

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Pickleball - Ein neues Rückschlagspiel erproben

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



II.31

Spiele mit und ohne Ball

Pickleball – ein neues Rückschlagspiel erproben

Christian Gustedt und Marvin Klaußner



© RAABE 2022

BHPix/Stock/Getty Images Plus

Pickleball – dazu braucht es Schläger wie beim Tischtennis und ein Netz wie beim Badminton. Das Rückschlagspiel, das zur Trendsportart wurde, ist schnell zu erlernen und der Spaß beim Spielen steht an erster Stelle. In dieser Unterrichtsreihe werden Übungen und erste Spielformen durchgeführt und die Schülerinnen und Schüler probieren einfache Techniken aus.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufen:	3 und 4
Dauer:	5 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	Spielsituationen wahrnehmen und technisch-koordinativ sowie taktisch-kognitiv angemessen handeln, erste Pickleball-Wettkämpfe bewältigen, Fair Play
Thematische Bereiche:	Ballspiele, Rückschlagspiele, Pickleball, Spielentwicklung
Medien:	Lern-, Übungs- und Stationskarten

Was Sie zu diesem Thema wissen sollten

Pickleball ist eine Trendsportart, die aus den USA kommt. Als Mischung verschiedener Rückschlagspiele punktet Pickleball durch seine einfache Erlernbarkeit und die Flexibilität im Schulsport.

Eigentlich entstand die Sportart schon 1965 im US-Bundesstaat Washington: Der Kongressabgeordnete Joel Pritchard war mit seiner und einer befreundeten Familie im Garten und beschwerte sich über die Kinder, die nur herumsaßen und keiner Beschäftigung nachgingen. Der Vater wollte auf dem Badmintonfeld im Garten ein Spiel beginnen. Aufgrund fehlender Badmintonschläger wurde mit Tischtennisschlägern und einem Plastikball über das Netz gespielt (Cordes, 2016). Im Jahr 2010 wurde Pickleball schließlich als aufstrebende Trendsport ausgezeichnet.

Das Grundspiel ist schnell erklärt: Pickleball wird auf einem Badminton-Doppelspielfeld mit Schlägern, die etwas größer als Tischtennisschläger sind, gespielt. Als Ball wird ein floorballähnlicher Plastikball genutzt. Der Spielcharakter ähnelt dem von Tennis, wobei Volleyschläge am Netz verboten sind. Es kann im Einzel, Doppel oder Mixed gespielt werden. Bei allen Spielvarianten kommt die Double-Bounce-Regel zur Anwendung, d. h., dass der Aufschlag und der Return nicht volley zurückgespielt werden dürfen. Das Netz orientiert sich am Tennisnetz und hat eine durchschnittliche Höhe von ca. 90 Zentimetern.

Im Sinne der ursprünglichen Spielidee kann im Schulsport (vor allem in der Grundschule) mit vereinfachten Regeln gespielt werden. Die Kombination des langsameren Balls auf dem kleineren Spielfeld macht das Spielen für Anfänger bzw. Ungeübte deutlich einfacher.

Was Sie bei der Vorbereitung und Durchführung beachten sollten

Organisatorische Grundsätze

Zur Durchführung der Sportart Pickleball werden lediglich Pickleball-Schläger, Pickleball-Bälle und -Netze sowie ein Badmintonspielfeld benötigt.

Dem Charakter von Rückschlagspielen entsprechend wird auch beim Pickleball der Ball immer mit der ersten Berührung zurückgespielt. Im Folgenden werden nur die wichtigsten Spielregeln aufgeführt (Pahmeier et al., 2010):

- Der Ball wird mit einem Volleyaufschlag von unten diagonal in die gegnerische Aufschlagzone gespielt. Die Ballberührung erfolgt unter Hüfthöhe.
- Wenn der Ball beim Aufschlag das Netz berührt und in der Aufschlagzone aufspringt, wird der Aufschlag wiederholt. Andernfalls gilt der Aufschlag als Fehler.
- Nach dem Bodenkontakt kommt die Double-Bounce-Regel zur Anwendung: Der Return muss ebenfalls einmal den Boden berühren. Allerdings darf dieser Bodenkontakt – im Gegensatz zum Aufschlag – auch innerhalb der Non-Volley-Zone erfolgen. Wird die Doppel-Bounce-Regel nicht befolgt, gilt dies als Fehler.
- Einen weiteren Fehler stellt das Schlagen des Balls ins Aus dar. (Die Linien gehören zum Spielfeld.)
- Die Non-Volley-Zone schließt ebenfalls die Begrenzung mit ein, sodass sich für einen Volleyschlag beide Füße hinter der Non-Volley-Linie befinden müssen.
- Ähnlich wie bei anderen Rückschlagsportarten gilt das zweimalige Aufkommen sowie das Ins-Netz-Schlagen des Balls als Fehler.

Beim Pickleball werden zwei Gewinnsätze gespielt, die bei 11 enden. Eine Ausnahme bildet der Spielstand 10 : 10. Dann gewinnt die Person, die zuerst zwei Punkte in Folge erzielt oder 15 Punkte erreicht hat.

Während sich zu Beginn des Jahrtausends bei den meisten Rückschlagspielen die Rally-Point-Zähl-

weise durchgesetzt hat, orientiert sich Pickleball an einer alten Zählweise aus dem Badmintonspiel: Eine Punkterzielung ist somit nur bei vorherigem eigenem Aufschlag möglich. Falls der Spieler bei einem Ballwechsel kein Aufschlagrecht hatte und die gegnerische Person einen Fehler begeht, so bleibt der Spielstand gleich und der Spieler erhält für den nächsten Ballwechsel das Aufschlagrecht. Nach eigenem Aufschlag erhält die Spielerin bei gewonnenem Ballwechsel einen Punkt (Cordes, 2016).

Das Spielfeld beim Pickleball orientiert sich an den Begrenzungen des Badminton-Doppelspielfelds. Die Centerline teilt das Spielfeld in eine rechte und eine linke Aufschlaghälfte und verläuft von der Grundlinie bis zur Linie für die Non-Volley-Zone. In dieser Zone ist es verboten, den Ball volley zurückzuspielen. Im Sinne einer Nutzbarkeit für den schulischen Sportunterricht sollte auf die Badmintonlinie in den Turnhallen zurückgegriffen werden (Cordes, 2016). Als Netzersatz können zwei übereinandergestellte Langbänke dienen.

Didaktisch-methodische Hinweise

Pickleball eignet sich für alle Schülerinnen und Schüler ab der dritten Klasse und zeichnet sich durch temporeiche Ballwechsel, viel Spannung und Attraktivität aus. Im Fokus des Spiels steht das Ziel, den Spielball so über das Netz zu spielen, dass die gegnerische Person keinen regelgerechten Schlag mehr ausführen kann. Hierfür müssen die Kinder Fertigkeiten wie Aufschlag, Vorhand und Rückhand und Volleyschlag erwerben. Zu Beginn sollte das Miteinander im Vordergrund stehen, bevor es ans Gegeneinander geht. Das bedeutet, dass die Lernenden zunächst lange Ballwechsel mit geringem Tempo spielen sollen.

Pickleball erfordert körperliche und geistige Fitness; die Schülerinnen und Schüler müssen bei diesem Spiel viel laufen und schnell reagieren. Des Weiteren vermittelt dieser Trendsport vielfältige Sinnes- und Bewegungserfahrungen. Neben Konzentration und Auffassungsgabe schult das Spiel die Auge-Hand-Koordination.

Zu Beginn können die Kinder zunächst mit mehr als einer Bodenberührung spielen. Es kann auch auf die Zählweise des Rally-Point-Systems umgestellt werden, damit die Spiele schneller zu Ende gehen. Neben den Spielregeln sollte genügend Platz für ein selbstständiges und eigenverantwortliches Handeln der Schülerinnen und Schüler geschaffen werden, um Pickleball freudbetont zu erlernen.

Was machen Sie, wenn ...?

- ... es zu keinem Spielfluss kommt?

Die Kinder können größere Bälle nutzen und der Ball darf zweimal den Boden berühren, bevor er wieder über das Netz gespielt werden muss.

- ... der Aufschlag nicht gelingt?

Die Kinder können den Ball bei der Angabe von der Linie der Non-Volley-Zone diagonal in die gegnerische Aufschlagzone spielen.

Welche weiteren Medien Sie nutzen können

- ▶ *Cordes, Ole: PickleBall: mehr als nur Tennis für den Schulsport. Lehrhilfen für den Sportunterricht, 65/2016, 4, S. 7–9*
Der Artikel befasst sich mit Hintergrundinformationen und gibt viele praktische Anregungen und Hinweise zu Pickleball.
- ▶ *Pahmeier, Iris; Blumhoff, Günther und Maatmann, Henning: Pickle-Ball. Teil I: Ein neuer Stern am (Schulsport-) Himmel. Betrifft Sport: Praxis für den Schulsport, 32/2010, 3, S. 28–35*
Der Artikel gibt viele praktische Anregungen und Hinweise zu Pickleball.
- ▶ <https://raabe.click/es-pickleball-germany>
Website des ersten Pickle-Ball-Clubs Deutschland e. V. mit vielfältigen Informationen, z. B. Historie, Spielregeln und Links zu Youtube-Seiten, die sich mit Pickleball beschäftigen
- ▶ <https://raabe.click/es-pickleball-rules>
Hier kann man das komplette Regelwerk von Pickleball nachlesen.

Auf einen Blick

Legende der Abkürzungen:

L: Lehrkraft; SuS: Schülerinnen und Schüler

 Sicherheitshinweise	 Tipps/Hinweise
 Gespräch	 Variation/Differenzierung

1./2. Stunde

Thema: Was ist Pickleball? – Erste Bewegungs- und Spielerfahrungen sammeln

Aufwärmen: „Luftballonchaos“: Die SuS bewegen sich frei im Raum. Jedes Kind erhält einen Luftballon, der die ganze Zeit in der Luft gehalten werden soll. Fällt der Luftballon zu Boden, muss das Kind 5 Hampelmänner machen. Danach darf es weiterspielen.

- Den Luftballon nur mit der ungeübten Hand / abwechselnd mit den Händen schlagen.
- Alle SuS müssen alle Luftballons gleichzeitig in der Luft halten (nach jedem Schlag einen anderen Luftballon berühren).
- Die Fortbewegungsart wird variiert (z. B. Laufen, Hüpfen, Rückwärtsgehen).



Hauptteil:

M 1 **Erste Übungen zum Pickleball** / Die SuS führen die Übungen an den Stationen durch. Das Hauptaugenmerk liegt auf der Schläger- und Ballgewöhnung.

M 2 **Freies Spiel** / Die SuS befinden sich jeweils zu zweit auf einer Hälfte eines Badmintondoppelfelds und spielen sich den Ball über das Netz bzw. eine Langbank zu.

Abschluss: „Prellball“: Es werden 4er-Gruppen gebildet, die Prellball mit einem weichen, aber gut springenden Ball (Volley- oder Prellball) spielen. Das Spielfeld (z. B. Badmintonfeld) wird durch Langbänke in zwei Hälften geteilt. Der Ball wird mit der geschlossenen Faust von oben nach unten über den Boden der eigenen Spielhälfte auf die andere Seite gespielt. Dabei darf er nur kurz berührt werden. Die Angabe erfolgt von der Aufschlaglinie. Ein Fehler ist es, wenn der Ball mehr als einmal vor der Annahme auf dem eigenen Feld aufspringt oder der Ball ins Aus gespielt wird.

Reflexion im Kreis: Erste Erfahrungen mit dem Schläger und dem Ball sollen mitgeteilt werden.



Benötigt: 1 Luftballon und 1 Pickleball-Schläger pro Kind; 1 Pickleball-Ball, 1 (Badminton-)Netz/1 Langbank pro Spielfeld; verschiedene Bälle, 1 Basketballkorb, 1 Reifen, 2 Seile, Klebeband

3./4. Stunde

Thema: Die Grundschläge im Pickleball spielerisch erlernen

Aufwärmen: „Ballklau“: Es werden 4er- oder 5er-Gruppen gebildet. Jedes Kind erhält einen Schläger und einen Ball. Die SuS spielen auf einem kleinen Feld und versuchen, sich gegenseitig die Bälle wegzuspielen. Muss ein Kind das Spielfeld verlassen, um seinen Ball zu holen, scheidet es aus. Das letzte Kind mit Ball im Spielfeld hat gewonnen.



Schubsen oder Rempeln ist verboten!

Hauptteil:

M 3 **Der Grunds Schlag** / L veranschaulicht den Grunds Schlag mithilfe der Lernkarte. Anschließend führen die SuS die Übungen zu zweit durch.

M 4 **Pickleball-Spielen zu zweit** / Die SuS führen die Übungen durch.

M 5 **Pickleball-Spielen in der Gruppe** / Die SuS führen die Übungen in 4er-Gruppen durch.

Abschluss: „Turmball“: Es spielen je 2 Gruppen (à 4–6 SuS) auf einem Basketballfeld gegeneinander. Auf beiden Freiwurflinien steht ein kleiner Kasten (= Turm), auf dem sich eine Person (= Turmwächterin) befindet. Die SuS werfen sich einen Ball innerhalb ihrer Gruppe zu und versuchen, den Ball zur Turmwächterin zu spielen. Wird der Ball sicher von dieser gefangen, erhält die Gruppe einen Punkt und die gegnerische Gruppe bekommt den Ball. Der Kreis um die Freiwurflinie darf von niemandem betreten werden. Die Turmwächter werden von Zeit zu Zeit ausgewechselt.

Benötigt: 1 Pickleball-Schläger pro Kind; 1 Pickleball-Ball, 1 Netz/1 Langbank und 1 kleiner Kasten pro Spielfeld

5./6. Stunde

Thema: Den Aufschlag erlernen und Pickleball spielen

Aufwärmen: „Nummernball“: Es werden 4er- oder 5er-Gruppen gebildet. Die Gruppe wird von 1–5 durchnummeriert. Auf einem kleinen Feld spielen sich die SuS den Ball (Luftballon/Pickleball-Ball) mit ihren Schlägern in dieser Reihenfolge zu. Welches Team schafft die meisten Ballkontakte in einer vorgegebenen Zeit?



L gibt ggf. vor, ob die SuS sich bewegen dürfen oder an einem festen Platz stehen bleiben müssen. Der Ball sollte immer hochgespielt werden.



Zur Vereinfachung darf der Ball mehrmals aufspringen.

Hauptteil:

M 6 **Der Aufschlag** / L veranschaulicht den Aufschlag mithilfe der Lernkarte.

Anschließend wenden die SuS die erlernten Techniken (Aufschlag und Grundschlag) im Spiel 1 : 1 an. Ggf. werden die Spielregeln nochmals besprochen (siehe Seite 2).

Abschluss: „Der Gewinner bleibt stehen“: Max. 5 SuS befinden sich an einem Pickleball-Spielfeld. 2 SuS spielen 3 Punkte aus, während die anderen mit genügend Abstand zum Spielfeld warten. Wer den Best-of-Three-Modus gewinnt, bleibt auf dem Spielfeld und erhält einen Punkt. Der Verlierer reiht sich hinter den wartenden SuS ein. Die Erste in der Warteschlange fordert nun den Gewinner heraus. Wer hat am Ende die meisten Punkte gesammelt?

Danach erfolgt eine Reflexion im Kreis.



Benötigt: 1 Pickleball-Schläger pro Kind; 1 Pickleball-Ball, 1 Netz/1 Langbank pro Spielfeld

7./8. Stunde

Thema: Pickleball im Team (Doppel oder Mixed) spielen

Aufwärmen: „Kreismitteball“: Es werden Gruppen mit mind. 6 SuS gebildet, die sich in je einem Kreis aufstellen. In der Mitte steht eine Person in einem Reifen. Diese spielt den Ball mit dem Schläger ihren Mitspielern zu und diese spielen den Ball zurück. Der Ball muss im Reifen mit Hand und Schläger gefangen werden. Verlässt die Person den Reifen, zählt der Schlag nicht. Ziel des Spiels ist es, möglichst viele korrekte Schläge in einer vorgegebenen Zeit durchzuführen. Die Person im Reifen wird nach einiger Zeit ausgewechselt.

- Der Ball muss gleich zum Nächsten gespielt werden.
- Es dürfen nur Vorhand- oder Rückhandschläge durchgeführt werden.



Hauptteil: „2 gegen 2“: Die SuS befinden sich jeweils zu viert auf einem Spielfeld. Sie spielen nun Pickleball Doppel/Mixed mit den erlernten Techniken Grundschlag und Aufschlag. Zu Beginn sollte die Person den Ball spielen, die besser zu ihm steht. Außerdem soll erst einmal miteinander (langsames Tempo) gespielt werden.

Abschluss: „Übergabespiel“: 2 SuS spielen einen Satz bis 6 Punkte. Auf jeder Seite warten 2 weitere SuS hinter der Spielfeldbegrenzung. Ist die Punktzahl 6 erreicht, verlässt der Verlierer das Spielfeld und eine wartende Spielerin kommt auf das Feld. Die Punkte des Verlierers übernimmt die neue Spielerin, der Sieger beginnt wieder bei 0.

Danach erfolgt eine Reflexion im Kreis.



Benötigt: 1 Pickleball-Schläger pro Kind; 1 Pickleball-Ball, 1 Netz/1 Langbank pro Spielfeld, 1 Reifen

Thema:	Spielerischer Ausklang – Wettkämpfen in Form eines Turniers
Aufwärmen:	„Bube, Dame, König“: Auf einem Spielfeld befinden sich 3 SuS. Es wird gelost, wer Bube, Dame und König ist. Der König spielt allein auf der einen Seite gegen den Buben und die Dame auf der anderen. Bube und Dame müssen nach der Angabe durch den König den Ball abwechselnd zurückspielen. Jede(r) hat 3 „Leben“. Bei einem Fehler verliert man eines. Hat z. B. der König alle seine Leben verspielt, wird er zum Buben. Er erhält als neuer Bube wieder 3 Leben usw.
Hauptteil:	
M 7	Der Überkopfschlag / L veranschaulicht die Technik mithilfe der Lernkarte. Anschließend führen die SuS die Übungen zu zweit durch.
M 8	Kaiserturnier / Die SuS spielen um das „Kaiserfeld“.
Abschluss:	Das Pickleball-Kaiserteam und die Platzierten werden geehrt. Im Anschluss findet eine Reflexion der neuen Trendsportart Pickleball hinsichtlich Lernerfolg, Leistungszuwachs, und vor allem Spaß und Freude statt.
Benötigt:	1 Pickleball-Schläger pro Kind; 1 Pickleball-Ball, 1 Netz/1 Langbank pro Spielfeld



9./10. Stunde

Thema:	Spielerischer Ausklang – Wettkämpfen in Form eines Turniers
Aufwärmen:	„Bube, Dame, König“: Auf einem Spielfeld befinden sich 3 SuS. Es wird gelost, wer Bube, Dame und König ist. Der König spielt allein auf der einen Seite gegen den Buben und die Dame auf der anderen. Bube und Dame müssen nach der Angabe durch den König den Ball abwechselnd zurückspielen. Jede(r) hat 3 „Leben“. Bei einem Fehler verliert man eines. Hat z. B. der König alle seine Leben verspielt, wird er zum Buben. Er erhält als neuer Bube wieder 3 Leben usw.
Hauptteil:	
M 7	Der Überkopfschlag / L veranschaulicht die Technik mithilfe der Lernkarte. Anschließend führen die SuS die Übungen zu zweit durch.
M 8	Kaiserturnier / Die SuS spielen um das „Kaiserfeld“.
Abschluss:	Das Pickleball-Kaiserteam und die Platzierten werden geehrt. Im Anschluss findet eine Reflexion der neuen Trendsportart Pickleball hinsichtlich Lernerfolg, Leistungszuwachs, und vor allem Spaß und Freude statt.
Benötigt:	1 Pickleball-Schläger pro Kind; 1 Pickleball-Ball, 1 Netz/1 Langbank pro Spielfeld



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Pickleball - Ein neues Rückschlagspiel erproben

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](https://www.school-scout.de)

