

# Völkerball revisited: Selbstkonzept fördern



Die selbstkonzeptfördernden Spielmöglichkeiten werden im Folgenden im Zusammenhang mit dem Spiel Völkerball beschrieben. Sie können auch in adaptierter Form bei vielen weiteren Spielen angewendet werden.



## Wertediskussion

**Hintergründe des Spiels** (→ Reflexion):

Die Lehrperson oder die Trainerin/der Trainer animiert die Spielerinnen mittels entsprechenden Reflexionsfragen im Plenum/zu zweit, über die Hintergründe des Spiels Völkerball nachzudenken: «Weshalb heisst das Spiel Völkerball? Weshalb hat das Spiel eine Erde und einen Himmel? Finden wir für uns stimmigere Begriffe und Namen?»



## Beschreibung und Zuweisung von Spielpositionen

**Beschreibung von Positionen** (→ Reflexion):

Auch Völkerball besteht aus unterschiedlichen Spielhandlungen, denen wie in Sportspielen Positionen zugeteilt werden können (z.B. Passeuse im Volleyball, Stürmerin im Fussball). Dies gilt insbesondere für Völkerballspielformen mit Rückkehr ins Feld, da dort die Positionen langfristig ausgeübt werden können. Die Spielerinnen werden aufgefordert, im Team zu reflektieren und zu diskutieren, welche Positionen in Abhängigkeit ihrer jeweiligen Funktionen es für Spielende im Völkerball gibt.

### Variationen

- Die «Werferin» ist für weite Würfe des Balles zuständig, z.B. vom Himmel ins Feld.
- Die «Trefferin» ist eine wurf- und treffsichere Spielerin, die primär für das Treffen der generischen Spielerinnen zuständig ist.
- Die «Strategin» behält den Überblick über die Geschehnisse, verteilt den Ball mittels Pässe an die Trefferin sowie an die Werferin und weist auf zu tätigende Spielzüge hin.
- Die «Wendige» konzentriert sich darauf, nicht von generischen Bällen getroffen zu werden, und hält sich im Gegenzug bei Ballkontakt und beim Werfen des Balles zurück.
- **Bei «Völkerball mit Eindringlingen»:** Die «Passeuse» steht als Eindringling im gegnerischen Feld und wird oft angespielt, um generische Spielerinnen abzutupfen. Anschliessend passt sie den Ball den Teammitgliedern im Feld zu.
- **Bei Völkerball mit «Rückkehr ins Feld, Variante Schleichen»:** Die «Bewacherin» bewacht die gegnerischen Spielerinnen im Himmel, so dass diese nicht aus dem Himmel fliehen können, und das mit möglichst wenig Ballkontakt.
- **Bei Königsvölkerball:** Die «Königin» hält sich als geschickte Spielerin möglichst aus dem Ballkontakt heraus und konzentriert sich darauf, nicht getroffen zu werden.
- **Bei Keulenvölkerball:** Zwei Spielerinnen teilen sich die Aufgaben. Eine «Bewacherin» bewacht die eigene und die Keule der Kollegin, während die «Trefferin» versucht, andere Keulen mit dem Ball umzuwerfen.



**Vergleich von Positionen** (→ Reflexion):

Die verschiedenen Positionen des Völkerballs werden zu zweit/im Team/im Plenum mit den Positionen anderer Sportspiele verglichen (z.B. im Fussball). Dazu sind spezifische Vorkenntnisse der verschiedenen Sportarten notwendig.



## Aufgabenzuweisung und gegenseitiges Feedback

(→ Reflexion, Individualisierung, Kompetenzerfahrung):

Die Teams werden aufgefordert, den einzelnen Spielerinnen analog deren Fertigkeiten und Kompetenzen Positionen/Funktionen zuzuordnen und diese im Spiel auszuprobieren. Jede Spielerin nennt nach Spielende für sich und für die Spielerinnen anderer Positionen mindestens einen Aspekt, der gut/erfolgreich ausgeführt wurde.



## Spielstrategie und Evaluation

**Strategiefestlegung** (→ Reflexion, Kompetenzerfahrung):

Die Teams werden vor dem Spiel aufgefordert, in Absprache miteinander eine Spielstrategie bzw. -taktik auszuhandeln und zurechtzulegen. Mögliche Fragen: «Wie werden die Aufgaben verteilt? Wer übernimmt welche Aufgaben, wenn eine Teamkollegin in den Himmel muss? Wie wird innerhalb des Teams der Ball zugepasst?»



**Tactical Time-Outs** (→ Reflexion):

Die Lehrperson oder die Trainerin/der Trainer unterbricht das Spiel, wenn sich (u.a. auf Grundlage der festgelegten Spielstrategie) taktisch lehrreiche Situationen ergeben. Dabei reflektiert die Lehrperson oder die Trainerin/der Trainer die Situation mit den Spielerinnen im Plenum mittels geeigneten Reflexionsfragen.

### Beispiele

- Bei der Völkerball-Grundform oder bei alternativen Völkerballspielformen: Das Spiel stockt immer wieder, weil gewisse Spielerinnen, sobald sie den Ball zugepasst erhalten, nicht wissen, was sie damit tun oder wem sie zuwerfen sollen. Time-Out und Reflexionsfrage: «Warum denkt ihr, dass das Spiel stockt? Weiss jede Person, was analog der Spielstrategie zutun ist? Wie könnt ihr den Ball mehr laufen lassen?»  
**Ideen:** Verbesserung der Positionszuteilungen; Regel einführen bezüglich maximaler Haltezeit des Balles; bei Strategiefestlegung Passwege diskutieren; Softbälle benutzen, um die Angst vor dem Ball zu reduzieren usw.
- Bei «Völkerball mit Eindringlingen»: Die Eindringlinge werden als Anspielstation von den eigenen Teammitgliedern vergessen und stehen im gegnerischen Feld herum, anstatt zum Abtupfen angespielt zu werden. Time-Out und Reflexionsfrage: «Ihr habt auch noch Mitspielerinnen im gegnerischen Feld! Warum gingen diese vergessen? Wie könnt ihr sie ins Spielgeschehen einbinden?»  
**Ideen:** Bei Strategiefestlegung Einbindung bestimmen; «Wer-passt-wem» abmachen; Positionszuteilungen optimieren usw.
- Bei der Völkerballspielform mit Rückkehr ins Feld, Variante «Schleichen»: Ein Team verliert das Spiel, weil zu wenige Spielerinnen rechtzeitig in das Feld zurücklaufen. Time-Out und Reflexionsfrage: «Warum habt ihr das Spiel verloren? Wie könnt ihr im Team absichern, dass das nicht mehr passiert?»  
**Ideen:** Bei Strategiefestlegung rasche Rückkehr ins Feld beschliessen; «Strategin» bestimmen, die den Überblick behält und rechtzeitig Alarm schlägt usw.



**Strategieevaluation** (→ Reflexion, Kompetenzerfahrung):

Nach dem Spiel werden die mehr oder weniger erfolgreichen Aspekte der Spielstrategie diskutiert und für das nächste Spiel angepasst.



## Individuelles Feedback und Bekräftigung

**Kompetenz verdeutlichen** (→ Individualisierung, Kompetenzerfahrung):

Die Lehrperson oder die Trainerin/der Trainer gibt jeder Spielerin eine (ggf. schriftliche) individuelle Rückmeldung zur persönlichen Leistung im Völkerballspiel, idealerweise unter Rückgriff auf die zugrunde liegende Anstrengungsbereitschaft der Spielerin sowie auf frühere Spielleistungen. Dabei werden die Spielerinnen mittels aufgabenbezogenen Lobes bekräftigt: «Super, wie du nun nach deinem Einsatz in den Übungsspielen den Überblick über die Teammitspielerinnen im Feld immer besser hast und den Ball rasch den anderen zupasst!»



## Selbsteinschätzung

**Individuelle Selbsteinschätzung** (→ Individualisierung, Reflexion, Kompetenzerfahrung):

Die Spielerinnen werden nach dem Völkerballspiel aufgefordert, über ihre Leistung/ihr Verhalten/ihre Teilnahme (insbesondere auch zum Fangen und Werfen)

nachzudenken und dazugehörig je einen Aspekt zu nennen, der besonders gut oder verbesserungswürdig ausgeführt wurde (ggf. schriftlich). In der nächsten Spielrunde liegt auf diesen Aspekten der Fokus mit dem Ziel, die Stärke beizubehalten und die Schwäche zu verbessern. Mögliche Aspekte: Ball fangen und werfen, Wendigkeit beim Ausweichen vor dem Ball, Spielüberblick halten, Gegnerinnen im Blick haben bei der Völkerballspielform mit Rückkehr ins Feld.



**Teambezogene Selbsteinschätzung** (→ Reflexion, teambezogene Kompetenzerfahrung):

Die Spielerinnen werden nach dem Völkerballspiel aufgefordert, über ihre Teamleistung, ihr Teamverhalten und die Integration der Teammitglieder ins Völkerballspiel nachzudenken. Es werden je 2 Punkte formuliert (ggf. schriftlich), die gut ausgeführt wurden oder verbesserungsfähig sind. Bei-

spiele: «Waren alle Teammitglieder ins Völkerballspiel integriert? Sind die Spielerinnen mit dem Spiel/dem Teamverhalten/der Teamleistung zufrieden? Wenn nein, weshalb nicht? Was kann am Teamverhalten verändert werden, um dies zu verbessern?» In der nächsten Spielrunde liegt der Fokus auf den diskutierten Punkten und nach dem Völkerballspiel erfolgt teamintern eine kurze mündliche Evaluation.