

## Sicherheit in Spielsituationen – ergänzende Hinweise

**Dieser Text sollte ausgedruckt werden!**

### Welche Informationen liefert der Text?

In diesem Text werden zusätzliche Sicherheitsaspekte für Spielsituationen aufgezeigt, deren Animation nicht sinnvoll gewesen wäre.

### 1. Sinnvolle Verhaltensregeln einführen

- Bei der Durchführung des Spiels (Kleinfeld oder Großfeld) von Anfang an den Schülern einige Gefahrenmomente bewusst machen (dargestellt im Modulbaustein Sicherheit in Spielsituationen).
- Entsprechende Verhaltensregeln absprechen.
- Die Zahl und Art der Regeln von den organisatorischen Voraussetzungen abhängig machen. Für dreißig Schüler in einem Hallendrittel gelten mehr und andere Regeln als für achtzehn Schüler, die auf zwei normalen Volleyballfeldern spielen können.

#### Grundsätzlich:

- Eher wenige Regeln aufstellen, die aber konsequent einhalten und automatisieren.
- Signal vereinbaren (z. B. Pfiff), bei dem sofort das Spiel auf allen Feldern unterbrochen wird.

### 2. Für eine ausreichende Bewegungsintensität im Spiel sorgen

Schulvolleyball ist häufig mit geringen Bewegungsintensitäten verbunden. Spielzüge umfassen im Durchschnitt in der Sekundarstufe I beim Spiel 6 gegen 6 lediglich 3.2 Ballkontakte (FISCHER/ZOGLOWEK 1993), die Netto-Spielzeit (Ball im Spiel beträgt) beträgt nur etwa 20 bis 30 %. Die Konsequenz solcher bewegungsarmer Spiele führt zu einer Reduzierung der Aufmerksamkeit und dem Abschalten während der Ballwechsel. Dies gilt auch für Schüler, die nach einer längeren Wartezeit auf das Spielfeld kommen. Gerade für diese Schüler erhöht sich das Verletzungsrisiko deutlich.

Zwei Beispiele für die Steigerung der Intensität:

- Wenn aus Platzgründen Mannschaften nicht am Spiel teilnehmen können, lässt sich durch schnelle Wechsel ein Absinken der Aufmerksamkeit verhindern, d. h. es werden immer nur ein bis drei Punkte eingewechselt, anschließend erfolgt der Wechsel mit der wartenden Mannschaft (z. B. Spielform "King of the Court").

- Über zusätzliches Einwerfen von Bällen (Power-Volleyball) können auch bei Anfängern im Spiel viele Ballkontakte und eine hohe Aufmerksamkeit erreicht werden (siehe Modul Vermittlung: Modulbaustein Volleyballspiele intensivieren).

### 3. Anwendung der Techniken im Spiel

Die Ergebnisse von PFITZNER (2001) weisen darauf hin, dass viele Unfälle auf einer schlechten Technik (s. o.) oder auch situativ unangemessener Anwendung einer Technik (Schmettern, obwohl der Ball bereits auf der anderen Seite des Netzes ist; Pritschen eines hart geschlagenen Balles) beruhen.

- Zunächst ist nochmals auf die Auswahl des Ballmaterials hinzuweisen. Viele Volleybälle sind einfach zu hart aufgepumpt. Weichere Bälle verzeihen eher eine risikoreiche Fingerstellung beim Pritschen, allerdings sollten sie nicht zu weich sein.
- Außerdem sollten die Techniken der Ballbehandlung angemessen geübt werden. Angemessen heißt:
  - Eine korrekte Bewegungsvorstellung vermitteln.
  - Den Übungsprozess so organisieren, dass der Übende möglichst viele Ballkontakte hat.
  - Die Auswahl spielnaher Übungsformen, d. h. die Techniken unter den Bedingungen üben, die für das Spiel typisch sind.
- Darüber hinaus sollten nicht nur für Lern- und Übungssituationen, sondern auch für das Spiel Maßnahmen der Inneren Differenzierung angeboten werden, indem die Schüler unterschiedliche Schwierigkeitsgrade des Spiels selbst bestimmen können.

**Beispiel A:** Beim Spiel 2 gegen 2 können beide Mannschaften selbst entscheiden, ob der Ball in schwierigen Situationen noch gefangen werden darf oder ob es für einzelne Spieler oder Spielerinnen Regelvereinfachungen geben soll.

**Beispiel B:** Es werden fünf verschiedene Spielvarianten mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad (vom Ball über die Schnur bis 2 gegen 2 nur noch mit Pritschen oder Baggern) angeboten. Die beiden Mannschaften entscheiden sich jeweils für ein Spiel, das dem Leistungsvermögen aller entspricht. Dazu kann auch gehören, dass die Mannschaften sich für ein Spiel miteinander oder für ein Üben der Grundtechniken entscheiden und auf das Spiel gegeneinander verzichten (ein Beispiel findet sich im Modul Vermittlung: Modulbaustein Arbeitsmaterialien).

- Eine intensive Kommunikation verkürzt die Reaktionszeiten und erleichtert damit eine sichere Anwendung der Techniken. Deshalb sollte von Anfang an (bereits beim Spiel „Ball über die Schnur“) das Ich-Rufen bei Annahme des Balles eingeübt werden (s. o.). Auch hier wird wieder die Bedeutung der Wahrnehmungsfä-

higkeit deutlich. Je früher Aktionen des Gegners oder Mitspielers korrekt gelesen werden, umso früher kann gerufen werden.

Deshalb ist es sinnvoll, das Üben der Techniken so früh wie möglich mit Wahrnehmungsanforderungen (z. B. früh die Abspielrichtung erkennen) zu verbinden. (siehe Taktik Modul: Modulbausteine Individuelle Taktik und Bewegungen lesen).

- Gute Wahrnehmungsbedingungen erleichtern die Ausführung der Techniken. Schlechte Sichtverhältnisse (zu schwache Beleuchtung, Blenden durch Lampen, Sonneneinstrahlung) und ein unzureichendes Sehvermögen führen dazu, dass der Ball zu spät scharf wahrgenommen (vgl. dazu JENDRUSCH; HECK 2000) und nicht mehr gut kontrolliert werden kann. Es sollten daher auch für den Schulsport nicht nur aus motivationalen Gründen bunte Bälle angeschafft werden. Diese werden bei ungünstigen Wahrnehmungsbedingungen deutlich besser gesehen.

#### **4. Falsche Laufwege im Spiel**

Zusammenstöße von Spielern kommen häufig durch unklare Vorstellungen über mögliche Laufwege, durch falsche Entscheidungsleistungen, damit verbunden fehlende Kommunikation und durch Übermotivation, z. T. auch Frustration - ein sehr gewinnorientierter Spieler fängt an, bei Rückstand seiner Mannschaft auch die Bälle zu spielen, die nicht in seinen Aufgabenbereich gehören - zustande.

Durch folgende Maßnahmen lässt sich die Zahl der Zusammenstöße verringern:

- Laufwege sollten veranschaulicht werden (Skizzen; Medien).
- Taktikaufgaben, die von Schülern zu lösen sind, ermöglichen eine Kontrolle der Kenntnisse der Laufwege.
- Durch eine Verringerung des Spieltempos können Laufwege gut eingeführt werden (z. B.: Werfen und Fangen des Balles; Verzicht auf den Angriffsschlag; beim Einwerfen von Bällen so lange mit dem nächsten Ball warten, bis die korrekten Positionen eingenommen worden sind; zunächst nicht gegeneinander spielen, sondern im Miteinander – Spielen die Laufwege verdeutlichen).
- Fehlende Kommunikation kann gut durch Zusatzregeln erreicht werden. Dazu drei Beispiele:
  - a) Bei der Annahme dreimal nicht gerufen, ergibt einen Punkt für den Gegner.
  - b) Fehler aufgrund fehlender Verständigung zählen doppelt.
  - c) Hat eine Mannschaft dreimal in der Annahme nicht gerufen, muss sie eine Zusatzaufgabe machen.

## **Literatur:**

JENDRUSCH, G.; HECK, H.: Unfallverhütung im Sport - Gutes Sehen, Gefahren erkennen, richtig reagieren. In: ALT, W.; SCHAFF, P. und SCHUMANN, H. (Hrsg.): Neue Wege zur Unfallverhütung im Sport. Köln 2000, S. 97-122.

FISCHER, U.; ZOGLOWEK, H.: Zur Erhöhung der Attraktivität schulischer Volleyballspiele. In: SCHULZ, R. und HENNINGER, C. (Red.): Heidelberg 1993, S. 84-111.

PFITZNER, M.: Das Risiko im Schulsport. Münster 2001.