

Handball: Vor dem Anpfiff

Schülerinnen und Schüler wollen vor allem spielen. Also sollten Fertigkeiten wie Passen, Fangen, Prellen und natürlich Werfen möglichst in einer Spielform thematisiert werden. Zudem ist in jeder Lektion darauf zu achten, dass alle ausgiebig zum Torwurf kommen.

Da Handball leider in erster Linie mit «Härte» in Verbindung gebracht wird, haben Unterrichtende die Tendenz, diesem Aspekt zu viel Aufmerksamkeit zu schenken. Doch das erste Ziel für die Verteidigung sollte nicht «Foul», sondern «Ballgewinn» heissen.

Ohne hier näher auf technische und taktische Aspekte der Abwehrarbeit einzugehen, scheint es uns – gerade für die Schule – wichtig, die wesentlichsten Aspekte hervorzuheben. Es geht darum, die Räume eng zu machen, dem Gegner durch frühe Störarbeit den Schwung zu nehmen, ihn abzudrängen. Also: zu agieren und nicht zu reagieren.



Stellungsspiel und Beinarbeit

Natürlich gibt es immer wieder 1:1-Aktionen, wo der Verteidiger fähig sein muss, den Angreifer mit Ball korrekt von vorne zu stoppen, ihn zu blockieren. Entscheidend ist aber ein gutes Stellungsspiel und eine effiziente Beinarbeit, damit der Ball führende Rückraumspieler auf die Seite abgedrängt werden kann, dorthin, wo ein Torwurf wenig Erfolg versprechend ist (ungünstiger Winkel zum Tor).

«Schlechte» Fouls, solche, bei denen von der Seite oder von hinten gehalten, geklammert oder gestossen wird, sollten auch in der Schule sofort unterbunden und sanktioniert werden.

Vom 4+1 zum 6+1

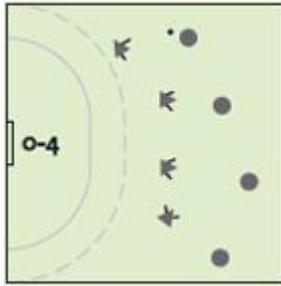
Das Handballspiel mit sechs Spielerinnen und einer Torhüterin ist für die Schule wenig sinnvoll. Die meisten Hallen sind zu klein und der Handballkreis geht nicht bis zur Grundlinie, zwölf Spielerinnen würden sich gegenseitig nur auf den Füßen stehen. Zudem ist ein Spiel vier gegen vier für die einzelne Spielerin viel intensiver, da sie öfter den Ball zugespielt bekommt und auch mehr Raum hat.

Auf der Oberstufe wird aber an Turnieren oft fünf gegen fünf oder sechs gegen sechs gespielt. Deshalb muss die Lehrperson auch diese Aufstellung kennen. Das Spiel bleibt jedoch, ob zu viert oder zu sechst, dasselbe. Beim Spiel zu sechst gibt es zwei Flügelspieler- und zwei Rückraumspieler links und rechts, einen auf der Rückraum-Mitte Position, der als Spielmacher eine zentrale Funktion hat und einen Spieler am Kreis. Alle Spieler dürfen sich überall bewegen, beispielsweise dürfen Rückraum- und Flügelspieler auch an den Kreis (ab)laufen.

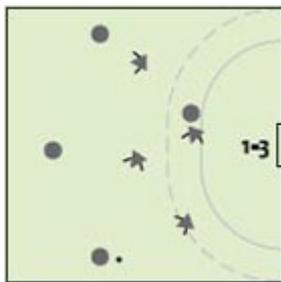
Verteidigen macht Spass!

Hier einige Beispiele für offensive Verteidigungssysteme in Vierergruppen. Das Prinzip lässt

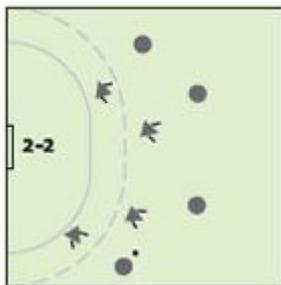
sich auch für Fünfer- oder Sechserteams adaptieren.



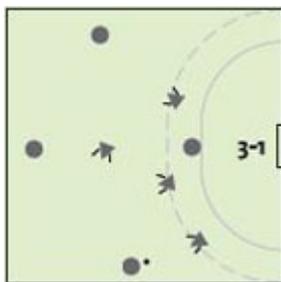
0-4: Alle Spieler stehen auf der Freiwurflinie oder davor und zwingen die Angreifer, einen grossen Abstand einzunehmen. Die Angreifer neben dem Ballbesitzenden werden unter Druck gesetzt, so dass sich diese freilaufen müssen. Die Angreifenden spielen ohne (festen) Kreisläufer.



1-3: dito wie 1. aber jetzt mit Kreisläufer. Der Kreisläufer wird immer vom gleichen Spieler gedeckt.



2-2: Die Flügelspieler werden defensiver gedeckt, die beiden Rückraumspieler offensiver. Spiel ohne (festen) Kreisläufer. Flügelspieler können jedoch an den Kreis ablaufen, müssen dann aber von ihren Verteidigern begleitet werden.



3-1: Drei Verteidiger decken defensiver, ein Verteidiger deckt sehr offensiv den mittleren Rückraumspieler. Mit Kreisläufer.

Quelle: Gautschi, R. (2006). Praxisbeilage «mobile» 22/2006: Handball. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO