

# Tchoukball: Grundsätze des Spiels

Sobald der Grundgedanke und die Regeln des Tchoukballs verinnerlicht sind, kann die Lehrperson im Training die Aufmerksamkeit auf verschiedene Spielzüge richten. Die verschiedenen Rollen ändern sich, je nach Spielsituation. Ein Überblick zu Angriff, Verteidigung und Übergängen.

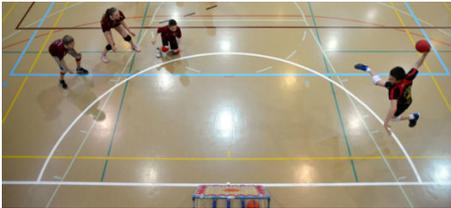


Foto: Stéphane Bruhin

## Angriff

Während des Angriffs besitzt eine Mannschaft den Ball und diktiert so das Spiel. Ihr Ziel ist der Punktgewinn. Dafür benötigt sie nicht nur die technischen Fähigkeiten ihrer Spieler sondern auch eine gemeinsame Taktik (siehe «[Positionen und Bewegung der Spieler](#)») Die Mannschaft baut den Angriff mit Pässen so auf, dass eine oder mehrere Spieler in

einer optimalen Wurfposition sind.

Beim Angriff beinhalten drei grundlegende Techniken: Passen, Werfen, Fangen. Im Unterricht wird deshalb auf folgende Punkte besonders geachtet:

- Verbesserung der Präzision und Effizienz des Passspiels:
  - Passen auf ein fixes Ziel, dann auf ein bewegliches. -> [Video](#)
  - Passen aus dem Stand, dann aus der Bewegung. -> [Video](#)
  - Fangen im Stand, dann aus der Bewegung -> [Video](#)
- Verbesserung der Präzision und Effizienz von Würfen:
  - Werfen auf das Netz aus dem Stand, dann aus der Bewegung, schliesslich mit einem Sprung. -> [Video](#)
  - Wurftefe variieren
  - Frontal auf das Netz zielen (frontaler Wurf), dann die Anlauf- und Wurfwinkel verändern) -> [Video](#)
  - Ziel anvisieren
- So viele Spieler wie möglich in eine günstige Position für einen Wurf bringen

→ [Übungen: «Angriff - Passen»](#)

→ [Übungen: «Angriff: Werfen»](#)

## Verteidigung

Der Ball kann im Tchoukball – ohne Fehler des Gegners – nur in der Verteidigung erobert werden. Die verteidigende Mannschaft versucht, die Zonen abzudecken, die der Werfer anvisiert, um den Ball nach dem Abprallen vom Frame zu fangen. Dafür benötigt sie nicht nur die technischen Fähigkeiten ihrer Spieler sondern auch eine gemeinsame Taktik siehe «[Positionen und Bewegung der Spieler](#)»).

Im Unterricht wird auf folgende Punkte besonders geachtet:

- Verbesserung des Fangens:
  - Die richtige Technik anwenden (Abfangen des Balls) -> Videos [Kniend](#) // [Stehend](#)
  - Die richtige Haltung (-> Videos «[Kniend](#)» et «[Stehend](#)»)
- Die Position des Spielers, um den Ball zu empfangen:
  - sich richtig verschieben (-> Video «[Stehend](#)»)
  - den «Spiegeleffekt» des Wurfes verstehen
  - sich «im Spiegel» zum Werfer positionieren
- Platzierung und Deckung des Ziels im Team
  - Kooperation mit den Mitspielenden

→ Übungen: [«Verteidigung: Individuelle Technik»](#)

→ Übungen: [«Verteidigung: Organisation des Kollektivs»](#)

## Übergänge

Der Übergang erfolgt nachdem ein Verteidiger den Ball gefangen hat. Er führt dazu, dass die Mannschaften die Rollen wechseln. Die Angreiferin wird zur Verteidigerin, die Verteidigerin zur Angreiferin. Da ein Angriff nach drei Pässen abgeschlossen sein muss (Ausnahme im [Kontext Schule](#)), sind alle angreifenden Spielerinnen aktiv. Sie müssen einerseits der ballführenden Spielerin möglichst viele Möglichkeiten offen halten (siehe [«Positionen und Bewegung der Spieler»](#)), andererseits den Gegnerinnen die Analyse des Spiels erschweren. Kinder verstehen das Prinzip der Übergänge schnell, da es ihre Lust auf Angreifen und Tore schießen unterstützt.

Im Unterricht wird auf folgende Punkte besonders geachtet: .

- Günstige Voraussetzungen schaffen für einen Wurf (Taktik)

Die Spieler müssen schnell reagieren und sich auf dem Feld verteilen, da die angreifende Mannschaft den Spielrhythmus diktiert. Die verteidigenden Spieler beobachten den Gegner und versuchen, seine Absichten zu entschlüsseln (siehe [«Positionen und Bewegung der Spieler»](#)) Diesen Übergang empfinden Kinder nicht als natürlich und verdient besondere Aufmerksamkeit im Training. Das Risiko, dass sie nach einem Angriff ihr Spiel abbrechen ist relativ gross.

Im Unterricht wird auf folgende Punkte besonders geachtet:

- Schnelles Reagieren auf Spielsituationen
- Bewegungen und Raumspiel
- Die Position «im Spiegel» zum Ball tragenden Spieler (Taktik)

---

Quelle: Muriel Sommer Vorpe, J+S-Fachleiterin Tchoukball



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**