

FAUSTBALL

DAS SCHULSPIEL FÜR KNABEN und MÄDCHEN



Referent: Mag. Andreas Woitsch – 0650 4119690 – andreas.woitsch@gmail.com

Landesschulreferenten:

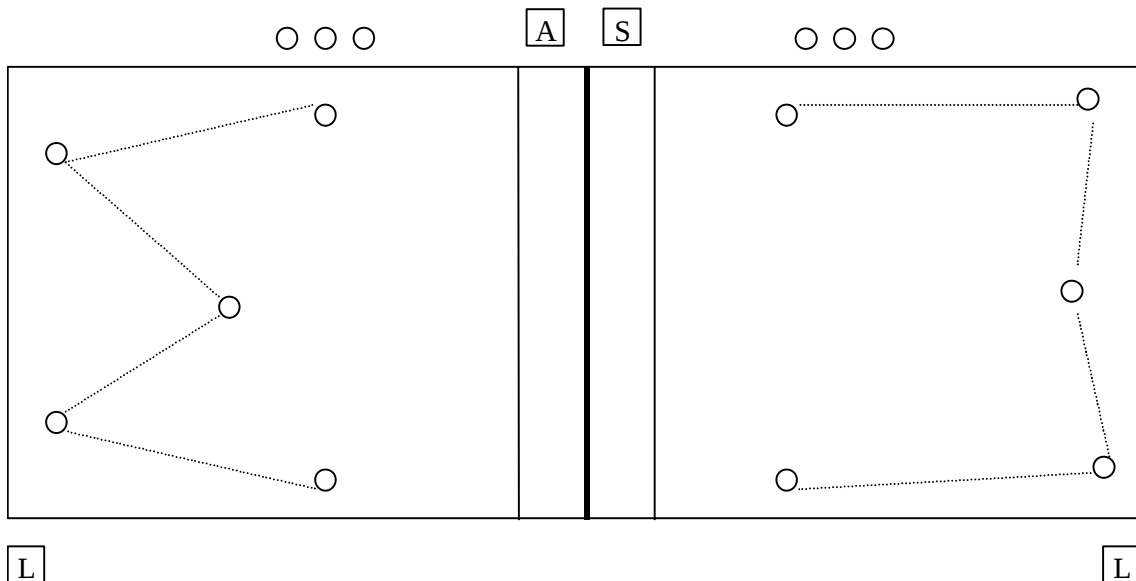
Mädchen: Sonja Wilson - 0664 1441098 - shswilson@yahoo.de
Knaben: Kurt Parzer - 0699 10562702 - k.parzer@eduhi.at
Mittel- u. Oberstufe: Mag. Bernhard Tandler - 0664 6388585 - b.tandler@eduhi.at

Bundesschulreferent: Ernst Almhofer - 0650/4231983 - e.almhofer@eduhi.at

Faustball Spielregeln

Kurzform für die Schule

Spielgedanke - Faustball ist ein Mannschaftssport



SCHIEDSGERICHT

S 1 Schiedsrichter

A 1 Anschreiber

L 2 Linienrichter

Schuljahr 2013/2014

	Ministufe	Unterstufe	Mittelstufe	Oberstufe
Schulstufe	4./5./6.	7./8.	9./10.	11./12.
Jahrgänge	1.8.2001	Klassenteam	Klassenteam	Klassenteam
Spiefeld - Feld	28 m x 15 m	40 m x 20 m	50 m x 20 m	50 m x 20 m
Spiefeld - Halle	28 m x 15 m	40 m x 20 m	40 m x 20 m	40 m x 20 m
Netzhöhe	1,60 m	1,80 m	Knaben 2,00 m Mädchen 1,90 m	Knaben 2,00 m Mädchen 1,90 m
Ballgewicht	290 g - 320 g	320 g - 350 g	Knaben 350g - 380g Mädchen 320g - 350g	Knaben 350g - 380g Mädchen 320g - 350g
Ballberührungen	4	3	3	3
Sonstiges	Rotation			

- Je 5 Spieler spielen gegeneinander (3 Ersatzspieler).
- Jeder Spieler darf den Ball pro Spielgang einmal berühren, nach der 4. (Ministufe) bzw. 3. (Unter-, Mittel- und Oberstufe) Ballberührung muss der Ball über das Netz gespielt werden.
- Der Ball darf - muss aber nicht - vor jeder Berührung innerhalb der eigenen Spielfeldhälfte einmal aufspringen (die Linien gehören zum Spielfeld).
- Gültig ist nur eine Ballberührung mit einem Arm (ideal: Innenseite des Unterarmes oder Faust).
- Gezählt werden die Gutbälle einer Mannschaft.
- Spieldauer: Je nach Bewerb, 2 od. 3 Gewinnsätze bis 11 Punkte, 2 Bälle Differenz, max. bis 15:14

Der Spielverlauf:

Vor dem Spielbeginn werden die Namen der SpielerInnen auf dem Spielbericht eingetragen. Beide Mannschaften stellen sich entlang der Angabelinie zur Begrüßung auf. Der Schiedsrichter nimmt anschließend mit den beiden Mannschaftsführern die Platz- bzw. Ballwahl mit Angaberecht vor. Der Sieger der Auslosung hat das Wahlrecht. Beide Mannschaften übergeben dem Schiedsrichter ihren Spielball zur Kontrolle. Der Schiedsrichter oder die Spielleitung pfeift das Spiel an. Die Angabe wird hinter der Angabelinie (3m-Linie) ausgeführt. Jeder Fehler wird laut und deutlich vom Schiedsrichter kommentiert: „Fehler, Gut, (Name der Mannschaft), Spielstand. Der Anschreiber protokolliert auf dem Spielbericht den Spielverlauf.

A	1	2			3		4	5	
B			1	2		3			4

Nach dem Wechsel der Spielfelderhälften hat die andere Mannschaft das Recht, ihren Ball, der beim Schiedsrichter aufliegt, ins Spiel zu bringen und mit der Angabe den 2. Satz zu eröffnen. Austausch ist innerhalb der 8 Spieler beliebig oft möglich, aber nur bei eigenem Angaberecht oder bei einer Spielunterbrechung durch den Schiedsrichter (z.B. Verletzung) erlaubt. Der eventuell benötigte Entscheidungssatz wird neu ausgelost. Nach dem Spielende stellen sich die Mannschaften wieder zum Sportgruß auf. Beide Mannschaftsführer bestätigen auf dem Spielbericht die Richtigkeit der Protokollführung.

Die häufigsten Fehler:

- Der Ball oder ein Spieler berührt das Netz oder das Gerät (Seitenständer).
- Der Ball wird unter dem Netz ins Gegenfeld gespielt.
- Der Ball springt außerhalb des Spielfeldes auf. (direkte Ballbehandlung außerhalb des Spielfeldes ist erlaubt!)
- Der Spieler berührt den Ball nicht mit dem Arm sondern, mit einem anderen Körperteil.
- Der Ball wird mit der offenen Hand geschlagen.
- Der Ball springt zweimal auf den Boden.
- Übertritt bei der Angabe.
- Der Ball wird mit der 4. (Ministufe) bzw. 3.(Unter-, Mittel- und Oberstufe) Ballberührung nicht in das gegnerische Feld gespielt.
- Ein Spieler wird bei der Ballannahme behindert. In einem Auslauf 6m von den Seitenlinien und 8m von den Hinterlinien darf der Spieler vom Gegner oder von Zuschauern bei der Ballannahme nicht behindert werden. Erfolgt die Behinderung durch den Gegner, gibt es einen Fehler, wird der Spieler von den Zuschauern behindert, wird die letzte Angabe wiederholt.
- Halle: Der Ball berührt beim Rückschlag die Decke (wird der Ball innerhalb der Mannschaft gespielt, ist eine Deckenberührung erlaubt).

FAUSTBALL

ATTRAKTIV

UNWIDERSTEHLICH

SPITZE

TEMPERAMENTVOLL

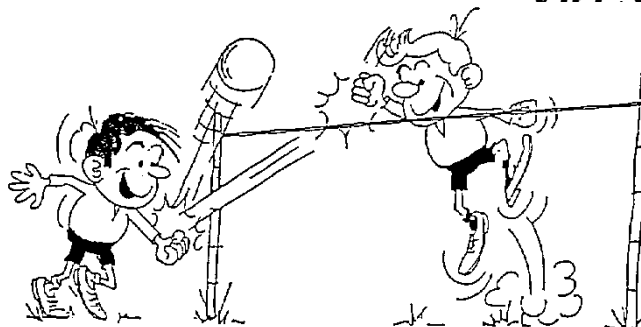
BEWEGUNGSREICH

AGIL

LOCKER

LEBENDIG

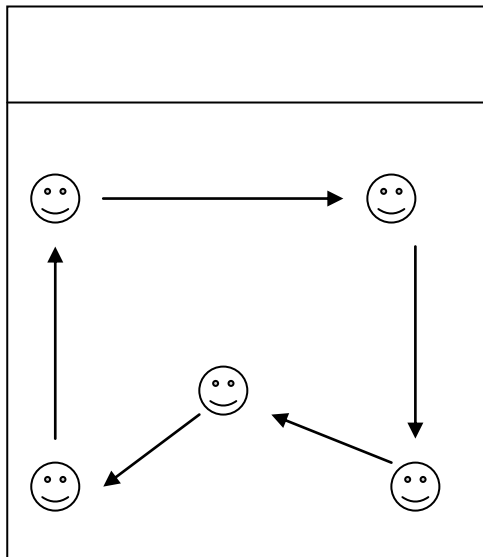
Viel Spaß



Spielsystem Ministufe - Rotationsprinzip

Wie funktioniert's:

1. Richtung: gewechselt wird im Uhrzeigersinn um 1 Position
2. Wann wird gewechselt: immer wenn der Spielstand durch 3 teilbar ist



Spielstand	A	B	Summe	ROTATION !
	2	1	3	
	4	2	6	
	5	4	9	
	7	5	12	
	9	6	15	
	10	8	18	
	11	10	21	
	13	14	27	

Zusatzregeln

- Mannschaften wechseln gleichzeitig (Spielstand)
- Angabe nur von der Position „Rechts vorne“
- Spielerwechsel bei Fehler der eigenen Mannschaft – der frei werdende Platz muss besetzt werden
- Anzeigen des Schiris der Rotation durch kreisende Armbewegung

Vorteile

- bessere Ausbildung der einzelnen SpielerInnen , jeder Position wird gespielt
- SpielerInnen erlernen alle Techniken
- mehr Verständnis für die einzelnen Positionen
- Abbau der Angst vor anderen Positionen
- Ausbildung der Vielseitigkeit
- variableres Spiel
- mehr Aufmerksamkeit
- mehr Konzentration
- mehr Bewegung im Spiel
- fixe Aufgabenverteilung (Angabe)

AUFWÄRMEN

Nummernspiel

Jeder Spieler erhält eine Nummer. Spieler 1 spielt den Ball weiter zu 2, 2 zu 3, 3 zu 4,...der letzte Spieler spielt wieder zu 1.

Alle Spieler bewegen sich in einem abgegrenzten Feld. Je nach Spielerzahl werden unterschiedlich viele Bälle ins Spiel gebracht:

Ball einhändig zuwerfen

Ball mit Brustpass zuwerfen

Ball beidhändig über Kopf zuwerfen

Ball mit Sprungwurf zuwerfen

Ball mit dem Fuß zupassen

Ball am Boden mit Faust zuschlagen

Ball beidhändig zwischen den gegrätschten Beinen zuwerfen

Ball nach dem Bodenkontakt im Sitzen fangen

Nach dem Zuwerfen Ball mit Rolle rw. fangen

Ball beidhändig über Kopf nach vorne zuprellen

Ball nach einem Bodenkontakt hinter dem Rücken fangen

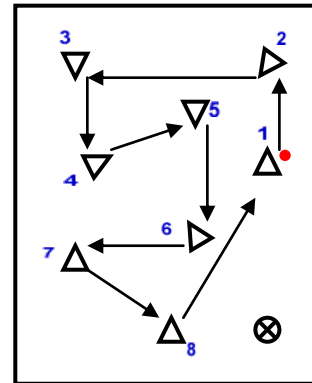
Tipps:

Ständig seinen Standort verändern!

Auch mit Zusatzaufgaben möglich: Bei Fehler für Werfer und Fänger!

Geräte:

Ca. $\frac{1}{3}$ bis $\frac{1}{2}$ so viele Bälle wie Spieler!



1. Heben des Balles

Heben des Balles – jeder mit Ball

- Ball selber hochwerfen und mit dem ausgestreckten Arm stoppen
- Detto, aber in tiefer Hocke
- Detto, aber aus tiefer Hocke dem Ball entgegenspringen und mit dem Arm hochspielen
- Ball selber hochwerfen, aufspringen lassen und dann mit dem ausgestreckten Arm stoppen
- Detto in tiefer Hocke
- Detto mit entgegenspringen
- Fortgesetztes indirektes Hochspielen des Balles

Heben des Balles mit Distanzausgleich

- Schüler wirft den Ball hoch an die Wand (bzw. einer wirft dem anderen den Ball hin) – der abspringende Ball soll erst nach dem ersten Aufspringen auf dem Unterarm landen.

Heben des Balles nach zugeworfenem Ball

Trainer wirft Spieler Ball zu. Dieser spielt Ball direkt/indirekt hoch und fängt den Ball. links/rechts abwechseln

auf Ganzkörperbewegung achten!

auch als Partnerübung möglich

Geräte:

1 Ball/Paar

Heben des Balles nach aufgeworfenem Ball

Spieler wirft sich Ball selber auf, läuft nach (geringe Distanz), Ball springen lassen aufspielen und fangen.

Variation:

fortlaufend spielen

direkt spielen (ohne Bodenkontakt)

Geräte:

1 Ball/Spieler

Präzises Heben des Balles

A wirft den Ball 20x zu B direkt/indirekt. B spielt so zu A zurück, dass dieser den Ball in Kopfhöhe wieder fangen kann.

Auch als Spielform möglich!

Geräte:

1 Ball/Paar

Spiel 1:1

Wie oft können 2 Spieler fehlerfrei hin- und her spielen?

Variation:

Indirekt/direkt

Mit oder ohne Leine

mit Zielbereichen

Geräte:

1 Ball/Paar

Spielformen**Heben des Balles in BB-Korb**

Spieler werfen sich selbst den Ball hoch und versuchen, den Ball in den BB-Korb zu heben.

Wer hat nach einer bestimmten Zeit die meisten Punkte?

Punktwertung:

Ball berührt BB-Brett: 1 Punkt

Ball berührt BB-Ring (von oben): 2 Punkte

Ball geht in den Korb: 3 Punkte

Variation:

Wer erreicht zuerst z.B. 30 Punkte?

Mit Minuspunkten – trifft man weder Korb, Ring und Brett, dann wird 1 Punkt abgezogen

In 3er Gruppe mit 1 Ball auf den BB-Korb spielen, Reihenfolge vorgeben!

Tipps:

Beidseitig spielen lassen!

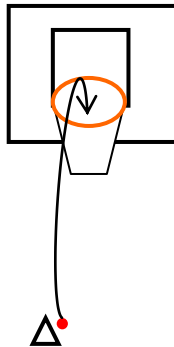
Oft verschiedene Korbhöhen einstellbar

Geräte:

1 Ball/ Spieler

BB-Körbe

(1 Ball/Gruppe)

**Heben im Kreis**

A steht im Kreis, wirft den Ball mit beiden Händen hoch (Ganzkörperbewegung) und verlässt den Kreis. B läuft in den Kreis und fängt den Ball am Unterarm.

Variation:

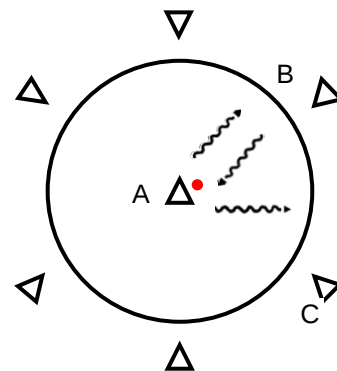
den Ball vom Unterarm wegfedern lassen

den Ball nicht mehr auffangen, sondern durch neuerliches Hochfedern weiterspielen.

keine geordnete Reihenfolge, sondern Namen rufen.

Geräte:

1 Ball/Gruppe



Heben des Balles in Kastenteile

Kleine Mannschaften (2er oder 3er Gruppen) spielen einen Ball durch fortlaufendes Heben (abwechselnd) in einen offenen Kasten. Für einen Treffer erhalten sie einen Punkt. Dann nehmen sie den Ball wieder heraus und stellen sich bei der nächsten Station an. Geht der Ball verloren, müssen sie ohne Punktgewinn zur nächsten Station.

Variation:

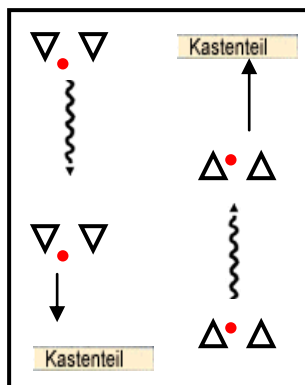
Eine bestimmte Anzahl von Kontakten vorgeben.

Tipps:

Nächste Gruppe beginnt erst, wenn die vorhergehende Gruppe eine bestimmte Linie (Markierung) erreicht hat.

Geräte:

1 Ball/Gruppe
2 Kästen



Heberspiel

Gespielt wird über eine Leine auf einem Kleinfeld 2:2 3:3, 3 Kontakte erlaubt (Pflicht?) A stoppt den Ball, B hebt ihn senkrecht hoch und C hebt ihn über die Leine.

Ballbeandlung nur „von unten“!

WICHTIG: Nie seitlich zum Ball stehen!

Erste Regelkunde!

Als Wettkampf möglich

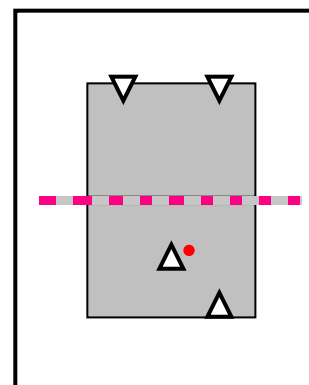
Halle der Länge nach teilen und „Kaiserfeldturnier“ spielen

Geräte:

Leine/Gummischnur/Netz

Bälle

Hütchen/Hochsprungständer zur Abgrenzung



2. Ball-Abwehr

Partnerübungen

Spieler stehen in einer Gasse und werfen sich gegenseitig Bälle von unten/von oben flach zu.

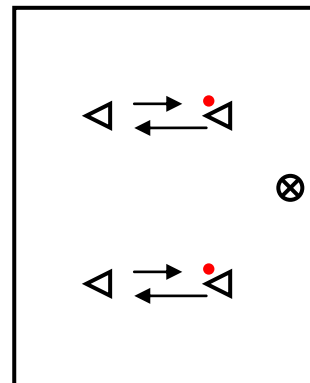
Die Bälle werden am Unterarm nur „gestoppt“, kein aktives entgegenschlagen!

Variation:

Würfe flacher und schärfer

Geräte:

1 Ball/Paar



Die Wand als Partner

Partnerübung, ein Spieler wirft Ball gegen die Wand, der andere Spieler versucht, den zurückspringenden Ball nach 1 Bodenkontakt am Unterarm zu stoppen

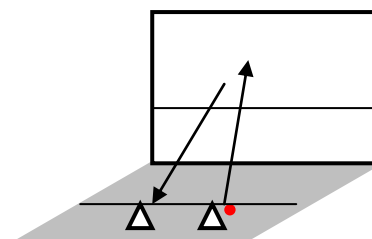
Distanzausgleich!

Tipps:

Viel Beinarbeit erforderlich!

Geräte:

1 Ball/Paar



Spielform

Abwehrspiel

Bälle werden hinter der 3-m Linie über das Netz ins Gegenfeld (Kleinfeld) geworfen. Jede Mannschaft (3-5 Spieler) versucht, die geworfenen Bälle abzuwehren und direkt wieder zu fangen (selbst oder ein Mitspieler). Mit diesem Ball dürfen Spieler nach vor laufen und wieder werfen. Jeder Spieler zählt seine erzielten Punkte (Mannschaftswertung)!

Variation:

Auch mit Sprungwurf möglich

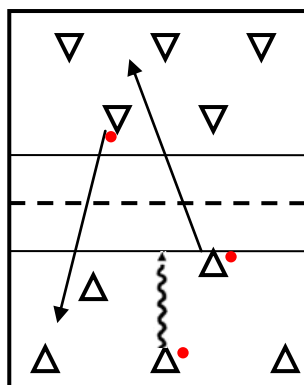
Tipps:

Punkte können nur über die Grundlinie gemacht werden!

Geräte:

Leine

1-3 Bälle



Bodennahe Abwehr

Kniestand auf der Matte – abrollen zur Seite über die Schulter

Tiefe Hocke auf der Matte – detto

Seitstand neben der Matte – weiter Ausfallschritt auf die Matte

3. Schlagen des Balles (Angabe)

Vorhand- oder Hammerschlag

Im Fließbetrieb

Angaben in eine Hälfte des Spielfeldes. Aufschläger geht am Spielfeldrand in die andere Feldhälfte und wird zum Abwehrspieler. Nach jeder Abwehr stellt er sich in der gleichen Feldhälfte wieder zum Aufschlag an.

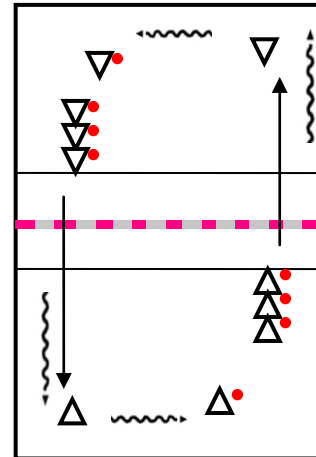
Tipps:

Nur 1 Spieler bei der Abwehr im Feld – die anderen am Spielfeldrand

Geräte:

6-8 Bälle

2 Markierungskegel



Service – Abwehr – „Konkurrenz“

Angaben in eine Hälfte des Spielfeldes (2 Gruppen). Etwa gleich vielen Angreifern stehen gleich viele Abwehrspieler gegenüber, aber nur einer im Feld (die anderen außerhalb). Wer als Aufschläger punktet, oder der Abwehrspieler kann den Ball nicht sauber abwehren, darf sich nochmals in der Reihe der Aufschläger anstellen, der Abwehrspieler nochmals in der Reihe der Abwehrspieler.

Klappt die Abwehr (oder macht der Aufschläger einen Fehler, wird der Aufschläger und umgekehrt.

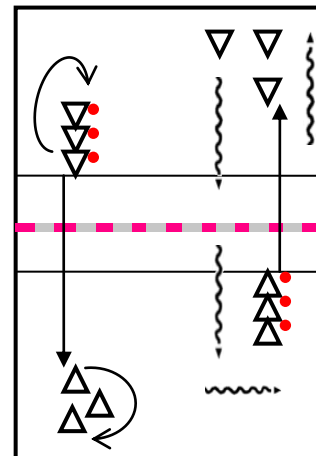
Tipps:

Herausforderung: Sicherheit – Risiko!

Möglichkeit zur Leistungs differenzierung

Geräte:

6-8 Bälle



4. Rückschlag

Im Fließbetrieb

Bälle werden von Spieler/Trainer aufgeworfen/aufgespielt und in die entsprechende Hälfte des Spielfeldes geschlagen.
 Rückschläger geht am Spielfeldrand in die andere Feldhälfte und wird zum Abwehrspieler. Nach der Abwehr stellt er sich in der gleichen Feldhälfte wieder zum Rückschlag an.

Tipps:

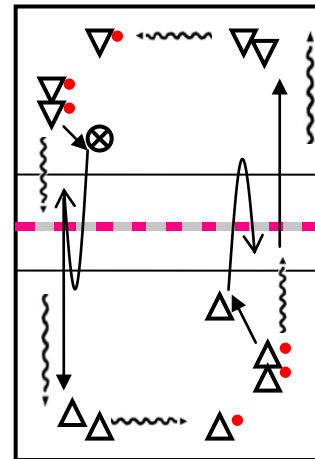
Genaueres Aufwerfen, präzises Zuspiel!

Nur 1 Spieler bei der Abwehr im Feld – die anderen am Spielfeldrand.

Geräte:

6-8 Bälle

2 Markierungskegel



Taktische Grundlagen für das Spiel:

- **Position an der Grundlinie und Seitenlinie**

Orientierungshilfen!

- **„Aus!“**

- **Hinter den Ball stellen (Blick zum Ziel)**

- **Alle zum Ball**

- **Motto: Stoppen - Vorspielen - Rückspiel**

- **Zurück auf den Platz**

Wer am besten steht!

Arme in Vorhalte