogene Spielsituation herzustellen oder individuelle Spielkompetenzen zu aktivieren ...

- das „schwächere“/„ältere (...) Team erhält einen Punktevorsprung
- die „Stärkeren“ dürfen nur einhändig/mit der schwächeren Hand spielen
- die „Stärkeren“ spielen „Piratenball“, d.h. einäugig mit Augenklappe o.ä.m.

SPORTISSIMO-WISSEN ✓ GOBA-Bastelanleitung

Material

- Holzplatten, Holzzuschnittreste o.ä. mit 8 bis 12 mm Stärke und größer als eine maximal gespreizte Hand
- Holzschrauben mit Beilagscheiben in passender Länge
- Gurt-, Jalousien- oder Elastikband in 1,5 bis 2,5 cm Breite
- Farben und Pinsel zum Gestalten



Werkzeug

- Laub- oder Stichsäge
- Holzbohrer in entsprechender Stärke zum Vorbohren
- Schraubendreher
- Holzfeilen bzw. Holzschleifpapier zum Glätten der Ränder

Und so wird's gemacht!



1 Die Hand mit gespreizten Fingern auf die Holzplatte legen und die Schlagfläche im Abstand von 3-4 cm aufzeichnen. Am Handgelenk nach innen zulaufen lassen und den Handgelenkabschluss „ergonomisch“ nach innen wölben.

2 Die Grundform aussägen und

3 Die Ränder glatt feilen

4 Dann die Fixierungspunkte der Bänder anzeichnen und vorbohren

Wird mit unelastischen Gurtbändern gearbeitet, die Punkte etwas seitlich der Handpunkte anzeichnen. Die Bänder sollen straff, aber nicht zu eng sitzen. Verwendet man Elastikbänder, dann etwas enger montieren.

- Fixationsband am Handgelenk
- Fixationsband für Daumen
- Fixationsband für die Finger ungefähr im Bereich der mittleren Fingergelenke mit mittlerer Befestigung zwischen Mittel- und Ringfinger

5 Die Bänder mit Beilagscheibe und Schraube befestigen.

Eigentlich schon fertig!

6 Jetzt kommt die Kür der Gestaltung!



Tipps und Literatur

In der Schriftenreihe Praxisideen - Bewegung, Spiel und Sport des Hofmann Verlages erschien 2007 das Buch der Autoren **Roth, Kröger, Memmert Ballschule Rückschlagspiele** (ISBN 978-3-7780-0071-7, € 16,90)

Für alle Übungsleiter und Trainer, die gerne Ballspiele im Unterricht anbieten, kann neben diesem Titel als Einstieg auch noch das „ABC für Spielanfänger“ empfohlen werden.

Die Bände führen ins pädagogische Konzept der

Ballschulen ein und schließen zahlreiche praxisorientierte Umsetzungsbeispiele für Schule und Verein an. Die **Ballschule Rückschlagspiele** beinhaltet auch noch die Themen Torschuss- und Wurfspiele.

Mit methodischem Geschick und Lehrerfahrung lassen sich aus den vorgestellten Praxisbeispielen abwechslungsreiche Inhalte eigentlich für alle Zielgruppen, auch im Breiten- und Gesundheitssport entwickeln, denn Spiel mobilisiert, aktiviert

und fördert dabei Kondition, Koordination, Kooperation, sofern es zielgruppenadäquat und zielorientiert inszeniert und vermittelt wird.

In der bei Übungsleitern sehr beliebten Buchreihe zu diversen Spiel- und Übungsformen im Sport des Hofmann Verlags gibt es **1016 Spiel- und Übungsformen für Sportarten mit Zukunft** (Walter Bucher, Gregor Wick (Red.)) mit praktischen Spiel- und Bewegungsideen für GOBA und weitere (Rückschlag-)Spiele.