





„Das Gras wächst nicht schneller,  
wenn man daran zieht“  
(Afrikanisches Sprichwort)



Hamburger  
**Ballschule**

powered by  
Ballschule Heidelberg



„...Erfolge vermitteln“



Hamburger  
**Ballschule**

powered by  
**Ballschule Heidelberg**





„Sprechen lernt man nur durch Sprechen!“



Hamburger  
**Ballschule**

powered by  
**Ballschule Heidelberg**

# Das ABC des Spielens Lernen



**Ballschule**  
Heidelberg



**Die Ausgangssituation  
Generation @ = Generation f@t ?**

# Herausforderungen

- Die Straßenspielkultur stirbt aus
- wenig Bewegung im Alltag
- viele fettleibige Kinder
- geringes Konzentrationsvermögen



# Was ist die Ballschule?

- Kinder lernen das „ABC“ des Spielens
- Keine frühzeitige Spezialisierung , sondern Ausbildung zum Allrounder.
- Vielseitiges Erleben und Wahrnehmen von Sportspielsituationen
- Neueste sportwissenschaftliche und psychologische Erkenntnisse
- Frühzeitiges Entdecken von Talenten

# Ballschule Heidelberg

**PRAXIS**  
*ideen* 1  
Schriftenreihe für  
Bewegung, Spiel und Sport

**Sportspiele**



4. komplett überarbeitete  
und erweiterte Auflage

## Ballschule

Ein ABC für Spielanfänger  
Klaus Roth – Christian Kröger

**hofmann.**


**PRAXIS**  
*ideen* 1  
Schriftenreihe für  
Bewegung, Spiel und Sport

**Ballschule – Ein ABC für Spielanfänger**

Klaus Roth  
Christian Kröger

**PRAXIS**  
*ideen* 7  
Schriftenreihe für  
Bewegung, Spiel und Sport

**Sportspiele**



## Ballschule

Rückschlagspiele


Klaus Roth, Christian Kröger, Daniel Memmert

Verlag Karl Hofmann

**PRAXIS**  
*ideen* 7  
Schriftenreihe für  
Bewegung, Spiel und Sport

**PRAXIS**  
*ideen* 21  
Schriftenreihe für  
Bewegung, Spiel und Sport

**Sportspiele**



## Ballschule

Wurfspiele

Klaus Roth / Daniel Memmert / Renate Schubert

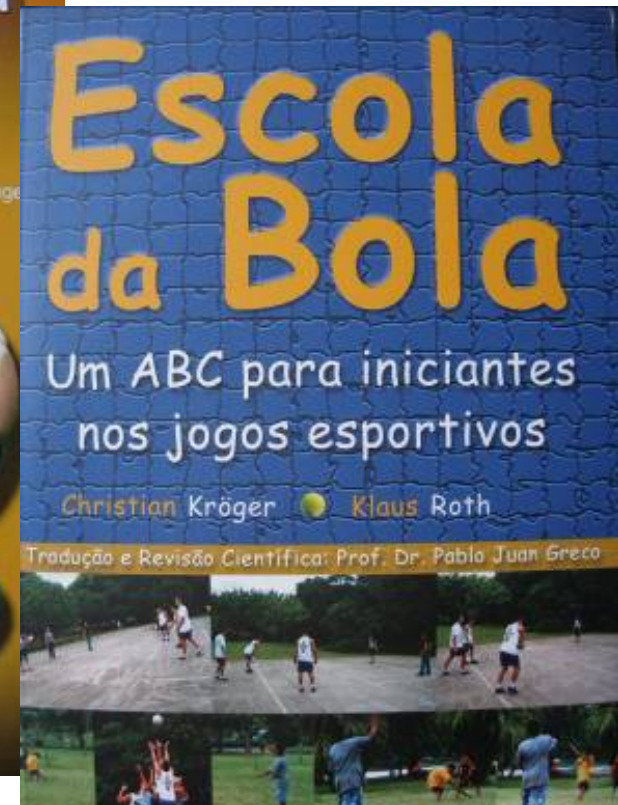
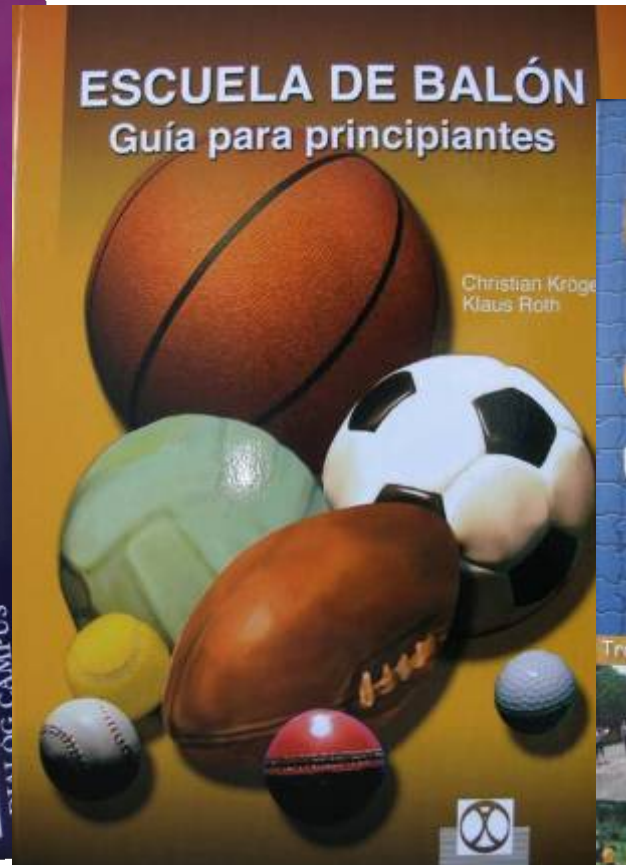
**hofmann.**

**PRAXIS**  
*ideen* 21  
Schriftenreihe für  
Bewegung, Spiel und Sport

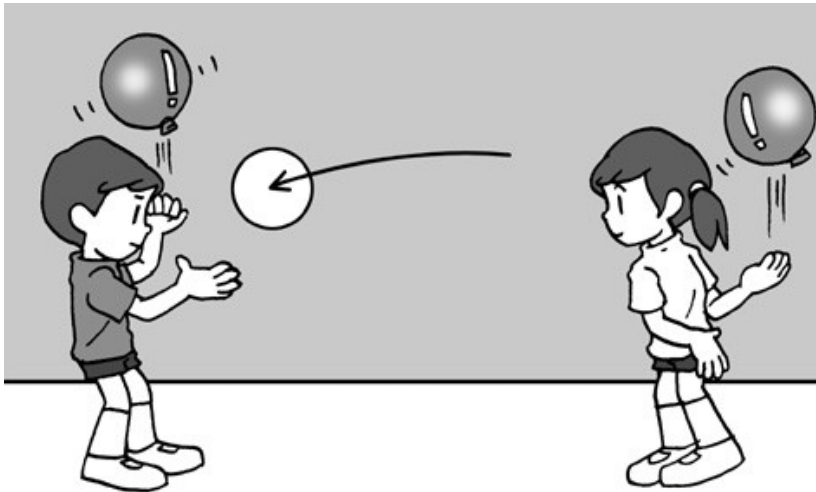
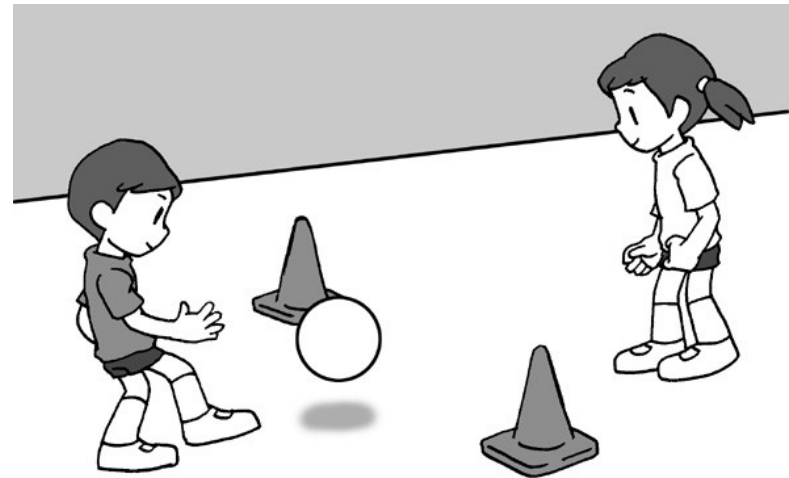
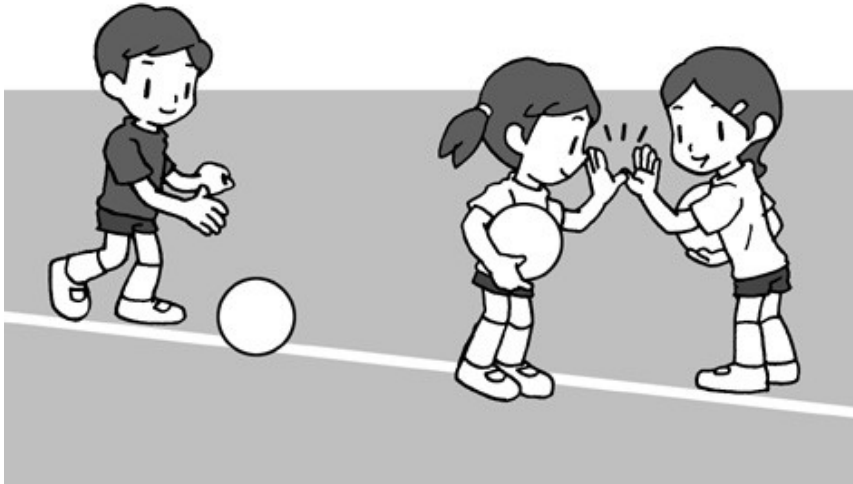
**Ballschule Wurfspiele**

Klaus Roth, Daniel Memmert  
Renate Schubert

# Ballschule International



# Ballschule Japan



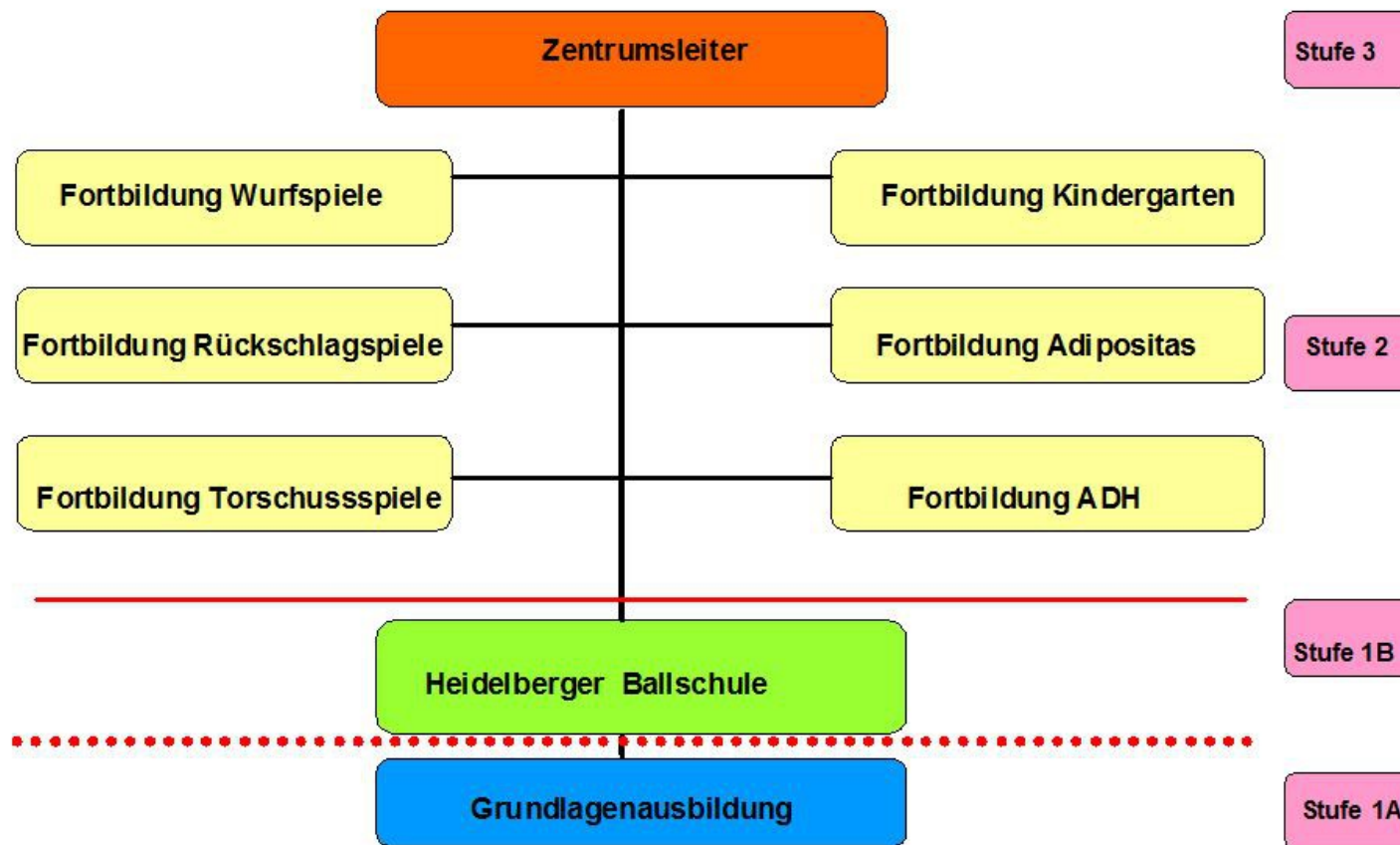
# Ballschule Brasilien



# Ballschule Nigeria



# Ausbildungsschema Ballschule

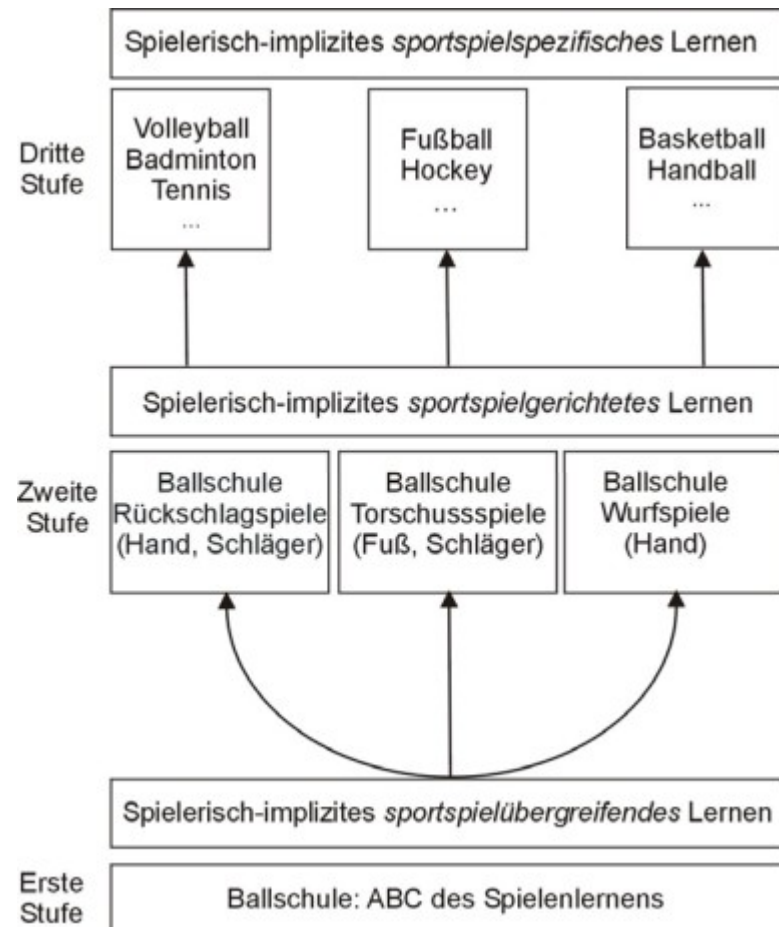


# Grundphilosophie

Sportspielübergreifende  
vor  
sportspielspezifischer Vermittlung

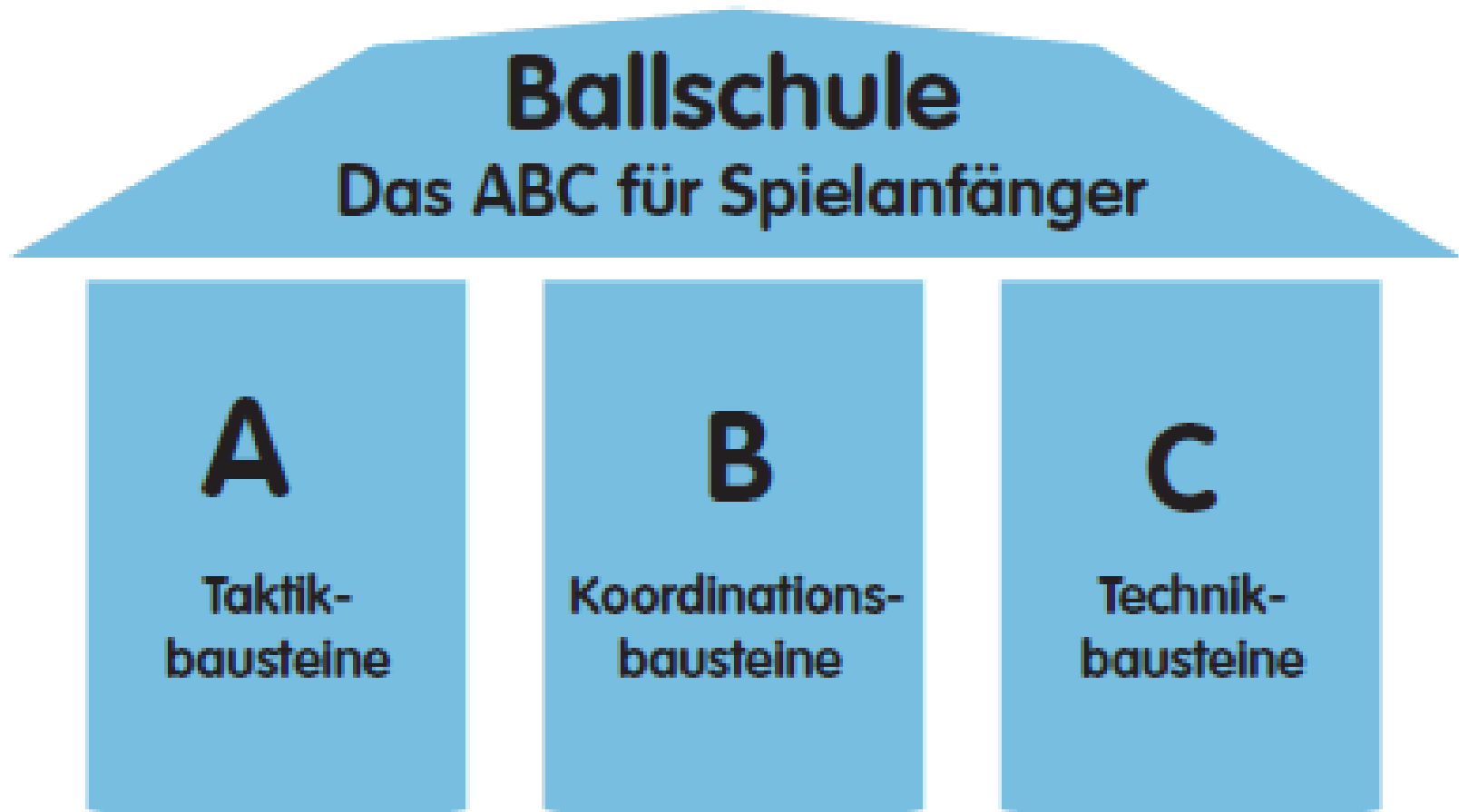
Spielerische  
vor  
übungsorientierter Vermittlung

Implizite  
vor  
expliziter Vermittlung






# Inhalte

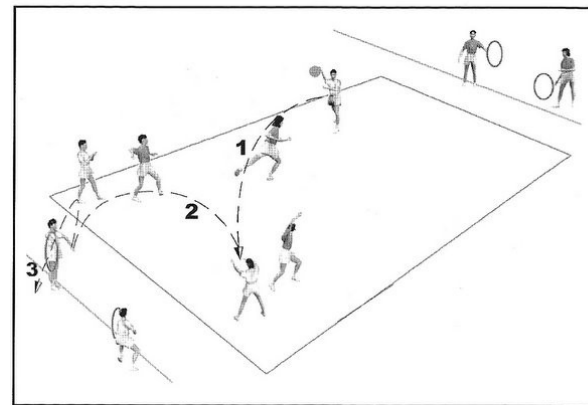


# (A) Taktikbausteine - Spiele

z.B.:

- Lücken erkennen
- Überzahl herauspielen

Ins Ziel treffen	Vorteil heraus-spielen	Anbieten und Orientieren	Lücke erkennen
			II



8

Reifenball

Jedem Team wird eine Grundlinie zugeordnet. Im Abstand von ca. drei Metern hinter der Grundlinie befinden sich Spieler des jeweils anderen Teams, die einen Gymnastikreifen halten. Innerhalb eines Teams soll der Ball in Richtung gegnerischer Grundlinie vorgespült werden. Aus einer günstigen Spielposition heraus versucht der Ballbesitzer, einem Mitspieler den Ball so anzuwerfen, daß dieser ihn mit der Hand oder mit dem Schläger durch den Reifen schlagen kann.

- Schrittregel vereinbaren
- Die Reifenhalter dürfen sich bewegen
- Abwehr hinter der Grundlinie wird mit Ballbesitz für das andere Team geahndet
- Reifenhalter stehen auf einer Langbank sowie Frisbeescheibe statt Ball (*Hand – Komplexität: III*)
- Mit einem Fuß den Ball in einen von Mitspielern gehaltenen Eimer schießen (*Fuß – Komplexität: III*)

HINWEISE

VARIATIONEN




Hamburger  
**Ballschule**

powered by  
Ballschule Heidelberg

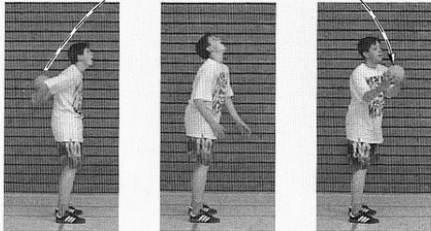
# (B) Fähigkeiten

z.B.:

- Präzisionsdruck = höchstmögliche Genauigkeit
- Belastungsdruck = unter konditionellen Belastungsbedingungen

Präzisionsdruck			
			II

13



1

2

1 Einen Ball mit beiden Händen hinter dem Rücken halten und über den Kopf nach vorne werfen

2 Ball vor dem Körper fangen

HINWEISE

- Aktiver Handgelenkeinsatz beim Abwurf
- Nicht zu schwere Bälle benutzen

VARIATIONEN

zu 1

- Umgekehrte Reihenfolge: von vorne nach hinten werfen (*Hand – Komplexität: II*)
- Einhändig über eine Schulter werfen (*Hand – Komplexität: III*)

zu 2

- Bälle mit überkreuzten Händen fangen (*Hand – Komplexität: III*)
- Vor dem Fangen Aufgaben lösen: in die Hände vor, hinter dem Körper klatschen, Hände berühren den Boden usw. (*Hand – Komplexität: III*)

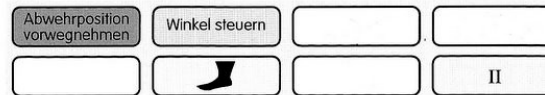
# (C) Fertigkeiten

z.B.:

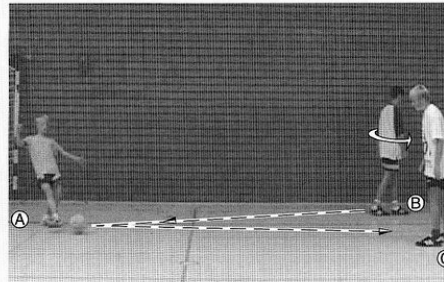
- Winkel steuern
- Laufwege beobachten



188 Fertigkeitenorientierte Ballschule



39

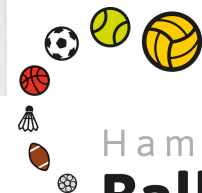


A, B und C stellen sich in einem Dreieck auf. B paßt mit dem Fuß den Ball auf A. Unmittelbar bevor A diesen Paß erhält, dreht sich entweder B oder C – auf Verabredung – um. A muß den Ball direkt auf denjenigen spielen, der ihm nicht den Rücken zuwendet. Nach einer bestimmten Anzahl von Versuchen erfolgt untereinander der Rollentausch.

- Langsame, „weiche“ Pässe bevorzugen
- Erst wenn die Absprache zwischen B und C getroffen ist, erfolgt der Paß auf A
- Anstelle der Drehung wird der Arm hochgehoben oder ein Zuruf erfolgt (*Fuß – Komplexität: II*)
- Zuspiel variieren: Innenseite, Außenseite, Spann, links-rechts (*Fuß – Komplexität: II*)
- B und C verändern ihre Ausgangsposition (*Fuß – Komplexität: II*)

HINWEISE

VARIATIONEN



Hamburger  
**Ballschule**

powered by  
Ballschule Heidelberg

# Inhalte

## ABC = 3 x 7 Bausteine

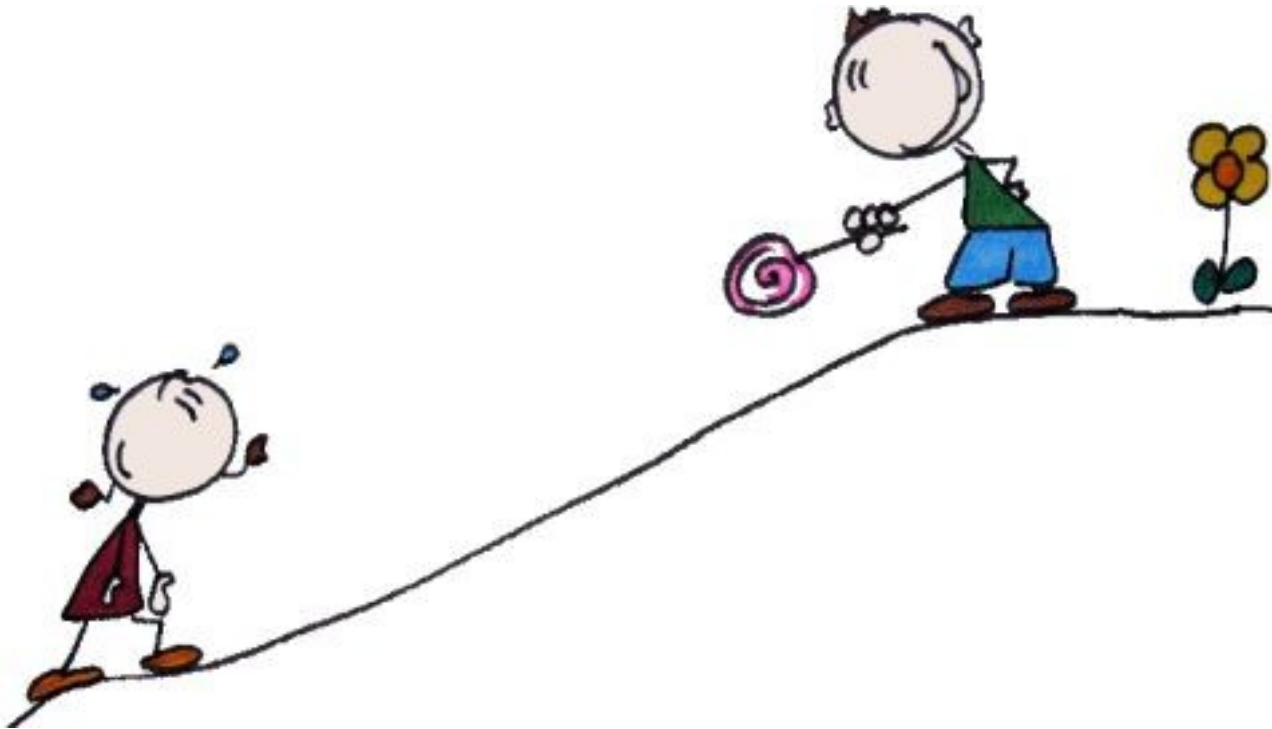
Taktik	Koordination	Technik
Anbieten	Ballgefühl	Flugbahn erk.
Ball sichern (ind.)	Zeitdruck	Mitspieler erk.
Ball sichern (koop.)	Präzisionsdruck	Gegensp. erk.
Überzahl (ind.)	Komplexitätsdr.	Laufweg best.
Überzahl (koop.)	Organisationsdr.	Spielpunkt best.
Lücke erkennen	Variabilitätsdruck	Ballbesitz kontr.
Abschluss nutzen	Belastungsdruck	Ballabgabe kontr.

# Sport treibende Kinder trainieren...

- ✓ ihre Durchsetzungsfähigkeit
  - ✓ das Miteinander
  - ✓ ihre Selbstmotivationskompetenz
  - ✓ ihre Fähigkeit, andere mitzureißen
  - ✓ ihre Fähigkeit zur Emotionsregulation
  - ✓ ihre Teamfähigkeit
- ...und vieles mehr

# Lernen

Woran scheitert Lernen?



# Umgang mit den Kleinen

## Handlungsschritte aus der Lernpsychologie

1. Freiwilligkeit
2. Zeit geben
3. Konsequenzen vereinbaren
4. Persönlich wertschätzen
5. Übungen checken



# Handlungsschritte und Ziele

6. Feedback begründen
7. Erfolgserlebnisse vermitteln
8. Begriffe hinterfragen
9. Zufallsgruppen bilden
10. Minimale Hilfestellung

# Motorik-ABC

## Ziele:

### Allgemein:

Ganzheitliche und „liebevolle“ Entwicklungsförderung

### Konkret:

- Motorische Basiskompetenzen (A, B, C)
- Sprachliche, kognitive und sozial-emotionale Basiskompetenzen (D, E, F)

# Motorik-ABC „Miniballschule“

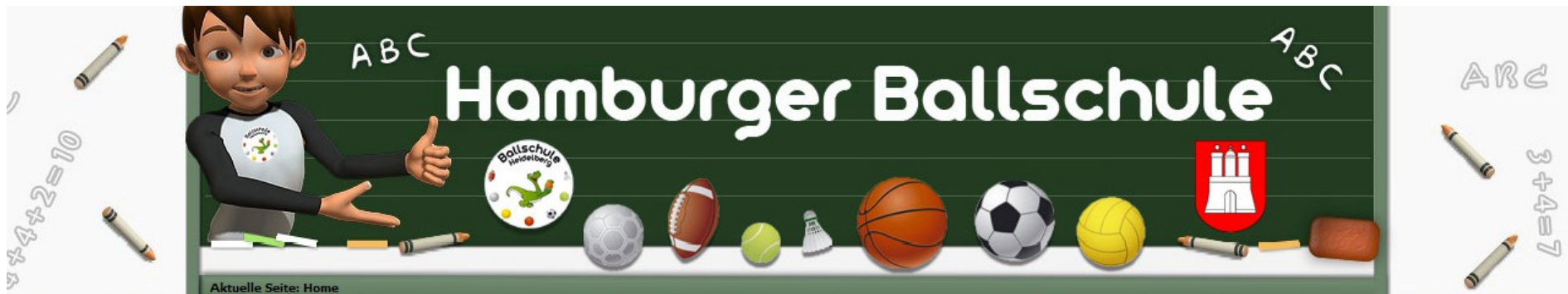
## Lernen

### Allgemein:

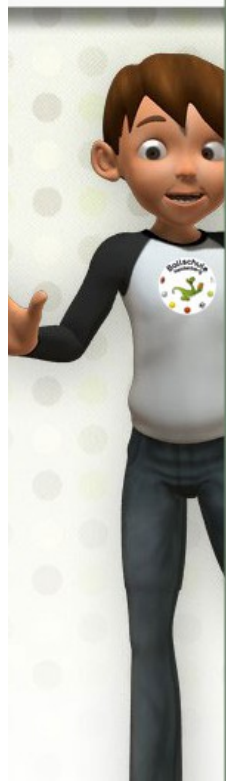
Übergang ins Langzeitgedächtnis durch Emotion

### Konkret:

- Phantasiewelten
- Erfolgserlebnisse



Aktuelle Seite: Home



- Ballschule**
- [Home](#)
  - [Über uns](#)
  - [Unsere Partner](#)
  - [Kontakt](#)
  - [Impressum](#)

**Login Form**

Benutzername

Passwort

Angemeldet bleiben

- [Passwort vergessen?](#)
- [Benutzername vergessen?](#)
- [Registrieren](#)

**Willkommen bei der Hamburger Ballschule e.V.**

"Wie sollte die sportliche 'Kinderstube' von Ballspielanfängern aussehen? Welcher Einstieg ermöglicht den Weg zu einer bewegungsreichen Kindheit und vielleicht auch für eine erfolgreiche Sportlerkarriere?" Prof. Dr. Klaus Roth 1999

Die Hamburger Ballschule bietet seit 2011 Antworten auf diese und andere Fragen zum Thema Bewegungserfahrungen und Sportspiele für Kinder.

**Freie Kurszeiten**  
**Ballschule ABC (5-8J.):**  
 Montag 15:30 oder 16:15, Schule St. Nikolai, Robert-Koch-Str. 15  
**Mini-Ballschule (3-5J.):**  
 Samstag 9:30-10:30 und Dienstag 16:00-17:00 im Sporting Live Eppendorf, Robert-Koch-Strasse 26

**Kurszeiten 2013**  
 Auch im neuen Jahr wird wieder an zahlreichen Schulen in Hamburg gespielt und trainiert.  
 Reinschnuppern und vielleicht im nächsten Schuljahr mitmachen?  
 Die aktuellen Kurse und Kurszeiten gibt es bei den meisten Schulen per Ranzenpost oder im Sekretariat.

**Workshops 2013**  
 Die nächsten Trainer-Workshops finden 2013 ausser in Heidelberg auch wieder bei uns in Hamburg statt.  
 Details folgen.  
 Dauer: ca. 5 Std  
 Anmeldungen bitte an [info@hamburgerballschule.de](mailto:info@hamburgerballschule.de)

Wir freuen uns auf euch!