

1. Kompetenzen

Entscheidungsverhalten:

Der/die Spieler*in erkennt in einer Spielsituation die taktisch optimale Spielhandlung und führt sie aus.

Beispiele: Nutzt Abschlussmöglichkeiten/ Kann durch Passen, Fangen und Prellen den Ballbesitz sichern/ Wendet Abwehrtechniken situationsgerecht an

Technikanwendung/-ausführung

Der/die Spieler*in kann handballspezifische Grundtechniken situationsgerecht anwenden und sicher ausführen.

Beispiele: Schlagwurf, Sprungwurf, Täuschungen, Abwehrgrundbewegungen

Verhalten/ Bewegung ohne Ball (Support)

Der/die Spieler*in führt unterstützende Angriffs- und Abwehrbewegungen aus.

Beispiele: Raumentlastende Parallelstoß- oder Kreuzbewegungen/ Sperren/ Sichern und helfen in der Verteidigung

Entscheidungsverhalten (1/3)	Technikausführung (1/3)	Bewegung ohne Ball (1/3)	Praktische Note
Angriff: Räume erkennen und nutzen, Wurfauswahl, Torwartposition erkennen Verteidigung: Orientierung zum Ball und Gegenspieler, Passwege erkennen, Räume eng machen	fangen, passen, prellen, werfen, täuschen, verteidigen	Angriff: stoßen, kreuzen, anspielbar sein Verteidigung: sichern und helfen Umschaltspiel: schnelles Umschalten	

2. Knotenpunkte Grundtechniken

Prellen

- Regelkonform
- Taktisch vorteilhafte Hand

Passen

- Situationsgerechte Auswahl der Passart
- Präzises Passen in die Bewegung

Fangen

- Schnelle und sichere Ballkontrolle

Wurf

- Rotation oder Bogenspannung im Oberkörper
- Ellenbogen in Wurfbewegung auf Kopfhöhe vor Ellenbogen (außer beim Hüftwurf)
- Kinematische Kette: Schulter, Ellenbogen, Handgelenk
- Gewichtsverlagerung und Durchschwingen des Wurfarm

Körpertäuschung

- Glaubliches Angreifen einer Lücke
- Explosive Gegenbewegung
- Torgefährliche Aktion plus Wurf, Abspiel oder Anspiel

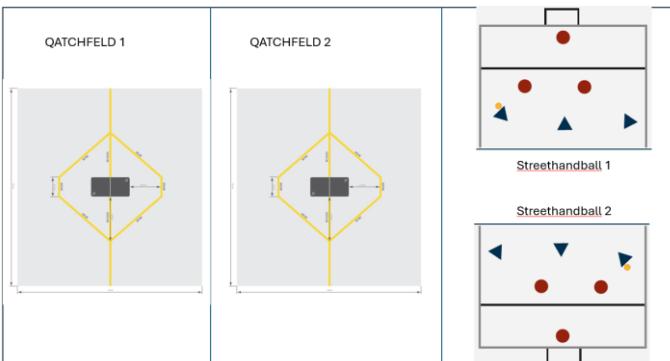
Verteidigen

- Situationsgerechte Positionierung zwischen ballbesitzendem Gegenspieler und dem Tor
- Aktives Verteidigen durch regelgerechte Kontaktaufnahme und aktive Beinarbeit

3. Prüfungsformen:

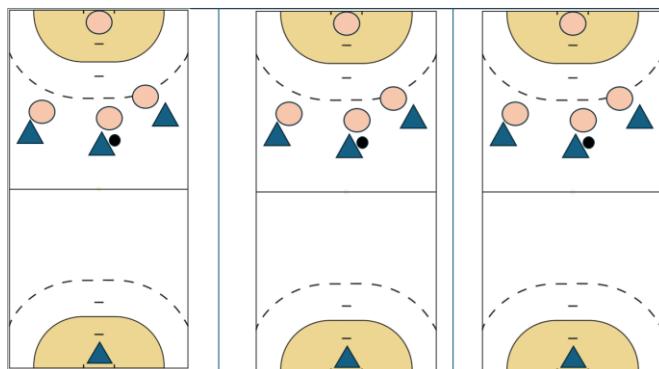
Teil 1: Qatch und Streethandball (3er Gruppen)

- Überzahl Spiele in selbstgewählten, zufälligen, ggf. gelosten 3er Gruppen
- Zwei Streethandball und zwei Qatch Spiele gleichzeitig
- je zwei Spiele a' ca. 5, dann Wechsel der Spielformen und erneut zwei Spiele a 5 Minuten (ca. 20 Minuten plus 5' Wechsel)



Teil 2: 3⁺¹ gegen 3⁺¹ (4er Gruppen)

- auf drei Handball-Querspielfeldern ohne Anwurf
- in 1 gegen 1 Verteidigung in eigener Spielhälfte
- mit Torwartwechsel bei Ballbesitz (nach gehaltenem Ball, bzw. Spieler*in, die im vorigen Angriff ein Tor geworfen hat)
- 10-15 Minuten Spielzeit alle gleichzeitig (plus 5' Wechsel)



Teil 3: 4:4 in festgelegten Prüfungsteams aufs große Handballfeld

- Spiel mit gruppentaktischen Auslösehandlungen (Übergänge in die Tiefe, Positionswechsel in die Breite)
- Spiele mit Gegenstoßphase und bei erfolgreichen Torabschluss zweiter Positionsangriff
- Turnier 4er Teams plus Torwart von Gastmannschaften und ggf. Gastspielern
- Zwei Schiedsrichter
- Jeder gegen Jeden mit kurzen, intensiven Spielen
- jedes Team mind. 2 Spiele
- Gesamtspielzeit 40-60 Minuten für alle Spiele

