

Zeitschrift: Schweizerische Lehrerzeitung
Herausgeber: Schweizerischer Lehrerverein
Band: 122 (1977)
Heft: 18: Schulpraxis : Korball in der Schule

Sonderheft: Schulpraxis : Korball in der Schule

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

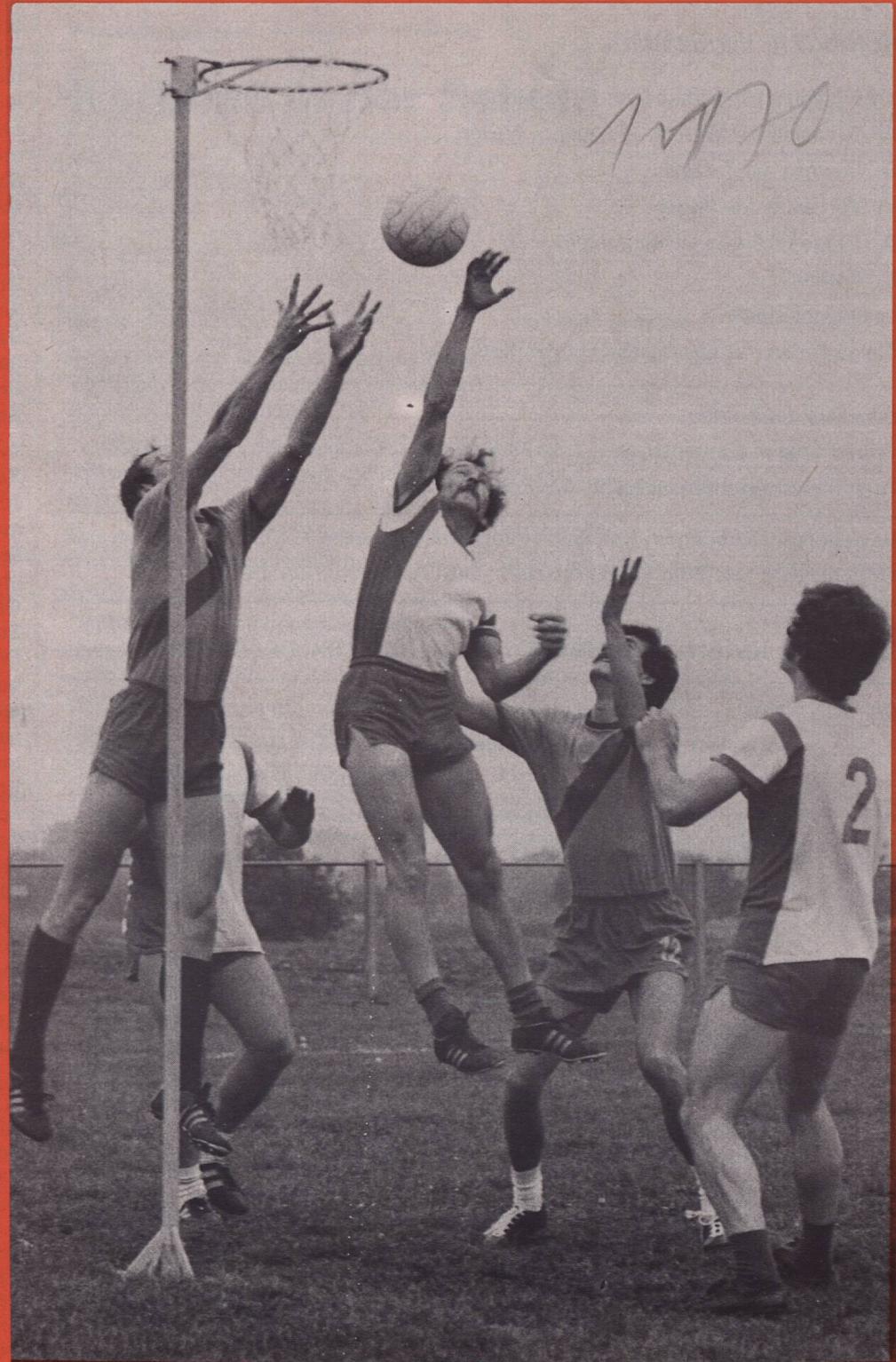
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media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

Download PDF: 26.12.2025

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

Schulpraxis

Monatsschrift des Bernischen Lehrervereins

Schweizerische
Lehrerzeitung**Hugo Lehmann / Robert Studer**

Korbball

in der Schule

Schulpraxis / Schweizerische Lehrerzeitung — Nr. 18

Monatsschrift des Bernischen Lehrervereins

5. Mai 1977

Redaktion des «Schulpraxis»-Teils: H. R. Egli, 3074 Muri BE

Hugo Lehmann / Robert Studer:

Korball in der Schule

Vorschlag eines Aufbaues für 5.–9. Schuljahr	49
A. Tummeln mit Werfen – Fangen – Prellen	50
B. Erlernen der Technik	51
C. Vorbereitende Spiele	57
D. Einige taktische Überlegungen	59
E. Korball	60
Lektionsbeispiele	62
Einige Daten aus der Geschichte des Korballs	63

Adressen der Autoren:

Robert Studer, Grubenstrasse 11, 3123 Belp BE

Hugo Lehmann, Höhenweg 29, 4562 Biberist SO

Bewegungszeichnungen: Hermann Hofmeister, Winterthur

Umschlagbild und Foto im Text (S. 60): Otto Aschmann, Zürich

Liste der lieferbaren Hefte der «Schulpraxis» (Auswahl)

Nr.	Monat	Jahr	Preis	Titel
				Sonderdruck
1	April	63	2.—	Die Eidgenossen, 1291–1516, Quellen
3	Juni	63	2.—	Zum 60. Geburtstag von Otto Friedrich Bollnow
4/5	Juli/Aug.	63	1.50	Im Tierpark – Tierzeichnen nach Natur
6/7/8	Sept.–Nov.	63	2.—	Otto von Geyrerz und die Schule
9/10	Dez./Jan.	63/64	4.—	Das Atom – Aufgabe unserer Zeit
9	Dezember	64	3.—	Island
10/11	Jan./Febr.	65	3.—	Mittelalterliche Burgen, Ruinen und Burgplätze
1/2	April	65	3.—	Studienwoche im Wallis
3	Juni	65	3.—	Expo 1964 1. Heft
4	Juli	65	2.—	Expo 1964 2. Heft
5	August	65	1.50	Probleme und Hilfsmittel im Religionsunterricht
8/9	Nov./Dez.	65	2.—	Italienischunterricht
				Moderne Sprache im Deutschunterricht, Schule und Schundliteratur – Beiträge Rechtschreibung
1/2	Jan./Febr.	66	3.—	Erziehung und Sprache
4/5	April/Mai	66	3.—	Tierzeichnen nach Natur, Modellieren usw.
7/8	Juli/Aug.	66	3.—	Franziskus von Assisi
			1.—	Lesebogen
9	September	66	1.50	Zur Methodik der pythagoreischen Satzgruppe – Mathematische Scherzfragen
10/11	Okt./Nov.	66	2.—	Eislauf – Eishockey
12	Dezember	66	3.—	Zu M. Wagnerscheins päd. Denken, Übungen zum Kartenverständnis
1/2	Jan./Febr.	67	3.—	Photoapparat und Auge
			1.—	Lesebogen
3/4	März/April	67	3.—	Beiträge zum Technischen Zeichnen
7	Juli	67	2.—	Bibliotheken, Archive, Dokumentation
8	August	67	1.50	Der Flachs
11/12	Nov./Dez.	67	4.—	Sprachunterricht
1	Januar	68	2.—	Schultheater
4/5	April/Mai	68	3.—	Schulschwimmen heute
8/9/10	Aug.–Okt.	68	4.—	Bernische Klöster II (Bernische Klöster I, 4/5, 1958 vergriffen)
11/12	Nov./Dez.	68	3.—	Simon Gfeller

Fortsetzung 3. Umschlagseite

Zu diesem Heft

Greifen wir, mit Verlaub, zuerst zum englisch-deutschen Wörterbuch: basket = Korb, basket-ball = Korballspiel. Konservativ bis altväterisch mag es scheinen, wenn die «Schulpraxis» angesichts der fortschreitenden Anglisierung des Deutschen darauf beharrt, *Korball* als Haupttitel zu wählen statt *Basketball*. Immerhin, der Redaktor weiß: es geht hier nicht um Sprachfüteleien, sondern um zwei Arten von Korballspielen, die nach unterschiedlichen Regeln zu spielen sind. Seit langem ist ihm als ein Hauptunterschied bei den Einrichtungen für die beiden Spiele aufgefallen, dass beim Basketball ein Brett hinter dem Korb montiert ist, beim Korball dagegen nicht. In jüngster Zeit scheinen nun aber einige Basketballspieler der Behauptung zu neigen, auch Korballspieler brauchen Bretter, nur trügen sie diese vor dem Kopf...

Zwar wird in Band 3 von *Turnen und Sport in der Schule* versichert, man wille «den Basketball, der in den deutschsprachigen Regionen weniger systematisch gepflegt worden ist, etwas fördern, ohne den Korball auszuschliessen». Geht es wirklich um ein bereicherndes Sowohl-als-auch oder doch eher um ein Entweder-oder, das dem Korball die Luft ablässt? Das Korballspiel ist im erwähnten Band nur noch mit einem knappen Auszug aus dem Regelwerk enthalten, und in Band 8 (Spiele) erscheint die Spielbeschreibung bloss in einer Kurzfassung. Sinn für ausgleichende Gerechtigkeit erscheint angezeigt; deshalb gibt die «Schulpraxis» den Korballfreunden Raum, Aufbau und Eigenart des Korballspiels darzulegen. Sie vermittelt Anleitung für ein Spiel, das mit wenig materiellem Aufwand auch in primitivsten Verhältnissen gespielt werden kann. Robert Studer, einer der Autoren dieses Heftes, schreibt dazu:

Korball ist nach wie vor vielerorts, nicht nur in Regionen mit einfachen Verhältnissen, ein beliebtes, vollwertiges und von breiten Schichten in Schulen und Turnvereinen getragenes Spiel. Es muss erhalten bleiben.

Die vorliegende Arbeit will die entstandene Informationslücke schliessen. Sie wird sich an die Lehrer und Leiter von Jugendorganisationen, die Korball aus Überzeugung oder aus materiellen oder räumlichen Gründen beibehalten wollen. Zusammengestellt ist sie aus Beiträgen der alten und neuen Turnbücher. Bald einmal werden die instruktiven Darstellungen in älteren Ausgaben nicht mehr zur Verfügung stehen; um den Kollegen die Mühen zeitraubenden Suchens zu ersparen, überreichen wir ihnen diese handliche Anleitung.

Die Redaktion

Hugo Lehmann / Robert Studer

Bewegungsskizzen: Hermann Hofmeister

Korball in der Schule

Vorschlag eines Aufbaues für 5.–9. Schuljahr Knaben und Mädchen

5. Schuljahr:

Tummeln
mit Werfen, Fangen und Prellen

Technik – erste balltechnische Übungen

Spiel – Grenzball – Ball über die Schnur –
Jägerball, einfachere Formen

6. Schuljahr:

Übungsformen des Tummelns

Konditionsschulung

Technik – weitere technische Schulung

Spiel – wie 5. Schuljahr, dazu

Linien- oder Wandball

Blende- und Vorlagespiel = erste Taktik

7. Schuljahr:

Üben: Technische Schulung –
Anwendungsformen

Konditionsschulung

Spiel – wie 6. Schuljahr, dazu

Keulen- und Kastenball, Schnappball,
einfacher Korball

8./9. Schuljahr:

Technik weiterschulen

Konditionsschulung

Spiele – Auswahl aus allen
vorbereitenden Formen

Schnappball, steigern der Anforderungen
– Korballendform – Regelkunde

Auf allen Stufen sind *Tummelformen* stets
beizubehalten zur Lektionseinleitung oder
zum beruhigenden Ausklang.

Merke

Dieser Aufbau ist ein unverbindlicher
Vorschlag, der Lehrer/Leiter muss ihn
seinen Verhältnissen anpassen.

Verfrühte Endform oder technisch zu hohe
Anforderungen verderben mehr als sie
nützen.

Das durchschnittliche Können der Klasse
muss als Mass angenommen werden.

Die Mädchen sind den Knaben gleichge-
stellt, mit den in den Regeln vorgesehenen
Einschränkungen.

Wir wollen spielen und nicht in den Vor-
übungen stecken bleiben, nach dem
Sprichwort

«C'est en forgeant
qu'on devient forgeron.»

Das Spiel lernt man nur durch Spielen.

Kondition schaffen

1. Schulungsformen
2. Spielformen

C. Vorbereitende Spiele auf dem Wege zur Endform

Grenzball

Ball über die Schnur

Kreistreffball

Jägerball

Linien- oder Wandball

Keulenball

Kastenball

D. Einige taktische Überlegungen, um ein gutes Spiel zu erreichen

Platzhalten

Freilaufen

Abdecken

Schulungs- und Spielformen

E. Korball

Spielgedanke

Spielfeld und Aufstellung

Spielgeräte

Regelwerk

Stundenregeln

Messbare Elemente

Lektionsbeispiele

Anmerkung

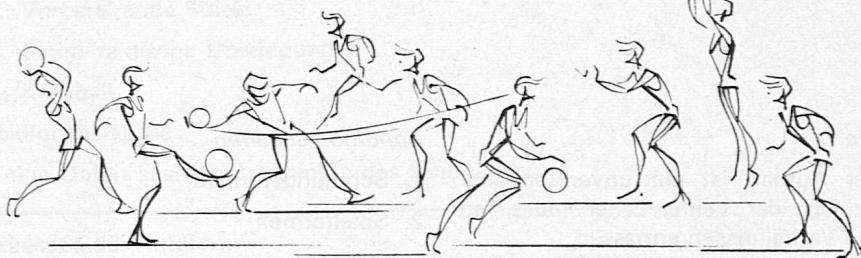
Die Stricharten aller Skizzen im Text wurden
von den neuen Turnbüchern 1975/76/77 ff.
übernommen.

Laufweg →

Ballweg →

A. Tummeln mit Werfen – Fangen – Prellen

Werfen, Fangen und Prellen sind die Grundlagen für das Ballgefühl. Sie werden in Tummelspielen und vielfältigen Ballstafetten ausgiebig geübt. Wesentlich ist dabei das Anpassen der ausgewählten



Fördern des Ballgefühls und der Leichtigkeit:

Die Schüler hopsen frei auf dem Platz herum, prellen, werfen, fangen den Ball wie es ihnen gefällt.

Im Gehen den Ball von einer Hand in die andere geben; später werfen, vor sich hochwerfen, auf den Boden fallen lassen, einhändig fangen, über den Kopf von einer Hand in die andere geben, später werfen.

Hüpfen an Ort oder in Grätsch- und Grundstellung mit Werfen und Fangen des Balles, mit Prellen und Fangen, zweihändig und einhändig.

Hierher gehört auch das alte «Zähnerle» mit Klatschen vor dem Fangen, auch «Ballschulen» genannt (von 1–10 je eine andere Übung mit dem Ball), von den Mädchen früher viel gespielt.

Wer macht am meisten Fänge?

Je zwei Schüler stehen sich gegenüber: möglichst schnelles Zuspielen und Fangen des Balles, ohne ihn zu verlieren.

Ballzuwurf aus dem Lauf

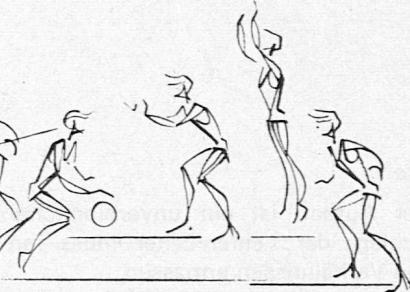
Die Paare bewegen sich in immer gleichem Abstand durch den Raum: Zuwerfen und Fangen des Balles, ohne dass sich die Paare gegenseitig stören.

Kreislaufball

6–8 Schüler bilden einen Kreis, einer bekommt einen Ball. Er wirft den Ball einem Kameraden im Kreis zu und läuft sofort dem Ball nach an den Platz des Fängers,

Formen an das vorhandene Können der Klasse und die methodische Absicht. Dazu gehört auch die passende Ballwahl (kleiner Ball, Gymnastikball, Handball, Korfball).

Wie das Laufen, Hüpfen und Springen als konditionelle Grundlage muss auch das Werfen, besonders auf der zweiten Stufe, zuerst in lebensgerechte Situationen eingebettet werden. In der Vielfalt von Übungsmöglichkeiten erwirbt sich der Schüler spielend seine optimale Leistungsfähigkeit.



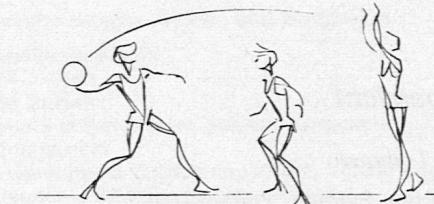
der seinerseits wiederum den Ball weiterspielt und ihm nachläuft.

Erschwerung: Kreis vergrössern. Wer schlecht zuspielt, muss eine «Ehrenrunde» drehen oder erhält einen Schlechtpunkt. So kann auch ein Sieger ermittelt werden.

Neckball

Kreisaufstellung wie im Spiel vorher. In der Kreismitte stehen 1–2 Schüler. Die Spieler auf der Kreislinie werfen einander den Ball zu, die Mittelspieler versuchen den Wurf zu stören, die Bälle abzufangen.

Foppen mit Ball



Drei Schüler bilden eine Spielgruppe. Zwei spielen sich den Ball zu, der dritte versucht ihn abzufangen oder vom Boden

aufzunehmen. Kann er einen Ball erhaschen, dann wird der Schüler zum Gefoppten, der den Ball zuletzt berührt hat.

Gerätesitzball

In den vier Ecken eines abgegrenzten Platzes sind Geräte aufgestellt (Barren, Bock, Kisten, Pferd), auf jedem Gerät sitzen zwei bis drei Schüler, auf dem Platz zwischen den Geräten stehen die Feldspieler. Die Spieler der Sitzpartei werfen sich gegenseitig den Ball zu, während die Spieler der Feldpartei die Bälle wegzschnappen versuchen. Berührt der Ball oder ein Spieler der Sitzpartei den Boden oder kann ein Feldspieler den Ball abfangen, dann erfolgt Rollenwechsel.

Sitzball mit mehreren Bällen

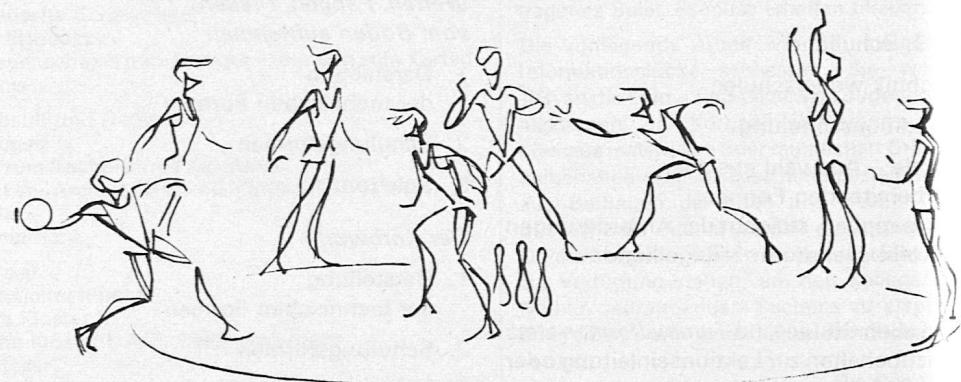
Jeder Schüler mit Ball hat das Recht, einen Mitschüler zu treffen, darf sich aber dabei nicht vom Ort bewegen. Fliegende, rollende oder liegende Bälle sind frei und können beliebig gefangen oder aufgenommen werden. Getroffene Schüler sitzen ab. Zählen der Treffer gibt Rangordnung. Wer sitzend einen Ball erhascht, steht auf und ist wieder frei.

Rollmops

Zwei Parteien hinter den beiden Schmalseiten eines rechteckigen Feldes, jeder Schüler hat einen Ball. In der Mitte liegt ein grosser Hohlball. Jede Partei versucht, diesen Ball durch gezielte Würfe über eine einen Meter vor der gegnerischen Schmalseite gezogene Linie zu treiben. Die Bälle dürfen in der eigenen Spielfeldhälfte geholt werden.

Burgball

Drei Keulen bilden im Mittelpunkt eines Kreises die Burg. Ein Schüler bewacht sie. Die Spieler auf der Kreislinie täuschen durch Zuwurf des Balles untereinander den Hüter und versuchen durch Zielwurf die Burg zu stürzen. Der Hüter wehrt ab und stellt umgestürzte Keulen sofort wieder auf. Wenn alle Keulen liegen, ist die Burg gefallen. Der letzte Werfer löst ab.



Lauf- und Treffspiel

Etwa drei Meter von der Wand entfernt stehen drei Keulen oder drei Büchsen aufgestapelt, gehütet von einem Schüler. Auf einer Linie, 10–12 Meter entfernt, stehen die übrigen Spieler, jeder mit einem Ball. Sie versuchen die Keulen oder Büchsen zu treffen. Wer den Ball geworfen hat, muss ihn wiederum aus dem Spielfeld herausholen. Sobald ein Spieler das Feld betritt, kann er vom Hüter verfolgt werden, aber nur so lange, als alle Keulen oder Büchsen stehen. Wird während dieser Verfolgung eine Keule umgeworfen, dann ertönt der Ruf: «Aufbauen». Der Hüter hat sofort zur Keule zu laufen und sie aufzustellen. Wird bei der Verfolgung ein Ballsammler geschlagen, wird er zum neuen Hüter.

Ab und zu kann ein Kapitel «Grammatik» nützen. Die folgenden Übungsformen wollen das Werfen und Fangen intensivieren und verfeinern.

Jeder Schüler hat einen Ball, die ganze Klasse ist auf dem Platz verteilt. Hoch-

werfen des Balles und Fangen mit beiden Händen.

Werfen und Fangen des Balles im Stehen, Gehen, Laufen.

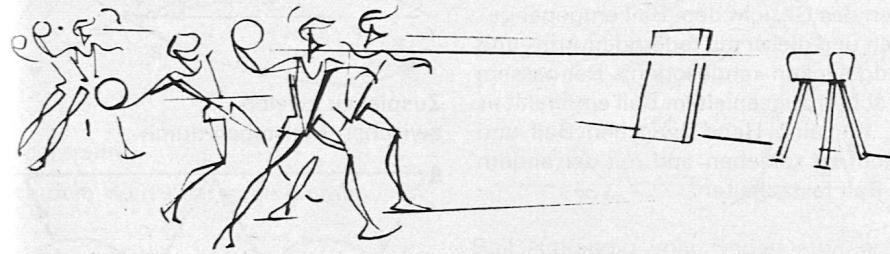
In der Halle auch schräg gegen die Wand werfen, vorwärts laufen zum Fangen.

Prellen des Balles auf den Boden und Fangen mit beiden, später mit einer Hand.

Den Ball am Boden rollen, ihn überlaufen und nach einer halben Drehung auf der andern Seite den Ball wiederum aufnehmen.

Werfen und Fangen des Balles im Paar, mit einem, später mit zwei Bällen, verschiedene Wurfarten: Schlagwurf, Aufsetzer, Wurf und Rollen kombiniert.

Zielwerfen auf Matten, die an eine Wand gestellt sind, aus verschiedenen Entfernnungen, später auch aus dem Laufen. Geeignete Ziele sind auch Böcke, Medizinbälle, Reifen, Sprungbretter.



Reifen an Ringen aufgehängt, auf jeder Seite des Reifens steht ein Schüler: Zuwerfen des Balles durch den Reifen, auch durch den bewegten Reifen.

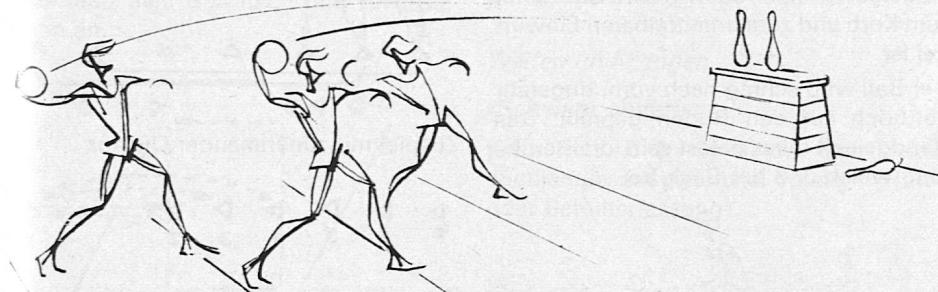
Auch als Parteispiel:

Zwei Mannschaften stehen einander gegenüber. Mannschaft A versucht den Ball durch den Reifen zu werfen. Mannschaft B versucht ihn zu fangen und ebenfalls

durch den Reifen zu werfen. Erfolgreicher Wurf durch den Reifen gibt 3 Punkte, jeder Fang 1 Punkt.

Kastenelemente am Boden oder auf dem Barren aufgestellt: Werfen des Balles durch die Kastenelemente.

Keulen auf Kasten gestellt: Zielwurf auf die Keulen aus verschiedenen Entfernnungen.



Keulen an Seilen aufgehängt und zum Pendeln gebracht: Versuche die bewegten Keulen zu treffen!

B. Erlernen der Technik

Die hier folgenden technischen Anforderungen sollen stufengemäss in die bisherigen und nachfolgenden Spiel- und Schulungsformen eingebaut werden, im Sinne der Verfeinerung und Erschwerung. Sie sollen zur Endform hinführen.

Die einschneidenden Regelbestimmungen für das Korbballspiel erfordern eine technisch saubere Beherrschung des Werfens und Fangens. Die einschlägigen Regeln sind daher schon bei der technischen Schulung zu berücksichtigen.

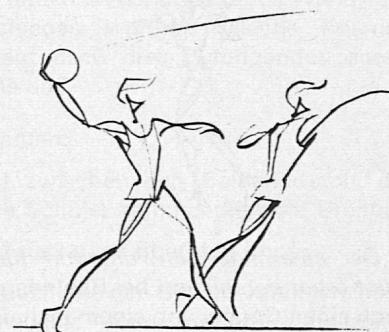
Werfen – Fangen – Prellen – vom Boden aufnehmen]

1. Darstellung der technischen Formen

Das Werfen

a) Der einarmige Schlagwurf

Man unterscheidet den raschen Handgelenkwurf auf kürzere Distanz und den eigentlichen, langgezogenen Kernwurf über grössere Entfernnungen.

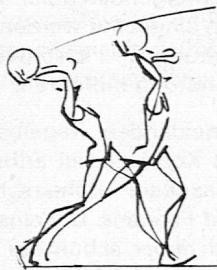


Ausführung: Elastische Vorschittstellung mit mehr oder weniger ausgiebigem Ausholen des Wurfarmes neben dem Ohr vorbei. Bei langen Würfen: Gute Strekung des Körpers, Vorschieben der Hüfte mit Durchziehen der Wurfseite und nachfolgendem Armzug geradlinig neben und über den Kopf hinweg.

b) Der beidarmige Schlagwurf

Diese Wurfart kommt hauptsächlich als Einwurf über die Seitengrenzen zur Anwendung.

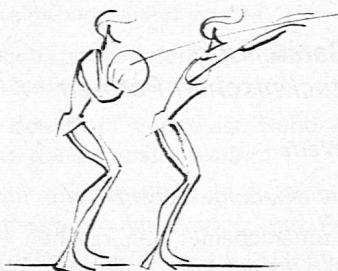
Ausführung: Vorschritt- oder Grätschstellung, Ausholen beidarmig über den Kopf mit vollständiger Streckung des Körpers. Peitschenartiges Werfen des Balles aus dem gespannten Körper heraus.



c) Der beidarmige Stoßwurf

Auf kurze Distanz ergibt dieser Wurf ein genaues und schnelles Zuspiel.

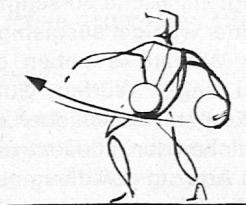
Ausführung: Der Werfende hält den Ball mit beiden Händen und gebeugten Armen vor der Brust. Durch eine Streckbewegung der Arme, verbunden mit schleuderndem Schlenzschlag der Hände spielt er den Ball seinem Mitspieler auf Schulterhöhe zu. Das Zuspiel kann auch seitwärts oder rückwärts ausgeführt werden.



d) Der einarmige Stoßwurf



e) Der einarmige Schwungwurf hinter dem Körper durch kann bei Behinderung durch einen Gegner von einem technisch gut beschlagenen Spieler mit verblüffendem Erfolg angewendet werden.

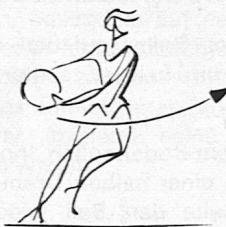


Seitwärts über den Kopf

Siehe «Korbeinwurf».

f) Der beidarmige Schwungwurf

Dieser Wurf hat im Spiel nur als kurzes Zuspiel seitwärts eine Bedeutung.

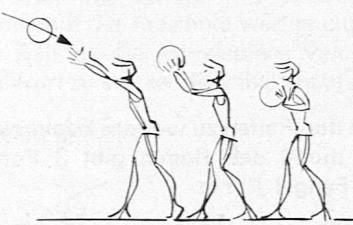


Schwungwurf vorwärts

Siehe «Korbeinwurf».

Das beidhändige Fangen

Im Korball darf der Ball den Körper nicht berühren. Das Zuhilfenehmen der Unterarme bis zu den Ellbogen ist gestattet. Die Arme werden lang gemacht, um so früh wie möglich mit dem Ball Kontakt zu nehmen. Die Hände werden mit gespreizten Fingern und mit dem Handrücken gegen das Gesicht dem Ball entgegengehalten und dieser mit federnden Arm- und Handgelenken «angesogen». Bei nassen und scharf zugespieltem Ball empfiehlt es sich, nur eine Hand zwischen Ball und Gesicht zu schieben und mit der andern den Ball festzuhalten.



Das Prellen

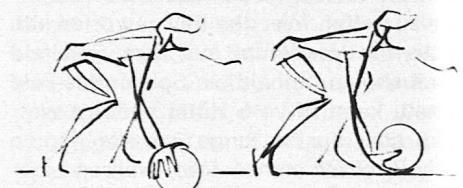
Unter Prellen versteht man im Korball das einhändige, fortgesetzte Tippen des Balles auf den Boden. Es soll nur in besonderen Situationen angewendet werden, z. B. wenn sich noch kein Mitspieler freigelaufen hat, oder wenn die Bahn zum Korb und zum unmittelbaren Einwurf frei ist.

Der Ball wird schräg nach vorn, ungefähr hüfthoch auf den Boden geprellt. Das Handgelenk muss gelöst sein, die Berührung weich und der Blick frei.



Aufnehmen des Balles vom Boden

Den Ball einhändig blockieren durch Tiefgehen (kleine Ausfallstellung, Gegenfuß neben dem Ball). Das Aufnehmen geschieht durch rasches seitliches Kippen der aufgelegten Hand unter den Ball.



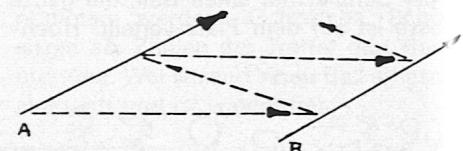
2. Schulungsformen

Werfen und Fangen

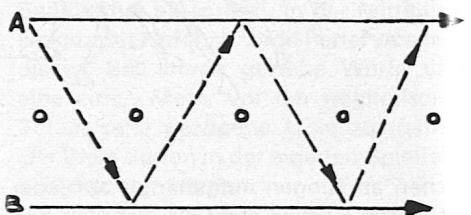
Zuspiel A zu B direkt
(verschiedene Wurfarten)

Zuspiel A zu B indirekt mit Aufsetzer

Zuspiel im Laufen zu zweien



Zuspiel zu zweien
zwischen Malstäben durch

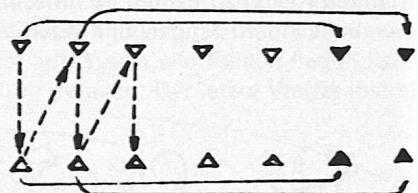


Zuspiel 2 gegen 1

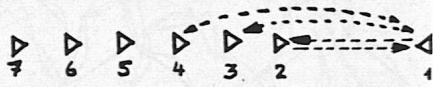
Zuspiel 3 gegen 1. Wer schlecht zuspiel, löst den Verteidiger ab

Zuspiel 3 gegen 2

Zuspielen – laufen (scharf antreten)



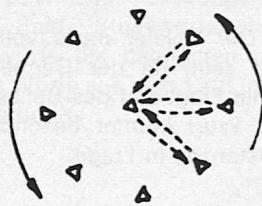
Zuspiel mit zunehmender Distanz



Zuspiel im Gegenlauf



Zuspiel im Kreis

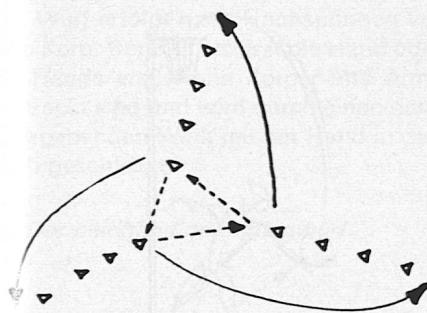


Ein Würfe (beidhändig über den Kopf) auf verschiedene Distanzen (ausgelegte Maten). Gruppentotal vergleichen!

Dreiecksreihe:

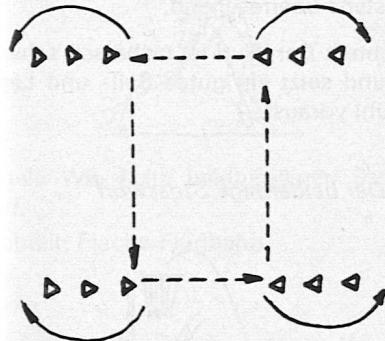
Jeder läuft nach dem Wurf nach hinten.

Jeder läuft seinem Ball nach und schliesst hinten an.



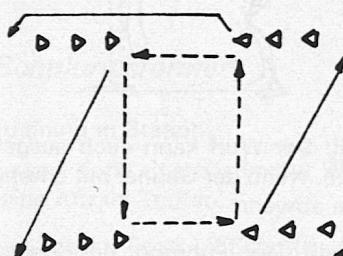
Vierecksreihe:

Nach dem Wurf Lauf nach hinten.



In gleicher Weise:

Jeder läuft dem Ball nach und schliesst hinten an.



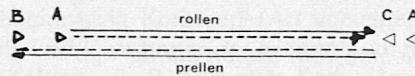
Wurfarten vorschreiben. Ganz langsam beginnen, allmählich Tempo steigern.

Prellen, vom Boden aufnehmen

Im Schwarm: Jeder Schüler prellt für sich – Auf Zeichen Richtung ändern, drehen, ablegen – aufnehmen.

Prellen im Slalom um ausgelegte Spielbänder, bei jedem Band Ball ablegen und einhändig aufnehmen.

Rollen und prellen zu dreien.

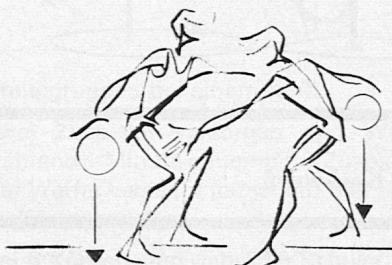


A rollt den Ball zu C und läuft ihm nach. C stoppt den Ball, nimmt ihn mit einer Hand auf und prellt bis zu B.

B übernimmt den Ball und rollt ihn zu A' usw.

Prellen ohne und mit Drehen. Ein Partner ohne Ball versucht den Ball zu haschen, ohne den Partner dabei zu berühren.

Zwei Schüler prellen mit je einem Ball, wobei jeder den andern zu stören versucht, ohne selbst das Prellen zu unterbrechen.



Ball einhändig vom Boden aufnehmen, 1mal prellen zum Korbwurf – Schwungwurf beidhändig.

Zuspiel einhändig abnehmen zum Prellen und Korbwurf – Stosswurf beidhändig.

Prellen im ganzen Raum, auf Pfiff Ball ablegen – zum nächsten Ball spurten – aufnehmen – weiter prellen.

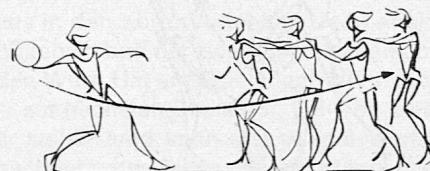
Die Ballzahl kann reduziert werden. Wer keinen Ball mehr findet, hüpfst an Ort bis zum nächsten Pfiff.

3. Spielformen

Werfen und Fangen

«Schwanz abtreffen»

Kreis mit 5–6 Spielern, darin eine «Schlange» mit gleichviel Spielern (Hüft- oder Schulterfassung).



Zuspiel im Kreis und treffen des hintersten Schwanzgliedes, das damit ausscheidet. Wie lange geht es, bis die ganze Schlange getroffen ist?

Bei mehreren Kreisen Wettkampf untereinander.

In Vierergruppen

Drei spielen einander zu, der vierte einer andern Gruppe versucht, das Zuspiel zu stören und damit zu verzögern.

Sieger wird die Gruppe, die innert 2 Minuten am meisten Fangbälle zustande bringt.

Steigerung in technischer Richtung: Wenn der Ball zu Boden fällt wegen schlechtem Zuspiel, schlechtem Freistellen oder wegen gutem Eingreifen des Verteidigers, gibt es einen Minuspunkt.

Steigerung in taktischer Richtung: Wenn der Ball direkt zum Absender zurückgespielt wird, gibt es einen Minuspunkt. Es werden soviele Durchgänge gespielt, bis jeder einmal als Nr. 4 die Verteidigerrolle beim Gegner gespielt hat.

Tunnelball

Die Schüler stehen in mehreren Einerkolonnen nebeneinander und reichen sich einen Ball durch die gegrätschten Beine zu oder rollen ihn durch den Tunnel nach hinten, wo ihn der letzte ergreift, mit ihm nach vorn läuft und ihn erneut in den Tunnel gibt usw.

Wanderball

Die Schüler bilden mehrere geöffnete Einerkolonnen, der erste und der letzte jeder Kolonne steht an einer Linie. Der Ball wandert vom ersten bis zum letzten Schüler und wieder zurück. Er muss vorn und hinten an der Linie (auch Wand) angeschlagen werden. Welche Kolonne schlägt nach drei Durchgängen zuerst vorne an?

Varianten:

Wurf zwischen den Beinen durch, der letzte Schüler kommandiert die Drehung

Wurf rückwärts über den Kopf

In Bauchlage den Ball übernehmen, nach einmaligem Rollen um die Längsachse zum nächsten hin, den Ball übergeben

Königsball in Kolonnen

Einerkolonnen hinter einer Linie. 3 m vor jeder Kolonne steht ein Zuspieler, der den Ball dem vordersten Schüler zuwirft. Dieser spielt ihn sofort zurück und setzt sich. Dann erhält der zweite den Ball, spielt ihn sofort zurück und setzt sich ebenfalls

usw. Gewonnen hat die Gruppe, in der zuerst alle sitzen. Nächste Runde mit neuem Zuspieler.

Steigerung: Der letzte Schüler, der zum Sitzen käme, läuft mit dem Ball nach vorn als neuer Zuspieler, der bisherige schliesst vorne an, alle rutschen um einen Platz nach hinten. Fertig ist die Gruppe, wenn der erste Zuspieler wieder vorne ankommt.

Königsball in Reihen

Ablauf gleich wie in den Kolonnen. Während in der Kolonne die Distanz zu schätzen ist, geht es hier um die Richtung des Zuspiels. Zwischenraum der Schüler 1,5–2 m.

Wurfdistanz steigern, dem Können angepasst.



a-d 4 Spielfelder

Als Trennlinie kann die Langbank oder eine Leine dienen. Es kann 1:1, 2:2 oder 3:3 gespielt werden.

Bei 3:3 muss nach jedem Wurf rotiert werden.

Geht ein geprellter Ball ohne Gegnerberührung ausserhalb des Spielfeldes zu Boden, ist es ein Fehler des Werfenden, geht er im Feld zu Boden, ist es ein Gutpunkt für den Werfenden.

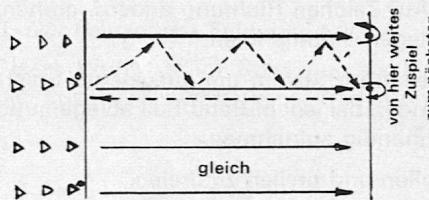
Stafette

3 m vor jeder Gruppe liegt ein Ball in einem ausgelegten Spielband. Der erste Läufer nimmt ihn einhändig auf, prellt 3mal bis zum nächsten Spielband, legt den Ball hinein, läuft zur Wand und wiederholt alles auf dem Rückweg.

Viele kleine Gruppen bilden, mehrmals wiederholen! (Abart von Dreiballauf.)

Ballstaffeln mit Zuspiel

Anzahl Pässe und Wurfart festlegen.

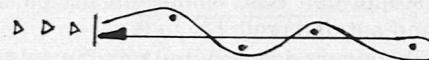


Vorteil: Der Spieler kann den Ball lange führen, was die Treffsicherheit erhöht.

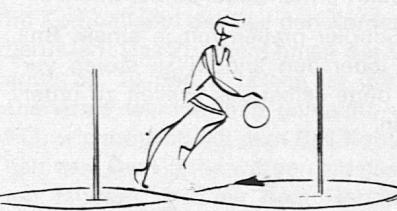
Nachteil: Der Spieler muss vollständig freigespielt sein, da der Gegner sonst leicht in die Flugbahn des Balles fahren kann. Der Wurf kommt besonders auf längere Distanzen in Frage.

Prellen, vom Boden aufnehmen

Slalom mit Prellen, immer aussen herum.



Umkehr- oder Pendelstafetten mit einhändigem oder wechselseitigem Prellen des Balles.



b) Der einarmige Schwungwurf seitwärts über den Kopf

Direkt unter dem Korb kann nur noch dieser Wurf zum Erfolg führen.

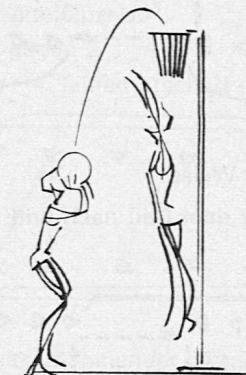
Ausführung: Der gestreckte Wurfarm führt eine ausholende Schwungbewegung seitwärts-hoch über den Kopf gegen den Korb aus, wodurch der Ball in einer Bogenbahn das Ziel erreichen kann.



Vorteil: Der Wurf kommt für den Gegner meistens überraschend.

Nachteil: Der Wurf ist technisch schwierig und setzt ein gutes Ball- und Lagegefühl voraus.

c) Der beidarmige Stoßwurf



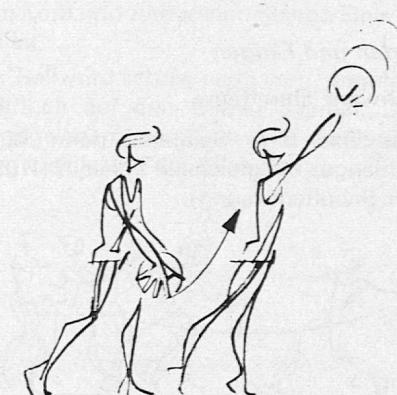
Der Korbwurf

Der Wurf auf den Korb bildet den krönenden Abschluss eines Korball-Angriffes. Grundsätzlich kann jede Wurfart zum Erfolg führen.

1. Darstellung der technischen Formen

a) Der beidarmige Schwungwurf vorwärts

Ausführung: Der Ball ruht in beiden Händen vor dem Körper und wird mit weichem Bogenwurf und «Effet» gegen den Werfenden über den Korb gegen den entfernten Korbrand geworfen.

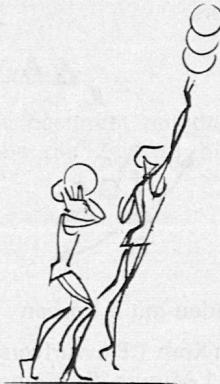


Vorteil: Der Wurf kann auch ausgeführt werden, wenn der Gegner mit erhobenen Armen abwehrt.

Nachteil: Die Führung des Balles ist kürzer als beim beidarmigen Schwungwurf und «Effetwirkung» ist keine vorhanden.

d) Der einarmige Stoßwurf

Mit Vorteil wird aus Passgangstellung geworfen. Beide Stoßwurfarten sind als Sprungwürfe die häufigsten und wirksamsten Würfe aus dem Lauf in unmittelbarer Korbnähe.



Der Wurf erfolgt nach Hochspringen vor dem Korb. Der Ball verlässt die Hand oder die Hände erst, wenn Körper und Arme gestreckt sind und wird durch einen richtunggebenden Wink mit der Hand in den Korb geschleudert.

e) Der beidhändige Schlagwurf



Vorteil: Wie beim beidhändigen Stoßwurf.

Nachteil: Flache Flugbahn.

Merke

Durch stete Übung kann jede Wurfart zum Erfolg führen. Um jeder Situation gerecht werden zu können, sollte jeder Spieler 2–3 Wurfarten beherrschen. Normalerweise wendet er aber dann den ihm am besten zusagenden Wurf an.

2. Schulungsformen

Wurftraining in Stationen

Bei jedem Korb eine bestimmte Wurfart und eine Anzahl Treffer.

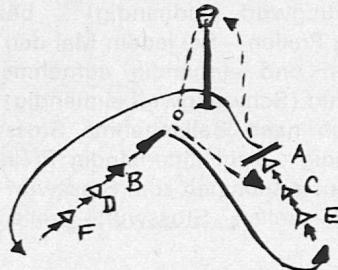
Zuspiel 2 zu 1 – Fang – 2 Schritte – Korbwurf – prellen zum Platz zurück, wo nun 2 steht – Zuspiel zurück zu 3 – hinten anschliessen.



Bei jedem Korb liegen Reifen in verschiedener Distanz zum Korb, darin je ein Ball. Je 1 Versuch aus Stand im Reifen – weiter zum nächsten Korb. Trefferzahl?

A beginnt mit Korbwurf (Art vorschreiben) und läuft hinter der Kolonne durch zu Kolonne B, B läuft zum Korb, fängt den Ball, spielt zu C und läuft hinter Kolonne A.

C startet Richtung Korb – fängt – wirft ein und läuft wie A hinter Kolonne B usw.



Dreiergruppen bei einem Korb:

Zwei Zuspieler versorgen den Werfer während 1 Minute dauernd mit Zuspielen. Der Werfer versucht mit jedem Ball einen Treffer zu erzielen.

Bei 6 Körben sind dabei 18 Schüler eingesetzt.

3. Spielformen

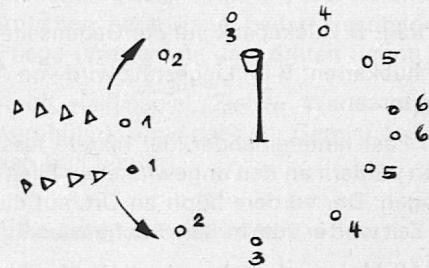
In Dreiergruppen Korbwurf aus verschiedenen Distanzen je 2 Würfe. Jeder wirft nur so lange er trifft. Wer erreicht die höchste Zahl?

Dreiergruppen bei einem Korb: A wirft auf den Korb, holt sich den Ball und bedient B. Der Werfer wird immer Zuspieler. Wurfart und Distanz vorschreiben. Wettkampf über 2–3 Minuten.

Mannschaftswerfen im Kreis

Um den Korb wird ein Kreis gezogen. Darauf sind die Abwurfstellen gezeichnet. Die beiden Mannschaften stehen vor den Abwurfstellen 1 hintereinander. Je ein Spieler von A und B befindet sich beim Korb und wirft den Ball seiner Partei zu. Der erste Spieler wirft nun von der Stelle 1 aus in den Korb. Verfehlt er, reiht er sich hinten an und der zweite Spieler versucht den Wurf. Hat ein Spieler getroffen, rückt er zur nächsten Stelle vor. Fehlt er, bleibt er stehen und kann erst wieder werfen, nachdem der letzte seiner Mannschaft

geworfen hat. Die Partei, die zuerst geschlossen hinter der Abwurfstelle 6 steht, hat gewonnen.



Kondition

Der gute Korballspieler muss neben einer guten Technik über

Schnelligkeit, Gewandtheit, Kraft und Ausdauer

verfügen. Jede gute Turnstunde sollte ein Stück dazu beitragen. Weil das nicht genügt, lassen wir hier einige Übungen folgen, die weiterhelfen sollen.

1. Schulungsformen

Intervallauf in der Diagonale

Spuren in der Diagonale, federndes Gehen oder leichtes Laufen, Hopserhüpfen, Gehen auf allen vieren vorlings, rücklings auf der Schmalseite.

Mehrmals wiederholen!

Im Freien Schnellläufe 20–30 m, Hinweg spurten, Rückweg zügiges Gehen.

Mehrmals wiederholen!

Viereck (15–20 m) mit Malstäben abgesteckt, in jeder Ecke eine Gruppe. Spur der Gruppe zur nächsten Ecke, umkreisen des Malstabes und weiter zur nächsten Ecke, bis an den Platz zurück. Kurze Pause, dann wiederholen.

Umkreisen des Malstabes auch auf allen vieren.

Hopserhüpfen im Schwarm, auf Pfiff zur nächsten Seitenlinie spurten, dort den Boden berühren und wieder hoppers im Feld.

Laufen, auf Pfiff kauern, 2 Pfiffe: Hochspringen.

Laufen, auf Pfiff Boden berühren und in der Gegenrichtung spurten.

Partnerübungen

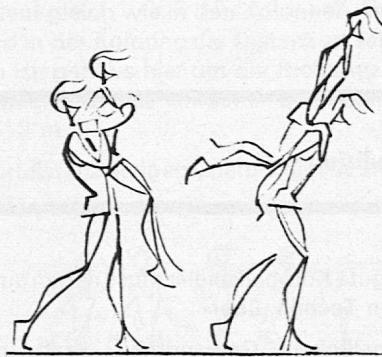
A stösst B, der sich sträubt, auf die Gegenseite.

A trägt B Huckepack auf die Gegenseite.

Schubkarren: B im Liegestütz wird von A gestossen.

Im Paar hintereinander, der hintere fasst den vordern an den angewinkelten Ellenbogen. Der vordere hüpfst an Ort, auf die 4. Zeit wird er vom hintern hochgestemmt.

5–10 Mal wiederholen, dann Wechsel.



Laufen zu zweien, auf Pfiff stützt sich B mit gestreckten Armen auf den Schultern von A und wird so bis zum nächsten Pfiff getragen.

A versucht an B vorbeizukommen. Sobald B reagiert, muss A die Richtung ändern.

A versucht mit plötzlichem Spurt zwischen sich und B eine Distanz von 3 m zu erreichen. B versucht durch sofortige Reaktion die Distanz nicht so gross werden zu lassen.

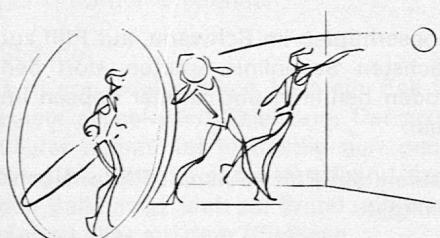
Mit Medizinball

Mit 2–3 m Distanz rasche, harte Stosse auf Brusthöhe («Boxen») auf Distanz. Beide Spieler sind immer in Bewegung.

Dasselbe sitzend, links und rechts im Wechsel.

A sitzt im Grätschsitz, B steht mit dem Ball 2 m davor: Zuwerfen mit lässigem Wurf mit immer grösser werdender Abweichung seitwärts links und rechts. A fängt jeden Ball und wirft sofort zurück.

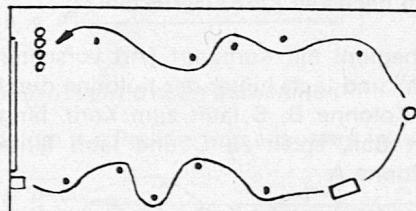
A stösst den Ball 10mal an die Wand, während B mit einem Seil hüpfst.



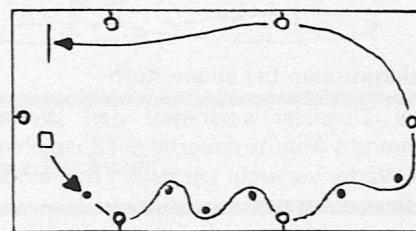
A und B ringen um den Medizinball.

Übungskreise – während 3 Minuten fortlaufend:

Start – Slalom mit besserhändig Prellen – Rolle vorwärts, Rolle rückwärts – Korbwurf. Rückweg Slalom mit schlechterhändig Prellen – Medizinball 10mal oberhalb der Sprossen an die Wand stossen und fangen – und wieder von vorn!



Ball einhändig aufnehmen – Korbwurf (Schwungwurf beidhändig) – besserhändig Prellen – bei jedem Mal den Ball ablegen und einhändig aufnehmen – Korbwurf (Schwungwurf einhändig) und sogleich nach Ballannahme Stosswurf einhändig – schlechterhändig Prellen – ablegen, aufnehmen zum Stosswurf einhändig – prellen – Stosswurf – prellen ans Ziel.



Zuerst Übungsdurchgang, dann mit Zeitmessung. Zuschläge für Fehler je 2 Sekunden (Körperregel, 2 Schrittregel), für jeden Korb 5 Sekunden Abzug.

Vierecklauf mit Prellen (etwa 20 m Seitenlänge)

Alle 6 Sekunden erfolgt ein Pfiff. In dieser Zeit eilt der Schüler zur nächsten Ecke. Braucht er weniger als 6 Sekunden, kann er verschaffen, braucht er sie ganz oder mehr, dann läuft er ununterbrochen. Das Tempo kann mit der Wahl des Intervalls gesteuert werden.

2. Spielformen

Dreierkreis mit Handfassung, ein vierter Schüler steht ausserhalb des Kreises und versucht durch Umlaufen die vorher bestimmte Nummer zu haschen. Der Kreis wehrt ab, indem er sich ständig dreht.

Jeder wird Fänger.



3-Mann-Spiel

A = Zuspieler

B läuft sich dauernd frei, um angespielt werden zu können, C deckt B, hindert Fang und Abspiel. Wechsel nach Zeit oder nach 3. erfolgreicher Abwehr des Verteidigers.



Hallenrunden mit 6 Körben

Bei jedem Korb 1 Einwurfversuch. Anzahl Treffer in 1 Minute. Es können 6 Schüler gleichzeitig starten, bei jedem Korb einer. Zwischen den Körben Prellen, überholen erlaubt, behindern verpönt.

Spiel mit 4 «Körben»

In vier Ecken liegen vier Reifen. Sie bilden die «Körbe». Zwei Mannschaften, jede verteidigt 2 Reifen und greift die anderen 2 an.

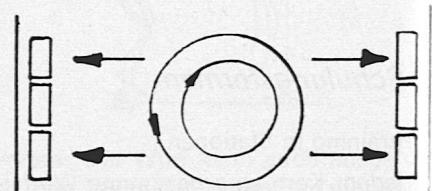
Als Treffer gilt, wenn der Ball in den Reifen gelegt werden kann, oder wenn er in den Reifen fliegt, nicht aber rollt. Ein Treffer ist beim gleichen Reifen erst wieder möglich, wenn ein Verteidiger den Ball berührt hat.

Regeln: Körperregel, Schrittregel und Behandlung des Gegners.

Variante bei nur 1 Spielfeld und mehreren Gruppen: Wer den 2. Treffer kassiert (2:0 oder 2:1) macht der nächsten Gruppe Platz.

Kreis gegen Kreis

Doppelkreis in der Hallenmitte: Gehen oder Laufen in entgegengesetzter Richtung. Auf Pfiff laufen die Schüler des Außenkreises zum Freimal, verfolgt von den Schülern des Innenkreises. Für jeden rechtzeitig berührten Flüchtigen gibt es 1 Punkt. (Auch Schwarz und Weiss genannt.)



Liegender Kreis

10 oder mehr Schüler in Bauchlage bilden einen grossen Kreis und sind fortlaufend numeriert:

Nr. 1 startet zum Lauf über alle bis an seinen Platz.

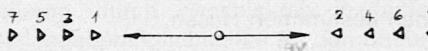
Nr. 2 folgt, sobald er überlaufen ist, ebenso Nr. 3.

Welcher Kreis ist zuerst wieder in der Ausgangslage?

Gemischte Stafetten

Eine Gruppe bestimmt mit der Lösung ihrer Aufgabe die Zeit für die andere Gruppe.

Gruppe 1 Pendelstafette: 1 Ball liegt in der Mitte der Laufstrecke. Läufer 1 nimmt ihn auf und bringt ihn Läufer 2.

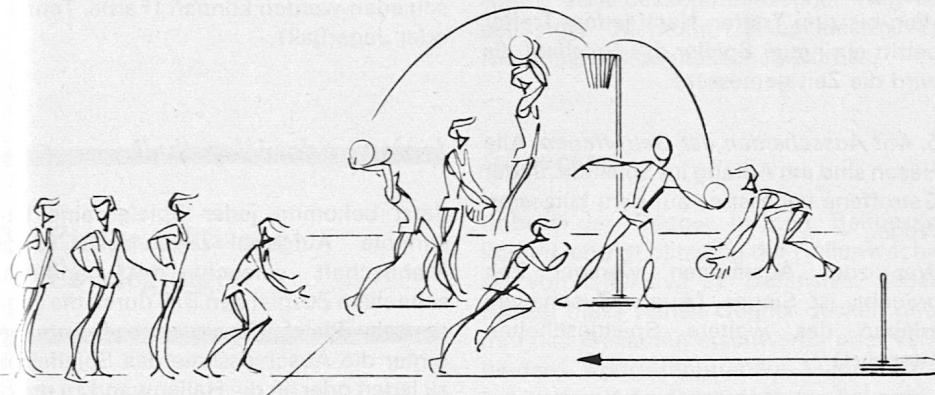


Dieser legt ihn wieder in der Mitte ab und läuft ohne Ball zu Nr. 3 usw.

Gruppe 2 klettert solange wie Gruppe 1 läuft.

Ganze Höhe = 2 Punkte, Restposten zählen nicht.

Wer hat nach dem Wechsel mehr Kletterpunkte geholt?



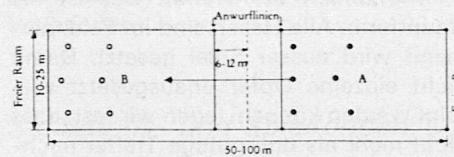
Gruppe 1 muss 50 Körbe erzielen (1 Korb, 5 Bälle), unterdessen sammelt Gruppe 2 Punkte in einer Umkehrstafette, pro Lauf 1 Punkt.

Gruppe 1 legt 50 Grätschen über den Bock hin.



Wieviele Läufe erreicht die Gruppe 2 als geschlossenes Ganzes in dieser Zeit? Jede Hallen- oder Platzseite = 1 Punkt.

Schmalseite des Spielfeldes und zuletzt darüber hinaus zu drängen. Ein Gang ist gewonnen, wenn der Ball hinter der gegnerischen Schmalseite den Boden berührt.



Spielgerät: Schlagball, Hohllball oder Vollball, je nach Spielfeldgrösse.

Regeln: Das Spiel wird durch Wurf von der Anwurflinie eröffnet, beim ersten Gang durch Losentscheid, nachher durch die Partei, die den Gang verloren hat.

Es wird einhändig geworfen.

Der Ball wird von der Stelle aus geworfen, wo man ihn bleibend in Besitz genommen hat. Wer den Ball fangen konnte, darf drei Schritte anlaufen.

Es ist untersagt, den Ball mit der Hand, der Faust oder einem andern Körperteil zurückzustossen.

Überfliegt oder überrollt der Ball die Längsseiten, so wird er vom Schnittpunkt aus zurückgeworfen.

Die Verteidiger dürfen auch hinter der Schmalseite den Ball noch fangen und zurückwerfen. Der Gang ist erst entschie-

den, wenn der Ball hinter der Linie den Boden berührt.

Anmerkung: Der Wurf mit drei Schritten Angehen nach Fang bedarf besonderer Pflege (Werfen mit dem dritten Schritt!).

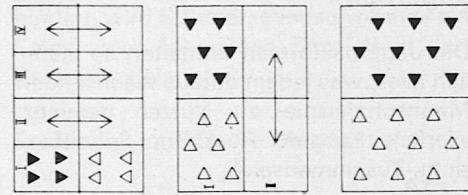
Auch Hallenspiel, Ziel = Wand (unter Korbhöhe), ohne dass der Gegner vorher den Ball berührt.

Ball über die Schnur

Schnurball wird dann ein wertvolles Schulungsspiel für das Werfen und Fangen, wenn für genügende Spielintensität gesorgt wird. Folgende organisatorischen Massnahmen führen zu einem guten, bewegungsintensiven Spiel für alle Schüler:

a) Spiel in Kleinfeldern quer zur Halle je nach Klassengrösse. Die Leine ist längs zur Halle gespannt. Durch Rotation der Mannschaften lässt sich so leicht ein Turnier organisieren. Die Vorder- und Hinterspieler wechseln von Zeit zu Zeit ihre Spielbereiche.

Verschiedene Wurfvorschriften und Ballarten.



b) Spiel in Längsrichtung der Halle in zwei Abteilungen mit 1–2 Bällen pro Abteilung. In jeder Abteilung eine Reihe Vorder-, Mittel- und Hinterfeldspieler mit abgegrenztem Spielbereich.

Regeln:

Das Werfen hat aus Stand zu erfolgen. Für jeden in das gegnerische Feld geworfenen und dort den Boden berührenden Ball erhält die fehlbare Partei einen Strafpunkt.

Als Fehler gelten:

Werfen unter Leine durch.

Berühren der Leine mit dem Ball oder mit dem Körper.

Werfen über die Grenzlinien des gegnerischen Feldes.

Zurückschlagen des Balles.

Nichtfangen eines gültig geworfenen Balles.

Wird ein Ball berührt, der nachher noch die Spielfeldgrenze überfliegt, gilt er als nicht aufgefangen, also Fehler für den Berührenden.

Wer gefangen hat, muss auch zurückwerfen. Bei zu Boden gefallenen Bällen wirft der Nächste stehende.

C. Vorbereitende Spiele

auf dem Wege zur Endform Korbball

Grenzball

Grössere Klassen sollten in mehreren Gruppen nebeneinander spielen können. Es muss vermieden werden, dass einige wenige, gewandte Spieler das ganze Spiel an sich ziehen, darum ist die richtige Aufstellung der Spieler während des ganzen Spieles wichtig.

Spielgedanke: Jede Partei versucht durch kraftvolle Weitwürfe und geschicktes Abfangen des Balles den Gegner an die

Kreistreffball

Eine Mannschaft als Werfer ausserhalb, die andere innerhalb des Spielkreises. Zwei leichte, weiche Bälle.

Welche Partei erzielt in 3–4 Minuten mehr Treffer? Die Getroffenen bleiben im Spiel. Fangbälle der Innenspieler werden von der Trefferzahl abgezogen. Kopftreffer sind ungültig. Verschiedene Wurfvorschriften, mit der Zeit auch Fangvorschriften (Körperberührung).

Variante: Macht ein Spieler der Aussenpartei einen Fehlwurf, so ruft er laut «Wechsel», worauf Aussen- und Innenpartei den Platz wechseln und sofort weiterspielen. Je ein Spieler jeder Partei zählt laut die Gtpunkte. Diese ergeben sich aus den gültigen Treffern und den Fängen im Innenfeld.

Wer hat bei Spielabbruch mehr Punkte?

Dies ist eine wertvolle Spielart. Sie erzieht mit dieser Spielform zu ehrlichem und uneigennützigem Zusammenspiel.

Jägerball

Die Jägerballformen enthalten so ziemlich alles, was jedem daraus wachsenden Mannschaftsspiel zu Nutzen gereicht: Werfen, Fangen, Reaktion, Spielübersicht, Zusammenspiel.

Jägerball ist ein schwieriges Spiel, das schrittweise eingeführt werden muss.

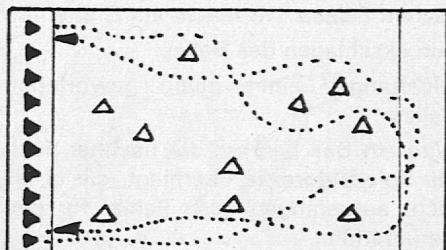
Aufbauformen:

1. Drei Jäger mit Spielbändern beginnen mit Jagen. Getroffene holen sich ein Spielband und werden Jäger. Wer ist der letzte Hase?

Grundregel: Mit dem Ball darf nicht gelaufen werden.

2. Durch den Wald laufen: Zwei Hasen laufen auf die Gegenseite und zurück und können unterwegs beliebig oft getroffen werden. Sobald sie wieder daheim sind, laufen die nächsten. Rollenwechsel.

Wer erzielt mehr Treffer?



3. Korrekturspiel mit Abtupfen statt Abwerfen:

gegen unbeherrscht weite Abwurfversuche,

gegen mangelnde Konzentration auf einen bestimmten Hasen,

gegen mangelndes Vorausspiel und Einkreisen.

Kleine Spielfelder, kleine Spielerzahl mit der besondern Regel: Der Ball darf nur zum Zuspiel geworfen werden. Treffer können nur durch Abtupfen der Hasen mit dem Ball in der Hand erzielt werden.

4. *Mit Einlaufen einzelner.* Wie Spielform 2, einzeln oder zu zweien, aber mit freiem Weg bis zum Treffer. Nach jedem Treffer betritt ein neuer Spieler das Spielfeld. Es wird die Zeit gemessen.

5. *Mit Ausscheiden der Getroffenen.* Alle Hasen sind am Anfang im Spielfeld. Jeder Getroffene verlässt es auf dem kürzesten Wege.

Wer zum Ausräumen weniger Zeit braucht, ist Sieger. (Auch «Zuschauer» erleben das weitere Spielgeschehen intensiv!)

6. *Mit Absitzen der Getroffenen.* Wie Form 5, aber Getroffene sitzen dort, wo sie getroffen worden sind, ab. Kann ein Sitzender einen rollenden oder fliegenden Ball ergreifen, darf er ihn hochwerfen und weiterspielen. Zählen der Sitzenden nach abgelaufener Zeit.

7. *Mit Zählen der Treffer.* Das ist die Hauptform. Alle Hasen sind im Feld, niemand wird ausser Spiel gesetzt. Damit nicht einzelne Opfer unausgesetzt verfolgt werden können, legen wir fest, dass nicht mehr als drei gültige Treffer nacheinander auf den nämlichen Spieler gestattet sind.

Bei dieser Spielform zeigt sich der Stand des Sinnes für das Zusammenspiel und des Einfühlungsvermögens in die Absicht des andern.

8. *Rollenwechsel nach einem Fehlwurf.* Jede Partei zählt die Treffer die sie erzielt, während sie in der Jägerrolle spielt. Die grössere Summe ergibt den Sieger.

9. *Jägerball in zwei Feldern.* Zwei gleiche Felder A und B durch die Mittellinie geteilt. In jedem Feld spielen zwei Parteien gegeneinander. Die eine Hälfte von Rot besetzt Feld A, die andere Feld B. Ebenso verteilt sich Blau in die beiden Felder. Im einen Feld sind Rot die Jäger, Blau die Hasen, im andern umgekehrt.

Auf Pfiff beginnt das Einkreisen in beiden Feldern. Wer abgeworfen oder über die

Grenze gedrängt wird, läuft ins Nachbarfeld und wird dort Jäger. Sieger ist die Partei, die ihr Wild zuerst erlegt hat.

10. *Jägerball mit zwei Bällen.* Jede Gruppe hat einen eigenen Ball und beginnt zu spielen, jede nur mit ihrem Ball. Wer ist zuerst fertig mit Ausscheiden der Getroffenen oder mit Zählen der Treffer bis 20, 30 usw.?

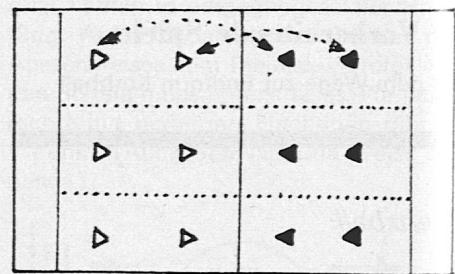
Variante: Jeder Schuss zählt, ob Treffer oder nicht (z. B. je 30 Schüsse zur Verfügung). Die beiden verwendeten Bälle müssen deutlich voneinander unterschieden werden können (Farbe, Tennis- oder Jägerball).

Linien- oder Wandball

Jetzt bekommt jeder Spieler eine bestimmte Aufgabe zugewiesen. Jede Mannschaft versucht mit genauem, schnellem Zuspiel den Ball durch die gegnerische Platzhälfte vorzutragen, um ihn hinter die Abschlusslinie des Spielfeldes zu legen oder an die Hallenwand zu drücken. Der Gegner versucht, in den Besitz des Balles zu gelangen, indem er durch enge Fühlungnahme das Zusammenspiel der ballbesitzenden Mannschaft bei Ballabgabe und Ballannahme verhindert. Jeder direkt aus der Luft gefangene Ball, der hinter der Linie abgelegt werden kann, gilt als Punkt.

Regeln: Einfachste Korballregeln (Laufen mit dem Ball, zu langer Ballbesitz, später Körperregel, hartes Spiel).

Dazu kommen Vorschriften taktischer Art: Platzhalten – Manndeckung. Jedem Angriffs- und Verteidigungsspieler ist ein bestimmter Angriffstreifen und ein bestimmter Gegenspieler zugewiesen.



Keulenball

Die Linie als Ziel wird durch eine Keule, die mitten im Korbraum steht, ersetzt. Die Keule muss durch einen Zielwurf umgeworfen werden. Dabei darf der Raum nicht betreten werden.

Kastenball

An Stelle der Keule steht ein Kasten ohne Deckel, in den der Ball geworfen werden muss.

Als Steigerung wird dann das Ziel verkleinert in Form einer Kiste, einer Harasse, eines Korbes oder eines Beckens.

Mit dieser Spielform ist die Grobform des Korbballs erreicht. Korbwurfübungen erlauben dann, den Kasten durch den richtigen Korb zu ersetzen, den man vorerst den Möglichkeiten entsprechend in reduzierter Höhe anbringt.

ler zu lösen, wird es möglich sein, den Ballbesitz zu sichern. Die in der Nähe des Ballbesitzers befindlichen Mitspieler müssen durch geschicktes Freilaufen Ballabgabemöglichkeiten für den Ballbesitzer schaffen. Nur wer bestrebt ist, den Ball so schnell wie möglich weiterzuleiten, wird den Gegner zur Laufarbeit zwingen und damit in die Defensive drängen. Solange sich der Ball im Besitz der eigenen Mannschaft befindet, hat sich jeder Mitspieler durch Freilaufen zum AnspieLEN anzubieten.

Das Freilaufen besteht in einem raschen Antritt vom deckenden Gegner weg in beliebiger Richtung, zweckmäßig in Richtung des gegnerischen Korbes.

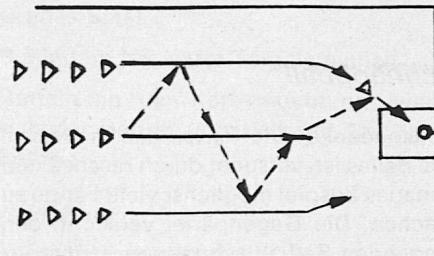
letzten Pass zum Korbwurf aus dem Lauf. Bei jedem Angriff werden die Kolonnen gewechselt. Start jeder Gruppe auf Signal des Lehrers.

Möglichkeiten:

ohne Verteidiger,

mit einem Verteidiger wie beim Zweierangriff,

mit zwei Verteidigern.



Abdecken

Sobald der Gegner in den Ballbesitz kommt, erfolgt blitzartig der Rollenwechsel von Offensive zu Defensive. Jeder Spieler muss seinen Gegner decken und ihm das Freilaufen erschweren oder verhindern. Fortgeschrittenere Mannschaften auch mit der Raumdeckung bekanntmachen.

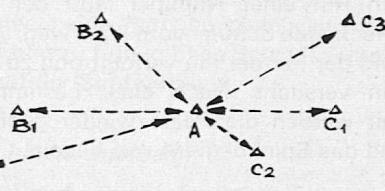
Jeder Spieler muss mit diesen drei Begriffen nicht nur vertraut sein, sondern er muss in jeder Situation automatisch danach handeln.

Als beste Schulungsform für Freilaufen und Abdecken eignet sich der Schnappball in seinen verschiedenen angepassten Variationen.

Drei Angreifer gegen zwei Verteidiger:

Auf den Korb darf nur geworfen werden, wenn ein Spieler völlig freigespielt worden ist. Nach jedem Wurfversuch oder Treffer beginnt die Kombination wieder von vorn aus der Feldmitte. Der Verteidiger, der einen Korbwurf erfolgreich verhindert, wird Stürmer, ebenso wenn er als Folge eines schlechten Zuspiels in den Ballbesitz gelangt.

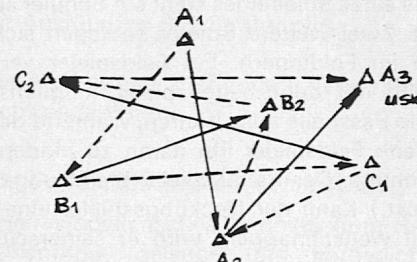
Dreierspiel im Stand – Blendspiel:



Drei Spieler stehen in einer Linie hintereinander in Abständen von etwa 10 m. A spielt den Ball abwechselweise seinen zwei Aussenspielern zu und erhält ihn wieder zurück. Die beiden Aussenspieler B und C verändern ihre Stellung nach vorn, nach hinten, nach der Seite und stellen damit den Mittelspieler nach seiner Drehung immer wieder vor eine neue Aufgabe.

Nach 3–5 Minuten wird der Mittelspieler abgelöst.

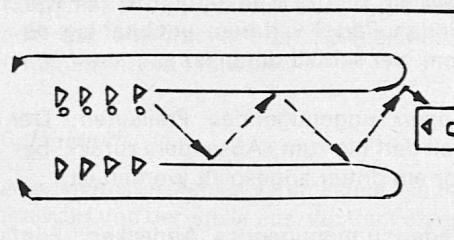
Dreierspiel im Lauf – Vorlagespiel:



Schulungs- und Spielformen

Zweierangriff gegen den Korb:

Zwei Kolonnen greifen an, ein Verteidiger im Korbraum. A und B spielen sich zu und versuchen aus dem Lauf heraus einen Korb zu erzielen. Kann der Verteidiger bei einem Angreifer erfolgreich eingreifen, wechselt er mit diesem den Platz.



Dreierangriff gegen den Korb:

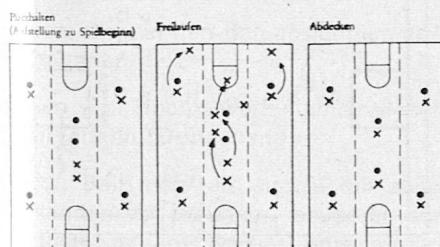
Der Mittelspieler hängt etwas zurück und bedient abwechselweise den linken oder rechten Flügel und gibt auch den

Kondition und Technik des Einzelnen müssen nun in der Mannschaft zum Zuge kommen im geschickten taktischen Verhalten, also im

Platzhalten, Freilaufen, Abdecken.

Platzhalten

Mit dem Platzhalten wollen wir eine Massierung der Spieler um den Ball herum verhindern. Jeder Spieler benutzt nur den ihm durch die Grundaufstellung zugewiesenen Raum und bemüht sich, hier seine ihm zukommende Aufgabe zu lösen. Konsequentes Platzhalten ist die erste Forderung, die an ein zweckmäßiges Spiel gestellt werden muss. Dadurch werden die Voraussetzungen für ein geordnetes Zusammenspiel geschaffen.



Freilaufen

Damit kommt Bewegung und Fluss in das Spiel. Erst wenn jeder Spieler versteht, sich auf seinem Feldstreifen freizulaufen, d. h., sich von seinem Gegenspie-

Die Spieler A, B und C laufen beliebig umher und spielen sich dabei den Ball immer in der gleichen Reihenfolge A zu B, B zu C, C zu A usw. zu.

Dabei soll so gelaufen werden, dass der Ballbesitzer in allen Winkeln abspielen muss. Der Ball soll immer in der Laufrichtung des Empfängers in den Raum vorgelegt werden.

Schnappball

Spielgedanke: Die Partei, die im Besitz des Balles ist, versucht durch rasches und genaues Zuspiel möglichst viele Fänge zu machen. Die Gegenpartei versucht, den fliegenden Ball zu schnappen. Um möglichst viele Fänge zu erzielen, müssen die Spieler der ballbesitzenden Partei ständig freilaufen, d. h., durch Ausweichen in den freien Raum, die gegnerischen Deckungsspieler abzuschütteln versuchen. Ge-wonnen hat die Partei, die mehr Fänge erzielte.

Einführung

Verfolgen: Eine Nummer eins steht mit einer Nummer zwei im Paar. Die Paare sind wahllos auf dem Platz verteilt. Auf den Ruf einer Nummer läuft der entsprechende Schüler vom Platz weg, während der Partner ihn verfolgt und zu fangen versucht. Nach einer bestimmten Zeit werden die Paare wieder gebildet, und das Spiel beginnt von neuem.

Eine rasche Reaktion und ein geschicktes Ausweichen sind anzustreben.

Sich die Hände geben: Drei Schüler spielen zusammen. Der erste steht an einem bestimmten Punkt und darf sich nicht davon entfernen, der zweite läuft gegen diesen Schüler und versucht ihm die Hand zu geben. Der dritte Schüler stellt sich dauernd vor den Laufenden, so dass dieser nur durch geschicktes Ausweichen die ausgestreckte Hand des Stehenden erreichen kann.

Schnappball zu dreien: Auf der Seitenlinie eines Spielfeldes steht ein Schüler an Ort. Zwei weitere Spieler bewegen sich frei im Feldinnern. Ein Feldspieler versucht mit dem Seitenspieler möglichst viele Passbälle auszuführen, während der zweite Feldspieler ihn daran zu hindern trachtet. (Der Seitenspieler bleibt ungedeckt.) Kann der Deckungsspieler einen Ball wegschnappen, wird er seinerseits zum Werfer.

Daraus entwickelt sich nun der eigentliche Schnappball mit gleichstarken Parteien, indem jeder Werfer einen Deckungsspieler erhält und alle sich frei in einem bezeichneten Feld bewegen können.

Spielregeln

Das Spiel wird durch Hochwerfen des Balles zwischen zwei Gegnern eröffnet.

Mit dem Ball in der Hand darf nicht gelaufen werden.

Der Ball darf in der Luft mit der flachen Hand abgeschlagen, gefangen oder vom Boden aufgenommen werden, dagegen ist nicht gestattet, den Ball einem Gegner zu entreissen.

Der Gegner darf nicht gestossen, umklammert oder gehalten werden.

Für Anfänger ist jede Fangart des Balles gültig, für Vorgerückte darf der Ball nur mit den Händen gefangen werden. Jedes Berühren mit einem andern Körperteil gilt als Fehler.

Bei Regelverstoss gehört der Ball der andern Partei.

Jeder richtig ausgeführte Fang zählt einen Punkt.

Das Spiel kann hinsichtlich der Behandlung des Balles und des Gegners durch weitere Regeln von Korball ausgebaut werden, ohne den Charakter eines vorbereitenden Spieles zu verlieren.

Es eignet sich immer wieder als Korrekturspiel mit gezielten Anforderungen.

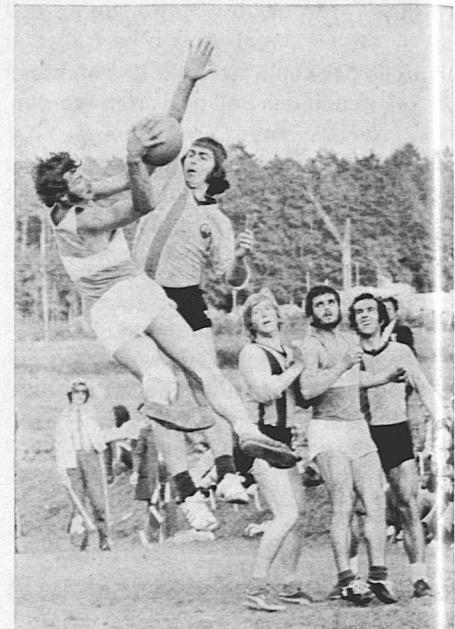
Beispiele:

Gegen schlechtes Werfen und Fangen: Fällt ein Ball zu Boden, geht er der werfenden Partei verloren, unabhängig davon, wer schuld daran ist.

Gegen ungenügendes Freilaufen: Der Ball darf nie zum «Absender» zurück, bevor ein dritter angespielt worden ist.

Gegen ungenügendes Abdecken: Fünf unmittelbar aufeinanderfolgende Fänge ergeben einen zusätzlichen Punkt.

Gegen unsauberes Verhalten zum Gegner: Wer grob spielt, wird 30 Sekunden aus dem Spiel genommen.

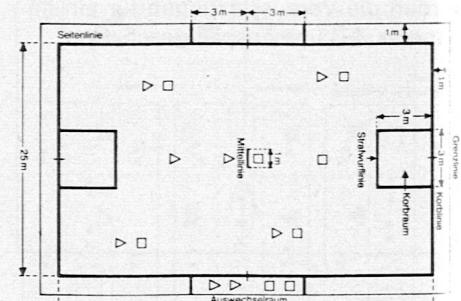


E. Korball

Spielgedanke

Jede Mannschaft versucht, durch schnelles und genaues Zuspiel, den Ball in die Platzhälfte des Gegners zu spielen, um ihn in dessen Korb zu werfen, gleichzeitig aber den eigenen Korb gegen die Angriffe des Gegners zu verteidigen. Jeder gültig erzielte Korbwurf zählt einen Punkt.

Spielfeld und Aufstellung



Spielgeräte

Korball = Hohlball mit Umfang von 68–72 cm und Gewicht von 500–550 g. Für Übungsspiele können auch kleinere Bälle verwendet werden.

Der Korbring befindet sich in waagrechter Lage 3 m über dem Boden. Zur Einführung kann der Korb auch tiefer gehängt werden.

Hallenaustrüstung:

Spieldfeldzeichnung Korball, 2 Körbe auf den Schmalseiten, je 2 Körbe auf den beiden Längsseiten, 10–15 Korbbälle, die auch andern Spielen dienen können.

Für den Unterricht im Freien:

4 bewegliche Korballständer, 10–15 Korbbälle.

Für Bau und Einrichtung der Anlagen verweisen wir auf die «Normalien», in denen im Gegensatz zum Buch 3/76 Korball enthalten ist.

Hinweis

Unbedingt klappbare Basketeinrichtung vorsehen, wenn Basket eingerichtet werden muss anstelle von einfachen Körben.

Regelwerk

1. Das Spielen des Balles

Es ist verboten:

- a) mit dem Ball in der Hand mehr als zwei Schritte zu laufen
- b) den Ball länger als 3 Sekunden in der Hand zu halten
- c) den Ball mit der Faust zu spielen oder mit einem andern Körperteil als den Händen oder dem Unterarm zu berühren
- d) sich nach dem Ball zu werfen
- e) den Ball liegend, kniend oder sitzend zu halten, nur fangen und weiterspielen
- f) dem Gegner den Ball absichtlich anzuwerfen
- g) den Ball hochzuwerfen und wieder zu fangen (Doppelfang)
- h) den Ball mehr als einmal mit zwei Händen zu berühren, bevor er mit einem andern Spieler oder einem Spielgerät in Berührung gekommen ist (Doppelfang).

Die Regeln c und h (Körperberührung und Doppelfang) können bei der Einführung des Spieles weggelassen werden, solange der Ausbildungsstand im Werfen und Fangen ungenügend ist.

2. Verhalten zum Gegner

Es ist verboten:

- a) dem Gegner den Ball zu entreißen oder wegzuschlagen
- b) den Gegner zu sperren
- c) den Gegner festzuhalten, zu umklammern, zu schlagen, zu stossen, anzurennen oder anzuspringen
Bei Verstößen: Freiwurf, bei groben Vergehen oder bei klarer Torgelegenheit: Strafwurf
- d) sich gegen den Gegner abzubücken oder in ihn zu drehen (gefährliches Spiel)
- e) den Gegner zu verwirren (z. B. durch Stampfen, Schreien, Zurufen)

Zeitausschlüsse von 2 und 5 Minuten früh einführen.

3. Einwurf

Wo der Ball das Spielfeld über die Seitenlinie verlässt, erfolgt Einwurf

ausserhalb der Seitenlinie,
aus Stand, d. h. ein Fuss muss am Boden bleiben,
mit beiden Händen über den Kopf geworfen.
Bei Verstößen: Freiwurf innerhalb des Feldes.

4. Abwurf

Hat der Ball die Korblinie überschritten und ist zuletzt vom Angreifer berührt worden, so erfolgt Abwurf aus dem Korbraum, ebenso nach gültigem Treffer.

Der abwerfende Spieler darf dabei im Korbraum nicht behindert werden.

5. Eckwurf

Ist der Ball zuletzt von einem Verteidiger berührt worden und überschreitet die Korblinie, erfolgt Eckwurf des Angreifers aus der entsprechenden Spielfeldecke (Ausführen wie Freiwurf).

6. Freiwurf

Alle leichteren Fehler verursachen einen Freiwurf von der Stelle aus, wo der Fehler begangen worden ist.

Ausführung all dieser Würfe:

aus Stand,
Abstand des nächsten Spielers mindestens 1,5 m,

der Werfende darf den Ball erst wieder spielen, wenn dieser einen andern Spieler berührt hat,

mit diesen Würfen kann direkt kein Korb erzielt werden.

7. Strafwurf

Als schwere Fehler, die mit Strafwurf bestraft werden, gelten:

Grobes Spiel,

Behindern bei klarer Torgelegenheit,

Rütteln an der Korbeinrichtung, wenn sich der Ball in unmittelbarer Nähe befindet.

Ausführung:

ausserhalb der Korbraumlinie (3 m vom Korb),

aus Stand,

direkter Wurf,

niemand darf den Korbraum betreten, bevor der Ball die Korbeinrichtung berührt oder die Korblinie überschritten hat.

Betritt ein Verteidiger den Korbraum zu früh, wird der Strafwurf wiederholt, sofern er erfolglos war.

Betritt ein Angreifer den Korbraum zu früh, gibt es Freiwurf für den Verteidiger. Ein allfällig erzielter Treffer gilt nicht.

Betreten beide Parteien gleichzeitig den Korbraum zu früh, gibt es Schiedsrichterball auf der Strafwurflinie.

8. Schiedsrichterball

Ballaufwurf wie bei der Spieleröffnung.

Anwendung bei unklaren Spielphasen oder gleichzeitigem Fehler zweier Gegner oder als Korrektur eines Fehlentscheides des Schiedsrichters.

9. Spielleitung

Der Schiedsrichter hat zu pfeifen:

bei Spielbeginn, wenn der aufgeworfene Ball den höchsten Punkt erreicht hat,

bei Halbzeit und Spielende,

bei gültigem Treffer (Doppelpiff),

bei Regelverstoß,

zur Ausführung des Strafwurfs.

Die Ausführung aller andern Würfe wird nicht angepfiffen.

10. Der Schiedsrichter (Lehrer/Leiter)

Eigenes spielerisches Können, gute Regelkenntnis, geistige und körperliche Bereitschaft und Ausstrahlung einer

autoritativen Persönlichkeit sind ideale Voraussetzungen. Der Lehrer hat daneben seine Erzieheraufgabe zu sehen, klar zu fordern, gerecht und klar zu entscheiden, unbeeinflusst zu handeln.

Er sollte dem Schüler Werte nahe bringen, die überall im Alltag gelten: Fairness, Mässigung bei Sieg und Niederlage, Rücksicht auf Partner und Gegner. So ergeben sich Spiele, die auch bei vollem Einsatz schöne Spiele bleiben und nicht in Kampf im schlechten Sinne ausarten. Zum späteren Spielverhalten im sportlichen Wettkampf und in der Rolle des Publikums könnten hier die Grundlagen gelegt werden. Wer diese Werte in einem Spiel selbst erlebt hat, kann sie überzeugend an die Jugend weitergeben.

Bei Unklarheiten unbedingt das ETV-Regelbuch 71 beziehen.

Stundenregeln

Darunter verstehen wir Einschränkungen, Verschärfungen von Regeln, die vorübergehend Gültigkeit haben, um das Spiel in bestimmter Richtung zu beeinflussen. Die Schüler müssen die damit verbundene Absicht kennen. Sobald die Massnahme Wirkung zeigt, wird sie wieder abgebaut.

Beispiele:

Jedes Prellen ist untersagt – oder auf *einmal* reduziert. Damit zwingen wir zur Spielübersicht, zum Schaffen von Anspielstationen durch Freilaufen in jeder Spielphase und unterbinden unnötiges, eigensinniges Tändeln mit dem Ball.

Gegen zu hartes Spiel auf den Gegner: Angehen des Gegners anstatt des Balles wird mit zeitlichem Ausschluss bestraft.

Beloohnung des Zusammenspiels: Angriffe, die gelingen, ohne dass der Gegner den Ball berühren kann, ergeben bei Treffer 2 Punkte. Es zählen dabei die letzten drei Zuspiele vor dem Korbwurf.

Beloohnung der Regelkenntnis: Wir lassen die abgepfiffenen Fehler jeder Mannschaft registrieren, je 5 Fehler geben einen Minuspunkt.

Platzhalten: Bei Spielermassierungen, die sich nicht innert 3 Sekunden auflösen, gibt es Freiwurf für die verteidigende Mannschaft.

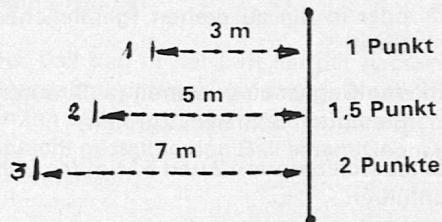
Ähnliche Massnahmen können schon bei vorbereitenden Spielen, namentlich beim Schnappball, mit Erfolg eingebaut werden.

Messbare Korball-Elemente

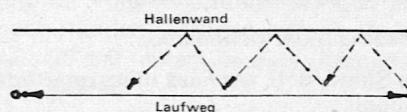
Werfen, Fangen, Prellen und Korbwurf lassen sich in messbare Formen einbauen, die sich als Circuit-Stationen eignen oder in der technischen Schulung einer Spielaktion belebend und anspröndend wirken.

Werfen und Fangen:

Aus sitzender Stellung in verschiedener Distanz zu einer Wand zweihändiger Stoßwurf an die Wand zum beidhändigen Fangen.

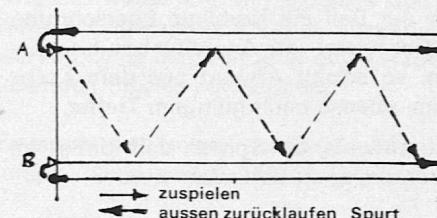


Ca. 3 m von der Wand weg einer Linie entlang laufen mit Wurf an die Wand und Fangen.



Pro Lauf 3 Punkte, pro Fangball 1 Punkt, während 1 Minute.

Zuspiel zu zweien in der Gasse. Jeder läuft immer die ganze markierte Strecke. Die Anzahl Zuspiele pro Laufstrecke ist festzulegen. Anzahl Läufe in 1 Minute?

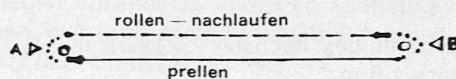


Prellen, Ball aufnehmen:

Während 1 Minute Prellen in der Acht um Malstäbe. Jedes Umlaufen eines Pfostens ergibt 1 Punkt.

Gleiche Form, aber zusätzlich bei jedem Pfosten den Ball einhändig ablegen und einhändig aufnehmen.

Während 1 Minute mit einem Partner: In der einen Richtung den Ball rollen und ihm nachlaufen, in der andern Richtung den Ball aufnehmen und prellen. Beide sind ständig in Bewegung. Anzahl Runden?



Korbwurf:

Hallenrunden während 1 Minute, 1 Versuch bei jedem Korb.

Mit 1 Ball Korbwürfe während 1 Minute. Der Anlauf muss immer wieder außerhalb des Korbraumes beginnen (2-Schritt-Regel).

Je 2 Korbwürfe aus bezeichneten Distanzen.

10 korrekt ausgeführte Strafwürfe (ohne Zeit).

Lektionsbeispiele

In der Halle

1. Einleitung

4 Mannschaften zu 6 Schülern. Zum Einlaufen kann die Musik aus Tonband 1 zum Buch 3 «Turnen und Sport in der Schule» verwendet werden.

4 Schritte Gehen, 4mal Hüpfen in $\frac{1}{4}$ Drehung,

2 Schritte Gehen zum Beinspreizen l.v.u.r. und gegengleicher Armbewegung,

8 Schritte Gehen, 8mal Takthüpfen in Zickzack,

Kniestieg: Arme beugen und Beinspreizen rückwärts,

Langsitz: Beine heben und fortgesetztes Grätschen mit Aufstützen der Hände auf dem Boden, später auch im freien Sitz,

Wechselseitiges Doppelhüpfen mit Auschlenken des Spielbeines nach allen Seiten.

4 Fitness-Stationen:

Seilspringen,

Stossen des Medizinballes zu zweien

Klettern 3mal 5 m,

Ringen um den Medizinball zu zweien mit 1 Ball.

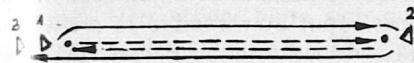
Jeder Gang 1 Minute, zum Wechsel $\frac{1}{2}$ Minute.

2. Schulen der Technik

4 Stationen:

Korbwurf mit 3 Bällen,

Prellen in der Acht auf 2 Bahnen, mit freier Ablösung, beide Bahnen müssen aber ständig besetzt bleiben,
Zuspiel zu dreien auf 2 Bahnen,



Den Ball zweihändig an die Wand werfen, den zurückfliegenden Ball einhändig herunterholen zum Prellen, zweihändig fangen und wiederholen, alle Schüler miteinander.

Das gibt 4 Wechsel zu 2 Minuten, da zwischen $\frac{1}{2}$ Minute.

Spiel: Korbball 4mal 5 Minuten

Stundenregeln: Nur 1mal prellen, Kombinationstore zählen doppelt. Es spielen 1:2, 3:4, Verlierer : Verlierer und Sieger : Sieger.

In Freien

1. Einleitung

Antreten je zur Hälfte auf den beiden Seiten eines abgesteckten Feldes. In der Mitte des Feldes liegen 2 Farben Bänder. Auf Pfiff in die Mitte laufen, ein Band seiner zugeteilten Farbe holen. Welche Abteilung ist zuerst wieder am Platz?

Hopser hüpfen frei auf dem Platz herum. Auf Pfiff spurten zum Standort des Lehrers.

Auf allen vieren auseinander gehen, in einen Schwarm, absitzen.

Liegestütz rücklings, $\frac{1}{2}$ Drehung in den Liegestütz vorlings mit Nachfedern und wieder zurück.

Mit grossen Laufsprüngen beide Gruppen in eine Feldecke, einander diagonal gegenüber.

Gruppenlauf um das ganze Feld an den Platz zurück.

Bauchlage: Drehen um die Längsachse, ohne mit Händen oder Füßen den Boden zu berühren.

Bauchlage, aufstützen der Hände auf dem Boden neben den Schultern: Sprung zwischen die Hände, nach vorn fallen in den Liegestütz, fortgesetzt.

2. Technische Schulung

Zuspiel zu zweien mit einem Ball, zuerst im Stand, dann in der Bewegung. Einhändiger Schlagwurf, Stosswurf, beidhändiger Stosswurf – immer die kommandierte Wurfart anwenden!

Jede Gruppe mit 3 Bällen bei einem Korb. Korbwurf mit zwei Anlaufschritten. Jeder Schüler probiert aus, was ihm am besten gelingt, der Lehrer zeigt die Möglichkeiten.

Königsball in vier Kolonnen:

Zuspiel 1 zu 2 und zurück, 2 sitzt ab.

Zuspiel 1 zu 3 und zurück, 3 sitzt ab usw. bis zu 6.

Nr. 6 läuft mit dem Ball nach vorn, Nr. 1 tritt vorne ein, alle rutschen um einen Platz nach hinten.

3. Taktische Schulung und Spiel

Während zwei Mannschaften spielen, trainieren die beiden andern unter sich bei einem Korb.

Drei greifen an, drei verteidigen. Es greifen immer die Ballbesitzer an. Ballwechsel kommt also dem Rollenwechsel gleich. Jeder Angriff muss bei einer bezeichneten Stelle beginnen. Ein Treffer kann also nur erzielt werden, wenn kein Gegner eingreifen kann. Es ist eine Schnappballform, bei der aber nicht die Fangbälle zählen, sondern die Treffer.

Spieldfolge: 1:2, 3:4, 1:3, 2:4, 1:4, 2:3.

Ausklang: Besprechen der Spielergesnisse, der häufigsten Fehler, des Einsatzes während der Nebenbeschäftigung.

Lob der Fairness (wenn verdient!), Entlassung zum Duschen.

*
Wer nach dem Durcharbeiten vieler, oder gar aller Formen zum Korbballspiel gelangt, ist sicher mit den nachfolgenden Feststellungen einverstanden:

Korbball,
dieses bewegungsintensive Spiel
stellt
an den Laufrhythmus,
an die Wendigkeit im kleinen Feld,
durch die subtile Ballführung,
durch den heiklen, krönenden Zielwurf auf den Korb
allerhand Anforderungen an den Spieler.

Walter Bader †, STZ 1963

Einige Daten aus der Geschichte des Korbballs

1860 entwickelte F. O. Kluge, Turnlehrer in Berlin, ein Spiel für Mädchen mit einem trichterförmigen, kippbaren Korb auf einer 2½–3 m hohen Stange. Die Bälle waren ähnlich beschaffen wie unsere Jägerbälle, waren vollgestopft mit Haaren, sprangen also nicht. Sie mussten in den Korb befördert und nach dem Kippen aufgefangen werden, bevor sie den Boden berührten. Sonst galt der «Korb» nicht. Er konnte in der Halle oder im Freien gespielt werden – das Spiel setzte sich jedoch nicht durch, es war kein Wettspiel.

1892 erfand J. Naismith in Springfield, USA, den Basket- oder Korbball, ein Hallenspiel zweier Mannschaften. Ziel waren zwei an den Schmalseiten der Hallen aufgehängte Pfirsichkörbe. Auf alten Bildern und Beschreibungen sind noch keine Zielwurfbretter festzustellen. Die wurden erst nötig, als Zuschauer auf den Galerien versuchten, die Bälle von dort aus in die Körbe zu lenken. Grosser Erfolg und Verbreitung in den USA!

1896/97 stritten sich zwei deutsche Turnlehrer um die Ehre, die ersten gewesen zu sein, die in Deutschland Korbball spielten und auch bekannt machten. Es waren Hermann, Braunschweig – damals die Hochburg der Schulspielbewegung – und F. W. Fricke, Hannover, welcher das Spiel aber Netzbau taufte.

1901 brachte das Blatt des STLV zwei Korbball-Artikel schweizerischer Herkunft: Turnlehrer J. Müller, Zürich, zeigte, wie er mit seinen Mädchenklassen Korbball spielt – es können zehn und mehr Schülerinnen sein pro Mannschaft. Dann lädt er die Leser ein, sich das Spielbuch für Mädchen von J. Bollinger-Auer, Basel, zu kaufen, wo *das fesselnde Spiel gar hübsch und anschaulich beschrieben* sei. In dieser Anleitung finden sich die Regeln so dargestellt, dass damit das Spiel möglich wird: Spielfeldskizzen mit den Aufstellungen für 5–8 oder 10 Spielerinnen, den Aufgaben der Mädchen auf den einzelnen Posten sowie den Gang des Spieles... Es muss jetzt nur noch gespielt werden!

1902/03 hören wir aus Holland, dass dort Wettspiele gemischter Mannschaften im *Korffball* durchgeführt werden – erfunden wurde dieses Spiel von N. Broekhuisen in Amsterdam. «In Holland spielen fast mehr Menschen Korffball als Handball. Jede Mannschaft besteht aus je 6 Buben und Mädchen oder auch Männern und Frauen. Das Spielfeld ist 90 m x 40 m gross, dreiteilt in Angriffs-, Mittel- und Verteidigungsfeld. In jedem Feld spielen je zwei Buben und Mädchen jeder Mannschaft, die nach je zwei Toren ihr Feld wechseln – alle müssen also alles können, stürmen, verteidigen oder aufbauen. Es dürfen immer nur Buben gegen Buben und Mädchen gegen Mädchen kämpfen...» («Bund», Dez. 1974)

1912 wird Korffball in der neuen Turnschule für Knaben aufgeführt – ganze 2 Seiten sind dafür reserviert. Der Text – ohne Skizzen – ist so knapp gefasst und die Regeln so lückenhaft, dass kaum ein gutes Spielen erlernt werden kann.

Im allerersten Satz des Kapitels «Korffball» wird dieses Spiel mit der Bemerkung eingeführt, es sei im ganzen auf die Spielgesetze des Handball aufgebaut; später wird auch die deutsche Version mit Spiel auf den eigenen Korb als gut angepriesen. Dies und anderes gab Anlass, dass der Berner Gymnastikturnlehrer Jakob Steinemann dem neuen Turnbuch den Kampf ansagte.

1911 hatte er zum Abschluss des ersten mehrtägigen Spielkurses in der Schweiz, durchgeführt von der Schweizerischen Vereinigung für Jugendspiel und Wandern (SVJW), auf einen Missstand hingewiesen: «Es hat sich beim Kurse klar gezeigt, dass für die Parteikampfspiele allgemein gültige Regeln gänzlich fehlen. Die Regeln des deutschen Zentral-Ausschusses für Volks- und Jugendspiele können wir aus verschiedenen Gründen nicht einfach übernehmen, und in der Schweiz hat bis jetzt keine Behörde oder turnerische Instanz sich an die Ausarbeitung von Spielregeln gemacht. Sofern nicht die neue Turnschule eine befriedigende Lösung bringt, erachte ich es für die SVJW als eine in ihren Bestrebungen liegende Pflicht, sich dieser Aufgabe mit aller Gründlichkeit und möglichst bald zu unterziehen.»

In diesen Äusserungen steckt ein ganzes Programm – Steinemann liess es aber nicht damit bewenden. Die Spielregelhefte erschienen wirklich, alle mit echt Steinmannscher Gründlichkeit: 1912 – Schlagball, 1913 – Grenzball, Schleuder-

ball, Faustball, 1915 Korffball und im selben Jahr die Kampfspielanleitung für Truppeneinheiten, weil eben die Turnschule 1912 weder seinen modernen Ideen noch denen der SVJW entsprach. Zum *Korffball*: Steinemann kannte die deutschen Regelbücher von Hermann, von Fricke, von Kohlrausch und Marten, er hatte auf seiner Studienreise nach Dänemark und Deutschland 1908 im Norden Korffball gespielt. Nicht genug damit. Bevor er seine «Anleitung für Spielleiter und Wettspieler» herausgab, liess er sich von einem Kollegen die amerikanischen Basketregeln übersetzen, machte sich seine Gedanken, spielte es mit seinen Turnklassen im Gymnasium – er musste sich sogar gegen Anwürfe wehren, die in seinem Turnunterricht nur Parteikampfspiele sehen wollten.

Als auch in Kursen seine Spielform gut ankam, erst dann formulierte er die Regeln. Die Auseinandersetzung mit den Basketregeln kam zum Tragen.

Es wollte ihm nicht gefallen, dass Basket nur in Hallen gespielt werden sollte – er war ein Freiluftmensch, seine Gymneler turnten und spielten meistens im Freien und mit nacktem Oberkörper. Auch das Weiche am Basket missfiel ihm, er liebte – und auch seine Schüler taten es – eine gesunde Härte, und es wurde der Korffball zum «Nahkampfspiele».

Wurde nun Korffball auch wirklich gespielt, im Turnen der Schulen oder in Vereinen, in welchen und wo?

Sicher im Gymnasium Bern von 1910 an. In Aarau spielten 1916 Mädchenklassen Korffball als Demonstration an der Tagung des STLV – aber auf einem Asphaltplatz.

In Biel war Korffball schon in den Zwanzigerjahren das Spiel der Neuntklässler (Jugendkorps, städtisches Progymnasium). Auch in der Sekundarschule Wimmis BE wurde er eifrig gespielt.

Aber ausgerechnet an der 50. Jahresversammlung des STLV – 1908 in Bern – war beantragt worden «... das sportliche Spiel sei einzudämmen».

Spielten vielleicht die Lehrer, welche sich in Lehrturnvereinen an diesem Spiel ergötzen, mit ihren Schülern? Wir lesen davon in Berichten der LTV Luzern 1916, Zürich von 1920 (Spielstage), Bern (als H. Meier und F. Müllener wirkten, schon vor 1920).

1927 – die 4. Turnschule war eben erschienen – der Eidgenössische Turnverein hatte begonnen, sich diesem Spiele intensiv zu widmen – da schrieb der Redaktor des *Gymnaste suisse* nach dem eidgenössischen Spieltag in

Olten: «La balle à la corbeille lui est assurément bien supérieure (er meint dem Fangball überlegen). C'est là le véritable jeu à recommander à nos classes de pupilles et à nos sections de dames, dont bon nombre le pratiquent déjà en virtuoses.» Weiter in freier Übersetzung: «Die grossen und gut gebauten Athleten dagegen hätten im Handball bessere Figur gemacht als im Korffball, weil dieses hübsche Spiel, voller Feinheit und Grazie, nicht auf diese Männer zugeschnitten ist.»

Er war eben ein eifriger Verfechter des waadtländischen Gymballs.

Nach 1930 ist jedoch eine immer grössere Nachfrage nach den neuesten Regelbüchlein des ETV von seiten der Lehrerschaft festzustellen – der Korffball-Spielentwicklung vermochten die Regeln der 27er und 42er Turnschulen nicht zu genügen. Die ETV-Spielbüchlein wurden von 1924–1944 in acht Auflagen herausgebracht – es waren Sammel-Regelbücher mit Faustball, Hand-, Korb-, Schlag-, Schnur-, einmal sogar mit Basketball.

1949, grosse Neuerung: Die TK und Spiko-ETV rangen sich zu einem Spezial-Korffallbüchlein durch, enthaltend vollständig erneuerte Spielregeln und eine gute Trainingsanleitung (Nachträge und Neuausgaben 1953/1958/1963/1966/1971). Somit waren die Lehrer, welche nach den Regeln der 5. Turnschule des Jahres 1942 spielen wollten, wieder einmal im Zwiespalt, aber auch an Spieltagen der Lehrer gaben die verschiedenen Regelauslegungen des öfters zu hitzigen Diskussionen Anlass.

1945 erschien – mitten in einer, wie es schien, geruhsamen, stetigen Koballentwicklung – in der «Körpererziehung», dem Organ des STLV, ein recht massiver Anti-Korffall-Artikel, besser gesagt eine Basketball-Werbung. Verfasser war ein Zürcher Turnlehrer, der schon gleich zu Beginn schreibt «... denn, das scheint mir gewiss wäre Basket bekannt, dann würde es auch gespielt...». Natürlich ködert er schon damals die Lehrer «... Und wenn wir daran denken, dass vielleicht schon recht bald wieder sich Gelegenheit bietet, internationale Wettkämpfe zu bestreiten, wer wollte dann noch Korffall spielen, *Korffall, das nur will Deutschschweizer noch hegen und pflegen*.» (Mit der letztern Meinung hatte er sich bös verhauen oder war zu wenig orientiert.)

Ein halbes Jahr später erschien der Artikel mit anderm Titel in der Turn-

zeitung, Organ des ETV. Dort fragt der Autor u. a.: «Wäre es unter diesen Umständen nicht vernünftig, unser Korbballspiel im Sinne des neuen Korbballsportes, des Basketballes... zu ändern?» Herr Müller hätte sich durch Verhandlungsberichte aus ZK-, TK- und Spiko-ETV Unterlagen beschaffen müssen, um dann festzustellen, dass es nicht nur am ETV fehlte, wenn die Turner, und auch viele Lehrer unter ihnen, Basketball «eher links liegen lassen».

Heute kann er aber für sich in Anspruch nehmen, als «Pionier» zu gelten – denn von nun an rissen die Anstrengungen des Basketeurs, an die Stelle der Korbballer zu treten, weder in der Schule noch in den Verbänden, nicht mehr ab. Erst vereinzelt, dann recht systematisch, wurden der Schweizerische Turnlehrerverein und die Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen durch ihre Organe – «Körpererziehung», «Starke Jugend – freies Volk» (heute «Jugend und Sport») eingespannt, derart, dass sie heute nur noch pro Basket schreiben. Dies allerdings nur immer im Verhältnis zu Korbball gesehen; Fussball, Handball und besonders Volleyball sind tabu. Auch im Ausbildungsplan der Lehrer und besonders der Turnlehrer kommt Korbball gegenwärtig schlecht weg: Nur noch die Uni Bern hält am Korbball fest, da ist es noch Prüfungsfach und wird gelehrt und gespielt – die übrigen Hochschulen mit Turnlehrerausbildung und der Lehrgang für Sportlehrer an der ETH, sie kennen Korbball nicht mehr. Die jüngeren Seminarturnlehrer sind jetzt davon, ebenfalls einzuspuren. Es wird ihnen erleichtert durch das neue Lehrbuch für das Schulturnen «Turnen und Sport in der Schule», denn nur mit knapper Not konnten die Solothurner Turnlehrer verhindern, dass darin unser Korbball elegant ausgebootet worden ist. Aber darüber lasen wir ja schon in der Einleitung zu diesem Heft.

*

Wer sich genauer orientieren will über Korbball-Basketball, erkundige sich bei R. Studer, der an einer Geschichte des Korbballs arbeitet, die demnächst im Druck erscheinen soll.

Robert Studer

Liste der lieferbaren Hefte der «Schulpraxis» (Auswahl)

Nr.	Monat	Jahr	Preis	Titel
1	Januar	69	3.—	Drei Spiele für die Unterstufe
2	Februar	69	2.—	Mathematik und Physik an der Mittelschule
4/5	April/Mai	69	2.—	Landschulwoche im Tessin
6/7	Juni/Juli	69	2.—	Zur Erneuerung des Rechenunterrichtes
8	August	69	1.50	Mahatma Gandhi
9	September	69	3.—	Zum Grammatikunterricht
10/11/12	Okt.–Dez.	69	4.—	Geschichtliche Heimatkunde im 3. Schuljahr
1/2	Jan./Febr.	70	4.—	Lebendiges Denken durch Geometrie
4	April	70	1.50	Das Mikroskop in der Schule
8	August	70	1.50	Gleichnisse Jesu
11/12	Nov./Dez.	70	3.—	Neutralität und Solidarität der Schweiz
1	Januar	71	1.50	Zur Pädagogik Rudolf Steiners
2/3	Febr./März	71	3.—	Singspiele und Tänze
4	April	71	3.—	Ausstellung «Unsere Primarschule»
5	Mai	71	2.—	Der Berner Jura – Sprache und Volkstum
6	Juni	71	3.—	Tonbänder, Fremdsprachenunterricht im Sprachlabor
7/8	Juli/Aug.	71	2.—	Auf der Suche nach einem Arbeitsbuch zur Schweizergeschichte
9/10	Sept./Okt.	71	2.—	Rechenschieber und -scheibe im Mittelschulunterricht
11/12	Nov./Dez.	71	3.—	Arbeitsheft zum Geschichtspensum des 9. Schuljahrs der Primarschule
1	Januar	72	1.50	Von der menschlichen Angst und ihrer Bekämpfung durch Drogen
2	Februar	72	1.50	Audiovisueller Fremdsprachenunterricht
3	März	72	2.—	Die Landschulwoche in Littewil
4/5	April/Mai	72	3.—	Das Projekt in der Schule
6/7	Juni/Juli	72	4.—	Grundbegriffe der Elementarphysik
8/9	Aug./Sept.	72	3.—	Seelenwurzgart – Mittelalterliche Legenden
10/11/12	Okt.–Dez.	72	4.—	Vom Fach Singen zum Fach Musik
1	Januar	73	3.—	Deutschunterricht
2/3	Febr./März	73	3.—	Bücher für die Fachbibliothek des Lehrers
4/5	April/Mai	73	3.—	Neue Mathematik auf der Unterstufe
6	Juni	73	2.—	Freiwilliger Schulsport
9/10	Sept./Okt.	73	3.—	Hilfen zum Lesen handschriftlicher Quellen
11/12	Nov./Dez.	73	3.—	Weihnachten 1973 – Weihnachtsspiele
1	Januar	74	2.—	Gedanken zur Schulreform
2	Februar	74	1.50	Sprachschulung an Sachthemen
3/4	März/April	74	3.—	Pflanzen-Erzählungen
5	Mai	74	2.—	Zum Lesebuch 4, Staatl. Lehrmittelverlag Bern
6	Juni	74	1.50	Aufgaben zur elementaren Mathematik
7/8	Juli/Aug.	74	3.—	Projektberichte
9/10	Sept./Okt.	74	2.—	Religionsunterricht als Lebenshilfe
11/12	Nov./Dez.	74	3.—	Geschichte der Vulgata – Deutsche Bibelübersetzung bis 1545
1/2	Jan./Febr.	75	3.—	Zur Planung von Lernen und Lehren
3/4	März/April	75	3.—	Lehrerbildungsreform
5/6	Mai/Juni	75	3.—	Geographie in Abschlussklassen
7/8	Juli/Aug.	75	3.—	Oberaargau und Fraubrunnenamt
9	September	75	1.50	Das Emmental
10	Oktober	75	3.—	Erziehung zum Sprechen und zum Gespräch
11/12	Nov./Dez.	75	3.—	Lehrerbildungsreform auf seminaristischem Wege
15/16	April	75	4.—	Schulreisen
5	Januar	76	3.—	Gewaltlose Revolution, Danilo Dolci
13/14	März	76	3.—	Leichtathletik in der Schule
18	April	76	3.—	Französischunterricht in der Primarschule
22	Mai	76	3.—	KLungSinn – Spiele mit Worten
26	Juni	76	3.—	Werke burgundischer Hofkultur
35	August	76	3.—	Projektbezogene Übungen
44	Oktober	76	3.—	Umweltschutz
48	November	76	3.—	Schultheater
4	Januar	77	3.—	Probleme der Entwicklungsländer (Rwanda)
13/14	März	77	3.—	Unterrichtsmethoden
18	Mai	77	3.—	Korbball in der Schule

Die Preise sind netto, zuzüglich Porto

(Keine Ansichtssendungen)

Mengenrabatte: 4–10 Expl. einer Nummer: 20%, ab 11 Expl. einer Nummer: 25%.

Bestellungen an:

Eicher + Co., Buch- und Offsetdruck

3011 Bern, Speichergasse 33 – Briefadresse: 3001 Bern, Postfach 1342 – Telefon 031 22 22 56

A4



**Für sie –
und alle andern, die Süßes lieben –
gibt es jetzt Süßigkeiten,
die keine Karies mehr verursachen.**

Dank Xylit von Hoffmann-La Roche.

Xylit ist ein Naturstoff, der in vielen Pflanzen, in Früchten und Gemüsen, aber auch als natürliches Zwischenprodukt im menschlichen Stoffwechsel vorkommt.

Seit kurzem kann Xylit nun auch mit Hilfe eines investitionsintensiven Verfahrens aus natürlichen Nebenprodukten wie Birkenspänen, Nusschalen, Maiskolben usw. industriell gewonnen werden.

Im Aussehen und in vielen anderen Eigenschaften gleicht Xylit gewöhnlichem Zucker – so erzeugen zum Beispiel gleiche Mengen das gleiche Gefühl von Süsse.

Das wirklich Neue an Xylit ist, dass es absolut «nicht-acidogen» ist, das heisst, verglichen mit dem heute schon als zuckerfrei und «zahnschonend» bezeichneten Sorbit, bildet Xylit im Zahnbelaug überhaupt keine Säuren mehr, welche die Zahnhartsubstanz auflösen können.

Xylit ist der einzige aus natürlichen Rohstoffen gewonnene Zuckeraustauschstoff, der aufgrund ausgedehnter klinischer Untersuchungen in der Schweiz als «nicht-kariogen» bezeichnet werden darf.

Denn im Gegensatz zu Zucker bietet Xylit den karies-erzeugenden Bakte-

rien der Plaques keinen Nährstoff, infolgedessen kann aus Xylit keine zahnschädigende Säure entstehen.

Die Turku-Studien

Ziel der am zahnärztlichen Institut der Universität Turku in Finnland durchgeführten Langzeitstudien war es, die Entwicklung der Karies unter dem Einfluss verschiedener Zuckerarten zu ermitteln.

Die Versuchspersonen, die sich hinsichtlich ihres Kariesbefalles vorher nicht signifikant unterschieden, wurden in drei Gruppen eingeteilt: die erste ernährte sich 2 Jahre lang normal, bei der zweiten wurde der Zucker durch Fruchtzucker ersetzt, und die Diät der dritten Gruppe war ausschliesslich mit Xylit gesüsst.

Alle drei Gruppen wurden während und nach der Versuchszeit auf Karies untersucht. Nach 24 Monaten waren bei der Zuckergruppe durchschnittlich 7,2 neue Läsionen (DMS-Index) pro Person festzustellen, bei der Fructosegruppe waren es 3,8; wogegen bei der Xylitgruppe praktisch kein Karies-Neubefall auftrat.

Eine anschliessend mit über 100 Personen durchgeföhrte einjährige Kau-

gummistudie in Turku zeigte, dass bereits durch einen weitgehenden Ersatz des Zuckers durch Xylit zwischen den Hauptmahlzeiten ein Fortschreiten der Karies verhindert werden kann. Auch in der Schweiz wurde Xylit seit langem untersucht – die Ergebnisse dieser Studien ergänzen die Resultate von Turku und bestätigen im wesentlichen die nicht-kariogenen Eigenschaften von Xylit.

Die Rolle von Xylit in der Zukunft

Begründet auf all diese bemerkenswerten Untersuchungsergebnisse sind erste Xylit enthaltende Produkte – wie zum Beispiel Kaugummi – in der Schweiz bereits erhältlich. Die hauptsächliche Verwendung wird sich vorerst wahrscheinlich auf die Herstellung von Süßigkeiten beschränken, welche als besonders kariesfördernd gelten.

Solche Xylit-haltige Süßigkeiten können sich schon in naher Zukunft zu einer wirksamen Präventivwaffe gegen Karies entwickeln – selbstverständlich, das sei an dieser Stelle gesagt, immer in Ergänzung zu gewissenhafter Zahnpflege und zu vernünftiger Ernährung!



**Xylit – für Süßigkeiten, die keine Karies mehr verursachen.
Von Hoffmann-La Roche.**