



**SPORT** IN DER  
**SEKUNDARSTUFE**

Heike Ringat

**Rückschlagspiele**  
*in Stundenbildern*

**SPORT** IN DER

**SEKUNDARSTUFE**

Heike Ringat

# **Rückschlagspiele** *in Stundenbildern*

**Limpert Verlag Wiebelsheim**

# Inhalt

<b>Einleitung</b>	<b>7</b>
<b>Tennis</b>	
<b>Unterrichtseinheit Tennis 5/6</b>	<b>9</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Erste Erfahrungen mit dem Tennisschläger	10
2. Doppelstunde: Den idealen Treffpunkt entdecken	15
3. Doppelstunde: Vorhand und Rückhand üben	18
4. Doppelstunde: Eigene Spielideen entwickeln	23
5. Doppelstunde: Die Ausholbewegung erweitern	27
<b>Unterrichtseinheit Tennis 7/8</b>	<b>31</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Wiederholung von Vorhand und Rückhand	32
2. Doppelstunde: Erlernen des Vorhand- und Rückhandvolley	36
3. Doppelstunde: Üben von Vorhand- und Rückhandvolley	39
4. Doppelstunde: Anwendung der Grundschnläge	43
<b>Unterrichtseinheit Tennis 9/10</b>	<b>47</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Erste taktische Möglichkeiten im größeren Feld erproben	48
2. Doppelstunde: Erlernen der Stopp-Technik als Möglichkeit der Raumnutzung	51
3. Doppelstunde: Erarbeiten des Schmetterballes	55
4. Doppelstunde: Festigen der bisher erlernten Grundschnläge	59
<b>Unterrichtseinheit Tennis in der Oberstufe</b>	<b>64</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Wiederholung der Grundschnläge in selbst entwickelten Spielformen	65
2. Doppelstunde: Bewegungsmerkmale der Vorhand erkennen und Übungshilfen daraus ableiten	69
3. Doppelstunde: Anwenden der erarbeiteten Übungshilfen	73
4. Doppelstunde: Erlernen des Aufschlages in der Grobform	77
<b>Badminton</b>	
<b>Unterrichtseinheit Badminton 5/6</b>	<b>81</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Treffen des Balles mit dem Gerät „Badmintonschläger“	82
2. Doppelstunde: Erste Spiele mit dem Badmintonschläger	87
3. Doppelstunde: Erkennen und Umsetzen von Bewegungsmerkmalen der Vorhand-Unterhandschnläge	91
4. Doppelstunde: Stationstraining zur Überprüfung der eigenen Fortschritte	95
<b>Unterrichtseinheit Badminton 7/8</b>	<b>99</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Erarbeiten von Vorhand- und Rückhand-Unterhandschnlägen	100
2. Doppelstunde: Erarbeiten des Vorhand-Überkopf-Clear	105
3. Doppelstunde: Üben der Unterhandschnläge und des Vorhand-Überkopf-Clear	109
4. Doppelstunde: Variationen der Angabe erarbeiten	113

<b>Unterrichtseinheit Badminton 9/10</b>	<b>117</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Die Einnahme des zentralen Bereiches als Voraussetzung für eine gelungene Verteidigung	118
2. Doppelstunde: Anwendung der Bereitschafts- und Zentralposition	122
3. Doppelstunde: Erarbeitung und Anwendung des Vorhand-Überkopf-Drop	126
4. Doppelstunde: Grundlagen der Einzeltaktik	129
<b>Unterrichtseinheit Badminton in der Oberstufe</b>	<b>133</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Erarbeiten und Anwenden der Rückhand-Überkopf-Techniken Drop und Clear	134
2. Doppelstunde: Üben der erlernten Rückhand-Techniken	137
3. Doppelstunde: Grundlagen der Doppeltaktik	140
4. Doppelstunde: Doppelaufstellungen variieren können	144
<b>Tischtennis</b>	
<b>Unterrichtseinheit Tischtennis 5/6</b>	<b>148</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Grundlegende Erfahrungen mit dem Tischtennisschläger sammeln	149
2. Doppelstunde: Richtungen gezielt anspielen	153
3. Doppelstunde: Bereitschaftsstellung und Angabe erproben und anwenden	157
4. und 5. Doppelstunde: Regeln des Einzels kennenlernen und anwenden	161
<b>Unterrichtseinheit Tischtennis 7/8</b>	<b>164</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Erarbeiten der Angabe mit Rückwärtsdrall	165
2. Doppelstunde: Üben der Angabe mit Rückwärtsdrall und des Returns	169
3. Doppelstunde: Erlernen des Vorhand- und Rückhand-Topspin	172
4. Doppelstunde: Regeln des Doppels kennenlernen und erlernte Techniken im gemeinsamen Spiel anwenden	176
<b>Unterrichtseinheit Tischtennis 9/10</b>	<b>179</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Wiederholung der Grundschläge	180
2. Doppelstunde: Üben der Grundschläge	183
3. Doppelstunde: Taktische Maßnahmen im Einzel	188
<b>Unterrichtseinheit Tischtennis in der Oberstufe</b>	<b>192</b>
<b>Überblick</b>	
1. Doppelstunde: Laufwege im Doppel erarbeiten	193
2. Doppelstunde: Taktische Maßnahmen im Doppel erproben	196
3. Doppelstunde: Der Schmetterball als Angriffsschlag	200
<b>Anhang</b>	
<b>Tennis: Von Schülerinnen und Schülern entwickelte Spielideen</b>	<b>203</b>
<b>Literatur</b>	<b>205</b>

# Einleitung

Die Kerncurricula für die Schulformen des Sekundarbereichs I der Jahrgänge 5–10 beinhalten verschiedene Erfahrungs- und Lernfelder. Eines davon ist das Erfahrungs- und Lernfeld „Spielen“. Es sieht vor, dass am Ende des 9. Jahrgangs mindestens ein Rückschlagspiel absolviert sein muss. Neben der Sportart Badminton, bieten sich Tischtennis und Tennis an, um diesen Bereich abzudecken (vgl. Niedersächsisches Kultusministerium, 2007, S.16).

Im Rahmen der Durchführung zeigt sich in der Praxis dann häufig, dass kleine und große Spiele häufig vorgezogen werden, da sie deutlich weniger Vorbereitung und Materialeinsatz verlangen und auch weniger Vorkenntnisse der Lehrkräfte benötigen.

Obwohl die Rückschlagspiele zahlreiche Kompetenzen abdecken und den Schülerinnen und Schülern neue Möglichkeiten eröffnen können, fristen sie im praktischen Sportunterricht immer noch ein Schattendasein.

Außerdem stellt sich die Vermittlung in den vergangenen Jahren als zunehmend schwierig dar, was darauf zurückzuführen ist, dass die Sportbeteiligung der Kinder und Jugendlichen abnimmt, worunter die Koordination leidet (vgl. RKI, 2008, S.63f.). Die Voraussetzungen, um mit einem Gerät einen Ball zu treffen, werden also deutlich schlechter, wenn die Kinder nicht mehr in der Lage sind, diesen überhaupt mit den Händen zu fangen.

Der vorliegende Band soll dazu beitragen, sich dennoch an das Thema heranzuwagen, da die Sportarten Tennis, Tischtennis und Badminton einen zügigen spielerischen Einsatz ermöglichen. Sie werden im Folgenden so aufbereitet, dass eine einfache und schüler- bzw. lehrergerechte Umsetzung garantiert ist, indem differenzierte und übersichtliche Stundenbilder gestaltet werden, die ein schnelles Spielerlebnis ermöglichen.

Dabei ist es nicht einfach, eine Unterrichtseinheit passend für alle Klassenstufen unterschiedlicher Schulformen, Klassengrößen und mit unterschiedlichen Voraussetzungen zu planen, zumal der Sportunterricht einen Doppelauftrag verfolgen soll: Einerseits wird erwartet, dass den Schülerinnen und Schülern die Freude an der Bewegung und die positiven Auswirkungen für ihre Lebensführung näher gebracht werden, andererseits soll „Sport in der Schule Fairness, Toleranz, Teamgeist und Leistungsbereitschaft fördern.“ (Niedersächsisches Kultusministerium, 2007, S.7).

*Die vorliegenden Stundenbilder sollen daher nicht als starres Gerüst, sondern als Grundlage verstanden werden, um eigene Ideen zu verarbeiten und Erfahrungen einzubringen.*

Im Vordergrund sollte dabei stehen, die Kinder und Jugendlichen dort abzuholen, wo sie stehen, auch wenn das vielleicht bedeutet, mit einer 9. Klasse noch einmal ganz von vorn anzufangen, wenn die Vorerfahrungen fehlen.

Freude können die Schülerinnen und Schüler nur dann an Rückschlagspielen erlangen, wenn sie in der Lage sind, das Feld zu beherrschen. Die folgenden Unterrichtseinheiten haben daher zum Ziel, ihnen mit Hilfe geeigneter Materialien und Spielfelder einen zügigen Spieleinstieg zu ermöglichen. Auf eine Aufarbeitung verschiedener Modelle zur Sportspielvermittlung wird an dieser Stelle verzichtet und nur beispielhaft auf den kurzen, aber treffenden Überblick von KÖNIG, MEMMERT und MOOSMANN (Hg., 2012) verwiesen, die sich klar für die methodische Grundstrategie „Vom Spielen zum Spielen und Üben“ aussprechen. Diesbezüglich sollte Üben immer im Zusammenhang mit einer funktionalen Verknüpfung bezogen auf das Spielgeschehen erfolgen, um den Sinn des Übens zu erkennen und eine Übertragung zu erleichtern (König / Memmert / Moosmann, 2012, S.18f.).

Dieser Ansatz liegt auch den Überlegungen und praktischen Vorschlägen der einzelnen Unterrichtseinheiten dieses Buches zugrunde.

## Aufbau der Unterrichtseinheiten

Die einzelnen Unterrichtseinheiten sind jeweils auf die Klassenstufen 5/6, 7/8, 9/10 und die Oberstufe bezogen und bauen inhaltlich aufeinander auf. Sofern ein Jahrgang die vorangegangenen Stunden nicht absolviert hat, sollte daher zunächst auf Stundenbilder der vorherigen Jahrgänge zurückgegriffen werden, um die Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler zu prüfen und die Stundenbilder dementsprechend auszuwählen.

Wünschenswert wäre es natürlich auf Dauer, die Rückschlagspiele fest in den schulinternen Lehrplänen zu integrieren, um eine konsequente und erfolgreiche Arbeit zu ermöglichen. Dabei können folgende Überlegungen eine Rolle spielen:

Die Einheiten zum Rückschlagspiel Tennis können insbesondere in den Jahrgängen 5/6 und 7/8 auch in der Sporthalle durchgeführt werden, wenn keine Möglichkeit besteht, Tennisplätze zu nutzen.

Badminton und Tischtennis hingegen können normalerweise in allen Schulen und Jahrgängen durchgeführt werden und sei es nur auf den Tischtennisplatten des Schulhofes, wenn keine Platten in den Hallen zur Verfügung stehen.

Die notwendigen Voraussetzungen und Materialien werden vor der Ausführung der einzelnen Stunden noch einmal einzeln aufgeführt, sodass man sich schnell einen

Überblick verschaffen kann, ob die Umsetzung möglich und mit der eigenen Klasse sinnvoll erscheint. Grundsätzlich sind die Unterrichtseinheiten für alle Rückschlagspiele so aufgebaut, dass in Jahrgang 5/6 zunächst das Miteinanderspielen im Vordergrund steht, während in Jahrgang 7/8 die technischen Möglichkeiten erweitert werden sollen und in Jahrgang 9/10 taktische Mittel im Vordergrund stehen. Der Schwerpunkt im Rahmen der Oberstufenkurse liegt dann im Bereich der Bewegungsanalyse bzw. Taktik beim Tischtennis.

## Aufbau der Doppelstunden

Alle Unterrichtsstunden sind als Doppelstunden geplant, da der Aufbau für eine Rückschlagspieleinheit immer recht aufwendig ist. Sollten nur Einzelstunden zur Verfügung stehen, bedeutet das nicht, dass die aufgeführten Inhalte nicht absolviert werden können. Vielmehr ist hier das Organisationstalent der Lehrkräfte gefragt, die beispielsweise Rückschlagspieltage oder -wochen einführen können, in denen der Aufbau morgens in der ersten Stunde erfolgt und in der letzten Stunde des Tages abgebaut wird. Sportlich orientierte Projektangebote könnten ebenfalls eingerichtet werden, um die Möglichkeit für derartige Inhalte zu bieten.

Jede Unterrichtsstunde ist (größtenteils) auf vier Seiten zusammengefasst, wobei die erste Seite zunächst einen Überblick über Voraussetzungen, Material und Ziel bieten soll.

Es folgt die Darstellung des Hauptteils in übersichtlicher Tabellenform auf zwei Seiten. Diese berücksichtigt zunächst eine auf den Hauptteil angepasste Aufwärmung bzw. das Einspielen.

Das Ziel der Unterrichtsstunde wird im Hauptteil gemeinsam erarbeitet und verfolgt, wobei auch bei technisch und taktisch orientierten Einheiten darauf geachtet wird, dass der Spielgedanke – miteinander oder gegeneinander – nicht zu kurz kommt. Spätestens im Rahmen des Stundenabschlusses sollte dies Berücksichtigung finden, um den Schülern Gelegenheit zu geben, ihre erworbenen Fähig- und Fertigkeiten zu testen.

Außerdem werden im Verlauf der einzelnen Stunden immer wieder Hinweise gegeben, wie einzelne Übungen variiert und angepasst werden können, sofern sie für die Schüler zu leicht oder zu schwer erscheinen sollten.

Um die Vorbereitung zu erleichtern, werden Materialien wie Arbeitskarten, Beobachtungsbögen, Spieltabellen oder Aufbauskizzen entweder auf der vierten Seite einer Doppelstunde abgedruckt oder sind im Anhang enthalten.

## Abkürzungen

Da es insbesondere für die tabellarische Auflistung der Stundenbilder eine große Erleichterung darstellt, werden an einigen Stellen Abkürzungen verwendet. Die Bedeutung kann der folgenden Legende entnommen werden:

SuS	=	Schülerinnen und Schüler
TN	=	Teilnehmerinnen und Teilnehmer
EA	=	Einzelarbeit
PA	=	Partnerarbeit
GA	=	Gruppenarbeit
UG	=	Unterrichtsgespräch
VH	=	Vorhand
RH	=	Rückhand
TT	=	Tischtennis

# Tennis

## Erste Schritte zum Spielen

<b>Zeit</b>	5 Doppelstunden
<b>Niveau</b>	Anfänger, Klassen 5 und 6
<b>Ort</b>	Sporthalle
<b>Ziele</b>	Die SuS sollen erste Erfahrungen mit dem Material Tennisball und Schläger sammeln und über das Entdecken des idealen Treffpunktes die Grobform von Vor- und Rückhand erlernen und im Spiel anwenden. Dabei nehmen sie erste taktische Verhaltensweisen wahr und wenden diese im Mit- und Gegeneinander an.
<b>Vorkenntnisse</b>	keine notwendig
<b>Material</b>	8 kleine Kästen und 7 Langbänke (als Alternative auch Absperrband); Kindertennisschläger in der Anzahl der Schüler und ca. 40–50 Soft- oder Methodikbälle; weitere Materialien siehe Stundenbilder

### Fachliche Hinweise

Die folgenden Einheiten stellen den Einstieg in die Unterrichtsreihe Tennis dar, die in der 5. und 6. Klasse durchgeführt werden kann, um erste Erfahrungen mit diesem Spiel zu sammeln. Über erste Gewöhnungsübungen und den Beginn des Ballrollens wird der Schwierigkeitsgrad zunächst extrem erleichtert, sodass zu Beginn der optimale Treffpunkt (beim Stationenlernen und beim Rollen des Balles) im Mittelpunkt steht. Dieser wird später auf springende Bälle übertragen, um auch ein Spielen über das Netz zu ermöglichen.

Ziel ist es in erster Linie, die SuS mit der Grobform der Grundschnitte vertraut zu machen, ihnen aber gleichzeitig einen schnellen Zugang zu einem Mit- und auch Gegeneinander-Spielen zu ermöglichen. Entscheidend ist dabei ebenfalls die Kompetenz, sich kooperativ zu verhalten, da die Geschwindigkeit des Balles beim Zuwerfen, aber auch beim Miteinander-Spielen an den Partner angepasst werden muss, um erfolgreiche Ballwechsel zu haben.

Die Unterrichtseinheiten sind für 90 Minuten ausgelegt, da der Aufbau der einzelnen Felder bereits etwas Zeit in Anspruch nimmt. Sollten nur Einzelstunden möglich sein, bietet es sich an, den Auf- und Abbau mit anderen Kollegen abzustimmen. Beispielsweise könnte man mehrere Tennistage veranstalten, sodass der Aufbau von der ersten bis zur sechsten Stunde bestehen bleiben kann.

### Praktische Tipps

**Material:** Ein häufiger Aspekt, der Lehrer und Lehrerinnen von der Durchführung einer Tenniseinheit abhält, ist die Materialfrage. Dabei eignen sich für die ersten Übungsformen zahlreiche Schlägermodelle: Kleinkindschläger,

Plastikschläger, Strandschläger oder Goba-Schläger. Der Fantasie sind hier keine Grenzen gesetzt. Häufig können Kinder auf Nachfrage eigene Schläger mitbringen. Fächerübergreifend könnten einfache Goba-Schläger sogar im Rahmen eines Projektes selbst gebastelt werden (vgl. ROTH 2004). Häufig genügt auch eine Anfrage an den örtlichen Tennisverein, der von der schulischen Einführung möglicherweise profitiert. Als letzte Möglichkeit bleibt noch der eigene Landesverband. Dort können teilweise Schultennispakete kostenlos ausgeliehen werden.

**Sicherheit:** Die Angst vor herumfliegenden und herumliegenden Bällen und damit einhergehenden Verletzungen sollte vor dieser Einheit unbedingt mit den Kindern thematisiert werden. Der Einsatz von Soft- oder Methodikbälle vermindert dabei das Verletzungsrisiko. Weiterhin sollte auf die Gefahr der im Feld befindlichen Bälle hingewiesen werden, damit diese regelmäßig entfernt werden, um ein Umknicken beim unbedachten Treffen zu vermeiden.

**Aufbau:** Da der Aufbau der einzelnen Stundenbilder (ab der 2. Stunde) größtenteils identisch ist, wird dieser als notwendige Maßnahme vorausgesetzt und nicht einzeln aufgeführt.

**Praktischer Tipp:** Da es im Hinblick auf die Notengebung immer hilfreich ist, konkrete Daten zu sammeln, würde es sich im Rahmen dieser Unterrichtsreihe anbieten, die Stationen aus der ersten Einheit am Ende (in einer 6. Stunde) noch einmal durchlaufen zu lassen, um den Leistungsstand und mögliche Verbesserungen auch als Rückmeldung für die Schülerinnen und Schüler zu dokumentieren.

### Stundenüberblick

**Doppelstunde 1:** Erste Erfahrungen an Stationen sammeln

**Doppelstunde 2:** Den Ball über den Treffpunkt kontrollieren

**Doppelstunde 3:** Festigen der Vorhand- und Rückhandtechnik in Übung und Spiel

**Doppelstunde 4:** Entwickeln und Erproben eigener Spielideen

**Doppelstunde 5:** Tennis-Baseball: Ein Spiel für die ganze Klasse



Abb.: Materialien

## Erste Schritte zum Spielen

<b>Zeit</b>	1. Doppelstunde
<b>Niveau</b>	Anfänger, Klassen 5 und 6
<b>Ort</b>	große Sporthalle
<b>Ziele</b>	Die SuS sollen erste Erfahrungen mit Tennisschläger und Ball sammeln.
<b>Vorkenntnisse</b>	grundlegende Fähigkeiten mit dem Material „Ball“ (Rollen, Fangen, Werfen)
<b>Material</b>	Kreppklebeband oder Kreide, 4 kleine Kästen, 2 Reifen, ca. 8 Hütchen, einen etwas größeren Soft- oder Plastikball, (Kinder-) Tennisschläger in der halben Anzahl der SuS, mehrere kleine Softbälle und Tennisbälle

### Angestrebte Lernziele

Dabei sollen die SuS im Einzelnen:

Im kognitiven Bereich

- Lösungsmöglichkeiten für das kontrollierte Pellen und Spielen des Balles im Rahmen der einzelnen Stationen finden.

Im motorischen Bereich

- die Übungen an den einzelnen Stationen kontrolliert durchführen können.
- die eigenen Kräfte einschätzen lernen und gleichzeitig Ballgefühl entwickeln.

Im sozial-affektiven Bereich

- den Partner beim Üben mit Hilfe von gezielten Würfeln und Sammeln der Bälle unterstützen.

### Fachliche Hinweise

Die folgende Einheit stellt den Einstieg in die Unterrichtsreihe Tennis dar, die in der 5. und 6. Klasse durchgeführt werden kann, um erste Erfahrungen mit diesem Spiel zu sammeln. Erfahrungen jüngerer Zeit zeigen, dass die Kinder zunehmend Schwierigkeiten mit grundlegenden Fähigkeiten haben, sodass nicht gleich mit dem „richtigen“ Tennis begonnen wird, sondern Gewöhnungsübungen vorgeschaltet werden, um das Ballgefühl zu stärken. Ideal wären Methodikbälle, um mit den ersten Übungen zu beginnen. Normale Tennisbälle sind allerdings meist leichter zu bekommen, da die Vereine froh sind, die alten Bälle loszuwerden. Man sollte sich hier nach dem Etat der Schule richten!

### Praktische Tipps

Der Aufbau wird auf Seite 13 veranschaulicht. Diese kann (vergrößert) auch als Vorlage für die SuS dienen, um den Aufbau reibungslos zu gewährleisten. Außerdem ist auf der Seite 14 eine Stationskarte als Kopiervorlage zu finden, um die Ergebnisse der SuS bei Bedarf dokumentieren zu können.

Da die grundlegenden Regeln des Brennballspiels in der abschließenden Einheit noch benötigt werden, kann das Spiel hier schon zur Aufwärmung eingeführt werden. Ratsam ist es jedoch, die SuS vor dem Spiel warmlaufen zu lassen. Hier bietet es sich an, die Spielfeldbegrenzungen mehrfach ablaufen zu lassen. Variiert werden kann dies, wenn beispielsweise verschiedenfarbige Hütchen verwendet werden. Die Hütchen werden dann nach Farbe angelaufen.

## Doppelstunde 1:

Phasen	Organisation, Geräte- und Materialbedarf
<b>Gemeinsamer Aufbau (5 Minuten)</b>	
<p><b>Aufwärmung (20 Minuten)</b> Warmlaufen um die Hütchen (Variation siehe S. 9 unter praktische Tipps).</p> <p><b>Brennball</b> Das Spielfeld wird außen mit 6 Hütchen oder Stangen markiert. Im vorderen Drittel des Feldes befindet sich ein umgedrehter kleiner Kasten als Mal. Mannschaft eins stellt sich an der rechten Markierung der schmalen Seite hintereinander auf, während Mannschaft zwei im Feld Aufstellung nimmt. Ein Schüler aus Team zwei bewacht das Mal und hat als einziger das Recht, den Ball dort unterzubringen. Auf Kommando wirft ein Spieler der Läufermannschaft einen Ball ins Feld (nicht nach hinten!) und läuft um das Spielfeld. Mannschaft zwei versucht, den Ball so schnell wie möglich in den kleinen Kasten zu befördern. Gelingt es ihnen, bevor der Läufer an einem Hütchen stehen bleibt, ist dieser verbrannt. Ansonsten bleibt er dort stehen, bis er nach dem nächsten Wurf weiterlaufen kann. Pro Runde erhält ein Läufer einen Punkt. Muss er zwischendurch nicht anhalten, bekommt er drei Zähler für sein Team.</p> <p>Nach festgelegter Zeit wird gewechselt. Sieger ist die Mannschaft mit den meisten Punkten.</p>	<p>6 Hütchen, 1 kleiner Kasten und ein Softball (ca. 15 cm Durchmesser)</p>
<b>Hauptteil (55 Minuten) – Teil 1</b>	
<p>Die SuS finden sich in Vierergruppen zusammen (oder werden mit farbigen Zetteln ausgelost). In diesen Gruppen durchlaufen sie folgende Stationen (siehe Abb. S. 13), wobei mit Ausnahme von Station 4 immer nur zwei von vier Spielern zur selben Zeit arbeiten. Die beiden anderen zählen und notieren die Punkte und sind dann an der Reihe, wenn die Lehrkraft den Wechsel ankündigt:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1) Ball gegen die Wand:</b> Je zwei Spieler spielen mit ausreichend Abstand jeweils einen Ball (Softball) gegen die Hallenwand. Die Partner zählen, wie viele Treffer sie in der vorgegebenen Zeit erreichen. Sie dürfen dabei jeweils nur einen Ball benutzen. Rollt dieser weg, müssen sie ihn zurückholen, bevor sie weiterspielen dürfen.</li> <li><b>2) Kasten treffen:</b> Aus 2 m Entfernung sollen die SuS versuchen, Tennisbälle mit einem Tennisschläger aus einem Kastenreservoir in den gegenüberliegenden (umgedrehten kleinen Kasten) zu spielen. Gezählt werden nur die Bälle, die im Kasten liegen bleiben. Der Partner sorgt dafür, dass die übrigen Bälle wieder im Reservoir landen.</li> <li><b>3) Zielspiel gegen die Wand:</b> Die TN sollen einen Softball gegen die Wand spielen. Allerdings zählen nur die Bälle, die in dem abgeklebten Zielfeld an der Wand landen. Dieses sollte etwa 1 m<sup>2</sup> groß sein. Der Abstand sollte mindestens zwei Meter betragen und mit Hütchen markiert werden.</li> <li><b>4) Reifenprellen:</b> Vor jedem Aktiven liegt ein Gymnastikreifen. In diesen soll ein Tennisball geprellt werden, allerdings immer von unten nach oben: Der Ball wird also leicht nach oben gespielt, dann sollte er einmal in dem Reifen springen und anschließend wieder etwas nach oben gespielt werden.</li> </ol>	<p>Kleingruppenarbeit: Tennisschläger in halber Klassenstärke</p> <p>2 Softbälle</p> <p>4 kleine Kästen und ca. 50 Tennisbälle</p> <p>Klebeband oder Kreide, evtl. 3–4 Hütchen und 2 Softbälle</p> <p>2 Gymnastikreifen und 2 Tennis- oder Softbälle</p>

Phasen	Organisation, Geräte- und Materialbedarf
<b>Hauptteil – Teil 2</b>	
<p>5) <b>Werfen – Schlagen – Fangen:</b> An dieser Station wird der Partner als aktiver Helfer benötigt, da er seinem Kollegen den Ball zuwerfen soll, damit dieser den Ball zu ihm zurückspielen kann. Gezählt werden nur die Bälle, die wieder aufgefangen werden. Um zu vermeiden, dass die Partner sich gegenseitig Punkte klauen, kann die Gesamtzahl der beiden Durchgänge später durch zwei geteilt werden, bevor sie eingetragen wird. Das heißt, dass beide Spieler an dieser Station dieselbe Punktzahl erreichen.</p> <p>6) <b>Schlägerprellen:</b> Hier soll der Ball mit nicht mehr als einer Zwischenberührung auf dem Schläger geprellt werden. Gezählt wird die erreichte Gesamtzahl, d.h. nach einem Fehler wird weitergezählt.</p> <p>7) <b>Slalomrollen:</b> Ein größerer Soft- oder Plastikball soll mit einem Tennisschläger im Slalom um einen Hütchenparcours gerollt werden. Jede Bahn ergibt einen Punkt.</p> <p>Insgesamt sollten zwei Runden absolviert werden. Vor dem ersten Durchgang sollten die SuS an jeder Station kurz die Möglichkeit bekommen, die Übung zu testen.</p>	<p>2 Softbälle</p> <p>2 Tennisbälle</p> <p>ca. 8–10 Hütchen</p>
<b>Abschluss (10 Minuten)</b>	
<p>Da der Parcours ein hohes Maß an Konzentration erfordert, sollten die Kinder im Ausklang noch einmal die Möglichkeit haben, ihre Energie loszuwerden. Dies klappt wunderbar mit einfachen Fängerspielen. Als Beispiel dient hier eine Abwandlung des Tierfangens:</p> <p><b>Sportlerfangen</b> Je nach Klassengröße werden 2–3 Fänger bestimmt, die ihre Mitschüler ticken sollen. Diese können davonkommen, wenn sie den Namen eines berühmten Sportlers rufen, bevor sie berührt werden. Schaffen sie dies, müssen sie zwar kurz stehen bleiben, um durch einen Mitschüler befreit zu werden (z. B. durch Krabbeln durch die Beine). Sind sie zu spät, werden sie zum Mitfänger.</p> <p><b>Hinweis:</b> Jeder Sportlername darf nur einmal genannt werden.</p> <p><b>Variation:</b> An Stelle von Sportlernamen können Sportarten, Tiergattungen, Hauptgerichte etc. genannt werden.</p>	<p>Parteibänder in Klassenstärke</p>

**Aufbau / Hinweise**

**Tennis-Parcours**



**Station 1: Ball gegen die Wand**



**Station 2: Kastentreffen**



**Station 7: Slalomrollen**



**Station 3: Zielspiel gegen die Wand**



**Station 6: Pellen auf dem Schläger**



**Station 4: Reifenprellen**



**Station 5: Werfen – Schlagen – Fangen**





## Erste Schritte zum Spielen

<b>Zeit</b>	2. Doppelstunde
<b>Niveau</b>	Anfänger, Klassen 5 und 6
<b>Ort</b>	große Sporthalle
<b>Ziele</b>	Die SuS sollen über das Entdecken des idealen Treffpunktes die Grobform von Vor- und Rückhand erlernen und im Spiel anwenden
<b>Vorkenntnisse</b>	grundlegende Fähigkeiten mit dem Material „Ball“ (Rollen, Fangen, Werfen)
<b>Material</b>	8 kleine Kästen und 7 Langbänke (als Alternative auch Absperrband); Kindertennisschläger in der Anzahl der Schüler und Soft- oder Methodikbälle; große Soft- oder Plastikbälle (mind. 20 cm Durchmesser)

### Praktische Tipps

Die genannten Einstiegsübungen sind angelehnt an das eigens für jüngere Kinder entwickelte Low-T-Ball. Die dafür extra hergestellten „Netze“ werden hier allerdings durch kleine Kästen und Langbänke ersetzt. Weitere Informationen zum Low-T-Ball können auf der offiziellen Homepage [www.low-t-ball.de](http://www.low-t-ball.de) abgerufen werden. Dort lassen sich bei Bedarf auch die regulären Materialien (u. a. auch Bälle) bestellen.

### Angestrebte Lernziele

Dabei sollen die SuS im Einzelnen:

Im kognitiven Bereich

- Lösungsmöglichkeiten für das kontrollierte Rollen des Balles zum Partner finden und reflektieren können.

Im motorischen Bereich

- die Lösungsmöglichkeiten zum kontrollierten Rollen des Balles in Richtung des Partners umsetzen können.
- VH und RH in der Grobform kontrollieren können.
- erste Spielformen erproben.

Im sozial-affektiven Bereich

- den Partner beim Üben mit Hilfe von gezielten Würfeln bzw. gezieltem Zuspiel unterstützen.

### Fachliche Hinweise

Die folgende Einheit stellt den Einstieg in die Unterrichtsreihe Tennis dar, die in der 5. und 6. Klasse durchgeführt werden kann, um erste Erfahrungen mit diesem Spiel zu sammeln. Über den Beginn des Ballrollens wird der Schwierigkeitsgrad zunächst extrem erleichtert, sodass zu Beginn der optimale Treffpunkt (beim Rollen des Balles) im Mittelpunkt steht. Dieser wird später auf springende Bälle übertragen, um auch ein Spielen über das Netz zu ermöglichen.

## Doppelstunde 2:

Phasen	Organisation, Geräte- und Materialbedarf
<b>Gemeinsamer Aufbau (10 Minuten)</b>	
<p><b>Einstieg (20 Minuten)</b>  <b>Treffpunkt entdecken und erproben</b>  Die SuS bilden Paare und rollen sich einen größeren, aber leichten Ball mit den Händen so zu, dass dieser unter dem aufgebauten Netz hindurchrollt. Auf der rechten Seite des Körpers wird die rechte Hand genutzt, auf der linken Seite die linke.</p> <p>Im Anschluss an eine kurze Probierphase sollen die SuS in einem Unterrichtsgespräch beschreiben, wie die Hände und Arme gehalten werden müssen, um den Ball optimal zum Partner zu bringen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handgelenk leicht nach hinten abwinkeln</li> <li>• Arme gebeugt</li> <li>• Handflächen leicht angespannt</li> </ul> <p>Nachdem diese Punkte an der Tafel fixiert und vorgemacht wurden, dürfen die SuS sich Schläger nehmen und die Übung mit Hilfe dieser erneut testen. Die Schlagfläche dient dabei als Verlängerung der Handfläche.</p>	<p>mind. 8 kleine Kästen; 7 Langbänke</p> <p>Partnerarbeit  große Plastikbälle; Tennisschläger in der Anzahl der SuS</p> <p>UG (Sitzkreis); Tafel</p>
<b>Hauptteil (40 Minuten) – Teil 1</b>	
<p>Die o.g. Entdeckung des Treffpunktes wird im weiteren Verlauf der Stunde in zunehmend schwierigeren Situationen erprobt.</p> <p>a) Die SuS sollen das Rollen des Balles mit dem Schläger in einem bestimmten Rhythmus durchführen. Dieser kann entweder von der Lehrkraft für alle vorgegeben oder von den Schülern selbst bestimmt werden.</p> <p>b) In den bereits auf dem Feld befindlichen 4er-Gruppen wird ein Wettkampfspiel mit den zuvor erprobten Bewegungen durchgeführt. Sobald der Ball die äußeren Begrenzungen des Feldes überschreitet oder das Netz auf der eigenen Seite nicht erreicht, erhält der Gegner einen Punkt.</p>	<p>Partnerarbeit</p> <p>Kleingruppenarbeit; evtl. Kreppklebeband zur Markierung notwendiger Feldbegrenzungen</p>
	
<p>c) In Partnerarbeit wird der Schwierigkeitsgrad erhöht, indem ein Partner dem anderen den Ball (Wechsel auf Softbälle) zuwirft, sodass dieser ihn zunächst mit der VH zu ihm zurückspielen kann. Nach ca. 5 Minuten erfolgt ein Rollentausch.</p>	<p>Partnerarbeit; Tennisschläger in halber Gruppenstärke und kleine Soft- oder Methodikbälle</p>

## Doppelstunde 2:

Phasen	Organisation, Geräte- und Materialbedarf
<b>Hauptteil – Teil 2</b>	
<p><b>Reflexion (5 Minuten)</b>                      Im Anschluss an Übung c werden die SuS zu einem UG zusammengerufen, in dem neben den o.g. Aspekten besprochen wird, dass eine leichte Vorwärts-Aufwärts-Bewegung notwendig ist, um den Ball zu dem Partner zu spielen. Außerdem wird darauf hingewiesen, dass die rechte Hand bei der RH mit an den Schläger gelegt wird, um die linke Hand zu unterstützen (Achtung: Bei Linkshändern auf der anderen Seite).</p> <p>d) Übungsdurchführung wie bei c, allerdings wird der Ball nun auf die RH-Seite geworfen.</p>	<p>UG (Sitzkreis): Tafel</p> <p>Partnerarbeit; Tennisschläger in halber Gruppenstärke und kleine Soft- oder Methodikbälle</p>
<b>Abschluss (15 Minuten)</b>	
<p><b>Miteinander üben:</b>                      Funktioniert das Zuspielen des Balles nach Zuwurf schon relativ sicher, kann ein gemeinsames Spielen erfolgen. Dabei sollte das Miteinander im Vordergrund stehen und durch Aufgaben wie „Wer schafft zuerst 20 Bälle ohne Fehler?“ unterstützt werden.</p> <p><b>Tipp:</b>                      Sollten die SuS es zu zweit noch nicht schaffen, sich den Ball über das Netz zuzuspielen, kann die Wand der Halle als Übungsfläche für Einzel- oder Partnerspiele genutzt werden.</p>	<p>Partnerarbeit, Tennisschläger Soft- oder Methodikbälle in der Anzahl der TN</p> <p>Evtl. Hallenwand als Anspielfläche</p>
<b>Aufbau/Hinweise</b>	
	<p>Die folgenden Bilder können als Vergrößerung auch als Bildmaterial für die SuS dienen, um den Aufbau reibungslos zu gewährleisten. Die Hinweise zur Hand- und Schlägerhaltung können ebenfalls mit Hilfe der Fotos verdeutlicht werden, nachdem die Aspekte der SuS an der Tafel gesammelt wurden.</p>
	<p>Der oben abgebildete Aufbau eignet sich gut für die erste Stunde, da der Abstand zwischen Boden und Bank so relativ gering gehalten wird und die SuS gefordert werden, diesen wirklich zu rollen. Die Bänke können auch gedreht werden, um noch stabiler zu liegen. Für die späteren Tennisseinheiten bietet es sich, insbesondere für Jahrgang 7 und 8, an, die Kästen hochkant zu stellen, um ein höheres Netz zu haben.</p>



Das vorliegende Buch vermittelt in **50 leicht verständlichen Stundenbildern** die drei Rückschlagspiele **Badminton, Tennis und Tischtennis**.

Die besondere, speziell für den **Sportunterricht an den Sekundarstufen** konzipierte Gestaltung, garantiert eine einfache schüler- bzw. lehrergerechte Umsetzung sowie spannende und motivierende Spielerlebnisse. Zusätzliche Materialien wie etwa Arbeitskarten, Beobachtungsbögen, Spieltabellen oder Aufbauskizzen verhelfen zu einem zügigen und Erfolg versprechenden Spieleinstieg.

## **SPORT** IN DER **SEKUNDARSTUFE**

Die Buchreihe „**Sport in der Sekundarstufe**“ liefert erprobte und sofort umsetzbare Stundenbilder für den Sportunterricht aller Schulformen von Klasse 5 bis zur gymnasialen Oberstufe. Die Stundenbilder sind aufgeteilt in Einstieg, Haupt- und Schlussteil. Die sportartorientierten Bände im großzügigen DIN-A4-Format und deren aufwendige Gestaltung orientieren sich an der Praxis und unterstützen die erfolgreiche Durchführung von **lehrplankonformen Sportstunden!**



ISBN 978-3-7853-1929-1

Best.-Nr.: 343-01929

[www.limpert.de](http://www.limpert.de)