

INHALT

Kapitel 1 Konzept der Ballschule: ein ABC für Spielanfänger	7
Einführung	8
Allgemeine Ziele: Ganzheitliche Entwicklungsförderung.....	11
Konkrete Ziele: Spielerische Basiskompetenzen	14
Definition „spielerische Basiskompetenzen“	14
Auswahl spielerischer Basiskompetenzen.....	15
<i>Taktische Basiskompetenzen</i>	15
<i>Koordinative Basiskompetenzen</i>	16
<i>Technische Basiskompetenzen</i>	18
Inhalte: Bausteine der Sportspiele	20
Taktikbausteine	23
Koordinationsbausteine	24
Technikbausteine	24
Methoden: Baustein-Spiele und Baustein-Übungen	26
Baustein-Spiele.....	26
<i>Was sind Baustein-Spiele?</i>	26
<i>Implizites Lernen</i>	27
<i>Spielerische Erfahrungssammlung und Kreativitätsentwicklung</i>	29
<i>Gestaltungsregeln für Baustein-Spiele</i>	33
Baustein-Übungen	33
<i>Übungen für Koordinationsbausteine</i>	34
<i>Übungen für Technikbausteine</i>	35
Nachfolgekonzepte	36
Zielgruppen und Projekte	38
Zusammenfassung.....	43

Kapitel 2	Taktische Basiskompetenzen: Baustein-Spiele	45
	Einführung	46
	Zeichenlegende und Darstellungsform	47
	Die Spiele-Sammlung	49
	Anbieten und Orientieren	49
	Ballbesitz individuell sichern	55
	Ballbesitz kooperativ sichern	62
	Überzahl individuell herausspielen	68
	Überzahl kooperativ herausspielen	75
	Lücke erkennen	81
	Abschlussmöglichkeit nutzen.....	89
Kapitel 3	Koordinative Basiskompetenzen: Baustein-Übungen	97
	Einführung	98
	Zeichenlegende und Darstellungsform	103
	Die Übungssammlung	104
	Ballgefühl	104
	Zeitdruck	110
	Präzisionsdruck	120
	Komplexitätsdruck	130
	Organisationsdruck	140
	Variabilitätsdruck	150
	Belastungsdruck	160
Kapitel 4	Technische Basiskompetenzen: Baustein-Übungen	167
	Einführung	168
	Die Übungssammlung	169

Flugbahn des Balles erkennen	169
Mitspielerpositionen / -bewegungen erkennen.....	176
Gegenspielerpositionen / -bewegungen erkennen.....	184
Laufweg zum Ball bestimmen.....	192
Spielpunkt des Balles bestimmen.....	199
Ballbesitz kontrollieren	207
Ballabgabe kontrollieren	214
Literatur	222