

# Ballschule Heidelberg – ein ABC für Spielanfänger

Prof. Dr. Klaus Roth, ISSW Universität Heidelberg

Veröffentlicht bei DGUV/pluspunkt-ausgabe4/2011

## Bei der Integrativen Sportspielvermittlung gilt das Motto „Vielseitigkeit ist Trumpf“

Niemand würde bezweifeln, dass theoretisches Wissen – z. B. grammatikalische Kenntnisse oder mathematische Formeln – sowohl nach dem Leitsatz „von den spezifischen Anwendungen zur allgemeinen Regel“ als auch nach dem Motto „von der allgemeinen Regel zu den spezifischen Anwendungen“ erworben werden kann. Das gilt auch und in gleicher Weise für die Einführung in die Welt der Sportspiele. Die so genannten spielgemäßen *Lehrmodelle* folgen der ersten Wegrichtung. Bei ihrer Anwendung beginnt das „Ballspielleben“ der Schüler ohne Umwege mit dem Einstieg in ein ausgewähltes Zielspiel, etwa in das Basketball- oder Fußballspiel. Wichtig ist dabei das „Exemplarische Prinzip“. Durch einsichtiges Lernen und das Herausstellen von Zusammenhängen werden die Anfänger befähigt, ihre spezifischen Erfahrungen zu verallgemeinern, d. h. auf andere Sportspiele zu übertragen.

Die *Ballschule Heidelberg* ist das wohl bekannteste Beispiel für die zweite, „umgekehrte“ methodische Denkrichtung. Ihre Grundphilosophie lautet „vom Allgemeinen zum Spezifischen“. Konzepte dieser Art bezeichnet man in der fachdidaktischen Literatur als *Integrative Lehrmodelle*. Die Spiele werden als Mitglieder einer Familie angesehen, die einander ähnlich sind. Ihre Verwandtschaftsmerkmale werden gezielt herausgegriffen und *sportspielübergreifend* geschult. Angestrebt wird ein breites Fundament an Basiskompetenzen, das später ein schnelles und effektives Lernen in allen Sportspielen garantieren soll. Untersuchungsergebnisse und die oft belegte Annahme eines Transfers allgemeiner Faktoren legen die Wirksamkeit solcher vielseitiger, spielerischer Erfahrungssammlungen nahe. Nach dieser Hypothese besitzen generelle Fähigkeiten und Strategien einen hohen positiven Übertragungswert auf das Erlernen und die Optimierung spezifischer (sportartbezogener) Fertigkeiten.

## Das Baustein-ABC der Ballschule Heidelberg

Taktik (A)	Koordination (B)	Technik (C)
Anbieten & Orientieren	Ballgefühl	Flugbahn des Balles erkennen
Ballbesitz individuell sichern	Zeitdruck	Mitspielerpositionen/-bewegungen erkennen
Ballbesitz kooperativ sichern	Präzisionsdruck	Gegenspielerpositionen/-bewegungen erkennen
Überzahl individuell herausspielen	Komplexitätsdruck	Laufweg zum Ball bestimmen
Überzahl kooperativ herausspielen	Organisationsdruck	Spielpunkt des Balles bestimmen
Lücke erkennen	Variabilitätsdruck	Ballbesitz kontrollieren
Abschlussmöglichkeit nutzen	Belastungsdruck	Ballabgabe kontrollieren

### Was sind die wichtigsten Verwandtschaftsmerkmale der Sportspiele?

*Ziele und Inhalte der Ballschule*  
Bei der konkreten Benennung der Ähnlichkeitsmerkmale der Familie der Sportspiele und damit der Ziele und Inhalte der Sportspielvermittlung werden – nicht überraschend – Unterschiede zwischen verschiedenen integrativen Konzepten erkennbar. Empirische Bestimmungen und Absicherungen der Ziele und Inhalte für die Anfängerschulung liegen nur im Zusammenhang mit der Ballschule Heidelberg vor. Aus umfangreichen Befragungen von mehr als 100 Spielexperten konnten „3 x 7“-Basiskomponenten der allgemeinen Spielfähigkeit abgeleitet werden. Sie werden im Lehrmodell der Ballschule als Taktik-, Koordinations- und Technikbausteine bezeichnet und bilden so etwas wie das *ABC des Spielens Lernens*. Dieses soll den Schülern genauso vertraut werden wie das normale ABC.

### Wie werden die Verwandtschaftsmerkmale der Sportspiele geschult?

*Methodische Grundphilosophie der Ballschule*  
Den Bausteinen im Bereich der Ziele und Inhalte entsprechen auf der Ebene der Methoden die eigens für die Ballschule konstruierten Baustein-Spiele und Baustein-Übungen. Ihnen ist gemeinsam, dass jeweils eine oder mehrere der Anforderungen aus dem Anfänger-ABC in hoher Dichte zu bewältigen sind. So gibt es Spielformen, die ständig und wiederholend die Aufgabe Lücke erkennen beinhalten und z. B. Übungen zur Koordination unter Präzisionsdruck oder zum Baustein Spielpunkt des Balles bestimmen. Das „Eierlegen“ und das „Bälle balancieren“ sind zwei Beispiele aus den Ballschul-Lehrplänen, die insgesamt mehr als 400 Spiele und Übungen enthalten.  
*Bausteine: Lücke erkennen, Ballbesitz kooperativ sichern, Anbieten & Orientieren*



Zwei Teams spielen gegeneinander um den Ballbesitz. Im Spielfeld werden zwei bis fünf Gymnastikreifen mehr als die Anzahl der Mitspieler in einem Team verteilt. Die Mitspieler passen sich den Ball untereinander zu. Wer im Ballbesitz ist und sich unmittelbar an einem Gymnastikreifen befindet, stoppt den Ball im Reifen ab. Dafür gibt es einen Punkt, vorausgesetzt, es ist im Moment des Stoppens kein gegnerischer Fuß im Reifen.

Bausteine: Ballgefühl, Präzisionsdruck

Einen Ball mit verschiedenen Körperteilen balancieren:



- auf gestreckten Unterarmen
- auf dem Kopf
- auf dem Fuß
- auf der Hand

Von großen zu kleinen Balancierflächen wechseln, zunächst am Ort und dann in der Bewegung.

Viele der Spiele und Übungen sind so konstruiert, dass sie sowohl mit der Hand, dem Fuß oder dem Schläger ausgeführt werden können. Zu Beginn der Ballschule ist dabei dem Spielen eindeutig der Vorrang vor dem Üben zu geben. Es gelten die Prinzipien „Spielen macht den Meister“ und „Probieren geht vor Studieren“. Letzteres bedeutet, dass die Schüler nicht fortwährend instruiert und korrigiert werden. Ihnen wird vielmehr Raum und Zeit gegeben, eigene Erfahrungen zu sammeln. Diese Schwerpunktlegung auf ein freies, unangeleitetes „Spielen lassen“ beruht auf der Erkenntnis, dass wir Menschen lernen können, ohne

uns ausdrücklich darum zu bemühen und ohne zu wissen, was wir gerade lernen. Wir sind in der Lage, uns Wissensbestände und Können intuitiv, unbewusst, spielerisch-beiläufig anzueignen. In der Wissenschaft spricht man von impliziertem Lernen.

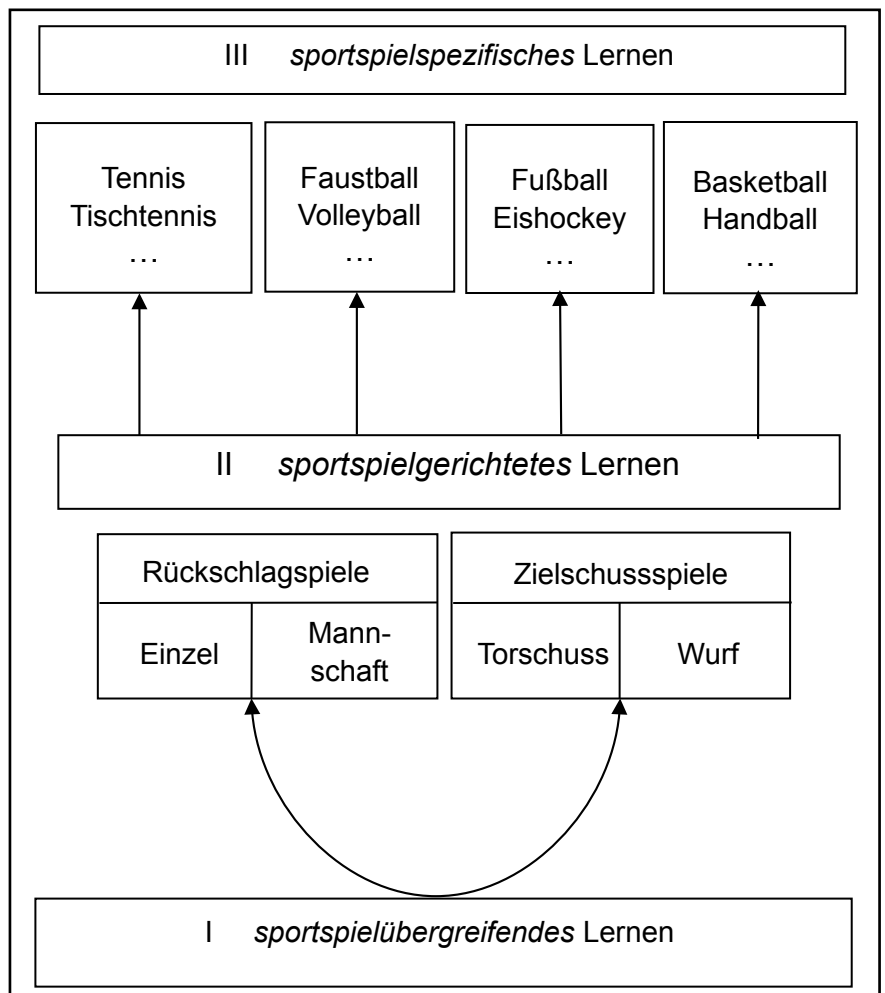
**Was folgt auf das ABC der Ballschule?**

In der Sekundarstufe 1 kann sich an die Ballschule die Vermittlung von sportspielgerichteten Spielfähigkeiten anschließen. Es werden quasi Spielfamilien gebildet, deren Mitglieder untereinander in besonders engen Verwandtschaftsverhältnissen stehen. Im deutschsprachigen Raum wird heute von zwei großen Kategorien ausgegan-

gen, die als *Rückschlagsspiele* und als *Zielschussspiele* bezeichnet werden. Bei einer konsequenten Umsetzung der integrativen Sichtweise werden die Schüler dann erst auf der dritten und letzten Ebene in einzelnen Sportarten spezialisiert.

Der integrative Weg „vom Allgemeinen zum Spezifischen“

Die Idee der mehrstufigen Ballschule schlug von Anfang an ein wie ein „unhaltbarer Schuss“! Heute arbeitet sie deutschlandweit mit Schulen, Kindergärten, Vereinen und Verbänden sowie mit zahlreichen internationalen Partnern zusammen.



**Infos für die Praxis:**

Die Spiele und Übungen wie auch die theoretischen Hintergründe der Ballschule sind in den folgenden Lehrplänen veröffentlicht:  
 Roth, K. & Kröger, Ch. (2011). Ballschule – ein ABC für Spielanfänger (4. kompl. überarbeitete Auflage). Schorndorf: Hofmann.  
 Roth, K., Kröger, Ch. & Memmert, D. (2002). *Ballschule Rückschlagsspiele*. Schorndorf: Hofmann.  
 Roth, K., Memmert, D. & Schubert, R. (2006). *Ballschule Wurfspiele*. Schorndorf: Hofmann.