

Ballschule Heidelberg – theoretische Kurzübersicht

1. Einleitung

Die Ballschule des Sportinstituts der Universität Heidelberg wurde 1998 von Prof. Dr. Klaus Roth gegründet und ist das wahrscheinlich erfolgreichste Kindersport-Förderprojekt in Deutschland. Über 6.000 Kinder zwischen 3 und 8 Jahren spielen und üben mittlerweile in Gruppen der Ballschule Heidelberg, sowohl in Sportvereinen als auch in Kindergärten und Grundschulen. Sie erhalten eine wissenschaftlich fundierte, spielübergreifende Grundausbildung. Es werden taktische, technische und koordinative Basiskompetenzen des Spielens vermittelt, wodurch die Basis für das „ABC des Spielens“ geschaffen werden soll. Zudem erfahren die Kinder eine soziale Einbindung in Gruppen bzw. Teams. Die Ballschule ist ein Angebot für alle Kinder, von motorisch Schwachen (übergewichtige, hyperaktive, körperbehinderte Kinder) bis hin zu den Talenten. In einem aktuellen Talentförderprojekt kooperieren bereits die TSG Hoffenheim (Fußball), der USC Heidelberg (Basketball), die Jungadler Mannheim (Eishockey) und die Rhein Neckar Löwen (Handball) mit der Ballschule Heidelberg, um den Kindern einen optimalen Einstieg in eine Sportspielkarriere zu bieten. Das Konzept beruht zwar auf einer wissenschaftlichen Basis, was in den Stunden jedoch unwichtig ist, da die Kinder den Spaß an der Bewegung und die Freude im Umgang mit verschiedenen Bällen erleben.

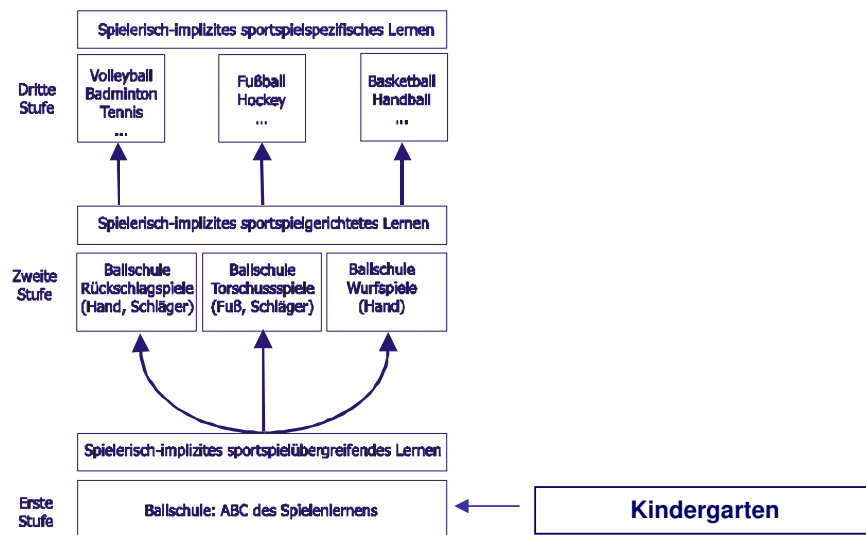


Abb. 1: Modell des spielerisch-impliziten Lernens

In der Ballschule können Kinder also das „ABC“ des Spielens erlernen. Sie sollen nicht frühzeitig in einem Sportspiel spezialisiert werden, sondern in ihrer geistigen, emotionalen und motorischen Entwicklung ganzheitlich – zum Allrounder – ausgebildet werden. Es steht dabei das vielseitige Erleben und Wahrnehmen von Sportspielsituationen, die Vermittlung spielübergreifender Fähigkeiten und Fertigkeiten mit dem Ball und die oben erwähnte soziale Einbindung in Sportspielgruppen im Vordergrund. Der Lehrplan der Ballschule beruht auf neuesten sportwissenschaftlichen und psychologischen Erkenntnissen und den Kindern wird eine professionelle und entwicklungsgerechte Anfängerausbildung gewährleistet. Nicht nur Talente werden entdeckt und optimal gefördert, sondern jedes Kind kann von der sportspielübergreifenden Schulung profitieren.

Die Ballschule Heidelberg findet nicht nur national enormen Anklang mit weiteren Stützpunkten in Berlin, München, Rhein Ruhr, Halle und der Ballschule Nord, sondern entwickelt sich immer mehr zum Exportschlager mit Projekten in Brasilien, Nigeria, Japan, China, Chile, Venezuela, Österreich und Schweiz.

Die Ballschule ist durch und durch ein Non-Profit-Angebot. Die Elternbeiträge orientieren sich an normalen Vereinsbeiträgen. Eine entsprechende finanzielle Unterstützung von namhaften Sponsoren wie Dietmar Hopp/SAP, Manfred Lautenschläger/MLP, Capri Sonne und BASF macht dieses einmalige Projekt erst möglich.

2. Inhalte

Das ABC für Spielanfänger stützt sich auf drei inhaltliche Grundpfeiler: den *spielerisch-situationsorientierten* (A), den *fähigkeitsorientierten* (B) und den *fertigkeitsorientierten* Zugang (C).

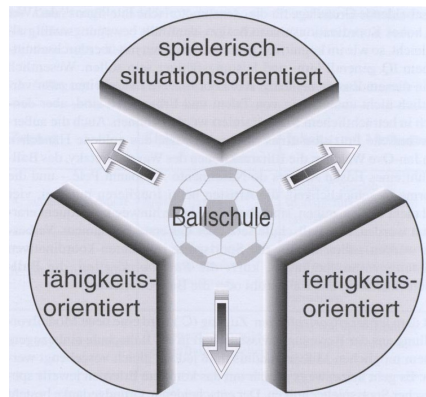


Abb. 2: Die 3 Säulen der Ballschule Heidelberg

Diese Bereiche sind keineswegs alternativ oder gar kontrovers zu diskutieren. Zwar ist die spielerische Ballschule das klar dominierende Element; zum Gesamtkonzept gehören durchaus aber auch intentional gestaltete Übungen zur Verbesserung der Ballkoordination und zur Schulung von elementaren Technikbausteinen:

Die Kinder sollen wieder wieder Spielen lernen sowie übergreifende Ballfähigkeiten und Ballfertigkeiten herausbilden, bevor sie beginnen, sich zu spezialisieren. Ein umfangreicher Ballschul-Lehrplan ist von Kröger und Roth (1999) vorgelegt worden. Er enthält detaillierte Darstellungen von Spiel- und Übungsformen zu den Bereichen A, B und C. Aus dem Blickwinkel der taktischen Kreativitätsentwicklung ist vor allem die spielerische Ballschule (A) von hervorgehobenem Interesse.

2.1 Die spielerisch-situationsorientierte Ballschule

Das situationsorientierte Spielen im Rahmen der Ballschule zielt direkt auf eine Reduzierung jener Defizite, die durch den Wegfall der Straßenspielkultur entstanden sind. Wie früher in der Freizeit stehen die Vielfalt, das Experimentieren und das Ausprobieren im Vordergrund. Dementsprechend werden zahlreiche, jeweils *eigenständige Spielformen* angeboten und durchgeführt, die – anders als bei den verbreiteten Spielreihenkonzepten – auch innerhalb einer Unterrichts- oder Trainingseinheit nicht notwendigerweise methodisch aufeinander aufbauen müssen. Andererseits können die Ballschul-Spiele natürlich nicht nach dem Prinzip „anything goes!“ wahllos zusammengestellt werden. Die inzidentellen Erfahrungssammlungen sollen ja intensiviert und zeitlich „verdichtet“ werden. Die Grundidee ist einfach. Es wird versucht, die Spiele so zu konstruieren, dass sie – quasi exemplarisch – typische Anforderungssituationen, also sportspielübergreifende Grundkonstellationen enthalten. Sie werden im Ballschul-Lehrplan von Kröger und Roth als elementare *Taktikbausteine* bezeichnet. Die Realisierung dieser Idee setzt voraus, dass man derartige Bausteine systematisch ermittelt und benennt. Das ist nicht einfach und problemlos umzusetzen. Daher wird im Rahmen der Ballschule – ohne dass dies weniger wertvoll wäre – auf praktische Erfahrungen und das Alltagswissen von Experten gesetzt. Vorläufig wird auf Basis von zusammengetragenen Ergebnissen von den im Folgenden aufgeführten generellen Taktikbausteinen ausgegangen:

Tab. 1: Sportspielübergreifende Taktikbausteine

<p>Ins Ziel treffen: Taktische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, einen Ball in (auf) ein Ziel zu werfen, zu schießen oder zu schlagen</p> <p>Ball zum Ziel bringen: Taktische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, mit einem Ball einen Zielbereich zu erreichen</p> <p>Vorteil herausspielen: Taktische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, mit Partnern einen Tor- oder Punktgewinn vorzubereiten</p> <p>Zusammenspiel: Taktische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, Bälle von Partnern anzunehmen bzw. an Partner weiterzuspielen</p> <p>Lücke erkennen: Taktische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, in der Auseinandersetzung mit Gegenspielern (individuell) die Chancen für einen Tor- oder Punktgewinn wahrzunehmen</p> <p>Gegnerbehinderung umgehen: Taktische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, in der Auseinandersetzung mit Gegenspielern (individuell) einen Ballbesitz zu sichern</p> <p>Anbieten und Orientieren: Taktische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, zum richtigen Zeitpunkt eine optimale Position auf dem Spielfeld einzunehmen</p>
--

Die Bausteine sind durchgängig aus „offensiver Sicht“ formuliert. Spiele, in denen sie vorkommen, enthalten zumeist – wenn auch nicht zwangsläufig – im Umkehrschluss die jeweils zugehörigen *Defensivbausteine*. In diesem Sinne werden taktische Anforderungen wie „Ins Ziel treffen verhindern“, „Zusammenspiel stören“ oder „Lücke schließen“ mitgeschult. Selbstverständlich wird mit der Taktikbaustein-Liste – auch nach weiteren Forschungen – niemals ein Anspruch auf Vollständigkeit verbunden werden können. Ein solcher Anspruch dürfte aber ohnehin keine besondere Relevanz besitzen. Die allgemeine Ballschule erfordert zwar vielseitige, jedoch keine allumfassenden spielerischen Erfahrungssammlungen.

Die Ballschule will den Kindern das vielseitige, freie Spielen wieder näher bringen und die weitgehend fehlenden Straßenspielerfahrungen kompensieren. Vereinfacht ausgedrückt lernen die Anfänger in der Ballschule vor allem das taktisch-kreative Agieren in typischen Spielkonstellationen (Taktikbausteine). Neben dem „Lesen“ von Situationen ist es aber auch wichtig, dass die Kinder das sensomotorische „Schreiben“ von Situationslösungen üben. Daraus resultiert der Stellenwert einer zusätzlichen Schulung von allgemeinen Koordinations- und Technikbausteinen. Über die Bedeutung dieser ersten Schritte ins Ballspielleben kann kein Zweifel bestehen. Denn, wie sagt schon ein altes arabisches Sprichwort: „Die Zweige geben Kunde von der Wurzel!“

2.2 Die fähigkeitsorientierte Ballschule

Beim fähigkeitsorientierten Ansatz (B) wird davon ausgegangen, dass es allgemeine, technikübergreifende Leistungsfaktoren gibt, die eine wesentliche Voraussetzung dafür bilden, motorische Fertigkeiten

- schnell und gut zu *erlernen*,
- zielgerichtet und präzise zu *kontrollieren* sowie
- vielfältig und situationsangemessen zu *variieren*.

Diese allgemeinen Faktoren bezeichnet man üblicherweise als *koordinative Fähigkeiten*. Nach vorherrschender Auffassung stellen diese die entscheidende Grundlage für die „sensomotorische Intelligenz“ dar: Wer ein hohes Koordinationsniveau besitzt, dem fällt bewegungsmäßig alles leicht, wie im kognitiven Bereich Menschen mit überdurchschnittlichem IQ generell lern- und leistungsfähiger sein sollen. Wesentlich ist in diesem Zusammenhang, dass koordinative Fähigkeiten zwar vermutlich nicht unabhängig von Talent und Erbanlagen sind, aber dennoch in beträchtlichem Maße trainiert werden können. Auch die außergewöhnliche Präzision eines Michael Jordan, das goldene Händchen von Jan-Ove Waldner, die Blitzreaktionen des Wayne Gretzky, das Ballgefühl eines Ronaldo

und die enorme Geschicklichkeit, die Artisten beim Jonglieren mit drei, vier und mehr Bällen zeigen, sind über viele Jahre hinweg konsequent erarbeitet worden. Die Ballschule setzt das erste Fundament. Verbessert werden sollen die für die Sportspiele relevanten koordinativen Leistungsvoraussetzungen, kurz: die *Ballkoordination*, die Ballgeschicklichkeit, das Ballgefühl oder die Ballgewandtheit.

Mit der alleinigen Zielvorgabe der „Verbesserung der Ballkoordination“ ist allerdings noch nicht sehr viel gewonnen. Bei der konkreten Bestimmung der *Unterrichts-* und *Trainingsinhalte* stößt man auf ein ähnliches Problem wie bei der Festlegung der Taktikbausteine. Es ist ja die nicht ganz einfache Frage zu beantworten, welche allgemeinen Fähigkeiten zur Ballkoordination gehören und wie sie zu definieren sind. Der Blick in die Fachliteratur ist auch an dieser Stelle nur begrenzt hilfreich. Die Zahl der unterschiedlichen Systematiken ist kaum geringer als die Zahl der themenrelevanten Fachveröffentlichungen.

Der untere Teil verdeutlicht die typischen *Druckbedingungen*, unter denen Koordinationsleistungen im Sportspiel zu erbringen sind:

Tab. 2: Koordinative Druckbedingungen

Zeitdruck	=	Koordinative Aufgabenstellungen, bei denen es auf Zeitminimierung/Geschwindigkeitsmaximierung ankommt
Präzisionsdruck	=	Koordinative Aufgabenstellungen, bei denen es auf höchstmögliche Genauigkeit ankommt
Komplexitätsdruck	=	Koordinative Aufgabenstellungen, bei denen es auf eine Bewältigung vieler hintereinandergeschalteter (sukzessiver) Anforderungen ankommt
Organisationsdruck	=	Koordinative Aufgabenstellungen, bei denen es auf eine Bewältigung vieler gleichzeitiger (simultaner) Anforderungen ankommt
Variabilitätsdruck	=	Koordinative Aufgabenstellungen, bei denen es auf die Bewältigung von Anforderungen unter wechselnden Umgebungs-/ Situationsbedingungen ankommt
Belastungsdruck	=	Koordinative Aufgabenstellungen, bei denen es auf die Bewältigung von Anforderungen unter physisch-konditionellen Belastungsbedingungen ankommt

Aus den Darstellungen der Aufgaben/Inhalte des Koordinationstrainings und den Ausführungen in Tabelle 2 lässt sich direkt das *methodische Grundrezept* für den Bereich B der Ballschule ableiten. Es lautet:

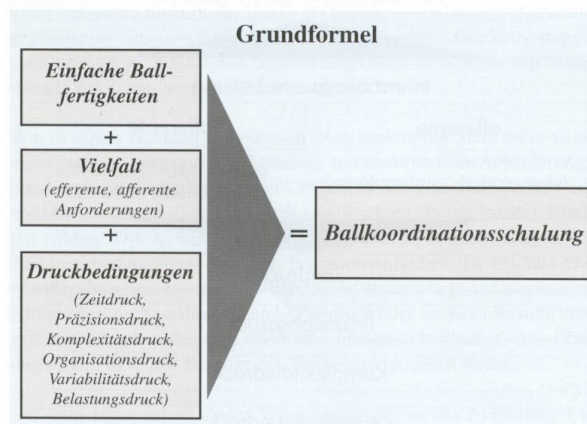


Abb. 3: Grundformel für die Ballkoordinationsschulung

Die entscheidenden „Zutaten“ sind von den Kindern stabil beherrschte Ballfertigkeiten, die informationell variabel mit Druckbedingungen „gewürzt“ werden. Dass die Fertigkeiten einfach sein müssen, ist logisch; denn: Nicht sicher verfügbare Bewegungsabläufe würden bei den einbezogenen Zusatzforderungen häufig misslingen.

2.3 Die fertigungsorientierte Ballschule

Das dritte Standbein der ballbezogenen sportlichen Kinderstube folgt als praktische Konsequenz aus aktuellen bewegungstheoretischen Überlegungen. Sie gründen auf der in den Kognitionswissenschaften einflussreichen sog. „Modularitätshypothese“ (Fodor, 1983). Diese Denkrichtung lässt es angeraten erscheinen, auch einen eher fertigungsorientierten Zugang in die Anfängerausbildung aufzunehmen. Einem möglichen Missverständnis muss jedoch gleich vorgebeugt werden: es geht keineswegs primär um das konkrete Erlernen spezifischer Sportspieltechniken. Der entscheidende Grundgedanke besteht vielmehr darin, dass von einem abgrenzbaren und ableitbaren Pool sensomotorischer „Puzzleleile“ ausgegangen wird, aus dem sich viele, vielleicht sogar mehr oder weniger alle Spielfertigkeiten zusammenfügen lassen. In der fertigungsorientierten Ballschule werden *unspezifische Technikbausteine* vermittelt, die zudem einen sportartübergreifenden Transfer ermöglichen sollen. Im *methodischen Vorgehen* vermischen sich zwei Analogien zu den Bereichen A und B. Statt Spielenlassen heißt es jetzt vorrangig Übenlassen und die Bausteine sollten konzeptionell unabhängig von spezifischen Technikgebäuden trainiert werden.

Tab. 3: Technikbausteine

<p>Winkel steuern: Sensomotorische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, die Richtung eines geworfenen, geschossenen oder geschlagenen Balles präzise zu steuern</p> <p>Krafteinsatz steuern: Sensomotorische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, den Krafteinsatz eines geworfenen, geschossenen oder geschlagenen Balles präzise zu steuern</p> <p>Spielpunkt des Balles bestimmen: Sensomotorische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, den räumlichen Abwurfpunkt, Schusspunkt oder Schlagpunkt eines Balles präzise anzusteuern</p> <p>Laufwege und -tempo zum Ball festlegen: Sensomotorische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, die Richtung und Geschwindigkeit des Laufens zu einem Ball präzise zu steuern</p> <p>Sich verfügbar machen: Sensomotorische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, eine Bewegungsausführung zur richtigen Zeit vorzubereiten bzw. einzuleiten</p> <p>Zuspielrichtung und -weite vorwegnehmen: Sensomotorische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, die tatsächliche Richtung und Weite eines zugespielten Balles korrekt zu antizipieren</p> <p>Abwehrposition vorwegnehmen: Sensomotorische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, die tatsächliche Abwehrposition eines oder mehrerer Gegenspieler korrekt zu antizipieren</p> <p>Laufwege beobachten: Sensomotorische Aufgabenstellungen, bei denen es darauf ankommt, die Laufbewegungen eines oder mehrerer Mit-/Gegenspieler(s) korrekt wahrzunehmen</p>
