

**Spielerische Einführung grundlegender Angriffstaktiken im Ultimate Frisbee –
Eine Unterrichtsreihe im Grundkurs der Jahrgangsstufe 11
im Fach Sport**

Pädagogische Hausarbeit
im Fach Sport
vorgelegt von:
Studienreferendar Andreas Schieler
Studienseminar Mainz
Juli 2007

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	2
1 Einleitung	5
2 Bedingungsfelder	7
2.1 Voraussetzungen der Lerngruppe	7
2.2 Inhaltliche und methodische Voraussetzungen	7
2.3 Situative Voraussetzungen.....	8
3 Didaktische Überlegungen und Entscheidungen	9
3.1 Sachanalyse.....	9
3.1.1 Stack Offence	10
3.1.2 Zone Offence	12
3.2 Didaktische Begründung	15
3.2.1 Makroebene: Warum eignet sich Ultimate Frisbee?	15
3.2.2 Mesoebene: Warum eignet sich der Angriff?	18
3.2.3 Mikroebene: Warum wurden diese Taktiken gewählt?	19
3.3 Didaktische Reduktion.....	20
4 Lernziele der Unterrichtsreihe	23
4.1 Rahmenzielsetzung.....	23
4.2 Übergeordnetes Lernziel der Unterrichtsreihe.....	23
4.3 Psychomotorische Lernziele.....	23
4.4 Kognitive Lernziele	24
4.5 Affektive Lernziele	24
5 Methodische Überlegungen und Entscheidungen.....	25
5.1 Methodische Konzeption	25
5.2 Methodisches Vorgehen.....	26
5.3 Zu erwartende Schwierigkeiten	28
5.4 Sozialformen und Ordnungsrahmen.....	29
5.5 Materialbedarf und Medieneinsatz	29
5.6 Lernerfolgskontrolle.....	30
6 Darstellung der Unterrichtsreihe	32
6.1 Erste Unterrichtseinheit (45 Minuten)	33
6.1.1 Lernziele	33
6.1.2 Planungsüberlegungen	34

6.1.3 Geplanter Stundenverlauf	34
6.1.4 Auswertung	35
6.2 Zweite Unterrichtseinheit (45 Minuten)	37
6.2.1 Lernziele	37
6.2.2 Planungsüberlegungen	37
6.2.3 Geplanter Stundenverlauf	38
6.2.4 Auswertung	39
6.3 Dritte Unterrichtseinheit (45 Minuten)	41
6.3.1 Lernziele	41
6.3.2 Planungsüberlegungen	41
6.3.3 Geplanter Stundenverlauf	42
6.3.4 Auswertung	43
6.4 Vierte Unterrichtseinheit (45 Minuten)	45
6.4.1 Lernziele	45
6.4.2 Planungsüberlegungen	45
6.4.3 Geplanter Stundenverlauf	46
6.4.4 Auswertung	47
6.5 Fünfte und sechste Unterrichtseinheit (90 Minuten)	49
6.5.1 Lernziele	49
6.5.2 Planungsüberlegungen	50
6.5.3 Geplanter Stundenverlauf	50
6.5.4 Auswertung	51
7 Evaluation und Reflexion	53
7.1 Inhaltlich-methodische Auswertung	53
7.2 Sozial-affektive Auswertung	55
7.3 Kognitive Auswertung	56
7.4 Fazit	57
Literaturverzeichnis	58
Internetquellen	59
Abbildungen	60
Anhang	61
I Beschreibung der Spiel- und Übungsformen:	61
Touch	61
Parteifrisbee	62

Stern	63
Dreieck	64
II Glossar	64
Eigene Ergänzungen:	67
III Arbeitsblatt: Spielfeld.....	68
IV Schülerideen	69
V Spielplan (für Turnier)	77
VI Fotos	78
VII WFDF-Ultimeateregeln 2007	82
1 Spirit of the Game.....	82
2 Regelabänderungen	83
3 Spielfeld.....	83
4 Ausrüstung.....	84
5 Spieldauer.....	84
6 Mannschaften	84
7 Spielbeginn	85
8 Anwurf	85
9 Die Scheibe ins Spiel bringen.....	86
10 Anzählen.....	87
11 Der Check.....	87
12 Bestimmungen zum Aus.....	88
13 Fänger und Stellung auf dem Spielfeld.....	89
14 Turnover	90
15 Punktgewinn	92
16 Fouls.....	92
17 Andere Regelverletzungen (Violations)	94
18 Weitere Spielregel	97
19 Time-Outs	97
20 Andere Spielunterbrechungen	98
VIII CD.....	99
Erklärung	100

1 Einleitung

Die fliegenden Scheiben aus Kunststoff kennt wohl jeder. Ob auf der Wiese oder am Strand haben die meisten Leute schon mit dem „Plastikdeckel“ geworfen. Ursprünglich kommt die Flugscheibe aus den USA und war zunächst eine runde Aluminiumform (vgl. Abb. 1), in der das Familienunternehmen „Frisbie Pie Company“ ihre Kuchen verkaufte. Vor allem Studenten warfen sich die leeren



Abb. 1: Original Frisbie Kuchenblech

Kuchenbleche zu und riefen dabei anderen Leuten zur Warnung „Frisbie“ zu. Durch einen Überlieferungsfehler wurde aus „Frisbie“ der heute bekannte Markenname „Frisbee“, den sich die Firma Wham-O-Company am 16. Mai 1959 sicherte. Von Amerika aus eroberte die Scheibe die ganze Welt. Doch dass man heute damit verschiedene Disziplinen und Mannschaftssportarten verbindet, wissen nur wenige. Meisterschaften auf unterschiedlichen Ebenen und in verschiedenen Disziplinen werden inzwischen weltweit ausgetragen. Ob im Freestyle, Guts, Disc Golf oder Ultimate Frisbee organisiert der Weltverband, die WORLD FLYING DISC FEDERATION (WFDF), alle zwei Jahre Weltmeisterschaften für die Nationalteams. Dazwischen finden die Klub-Weltmeisterschaften der besten Vereinsmannschaften statt. In Deutschland organisiert seit 1989 der Deutsche Frisbeesport Verband e.V. jährlich die Deutschen Meisterschaften und andere Turniere.

Vor allem Ultimate Frisbee wird zunehmend beliebter. In Schweden ist die Mannschaftssportart in die Curricula aufgenommen worden (vgl. SPÜRKMANN, S. 3). Das Spiel eignet sich für alle Schüler, von der fünften Klasse bis zur gymnasialen Oberstufe. Einerseits ist es leicht zu erlernen und vermittelt viele neue Bewegungserfahrungen; andererseits ist Ultimate ein laufintensives Spiel mit hohem koordinativem Charakter. Die Sportart ist vor allem pädagogisch wichtig, weil sie Selbstständigkeit und Fairness der Spieler verlangt. Da ohne Körperkontakt und ohne einen Schiedsrichter gespielt wird, sind alle Spieler für den fairen Spielablauf selbst verantwortlich.

Aus den verschiedenen (vgl. ZIMMERMANN/BATTANTA, S. 9ff. und S. 77) Gründen haben sich schon einige Autoren mit dem Thema des Ultimate Frisbees in der

Schule beschäftigt (vgl. <http://www.discsport.net>). Die vorliegende Arbeit geht über die Einführung der Trendsportart hinaus. Eine umfassende Schulung der Techniken wie Werfen, Fangen und Freilaufen wird vorausgesetzt. Das bedeutet aber nicht, dass jeder Wurf in seiner Feinform beherrscht werden muss. Jedoch sollten der Vorhandwurf („Sidearm“) und der Rückhandwurf („Backhand“) wenigstens in ihrer Grobform beherrscht werden. Des Weiteren müssen zumindest die wichtigsten Spielregeln (vgl. KUNERT: Beiblatt „9 einfache Ultimate-Regeln“) bekannt sein. Die vorliegende Unterrichtsreihe versucht direkt an die Einführung anzuschließen und einen Grundlagen in das taktische Angriffsverhalten beim Ultimate Frisbee zu legen. Die Kombination aus Wissen, Koordination und Verantwortung soll dabei die motorischen, kognitiven und sozialen Erfahrungen vertiefen. Ein variabler Einsatz von erfolgsversprechenden Handlungsmöglichkeiten soll zudem die Spielfähigkeit der Schüler steigern. Die Arbeit ist somit eine mögliche Fortführung der Trendsportart in der Schule, an die weitere Unterrichtsreihen (z.B.: Verteidigungsverhalten oder -strategien) anknüpfen können bzw. sollen. Doch auch wenn der Leistungsgedanke dabei immer stärker zum Vorschein kommt, muss der Spaß und der faire Umgang miteinander allezeit an erster Stelle stehen.

In meiner Zeit an der Universität bin ich durch eine Seminarveranstaltung zum Ultimate Frisbee gekommen. Zuvor war mir die Scheibe auch nur vom gemütlichen hin- und herwerfen bekannt, was sich bald ändern sollte. Im Verein der Feldrenner aus Mainz machte ich auf vielen Turnieren und Meisterschaften wichtige Erfahrungen im leistungsbezogenen Wettkampfsport des Ultimate Frisbee. Andere Disziplinen wie Disc Golf betrieb ich als Ausgleich. Einige dieser wertvollen Erlebnisse versuche ich in den schulischen Sportunterricht einzubringen und nach Möglichkeit die Schüler selbst erleben zu lassen.



Abb. 2: Deutsche Meisterschaft Mixed in München 2003

2 Bedingungsfelder

2.1 Voraussetzungen der Lerngruppe

Der Grundkurs Sport der Jahrgangsstufe 11 besteht aus insgesamt 24 Schülerinnen und Schülern¹, davon sind vier Mädchen. Die konditionellen und koordinativen Voraussetzungen der Lerngruppe können als durchschnittlich bezeichnet werden. Dabei ist eine relativ geringe Heterogenität zu erkennen. Im Kurs herrscht eine angenehme Lernatmosphäre, die sich sowohl in einer regen Beteiligung in den kognitiven Phasen und Übungsphasen als auch in einem sozialen Umgang miteinander zeigt.

Schüler M. besitzt eine gravierende Einschränkung in seinem Sehvermögen. Weiße Scheiben kann er nur schlecht und somit spät erkennen. In seiner Gruppe wird deswegen immer mit einer gelben – für ihn besser wahrnehmbaren – Frisbee gespielt. Schüler C. hat körperliche Einschränkungen: Da seine Hände direkt am Ellenbogen sitzen, ist er beim Werfen und Fangen benachteiligt. Jedoch gleicht er dieses Handicap durch seine guten konditionellen und koordinativen Fähigkeiten aus, so dass im Spiel keine besonderen Hilfen zu leisten sind.

2.2 Inhaltliche und methodische Voraussetzungen

Der Kurs besitzt schon Erfahrung in der Sportart „Ultimate Frisbee“. Zu Beginn des Schuljahres erlernten die Schüler die technischen Voraussetzungen sowie die Regeln des Spiels. Innerhalb der damaligen Unterrichtsreihe legte ich besonderen Wert auf eine technisch gute Ausführung der Vor- und Rückhand. Der Overhead-Wurf wurde in der Grobform durchgenommen. Zum Fangen wurde der „Sandwich-Catch“, das beidhändige Fangen (eine Hand über und eine unter der Scheibe), vermittelt. Weitere Wurf- und Fangarten, wie z.B. der „Hammer“, wurden in den kreativen Phasen erprobt. Die Spielregeln inklusive dem übergeordneten Fair-Play-Gedanken („Spirit of the Game“) sind ein weiterer wichtiger aber zeitintensiver Bestandteil der Reihe gewesen. Die Wurf- und Fangtechniken können als bekannt vorausgesetzt werden. Somit besitzen fast alle Schüler die gleichen Voraussetzungen. Ausnahmen bilden die Schüler Y. und N., die in meiner

¹ Zur besseren Lesbarkeit wird im Folgenden die maskuline Form verwendet, auch wenn sowohl Schülerinnen als auch Schüler gemeint sind.

Projektwoche am Ende des vergangenen Schuljahres schon taktische Erfahrungen gesammelt hatten. Da die beiden zusätzlich eine große Begeisterung zum Frisbeesport zeigen, können sie als Helfer während des Spiels fungieren.

2.3 Situative Voraussetzungen

Für die Unterrichtsreihe steht mir eine große Spielhalle der benachbarten Hauptschule komplett zur Verfügung, so dass ausreichend Platz für zwei Spielfelder vorhanden ist. Des Weiteren kann ich jederzeit einen weitläufigen und gut bespielbaren Rasenplatz auf dem Schulgelände nutzen. Das Gymnasium besitzt insgesamt 15 Frisbee-Scheiben, die sich alle in gutem Zustand befinden und die ich zu jeder Stunde mitbringen muss. In der Sporthalle sind genug Trikots in unterschiedlichen Farben und Hütchen zu finden. Zur besseren Visualisierung fertigte ich mir ein Taktikboard (vgl. Anhang VI) an, auf dem mit farbigen Magneten die jeweiligen Aufstellungen auf dem Spielfeld gezeigt und leicht verändert werden können.

Den Sportkurs unterrichte ich freitags in der siebten und achten Stunde. Für die Unterrichtsreihe verwende ich fast ausschließlich die erste der beiden Stunden. Ausnahme wird das abschließende Turnier sein, für das ich beide Stunden einplane. Aufgrund dieser komfortablen Situation kann es gelegentlich vorkommen, dass die tatsächliche Dauer die Zeitspanne von 45 Minuten überschreitet. Jedoch werde ich darauf achten, den zeitlichen Rahmen einzuhalten.

Akustische Störungen durch äußere Einflüsse, beispielsweise von anderen Klassen, sind nicht zu erwarten.



Abb. 3: Der Kurs beim Ultimate Frisbee

3 Didaktische Überlegungen und Entscheidungen

3.1 Sachanalyse

Ultimate Frisbee ist eine wettkampforientierte Mannschaftssportart ohne Körperkontakt, die sich durch den Fair-Play-Gedanken, den so genannten „Spirit of the Game“, auszeichnet. Gespielt wird entsprechend den Spielregeln (vgl. Anhang VII) auf dem Rasen, in der Halle oder am Strand (Beach-Ultimate) auf einem rechteckigen Feld (vgl. Abb. 4) mit einer 175 Gramm schweren Kunststoffscheibe (Frisbee). In der Halle sind fünf Feldspieler plus Auswechselspieler erlaubt, ansonsten sieben Feldspieler plus Auswechselspieler.

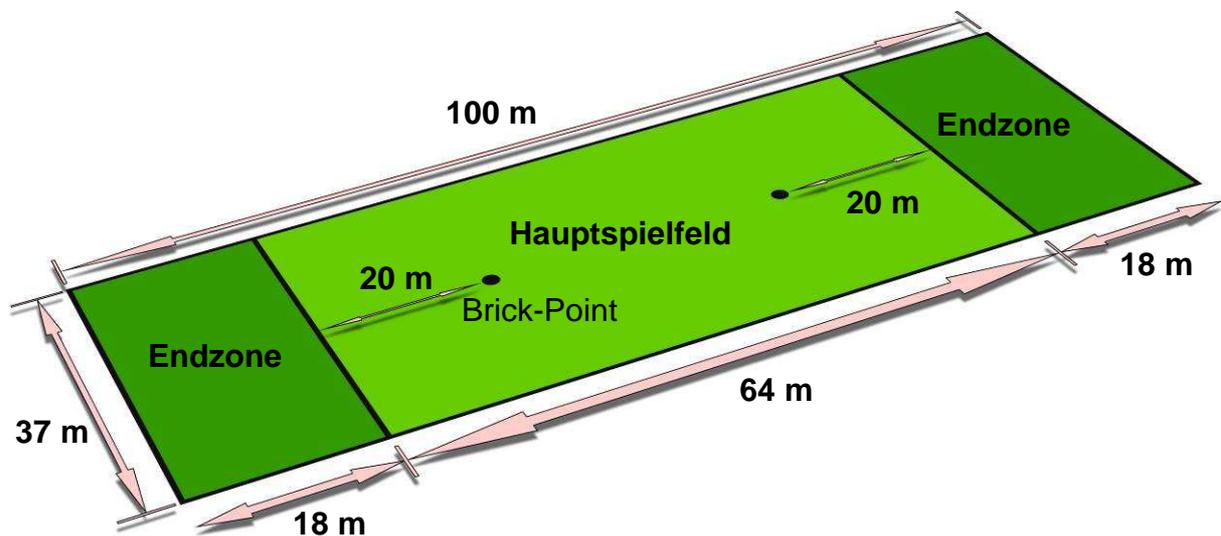


Abb. 4: Ultimate Frisbee Spielfeld (Outdoor)

Im Ultimate Frisbee wird immer mannschaftstaktisch gehandelt, d.h. alle Feldspieler durchlaufen individual- und gruppentaktische Programme, die einem komplexeren, übergeordneten Plan dienen. Eine Mannschaftstaktik ist ein umfassendes System in Angriff und Verteidigung, das alle mannschaftlichen Handlungspläne und Entscheidungsalternativen beinhaltet, die zur Durchsetzung der eigenen Spielziele und zur Erhöhung der eigenen Erfolgchance dienen (vgl. HAGEDORN, S. 216). Die Systeme einer Offence (vgl. Anhand II) sind demnach alle erlernten Angriffstaktiken, die durch geplantes Verhalten auf dem Spielfeld der Spielidee „Punkte zu machen“ folgen. Im Ultimate Frisbee muss allgemein zwischen dem linearen Angriff, der „Stack Offence“ (vgl. 3.1.1), und dem raumbezogenen Angriff, der „Zone Offence“ (vgl. 3.1.2), unterschieden werden (vgl. PARINELLA/ZASLOW, S. 129ff.). Wichtig bei allen Systemen ist der Flow, die flüssige Weitergabe der Scheibe. Merkmal für einen

guten Flow ist die schnelle Aneinanderreihung von präzisen Pässen, die bezogen auf die Angriffstaktik räumlich gut koordiniert über das Spielfeld erfolgen.

3.1.1 Stack Offence

Der Stack ist die fundamentale und am einfachsten organisierte Angriffsformation im Ultimate Frisbee. Die Grundidee ist es, leicht Freiräume zu schaffen, um sie für den Angriffsverlauf zu nutzen. Dazu stellen sich alle Spieler in der Mitte des Hauptspielfeldes hintereinander auf (vgl. Abb. 5), so dass eine Linie entsteht, die parallel zur Seitenauslinie verläuft. Der Scheiben besitzende Spieler (Abb. 5: Spieler 1) hat einen Abstand von etwa 15 Meter zum nächsten Mitspieler. Die Übrigen (Abb. 5: Spieler 2 bis 7) reihen sich dahinter in etwa fünf bis acht Meter Entfernung auf. Da im Ultimate Frisbee überwiegend in Manndeckung verteidigt wird, stellt sich die gegnerische Mannschaft meistens ähnlich auf. Die Spieler am Kopf des Stacks (Abb. 5: Spieler 1 bis 3) nennt man Handler, die in der Mitte Mids (Abb. 5: Spieler 4 und 5) und die am Ende stehen Longs oder Deeps (Abb. 5: Spieler 6 und 7). Der erste Handler läuft einen Cut (vgl. Anhang II) auf die freie Seite, um dort die Scheibe zu empfangen. Kurz darauf startet schon der nächste Spieler in Richtung der Seitenlinie, um den Anschlusspass zu bekommen. So wird die Scheibe entlang der Seitenlinie weitergereicht bis schließlich einer der Longs den Punkt in der Endzone macht (vgl. PARINELLA/ZASLOW, S. 132f.). Sollte das Freilaufen aus der Mitte missglücken, muss der Spieler sofort den Raum freimachen und sich wieder in den Stack einordnen. Dabei muss es sich nicht unbedingt um die selbe Position handeln. Oft ist es sinnvoll, sich am Ende der Aufstellung wieder einzureihen.

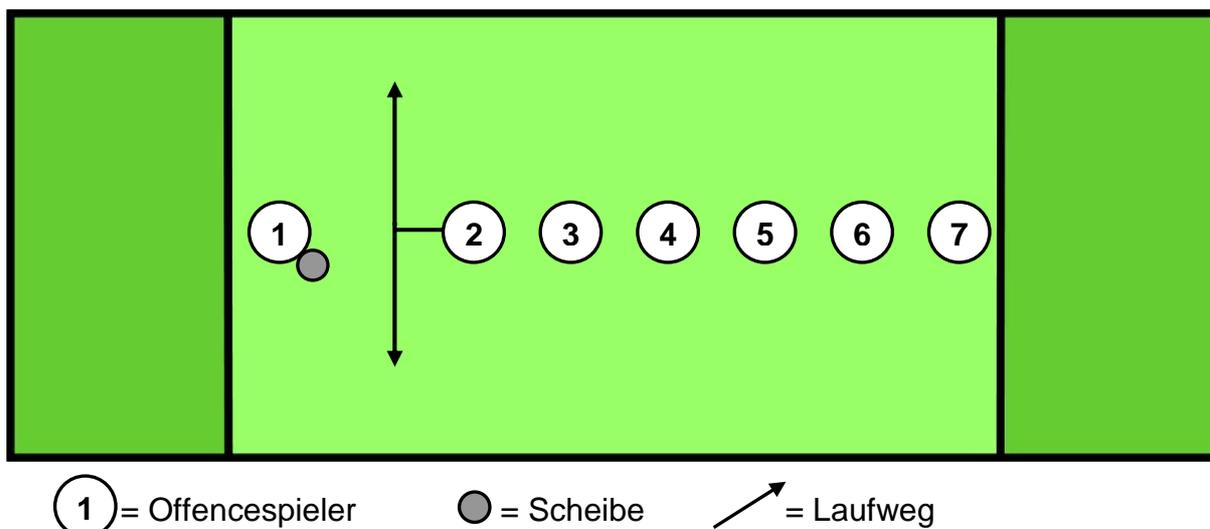


Abb. 5: Grundaufstellung Stack

Vorteile des Stacks sind nicht nur die klare Ordnung sowie die beiden freien Seiten, von denen man sich für eine vor dem ersten Pass entscheiden kann, sondern auch, dass er leicht zu erlernen und lehren ist. Weiterhin bietet das Angriffssystem den Spielern während des Spiels die Möglichkeit sich kurz auszuruhen und eventuell neu auf dem Spielfeld zu orientieren. Dies ist vor allem für den Anfänger wichtig, der mit konditionellen Defiziten und mit dem Durcheinander auf dem Feld zu kämpfen hat. In der Halle wird der klassische Stack nur mit fünf Feldspielern in einer Reihe hintereinander gespielt.

Die Idee des Stack kann in verschiedenen Formen ausgeführt werden. Eine Variante davon ist die Stackformation mit zwei Handlern (vgl. Abb. 6) zu spielen. Die Grundaufstellung ist ähnlich, nur dass zwei Spieler (vgl. Abb. 6: Spieler 1 und 2) etwa zehn Meter voneinander entfernt parallel zur Endzone stehen. Für diese Aufstellung ist aufgrund dem vergleichbaren Erscheinungsbild des Buchstaben „T“ auch der Begriff „T-Stack“ geläufig (wird auch verwendet, wenn mit drei Handlern gespielt wird). Die Laufwege der hintereinander stehenden Spieler sind der zuvor beschriebenen Version gleich. Die Scheibe wird nach einem Cut über eine Seite durchgereicht.

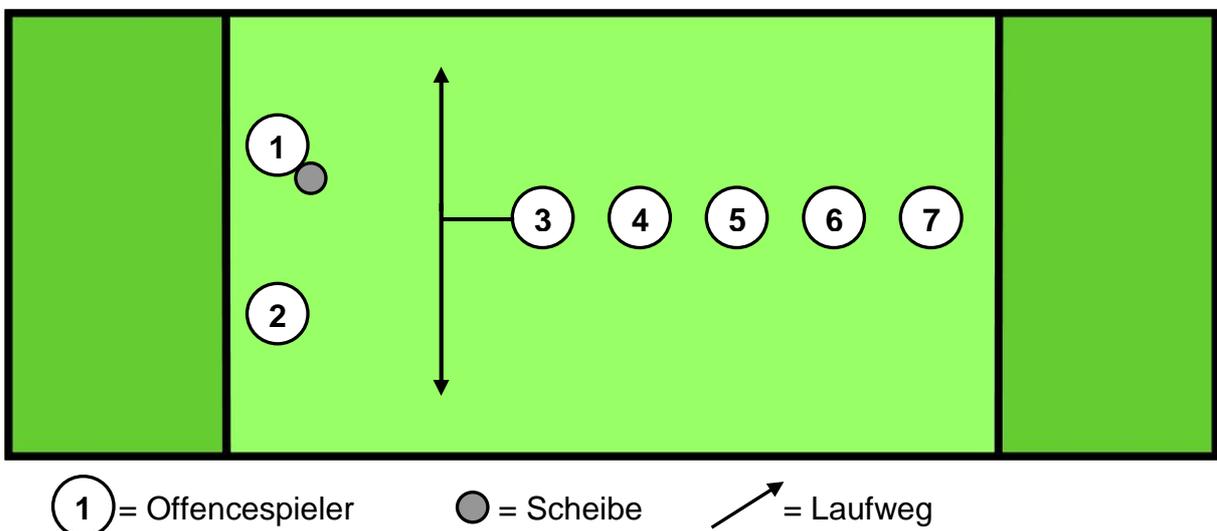


Abb. 6: Stack mit zwei Handlern

Bei der Variante mit zwei Handlern besteht die Möglichkeit den Flow kontrolliert zu unterbrechen und anstatt dem unter Umständen risikoreicheren Pass nach vorne den sicheren Pass zur anderen Seite, auch Swing (vgl. Anhang II) genannt, zu spielen. Somit kann zum einen Ruhe in das Spiel gebracht werden, zum anderen kann es dem Wiederaufbau der Formation dienen, wenn wieder mal Unordnung auf dem Feld

herrscht. Um diese erweiterte Option zu sichern, muss der Handler, der nicht die Scheibe geworfen hat, immer auf die Höhe der Scheibe aufrücken. Der Passspieler reiht sich hinten in die Stackformation ein, da der Fänger nun zum Handler wird. Beim Spiel in der Halle wird auf je einen Mid und einen Long verzichtet.

Es gibt viele Möglichkeiten die Stacktaktik zu verändern und zu spielen. Eine Auflistung und vertiefende Erklärungen sind unter anderem bei PARINELLA/ZASLOW (vgl. S. 129ff.) sowie unter www.ultimatehandbook.com zu finden.

3.1.2 Zone Offence

Hinter der Taktik des Zonenangriffs (auch „Zone Offence“ genannt) steckt die Idee, den Spielern festgelegte Handlungsräume auf dem Spielfeld zuzuweisen. Darin ist es andauernd notwendig, nach eigenen Freiräumen zu suchen und freien Raum zu schaffen. Die Spieler werden dazu in drei Gruppen aufgeteilt. Die Handler passen die Scheibe von Seite zu Seite (Swing) und suchen nach „Löchern“ in der gegnerischen Defence (vgl. Anhang II). Die Popper bewegen sich in der Mitte des Spielfeldes und erwarten den Pass oder Swing von den Handlern. Sie müssen ständig Cuts (vgl. Anhang II) laufen, so dass sie entweder in den Lücken der Verteidigung oder an der Seitenlinie von den Handlern angespielt werden können. Die Longs (oder Deeps) bewegen sich nahe der gegnerischen Endzone und laufen abwechselnd entlang der jeweiligen Seitenlinie auf und ab, um dort anspielbar zu sein (vgl. Jaz, S. 58). Dieses Angriffssystem ist komplexer als der Stack, da mehr Übersicht sowie ein gewisses Maß an Konzentration gefordert ist. Zusätzlich sind alle Spieler immer in Bewegung, wozu ein gewisser Ausprägungsgrad an Ausdauer und Schnelligkeit vorhanden sein muss.

Eine häufig verwendete Variante der Zone Offence ist das 4-3-System (vgl. Abb. 7). Vier Spieler bilden dazu eine Handlerkette (Abb. 7: Spieler 1 bis 4), während die restlichen Feldspieler (Abb. 7: Spieler 5 bis 7) hauptsächlich die Aufgabe des Poppers übernehmen; unter günstigen Umständen aber auch den tiefen Weg des Longs gehen können. Die drei Popper laufen aufeinander abgestimmt und nacheinander Cuts auf die Handlerkette zu. Bekommt einer der Popper den Pass, sucht er einen seiner zwei Kollegen, um den Anschlusspass (Flow) zu spielen. Ist die Weitergabe der Scheibe nicht möglich, sind folgende zwei Handlungsmöglichkeiten vorgesehen: Im ersten Fall spielt er den kurzen Pass zu einem aufrückenden Handler, dabei rückt die Handlerkette nach und er läuft weiter als Popper. Alternativ rückt die Handlerkette sofort auf, er wird zum Handler, wobei ein Mitspieler die Kette

verlässt und als Popper agiert. Auch durch koordiniertes Kurzpassspiel in der Handlerkette (Swing) kann man unter Ausschluss der Popper Raum gewinnen. Dabei laufen die Handler kurze Cuts nach vorne, um die Scheibe zu bekommen und gleich wieder an einen anderen Handler weiterzugeben.

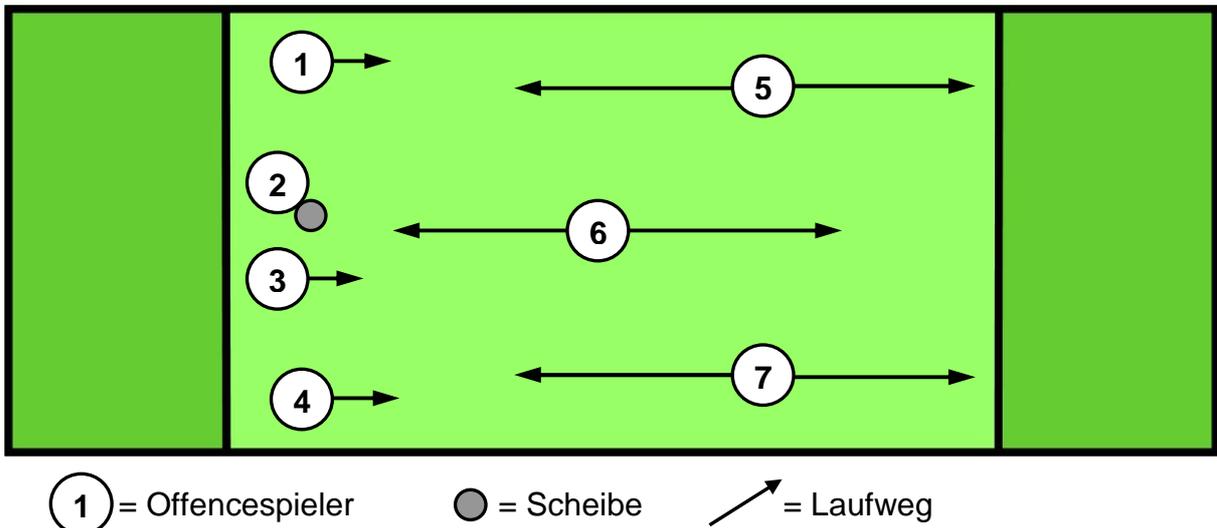


Abb. 7: Zone Offence 4-3-System

Das klassische 4-3-System verführt gerade Anfänger dazu, hohe und lange Pässe zu werfen, da viel Raum in Richtung gegnerischer Endzone zu sein scheint. Doch abgesehen von den guten technischen Fertigkeiten des Werfers, ist ein so genannter Huck (vgl. Anhang II) sehr lange in der Luft, so dass auch der Gegner die Scheibe erreichen kann. Häufig sind kurze und mittlere Pässe bei der Angriffstaktik im Anfängerbereich effektiver. In Ausnahmefällen, wenn z.B. mit einem guten Cut eines Poppers genügend Vorsprung erlaufen wurde, kann auch der Huck sinnvoll sein. In der Halle wird bei der Taktik auf je einen Popper und einen Handler verzichtet. In der daraus folgenden 3-2-Offence sind die Aufgaben und Laufwege der Spieler die gleichen wie die des Systems auf dem großen Feld.

Eine andere Version der 4-3-Taktik ist die, in der die Popper im Stack aufgestellt werden (vgl. Abb. 8). Die Handlerkette (vgl. Abb. 8: Spieler 1 bis 4) haben – wie zuvor beim klassischen 4-3-System beschrieben – die gleichen Aufgaben und Laufwege. Die Cuts des ersten Poppers (vgl. Abb. 8: Spieler 5) sind genauso wie im Kapitel 3.1.1 beschrieben. Anders sieht es bei den Laufwegen der beiden übrigen Popper aus. Sie können entweder die im Stack üblichen Wege zur Seite laufen, oder sie rücken, nachdem der erste Popper erfolglos seinen Cut gelaufen ist, an die Position des ersten Poppers nach, der sich nun hinten im Stack einreihet. So entsteht

ein ständiger Kreislauf, bei dem jeder Popper situativ entscheiden kann, zur rechten oder linken Seitenlinie zu cutten. Welche Laufwege (klassisch oder im Kreis) die Spieler im Stack gehen, sollte nach Möglichkeit vorher abgesprochen werden. Gerade diese drei Spieler, die sich nicht in der Handlerkette befinden, sind konditionell stark gefordert. Deswegen wird häufig nach einem erfolgreichen Zuspiel der Fänger durch Aufrücken der Handlerkette zum Handler, wobei gleichzeitig ein anderer Handler die Aufgabe des Poppers übernimmt. In der Halle wird wie bei der Variante zuvor auf je einen Popper und einen Handler verzichtet, was vor allem bei den beiden Poppers die Laufintensivität deutlich erhöht.

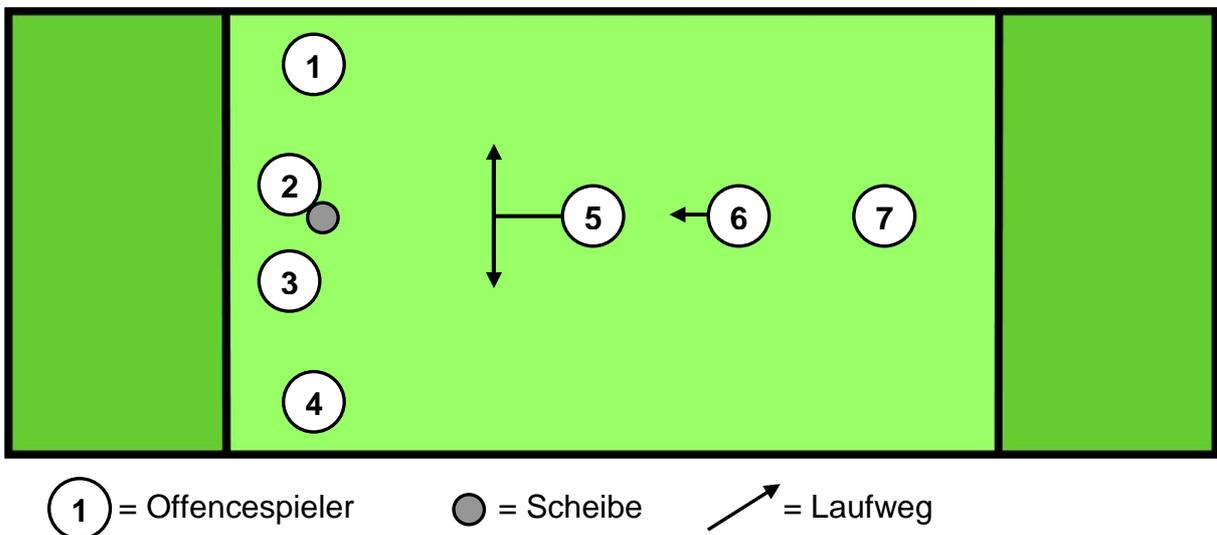


Abb. 8: 4-3-System mit Stack

Die beschriebenen Variationen der Zone Offence sind nur eine kleine Auswahl an Möglichkeiten. Weitere Beschreibungen sind für den Verlauf der vorliegenden Arbeit nicht von Bedeutung und würden zu weit führen. Weiterführende und vertiefende Beschreibungen sind bei JAZ (vgl. S. 58ff.), unter www.ultimatehandbook.com und bei PARINELLA/ZASLOW (vgl. S. 137ff.) zu finden.

3.2 Didaktische Begründung

Im folgenden Kapitel werden die Gründe, die für eine Vermittlung der Angriffstaktiken des Ultimate Frisbee im Sportunterricht stehen, vielschichtig bezüglich dem Lehrplan, den Kompetenzbereichen sowie den sportpädagogischen Perspektiven nach KURZ dargelegt. Auf der Makroebene wird der Frage „Warum eignet sich Ultimate Frisbee?“ nachgegangen. Danach folgen die Argumente auf der Mesoebene zur Fragestellung „Warum eignet sich der Angriff?“. Die Mikroebene beinhaltet schließlich Gründe, weshalb gerade die aufgeführten Taktiken vermittelt werden.

3.2.1 Makroebene: Warum eignet sich Ultimate Frisbee?

Die Mannschaftssportart Ultimate Frisbee wird im Lehrplan für die gymnasiale Oberstufe des Landes Rheinland-Pfalz nicht speziell erwähnt. Dennoch findet sie im Rahmen des pädagogischen Freiraumes (Bereich C) ihre Legitimation (vgl. MINISTERIUM FÜR BILDUNG, WISSENSCHAFT UND WEITERBILDUNG: Lehrplan Sport. Sekundarstufe I, S. 51 und PÄDAGOGISCHES ZENTRUM, S. 38). In der Oberstufe ist sie den Sportarten der Gruppe C zuzuordnen (vgl. MINISTERIUM FÜR BILDUNG, WISSENSCHAFT UND WEITERBILDUNG: Lehrplan Sport. Grund- und Leistungsfach, S. 94), kann aber auch ein Bestandteil des „Themenorientierten Fitnesskurses“ in 11/1 sein. Im Mittelpunkt des Grundfaches Sport steht demnach die sportliche Praxis. Für das erste Halbjahr in der Oberstufe fordert der rheinland-pfälzische Lehrplan für die Schüler eine Erweiterung und Verbesserung der sportlichen Qualifikationen (ebenda, S. 20). Da wegen der weit gefassten Themenstellung viele Lerninhalte behandelt werden können, ist die allgemeine Zielsetzung „die Förderung der physischen Grundeigenschaften, der motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie der Interaktionsfähigkeit“. Neben den konditionellen Voraussetzungen sollen darüber hinaus die koordinativen Fertigkeiten verbessert werden, die laut Lehrplan unter anderem in „komplexen Spielsituationen“ vermittelt werden sollen. Genau hier findet Ultimate Frisbee seine Berechtigung im Sportunterricht im ersten Halbjahr der elften Jahrgangsstufe. Denn die Sportart ist durch verzweigte Beziehungen zwischen den Spielern gekennzeichnet. Um diese Systeme möglichst erfolgreich umzusetzen, bedarf es der Kraftausdauer (z.B.: ständige Sprints bei Cuts), aeroben Ausdauer (bezogen auf die Spiellänge) und einer geschulten Zeit-Raum-Koordination (z.B. beim Pass in den freien Raum). Darüber hinaus werden die geforderten

„mannschaftsspielspezifischen Ziele“ (ebenda, S. 48 und 49) des Oberstufenlehrplans einbezogen und geschult.

Die Autoren ZIMMERMANN/BATTANTA (vgl. S. 10) nennen viele Gründe, weshalb Frisbee in der Schule gespielt werden soll. Ebenso sprechen laut GLINDEMANN (vgl. S. 49ff.) zehn „einschlägige Argumente“ für den Einsatz von Ultimate Frisbee im Schulsport. Die folgende Auflistung ordnet die Begründungen nach ihrer didaktischen Wichtigkeit aus der Sicht des Autors, geht aber nur kurz auf die einzelnen Punkte ein, die bei GLINDEMANN ausführlich beleuchtet werden.

1. Fair Play: Oberstes Gebot ist der „Spirit of the Game“. Alle Spieler müssen bereit sein, Verantwortung zu übernehmen. Dies fördert vor allem die Kommunikation und die Sozialkompetenz der Schüler.
2. Vielseitigkeit: In den Bereichen der Technik und Taktik gibt es eine fast grenzenlose Vielfalt. Die Kreativität der Schüler bei Würfeln und Spielsystemen bringt sowohl koordinativ als auch konditionell reichlich Bewegungserfahrung mit sich.
3. Chancengleich/Koedukativ: Aufgrund der geringen Bekanntheit ist der Leistungsstand in einer Lerngruppe üblicherweise homogen. Diese Chancengleichheit ist nicht nur Basis für ein gleichwertiges Miteinander von Jungen und Mädchen, sondern auch Chance schwächere Schüler zu motivieren und integrieren.
4. Teamsport: Alleingänge mit der Scheibe sind nicht möglich. Deswegen ist jeder Spieler auf seine Mitspieler in der Offence oder Defence angewiesen, wobei Absprachen unumgänglich sind.
5. Körperlos: Im Gegensatz zu anderen Mannschaftsspielen, die sich als körperlos bezeichnen, ist Ultimate Frisbee ohne Körperkontakt. Jede Körperberührung gilt als Foul.
6. Einfach: Um Ultimate Frisbee in der einfachen Grundform spielen zu können, werden lediglich die elementaren Bewegungsmuster – wie Laufen, Fangen und Werfen – benötigt.
7. Neu: Ultimate Frisbee ist in Deutschland den meisten noch unbekannt. Schülern kann damit etwas Neues geboten werden. Durch das Fehlen der Vorkenntnisse beginnen (fast) alle auf dem gleichen Ausgangsniveau.

8. Trendsport: Die Sportart ist in den letzten Jahren populärer geworden. Dieser Trend in all seinen unterschiedlichen Erscheinungsformen (z.B. in Kleidung oder Sprache) kann sich motivierend auf die Schüler auswirken.
9. Günstig: Der Materialbedarf ist gering. Zur Feldmarkierung werden acht Hütchen oder andere geeignete Gegenstände (z.B. Jacken, Rucksäcke etc.) benötigt. Die einzelne Scheibe ist mit derzeit 14 Euro günstiger als die meisten Sportgeräte der großen Mannschaftssportarten.
10. International: Ultimate Frisbee wird weltweit gespielt. Die Spieler unterhalten sich in englischer Sprache (bilingualer Ansatz für die Schule).

Die Argumente für den Einsatz der Flugscheiben im Sportunterricht lassen sich den Kompetenzbereichen zuordnen, die dem Lehrplan zufolge „zu einer umfassenden Handlungskompetenz“ beitragen. Viel mehr als andere Mannschaftssportspiele stellt Ultimate Frisbee ein Feld des sozialen Lernens dar. Besonders im Bereich der Sozialkompetenz (vgl. MINISTERIUM FÜR BILDUNG, WISSENSCHAFT UND WEITERBILDUNG: Lehrplan Sport. Grund- und Leistungsfach, S. 49) müssen die Schüler hierbei ihr sportliches Handeln, der Fairness und Kooperation unterordnen. Bedingt durch das Reglement werden die Spieler gezwungen, besonders intensiv zusammenzuarbeiten, damit das Spiel auch Erfolg haben kann (vgl. GLINDEMANN, S. 54f.). Die äußeren Bedingungen erfordern demnach die pädagogisch wertvolle Teamfähigkeit und betonen besonderes partnerschaftliches Handeln. Zudem fördert das Fehlen der gewohnten Kontrollinstanz des Schiedsrichters die Sozialkompetenz der Schüler. Dabei wird ein neues, aktives Fair-Play-Verständnis vermittelt. Um auftretende Konflikte argumentativ und gerecht im Sinne des „Spirit of the Game“ zu lösen, müssen die betroffenen Spieler intensiv miteinander kommunizieren. Jeder muss bereit sein, Verantwortung zu übernehmen. Die Lerngruppe wird somit zur Fähigkeit erzogen, selbstständig ein Spiel zu organisieren und erfährt dabei ein ausgeprägtes Gemeinschaftserlebnis. In den Bereichen der Sach- und Methodenkompetenz (vgl. vgl. MINISTERIUM FÜR BILDUNG, WISSENSCHAFT UND WEITERBILDUNG: Lehrplan Sport. Grund- und Leistungsfach, S. 48 und 49) sprechen weitere Argumente für Ultimate Frisbee in der Schule. Der hohe Aufforderungscharakter – auch außerschulisch – liegt nicht nur im Spielgerät (Flugeigenschaften), sondern auch im Spiel (Scheibe darf den Boden nicht berühren). Dabei trainiert der Spieler seine grundlegenden Bewegungsformen

(Laufen, Springen, Werfen und Fangen), das gleichzeitig die motorische Fitness (Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination) verbessert. Durch regelmäßiges Üben gelangt der Schüler damit zu einer gesteigerten allgemeinen und speziellen Spielfähigkeit. Der Forderung nach Körperwahrnehmung bei Belastung und Erholung kann im Ultimate Frisbee besonders nachgekommen werden. Durch das eigenverantwortliche Ein- bzw. Auswechseln im Spiel kann jeder Spieler individuell auf die körperliche Veränderung infolge physischer Belastung reagieren, muss aber auch Rücksicht auf den aktuellen Zustand der Teamkollegen nehmen.

Ultimate Frisbee in der Schule ist mehrperspektivisch. Dabei werden unterschiedliche sportpädagogischen Perspektiven nach KURZ (vgl. MINISTERIUM FÜR BILDUNG, WISSENSCHAFT UND WEITERBILDUNG: Lehrplan Sport. Sekundarstufe I, S. 7) verbunden oder akzentuiert. Im Rahmen der vorliegenden Unterrichtsreihe stehen besonders die Perspektiven Miteinander und Spannung/Spiel im Vordergrund. Die Perspektive Gesundheit, die im Halbjahr 11/1 übergeordnet behandelt werden soll, ist für den gesamten Sportunterricht von Bedeutung. Die laufintensive Sportart schult Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination (s.o.). So kann schon auf niedrigem Spielniveau eine hohe Bewegungsintensität erreicht werden. Die Schüler laufen dabei spielerisch weite Strecken. Zusätzlich minimiert das körperlose Spiel das Verletzungsrisiko, wodurch die Perspektive Gesundheit verknüpft wird. Ferner erfahren die Schüler im Spiel durch neuartige Flugeigenschaften der Scheibe neue Bewegungserfahrungen (Perspektive Eindruck und Spiel/Spannung), das sich fördernd auf die Lernmotivation auswirkt. Der faire und respektvolle Umgang, der im „Spirit of the Game“ verankert ist, betont gesellschaftliche Werte. Vor allem die Perspektive Miteinander wird durch die verstärkte Kooperation und durch die bereits erwähnten koedukativen Argumente umschlossen.

3.2.2 Mesoebene: Warum eignet sich der Angriff?

Erst wenn die grundlegenden Techniken (Wurfarten, Fangen, Freilaufen und Täuschungen) vermittelt worden sind (vgl. 2.2), können taktische Kenntnisse geschult werden. Dabei ist die Verbesserung des Angriffs der Verbesserung der Verteidigung vorzuziehen. Denn im Allgemeinen sind die Schüler für das Angriffsverhalten motivierter. Defensives Spielverhalten lähmt laut EMRICH (vgl. S. 39) die Spielfähigkeit. Viele Punkte im Spiel zu machen, ist unterhaltsamer als ein Spiel, bei dem die Frisbee-Scheibe ständig auf den Boden fällt. Ein weiterer Vorteil, der für die bevorzugte Vermittlung des Angriffs spricht, ist die Verbesserung des

Spielflusses. So können die Schüler durch die Schulung der Offence Freiräume schneller erkennen und sie im Spiel ausnutzen (vgl. ZIMMERMANN/BATTANTA, S. 80). Diese Spielübersicht ist nicht nur im Ultimate Frisbee ein wichtiger Baustein der Spielfähigkeit, sondern lässt sich auf andere Mannschaftssportarten übertragen. Angreifen im Ultimate Frisbee heißt aktiv handeln. Dazu müssen die Offencespieler ihre Bewegungsabläufe auch in komplizierten Spielsituationen aufeinander abstimmen. Hier werden die Perspektiven Spannung/Spiel, Miteinander und Eindruck verbunden. Die regelmäßigen Wiederholungen der Sprints beim Cutten kommen zusätzlich der fitnessorientierten Forderung „Verbesserung der Koordination und Kondition“ des Lehrplans nach (vgl. MINISTERIUM FÜR BILDUNG, WISSENSCHAFT UND WEITERBILDUNG: Lehrplan Sport. Grund- und Leistungsfach, S. 20) und vermitteln die Perspektive Gesundheit nach KURZ. Strategisch im Spiel zu punkten, heißt aber auch fachliches Wissen umzusetzen. Die situationsgerechte Anwendung der taktischen Kenntnisse (Sachkompetenz) steigert die spezifische Spielfähigkeit der Schüler, die sie schließlich wettkampffähig macht. Unter dem erfolgsorientierten Aspekt erfahren die Schüler die Perspektive Leistung, die bei der gegenwärtigen Unterrichtsreihe eine untergeordnete Rolle spielt. Wie in anderen Sportarten ist auch das Angriffsverhalten im Ultimate Frisbee, bei dem kognitive Aspekte mit motorischen Fertigkeiten verschmelzen, auf motivierende Weise mit Spannung und Risiko verknüpft.

3.2.3 Mikroebene: Warum wurden diese Taktiken gewählt?

Der Stack ist eine einfach zu lernende und einfach zu lehrende Angriffstaktik, wodurch er sich hervorragend zum Einstieg in die Thematik eignet. Gerade für Schüler, die meist wenig Erfahrung (selbst und/oder z.B. durch Medien) gemacht haben, ist es leicht, diese simple Struktur, bei der sich fast alle Laufwege ähneln, zu behalten. Die Ordnung im Spiel umzusetzen, setzt erste teaminterne Absprachen (Perspektive Miteinander) voraus. Die vielfältigen Variationen des Stacks beinhalten die grundlegenden Eigenschaften, wie z.B. zeitlich abgestimmtes Freilaufen, und bilden somit die Grundlage für eine gesteigerte Handlungsfähigkeit im Ultimate Frisbee (Sachkompetenz). Weiter lässt die Formation den Schülern genügend Spielraum, um relativ frei den Angriffsprozess zu durchlaufen. Im Bereich der Sozialkompetenz wird jedem Schüler die gleiche Verantwortung zugesprochen, was jedem Spieler den selben Stellenwert verleiht.

Die Varianten der Zone Offence stellen komplexe Bewegungskombinationen dar, in der die Schüler vor allem kognitiv-koordinativ gefordert werden. Im Gegensatz zum

klassischen Stack ist die Aufgabenverteilung hierbei unterschiedlich. Bezüglich der Sachkompetenz stellt die Beherrschung von einfachen Varianten des Zonenangriffs eine Vertiefung der koordinativen und spielspezifischen Anforderungen dar, die somit die Perspektiven Miteinander und Spiel/Spannung verstärkt betont. Die Schüler steigern zugleich ihre Spiel- bzw. Wettkampffähigkeiten.

3.3 Didaktische Reduktion

Aufgrund zahlreicher Variationen von Angriffstaktiken im Ultimate Frisbee bietet die Sportart die Gelegenheit sich längerfristig damit auseinanderzusetzen. Für die Vermittlung im Sportunterricht in der Jahrgangsstufe 11 bedeutet das aber, dass die Schüler die spezifischen Techniken (Wurfarten, Fangen und Freilaufen) zumindest in der fortgeschritteneren Grobform sowie die Spielregeln beherrschen müssen (vgl. 2.2). Neben den Voraussetzungen zur Spielfähigkeit müssen die grundlegenden Angriffssysteme (vgl. 3.1) auf die elementaren Bewegungsformen reduziert werden. Zu den technischen und konditionellen Anforderungen müssen nun zusätzlich kognitive Aspekte umgesetzt werden. Dies kann die Schüler schnell überfordern. Die Auswahl der aufeinander aufbauenden Angriffssysteme wird den Anforderungen des Kurses stets angepasst und beherzigt das Motto „so wenige Vorgaben wie möglich, aber so viele wie nötig“. Deshalb werde ich aus den bereits erwähnten Gründen (vgl. 3.2) zunächst die einfache geradelinige Aufstellung, welche die zu Grunde liegende Idee des Stack ist, vermitteln, in der die Schüler einen ersten geordneten Spielfluss (Flow) erleben sollen (Perspektive Eindruck). Zwei didaktische Reduktionen, die während der Reihe bei der Einführung neuer Angriffstaktiken immer wieder zu finden sind, betreffen die verteidigende sowie die angreifende Mannschaft. Erstens dürfen die Spieler der Defence anfänglich nur passiv (Hände auf dem Rücken) agieren. Das bedeutet mehr Zeit für die Offence, um die neuen Informationen im Spiel umzusetzen. Der geplante Ablauf ist noch ungewohnt und viele Schüler müssen sich ihrer Aufgabe (Laufrichtung und Timing) immer neu bewusst werden. Zur Unterstützung der Neuorientierung auf dem Spielfeld wird das Anzählen um zwei Sekunden verlängert. Zweitens muss nach jedem Scheibenverlust (Turnover) die Scheiben besitzende Mannschaft die jeweilige Grundaufstellung einnehmen bevor weiter gespielt wird. Das ständige Einnehmen der Angriffsformationen vertieft und automatisiert das Spielsystem, weil jeder sich einer Position bewusst werden muss, die nicht immer die gleiche ist. Jeder Schüler ist somit immer an seinem richtigen

Platz, um seiner Aufgabe konzentriert nachzugehen. Sollte der Einfluss des Gegners immer noch zu groß sein, werde ich die vorgeschriebene Distanz zwischen Werfer und Marker (vgl. Anhang II) von einem Scheibendurchmesser auf eine Armlänge vergrößern. Während den spielerischen Lernphasen werden die Regeln auf das Nötigste vereinfacht. Kleinere Regelverstöße, beispielsweise Schrittfehler, oder technische Fehler werden nicht geahndet, besonders nicht vom Lehrer. Grobe Fehler müssen thematisiert werden. Spielunterbrechungen des Lehrers sind trotzdem wichtig, um eventuell Korrekturen bei der aktuellen Spielaufstellung bzw. zu Laufwegen vorzunehmen. Es ist aber darauf zu achten, dass der Lehrer niemals in die Rolle eines Schiedsrichters (gibt es im Ultimate Frisbee nicht) schlüpft, sondern eher in die eines Trainers, die das Team einweist. Da es sich um eine spielerische Vermittlung (vgl. 5.1) handelt, werden auch die Unterbrechungen von außen auf das Notwendige begrenzt. So kann der Spielfluss erhalten bleiben. Die Schüler dürfen Fehler machen und müssen auch die Chance erhalten, diese selbst zu korrigieren. Beim abschließenden „freien“ Spiel in den Schlussphasen werde ich weitere Einschränkungen vornehmen. Um die Taktiken spielnah zu vertiefen, dürfen die Teams zwar unter den offiziellen Regeln (vgl. Anhang VII) spielen, aber dabei nur die in der Stunde vermittelten Angriffssysteme einsetzen.

Die didaktische Reduktion findet in erster Linie bei der Auswahl der Taktikvarianten statt. Für den Unterricht wurden zwei Stack-Varianten und zwei Varianten der Zone Offence gewählt (vgl. 3.1). Meiner Ansicht nach vereinen die beschriebenen Taktiken einfaches Lernen mit allen fundamentalen Taktikkenntnissen. Alle weiteren mannschaftstaktischen Angriffssysteme lassen sich aus den vorgestellten Varianten ableiten. Ausgenommen sind personen- bzw. gruppenbezogene Strategien, die eng an die Spielfähigkeit einzelner Spieler gebunden sind, weshalb ich sie für den Sportunterricht ungeeignet halte. Um eine Überforderung der Schüler auszuschließen und damit die Motivation am Spiel zu erhalten, wurden sowohl die Rahmenbedingungen (Spielfeld) als auch die Aufgaben von Werfer (Wurfrichtung und Weite) und Läufer (Laufwege und Richtung) auf das Nötigste gekürzt. Sollten die Schüler den Wunsch äußern, weitere Angriffstaktiken kennenzulernen, werde ich darauf - unter Berücksichtigung des Leistungsstandes - flexibel in den kognitiven Phasen oder in den spielerischen Schlussphasen eingehen. Da der Kurs überwiegend in der Sporthalle spielen wird, beschränke ich mich zunächst auf die

Angriffstaktiken mit fünf Spielern. Ein Transfer zu sieben Feldspielern wird später geleistet.

Alternativ könnten auch aus Schülerideen, indem man das Unterrichtsgespräch geschickt lenkt, die Taktiken erarbeitet werden. Jedoch würde das die kognitiven Phasen verlängern. Da die Spielphasen meiner Ansicht nach nicht weiter gekürzt werden sollten, würde die Unterrichtsreihe somit einen größeren Zeitrahmen beanspruchen.

4 Lernziele der Unterrichtsreihe

4.1 Rahmenzielsetzung

Die Rahmenzielsetzung der vorliegenden Unterrichtsreihe umfasst das nachstehende „übergeordnete Lernziel“ (vgl. 4.2). Sie ist allgemein formuliert und von größerer Reichweite. Es gilt vielfältige Bewegungserfahrung spielerisch zu vermitteln. Dabei sollen die Schüler vor allem den Fair-Play-Gedanken („Spirit of the Game“) begreifen und im Spiel umsetzen. Eine faire Spielweise ist im Schulsport sowohl ein Erziehungsziel als auch methodisch wichtig, um sich im sozialen und technisch-taktischen Bereich entfalten zu können. Darüber hinaus soll das Interesse und der Spaß speziell für Ultimate Frisbee und allgemein an Sportarten, die man eher als Randsportarten bezeichnet, geweckt werden. Denn sowohl die Entdeckungsfreude von neuen Bewegungsabläufen als auch der regelkonforme und soziale Umgang während des Spiels sind förderlich für andere Sportarten, aber auch übertragbar auf das alltägliche Leben.

4.2 Übergeordnetes Lernziel der Unterrichtsreihe

Nachdem die Schüler die Spielregeln des Ultimate Frisbee kennen und die technischen Fertigkeiten gelernt haben, sollen sie nun offensiv-taktisch variabel auf dem Spielfeld agieren können: Die Schüler sollen verschiedene grundlegende Angriffstaktiken im Ultimate-Frisbee-Spiel selbstständig anwenden können.

4.3 Psychomotorische Lernziele

Die Schüler sollen

- unterschiedliche Angriffstaktiken im Ultimate Frisbee anwenden können, indem sie die jeweilige Grundaufstellung im Spiel einnehmen und dabei die entsprechenden Laufwege gehen können.
- Angriffstaktiken situationsgerecht einsetzen können, indem sie aus verschiedenen Angriffssystemen die Taktik auswählen, die ihrer Ansicht nach am ehesten zum Erfolg führt.
- die spezifische Spielfähigkeit im Ultimate Frisbee verbessern, indem sie im Spiel die gelernten Angriffstaktiken trainieren.

- sich mannschaftsdienlich freilaufen können, indem sie ihre Cuts so koordinieren, dass sie zu einem geeigneten Zeitpunkt (bezogen auf die Taktik) die Scheibe fangen können.
- die Scheibe im Spiel taktisch weitergeben können, indem sie einem freilaufenden Spieler einen präzisen Pass zuspielen.

4.4 Kognitive Lernziele

Die Schüler sollen

- verschiedene Angriffstaktiken erläutern können, indem sie die jeweilige Grundaufstellung sowie den geplanten Spielverlauf beschreiben.
- die Aufgaben bestimmter Spielerpositionen (Handler, Wings, Longs) bezogen auf die Angriffstaktiken nennen können.
- den Einsatz bestimmter Taktiken begründen können, indem sie auf die Leistungen ihres Team und die der gegnerischen Mannschaft eingehen.

4.5 Affektive Lernziele

Die Schüler sollen

- respektvoll, fair und rücksichtsvoll miteinander umgehen können, indem sie den „Spirit of the Game“ beachten und argumentativ-kompromissorientiert Konflikte lösen.
- Freude am gemeinsamen Ultimate-Fisbee-Spiel entwickeln.
- Verantwortung im Spiel übernehmen können, indem sie wichtige Aufgaben zuverlässig ausführen und zusammen Entscheidungen treffen.
- ein Spiel selbstständig und regelkonform durchführen.

5 Methodische Überlegungen und Entscheidungen

5.1 Methodische Konzeption

Die Grundlage für die Einführung von Angriffstaktiken und Schulung des Offensivverhaltens im Ultimate Frisbee in der Schule bildet in der vorliegenden Unterrichtsreihe die so genannte Spielreihe. Der Leitgedanke dabei ist, dass man das Spielen nur durch das Spiel lernt. Deshalb wird sofort mit dem Spielen begonnen, an das durch systematische Veränderungen mit aufbauenden Spielformen angeknüpft wird. Wie bei KUHLMANN (vgl. BIELEFELDER SPORTPÄDAGOGEN, S. 135ff.) beschrieben ist, bleibt bei dem spielgemäßen Konzept die Spielidee sowie die Spielstruktur unverändert. In Anknüpfung an die spielerische Einführung nach SPÜRKMANN werden auch in der taktischen Spielschulung Übungsformen nur dann eingesetzt, wenn „das Erlernen bestimmter Einzeltechniken dies erforderlich macht“ (vgl. EMRICH, A., S. 3). Das Spielen selbst ist sowohl Ursprung für die Motivation der Schüler als auch Basis zum Erlernen von technischen und taktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten. Aus diesem Grund gilt es zunächst vereinfachte Spielsituationen zu schaffen, in denen die Schüler die gestellten Aufgaben bewältigen können. Dazu wird das Spiel auf die ihm zu Grunde liegende Spielidee (Punkte zu erzielen und Punkte zu verhindern) reduziert. Die Spielidee beinhaltet folglich Angriffs- und Verteidigungshandlungen mit konträren Absichten der beiden Mannschaften, die entgegengesetzt simultan ablaufen (vgl. BIELEFELDER SPORTPÄDAGOGEN, S. 139). Um Überforderungen dabei auszuschalten, bauen die Spiele im Verlauf der Unterrichtsreihe kontinuierlich und der Lerngruppe angepasst aufeinander auf, wobei sie den folgenden methodischen Prinzipien folgen:

- vom Leichten zum Schweren
- vom Einfachen zum Komplexen
- vom Bekannten zum Unbekannten

Zu Beginn der Spielreihe stehen Vereinfachungsstrategien, die das komplexe Angriffsgeschehen auf repräsentative Grundstrukturen reduzieren. Durch die flexible Anwendung von „Variablen der Spielorganisation“ (verändert nach Vorlage von EMRICH, S. 12) können die Spielaufgaben erleichtert aber auch erschwert werden. So kann die Vorgehensweise dem Lernfortschritt der Schüler angepasst werden. Die Spielidee und die Spielstruktur bleiben dabei erhalten. Im Ultimate Frisbee liegt die Veränderbarkeit des Spiels in den Variablen „Spielfeld“, „Spieler“ und „Spielregeln“:

Die Variable „Spielregeln“ beinhaltet alle festgeschriebenen Vorgaben, die das Spiel Ultimate Frisbee kennzeichnen. Allerdings sind die Regeln veränderbar. Damit kann das Spiel zu jeder Zeit den Bedürfnissen der Spieler angeglichen werden und somit das Erlernen sportlicher – speziell hier: taktischer – Handlungen erleichtern (vgl. BIELEFELDER PÄDAGOGEN, S. 136f.). Beispielsweise könnte die Variable „Spielregeln“ so verändert werden, dass dem Scheiben führenden Spieler mehr Zeit zur Verfügung steht, indem sein Gegenspieler (Marker) bis zehn anstatt wie in der Halle üblich bis acht zählt. Der zu bespielende Raum wird über die Variable „Spielfeld“ definiert. Gerade in der Schule ist es sinnvoll, oft aber auch nicht möglich, die volle Spielfeldlänge zu nutzen. Eine Verkleinerung des Hauptspielfeldes kann z.B. durch die daraus resultierende Verkürzung der Laufwege eine konditionelle Überforderung verhindern und das Lernen im Spiel erleichtern. Die Variable „Spieler“ bestimmt nicht nur die Anzahl der beteiligten Personen sondern auch ihre Verhaltensweisen. Das Umsetzen einer neuen Taktik kann beispielsweise durch passive Gegenspieler zu Beginn einer Lernphase erleichtert werden.

Durch das spielgemäße Konzept werden auch physische, psychische und soziale Werte vermittelt. Denn unter dem Deckmantel des taktischen Spiels fördert Ultimate Frisbee die spielspezifische Kondition sowie mannschaftsdienliches Verhalten, Verantwortungsbewusstsein und Teamfähigkeit.

5.2 Methodisches Vorgehen

Die Vermittlung der grundlegenden Angriffstaktiken im Ultimate Frisbee erfolgt gemäß dem spielerischen Konzept (vgl. 5.1). Dazu wird das geplant taktische Angriffsverhalten auf die einfachste Formation (Stack) reduziert (vgl. 3.3). Die Spielidee „Punkte zu erzielen“ wurde von den Schülern bisher willkürlich verfolgt. In der vorliegenden Unterrichtsreihe soll nun eine Ordnung in der Offence hergestellt werden, in der die Schüler gezielt mannschaftstaktische Bewegungsabläufe anwenden, die aufeinander aufbauen. Angefangen mit der Grundaufstellung des klassischen Stacks werden die Offensivstrategien zunehmend komplexer, wobei auf vorangegangene Spielformen zurückgegriffen wird. Das schrittweise Vorgehen erlaubt die Reihe je nach Entwicklungsstand und Lernfortschritt anzupassen. Ein weiterer Vorteil der Methode ist die Möglichkeit der inneren Differenzierung bei heterogenen Gruppen. Durch Abänderungen von bekannten Angriffsvariationen wachsen die Schüler in die offenen Handlungsmöglichkeiten hinein, bis sie fähig

sind, in eigenen Strategien offen und selbstständig zu handeln. Dieses eigenständige Handeln setzt Spielerfahrung voraus, die nur durch das Spielen von Anfang an erreicht wird.

Die aufeinander aufbauenden Taktiken werden ganzheitlich vorgestellt und im Spiel mit zunehmender Schwierigkeit umgesetzt. Die Zerstückelung einer Taktik hätte eine Übungsreihe zur Folge. Das wiederum bedeutet fehlende Spielerfahrung und geringere Motivation. Die Schulung einzelner Taktikenelemente wird nur im Bedarfsfall durchgeführt, wenn sie von tragender Bedeutung für weitere Schritte ist. Anschließend wird unter Berücksichtigung des Leistungsstandes wieder in bekannte Spielformen zurückgekehrt.

Das schrittweise Vorgehen erfolgt zunächst deduktiv. Der Lehrer erläutert dabei die Taktiken und veranschaulicht sie am Taktikboard. Im vereinfachten Spiel setzen die Schüler im Anschluss die beschriebene Grundaufstellung um und lernen die entsprechenden Laufwege in der Praxis. Im nächsten Schritt werden eventuelle Fehlerbilder besprochen bevor eine aufbauende Spielform vom Lehrer erklärt und veranschaulicht wird. Zum Schluss erfolgt das fast uneingeschränkte Spiel. Dabei ist die einzige Vorgabe, die nicht zum offiziellen Regelwerk gehört, dass nur die in der Stunde gelernte Angriffstaktiken nach eigenem Ermessen des Teams angewandt werden dürfen. In dieser Art sind die ersten drei Unterrichtseinheiten geplant. Wegen der mangelnden Spielerfahrung der Schüler und dem vorgegebenen Zeitplan habe ich mich für das deduktive Vorgehen entschieden. Damit gestalten sich vor allem die kognitiven Phasen lehrerzentriert. Dagegen basieren die Spielphasen auf dem entdeckenden und aufgabenorientierten Lernen. Die Schüler erleben stets veränderte Situationen, die sie unter Berücksichtigung der Spielregeln bewältigen müssen. Die schülerzentrierte Spielschule bildet somit einen ständigen Gegensatz zu den eingeschobenen kognitiven Phasen. Eine Erarbeitung der Angriffstaktiken ohne Vorgaben durch den Lehrer würde meiner Ansicht nach zu viel Zeit beanspruchen, in der sich die Schüler nicht bewegen. Neben der wahrscheinlich sinkenden Motivation müssten mehrere Spielsituationen ausprobiert werden, bevor eine schlüssige und erfolgsversprechende Grundaufstellung mit allen Laufwegen herausgearbeitet werden könnte. Eine Ausnahme in der Reihe soll die vierte geplante Unterrichtseinheit darstellen. Bei dem induktiven Vorgehen erarbeiten die Schüler selbst aufgrund ihrer Vorerfahrungen eigene Angriffsformationen. Durch die Erfahrungen im Spiel können sie nach dem Versuch-und-Irrtum-Prinzip (heuristische

Methode) ihre Entscheidungen anpassen oder verbessern. Grund für den Methodenwechsel ist, dass die Schüler nun einen Überblick über die grundlegende Raumnutzung beim Angriff im Ultimate Frisbee besitzen. Die gelernten Erkenntnisse müssen in der offenen Aufgabe auf neue Situationen transferiert werden.

Die Unterrichtsreihe kann eine Steigerung der Komplexität in zweierlei Hinsicht vorweisen. Zum einen sind die Stunden aufeinander aufbauend und vielschichtig angeordnet, zum anderen zeigt die Struktur einer Unterrichtseinheit eine interne Entwicklung mit aufsteigendem Anspruch. In der Einstiegsphase werden einfache Aufgaben mit viel reproduktivem Anteil gestellt. Vergleicht man wiederum die Einstiege, ist eine Zunahme der Schwierigkeit zu sehen. Ebenso verhält es sich mit der Hauptphase, die sich aber im Vergleich zur Einleitung durch neue Inhalte wesentlich komplexer gestaltet. Die Schlussphase ist schließlich relativ offen gehalten, wobei das zuvor erarbeitete Wissen nun variabel eingesetzt werden soll.

5.3 Zu erwartende Schwierigkeiten

Während der gesamten Unterrichtsreihe erwarte ich keine größeren Probleme. Dennoch kann es vereinzelt zu Schwierigkeiten kommen. Dazu möchte ich mögliche Konsequenzen aufzeigen:

- Bei Schüler M. können wegen seiner Sehstörung (vgl. 2.1) Probleme im Spiel (insbesondere beim Fangen) auftreten. In seinem Team wird daher nur mit gelben Scheiben gespielt, die er besser sehen kann. Eine Ausgrenzung im Spiel ist erfahrungsgemäß nicht zu erwarten.
- Die Schüler können bei neuen Aufgaben koordinativ überfordert sein. Darauf ist mit einer Vereinfachung der Spielschule mithilfe der „Variablen der Spielorganisation“ (vgl. 5.1) zu reagieren. Dies kann entweder für den gesamten Kurs geschehen oder nur für einen Teil (Binnendifferenzierung).
- Sollte eine konditionelle Überforderung festzustellen sein, wird zunächst die Spielform unterbrochen. In der Pause können Fehler oder Hinweise zur Optimierung besprochen werden. Für die langfristige Planung wären Veränderungen der Spielform vorzunehmen (z.B. Verkleinerung des Spielfeldes oder Verkürzung der Spielzeit).
- Aufgrund der Gewohnheiten in anderen Sportspielen, kann es zu unerlaubtem und übertriebenem Körpereinsatz kommen. Hierauf wird mit einer Erweiterung der Distanz zwischen den Spielern von einem Scheibendurchmesser auf eine

Armlänge reagiert. In einer Ansprache werde ich weiterhin auf die Gefahren und den „Spirit of the Game“ hinweisen.

5.4 Sozialformen und Ordnungsrahmen

Aufgrund des methodischen Konzepts der Spielschule (vgl. 5.1) und unter der Perspektive „Miteinander“ ist die Sozialform geradezu vorgegeben. Die Schüler spielen während der kompletten Unterrichtsreihe in Mannschaften. Es werden dazu immer vier Teams gebildet. Bei 24 Schülern gibt es im Idealfall fünf Feldspieler und einen Auswechselspieler pro Mannschaft. Wegen des relativ homogenen Leistungsstandes (vgl. 2.2) im Kurs werden die Gruppen zufällig zusammengestellt. Es wird lediglich darauf geachtet, dass die beiden leistungsstärkeren Schüler nicht in der gleichen Mannschaft sind. Da Ultimate Frisbee überwiegend koedukativ gespielt wird, werden die wenigen Schülerinnen auf die Teams verteilt. In der Praxis hat sich gezeigt, dass bei selbstständiger Wahl der Gruppen durch die Schüler, mehr Zeit benötigt wird, die dann an Spielzeit verloren geht. Außerdem kann es oft ungewollt zur Diskriminierung von anscheinend schwächeren Schülern kommen, die meist erst gegen Ende gewählt werden. Eine Teamgröße von fünf Feldspielern hat sich auf einem verkleinerten Spielfeld in der Schule besonders bewährt.

Der Ordnungsrahmen ist in den Spielphasen durch das jeweilige Regelwerk sowie den „Spirit of the Game“ bestimmt und einzuhalten. In den kognitiven Phasen sitzen die Schüler im Halbkreis, so dass jeder gute Sicht zum Lehrer bzw. auf das Taktikboard hat.

5.5 Materialbedarf und Medieneinsatz

Zur Durchführung der vorliegenden Unterrichtsreihe benötige ich für die Spiel-, Übungs- und Erwärmungsphasen Frisbee-Scheiben, Hütchen sowie Trikots. In den kognitiven Phasen verwende ich das Taktikboard mit verschiedenen farbigen Magneten. Für die Dokumentation von teameigenen Angriffsstrategien werden Blätter gebraucht, auf denen das Spielfeld abgebildet ist. Die Stifte bringen entweder die Schüler mit oder werden bei Bedarf vom Lehrer bereit gestellt. Am Ende bekommen die Siegermannschaften des geplanten Abschlussturniers Siegerprämien in Form von Süßigkeiten.

5.6 Lernerfolgskontrolle

Bei der Vermittlung von Angriffstaktiken gestaltet sich die Lernerfolgskontrolle komplexer als beispielsweise beim Überprüfen einer Wurftechnik, denn jede Taktik stellt ein System dar, bei dem jeder Spieler für den Erfolg oder Misserfolg verantwortlich ist. Die meisten Spieler haben dabei unterschiedliche Aufgaben, die sie meistern müssen, um das System „am Laufen zu halten“. Ein Fehler eines einzelnen Spielers bedeutet meistens das Ende des Angriffs. Die Lernerfolgskontrolle in den Spielphasen erfolgt ausschließlich durch die Beobachtung des Lehrers, dem so genannten „Trainerblick“. Dabei müssen technische Fehler, z.B. eine nicht gefangene Scheibe oder ungenaues Zuspiel, von taktischen Fehlern, beispielsweise falschem Laufweg oder falscher Grundaufstellung, unterschieden werden. Denn das Ergebnis ist in beiden Fällen gleich: das Ende der Offensive. Doch die Ursachen für den Scheibenverlust sind grundsätzlich verschiedenen Ursprungs. Ein Kriterium für einen sichtbaren Lernerfolg ist zunächst die korrekte, taktikspezifische Grundaufstellung auf dem Spielfeld. Dabei ist nicht nur die Aufstellung zu Beginn des Spielzuges gemeint sondern auch das Einhalten und Zurückkehren in die Formation während des Angriffsverlaufes. Ein weiteres Merkmal sind die Laufwege. Sie müssen sowohl zeitlich koordiniert als auch in den vorgesehenen Raum erfolgen. Auch Spieler, die nicht die Scheibe bekommen, können zum Gelingen des Angriffs beitragen, indem sie zum richtigen Zeitpunkt ihren Marker (vgl. Anhang II) auf sich ziehen und so zusätzlich Räume frei machen. Außerdem ist das Verhalten des Werfers zu überprüfen: Voreilig getroffene Entscheidungen können zur Auflösung des Systems führen. Hier zeigt sich, ob der Werfer die Taktik verstanden hat, indem er die Scheibe an den Mitspieler weitergibt, der optimal zur weiteren erfolgreichen Umsetzung beitragen kann. Oft ist ein Pass zur Seite sinnvoller als der Wurf in Richtung Endzone.

Die Lernerfolgskontrolle in den kognitiven Phasen erfolgt über die Äußerungen der Schüler. Anhand ihrer Beschreibungen und Erläuterung der Taktiken kann überprüft werden, inwieweit der Schüler das Gelernte verstanden hat. Um Vorgänge beschreiben zu können, müssen sie zuvor verstanden worden sein. Aber auch Schülerfragen lassen einen Rückschluss des Lernerfolgs zu. Bei sehr detaillierten Fragestellungen kann ich davon ausgehen, dass die wichtigsten Informationen begriffen wurden. Werden allerdings Fragen gestellt, die Ablauf oder Aufstellung

betreffen, kann ich von größeren Wissenslücken ausgehen, die umgehend durch weitere Informationen oder Demonstrationen geschlossen werden müssen.

Sozial-affektive Lernerfolge werden ebenfalls durch Beobachten des Lehrers festgestellt. Das Verhalten der Schüler in allen Phasen von Beginn bis teilweise auch über das Ende der Stunde hinaus spiegelt die Emotionen, die Motivation und das Miteinander wider. Ein wichtiges Indiz ist das Ultimate-Frisbee-Spiel selbst, bei dem die oberste Regel des „Spirit of the Game“ einzuhalten ist. Zwar ist der sportliche Einsatz gefordert, sollte aber nie auf Kosten des Gegners, des Spaßes oder den Regeln gehen. Folglich werden die sozial-affektiven Lernerfolge insbesondere an der Sportlichkeit, dem Anstand und dem Fair Play beim Spiel bestimmt. Sozial-affektive Lernerfolge können aber auch durch eine direkte Rückmeldung der Schüler an den Lehrer erfolgen.

Zusätzlich wäre es möglich eine Evaluierung am Ende der Reihe durchführen. Der Fragebogen könnte sowohl kognitive als auch sozial-affektive Elemente enthalten, die nach der Auswertung Rückschlüsse auf das Erreichen der Lernerfolge zulassen. Von dieser Form der Lernzielkontrolle wurde abgesehen, da die zuvor aufgeführten Prüfungen des Lernerfolgs von mir als ausreichend betrachtet werden.



Abb. 9: Freilaufen

6 Darstellung der Unterrichtsreihe

Die Unterrichtseinheiten der Reihe sind chronologisch angeordnet und weisen die gleiche Darstellungsstruktur auf. Nach dem „Thema der Stunde“ werden die „Lernziele“ sowie die „Planungsüberlegungen“ dargestellt. Die tabellarische Darstellung des „geplanten Stundenverlaufs“ mit anschließender „Auswertung“ vervollständigt die Aufführung der jeweiligen Unterrichtseinheit. Da die „Planungsüberlegungen“ und die „Auswertung“ der Unterrichtseinheiten eng miteinander verbunden sind, wird die Reflexion mit Verweis auf vorhergehende sowie folgende Planungen ausführlicher behandelt.

Übersicht der Stundenthemen in zeitlicher Abfolge:

Stunde (Dauer)	Thema der Unterrichtseinheit
1. Unterrichtseinheit (45 Minuten)	Einführung der klassischen Angriffstaktik „Stack“
2. Unterrichtseinheit (45 Minuten)	Variation der Offensivtaktik Stack mit zwei Handlern
3. Unterrichtseinheit (45 Minuten)	Spielerische Hinführung zur 3-2-Zone-Offence
4. Unterrichtseinheit (45 Minuten)	Vertiefung des Angriffs durch offene Taktikvariationen
5. und 6. Unterrichtseinheit (90 Minuten)	Spielerische Vertiefung von Angriffstaktiken in Turnierform

6.1 Erste Unterrichtseinheit (45 Minuten)

Thema der Stunde: Einführung der klassischen Angriffstaktik „Stack“

6.1.1 Lernziele

Übergeordnetes Lernziel

Die Schüler sollen die Grobform der Offensivtaktik des klassischen Stacks im Spiel umsetzen können.

Psycho-motorische Lernziele

Die Schüler sollen

- die Aufstellung des Stack im Spiel einnehmen können, indem sie sich in der Spielfeldmitte mit etwa fünf Meter Abstand hintereinander aufreihen.
- die erfolgreiche Scheibenweitergabe (Flow) in spielnahen Situationen (in der Übungsreihe oder mit passivem Gegner) umsetzen können, indem sie Pass und Laufwege aufeinander abstimmen.
- sich zu einer bestimmten Seite freilaufen können, indem sie sich durch vorherige Köpertäuschung (Fake) einen räumlichen Vorsprung erarbeitet haben.

Kognitive Lernziele

Die Schüler sollen

- die Grundaufstellung des klassischen Stacks beschreiben können.
- die Bedingungen zum erfolgreichen Flow erläutern können, indem sie die Koordination von Werfer und Fänger beschreiben.
- die Aufgaben der Positionen nennen können, indem sie die Ausgangssituation sowie die Laufwege beschreiben.

Sozial-affektive Lernziele

Die Schüler sollen

- einen geordneten Spielaufbau erfahren.
- bewusst miteinander im Spiel kooperieren.

6.1.2 Planungsüberlegungen

Seitdem die Schüler die technischen Fertigkeiten und die Spielregeln gelernt haben, sind etwa vier Wochen vergangen. Deswegen kann ich davon ausgehen, dass die Spiele, wie z.B. „Touch“ (vgl. Anhang I) oder „Ultimate Frisbee“, noch bekannt sind. Zur besseren Visualisierung der Stacktaktik benötige ich das Taktikboard (vgl. Anhang VI). Nachdem im bisherigen Spiel die Aufstellung der Teams willkürlich und ungeordnet gewesen war, soll nun eine sehr einfache Aufstellung das Spiel der Schüler koordiniert ablaufen lassen. Aus eigener Erfahrung vermute ich, dass das Timing von Werfer und freilaufendem Spieler anfänglich schwer zu koordinieren ist. Hauptgrund dafür ist die überwiegend einseitige Erfahrung mit dem Ball, der sich bei einem Pass bzw. Schuss schneller und zudem auf einer anderen Flugbahn bewegt. Auf die Problematik werde ich gezielt in der kognitiven Phase eingehen. Für die beiden Spielfelder nutze ich die gesamte Halle. Dabei ist auf einen Sicherheitsabstand von mindestens zwei Metern zwischen den Abgrenzungen der Felder sowie zur Wand zu achten. Die Hütchen markieren jeweils die Ecken der Endzone. Zur besseren Orientierung nutze ich vorhandene Linien (z.B.: des Basketballfeldes) als Seitenlinie.

6.1.3 Geplanter Stundenverlauf

Phasen/ Richtzeiten	Inhalt/ methodische Schritte	Organisations-/ Kommunikationsform	Material/ Medien
Einleitung Erwärmung 10'	Begrüßung und Bekanntgabe des Themas Einteilung der Mannschaften Spiel „Touch“ (vgl. Anhang I) Spiel „Parteifrisbee“: 8 erfolgreiche Pässe sind ein Punkt. (vgl. Anhang I)	4 Teams auf 2 Feldern	2 Frisbees, 8 Hütchen, Trikots
Hauptphase Kog. Phase 1 7'	Ideen sammeln, wie das Spiel zu ordnen ist. L. stellt die Idee des Stacks vor. (Veranschaulichung der Laufwege am Taktikboard)	sitzend im Halbkreis UG / LV	Taktikboard
Spielphase 1 5'	Spiel „Stack“ mit passivem Gegner (Hände auf dem Rücken)	4 Teams auf 2 Feldern	2 Frisbees, 16 Hütchen, Trikots
Kog. Phase 2 3'	Fehler/Probleme besprechen Tipps zum Timing beim Werfen und zu den Laufwegen.	sitzend im Halbkreis UG	

Übungsphase 10'	Grundaufstellung „Stack“: Einen Spielzug durchspielen; Flow parallel und nahe an der Seitenlinie; Gegner passiv und stört nicht. Danach andere Mannschaft in Gegenrichtung	4 Teams auf 2 Feldern	
Schlussphase Spielphase 2 10'	„Ultimate Frisbee“: Freies Spiel, jedoch Offence muss immer Stack spielen. Abbau und Verabschiedung	4 Teams auf 2 Feldern	2 Frisbees, 16 Hütchen, Trikots

6.1.4 Auswertung

Am Anfang der Stunde mussten entgegen meiner Erwartung (vgl. 6.1.2) kurz die Spielregeln beim „Touch“ wiederholt werden, da manche Schüler nicht mehr alle Details wussten. Demzufolge fehlte mir Zeit, die ich durch Verkürzung des „Parteifrisbee“ teilweise aufholen konnte. Durch die zeitlichen Rahmenbedingungen (vgl. 2.3) konnte ich jedoch auf weitere Einschränkungen verzichten. Die koordinativen Schwierigkeiten von Werfer und Fänger traten wie erwartet auf, woraufhin sich die kognitive Phase 2 besonders mit Abwurfzeitpunkt und den Laufwegen beschäftigte. Die Übungsphase, in der ich den Flow und damit die zeitliche Koordination unter vereinfachten Bedingungen bewusst fördern wollte, lief nicht zu meiner vollen Zufriedenheit. Mit dem Verlassen der Spielreihe, sank die Konzentration und gleichzeitig die Disziplin im Kurs. Für die weitere Planung hieß das, auf Neben- oder Übungsstraßen zu verzichten. Alternativ würde ich stattdessen eine Spielphase – ähnlich wie Spielphase 1 – einsetzen. In dem Spiel wäre dann der Gegenspieler passiv (Hände auf dem Rücken) und zählt den Scheiben führenden Spieler bis zehn oder zwölf an, um den Flow zu erleichtern. Nach Scheibenverlust oder Punkterfolg wird jeweils solange gewartet bis die angreifende Mannschaft die Grundaufstellung des klassischen Stacks eingenommen hat. Die Unterbrechung wirkte erstens beruhigend auf das Spiel und zweitens machte sie den Schülern das Spielsystem immer wieder bewusst. Es sollte darauf geachtet werden, dass sobald der Scheibenbesitz nahe der gegnerischen Endzone war, sich nur zwei Spieler der angreifenden Mannschaft in der Endzone befanden. Dadurch war einerseits ausreichend Raum für Cuts, andererseits die Erfolgsquote höher, weil es weniger Gegner gibt, die auf dem engen Raum die Scheibe abfangen konnten.

Abgesehen von der Übungsphase verlief die Stunde zu meiner Zufriedenheit. Der Lernerfolg und eine hohe Spielmotivation zeigte sich im Spiel der Schlussphase.



Abb. 10: Touch

6.2 Zweite Unterrichtseinheit (45 Minuten)

Thema der Stunde: Variation der Angriffstaktik Stack mit zwei Handlern

6.2.1 Lernziele

Übergeordnetes Lernziel

Die Schüler sollen die Taktik des Stack mit zwei Handlern im Ultimate-Frisbee-Spiel anwenden können.

Psycho-motorische Lernziele

Die Schüler sollen

- durch eine taktische Aufstellung zum Erfolg kommen, indem sie die Grundaufstellung des Stacks mit zwei Handlern umsetzen können.
- die Laufwege verwirklichen können, indem die Spieler der Stackreihe nacheinander einen Cut zur Seite laufen bzw. Handler aufrücken.
- den freilaufenden Mitspieler anspielen können, indem sie zum richtigen Zeitpunkt einen relativ genauen Pass spielen.

Kognitive Lernziele

Die Schüler sollen

- die Grundaufstellung des Stack mit zwei Handlern beschreiben können.
- die verschiedenen Laufwege der Stackvariationen beschreiben können.
- eine der beiden gelernten Stacktaktiken je nach Spielsituation strategisch geschickt einsetzen können.

6.2.2 Planungsüberlegungen

In der Stunde zuvor konnte ich einerseits beobachten, dass die Abstimmung von Werfer und Fänger noch verbesserungswürdig ist. Andererseits wusste ich um die sinkende Disziplin im Kurs in der Übungsphase (vgl. 6.1.4). Dennoch entscheide mich für Wurfübung „Stern“. Dabei vertraue ich auf eine motivierende Ansprache. Denn bei zufrieden stellender Ausführung wird schnell zum spielerischen Lernen übergegangen. Diese Übung ist zwar den Schülern bekannt, jedoch kam es vereinzelt zu Abstimmungsschwierigkeiten, die meist auf mangelnde Konzentration während der Durchführung zurückzuführen sind. Aufbauend auf den klassischen

Stack, der in der Praxis aufgrund seiner leichten Durchschaubarkeit selten angewandt wird, werden die Schüler eine gebräuchliche Variante des Stacks kennenlernen. Als Hilfe zur Visualisierung dient wieder das Taktikboard. Zur besseren Verinnerlichung im Spiel sollen die Schüler zusätzlich nach jedem Scheibenverlust die Grundformation (Resultat aus 6.1.4) einnehmen. Das freie Spiel zum Ende der Unterrichtseinheit dient mir als Lernkontrolle sowie den Schülern zur Vertiefung des Gelernten. Bei relativer Windstille und sonnigem Wetter wird die Unterrichtseinheit auf dem Rasenplatz stattfinden.

6.2.3 Geplanter Stundenverlauf

Phasen/ Richtzeiten	Inhalt/ methodische Schritte	Organisations-/ Kommunikationsform	Material/ Medien
Einleitung Erwärmung 10'	Begrüßung und Bekanntgabe des Themas Einteilung der Mannschaften Einwerfen im „Stern“ (vgl. Anhang) Spiel „Parteifrisbee“: 10 erfolgreiche Pässe sind 1 Punkt.	4 Teams 2 Felder je 2 Teams 4 Teams auf 2 Feldern	2 Frisbee, 8 Hütchen, Trikots
Hauptphase Kog. Phase 1 5'	Wiederholung des klass. Stack und Vorstellung Stack mit 2 Handler mit bekannten Laufwegen (Flow)	sitzend im Halbkreis SV/LV	Taktikboard
Spielphase 1 10'	Anzählen bis 10, passiver Gegner, bei jedem Turnover wieder Grundaufstellung	4 Teams auf 2 Feldern	2 Frisbee, 8 Hütchen, Trikots
Kog. Phase 2	evtl. Fehler, neue Laufwege in Endzone	sitzend im Halbkreis UG	Taktikboard
Spielphase 2 5'	wie Spielphase 1 nur mit neuen Laufwegen	4 Teams auf zwei Feldern	2 Frisbee, 8 Hütchen, Trikots
Schluss Spielphase 3 10'	Freies Spiel: aber nur den beiden Stacktaktiken Abbau und Verabschiedung		

6.2.4 Auswertung

Da noch Handlungsbedarf bezüglich des Timings beim Werfen und Fangen (vgl. 6.2.2) bestand, entschied ich mich anstatt einer fortgeschritteneren Variation von „Touch“ für das Aufwärmen im „Stern“. Die im Frisbee-Sport verbreitete Aufwärmübung konnten die Schüler überraschend gut umsetzen. Deswegen brach ich die Aufgabe schon nach drei Minuten ab, um mit der ersten Spieleinheit zu beginnen. Gerade beim anschließenden Partefrisbee zeigte sich des Öfteren die Freude am Spiel und die Leistungsbereitschaft der Schüler. Zurückzuführen ist dies auf die aus dem Ballsport bekannte Spielform, bei der die Schüler die Regeln gekannt und genügend Erfahrung mitgebracht haben. Der zusätzlich motivierende Reiz besteht in dem neuen Spielgerät, das Abwandlungen des strategischen Verhaltens auf dem Feld erforderte. Um das Anforderungsniveau zu erhöhen, gab es erst bei zehn erfolgreichen Pässen einen Punkt (anstatt acht Pässen in der vorherigen Stunde).

In der kognitiven Phase 1 erläuterte ein Schüler den Ablauf des klassischen Stacks. Anschließend sprachen wir über Probleme der Angriffsformation und wie sie verbessert werden könnten. Das Unterrichtsgespräch lenkte ich so, dass die Stackvariation mit zwei Handlern erarbeitet wurde. Eine Beruhigung des noch hektischen Spiels, mehr Freiraum der drei Angriffsspieler und eine variabelere, undurchschaubarere Angriffstaktik wurden als Vorteile dieser Strategie erarbeitet. Während dieser Phase war eine rege Beteiligung auszumachen, die von detaillierten Fragen und Demonstrationen am Taktikboard geprägt war. Die anschließende Spielphase 1 wurde wie erwartet konzentriert ausgeführt. Weniger angeregt verlief die zweite kognitive Phase, in der zunächst auf Fehlerbilder eingegangen wurde. Danach habe ich neue Laufwege in die Endzone mithilfe des Taktikboards erklärt. Rückblickend waren es sehr viele Informationen, welche die Schüler zu verarbeiten hatten. Die neue Stackvariante plus die Fehlerkorrektur sowie die zusätzlichen neuen Laufwege überforderte einige Schüler, was in der Spielphase 2 deutlich wurde. Entweder hätte ich dem Kurs mehr Zeit geben müssen, in der die Teams hätten ihre Fehler korrigieren können, bzw. die erste Spielphase unterbrechen sollen, um globale Korrekturen vorzunehmen. Erst im Anschluss daran würde ich die neuen Laufwege erläutern.

Dass die Schüler beide Stackvarianten dennoch umsetzen konnten, wurde im abschließenden freien Spiel deutlich. Die Vorgaben nur die bisher gelernten

Angriffstaktiken zu verwenden, führte zu ersten gruppentaktischen Besprechungen innerhalb einer Mannschaft. Daraus folgte wiederum, dass die Schüler mit hoher Konzentration sowie Einsatzbereitschaft beim Spiel waren. Auffallend in der Spielphase 3 waren die Pässe, die entweder zu steil (bzw. zu hoch) und/oder in einer Kurve gespielt wurden. Diese Verlängerung der Flugbahn ist automatisch ein Vorteil für die gegnerische Mannschaft, die so mehr Zeit hat, die Scheibe abzufangen. Meine Konsequenz daraus ist, den Schüler in der folgenden Stunde die genannten Nachteile zu verdeutlichen und die Würfe gezielt, aber kurz, zu trainieren. Dem Verteidiger Vorteile zu nehmen heißt im Umkehrschluss, den eigenen Angriff zu verbessern. Die daraus resultierende Chance auf Punkterfolg kann sich somit positiv auf die Lernmotivation auswirken.

Der Unterricht fand witterungsbedingt in der Halle statt (vgl. 6.2.2). Ich wies die Schüler allerdings darauf hin, für die nächste Stunde auch Stollenschuhe mitzubringen falls das Wetter entsprechend gut sein sollte.



Abb. 11: Stack

6.3 Dritte Unterrichtseinheit (45 Minuten)

Thema der Stunde: Spielerische Hinführung zur 3-2-Zone-Offence

6.3.1 Lernziele

Übergeordnetes Lernziel

Die Schüler sollen Varianten des 3-2-Spielsystems im Ultimate-Frisbee-Spiel anwenden können.

Psycho-motorische Lernziele

Die Schüler sollen

- durch die Zone Offence zum Punkterfolg kommen können, indem sie mit drei Handlern und zwei tiefen Spielern (Deeps) auf dem Feld agieren.
- die Stack-Variante des 3-2-Systems im Spiel anwenden können, indem sie zwei Mitspieler hintereinander vor die Handlerkette positionieren.
- die Wings-Variante des 3-2-Systems umsetzen können, indem sie vor die Handlerkette zwei Flügelspieler auf gleicher Höhe aufstellen.

Kognitive Lernziele

Die Schüler sollen

- die Variationen der 3-2-Zone-Offence beschreiben können.
- die Aufgabe der Handler erläutern können.
- die Laufwege der Wings bzw. Longs beschreiben können.

6.3.2 Planungsüberlegungen

Wie in der Stunde zuvor angekündigt, wird der Unterricht bei guter Witterung auf dem Rasenplatz stattfinden. Damit sind auch Änderungen der Lernbedingungen verbunden. Durch die fehlende Kreide auf dem Gras sind keine Spielfeldlinien vorhanden. Lediglich die Hütchen grenzen das Hauptspielfeld und die beiden Endzonen ab. Der Wind wird das Werfen und Fangen erschweren. Draußen spielen heißt aber auch Verbesserung der individuellen Fertigkeiten, Bewegungserfahrung unter anderen Umweltbedingungen und Ausbildung von gruppentaktischen Maßnahmen. Weiterhin erhoffe ich mir dadurch mehr Motivation bei den Schülern.

Aus den in Kapitel 6.2.4 genannten Gründen werde ich mit einer Übung beginnen, die den geraden und brusthohen Pass verbessern kann. Darauf folgt das Spiel „Touch“ in einer anspruchsvolleren Ausführung als in der Stunde zuvor.

In methodischer Weiterführung an die vorangegangenen Stunden wird die Handlerkette auf drei Spieler erweitert, so dass nur zwei Spieler tief – zunächst im Stack, dann als Flügelläufer – stehen. Beim erstmaligen Spiel mit einer 3-2-Zone-Offence gilt wieder, dass zuerst die jeweilige Grundaufstellung eingenommen werden muss, bevor weitergespielt wird. Dadurch erhoffe ich mir eine Beruhigung des oft recht hektischen Spiels (vgl. 6.1.4) sowie eine schnellere Verinnerlichung der Angriffstaktiken. Im abschließenden Spiel, das erneut der Vertiefung dienen soll, verschaffe ich mir einen Eindruck über den Lernerfolg und die Motivation.

6.3.3 Geplanter Stundenverlauf

Phasen/ Richtzeiten	Inhalt/ methodische Schritte	Organisations-/ Kommunikationsform	Material/ Medien
Einleitung Erwärmung 10'	Begrüßung und Bekanntgabe des Themas Einteilung der Teams Einwerfen (15x Vor- und 15x Rückhand) Touch mit zwei Scheiben (vgl. Anhang I)	Gassenaufstellung 4 Teams auf zwei Feldern	1 Scheibe pro Paar 2 Frisbees, 8 Hütchen, Trikots
Hauptphase Kog. Phase 1 5'	Vorstellung der 3-2-Offence (3 Handler mit Stack); L. be- schreibt und zeigt Aufstellung und Laufwege	sitzend im Halbkreis LV	Taktikboard
Spielphase 1 8'	Spiel: anzählen bis 10, nach Anwurf oder Scheibenverlust warten bis die Aufstellung steht, passiver Gegner	4 Teams auf zwei Feldern	2 Frisbees, 8 Hütchen, Trikots
Kog. Phase 2 5'	evtl. Probleme besprechen. Variation des 3-2-Systems (3 Handler, 2 Wings). Erläuterung der Laufwege des linken und rechten Wings.	sitzend im Halbkreis UG/LV	Taktikboard
Spielphase 2 7'	wie Spielphase 1 mit neuer Variante der Angriffstaktik	4 Teams auf zwei Feldern	2 Frisbees, 8 Hütchen, Trikots

Schlussphase Spielphase 3 10'	freies Spiel, wobei nur die beiden Varianten des 3-2-Systems gespielt werden dürfen. Abbau und Verabschiedung		
--	--	--	--

6.3.4 Auswertung

In der dritten Stunde ging ich mit dem Kurs wie geplant auf dem Rasenplatz des Schulgeländes. Die Wetterbedingungen waren gut, so dass es zu keinen zusätzlichen Schwierigkeiten, die besonders durch Wind auftreten, kam. Aus den Beobachtungen der letzten Stunden (vgl. 6.3.2) entschied ich mich, mit einer Übungsform zu starten. Die Schüler warfen auffallend oft hohe und/oder kurvige Pässe, meistens Rückhand mit Innenkurve („Backhand Inside“, vgl. Anhang II). Ich erklärte kurz die Vorteile des flachen und geraden Zuspiels, die vor allem in der kurzen Flugphase und der besseren Antizipation der Scheibe liegen. Wie die Autoren ZIMMERMANN/BATTANTA bin auch ich der Auffassung, dass die Verbesserung des Angriffs mit einer Verbesserung der Wurf- und Fangtechnik einhergeht. Mit der Erfahrung der ersten Stunde, in der die Übungsform die Disziplin im Kurs verringerte, versprach ich diese Phase kurz zu halten und mehr zu spielen, wenn ich eine gute, konzentrierte Umsetzung erkennen würde. Da dem so war, begann ich mit der Spielreihe, indem die Schüler eine anspruchsvolle Variation (mit zwei Scheiben) des „Touch“ spielten.

Bei der ersten kognitiven Phase legte ich besonderen Wert auf die Erklärung der Handlerkette. Da es immer wieder – auch in diesem Kurs – festzustellen war, dass oft zu schnell die Scheibe nach vorne geworfen wurde, betonte ich, dass auch die drei Handler mit gezieltem Kurzpassspiel Raum gewinnen können. Denn der kurze, diagonale Pass nach vorne birgt weniger das Risiko, die Scheibe zu verlieren. Den zwei Spielern, die sich nicht in der Kette befanden, schenkte ich weniger Beachtung, da deren Aufgaben vom Stack bekannt sind. In der Spielphase 1 setzten die Teams die Grundaufstellung schnell und richtig um. Die Scheibe wurde zu Beginn der Offence in der Handlerkette gespielt. Dennoch musste ich die Mannschaften anhalten, um mehr Geduld einzufordern und den Swing zu forcieren. Während der Spielphase überlegte ich mir die Vorgaben so zu modifizieren, das die Scheibe mindestens einmal die Handlerkette durchlaufen sollte, bevor sie zu einem der

beiden tiefstehenden Spieler geworfen wird. Ich entschied mich aber gegen die Spieländerung, erstens um mich weiter zurückzunehmen und zweitens um den Schülern die Möglichkeit zu geben, es selbst zu erfahren. Zu Beginn der zweiten kognitiven Phase wies ich auf die Wichtigkeit des Swings hin. Auch sollte jeder einmal in der Kette gespielt haben. Die Erarbeitung der Wings, den rechten und linken Angriffspieler, verlief zügig. Zum Schluss der Phase ließ ich einen Schüler, der offenbar nicht aufpasste, das neue Spielsystem (3-2 mit Wings) am Taktikboard wiederholen. Die zweite Spielphase war ähnlich wie die erste von vielen beabsichtigten Unterbrechungen geprägt, die sowohl für einen klaren und ruhigen Spielaufbau sorgten als auch mir die Gelegenheit gaben, gruppenspezifische Hinweise zu geben. Bei dem freien Spiel zum Abschluss waren alle sehr motiviert. Durch die Unterbrechungen in der ersten und zweiten Spielphase überzog ich die Stunde um etwa fünf Minuten. Die Zeit hätte ich sparen können, indem ich das Einwerfen im Dreieck weggelassen und/oder das Abschlussspiel gekürzt hätte. Da mir aber beide Punkte wichtig waren und ich mich außerdem in einer komfortablen Situation (vgl. 2.3) befand, nahm ich die Überschreitung des Zeitrahmens in Kauf. Zum Schluss ist noch zu bemerken, dass den Schülern das Spiel auf dem Rasen mehr Spaß bereitete als in der Halle.



Abb. 12: Zuspiel aus der Handlerkette

6.4 Vierte Unterrichtseinheit (45 Minuten)

Thema der Stunde: Vertiefung des Angriffs durch offene Taktikvariationen

6.4.1 Lernziele

Übergeordnetes Lernziel

Die Schüler sollen die 3-2-Offence vertiefen und in eigenen Angriffsstrategien anwenden können.

Psycho-motorische Lernziele

Die Schüler sollen

- das 3-2-System variabel umsetzen können, indem sie je nach Spielsituation die horizontale bzw. die vertikale Form (Wing bzw. Stack) anwenden.
- neue (eigene) Angriffstaktiken verwirklichen können, indem sie die abgesprochene Ausgangsformation einnehmen und die jeweiligen Laufwege gehen.

Kognitive Lernziele

Die Schüler sollen

- das 3-2-System in horizontaler (zwei Wings) und vertikaler (kleiner Stack) Ausführung beschreiben können.
- eigene Angriffstaktiken finden und beschreiben können, indem sie den Raum inklusive möglicher Laufwege berücksichtigen.

Sozial-affektive Lernziele

Die Schüler sollen

- ihre teamtaktischen Fähigkeiten weiterentwickeln können, indem sie gemeinsam im Team Entscheidungen treffen.

6.4.2 Planungsüberlegungen

In der vierten Stunde plane ich nochmals mit dem Kurs auf den Rasenplatz zu gehen. Im Mittelpunkt soll die Kreativität der Schüler stehen, in der sie ihr Spielverständnis zeigen können. Anders als zuvor werden dabei die Angriffstaktiken nicht von mir vorgegeben, sondern von jedem Team individuell ausgedacht und

angewendet. Als Rahmen dafür werde ich den Schülern zunächst berichten, dass fast jede Profi-Mannschaft ein Taktikbuch besitzt, in dem sie „geheime“ Taktiken aufgeschrieben haben. Alle Spieler des Teams müssen alle Spielsysteme daraus kennen. Damit erhoffe ich mir weiterhin sowohl eine stärkere Identifikation mit dem Team als auch mehr Verbundenheit zum Frisbeesport. Nachdem die Angriffsvarianten ausgedacht und benannt worden sind, sollen sie im Spiel ausprobiert werden. Es ist zu erwarten, dass gerade in dieser Phase viel teamintern diskutiert wird und eventuell Änderungen im System vorgenommen werden. Zum Schluss muss jedes Team seine „geheimen“ Taktiken offenlegen und die Spielweise erläutern.

6.4.3 Geplanter Stundenverlauf

Phasen/ Richtzeiten	Inhalt/ methodische Schritte	Organisations-/ Kommunikationsform	Material/ Medien
Einleitung	Begrüßung und Bekanntgabe des Themas		
Kog. Phase 1 5'	Einteilung der 4 Mannschaften Wdh. der beiden Variationen des 3-2-Systems	sitzend im Halbkreis SV	Trikots Taktikboard
Erwärmung 5'	Einwerfen im Dreieck: (Vor- und Rückhand bei unterschiedlichen Distanzen (vgl. Anhang I))	je 2 Teams in einem Dreieck	Frisbees, 6 Hütchen,
Hauptphase			
1. Spielphase 10'	Spiel im 3-2-System nach Wahl, Anzählen bis 10 bei Mannverteidigung Schüler bauen die Felder auf	4 Teams auf 2 Feldern	16 Hütchen, 2 Frisbee, Trikots
Kog. Phase 2 10'	evtl. Fehler besprechen. Teams erstellen 2 eigene Angriffstaktiken und geben ihnen Namen.	sitzend im Halbkreis jedes Team in eine Ecke	Taktikboard 8 Blätter mit Spielfeld, Stifte
2. Spielphase 10'	Teams spielen in den selbst-erfundenen Taktiken bei Mannverteidigung, Anzählen bis 10, mit Gegnerwechsel	4 Teams auf 2 Feldern (Wechsel der Teams mit Trikots)	16 Hütchen, 2 Frisbee, Trikots
Schluss			
Präsentation 5'	Schüler benennen ihre Taktiken und erklären den geplanten Ablauf.	sitzend im Halbkreis SV	Taktikboard, Arbeitsblätter
	Abbau und Verabschiedung		

6.4.4 Auswertung

Für die vierte Stunde der Unterrichtseinheit plante ich einen Schwerpunkt ein, bei dem die Schüler strategisch-kreativ gefordert wurden (vgl. 6.4.2). Da es draußen leicht windig war, zog ich es vor, in der Halle zu unterrichten. Zunächst veranschaulichte ein Schüler am Taktikboard die beiden gelernten Variationen der 3-2-Offence. Da kaum Fragen seitens der Schüler auftauchten, konnte schnell mit der Erwärmung begonnen werden. Ähnlich wie das Einwerfen in der Stunde zuvor (vgl. 6.3.3) wählte ich die schon bekannte Aufwärmform „Dreieck“, um den Angriff durch Schulung der Individualtechnik sowie Werfer-Fänger-Koordination zu verbessern. Die Übung begann schleppend und wiederholt musste ich Hinweise zur Optimierung geben. Die Komplexität bestand darin den Laufweg des Fängers mit dem eigenen Wurf so abzugleichen, dass die Scheibe am Ende im Lauf und möglichst nahe der Gruppe gefangen werden sollt. Ein weiterer Punkt, der einigen Schülern Schwierigkeiten bereitete, war die unterschiedliche Wurf- und Laufrichtung. Erfahrungsgemäß erfordert diese Übung gerade bei Anfängern etwas Eingewöhnungszeit. Auch hier war dies der Fall. Nach einigen Versuchen und Tipps konnten die Schüler die Übung mit der Rückhand und der Vorhand (Richtungswechsel) aus zwei unterschiedlichen Distanzen ausführen. Die Übung ist für den Anfänger zwar komplex, beinhaltet aber viele spielnahe Elemente. Neben dem Werfer-Fänger-Timing wird das grundlegende Spielverhalten geschult. Oft ist zu beobachten, dass nach einem Wurf der Scheibe hinterhergeschaut wird, anstatt sofort den freien Raum zu suchen, um sich für den nächsten Spielzug anzubieten. Der Freiraum befindet sich meist nicht in der Flugbahn der geworfenen Scheibe. Dieses Verhalten lernen die Schüler dabei. Alternativ zum „Dreieck“ hätte ich entweder ein neues oder eine Variante eines bekannten Spiels durchführen können, das rückblickend dem Spielkonzept näher gewesen wäre.

Die erste Spielphase diente der Vertiefung des 3-2-Systems und gleichzeitig als Kontrolle, um zu sehen wo noch Verbesserungen notwendig sind. Nachdem die Schüler die Felder aufgebaut hatten, durften sie mit einem freien Spiel beginnen, wobei sie nur die beiden Formen der 3-2-Offence verwenden durften. Die Schüler setzten Angriffstaktiken zu meiner Zufriedenheit um. In der anschließenden kognitiven Phase wies ich lediglich darauf hin, noch mehr Geduld in der Handlerkette zu bewahren und anstatt überhastete Pässe nach vorne öfter den Swing zu spielen. Den anschließenden Teil bis zum Rest der Stunde war die Kreativität der Schüler

gefragt. Mit großem Eifer und viel Freude dachten sich die Teams – räumlich voneinander getrennt – eigene Taktiken aus und benannten sie. So konnten die Schüler wie die Profimannschaften mit „geheimen“ Angriffsvarianten (vgl. Anhang IV) den Gegner überraschen. Der Reiz in der darauffolgenden Spielphase lag zum einen darin, die eigenen Strategien in der Praxis zu testen. Zum anderen galt es die Taktik der gegnerischen Mannschaft zu durchschauen und das eigene Team darauf einzustellen. Aufgrund der beschriebenen Spannung und dem großen Spieleifer verlängerte ich die Spielzeit, damit die Schüler die Freude am Frisbeespiel länger ausschöpfen konnten. So ließ ich in der Schlussphase anstatt wie geplant alle acht Schülertaktiken nur vier vorstellen. Ein weiterer Grund für die Verkürzung der Präsentation war, dass ich schon beim Entwerfen der mannschaftseigenen Angriffsvarianten ähnliche Aufstellungen erkannt hatte und somit Wiederholungen vermeiden konnte.

Da ich für die nächsten beiden Unterrichtseinheiten ein Turnier plante, entschloss ich mich die Rahmenbedingungen zu ändern. Ich erklärte mich bereit, Erfrischungsgetränke zu besorgen und die Schüler organisierten unter sich, wer Kuchen mitbringen würde. Bei entsprechendem Wetter sollte das Turnier wieder auf dem Rasenplatz stattfinden.



Abb. 13: „Geheime“ Angriffstatik

6.5 Fünfte und sechste Unterrichtseinheit (90 Minuten)

Thema der Stunde: Spielerische Vertiefung von Angriffstaktiken in Turnierform

6.5.1 Lernziele

Übergeordnetes Lernziel

Die Schüler sollen unter Wettkampfbedingungen verschiedene Offensivstrategien mit sieben Feldspielern umsetzen können.

Psycho-motorische Lernziele

Die Schüler sollen

- ihre mannschaftsspezifischen Leistungen verbessern können, indem sie die gelernten Taktiken anwenden und verfeinern.
- ihre individuelle Spielfähigkeit vertiefen, indem sie unter erschwerten Bedingungen (Zeitdruck, Wettkampfsituation, Wind) erfolgreich Fangen und Werfen.
- mit sieben Feldspielern spielen können, indem sie die bekannten Fünf-Spieler-Taktiken selbstständig erweitern.

Kognitive Lernziele

Die Schüler sollen

- ihren Mitspielern geeignete Taktiken erklären können, indem sie ihre Spielbeobachtungen beschreiben und mögliche Erfolgschancen erläutern.
- ihre gelernten Taktiken mit fünf Feldspielern in der Halle, auf sieben Feldspielern transferieren, indem die zusätzlichen zwei Spieler sinnvoll auf dem Spielfeld einsetzen.

Affektive Lernziele

Die Schüler sollen

- den „Spirit of the Game“ beachten, indem sie sportlich, fair und eigenverantwortlich am Spiel teilnehmen.
- den gerechten Turnierverlauf organisieren können, indem sie etwa gleich starke Mannschaften bilden, ohne dabei einen Mitschüler zu diskriminieren.
- sich fair in der Mannschaft verhalten, indem sie selbstständig Mitspieler auswechseln.

- Gefallen am Ultimate Frisbee finden.
- die Leistung der anderen Teams anerkennen.

6.5.2 Planungsüberlegungen

In der fünften und sechsten Unterrichtseinheit soll das abschließende Ultimate-Frisbee-Turnier stattfinden. Da die Schüler ihre Selbstständigkeit als Mannschaft und als Kurs unter Beweis stellen sollten, plane ich lediglich die Funktion des Turnierausrichters zu übernehmen. Für Verpflegung ist gesorgt (vgl. 6.4.4). Zusätzlich entwerfe ich einen Spielplan (vgl. Anhang IV), auf dem die wichtigsten Informationen stehen. Die Schüler sollen den Transfer von fünf auf sieben Feldspieler selbst leisten. Ich erwarte keine Schwierigkeiten, da die gelernten Fünf-Spieler-Taktiken beliebig um zwei Spieler zu erweitern sind. Außerdem hat der Kurs seine Kreativität in der Stunde zuvor bewiesen (vgl. 6.4.4). Wie üblich muss ich das Spielmaterial (Trikots, Scheiben und Hütchen) aus der Schule besorgen. Als Siegerprämie werde ich Süßigkeiten mitbringen. Da es voraussichtlich drei Mannschaften sein werden, werde ich nicht nur das Siegerteam sondern alle belohnen, da sie sich ebenso anstrengen werden. Aufgrund der höheren Spielerzahl wird das Spielfeld nun größer als gewohnt sein, dennoch benutze ich nicht das volle Ausmaß von 100 Meter Länge und 37 Metern Breite. Im Spiel gibt es erfahrungsgemäß viele Scheibenverluste, so dass die offizielle Spielfeldlänge zu wenige Punkte zulässt. Dies wiederum könnte sich negativ auf die Motivation niederschlagen, was es zu vermeiden gilt.

6.5.3 Geplanter Stundenverlauf

Phasen/ Richtzeiten	Inhalt/ methodische Schritte	Organisations-/ Kommunikationsform	Material/ Medien
Einleitung 5' Erwärmung 15'	Begrüßung und Bekanntgabe des Themas Selbstständiges Einteilen der Mannschaften (7 Feldspieler); jedes Team gibt sich einen Namen und bereitet sich eigenständig vor.	3 Teams/GA	Frisbees, Trikots, Hütchen, Spielplan
Hauptphase Spielphase 60'	Turnier: Jedes Team muss gegen die anderen spielen. Spielzeit beträgt 15 Min; Punkte notiert das pausierende Team.	je 2 Teams auf einem Feld	

Schlussphase 10'	Bekanntgabe der Spielergebnisse mit anschließender Siegerehrung Abbau und Verabschiedung		Präsente für die Sieger
----------------------------	---	--	----------------------------

6.5.4 Auswertung

Die letzte Stunde der Unterrichtsreihe stand im Gegensatz der vorherigen Stunden weniger unter dem Aspekt der Taktikvermittlung. Vielmehr ging es in den 90 Minuten darum, das Frisbeespiel zu erleben. Eigenverantwortung, Fairness und soziales Miteinander standen im Vordergrund. Die Wetterbedingungen waren wie erhofft gut und wir konnten auf dem Rasenplatz spielen. Zu Beginn erklärte ich den Ablauf der Doppelstunde, wobei ich die Eigenverantwortung der Schüler betonte. Die Aufteilung der Team verlief gemeinschaftlich, wobei zunächst gewählt wurde, im Anschluss jedoch scheinbar eine zu starke Mannschaft gute Spieler austauschte. Schüler J. zeigte sich dabei gekränkt, weil er sich als anscheinend schlechterer Spieler fühlte. Doch nach ein paar aufmunternden Worten von Schüler Y war alles wieder in Ordnung. Während die Teams ihre Namen suchten, ihre Taktiken besprachen und sich selbstständig aufwärmten, baute ich das Spielfeld auf. Die Spielfeldgröße erwies sich als sinnvoll und trotz vieler Scheibenverluste, machten die Teams zahlreiche – mitunter auch spektakuläre – Punkte.

Die Spielphase verlief reibungslos. Die Schüler zeigten Einsatz und vor allem Fairness im Spiel. Zwar gab es im ersten Spiel eine etwas längere Diskussion, bei der ich zu Hilfe gebeten wurde. Doch mit dem Verweis, dass nur die beteiligten Spieler die Situation regeln können, überließ ich die Verantwortung regelkonform den Spielern. Es gab nur einen Auswechselspieler, der aber nach Absprache regelmäßig eingewechselt wurde. Die Schüler gaben auf dem Feld ihr Bestes und so war manch einer froh ausgewechselt zu werden. Während zwei Teams spielten, durfte sich das dritte Team mit Getränken und Kuchen stärken. Ein Spieler aus der Mannschaft musste den Punktestand des laufenden Spiels dokumentieren. Vereinzelt konnte ich feststellen, wie die pausierenden Schüler den Gegner beobachteten, um im kommenden Spiel die richtige Taktik anzuwenden. Auch Zuordnungen für die künftige Mann-Mann-Verteidigung wurden diskutiert. Erfreulich fand ich auch, dass die Schülerinnen sich genauso einbringen konnten wie ihre männlichen Mitschüler. Gerade bei anderen großen Sportspielen, beispielweise Fußball, ist bei gemischten

Gruppen in der Schule oft zu erkennen, wie die Mädchen aus verschiedensten Gründen eher passiv mitspielen. Dass es sich hier nicht so verhält, liegt erstens an der angenehmen Atmosphäre und großen Motivation im Kurs, zweitens herrscht weiterhin ein relativ homogener Leistungsstand (vgl. 2.2).

Zum Abschluss des Turniers und der Unterrichtsreihe wurden die Ergebnisse bekannt gegeben und die Sieger geehrt. Für die drei Mannschaften gab es Süßigkeiten als Siegerprämie. Wie mir erst später bewusst wurde, fehlte eine für den Frisbeesport typische Auszeichnung bei diesem Turnier. Denn üblicherweise wird beim Ultimate Frisbee nach jedem Turnier die fairste Mannschaft („Most Spirited Team“), und der fairste Spieler („Most Spirited Player“) geehrt. Dafür schreibt jeder Spieler gegen Ende des Turniers einen Namen und ein Team auf einen Zettel, die zentral eingesammelt und ausgewertet werden. Der Spieler bzw. das Team mit den meisten Stimmen bekommt die Ehrung. Deswegen ist mein Verbesserungsvorschlag für den Turnierverlauf, die Schüler zu Beginn auf die Wahl aufmerksam zu machen, um im Anschluss ihre Stimme abzugeben.



Abb. 14: Taktikbesprechung im Turnier

7 Evaluation und Reflexion

Zurückblickend bin ich mit dem Verlauf der Unterrichtsreihe sehr zufrieden. Wie erwartet hatten die Schüler viel Spaß beim Ultimate Frisbee spielen. Die Bewegungsintensität während den Spielphasen, bei denen die Schüler großes Interesse und viel Einsatzwille zeigten, war hoch. Dabei ist der Umgang miteinander immer im Sinne des „Spirit of the Game“ gewesen, auch dann, wenn nicht gespielt wurde. Durch die direkten Rückmeldungen am Ende der Unterrichtsreihe, habe ich erfahren, dass einige Schüler den Frisbeesport weiter in ihrer Freizeit betreiben wollen. Das große Interesse wurde konkret deutlich, als sich am Ende der Reihe 16 der 24 Schüler in einer Sammelbestellung eine eigene Frisbee-Scheiben kauften.

7.1 Inhaltlich-methodische Auswertung

Betrachtet man die psychomotorischen Lernziele der Unterrichtsreihe (vgl. 4.3), ist der geplante Ertrag erbracht worden. Die Schüler sind alle in der Lage, die gelernten Angriffssysteme des Stacks sowie der Zone Offence im Spiel umzusetzen. Gerade im abschließenden Turnier wurde das deutlich. Dort konnte ich in vielen Fällen erkennen, dass die Schüler bei einem Turnover sofort ihre Positionen bezogen. Der Scheiben besitzende Spieler kontrollierte vor dem ersten Pass kurz die Aufstellung, was einerseits für die Steigerung der Spielfähigkeit spricht und andererseits die zu Beginn erkannte Hektik im Spiel verringerte. So war im Verlauf der Reihe ein zunehmend koordinierterer Spielaufbau zu vermerken. Die Schüler sind nun fähig, sich gemäß der Angriffstaktik kontrolliert freizulaufen bzw. die Scheibe dem frei werdenden Mitspieler zuzuwerfen. Unterschiede sind jedoch in der qualitativen Ausführung zu erkennen. Oft waren es die wenige, aber übereifrige Schüler (ausschließlich Jungs), bei denen die Geduld versagte und die mit egoistischem Handeln die Ordnung der Angriffstaktik störten oder sogar zerstörten. Auffallend waren die Schülerinnen. Sie gehörten nicht zu den besten Fängern oder Werfern, waren aber aufgrund ihrer Disziplin häufig in Scheibenbesitz und konnten sich damit oft effektiver einbringen als die technisch versierten Mitspieler.

An dieser Stelle möchte ich gezielt auf die Werfer-Fänger-Koordination eingehen. Obwohl allen Schülern der Spielablauf und die Laufwege klar sind, sind bei der räumlich-zeitlichen Abstimmung im Sinne eines guten Flows noch Defizite zu sehen. Gründe dafür sind vor allem in der mangelnden Erfahrung mit dem Spielgerät zu

finden. Hinzu kommt das technisch unausgereifte Leistungsniveau der meisten Schüler. Denn eine gut verlaufende und mannschaftstaktische Offence ist eng an die technischen Fertigkeiten sowie die Spielerfahrung der einzelnen Spieler geknüpft. Trotz der zu verbessernden Wurftechnik bei den Schülern sehe ich in der vorliegenden Vermittlung grundlegender Angriffstaktiken keine Überforderung des Kurses. Damit war das Anspruchsniveau relativ hoch, doch aufgrund der großen Leistungsbereitschaft, sowohl im Spiel als auch in kognitiven Phasen, erreichten die Schüler in allen Unterrichtseinheiten die gesetzten Stundenziele. Die Bewegungsaufgaben waren angemessen komplex und immer zu lösen. Wären trotzdem Probleme aufgetreten, ließe das geplante Spielkonzept eine Binnendifferenzierung zu, um den unterschiedlichen Ansprüchen gerecht zu werden. Es ist nicht die Aufgabe des Schulsports, die Schüler zu Spezialisten einer Sportart zu erziehen, sondern mehrperspektivisch zu handeln und eine sportliche Bandbreite zu zeigen.

Während der Reihe hat die Lerngruppe umfassende Bewegungserfahrungen gesammelt, die ihre Motorik verbesserte und sie zum dauerhaften Sporttreiben motivierte. Außerdem konnte ich neben der Verbesserung der Spielfähigkeit zusätzlich eine Verbesserung der technischen Fertigkeiten erkennen. Vor allem durch den häufigen Kontakt mit der Scheibe sowie deren zuverlässige Weitergabe im Spiel wurden die Schüler – oft unbewusst – gezwungen, ihre individuellen Leistungen zu steigern, um darüber hinaus ein positives Mannschaftsgefühl zu erleben. Zur zusätzlichen Sicherung der Taktiken könnte man sicherlich – genügend Zeit vorausgesetzt – vor dem abschließenden Turnier eine weitere Unterrichtseinheit einschieben, in der sich die Teams auf den Wettkampf in „Freundschaftsspielen“ vorbereiten könnten. Ob alternativ zur Spielschule eine Übungsreihe zum gleichen Erfolg geführt hätte, wage ich zu bezweifeln. Vertiefende Übungsreihen hätten bestimmt den Ablauf der Angriffstaktiken vermitteln können. Doch die daraus resultierende Unterbindung des natürlichen Spieltriebs, hätte sich meiner Ansicht nach negativ auf die Lernmotivation niedergeschlagen. Insofern komme ich zu der Erkenntnis, dass sich die angewandte spielerische Methode, insbesondere für diese Lerngruppe, als sinnvoll erwiesen hat. Die Vorgehensweise ließ den Schülern ausreichend Platz, sich in erster Linie taktisch aber auch technisch weiter zu entwickeln ohne dabei den Spaß zu verlieren. Das spielerische Vorgehen war

motivierend und förderte zugleich die Kondition sowie Koordination (Forderung des Lehrplans) der Schüler.

7.2 Sozial-affektive Auswertung

Retrospektiv kann ich sagen, dass die sozial-affektiven Lernziele (vgl. 4.5) der Unterrichtreihe erreicht wurden. Zwar ist die Überprüfung der Lernziele recht komplex, dennoch können individuelle Verhaltensweisen Aufschluss darüber geben und einen verallgemeinerten Rückschluss zulassen. Die Schüler konnten in allen Phasen den „Spirit of the Game“ umsetzen. Das nahezu selbstständig von den Schülern durchgeführte Turnier lief ohne Probleme und mit großer Freude ab. Das zeigte sich vor allem in der hohen Leistungsbereitschaft als auch in den teaminternen Diskussionen außerhalb des Spielfeldes. Während des gesamten Verlaufs der Unterrichtsreihe blieben aggressive Handlungen aus. Alle Spiele liefen stets fair ab. Dabei achtete ich darauf, dass die Schüler die Spielkonflikte selbst regelten. Gerade in den ersten beiden Unterrichtseinheiten bemerkte ich, dass das Fehlen einer Kontrollinstanz im Spiel noch fremd gewesen war. So wurde bei manchen Kontroversen auf dem Spielfeld, die für manche Schüler zu lange dauerten, mein Rat verlangt. Daraufhin verwies ich immer auf die Spielregeln, an deren erster Stelle faires, konfliktlösendes Verhalten ohne einen Schiedsrichter steht. Die Schüler lernten schnell solche Diskussionen zügig und gerecht untereinander auszutragen. Der Kurs zeigte zwar schon zuvor einen rücksichtsvollen Umgang miteinander, doch die Reihe verstärkte meiner Ansicht nach die Sozialkompetenz der Schüler weiter, was am folgenden Beispiel deutlich gemacht werden soll: Die ruhige Schülerin L gehörte zu den eher Leistungsschwächeren im Sportunterricht. Schon nach der ersten Stunde fragte sie mich, ob sie sich eine Scheibe ausleihen kann, um mit einer Mitschülerin zu üben. Das regelmäßige Training außerhalb des Sportunterrichts machte sie im Spiel technisch und taktisch sicherer, was auch die anderen Schüler bald erkannten. Als bei der Einteilung der Turniermannschaften ein Mitschüler sie als „gut“ bezeichnete, war sie sichtlich erfreut.

Solche positiven Erfahrungen zeigen zum einen wie sensibel die Schüler reagierten; zum anderen macht es den integrativen Charakter von Ultimate Frisbee deutlich und damit auch den Stellenwert für die Schule. Die Angriffstaktiken wirken dabei verstärkend auf die Teamfähigkeit, da jeder Spieler seiner Aufgabe verantwortungsvoll nachgehen muss. Jeder ist ein wichtiger Teil eines Systems, das

durch jeden Einzelnen zerstört werden oder gemeinschaftlich erfolgreich sein kann. Die Schüler haben die positiven Auswirkungen von Kooperation und Bereitschaft zur Verantwortung erfahren.

An dieser Stelle ist die Wahl des „Most Spirited Player“ bzw. des fairsten Teams zu erwähnen. Ultimate Frisbee ist eine wettkampforientierte Sportart, die oft unter dem Aspekt Leistung betrieben wird. Trotz dieser Tendenz wird auch auf höchstem Leistungsniveau, beispielsweise bei Weltmeisterschaften, immer die Fairness gewürdigt. Gerade in der Schule ist dieser Gedanke in der sportpädagogischen Perspektive miteinander verankert und gefordert. Die Schüler lernten während der Unterrichtsreihe im Spiel sozial zu handeln, indem sie respektvoll miteinander umgingen. Diesen Erfolg würde ich künftig ausdrücklich würdigen. Dafür kann ich auf die Tradition der Wahlen zum fairsten Spieler und des fairsten Teams zurückgreifen. Die Ehrung kann dann mit Urkunden vorgenommen werden.

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass die gehaltene Unterrichtsreihe viel Platz zum sozialen Lernen gelassen hat. In den Stunden herrschte durchweg eine Lernatmosphäre, die von Kooperation und Fairness geprägt war. Das beobachtete Verhalten wie auch die direkten Rückmeldungen vieler Schüler bestätigten mein insgesamt positives Resümee.

7.3 Kognitive Auswertung

Mit einem Blick auf die kognitiven Phasen sowie die übrigen Unterrichtsgespräche, die oft nur mit Gruppen oder Einzelnen stattgefunden haben, konnten die kognitiven Lernziele (vgl. 4.4) erreicht werden. Die Schüler können die gelernten Angriffstaktiken benennen und erläutern, was sich in den kognitiven Phasen und in teaminternen Diskussionen herausstellte. Aufgrund der methodischen Vorgehensweise erwiesen sich die kognitiven Phasen als wertvoll und effektiv. Die Schüler sind in der Lage Fachbegriffe, wie z.B. Offence oder Stack, sinngerecht zu verwenden. An den Unterrichtsgesprächen beteiligten sich die meisten Schüler rege und zeigten sich interessiert. Meines Erachtens sind dafür zwei wesentliche Gründe verantwortlich. Erstens war das Interesse an der Trendsportart groß und zweitens bedeutete mangelnde Konzentration im theoretischen Teil eine Verringerung der Spielzeit, da die Vorgaben (in den Hauptphasen) erst ein Weiterspielen zuließen, wenn jeder die richtige Position eingenommen hatte. Inwiefern die Schüler den Einsatz ausgewählter Taktiken begründen können, kann ich nur schwer beurteilen.

Auf jeden Fall konnte ich feststellen, dass insbesondere beim Turnier verschiedene Varianten diskutiert und gezielt eingesetzt wurden. Die einzelnen Argumente zu überprüfen, war nicht von Bedeutung, weil ich aufgrund der geringen Spielerfahrung der Schüler keine fachliche Analyse erwarten konnte. Vielmehr ging es mir darum, dass die Teams intern kommunizierten und sich mit den unterschiedlichen Taktiken inhaltlich auseinandersetzten. Das kognitive Anspruchsniveau erwies sich somit in zweierlei Hinsicht als ertragreich: Die Motivation der Schüler konnte erstens erhalten werden, da sie weder unter- noch überfordert wurden. Zweitens wurde die Sachkompetenz und Spielfähigkeit (allgemein und speziell) der Schüler verbessert.

7.4 Fazit

Die Vermittlung grundlegender Angriffstaktiken im Ultimate Frisbee ist im schulischen Sportunterricht sinnvoll und effektiv. Vor allem das Spielkonzept sowie der Status als Trendsportart wirken sich motivierend aus. Wie sich gezeigt hat, reicht die Grobform der Techniken (Fangen, Werfen und Freilaufen) sowie eine Reduktion auf die wichtigsten Spielregeln aus, um Ultimate Frisbee schülergerecht und lehrplankonform zu vertiefen. Eine Weiterführung der Reihe in Form von weiteren Angriffstaktiken oder der Vermittlung einer geordneten Defence ist durchaus vorstellbar. Inwieweit dies im Sportunterricht, in Projektwochen oder in AGs realisierbar ist, hängt von vielen Faktoren ab. In meinem Sportunterricht wird Ultimate Frisbee weiterhin präsent sein. Denn der „Spirit of the Game“ vereint Leistungswille und Kooperation unter dem Aspekt der Fairness und Verantwortungsbereitschaft. Diese Werte sind nicht nur auf andere Sportarten übertragbar sondern wirken sich zudem positiv auf das alltägliche Leben jedes Einzelnen aus.

Literaturverzeichnis

BIELEFELDER SPORTPÄDAGOGEN: Methoden im Sportunterricht. Ein Lehrbuch in 14 Lektionen. Beiträge zur Lehre und Forschung im Sport, Band 96, 4. unveränderte Auflage. Verlag Karl Hofmann. Schorndorf 2003.

BÖTTCHER, THOMAS: Ultimate Frisbee - Ein genetisches Unterrichtskonzept für eine 6. Klasse. Unveröffentlichte Pädagogische Prüfungsarbeit zur zweiten Staatsprüfung für das Lehramt an Gymnasien im Fach Sport, Fachbereich Sportwissenschaft Universität. Marburg 2003.

EMRICH, ARMIN: Spielend Handball lernen in Schule und Verein, 4. Auflage. Limpert Verlag GmbH. Wiebelsheim 2003.

GLINDEMANN, ANDREAS: Ultimate Frisbee im Schulsport und im Sportunterricht. Unveröffentlichte Wissenschaftliche Prüfungsarbeit über die Erste Staatsprüfung für das Lehramt, , Fachbereich Sportwissenschaft. Universität Hamburg 2001.

HAGEDORN, GÜNTER/NIEDLICH, DIETER/SCHMIDT, GERHARD (Hrsg.): Das Basketball Handbuch. Rowohlt Taschenbuch Verlag GmbH. Hamburg 1996.

JEZ, DAVID: The Ultimate Handbook. PDF-Datei (siehe CD im Anhang). Vancouver, BC. 2001.

KUNERT, MARKUS: Frisbee® - Scheiben im Schulsport. DisccSport Verlag Mainz, 1. Auflage. Mainz 2000.

MINISTERIUM FÜR BILDUNG, WISSENSCHAFT UND WEITERBILDUNG: Lehrplan Sport. Sekundarstufe I (Klassen 5-9/10). Hauptschulen, Realschulen, Gymnasien, Regionale Schulen, Gesamtschulen. Grünstadt, Mainz 1998.

MINISTERIUM FÜR BILDUNG, WISSENSCHAFT UND WEITERBILDUNG: Lehrplan Sport. Grund- und Leistungsfach Jahrgangsstufen 11 bis 13 der gymnasialen Oberstufe (Mainzer Studienstufe). Mainz 1998.

NEUMANN, PETER/KITTSTEINER, JÜRGEN/LABLEBEN, ALEXANDER: Faszination Frisbee® Übungen Spiele Wettkämpfe. In: Praxisbücher Sport. Limpert Verlag GmbH. Wiebelsheim 2004.

PÄDAGOGISCHES ZENTRUM RHEINLAND-PFALZ BAD KREUZNACH: PZ-Information 19/2000. Sport. Handreichung zum Lehrplan Sport. Grund- und Leistungsfach Jahrgangsstufen 11 – 13 der gymnasialen Oberstufe (Mainzer Studienstufe). Bad Kreuznach 2000.

PARINELLA, JAMES/ZASLOW, ERIC: Ultimate. Techniques & Tactics. Human Kinetics Europe Ltd. Leeds 2004.

SPÜRKMANN, BJÖRN: Einführung in die Trendsportart Ultimate Frisbee unter besonderer Berücksichtigung der Entwicklung von spielerischen Fähigkeiten - eine Unterrichtsreihe in einer 8. Klasse. Unveröffentlichte Pädagogische Hausarbeit im Fach Sport im Rahmen des Zweiten Staatsexamens für das Lehramt an Gymnasien, Staatliches Studienseminar für das Lehramt an Gymnasien. Münster 2004.

ZIMMERMANN, RETO/BATTANTA, PAMELA: Frisbee® 1 Technik Methodik Spiel. Ein Lehrbuch für Schulen und Vereine. Eigenverlag, 1. Auflage. Bern 1995.

Internetquellen

DEUTSCHER FRISBEESPORT-VERBAND: <http://www.frisbeesportverband.de> (Juni 2007)

DISCSPORT IN DEUTSCHLAND: <http://www.discsport.net> (Juni 2007)

FISCHBEES ULTIMATE FRISBEE HAMBURG: <http://www.fischbees.de> (Juni 2007)

ULTIMATE HANDBOOK: <http://www.ultimatehandbook.com/uh> (Juni 2007)

Abbildungen

Abb. 1: Original Frisbie Kuchenblech (Quelle: www.frisbee-freestyle.de 2007)	5
Abb. 2: Deutsche Meisterschaft Mixed in München 2003	6
Abb. 3: Der Kurs beim Ultimate Frisbee.....	8
Abb. 4: Ultimate Frisbee Spielfeld (Outdoor)	9
Abb. 5: Grundaufstellung Stack	10
Abb. 6: Stack mit zwei Handlern	11
Abb. 7: Zone Offence 4-3-System.....	13
Abb. 8: 4-3-Sytem mit Stack	14
Abb. 9: Freilaufen.....	31
Abb. 10: Touch.....	36
Abb. 11: Stack.....	40
Abb. 12: Zuspiel aus der Handlerkette.....	44
Abb. 13: „Geheime“ Angriffstatik	48
Abb. 14: Taktikbesprechung im Turnier	52
Abb. 15: Taktikboard.....	78
Abb. 16: Vorhand	78
Abb. 17: Spiel in der Halle	79
Abb. 18: Offence	79
Abb. 19: Catch	79
Abb. 20: Vorbeigegriffen	80
Abb. 21: Vor dem Anwurf.....	80
Abb. 22: Kampf um die Scheibe.....	80
Abb. 23: Raumgewinn.....	81
Abb. 24: Hoffentlich gefangen?.....	81
Abb. 25: Rückhand	81

Sofern keine Quelle angegeben ist, stammt die Abbildung vom Autor.

Anhang

1 Beschreibung der Spiel- und Übungsformen:

Touch

„Beim Touch können bis zu 40 Spieler auf wenig Platz intensiv spielen. Da die Wurfabstände bei einem kleinen Feld gering sind, sind keine ausgefeilten Wurftechniken nötig. Die Teilnehmerzahl ist gerade. Es werden zwei gleich große Teams gebildet, die sich durch Bänder unterscheiden.

- eine Scheibe
- 2 Teams (ca. 3-8 Spieler pro Team; die Teams unterscheiden sich durch farbige Bänder)
- rechteckiges Spielfeld (5x5 bis 10x15 m) auf dem sich beide Teams befinden (bei Anfängern viele Mini-Felder mit 3:3 bis 5:5)

Ziel des Spiels ist es, jemanden des anderen Teams leicht mit der Scheibe zu berühren. Keine Rundumschläge, kein Körperkontakt! Wer abgeschlagen wurde, verlässt das Spielfeld und feuert sein Team an. Alle kommen wieder auf das Feld, wenn die Scheibe das Team wechselt. Im Anfängerbereich bleibt so kaum jemand länger als eine Minute draußen.

Mit der Scheibe in der Hand darf nicht gelaufen werden. Ein Sternschritt (wie im Basketball) ist allerdings möglich. Häufiges Abspiel der Scheibe ist nötig, um die Scheibe in die Nähe, der sich frei bewegenden Gegenspieler zu bekommen. Werden drei Pässe nicht gefangen, so bekommt das andere Team die Scheibe. Werden öfter fünf Pässe in Folge erfolgreich gefangen, wird das Fallenlassen von 3x auf 2x reduziert. Später bekommt das andere Team bei jedem Fallenlassen die Scheibe. Das Team ohne Scheibe darf diese nicht abfangen.

Variationen:

- Pro berührten Spieler gibt es einen Punkt. Die Spieler bleiben auf dem Feld. Welches Team schafft die meisten Punkte?
- Ein gerempelter (= gefoulter) Spieler sagt das Foul selbst an und bekommt die Scheibe zurück. Solange bleiben alle anderen auf der Stelle stehen. Durch lautes Zählen „3-2-1 Disc In“ bringt der Spieler die Scheibe wieder zurück ins Spiel. Zuvor vergewissert er sich, dass alle Spieler wieder bereit sind.

- Das Team ohne Scheibe darf die Scheibe während des Flugs aktiv abwehren, solange dadurch kein Spieler gerempelt (= gefoult) wird.
- Mit zwei Scheiben spielen. Die Intensität des Spiels wird erhöht und eine erweiterte Wahrnehmung gefordert.“

Quelle: KUNERT, M. (2000): Frisbee® – Scheiben im Schulsport, Seite 29 und 30

Parteifrisbee

Beim Parteifrisbee spielen zwei zahlenmäßig gleichstarke Mannschaften (je 3 bis 8 Spieler) auf einem etwa 6 x 6 Meter großem Feld gegeneinander. Die Scheiben besitzende Mannschaft ist bestrebt, sich die Scheibe möglichst oft zuzuspielen. Die Gegenpartei versucht, dies zu verhindern, um dann ihrerseits die größte Anzahl von Zuspielen zu erreichen. Fünf erfolgreiche Pässe geben einen Punkt. Gewonnen hat die Mannschaft, die entweder eine bestimmte Punktzahl erreicht hat oder nach einer bestimmten Zeit die meisten Punkte hat. Zwei Punktezähler (je einer pro Team) sind empfehlenswert. Parteiball ist ein sehr intensives Spiel.

Beim Parteifrisbee darf mit der Scheibe in der Hand nicht gelaufen werden. Jedoch ist ein Sternschritt erlaubt. Die Scheibe darf dabei nicht aus der Hand geschlagen oder genommen werden. Befindet sich die Scheibe im Flug, darf sie weggeschlagen werden. Jeder Pass der einen Mitspieler des eigenen Teams nicht erreicht, führt zum Scheibenbesitz für das gegnerische Team. Es darf weiterhin nur ein Gegenspieler den Scheiben führenden Spieler decken. Sein Abstand zum Werfer muss mindestens eine Unterarmlänge sein. Parteifrisbee ist ein körperloses Spiel, d.h. kein Festhalten, kein Stoßen oder ähnliches.

Die Spielidee, möglichst viele Punkte zu machen, zwingt die Spieler der Scheiben besitzenden Mannschaft sich ständig freizulaufen sowie zum schnellen und genauen Abspielen. Die Gegner müssen dementsprechend schnell reagieren, um die Pässe abzufangen.

Die folgenden Variationen können einzeln oder kombiniert angewandt werden:

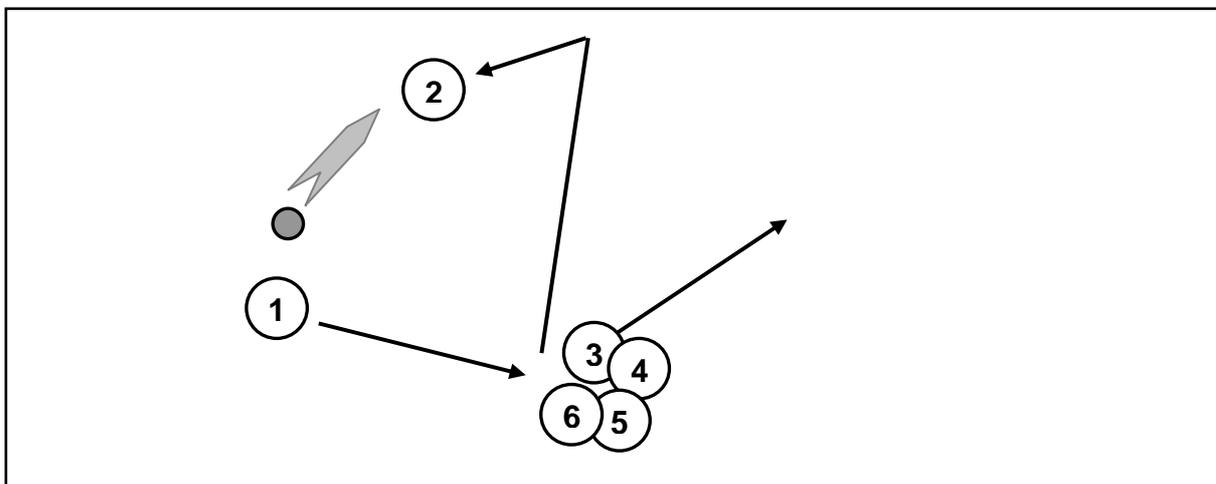
- Nach einem Punkte bekommt die andere Mannschaft die Scheibe.
- Die Anzahl der Pässe für einen Punkt wird auf 10 oder 12 erhöht.
- Es wird mit zwei Scheiben gleichzeitig gespielt, wobei zu Beginn jede Mannschaft eine Scheibe besitzt.
- Es wird mit drei oder vier Teams gespielt. Eine Vergrößerung des Spielfeldes auf etwa 10 x 10 Meter ist zu empfehlen.

- Der Scheiben führende Spieler wird bis 10 angezählt. Bis dahin muss die Scheibe ab gespielt werden, ansonsten bekommt der Gegner, der gezählt hat, die Scheibe.
- Das Spielfeld kann verkleinert werden, wodurch die Reaktionsschnelligkeit und die Feinmotorik geschult wird.

Quelle: Eigene Spielbeschreibung

Stern

Bei der Übungsform „Stern“ versammeln sich 5 bis 10 Spieler an einem Fixpunkt, der z.B. durch ein Hütchen markiert wird. Es wird eine feste Reihenfolge festgelegt (Durchzählen bei Anfängern). Zu Beginn steht der erste Spieler mit der Scheibe etwa zehn Meter von der Gruppe entfernt. Der zweite in der Reihenfolge läuft in einem Winkel zwischen 45 und 90 Grad (zu Spieler 1) aus der Gruppe heraus. Auf gleicher Höhe läuft Spieler 2 nach einem plötzlichen Richtungswechsel (Cut) auf Spieler 1 zu, von dem er nun die Scheibe zugeworfen bekommt. Der Pass erfolgt immer auf der Außenseite (von der Gruppe weg) des gedachten Kreises. Nach dem Cut von Spieler 2 startet der nächste Spieler. So entsteht ein beliebig fortlaufendes Zuspiel im Kreis. Daraufhin wieder der Nächste.



Bei Richtungswechsel muss auch die Wurfart gewechselt werden. Eine fortgeschrittene Version des Sterns ist, den Cut vom Werfer wegzulaufen, wobei in Laufrichtung gefangen wird.

Quelle: Eigene Übungsbeschreibung

- CLEARING:** Den Spielraum freimachen, in den der Werfer die Scheibe passen will. Unbedingt notwendig nach einem erfolglosen Cut und nach getätigtem Pass. Die Bedeutung dieses Vorgangs wird von Anfängern häufig unterschätzt.
- CUT:** Der Versuch freizukommen, um einen Pass zu fangen. Beginnt normalerweise mit einer Körpertäuschung oder einem plötzlichen Wechsel der Richtung und/oder der Geschwindigkeit.
- DEFENCE:** Die Verteidigende Mannschaft, bzw. die Tätigkeit dieser, den Aufbau und erfolgreiches Punkten der angreifenden Mannschaft zu verhindern.
- DUMP:** Der Spieler, der sich hinter dem Werfer positioniert, um sich für einen einfachen Pass für den bedrängten Werfer anzubieten.
- FLOW:** Eine rasche Folge schneller gut getimter Pässe und Cuts - die in einem sicheren Punkt enden sollten.
- FORCE:** Der den Werfer markende Abwehrspieler versucht ihn zu "zwingen" in eine bestimmte Richtung zu werfen (oder besser : in eine Richtung nicht zu werfen!). Diese Richtung wird angekündigt und ist innerhalb der Mannschaft abgesprochen, meistens zu einer bestimmten Seite hin.
- FOREHAND (oder auch SIDEARM):** Die Wurfart, die der Tennis-Vorhand ähnelt. Rechtshänder werfen also an der rechten Körperseite vorbei.
- FREE (oder OPEN):** Frei oder offen für einen Pass zu sein. Der freie Spieler kann ungedeckt sein, oder seinen Marker erfolgreich abgehängt haben.
- HAMMER:** Ein hoher Überkopf-Wurf, bei dem die Scheibe mit der Unterseite nach oben fliegt. Der Handgriff und der Wurf sind eine Vorhand-Wurfbewegung, ähnlich dem Schmetterball beim Tennis.
- HANDBLOCK:** Das ist, wenn der Abwehrspieler die Scheibe direkt, nachdem sie vom Werfer losgelassen wurde, niedergeschmettert, abgeblockt wird.
- HUCK:** Ein langer hoher Pass, eine Vorlage fast über die gesamte Spielfeldlänge hinweg zu einem möglichst großen Spieler in die Endzone.
- LAYOUT:** Wenn ein Spieler einen spektakulären Hechtsprung macht, um die Scheibe zu fangen oder abzufangen. Man spricht auch davon, "sich horizontal zu machen": get horizontal
- MAN-ON-MAN:** Manndeckung. Die einfachste und am häufigsten praktizierte Abwehrtechnik. Jeder Spieler deckt einen festen Gegenspieler und folgt ihm auf Schritt und Tritt.

OPEN: (Bezieht sich auf eine Seite, einen Pass oder einen Cut.) 1. Die Offene Seite, zu der geworfen werden, oder ein Cut gemacht werden kann. 2. Manchmal ein Ausruf, um auf freistehende Spieler hinzuweisen.

PIVOT: Sternschritt des Werfers wie beim Basketball. Das Standbein (bei Rechtshändern links) bleibt stehen, während das Spielbein Schritte in verschiedene Richtungen macht, um an dem Marker vorbeizuworfen.

POACH: Wenn ein Abwehrspieler sich von seinem zugeordneten Angreifer entfernt, um die Scheibe an anderer Stelle abzufangen.

PULL: Der Anwurf, der das Spiel beginnen lässt. Die verteidigende Mannschaft wirft die Scheibe zurück, nachdem diese Bereitschaft signalisiert hat.

SWING: Wie ein Flügelwechsel beim Fußball. Eröffnet Räume auf der anderen Spielhälfte, wenn es zu eng wird und umgeht das ausgezählt werden. Ohne Raumgewinn.

SWITCH: Zwei Abwehrspieler signalisieren sich, dass sie die zu deckenden Angreifer tauschen.

TURNOVER: Besitzwechsel der Scheibe, wenn diese zu Boden fällt oder abgefangen wird. Die angreifende Mannschaft geht in die Verteidigung

ENDZONE: Das markierte Gebiet an den Enden des Spielfeldes, in dem gepunktet wird.

FLYING DISC: Viele nennen es eine "Frisbee." Ultimate Spieler nennen es eine Scheibe. ("Frisbee" ist ein Trademark - Name für eine bestimmte Firma für flying discs.) Die Scheibe macht Ultimate so einmalig - abhängig von den Fähigkeiten des Werfers kann ein sie gerade, in einer Kurve, schwebend, oder wie ein Stein fallend geworfen werden.

OFFENCE: Die angreifende Mannschaft; die die in Scheibenbesitz ist.

POINT: Wenn die Scheibe innerhalb der Endzone von einem angreifenden Spieler gefangen wird.

STALLING: Das Anzählen, was den Werfer unter Zeitdruck setzt. Der Spieler, der in Scheibenbesitz ist, kann von seinem Gegenspieler angezählt werden. Dabei hat er zehn Sekunden Zeit, den Pass zu machen. Ist die Scheibe bei "Zehn" noch nicht losgelassen, ist dies ein TURNOVER.

Beginn eines Punktes: Zu Beginn eines auszuspielenden Punktes stellen sich beide Mannschaften gegenüber auf ihren Linien der Endzone auf. Die Mannschaft mit der Scheibe macht den Anwurf, den PULL.

Nach einem Punkt: Nachdem eine Mannschaft gepunktet hat, behält sie die Scheibe und wartet, bis die andere Mannschaft zur anderen Seite des Feldes gegangen ist, um den neuen Anwurf zu machen. So findet nach jedem Punkt ein Seitenwechsel statt.

Quelle: <http://www.fischbees.de/?Ultimate:Glossar> (Stand Juni 2007)

Eigene Ergänzungen:

FAKE: Eine Körpertäuschung, bei der eine Bewegung in eine Laufrichtung kurz eingeleitet, aber in der Gegenrichtung ausgeführt wird. (Beim Werfen oder Laufen: CUT)

HANDLER: Eine Spielerposition in der OFFENCE. Ein bevorzugter Werfer, der Vorstöße initiiert und die Scheibe geschickt verteilt.

INSIDE: Ein Bogenwurf, bei dem die Scheibe eine nach innen gewölbte Kurve beschreibt (Abwurfrichtung zur Sagittalebene, entfernt sich dann aber wieder nach außen). Gegenteil: OUTSIDE.

MARKER: Ein verteidigender Gegenspieler, der in Scheibenbesitz befindliche Spieler deckt.

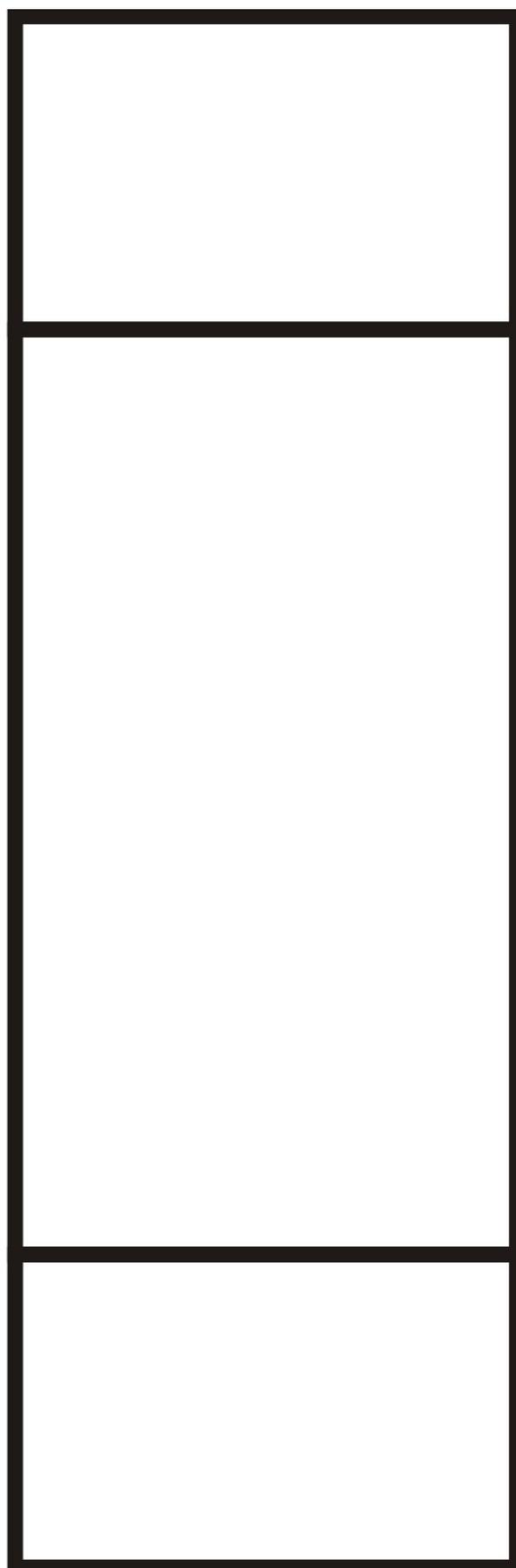
OUTSIDE: Ein Bogenwurf, bei dem die Scheibe eine nach außen gewölbte Kurve beschreibt (Abwurfrichtung von der Sagittalebene weg, nähert sich dann aber wieder von außen). Gegenteil: INSIDE.

STACK: Eine Offensivstrategie, bei der die Spieler in einer Linie hintereinander stehen und sich zur Seite freilaufen.

WING: Ein Flügelspieler, der sich entlang der Seitenlinie bewegt.

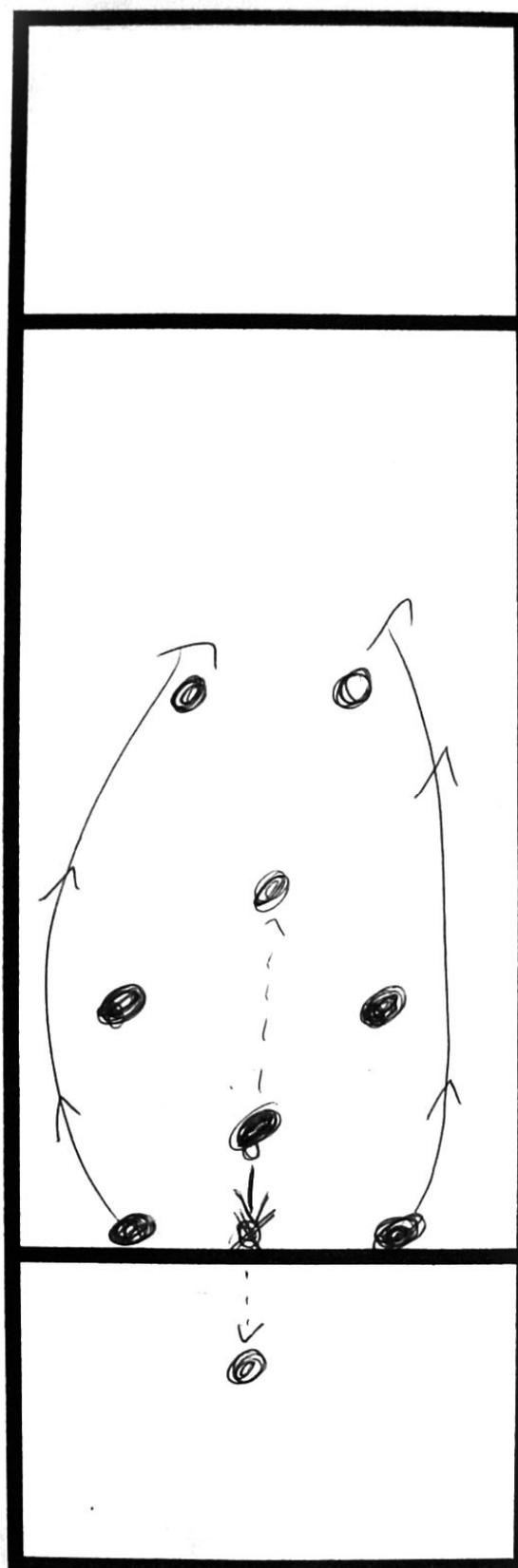
III Arbeitsblatt: Spielfeld

ULTIMATE FRISBEE



IV Schülerideen

ULTIMATE FRISBEE



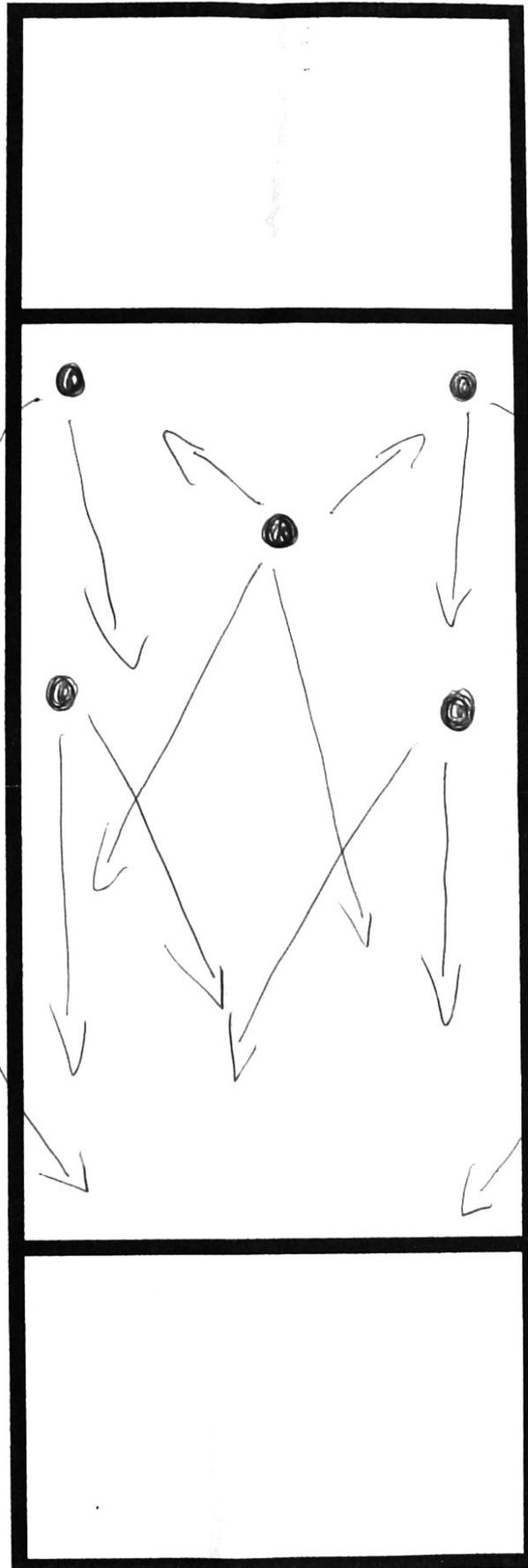
"Fünfer"TH ©

A.
D.
J.
K.
S.

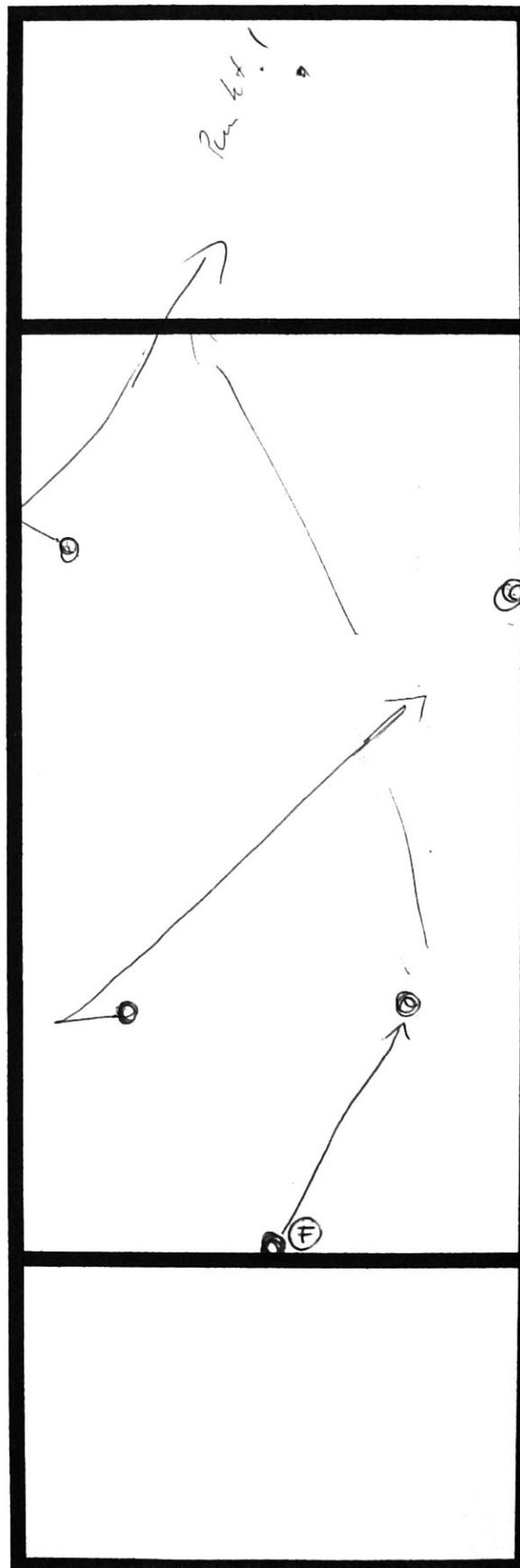
Taktik 1: „Fünfer“

ULTIMATE FRISBEE

würfel
~~McDonald~~
cubus



Taktik 2: „Cubus“



„Parabel“

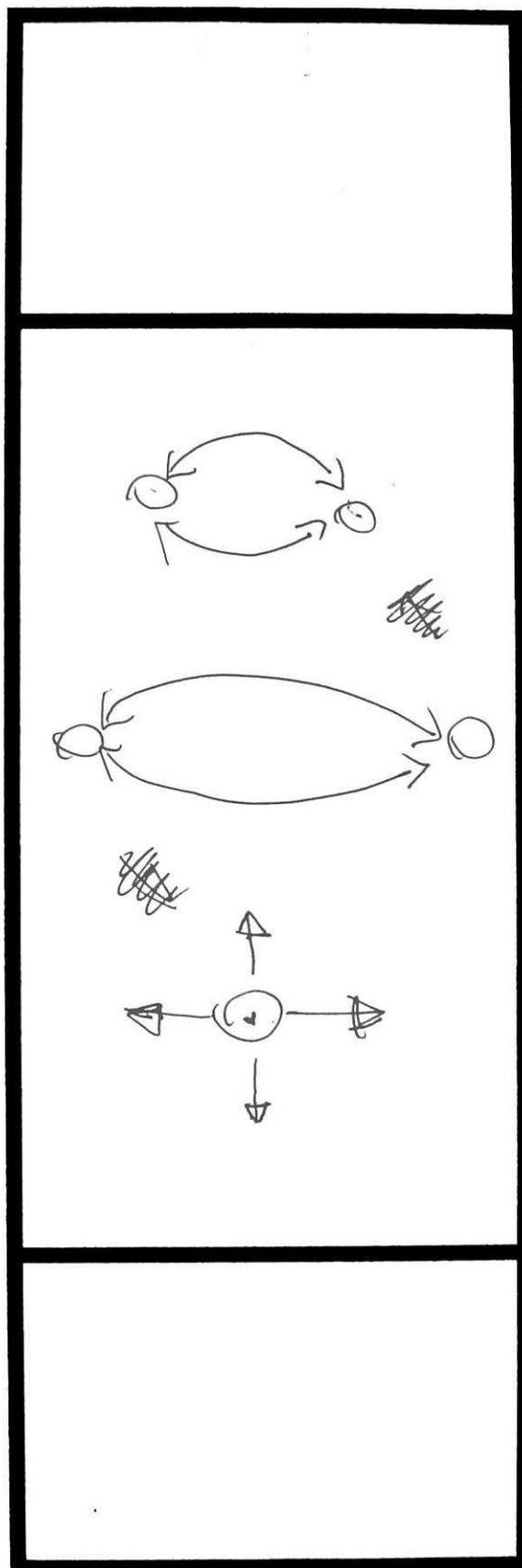
$$y=x^2$$

ULTIMATE FRISBEE

Taktik 3: „Parabel“

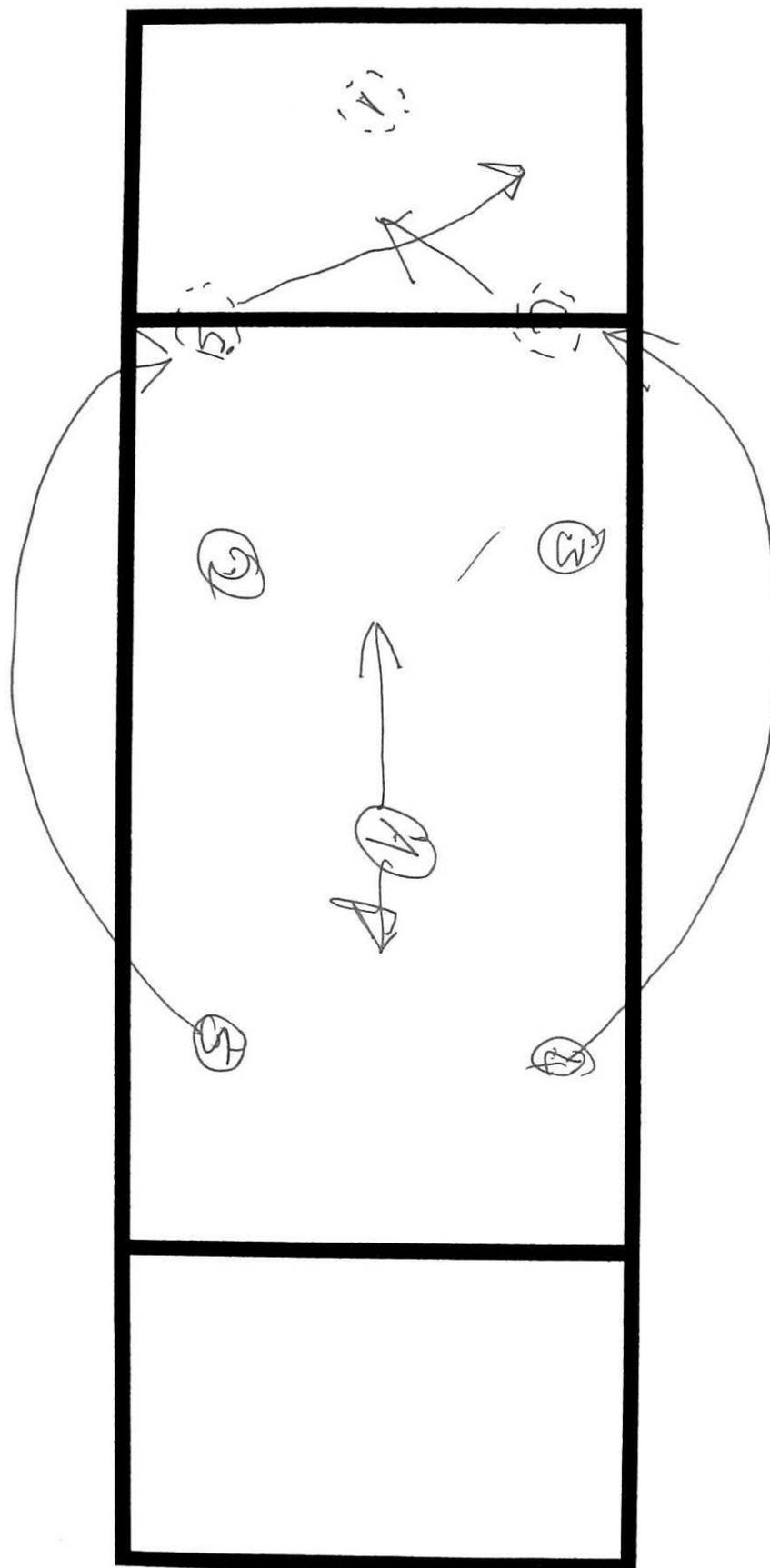
ULTIMATE FRISBEE

Das Pentagramm-System



Taktik 4: „Pentagramm-System“

ULTIMATE FRISBEE

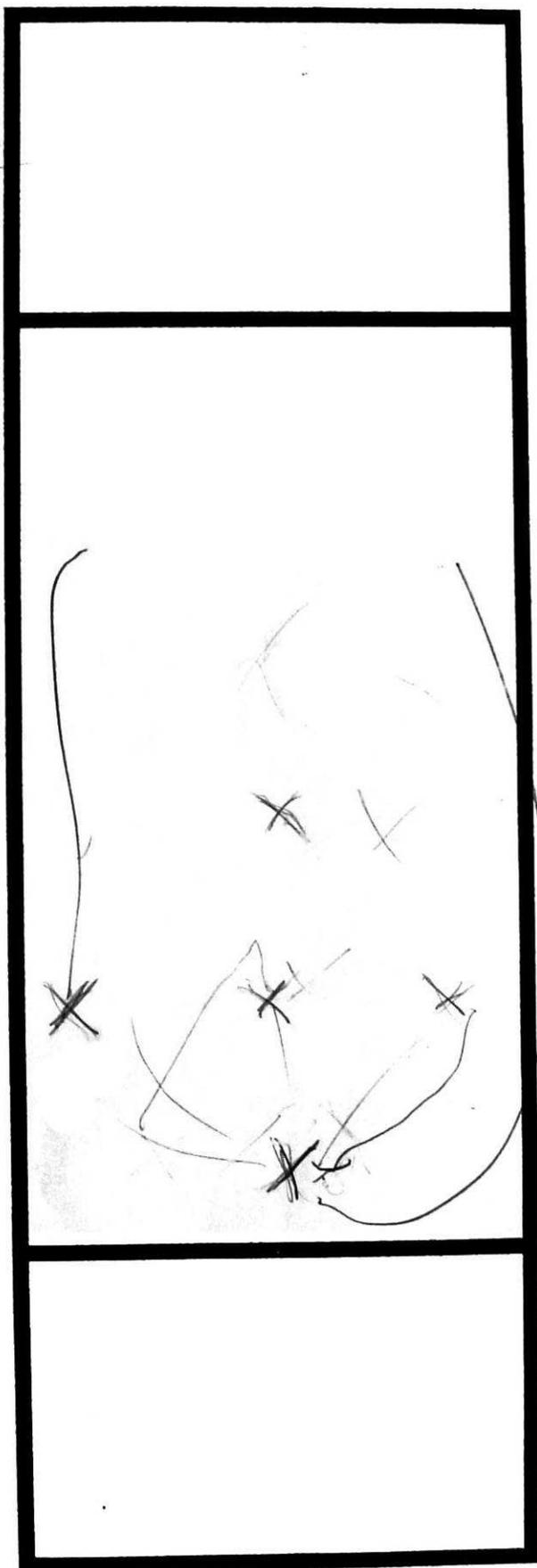


Teufelskreis

Taktik 5: „Teufelskreis“

ULTIMATE FRISBEE

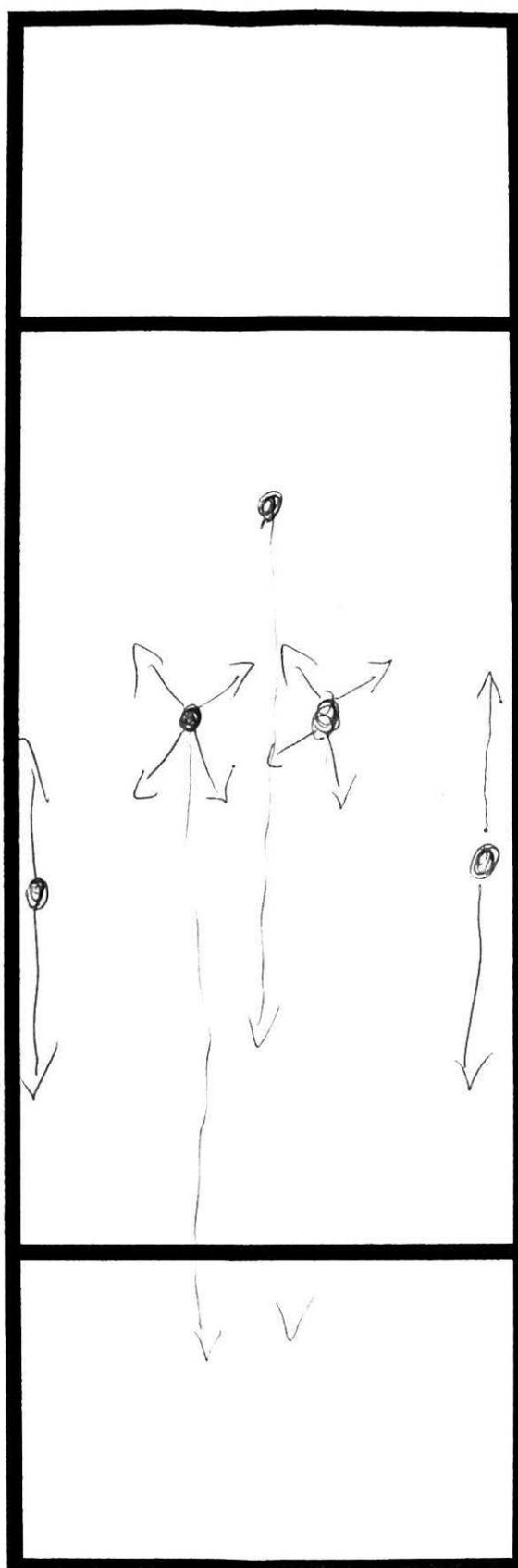
Drachentechnik



Taktik 6: „Drachentaktik“

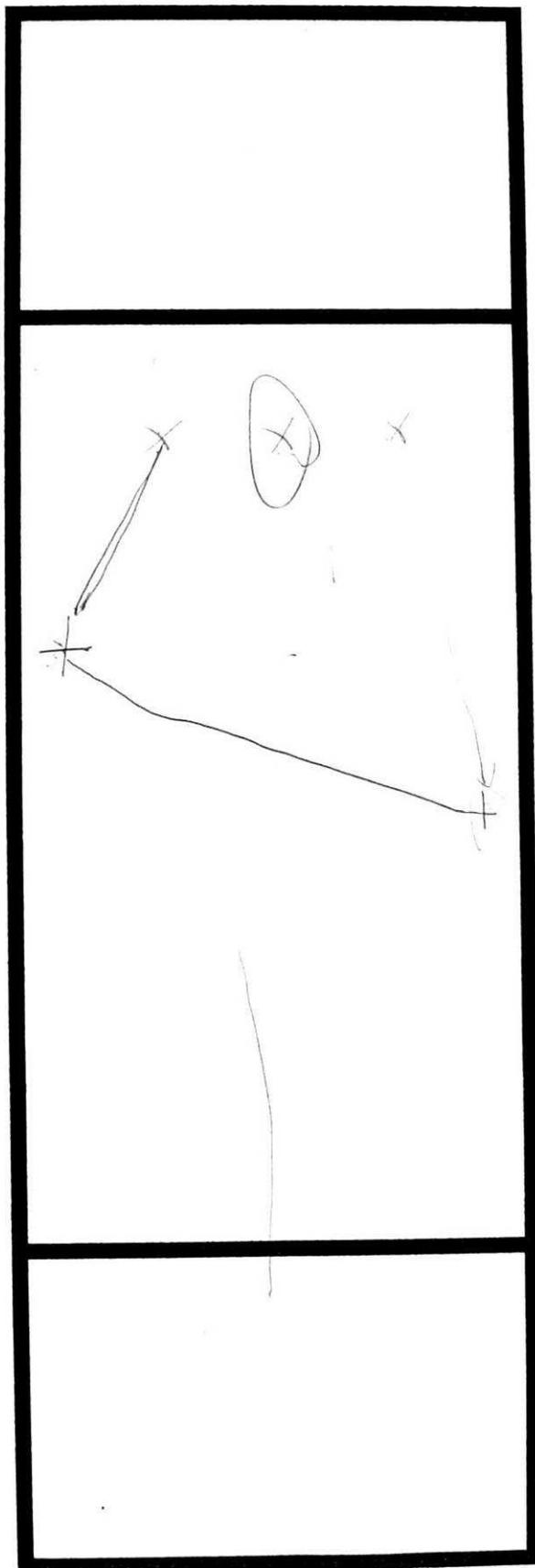
ULTIMATE FRISBEE

„Nü“



Taktik 7: „Nü“

ULTIMATE FRISBEE



ADS
Diva

(ADS) Diva - Taktik

Taktik 8: „ADS-Diva“

V Spielplan (für Turnier)**Spielplan für das Kursturnier des gk Sport 11**Spieldauer: **15 Minuten**Spieler: **7 Feldspieler** plus Auswechselspieler

Das Team, das nicht spielt, zählt die Punkte des laufenden Spiels und schreibt sie in den Spielplan (Tabelle unten).

Name der Mannschaften:

A.

B.

C.

Spielende Mannschaften		Punkte	
A.	B.		
A.	C.		
B.	C.		

Gewonnen hat die Mannschaft, welche in der Summe die meisten Punkte im Spiel gemacht hat.

VI Fotos

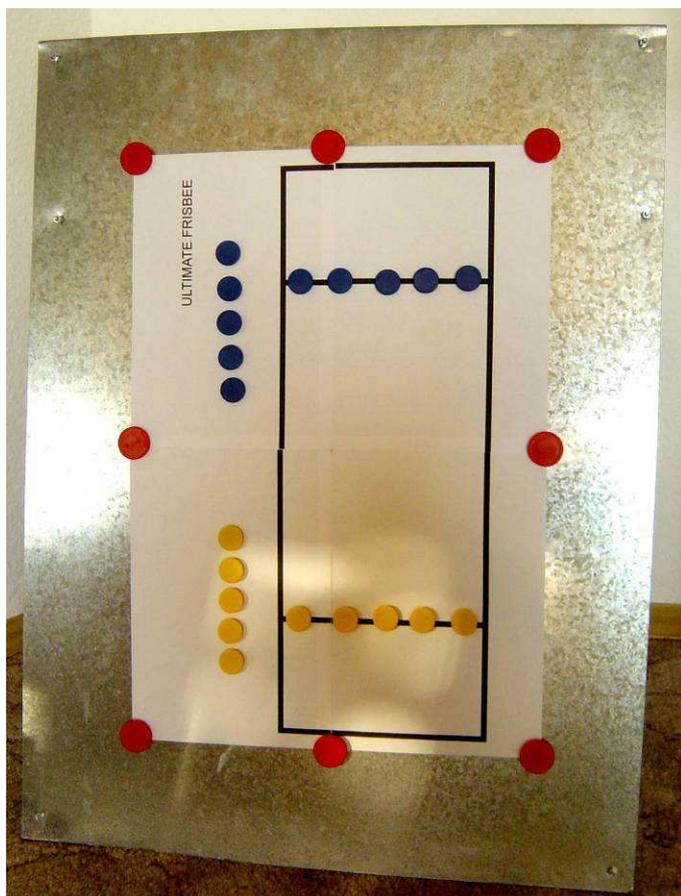


Abb. 15: Taktikboard



Abb. 16: Vorhand



Abb. 17: Spiel in der Halle



Abb. 18: Offence



Abb. 19: Catch



Abb. 20: Vorbeigegriffen



Abb. 21: Vor dem Anwurf



Abb. 22: Kampf um die Scheibe



Abb. 23: Raumgewinn



Abb. 24: Hoffentlich gefangen?



Abb. 25: Rückhand

VII WFDF-Ultimeateregeln 2007

Auszug aus den Regelwerk der WOLD FLYING DISC FEDERATION (WFDF):

(...)

1 Spirit of the Game

1.1 Ultimate ist ein weitgehend berührungsloser Sport ohne externe Schiedsrichter.

Alle Spieler sind selbst dafür verantwortlich, die Regeln zu befolgen und deren Einhaltung zu überwachen. Ultimate beruht auf dem Spirit of the Game, der die Verantwortung des Fair Plays jedem Spieler als wichtigste Aufgabe überträgt.

1.2 Es wird darauf vertraut, dass kein Spieler absichtlich die Regeln verletzt; infolgedessen gibt es auch keine drastischen Strafen, sondern nur Vorschriften, die versuchen, die Spielsituation so wiederherzustellen, wie sie ohne die Regelverletzung gewesen wäre.

1.3 Spieler sollen sich jederzeit der Tatsache bewusst sein, dass sie selbst als Schiedsrichter agieren. Dazu müssen sie:

- 1.3.1 die Regeln kennen;
- 1.3.2 objektiv sein;
- 1.3.3 die Wahrheit sagen; und
- 1.3.4 respektvolle Sprache benutzen.

1.4 Hoher kämpferischer Einsatz wird zwar gefördert, darf aber niemals auf Kosten gegenseitigen Respekts, des Festhaltens an den vereinbarten Spielregeln oder der Freude am Spiel gehen.

1.5 Im Sinne des Spirit of the Game sind folgende Handlungen:

- 1.5.1 Wenn ein Mannschaftskamerad einen falschen oder unnötigen Call gemacht hat oder eine Regelverletzung hat, soll man ihn sofort darüber informieren;
- 1.5.2 dem Gegner für gutes Spiel zu danken oder ihm zu gratulieren; sich dem Gegenspieler vorstellen;
- 1.5.3 ruhige Reaktionen auf Meinungsverschiedenheiten und mögliche Provokationen.

1.6 Die folgenden Handlungen sind klare Verletzungen des Spirit of the Game und müssen unter allen Umständen unterbleiben:

- 1.6.1 Gefährlich aggressives Verhalten oder rücksichtslose Missachtung der Sicherheit von Mitspielern;

1.6.2 absichtliche Regelverletzungen;

1.6.3 Reizen oder Einschüchtern von Gegenspielern; und

1.6.4 Rufen, um den Gegenspieler zu verleiten, einem die Scheibe zuzuspielen.

1.7 Die Mannschaften selbst müssen:

1.7.1 den eigenen Spielern die Regeln und den Spirit vermitteln;

1.7.2 Spieler disziplinieren, die sich nicht im Sinne des Spirits verhalten; und

1.7.3 anderen Mannschaften konstruktive und positive Ratschläge geben, wie diese ihrerseits ihr Verhalten verbessern können

1.8 Wenn ein Anfänger aus Unwissen eine Regel verletzt, sind erfahrene Spieler verpflichtet, die Regelverletzung zu erklären

1.9 In Spielen mit Anfängern und jungen Spielern kann ein erfahrener Spieler hinzugezogen werden, der Regeln erklärt und bei Meinungsverschiedenheiten hilft.

1.10 Die Regeln sollten immer von den Spielern interpretiert werden, die direkt an der Aktion beteiligt waren bzw. die beste Sicht auf die Aktion hatten. Insbesondere sollten Auswechselspieler, abgesehen in Ausnahmefällen vom Mannschaftskapitän, nicht in Diskussionen eingreifen. Wenn keine Einigung erzielt wird, geht die Scheibe zurück zum letzten unbestrittenen Werfer.

2 Regelabänderungen

2.1 Die Regeln dürfen abgeändert werden, um den Bedingungen spezieller Wettbewerbe, Spielerzahl, Spieleralter und verfügbarem Platz gerecht zu werden.

2.2 Spielfeldlinien sind für Training und andere informelle Spiele nicht notwendig.

3 Spielfeld

3.1 Das Spielfeld ist ein 100 m langes und 37 m breites Rechteck

3.2 Die Begrenzungslinien (Seiten- und Endlinien) sind die Linien, die das Spielfeld von den Bereichen außerhalb trennen. Sie sind nicht Teil des Spielfeldes.

3.2.1 Alle Linien werden mit einem nicht-ätzenden Material gekennzeichnet und sind 75 bis 120 mm breit.

3.3 Das Spielfeld besteht aus einem 64 m x 37 m großen Rechteck, dem Hauptspielfeld, mit zwei je 18 m x 37 m großen Rechtecken, den Endzonen, an den beiden 37 m langen Kanten des Hauptfeldes.

3.4 Die Punktlinien sind die Linien, die das Hauptspielfeld von den Endzonen trennen. Sie sind Teil des Hauptspielfelds.

3.5 Auf der Längsachse des Spielfeldes, 20 m von den Punktlinien, sind zwei Brick Markierungen. Sie bestehen aus zwei gekreuzten, 1 m langen Linien.

3.6 Die Ecken des Hauptspielfeldes und der Endzonen werden durch acht Pylone heller Farbe aus elastischem Material gekennzeichnet.

4 Ausrüstung

4.1 Es darf jede von der WFDF genehmigte Flugscheibe verwendet werden.

4.2 Jeder Spieler muss Kleidung tragen, an der man seine Mannschaftszugehörigkeit erkennen kann.

4.3 Kein Spieler darf Kleidung oder andere Ausrüstungsgegenstände tragen, die eine erhöhte Verletzungsgefahr begründen (z.B. Armbanduhr, Schnallen, scharfe Kanten oder überlange Stollen an den Schuhen, abstehende Schmuckstücke).

5 Spieldauer

5.1 Ein Spiel dauert, bis die erste Mannschaft 17 Punkte gewonnen hat und diese Mannschaft ist dann der Gewinner.

5.2 Es gibt zwei Spielhälften. Halbzeit ist erreicht, wenn die erste Mannschaft 9 Punkte gewonnen hat.

5.3 Jede Spielhälfte besteht aus einer Zahl von Punkten.

5.4 Der erste Punkt einer Spielhälfte beginnt mit der Spielhälfte

5.5 Jeder Punkt endet damit, dass er gewonnen wird.

5.6 Nachdem ein Punkt gewonnen wurde ohne dass die Spielhälfte dadurch beendet ist:

5.6.1 beginnt der nächste Punkt sofort;

5.6.2 die Mannschaften tauschen die Spielrichtung; und

5.6.3 die Mannschaft, die den Punkt gewonnen hat, führt den nächsten Anwurf aus.

6 Mannschaften

6.1 Während jedes Punktes müssen von jeder Mannschaft mindestens 5 und höchstens 7 Spieler auf dem Feld sein.

6.2 Auswechslungen dürfen nur vorgenommen werden nachdem ein Punkt gewonnen wurde, und vor dem folgenden Anwurf, außer bei Verletzungen (Abschnitt 20). Die Zahl der Auswechslungen ist nicht begrenzt.

7 Spielbeginn

7.1 Vor dem Spiel bestimmen die Mannschaftskapitäne in fairer Weise (z.B. durch einen Scheibenflip), welche Mannschaft zuerst aussucht:

7.1.1 welche Mannschaft den ersten Anwurf ausführt; oder

7.1.2 welche Mannschaft auf welcher Seite anfängt

7.2 Die andere Mannschaft erhält die verbleibende Wahl.

7.3 Die zweite Spielhälfte wird mit umgekehrter Aufstellung bezüglich Seite und Anwurf begonnen.

8 Anwurf

8.1 Zu Beginn jeder Spielhälfte und nach jedem Punkt wird das Spiel mit einem Anwurf begonnen.

8.2 Der Anwurf ist ein Wurf, der von einem Verteidiger ausgeführt wird.

8.3 Die Verteidiger müssen bis zum Anwurf innerhalb der Endzone sein, die sie verteidigen.

8.4 Die Angreifer müssen mit einem Fuß auf der von ihnen verteidigten Punktlinie stehen, und dürfen ihre Positionen nicht vertauschen.

8.5 Die angreifende Mannschaft signalisiert Bereitschaft durch Handheben eines Spielers.

8.6 Sobald die Scheibe abgeworfen wurde, dürfen sich alle Spieler frei bewegen.

8.7 Bis die Scheibe einen Angreifer oder den Boden berührt hat, darf kein Verteidiger die Scheibe berühren

8.8 Wenn ein Angreifer die Scheibe berührt bevor diese den Boden berührt, und die Scheibe anschließend nicht gefangen wird, ist das ein Turnover (unabhängig davon, ob dies im Aus geschieht).

8.9 Wenn die Scheibe im Spielfeld landet und nie das Aus berührt, oder wenn ein Spieler die Scheibe im Feld fängt, wird die Scheibe an der Stelle ins Spiel gebracht, an der sie zur Ruhe kommt.

8.10 Wenn die Scheibe im Spielfeld landet und anschließend das Aus berührt bevor sie einen Angreifer berührt, wird sie an der Stelle des Hauptspielfeldes ins

Spiel gebracht, die der Stelle am nächsten liegt, an der die Scheibe ins Aus gegangen ist.

8.11 Wenn die Scheibe erst im Spielfeld landet, dann einen Angreifer berührt und anschließend das Aus berührt, oder wenn ein Angreifer den Anwurf im Aus fängt, wird die Scheibe an der Stelle des Spielfeldes ins Spiel gebracht, die der Stelle am nächsten liegt, an der die Scheibe ins Aus gegangen ist.

8.12 Wenn die Scheibe das Aus berührt, ohne vorher das Spielfeld oder einen Angreifer zu berühren, entscheidet sich die angreifende Mannschaft, bevor sie die Scheibe aufnimmt, wo sie die Scheibe ins Spiel bringt:

8.12.1 Wenn ein Angreifer Middle signalisiert, wird die Scheibe an der Brick-Markierung, die der von den Angreifern verteidigten Endzone am nächsten liegt, oder von dem Punkt auf der Längsachse des Hauptspielfeldes, der dem Punkt am nächsten liegt, an dem die Scheibe zuletzt ins Aus geflogen ist, ins Spiel gebracht. Es wird immer der Punkt gewählt, der der angegriffenen Endzone am nächsten liegt. Um diese Option zu wählen, muss der zukünftige Werfer die Hand heben und Brick oder Middle rufen, bevor er die Scheibe aufnimmt.

8.12.2 Wenn kein Angreifer Middle signalisiert, wird die Scheibe an der Stelle des Hauptspielfeldes ins Spiel gebracht, die der Stelle am nächsten liegt, an der die Scheibe zuletzt ins Aus geflogen ist.

9 Die Scheibe ins Spiel bringen

9.1 Um die Scheibe ins Spiel zu bringen, setzt der Werfer einen Pivotpunkt (typischerweise seinen Standfuß) an die beschriebene Stelle des Spielfeldes.

9.2 Wenn kein Check notwendig ist, kann die Scheibe sofort ins Spiel gebracht werden.

9.3 Nach einem Anwurf oder Turnover muss der Angreifer, der zuerst im Scheibenbesitz ist, die Scheibe ins Spiel bringen.

9.4 Jeder Spieler darf versuchen, eine Scheibe anzuhalten, nachdem sie den Boden berührt hat.

9.5 Wenn ein Spieler beim Versuch, solch eine Scheibe anzuhalten die Position der Scheibe erheblich verändert, darf die gegnerische Mannschaft die Scheibe zu der Stelle zurückbringen, an der der Spieler die Scheibe berührt hat. Sollte der Werfer die Scheibe schon aufgenommen haben, bevor sie an diese Stelle

zurückgebracht wurde, wird das Spiel unterbrochen und mit einem Check fortgesetzt.

- 9.6 Nach einem Turnover muss die Scheibe ohne unnötige Verzögerung ins Spiel gebracht werden. Der zukünftige Werfer muss sich mindestens in Schrittgeschwindigkeit zuerst zur Scheibe und dann zum Punkt, an dem die Scheibe ins Spiel gebracht wird, bewegen.

10 Anzählen

- 10.1 Der Marker kann den Werfer anzählen, indem er zuerst Stalling (oder Zählen) sagt und dann von 1 bis 10 zählt. Zwischen dem Anfang jedes Wortes beim Anzählen muss mindestens eine Sekunde vergehen.
- 10.2 Das Anzählen muss für den Werfer klar zu hören sein.
- 10.3 Das Anzählen darf nur beginnen, wenn der Marker höchstens 3 Meter vom Werfer entfernt ist.
- 10.4 Das Anzählen darf nur fortgesetzt werden, wenn der Marker höchstens 3 Meter vom Werfer entfernt ist und kein Verteidiger die Regeln in Abschnitt 17.3 verletzt.
- 10.5 Wenn der Marker sich mehr als 3 Meter vom Werfer entfernt oder ein anderer Spieler zum Marker wird, muss das Anzählen bei 1 neu begonnen werden.
- 10.6 Das Anzählen mit höchstens n fortsetzen (n steht hier für eine Zahl) bedeutet: Wenn x die letzte Zahl ist, die der Marker gesagt hat, fährt der Marker mit Stalling und dann x+1 oder n fort, je nachdem welche der beiden Zahlen niedriger ist.

11 Der Check

- 11.1 Immer wenn das Spiel angehalten wurde, wird es mit einem Check fortgesetzt.
- 11.2 Alle Spieler kehren zu der Position zurück an der sie zu der Zeit waren, zu der die Aktion (das Foul, die Verletzung, usw.) stattfand, die zur Spielunterbrechung führte. Dort bleiben sie bis zum Check. Einzige Ausnahme ist ein Time-out.
- 11.3 Sollte die Scheibe zur Zeit dieser Aktion in der Luft gewesen sein, und die Scheibe geht anschließend zurück zum Werfer, kehren die Spieler zu der Position zurück, an der sie zur Zeit des Wurfs waren.
- 11.4 Jeder Spieler darf kurz eine Spielunterbrechung verlängern, um fehlerhafte Ausrüstung zu korrigieren (z.B. Schnürsenkel binden oder eine verbogene

Scheibe geradebiegen). Das laufende Spiel darf aus solch einem Grund allerdings nicht angehalten werden.

- 11.5 Mit Erlaubnis des Werfers setzt der Verteidiger, der der Scheibe am nächsten ist, das Spiel fort, indem er die Scheibe berührt und Disc In ruft.
- 11.6 Wenn der nächste Verteidiger nicht in Reichweite des Werfers ist, setzt der Werfer mit Erlaubnis des nächsten Verteidigers das Spiel fort, indem er mit der Scheibe den Boden berührt und Disc Inn ruft.
- 11.7 Wenn kein Angreifer in Scheibenbesitz ist, setzt der Verteidiger, der der Scheibe am nächsten ist, das Spiel fort, indem er mit Erlaubnis des nächsten Angreifers „Disc In“ ruft.
- 11.8 Wenn der Werfer die Scheibe vor dem Check wirft oder wenn eine Regelverletzung von 11.2 angezeigt wird, zählt der Pass nicht und der Check wird wiederholt, egal ob der Pass ankommt oder nicht.

12 Bestimmungen zum Aus

- 12.1 Das gesamte Spielfeld ist innerhalb. Die Begrenzungslinien gehören nicht zum Spielfeld und sind Aus. Alle Nicht-Spieler gehören zum Aus.
- 12.2 Das Aus besteht aus der Grundfläche, die nicht innerhalb ist, und allem was mit dieser Fläche in Kontakt ist. Eine Ausnahme bilden die Verteidiger, die immer als innerhalb gelten.
- 12.3 Ein Angreifer, der nicht Aus ist, ist innerhalb. Ein Spieler in der Luft behält seinen In/Aus-Status, bis zur Landung. Es gibt folgende Ausnahmen:
- 12.3.1 Wenn ein Spieler die Scheibe innerhalb fängt (und Kontakt mit dem Spielfeld hat) und sich dann ins Aus bewegt, gilt der Spieler als innerhalb. Er bringt die Scheibe an der Stelle des Spielfeldes ins Spiel, an der er zuerst ins Aus gelaufen ist.
- 12.3.2 Der Werfer darf das Aus berühren sobald er innerhalb einen Pivotpunkt hat.
- 12.3.3 Berührungen von Spielern untereinander haben keinen Einfluss auf ihren In/Aus-Status.
- 12.4 Die Scheibe ist innerhalb sobald sie ins Spiel gebracht wird und wenn das Spiel begonnen bzw. fortgesetzt wird.
- 12.5 Eine Scheibe wird Aus sobald sie das Aus oder einen Angreifer, der Aus ist, berührt. Eine Scheibe im Scheibenbesitz eines Angreifers hat den selben In/Aus-Status wie er. Wenn die Scheibe gleichzeitig im Scheibenbesitz mehrerer Angreifer ist, und einer von ihnen Aus ist, dann ist die Scheibe Aus.

- 12.6 Die Scheibe darf außerhalb des Spielfeldes fliegen, und Spieler dürfen ins Aus laufen.
- 12.7 Wenn die Scheibe Aus wird, muss ein Spieler der jetzt angreifenden Mannschaft die Scheibe zum nächsten Punkt des Hauptspielfeldes tragen und dort ins Spiel bringen, wo zuvor das letzte der folgenden Ereignisse stattgefunden hat:
- 12.7.1 Die Scheibe hat die Begrenzungslinie komplett überquert;
- 12.7.2 die Scheibe hat einen Spieler berührt, der innerhalb ist; oder
- 12.7.3 die Scheibe wurde Aus während ein Teil der Scheibe noch über dem Spielfeld war.

13 Fänger und Stellung auf dem Spielfeld

- 13.1 Ein Spieler fängt die Scheibe indem er anhaltenden Kontakt mit und Kontrolle über die sich nicht drehende Scheibe hat.
- 13.2 Wenn ein Spieler nach dem Fangen die Kontrolle über die Scheibe wieder verliert aufgrund von Kontakt mit dem Boden, mit einem Mitspieler oder mit einem regelgerecht positionierten Gegenspieler, gilt die Scheibe als nicht gefangen.
- 13.3 Die folgenden Situationen führen zu einem Turnover, und die Scheibe gilt als nicht gefangen:
- 13.3.1 Ein Fänger der angreifenden Mannschaft ist Aus im Moment der Scheibenberührung; oder
- 13.3.2 nach dem Fangen berührt der Fänger der angreifenden Mannschaft zuerst das Aus, während er noch im Scheibenbesitz ist.
- 13.4 Nach dem Fangen wird dieser Spieler zum Werfer.
- 13.5 Wird die Scheibe gleichzeitig von Angreifern und Verteidigern gefangen, behält die angreifende Mannschaft Scheibenbesitz.
- 13.6 Jeder Spieler darf sich an jede Stelle des Spielfeldes stellen, und darf dort nicht von Gegnern berührt werden. Ausnahme: Niemand darf sich an eine Stelle stellen, um einen Gegner auszublocken, ohne gleichzeitig selber zu versuchen, die Scheibe zu spielen.
- 13.7 Jeder Spieler darf jeden Platz des Spielfeldes einnehmen, solange er dadurch keine Berührung mit einem Gegner verursacht.
- 13.8 Wenn die Scheibe in der Luft ist, müssen alle Spieler versuchen, Berührungen mit anderen Spielern zu vermeiden, und es gibt keine Ausnahmen dieser

Regel. Nach der Scheibe gehen ist keine Rechtfertigung für die Berührung anderer Spieler.

13.9 Ein gewisses Mass an beiläufiger Berührung, die das Resultat der Spielaktion ist und die Sicherheit der Spieler nicht beeinträchtigt, kann vorkommen, wenn zwei Spieler sich gleichzeitig zum gleichen Punkt bewegen. Berührungen solcher Art sollen minimiert werden, sind an sich aber kein Foul.

13.10 Das Prinzip der Vertikalen:

13.10.1 Jeder Spieler hat ein Anrecht auf den Raum unmittelbar über ihm. Kein Gegner darf ihn daran hindern, diesen Raum einzunehmen.

13.10.2 Ein Spieler in der Luft hat das Recht, ohne Behinderung durch den Gegner wieder zu landen, solange zum Zeitpunkt des Absprungs kein Gegner auf der direkten Linie zwischen Absprung und Landung war.

13.11 Kein Spieler darf einen anderen Spieler physisch bei dessen Bewegung unterstützen.

14 Turnover

14.1 Bei einem Turnover wechselt der Scheibenbesitz von einer Mannschaft zur anderen. Ein Turnover erfolgt, wenn während des Spiels:

14.1.1 Die Scheibe berührt den Boden, ohne dass sie gleichzeitig im Scheibenbesitz eines Angreifers ist;

14.1.2 die Scheibe wird von einem Spieler zum anderen gereicht (d.h. der Scheibenbesitz wechselt, ohne dass die Scheibe jemals komplett in der Luft ist);

14.1.3 der Werfer lässt absichtlich die Scheibe von einem anderen Spieler zu sich selbst abprallen;

14.1.4 bei einem Passversuch berührt der Werfer die Scheibe, nachdem er sie geworfen hat aber bevor ein anderer Spieler sie berührt hat;

14.1.5 ein Pass wird von einem Verteidiger (ab)gefangen;

14.1.6 eine Scheibe wird Aus;

14.1.7 der Werfer hat die Scheibe nicht geworfen bevor der Marker beginnt, beim Anzählen 10 zu sagen (Ausgezählt);

14.1.8 der Werfer zeigt ein Time-out an, wenn sein Team keine Time-outs mehr zur Verfügung hat;

14.1.9 es gibt ein nicht bestrittenes Foul beim Fangen durch den Angreifer (Abschnitt 16.6); oder

-
- 14.1.10 ein Angreifer berührt den Anwurf in der Luft, und die Scheibe wird anschließend nicht gefangen.
- 14.2 Wenn es unklar ist, ob ein Turnover erfolgt ist, wird es sofort von dem/den Spieler/n mit der besten Sicht entschieden. Wenn eine Mannschaft mit dieser Entscheidung nicht einverstanden ist, können sie die Entscheidung bestreiten indem sie Contest rufen, und:
- 14.2.1 die Scheibe geht zum letzten Werfer zurück; und
- 14.2.2 das Anzählen wird bei höchstens 9 fortgesetzt.
- 14.3 Wenn der Werfer „fast count“ anzeigt, nachdem der Marker ausgezählt anzeigt, gilt der Turnover als bestritten und das Spiel wird wie in Regel 14.2 fortgesetzt.
- 14.4 Wenn der Werfer während oder nach einem bestrittenen ausgezählt wirft und der Pass nicht ankommt, gilt die Weiterspielregel (Turnover), und play on soll gerufen werden.
- 14.5 Nach einem Turnover, der Ort des Turnovers ist wie folgt:
- 14.5.1 wo die Scheibe zur Ruhe kommt oder von einem Angreifer aufgenommen wird; oder
- 14.5.2 wo der Abfangende Spieler anhält; oder
- 14.5.3 an der Position des Wurfers im Falle von 14.1.2, 14.1.3, 14.1.4, 14.1.7, 14.1.8; oder 14.5.4 wo das nicht bestrittene Foul eines Angreifers beim Fangen passiert ist.
- 14.6 Wenn der Ort des Turnovers auf dem Hauptspielfeld ist, wird die Scheibe an dieser Stelle ins Spiel gebracht.
- 14.7 Wenn der Ort des Turnovers in der angegriffenen Endzone der (jetzt) Angreifenden Mannschaft ist, wird die Scheibe an der nächstliegenden Stelle auf der Punktlinie ins Spiel gebracht.
- 14.8 Wenn der Ort des Turnovers in der verteidigten Endzone der (jetzt) angreifenden Mannschaft ist, kann der Werfer sich aussuchen, wo er die Scheibe ins Spiel bringt:
- 14.8.1 am Ort des Turnovers, indem er an dieser Stelle bleibt oder einen Wurf antäuscht; oder
- 14.8.2 an der nächsten Stelle auf der Punktlinie, indem er sich sofort vom Ort des Turnovers wegbewegt. Sofortiges Bewegen oder das fehlen

dessen bestimmt, wo die Scheibe ins Spiel gebracht wird, und diese Entscheidung ist irreversibel.

14.9 Wenn der Ort des Turnovers im Aus ist, wird die Scheibe anhand von Abschnitt 12.7 ins Spiel gebracht.

15 Punktgewinn

15.1 Ein Punkt wird gewonnen, wenn ein Spieler, der innerhalb ist, einen regelgerechten Pass fängt und alle gleichzeitigen ersten Bodenkontakte des Spielers nach dem Fangen komplett innerhalb der angegriffenen Endzone sind (beachte 13.1 und 13.2).

15.2 Wenn ein Spieler in Scheibenbesitz erst komplett hinter der attackierten Punktlinie anhält, ohne den Punkt nach 15.1 gewonnen zu haben, bringt er die Scheibe am nächsten Punkt auf der Punktlinie ins Spiel.

15.3 Der Zeitpunkt, zu dem der Punkt gewonnen wird, ist der Zeitpunkt der ersten Bodenberührung nach dem Fangen der Scheibe.

16 Fouls

16.1 Überblick

16.1.1 Fouls sind Regelverletzungen mit Körperkontakt zwischen gegnerischen Spielern. Hierbei zählt eine Scheibe im Scheibenbesitz eines Spielers als Teil dessen Körpers. Nur der gefoulte Spieler darf ein Foul anzeigen. Er tut das, indem er Foul ruft.

16.1.2 Außer wenn die Weiterspielregel (Abschnitt 18) zur Anwendung kommt, wird das Spiel nach einem angezeigten Foul angehalten.

16.1.3 Wenn die Mannschaft, gegen die das Foul angezeigt wurde, dieses bestreiten möchte, rufen sie Contest.

16.2 Werfer-Marker-Fouls des Markers:

16.2.1 Der Marker ist in einer nicht regelgerechten Position (17.3), und es gibt eine Werfer-Marker-Berührung; oder

16.2.2 Der Marker verursacht eine Berührung, oder ein sich bewegender Körperteil des Markers berührt den Werfer, bevor die Scheibe abgeworfen wurde.

16.3 Werfer-Marker-Fouls des Werfers:

16.3.1 Der Werfer verursacht eine Berührung mit einem Marker, der in regelgerechter Position ist.

16.4 Beiläufige Berührungen während des Ausschwingen der Wurfhand nach dem Abwurf der Scheibe sollten zwar vermieden werden, sind aber für sich alleine kein Foul.

16.5 Verteidiger-Fouls beim Fangen:

16.5.1 Ein Verteidiger ist in nicht regelgerechter Position (Abschnitt 13) und es gibt eine Berührung mit einem Angreifer; oder

16.5.2 Ein Verteidiger verursacht eine Berührung mit einem Angreifer vor oder während eines Fangversuches.

16.5.3 Wenn ein springender Angreifer eine Scheibe fängt und von einem Verteidiger vor der Landung gefoult wird, handelt es sich um ein Force-out-Foul, wenn der Fänger:

16.5.3.1 im Aus landet und ohne das Foul innerhalb des Spielfeldes gelandet wäre; oder

16.5.3.2 im Hauptspielfeld landet und ohne das Foul in der Endzone gelandet wäre Nach einem Force-out-Foul:

16.5.3.3 Wenn der Spieler in der Endzone gelandet wäre, ist der Punkt gewonnen.

16.5.3.4 Wenn das Force-Out-Foul bestritten wird und der Fänger im Aus gelandet ist, geht die Scheibe zurück zum Werfer. Sonst behält der Fänger Scheibenbesitz.

16.5.3.5 Wenn ein Foul gleichzeitig dazu führt, dass die Scheibe fallen gelassen wird, und das Foul bestritten wird, geht die Scheibe zurück zum Werfer.

16.5.4 Ein Verteidiger-Foul, das dazu führt, dass der Werfer oder Fänger die Scheibe fallen lässt, nachdem er schon Scheibenbesitz hatte, ist ein Strip-Foul.

16.5.4.1 Wenn ein Strip-Foul von einem Fänger angezeigt und nicht bestritten wird, und ohne das Strip-foul der Punkt gewonnen worden wäre, zählt der Punktgewinn.

16.5.5 Nach einem Verteidiger-Foul beim Fangen:

16.5.5.1 Wenn das Foul im Hauptspielfeld oder in der verteidigten Endzone passiert ist, bekommt der gefoulte Spieler Scheibenbesitz an der Stelle des Fouls.

16.5.5.2 Wenn das Foul in der attackierten Endzone passiert ist, bekommt der gefoulte Spieler Scheibenbesitz am nächsten Punkt der Punktlinie, und der Spieler, der gefoult hat, muss ihn dort markieren.

16.5.5.3 Wenn das Foul bestritten wird, geht die Scheibe zurück zum Werfer.

16.6 Angreifer-Fouls beim Fangen:

16.6.1 Wenn ein Angreifer eine Berührung mit einem regelgerecht positionierten Verteidiger verursacht (Abschnitt 13).

16.6.2 Wenn das Foul bestritten wird und die Weiterspielregel keine Anwendung findet, geht die Scheibe zurück zum Werfer.

16.6.3 Wenn das Foul nicht bestritten wird, ist es ein Turnover am Ort des Fouls.

16.7 Gegensätzliche Fouls

16.8 Wenn bei der selben Aktion sowohl von einem Angreifer als auch von einem Verteidiger ein Foul angezeigt wird, geht die Scheibe zum Werfer zurück

16.9 Anzählstand

16.9.1 Nach einem Verteidiger-Foul:

16.9.1.1 wenn das Foul nicht bestritten wird, wird das Anzählen bei 1 fortgesetzt;

16.9.1.2 wenn das Foul bestritten wird, wird das Anzählen bei höchstens 6 fortgesetzt;

16.9.2 Nach einem Angreifer-Foul wird das Anzählen bei höchstens 9 fortgesetzt, egal ob das Foul bestritten wird.

16.9.3 Nach der Anzeige von gegensätzlichen Fouls wird das Anzählen bei höchstens 9 fortgesetzt.

17 Andere Regelverletzungen (Violations)

17.1 Überblick

17.1.1 Eine Violation ist eine Regelverletzung, die unabhängig von Berührungen der Spieler ist. Jeder generische Spieler kann eine Violation anzeigen, indem er den spezifischen Namen der Regel oder Violation ruft.

17.1.2 Wenn eine Violation angezeigt wird, wird das Spiel angehalten, außer es handelt sich um die erste Marker-Violation eines Anzählvorgangs oder die Weiterspielregel wird angewandt.

17.1.3 Wenn das betroffene Team die Violation bestreitet, muss es Contest rufen. Jede ungelöste Meinungsverschiedenheit über eine Violation wird als Contest gewertet.

17.2 Travel (Schrittfehler)

17.2.1 Die folgenden Aktionen sind Schrittfehler:

17.2.1.1 der Werfer bringt die Scheibe nicht an der richtigen Stelle ins Spiel;

17.2.1.2 der Werfer verliert den Kontakt mit seinem Pivotpunkt, nachdem er diesen gesetzt hat;

17.2.1.3 ein Fänger hält nicht so schnell wie möglich an oder wechselt die Laufrichtung, nachdem er die Scheibe gefangen hat;

17.2.1.4 ein Fänger wirft die Scheibe während oder nach dem dritten Bodenkontakt und bevor er angehalten hat (hierbei zählt jegliche Bodenkontakt während des Fangens als erster Bodenkontakt); oder

17.2.1.5 ein Fänger verzögert das Fangen der Scheibe absichtlich, indem er sie sich selbst zuspielt (tippen, Delays usw.), um die Scheibe in irgendeine Richtung fortzubewegen.

17.2.2 Nach einem nicht bestrittenen Schrittfehler geht die Scheibe zurück zum Werfer (Ausnahme: Weiterspielregel), und das Anzählen wird bei höchstens 9 fortgesetzt.

17.2.3 Nach einem bestrittenen Schrittfehler geht die Scheibe zurück zum Werfer (Ausnahme: Weiterspielregel), und das Anzählen wird bei höchstens 6 fortgesetzt.

17.2.4 Nach einem Schrittfehler wird die Scheibe an der Stelle des Pivotpunktes, oder an der Stelle, an der der Pivotpunkt ohne Schrittfehler gewesen wäre, ins Spiel gebracht.

17.3 Marker-Violations

17.3.1 Marker-Violations sind:

17.3.1.1 Straddle — eine Gerade zwischen den Füßen des Markers berührt den Pivotpunkt des Werfers.

17.3.1.2 Disc Space — der Marker bewegt einen Körperteil näher als einen Scheibendurchmesser an den Oberkörper des Werfers heran.

17.3.1.3 Wrapping — der Marker benutzt seine Arme, um den Sternschritt des Werfers einzuschränken

17.3.1.4 Fast Count — der Marker:

-
- 17.3.1.4.1 zählt zu schnell;
 - 17.3.1.4.2 zieht nicht zwei Sekunden vom Anzählstand ab wenn zum ersten mal eine Marker-Violation angezeigt wird;
 - 17.3.1.4.3 beginnt das Anzählen bevor der Angreifer Scheibenbesitz und einen Pivotpunkt hat; oder
 - 17.3.1.4.4 vergisst das Wort stalling (oder zählen) am Anfang des Anzählens.
 - 17.3.1.5 Double Team — zwei Verteidiger sind innerhalb von 3 Metern vom Pivotpunkt des Werfers, und keiner dieser Verteidiger ist innerhalb von 3 Metern von einem weiteren Angreifer.
 - 17.3.1.6 Vision — der Marker benutzt einen Körperteil, um absichtlich das Sichtfeld des Werfers einzuschränken
 - 17.3.2 Eine Marker-Violation kann von der Verteidigung bestritten werden (Contest), in welchem Fall das Spiel angehalten wird.
 - 17.3.3 Bei der ersten Anzeige einer Marker-Violation wird das Spiel nicht angehalten, wenn diese nicht bestritten wird. Der Marker zieht 2 vom Anzählstand ab und fährt mit dem Anzählen fort. Das macht er, in dem er eine Sekunde rückwärts zählt: Stalling, 1, 2, 3, 4, 3, 4, 5, 6 wenn die Marker-Violation nach 4 angezeigt wurde.
 - 17.3.4 Der Marker darf das Anzählen nicht fortsetzen, bis die Marker-Violation korrigiert wurde. Andernfalls ist das eine erneute Marker-Violation.
 - 17.3.5 Wird eine erneute Marker-Violation während desselben Anzählvorgangs angezeigt, wird das Spiel angehalten. wenn nicht bestritten, wird das Anzählen (nach einem Check) bei 1 fortgesetzt.
 - 17.3.6 Wird eine Marker-Violation bestritten, wird das Anzählen bei höchstens 6 fortgesetzt.
- 17.4 Pick (Sperrern)
- 17.4.1 Wenn ein Verteidiger innerhalb von 5 Metern von einem Angreifer ist, den er aktiv deckt, und wenn er von einem anderen Spieler dabei behindert wird, sich mit oder auf diesen Spieler zuzubewegen, kann der Spieler Pick rufen. Das Spiel wird angehalten (Ausnahme: Weiterspielregel).
 - 17.4.2 Nachdem das Spiel angehalten wurde, darf der gesperrte Spieler sich an die Stelle bewegen, an der er seiner Meinung nach ohne die Sperre

gewesen wäre Die Scheibe geht zurück zum Werfer (wenn geworfen) und das Anzählen wird bei höchstens 9 fortgesetzt.

18 Weitere Spielregel

- 18.1 Geschieht ein Foul oder eine sonstige Regelverletzung während die Scheibe in der Luft ist oder während der Werfer in der Wurfbewegung ist, wird das Spiel fortgesetzt bis der Scheibenbesitz infolge des Wurfs geklärt ist.
- 18.2 Wenn die Regelverletzung gegen den Werfer angezeigt wurde (z.B. ein Schrittfehler oder ein Foul des Werfers), und der Werfer trotzdem noch nach der Anzeige wirft, wird das Spiel fortgesetzt bis der Scheibenbesitz infolge des Wurfs geklärt ist.
- 18.3 Wenn die Mannschaft, die die Regelverletzung angezeigt hat, nach dem Pass in Scheibenbesitz ist, wird das Spiel ohne Unterbrechung fortgesetzt. Ein Spieler, der diese Situation erkennt, soll sofort Play on rufen.
- 18.4 Wenn die Mannschaft, die die Regelverletzung angezeigt hat, nach dem Pass nicht in Scheibenbesitz ist, wird das Spiel angehalten und die Scheibe geht zurück zum Werfer der einen Check durchführt.
- 18.5 Wenn die Mannschaft, die die Regelverletzung angezeigt hat, glaubt, dass die Spielsituation von der Regelverletzung nicht beeinträchtigt wurde, soll jedoch die Scheibe dort bleiben, wo sie ist. Stellungsnachteile, die durch die Regelverletzung aufgetreten sind, werden aufgeholt. Das Spiel wird mit einem Check fortgesetzt.

19 Time-Outs

- 19.1 Um ein Time-Out anzuzeigen, muss ein Spieler ein T mit seinen Händen oder mit einer Hand und der Scheibe bilden, und für den Gegner hörbar Time-out rufen.
- 19.2 Ein Time-Out dauert 2 Minuten.
- 19.3 Nach einem Punktgewinn und vor dem anschließenden Anwurf darf jede Mannschaft ein Time-Out anzeigen. Nach dem Time-Out wird das Spiel mit dem Anwurf fortgesetzt.
- 19.4 Während des Spiels darf nur ein Werfer mit Pivotpunkt ein Time-Out anzeigen.
Nach dem Time-Out:
- 19.4.1 Auswechslungen sind nicht erlaubt, außer wenn verletzungsbedingt.
- 19.4.2 Die Scheibe wird am Pivotpunkt ins Spiel gebracht.

19.4.3 Der Werfer bleibt derselbe.

19.4.4 Alle anderen Angreifer können sich beliebig auf dem Feld aufstellen.

19.4.5 Nachdem die Angreifer aufgestellt sind, stellen sich die Verteidiger auf.

19.4.6 Der Anzählstand ist unverändert, außer wenn der Marker getauscht wurde.

20 Andere Spielunterbrechungen

20.1 Verletzungsunterbrechung

20.1.1 Eine Verletzungsunterbrechung wird vom verletzten Spieler durch den Ruf Injury angezeigt. Weiterhin kann auch ein Mitspieler die Unterbrechung anzeigen, wenn der verletzte Spieler dies nicht sofort selber kann; in diesem Fall gilt die Unterbrechung rückwirkend zur Zeit der Verletzung.

20.1.2 Wenn ein Spieler eine offene oder blutende Wunde hat, muss eine Verletzungsunterbrechung angezeigt werden, und dieser Spieler muss sofort verletzungsbedingt ausgewechselt werden. Er darf erst weiterspielen, wenn die Wunde behandelt und versiegelt wurde.

20.1.3 Wenn die Verletzung nicht Folge eines Fouls ist (egal ob das Foul bestritten wurde), muss der Spieler ausgewechselt werden. Im Falle eines Fouls ist die Auswechslung nicht verpflichtend.

20.1.4 Wenn der verletzte Spieler ausgewechselt wird, darf die andere Mannschaft auch einen ihrer Spieler auswechseln.

20.1.5 Wenn der verletzte Spieler nach dem Fangen die Scheibe aufgrund der Verletzung fallen gelassen hat, gilt die Scheibe als gefangen.

20.1.6 Einwechselspieler nehmen nach einer Verletzungsunterbrechung den gesamten Status (Position, Scheibenbesitz, Anzählstand) des ausgewechselten Spielers an.

20.2 Technische Unterbrechung

20.2.1 Eine Technische Unterbrechung, Technical, kann von jedem Spieler angezeigt werden, der Bedingungen erkennt, die andere Spieler gefährden könnten

20.2.2 Der Werfer darf während des Spiels eine Technische Unterbrechung anzeigen, um eine gesprungene, zerrissene, tief gefurchte, geknickte oder durchlöchernte Scheibe auszutauschen; eine verbogene, nasse oder dreckige Scheibe ist nicht Grund genug.

20.3 Wenn die Scheibe zur Zeit der Unterbrechung in der Luft war, wird das Spiel fortgesetzt, bis der Scheibenbesitz infolge des Wurfs geklärt ist:

20.3.1 Wenn der Grund für die Unterbrechung das Spielgeschehen nicht beeinflusst hat, bleibt das Resultat des Passes bestehen, und das Spiel wird an dieser Stelle fortgesetzt;

20.3.2 Wenn der Grund für die Unterbrechung das Spielgeschehen beeinflusst hat, geht die Scheibe zurück zum Werfer, und das Anzählen wird bei höchstens 9 fortgesetzt.

20.4 In Spielen auf Zeit wird die Zeit für diese Spielunterbrechungen angehalten.

(...)

Quelle: www.frisbeesportverband.de/sportarten/ultimate/WFDF07_D.pdf (2007)

VIII CD

Die beiliegende CD beinhaltet die vorliegende Arbeit sowie einige benötigte Materialien in digitaler Form:

- Abbildungen
- Literatur
- Schülertaktiken

Erklärung

Ich versichere, dass ich die Arbeit ohne fremde Hilfe verfasst, mich anderer als der angegebenen Hilfsmittel nicht bedient und das Thema nicht bereits im Rahmen einer früheren Prüfung schriftlich bearbeitet habe.

Mainz, den

(A. Schieler)

Mit der Ausleihe meiner Arbeit und mit der Verwendung von Zitaten zu wissenschaftlichen Zwecken bin ich einverstanden. Die Arbeit kann der IPTS-Zentralstelle für Information und Arbeitsplanung der Studienseminare in der Bundesrepublik Deutschland gemeldet werden.

Mainz, den

(A. Schieler)