



# Schulung des Hallenhandballs

## Teil 2

### **Spiel-, Wettkampf- und Übungsformen für den Unterricht mit Fortgeschrittenen**

mit 6 Bildreihen, 47 Abbildungen und 313 Diagrammen

Bibliothek des Sportbeirates  
der Fürstlichen Regierung

**VERLAG BARTELS & WERNITZ**  
**Berlin • München • Frankfurt/M.**

# Inhalt

<i>Vorwort</i>		13
<i>Spielen — Kämpfen — Üben</i>		14
<i>Physische Ausbildung</i>		15
Zielsetzungen		
Methodische Hinweise		
<b>1</b>	<b>Technisches Grundlagentraining</b>	<b>16</b>
	Systematisierung der Technik	
	Methodische Hinweise	17
1.1	<i>Werfen und Fangen</i>	17
	Lernziele	
	Hinweise	
1.1.1	Zuspiel im Dreieck mit zwei Bällen	18
1.1.2	Zuspiel in der Reihe mit zwei Bällen	18
1.1.3	Zuspiel partnerweise mit zwei Bällen	18
1.1.4	Zuspiel im Viereck mit einem Mittelspieler	20
1.1.5	Zuspiel im Kreis mit drei Mittelspielern	20
1.1.6	Zuspiel im Kreis mit einem Mittelspieler	20
1.1.7	Zuspiel im Kreis mit zwei Mittelspielern	22
1.1.8	Zuspiel im Viereck mit Platzwechsel	22
1.1.9	Zuspiel im Viereck mit diagonalem Platzwechsel	22
1.1.10	Laufendes Quadrat mit acht Spielern	24
1.1.11	Laufendes Quadrat mit 16 Spielern	24
1.1.12	Laufendes Sechseck	24
1.1.13	Laufweg gleich Ballweg im Viereck	26
1.1.14	Laufweg gleich Ballweg im Kreis	26
1.1.15	Platzwechsel in der Gasse	26
1.1.16	Platzwechsel in der Doppelgasse	28
1.1.17	Zuspiel zum Kreisspieler	28
1.1.18	Test: Zuspiel am Freiwurfbereich	28
1.1.19	Test: Wurf-Fang-Koordination	30
1.1.20	Königinnenball	30
1.1.21	Ablöseball	30
1.1.22	Parteiball mit Außenspielern	32
1.1.23	Mattenball	32
1.2	<i>Passen des Balles</i>	34
	Lernziele	
	Hinweise	
	Bildteil: Paßarten	35
1.2.1	Passen in der Reihe	38
1.2.2	Rückhandpässe in der Reihe	38
1.2.3	Sprungpässe in der Reihe	38

1.2.4	Passen im Dreieck mit einem Ball	40
1.2.5	Passen im Dreieck mit zwei Bällen	40
1.2.6	Schnelle Pässe in mehreren Dreiecken	40
1.2.7	Schnelle Pässe in mehreren Dreiecken	42
1.2.8	Pässe im Viereck in der Bewegung	42
1.2.9	Pässe im Dreieck in der Bewegung mit einem Ball	42
1.2.10	Pässe im Dreieck in der Bewegung mit zwei Bällen	44
1.2.11	Pässe bei zwei entgegenlaufenden Reihen	44
1.2.12	Pässe bei vier entgegenlaufenden Reihen	44
1.2.13	Pässe in der Zweiergruppe mit Drehung	46
1.2.14	Zuspiel in der Zweiergruppe mit Sprungwurfpassen	46
1.2.15	Annahme und Abgabe im Sprung in der Zweiergruppe	46
1.2.16	Pässe in der Zweiergruppe mit zwei Bällen	48
1.2.17	Zweiergruppen verengen ihren Laufweg	48
1.2.18	Zweiergruppen erweitern ihren Laufweg	50
1.2.19	Pässe beim Entgegenlaufen am Kreis	50
1.2.20—23	Paßkombinationen im Angriffsraum	52
1.3	<i>Führen des Balles</i>	55
	Lernziele	
	Hinweise	
1.3.1	Tippen bei entgegenlaufenden Reihen	56
1.3.2	Tippen im freien Raum	56
1.3.3	Prellen mit Herausspielen des Balles	56
1.3.4	Prellen im Torraum mit zwei Mannschaften	58
1.3.5	Mannschafts-Prellball	58
1.3.6	Prellstaffeln im Viereck	58
1.3.7	Zwei Prellstaffeln diagonal	60
1.3.8	Vier Pendelstaffeln diagonal	60
1.3.9	Prellpendelstaffeln mit zwei Bällen	60
1.3.10	Prellen mit Positionswechsel im Zweierlauf	62
1.3.11	Prellen gegen einen Gegenspieler	62
1.3.12	Prellen um mehrere Spieler	62
1.3.13	Prellen bei mitlaufendem Gegenspieler	64
1.3.14	Prellen bei nachlaufendem Gegenspieler	64
1.3.15	Prellen nach Aufnahme rollender Bälle	64
1.3.16	Test: Prellen um das Basketballfeld	66
1.3.17	Test: Prellslalom über 30 m	66
1.3.18	Test: Prellslalom über 40 m	66
1.3.19	Test: Prellslalom über 30 m mit versetzten Fähnchen	68
1.3.20	Test: Gewandtheitsslalom	68
1.4	<i>Torwürfe</i>	70
	Lernziele	
	Hinweise	
	Bildteil: Torwürfe	71
1.4.1	Seitfallwurf (Bildreihe)	74
1.4.2	Seitfallwurf mit Abwehrspieler am Kreis	76

1.4.3	Seitfallwurf nach seitlichem Anspiel	76
1.4.4	Seitfallwurf nach Anspiel von rechts und links	76
1.4.5	Seitfallwurf aus dem Lauf	78
1.4.6	Knickwurf (2 Bildreihen)	78
1.4.7	Knickwurf mit Abwehrspieleream Kreis	82
1.4.8	Knickwurf mit seitlichem Anspiel	82
1.4.9	Seitfallwurf oder Knickwurf gegen Abwehrspieler	82
1.4.10	Rückhandwurf (3 Bildreihen)	84
1.4.11	Rückhandwurf nach Anspiel am Kreis	86
1.4.12	Rückhandwurf mit Anspiel durch Rückhandpaß	86
1.4.13	Rückhandwurf aus dem Lauf	86
	<i>Erklärung der taktischen Zeichen</i>	88
1.5	<i>Täuschungen</i>	89
	Lernziele	
	Hinweise	
1.5.1	Umlaufen eines Spielers ohne Ball	90
1.5.2	Umlaufen eines offensiven Abwehrspielers	90
1.5.3	Umlaufen eines offensiven Abwehrspielers	90
1.5.4	Umlaufen eines Gegners und Ausnutzen der Überzahl	92
1.5.5	Einfache und doppelte Körpertäuschung mit Ball	92
1.5.6	Körpertäuschung nach Zuspiel	92
1.5.7	Körpertäuschung nach Zuspiel	94
1.5.8	Sprung in die Grundstellung mit anschließender Täuschung	94
1.5.9	Täuschung in der Grundstellung nach Anspiel	94
1.5.10	Täuschung mit Drehung	96
1.5.11	Antäuschen von Torwürfen ohne Gegner	96
1.5.12	Antäuschen von Torwürfen mit Gegner	96
1.5.13	Antäuschen eines Sprungwurfes mit Abspiel	98
2	<b>Taktische Ausbildung</b>	99
	Systematisierung der Taktik	
	Methodische Hinweise	100
2.1	<i>Taktische Grundfähigkeiten</i>	101
2.1.1	Komplexübung mit drei Spielern	102
2.1.2	Komplexübung mit drei Spielern	102
2.1.3	Komplexübung mit vier Spielern	102
2.1.4	Komplexübung mit vier Spielern	104
2.1.5	Komplexübung mit sechs Spielern	104
2.1.6	Komplexübung mit sechs Spielern	104
2.1.7	Komplexübung mit sechs Spielern	106
2.2	<i>Angriffstaktik</i>	107
	Schematische Darstellung	110
2.2.1	<b>Technisch-taktisches Verhalten des Angriffsspielers individuell</b>	111
	Lernziele	
	Hinweise	

2.2.1.1	<i>Anlaufen der Nahtstellen</i>	112
2.2.1.1.1	Anlaufen der Nahtstellen bei 6:0-Deckungsform	112
2.2.1.1.2	Anlaufen der Nahtstellen bei 5:1-Deckungsform	112
2.2.1.1.3	Anlaufen der Nahtstellen bei 4:2-Deckungsform	112
2.2.1.2	<i>Freistellen in der Nahwurfzone</i>	114
2.2.1.2.1	Kreisspieler werden falsch gedeckt	114
2.2.1.2.2	Kreisspieler werden richtig gedeckt	114
2.2.1.2.3	Kreisspieler werden teils richtig, teils falsch gedeckt	114
2.2.1.3	<i>Binden der Gegenspieler</i>	116
2.2.1.3.1	Binden der Gegenspieler bei 6:0-Deckungsform	116
2.2.1.3.2	Binden der Gegenspieler bei 5:1-Deckungsform	116
2.2.1.3.3	Binden der Gegenspieler bei 5:1-Deckungsform (offensiv)	118
2.2.1.3.4	Binden der Gegenspieler bei 4:2-Deckungsform	118
2.2.1.4	<i>Durchbruch</i>	120
2.2.1.4.1	Schneller Antritt, Körpertäuschung	120
2.2.1.4.2	Körpertäuschungen, Wurf antäuschen	120
2.2.2	<b>Technisch-taktisches Verhalten des Angriffsspielers in der Gruppe</b>	121
	Lernziele	
	Hinweise	
2.2.2.1	<i>Doppelpaß</i>	122
2.2.2.1.1	Doppelpaß als Übungsform	122
2.2.2.1.2	Doppelpaß in der Angriffsformation	122
2.2.2.2	<i>Parallelstoß</i>	124
2.2.2.2.1	Parallelstoß 4:3	124
2.2.2.2.2	Parallelstoß 2:2 und 3:3	124
2.2.2.3	<i>Kreuzen</i>	126
2.2.2.3.1	Kreuzen 2:2	126
2.2.2.3.2	Kreuzen 3:3	126
2.2.2.4	<i>Wechseln</i>	128
2.2.2.4.1	Wechseln 2:2	128
2.2.2.4.2	Wechseln 4:4	128
2.2.2.4.3	Wechseln 6:6	130
2.2.2.4.4	Wechseln 6:6	130
2.2.2.4.5	Wechseln 6:6	130
2.2.2.5	<i>Sperren</i>	132
2.2.2.5.1	Übungsform für den Sperrvorgang	132
2.2.2.5.2	Sperren im Streifen	134
2.2.2.5.3	Sperren diagonal	134
2.2.2.5.4	Sperren diagonal mit Wiederantritt	134
2.2.2.5.5	Sperren außen	136
2.2.2.5.6	Sperren am Kreis	136
2.2.2.6	<i>Gegenstoß</i>	138
2.2.2.6.1	Übungsform zur Vorbereitung	139
2.2.2.6.2	Übungsform zur Vorbereitung	139
2.2.2.6.3	Paß vom Torwart zum gegenstoßenden Spieler	140

2.2.2.6.4	Paß Torwart — Aufbauspieler — gegenstoßender Spieler	140
2.2.2.6.5	Paß zum gegenstoßenden Spieler bei nachlaufendem Spieler	142
2.2.2.6.6	Übungsform mit drei Angriffsspielern	142
2.2.2.6.7	Zwei Angriffsspieler gegen einen Abwehrspieler	144
2.2.2.6.8	Drei Angriffsspieler gegen zwei Abwehrspieler	144
2.2.2.6.9	Vier Angriffsspieler gegen drei Abwehrspieler	146
2.2.3	<b>Technisch-taktisches Verhalten des Angriffsspielers in der Mannschaft</b>	146
	Lernziele	146
	Hinweise	147
2.2.3.1	<i>Grundformationen des Angriffs</i>	148
2.2.3.1.1	Bezeichnung der Positionen	148
2.2.3.1.2	Bezeichnung der Angriffsräume	148
2.2.3.1.3	Angriffsformation gegen 3:3-Deckungsform	150
2.2.3.1.4	Angriffsformation gegen 4:2-Deckungsform	150
2.2.3.1.5	Angriffsformation gegen 5:1-Deckungsform (offensiv)	150
2.2.3.1.6	Angriffsformation gegen 5:1-Deckungsform (defensiv)	152
2.2.3.1.7	Angriffsformation gegen 6:0-Deckungsform	152
2.2.3.1.8	<i>Wechsel der Angriffsformation</i>	154
2.2.3.1.8.1	Eröffnung mit 3:3 und Übergang zu 2:4	154
2.2.3.1.8.2	Eröffnung mit 3:3 und Übergang zu 2:4	154
2.2.3.1.8.3	Eröffnung mit 3:3 und Übergang zu 2:4	156
2.2.3.1.8.4	Eröffnung mit 3:3 und Übergang zu 2:4	156
2.2.3.1.8.5	Eröffnung mit 4:2 und Übergang zu 2:4	158
2.2.3.1.8.6	Eröffnung mit 4:2 und Übergang zu 2:4	158
2.2.3.1.8.7	Eröffnung mit 4:2 und Übergang zu 2:4	160
2.2.3.2	<i>Gegenstoß im Mannschaftsverband</i>	161
2.2.3.3	<i>Positionsspiel</i>	162
2.2.3.3.1	Ballwechsel in der Angriffsformation 2:4	162
2.2.3.3.2	Ballwechsel in der Angriffsformation 3:3	162
2.2.3.3.3	Positionsspiel gegen ballbezogene defensive 5:1-Deckung	164
2.2.3.3.4	Positionsspiel gegen ballbezogene offensive 5:1-Deckung	166
2.2.3.3.5	Positionsspiel gegen mannbezogene offensive 5:1-Deckung	168
2.2.3.4	<i>Laufspiel</i>	172
2.2.3.4.1	Methodische Reihe zur Vorbereitung des Laufspiels	172
2.2.3.4.2	Laufspiel gegen ballbezogene 5:1-Deckungsformation (Methodische Reihe)	178
2.2.3.4.3	Laufspiel gegen mannbezogene 5:1-Deckungsformation	184
2.2.3.4.4	Laufspiel mit 3:3-Angriffsformation gegen 5:1-Deckungsformation	186
2.2.3.4.5	Laufspiel mit 2:4-Angriffsformation gegen 4:2-Deckungsformation	190
2.2.3.5	<i>Der Achterlauf</i>	196
	Hinweise	
2.2.3.5.1	Grundform des Achterlaufs	197
2.2.3.5.2	Achterlauf mit Abbruch	198
2.2.3.6	<i>Angriff mit Überzahl</i>	200
	Hinweise	

2.2.3.6.1	Angriff mit Überzahl 6:5 in breiter Front	200
2.2.3.6.2	Angriff mit Überzahl 3:2 an einer Seite	202
2.2.3.6.3	Angriff in 4:2-Formation	202
2.2.3.6.4	Angriff in 4:2-Formation	204
2.2.3.6.5	Angriff in 4:2-Formation	204
2.2.3.6.6	Angriff in 3:3-Formation	206
2.2.3.6.7	Angriff in 3:3-Formation	206
2.2.3.6.8	Angriff in 4:2-Formation	206
2.2.3.7	<i>Spielzüge</i>	208
	Hinweise	
2.2.3.7.1	Methodische Reihe zum Einüben von Spielzügen; 6:0-Deckungsformation	208
2.2.3.7.2	Spielzug gegen 3:3-Deckungsformation	216
2.2.3.7.3	Spielzug gegen 4:2-Deckungsformation	220
2.2.3.7.4	Spielzug gegen 5:1-Deckungsformation	224
2.2.3.8	<i>Freiwürfe</i>	226
	Hinweise	
2.2.3.8.1—5	Ausführungsmöglichkeiten des Freiwurfs	226
2.3	<i>Abwehrtaktik</i>	230
	Schematische Darstellung	230
	Allgemeine Grundlagen der Abwehrtaktik	231
	Deckungsarten	232
	Deckungsformen	232
	Allgemeine Abwehraufgaben	233
	Methodische Hinweise	233
2.3.1	<b>Technisch-taktisches Verhalten des Abwehrspielers individuell</b>	234
	Lernziele	
	Hinweise	
2.3.1.1	<i>Die Manndeckung</i>	235
	Hinweise	
2.3.1.1.1	Spiel auf ein Tor von beiden Seiten	236
2.3.1.1.2	Spiel auf vier Tore	236
2.3.1.1.3	Vierfelderspiel	238
2.3.1.1.4	Spiel in je einer Spielfeldhälfte	238
2.3.1.1.5	Dreimannschaftsspiel	238
	Spiel mit Manndeckungsperioden	238
2.3.1.2	<i>Bewegungen des Abwehrspielers</i>	240
2.3.1.2.1	vorwärts-rückwärts	240
2.3.1.2.2	vorwärts-diagonal zurück-seitwärts	240
2.3.1.2.3	seitwärts Mitgehen	240
2.3.1.2.4	vorwärts-diagonal zurück im Abwehrverband	242
2.3.1.2.5	vorwärts-diagonal zurück-seitwärts im Abwehrverband	242
2.3.1.2.6	seitwärts-vor seitwärts-zurück (Übungskette)	242
2.3.1.2.7	vor-diagonal zurück vor-diagonal zurück	244

2.3.1.3	<i>Einsatz des Körpers</i>	245
2.3.1.3.1	Blockieren der Laufwege	245
2.3.1.3.2	Abdrängen einlaufender Spieler	246
2.3.1.4	<i>Herauspielen des Balles</i>	247
2.3.1.4.1	beim Prellen frei im Raum	247
2.3.1.4.2	beim Gegenstoß	247
2.3.1.4.3	beim Prellen innerhalb des Abwehrverbands	248
2.3.1.4.4	beim Ausholen im Stand	248
2.3.1.4.5	beim Ausholen im Lauf	248
2.3.1.4.6	beim Vorstrecken des Armes nach dem Ausholen	250
2.3.1.4.7	Herauspielen und Erkämpfen beim Fallwurf	250
2.3.1.5	<i>Blocken von Würfeln</i>	252
2.3.1.5.1	Blocken gegen Würfe aus dem Stand	252
2.3.1.5.2	Blocken gegen Würfe aus dem Lauf	252
2.3.1.5.3	Blocken aus seitlicher Stellung	254
2.3.1.5.4	Blocken in der seitlichen Bewegung vom Kreis	254
2.3.1.6	<i>Erkämpfen des Balles</i>	256
2.3.1.6.1	Ball über die Schnur mit vier Feldern	256
2.3.1.6.2	Abfangen beim Positionsspiel	256
2.3.1.6.3	Ball über die Schnur mit zwei Feldern	256
2.3.1.6.4	Erkämpfen des Balles im kleinen Feld	258
2.3.1.6.5	Erkämpfen zurückprallender Bälle	258
2.3.1.6.6	Spiel auf ein Tor	258
2.3.2	<b>Technisch-taktisches Verhalten des Abwehrspielers in der Gruppe</b>	260
	Lernziele	
	Hinweise	
2.3.2.1	<i>Heraustreten — Sichern — Einordnen</i>	262
2.3.2.1.1	in Zusammenarbeit zweier Abwehrspieler	262
2.3.2.1.2	in Zusammenarbeit dreier Abwehrspieler	262
2.3.2.2	<i>Annehmen - Begleiten   Übergeben - Übernehmen</i>	264
2.3.2.2.1	Vorübung für das Verhalten beim Einlaufen zum Kreis	264
2.3.2.2.2	Zweiergruppe gegen einlaufende Spieler mit Ball	264
2.3.2.2.3	Dreiergruppe gegen kleine Acht	264
2.3.2.3	<i>Blocken des Torwurfs</i>	266
2.3.2.3.1	Blocken der Würfe anlaufender Spieler	266
2.3.2.3.2	Heraustreten und Blocken	266
2.3.2.3.3	Blocken der Sprungwürfe	268
2.3.2.3.4	Blocken der Sprungwürfe nach kurzem Wechsel	268
2.3.2.4	<i>Verhalten bei Sperren</i>	268
2.3.2.5	<i>Methodische Reihe zum Abwehrverhalten in der Gruppe</i>	270
2.3.2.5.1	Zwei gegen zwei	270
2.3.2.5.2	Eins gegen zwei	270
2.3.2.5.3	Drei gegen drei	270
2.3.2.5.4	Zwei gegen drei	272

2.3.2.5.5	Vier gegen vier	272
2.3.2.5.6	Drei gegen vier	272
<b>2.3.3</b>	<b>Technisch-taktisches Verhalten des Abwehrspielers in der Mannschaft</b>	<b>274</b>
	Lernziele	274
	Hinweise	275
	Deckungsformen	275
2.3.3.1	<i>Verhalten in der Abwehrformation 6:0</i>	276
2.3.3.1.1	Abwehrpositionen	276
2.3.3.1.2	Abwehrräume	276
2.3.3.1.3	Verhalten bei der Angriffsformation 3:3	278
2.3.3.1.4	Verhalten bei der Angriffsformation 2:4	280
2.3.3.2	<i>Verhalten in der Abwehrformation 5:1</i>	282
2.3.3.2.1	Abwehrpositionen	282
2.3.3.2.2	Abwehrräume	282
2.3.3.2.3	Verhalten bei der Angriffsformation 3:3 (defensiv)	284
2.3.3.2.4	Verhalten bei der Angriffsformation 3:3 (offensiv)	286
2.3.3.3	<i>Verhalten in der Abwehrformation 4:2</i>	288
2.3.3.3.1	Abwehrpositionen	288
2.3.3.3.2	Abwehrräume	288
2.3.3.3.3	Verhalten bei der Angriffsformation 2:4	290
	<i>Fachliteratur für die Aus- und Weiterbildung von Trainern und Lehrwarten</i>	292