

## Was ist Mini-Handball ?

### Mini-Handball

Mini-Handball ist die Gelegenheit, bei der auch die Kleinsten Handballluft schnuppern können.

Hierbei steht jedoch nicht das traditionelle Handball-Spiel im Vordergrund, sondern kindgerechte Zielsetzungen, altersgemäße Übungsinhalte und eine, vom Erwachsenen-Handball abgewandelte, den Anforderungen des Mini-Handballs entsprechende Turnierform.

Das bedeutet, Regeln nicht blind anzuwenden, das Miteinander und nicht das Gegeneinander zu fördern und allen Ballbegeisterten eine Chance zu geben, ihr Können auf dem Spielfeld zu zeigen. Den Rest lernen die Kinder noch früh genug.

Die Minis sollen Spaß am Spielen mit dem Ball haben und dies nicht nur beim Gewinnen.

Mini-Handball ist der ideale Weg, unsere Jüngsten langsam an den Sport heranzuführen und gleichzeitig eine breite Basis an sportlichen Fähigkeiten zu entwickeln.

Mädchen und Jungen spielen und üben gemeinsam.

Mini-Handball sollte in enger Zusammenarbeit mit Kindergärten und Grundschulen praktiziert werden.

Mini-Handball ist nicht nur Handball, es ist auch Weihnachtsfeier, Fasching, Ausflug, Theaterbesuch und ähnliches.





## Mini-Handball

### Beispiel einer Mini-Trainingseinheit

Das folgende Beispiel soll eine Anregung für eine Trainingseinheit mit Minis sein.

**Dauer:** je nach Hallenverfügbarkeit (optimal 60-90 Min)

#### Trainingsbeginn:

Gemeinsames Aufwärmen mit Spielen (Ball mit einbeziehen)

- Darauf achten, dass nicht immer nur die besten Freunde zusammen sind
- Annähernd gleiches Leistungsniveau innerhalb einer kleinen Gruppe
- Aufbau von verschiedenen Spielstationen
- Pro Spielstation bzw. pro Gruppe mindestens ein/e ÜbungsleiterIn

Die Spielstationen sind sowohl für Trainingseinheiten, als auch für Spielfeste geeignet. Besonders bei einer großen Trainingsgruppe empfiehlt sich der Aufbau von Stationen.

#### Mögliche Spielstationen:

*Laufen und Passen* mit verschiedenen Wurfgeräten (z.B. Tücher, Tennisbälle, Handbälle, Frisbee, Medizinbälle 1kg). Auf Pfiff kommen alle Kinder mit gleichem Wurfgerät zusammen.

#### Staffelspiel durch Parcours:

Slalom-Lauf, über Bank balancieren; mit Ball auf Wurfpyramide werfen; zurück über Hindernis klettern, Rolle auf Weichbodenmatte, Mitspieler abschlagen.

#### Fallschirmspiele

Katz und Maus: Maus ist unter dem Fallschirm und Katze auf dem Fallschirm. Die übrigen Spieler müssen durch Fallschirm bewegen verhindern, dass die Maus gefangen wird.

Fangnetz: Durchlaufen des Fallschirms bevor sich dieser senkt.

#### Gordischer Knoten

Jeder gibt seine Hände unterschiedlichen Spielern, so dass ein Händeknoten entsteht. Durch Übersteigen der Hände muss jetzt versucht werden, den Knoten zu lösen, ohne die Hände loszulassen

## Mini-Handball

### **Abschluß einer Trainingseinheit:**

modifiziertes Handballspiel in 4+1 Form á 7-10 Minuten oder handballähnliche Kleine Spiele.

"Spielfreie" Gruppen machen neben dem Spielfeld kooperative Spiele

### **Beispiele für kooperative Spiele:**

#### *Schoßsitzen:*

Minis stehen im Kreis, mit rechter Schulter nach innen. Jeder hält sich am Vordermann und setzt sich langsam auf die geschlossenen Knie des Hintermanns.

#### *Transportrolle:*

Kinder liegen in einer Reihe auf dem Rücken. Der erste legt sich quer über die Bäuche der Liegenden. Alle drehen sich im Takt nach links, dann auf den Bauch, auf die rechte Seite und wieder auf den Rücken. Dies wird so lange wiederholt, bis das "Transportstück" am anderen Ende angelangt ist.



## Was sind Minispielfeste ?

Minispielfeste sind die Turnierform des Mini-Handballs. Sie dienen dem Vergleich mit anderen Mannschaften und beinhalten neben dem modifizierten Kinder-Handballspiel noch ein alternatives Spielangebot, das die Spielfreude und das Spielerlebnis fördert

### Organisation

In die Veranstaltungen sollen jahreszeitliche Ereignisse (Weihnachten, Fasching) mit einbezogen werden.

- Dauer:* 3-4 Stunden  
*Teilnehmer:* 8-10 Mannschaften Alter 6-9 Jahre  
*Spielzeit:* pro Spiel max. 15 Minuten  
*Spielform:* 4+1 (4 Feldspieler und 1 Torwart)  
*Halle:* 3 Spielfelder á 13x20/25 m
- 1 Spielfeld für das Mini-Handball Turnier
  - 1 Spielfeld für alternatives Spielangebot.
  - 1 Spielfeld für koordinative Spielübungen

„Allen Kindern soll ermöglicht werden, aktiv am Mannschaftserlebnis teilzunehmen.

In den Spielpausen nehmen die Kinder an einem alternativen Spielprogramm teil, was die ganzkörperliche Koordination und Kondition verbessert, sowie das Spielerlebnis fördert. Hier freut sich jeder Verein über die Integration von Eltern! Außerdem werden bei den Turnierspielen Absprachen getroffen, so dass die Zielsetzungen des Mini-Handballs erfüllt werden.

Absprachen können wie folgt aussehen:

- gerät eine Mannschaft mit 3 Toren in Rückstand, so darf sie einen 5. Spieler einsetzen
- alle Kinder müssen eingesetzt werden
- Pflichtauswecheln bei Fehlverhalten
- Spielregeln dem Können der Gruppe und dem Vermögen des Einzelnen anpassen und auslegen.

Im Vordergrund bei Minispielfesten stehen die Zielsetzungen:

- Heranführung der Kinder an das Handballspiel
- Spielerlebnis statt Spielergebnis
- Alle sollen mitspielen. Bankdrücker gibt es nicht
- Schiedsrichter regeln großzügig
- FAIR PLAY-Gedanke aufgreifen

Am Ende des Spielfestes bekommen alle Minis einen kleinen Preis fürs Mitmachen.

Es gibt keine Platzierungen!!

„Zum FAIR PLAY gehört auch, dass man als Zuschauer gute Leistungen von anderen anerkennt. Versuchen sie also ihrem Kind ein Vorbild zu sein.

## Mini-Handball

