



Kin-Ball

Das Teamspiel mit dem übergroßen Ball

Vorbemerkungen/Ziele

Kin-Ball ist ideal für ein teamorientiertes Spielangebot im Vereinssport. Neben dem Training der konditionellen Fähigkeiten zielt das Spiel vor allem auf die Förderung von Kooperation, Teamwork und Fair-Play ab. Da beim Kin-Ball jede Spielposition gleichwertig ist und alle Mannschaftsmitglieder direkt am Spielgeschehen teilnehmen, gewinnt immer das Team und nicht der/die einzelne Spieler/-in. Gespielt wird mit einem übergroßen Ball von 1,22 m Durchmesser, der knapp 1 kg wiegt. Dies macht Kin-Ball zu einem sicheren und unterhaltsamen Spiel für alle Altersgruppen.

In dieser Spieleinheit soll eine Gewöhnung an den Kin-Ball erfolgen und erste Erfahrungen mit dem Zielspiel gemacht werden. Durch den relativ leicht zu kontrollierenden Ball und den einfachen Basistechniken, werden sich bei allen Spieler/-innen schnell Erfolgserlebnisse einstellen.

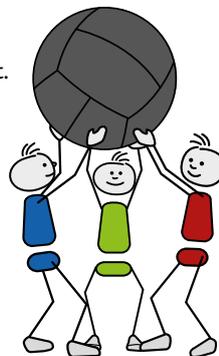
Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG (10–15 Minuten)

● Trichter

- ⦿ Die TN werden in 3 Gruppen eingeteilt. Die Spieler/-innen der Gruppen werden jeweils durchnummeriert. In der Hallenmitte liegt ein Kin-Ball.

Anschließend bewegen sich alle TN kreuz und quer durch die Halle. Ruft die Übungsleitung (ÜL) eine Nummer auf, so laufen alle TN mit dieser Nummer in die Mitte zum Kin-Ball und heben gemeinsam den Ball trichterförmig an.



● Zick-Zack

- ⦿ Die TN werden in 2 Gruppen aufgeteilt, welche jeweils eine Zickzacklinie (Abstand ca. 2 m) bilden. Jede Gruppe hat einen Kin-Ball.

Innerhalb der Gruppe passen sich die TN den Ball über einen Bodenpass zu. Hierbei können die TN selbst erproben, wie der Pass am besten funktioniert. Wenn der Ball bei dem/der letzten TN angekommen ist, läuft dieser/diese mit dem Ball (tragen oder rollen) nach vorne und spielt wiederum den ersten Pass.

● Uhr

- ⦿ Es werden 2 Mannschaften gebildet. Mannschaft 1 bildet einen Kreis. Mannschaft 2 steht in einer Reihe daneben. Jede Mannschaft hat einen Kin-Ball.

Auf ein Startsignal umrunden die Spieler/-innen der Reihe so schnell wie möglich nacheinander ballprellend oder -stoßend den Kreis.

● = Inhalt, ⦿ = Organisation, ⊙ = Absicht, ♣ = Hinweis

Rahmenbedingungen

Zeit:

60–90 Minuten

Teilnehmer/-innen (TN):

Erwachsene (Frauen und Männer bis Altersende offen), Kinder und Jugendliche (Mädchen und Jungen ab 12 Jahren)

Material:

2 Kin-Bälle, Leibchen in drei Farben, Pylone

Ort:

Sporthalle

Hinweis zu den Spielregeln des Kin-Ball-Spiels:

Die genauen Spielregeln findet man auf der offiziellen Kin-Ball-Homepage des Deutschen KIN-BALL® Verbands:

www.kinball-deutschland.de/regeln

Absichten und Hinweise

- ⊙ Aktivierung des Herz-Kreislaufsystems, Auseinandersetzung und Kontaktaufnahme mit dem Kin-Ball, Kontaktaufnahme mit anderen Gruppenmitgliedern ermöglichen
- ⊙ Körperliche Erwärmung, vielseitige Ballgewöhnung, Erweiterung des Bewegungsrepertoires (erstes Passen und Ballannahme)
- ♣ Bei geübteren Spielern/-innen kann der Ball bereits in der Luft zugespielt werden.

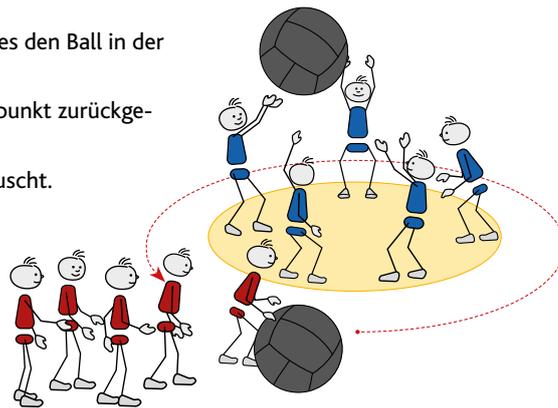
- ⊙ Körperliche Erwärmung, vielseitige Ballgewöhnung, Erweiterung des Bewegungsrepertoires (Zuspiel des Balls in der Luft)

Spiele /
Sportspiele
12.2017

www.lsb-nrw.de

Stundenverlauf und Inhalte

Währenddessen spielen sich die Spieler/-innen des Kreises den Ball in der Luft zu. Pro geschaffte Zuspieldrunde gibt es einen Punkt. Gespielt wird, bis alle Läufer/-innen der Reihe zum Startpunkt zurückgekommen sind. Anschließend werden die Rollen der Mannschaften getauscht.

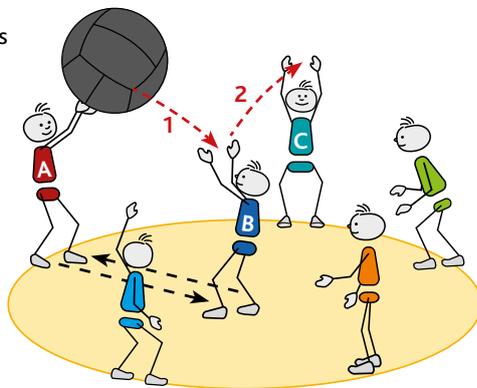


Absichten und Hinweise

SCHWERPUNKT (20–30 Minuten)

- **Pass and Go**
- Die TN bilden einen Kreis. Ein/Eine TN steht im Zentrum.

Ein/Eine TN aus dem Kreis (A) spielt dem/der zentralen TN (B) einen Pass (1) zu und nimmt dessen Platz ein. Während des Tausches spielt der/die erste zentrale TN (B) den Ball (Pass 2) an einen/eine andere Kreis-TN (C) und tritt an die Stelle des/der vorhergehenden Passspielers/-spielerin (A). Um ein Weiterpassen zu ermöglichen, darf der Ball bei jedem Pass auftippen.



- ✔ In einer kurzen Reflexion bespricht die ÜL mit den TN, wie sie den Ball bisher am besten zu den Mitspielern/Mitspielerinnen passen konnten. Anschließend wird die Technik des Stoßens demonstriert.
- ◎ Verbesserung der Ballkontrolle und Erlernen des Passspiels, Verbesserung der räumlichen Orientierungsfähigkeit
- ✔ Je nach TN-Zahl können auch 2 Kreise gebildet werden.

- **Vier Ecken**
- Vier Teams mit jeweils 4 Spielern/-innen werden auf 4 Bereiche in der Halle aufgeteilt.

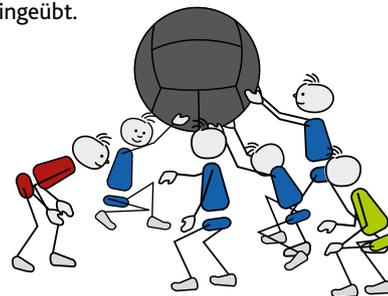
Der Ball wird im Uhrzeigersinn von einem Team zum nächsten geschlagen. Zum Zeitpunkt des Schlags berühren aus der ballspielenden Gruppe drei TN den Ball, der/die vierte TN schlägt.

Je nach Könnensstand der TN kann der Ball direkt oder erst nach einmaligem Prellen angenommen werden.

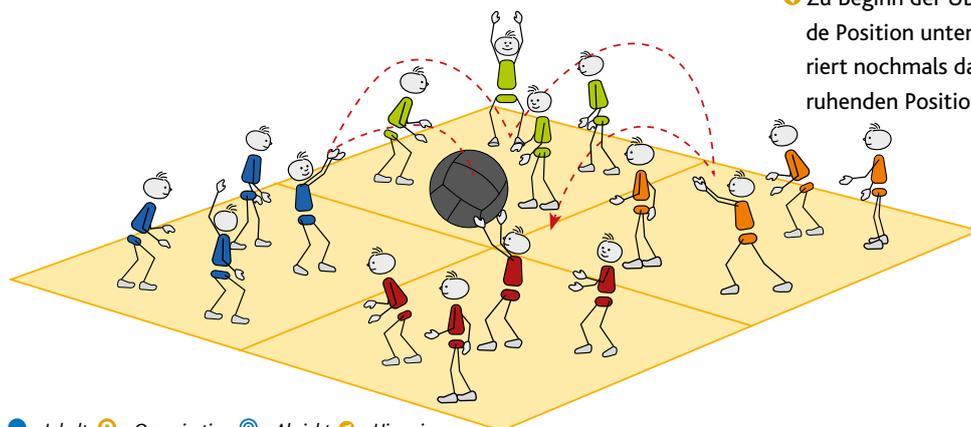
Variation:

- Das Team im Ballbesitz bestimmt selber, wohin (zu welchem anderen Team) es den Ball schlägt.

- ◎ Verbesserung der Orientierungsfähigkeit und der Kooperation innerhalb der Mannschaften, Einführung der Idee des Kin-Ball-Spiels
In der hier gewählten Spielform werden die Wechsel von Angriffs- und Verteidigungsphasen eingeübt.



- ✔ Zu Beginn der Übung erklärt die ÜL die stützende Position unter dem Kin-Ball und demonstriert nochmals das Stoßen des Balles aus der ruhenden Position.



Stundenverlauf und Inhalte

● 3:3:3

- ☉ Drei Mannschaften (A, B und C) mit jeweils 3 oder 4 Spielern/Spielerinnen sind zusammen auf dem Spielfeld (z. B. Einfachsporthalle).

Mannschaft A spielt zunächst immer zu Mannschaft B, diese zu Mannschaft C und Mannschaft C wieder zu A. Die Mannschaften können sich im Vergleich zum vorherigen Spiel („Vier Ecken“) nun frei im Raum bewegen.

Variationen:

- Nach jeder Balleroberung muss sich die Mannschaft in die Mitte des Spielfeldes verschieben.
- Das Team im Ballbesitz bestimmt selber, wohin es den Ball schlägt.
- Die Teams bekommen jeweils andersfarbige Leibchen und es wird die Farbe des Teams angesagt, das den Ball erhalten soll.

SCHWERPUNKTABSCHLUSS (20–30 MINUTEN)

● Die Spielidee Kin-Ball erproben

- ☉ Das Spielfeld wird festgelegt. Es spielen immer 3 Mannschaften mit 4 Spielern/Spielerinnen auf einem Spielfeld. Jede Mannschaft ist mit einem andersfarbigen Leibchen gekennzeichnet.

Die ÜL stellt die Spielidee Kin-Ball und die wichtigsten Spielregeln vor.

Spielidee

- Beim Kin-Ball stehen 3 Teams gleichzeitig auf dem Spielfeld.
- Ziel des Spiels ist es, den Ball so aufzuschlagen, dass das aufgerufene Team keine Chance hat, den Ball zu fangen.

Die wichtigsten Regeln

- Die gesamte Halle dient als Spielfeld.
- „Um ein Aufschlag auszuführen, nimmt das Team das sich in Ballbesitz befindet die sogenannte Aufschlagposition ein. ... Nach dem Anpfiff ruft ein Spieler des Teams „Omnikin + eine gegenerische Farbe“. Dieser Ruf bestimmt, welches Team den Ball fangen muss, bevor dieser den Boden berührt. Der Ball muss beim Aufschlag nach oben oder horizontal geschlagen werden. Wenn das aufgerufene Team den Ball fängt, geht es wiederrum mit einem Aufschlag weiter.“

(Auszug aus: www.kinball-deutschland.de/regeln.htm)

Anschließend wird das Spiel erprobt und die Regeln je nach Spielverlauf gemeinsam mit den TN angepasst (z. B. Zwischenticken ermöglichen, Spielfeldgröße anpassen, Einbeziehung der Wand usw.).

AUSKLANG (5–10 Minuten)

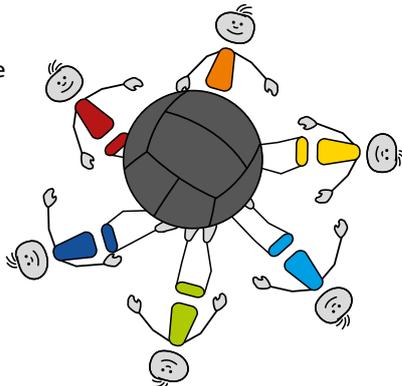
● Popcorn

- ☉ Die TN bilden auf dem Boden liegend einen Kreis. Die Füße zeigen in die Kreismitte.

Die ÜL wirft einen Kin-Ball in die Mitte und die TN versuchen, den Ball ausschließlich mit den Füßen möglichst lange in der Luft zu halten.

Variation:

- Hineingabe eines zweiten Balles



Absichten und Hinweise

- ☉ Schulung der Kopplungsfähigkeit beim gleichzeitigen Ansagen und Schlagen einüben, Schulung der Teamfähigkeit und des Fair-Plays

- ☑ Bei dieser Spielform steht das Miteinander-Spielen im Vordergrund, so dass die Teams stets so angespielt werden sollen, dass sie den Ball erreichen können.

- ☑ Mit Hilfe der Variationen können nach und nach die Spielregeln des Kin-Ball-Spiels eingeführt und Schritt für Schritt erprobt werden.

- ☉ Kennenlernen und Verstehen der Spielidee Kin-Ball und der unbedingt notwendigen Spielregeln, Schulung der Reaktions- und Umstellungsfähigkeit sowie der Differenzierungsfähigkeit

- ☑ Eine gute Zusammenfassung der Spielidee und wichtigsten Spielregeln von Kin-Ball findet man unter:

www.mobilesport.ch/wp-content/uploads/2011/06/Hilfsmittel_pb69_Kinball_1_d.pdf

- ☉ Auseinandersetzung mit Spielverläufen, Zufriedenheit und Spielregeln, Entwicklung von geeigneten Regeln, Förderung der Mitbestimmung der TN

- ☉ Zusammenführen der Gesamtgruppe, Kooperation in der Gruppe, gemeinsamer Stundenabschluss