# Handout Floorball

Stefan Erkelenz
Sportlehrertag 2020 in Kiel

## Ergänzungsprogramm „Jugend trainiert für Olympia“

**Floorball – Vermittlung von Spaß an Bewegung,
Ausdauer, Konzentration und Koordination im Spiel**

Floorball, auch bekannt als Unihockey, ist ganzjährig in der Sporthalle zu Hause und wird aufgrund seiner einfachen Regeln gern im Schulsport gespielt. Die rasch erlernbare Sportart ähnelt dem Eishockey, ist aber kaum verletzungsanfällig und von Mädchen und Jungen gemeinsam spielbar.

Schnell, intensiv und ganz schön anstrengend - Floorball ist die Schulsportart Nummer eins in unserem Nachbarland Schweiz. Floorball ist für alle Altersklassen extrem einfach zu erlernen, garantiert Kindern und Jugendlichen eine Menge Spaß und regelmäßige Erfolgserlebnisse, fördert aber dennoch die körperliche Motorik, Fitness und den Teamgeist. Hinzu kommt, dass die Sportart für gemischte Mannschaften aus Mädchen und Jungen besonders gut geeignet ist und dadurch zu gegenseitigem Respekt verhelfen kann.

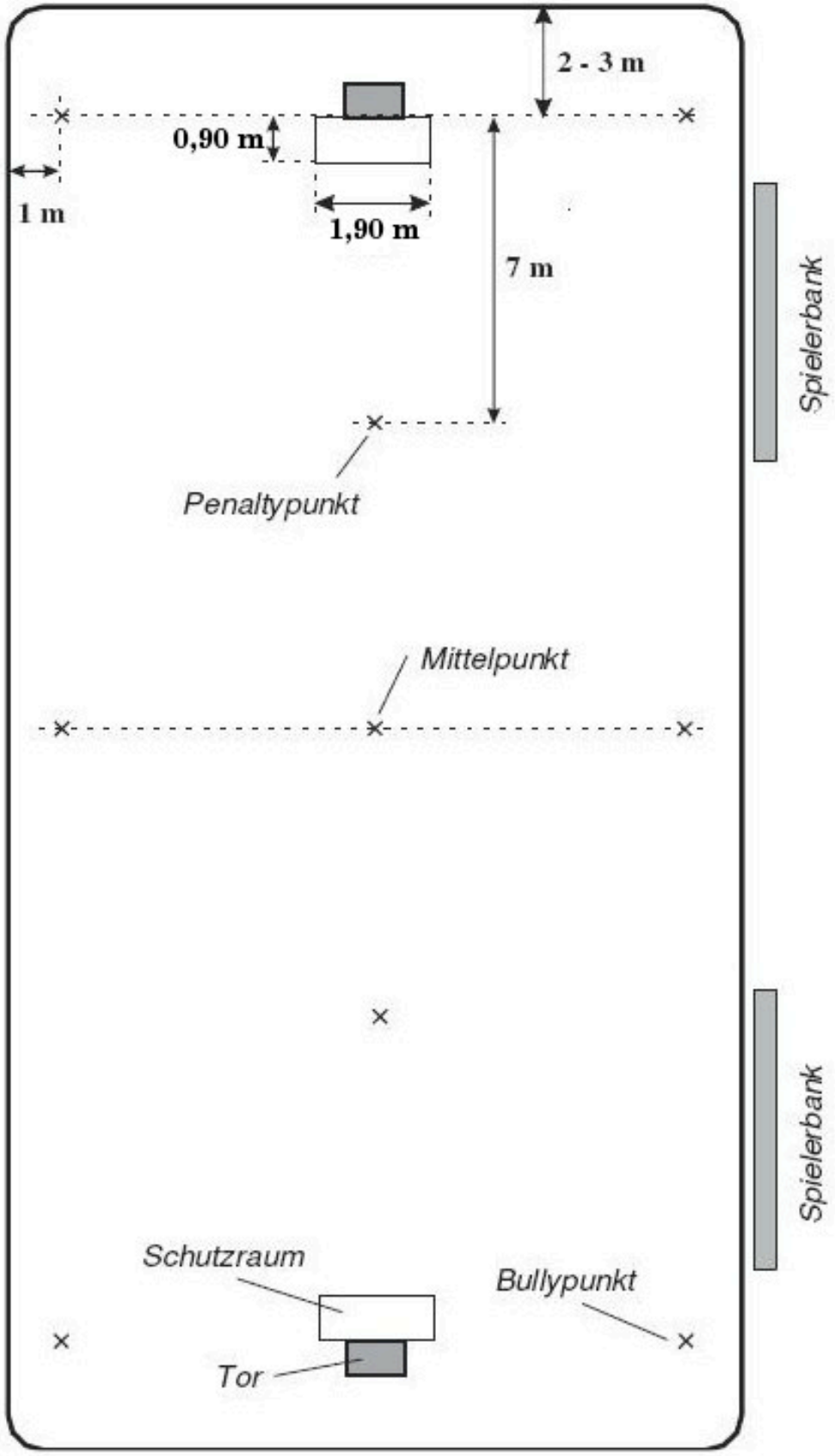
### 1 . Floorball – Mixed

Floorball ist ein schneller und dynamischer Hallensport, der Elemente verschiedener Sportarten vereint und anschaulich als Eishockey in der Halle beschrieben werden kann. Im Mixed spielen je 2 weibliche und 2 männliche Spieler pro Mannschaft gleichzeitig auf dem Feld und versuchen den kleinen Lochball mithilfe der Schläger ins gegnerische Tor zu schießen. Das Spielfeld ist 16 x 28 m groß und von einer etwa kniehohen Bande umgeben;
die kleinen Tore lassen ein Spiel ohne Torhüter zu. Feldspieler wechseln (unbegrenzt) fliegend und meist in Blöcken.

### 2. kleine Materialkunde

- Ball: aus Kunststoff, 23 g, 26 Löcher
- Schläger: besteht aus Stock und Kelle/Schaufel/Blatt; Länge max. 114 cm lang; besteht aus Verbundmaterial (Kohlefaserverstärkt oder Carbon) je nach Preisklasse (von 20 € - 220 €). Der Schläger sollte max. 5-10cm oberhalb des Bauchnabels enden. Generell gibt es Seiten bei den Kellen (Rechtsausleger = rechte Hand unten, meist Linkshänder und analog).
- Tore: 90 x 60 cm (BxH) im Schulsport; 160 x 115 cm im Liga-Spielbetrieb mit Torwart

**3. Spielfeld**


2 - 3 m
0,90 m
1 m
1,90 m
7 m
Spielerbank
Penaltypunkt
Mittelpunkt
Spielerbank
Schutzraum
Bullypunkt
Tor

1 Das Spielfeld ist zwischen 22-28 m lang und 12-16 m breit. Es ist von einer ca. 30-50 cm hohen Spielbande umgeben.

2 Der Schutzraum vor dem Tor ist 90 cm lang und 1,90 m breit. Er befindet sich in einem Abstand von 2 - 3 m von der kürzeren Spielfeldseite entfernt.

3 In Verlängerung der Torlinie und auf der gedachten Mittellinie befinden sich im Abstand von 1 m von der Bande gut sichtbare Bullypunkte.

4 Die Auswechselzonen liegen zwischen der Mittellinie und der eigenen Torlinie.

5 Im Abstand von 7 m zu den Torlinien werden Penaltypunkte markiert.

6 Alle Markierungen sollten mit 4 - 5 cm breiten Linien in einer gut sichtbaren Farbe markiert werden.

**4. Torhüter*in**

Grundlegend sollte in der Schule ohne Torhüter (Goalie) gespielt werden, da nur ein vollständig ausgerüsteter Goalie am Spiel teilnehmen darf und kaum eine Schule eine Ausrüstung anschafft. Für eine AG, die sich zum Ziel setzt auch gegen Vereinsmannschaften anzutreten, kann es aber sinnvoll sein, eine Ausrüstung anzuschaffen.

**5. Teamgröße**

Ein Team besteht aus maximal 14 Spieler*innen. Während des Spieles dürfen sich gleichzeitig maximal 4 Spieler*innen (wird "Mixed" gespielt, jeweils nur je 2 weibliche und 2 männliche Personen) auf dem Spielfeld aufhalten. Im Sportunterricht richtet sich die Teamgröße und Anzahl der Spieler*innen auf dem Feld nach der Hallengröße und den technischen Fähigkeiten der Spieler*innen.

**6. kleine Regelkunde**

- Nur den Ball spielen, nicht den Körper oder Stock des Gegners
- Kelle maximal bis Kniehöhe nutzen
- Schläger nicht zwischen die Beine der Mitspieler
- Schutzraum (0.9 x 1,9 m) vor dem Tor darf von niemandem betreten werden, nur Schläger darf rein.
- Stoppen mit dem Fuß ist erlaubt, passen auch (gern drauf verzichten!)
- 2 m Abstand beim Freischlag
- Stockschläge sind untersagt, sowohl gegen Schläger als auch Spieler.

**7. Die Spielelemente: Grundposition – Passen – Schießen**

7.1 . Grundposition/Schlägerhaltung

- Grundposition
- Griffhaltung: Rechtshänder haben tendenziell die rechte Hand oben, da die Technik aus der Griffhand kommt. Hand umschließt den Knauf mit kleinem Finger. Der Schläger sollte so gehalten werden, dass bei einhändiger Schlägerführung die obere Hand verwendet wird.
- Stocklänge: Schläger sollte vom Boden bis zur Bauchnabelhöhe (+/- 1 Handbreit) reichen.

7.2. Passen – präzise Ballabgabe und korrekte Ballannahme

- Ballabgabe (gezogener oder geschlagener Pass)
  • Ball wird an Kelle geführt und nach (unterschiedlich langer) Zugphase abgegeben
  • geschlossene Kelle (Kelle bildet Dach über Ball) verhindert das Springen des Balles
  • Kelle zeigt in die Richtung, in die der Pass gehen soll
  • Kelle auf dem Boden schleifen

- Ballannahme
  • Abholen und Abbremsen des Balles bringt den Ball unter Kontrolle
  • Kelle parallel zum Ballweg

7.3. Schießen

- **Handgelenkschuss** – präzise und auf kurze Distanzen schieOen
  • im Prinzip Endphase des Schlagschusses
  • Kelle ist bereits auf dem Boden
  • Spieler übt über Handgelenk die Kraft auf den Ball auf
  • Führhand schnellt dabei unter der Griffhand nach vorn
- **Schiebe-Schlagschuss** – kräftig aber weniger präzise
  • Kelle schleift über den Boden und beschleunigt dabei
  • Kelle trifft den Ball mit groOer Kaft
  • durch kurzen Ballkontakt wird Schussrichtung und –höhe über optimalen Auftreffpunkt gewährleistet
  • **Schlenzschuss**
  • der Ball wird von hinter dem Körper entlang einer gedachten Linie vor den Körper gezogen
  • Ball erhält seine Beschleunigung durch die Zugbewegung
  • Ball wird vor dem Körper 'losgelassen'

Zu Schlag- und Schlenzschuss:
• Der Körperschwerpunkt sollte immer auf dem vorderen Bein liegen.
• Nach dem Schuss sollte die Kelle 'geschlossen' werden (Kelle zeigt Richtung Boden) um hohes Ausschwingen zu vermeiden.
• Kelle zeigt immer in die Richtung, in die der Schuss gehen soll
• Schusshöhe wird durch den Anstellwinkel der Kelle bestimmt
• geschlossene Kelle → flacher Schuss
• offene Kelle → hoher Schuss

## 8. Schulcup

Jedes Jahr findet das sogenannte Bundesfinale Floorball statt. Es wird etwa im Juni, kurz vor den Sommerferien, in jeweils wechselnden Städten ausgetragen. Analog zu „Jugend trainiert für Olympia“ wird mit den besten Schulmannschaften der Bundesländer ein Turnier ausgespielt. Die Mannschaften können sich über das Landesfinale ihres Landesverbandes bzw. des zuständigen Ministeriums qualifizieren. Die Altersklassen richten sich nach den Altersklassen von „Jugend trainiert für Olympia“.

Der Bundesfachverband Floorball Verband Deutschland e.V. strebt mittelfristig die Aufnahme in das Programm „Jugend trainiert für Olympia“ an.

**Quellennachweis:**

Floorball Verband Deutschland e.V.: Einführung Floorball im Schulsport:
https://www.floorball.de/?wpfb_dl=351
Spielregeln für die Kleintorvariante in Schule und Verein:
https://www.floorball.de/?wpfb_dl=230

Hinweis: Das Regelwerk wird aktuell überarbeitet bzw. angepasst.

**Adressennachweis Floorball-Material:**

- Jamasi Floorball Shop: www.jamasi.de - Sitz in Münster, Vertretung in Kiel
- DuroiSports Floorball & More: www.floorball-fuchs.de - Sitz in Pinneberg
- Schäfer Sport & Fitness: www.schaefer-sport.de - Sitz in Lichtenfels - Herausgeber „Floorball Basics“ Lehrheft mit Übungen
- Floorball Shop: www.floorballshop.com - Sitz in Chemnitz

**Vereine in und um Kiel:**
Kieler Floorball Klub & TSV Neuwittenbek → Baltic Storms: www.baltic-storms.de
TuS Gaarden
Gettorfer TV
Weitere Vereine über Floorballverband Schleswig-Holstein - www.floorball-sh.de

**Kontakt für Fortbildungen oder Schulstunden:**
Stefan Erkelenz: sportwart@kieler-floorball-klub.de