



HANDBALL FÜR LEHRKRÄFTE IN DER GRUNDSCHULE

Eine praxisorientierte Zusammenstellung
von Inhalten zur Vermittlung von Handball
im Sportunterricht



INHALTSVERZEICHNIS

Handball in der Grundschule	/ 4
Zielformen	
Jahrgangsstufe 1/2: Kastenball	/ 6
Jahrgangsstufe 1/2: Königsball	/ 7
Spielreihe Aufsetzerball	/ 8
Jahrgangsstufe 2/3: Aufsetzerball – 1x1	/ 9
Jahrgangsstufe 2/3: Aufsetzerball – 2x2	/ 10
Jahrgangsstufe 3/4: Aufsetzerball – 3x3 mit Störer*in	/ 11
Handball x 2	/ 12
Jahrgangsstufe 3/4: Handball x 2	/ 13
Informationen	/ 14
Impressum	/ 15

Liebe Lehrkräfte,

Sport in der Grundschule zu unterrichten, kann herausfordernd sein: Viele Schulkinder, eine zu kleine Sporthalle und sportlich gesehen oft heterogene Klassen.

Mit dieser Broschüre bietet der DHB Sportlehrkräften eine übersichtliche und praxisorientierte Hilfestellung, sodass die Sportart Handball in allen Jahrgangsstufen der Grundschule sicher vermittelt werden kann. Dabei werden ausdrücklich keine handballspezifischen Vorkenntnisse der Sportlehrkräfte, wie ein universitäres Sportstudium oder eigene sportpraktische Handballerfahrung im Verein, vorausgesetzt.

Die kompetenzorientierten Bildungs- und Lehrpläne der einzelnen Bundesländer machen die Sportart Handball besonders interessant und abwechslungsreich für den Sportunterricht.

Es geht vordergründig um die Fertigkeiten Laufen, Fangen, Prellen, Passen und Werfen. Sie sind für die individuelle, unspezifische Motorikausbildung der Schulkinder von großer Bedeutung. Gepaart mit der Kooperation, also dem gemeinsamen Spiel, lässt sich der für die Grundschule wünschenswerte spielerische Aspekt dabei einfach integrieren und stellt einen großen Mehrwert für die Kinder dar.

Wir wünschen allen Sportlehrkräften bei der Vermittlung von Handball in der Grundschule viel Erfolg und freuen uns, wenn wir es gemeinsam schaffen, eine Begeisterung für diese Sportart bei einer Vielzahl an Schulkindern auszulösen.



Andreas Michelmann
Präsident
Deutscher Handballbund e. V.



Mark Schober
Vorstandsvorsitzender
Deutscher Handballbund e. V.

HANDBALL IN DER GRUNDSCHULE

Im Handball benötigen die Schulkinder Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft und Schnelligkeit. Die koordinativen Fähigkeiten werden beim gemeinsamen Spiel besonders gefördert. Dabei wird das bekannte Handballspiel aus dem Fernsehen (7 gegen 7 als Zielspiel) in der Grundschule nur in abgewandelter Form gelehrt. Die in dieser Broschüre aufgeführten Spielformen sprechen alle Schulkinder im Sportunterricht gleichermaßen an und stellen spielerisch orientierte Vorstufen des eigentlichen Zielspiels dar. Durch die unterschiedlichen Abstufungen wird eine kontinuierliche Steigerung der Anforderungen an die Bewegung und Koordination erreicht.

Handball entwickelt nicht nur die sportmotorischen Fertigkeiten wie Prellen und Werfen, sondern ist aufgrund seiner Organisationsform als Mannschaftssportart auch für die Persönlichkeitsentwicklung von Schulkindern ein ideales Handlungsfeld. Der Umgang mit Sieg und Niederlage, das gemeinsame Erreichen von Erfolgserlebnissen und auch die verschiedenen Möglichkeiten der Motive beim Sporttreiben (z. B. Freude, Gesundheit, Wagnis) sind nur einige Aspekte, die für die soziale Entwicklung der Kinder wichtig sind.

Außerdem schult die gemeinsame Kooperation im Spiel nicht nur die konditionellen Fähigkeiten (Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft, Schnelligkeit), sondern entwickelt aufgrund der vielfältigen Varianten der Spiel- und Übungsformen vor allem auch die Koordinationsleistung der Schulkinder. Zwei Bewegungen gleichzeitig mit dem richtigen Krafteinsatz durchzuführen, in Kombination mit einer Beobachtung der Umwelt, ist für Kinder in dieser Altersstufe ein gutes Lernfeld.



ZIELSPIELFORMEN DER JAHRGANGSSTUFEN

Zur Vermittlung der Sportart Handball in der Grundschule existiert eine Vielzahl an Spiel- und Übungsformen. Gepaart mit der Kreativität der Sportlehrkraft kann somit ein motivierender und variantenreicher Sportunterricht gewährleistet werden. In einem Abschnitt von meistens sechs bis acht Wochen gibt es für die einzelnen Jahrgangsstufen in der Grundschule Handball-Spiel- und Übungsformen, die zu bestimmten Zielspielformen hinleiten sollen. Diese Zielspielformen sind nicht nur für mögliche Lernzielkontrollen geeignet. Sie bauen auch aufeinander auf, sodass die Kinder stückweise handballerische Kompetenzen erwerben können.

Die Zielspielformen für die Jahrgangsstufen 1 bis 4 sind:

Jahrgangsstufe 1	Kastenball/Königsball
Jahrgangsstufe 2	Aufsetzerball 1x1/ Aufsetzerball 2x2
Jahrgangsstufe 3	Aufsetzerball 3x3 mit Störer*in
Jahrgangsstufe 4	Handball x 2

Diese Zielspielformen werden auf den Seiten 6 bis 13 näher erläutert.

Generell gilt: Eine starre Zuordnung dieser Zielspielformen der einzelnen Jahrgangsstufen ist nicht zielführend und erwünscht. Bei der näheren Erläuterung auf den folgenden Seiten werden deshalb auch mehrere empfohlene Jahrgangsstufen pro Zielspielform aufgeführt.

In Abhängigkeit der Leistungsfähigkeit der Schulklasse, der Vorerfahrung der Schulkinder und der vorhandenen infrastrukturellen Bedingungen (Sporthalle und Ausstattung) lässt sich die Zuordnung dieser Zielspielformen durchaus variabel umsetzen und auch abgewandelt darstellen.

Für die weiterführenden Jahrgangsstufen (5 und 6) bietet sich eine Weiterentwicklung der Zielspielform **Handball x 2** an. In den unteren Jahrgangsstufen können als Vorbereitung bereits erste Spielformen von **Handball x 2** gespielt werden.



JAHRGANGSSTUFE 1/2: KASTENBALL

Zeitraumen:	10–15 Minuten
Material:	Zwei kleine Kästen, einen Ball, möglichst ein Handball
Anzahl Schulkinder:	Klassengröße, eingeteilt in Gruppen mit maximal acht Kindern
Sicherheitsvorkehrungen:	Abstand zur Hallenwand vergrößern, ggf. Abstand zu weiteren Spielfeldern beachten.

Ablauf/Organisation: Die Klasse in zwei Gruppen teilen. Jede Gruppe hat einen kleinen Kasten, der umgedreht in einem Halbkreis – entweder mit Hallenlinien oder Hütchen gekennzeichnet – steht. Diesen Halbkreis darf jeweils nur die angreifende Gruppe betreten. Ziel des Spiels ist es, durch Pässe

zum gegnerischen Kasten zu gelangen und dort im Halbkreis den Ball in dem Kasten abzulegen. Gelingt dies, bringt die abwehrende Gruppe schnell den Ball wieder ins Spiel und versucht den Ball im gegnerischen Kasten abzulegen. Es dürfen nur drei Schritte mit dem Ball in der Hand gemacht werden.

Progression 1: Es wird in „Manndeckung“ gespielt. Das heißt, jedes Schulkind ist einem anderen Kind fest zugeordnet und „verfolgt“ dieses das gesamte Spiel über.

Progression 2: Nach jedem Pass müssen die Schulkinder schnell zur Lehrkraft laufen und mit ihr abklatschen. Alternativ am Rand kleine Turnmatten auslegen und nach jedem Pass eine Rolle vorwärts absolvieren.

Progression 3: Es sind zwei Bälle im Spiel sowie vier Kästen. Jede Gruppe darf jetzt auf jeden Kasten angreifen.

TIPP

Die maximale Gruppengröße beträgt acht Schulkinder pro Gruppe. Bei einer größeren Klasse zwei Felder aufbauen.



JAHRGANGSSTUFE 1/2: KÖNIGSBALL

Zeitraumen:	10–15 Minuten
Material:	Zwei kleine Kästen, einen Ball, möglichst ein Handball
Anzahl Schulkinder:	Klassengröße, eingeteilt in Gruppen mit maximal acht Kindern
Sicherheitsvorkehrungen:	Abstand zur Hallenwand vergrößern, ggf. Abstand zu weiteren Spielfeldern beachten.

Ablauf/Organisation: Die Klasse in zwei Gruppen teilen. Jede Gruppe hat einen kleinen Kasten, der in einem Halbkreis – entweder mit Hallenlinien oder Hütchen gekennzeichnet – steht. Diesen Halbkreis darf jeweils nur die angreifende Gruppe betreten. Ziel des Spiels ist es, eine*n Mitspieler*in, der*die auf dem gegnerischen Kasten steht (= König*in), an-

zuspielen. Gelingt dies, erfolgt ein Ballbesitzwechsel und die abwehrende Gruppe bringt den Ball schnell wieder ins Spiel. Es dürfen nur drei Schritte mit dem Ball in der Hand gemacht werden. Ein Kind darf lediglich drei Sekunden als König*in auf dem Kasten stehen bleiben, dann muss ein anderes Schulkind auf den Kasten steigen.

Progression 1: Der Ball darf geprellt werden.

Progression 2: Ein Punkt ist jetzt erzielt, wenn der*die König*in den Ball auf dem Kasten fängt und zu einem*einer Mitspieler*in zurückspielt.

Progression 3: Nach Anspiel des*der König*in wird sofort durch dieselbe Gruppe auf den anderen Kasten angegriffen. Es erfolgt kein Ballbesitzwechsel.

TIPP

Die maximale Gruppengröße beträgt acht Schulkinder pro Gruppe. Bei einer größeren Klasse zwei Felder aufbauen.



SPIELREIHE AUFSETZERBALL

Die sogenannte Aufsetzer-Spielreihe mit ihren Spielformen des Aufsetzerballs stellt im Themenfeld Handball in der Grundschule eine wichtige Zielspielform dar.

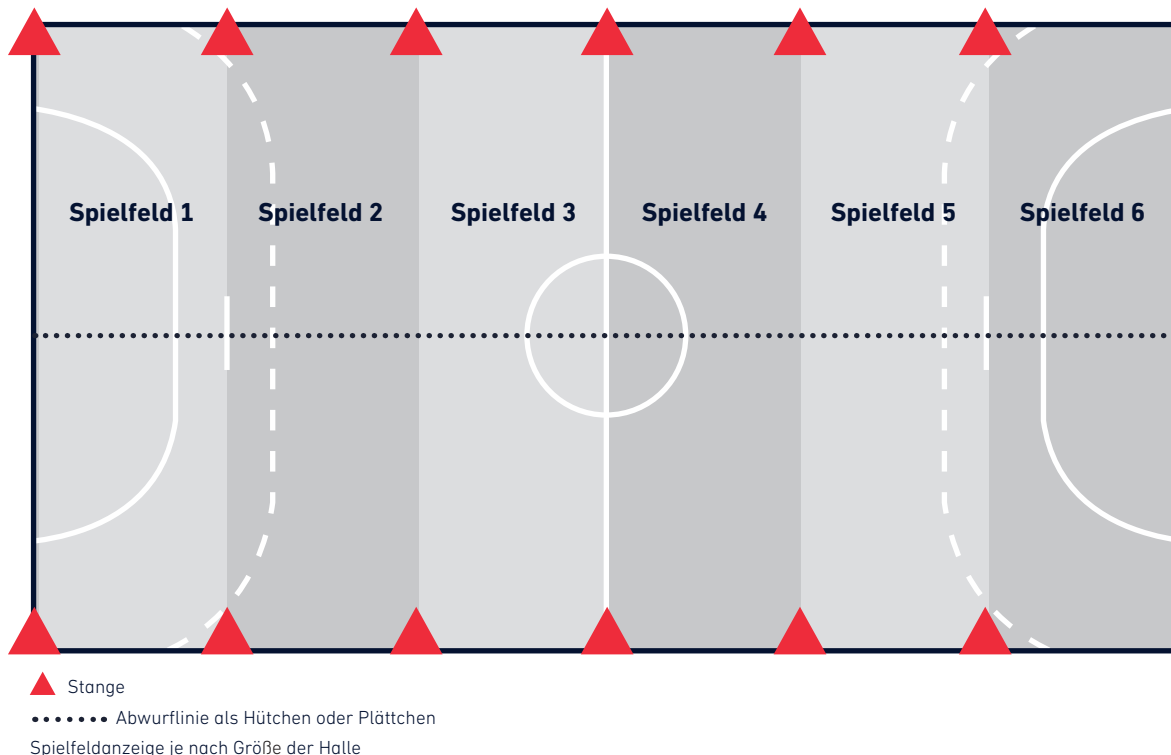
Mit dieser Aufsetzer-Spielreihe können Schulkinder die bereits erwähnten handballspezifischen Kompetenzen erwerben und daneben auch in ihrer sportmotorischen Grundausbildung die nächsten Entwicklungsschritte gehen.

Dabei werden in dieser Broschüre die Zielspielformen Aufsetzerball – 1x1, Aufsetzerball – 2x2 und Aufsetzerball – 3x3 mit Störer*in behandelt.

Weiterführende Gestaltungsmöglichkeiten zur Aufsetzer-Spielreihe sind der DHB-Broschüre „Handball in der Grundschule“ zu entnehmen (vgl. Eisele et al. (2015)).

Die Spielreihe ist dabei für Lehrkräfte problemlos vorzubereiten und aufzubauen sowie je nach Klassenstärke einfach zu konzipieren.

Die hier dargestellte Organisationsform soll den exemplarischen Aufbau in einer Einfachturnhalle zeigen. Je nach Klassenstärke können dabei auf der Längsseite der Sporthalle mehrere Spielfelder aufgebaut werden. Eine Abwurflinie in der Mitte aus Hütchen oder Plättchen trennt die verschiedenen Spielpaarungen. Als Tore können Stangen oder Pylone verwendet werden. Auch mit Tape-Streifen an der Wand fixierte Linien können als Wurfziele dienen.



JAHRGANGSSTUFE 2/3: AUFSETZERBALL – 1X1

Zeitraumen:	15–20 Minuten
Material:	Musik, Pylonen/Stangen, Hütchen/Plättchen, Bälle
Anzahl Schulkinder:	Klassengröße
Sicherheitsvorkehrungen:	Ggf. Softbälle verwenden.

Ablauf/Organisation: Mit Pylonen oder Stangen zwei Reihen von Toren aufstellen. Die Breite der Tore beträgt ca. 2 Meter. Mit Hütchen/Plättchen eine Abwurflinie zwischen den Toren kennzeichnen. In jedem Tor steht ein Schulkind, das gegen das gegenüberstehende Kind spielt. Pro Zweier-

team ist ein Ball im Spiel. Bei Musikstart beginnt das Spiel. Ziel des Spiels ist es, den Ball per Aufsetzer in das gegnerische Tor zu werfen. Dabei darf die Abwurflinie nicht übertreten werden. Die Schulkinder sind also abwechselnd Torhüter*in und Werfer*in.

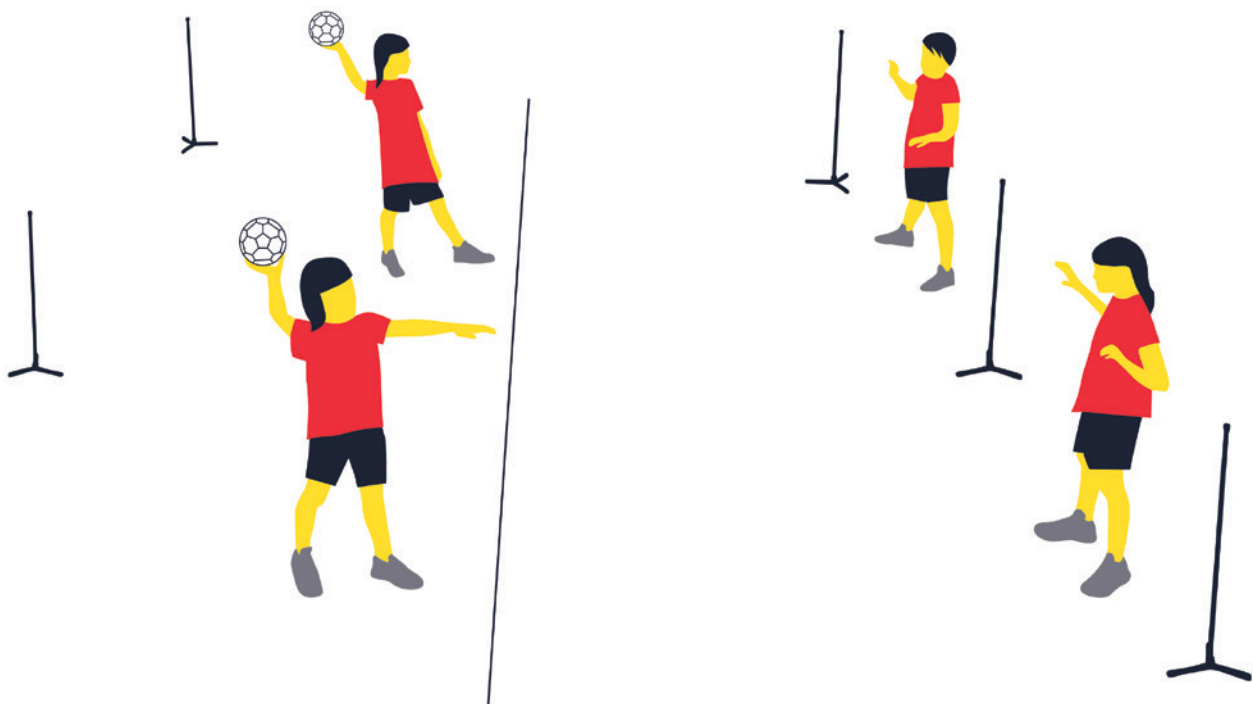
Progression 1: Nach einer Zeit unterbricht die Lehrkraft und auf einer Seite wechselt ein Schulkind von oben nach unten, sodass sich neue Paare bilden.

Progression 2: Es dürfen mit dem Ball nur drei Schritte gemacht werden.

Progression 3: Bei einem Sprungwurf darf die Abwurflinie übersprungen werden.

TIPP

Damit ein Spielfluss entsteht, Progression 2 und 3 lediglich bei Fortgeschrittenen einsetzen.



JAHRGANGSSTUFE 2/3: AUFSETZERBALL – 2X2

Zeitraumen:	15–20 Minuten
Material:	Musik, Pylonen/Stangen, Hütchen/Plättchen, Bälle
Anzahl Schulkinder:	Klassengröße
Sicherheitsvorkehrungen:	Ggf. Softbälle verwenden

Ablauf/Organisation: Mit Pylonen oder Stangen zwei Reihen von Toren aufstellen. Die Breite der Tore beträgt ca. 2,5–3 Meter. Mit Hütchen/Plättchen eine Abwurflinie zwischen den Toren kennzeichnen. In jedem Tor stehen zwei Schulkinder, die gegen die gegenüberstehenden Schulkinder spielen. Pro Spielfeld ist ein Ball im Spiel. Bei Musikstart beginnt das

Spiel. Ziel des Spiels ist es, den Ball per Aufsetzer in das gegnerische Tor zu werfen. Dabei agieren beide Schulkinder des gegnerischen Teams als Torhüter*innen. Die Abwurflinie darf nicht übertreten werden. Pässe dürfen innerhalb des Teams beliebig gespielt werden.

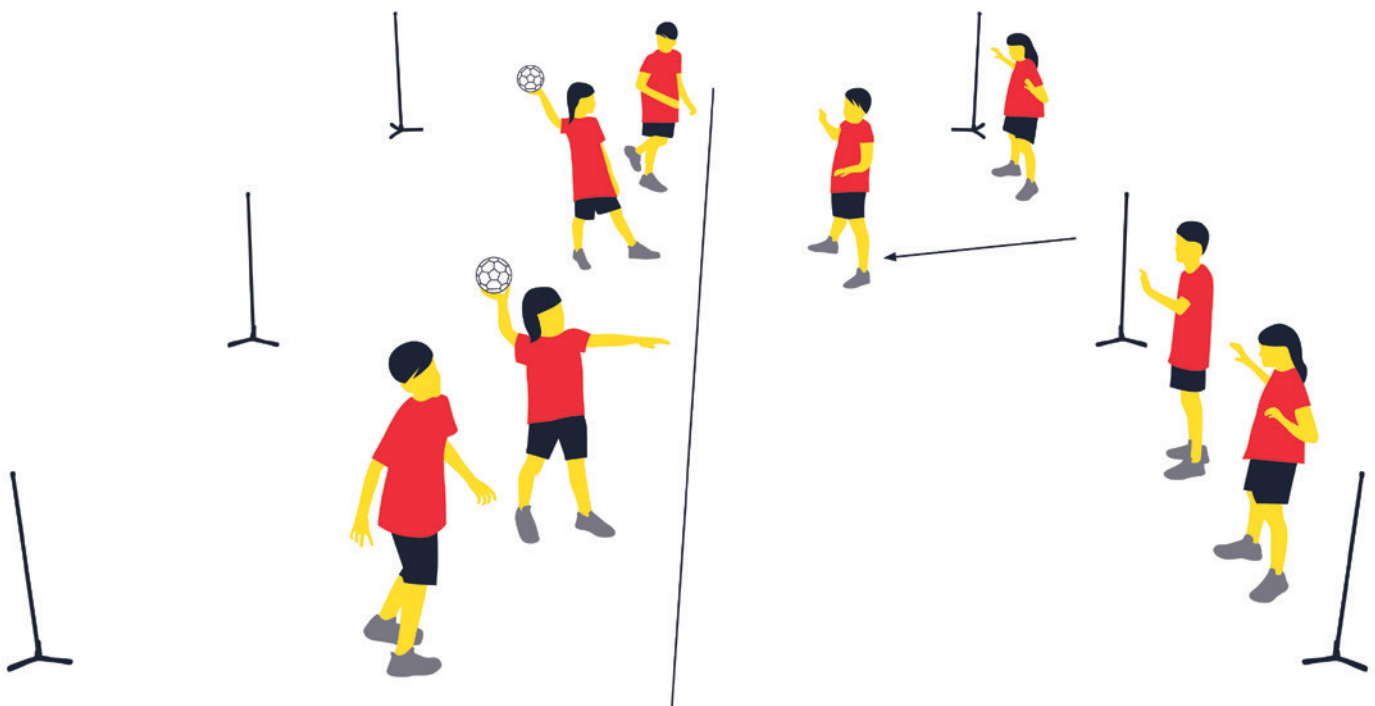
Progression 1: Nach einer Zeit unterbricht die Lehrkraft und ein Team wechselt auf einer Seite von oben nach unten, sodass sich neue Spielpaarungen bilden.

Progression 2: Es ist jetzt jeweils nur ein Schulkind im Tor. Das andere Schulkind fungiert als Blockspieler*in an der Abwurflinie.

Progression 3: Es dürfen maximal drei Pässe innerhalb eines Paares gespielt werden, dann muss ein Wurfversuch erfolgen.

TIPP

Die Paare zur Entwicklung von Taktiken ermutigen („Blitzreflexion“) und dazu Pausenzeiten vorgeben. Eine Blitzreflexion dauert ca. 30 Sekunden und die jeweiligen Spielpaare treffen sich kurz, um sich eine Taktik auszudenken.



JAHRGANGSSTUFE 3/4: AUFSETZERBALL – 3X3 MIT STÖRER*IN

Zeitraumen:	20–25 Minuten
Material:	Musik, Pylonen/Stangen, Hütchen/Plättchen, Bälle
Anzahl Schulkinder:	Klassengröße
Sicherheitsvorkehrungen:	Ggf. Softbälle verwenden

Ablauf/Organisation: Mit Pylonen oder Stangen zwei Reihen von Toren aufstellen. Die Breite der Tore beträgt ca. 2,5–3 Meter. Mit Hütchen/Plättchen eine Abwurflinie zwischen den Toren kennzeichnen. In jedem Tor stehen zwei Schulkinder, die gegen die gegenüberstehenden Kinder spielen. Ein Schulkind steht jeweils in der gegnerischen Hälfte (der*die sogenannte Störer*in). Pro Spielfeld ist ein Ball im Spiel. Bei Musikstart beginnt das Spiel. Ziel des Spiels ist

es, den Ball per Aufsetzer in das gegnerische Tor zu werfen. Dabei darf lediglich aus der eigenen Hälfte vor der Abwurflinie abgeworfen werden. Der*die Störer*in darf als Paspstation genutzt werden und den Ball von der anderen Gruppe gewinnen. Hat dies geklappt, spielt sie*er den Ball zurück zu ihrer*seiner Gruppe in die eigene Hälfte. Die Abwurflinie darf nicht übertreten werden. Pässe dürfen innerhalb des Teams beliebig gespielt werden.

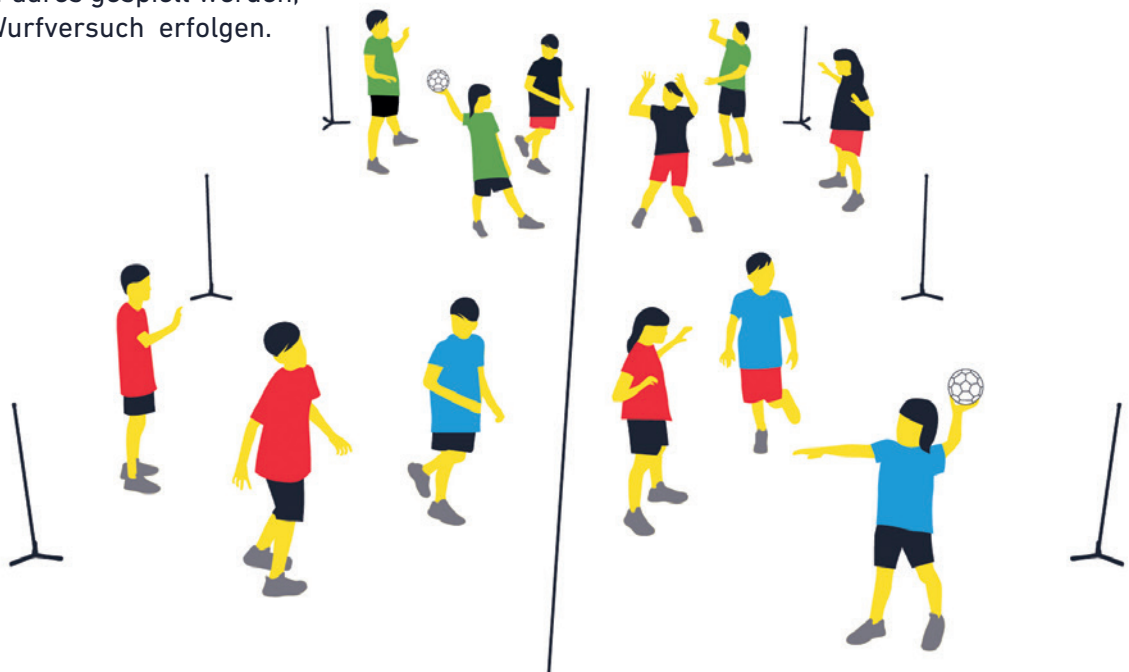
Progression 1: Nach einer Zeit unterbricht die Lehrkraft und ein Team wechselt auf einer Seite von rechts nach links, sodass sich neue Spielpaarungen bilden.

Progression 2: Der*die Störer*in wird innerhalb der Gruppe gewechselt. Es ist jetzt jeweils nur ein Schulkind im Tor. Das andere Kind fungiert als Blockspieler*in an der Abwurflinie.

Progression 3: Es dürfen maximal drei Pässe innerhalb eines Paares gespielt werden, dann muss ein Wurfversuch erfolgen.

TIPP

Die Paare zur Entwicklung von Taktiken ermutigen („Blitzreflexion“) und dazu Pausenzeiten vorgeben. Eine Blitzreflexion dauert ca. 30 Sekunden und die jeweiligen Spielpaare treffen sich kurz, um sich eine Taktik auszudenken.



HANDBALL X 2

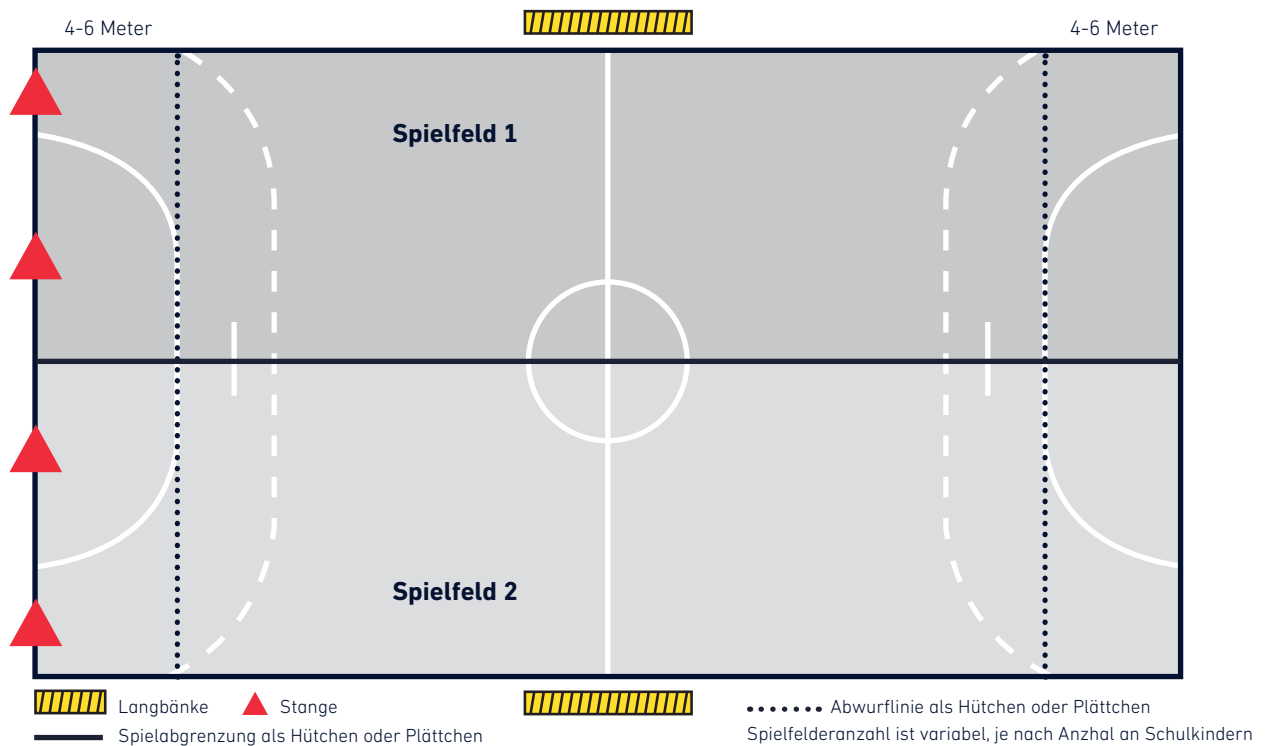
Die Zielspielform „**Handball x 2**“ lässt sich als Abschluss der Aufsetzer-Spielreihe gut für 3. oder 4. Jahrgangsstufen integrieren. Dabei ist das große Plus dieser Spielform, dass in einer Einfachturnhalle 20 Schulkinder sofort mitspielen können. Ist die Klassenstärke geringer, lässt sich die Gruppenstärke auch verkleinern.

Bei „**Handball x 2**“ wird die Einfachturnhalle in zwei Spielfelder in Längsstreifen mit Hütchen oder Plättchen geteilt. Zwei gerade Abwurfslinien – analog der Aufsetzer-Spielreihe – markieren die Abwurfent-

fernung. Die Distanz beträgt dabei 4–6 Meter. Vier Tore – entweder durch Stangen markiert oder auch normale Handballtore – stellen die Wurfziele dar.

Jeweils fünf Kinder besetzen pro Spielfeld ein Tor, d. h., es sind beim Start 20 Schulkinder eingebunden und gleichzeitig aktiv.

Die aufgeführte Abbildung soll einen Überblick über die Organisationsform geben.



JAHRGANGSSTUFE 3/4: HANDBALL X 2

Zeitraumen:	25–30 Minuten
Material:	Musik, Pylonen/Stangen, Hütchen/Plättchen, Bälle
Anzahl Schulkinder:	Klassengröße
Sicherheitsvorkehrungen:	Ggf. Sprossenwände und Langbänke mit Matten sichern.

Ablauf/Organisation: Die Hallenfläche (i. d. R. eine Einfahturnhalle) wird längs in zwei Spielfelder mit Hütchen/Plättchen geteilt. Auf beiden Querseiten werden mit Weichbodenmatten oder Pylonen/Stangen jeweils zwei Tore aufgebaut (vier Tore insgesamt). Zwei gerade Abwurflinien sind auf jeder Querseite im Abstand von ca. 4–6 Metern zum Tor angebracht. Es werden vier Gruppen gebildet. Zu Beginn sind fünf Schulkinder jeder Gruppe in beiden Spielfeldern. So-

mit sind 20 Schulkinder zu Beginn auf dem Spielfeld. Der Rest der Kinder ist zu Beginn als Auswechselspieler*innen neben den Spielfeldern positioniert. Bei Musikstart beginnt das Spiel. Ziel des Spiels ist es, den Ball per Aufsetzer in das gegnerische Tor zu werfen. Dabei agieren vier Schulkinder als Feldspieler*innen, ein Kind ist Torhüter*in. Die Abwurflinie darf nicht übertreten werden. Pässe dürfen innerhalb des Teams beliebig gespielt werden.

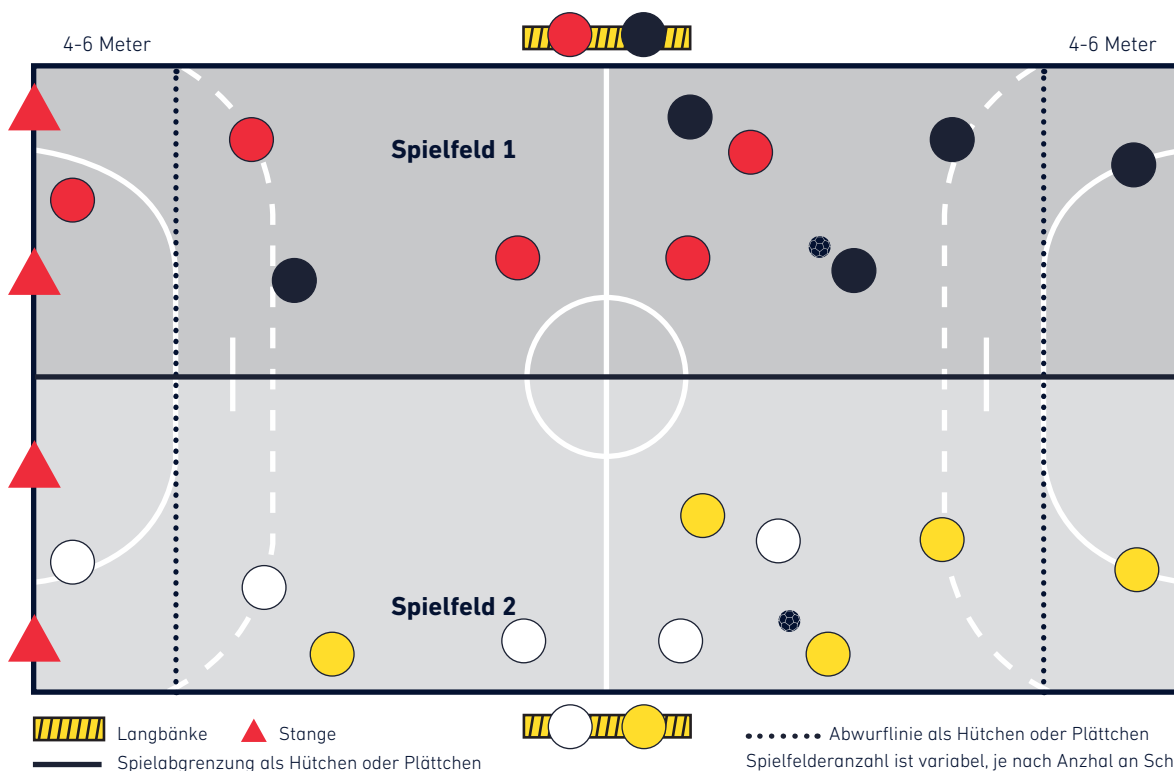
Progression 1: Nach jedem Torversuch (=Wurf) wechselt der*die Werfer*in schnell mit einem*einer Auswechselspieler*in.

Progression 2: Es darf indirekt, also per Aufsetzer, oder auch direkt auf das Tor geworfen werden.

Progression 3: Die Gruppen tauschen die Spielfelder.

TIPP

Nach einer vorgegebenen Spielzeit erfolgt eine Besprechung („Blitzreflexion“) der Schulkinder untereinander und die Gruppe legt eigenständig neue Taktiken fest. Die Gruppe bespricht, was gut und was schlecht lief.



HIER BEKOMMEN SIE WEITERE INFORMATIONEN:

Für weitere Informationen und Inhalte rund um Handball in der Grundschule bietet der Deutsche Handballbund viele praxisorientierte Materialien über seine Plattform (**www.dhb.de**) an.

Bei inhaltlichen Rückfragen steht der DHB unter **handball-grundschulaktionstag@dhb.de** gerne zur Verfügung.

Der DHB organisiert und veranstaltet gemeinsam mit den Landesschulbehörden sowie seinen Handball-Landesverbänden und weiteren Partnern (z. B. Deutscher Sportlehrerverband) Lehrkraftfortbildungen. Das **DHB Lehrkraftzertifikat** stellt eine Weiterbildungsmöglichkeit für Sportlehrkräfte der Klassen 1 bis 6 dar.

WEITERFÜHRENDE LITERATURHINWEISE:

Deutscher Handballbund (2020). DHB-Rahmentrainingskonzeption. Zugriff unter <https://www.dhb-trainercenter.de/dhb-rahmentrainingskonzeption/>.

Eisele, A., Hahn, H.-G., Deutscher Handballbund & Deutsche Schulsportstiftung (Hrsg.). (2015). Handball für die Grundschule. Münster: Philippka. – kostenfreie Lieferung über die DHB-Geschäftsstelle möglich.

Emrich, A. (2016). Spielend Handball in Schule und Verein (7., korr. Auflage). Wiebelsheim: Limpert.

Greve, S., Hamann, F. & Krüger, T. (2017). Handball in Stundenbildern. Sport in der Sekundarstufe. Wiebelsheim: Limpert.

Knobloch, I., Pieper, M. & Uhrmeister, J. (2020). Ballschule Handball. Buchreihe Ballschule. Band 2. Schorndorf: Hofmann.

König, S. & Husz, A. (2011). Doppelstunde Handball. Schorndorf: Hofmann.

Mess, F., Schulze, B. & Haag, H. (Hrsg.). (2019). Handball für Kinder in Schule und Verein. Schorndorf: Hofmann.

Neuhaus, M. & Deutscher Handballbund (Hrsg.). (2016). Durchführungsbestimmungen für eine einheitliche Wettkampfstruktur im Kinderhandball. Zugriff unter <https://www.dhb.de/de/services/mitspielen/kinderhandball/allgemeines/>.

Obinger, M. (2014). Handball für die Grundschule. Von der Ballgewöhnung bis zum gemeinsamen Spiel. Themenhefte Sport. Donauwörth: Auer.

Offner, D., Froschmeier, T., Schreiber-Munz, S., Schwesig, F., Spitzenpfeil, B. & Bayerische Landesstelle für den Schulsport (Hrsg.). (2018). Fit für den Sportunterricht in der Grundschule. Grundwissen. Praxisbausteine (9. Auflage). Augsburg: Auer.

Roth, K., Damm, T., Pieper, M. & Roth, C. (2020). Ballschule in der Primarstufe (2. Auflage). Schorndorf: Hofmann.

Schubert, R. & Späte, D. (2008). Kinderhandball – Spaß von Anfang an (4. Auflage). Münster: Philippka.



Impressum

Herausgeber: Deutscher Handballbund e. V. · Strobelallee 56 · 44139 Dortmund · 0231 911910 · www.dhb.de

Redaktion: Ben Schulze (DHB)

Design/Layout, Grafiken: PIE five Marketing Gesellschaft für Kommunikation mbH,
einraumapartment. KOMMUNIKATIONSDESIGN

Foto- und Quellenverweise: Sascha Klahn/DHB

Diese Publikation zum Grundschulaktionstag stellt eine Weiterentwicklung der DHB-Broschüre „Handball für die Grundschule“ aus dem Jahr 2016 dar, die unter der Projektverantwortung von Dr. Steffen Greve von Armin Eisele und Hans-Gerhard Hahn hauptsächlich erarbeitet wurde.

Der Handball-Grundschulaktionstag ist eine Initiative von:



EXKLUSIVER GESUNDHEITSPARTNER

