



 **ENEPS**
Ecole Nationale de l'Éducation
Physique et des Sports

 **SCRIPT**
Service de Coopération de la Recherche
et de l'Innovation pédagogiques et technologiques

BALLSCHOU LËTZEBUERG

**BEWEGUNGSUNTERRECHT
AM C2 - C4**



LËTZEBUERG
LIEFT SPORT

KONTEXT

Im Jahr 2018 wurde das „Concept pour une éducation motrice, physique et sportive des enfants de 0 à 12 ans“ vom Ministerium für Bildung, Kinder und Jugend und dem Ministerium für Sport gesetzlich verankert. Dort sind wichtige Grundsätze zur Förderung der Bewegungserziehung von Kindern im Alter von 0 bis 12 Jahren festgehalten.

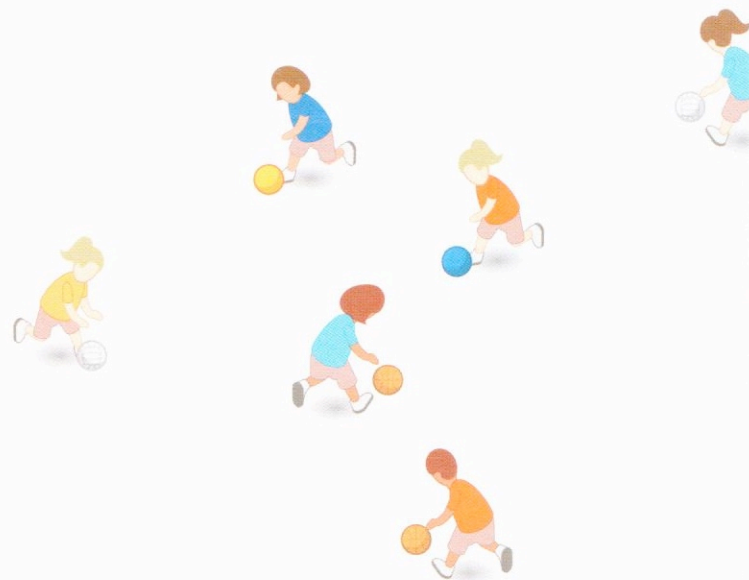
Der Ecole Nationale de l'Education Physique et des Sports (ENEPS) wurde im Rahmen dieses Konzepts u. a. die Aufgabe zugeteilt, das Angebot an Fortbildungen für Lehrpersonen der Grundschule im Bereich Bewegung in Zusammenarbeit mit dem Institut de Formation de l'Education Nationale (IFEN) auszubauen.

In diesem Kontext entstand das Projekt der **Ballschoul Lëtzebuerg**. Hauptanliegen ist, Fortbildungen für Grundschullehrerinnen und -lehrer anzubieten, die sie bei der freudvollen und vielseitigen Vermittlung des Umgangs mit dem Ball unterstützen. Die Fortbildungen finden vorzugsweise in den Schulen statt, um die jeweiligen Inhalte bestmöglich an die vorhandenen Infrastrukturen und das zur Verfügung stehende Material anzupassen. Sie werden jeweils von einem erfahrenen Binom aus einer Lehrperson der Grundschule und einer diplomierten Sportlehrkraft abgehalten. Diese Zusammenarbeit beider Spezialisten ermöglicht es, die

Inhalte sportwissenschaftlich und sportdidaktisch aufzuarbeiten und an die Grundschulrealität anzupassen. Das vorliegende Handbuch mit 36 konkreten Stundenverlaufsplänen stellt eine zusätzliche Hilfe bei der Umsetzung in die Praxis dar. Über 150 Lehrvideos auf der App LTAD-LLS sowie ein eigens erstellter Ballkorb mit vielfältigen kindgerechten Bällen (erwerbbar über den SCRIPT), ergänzen das Gesamtpaket **Ballschoul Lëtzebuerg**.

Die **Ballschoul Lëtzebuerg** entstand in Kooperation mit der Ballschule Heidelberg. Diese verfügt über langjährige Erfahrung in der Vermittlung allgemeiner, sportspielübergreifender Ballkompetenzen. Ihr Konzept wird in mehreren Ländern weltweit umgesetzt und hält nun auch in Luxemburg Einzug.

Die Ballschule fügt sich optimal in das Konzept **LTAD – Lëtzebuerg lieft Sport¹** ein, welches eine langfristige Entwicklung der Sport- und Bewegungswelt in Luxemburg anstrebt. Die Freude an der Bewegung und die Vermittlung einer vielseitigen motorischen Grundbildung durch die Ballschule fördern die Entwicklung von Physical Literacy², einem Grundpfeiler für ein lebenslanges Sporttreiben.



¹ Siehe ENEPS (Ecole Nationale de l'Education Physique et des Sports), Ministère des Sports, COSL (Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois), LIHPS (Luxembourg Institute for High Performance in Sports), Sportlycée. LTAD – Lëtzebuerg lieft Sport. Rahmenkonzept. Luxemburg 2020

² „Physical Literacy vereint die Fähigkeiten, Kenntnisse und Verhaltensweisen, die uns das Selbstvertrauen und die Motivation geben, ein Leben lang körperlich aktiv zu sein.“ (ibid S. 24)

PRINZIPIEN

Die Grundphilosophie der Ballschule basiert auf vier zentralen Prinzipien, die sich auf die Ziele, die Inhalte

und das methodische Vorgehen beziehen.

Die vier Prinzipien der Ballschule Heidelberg

ENTWICKLUNGSGEMÄSSHEIT

- „Kinder sind keine verkleinerten Erwachsenen!“
- Kinder verkraften kurze intensive Anstrengungen gut.
- Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang.

SPIELERISCH-UNANGELEITETES LERNEN

- Kinder spielen nach dem Motto „Probieren geht über Studieren“.
- Kinder brauchen unbewusstes und erfahrungsgebundenes Lernen.

VIELSEITIGKEIT

- „Kinder sind Allrounder und keine Spezialisten!“
- Kinder brauchen vielfältige Bewegungserfahrungen.
- Kinder benötigen ein breites Repertoire an Basiskompetenzen, die in vielen Spielen hilfreich sind.

FREUDBETONTHEIT

- „Spielen macht den Meister!“
- Kinder erfreuen sich an unerwarteten Erfolgserlebnissen.
- Kinder brauchen das Spiel für ihre ganzheitliche Entwicklung.

BEZUG ZUM LUXEMBURGISCHEN LEHRPLAN

Die Grundprinzipien der Ballschule fügen sich bestens in den aktuellen Lehrplan der Grundschule ein. Insbesondere drei Kompetenzbereiche aus dem luxemburgischen Lehrplan werden durch die vorgeschlagenen Inhalte gefördert:

1. Motorische Grundfähigkeiten mobilisieren

- Bälle werfen, fangen, rollen und schießen
- mit Bällen laufen, springen und dribbeln
- Bälle verschiedenartig werfen und fangen: im Stehen, im Laufen
- Bälle weit und hoch werfen

2. Psychomotorische Grundfähigkeiten mobilisieren

- in unvorhersehbaren Situationen eine Reihe von Bewegungen nacheinander ausführen
- koordinative Fähigkeiten wie Orientierung, Reaktion und Gleichgewicht fördern
- Körperbeherrschung stärken
- Auge-Hand-Koordination schulen

3. Sich an Sportspielen beteiligen

- sich aktiv an Mannschaftsspielen beteiligen
- in Spielen verschiedene Rollen übernehmen
- sich im Spielfeld orientieren und bewegen
- einfache Spielsituationen erkennen und entsprechend reagieren
- sich an Spielregeln halten und mit aufkommenden Emotionen umgehen

AUFBAU DER STUNDENVERLAUFSPLÄNE

- Die Stundenverlaufspläne (SVP) sind nach folgendem Muster aufgebaut:
 - **Startspiel** mit viel Bewegung, um dem Bewegungsdrang der Kinder gleich zu Beginn entgegenzukommen
 - **koordinativ-technische Übungsphase** (🎯), um koordinative und technische Basiskompetenzen gezielter zu schulen
 - **Hauptspiel**, meist Mannschaftsspiel mit Wettkampfcharakter
- Die SVP sind jeweils in 12 Einheiten für die Zyklen 2, 3 und 4 aufgeteilt, wobei pro Jahrgangsstufe sechs Einheiten angedacht sind. Die vorgeschlagenen Spiel- und Übungsformen können aber beliebig ausgebaut, wiederholt oder über einen längeren Zeitraum durchgeführt werden.
- Die SVP sind als Ideensammlung zu verstehen. Sie können entweder übernommen werden oder aber

als Inspiration für das Zusammenstellen eigener Stundenverläufe dienen, ganz nach den Bedürfnissen der Lehrperson und ihrer Klasse. Wenngleich eine Einordnung nach Zyklen vorgenommen wurde, lassen sich die Spiele in der Regel doch in allen Altersstufen durchführen.

- Auf konkrete Zeitvorgaben wurde bewusst verzichtet. Die Dauer der Elemente ist von der Lehrperson nach eigenem situativem Empfinden zu bestimmen. Manchmal ist Zeit vonnöten, bis ein Spiel dynamisch läuft. Diese Zeit sollte sich auf jeden Fall genommen werden, um ein Lernen zu ermöglichen. Ebenso ist es sinnvoll, besonders gut funktionierende Spiele länger laufen zu lassen, auch auf die Gefahr hin, dass aus Zeitgründen auf ein anderes Stundenelement verzichtet werden muss.
- Die Organisationsformen und benötigten Materialien sind auf eine Klasse mit 16 Kindern ausgerichtet.



STUNDENVERLAUFSP
CYCLE



BASIS

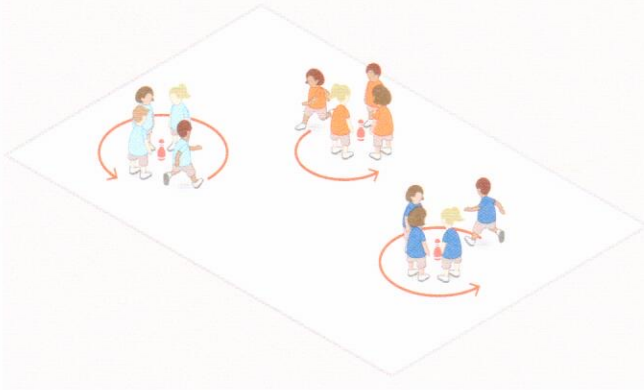
- Bälle im Ballkorb
- Koordinationskarten
- 4 Kegel
- 4 Reifen

- 2 Kastenteile

VARIANTEN

- Spielfeldmarkierungen

1 FANG DEN DIEB



1 Kegel/Team

ORGANISATIONSFORM

Zu viert (3 gegen 1)
In der Halle verteilt

Ein Dieb und 2 Komplizen stellen sich um einen Kegel herum und fassen sich an den Händen. Das vierte Kind, der Polizist, muss nun versuchen, den Dieb am Rücken abzuschlagen. Der Dieb und seine Komplizen versuchen, dies durch geschicktes Rotieren zu verhindern.

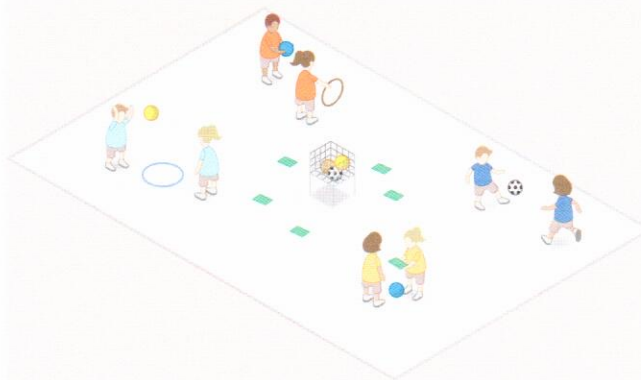
Regeln:

- Kegel in der Mitte darf nicht umfallen.
- Kinder dürfen die Hände der Partner nicht loslassen.

TIPP

- Alle Rollen einmal durchwechseln.

2 KOORDINATIONSKARTEN



- Bälle im Ballkorb
- Koordinationskarten
- 4 Reifen
- 2 Kastenteile

ORGANISATIONSFORM

Paarweise
In der Halle verteilt

Die Kinder üben paarweise mittels Koordinationskarten. Mögliche Organisationsformen:

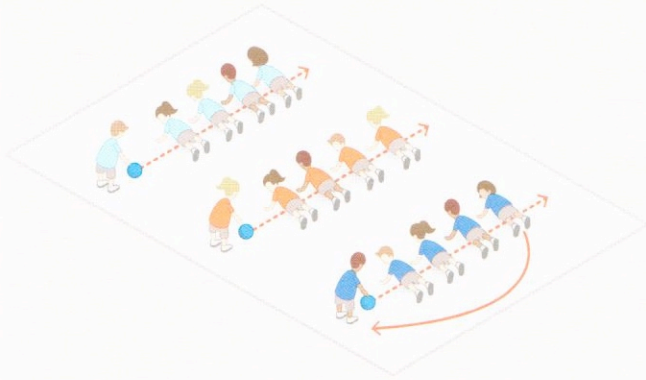
- Aufgabe ziehen/wählen: Die Koordinationskarten werden in der Mitte der Halle auf dem Boden verteilt. Ein Ballkorb mit unterschiedlichen Bällen steht frei zur Verfügung. Paarweise ziehen oder wählen die Kinder eine Bewegungskarte und führen die abgebildete Aufgabe selbstständig durch. Die Kinder entscheiden nach eigenem Empfinden, wann sie eine neue Karte ziehen.
- Im Stationsbetrieb: Die Paare wechseln nach vorgegebener Zeit im Uhrzeigersinn die Station.

C. Alle zusammen: Ein Paar wählt eine Aufgabe, die gemeinsam von allen Paaren geübt wird.

TIPPS

- Kinder wählen zuerst ihre Karte und anschließend erst ihren Ball.
- Zur Erleichterung, Steigerung oder Variation können die Bälle während der Übung jederzeit ausgewechselt werden.

3 TUNNEL-STAFFEL



Es spielen mehrere Mannschaften gegeneinander. Die Teams legen sich mit ca. einem Meter Abstand voneinander in einer Reihe auf den Bauch. Ein Kind jeder Mannschaft steht mit einem Ball am Anfang der Reihe. Ruft dieses Kind „Tunnel“, dann begeben sich die liegenden Teammitglieder in die Liegestützposition. Es entsteht ein Tunnel, durch den das stehende Kind den Ball rollt. Anschließend legt es sich ebenfalls auf den Boden. Das letzte liegende Kind hingegen steht auf, sobald es „Tunnel“ hört, fängt den rollenden Ball am Ende des Tunnels und rennt zum Anfang des Tunnels, wo es zum neuen Ballroller wird. Das Spiel endet, wenn alle Kinder einmal den Ball gerollt haben. Welches Team schafft die Aufgabe am schnellsten?

- 1 Ball/Team
- Spielfeldmarkierungen

ORGANISATIONSFORM

Teams von 5-6 Kindern
Staffel

VARIANTE

- Ziel ist es, bis zu einer festgelegten Zielmarkierung zu gelangen. Rollt der Ball aus dem Tunnel heraus, holt der Ballroller den Ball und rollt ihn erneut. Die Kinder können selbstständig entscheiden, wie weit sie sich auseinanderlegen.

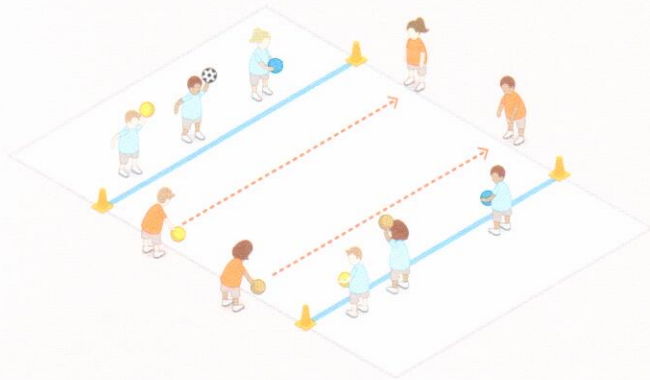
TIPPS

- Mit Probedurchlauf ohne Wettkampfcharakter starten.
- In den 5er-Teams läuft ein Kind zweimal.
- Mannschaften, die ihre Aufgabe erfüllt haben, feuern die anderen Teams an.

BASIS

- 1 Ball/Kind
- 1 Reifen/Kind
- 3 Turnbänke
- Spielfeldmarkierungen

1 TRIFF DEN BALL



4 Kinder, die Ballroller, stehen sich zu zweit mit jeweils einem Ball pro Paar gegenüber. Die restlichen Kinder, alle mit Ball, verteilen sich entlang der Längsseiten. Auf Kommando versuchen die Ballroller, sich den Ball mit der Hand zuzurollen. Die anderen Kinder hingegen versuchen, die vorbeierollenden Bälle durch gezielte Würfe zu treffen. Nach jeweils 4 Durchgängen wechseln die Ballroller. Welchem Roller-Vierer gelingen die meisten erfolgreichen Zuspiele?

- 1 Ball/Kind
- Spielfeldmarkierungen

ORGANISATIONSFORM

4 gegen alle
In Gassenaufstellung

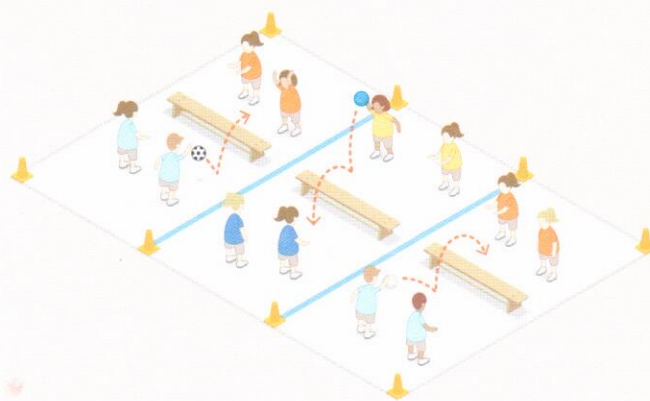
VARIANTE

- Ballroller spielen sich Ball mit dem Fuß zu.

STEIGERUNG

- Abwurfdistanz vergrößern.

2 AUFSETZERBALL – RUNDE 1



2 Teams spielen jeweils mit einem Ball auf einem Spielfeld gegeneinander. Jedes Team steht in seiner Spielfeldhälfte. Ziel ist es, den Ball mit einem Aufsetzer in der eigenen Spielfeldhälfte in das gegnerische Feld zu spielen. Prellt er dort auf den Boden, ist ein Punkt erzielt. Fängt hingegen ein Gegenspieler den Ball in der Luft auf oder wird der Ball ins Aus geworfen, ist die gegnerische Mannschaft am Zug.

Regeln:

- Ballbesitzregel: Kind mit Ball darf maximal 3 Schritte ausführen und den Ball 3 Sekunden behalten.

- 3 Bälle
- 3 Turnbänke
- Spielfeldmarkierungen

ORGANISATIONSFORM

Teams von 2-3 Kindern
Auf 3 Kleinspielfeldern

- Pässe innerhalb einer Mannschaft sind erlaubt.
- Bodenkontakt des Balles innerhalb des Passspiels in eigener Spielfeldhälfte bleibt ungeahndet.

VARIANTE

- Mit Unterzahl: Werfer muss sofort nach Wurf Spielfeld verlassen und eine Zusatzaufgabe bewältigen, bevor er wieder ins Spielgeschehen eingreifen darf (z. B. Zauberspruch trinken imitieren, koordinative Aufgabe mit Ball).

ERLEICHTERUNG/STEIGERUNG

- Spielfeldgröße verändern.

ERLEICHTERUNG

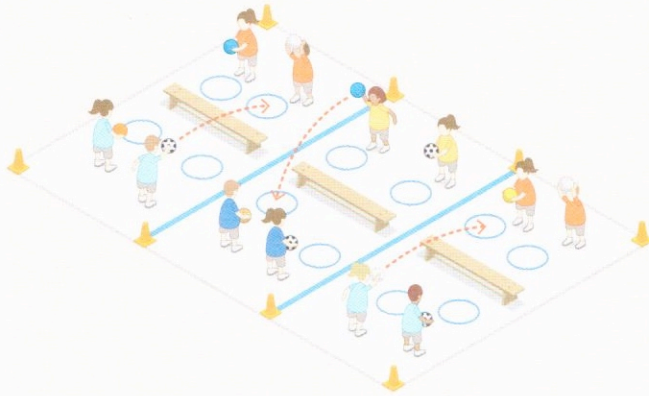
- Punktgewinn erst bei zweitem Bodenkontakt.

TIPPS

- Organisation bei 16 Kindern: 2x 3 gegen 3 und 1x 2 gegen 2.

- Zusatzregeln einführen, um alle Kinder aktiv einzubeziehen:
 - Nicht zweimal hintereinander gleicher Werfer.
 - Punktgewinn abwechselnd von Mädchen und Jungen.
- Kinder animieren, die 3 Schritte auszunutzen, um schnell nach vorne zu spielen.

3 TRIFF DEN REIFEN



- 1 Ball/Kind
- 1 Reifen/Kind
- 3 Turnbänke
- Spielfeldmarkierungen

ORGANISATIONSFORM

Teams von 2-3 Kindern
Auf 3 Kleinspielfeldern

2 Teams spielen jeweils auf einem Spielfeld gegeneinander. Jedes Team steht in seiner Spielfeldhälfte, in der so viele Reifen am Boden liegen wie Spieler pro Mannschaft. Jedes Kind hat einen Ball. Ziel ist es, durch gezielte Würfe in einen gegnerischen Reifen zu treffen. Jedes Kind zählt seine Treffer, die am Ende zusammengezählt werden. Welches Team erzielt innerhalb von 2 Minuten die meisten Treffer?

Regel:

- Reifen dürfen nicht verteidigt werden.

VARIANTE

- Unterschiedliche Wurfvorgaben: Aufsetzer in eigener Spielfeldhälfte, einhändig usw.

ERLEICHTERUNG/STEIGERUNG

- Reifendistanz verändern.




TIPP

- Gegen neue Gegner spielen lassen (Partnerkarussell).

4 AUFSETZERBALL – RUNDE 2

Eine zweite Runde Aufsetzerball erfolgt, mit jeweils neuen Gegnern.

ÜBERSICHTSTABELLE

Element	UE	Seite	Sozialform	Hand/Fuß/ Schläger	Passen & werfen	Fangen	Rollen	Dribbeln	Zielen	Taktik
Startspiel										
Feuer-Wasser-Sturm	2.1	S.12	Einzel	Hand/Fuß	x	x	x	x		
Eisenbahn-Lauf	2.7	S.24	Einzel	Hand/Fuß			x	x		
Fang den Dieb	2.4/4.7	S.18/76	Mit/Gegen							
Mattenrutschen	2.12/3.12	S.34/60	Mit/Gegen	Hand				x		
Mannschaftsjägerball	4.8	S.79	Mit/Gegen	Hand	x	x			x	
Brasilianisches Eck	4.5	S.72	Mit/Gegen	Fuß	x				x	
Bänderfangen	2.5/4.10	S.20/85	Gegen							
Wer hat Angst vorm bösen Wolf?	3.9	S.54	Gegen							
Kettenfangen	4.2	S.66	Gegen							
Jägerball	2.2/3.3	S.14/42	Gegen	Hand	x				x	
Zombieball	2.3/4.9	S.16/82	Gegen	Hand	x	x			x	
Burgverteidigung	2.6	S.22	Gegen	Hand	x				x	
X-Fangen	2.8	S.26	Gegen	Hand	x		x			
Flussüberquerung 	2.9	S.28	Gegen	Hand			x			
Hühnerjagd	2.10	S.30	Gegen	Hand	x				x	
Lava-Ball	2.11	S.32	Gegen	Hand	x				x	
Schiffe versenken	3.1	S.38	Gegen	Hand	x	x			x	
Haltet den Kasten sauber 	3.4	S.44	Gegen	Hand	x	x	x		x	
One-Touch-Ball	3.5	S.46	Gegen	Hand	x				x	x
Ballschnappen	3.7	S.50	Gegen	Hand	x					
Katzenball	3.8	S.52	Gegen	Hand	x	x				
Tigerball	3.10	S.56	Gegen	Hand	x	x				
Antippspiel	3.11/4.4	S.58/70	Gegen	Hand	x	x				
Zonen-Schnappball	4.3	S.68	Gegen	Hand	x	x				x
Geheimagent	4.6	S.74	Gegen	Hand	x	x			x	
Schwarz-weiß	4.11	S.88	Gegen	Hand				x		
Grundlinienball	4.12	S.91	Gegen	Hand	x	x			x	
Triff den Ball	3.2	S.40	Gegen	Hand/Fuß	x				x	
Abfangball 	3.6	S.48	Gegen	Hand/Fuß	x	x	x		x	
Balltransport	4.1	S.64	Gegen	Hand/Fuß	x	x		x		

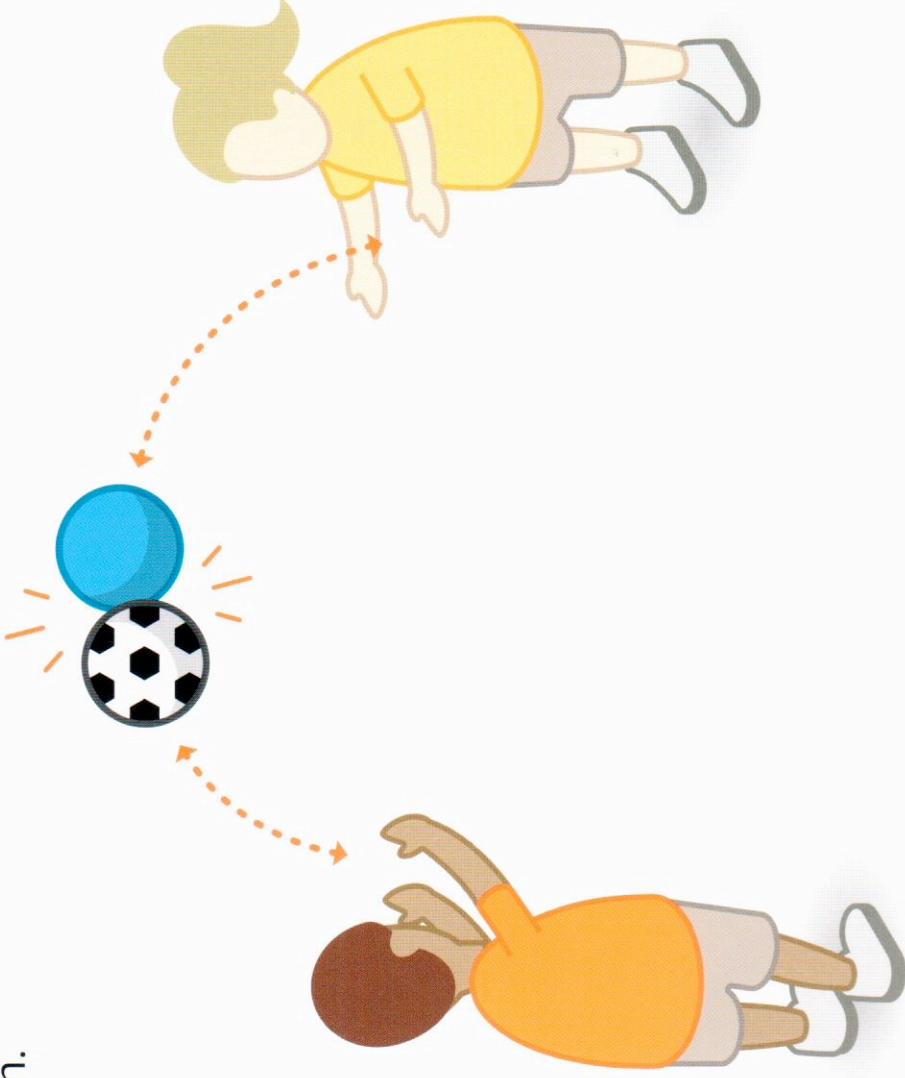
 Video zu diesem Element in der App LTAD-LLS verfügbar.

BALLSCHOU LËTZEBUERG

KOORDINATIONSKAARTEN
C2-C4



Werft euch die Bälle so zu, dass sie sich in der Luft treffen und zu euch zurückkommen.



10x

Tipp: Sprich dich mit deinem Partner ab und probiert zusammen eigenständig Variationen aus!

WEITERFÜHRENDE LITERATUR

Roth K & Zimmer R. Das Motorik-ABC. Bewegungs- und Sprachförderung in der Kita.
Cornelsen Verlag Scriptor 2017

Roth K & Kröger C. Ballschule – ein ABC für Spielanfänger.
Verlag Hofmann; Schorndorf 2011

Roth K, Damm T, Pieper M & Roth C. Ballschule in der Primarstufe.
Sportstunde Grundschule, Band 1. Verlag Hofmann; Schorndorf 2014

Roth K, Roth C & Hegar U. Mini-Ballschule. Das ABC des Spielens für Klein- und
Vorschulkinder.
Verlag Hofmann; Schorndorf 2014

Roth K, Kröger C & Memmert D. Ballschule Rückschlagspiele.
Verlag Hofmann; Schorndorf 2007

Roth K, Memmert D & Schubert R. Ballschule Wurfspiele.
Verlag Hofmann; Schorndorf 2007