

Inhaltsverzeichnis

Einführung	7
Unsere Idee vom Handballspiel in der Sekundarstufe 1 und 2	8
Stundenübersicht Klassenstufen 5 und 6	13
Stunde 1: Gemeinsam spielend einen Einstieg in das Sportspiel Handball finden – Handball kennenlernen und wichtige Regeln besprechen	13
Stunde 2: Genau zielen und treffen – Einführung des Zielwurfs an Stationen	17
Stunde 3: Der Wurf ist unhaltbar!!! – Einführung des Torwurfs als Schlagwurf gegen einen Torhüter	22
Stunde 4: Wir springen hoch in die Luft – Einführung des Sprungwurfs als Torwurf gegen einen Torhüter	28
Stunde 5: Wie können wir uns den Ball geschickt zuspielen? – Fangen und Passen in Spielformen	31
Stunde 6: Der Ball kann springen – Tippen und Prellen und sich dabei bewegen	35
Stunde 7: Wie können wir unseren Gegner umspielen? – Kooperation in der Kleingruppe	38
Stunde 8: Wir erobern den Ball! – Teil 1: Den Ball abfangen	41
Stunde 9: Wir erobern den Ball! – Teil 2: Ich prelle den Ball heraus	44
Stundenübersicht Klassenstufen 7 und 8	48
Stunde 1: Wie fangen wir an? – Verschiedene Handballspiele zum Einstieg	48
Stunde 2: Handballbasics für den Angriff – Fangen, Passen, Prellen und Werfen	52
Stunde 3: Der wichtigste Spieler in einem Handballteam – Der mutige Torwart	56
Stunde 4: Lauftäuschung und Doppelpass – So komme ich im Angriff an einem Gegenspieler vorbei	59
Stunde 5: Torwurf oder Pass – Elementare Entscheidungen im Angriff treffen!	63
Stunde 6: Eine gute Abwehr – Teil 1: Wie kommt mein Gegenspieler nicht an mir vorbei?	67
Stunde 7: Eine gute Abwehr – Teil 2: Mit Teamarbeit legt man den Grundstein für den Erfolg!	72
Stunde 8: Wir wollen ein schnelles Tor werfen – Den Ball erobern und einen Tempogegenstoß laufen!	75
Stunde 9: Tempo und Teamgedanke – Das macht Handball aus!	80
Stundenübersicht Klassenstufen 9 und 10	84
Stunde 1: Wir spielen Hand-Ball-Spiele zum Einstieg – Handball-Erinnerungen sammeln, wichtige Regeln wiederholen und Regelkenntnisse erweitern	84
Stunde 2: Wir passen, fangen, prellen und werfen – Basics für das Angriffsspiel	88
Stunde 3: Wir umspielen den Gegenspieler – Teil 1: Freilaufen und einfache Täuschungen	92
Stunde 4: Wir umspielen den Gegenspieler – Teil 2: Körpertäuschungen	97
Stunde 5: Wir umspielen den Gegenspieler – Teil 3: Pass- und Wurf-täuschungen	102
Stunde 6: Wir spielen mehrere Gegenspieler aus – Torwurf oder Zuspiel?	106
Stunde 7: Wir erkennen Räume und bespielen diese – Fern- und Nahwurfspieler spielen zusammen	111
Stunde 8: Wir erlernen Basics für das Abwehrspiel – Grundstellung, Arm- und Beinarbeit, aktive Balleroberung	116
Stunde 9: Wir erobern den Ball – Abwehr gegen Angriff	121

Stundenübersicht Oberstufe	125
Stunde 1: Passen, Fangen, Prellen, Werfen – Alles mit Hand und Ball	125
Stunde 2: Variabel und kreativ – Wir werfen von verschiedenen Positionen und mit verschiedenen Techniken	131
Stunde 3: Wir spielen auf verschiedenen Angriffspositionen – Rückraum, Außen, Kreis	137
Stunde 4: Kooperatives Zusammenspiel im Angriff – Teil 1: Sperren	141
Stunde 5: Kooperatives Zusammenspiel im Angriff – Teil 2: Parallelstoß und Pass-/Lauftäuschung	144
Stunde 6: Wir verteidigen unser Tor – Spielen in der Manndeckung	149
Stunde 7: Offensive Abwehr – Verteidigen in der 1:5-Abwehr	154
Stunde 8: Tempospiel – High-Speed-Handball in alle Richtungen	159
Stunde 9: Wir spielen in Grundspielen – Gezielte Vorbereitung für das Turnier	163
 Alle Klassenstufen	 167
Stunde 10: Wir organisieren und spielen ein Turnier – Der Abschluss der Unterrichtseinheit	167
 Exkurs: Beachhandball	 170
Handball auf Sand – Eine lohnende Outdoor-Variante	170
 Literaturverzeichnis	 178
 Die Autoren	 180