Deutscher Handballbund

handball training

handball training JUNIOR

DURCHFÜHRUNGS-BESTIMMUNGEN

für eine einheitliche Wettkampfstruktur im Kinderhandball (mit Erläuterungen und Zusatzinformationen)

Verbindliche Fassung ab 2015/16

- allgemeine Leitlinien
- verbindliche Spielweisen
- Beobachtungskriterien
- Organisationsformen von Wettspielen
- Empfehlungen zur Umsetzung vor Ort

Altersgemäß und kindgerecht:
In großen Räumen offensiv und mannorientiert verteidigen!

Durchführungsbestimmungen für eine einheitliche Wettkampfstruktur im Kinderhandball

Vor Ihnen liegt die nunmehr revidierte Fassung der Durchführungsbestimmungen für eine einheitliche Wettkampfstruktur im Kinderhandball, die ab der Saison 2015/16 in allen 22 Landesverbänden des DHB für die Altersbereiche Minis (F-), E- und D-Jugend verbindlich wird. Landesverbandsübergreifende Durchführungsbestimmungen für den Jugendspielbetrieb (ab C-Jugend aufwärts) sollen erst ab der Saison 2016/17 in Kraft treten, nachdem die derzeit noch gültige Rahmentrainingskonzeption inhaltlich revidiert und entsprechende Neuregelungen in den zuständigen DHB-Gremien verabschiedet worden sind. Bis dahin liegen die Durchführungsbestimmungen für diese Altersbereiche weiter in der Verantwortung der Landesverbände.
Gemeinsames Ziel aller im Kinderhandball Beteiligten ist es, unsere Spielanfänger für den Handballsport zu begeistern und ihre Spielfähigkeit durch alters-und entwicklungsgemäße Trainingsinhalte und Methoden systematisch zu fördern.
Das offensive Verteidigen und damit Agieren in großen Räumen bleibt im Kinderhandball unsere übergeordnete Leitlinie. Damit soll gewährleistet sein, dass sich bereits unsere Spielanfänger in der zentralen Grundsituation des Handballspiels, der 1 gegen 1-Situation, altersgemäß in ihrer Spielfähigkeit entwickeln können.
Dem Spielen muss im Kinderhandball Vorrang eingeräumt werden, denn Spielen bedeutet immer Anwenden von Gelerntem und Entfalten der individuellen Kreativität. Wettkämpfe sind auch bei unseren Jüngsten „das Salz in der Suppe“, natürlich wollen auch Kinder in Vergleichsspielen und Turnieren gewinnen, die Ergebnisorientierung sollte aber bei unseren Trainerinnen und Trainern nicht im Vordergrund stehen. Deshalb lehnt der DHB auch Landesmeisterschaften im Kinderhandball ab!

Liebe Mitstreiter im Kinderhandball,
auch der Handball ist eine dynamische Sportart, die sich ständig weiter entwickelt, was die zweijährige Erprobungsphase im Vorfeld dieser Durchführungsbestimmungen mit vielen zum Teil kontroversen Vorstellungen zeigt hat. Ich wünsche mir einen Fortbestand dieser lebendigen Diskussion mit dem Ziel einer ständigen Weiterentwicklung unserer Sportart. Die vorgelegten Durchführungsbestimmungen sind insofern an manchen Stellen ein Kompromiss, der den bislang unterschiedlichen Erfahrungen in den Landesverbänden Rechnung trägt. Zugleich verpflichten diese Bestimmungen aber auch auf einen pädagogischen Konsens, der allen Trainerinnen und Trainern im Kinderhandball aufgrund ihrer besonderen Vorbildrolle gegenüber den Kindern wichtig sein sollte.

Dortmund, im Januar 2015

Michael Neuhaus
DHB-Bundeslehrwart

Inhalt

Präambel	4
Pädagogische Leitlinien	4
Übersicht	6
F-Jugend	8
E-Jugend	9
D-Jugend	13

Impressum

Verantwortliche Redaktion:
Michael Neuhaus

Konzept:
In Zusamenarbeit mit der Redaktion der Trainer-Fachzeitschriften *handballtraining* und *handballtraining junior.*

Gestaltung:
Lin Lütke-Glanemann

Fotos:
Conny Kurth

1 INFO

Präambel

(1) Die gezielte, methodisch aufgebaute individuelle Schulung unserer Nachwuchsspieler und Nachwuchsspielerinnen ist die klare Leitlinie unserer Rahmentrainingskonzeption für eine langfristig angelegte Handballausbildung.
(2) Der DHB verfolgt dabei die Philosophie, dass durch das Vorschreiben einer bestimmten Abwehrspielweise für diese Altersklassen – Manndeckung oder 1:5-Abwehr – auch im Wettspiel die Rahmenbedingungen geschaffen werden, unter denen unsere Kinder ihr individuelles Repertoire ausbilden und auf der Basis ihrer natürlichen Spielfreude eine altersgerechte Form der Spielfähigkeit entwickeln können.
Die taktische Schulung einer bestimmten Abwehrformation ist untergeordnetes Ziel.

Das Freilaufen in der Manndeckung ist ein wesentlicher Ausbildungsschwerpunkt zur Entwicklung der Spielfähigkeit der Kinder in der E- und D-Jugend.

Pädagogische Leitlinien im Kinderhandball

Die Lebenswelt unserer Kinder hat sich in den letzten Jahren enorm verändert. Viele aktuelle Untersuchungen belegen bei Schulkindern akuten Bewegungsmangel und Koordinationsschwächen bzw. sogar erhebliche gesundheitliche Mängel. Eine zeitgemäße Anpassung in den Kinder- und Jugendabteilungen der Vereine ist notwendig, um Handball alters- und entwicklungsgerecht spielen zu können.

Wichtig: Trainingsinhalte, Wettspiele und Spielregeln im Kinderhandball sind deshalb nicht mit denselben Maßstäben zu messen wie z. B. in den älteren Jugendspielklassen!

Im Folgenden die wesentlichen pädagogischen Leitlinien:

(1) Faszination und Spielfreude vermitteln!
Höchstleistungen, Titel und eine ausschließliche Ergebnisorientierung nach dem Vorbild des Erwachsenenhandballs kann und darf im Kinderhandball nicht die Leitlinie sein! Spielfreude und gemeinsame Erlebnisse (bei Sieg und Niederlage!) bilden das Fundament für ein lebenslanges Sporttreiben bzw. für eine echte Handballbegeisterung.

(2) Viele Einsatzzeiten ermöglichen!
Jedes Kind soll im Wettkampf gebührend zum Einsatz kommen! – diese Forderung ist oberste Maßgabe im Kinderhandball.

Der DHB empfiehlt den Vereinen, die Anzahl der eingesetzten Kinder zu begrenzen bzw. sie auf mehrere Teams zu verteilen, um allen möglichst viele Einsatzzeiten zu ermöglichen.

(3) Wettspiele am Alter und Könnensstand ausrichten!
Dieses Grundprinzip des entwicklungsgerechten Spielens bedeutet, dass Spielklassen nicht ausschließlich nach Alter und Leistung eingeteilt werden, wie beispielsweise im Jugend- und Erwachsenenhandball. Leistungsschwächere Kinder, Spätentwickler oder Quereinsteiger aus anderen Sportarten sollen im Verein die Möglichkeit haben, sofort und „ohne Druck“ Spielerfahrungen sammeln zu können.

(4) Entwicklungsgerechtes Spielen soll Spielfähigkeit und Kreativität entwickeln!
Nur allzu oft werden Kinder in ein „taktisches Korsett“ mit starren Spielpositionen und Spielweisen gepresst. Defensiv-Taktiken aus dem Erwachsenenhandball sind aber völlig fehl am Platz. Kinder sollen das Spiel zwanglos erleben und lieben lernen!

(5) Wettspiele müssen sich an kind- und entwicklungsgerechten Trainingsinhalten orientieren!
Noch immer wird die seit nunmehr über 20 Jahren bestehende DHB-Rahmentrainingskonzeption für das Training im Kinder- und Jugendhandball in den Vereinen nicht umfassend umgesetzt. Folgerichtig werden entwicklungsgerechte

2 INFO

Offensiv abwehren – die verbindliche Spielweise

Offensiv Abwehren ist von Anfang an eine klare Leitlinie der DHB-Rahmentrainingskonzeption für das Nachwuchstraining. Um diese Forderung im Training und Spiel endlich flächendeckend umsetzen zu können, muss sie im Kinderhandball für alle verbindlich werden.
Offensives abzuwehren hat viele Vorteile, denn offensives Abwehrspiel

- **schafft Lern- und Erfolgserlebnisse für jeden!**
- **schafft ein Spiel in Tiefe und Breite!**
- **fördert ein ausgeprägtes Mittelfeldspiel!**
- **ermöglicht die direkte Auseinandersetzung mit einem leistungsmäßig gleichen Gegenspieler (Spiel 1 gegen 1) anstelle einer abstrakten Zuordnung von Räumen in einer defensiven Abwehr!**
- **kreiert Angriffs„typen“, die Mut und Risikobereitschaft einbringen!**
- **ermöglicht ungezwungenes, freies und kreatives Spielen!**

Schulungsinhalte im Vereinstraining nur dann konsequent umgesetzt werden, wenn auch das Wettspiel entsprechende Anforderungen stellt!
Der DHB empfiehlt daher, begleitende Vielseitigkeitsarrangements in der E-Jugend als Wettkampf mit Eingang in die Gesamtwertung zu organisieren; eine entsprechende Umsetzung obliegt den Landesverbänden.

(6) Die pädagogische Zielperspektive: Ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen steht im Vordergrund!
Als einer der ersten Sportverbände überhaupt hat der DHB in seiner Rahmentrainingskonzeption eine pädagogische Zielperspektive formuliert:

Individuell betreuen, Persönlichkeit und sportliche Fähigkeiten fordern und fördern, die Spielfähigkeit langfristig und entwicklungsorientiert anlegen – das sollten die Bausteine eines pädagogisch orientierten Konzepts der Kinder- und Jugendarbeit in den Sportvereinen des DHB sein. Daran müssen sich auch die Wettspiele im Kinder- und Jugendhandball orientieren.

TABELLE 1

Der verbindliche Rahmen für F-, E- und D-Jugend

Spielidee	
Vorgesehene Wettkampforganisation	**Organisation der Spielrunde**
F-Jugend	
• Standard: 4 + 1 auf dem Querfeld • die in einzelnen Landesverbänden bewährte Spielform „Aufsetzerhandball“ ist zulässig • Torhöhe 1,60 m • Ballgröße 0	• Spielfest • keine Ergebnis-/Tabellendokumentation • Teilnahme wertschätzen (Urkunden, Medaillen etc.)
E-Jugend	
• Standard: 6 + 1 • binnendifferenzierende Sonderformen: – 4 + 1 (Spielanfänger) – 2 mal 3 gegen 3 • Torhöhe 1,60 m • Ballgröße 0	• vorgesehen: Kleinturniere (mit 3 Mannschaften) • Meisterschaften nur auf Kreisebene
D-Jugend	
• 6 + 1 • Torhöhe 2,00 m • Ballgröße 1	• Einzelspiele • Turnierform weiterhin möglich • keine Landesmeisterschaft

Verhalten der Schiedsrichter bei Nicht-Einhaltung der verbindlich vorgegebenen Spielweise

Bei der F-Jugend steht das freie Spiel ohne Einschränkungen und Vorgaben im Vordergrund.

Für die E- bzw. die D-Jugend enthalten diese Durchführungsbestimmungen demgegenüber verbindliche Regelungen, die den Mannschaften bestimmte Abwehrspielweisen vorschreiben:

- In der E-Jugend ist die Manndeckung die einzig zulässige Abwehrspielweise. Dabei liegt es im Ermessen der Mannschaften, ob sie die Manndeckung auf dem ganzen Spielfeld oder nur in der eigenen Hälfte praktizieren.
- In der D-Jugend dürfen die Mannschaften die aus der E-Jugend bekannten Formen der Manndeckung fortführen oder eine 1:5-Abwehr (= offensiv-mannorientierte Raumdeckung) anwenden.

▶ auf Ballgewinn orientiert		▶ offensiv-aktiv
Altersspezifische Spielweise	**Altersspezifische Regelvorgaben**	**Begleitende Vielseitigkeitsarrangements**
• freies Spiel mit/um den Ball • Spiel auf Tore	• pädagogisch pfeifen • keine Zeitstrafen	• verbindlich • vielseitiger Bewegungsparcours im Rahmen des Spielfests
• Manndeckung auf dem ganzen Spielfeld • Manndeckung nur in der eigenen Hälfte	• nur persönliche Zeitstrafen (= keine Mannschaftsreduzierung) • Strafwurf per Penalty	• empfohlen • Durchführung als Wettkampf mit Eingang in die Gesamtwertung ist zulässig
• Manndeckung • sinkende Manndeckung • 1:5-Abwehr • keine Einzel-Manndeckung • TW darf nicht über die Mittellinie	• nur persönliche Strafen (= keine Mannschaftsreduzierung)	• nicht vorgesehen

Für die Einhaltung dieser Vorgaben in E- und D-Jugend sind die Schiedsrichter verantwortlich und verfügen zu diesem Zweck über ein entsprechendes Instrumentarium an Sanktionen.

Sanktionsregelung obliegt den Landesverbänden

In der Vergangenheit haben die Landesverbände unterschiedliche praxistaugliche Modelle entwickelt, die die Anwendung von Sanktionsmaßnahmen und eine Progressionsfolge beschreiben. Diese haben sich in der Praxis bewährt und sind den Schiedsrichtern bekannt. Aus diesem Grund wird an dieser Stelle auf eine dezidierte Vorgabe, wie sich Schiedsrichter bei Verstößen gegen die vorgeschriebene Abwehrspielweise zu verhalten haben, verzichtet. Entsprechende Regelungen sind von den Landesverbänden in ihren Durchführungsbestimmungen festzulegen.

F-Jugend

Verbindliche Vorgaben

- 4 + 1 auf dem Querfeld + Spielfest/Spiellandschaft
- Aufsetzerhandball ist zulässig
- vielseitiger Bewegungsparcours
- freies Spielen
- Tore: Minihandballtore (sichere Aufstellung) oder Vorrichtungen zum Abhängen der normalen Tore auf 1,60 m Höhe

Erläuterungen zu einer kindgerechten Durchführung

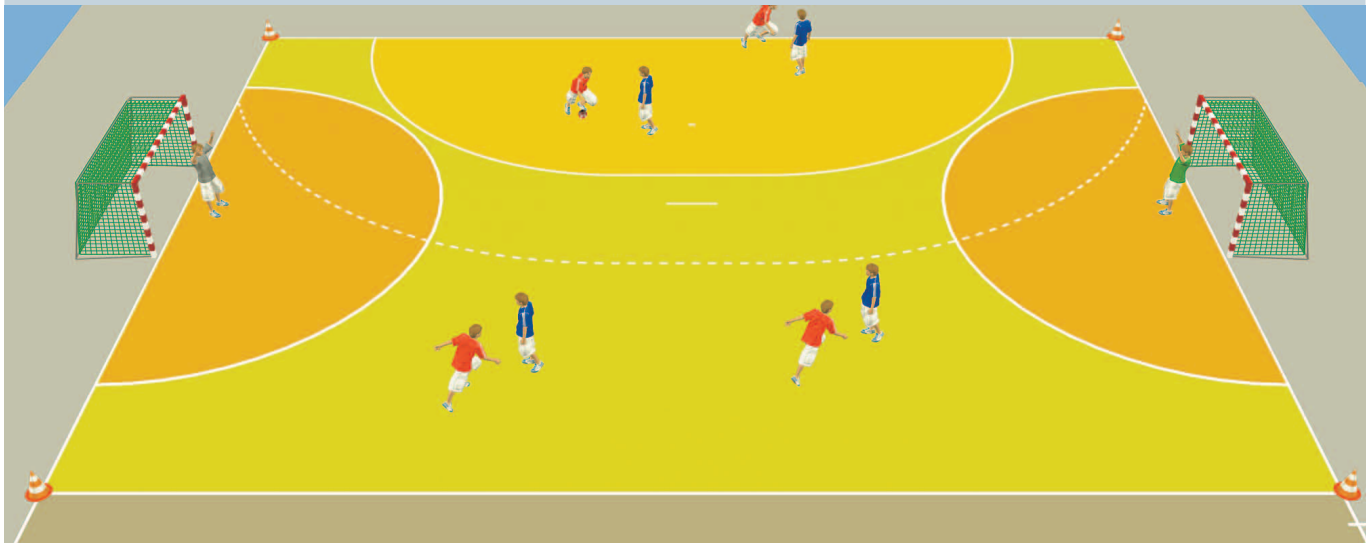
- Im Mittelpunkt steht das (Spiel-)Erlebnis der Kinder. Darin sollen sie von allen Seiten (Trainer, Schiedsrichter, Organisatoren, Eltern, Zuschauer) positiv unterstützt werden!
- **Wichtig:** Keine Einzelspiele, sondern nur Turniere mit mehreren Mannschaften durchführen. Das betont den Event-Charakter (Spielfest!) und stellt sicher, dass die Kinder ausreichend Gelegenheit haben, die Spiellandschaft/den Bewegungsparcours zu nutzen.
- Keine taktischen Vorgaben, sondern freies Spiel: Das Erkämpfen des Balls steht im Mittelpunkt.

Hinweise für die Spielleitung/Empfehlungen zur Spielordnung

- Pädagogisch pfeifen: Der Schiedsrichter sollte erklären, erziehen, ggf. ermahnen, aber nicht bestrafen oder sanktionieren!
- Keine Festlegung der Spielerzahl pro Mannschaft: Jedes Kind soll spielen können. Aber: Bei größerer Spielerzahl mehrere Mannschaften bilden (ggf. direkt am Spieltag!), damit alle Kinder ausreichend spielen können.
- Mädchen und Jungen spielen zusammen.
- Keine Spielerpass-Pflicht: Aus versicherungsrechtlichen Gründen ist jedoch eine Mitgliedschaft im Verein notwendig.
- Es werden keine Tabellen erstellt und keine Meisterschaften ausgespielt. Alle Kinder sind Sieger.

3 INFO

Handballspiel 4+1 auf dem Querfeld



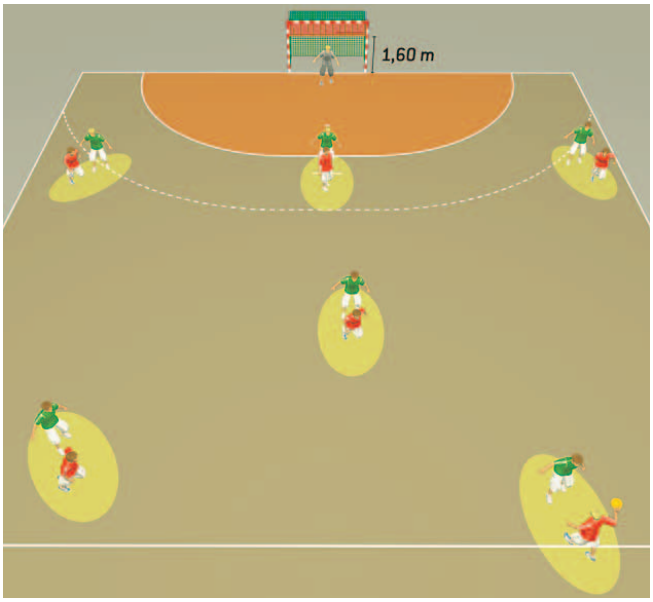
E-Jugend

Verbindliche Vorgaben

- 6 + 1; Manndeckung im ganzen Feld bzw. im Halbfeld
- zusätzliche Nebenformen:
  - 4 + 1 auf dem Querfeld (für Spielanfänger)
  - 2 mal 3 gegen 3 (s. S. 7)
- Penalty statt 7-Meter-Strafwurf
- Torwart darf nicht über die Mittellinie
- 1,60 m Torhöhe; Ballgröße 0

Erläuterungen

- Aufstellung mindestens in der eigenen Spielfeldhälfte außerhalb der Nahwurfzone
- Klare Zuordnung: ein Verteidiger gegen einen Angreifer (siehe Abbildung rechts)
- Angreifer, die in die Nahwurfzone laufen, werden begleitet.
- Bei Nicht-Einhaltung verfahren die Schiedsrichter gemäß den in den Durchführungsbestimmungen der Landesverbände festgelegten Sanktionsregularien.
- Begleitende Vielseitigkeitsarrangements, deren Ergebnisse in die Gesamtwertung einfließen können, werden empfohlen (Regelung in den Landesverbänden).



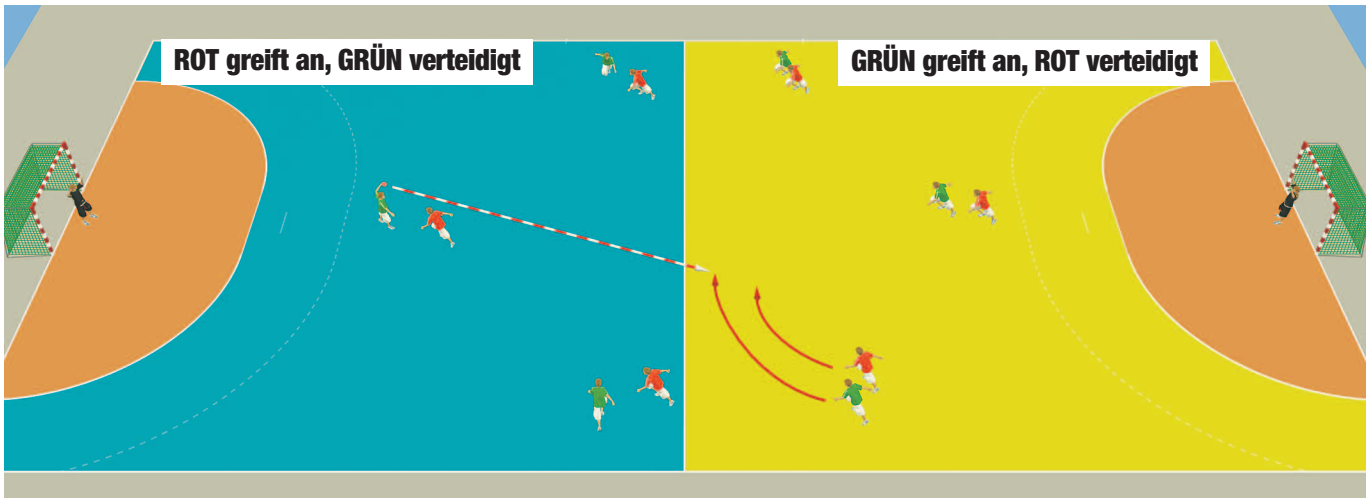
4 INFO

Verbindliche Spielweise in der Abwehr: Manndeckung

Beobachtungskriterien:
Grundsätzlich können in der E-Jugend verschiedene Variationen der Manndeckung gespielt werden:

- **Manndeckung auf dem gesamten Spielfeld**
- **Manndeckung ab der Mittellinie**
- **Angreifer, die in die Nahwurfzone laufen, werden begleitet.**
- **Klare Zuordnung: Ein Verteidiger gegen einen Angreifer (= Spielerpaare: ein Angreifer – ein Verteidiger)**
- **Wichtig: Defensive Spielweisen in einer Raumdeckung (6:0-, 5:1-, 4:2-Abwehr) und Einzel-Manndeckungssysteme (z. B. 5:0+1-, 4:0+2-Abwehr) sind untersagt!**

Differenzierung: Zweimal 3 gegen 3



Organisation/Ablauf

Es spielen zwei Mannschaften (ROT, GRÜN) mit der „normalen" Spielerzahl (6 Feldspieler plus 1 Torwart) gegeneinander. Das Spielfeld wird für jede Mannschaft in eine Angriffs- und eine Abwehrhälfte unterteilt. In jeder Hälfte halten sich jeweils drei Feldspieler pro Mannschaft auf: In einer Hälfte spielen drei Abwehrspieler von ROT gegen drei Angreifer von GRÜN (gelbe Hälfte); in der anderen Hälfte spielen drei Abwehrspieler von GRÜN gegen drei Angreifer von ROT (blaue Hälfte).

Spielregeln

- Es wird in beiden Hälften Manndeckung gespielt.
- Die Mittellinie darf von keinem Spieler überschritten werden!
- Der Torhüter bringt (auch nach Gegentoren) den Ball per Abwurf aus dem Torraum ins Spiel: Er passt zu seinen Mitspielern in der eigenen Hälfte, die den Ball zu den Mitspielern in der Angriffshälfte weiterspielen.
- Der Gegner darf beim Abwurf durch den Torwart den Raum zwischen Torraum- und Freiwurflinie nicht betreten!
- Der Torwart darf auch direkt in die Angriffshälfte passen.
- Das Rückspiel aus der Angriffshälfte in die Abwehrhälfte ist erlaubt.
- Spielerwechsel werden in beiden Wechselräumen vorgenommen, die aber nicht den Mannschaften, sondern den Spielfeldhälften zugeordnet sind.
- Die Trainer sorgen (z. B. im Rotationsverfahren) dafür, dass alle Spieler als Angreifer *und* als Abwehrspieler zum Einsatz kommen.

Verbindliche Regelungen für die E-Jugend

- In der E-Jugend werden Meisterschaften nur auf der untersten Ebene der Spielbetriebsorganisation (Kreisebene) ausgespielt, um einer ausschließlich ergebnisorientierten Spielweise keine zu große Bühne zu bieten. Ein Verzicht auf das Ausspielen einer Meisterschaft (wie in der F-Jugend) ist zulässig.
- Die angesetzten Spielrunden sind aber verbindlich.
- Spielklassen auch nach dem Könnensstand einrichten:

Für Spielanfänger oder ungeübte Kinder kann z. B. eine E-Jugend-Sonderstaffel eingerichtet werden. Hier wird weiterhin in Turnierform 4 + 1 auf dem Querfeld gespielt. Es wird Manndeckung auf dem ganzen Spielfeld gespielt. Die Einteilung von Sonderstaffeln erfolgt nach Leistungseinschätzungen der Verantwortlichen vor Saisonbeginn. Parallel dazu wird mit fortgeschrittenen Spielern das Spiel auf dem normalen Feld angeboten. Aufgrund individueller Leistungsfortschritte in dieser Altersklasse sollten die Spielklassen durchlässig sein. Ein Wechsel der Spieler zwischen verschiedenen Könnensstufen innerhalb eines Spieljahres sollte ermöglicht werden.

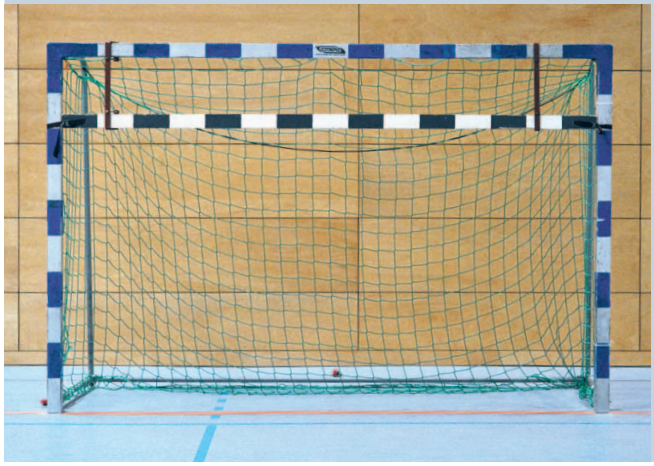
- Mädchen und Jungen können zusammen spielen.
- Team-Time-out für jede Mannschaft pro Halbzeit, um z. B. Zuordnungen in der Manndeckung zu erklären.
- Einzelspiele möglichst vermeiden und Wettspiele in Turnierform austragen
- Aufgrund unterschiedlicher Körpergrößen in der E-Jugend und um technisch falsche Wurfausführungen zu vermeiden, wird die Torhöhe in der E-Jugend abgesenkt.

Dazu können Minihandballtore (sichere Aufstellung!) oder Vorrichtungen zum Abhängen der normalen Tore auf 1,60 m Höhe verwendet werden.

- Ballgröße: Gr. 0! Der Umfang des Balls darf zwischen 46 und 48 cm variieren, das Gewicht bis zu 260 Gramm betragen. Die Beschränkung auf Ballgröße 0 trägt dazu bei, dass die Kinder den Ball sicherer greifen können, was Voraussetzung für eine saubere Wurftechnik ist.
- Die Regelungen für die Spielform 2-mal 3 gegen 3 sind in Praxis 1 beschrieben.
- Penalty statt 7-Meter-Strafwurf (s. S. 8)

INFO 5

Hinweise zur Torabhängung



Safety first!

Vergewissern Sie sich, dass die Torabhängung ordnungsgemäß angebracht wurde und dass die Handballtore auch mit der installierten Torabhängung standfest aufgebaut sind!
In der Vergangenheit hat es Unfälle mit umkippenden Toren gegeben, die zu schweren Verletzungen geführt haben. Daher müssen die Tore fest im Boden oder an der hinter ihnen befindlichen Wand verankert sein, sodass sie weder kippen noch sich verschieben können.

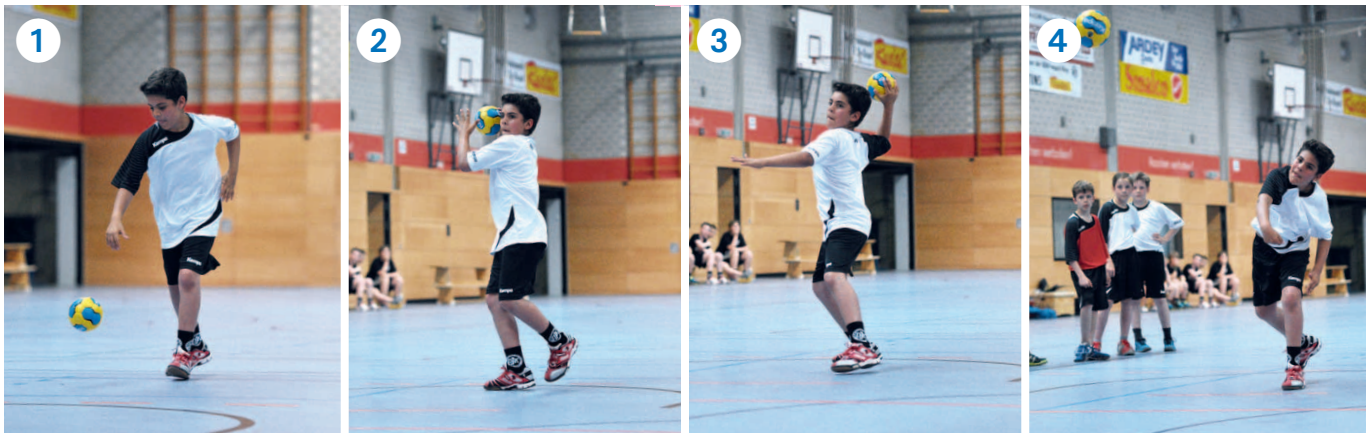
Penalty statt 7-Meter-Wurf

Durch einen 7-Meter-Strafwurf soll in der Regel eine Torchance, die nicht-regelkonform vereitelt wurde, für die benachteiligte Mannschaft wiederhergestellt werden. Da E-Jugendliche häufig nicht über die erforderliche Wurfhärte und -präzision verfügen, wird diese Intention oft nicht erreicht. Aus diesem Grund wird statt eines 7-Meter-Strafwurfs ein sogenannter Penalty durchgeführt.

Hinweise zur Durchführung des Penaltys

In einem zentralen Spielstreifen (= gedachte Linie zwischen den Torpfosten) startet ein Spieler mit Ball aus einer beliebigen Entfernung Richtung Tor. Dabei muss er die Schrittregel beachten und ggf. prellen/tippen (Bildreihe 1) oder ohne Prellen/Tippen anlaufen (Bildreihe 2). Zwischen der Torraum- und Freiwurflinie wirft er mit einem Schlagwurf auf das Tor. Alle übrigen Mit- und Gegenspieler müssen sich außerhalb des zentralen Spielstreifens platzieren.

BILDREIHE 1



BILDREIHE 2

Von der Manndeckung in F- und E-Jugend ...

... zur offensiven 1:5-Raumdeckung in der D-Jugend!

D-Jugend

Verbindliche Vorgaben

- 6 + 1 (keine Nebenformen)
- Manndeckung
- Sinkende Manndeckung außerhalb der Freiwurflinie
- 1:5-Abwehrformation (erste offensive Raumdeckung)
- keine Einzelmanndeckung (auch in Unterzahl)
- Torwart darf nicht über die Mittellinie

Verbindliche Spielweisen: Von der Manndeckung zur ersten offensiven Raumdeckung

In der D-Jugend sollte zunächst die Manndeckung – auf dem ganzen Feld oder ab Mittellinie – weitergespielt werden. Die Erfahrung zeigt aber, dass der direkte Wechsel von der Manndeckung zur ersten offensiven Raumdeckung (1:5-Abwehr) oft zu schwierig ist.

Sie sinkende Manndeckung (Grundprinzipien: kein Abwehrspieler verteidigt vor dem Ball; im Spiel 1 gegen 1 ohne Ball auf Ballhöhe absinken) stellt dabei eine sehr gute methodische Zwischenstufe dar (siehe Info 6), da z. B. bereits wichtige Elemente wie das Sichern und Helfen in den Vordergrund rücken.

In der folgenden 1:5-Raumdeckung muss dann grundsätzlich offensiver verteidigt werden. Eine Grundaufstellung aller Verteidiger innerhalb der Nahwurfzone ist untersagt. Angreifer, die in die Nahwurfzone laufen, dürfen begleitet werden (siehe Info 8). Ballführende Angreifer im Rückraum werden vor der Freiwurflinie im Tiefenraum unter Druck gesetzt.

Info 7 gibt noch einmal einen zusammenfassenden Überblick über den Weg von der Mann- zur ersten offensiven Raumdeckung.

INFO 6

So funktioniert die „Sinkende Manndeckung“

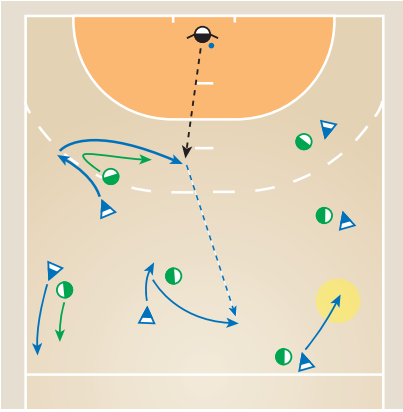
1. **Die Abwehrspieler sollen sich spätestens auf Höhe der Wechselmarke im eigenen Halbfeld ihrem jeweiligen Gegenspieler zuordnen (Bild 1).**
2. **Die Abwehrspieler agieren grundsätzlich zwischen dem Gegner und dem eigenen Tor.**
3. **Die Abwehrspieler sollen ihren Gegenspieler und den Ball beobachten.**
4. **Benachbarte Abwehrspieler sollen gegen mit Ball durchbrechende Angreifer aushelfen (Bild 2).**

1) Entnommen aus dem Beitrag von Klaus Feldmann: Die sinkende Manndeckung. Zeitschrift *handballtraining Junior* Heft 1/2012, Seite 32-41.

7 INFO

Der Weg von der Mann- zur Raumdeckung

Schritt 1 — Manndeckung auf dem ganzen Feld

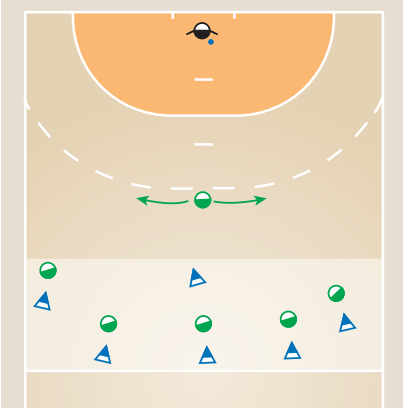


- Direkt nach Ballverlust sucht jeder Abwehrspieler seinen persönlichen Gegenspieler.
- Jeder Abwehrspieler deckt seinen Gegenspieler unabhängig von dessen Position und dem Ballort.
- Die Zuordnung Angreifer – Verteidiger wird permanent aufrecht erhalten.

Vorteile

- einfache Zuordnung der Spieler, da sie auf dem Leistungsvermögen der einzelnen Abwehrspieler basiert
- Lernerlebnisse in großen Räumen
- Ballgewinn steht im Mittelpunkt
- Förderung des schnellen Umschaltens von Angriff auf Abwehr
- einfache Variante der Manndeckung ab der E-Jugend

Schritt 2 — Manndeckung ab der Mittellinie

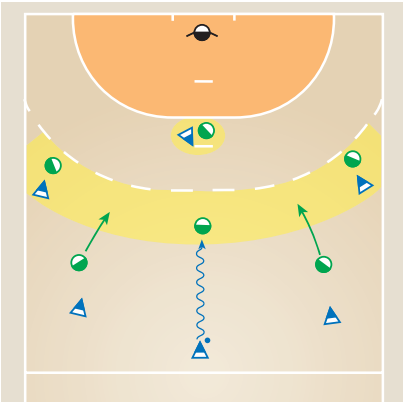


- Nach Ballverlust laufen alle Abwehrspieler über die Mittellinie zurück.
- Jenseits der Mittellinie erfolgt dann die Zuordnung zum Gegenspieler.
- **Libero-Variante:** Ein Verteidiger sichert hinter den Mitspielern gegen durchlaufende Angreifer (s. Abb.).
- Der Libero übernimmt im Folgenden den in die Nahwurfzone laufenden freien Gegenspieler.

Ziele

- Die Mittellinie stellt eine klar definierte optische Lernhilfe für alle Abwehrspieler dar, damit die Zuordnung Abwehrspieler – Angreifer besser gelingt.
- Das Spiel 1 gegen 1 ohne und mit Ball wird nun in einem kleineren Tiefenraum gespielt.

Schritt 3 — Sinkende Manndeckung



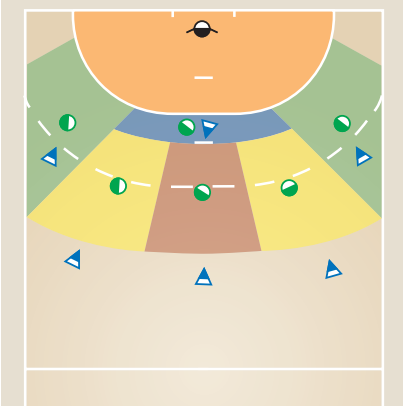
Spielweise

- Nach Überqueren der Mittellinie erfolgt die Zuordnung Abwehrspieler – Angreifer erst in der eigenen Hälfte.
- Abwehrspieler **ohne** Ball „sinken“ auf Ballhöhe zurück. In dieser Position können sie sichern und helfen.
- Wichtig: **Kein** Abwehrspieler verteidigt vor dem Ball!

Ziele

- Verdichten der Räume in Breite und Tiefe
- Forcieren des Zusammenspiels der Abwehrspieler (Helfen, Übergeben/Übernehmen)
- Es entsteht ein fließender Übergang zur 1:5-Abwehrformation.

Schritt 4 — Raumdeckung: 1:5-Abwehr



Spielweise

- Jeder Abwehrspieler ist nicht mehr ausschließlich für einen Gegenspieler, sondern für einen **Raum/Sektor** (s. Abb.) verantwortlich.
- Direkte Gegenspieler in diesem Raum werden bekämpft.
- Wechselt der Angreifer in andere Räume, wird er, wenn möglich, übergeben.

Ziele

- In den einzelnen Räumen, vor allem auf den Außen- und Halbpositionen sowie der Vorne-Mitte-Position wird aktiv und offensiv verteidigt.
- zentrales Abwehrziel ist der Ballgewinn
- Das Zusammenspiel der Abwehrspieler wird, trotz der weiterhin größeren Räume, weiterentwickelt.

8 INFO

Beobachtungskriterien für das Spielen in der 1:5-Abwehr

Grundaufstellung

In der 1:5-Abwehr agieren 5 Abwehrspieler mannorientiert vor der Freiwurflinie aktiv und offensiv im Tiefenraum. Ein Abwehrspieler verteidigt mannorientiert gegen den Kreisspieler. Eine Grundaufstellung aller Verteidiger innerhalb der Nahwurfzone ist untersagt.

Eine Ausgangsposition der 5 Abwehrspieler auf Höhe der Freiwurflinie ist möglich. Der jeweils ballführende, in Richtung Tor agierende Angriffsspieler muss im Rückraum von seinem Gegenspieler offensiv angegriffen und unter Druck gesetzt werden.

VERBOTEN

Eine fortlaufende enge Manndeckung nur eines Angreifers oder eine Manndeckung mehrerer Gegenspieler ist nicht erlaubt.

VERBOTEN

Im Bild links und im Bild oben ist deutlich zu erkennen, dass ein Verteidiger den linken Rückraumspieler permanent gegen ein Anspiel abschrimt. Diese Einzelmanndeckung ist verboten.

Aktive Abwehr: Passwege versperren

Grundsätzlich sollen die Abwehrspieler aus ihrer Grundposition aktiv die Angreifer unter Druck setzen. Bei Ballannahme von RL agiert der Vorne-Mitte in einer offensiven Grundposition.

Jetzt greift Vorne-Mitte überraschend RM an und versperrt kurzfristig den Passweg zu ihm. RL muss einen langen Pass spielen, den die Abwehr (HL) abfängt! Solche kurzfristigen aktiven Abwehrspielweisen sind nicht mit Einzelmanndeckung zu verwechseln.

Übergänge: Angreifer begleiten

In dieser Situation läuft RL nach Pass zum RM ohne Ball in Richtung Nahwurfzone, um im Folgenden dort eine zweite Kreisspieler-Position einzunehmen.

Angreifer, die in die Nahwurfzone laufen (= Übergang von den Rückraum- oder Außenpositionen), dürfen begleitet werden. Die abwehrende Mannschaft darf jetzt eine aktive 2:4-Abwehr spielen!