

PRAKTISCH für die PRAXIS

Auf jeden Fall mit Stock und Ball – „Bausatz einer spielerischen Hinführung zum Hockeyspaß“

Teil III: Übungen und Spiele zum Erlernen der Stocktechnik

9/91

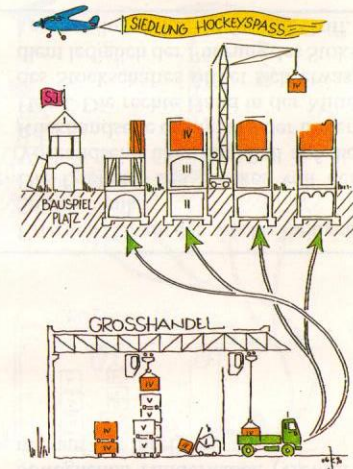
Michael Celler/Manfred Neuwerth

Zielsetzung:

Die Spiel- und Übungsformen zur Stocktechnik zielen darauf ab, die wesentlichen hockeyspezifischen Fertigkeiten als da sind Ziel- beziehungsweise Torschuß, Passen und Stoppen und das Dribbeln kennenzulernen, auszuprobieren, zu verfeinern und in einfachen Spielsituationen anzuwenden. Die zur Verfügung gestellten Einzelübungen und Spiele lassen sich zu mehreren methodischen Reihen (Übungsreihen/Spielreihen) zusammensetzen. Mit Blick darauf, daß den Kindern hierbei einiges an Konzentration und Disziplin abverlangt wird, sollten sich die Übungen und Spiele in der ersten Hälfte des Hauptteils der Hockeykunde wiederfinden. Insgesamt stellen sie einen weiteren Bauabschnitt (Parterre) auf dem Weg zum Zielspiel Hockey dar.

Material:

bis zu 14 Hockeystöcke und -bälle, Bauabsperband, 16 Markierungshütchen (Pylone), ca. 30 Eimer und Blechdosen.



Übungen / Spiele / Inhalte

O: = Organisation

- * „Abräumen“
Zielschuß mit Hilfe der Schiebepaßtechnik auf eine Eimer-/Dosenpyramide
- O: bis zu 3 Eimerpyramiden werden im Feld mit genügend Seitenabstand aufgebaut. Die Kinder schießen nacheinander auf die ihnen zugewiesene Pyramide und versuchen, sie zu zerstören. Anschließend Bälle holen und Wiederaufbau.



Absichten und Gedanken

H: = Hinweis

- * Die Kinder probieren den Zielschuß (Probierphase), anschließend erhalten Sie eine grobe Bewegungsbeschreibung mit Demonstration. Danach wird die Technik geübt (Übungsphase).
Bewegungsbeschreibung:
Seitgrätschstellung, Schulterachse weist zum Ziel (hier Eimerpyramide), Ball liegt mittig in 2 Kinderfußentfernung vor dem Körper, linke Hand am oberen Ende des Stockschafes, rechte Hand etwa in der Stockmitte, Stock ruht direkt hinter dem Ball und begleitet in der Schußbewegung den Ball weit nach vorne.

Übungen / Spiele / Inhalte

O: = Organisation

- * **Passen und Stoppen aus dem Stand.**
O: zu Paaren in Gassenaufstellung (Abstand ca. 5 m) über Breitseite des Spielfeldes.

Absichten und Gedanken

H: = Hinweis

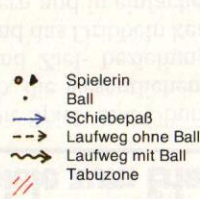
- H: Kein überhöfthohes Ausschwingen des Stockes zulassen (Sicherheitsaspekt)!
- * gleichzeitiges Üben des Vorhand-Schiebepasses und des Ballstoppens auf der Vorhandseite.
Bewegungsbeschreibung:
Schiebepass > s. o.
Stoppen > frühes „Abholen“ des Balles mit dem Stock; über dem Ball ein „Schrägdach“ mit dem Stock bilden (geschlossene Stockhaltung).
H: Korrigieren, demonstrieren (lassen), loben, aufmuntern

Übungen / Spiele / Inhalte

O: = Organisation

- * **Namensstaffel**
Alle Spieler/innen stehen im Kreis. Die Leitung eröffnet das Spiel indem er/sie den Namen eines Kindes ruft und anschließend zu ihm paßt. Das angespielte Kind stoppt den Ball, ruft den Namen des nächsten und paßt weiter. Im Verlauf des Probedurchgangs müssen alle Kinder **einmal** angespielt worden sein.
In der anschließenden Spielsituation werden unter Beibehaltung des einstudierten Ballweges zunehmend mehr Bälle ins Spiel gebracht (bis zu 7 Bälle bei 14 Kindern).
O: Kreisauflistung bei einem Seitenabstand von ca. 2 m. Die nicht gestoppten Bälle sollten als „verloren“ registriert werden, da das Nachlaufen und Herholen den Spielfluß zerstört.

- * **Haltet das Feld sauber**
Zwei Spieler/innen im kleinen Mittelfeld haben die Aufgabe, alle Bälle aus ihrer Zone wegzuschießen, also ihr Feld „sauber“ zu halten. Die anderen sollen den Bällen nachlaufen, sie mit dem Stock zurückführen und vor der Tabuzone über ein volldosiertes Abspiel die Bälle ins Mittelfeld zurückschießen (siehe Skizze).
O: Bälle, die in der Tabuzone liegen, dürfen mit dem Stock herausgeangelt werden und können dann von außerhalb ins Mittelfeld geschossen werden.



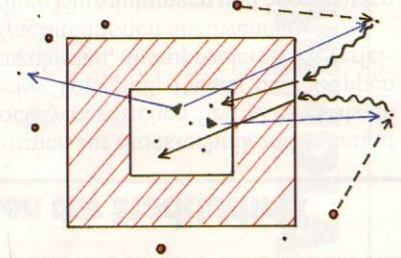
- * **Bewegungsreihen**
Je 2 Kinder versuchen sich den Ball in der Fortbewegung (zügiges gehen/laufen) zuzuspielen.
O: Ausgangsstellung: 2 Reihen, Abstand ca. 5 m zueinander auf Höhe einer Torauslinie. Die ersten beiden beginnen sich den Ball zuzuspielen und überbrücken dabei die Spielfeldlängsseite. Anschließend laufen sie außen herum zurück, wobei der Ball von einem Kind geführt wird, und schließen sich wieder den Reihen an.

Absichten und Gedanken

H: = Hinweis

- * Anwendung von „Schiebepaß und Stoppen in lebendiger Spielform. Neben diesen technischen Fertigkeiten werden Aufmerksamkeit bzw. Konzentrationsfähigkeit und Reaktionsvermögen geschult. Diese Spielform trägt auch dem Bedürfnis der Kinder Rechnung, sich mal ausleben (schreien, lachen) zu wollen“.
H: Das ständige Rufen von Vornamen, das trotz Verbot stattfindende Hinterherlaufen nach verlorengegangenen Bällen lassen diese Spielform schnell zu einem völligen Durcheinander werden. Hab Mut, diesem ggf. auftretenden „Chaos“ seine Daseinsberechtigung im Sportbetrieb mit Kindern zu geben!!!

- * ins Spielgeschehen integriertes Üben verschiedenster Techniken (weite Schüsse/Pässe, Stoppen, Ballführung, wohldosierte Schiebepässe) sowie das Stellungsspiel (Raumaufteilung).
H: unbedingt auf Einhaltung der Tabuzone (Sicherheitsabstand = Entschärfung) achten!



- * Üben des Schiebepasses und der Ballannahme in der Fortbewegung. Der Schiebepaß kann auch auf der Rückhandseite probiert werden, ansonsten „Umlaufen“ der Rückhand. Situationsbedingt kann die Ballannahme ebenfalls auf der Rückhandseite versucht werden.
H: Auf der Notwendigkeit des Miteinander statt Gegeneinander hinweisen!
„positive“ Fehlerkorrekturen.

Übungen / Spiele / Inhalte

O: = Organisation

- * **Pylonenwanderung**
Auf dem Spielfeld stehende Pylone sollen bei enger Ballführung (links und rechts herum) umrundet werden.
O: Die Pylone können kreuz und quer, aber auch in geometrischer Form aufgestellt werden.



- * **Inseldribbling**
Innerhalb des Spielfeldes sind 3 Inseln markiert. Auf der Insel „V“ darf der Ball nur eng auf der Vorhandseite geführt werden, auf der Insel „R“ nur auf der Rückhandseite und auf der Insel „VR“ im Wechsel. Zunächst bewegen sich die Kinder „frei“ im Spielfeld. Auf das jeweilige Signal hin dribbeln sie schnellstmöglich zur genannten Insel und führen dort auf engstem Raume den Ball mit der geforderten Technik. Nach geraumer Zeit verlassen die Kinder die Insel und erwarten das neue Signal.
O: Die Inselgrößen sollten je nach Gruppenstärke so gewählt werden, daß die Kinder aufgefordert sind einander auszuweichen.

- * Im Stand versucht sich jedes Kind den Ball **im Wechsel Vorhand – Rückhand** vor dem Körper zuzuspielen.
O: freier Ordnungsrahmen bei Wahrung eines ausreichenden Seitenabstandes zueinander.

- * **Kreuz und quer** über das Feld laufend versuchen die Kinder ihren Ball auf der Vorhand- und Rückhandseite bzw. im Wechsel zu kontrollieren. Dabei sollen sie sowohl den Hütchen als auch den Mitspielern/innen ausweichen.
O: das gesamte Spielfeld sollte genutzt werden; die Pylonen stehen kreuz und quer.

- * **Brückenwächter**
Die Kinder haben die Aufgabe, von einer Spielfeldseite im Dribbling zur anderen Seite ans rettende Ufer zu gelangen. Im Feld befindet sich ein Kind das versuchen soll, den anderen mit seinem Stock den Ball abzunehmen.
O: 2 Spielmöglichkeiten
a) Diejenigen, denen der Ball abgejagt wurde, werden Helfer/innen des/der Brückenwächter/in.
b) Der/die jeweilige Spieler/in ohne Ball ist der/die neue Brückenwächter/in.

Absichten und Gedanken

H: = Hinweis

- * Erlernen der engen Ballführung bei „sanften“ Richtungsänderungen auf der Vorhandseite; ggf. auch schon mal die Rückhandseite ausprobieren lassen.
H: beobachten > sehen > ggf. korrigieren > überprüfen >.

- * ständiges Reagieren auf akustische Signale. Anwendung der Techniken des Ballführens unter erschwerten Bedingungen: auf engem Raum mit beweglichen Hindernissen (Gewimmel auf der Insel)

- * Erlernen/Üben der wechselseitigen Stocktechnik
H: Die Drehung des Stockes von der Vorhandseite über den Ball auf die Rückhandseite erfolgt aus der linken Hand. Die rechte Hand in der Mitte des Stockes öffnet sich etwas, dient lediglich der Führung des Stockes, hat ihn also **nicht** fest im Griff.

- * Anwendung des Vorhand-Rückhand-Wechsels als Dribbling. Jedes Kind kann sich entsprechend seiner Könnensstufe seine Bedingungen auswählen (langsam oder schnell, im Getümmel oder mehr am Rande).

- * Anwendung/Festigung des Vorhand-Rückhand-Dribblings in der Wettkampfsituation.
H: Die Leitung sollte zuvor auf die erlaubten Möglichkeiten eingehen, für den/die Brückenwächter/innen in Ballbesitz zu kommen und gleichzeitig in aller Klarheit auf Gesundheitsrisiken hinweisen (Stockschlagen, Stock zwischen die Beine ...)