

GF Handball 1 – FMK Sommersemester

(gültig ab SoSe 2016 bis auf Widerruf)



Institut für Sportwissenschaft
Sportzentrum Universität Augsburg

Hinweis

Es sind 2 Prüfungsübungen (eine Technik-Komplexübung und eine spielorientierte Komplexübung) zu absolvieren. Beide Prüfungsübungen müssen in mindestens ausreichender Qualität bestanden werden. Ist eine Prüfungsübung nicht bestanden, ist die **gesamte** Prüfungsübung zu wiederholen.

Verantwortlich: Fachgebiet Handball (Dr. Jürgen Hofmann, Dr. Martin Scholz, Dr. Sandra Senner, Reinhold Weiher)

Prüfungsübung 1: Technik-Komplexübung (in Anlehnung an Deutscher Handball-Bund [DHB], 2013)

Testbeschreibung

Die/der Studentin startet selbstständig aus der Hochstartposition (Schrittstellung, Rechtshänder/innen stehen mit dem linken Fuß an der Startlinie, Linkshänder/innen mit dem rechten) von der Startlinie und durchläuft prellend (mit einem Handball) so schnell wie möglich eine 3 x 5 m Laufstrecke, die durch fünf Slalomstangen markiert ist. Die mittlere Markierung muss ebenfalls eine Slalomstange sein (kein Medizinball oder dergleichen, da niedrige Hindernisse gern überspielt werden). Der Ball ist während der Testübung regelrecht zu prellen und muss bei jeder Wende mit der von der Slalomstange entfernten Hand (Außenhand) geprellt werden. Die Zeitnahme startet mit Überqueren der Startlinie. Die Laufzeit wird gestoppt, wenn die/der Spieler/in nach dem dritten Durchlauf wieder über die Ziellinie läuft. Zu beachten ist die für Links- und Rechtshänder/innen unterschiedliche Startposition.

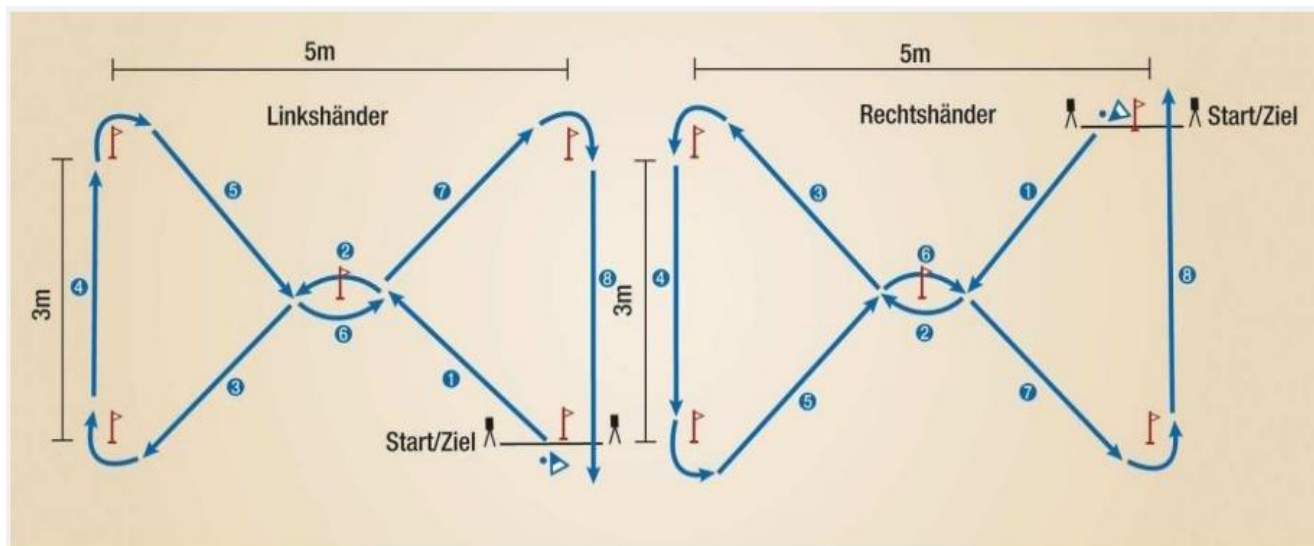


Abb. 1. Aufbau des Prellparcours im Rahmen der FMK (aus DHB, 2013, S. 29)

Materialbedarf

5 Slalomstangen, Markierungen für die Start-/Ziellinie, Handball für Damen (Größe 2) und Herren (Größe 3)

Bewertung

Gemessen wird die Gesamtzeit nach drei kompletten Durchläufen der Laufstrecke. Jede/r Teilnehmer/in hat zwei Versuche, der beste wird gewertet. Die zu erreichende Mindestzeit ist 26 sec. bei den Damen und 24 sec. bei den Herren.

Prüfungsübung 2: Spiel 2x3:3 - Regelgerechtes Spiel 2x3:3 (siehe Abb. 2)

Ablauf

Bildung von 3er-Gruppen (Mannschaften), die dann sich in Angriff und Verteidigung aufteilen und nach ca. 5 min. weiterrotieren. Eine 3er-Gruppe stellt zwei Torhüter und einen Schiedsrichter.

Kriterien

Demonstration sicherer Grundtechniken (passen, fangen, prellen, werfen), grundlegende Regelkenntnis (Schiedsrichterzeichen kennen)

Durchführung

Jede Gruppe ist mindestens einmal ca. 5 min. in Angriff, Verteidigung und besetzt die TW/Schiedsrichter-Position.

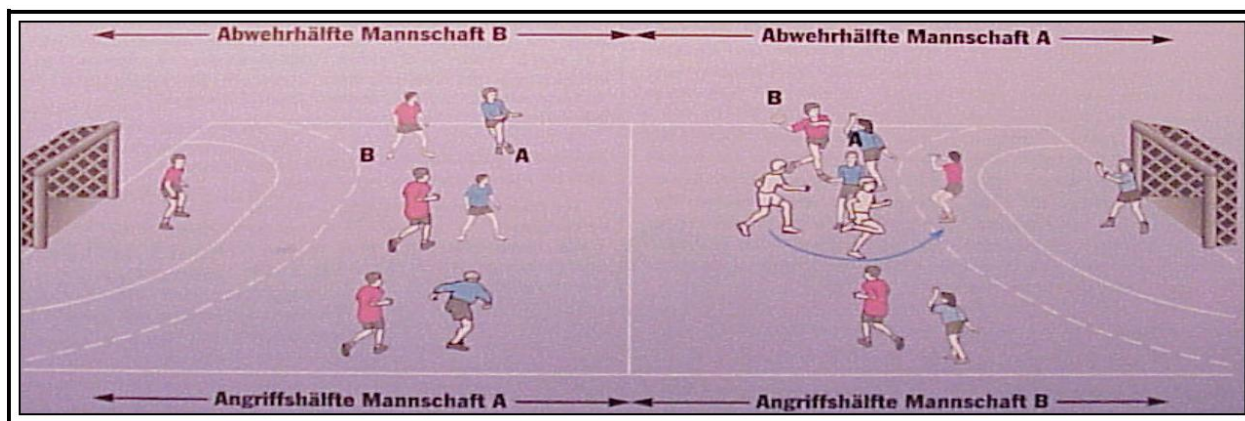


Abb. 2. Grundaufstellung zum Spiel 2x3:3 (aus Schubert & Späte, 1998, S. 355)

Literatur

Deutscher Handball-Bund [DHB]. (2013). *Testmanual zur Talentsichtung des DHB 2013*. Dortmund: Eigenverlag.

Schubert, R. & Späte, D. (1998). *Kinderhandball – Spaß von Anfang an*. Münster: Philippka.

Anhang

Tab. 1. Pellen im Achterlauf [Sek.] Vergleichswerte 2008-2012 (DHB, 2013, S. 30)

Jungen						
Alter [Jahre]	weit überdurchschnittlich	überdurchschnittlich	durchschnittlich	unterdurchschnittlich	weit unterdurchschnittlich	Datenbasis [N]
14	> 21,93	21,94 – 22,79	22,80 – 24,10	24,11 – 25,53	< 25,54	82
15	> 22,08	22,09 – 23,02	23,03 – 24,22	24,23 – 25,49	< 25,50	853
16	> 21,93	21,94 – 22,89	22,90 – 24,11	24,12 – 24,33	< 24,34	188
14-16	> 22,05	22,06 – 23,00	23,01 – 24,19	24,20 – 25,46	< 25,47	1123
Mädchen						
13	> 23,88	23,89 – 24,71	24,72 – 26,06	26,07 – 27,95	< 27,96	126
14	> 23,63	23,64 – 24,60	24,61 – 25,89	25,90 – 27,46	< 27,47	867
15	> 23,58	23,59 – 24,49	24,50 – 25,76	25,77 – 27,12	< 27,13	160
13-15	> 23,67	23,68 – 24,61	24,62 – 25,88	25,89 – 27,47	< 27,48	1153