



Wie aus Brennball Baseball wird

Dieses Infomaterial soll, Sportlehrenden die Sportarten Baseball und Softball so nahe bringen, dass sie das neu erworbene Wissen direkt im Sportunterricht anwenden können. Im Mittelpunkt stehen dabei die sportartspezifischen Techniken wie Fangen, Werfen und Schlagen sowie deren taktische Bedeutung.

Den Sportlehrern wird gezeigt, wie durch das Baseballspiel kognitive und koordinative Fähigkeiten gefördert und gefordert werden. Im zweiten Teil der Fortbildung wird das Gelernte praktisch im Spiel umgesetzt. Verschiedene Spiel- und Übungsformen werden vorgestellt, die sich an die unterschiedlichen Situationen und Gegebenheiten im Schulsport anpassen lassen. Es wird auch der koedukative Charakter des Spiels beschrieben und verdeutlicht, wie alle Schüler entsprechend ihrer individuellen Fähigkeiten im Team eingesetzt werden können.



Allgemeines

Ein häufiger Fehler im Schulsport ist es, Baseball als Leistungssport umsetzen zu wollen. Aufgrund von Sicherheitsaspekten und der Spielstruktur ist dies von vornherein zum Scheitern verurteilt. Stattdessen sollte Baseball in der Schule als Softball mit angepassten Sportgeräten und Regeln gespielt werden. So wird Baseball zu einem optimalen Spiel für den Sportunterricht, das Schülerinnen und Schülern unter verschiedenen räumlichen Voraussetzungen Spaß am Sport vermittelt. Ein weiterer wichtiger Aspekt beim Baseball ist das Training der Hand-Koordination. Der Schüler trägt den Handschuh an der schwächeren Hand, um den Ball mit der stärkeren Hand zu werfen. Die komplexen Bewegungen erfüllen die Anforderungen an qualitativ hochwertige Bewegungen. Durch methodische Maßnahmen können diese Bewegungen vereinfacht werden.

Die ersten Schritte

Nun werden die Baseballhandschuhe verteilt. Um sich an das ungewohnte Sportgerät zu gewöhnen, bilden die Teilnehmenden Paare und werfen sich, während sie sich frei im Raum bewegen, einen Tennisball zu. Der Einsatz von Tennisbällen hat einen besonderen Grund: Aufgrund ihres geringen Gewichts sind sie relativ schwer zu fangen, wodurch keine Verletzungsgefahr besteht. Nach etwa fünf Minuten wird die Übung beendet, und die Teilnehmenden berichten von ihren Erfahrungen mit dem Handschuh. Es wird deutlich, dass der Ball zwischen Daumen und Zeigefinger gefangen werden muss, um den Anforderungen im Spiel gerecht zu werden. Auch das „Schnappen“ nach dem Ball erweist sich als hinderlich.

Anschließend werfen sich die Paare aus dem Stand den Ball zu, bevor das erste Spiel beginnt. Hierbei stellen sich die Partner in etwa acht Metern Entfernung auf und werfen sich den Ball so zu, dass er nicht zu Boden fällt. Nach der Eingewöhnungsphase empfiehlt es sich, altersgerechte Baseballs zu verwenden, da diese besonders motivierend wirken. Durch den Einsatz unterschiedlicher Bälle lassen sich die Spielformen leicht an das Spielniveau der Kinder anpassen. Ideal sind Softcore-Bälle, da sie das Originalgewicht eines Baseballs besitzen, genauso aussehen, aber deutlich weicher sind.

Spiel 1 - Bases Verteidigen

Spielfeld: Definiertes Spielfeld

Equipment: Tennisball, Handschuhe, 4 Bases

Ziel: Kennenlernen des Spiels

Ein Spielfeld, das durch Linien begrenzt ist (z.B. ein Volleyballfeld), wird festgelegt. An allen vier Ecken, jeweils einen Meter außerhalb des Spielfelds, wird eine Base platziert. Jede Mannschaft hat die Aufgabe, die beiden Bases auf ihrer Seite zu verteidigen. Punkte werden erzielt, indem ein Spieler den Ball innerhalb des Spielfelds auf eine der Bases wirft. Wenn ein Spieler mit dem Ball das Spielfeld verlässt, erhält die gegnerische Mannschaft den Ball. Der Spieler mit dem Ball darf nur einen Sternschritt machen. Läuft er mit dem Ball, wechselt der Ballbesitz ebenfalls. Aus Sicherheitsgründen darf der Ball nur als Unterarmwurf (Toss) geworfen werden.

Variationen:

- Die Größe des Spielfelds kann nach Anzahl der Spieler angepasst werden.
- Als Aufwärmspiel zu Beginn der Stunde empfiehlt es sich, das Feld kleiner zu machen. Am Ende der Stunde kann es größer sein.
- Die erlaubten Schritte für den ballführenden Spieler können nach belieben verändert werden.



Spiel 2 - Baserunning

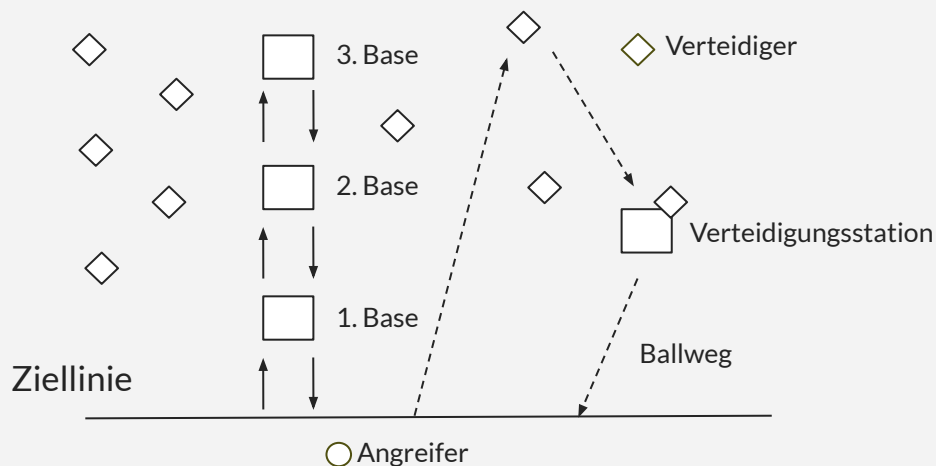
Spielfeld: Komplette Halle

Equipment: Baseball, Handschuhe, 3 Bases, Home Plate

Ziel: Kennenlernen des Spiels

Regeln: „Fly-out“, Angriffsreihenfolge und Angriffswechsel

Zwei gleichstarke Mannschaften werden gebildet, wobei eine Mannschaft im Angriff und die andere in der Verteidigung spielt. Die angreifende Mannschaft startet das Spiel, indem sie den Ball von einer festgelegten Markierung wirft. Die Reihenfolge der Angreifer wird festgelegt, sodass jeder Spieler nacheinander und einzeln antritt. Nachdem der Angreifer den Ball ins Spiel gebracht hat, versucht er, mindestens bis zur ersten der drei hintereinander liegenden Bases und zurück zum Ausgangspunkt zu gelangen. Gelingt ihm dies, erzielt er einen „Run“ (Punkt) für sein Team. Läuft er jedoch bis zur zweiten oder dritten Base und schafft es zurück, erhält er entsprechend mehr Runs. Die Verteidigung versucht, dies zu verhindern. Wenn sie den geworfenen Ball aufnimmt und über einen Verbindungsspieler den Ball zum Ausgangspunkt (über die Linie) bringt, bevor der Angreifer diesen erreicht, ist der Angreifer „out“ und erzielt keinen Punkt. Eine weitere Möglichkeit, den Angreifer „out“ zu setzen, besteht darin, den geworfenen Ball direkt aus der Luft zu fangen. In diesem Fall ist der Angreifer sofort „out“. Sobald alle Spieler einmal an der Reihe waren, wechselt das Angriffsrecht.



Spiel 3 - Besiege den Ball

Spielfeld: Komplette Halle

Equipment: Baseball, Handschuhe, 3 Bases, Home Plate, 4 Phylonen

Ziel: Kennenlernen des Spiels

Regeln: „Fly-out“, Angriffsreihenfolge, Angriffswechsel, Baseballfeld

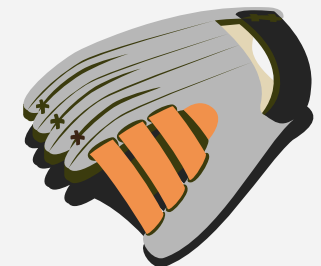
Ein Baseballfeld wird mit Hilfe von drei Bases und einer Homeplate nachgebildet. Die beiden Mannschaften bleiben bestehen, wobei eine Mannschaft im Angriff und die andere in der Verteidigung startet. Die Angreifer treten einzeln an und bringen den Ball durch Werfen mit der Hand ins Spiel. Anschließend müssen sie das Spielfeld entgegen dem Uhrzeigersinn umrunden. Um Kollisionen zu vermeiden, werden etwa einen Meter außerhalb der Bases Pylonen aufgestellt, die umrundet werden müssen.

Die Verteidigung versucht, den Ball unter Kontrolle zu bringen und ihn ebenfalls entgegen dem Uhrzeigersinn von Base zu Base zu werfen: zuerst zum ersten Base, dann zum zweiten, zum dritten und schließlich zur Homeplate. An jeder Base steht ein Verteidiger, der den Ball fängt und zum nächsten Base weiterwirft.

Gelingt es der Verteidigung, den Ball schneller um die Bases zu bringen als der Läufer das Feld umrunden kann, ist der Läufer „out“. Ist der Läufer schneller, erzielt er einen Punkt. Ein direkt aus der Luft gefangener Ball führt ebenfalls dazu, dass der Angreifer „out“ ist. Sobald alle Spieler einmal an der Reihe waren, wechselt das Angriffsrecht.

Variationen:

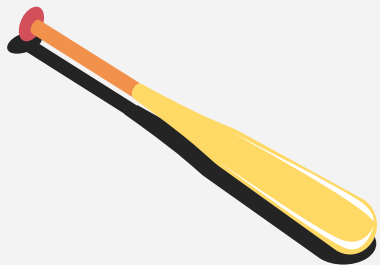
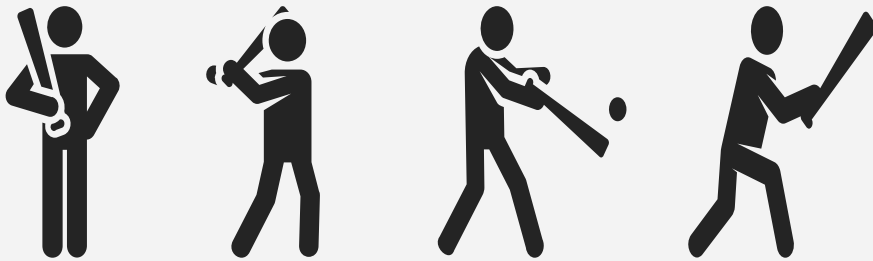
- Der Ball wird von einem Batting-Tee geschlagen



Der Baseballschläger

Der Baseballschläger ist zweifellos das bekannteste und faszinierendste Objekt im Baseball. Daher wird er hier vorgestellt, wobei auch kurz die Schlagtechnik erläutert wird.

Der Spieler steht entspannt, die Füße schulterbreit auseinander. Der vordere Fuß befindet sich auf Höhe der Homeplate, das Gesicht ist dem Ball zugewandt. Der Schläger wird (bei Rechtshändern) mit der linken Hand unten und der rechten Hand oben gehalten. Die Hände sind nah beieinander und greifen den Schläger fest, aber nicht verkrampft. Anfänger können den Schläger auf die rechte Schulter legen; später sollte er etwas höher gehalten werden. Die Spielenden versuchen dann, mit dem Schläger zu schwingen, den Ball zu treffen und diesen somit wegzuschlagen (siehe Abbildungen).



Spiel 4 - Tee-Ball

Spielfeld: Komplette Halle

Equipment: Baseball, Handschuhe, 3 Bases, Home Plate, Baseballschläger, Abschlag-Tee

Ziel: Kennenlernen des Spiels und Regeln

Wie in Spiel 3 beginnt die angreifende Mannschaft das Spiel, indem sie den Ball ins Spiel bringt. Der Angreifer hat die Freiheit zu entscheiden, wie weit er laufen möchte, muss jedoch mindestens versuchen, das erste Base nach dem Schlag zu erreichen. Da nie zwei Angreifer gleichzeitig auf einem Base stehen dürfen, muss der Angreifer spätestens beim nächsten Schlag das Base räumen und weiterlaufen. Es dürfen keine zwei Läufer auf einer Base stehen und Läufer dürfen nicht zurücklaufen. Gelingt es einem Läufer, alle Bases (gegen den Uhrzeigersinn) zu umrunden, erhält seine Mannschaft einen Punkt.

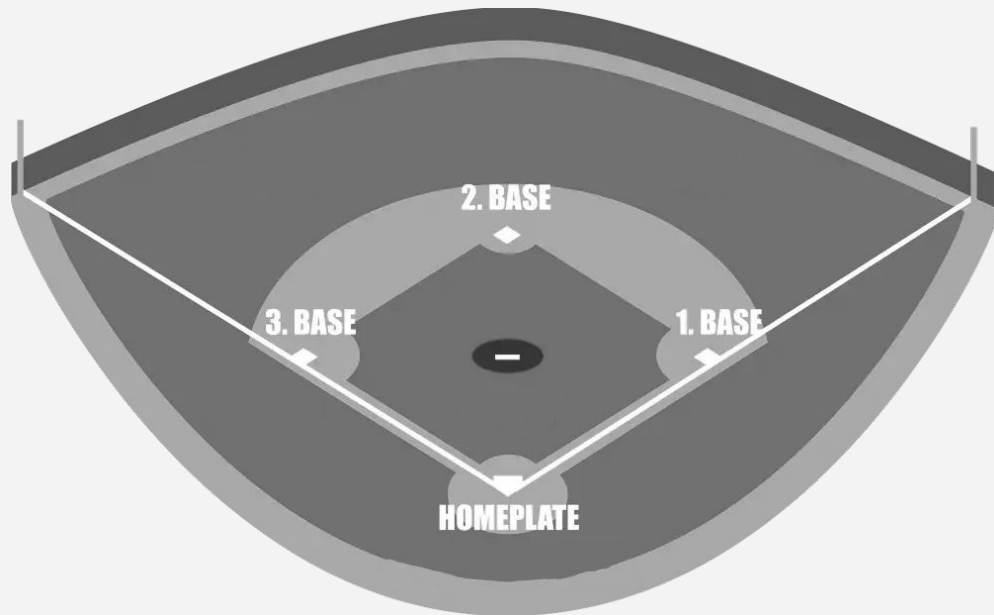
Die Verteidigung hat drei Möglichkeiten, einen Angreifer aus dem Spiel zu nehmen:

- Der Ball wird direkt aus der Luft gefangen.
- Der Ball ist durch die Verteidiger schneller an einer Base als der Läufer,
- Während sich ein Läufer zwischen zwei Bases befindet und dort von einem Verteidiger mit Ball berührt wird.

Das Angriffsrecht endet, sobald alle Spielenden einmal am Schlag waren. Damit sind fast alle wichtigen Regeln des Baseballspiels erklärt. Die „Strike out“-Regel, wird im letzten Spiel vermittelt.

Visuelle Darstellung des Feldaufbaus von Spiel 4 auf der nächsten Seite.

Feldaufbau

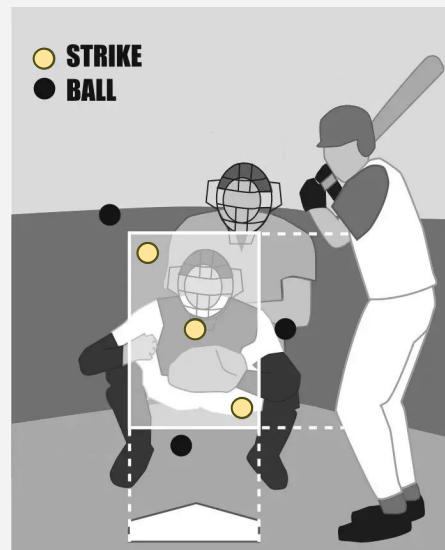


Strike Out-Regel

Pitcher müssen sich bei den Würfen an die so genannte Strike Zone halten. Diese geht vom Knie bis zur Brust des Schlagenden und hat die Breite der Home Plate.

Der Schiedsrichter (Umpire) beurteilt die Würfe, auch Pitches genannt. Durch den Ausruf „Ball“ für einen schlechten und „Strike“ für einen guten Wurf.

Auch wenn der Schlagende an einem Ball vorbeiswingt, erhält er einen Strike. Bei vier Balls darf der Schlagende ohne zu schlagen auf die erste Base vorrücken. Bei drei Strikes ist er aus (out) und der Nächste ist an der Reihe.



Kontaktadressen



Deutscher Baseball &
Softball Verband e.V.
Otto-Fleck-Schneise 12
60528 Frankfurt am Main
baseball-softball.de
@baseball_softball_de



Deutsche Baseball &
Softball Jugend
Otto-Fleck-Schneise 12
60528 Frankfurt am Main
weplayball.de
@weplayball.de

Baseball Landesfachverbände

Baden-Württembergischer Baseball und Softball Verband e.V.
Claudio Rodriguez Romero - bwbsv.de - geschaeftsstelle@bwbsv.de

Bayerischer Baseball und Softball Verband e. V.
Jochen Bender - bbsv.de - info@bbsv.de

Baseball und Softball Verband Berlin/Brandenburg e.V.
Norbert Spogat - bsvbb.de - info@bsvbb.de

Hamburger Baseball und Softball Verband e.V.
Chih-Jung Hsu - shbv.info - info@shbvnet.de

Hessischer Baseball und Softball Verband e.V.
Olaf Hornig - hbsv.de - info@hbsv.de

Mitteldeutscher Baseball und Softball Verband e.V.
Daniel Nestke - mbsv.de - dnestke@web.de

Niedersächsischer Baseball und Softball Verband e.V.
Olaf Stöltling - nbsv.de - geschaeftsstelle@nbsv.de

Baseball und Softball Verband Nordrhein-Westfalen e.V.
Alexandra Stuckstätte - bsvnrw.de - gs@bsvnrw.de

Schleswig-Holsteinischer Baseball und Softball Verband e.V.
Marco Heinitz - shbv.info - info@shbvnet.de

Südwestdeutscher Baseball und Softball Verband e.V.
Hartmut Schäfer - swbsv.de - info@swbsv.de