

Zeitschrift:	Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
Herausgeber:	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
Band:	8 (1951)
Heft:	5
Artikel:	Spiele fördern die Vielseitigkeit
Autor:	Meier, Marcel
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-991253

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Spiele fördern die Vielseitigkeit

Marcel Meier

In den Leiterkursen machen wir immer wieder die Beobachtung, dass es bei den Ballspielen hauptsächlich zwei Typen unter den Teilnehmern gibt: die gewandten, mit dem nötigen Ballgefühl ausgestatteten Spieler auf der einen und die unbeholfenen, denen jeder Ball aus den Händen spritzt, auf der andern Seite. Man erkennt sofort alle die, welche in ihrer Knabenzeit viel Ballspiele betrieben haben, kennen sie doch die Eigenarten eines Balles; sie sind fang- und wurfsicher, bei Weitwürfen oder bei Prellbällen laufen sie automatisch in die richtige Entfernung zum Ball; alles Dinge, die ihre Kameraden, die sich früher wenig mit Ballspielen befassten, nicht beherrschen.

Die Beobachtungen haben uns dazu bewogen, zwei bis drei Nummern dem Spiel zu widmen. Nach der Bilderserie «Wurf- und Fangtechnik» in No. 3, 1951, bringen wir hier eine kleine Zusammenstellung von Ballspielen, die als Vorbereitung zum eigentlichen Handball betrachtet werden können. In einer der nächsten Nummern wird dann Hans Rüegsegger über die Schulung im Handball berichten.

b) Dasselbe, nur befindet sich das Wild ausserhalb des Spielfeldes. Bei Anpfiff springt das erste Wild ins Feld, wenn es abgeschossen wird das zweite, usw. Auch hier wird die Zeit gestoppt.

Jägerball fördert das Zusammenspiel, das weiche, plazierte Zuspiel und das saubere, rasche Fangen. Es eignet sich auch gut für die Halle.

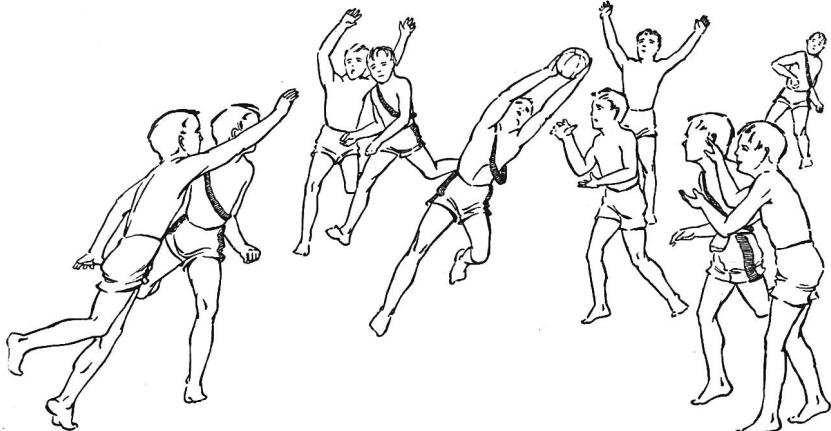
Schnappball (s. Bild !)

Spielgedanke. Jede der beiden gleich grossen Parteien sucht möglichst viele Fänge zu machen. Dies hängt vom geschickten Freistellen, guten Zuspielen und sicheren Fangen ab. Ist die Partei nicht im Besitz des Balles, so sucht sie ihn durch gutes Decken des Gegners und gewandtes Abfangen zu erhaschen.

Spielfeld. Länge und Breite ca. 10—20 m, je nach Spielerzahl.

Spielgerät. Handball, Spielabzeichen.

Spielmänner schaften. Eine Mannschaft zählt 6—10 Spieler. Diese verteilen sich regelmässig im Feld.



Jägerball

Spielgedanke. Durch rasches und geschicktes Ball-Zuspielen suchen die Jäger das Wild einzukreisen und zu treffen. Das Wild ist bestrebt, dem Abwurf durch geschicktes und überlegtes Ausweichen zu entgehen.

Spielfeld. Länge 15—25 m, Breite 10—15 m.

Spielgeräte. Handball, Spielabzeichen.

Spielmänner schaft. Eine Mannschaft kann 5—15 Spieler zählen. Die Jäger verteilen sich gleichmässig im ganzen Spielfeld. Das Wild stellt sich so auf, dass es dem Ball am sichersten ausweichen kann.

Spielbeschreibung.

a) Für den Jägerball als Parteispiel werden die Spieler in zwei gleich grosse Parteien eingeteilt. Die einen, die Jäger, verteilen sich gleichmässig im Spielfeld. Sie haben die Aufgabe, die darin befindliche andere Partei, das Wild, mit dem Ball zu treffen. Hauptregel ist auch hier, dass kein Spieler mit dem Ball in der Hand eine Ortsveränderung vornehmen, also laufen darf. Ein nach einem Lauf erfolgter Treffer ist ungültig. Wenn der Spielleiter dafür sorgt, dass der Ball stets sofort weitergespielt wird, so verschwindet das Laufen mit dem Ball von selbst.

Vom Anpfiff bis zum Abschuss des letzten Wildes wird die Zeit gestoppt. Welche Partei benötigt als Jäger weniger Zeit?

Die Gegenpartei stellt sich so auf, dass ihr das Wegschnappen und Fangen des Balles möglich wird.

Spielbeschreibung. Jede Partei sucht in den Besitz des Balles zu gelangen und diesen durch geschicktes Zusammenspiel möglichst lange zu behalten, d.h. durch Fangen Punkte einzubringen. Die Gegenpartei ist bestrebt, den Ball durch rasches Decken wegzuschnappen und sich ihrerseits den Ball zuzu spielen.

Spielregeln:

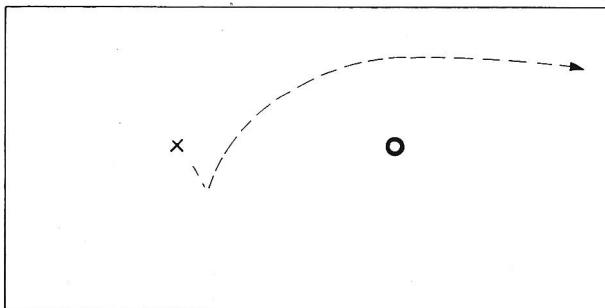
1. Das Spiel wird durch Hochwerfen des Balles zwischen zwei Gegnern eröffnet.
2. Mit dem Ball in der Hand darf nicht gelaufen werden.
3. Der Ball darf dem Gegner nicht aus den Händen gerissen, auch darf der Gegner nicht umklammert, gestossen oder gehalten werden.
4. Jeder gefangene Ball gilt als Gepunkt.
5. Fangen zwei Gegner gleichzeitig den Ball, so ist Schiedsrichterwurf zu geben (der Schiedsrichter wirft den Ball zwischen zwei Gegnern auf).
6. Fliegt oder rollt der Ball über die Spielfeldgrenze, dann gehört er der Partei, die ihn nicht zuletzt berührt hat. Der Ball wird von der Grenze eingeworfen.
7. Wer zuerst 21 Punkte erreicht hat, ist Sieger.

8. Das Spiel kann durch weitere Regeln (Handball) ausgebaut werden.

Schnappball ist als direktes Vorbereitungsspiel für Handball sehr gut geeignet. Es hat den enormen Vorteil, dass es auf kleinstem Raum gespielt werden kann. Ausser dem Torwurf enthält es beinahe alle Eigenschaften des Handballspiels.

Kampf um den Ball

Der allseitig ausgebildete Handballspieler muss auch richtungstarnende Körpertäuschungen beherrschen. Wer seinen Gegner überspielen will, muss mit grossem Geschick die beabsichtigte Laufrichtung durch andersweisende Antrittsbewegungen zu tarnen verstehen. Um dieses wichtige Detail üben zu können, eignet sich der «Zweikampf um den Ball» sehr gut. Auf einem abgesteckten Raum von 10 m Breite und 20 m Länge versucht ein Spieler an seinem Deckungsspieler vorbei zu kommen. Das Spiel ist gewonnen, wenn er ohne



Regelverstoss die Gegengrenze des Feldes überlaufen kann. Die beste Art zum Richtungstäuschen ist ein kurzer Antritt nach rechts mit nachfolgendem Linkslauen oder umgekehrt, ferner ein Antritt nach links, mit kurzer Körpertäuschung nach rechts, um dann aber doch links vorbeizulaufen. Der Deckungsspieler muss den Durchbruch durch ein wegversperrendes Vorstellen oder Aus-der-Handspielen des Balles zu hindern suchen.

Schnelligkeit ist hier das A und O. Wer die Kunst des Startens und Sprintens nicht beherrscht, wird nie ein guter Handballer. Die Schnelligkeit muss aber mit einer ebenso wichtigen Eigenschaft gepaart sein: mit der Wendigkeit.

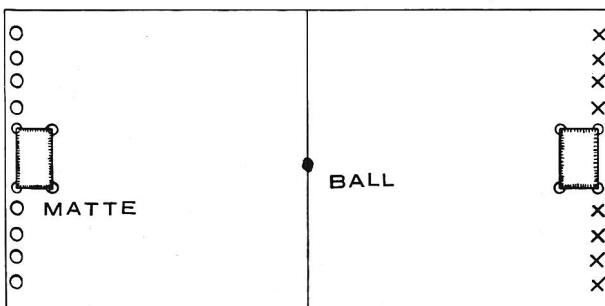
Raufball

Spielgedanke. Der Ball muss ins gegnerische Mal getragen und dort niedergelegt werden. Als Mal kann eine Sprungmatte dienen.

Spielfeld. Turnhallengrösse.

Spielmannschaften. 6—11 Spieler.

Spielgerät. Voll- oder Medizinball.



Spielregeln. Der Ball liegt zu Beginn des Spieles in der Mitte des Spielfeldes. Beide Mannschaften sind auf der Torlinie auf ein Glied aufgestellt. Beim

Anpfiff stürzen sich nun beide Parteien auf den Ball, um ihn so rasch wie möglich auf die Matte der Gegenpartei zu tragen, werfen, stossen oder zu treten. Der Gegner darf dabei angegriffen, weggezogen, weggestossen, gerempelt, geklammert werden.

Was ist ausserdem noch gestattet? Alles, was noch unter den Begriff fair play gehört. Rohes Spiel verursacht Freiwurf.

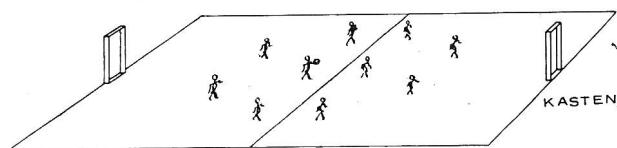
Bei Ausfällen gibt es Einwurf, bei Ausfällen über die Torlinie Abwurf von der Matte.

Da das Spiel stark ermüdet, soll nur kurz (zweimal 5 Minuten) mit Auswechselspielern gespielt werden.

Raufball schafft eine gesunde Härte und eine tadellose Kondition. Da die Regeln sehr viel Freiheiten zulassen, ist Raufball dazu geeignet, die Leute durch weise Führung auch charakterlich zu beeinflussen. (Erziehung zur gesunden aber fairen und ritterlichen Härte.)

Kastenball

Als Uebergang zum Hallenhandball eignet sich dieses Spiel besonders gut. Ueberall dort, wo keine grosse Halle zur Verfügung steht kann dieses Spiel als Ersatz und als Vorbereitung für das eigentliche Handballspiel betrieben werden.



Spielfeld. Turnhalle. Jeder an die Wand gespielte Ball bleibt im Spiel. An den Schmalseiten der Halle steht je ein Tor in Form eines Satzes des Sprungkastens. Der Torraum ist ein Halbkreis von 4—5 m Radius, gezogen von der Mitte des Tores aus. Eine Mittellinie teilt das Spielfeld in Hälften.

Spielgerät. Handball.

Spielmannschaft. Jede Partei besteht aus 5 Mann (drei Stürmer, zwei Verteidiger).

Spielzeit. Zweimal 5 Minuten.

Spielgedanke. Wie beim Handball. Statt dass auf das von einem Torhüter bewachte Tor geschossen wird, muss versucht werden den Ball in den ca. 1.50 m hohen und 50 cm breiten Kasten zu werfen. Die Spieler werden dadurch gezwungen, genau zu schießen, was sich dann später auf dem Platz gut auswirkt. Erschwert wird die Schussarbeit noch durch die Bestimmung, dass Tore nicht durch Rollen des Balles erzielt werden dürfen, sondern nur durch Aufsetzer oder direkte Schüsse.

Spielregeln. Wie Hallenhandball.

Die hier aufgezählten Spiele, die man noch durch viele andere erweitern könnte, dienen nicht nur dazu, auf das eigentliche Handballspiel vorzubereiten, sondern sie bringen Abwechslung in den Uebungsbetrieb. Bei jedem dieser Spiele wird etwas ganz besonderes betont, sei es nun Härte und Kondition (Raufball), Schnelligkeit und Wendigkeit (Kampf um den Ball), oder sicheres Fangen und Zuspiel (Schnappball) etc.

Wenn Du, lieber Leiter, im Winter oder bei schlechtem Wetter diese Spiele in das Programm einbaust, wirst Du feststellen, dass sie Dir wertvolle Aufbauarbeit für den Handball im Freien leisten.

Literatur: Turnschule für die männliche Jugend 1942.
Schelenz: Das Training des Handballspiels.
W. Henning: Hallen-Kampfspiele.