HANDBALL-GRUNDSCHULAKTIONSTAG

Die offizielle Broschüre -
Organisation und Hilfestellungen

GRUNDSCHUL-
AKTIONSTAG
DHB

www.swisslife.de
SwissLife
PLAY THE FUTURE.

Liebe Handballfreund*innen,

die U21-Weltmeisterschaft im eigenen Land mit 60.000 Kindern unter den Zuschauer*innen war ein voller Erfolg! Nun möchten wir die Begeisterung in Bezug auf den Handballsport vor der Männer-Europameisterschaft im Januar 2024 in Deutschland weiter vorantreiben und von den drei WM-Standorten auf das ganze Land ausweiten.

Als Teil unserer Verbandsstrategie „Perspektive 2030“ haben wir uns im Jahrzehnt des Handballs das Ziel gesetzt, die Kooperationen zwischen Schule und Verein weiter zu fördern. Wir sind sehr dankbar, dass Sie die Erreichung unseres Ziels unterstützen, indem Sie einen Grundschulaktionstag ermöglichen und so Kindern die Faszination Handball nahebringen.

Wir möchten Kinder durch einen Handball-Grundschulaktionstag für Bewegung, Ball- und Mannschaftssport und insbesondere Handball begeistern. Das ist eine wechselseitige Beziehung, denn auch Handball kann zur Entwicklung von motorischen und psychosozialen Kompetenzen von Kindern maßgeblich beitragen. Und genau das benötigen unsere Kinder: Begeisterung, Bewegung und ein aktives soziales Miteinander.

Ein Handball-Grundschulaktionstag wird in der Grundschule umgesetzt, gemeinsam mit einem lokalen Handball-Verein und dessen Trainer*innen. Der Deutsche Handballbund (DHB) und die Handball-Landesverbände unterstützen Sie dabei.

Diese Broschüre enthält allgemeine Informationen zur Organisation und Umsetzung des Aktionstages sowie zu konkreten Übungs- und Spielformen. Sie erfahren beispielsweise, welche Materialien es gibt, wie Sie das Event Schritt für Schritt vorbereiten und am Tag selbst einen optimalen Ablauf sicherstellen können. Eine Attraktion im Programm wird sicher der Hanniball-Pass darstellen, den wir im Detail erklären.

Die begleitende Broschüre „Handball für Lehrkräfte in der Grundschule“ verfügt darüber hinaus über weitere Maßnahmen zur Integration des Handballsports in den Sportunterricht.

So, und jetzt ran ans Werk!

Wir wünschen allen Beteiligten eine gute Vorbereitung sowie schon jetzt viel Spaß und Erfolg bei der Umsetzung des Handball-Grundschulaktionstages 2023.

Andreas Michelmann
Präsident
Deutscher Handballbund e. V.

Mark Schober
Vorstandsvorsitzender
Deutscher Handballbund e. V.

INHALTSVERZEICHNIS

Willkommen zum Handball-Grundschulaktionstag! / 5

Der Handball-Grundschulaktionstag

Schritt 1
Vorbereitung des Handball-Grundschulaktionstages / 7

Schritt 2
Ablauf und Durchführung / 9
- Begrüßung / 9
- Erwärmung / 9
- Der Hanniball-Pass / 11
- Die Spielform Handball x 2 / 21

Schritt 3
Nachbereitung und Evaluation / 23

Alle Aufgaben in der Übersicht / 24

Kontakt/Impressum / 25

WILLKOMMEN ZUM HANDBALL-GRUNDSCHULAKTIONSTAG!

Der Handball erobert den Schulsport und findet mit dem Handball-Grundschulaktionstag den Weg in die Sporthallen der Grundschulen. Der DHB, die Handball-Landesverbände und die Vereine schaffen gemeinsam Faszination und Begeisterung für den Handballsport.

Auf den folgenden Seiten finden Sie alle Informationen und einen beispielhaften Ablauf des Handball-Grundschulaktionstages inklusive der Erläuterungen zur Umsetzung des Hanniball-Passes und der dafür zur Verfügung gestellten Materialien.

Die übergeordnete Zielstellung des Grundschulaktionstages sind das Kennenlernen der Sportart Handball für Lehrkräfte und Schulkinder sowie eine Kooperation und Verknüpfung zwischen Schule und Verein zu schaffen.

Sportlich geht es vordergründig um die Fertigkeiten Laufen und Springen, Fangen, Prellen, Passen und Werfen. Beim Hanniball-Pass, dem offiziellen Handball-Spielabzeichen des DHB, werden die individuellen Fähigkeiten und Fertigkeiten der und des Einzelnen gefördert. Bei der Spielform „Handball x 2“ steht das Zusammenspiel und die Kooperation im Fokus. **Alle Übungen lassen sich leicht an verschiedene Altersgruppen anpassen und trainieren nicht nur handballerische Fertigkeiten, sondern stärken insbesondere ein aktives Miteinander und die Teamfähigkeit**.

Die Umsetzung des Handball-Grundschulaktionstages ist flexibel gestaltbar und die Vorschläge in dieser Broschüre sind als Empfehlungen zu verstehen. Gemeinsam mit den Trainer*innen und Engagierten aus dem kooperierenden Handballverein soll der Ablauf ganz auf die Gegebenheiten vor Ort in der Grundschule angepasst und ausgestaltet werden.

Handball in der Grundschule - Aber wie?

Die DHB Online-Akademie des Deutschen Handballbundes zeigt, wie Handball im Verein und der Schule vermittelt werden kann. In der digitalen Lernplattform werden Stundenbilder für die Gestaltung des Sportunterrichts, Hilfestellungen zur Umsetzung des Handball-Grundschulaktionstags und vieles mehr bereitgestellt. Lehrkräfte, Engagierte, Trainer*innen und weitere Interessierte können sich kostenlos anmelden und sofort loslegen: www.dhb-online-akademie.de.

Wir wünschen Ihnen und den Schulkindern viel Spaß bei Ihrem Handball-Grundschulaktionstag!

GRUNDSCHUL-
AKTIONSTAG
DHB

VORBEREITUNG DES HANDBALL-GRUNDSCHULAKTIONSTAGES

Um eine problemlose Durchführung des Grundschulaktionstages zu gewährleisten, ist eine gute Vorbereitung notwendig. Dabei gilt es, nicht nur alle teilnehmenden Personen (Lehrkräfte, Trainer*innen, Engagierte) abzuholen und die Inhalte vorzustellen, sondern auch das Material in der Sporthalle aufzubauen und für die Schulkinder vorzubereiten. Der Aufbau kann durch die Trainer*innen, Lehrkräfte und Engagierten bereits vor Eintreffen der Schulklassen angegangen werden.

Im Materialpaket sind verschiedene Inhalte und Materialien für die Umsetzung des Handball-Grundschulaktionstages enthalten. Darunter Hanniball-Pässe, Hanniball-Sticker, zwei Broschüren – die vorliegende zum Ablauf des Handball-Grundschulaktionstages und eine weitere als Hilfestellung für die zukünftige Integration des Handballsports in den Sportunterricht – sowie ein Siegelaufkleber „Offizielle Partnerschule", zum Beispiel für den Eingang zur Sporthalle. Die Hanniball-Pässe dienen zusammen mit Hanniball-Sticker als Urkunde und Erinnerung für die teilnehmenden Kinder.

Der Grundschulaktionstag ist für eine Doppelstunde (90 Minuten) konzipiert. Steht lediglich eine Einzelstunde (45 Minuten) zur Verfügung, können Inhalte weggelassen bzw. gekürzt werden. Dabei ist eine Durchführung sowohl in einer Einfach- als auch einer Dreifachturnhalle möglich. Die Nutzung einer Dreifachturnhalle ist – wenn immer möglich – zu bevorzugen.

Das Programm gliedert sich in vier Bereiche (vgl. Abschnitt *Ablauf und Durchführung*), die variabel gestaltet werden können. Im Folgenden wird der Aufbau sowohl in einer Dreifach- als auch in einer Einfachturnhalle dargestellt.

Für den Aufbau in einer Dreifachturnhalle bietet sich das Bilden von drei Spielfeldern an. Die exakten Inhalte der drei Spielfelder werden im Abschnitt B) Durchführung näher erläutert.

In Spielfeld 1 wird der Hanniball-Pass durchgeführt. In Spielfeld 2 findet die Erwärmung statt und in Spielfeld 3 werden die Spielformen angeboten. Abbildung 1 zeigt den exemplarischen Aufbau in einer Dreifachturnhalle.

Steht nur eine Einfachturnhalle zur Verfügung, folgen Sie der Skizze in Abbildung 2. Dabei ist wichtig, dass die Stationen zum Hanniball-Pass an der Seite bereits vorbereitet sind. Nach Abschluss des Erwärmungsteils können die Stationen somit ohne großen Zeitverlust in der gesamten Einfachturnhalle verteilt werden. Der Aufbau, d. h. das Setzen der Hütchen/Plättchen für die Spielform zum Abschluss, erfolgt nach dem Hanniball-Pass und benötigt nur wenig Zeit.

Benötigte Materialien

Für die Erwärmung:

- 1 Handball in Größe 0 oder 1 für jedes Schulkind; alternativ ein (Soft-)Ball, der aufprellen kann

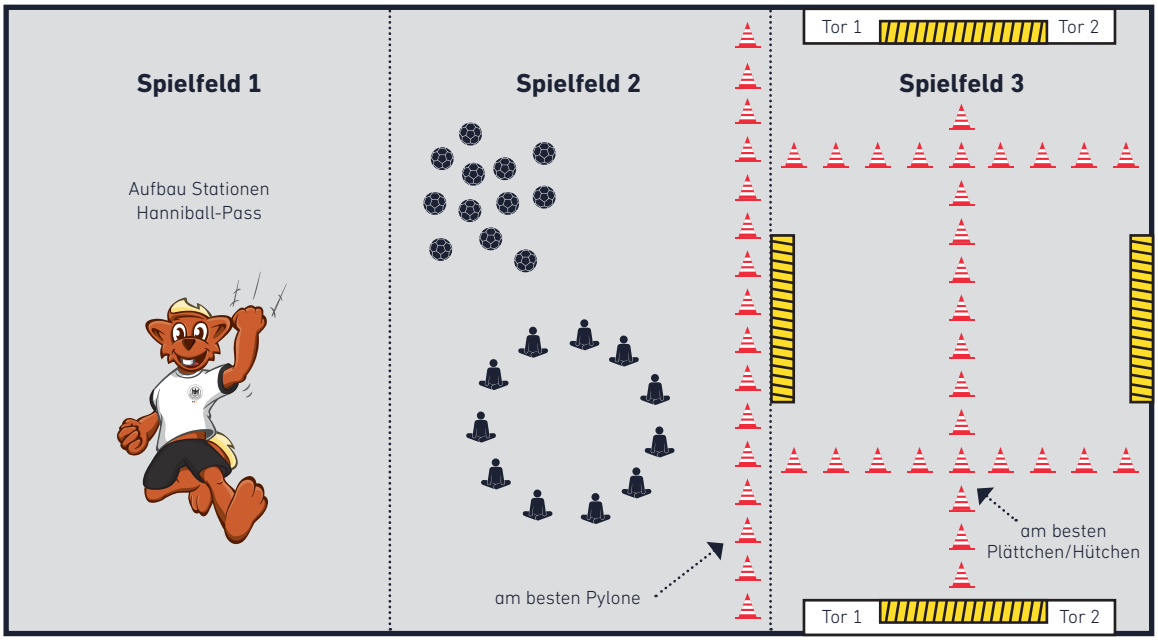
Für den Hanniball-Pass:

- 12 altersgerechte Bälle
- 1 kleiner Turnkasten
- 2 Sprungkästen
- 2 Sitzbänke
- 1 Turnmatte (2 x 1 m)
- 11 Hütchen (Höhe: ca. 40 cm +/-5 cm)
- Markierungen Klebeband

Für die Spielform „Handball x 2":

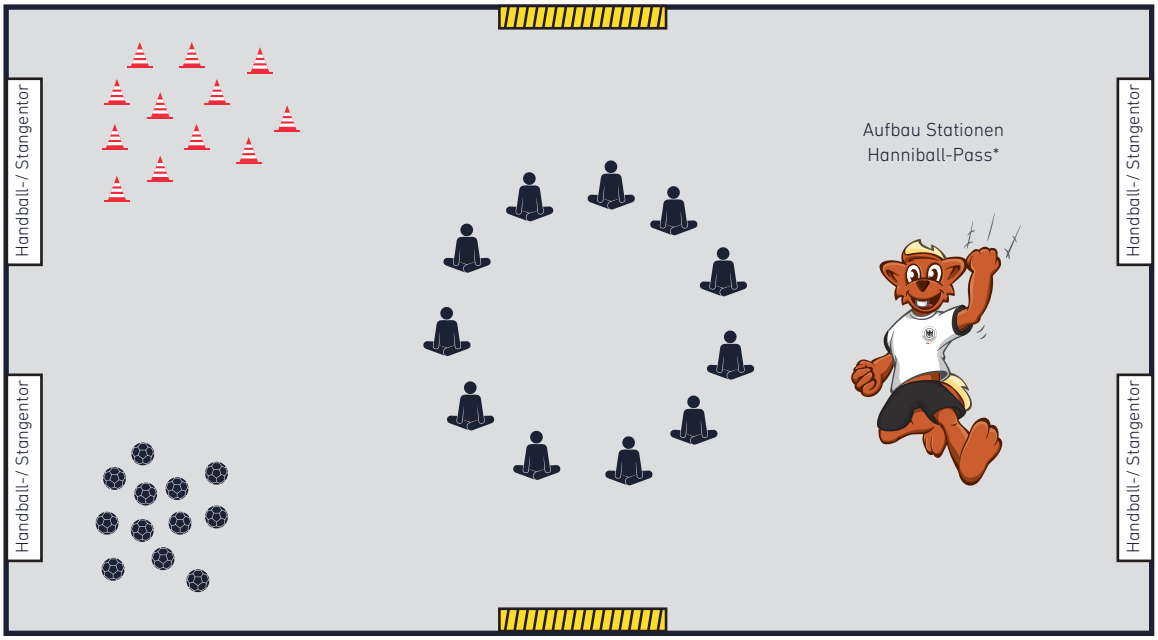
- 2 Handbälle der Größe 0 oder 1
- 4 Handballtore; alternativ 8 Stangen zum Bilden von Stangentoren
- 2 Langbänke
- Hütchen/Plättchen/Pylone in einer großen Anzahl
- Markierungshemden in vier Farben; falls nicht vorhanden auch nur eine Farbe möglich

AUFBAU DREIFACHTURNHALLE



Langbänke

AUFBAU EINFACHTURNHALLE



Langbänke *relativ „eng" zusammenstellen, sodass für den Abschnitt Hanniball-Pass der Aufbau schnell gelingen kann

ABLAUF UND DURCHFÜHRUNG

Das inhaltliche Programm des Grundschulaktionstages gliedert sich in vier Teile:

- Begrüßung der Schulkinder
- Erwärmung „Alles dreht sich um den Ball“
- Stationen „Hanniball-Pass“
- Spielform „Handball x 2“

Das Programm dient den Lehrkräften sowie Trainer*innen der Vereine lediglich als Empfehlung. Natürlich können auch weitere bzw. geänderte Varianten der Inhalte angeboten werden.

Als zusätzlichen Input für Lehrkräfte, aber auch für Trainer*innen der Handballvereine, bieten die zweite Broschüre des Grundschulaktionstages und die DHB Online-Akademie unter **www.dhb-online-akademie.de** weiterführende Spielformen zur Durchführung von Handball in der Grundschule an.

1. BEGRÜSSUNG

Zu Beginn des Handball-Grundschulaktionstages werden alle Schulkinder durch die anwesenden Vereinsvertreter*innen begrüßt. Dabei sitzen die Kinder in einem Kreis in der Mitte der Einfachturnhalle zusammen. Steht eine Dreifachturnhalle zur Verfügung, erfolgt die Begrüßung in Spielfeld 2.

Die Begrüßung sollte nur kurz sein, mit dem Schwerpunkt auf die Ziele des heutigen Tages: Handball als Schulsport, die Umsetzung des Hanniball-Passes sowie die anschließende Spielform. Die Aktivität und Bewegung der Kinder stehen klar im Vordergrund. Im Anschluss an die Begrüßung erhält jedes Schulkind einen Handball und es startet der koordinative Erwärmungsteil.

2. ERWÄRMUNG

Name: „Alles dreht sich um den Ball“
Ziele: Ballhandling, Koordination
Material: Jedes Schulkind hat einen Handball in Größe 0 oder 1; stehen keine Handbälle zur Verfügung können alternativ auch (Soft-)Bälle verwendet werden. Die Bälle müssen aufprellen können.

Ablauf: Die Kinder laufen mit ihrem Ball durch das Spielfeld. Auf Pfiff der Übungsleiter*innen erfolgt eine neue Bewegungsaufgabe. Es kann auch Musik eingespielt werden.

Es werden folgende Bewegungsaufgaben angeboten:

„Ball auf den Boden“:

- Vorwärtslaufen und dabei prellen:
  - mit der linken Hand
  - mit der rechten Hand
  - mit beiden Händen
  - abwechselnd links und rechts
- Rückwärtslaufen und dabei prellen
- Den Ball eng am Fuß führen
  - im Wechsel linkes und rechtes Bein
  - Rückwärtslaufen

„Ball in der Luft“:

- Ball hochwerfen, klatschen und fangen
- Ball hochwerfen, vor und hinter dem Körper klatschen und fangen
- Ball hochwerfen, vor und hinter dem Körper klatschen, mit beiden Händen den Boden berühren und fangen

„Der Boden ist Lava“:

- Nur auf den Hallenlinien prellen – die restliche Sporthalle ist „Lava“
- Begegnen sich zwei Schulkinder:
  - sofort abdrehen und in die andere Richtung weiterprellen
  - wird mit Faust-an-Faust abgeklatscht
  - wird Stein-Schere-Papier gespielt

Nach Abschluss des Erwärmungsteils werden die Bälle im Kreis gesammelt.
In einer Einfachturnhalle bauen die Helfer*innen die Stationen des Hanniball-Passes auf.
In einer Dreifachturnhalle wir das Spielfeld 2 mit den Schulkindern betreten und der Hanniball-Pass erklärt.

3. DER HANNIBALL-PASS

Zielsetzung

Der Hanniball-Pass ist das Handball-Spielabzeichen des DHB. Er ist ein Angebot an Vereine und Schulen, um Spielenden im Alter zwischen 5 und 13 Jahren – ob handballbegeistert oder handballfremd – einen Einstieg in den Handball mit möglichst vielen Erfolgserlebnissen zu bieten.
Die 5 Übungen des Hanniball-Passes werden ohne Aufwand an die Altersklassen angepasst. Bei den Übungen 2, 4 und 5 besteht die Möglichkeit jeweils eine alternative Übung zu wählen (vgl. Übung 2a, 4a und 5a). Bei der Auswahl der Übungen standen Altersangemessenheit, Nähe zum Handball und Niederschwelligkeit im Vordergrund. Ziel war zudem, die Übungen mit einfachen Mitteln überall, sowohl indoor als auch outdoor, durchführen zu können.
Im Hanniball-Pass steht die Fertigkeit des Werfens im Vordergrund. Ganz wie im Handball spielen! Da geht es auch vor allem darum zu werfen.
Die Übungen kommen aus den Bereichen Werfen und Fangen, Hochwerfen, Laufen, Zielwerfen sowie Prellen. Dabei sind innerhalb der einzelnen Übungsabläufe verschiedene Drucksituationen durch den Einsatz koordinativer Fertigkeiten zu bewältigen. Ebenfalls werden technische und athletische Fähigkeiten gefordert. Ein Training für das erfolgreiche Abschneiden sollte dabei so vielseitig wie möglich gestaltet werden.

Benötigte Hilfsmittel

- 1 Handballtor
- 22 Handbälle
- 2 Sitzbänke
- 2 Turnmatten
- 3 kleine Turnkästen
- 2 Sprungkästen (Schwedenkästen)
- 2 Gymnastik-Reifen
- 4 (Fahnen-)Stangen
- 8 Markierungsplättchen
- 11 Hütchen (Pylone)
- Pro Station eine Stoppuhr o.ä.

Wichtig:
Die zu erreichenden Ziele des Hanniball-Passes können von Trainer*innen und Lehrkräften an den aktuellen Stand der Kinder flexibel angepasst werden.

Auswertung

Die Auswertung erfolgt altersgemäß: Die vier Altersklassen **U7 (5 und 6 Jahre alt), U9 (7 und 8 Jahre alt) sowie U11 (9 und 10 Jahre) und U13 (11 und 12 Jahre)** sind an den Spielbetrieb innerhalb des DHB angepasst. Eine zusätzliche Differenzierung zwischen Jungen und Mädchen findet nicht statt. Die Kernaltersstufen des Hanniball-Passes sind die **U9** und die **U11**.
Für jede Übung werden leistungsabhängig Punkte vergeben. Anhand der übungsspezifischen Tabellen erhalten die Spielenden pro Übung zwischen **0 und 3 Rangpunkte**.
Jedes Kind erhält einen Laufpass, den Hanniball-Pass, der vom DHB und von seinen Landesverbänden zur Verfügung gestellt wird. Hierauf werden zunächst auf der Vorderseite der Name und auf der Rückseite die Altersklasse eingetragen.

Die Spielenden nehmen den Hanniball-Pass von Übung zu Übung mit. Auf der Rückseite tragen die Helfenden bei der jeweiligen Übung die erreichte Punktzahl sowie die damit erzielten Rangpunkte ein. Stehen keine Helfenden zur Verfügung werden die Kinder in Paare eingeteilt und die Dokumentation der Ergebnisse erfolgt jeweils vom anderen Kind.

Nach der letzten Übung des Parcours werden die Rangpunkte addiert. Hieraus ergibt sich dann der **Gesamtrang beim Hanniball-Pass**:

13–15 Rangpunkte:	**Goldrang**
8–12 Rangpunkte:	**Silberrang**
3–7 Rangpunkte:	**Bronzerang**

Je nach erreichtem Rang wird ein entsprechender Hanniball-Aufkleber auf die Rückseite des Hanniball-Passes geklebt. Die Spielenden erhalten den Hanniball-Pass als Urkunde für zuhause.

ÜBUNG 1

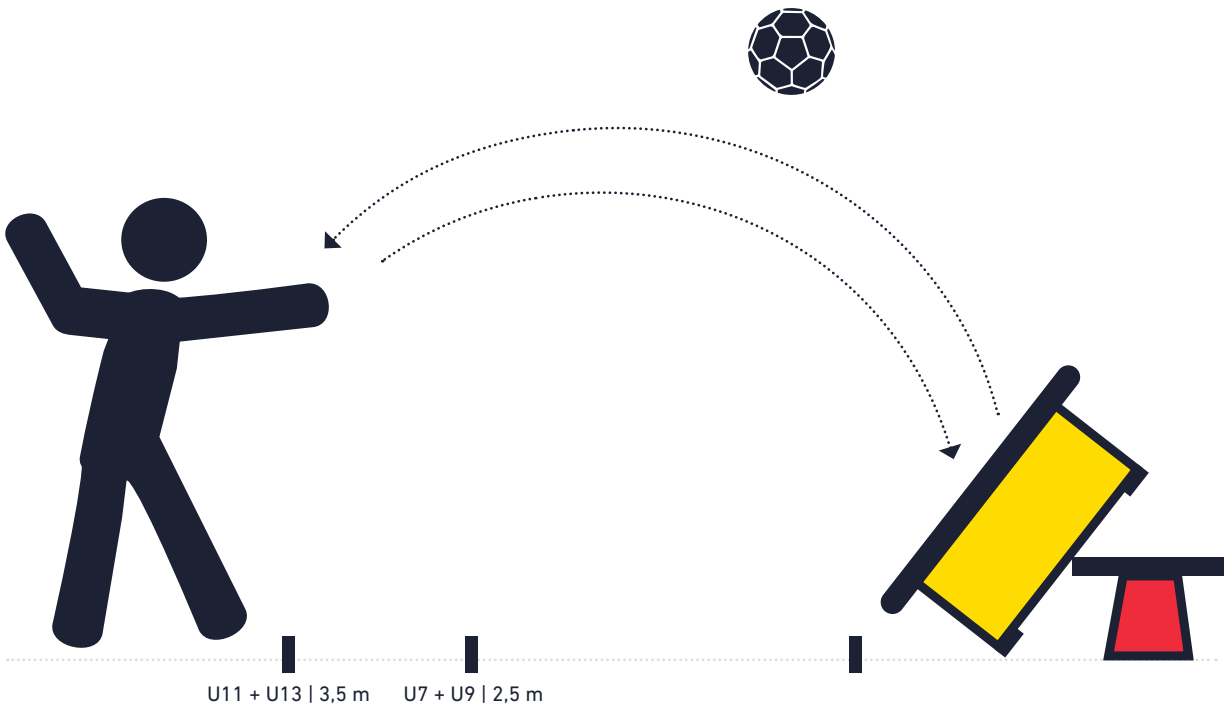
Werfen und Fangen

Ein kleiner Kasten wird schräg auf die kurze Seite an eine Bank gestellt, Sitzfläche nach oben.

Die Spielenden werfen von der Altersklassen-Markierung auf den Kasten und fangen den Ball hinter dieser beidhändig und stehend wieder auf. Der Abstand für U7 + U9 beträgt 2,5 m, U11 und U13 stehen 3,5 m entfernt.

1 Punkt = Werfen und Fangen
Zeitrahmen: 30 Sekunden
Material: 1 Ball | 1 Sitzbank | 1 kleiner Turnkasten | Markierungen

Rang-punkte	U7	U9	U11	U13
3	≥ 8 Punkte	≥ 10 Punkte	≥ 12 Punkte	≥ 13 Punkte
2	5–7 Punkte	6–9 Punkte	7–11 Punkte	8–12 Punkte
1	2–4 Punkte	2–5 Punkte	3–6 Punkte	4–7 Punkte



ÜBUNG 2

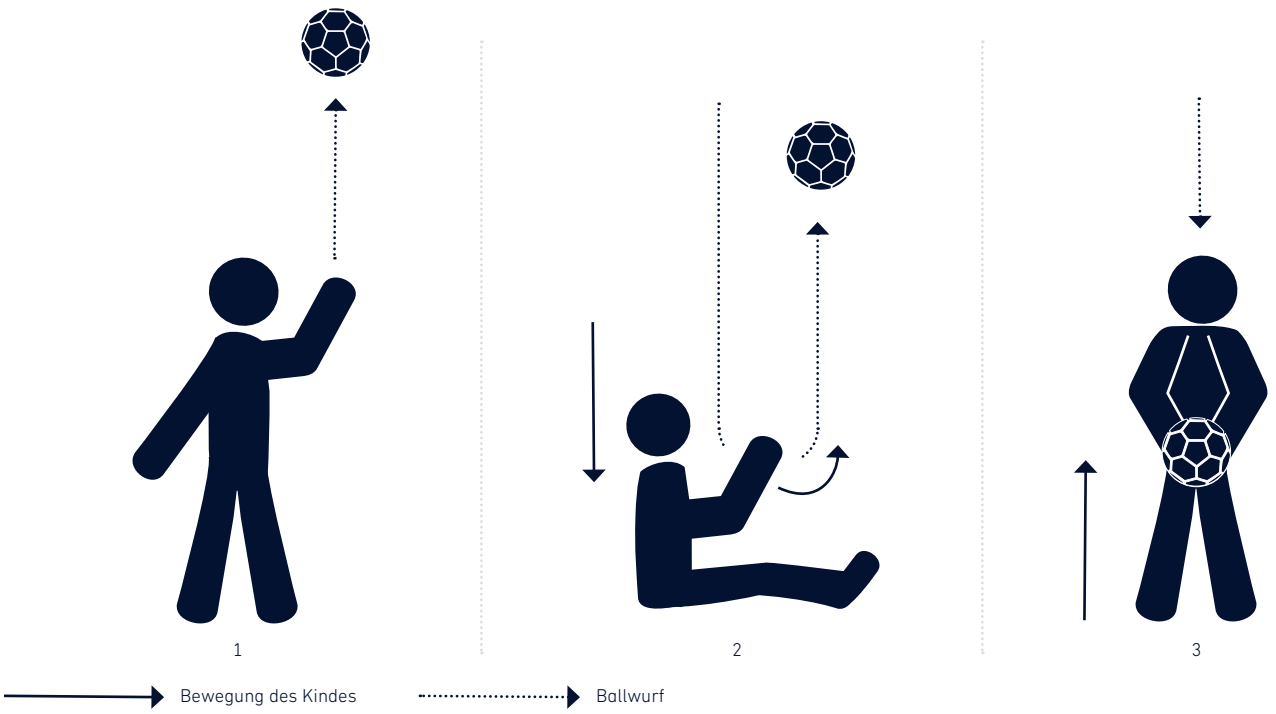
Hochwerfen

Die Spielenden werfen den Ball in die Luft und setzen sich blitzschnell auf den Boden im Langsitz (=Füße sind lang auf dem Boden, Beine sind gestreckt, Sprunggelenke sind zusammen). Im Langsitz fangen sie den Ball, ohne dass der Ball den Boden berührt.

Aus dieser Position werfen sie den Ball wieder hoch, stehen auf und fangen den Ball im Stehen.

1 Punkt = jedes korrekte Fangen des Balles
Zeitrahmen: 30 Sekunden
Material: 1 Ball

Rang-punkte	U7	U9	U11	U13
3	≥ 6 Punkte	≥ 10 Punkte	≥ 12 Punkte	≥ 14 Punkte
2	4–5 Punkte	5–9 Punkte	7–11 Punkte	9–13 Punkte
1	1–3 Punkte	2–4 Punkte	3–6 Punkte	5–8 Punkte



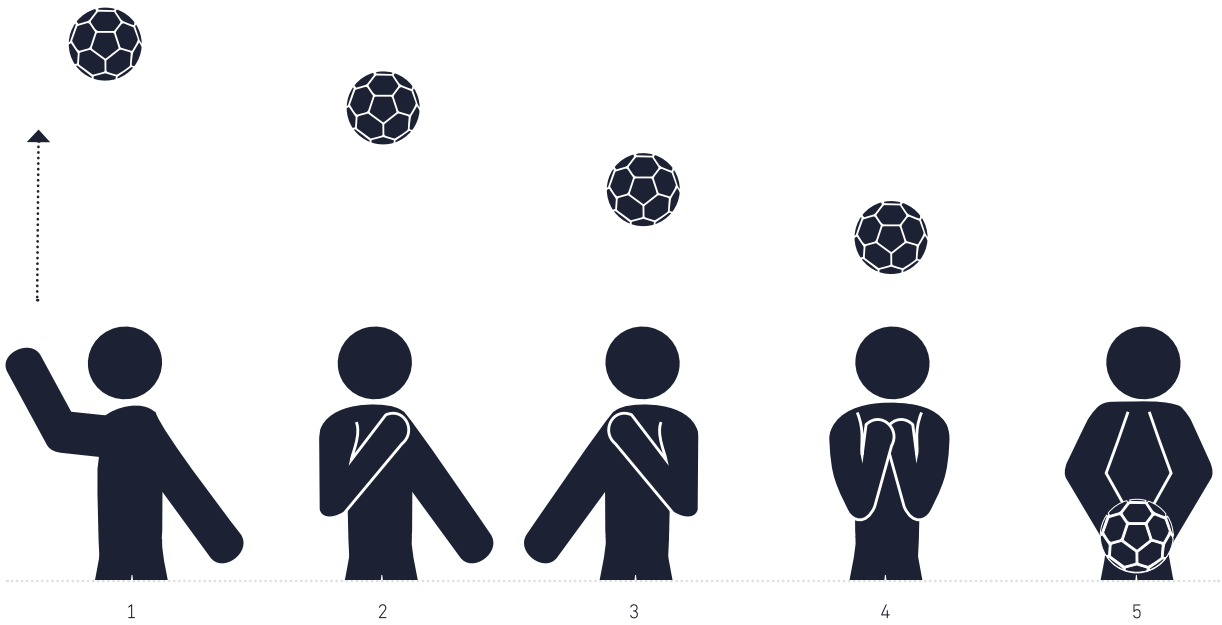
ÜBUNG 2A

Hochwerfen

Die Spielenden werfen den Ball in die Luft und berühren zunächst mit der rechten Hand die linke Schulter, dann die rechte Schulter mit der linken Hand. Anschließend klatschen sie in die Hände und fangen den Ball dann auf

1 Punkt = 1 korrekte Ausführung
Zeitrahmen: 30 Sekunden
Material: 1 Ball

Rang-punkte	U7	U9	U11
3	≥ 6 Punkte	≥ 10 Punkte	≥ 12 Punkte
2	4–5 Punkte	5–9 Punkte	7–11 Punkte
1	1–3 Punkte	2–4 Punkte	3–6 Punkte



ÜBUNG 3

Laufen (für U7 und U9)

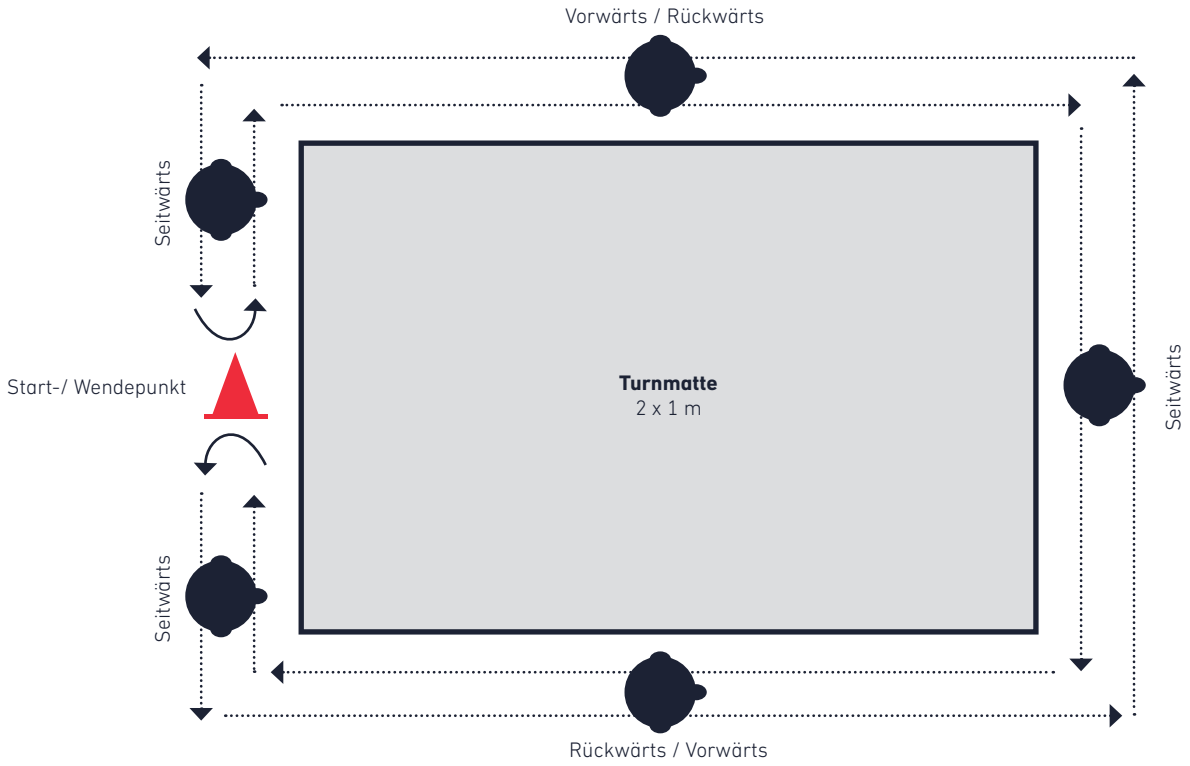
Die Spielenden umlaufen eine Turnmatte (2 x 1 m) mit einem Ball in der Hand. In der Mitte einer kurzen Seite steht ein Hütchen oder sitzt der Helfende. Hier ist der Start- und Wendepunkt.

Die Matte wird mit einer seitwärts-vorwärts-seitwärts-rückwärts-Bewegung umlaufen. Blick und Oberkörper zeigen stets in eine Richtung.

Nach einer Runde berühren die Spielenden das Hütchen bzw. den Helfenden mit dem Ball. Danach laufen sie dieselbe Strecke wieder zurück, es findet kein Rundlauf statt.

1 Punkt = 1 Umrundung
Zeitrahmen: 30 Sekunden
Material: 1 Ball | 1 Turnmatte (oder Markierungen) | 1 Hütchen | Zeitmessung

Rang-punkte	U7	U9
3	≥ 7 Punkte	≥ 8 Punkte
2	5–6 Punkte	6–7 Punkte
1	2–4 Punkte	3–5 Punkte



ÜBUNG 3

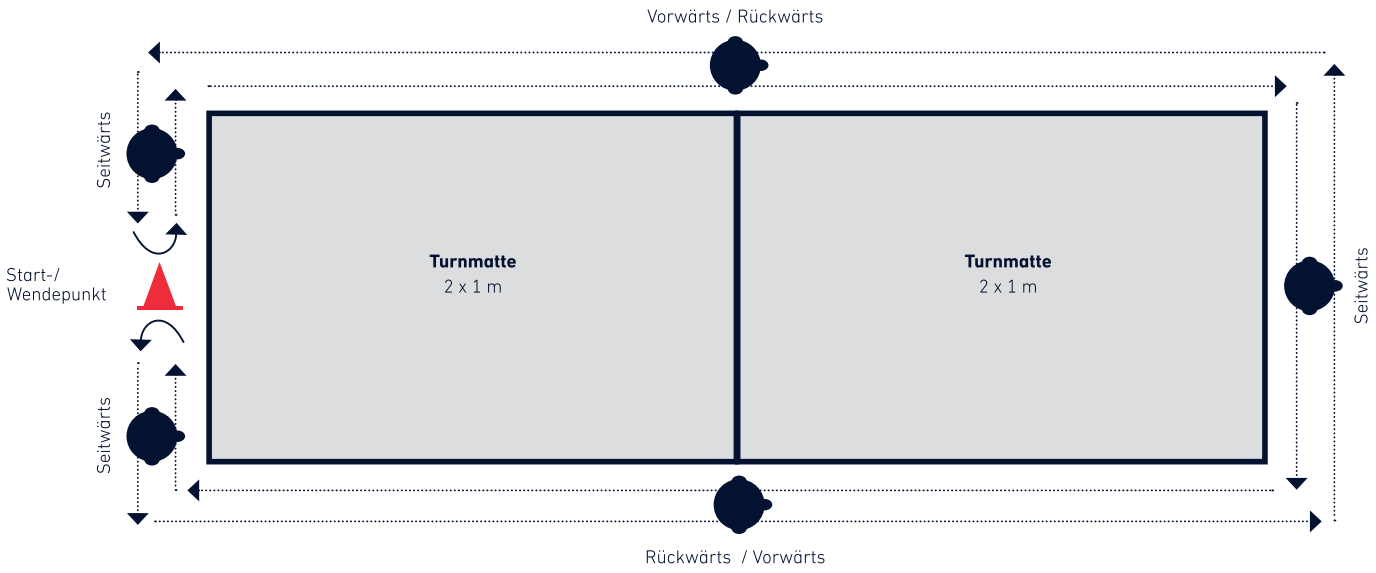
Laufen (für U11 und U13)

Für die älteren Spielenden werden zwei Matten an der kurzen Seite hintereinander gelegt (als Variation auch nebeneinander möglich).

Die Ausführung ist wie links beschrieben, allerdings absolvieren die älteren Spielenden die Umrundungen prellend.

1 Punkt = 1 Umrundung
Zeitrahmen: 30 Sekunden
Material: 1 Ball | 2 Turnmatten (oder Markierungen) | 1 Hütchen | Zeitmessung

Rang-punkte	U11	U13
3	≥ 9 Punkte	≥ 12 Punkte
2	7–8 Punkte	8–11 Punkte
1	4–6 Punkte	5–7 Punkte



ÜBUNG 4

Zielwerfen

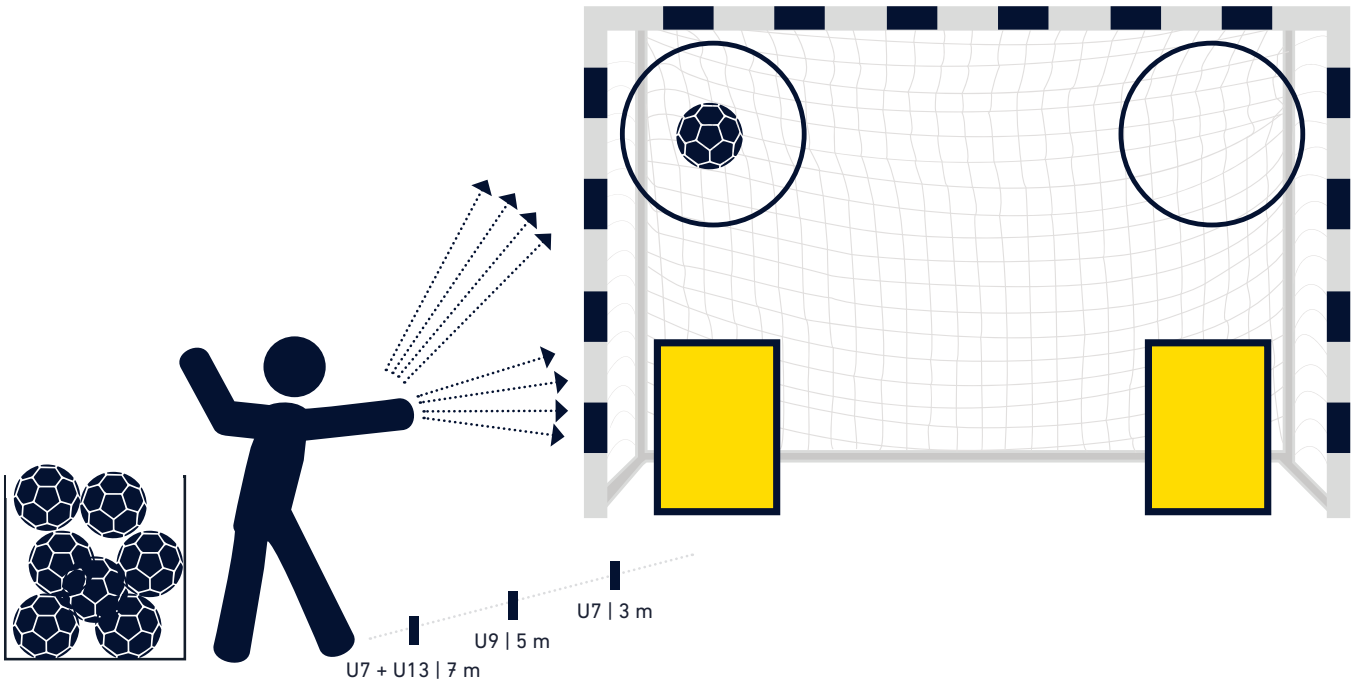
Zwei Reifen hängen links und rechts oben in einem Handballtor. Zwei kleine Turnkästen stehen auf der kurzen Seite und der Oberfläche Richtung Spielende links und rechts unten in dem Handballtor.

Die Spielenden versuchen mit 8 Würfen möglichst oft durch die Reifen bzw. die Oberfläche der beiden Kästen zu treffen. Dabei müssen 4 Würfe durch die Reifen gehen und 4 Würfe die Oberflächen der Kästen berühren. Die Reihenfolge ist flexibel, ob links oder rechts ebenfalls.

Der Abstand zum Ziel beträgt 3 Meter in der Altersklasse U7, 5 Meter in der Altersklasse U9 und 7 Meter in der Altersklasse U11 und U13.

1 Punkt = 1 Treffer
Zeitrahmen: ohne Vorgabe
Material: 2 Reifen | 2 kleine Turnkästen | 1 Handballtor | mind. 4 Handbälle | Markierungen für die Abwurflinien

Rang-punkte	U7	U9	U11	U13
3	≥ 4 Punkte	≥ 5 Punkte	≥ 6 Punkte	≥ 7 Punkte
2	3 Punkte	3–4 Punkte	4–5 Punkte	5–6 Punkte
1	1–2 Punkte	1–2 Punkte	2–3 Punkte	2–4 Punkte



ÜBUNG 4A

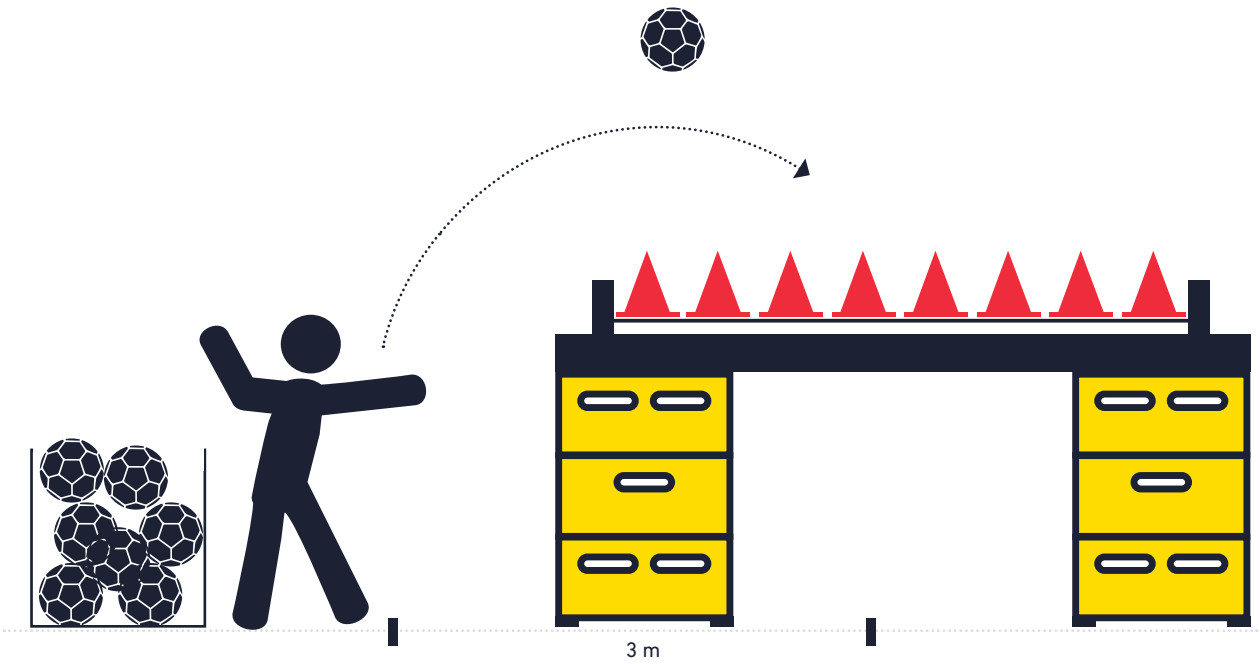
Zielwerfen

Eine umgedrehte Bank steht bündig auf 2 Sprungkästen, jeweils 3 Elemente hoch. Auf der Bank werden 8 Hütchen platziert.
Die Spielenden versuchen mit 8 Würfen möglichst viele Hütchen zu treffen. Der Abstand zum Ziel beträgt 3 Meter.

Die Bälle werden in einem Kasteneinsatzteil oder Ballnetz bereitgestellt. Es empfiehlt sich, diese Übung vor einem Tor bzw. zur Wand gerichtet aufzubauen, damit die Bälle nicht andere Übungen stören.

1 Punkt = 1 Treffer
Zeitrahmen: ohne Vorgabe
Material: 2 Sprungkästen (Schwedenkästen) | 1 Sitzbank | 8 Bälle | 8 Hütchen | Markierungen

Rang-punkte	U7	U9	U11
3	≥ 4 Punkte	≥ 5 Punkte	≥ 6 Punkte
2	3 Punkte	3–4 Punkte	4–5 Punkte
1	1–2 Punkte	1–2 Punkte	2–3 Punkte



ÜBUNG 5

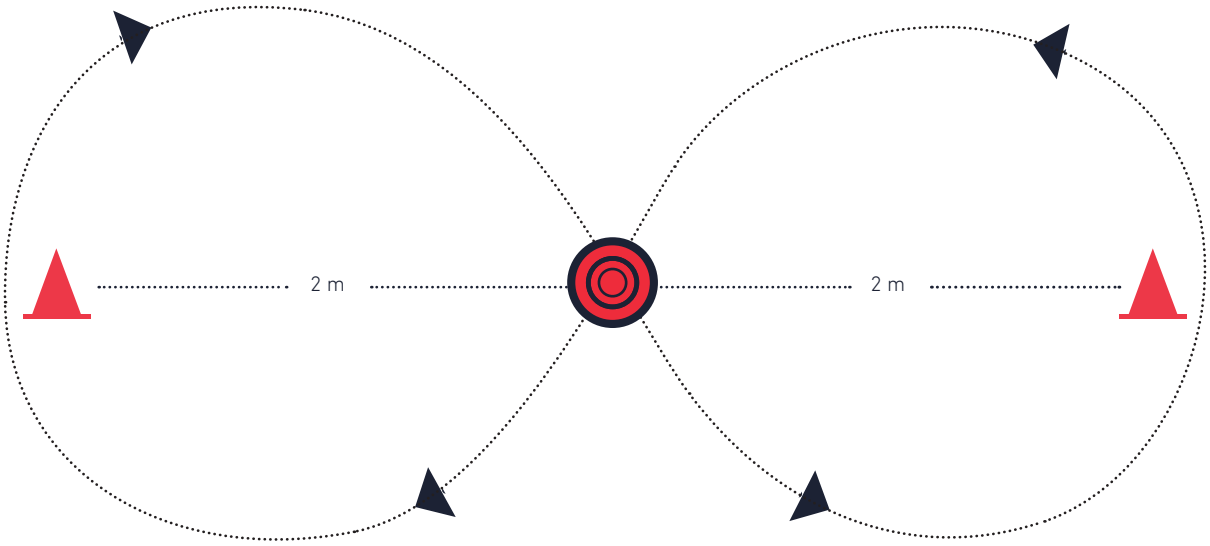
Prellen

2 Hütchen werden in einem Abstand von 4 Metern aufgestellt. Als Startpunkt wird eine Stelle in der exakten Mitte zwischen den Hütchen markiert. Die Spielenden starten an der Markierung. Sie laufen stets vorwärts in Form einer Acht um die beiden Hütchen herum.
Dabei prellen sie durchgehend. Ob die Kurven dabei von links oder rechts gelaufen werden, bleibt den Spielenden überlassen. Sollte der Ball verloren werden, muss am Verlustpunkt wieder neu gestartet werden, die Zeit läuft weiter. Pro halber Acht, also immer, wenn die Startmarkierung überquert wird, gibt es einen Punkt. Nach 30 Sekunden ist die Übung beendet.

Nur für U11 und U13:
Die Spielenden entscheiden sich für eine Blickrichtung zu einem Hütchen. Diese Blickrichtung muss den gesamte Ablauf über gleichbleiben. Das bedeutet, dass auch rückwärts und kurz seitwärts geprellt werden muss.

1 Punkt = 1 halbe Acht
Zeitrahmen: 30 Sekunden
Material: 2 Hütchen | 1 Ball | Markierungen I Zeitmessung

Rang-punkte	U7	U9	U11	U13
3	≥ 8 Punkte	≥ 12 Punkte	≥ 16 Punkte	≥ 18 Punkte
2	4–7 Punkte	9–11 Punkte	11–15 Punkte	13–17 Punkte
1	2–3 Punkte	5–8 Punkte	8–10 Punkte	9–12 Punkte



ÜBUNG 5A

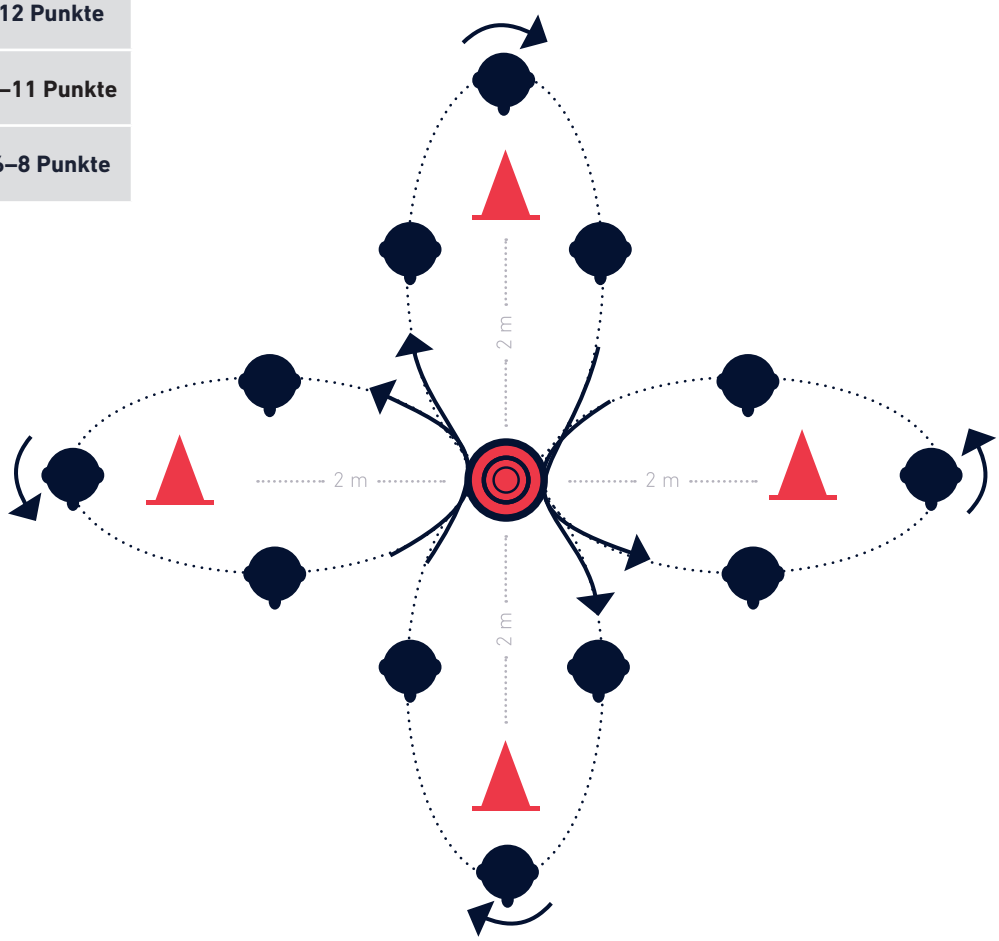
Prellen (Alternative für U11 und U13)

Mit vier (Fahnen-)Stangen oder Hütchen und einem Markierungsplättchen wird ein Prellparcours aufgebaut. Die Entfernung zwischen den Fahnenstangen und dem Markierungsplättchen in der Mitte beträgt zwei Meter und die Fahnenstangen werden gleichmäßig vorne, hinten, links und rechts verteilt (Nord-Ost-Süd-West-Parcours) in einem Quadrat aufgestellt.

Der Startpunkt ist das Markierungsplättchen in der Mitte. Nach einem Startsignal wird das vordere Hütchen prellend umlaufen. Bevor das Kind zum zweiten Hütchen läuft, muss es mit einem Fuß das Markierungsplättchen in der Mitte berühren. Sind auch das dritte und vierte Hütchen umlaufen, beginnt die zweite Runde. Pro berührtes Markierungsplättchen wird 1 Punkt gesammelt. Die Hütchen werden abwechselnd linksherum und rechtsherum umlaufen. Die Blickrichtung ist immer nach vorne ausgerichtet. So muss auch beim Seitwärts- und Rückwärtslaufen geprellt werden

1 Punkt = 1 x Markierungsplättchen in der Mitte berühren
Zeitrahmen: 30 Sekunden
Material: 4 Hütchen (oder Stangen) | 1 Markierungsplättchen | Zeitmessung | 1 Ball

Rang-punkte	U11	U13
3	≥10 Punkte	≥12 Punkte
2	7–9 Punkte	9–11 Punkte
1	4–6 Punkte	6–8 Punkte



Markierungsplättchen
Hütchen (oder Stangen)
Blickrichtung

4. SPIELFORM HANDBALL X 2

Handball x 2

Ziel: Kooperation, Fangen, Passen/Werfen

Material & Aufbau:

- 4 Handballtore; alternativ mit Stangen vier Tore an der Querseite des Spielfelds aufbauen
- mit Hütchen/Plättchen/Pylone eine Linie in der Mitte bilden – so dass zwei Spielfelder entstehen - sowie zwei Abwurflinien im Abstand von ca. 4–6 Metern von den Toren
- 2 Langbänke an den Seiten aufstellen
- jede Gruppe hat verschiedenfarbige Markierungshemden an; sind keine Markierungshemden in ausreichender Stückzahl vorhanden, zwei verschiedenfarbige Gruppen bilden
- 2 Handbälle der Größe 0 oder 1 sind im Spiel

Ablauf: Die Klasse wird in vier gleich große Gruppen eingeteilt. Jede Gruppe hat Markierungshemden in einer Farbe an. Liegen nicht so viele Markierungshemden vor, kann auch nur eine Farbe ausgegeben werden. Es spielt dann die jeweilige Farbe gegen das Team ohne Markierungshemden.
In jedem Spielfeld sind zwei Gruppen mit einem Torwart und vier Feldspieler*innen aufgestellt. Es sind somit zu Beginn 20 Schulkinder aktiv.

Ziel des Spiels ist es, den Ball zu Beginn per Aufsetzer ins gegnerische Handball-/Stangentor zu werfen. Dabei kooperieren die Schulkinder miteinander, spielen sich die Bälle zu. Alle Kinder nehmen am Spiel teil.
Die Trainer*innen fungieren als Schiedsrichter*innen und geben proaktive, spielerische Hinweise. Die Lehrkräfte wechseln zu Beginn ein und aus.

Variation 1: Nach jedem Torversuch (=Wurf) wechselt das Schulkind schnell mit einem*einer Auswechselspieler*in.

Variation 2: Es darf indirekt, also per Aufsetzer, oder auch direkt auf das Tor geworfen werden.

Variation 3: Die Gruppen tauschen die Spielfelder, sodass sich neue Spielpaarungen bilden.

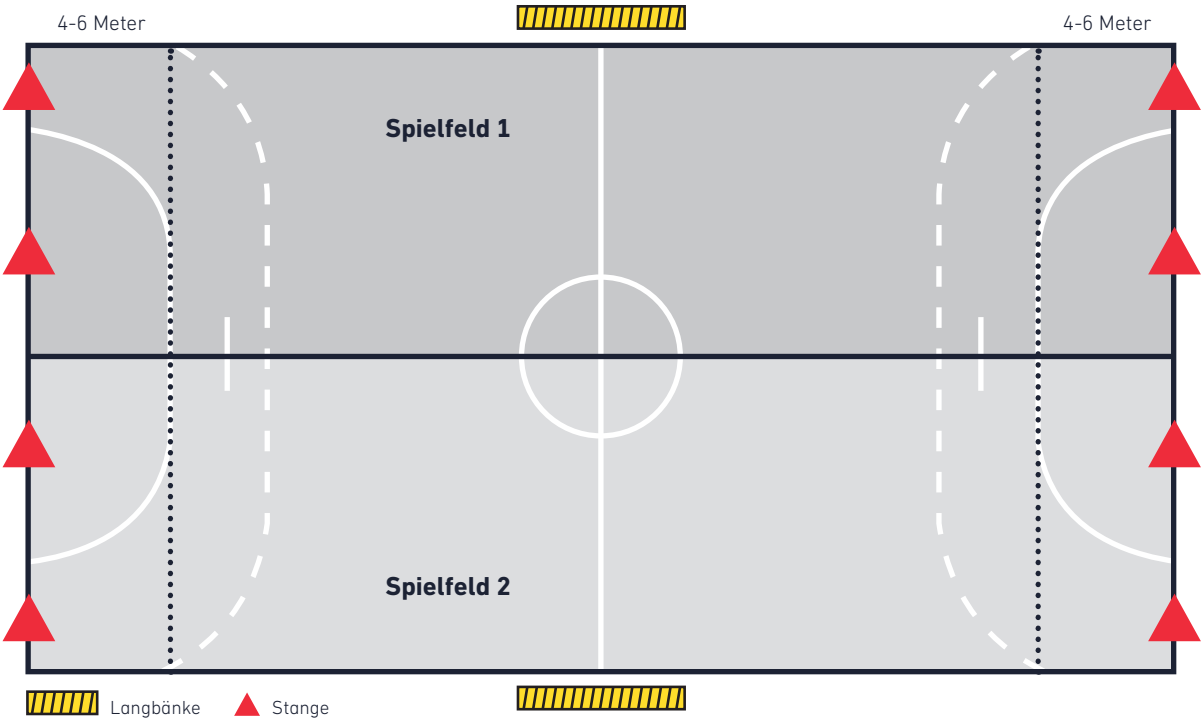
HINWEIS

Nach einer vorgegebenen Spielzeit erfolgt eine Besprechung („Blitzreflexion") der Kinder untereinander und die Gruppe legt eigenständig neue Taktiken fest. Die Gruppe bespricht, was gut und was schlecht lief.

Im Anschluss an die Spielform „**Handball x 2**" treffen sich alle Teilnehmer*innen (Schulkinder, Lehrkräfte, Trainer*innen) im Kreis in der Mitte der Sporthalle.

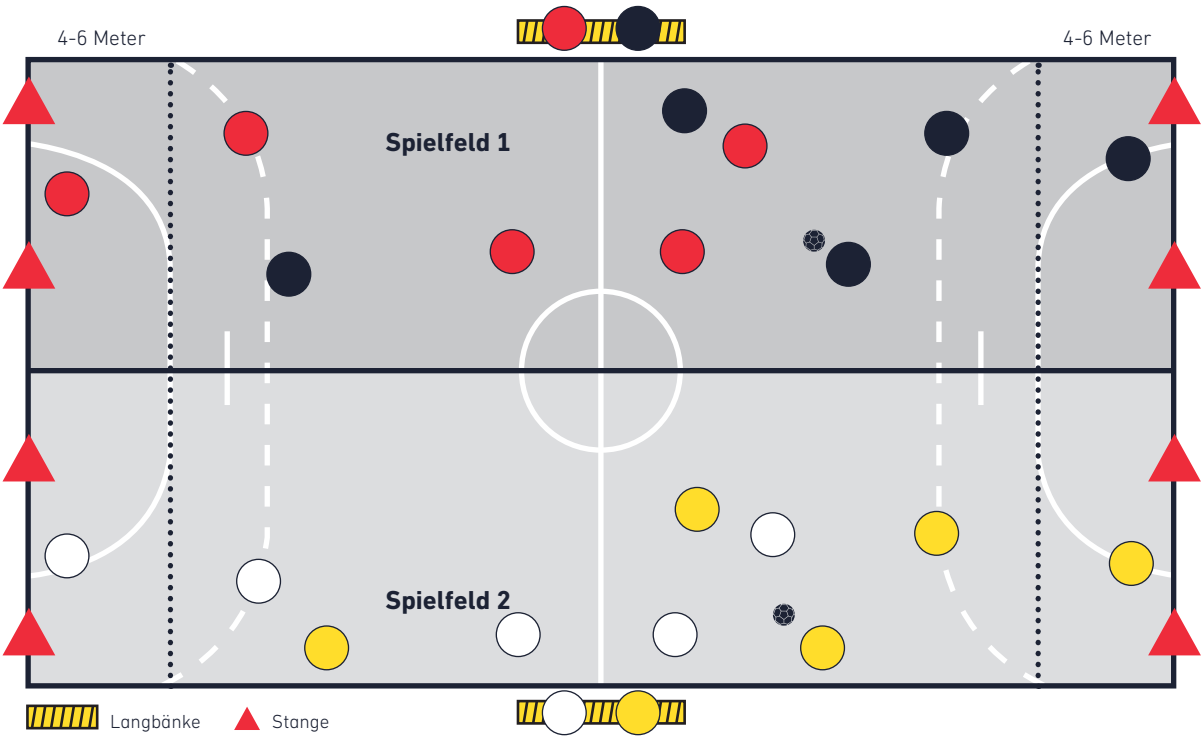
Es werden nochmals kurz die drei inhaltlichen Bausteine des Grundschulaktionstages und die dazugehörigen Ziele angesprochen. Hinweise zur Möglichkeit des Vereinstrainings durch die Trainer*innen und, sofern noch nicht erfolgt, die Auszeichnung der Hanniball-Pässe durch die Hanniball-Aufkleber runden den Handball-Grundschulaktionstag ab.

ORGANISATION HANDBALL X 2



Spielfelderanzahl ist variabel, je nach Anzhal an Schulkindern

DURCHFÜHRUNG HANDBALL X 2



Spielfelderanzahl ist variabel, je nach Anzhal an Schulkindern

GESCHAFFT

Ein erfolgreicher Handball-Grundschulaktionstag nähert sich dem Ende! Wir hoffen, die Schulkinder hatten einen großartigen Tag und ganz viel Spaß beim Handballspielen. Wir freuen uns auf viele neue begeisterte Handballer*innen, die im Vereinssport aktiv werden.

Nach dem Handball-Grundschulaktionstag ist vor dem Handball im Schulsport: Nutzen Sie die zur Verfügung stehenden Materialien aus der zweiten Broschüre („Handball für Lehrkräfte in der Grundschule“) auf der Seite **www.handball-grundschulaktionstag.de** für die weitere Integration des Handballs in den Schulsport. Darüber hinaus stehen in der DHB Online-Akademie jeder Lehrkraft in der Grundschule kostenfrei komplett konzipierte Stundenbilder für den zeitlichen Abschnitt von sechs Wochen zur Verfügung. In den Jahrgangsstufen 1 bis 4 können hier jeweils pro Woche eine Einzel- und eine Doppelstunde lehr- und bildungsplangerecht den Schulkindern näher gebracht werden.
www.dhb-online-akademie.de

Darüber hinaus freuen wir uns sehr, wenn Sie uns ein Feedback zum Handball-Grundschulaktionstag geben. Hierfür steht der untenstehende QR-Code zur Verfügung. Diese Feedback-Möglichkeit besteht fortlaufend zum Grundschulaktionstag.

ALLE AUFGABEN IN DER ÜBERSICHT

Nach der Anmeldung über die Aktionsplattform **www.handball-grundschulaktionstag.de** fallen für die Schule und Vereine folgende Aufgaben an:

Schule

1. **Kontaktaufnahme mit kooperierendem Verein**
   - Terminierung Handball-Grundschulaktionstag (Tag + Uhrzeit)
   - Absprache Veranstaltungsort
   - Absprache Umsetzung
   - Absprache fehlendes Equipment
   - Absprache Anzahl Übungsleiter*innen
2. **Vorbereitung vor dem Handball-Grundschulaktionstag**
   - Materialpaket (falls es an die Schule geschickt wird) auspacken und Hanniball-Pässe vorbereiten
3. **Vorbereitung am Handball-Grundschulaktionstag**
   - Aufbau der Spielfelder
4. **Ablauf der 2 Schulstunden**
   - Begrüßung und aufwärmen
   - 1. Schulstunde: Hanniball-Pass inkl. Ausgabe der Urkunde an jedes Kind
   - 2. Schulstunde: Spielform
5. **Nach dem Handball-Grundschulaktionstag:**
   - Feedback geben via handball-grundschulaktionstag.de oder direkt zur Befragung:

Verein

1. **Kontaktaufnahme mit kooperierender Schule**
   - Terminierung Handball-Grundschulaktionstag (Tag + Uhrzeit + Anzahl Klassen/Kinder)
   - Absprache Veranstaltungsort
   - Absprache Umsetzung
   - Absprache fehlendes Equipment
   - Absprache Anzahl Übungsleiter*innen
2. **Vorbereitung vor dem Handball-Grundschulaktionstag**
   - Materialpaket (falls es an den Verein geschickt wird) auspacken und Hanniball-Pässe vorbereiten
3. **Vorbereitung am Handball-Grundschulaktionstag**
   - Aufbau der Spielfelder
4. **Ablauf der 2 Schulstunden**
   - Begrüßung und aufwärmen
   - 1. Schulstunde: Hanniball-Pass inkl. Ausgabe der Urkunde an jedes Kind
   - 2. Schulstunde: Teamspiele
5. **Nach dem Handball-Grundschulaktionstag:**
   - Feedback geben via handball-grundschulaktionstag.de oder direkt zur Befragung:

Kontakt

Sie haben noch Fragen, die nicht in dieser Broschüre beantwortet wurden? Gerne können Sie sich dazu an Ihren zuständigen Handball-Landesverband wenden.

Alle Kontaktdaten der Handball-Landesverbände finden Sie online unter **www.handball-grundschulaktionstag.de**.

Impressum

Herausgeber: Deutscher Handballbund e. V. · Strobelallee 56 · 44139 Dortmund· 0231-911910 · www.dhb.de
Redaktion: Ben Schulze (DHB), Frank Hamann
Design / Layout, Grafiken: PIE five Marketing Gesellschaft für Kommunikation mbH, einraumapartment. KOMMUNIKATIONSDESIGN
Foto- und Quellenverweise: Marco Wolf

Der Handball-Grundschulaktionstag ist eine Initiative vom Deutschen Handballbund e.V. und seinen Landesverbänden.

Deutscher Handballbund

Deutscher Handballbund e. V. / Strobelallee 56 / 44139 Dortmund