

# Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung .....	6
2	Sportspiel Wasserball .....	8
3	Wasserball im Schulsport .....	12
4	Methoden zur Einführung des Wasserballspiels .....	15
5	Körpertechniken .....	19
5.1	Wassertreten .....	19
5.2	Starten .....	24
5.3	Stoppen und Wenden .....	26
6	Balltechniken .....	28
6.1	Ballaufnahme .....	28
6.2	Fangen .....	31
6.3	Passen .....	34
6.4	Dribbling .....	42
7	Wurftechniken .....	46
7.1	Schlagwurf .....	46
7.2	Bogenwurf .....	49
7.3	Rückhandwurf .....	49
7.4	Ziehwurf .....	50
7.5	Druckwurf .....	50
7.6	Selbstdoppler .....	51
7.7	Spiel- und Übungsformen zum Wurf .....	53
8	Taktik .....	61
9	Torwart .....	69
10	Exemplarische Unterrichtseinheit für die Schule .....	74
11	Anhang .....	77
11.1	Geschichte des Wasserballspiels .....	77
11.2	Offizielle Spielregeln .....	79
11.3	Spielerpositionen und Grundaufstellung .....	84
11.4	Mannschaftstaktik .....	85
11.5	Altersklassen .....	86
11.6	Ligen in Deutschland .....	86
11.7	Tests .....	87
12	Literaturverzeichnis .....	92