

Lerninhalte von Postis Ballschule

Powered bei Mauro Loritz Dienstleistungen



Hintergrund:

Die Ballschule soll den Kindern die Möglichkeit bieten, die Freude an Ballsportarten, egal ob Zielschuss- (Fußball, Handball, Basketball etc.) oder Rückschlagsportarten (z.B. Tennis, Badminton) für sich zu entdecken. Außerdem soll ihnen die „Angst“ vor Bällen genommen werden, indem in den einzelnen Ballschulstunden, neben den spezifischen Ballsportarten auch ihr Ballgefühl und Ballkoordination geschult wird. Die einzelnen Lerninhalte der Altersstufen sind so aufgebaut, dass die Kinder eine stetige Entwicklung ihrer Ballfertigkeiten durchleben. Um auch den Eltern einen Einblick in die Lerninhalte zu bieten, gibt es ab der Altersstufe 1 sogenannte „Fahrpläne“, für jede einzelne Ballschulgruppe, in denen innen steht, welche Ballsportarten/-themen die Kinder jede Woche erwarten. An diesen orientieren sich auch die Inhalte der Bambini-Ballschulstunden (ein Auszug aus einem Fahrplan ist unten beigelegt).



Lerninhalte der Bambini (2-4 Jahre)

Grobmotorik erlernen: Rollen, Stoppen, Werfen, Kicken

- **Materialien für Übungen:** Hütchen, Tore, Reifen
- **Spiele:** Boccia, Schweinchen in der Mitte, Jägerball

Technik/Koordination: Richtung/Weg des Balls erkennen/bestimmen, Spiele/Anweisungen umsetzen (Angst vor Bällen nehmen)

- **Materialien für Übungen:** verschiedene Bälle (Größe/Art)
- **Spiele:** Eistüte, Sonne/Wolken, Schiffe versenken

Sozialkompetenz: kennenlernen der anderen Kinder, Teamgefühl anschneiden

- **Umsetzung:** Eltern gegen Kinder, Kind gegen Elternteil
- **Spiele:** Wer hat die Kokosnuss geklaut, Mauerball, Rettende Inseln

Lerninhalte der Altersstufe 1 (4-6 Jahre)

Feinmotorik erlernen: Prellen, Dribbeln, Schlagen, Zielwerfen, Schließen

- **Anfang:** eigene Auseinandersetzung mit dem sportartspezifischen Material

Technik/Koordination/Taktik: Grundlagen der Ballsportart erlernen/verstehen, Orientierung/Passen/Anbieten im Spiel, Übungen/Spiele auf Zeit

- **Hauptteil:** vom Trainer ausgewählte Übungen erlernen, Staffelübungen

Sozialkompetenz: Teamgefühl entwickeln, Umgang mit Erfolg/Niederlage

- **Umsetzung:** Teams spielen gegeneinander
- **Ende:** ein kurzes Regeln abgestuftes/sportartspezifisches Spiel

Lerninhalte der Altersstufe 2 (6-8 Jahre)

Feinmotorik verbessern: Flugbahn des Balls abschätzen können, eigene Laufwege zum Ball erkennen, Zusammenspiel mit Mit-/Gegenspielern verbessern/optimieren

- **Anfang:** Grundlagen der Ballsportart erlernen

Technik/Koordination/Taktik: Grundlagen der Ballsportart erlernen/verstehen, Orientierung/Passen/Anbieten im Spiel, Übungen/Spiele auf Zeit

- **Hauptteil:** verschiedene Basisgrundlagen der Ballsportart kombinieren, unter Zeitdruck, Staffelübungen, mit konkretem Ziel am Ende (z.B Punkte sammeln)

Sozialkompetenz: Teamgefühl stärken, Umgang mit Erfolg/Niederlage weiter ausbauen

- **Umsetzung:** Teams spielen gegeneinander, unterschiedliche Zusammenstellungen
- **Ende:** mehrere Regeln abgestufte/sportartspezifische Spiele

Lerninhalte der Altersstufe 3 (8-10Jahre)

Feinmotorik optimieren: Ballbesitz im Spiel sichern, sichere Pässe spielen, Punkte/Tore im richtigen Moment Erzielen

- **Anfang:** Grundlagen der Ballsportart erlernen/wiederholen und diese weiter Vertiefen und festigen

Technik/Koordination/Taktik: Grundlagen der Ballsportart erlernen/verstehen, Orientierung/Kontrolle/Flexibilität im Spiel, Übungen/Spiele um Handlungen der Mit- und Gegenspieler zu erkennen

- **Hauptteil:** verschiedene Basisgrundlagen der Ballsportart kombinieren, unter Zeit-/Belastungs-/Organisations-/Komplexitätsdruck, Ballspiele mit konkretem Ziel am Ende (z.B. Kontrolle Ballbesitz/Ballübergabe, Laufweg und Abspielpunkt des Balls)

Sozialkompetenz: Teamgefühl weiter ausbauen, richtiger Umgang mit Erfolg/Niederlage

- **Umsetzung:** Teams spielen gegeneinander, unterschiedliche Zusammenstellungen
- **Ende:** sportartspezifische Spiele

Beispiel für ein Unterrichtskonzept der Altersstufe 1 im Basketball

Nr. 1	Datum / Uhrzeit	Gruppe AST 1	Ort Turnhalle	
Ziele / Akzente			Vorbereiten / Mitnehmen	
Einführung in die Ballsportart Basketball Grundlagen von Basketball erlernen			<ul style="list-style-type: none"> ▶ Basketballbälle ▶ umgedrehte kleine Kästen 	
Begegnen Bewegen Begreifen Behalten				
Einleitung (anschließend Trinkpause)				
Ziele/Akzente	Inhalte / Methoden		Organisation, Materialien	Zeit / ÜL
<i>Begrüßung</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Begrüßung der Kinder • Stundenthema verkünden 		▶ Basketballbälle austeilen	10
<i>Begrüßungsritual</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Aufwärmspiel (eigene Auseinandersetzung mit den Bällen) 		▶ Reifen	
Begründung: Mit Begrüßungsritual wissen die Kinder immer wann es losgeht				
Hauptteil (zwischendurch Trinkpausen)				
Ziele/Akzente	Inhalte / Methoden		Organisation, Materialien	Zeit
<i>Einzelübungen mit Basketballbällen</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Kinder nach Übungen fragen • Von Trainer vorgegeben: Basketballbälle hoch werfen/fangen, prellen, dribbeln (mit zwei Händen/einer Hand) Seiten wechseln, Druckpass, Sternschritt 		▶ Basketballbälle	20
<i>Partnerübungen mit Basketballbällen</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Kinder gegenüber aufstellen: • Über Boden zueinander prellen • Basketballbälle zuwerfen • Mit Druckpass zum Partner passen • Abstände zueinander variieren 		▶ Basketballbälle	10

„Korbwerfen“	<ul style="list-style-type: none"> • Von verschiedene Linien aus versuchen in den umgedrehte Kasten zu werfen 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Basketbälle ▶ umgedrehte kleine Kästen 	10
<p>▶ Begründung: Stufenweises Erlernen der Grundlagen des Basketballs</p>			
<p>Ausklang</p>			
Ziele/Akzente	Inhalte / Methoden	Organisation, Materialien	Zeit
Abschlussritual	<ul style="list-style-type: none"> • Abschlussspiel (z.B Jägerball...) • Feedback zu Basketball (Daumen) 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Softbälle 	10
<p>▶ Begründung: Kinder können nochmal durch die Halle toben, Feedback für Trainer</p>			
<p>Nachbereitung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hat alles so funktioniert, wie es geplant war? Was könnte ich ändern, um die Abläufe zu optimieren? War es zu schwer/leicht? 			

Fahrplan Postis Ballschule Altersstufe 1 (4-6 J.) Nordostzentrum Dienstag 15:45 Uhr

Datum	Thema	Inhalte
KW 06 (07.02.22)	Ballspiele (Kennen lernen)	Verschiedene Spiele/ Übungen mit Bällen
KW 07 (14.02.22)	Tennis	Vertiefung Tennis, Spiel
KW 08 (21.02.22)	Faschingsstunde	Verschiedene Spiele
Faschings- ferien	KW 09 (28.02.22 – 04.03.22)	
KW 10 (07.03.22)	Staffelspiele	Koordination und Teamgeist
KW 11 (14.03.22)	Minigolf	Verschiedene Stationen
KW 12 (21.03.22)	Volleyball	Grundlagen, Übungen
KW 13 (28.03.22)	Volleyball	Vertiefung Volleyball, Spiel
KW 14 (04.04.22)	Spiele mit Fokus auf Ballkoordination	Bälle verschiedener Form/Größe
Osterferien	KW 15-16 (11.04.22 – 22.04.22)	
KW 17 (25.04.22)	Partnerübungen mit Ball und Hindernislauf	Kennenlernen und Koordinative Elemente
KW 18 (02.05.22)	Basketball	Grundlagen, Übungen
KW 19 (09.05.22)	Basketball	Vertiefung Basketball, Spiel
KW 20 (16.05.22)	Geräteparcours	Turnerische Elemente mit Bällen verbunden
KW 21 (23.05.22)	Fußball	Grundlagen, Übungen
KW 22 (30.05.22)	Fußball	Vertiefung Fußball, Spiel
Pfingstferien	KW 23-24 (06.06.22 – 17.06.22)	
KW 25 (20.06.22)	Geschicklichkeitsaufgaben	Schulung der Geschicklichkeit und Koordination
KW 26 (27.06.22)	Teamspiele/-aufgaben mit Bällen	Zusammenarbeit fördern
KW 27 (04.07.22)	Badminton	Grundlagen, Übungen
KW 28 (11.07.22)	Badminton	Vertiefung Badminton, Spiel
KW 29 (18.07.22)	Balldiplom	Verschiedene kleine Aufgaben
KW 30 (25.07.22)	Wunschstunde	Kinder dürfen sich Spiele wünschen