

Ein Konzeptentwurf zum Mini-Beachhandball Einführung der Indoor-Variante: Fair'n-Fast-Handball

Inhaltsverzeichnis

Mini-Beachhandball im HVN	3
Warum mit Kindern Beachhandball spielen?.....	4
Mini-Beachhandball – Die Spielidee.....	8
Organisatorisches.....	8
Spielfeldaufbau.....	9
Spielprinzipien	9
Regeln.....	10
Mini-Beachhandball für Minis und Maxis (4 – 8 Jahre).....	11
Mini-Beachhandball für die E-Jugend (9 – 10 Jahre).....	12
Mini-Beachhandball für die D-Jugend (11 – 12 Jahre)	13
Spielreihe „Mini-Beachhandball“ im HVN.....	14
Aufbau der Spielreihe.....	15
Free-Play-Game	16
Mini-Speed-Beachhandball	17
Mini-Beachhandball	18
Goal-Area-Games	18
Beachhandball – Free Play	18
Fair'n-Fast-Handball	20
Spielfeldaufbau.....	20
Spielprinzipien	21
Regeln.....	21
Literaturverzeichnis.....	23

Mini-Beachhandball im HVN

Warum sollte man mit den Kindern aus der Halle in den Sand?

Weil es sich lohnt – für alle!

Neben dem besonderen Gefühl von Sand unter den Füßen und der Sonne im Gesicht fördert und fordert das Spiel mit Hand und Ball im Sand die Bewegungserfahrungen und die sinnliche Wahrnehmung der Kinder in vielfältiger Weise.



Abbildung 1: Vorteile vom Sand als Spieluntergrund

Sand ist formbar: Man kann darin graben, Dinge verstecken, Burgen bauen und wieder kaputt machen, man kann sich darin eingraben und wieder befreien. Man kann ihn transportieren und verschieben. Für Kinder bietet der Untergrund eine Vielzahl an kreativen und gestalterischen Möglichkeiten, für Trainer eine Fülle an ideenreichen Einsatzmöglichkeiten im Training. Zusätzlich weckt die Kombination aus Sommer, Sonne und Sand das „Beach-Feeling“, und das ist immer im Trend (vgl. Neumann 2005). Des Weiteren können alle Sinne durch das Erfahren von Kälte und Wärme aber auch durch das Spiel mit Wasser und Sand gereizt werden. Daher erweist sich Sand als multifunktionales Spiel- und Trainingsmaterial. Gleichzeitig wird dem Kind bewusst, wie der Sand durch seine Formbarkeit die eigene Bewegung beeinflusst und z.B. Springen, Laufen und Richtungswechsel erschwert, das Fallen und Stürzen aber weniger schmerzhaft macht. So werden neue Bewegungsherausforderungen angenommen, aber auch kreative und spektakuläre Bewegungsaktionen erst möglich gemacht. Letztendlich stellt der Sand als Spieluntergrund für die Kinder eine konditionelle und athletische Herausforderung dar (vgl. Fasold und Gehrler 2019).

Warum mit Kindern Beachhandball spielen?

Weil es sich lohnt – für alle!

Beachhandball überzeugt gerade im Kinderhandball mit seinem ausgeprägtem Fair-Play Gedanken, seiner schnellen und kreativen Spielweise und dem Erlebnis von Selbstwirksamkeit. Beachhandball sollte „[...] fair, gesund (kontaktlos), sinnvoll, kreativ und schnell gespielt werden. Diese informellen Normkategorien sind verbindlich, können und müssen allerdings gruppenspezifisch angepasst werden.“ (Fasold und Goebel 2017, S. 11). Neben den schon erläuterten Herausforderungen im konditionellen und athletischen Bereich erleichtert das Spielprinzip hingegen das zu trainieren, was einen „kompetenten Handballer“ ausmacht: „[...] die schnelle, zielgerichtete visuelle Wahrnehmung, Gedächtnisprozesse und schnelle Entscheidungsfähigkeit [...], die in der Grundlagenausbildung im Fokus stehen sollten.“ (Eisele 2020, 46).

Beim Mini-Beachhandball stehen die Kinder im Fokus, das freie und kreative Spiel wird nicht nur ermöglicht, sondern eingefordert. Dabei kombiniert es im Grunde „die komplexen Handlungsweisen des Hallenhandballs mit einem starken Fokus auf das Spielen mit kreativen und spielerisch freien Elementen.“ (Fasold und Goebel 2017, 1). Natürlich werden dabei die wichtigen Grundlagen wie

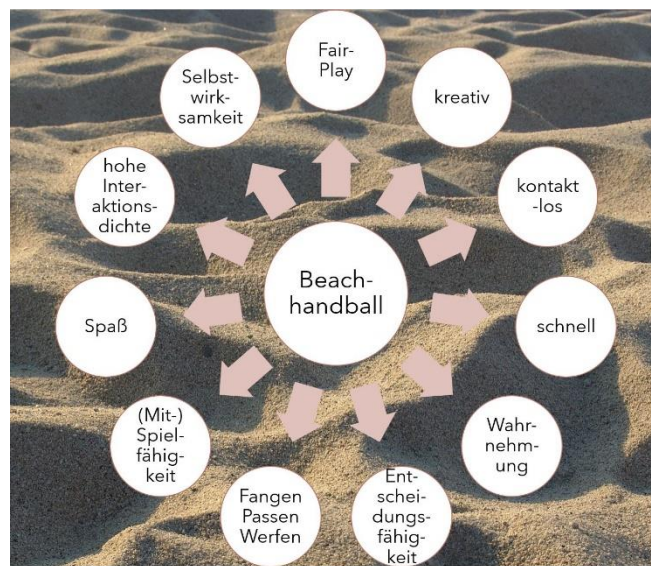


Abbildung 2: Vorteile des Beachhandballs

Fangen, Passen und Werfen genauso geschult wie in der Halle. Der weichere Ball bietet sich gerade für Anfänger an. So gelingt das Fangen und Werfen schneller und bietet den Spielenden mehr Motivation und positive Erfahrungen mit dem Spielgegenstand. Die Angst vor dem Ball wird reduziert. Die Rolle des Torhüters kann von allen Spielerinnen und Spielern gemeistert werden. So können im Beachhandball alle die besondere und aufgewertete Rolle des Torhüters bzw. Spezialisten einnehmen. Der Torhüter ist nicht an seinen Torraum gebunden und wird in den Angriff integriert.

Dass die Tore des Spezialisten zusätzlich doppelt gewertet werden, macht die Rolle besonders reizvoll (vgl. Fasold und Gehrler 2019).

Des Weiteren entfällt beim Beachhandball das Dribbeln des Balls. Gerade diese Fertigkeit fällt Spielanfängern so schwer, dass die Spielübersicht und schlimmstenfalls auch der Ball verloren geht. Der Spielfluss wird unterbrochen und das Spiel insgesamt langsamer. „Bei der Spielvermittlung darf die mangelnde Technikbeherrschung den Spielprozess nicht stören, die Spieltechniken müssen umgekehrt in spielechten Situationen erwachsen.“ (Eisele, 2020). Beim Beachhandball steht das Passen und damit das Zusammenspiel im Vordergrund. „Gute“ Handballer können das Spiel so nicht im Alleingang gestalten. Die (Mit-)Spielfähigkeit wird gefordert und gefördert. Die Regelvorgaben fordern von den Spielenden einen regen kommunikativen Austausch, die Akzeptanz von Regeln wird begünstigt und eine Konsensfindung angestrebt. Das soziale Miteinander steht ebenso im Fokus wie das Spielen und die Bewegung (vgl. Fasold und Gehrler 2019).

Ganz nebenbei wird die Orientierung und die Spielübersicht geschult. Dieser Aspekt unterstützt auch die hohe Interaktionsdichte der Aktiven, welche durch den schnellen Angriff- und Abwehrwechsel sowie die kurzen Spiel- und Wartezeiten erzielt wird. Jedes Kind ist so viel intensiver ins Spiel eingebunden und erfährt nicht nur Erfolg und Misserfolg, sondern auch eine Selbstwirksamkeit und Autonomie, die sich positiv auf die Persönlichkeitsentwicklung auswirkt. Da das Zusammenspiel mit den Mitspielenden unausweichlich ist, wächst auch der Teamgeist und der soziale Zusammenhalt der Mannschaft. Natürlich birgt das schnelle Spiel und der stetige Wechsel der Aktiven auch die Gefahr der Überforderung. Durch die Anpassung der Spielfeldgröße, der Spieleranzahl und dem minimalen Körperkontakt wird die Spielübersicht aber auch für Anfänger/innen weiterhin geboten. Die Regeln sind entsprechend stark angepasst, bauen aber weiterhin auf dem Regelwerk des klassischen Handballs auf (vgl. Kerler 2017).

Gerade der Verzicht auf Körperkontakt und die Fokussierung der Abwehr auf den Ball und das Antizipieren von Spielsituationen fordert das, was den Reiz von Mini-Handballs ausmacht: Fair-Play, Spaß und positive Erlebnisse. Das kontaktfreie Verteidigen ist das Alleinstellungsmerkmal dieses Spielkonzepts. Dadurch wird ein schnelleres, aktionsreicheres Spiel erreicht, das den Abwehrenden zwingt, die richtige Position zwischen Tor und Gegner einzuhalten und die Spielsituation zu

antizipieren. Ziel für die Abwehr muss immer der Ballgewinn sein. So erreicht man, dass die Kinder sich auf diese Aufgabe fokussieren und das Antizipieren mit jeder Spielerfahrung verbessert wird. Genau hier setzt auch die durchgehende Überzahlsituation im Angriff an, da es so zu mehr erfolgreichen Torsituationen kommt. Die Spielenden haben deutlich mehr Möglichkeiten sich im Torwurf auszuprobieren und durch die Doppelwertung von besonderen Toren wird auch das Experimentieren mit (Wurf-) Bewegungen gefördert. Durch diese Besonderheit wird auch die Differenzierung ermöglicht. Starke Spielerinnen und Spieler können über einen Trickwurf ihre Leistungen zeigen und verbessern, während andere schon mit einem einfachen Torerfolg ein Erfolgserlebnis haben.

Ein weiteres Alleinstellungsmerkmal dieses Spielkonzeptes ist das Prinzip des Zweisatzes. Ein Spiel wird immer mindestens in zwei Sätzen gewertet. Das hat insbesondere einen motivationspsychologischen Vorteil, denn so kann ein Team auch nach einem verlorenen Satz wieder von Neuem beginnen. Dieses Zweisatzprinzip ermöglicht, dass die Spiele nicht mit einer zu hohen Differenz verloren bzw. gewonnen werden. Gewinnt jede Mannschaft einen Satz, wird das Spiel mit einem spannenden Shoot-out entschieden. Es werden außerdem Punkte und keine Tore gesammelt. So kann ein Team auch weniger Tore werfen als der Gegner, werden diese aber stets mit zwei Punkten gewertet, kann es das Spiel für sich entscheiden. Die Spielenden sammeln mehr positive Spielerfahrungen und erfahren weniger frustrierende und demotivierende Momente.

Die Lehrpläne in den Schulen fordern eben jene Eigenschaften von einem Spiel. Neben dem Fair-Play „[...] das Fangen und Werfen in der Bewegung sowie ein Torwurf aus unterschiedlichen Positionen und Entfernungen.“ (Weiher und Hofmann 2020). Das hier aufgezeigte Spielkonzept geht darüber hinaus und bietet Differenzierungsmöglichkeiten und auch die Chance des inklusiven Sporttreibens. Letztendlich wird durch Mini-Beachhandball das trainiert, was für die Schulung von Spielanfängerinnen und -anfängern elementar ist: die konsequente Lösung von Problemen in spielechten Situationen – mit viel Spaß, Bewegungsfreude, Teamgeist und Kreativität. Damit wird der Beachhandball dem Hauptziel der DHB-Rahmentrainingskonzeption voll und ganz gerecht: das flexible, kreative Spielverhalten von Kindern und Jugendlichen zu fördern (vgl. DHB 2019).

Wenn ein Sandplatz vorhanden ist und das Wetter einigermaßen mitspielt, dann sollte die Chance nicht vertan werden – raus und spielen! Wenn die Bedingungen nicht gegeben sind, so lässt sich das Prinzip mit (fast) all seinen Vorteilen ganz einfach in die Halle übertragen (vgl. Fair'n-Fast-Handball, HVN).

Mini-Beachhandball – Die Spielidee

Mini-Beachhandball wird untergliedert in eine Spielform für die Mini-/Maxi-Spielerinnen und -spieler (4 – 8 Jahre), die E- (9 – 10 Jahre) und die D-Jugendlichen (11 – 12 Jahre). Gewisse organisatorische und spielerische Grundsätze, die im Folgenden ausgeführt werden, gelten aber für alle.

Organisatorisches

Sandplätze sind nicht nur der Witterung, sondern ggf. auch stumpfem Vandalismus ausgesetzt, daher ist es notwendig vor jedem Training die Spielfläche zu prüfen. Steine, Scherben oder andere spitze Gegenstände müssen entfernt werden. Da sich solche Verunreinigungen auch mal unter dem Sand verstecken, lohnt es sich, den Sand zu harken. Bei dieser Aufgabe kann aber das ganze Team helfen, ganz nach dem Motto „viele Hände, schnelles Ende“. Bei starkem Sonnenschein muss man ausreichend Pausen im Training einplanen und darauf achten, dass die Aktiven genügend trinken. Am besten ist ein schattiger Platz, notfalls kann man einen Sonnen- oder Regenschirm nutzen. Die Spielerinnen und Spieler sollten dabei stets gut vor der UV-Strahlung geschützt sein und vor dem Training Sonnencreme auftragen und eine Kopfbedeckung lohnt sich. Bei unpassendem Wetter (zu heiß, zu kalt, zu nass) ist es gut, wenn man auf eine Halle ausweichen kann. Wenn der Sand zu heiß oder zu kalt ist, ist das Spielen keine Freude mehr, auch heftiger Wind kann das Training beeinflussen. Wenn es „nur“ etwas kühl ist, sollte auf ausreichend Bekleidung geachtet werden. Auch das Tragen von Socken ist möglich. Bestenfalls ist das Training bei kühleren Temperaturen so geplant, dass sich alle stetig bewegen. Niemand kann ausschließen, dass Sand mal im Gesicht landet. Für alle Fälle ist es daher sinnvoll, wenn man stilles Wasser zum Ausspülen vor Ort hat. Ebenso wertvoll sind kleine Handtücher, die Jede/r mitbringt. Damit kann man sich mal schnell die Hände „entsanden“, aber auch vor dem Betreten der Umkleieräume Sand von Füßen, Beinen, Armen und der Kleidung wischen. Der Sandeintrag in Sporthallen oder Duschräume wäre ein unnötiges Reinigungsproblem.

Zusammenfassend:

- die Sandfläche auf Verunreinigungen prüfen und harken;
- bei sehr warmen Temperaturen einen schattigen Pausenplatz anbieten;

- auf ausreichend Sonnenschutz bei den Spielern achten;
- bei schlechtem Wetter eine Halle als Ausweichraum nutzen;
- bei kühlen Temperaturen ein durchgängiges Bewegen ermöglichen;
- Wasser zum Auswaschen von Mund oder Augen bereithalten;
- vor Betreten der Umkleieräume Hände, Füße und Kleidung von Sand befreien (vgl. Neumann 2005);
- ausreichend Pausen einplanen;
- es kann und soll auch mal laut und chaotisch sein (vgl. Fasold und Goebel 2017; Fasold und Koch, 2019).

Spielefeldaufbau

Das Spielfeld beim Mini-Beachhandball wird in der Größe, der Begrenzungen und den Toren an die Spielenden angepasst. Je nach Altersstufe variieren die Anpassungen, sodass sinnvoll und intensiv trainiert und gespielt werden kann. Für den Trainingsbetrieb wird kein

Wettkampf-Platz benötigt. Hier kann man auf Sandflächen in verschiedenen Größen zurückgreifen, Tore können aus Fahnenstangen und Flatterband gebaut werden. Für offizielle Turniere und Veranstaltungen wird aber ein Wettkampffeld empfohlen. An den Toren sollten zusätzliche Bälle gelagert werden, so dass das Spiel schnell weiterlaufen kann, wenn ein Ball mal das Tor weit verfehlt.

Spielprinzipien

Wir orientieren uns beim Spielprinzip an den von Fasold und Koch (2019) formulierten Grundsätzen:

- Wir spielen sinnvoll, fair und gesund.
- Wir spielen ohne Körperkontakt, d.h. wir greifen nur den Ball an.
- Wir spielen zusammen, kreativ und schnell.

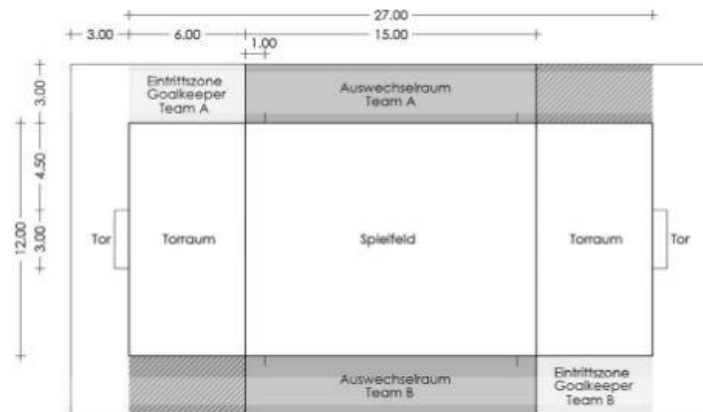


Abbildung3: offizieller Spielfeld für Beach-Handball (in Metern). Quelle: Fasold und Goebel, 2017

Der Fair-Play-Gedanke geht immer vor, sodass die Spieler stets in Entscheidungen eingebunden werden sollten. Der Trainer oder Schiedsrichter sollte Unregelmäßigkeiten oder Verstöße kennzeichnen, dabei aber immer pädagogisch sinnvoll handeln. Es muss erklärt werden, was auf dem Spielfeld passiert, sodass für alle die Entscheidung verständlich ist (vgl. Saraiva et al. 2020). Wichtig ist, dass die Spielprinzipien immer wieder mit der Trainingsgruppe thematisiert werden. Hilfreich für die Spielenden ist es auch, wenn man diese im Training verbal aufgreift und aktiv auf diese hinweist.

Regeln

Für alle Spielformen von Mini bis D-Jugend gibt es feste Grundregeln:

- Auf dem Feld wird 4 gegen 4 gespielt;
- mit dem Ball in der Hand dürfen höchstens drei Schritte gemacht werden;
- der Ball darf nur mit den Händen und dem Körper abgewehrt werden, nicht mit den Füßen (Ausnahme: Torwart);
- es wird gelost, welche Mannschaft zuerst angreift oder verteidigt;
- beide Halbzeiten werden einzeln gewertet.

Alle weiteren Regeln können je nach Alters- und Erfahrungsstufe variieren. Hierbei ist es wichtig, dass die Regeln so angepasst werden, dass möglichst wenig Spielunterbrechungen nötig sind (vgl. Fasold und Koch 2019). Im Trainingsbetrieb ist es lohnend, die Vorgaben im Spiel gemeinsam mit der Trainingsgruppe zu entwickeln. So werden ganz nebenbei auch noch die Bereitschaft und die Fähigkeit, Regeln einzuhalten, trainiert. Denn „Kinder, die so für ein Spiel selbst Regeln entwickelt haben, werden auch bei weiteren Spielen eher die Spielregeln einhalten.“ (Oppermann, 2020: 55)

Mini-Beachhandball für Minis und Maxis (4 – 8 Jahre)

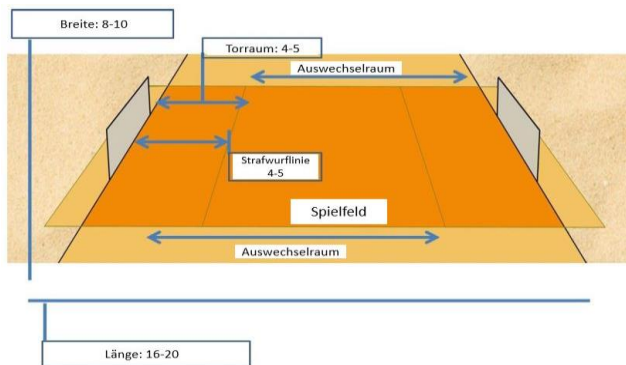


Abbildung 4: Spielfeldmaße für Mini-/Maxispiele, Maße (in Metern) und Bezeichnung. Quelle: leicht verändert nach Saraiva et al. 2020:

14

Das Spielfeld wird in der Größe angepasst (s. Abb. 4) und auch die Tore werden, wie beim Mini-Handball in der Halle, abgehängt. Die angepasste Größe ist für den Trainingsbetrieb eine Empfehlung, bei Turnieren sollte das Spielfeld aber unbedingt entsprechend verändert werden. Im Training sollte die

kleinste Hand die Größe des Balls bestimmen. Als Ballgröße für die Mini- und Maxispiele bietet sich die Größe 00 an – es wird ein Methodik-Handball empfohlen. Es sind pro Team 4 Spielerinnen oder Spieler aktiv, wobei eine/r auf dem Feld jeweils als Torwart agiert (nicht extra markiert). Nur dieser darf den Torraum betreten, seine Tore zählen im Mini- und Maxi-Bereich einfach. Die Rolle des Torwarts kann und sollte im Spiel getauscht werden. Jungen und Mädchen spielen in gemischten Mannschaften. Die Anzahl der Auswechselspieler/innen ist nicht festgelegt, sollte aber min. 4 betragen.

Nach einem erfolgreichen Angriff wechseln sich alle Aktive dieser Mannschaft aus.

Zum Auswechseln steht jeder Mannschaft eine gesamte Seitenlinie zur Verfügung. Es darf zusätzlich in Ballbesitz frei gewechselt werden. Die andere Mannschaft bringt nach einem Tor den Ball mit einem Abwurf aus dem eigenen Torraum zurück ins Spiel.



Mini-/Maxi-Beachhandball

- Spielfeld: ca. 16x8 m; Torraum 4m, Torabhängung ca. 40cm
- Zwei Sätze mit je 5 min. Spielzeit
- Ballgröße (00), Streethandball
- 4:4 mit festgelegtem Torwart
- Alle Tore zählen 1 Punkt
- Nach einem Tor wechseln alle Angriffsspieler
- Auswechselspieler: mind. 4
- Golden-Goal
- vereinfachtes Shoot-out

Abbildung 5: Mini-/Maxi-Beachhandball

Bei einem Foulspiel wird man nicht hinausgestellt, sondern die Regel für alle verständlich erklärt, die gefoulte Mannschaft bekommt den Ball. Bei einem Unentschieden zum Ende der Halbzeiten wird ein „Golden Goal“ gespielt. Gewinnt jede Mannschaft einen Satz, kommt es zum Shoot-out.

Beim vereinfachten Shoot-out wird der Ball zum eigenen Torwart gepasst, dann laufen die Spielenden von der eigenen Torraumlinie zum gegnerischen Tor. Sie erhalten einen Rückpass vom Torwart aus dem Torraum. Der Ball darf dabei den Boden berühren und die Spielenden dürfen sich den Ball erlaufen. Jede/r wirft einmal, sollte eine Mannschaft mehr Aktive haben als die andere, werfen einige zweimal. Bei Spielanfänger/innen steht der Spaß und das positive Erlebnis im Vordergrund. Das Spiel sollte möglichst nicht unterbrochen werden. Weitere Regeln als die hier angegebenen können mit einer Trainingsgruppe gemeinsam erarbeitet und erprobt werden.

Mini-Beachhandball für die E-Jugend (9 – 10 Jahre)

Auch bei der E-Jugend wird das Spielfeld in der Größe angepasst (s. Abb. 4). Hier kann aber die maximale Größe ausgereizt werden. Die Tore werden abgehängt. Die angepasste Größe ist für den Trainingsbetrieb eine Empfehlung, bei Turnieren sollte das Spielfeld aber unbedingt entsprechend verändert werden. Als Ballgröße für die



Abbildung 6: E-Jugend Beachhandball

E-Jugend-Spiele bietet sich die Größe 1 an. Für die Anfänger und im Trainingsbetrieb wird der Einsatz eines Methodik-Handballs empfohlen.

Es spielen 4 Aktive, wobei eine/r auf dem Feld jeweils als Torwart/Spezialist markiert werden kann. Nur dieser darf den Tor-

raum betreten, seine Tore zählen doppelt. In der E-Jugend sollte der Spezialist erst eingeführt werden, wenn die Spielenden über ausreichend Spielerfahrung verfügen. Wird das Spielen nach den Regeln für die Mini-/Maxi-Handballer/innen sicher beherrscht, dann sollte man den Spezialisten in das Spiel einbinden. Jungen und Mädchen können/sollten im Trainingsbetrieb gemeinsam spielen. Die Anzahl der Auswechselspieler/innen ist nicht festgelegt, sollte aber min. 4 betragen. Unter ihnen ist, wenn der Spezialist eingeführt wurde, mindestens ein weiterer markierter Spezialist. Nach einem erfolgreichen Angriff wechseln sich alle Aktiven der angreifenden Mannschaft aus. Gegen einen Spezialisten kann nur ein neuer Torwart eingewechselt werden. Der vorherige Torwart muss mit in den Angriff. Zum Auswechseln steht jeder

Mannschaft eine gesamte Seitenlinie zur Verfügung. Der Torwart darf das Spielfeld aber nur über den Torraum betreten. Darüber hinaus darf zusätzlich in Ballbesitz frei gewechselt werden.

Die Schiedsrichter/innen werten besonders kreative Tore mit 2 Punkten. Dazu zählt z.B. ein Wurf aus einer Drehung (auch ohne Sprung), ein Kempa, ein Wurf aus dem Froschsprung, ein Coast-to-Coast Tor oder andere einfallsreiche Torerfolge.

Die andere Mannschaft bringt nach einem Tor den Ball mit einem Abwurf aus dem eigenen Torraum zurück ins Spiel.

Bei einem Foulspiel wird man nicht hinausgestellt, sondern die Regel für alle verständlich erklärt, die gefoulte Mannschaft bekommt den Ball. Wenn eine klare Torchance regelwidrig verhindert wird, kann dem gefoulten Team ein Strafwurf zugesprochen werden. Ein erfolgreicher Strafwurf wird mit 2 Punkten gewertet. Bei einem Unentschieden zum Ende der Halbzeiten wird ein „Golden Goal“ gespielt. Gewinnt jede Mannschaft einen Satz, kommt es zum vereinfachten Shoot-out (s. Mini-Maxi-Beach-Handball). Die Anzahl der Werfer/innen pro Mannschaft ist auf 5 begrenzt.

Mini-Beachhandball für die D-Jugend (11 – 12 Jahre)

Ab der D-Jugend wird auf einem regulären Beachhandballfeld gespielt (s. Abb. 3).

Auch die Tore behalten ihre offizielle Größe. Die D-Jugend spielt mit einem Beachhandball der Größe 1, im Trainingsbetrieb sollte aber auch ein Methodik-Handball und ggf. kleinere Bälle zum Einsatz kommen („die kleinste Hand bestimmt den Spielball“).

Es gelten in Bezug auf Körperkontakt, Foulspiel, Spielen des Balls und Auswechseln die Regeln des offiziellen Beachhandballspiels. Es bleibt aber bei der Regel, dass nach einem erfolgreichen Angriff alle Spieler der Mannschaft wechseln müssen.



Abbildung 7: D-Jugend-Beachhandball

Spielreihe „Mini-Beachhandball“ im HVN

Die folgende Spielreihe soll eine Möglichkeit aufzeigen, wie man mit Spielanfänger/innen zu einer grundlegenden Spielfähigkeit im Beachhandball kommt. Die Spielreihe basiert auf den Ausarbeitungen von Fasold und Goebel (2017) und wurde leicht verändert. Wichtig ist die intensive Spielzeit für die Kinder. Das Spiel soll über das Spielen selbst erlernt werden. Das fordert und fördert die Kreativität, Variabilität und eine stetige Entscheidungsfindung bei den Spielenden. Auch bei der Entwicklung von Regeln und Vorgaben sollen diese aktiv eingebunden werden. „Ihre [die Regeln] Bedeutung und ihr Sinn müssen bewusst und sinnvoll erfahren und das eigene (Spiel-)Verhalten reflektiert werden (Oppermann 2020: 55). Nur so kann der langfristige Prozess der moralischen Verhaltensweise im Sport und auch außerhalb des Spielfelds bei den Kindern gezielt unterstützt werden. Der Fair-Play Gedanke sollte von Anfang an im Mittelpunkt stehen (vgl. hierzu auch die Ausarbeitung von Fasold und Gehrler 2019).



Abbildung 8: Überblick zur Spielreihe Mini-Beachhandball vom HVN nach Fasold und Goebel (2017)

Zu Beginn der Spielreihe wird noch keine Markierung für den Torraum benötigt, kann aber vorhanden sein. Falls keine Tore zur Verfügung stehen, können diese alternativ auch aus anderen Materialien „gebaut“ werden (z.B. Fahnenstangen mit Flat-

terband). Die Spielfeldgröße ist ebenfalls noch nicht von Bedeutung, es sollte aber ausreichend Platz für mind. 8 Spielende sein. Mit steigender Spielfähigkeit wird ein regulärer Spielfeldaufbau wichtiger. Die Spiel- und Pausendauer muss individuell festgelegt werden.

Aufbau der Spielreihe



Abbildung 9: Beginn jeder Einheit

Zu jedem Training gehört eine intensive und abwechslungsreiche Aufwärmphase. Beim Beachhandball steht dabei anfangs die Gewöhnung an den Untergrund, aber auch an die klimatischen Bedingungen und den Spielball

im Vordergrund. So ist es sinnvoll, wenn sich die Spielenden frei im Sand bewegen können, sich mit der Formbarkeit bekannt machen und ggf. mit kleinen Anreizen zum aktiven Umgang mit dem Sand gefordert werden. Dazu bieten sich kleine Wühl- und Wimmelspiele an, das Ausprobieren von Bewegungsformen und Koordinationsübungen auf dem neuen Untergrund. Die spielspezifische Erwärmung schließt sich der Gewöhnung an. Hier kommen, ähnlich wie in der Halle, kleine Spiele wie Fangen, Abwurfspiele wie Zombieball, Parteiballspele wie Ablegeball und gezielte Übungen zum Passen, Fangen und Werfen zum Einsatz. „Fast alle (Aufwärm-)Spiele, die aus der Halle bekannt sind, sind auch im Sand möglich. [...] Besonders im Kinderbereich bzw. in der Basisschulung eignen sich Laufwettkämpfe aller Art.“ (Novakovic 2018: 59). An die Gewöhnung und Erwärmung schließt sich das Spielen an.

Die folgenden Spiele sollen eine Orientierung bieten. Es kann, je nach Leistungsstärke der Trainingsgruppe, die Reihenfolge geändert oder Spielphasen auch übersprungen werden. Wichtig ist und bleibt, dass alle Spielerinnen und Spieler beteiligt sind, viel und schnell gespielt wird und die Trainierenden in ständige Handlungsentscheidungen gebracht werden. Dabei soll niemand über- oder unterfordert werden - das Bedarf eines guten „Fingerspitzengefühls“ des Trainers.

Free-Play-Game

Hier gibt es noch wenige Regeln und Vorgaben. Zwei Mannschaften mit maximal 8 Spielenden spielen auf zwei Tore gegeneinander. Spielfeldmarkierungen spielen keine Rolle. Nach einem Tor erhält die andere Mannschaft den Ball. Gewonnen hat die Mannschaft, die entweder nach einer vorge-

gebenen Zeit die meisten Tore hat, oder eine vorher festgelegte Anzahl an Toren zuerst erreicht. Der Ball soll gepasst und gefangen werden, darf aber auch mit dem Fuß gespielt werden. Das Verteidigen erfolgt kontaktlos und zielt auf den Ballgewinn. Einen festen Torwart gibt es nicht und auch keine Torraumbegrenzung. Auch eine Schrittregel ist noch nicht eingeführt. Damit das Spiel schnell ist und bleibt, sollten mehrere Bälle an den Toren platziert werden. Hier ist es wichtig, sich auch auf etwas Chaos und intensive Kommunikation einzulassen. Es sollte stets fair und sinnvoll bleiben – das gemeinsame Einführen von notwendigen Regeln oder Vorgaben ist erwünscht. So kann im Free-Play-Game die drei-Schritt-Regel und die Einführung von Spielfeldbegrenzungen sinnvoll sein. Dabei sollte aber sichergestellt werden, dass die 3-Schritt-Regel nicht den Spielfluss zu stark beeinflusst – kein zu genaues Zählen! Das Spiel sollte so wenig wie möglich

durch den Trainer/ die Trainerin oder den Schiedsrichter/ die Schiedsrichterin unterbrochen werden. In dieser Phase der Spielreihe liegt der Fokus auf dem freien Spielen mit all seinen Variationen und kreativen Lösungen.

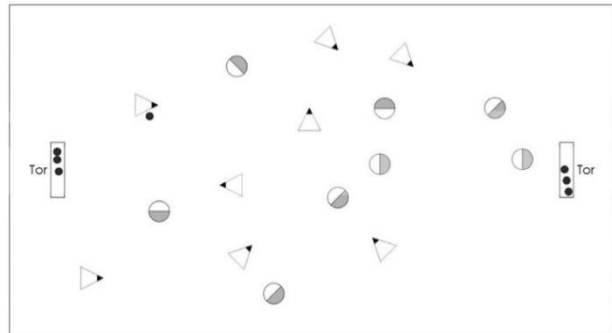


Abbildung 10: Spielfeld Free-Play-Game 1. Quelle: Fasold und Goebel (2017)

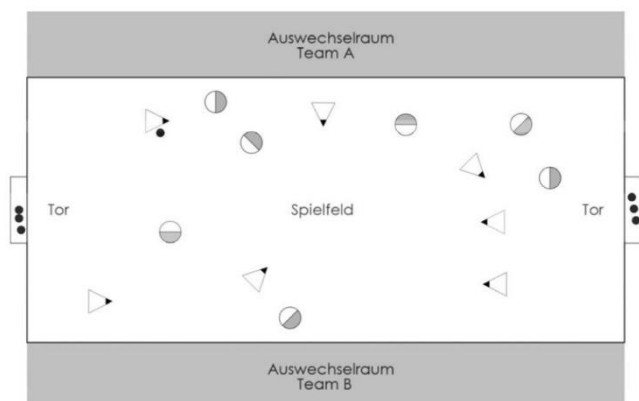


Abbildung 11: Spielfeld Free-Play-Game 2. Quelle: Fasold und Goebel (2017)

Mini-Speed-Beachhandball

Das Spiel nähert sich vom Aufbau dem Mini-Beachhandball. Die aktiven Spielerinnen und Spieler werden pro Mannschaft auf vier begrenzt, der Rest befindet sich im Auswechselbereich der Teams. Es gibt weiterhin keine Torraumbegrenzung und zu Beginn dieser Spielvariante sollte auch noch kein fester Torwart agieren. Wirft eine Mannschaft ein Tor, müssen sich nun aber alle Angreifenden auswechseln und vier neue Aktive laufen aufs Feld. Das Spiel sollte aber während des Wechsels weiterlaufen, so dass die angreifende Mannschaft ggf. einen kleinen Vorteil hat. Wenn keine Mannschaft innerhalb von 90 Sekunden ein Tor erzielt hat, ertönt ein Signal vom Trainer/ von der Trainerin und alle Spielenden müssen sich sofort auswechseln. Der Ball wird an Ort und Stelle fallengelassen und die neuen vier Aktiven jeder

Mannschaft versuchen sich den Ball zu erobern. Wer den Ball zuerst hat, ist im Angriff, die andere Mannschaft muss verteidigen. Weiterhin kann das Spielen mit dem Fuß verboten werden und die sogenannte „Letzte-Mann“-Regel eingeführt werden. Diese erlaubt es

dem letzten Spieler/ der letzten Spielerin ein Tor ggf. auch mit dem Fuß abzuwehren. An diese Spielform können sich nun zwei Variationen anschließen. Entweder man beginnt mit der Spielreihe Mini-Beachhandball für Mini-/Maxi-Spieler oder man bleibt bei der kreativeren und freien Spielvariante des sogenannten Goal-Area-Games nach Fasold und Goebel (2017).

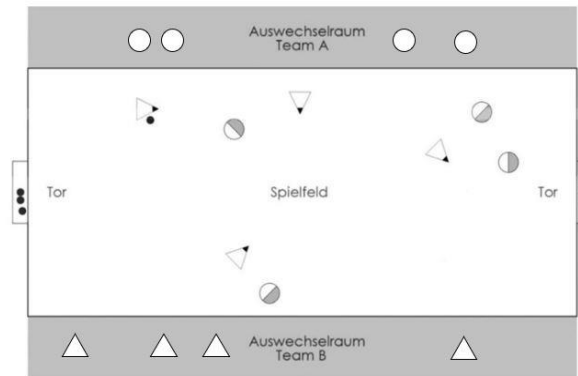


Abbildung 12: Spielfeld Mini-Speed-Beachhandball. Quelle: leicht verändert nach Fasold und Goebel (2017)

Mini-Beachhandball

Hier wird nun nach dem Spielprinzip des Mini-Beachhandballs gespielt. Der Torraum wird auf 4m festgelegt und es wird pro Team ein fester Torwart bestimmt, der aber nicht weiter markiert werden muss. Es gelten dazu alle weiteren Regeln dieser Variante (s. oben).

Goal-Area-Games

Beide Teams bestehen aus vier Aktiven und einem markierten Spezialisten, dessen Tore 2 Punkte zählt. Ein Tor kann erzielt werden, wenn ein Spieler oder eine Spielerin aus dem Spielfeld einen Mitspieler oder eine Mitspielerin im gegnerischen Torraum anspielt. Innerhalb des Torraums darf nicht gepasst werden, die Spielerin/

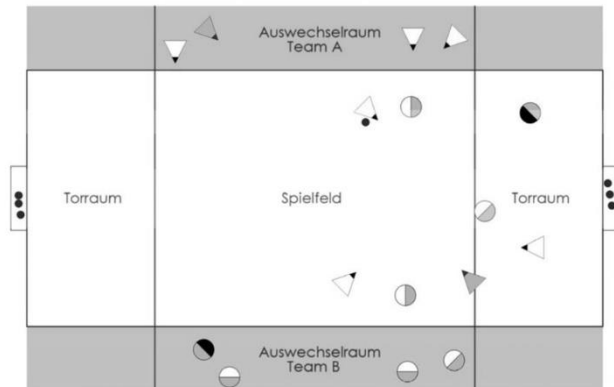


Abbildung 13: Spielfeld Goal-Area-Games. Quelle: Fasold und Goebel (2017)

der Spieler im Torraum muss also direkt aufs Tor werfen oder den Ball zurück ins Spielfeld passen. Fällt der Ball im Torraum zu Boden, erhält automatisch die verteidigende Mannschaft den Ball. Es dürfen sich beliebig viele Aktive im Torraum aufhalten. Es gilt zur Verteidigung eines Tores weiterhin die „Letzter-Mann/Letzte Frau“-Regel. Auch die 90-Sekunden-Regel kann weiterhin übernommen werden. Wenn die Spielvariante von den Trainierenden sicher beherrscht wird, kann das Punktesystem um Trickwürfe erweitert werden. Dafür muss ggf. ein zweiter Pass innerhalb des Torraum erlaubt werden (z.B. für einen Kempa).

Beachhandball – Free Play

Nun wird größtenteils nach den offiziellen Beachhandballregeln gespielt. Dies umfasst insbesondere die Regeln, dass der eigene Torraum nur noch vom eigenen Spezialisten betreten werden darf. Die Feldspieler dürfen entsprechend nur noch im Spielfeld agieren und müssen beim Torwurf die Torraumbegrenzung

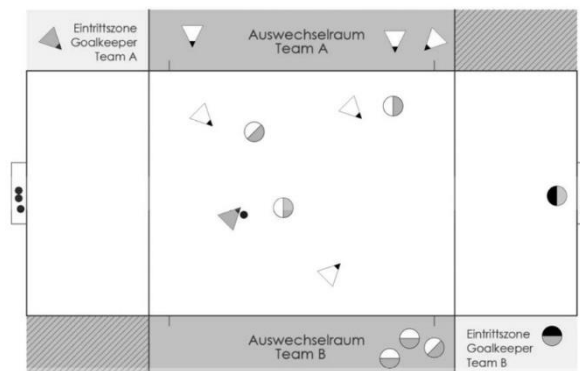


Abbildung 14: Spielfeld Beachhandball - Free Play. Quelle: Fasold und Goebel (2017)

beachten. Der Auswechselraum für jedes Team ist festgelegt und der Spezialist darf nur über die Goalkeeper-Zone das Spielfeld betreten. Es können auch Coast-to-Coast Tore erzielt werden, um dafür besondere Anreize zu geben, kann so ein Tor auch mit 3 Punkten bewertet werden. Je nach Leistungsstärke können nun nach und nach weitere Detailregeln aus dem Beachhandball eingeführt werden.

Fair'n-Fast-Handball

Die Vorteile des Spielprinzips beim Beachhandball können auch in die Halle befördert werden. Dazu liegt hier ein Konzept zur Umsetzung in der Sporthalle vor. Diese Variante eignet sich insbesondere für Vereine, die keinen Sandplatz zur Verfügung haben, aber trotzdem den Spaß, die Dynamik und das Fair-Play des Beachhandballs in ihrer Grundlagenausbildung nutzen wollen. Dabei orientiert sich das Spiel an dem natürlichen Bewegungsdrang der Kinder und bietet durch die vereinfachten Regeln und die niedrig angesetzten technischen Voraussetzungen seitens der Spieler ein Höchstmaß an Zugänglichkeit.

Die Spielform kann im Trainingsbetrieb oder im Schulunterricht zum Erlernen von Handballgrundlagen genutzt werden. Es fördert aufgrund seiner Aktionsoffenheit, zusätzlich die geistige und soziale Entwicklung der Kinder. Das Training und die Übungen sollten sich stets an den Kindern orientieren und möglichst viel Raum für freies Spielen, Erfahrungssammlung, Problemlösen und Kommunikation geben. Jedem Kind sollte ein hohes Maß an Aktivität geboten werden.

Das Konzept soll keinesfalls eine bestehende Spielform ersetzen, sondern lediglich eine sinnvolle Ergänzung darstellen. So kann z.B. bei Spielfesten eine Halbzeit nach dem Spielprinzip 4+1 und eine nach dem Fair'n-Fast-Handball gespielt werden. Die Gestaltung von Spielfesten und Turnieren kann damit abwechslungsreicher und die Ausbildung der Spielanfänger bunter werden. Das Konzept eignet sich insbesondere auch für Grundschulen.

Spielfeldaufbau

Das Spielfeld beim Fair'n-Fast-Handball entspricht im Grunde den Spielfeldmaßen

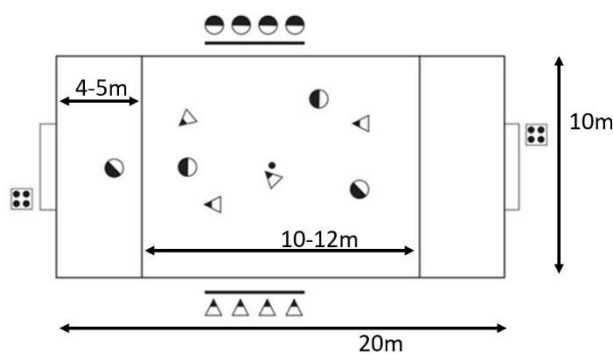


Abbildung 15: Spielfeldaufbau Fair'n-Fast-Handball

beim klassischen 4+1. Es wird auf dem Quersfeld (Spielfläche 20mx10m) gespielt, die Tore sind im Wettkampf Minihandballtore (oder Abhängung 40cm), im Trainingsbetrieb können natürlich auch Matten, Kästen, Klebeband oder Fahnenstangen ein Tor bilden. Der Torraum ist 4-5m breit und das Spielfeld

entsprechend zwischen 10-12m lang. Im Wettkampfbetrieb muss die Torwurfgränze

bei 5m gelegt werden. Auch hier empfiehlt es sich, zusätzliche Bälle an den Toren zu platzieren, sodass das Spiel schnell fortgesetzt werden kann. Für die Minis und Maxis wird ein Methodik-Handball in Größe 0 (46-48 cm) genutzt. Mit der Altersklasse entsprechend zunehmend wird die Ballgröße 1 eingesetzt.

Spielprinzipien

Die Prinzipien werden 1:1 von der Outdoor-Variante übertragen:

- Wir spielen sinnvoll, fair und gesund.
- Wir spielen ohne Körperkontakt, d.h. wir greifen nur den Ball an.
- Wir spielen zusammen, kreativ und schnell.

Regeln

Es spielen immer 4 Spieler*innen jeder Mannschaft auf dem Feld, ein/e Spieler*in ist als Spezialist/Torwart markiert. Auf der Wechselbank sind mindestens 4 Spieler*innen, darunter ebenfalls ein markierter Torwart/Spezialist. Jungen und Mädchen spielen gemeinsam. Der Ball kann/darf nicht geprellt werden, kann aber einmalig gerollt und wieder aufgenommen werden. Ziel ist es, den Ball ins gegnerische Tor zu werfen. Dabei zählt ein einfaches Tor 1 Punkt, vom Spezialisten 2 Punkte. Der Schiedsrichter kann für besonders kreative Tore auch 2 Punkte vergeben (nach einer Drehung, als Kempa etc.). Nach einem erfolgreichen Angriff wechseln alle Spieler dieser Mannschaft. Das andere Team spielt direkt mit einem Abwurf weiter, dabei ist es möglich den Ball direkt ins gegnerische Tor zu werfen (ebenfalls 2 Punkte). Auswechseln ist auch jederzeit in Ballbesitz erlaubt. Zum Auswechseln steht jeder Mannschaft eine Seitenlinie zur Verfügung. Die vier neuen Spieler können das Feld über die Seitenlinie (Auswechselraum) betreten. Nur der Torwart/Spezialist betritt das Feld über die Torraumseitenlinie. Im Falle eines Ballverlusts, darf der Spezialist auch in der Abwehr wechseln. So kann schnell ein Torwart das leere Tor besetzen. Bei einem Foulspiel gibt es keine Hinausstellung, der Schiedsrichter verweist auf die Regeln des Fair-Plays.

Als besondere Variation kann die 60/90-Sekunden-Regel eingeführt werden. Wenn keine Mannschaft innerhalb von 60 oder 90 Sekunden (wird im Vorfeld je nach Altersklasse und Kompetenz festgelegt) ein Tor erzielt hat, ertönt ein Signal vom Schiedsrichter und alle Spielenden müssen sich sofort auswechseln. Der Ball wird an Ort und Stelle fallengelassen und die neuen vier Aktiven jeder Mannschaft versuchen

sich den Ball zu erobern. Wer den Ball zuerst hat, ist im Angriff, die andere Mannschaft muss verteidigen.

Beide Halbzeiten werden getrennt gewertet. In der zweiten Halbzeit kann so auch eine andere Spielform gespielt werden. Bei einem Unentschieden zum Ende des Satzes wird ein „Golden Goal“ gespielt. Gewinnt jede Mannschaft einen Satz, kommt es zum vereinfachten Shoot-out.

Beim Shoot-out laufen die Spieler nacheinander mit dem Ball in der Hand von der eigenen Torraumlinie zum gegnerischen Tor. Jeder Spieler wirft einmal, sollte eine Mannschaft mehr Spieler haben als die andere, werfen einige Spieler zweimal.

Literaturverzeichnis

- DHB (Hrsg.). (2019). *DHB-Rahmentrainingskonzeption*. Abgerufen am 22. 11 2020 von <https://www.dhb-trainercenter.de/dhb-rahmentrainingskonzeption/?L=0>
- HVN (Hrsg.). (2017). *Durchführungsbestimmungen und Richtlinien im Kinder- und Jugendhandball des Handballverbandes Niedersachsen*. Abgerufen am 22. 11 2020 von mit Erläuterungen und Zusatzinformationen: https://www.hvn-online.com/fileadmin/user_upload/pdf/Spieltechnik/Saison_2018_2019/17-07-00_Richtlinien_Kinder-_und_Jugendhandball_2017.pdf
- Eisele, A. (2020). Handball in der Grundschule. *handballtraining junior*, 9(2), S. 46–53.
- Fasold, F. (03. Juni 2019). Beach-Trainer-Ausbildung 2019.
- Fasold, F., & Gehrler, A. (2019). An Introduction to Mini Beach Handball. (EHF Beach Handball, Hrsg.)
- Fasold, F., & Gehrler, A. (21.-22. November 2019). Beach Handball - From the Grassroots. In EHF (Hrsg.), *5th EHF Scientific Conference*, (S. 19-23). Köln.
- Fasold, F., & Goebel, R. (2017). *Beachhandball spielen lernen*. Norderstedt: books on demand.
- Fasold, F., & Koch, S. (2019). Ultimate-Speed-Handball. *RAAbitsSport*(März).
- Hjorth, S. (2009). *Let's play Mini-Handball*. (IHF, Herausgeber) Von [https://archive.ihf.info/files/Uploads/Documents/2251_Mini_Handball_Flyer\[1\].pdf](https://archive.ihf.info/files/Uploads/Documents/2251_Mini_Handball_Flyer[1].pdf) abgerufen
- Kerler, M. (2017). Beach-Handball. *sportpädagogik*(3+4), S. 50–53.
- Neumann, P. (2005). Beach-Games. *sportpädagogik Extra*(4).
- Novakovic, A. (2018). Ab in den Sand. *handballtraining*(4+5), S. 58–63.
- Oppermann, H.-P. (2020). Mit den Spielregeln spielen. *handballtraining junior*, 9(5), S. 54–59.
- Saraiva et al. (2020). Mini Beach Handball. (Federação Paulista de Handebol, Hrsg.) São Paulo.
- Weiherr, R., & Hofmann, J. (2020). Beachhandball ist für alle! *sport&spiel*(77), S. 20–22.