

INHALT

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

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

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