

# ABWURFSPIELE



## Übersicht

- **Einleitung**
- **Didaktische Überlegungen**
  - Gelingensbedingungen
  - Zielsetzungen
- **Beispiele verschiedener Abwurfspiele**
  - 1 Dodgeball
  - 2 Capture the Flag
  - 3 Jokerball
  - 4 Piratenbucht
  - 5 Gefängnisball
  - 6 Hase und Jäger
- **Arbeitsmaterial/ Aufbausketzen**
  - Dodgeball (1)
  - Capture the Flag (2)
  - Jokerball (3)
  - Piratenbucht (4)
  - Gefängnisball (5)
  - Hase & Jäger (6)
- **Videos**
  - Capture the Flag (1)
  - Jokerball (2)
  - Piratenbucht (3)
  - Gefängnisball (4)
  - Hase & Jäger (5)
- **Quellenverzeichnis**

## Einleitung

Der Sportunterricht ist oft so organisiert, dass die tatsächliche Bewegungszeit der Schülerinnen und Schüler (SuS) zu gering ausfällt. Ist der Schulsport in Einzelstunden organisiert, gilt es daher, von aufwendigen Aufbau- und Übungssituationen abzusehen und dafür den Blick auf die Schüleraktivität zu lenken. Abwurfspiele eignen sich dabei besonders gut, um die intrinsische Motivation der SuS zu wecken und können zudem in vielen Jahrgangsstufen immer wieder angewendet werden.<sup>2</sup>

Dabei stehen Abwurfspiele, insbesondere der wohl bekannteste Vertreter dieser Sparte, Völkerball, immer wieder in der Kritik. Als häufigste Aspekte werden dabei die negativen Auswirkungen auf Sozialverhalten und Rücksichtnahme sowie Unterdrückung der "Schwächeren" im heterogenen Leistungs- und Sozialgefüge einer Schulklasse genannt. Deshalb gilt es, wie grundsätzlich im Sportunterricht, den Leistungsgedanken hinten anzustellen und vielmehr den Fokus auf Sozial- und Teamkompetenzen zu legen. Hierzu bedarf es einer entsprechenden Organisation und Anleitung durch die Sportlehrkraft, um den dafür benötigten Raum in der Durchführung zu gewährleisten.<sup>3</sup> Dann haben Abwurfspiele das Potential, zu einer gelingenden Unterrichtsstunde für alle beizutragen.

## Didaktische Überlegungen

Auch wenn Abwurfspiele eine unkomplizierte und einfach zu organisierende Unterrichtsstunde versprechen, gilt es im Vorfeld grundsätzliche Überlegungen zur Gestaltung und Durchführung der Spiele anzustellen. Hierbei geht es über Zusammensetzung der Teams, Handhabung des Regelwerks bis hin zum Einbau möglicher Variationen darum, verschiedene Aspekte zu bedenken, die als Gelingensbedingungen der Spiele erheblichen Einfluss auf das Spielerlebnis aller Beteiligten haben. Die folgenden Darstellungen sollen hierbei Denkanstöße und grundsätzliche Regeln liefern, die auf die jeweilige Klasse angepasst Berücksichtigung finden sollten.

## Gelingensbedingungen

Gerade entgegen der Teils angebrachten Kritik gegenüber Abwurfspielen, dass Sie das Gegeneinander und die Erniedrigung Einzelner in den Mittelpunkt rücken, sollte sich vor Augen geführt werden, dass Abwurfspiele in erster Linie vor allem eines sind - Spiele. Als solche braucht es hierfür und für das Beibehalten des Spaßes für alle beteiligten Personen wie jedes andere Spiel auch die geeignete Umsetzung ausgehend von der Planung, Abstimmung auf personale und räumliche Gegebenheiten und der Absprache. Zu dieser zählt eine klare Vermittlung der *Spielidee*, sowie das Lenken auf die geeignete Ausrichtung des Spiels. Hierbei kann in einem *wettkampfbetonten Spiel* immer auch der Blick auf die *Kooperation* gesteuert werden. Gerade auch im Hinblick auf die *Spielregeln* ist dadurch das *Fairplay* und der Teamgedanke stets ins Zentrum der Aufmerksamkeit zu rücken. Neben diesen *sozial und personal geprägten Aspekten* sind außerdem die *fachlichen Kompetenzen* der vorhandenen Lerngruppe zu berücksichtigen. Dies zielt unter

---

<sup>2</sup> Stibbe 2021

<sup>3</sup> Lohr 2023

anderem auf die erforderlichen *Grundfähigkeiten* in Bezug auf Werfen und Fangen ab sowie die dabei erforderlichen Drucksituationen im Hinblick auf Präzision, Zeit, Koordination und Komplexität.<sup>4</sup>

Dies alles kann auf folgende drei Punkte runtergebrochen werden.

- Angst vor dem Ball abbauen
- Ein Ballgefühl entwickeln
- Regeln in der Gemeinschaft einhalten

## Zielsetzungen

Durch Abwurfspiele kann die Handlungsfähigkeit der SuS in vielerlei Hinsicht gestärkt werden. Dies bezieht sich vor allem auf die allgemeinen Kompetenzbereiche *Körperliche Kompetenz, Selbstkompetenz, Sachkompetenz, Sozialkompetenz und Motorische Kompetenz*.<sup>5</sup>

### Körperliche Kompetenz

Aneignung elementarer Bewegungsfähigkeiten und -fertigkeiten durch Erschließen realer Körpererfahrungen. Gleichzeitige Erschließung der eigenen Körperwahrnehmung und Einführung in ein erweitertes Gesundheitsbewusstsein.

### Selbstkompetenz

Aneignung von allgemeiner Motivation zum Sporttreiben über das Erleben von Bewegungsbereitschaft, Bewegungsneugier, Bewegungsfreude, Spielfreude, Selbstvertrauen, Selbstwahrnehmung und Anschlussfähigkeit.

### Sachkompetenz

Aneignung von fachspezifischen Kenntnissen wie Regelwissen, Theoriekenntnissen im technisch-taktischen Bereich, Trainingswissenschaftliche Grundsätze, Vermittlungskonzepte, historisch-kulturelle Aspekte, Strukturierung, Steuerung und Gestaltung von Lernprozessen und Beobachtungsfähigkeit.

### Sozialkompetenz

Aneignung eines Bewusstseins zur Eigen- und Fremdverantwortung durch kooperatives Verhalten, Konkurrenzverhalten, Teamfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Konfliktfähigkeit und Fairplay-Verhalten.

### Motorische Kompetenz

Aneignung von Realisierungsvoraussetzungen situationsgebundener Bewegungsfähigkeiten in Bezug auf die allgemeinen koordinativen Anforderungshorizonte: Kopplungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Rhythmisierungsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit und Umstellungsfähigkeit.

---

<sup>4</sup> Gerda 2006

<sup>5</sup> Gerda 2006

## Beispiele verschiedener Abwurfspiele

### 1 Dodgeball 1

#### Material

Softbälle (halb so viele wie Spieler im Feld), zwei Bänke, Leibchen

#### Spielidee

Das Spiel folgt einem Klassiker der Abwurfspiele, dem Völkerball. Gespielt wird nach dem Prinzip des Zweifelderballs. Jeder darf Jeden der gegnerischen Mannschaft abwerfen. Taktische und individuelle Differenzierung erfolgt durch zwei Spezialisten pro Team, die eine ganz andere Dynamik in das Spiel bringen.



#### Durchführung

Zwei Mannschaften stehen sich in einem Spielfeld gegenüber. Dies sollte der Gruppengröße angepasst und durch eine Mittellinie unterteilt sein. Zusätzlich lohnt es sich, die beiden Mannschaften durch Leibchen zu kennzeichnen, da im späteren Verlauf zusätzlich zwei Spezialisten pro Team mit Parteibändern gekennzeichnet werden. Gespielt wird mit halb so vielen Bällen wie Spielern auf dem gesamten Feld. Zu Beginn des Spiels liegen die Bälle auf der Mittellinie und können mit dem Startsignal durch die Spieler, die zuvor auf ihrer jeweiligen Grundlinie stehen, ergattert werden.



In der Folge wird versucht, die gegnerischen Spieler mit gezielten Bällen abzuwerfen, sodass sie sich auf ihre jeweilige Bank neben dem Feld setzen müssen.

Die beiden Spezialisten im Team sind "Glue" und "Flash". Sie können im Vorfeld innerhalb der Mannschaft bestimmt werden. Glue sollte dabei ein Spieler sein, der besonders gut fangen kann, da er durch einen gefangenen Ball alle Spieler, die abgeworfen auf der Bank neben dem Feld sitzen, wieder ins Feld zurückholen kann. Flash sollte ein schneller, wendiger Spieler sein, der besonders schwer zu treffen ist. Sollte er getroffen werden, ist das Spiel für seine Mannschaft automatisch verloren. Dementsprechend sollte seine Mannschaft auch alles daran legen, ihn zu schützen.<sup>6</sup>

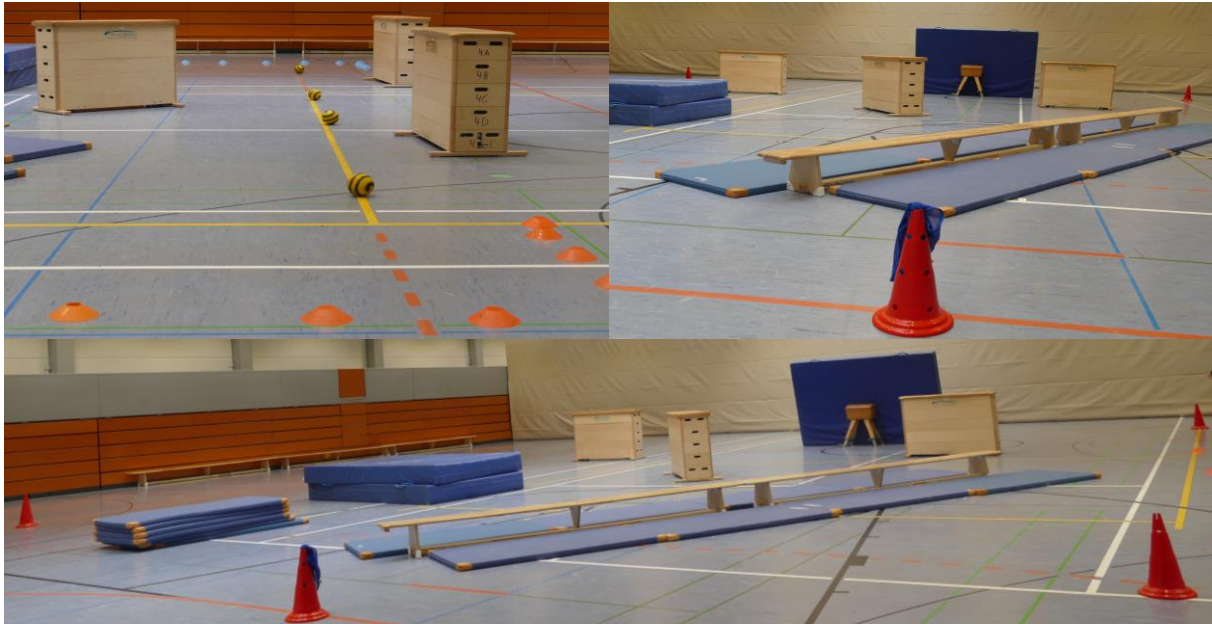
<sup>6</sup> TV Häver 2012

## 2 Capture the Flag



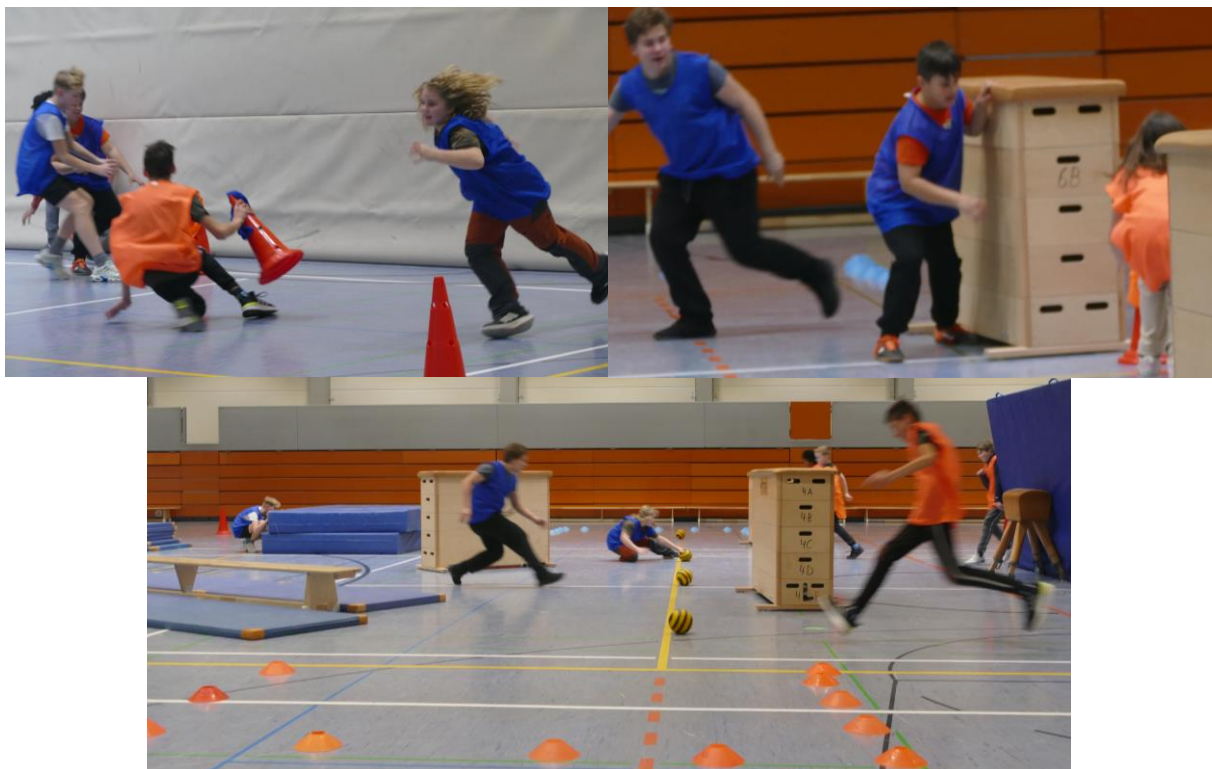
### Material

Diverse Hindernisse (Deckungen), mehrere Schaumstoffbälle, Leibchen, Fähnchen (z.B. Pylonen mit eingesteckten Leibchen)



### Spielidee

Zwei Teams versuchen die Flagge des jeweils anderen Teams zu klauen und in die eigene Zone zu befördern. Auf dem Spielfeld wird durch clevere Verwendung der Hindernisse bzw. Verstecke versucht dies umzusetzen und gleichzeitig für die gegnerische Mannschaft durch Abwürfe zu verhindern.



## Durchführung

In diesem Spiel treten zwei Teams auf einem durchgehendem Spielfeld gegeneinander an. Die eigentliche Aufgabe bezieht sich darauf, die gegnerische Flagge aus der Zone des Gegners zu klauen und in die eigene zu bringen. Befinden sich beide Flaggen in der Zone eines Teams, so hat dieses gewonnen. Währenddessen können sich die Akteure auf dem Feld gegenseitig abwerfen und so ins Gefängnis bringen (Fangvariante Touch oder mit Flagfootballgürteln). Dadurch entstehen parallel Angriffs- und Verteidigungsszenarien, wobei die aufgebauten Geräte als Schutz, Hindernisse und Verstecke erhalten können. Aus dem Gefängnis kann man durch Mitspieler aus der eigenen Mannschaft durch Abklatschen befreit werden. Das Spiel findet starken Anschluss aus den Erfahrungsschatz der SuS aus Computerspielen.

## Wichtige Regeln, die mit der Klasse zu klären sind

- Abgeworfene Kinder müssen freiwillig ins Gefängnis.
- Das Befreien aus dem Gefängnis kann klarer gestaltet werden, indem dessen Begrenzung zum Beispiel durch Turnmatten oder ausgelegte Seile klar markiert wird. Abgeworfene können durch abklatschen mit Teampartnern aus dieser Zone wieder befreit werden, müssen aber zunächst in die eigene Hälfte zurückkehren.
- Die Flagge darf nicht geworfen werden. Darf die Flagge übergeben werden?
- Abgeworfene mit Flagge in der Hand müssen diese fallen lassen
- Stichwort "Katzenwache": Wie eng darf die eigene Flagge bewacht werden?
- Gibt es Punkte im gegnerischen Feld, an denen man nicht gefangen werden kann (Safety-Spots)?



## Tipp

Verfügt die Halle über einen Vorhang, so kann dieser als hervorragender Sichtschutz dienen. Auch für Draußen oder auf Klassenfahrt eignet sich dieses Spiel gut. Wichtig ist dann aber ein klar begrenztes Gebiet, das sich als Lehrkraft gut einsehen lässt.

## Weiterführende Aufgaben und Fragen an die Klasse

Es bietet sich an, den Teams nach den ersten Runden „Besprechungszeit“ zu geben. Dabei ist es interessant, Gruppenstrukturen zu beobachten. Kristallisieren sich Anführerinnen und Anführer heraus? Welche Rollen bevorzugen die einzelnen Kinder? Wer greift gerne an? Wer wird eventuell in Rollen gezwungen, die er/sie nicht möchte?

## Aufgabe

Entwickelt Spielzüge, die es euch ermöglichen, die Flagge des gegnerischen Teams zu klauen. Dabei lassen sich z. B. taktische Elemente erarbeiten (wie Täuschung, Ablenkung, Hilfe im Angriff, aber auch Verteidigungsstrategien wie Raum- oder Personendeckung), die ein hohes Maß an Miteinander verlangen.

## 3 Jokerball



### Material

2x Weichbodenmatten, 2x Gymnastikreifen, ein bis mehrere Softbälle, 6x Tennisbälle



### Spielidee

Zwei Mannschaften stehen in diesem 2-Felderspiel, auf der Größe eines Volleyballfeldes gegenüber und versuchen sich abzuwerfen bis eine komplette Mannschaft auf einer Weichbodenmatte steht und sich nicht mehr durch Jokerbälle befreien kann.



### Durchführung

Zwei Mannschaften werden auf dem Spielfeld durch die Mittellinie voneinander getrennt. Jede Mannschaft hat eine Weichbodenmatte an ihrem Feldende und einen Kreis mit drei Tennisbällen (Jokerbällen) auf Ihrer Hälfte in der Feldmitte liegen. Mit einem oder mehreren Softbällen versuchen die Mannschaften nun die gegnerische Mannschaft abzuwerfen. Getroffene Spieler müssen auf die Weichbodenmatte, welche am Ende des gegnerischen Feldes liegt. Die getroffenen Spieler auf der Weichbodenmatte haben zwei Möglichkeiten sich zu befreien und in ihr Feld zurück zu kommen. Die Erste ist es einen Softball auf der Matte zu sichern und damit einen gegnerischen Spieler abzuwerfen. Die zweite Möglichkeit ist, dass einer der getroffenen Spieler auf der Matte einen, aus der eigenen Hälfte zugeworfenen, Jokerball aus der Luft fängt. In diesem Fall sind alle Spieler auf der Matte wieder frei und der Tennisball kehrt in den eigenen Ring zurück. Da man von einem Jokerball nicht abgeworfen werden kann, ist auch Blocken oder Wegschlagen möglich. Kann kein Spieler auf der Matte den Jokerball sicher fangen, müssen alle Getroffenen auf der Matte bleiben und der Ball geht in den Besitz der gegnerischen Mannschaft über. Das Spielende tritt dann ein, wenn eine Mannschaft komplett auf der Matte der Anderen steht und keinen Ball mehr in ihrem Besitz – also keine Chance mehr einen Gegner zu treffen – hat.



## 4 Piratenbucht ▶ 4 ▶ 3

### Material

3x Weichbodenmatten, mehrere Softbälle, Leibchen



### Spielidee

Piratenball ist ein Abwurfspiel, dessen Besonderheit darin liegt, dass drei Mannschaften gleichzeitig miteinander konkurrieren. Ziel ist es, möglichst viele Piraten der anderen Teams mit dem Softball abzuwerfen und damit auf ihr „Schiff“, eine Weichbodenmatte, zu verbannen.



### Durchführung

Gespielt wird in der gesamten Sporthalle oder einem Drittel einer Dreifachhalle. Zu Beginn bekommt jedes Piratenteam eine Weichbodenmatte, die es als ihr „Schiff“ irgendwo, am Besten jedoch strategisch durchdacht in der Bucht ablegen darf. Alle Spieler versammeln sich auf ihrer Matte, um auf ein Startsignal hin den vom Spielleiter eingeworfenen Ball zu ergattern. Jeder Spieler, der in Ballbesitz kommt, darf noch drei Schritte machen, bevor er sich für einen Pass zu einem Mitspieler oder den Abwurf eines Gegners entscheiden muss. In der Halle darf sich ohne Ball frei um die drei „Schiffe“ herum bewegt werden. Wird ein Spieler von einem Ball getroffen, bevor dieser den Boden oder die Wand berührt hat, muss er sich auf sein „Schiff“, die Weichbodenmatte, begeben. Der Spieler ist nun aber keinesfalls aus dem Spiel genommen, sondern kann sich befreien, indem er zunächst von einem Mitspieler einen Ball zugespielt bekommt und mit diesem anschließend einen frei laufenden Gegner abwirft.

## 5 Gefängnisball ▶ 5 ▶ 4

### Material

ein bis mehrere Softbälle, 1x Weichbodenmatte, Leibchen

### Spielidee

Die Gefängniswärter versuchen die geflüchteten Sträflinge durch Abwürfe wieder ins Gefängnis zu bekommen.



### Durchführung

Ein oder mehrere "Gefängniswärter" sind die Fänger und versuchen mit einem oder mehreren Softbällen die umherlaufenden Spieler, die "Sträflinge" abzuwerfen. Das Spiel wird mit einem "Gefängnisausbruch" gestartet, bei dem alle Häftlinge auf das Startkommando hin von der Weichbodenmatte fliehen. Zugleich starten die Wärter von der gegenüberliegenden Seite. Ein getroffener Spieler muss ins "Gefängnis" - auf die Weichbodenmatte und kann nur durch einen freien Mitspieler befreit werden, der mit ihm abklatscht. Sind die Fänger zu stark kann man die Anzahl der Fänger minimieren oder ihnen ein zusätzliches Handicap geben, in dem die Fänger sich nicht bewegen dürfen und die Softbälle erstmal strategisch unter den Fängern zugespielt werden müssen, bevor es zu einem Abwurf kommt.

Eine Variante dieses Spiels wäre, wenn der getroffene Spieler sich auf den Boden setzt. Springt ein Mitspielender über ihn hinweg, ist er wieder frei.



## 6 Hase & Jäger ▶ 6 ▶ 5

### Material

Leibchen, ein bis mehrere Softbälle

### Spielidee

Die Jäger versuchen die Hasen durch Abwürfe zu treffen, damit die Hasen auch zu Jägern werden.



### Durchführung

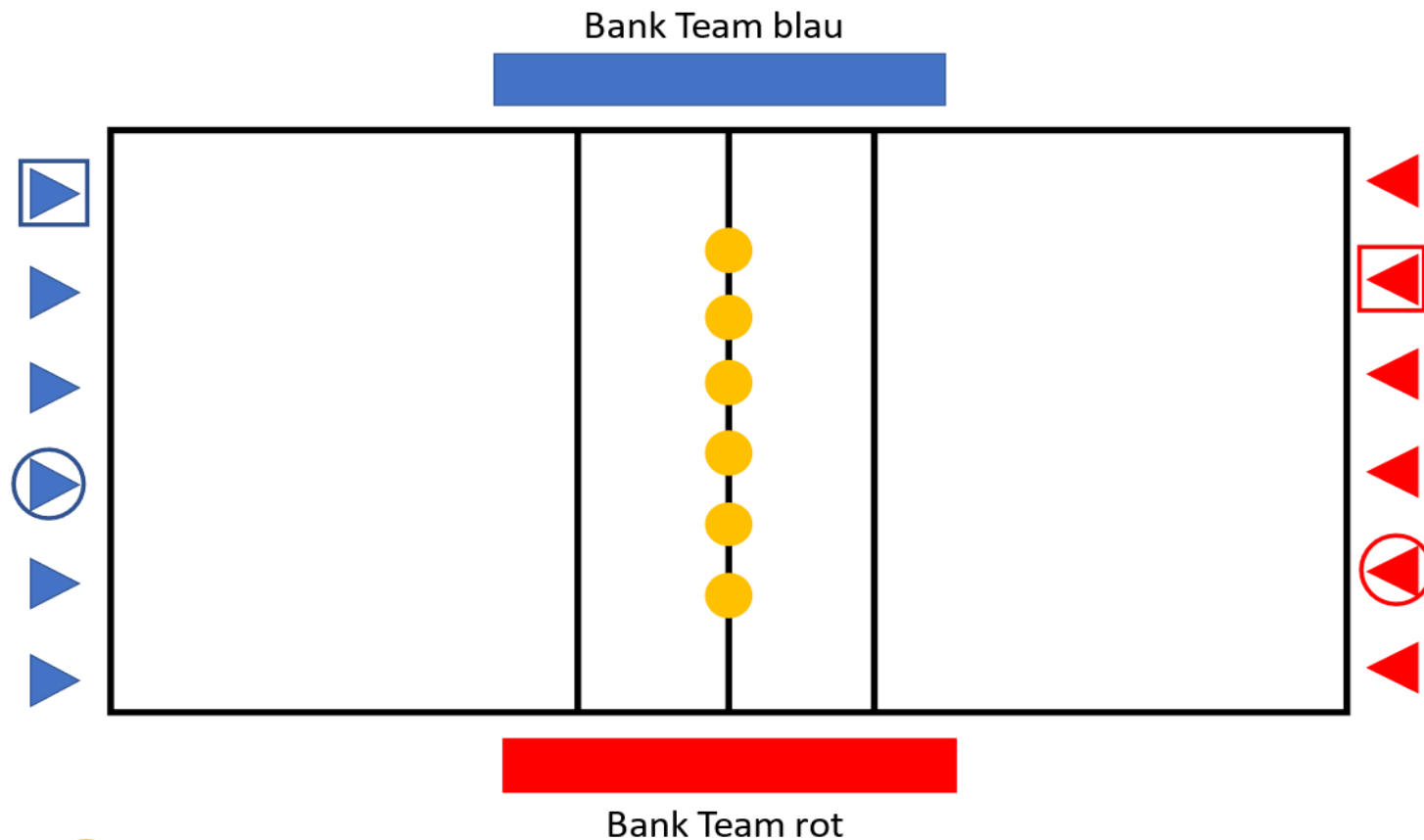
Zu Beginn des Spiels gibt es nur wenige Jäger und viele Hasen. Die Jäger dürfen sich mit Ball in der Hand maximal drei Schritte bewegen, wodurch sie durch geschicktes Zusammenspiel versuchen, in aussichtsreiche Abwurfssituationen zu gelangen. Abgeworfene Spieler werden dann auch zu Fängern. Je mehr Jäger im Feld sind, desto sinnvoller ist es, nach und nach zusätzliche Softbälle ins Spiel zu bringen. Das Spiel ist beendet, wenn es keine "Hasen" mehr gibt.



Eine Variante des Spiels wäre, wenn in einem Spiel nur noch zwei "Hasen" übrig sind, sich das Spiel umdreht und die Hasen zu "Jägern" werden.





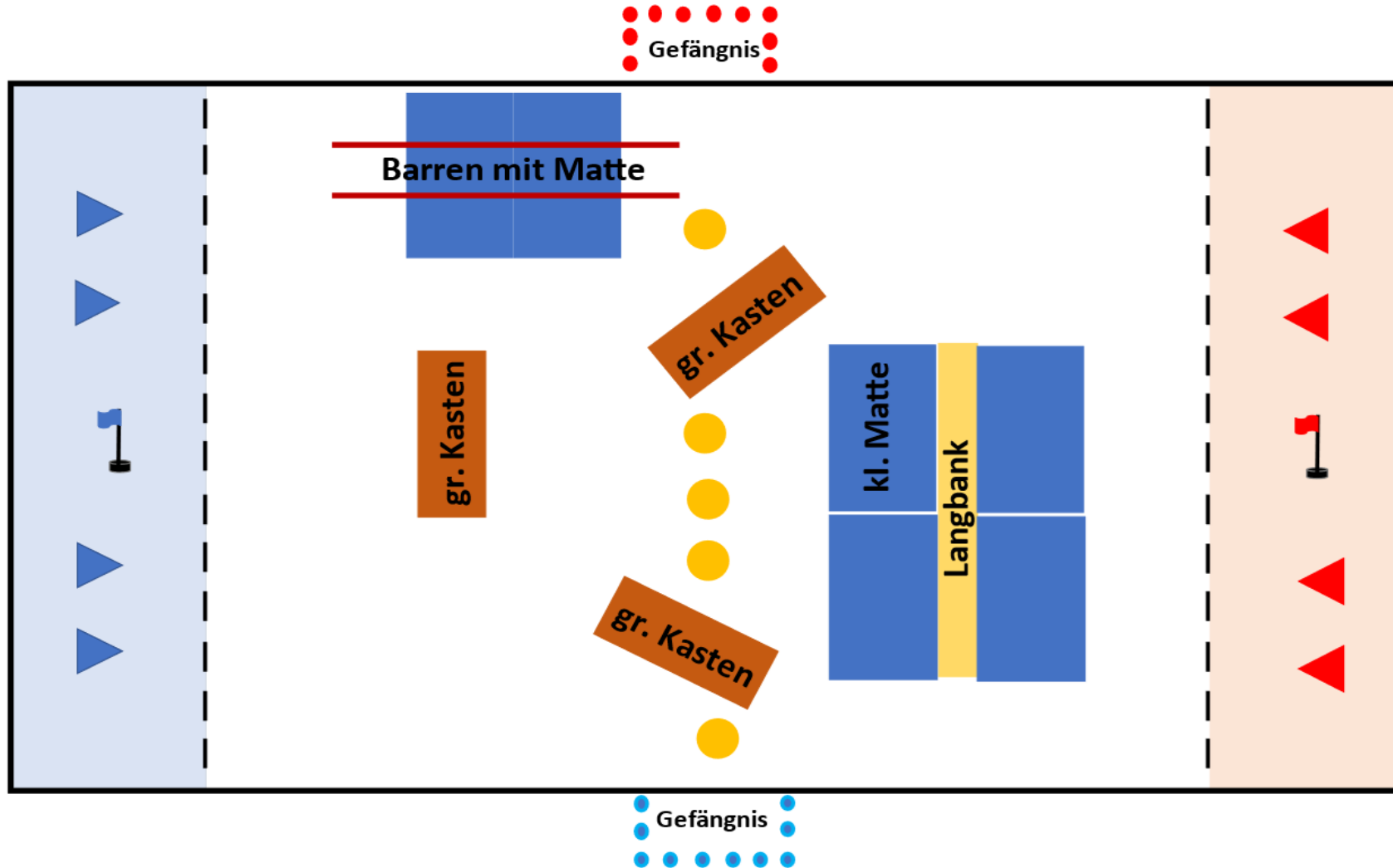
# Aufbauskitze Dodgeball



-  Flash
-  Ball
-  Glue
-  Spieler



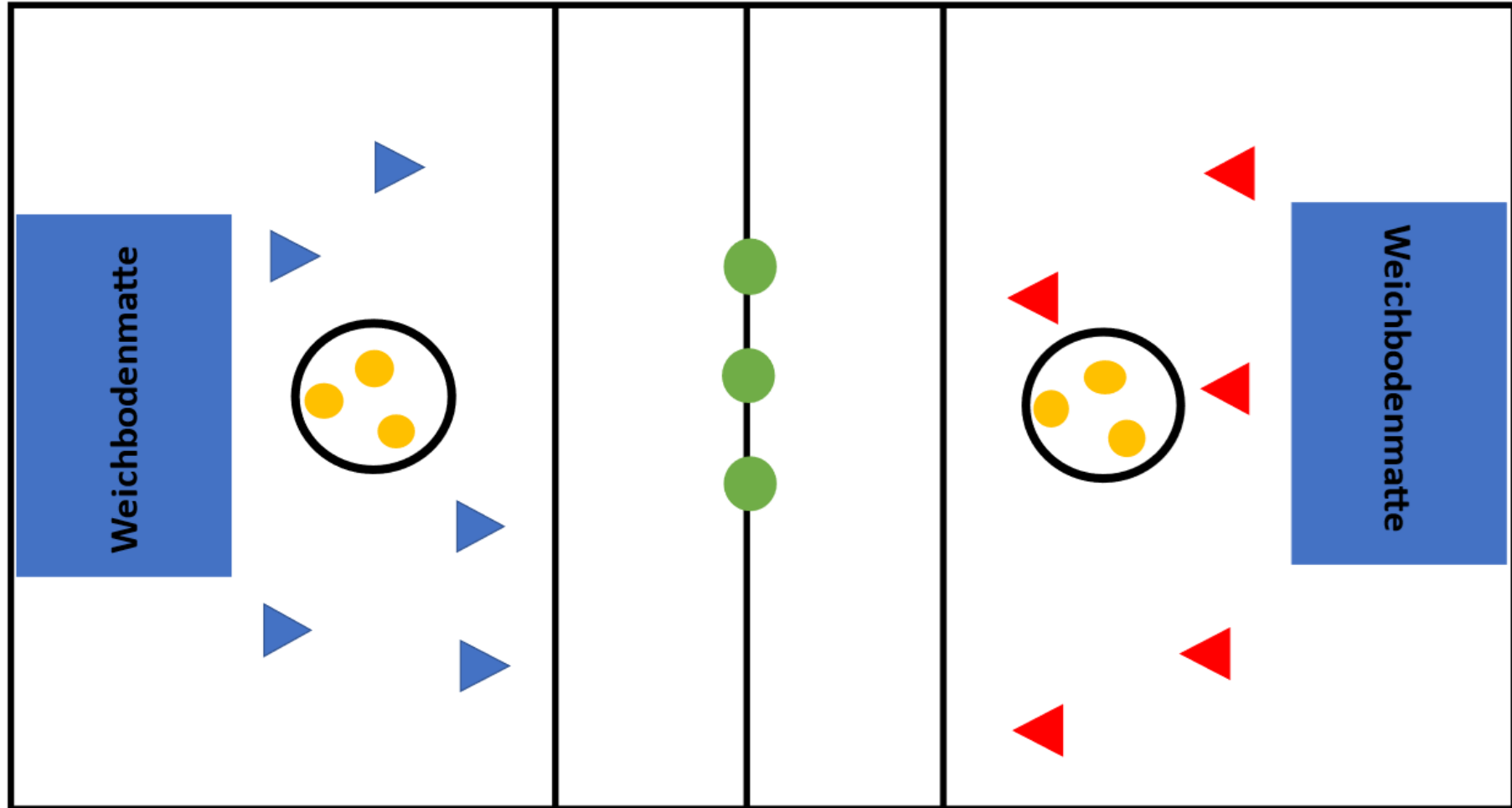
# Aufbauskitze Capture the flag







3

## Aufbauskitze Jokerball

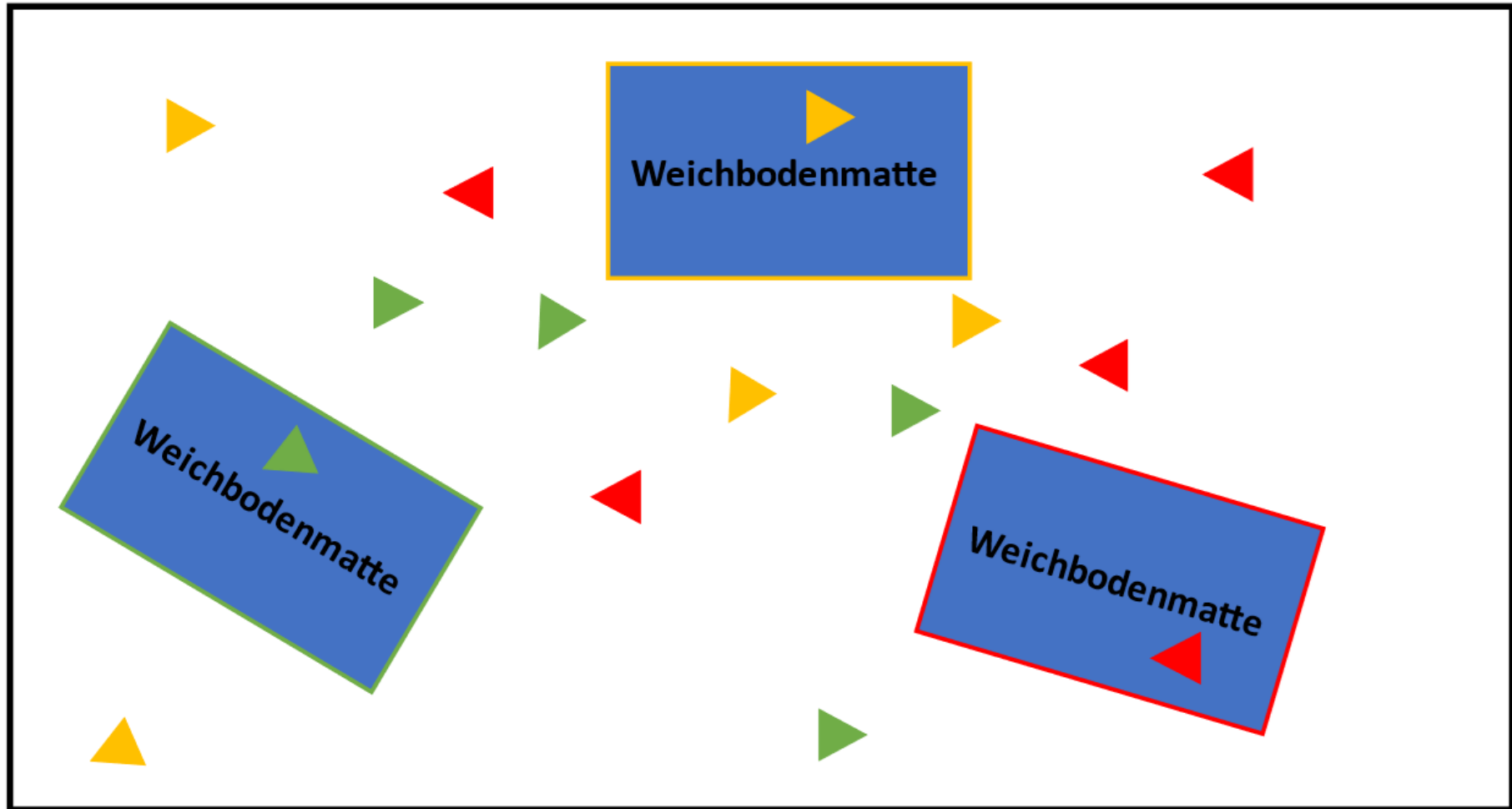


 = Tennisball

 = Schaumstoffball



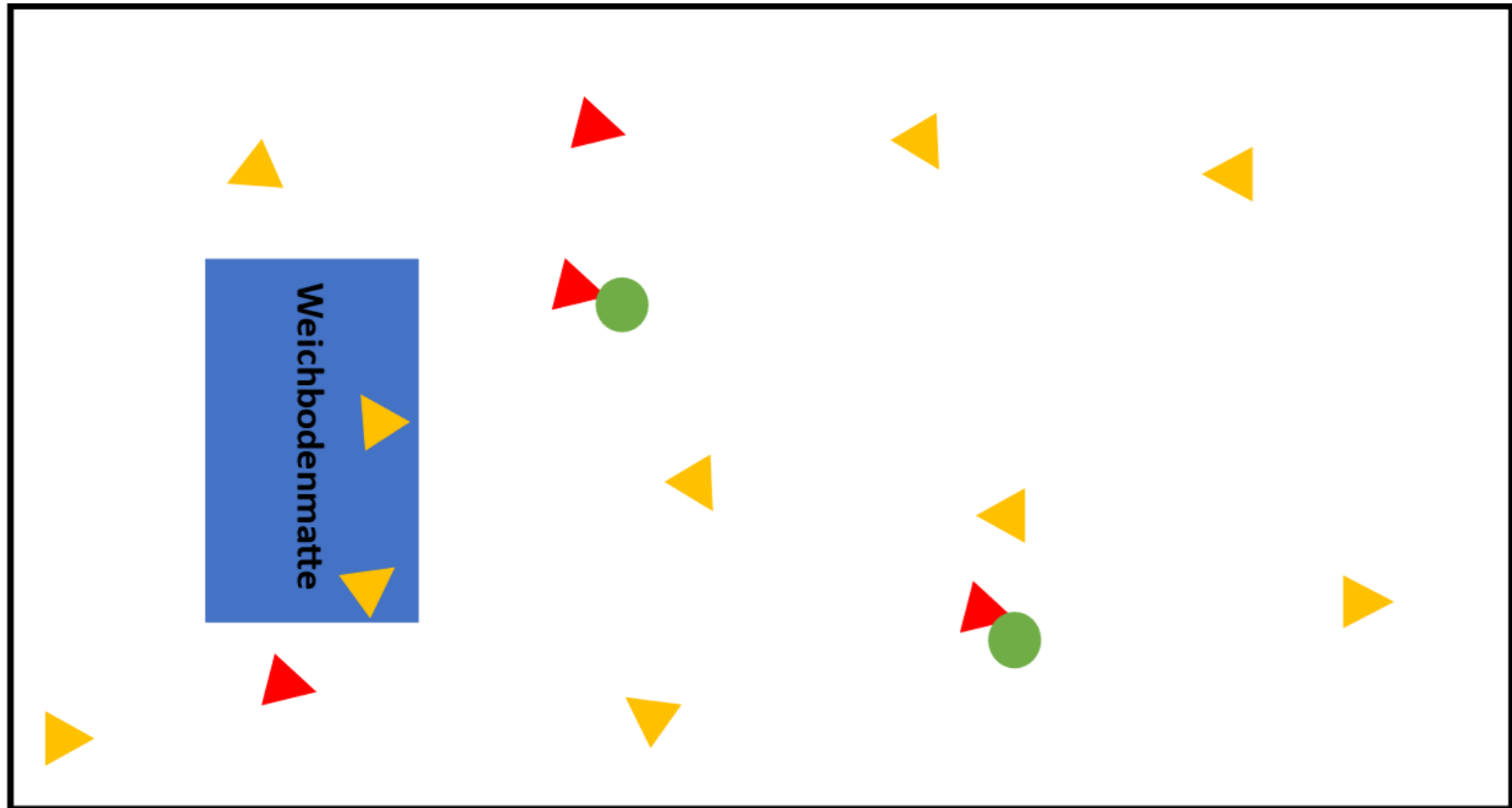
## Aufbauskitze Piratenbucht





5

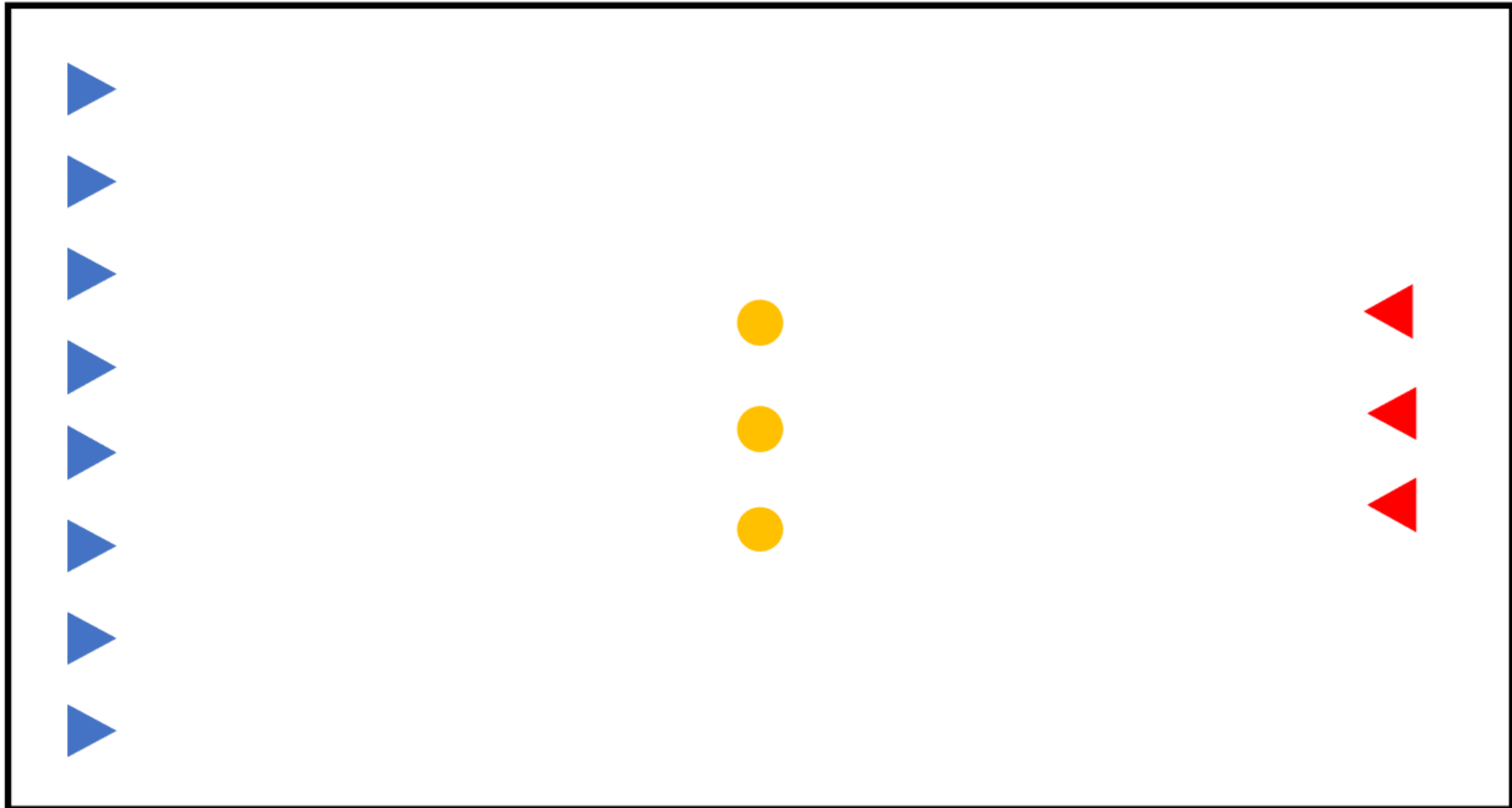
## Aufbauskitze Gefängnisball







## Aufbauskitze Hase und Jäger



## Quellenverzeichnis

### Literatur

Autor	Literaturname	Erscheinungsort	Erscheinungsjahr	Verlag
Jeanette Stibbe	Abwurfspiele: Spielideen ohne Auf- und Abbauen	Grasleben	2021	Sport-Thieme GmbH
Matthias Lohr	Streit um Völkerball: Spiel soll Mobbing und Diskriminierung fördern. In: Hessisch-Niedersächsische Allgemeine.	Kassel	2023	Verlag Dierichs GmbH & CoKG
Gerda Strumptner	Abwurf-Spiele für die Grundschule	Wien	2006	LL-Web-Wegerer.at
TV Häver	Dodgeball	Kirchlengern	2012	<a href="https://sportspass.wordpress.com/2012/09/11-/dodgeball/">https://sportspass.wordpress.com/2012/09/11-/dodgeball/</a>

### Video

Nummer	Urheber	Mitwirkende
1-6	Florian Sopp, Lucas Rennau,	Schülerinnen und Schüler der IGS Nastätten

### Fotos/ Abbildungen

Nummer	Fotos/Urheber	Mitwirkende	Institution
Alle Fotos	Marlis Minnich, Florian Sopp, Lucas Rennau	Schülerinnen und Schüler der IGS Nastätten Nikolaus-August-Otto-Schule, Integrierte Gesamtschule Nastätten	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz
Alle Abbildungen	Florian Genn, Lucas Rennau		

### Urheber des Beitrages

Autor	Berater	Institution
Florian Sopp, Lucas Rennau/ Lehramtsstudierende	Marlis Minnich; Alexander Backes	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz