

Praxisbeilage 54: Faustball Kids

Dynamik, Schnelligkeit, Action und Teamgedanke. Das sind die wesentlichsten Merkmale des attraktiven Faustballsports, der schon früh mit Kindern eingeübt werden kann. Es gibt kaum eine andere Ballsportart, die mit ähnlich wenig Aufwand besser in der Schule oder im Verein umgesetzt werden kann, als Faustball. Ausprobieren lohnt sich.

Ein Ball, eine Langbank, eine Leine, ein Feld und wenige Regelerklärungen genügen bereits, um ein attraktives Spiel zu starten, in dem die Kinder miteinander gegeneinander spielen können. Selbstverständlich steckt aber auch in dieser Sportart mehr drin.

Mit Übung kann aus dem anfänglichen Spiel, das einem «Ball-über-die-Schnur»-Spiel ähnelt, ein technisch und taktisch hochstehendes Mannschaftsspiel werden. Aus diesem Grund wird der Faustballsport auch oft als «Sport für jedermann» bezeichnet, denn er deckt die breite Palette vom einfachen Schulsport bis zum hochklassigen Wettkampf ab.



Kidsfaustball und seine Vorteile

Da der Ball zwischen zwei Spielenden den Boden berühren darf, wird das Spiel langsamer und kontrollierbarer. In der Mini-Kategorie U10 und U12 darf zudem über vier Ballberührungen von vier verschiedenen Spielenden gespielt werden. Zusätzlich wird nach jedem Fehler innerhalb des Teams rotiert – ähnlich wie im Volleyball. Diese beiden Regeln bewirken, dass alle Spielenden in Bewegung bleiben und sich aktiv am Spielgeschehen beteiligen müssen.

Durch eine vereinfachte Grundtechnik kann Faustball ganzheitlich eingeführt werden, und es ist von Anfang an möglich, gegeneinander zu spielen und somit dem Spieltrieb der Kinder entgegen zu kommen. In Kleinfeldvarianten können viele Schüler/-innen gleichzeitig beschäftigt werden. Ein weiterer wichtiger Punkt ist, dass ohne Körperkontakt zum Gegner gespielt wird. Das Aggressions- und Verletzungsrisiko ist daher sehr klein. Darüberhinaus ist die Sportart für Knaben und Mädchen gleichermaßen geeignet.

In dieser Praxisbeilage nähern wir uns Schritt für Schritt an den eigentlichen Wettkampf. Der erste Teil ist entsprechend der Technik und den Kernbewegungen des Spiels gewidmet. Auf den letzten viel Seiten kommen wir mit unterschiedlichen Spielformen in Wettkampfstimmung.

«Ich will Weltmeister werden»

Der Faustballsport wird – obschon er zum Breitensport gehört – auf internationaler Ebene halbprofessionell ausgeführt. In der Schweiz finden regionale und nationale Meisterschaften für verschiedene Kategorien statt. Im Jugendbereich kann bereits international gespielt werden. So gibt es zum Beispiel die Jugend-Europa- und Weltmeisterschaften.

Da die weltweite Faustballfamilie eine übersichtliche Grösse hat, ist es schnell möglich, internationale Beziehungen zu knüpfen und gegen Teams aus anderen Ländern zu spielen. Die vier Hauptnationen, in welchen Faustball gespielt wird, sind Deutschland, Österreich, Brasilien und die Schweiz.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO