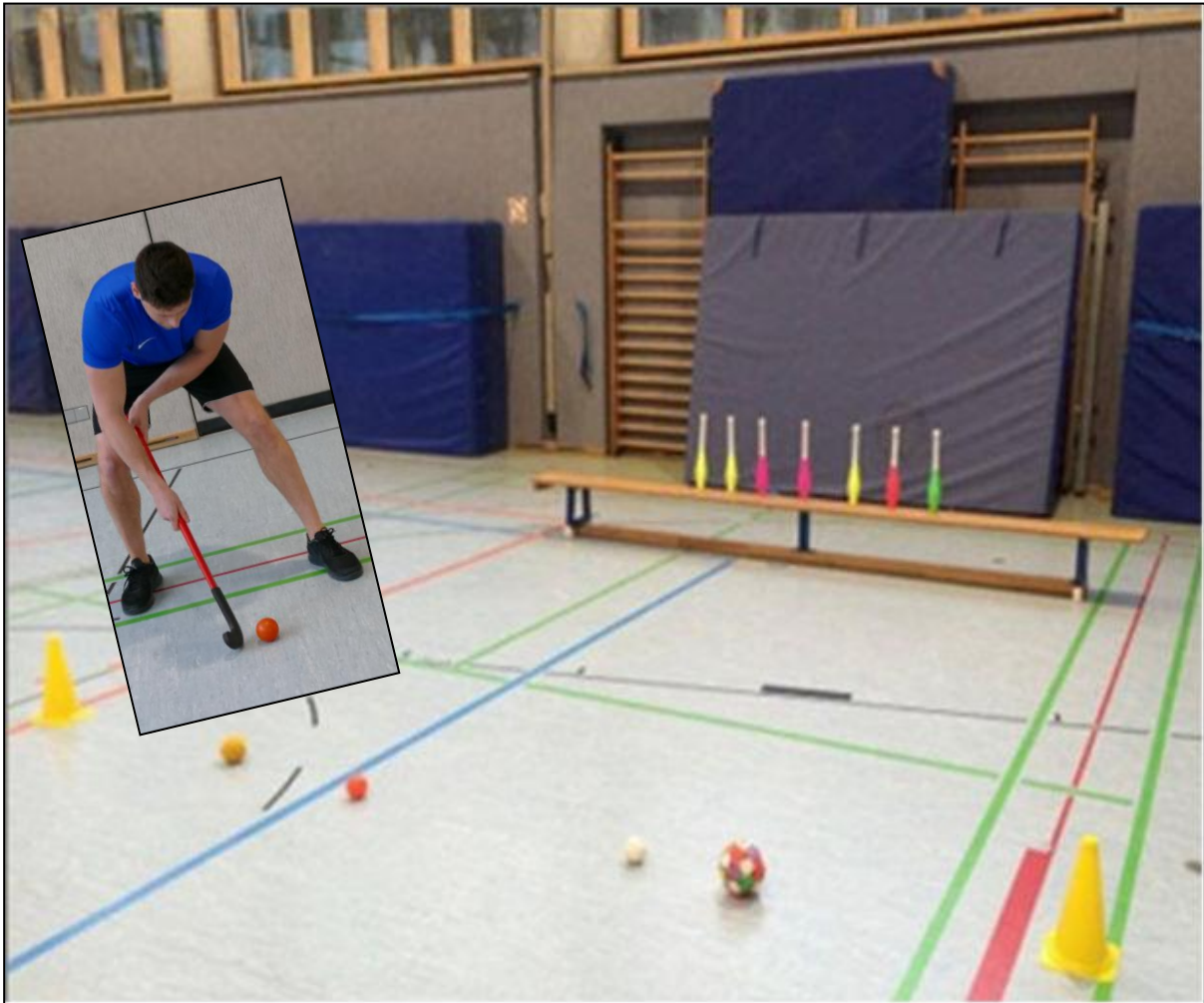




GRUNDSCHLAGTECHNIKEN IM HALLENHOCKEY



Übersicht

- **Einleitung**
- **Lernziele**
 - Grobziele
 - Feinziele
- **Sachanalyse**
 - Rückschlagsportart Hockey
 - Technikmerkmale
- **Methodisch-didaktische Analyse**
 - Aufwärmen
 - Aneignungsphase
 - Zwischenreflexion
 - Anwendungsphase
 - Spielphase
 - Abschlussreflexion
- **Stundenverlaufsplan**
- **Arbeitsmaterial**
 - Station: Die Höhe ist entscheidend (1)
 - Station: Geradlinig zum Erfolg (2)
 - Station: Ran an die Kegel (3)
 - Station: Slalomkönig (4)
 - Station: Präzisionsarbeit (5)
- **Videos**
 - Vorhandschiebepass (1)
 - Schlenzen (2)
 - Schlag (3)
- **Quellenverzeichnis**

Einleitung

Die geplante Einheit vermittelt die Grundschlagtechniken im Hockey. Durch diese Fertigkeiten sollen Schülerinnen und Schüler (SuS) einer 8. Klasse befähigt werden, unter vereinfachten Bedingungen Hockey zu spielen.

Die geplante Stunde dient der Vermittlung der folgenden Basiselemente

- Vorhandschiebepass
- Schlenzen
- Schlag

An diese Basiselemente werden die SuS spielerisch und unter vereinfachten Bedingungen herangeführt. Hierzu werden verschiedene Übungen angewendet, die die SuS jeweils an Teilaspekte des Hockeyspiels in der Halle heranführen.

Dadurch, dass dies in unterschiedlichen Teamkonstellationen stattfindet, werden gleichzeitig gruppenspezifische Prozesse unterstützt.

Lernziele

Grobziel

Die SuS sind in der Lage, unter vereinfachten Bedingungen die Grundschlagtechniken der Rückschlagsportart Hockey in Grobform auszuführen.

Feinziele

Motorische Feinziele

Die SuS...

- lernen die Grundregeln und die grundlegenden Schlagtechniken des Hockeys kennen
- können diese im Kleinspiel anwenden

Kognitive Feinziele

Die SuS...

- erfassen die Merkmale der Schlagtechniken
- entwickeln ein grundlegendes Spielverständnis

Sozial-affektive Ziele

Die SuS...

- beobachten ihre Mitschüler und korrigieren sie entsprechend
- erlernen es, mit verschiedenen Partnern Aufgaben zu bewältigen

Sachanalyse


Rückschlagsportart Hockey

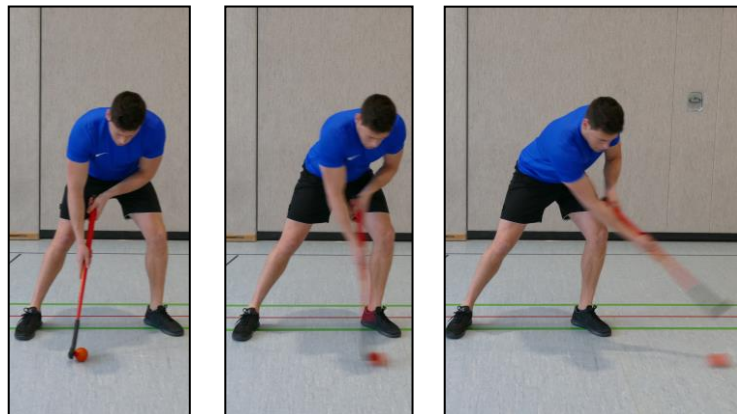
Bereits vor 4000 Jahren wurden im alten Ägypten Darstellungen von hockeyähnlichen Spielformen abgebildet. Bis 1875 war das Spiel noch ohne festes Regelwerk. Es spielten große Gruppen gegeneinander und es kam oft zu Verletzungen, da die Spieler versuchten sich gegenseitig mit den Schlägern außer Gefecht zu setzen. Im Jahre 1924, während den olympischen Spielen in Paris, wurde der Welthockeyverband FIH gegründet. Olympisch wurde Hockey allerdings erst bei den nächsten Spielen 1928 in Amsterdam. Frauenhockey zählt seit 1980 zur olympischen Disziplin.¹

Hockey ist ein Rückschlagsport, der sowohl in der Halle als auch auf dem Feld gespielt werden kann. Es spielen zwei Teams gegeneinander, die versuchen mit Hilfe der Keule den Ball in das gegnerische Tor zu befördern. Man unterscheidet zwischen Hallen-, Kleinfeld- und Feldhockey. Zu jeder dieser Spielformen gibt es ein eigenes Regelwerk.²

Technikmerkmale

Vorhandschiebepass

- Seitlicher, schulterbreiter Stand
- Beine leicht gebeugt, Oberkörper nach vorne gebeugt
- Ball zwischen den Füßen
- Stock hat 45 Grad mit Boden
- Stock liegt direkt hinter dem Ball an
- Langer Kontakt zum Ball, dann explosives Vorschnellen des rechten Arms ▶  1

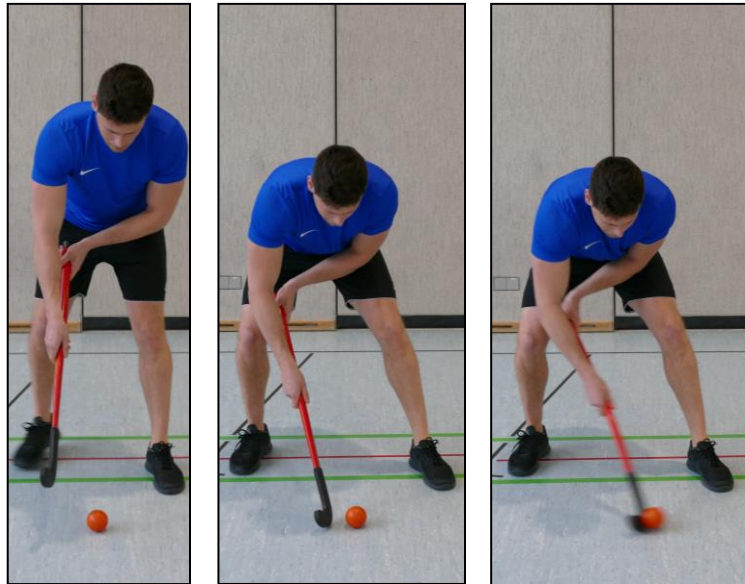


¹ Wein 1997, S.43.

² Ledwig 1978, S 13.

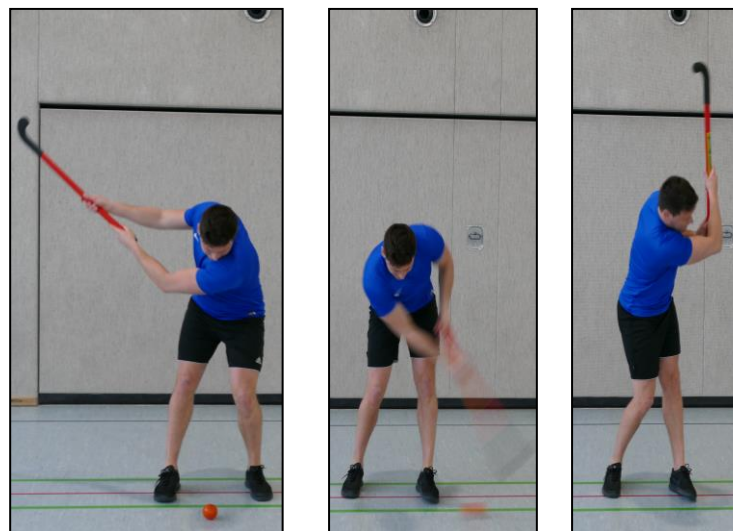
Schlenzen

- Grundstellung wie beim Schiebepass
- Ball liegt näher an linkem Fuß
- Gewichtsverlagerung auf rechtes Bein, Keule unter den Ball bringen
- Einleitung der Bewegung durch Gewichtsverlagerung auf linkes Bein (Ausfallschritt)
- Kippbewegung: rechter Arm nach vorne oben, linke Hand nach hinten



Schlag

- Seitlicher, schulterbreiter Stand
- Ball liegt in 30-40cm Abstand mittig vor dem Körper
- Keule ist beim Ausholen höher als die Hände, maximal Schulterhöhe
- Schwungvolle, Flüssige Bewegung (Keule fallen lassen)
- Arme weit nach vorne durchschwingen, Handgelenk nicht abknicken



Methodisch-didaktische Analyse

Die Unterrichtsstunde "Grundschlagtechniken im Hallenhockey" wird **induktiv** durchgeführt. Mit zwei *Bewegungsaufgaben* werden die SuS selbstständig an das Ausführen der richtigen Techniken herangeführt. Der Lehrer liefert dabei lediglich Impulse. Alle Phasen des Unterrichts werden in Gruppen durchlaufen, deren Zusammensetzung variiert, sodass eine Gruppendynamik entsteht.

Aufwärmen/ 1. Bewegungsaufgabe/Erproben

Mit der *ersten Bewegungsaufgabe* "Schlappenhockey" werden erste Bewegungsabläufe des Hockeys unbewusst erprobt. Eine Gewöhnung an das Spielgerät findet statt.

"Spielt den Ball mit einem Schuh und versucht, Tore zu erzielen"


- Die SuS werden in 4 Teams eingeteilt. Pro Hallenhälfte spielen 2 Teams gegeneinander.

Aneignungsphase/ 2. Bewegungsaufgabe/Erproben und Suchen

Mit der *zweite Bewegungsaufgabe* findet eine Übertragung der Bewegung aus dem Schlappenhockey statt bzw. geht es um das gezielte Suchen nach Schlagmöglichkeiten.

1. Durchgang

"Probiert unterschiedliche Schläge mit dem Hockeyschläger. Orientiert Euch an den Bewegungen, mit denen Ihr den Ball beim Schlappenhockey erfolgreich im Tor unterbringen konntet."

- Für die Durchführung der 2. Bewegungsaufgabe bauen die SuS nach einer Arbeitskarte die 5 Stationen auf. ►  1-5
- Die SuS durchlaufen die Stationen in fünf Gruppen, welche nach 3 Minuten wechseln.
- Der Lehrer bringt die Regel ein: der Schläger darf nur zum Schlagen des Balles verwendet werden.

2. Durchgang

"Versuch selbstständig je nach Hindernis eine Schlagtechnik zu entwickeln, um die Hindernisse zu überwinden und das Ziel zu treffen."

- Die SuS durchlaufen die Stationen erneut, nach jeweils 3 Minuten erfolgt wiederum der Wechsel der Gruppen.

Zwischenreflexion /Herausstellen der besten Lösung

Mit der *Lehrerdemonstration* werden den SuS die drei Grundschlagtechniken verdeutlicht:

- Schlenzen
- Vorhandschiebepass
- Schlag

Im Lehrer-Schüler-Gespräch wird gemeinsam besprochen, welche Schlagtechnik an welcher Station die optimale Lösung darstellt und warum?

- Die Klasse versammelt sich in einem Innenstirnkreis in der Hallenmitte.

Anwendungsphase /Üben und Korrektur der besten Lösung

Die SuS üben mithilfe der erworbenen Technikkentnisse selbstständig und korrigieren sich dabei.

"Durchläuft die Stationen erneut und versucht, wie in der Zwischenreflexion besprochen, die jeweiligen Stationen mit den entsprechend besten Schlagtechniken zu meistern."

- Die SuS begeben sich an die Stationen und durchlaufen diese im Fünf-Minuten-Takt.

Spielphase /Übertragung der erworbenen Technik

Die erworbenen Techniken werden von den SuS in einem Kleinfeldspiel angewendet. Durch Regeländerungen werden dabei gewisse Akzente durch den Lehrer gesetzt, z.B.:

"Tore dürfen nur durch einen Schlenzer erzielt werden."

"Vor einem Torabschluss muss der Ball mindestens zehnmal mit dem Vorhandschiebepass innerhalb der Mannschaft rotieren."


- Die Klasse wird in vier Teams eingeteilt.
- Jeweils zwei Teams spielen auf einem Kleinfeld gegeneinander.

Abschlussreflexion

Eine abschließende Besprechung findet statt, damit die SuS und der Lehrer ein Feedback zur Stunde abgeben können.

- Die Klasse versammelt sich in einem Innenstirnkreis in der Hallenmitte.

Stundenverlaufsplan

Phase/ Zeit	Motorik Unterricht	Feinstziel	Methodisch- didaktische Unterrichtsgestaltung	Organisation/ Material
Begrüßung 3 Min		SuS kennen Stunden-- thema - und verlauf.	Begrüßung, Bekanntgabe der Stundeninhalte und des Stundenziels	- Innenstirkreis sitzend
Aufwärmen <i>1. Bewegungs- aufgabe</i> 7 min	Spielform "Schlappenhocke"; Spielen des Balles mit einem Schuh	Die SuS erproben unbewusst erste hockeysportliche Bewegungsabläufe und gewöhnen sich an das Spielgerät.	Mithilfe der Spielform erproben die SuS unbewusst erste Bewegungsabläufe, die dem Hockeysport ähnlich sind. Die Auswahl eines Spiels dient zusätzlich der Motivationssteigerung.	- Einteilung in 4 Mann - schaften - Bänder zur Einteilung - 8 Pylonen - 2 Hockeybälle - 2 Kleinfeldtore
Aneignungs- Phase <i>2. Bewegungs- aufgabe</i> 30 min	Zweimaliger Durchlauf der Stationen in Gruppen	Die SuS übertragen die Schläge aus der Spielform und entwickeln eigenständig Schlagtechniken je nach Station.	Innerhalb des ersten Durchgangs übertragen die SuS die Schlagvariationen aus der Spielform und versuchen, die jeweilige Station zu meistern. Im zweiten Durchgang erproben sie selbstständig eigene Schlagtechniken, die zum Meistern der Station dienen können.	- Einteilung in 5 Teams - Pro Station drei Minuten Zeit, dann Wechsel im Uhrzeigersinn  1-5
Zwischen- reflexion <i>Herausstellen der besten Lösung</i> 8 min	Demonstration der Techniken durch den Lehrer	Die SuS verdeutlichen sich die der Grundschlagtechniken und stellen gemeinsam die beste Lösung für jede Station auf.	<i>Lehrerdemonstration</i> Verdeutlichung der drei Grunds Schlagtechniken. <i>Lehrer-Schüler-Gespräch</i> "Welche Technik sollte an welcher Station angewendet werden, um das jeweilige Ziel zu erreichen?"	- Innenstirkreis in der Hallenmitte
Anwendungs- Phase 1 <i>Üben und Korrigieren</i> 25 min	Erneuter Durchlauf der Stationen.	Die SuS sind in der Lage, die jeweils beste Lösung an der jeweiligen Station durchzuführen.	Die SuS üben die Durchführung der jeweils besten Lösung an den Stationen und korrigieren sich dabei gegenseitig.	- Pro Station fünf Minuten Zeit, dann Wechsel im Uhrzeigersinn

Phase/ Zeit	Motorik Unterricht	Feinstziel	Methodisch- didaktische Unterrichtsgestaltung	Organisation/ Material
Spielphase <i>Übertragung</i> 15 min	Anwenden der erlernten Techniken in Spielsituation	SuS sind in der Lage, die erlernten Techniken in eine Spielsituation zu übertragen.	Die erworbenen Techniken werden von den SuS in einem Kleinfeldspiel angewendet. Durch Regeländerungen werden dabei gewisse Akzente durch den Lehrer gesetzt, z.B.: "Tore dürfen nur durch einen Schlenzer erzielt werden."	<ul style="list-style-type: none"> - Einteilung in 4 Teams - Bändchen zur Einteilung - 8 Pylonen - Zwei Kleinfeldtore - 2 Hockeybälle
Abschlussreflexion 2 min.		SuS reflektieren die erworbenen Fähigkeiten in den Stationen und im Spiel.	"Was gar gut / was hat schlecht funktioniert?"	Innenstirnkreis



Station: Die Höhe entscheidet

1

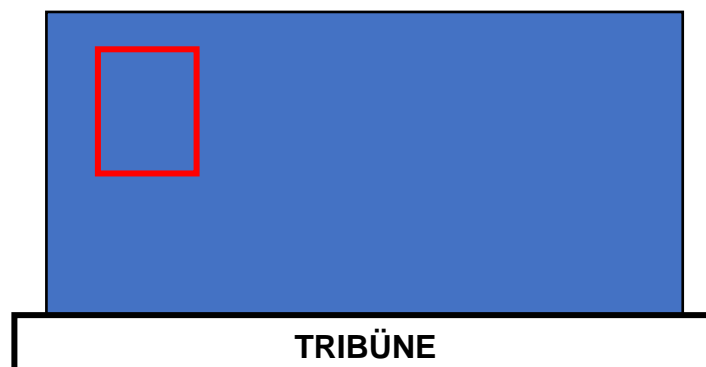
**Spielt den Ball aus der vorgegebenen Position
über das Hindernis auf die Matte.**



Material

- Weichbodenmatte
- Niedersprungmatte
- Kasten (drei Teile)
- zwei Pylonen
- Bälle

**Baut die Station in der Halle
auf der **rot** gekennzeichneten Fläche auf.**





Station: Geradlinig zum Erfolg

2

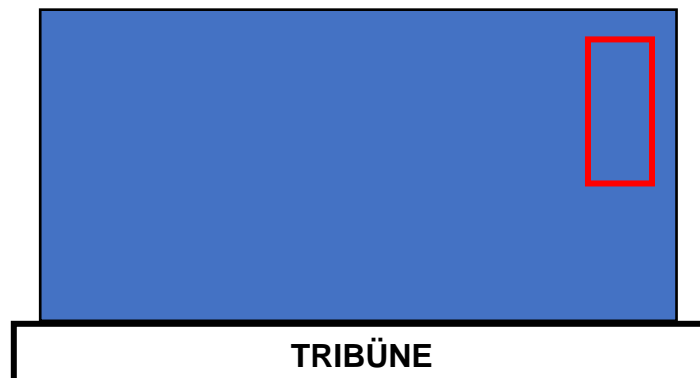
Spielt den Ball aus der vorgegebenen Position entlang der Bank in die Bananenkiste.



Material

- zwei Bänke
- kleiner Kasten
- Bananenkiste
- Bälle

Baut die Station in der Halle auf der **rot gekennzeichneten Fläche auf.**





3

Station: Ran an die Kegel

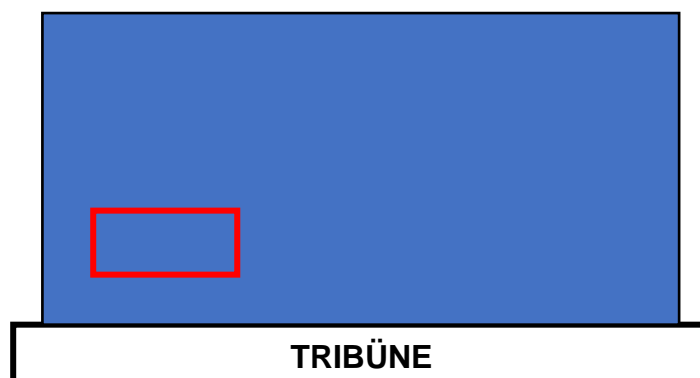
Versucht, möglichst viele Kegel von der Bank zu schießen.



Material

- Bank
- zwei Pylonen
- sieben Kegel
- Bälle

Baut die Station in der Halle
auf der **rot** gekennzeichneten Fläche auf.





4

Station: Slalomkönig

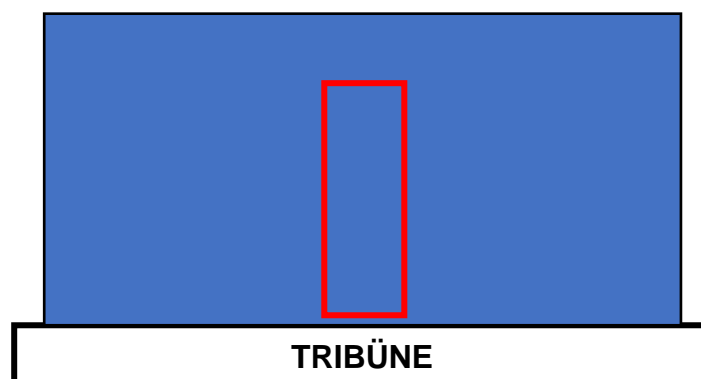
**Führt den Ball durch den Slalom und schießt
ihn anschließend auf das Tor.**



Material

- 4 Stangen
- Mini-Hockeytor
- Bank
- Bälle

**Baut die Station in der Halle
auf der **rot** gekennzeichneten Fläche auf.**





5

Station: Präzisionsarbeit

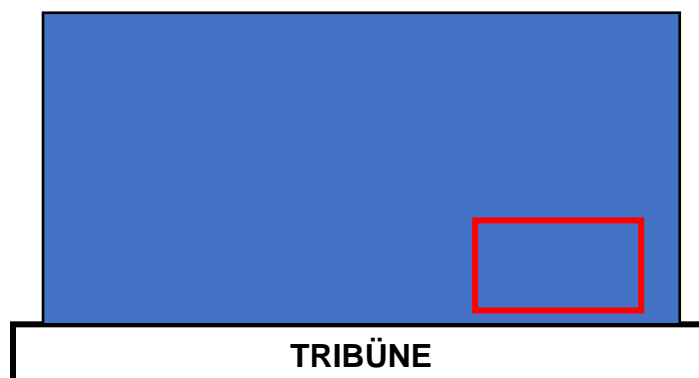
Versucht, den Ball aus der vorgegebenen Position in das Ziel zu spielen.



Material

- Weichbodenmatte
- 2 Niedersprungmatten
- 2 Pylonen
- Bälle

Baut die Station in der Halle auf der **rot** gekennzeichneten Fläche auf.



Quellenverzeichnis

Literatur

Autor	Literaturname	Erscheinungsort	Erscheinungsjahr	Verlag
Ledwig, D.	Hockey. Sport. Sekundarstufe 2.	Hamburg	1978	Erziehung und Wissenschaft
Wein, H.	Hockey lernen und lehren.	Schorndorf	1977	Hofmann

Abbildung / Foto

Nummer	Urheber
Titelbild, Abbildungen	Felix Adams

Video

Nummer	Urheber
1-3	Felix Adams

Urheber

Autor	Berater	Institution
Felix Adams / Lehramtsstudent	Minnich, Marlis Perchthaler, Dennis	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz- Landau, Campus Koblenz