

III.E.23

Sonstige Spiele

Das Sportspiel Floorball kennenlernen – Die Macht des löchrigen Balls

Dr. Andreas Simon



© Halfpoint/istock/Getty Images Plus

Floorball als mitreißende, laufintensive Ballsportart für Jungen und Mädchen ist mittlerweile aus dem Schulsport nicht mehr wegzudenken. Diese Unterrichtseinheit führt in die Grundtechniken Ballführung und Passen ein, greift individualtaktische Elemente wie Passschatten oder Freilaufen auf und stellt Möglichkeiten für Prüfungselemente, technisch- und spielbezogen, vor.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufen/Niveau:	9–13, alle Niveaus
Dauer:	3 Doppelstunden + 1 Doppelstunde für die Prüfungselemente
Kompetenzen:	sportartspezifische Techniken und Grundfertigkeiten spielspezifisch und situationsadäquat einsetzen und anwenden; Angriffs- und Verteidigungshandlungen erkennen und situationsgerecht reagieren; spielbezogen kommunizieren; Bewegungsabläufe beschreiben
Thematische Bereiche:	Ballspiele, Floorball, Spielfähigkeit, Spielentwicklung
Medien:	Übungs- und Lehrkarten, Phasenbilder
Zusatzmaterial:	2 Videoclips zu M 12 zum Download

Auf einen Blick

1. Doppelstunde

Thema:	Ballführung und Regelkunde
M 1	Erste Übungen zur Ballgewöhnung
M 2	Die Ballführung – Übungen
M 3	Die Ballführung – Lernkarte
M 4	Kriterien der Ballführung und -deckung
M 5	Regelkunde Floorball
Benötigt:	1 Floorball-Schläger und 1 Ball pro Person, Pylonen, 1 Floorball-Tor pro Feld, ggf. Langbänke als Banden

2. Doppelstunde

Thema:	Der gezogene Pass
M 6	Der gezogene Vorhandpass – Lernkarte
M 7	Der gezogene Vorhandpass – Levelaufträge
M 8	Taktikelemente im Floorball
Benötigt:	1 Floorball-Schläger und 1 Ball pro Person, Pylonen, 1 Floorball-Tor pro Feld, ggf. Langbänke als Banden

3. Doppelstunde

Thema:	Passen in spielnahen Situationen – Der Schiebschlagpass
M 9	Der Schiebschlagpass – Lernkarte
M 10	Spielnahe Übungen zum Passen
M 11	Spielsysteme – Die Rückraumposition
M 12	Prüfungselemente Ballführung und Passen – Durchführung
M 13	Prüfungselemente Ballführung und Passen – Bewertung
M 14	Bewertungsbogen spieltechnische Fähigkeiten
Benötigt:	1 Schläger und 1 Ball pro Person, Pylonen, 1 Floorball-Tor pro Feld, ggf. Langbänke als Banden

Zusatzmaterial zum Download:

2 Videoclips zu M 12



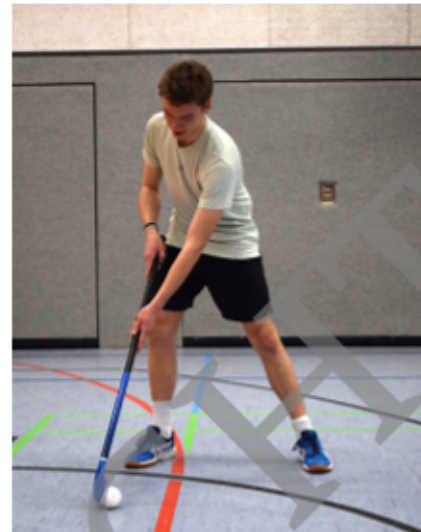
M 1 Erste Übungen zur Ballgewöhnung

Material: 1 Schläger und 1 Ball pro Person

Übung 1: Mischen

Im schulterbreiten Stand mit leicht gebeugten Knien wird der Ball vor dem Körper immer von rechts nach links geführt. Die Schlägerschaufel soll dabei immer in Kontakt zum Ball bleiben.

Die Breite der Ballführung sowie das Tempo immer weiter erhöhen.



Übung 2: 360-Grad-Drehung

Mit Mischen beginnen und dann eine 360-Grad-Drehung vollziehen. Danach wieder in das Mischen übergehen. Die Drehungen in beide Richtungen vollziehen.

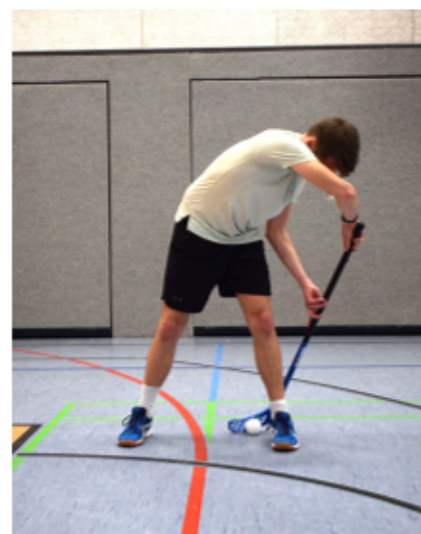
Hinweise:

- Nicht zu schnell beginnen, den Ball kontrolliert führen.
- Die Haltung der Schlägerschaufel kontrollieren. Diese muss leicht geneigt sein, um den Ball in den Kurven nicht zu verlieren.



Übung 3: Achter

In gegrätschter Stellung aufstellen und den Ball mit dem Schläger in einer liegenden 8 um die Beine herum und dazwischen hindurch führen. Den Schläger mit einer Hand führen – zuerst mit der „starken“, dann mit der „schwachen“ Hand.

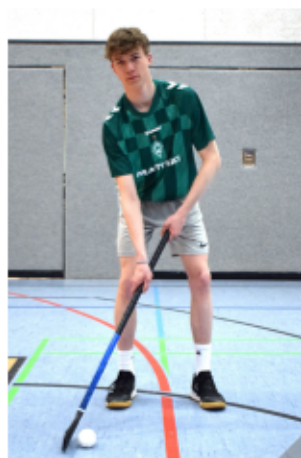


Die Ballführung – Lernkarte

M 3

Die Körperhaltung

- Als Grundhaltung wird eine Schrittstellung etwas über Schulterbreite eingenommen.
- Die Knie sind leicht gebeugt.
- Der Rücken ist gerade. (Ein gebeugter Rücken kann durch die ungewohnte Belastung zu Beschwerden führen.)
- Der Kopf wird aufrecht gehalten, der Blick ist nach vorn gerichtet.

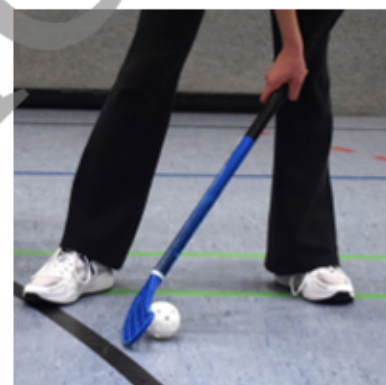


Die Ballführung

Eine kontrollierte Ballführung ist Grundvoraussetzung, um am Spiel partizipieren zu können und den Spielaufbau effektiv zu gestalten.

Grundsätzlich gilt:

- Die Schlägerfläche ist „dachbildend“ an den Ball angelegt und ermöglicht so eine gute Ballkontrolle. Außerdem schützt sie den Ball so vor gegnerischen Angriffen.
- Die Schaufel soll stets engen Kontakt zum Ball haben.
- Bei Wechsel von Vor- auf Rückhand wird der Schläger über den Ball auf die andere Seite geschoben.



Die Schlägerhaltung



Bei der *geschlossenen Schlägerhaltung* befinden sich beide Hände am Schläger. Die starke Hand (Führhand) oben am Schaft, die schwächere Hand (Stützhand) weiter unten. Je nach Spielsituation kann der Einsatz dieser Technik variieren.

© RAABE, erstellt von Andreas Simon

M 6

Der vorgezogene Pass – Lernkarte



Hinweise: Die Grundposition ist eine seitliche Schrittstellung mit Blickrichtung in die gewünschte Passrichtung. Generell gilt, dass bei einem gezogenen Pass Schlägerschaufel und Ball möglichst lange in Kontakt stehen, d. h. der Ball von hinten, am Körper vorbei nach vorn geführt wird.

**Ausgangsposition**

Das Gewicht ist auf das hintere Bein verlagert, die Knie leicht gebeugt. Dabei ist der Schläger deutlich hinter den Körper geführt und die Schlägerschaufel gekippt, um die Kontrolle über den Ball zu erhöhen. Schulterbreite seitliche Schrittstellung.

**Zugbewegung**

Der Schläger wird am Körper vorbeigezogen, wobei die Schlägerschaufel ständig ein Dach bildet, um den Ball kontrolliert nach vorn zu bringen.

© RAABE, erstellt von Andreas Simon