

 DIE AUTOR:INNEN



Vera-Lynn Veit ist Lehrerin (Mathematik, Deutsch und Sport) und Diplompädagogin. Neben eigenen Veröffentlichungen nimmt sie viele weitere WIMASU Produkte vorab unter die Lupe.



Anna Walther ist Grundschullehrerin in Frankfurt. Neben der liebevollen, strengen, intensiven Klassenleitung führt Anna ihre Profifußballkarriere am liebsten bei einer ausgiebigen Partie Zombiefußball weiter.



Stefan Verlemann ist stellvertretender Schulleiter einer neu gegründeten Gesamtschule. Seine Materialien veröffentlicht er seit vielen Jahren und nun auch auf WIMASU.

INHALT

Was ist Goba?	3
Übersicht über das Material	4
Goba im Sportunterricht – Eine erste Hinführung zu Rückschlagspielen	5
Goba – Eine Unterrichtseinheit zum Spielen	6
Projektverlauf	7
Über WIMASU	8
Material (inkl. Bauanleitung für Goba-Schläger)	9



IMPRESSUM

© WIMASU GmbH 2021
 Alle Rechte vorbehalten. Alle Nachdrucke und digitale Weitergabe nur mit
 ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung.
<https://wimasu.de/shop/goba-stationen>
 1. Version

Illustrationen: N. Matsuyama
 Satz / Layout: J. Schäfer
 Redaktion: J. Veit, C. Walther
 Autor:innen: V.-L. Veit, A. Walther, S. Verlemann

DIESES DOKUMENT ZITIEREN

Veit, V.-L., Walther, A., Verlemann, S. (2021).
 Goba – Fächerübergreifendes Rückschlag-Sportprojekt.
 Eingeschränkter Zugriff am DATUM unter
<https://wimasu.de/shop/goba-stationen>

WAS IST GOBA?

Ein eigenes Spielgerät bauen? Eigene Spiele entwickeln? Mehrere Fächer verknüpfen? Im Folgenden stellen wir euch die Idee von Goba vor und möchten motivieren, das Projekt durchzuführen.

LET'S GO AND BACK!

Goba („Go and Back“) ist ein ursprünglich in der Schweiz entwickeltes „Grundspiel für die Rückschlagspieler“. Goba hat zum Ziel, einen leichten Zugang zu den bekannten Rückschlagspielen, wie z. B. Tennis, Badminton, Tischtennis oder Squash, zu ermöglichen (Schneider, 2004, 27). Gespielt wird Goba am besten mit selbst gebastelten Schlägern. Dadurch lässt sich Goba zu einem echten fächerübergreifenden Projekt in der Schule machen.

DER GOBA-SCHLÄGER

Die Goba-Schläger können im Werk- und Kunstunterricht selbst erstellt werden: Auf der Rückseite einer runden Schlagfläche aus Holz (im Durchmesser etwa 10cm größer als die eigene Hand) werden Schlaufen für die Hände befestigt, durch die die ganze Hand und noch einige Finger gesteckt werden können (vgl. Weyers, N./ Müller, M./ Lönke, K.-D. (2014), S. 27 und Schneider, H. (2004), S. 27). Abschließend werden die Schläger geschliffen und liebevoll, individuell bemalt. Einen Griff haben die Schläger nicht.

Anschließend kommen die eigenen Schläger im Sportunterricht zum Einsatz.



ÜBERSICHT ÜBER DAS MATERIAL

EINZELSTATIONEN

HALLENAUFBAU

ZWEI STATIONEN

BAUANLEITUNG GOBA-SCHLÄGER

STUNDEN TRANSPARENZ

SAMPLE

GOBA PROJEKTABLAUF

1. Wir schleifen und bemalen unsere eigenen GOBA-Schläger	2. Wir lernen die Hand als Schläger kennen	3. Wir probieren unsere GOBA-Schläger aus
4. Wie genau schafft es der Ball, den Ball möglichst lange hochzuspielen?	5. Wir sammeln Erfahrungen mit den GOBA-Schlägern an Stationen	6. Wir spielen miteinander an Stationen
7. Wir verbinden einen eigenen Klassenrhythmus mit unseren GOBA-Schlägern	8. Wir entwickeln eigene GOBA-Spiele in Kleingruppen	9. Sitzkreis
9. Wir schreiben unsere eigenen GOBA-Spiele auf	10. Wir spielen unsere eigenen entwickelten GOBA-Spiele	10. Aufwärmen
		11. Sitzkreis
		12. Stationen
		13. Sitzkreis
		14. Abbau und Abschlusspiel

GOBA IM SPORTUNTERRICHT EINE ERSTE HINFÜHRUNG ZU RÜCKSCHLAGSPIELEN

Das Spielen mit den Goba-Schlägern zeichnet sich durch folgende Eigenschaften aus:

- Durch die **direkte Verbindung der Hand mit dem Schläger** spielen die Kinder mit einer vergrößerten Handfläche, sodass die Kinder mit der natürlichen Hand-Auge-Koordination Bälle mit diesem Schläger sehr gut treffen können (Achtergarde, 2015, S. 505)
- Gespielt wird **ausschließlich mit der Vorhand**, da die Handfläche das Brett auf der Rückseite bzw. die Rückhand verdeckt. Die schwierig zu erlernende „Rückhand“ entfällt und die „Vorhand“ muss durch ein gutes Positionsspiel gestärkt werden.
- Goba ist **einseitig oder beidseitig** möglich. Das Spiel mit zwei Goba-Schlägern (Einer für die linke, der Andere für die rechte Hand) kann die fehlende Rückhand kompensieren und es kann ein schnellerer Spielfluss zustande kommen.

Goba eignet sich zur Heranführung an Rückschlagspiele, da es sehr viele Spielmöglichkeiten zulässt. Für Goba gibt es zunächst kein festgelegtes Regelwerk. Es können neue Spiele und eigene Regeln von der Klasse erfunden wer-

den (vgl. Achtergarde, 2015, 505 ff.). Dabei sollte langsam vom Miteinander (z. B. möglichst viele Ballwechsel) zum Gegeneinander (spannende Ballwechsel mit Punkte zählen) vorgegangen werden. In der Grundschule weisen die Schüler:innen in Rückschlagspielen wenige bis gar keine Vorfahrungen auf, wodurch die Leistungsunterschiede zu Beginn der Einheit nicht allzu groß sind.

Die Techniken beim Goba-Spiel beinhalten „**Treffen**“ und „**Schlagen**“, wie bei allen Rückschlagspielen (vgl. Roth, Kröger & Memmert (2015), 22):

- Winkel und Krafteinsatz steuern
- Spielpunkt des Balles bestimmen
- Laufwege und -tempo zum Ball festlegen
- sich verfügbar machen
- Zuspielrichtung und -weite vorwegnehmen

Insbesondere Grundschulkindern kommen beim koordinativ anspruchsvollen Goba in den Genuss schneller Lernerfolge („sensible Phase“) und haben Spaß (Wagner, 2005). Die selbst erstellten und bemalten Schläger weisen zudem einen hohen Aufforderungscharakter auf.



ÜBER WIMASU



Wir machen Sportunterricht (kurz: WIMASU) wurde von Sportlehrkräften gegründet. In den Unterrichtsreihen und Materialien steckt viel Erfahrung und Liebe zum Detail. Wir versuchen, neue Impulse für den Sportunterricht zu geben, aber auch bereits etablierte Sportarten für den Unterricht ansprechend aufzubereiten. Die Materialien werden digital bereitgestellt und können an die jeweilige Lerngruppe angepasst werden. Neben dem inhaltlichen Schwerpunkt versuchen wir, die Materialien so darzustellen, dass die Lehrkraft und die Schülerinnen und Schüler motiviert sind, gemeinsam Sport zu machen.

LITERATURVERZEICHNIS

- Achtergarde, F. (2015).** Selbstständiges Arbeiten im Sportunterricht. Ein Sportmethodenhandbuch. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Häusermann, Stefan (2010).** Rückschlagspiele. Aktivpunkt. Pluspunkt 1/2020 (17). Zugriff am 14.11.2021 unter https://www.plusport.ch/fileadmin/user_upload/4_Ausbildung/Lehrmittel/Aktivpunkt_10_1.pdf
- Roth, K., Kröger, C. & D. Memmert (2015).** Ballschule. Rückschlagspiele. PRAXISideen. Schriftenreihe für Bewegung, Spiel und Sport. Schorndorf: hofmann.
- Schneider, H. (2004).** Goba-Schläger – der Weg zu Rückschlagspielen im Spisport. In: Sport Praxis. Der Übungsleiter 7/2004 (3), S. 27-28.
- Wagner, H. (2005).** Champions mit Schlägern und Bällen. Tennis, Badminton, Squash und andere Rückschlagspiele in der Schule. Donauwörth: Auer Verlag.
- Weyers, N., Müller, M., Lemke, K.-D. (2014).** Rückschlagspiele. Badminton- Tennis-Tischtennis. Handreichung für Schulen der Primarstufe und Sekundarstufe I. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.

Haftungsausschluss

Unsere Veröffentlichungen stellen nur generelle Anleitungen für Sportübungen dar. Sportübungen unterliegen sich laufend fortentwickelnden sportwissenschaftlichen Erkenntnissen. Daher garantieren wir nicht, dass die Anleitungen zu jedem Zeitpunkt den aktuellen Erkenntnissen entsprechen. Weiterhin kann auch kein Erfolg der Übungen garantiert werden. Generell gilt: Jeder Nutzer muss bei der konkreten Ausführung der vorgestellten Übungen selbst für eine sichere Übungsumgebung sorgen. Für den Fall, dass dies nicht möglich ist, sollte keine Übung ausgeführt werden.

    **KLICK' HIER & FOLGE UNS!**

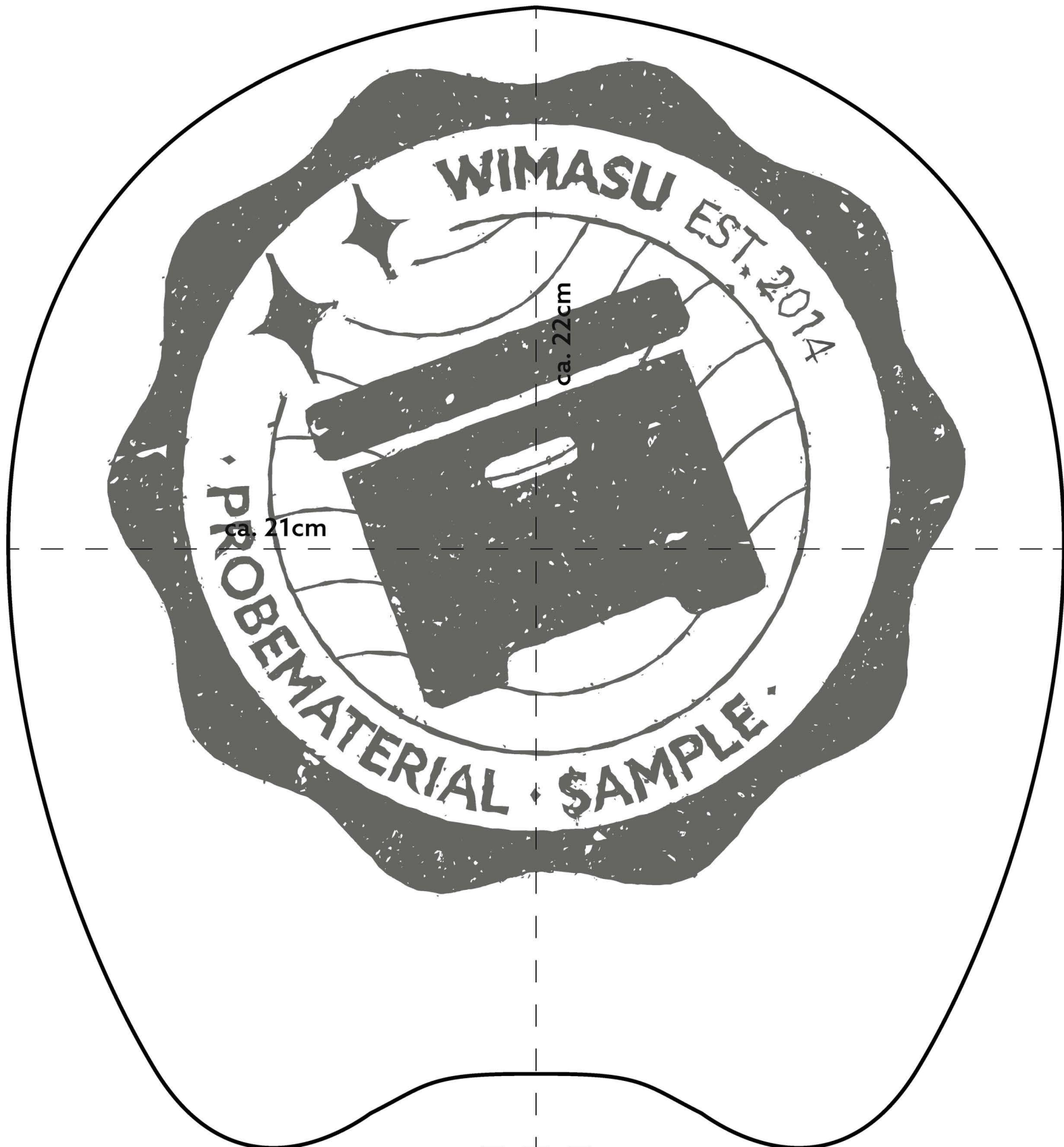
wimasu.de
Wir machen Sportunterricht.



WIMASU

BAUANLEITUNG FÜR GOBA-SCHLÄGER

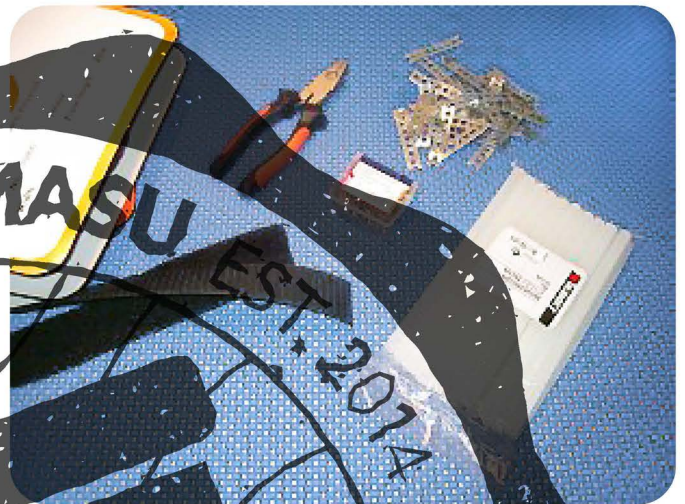
Vorlage (A4) mit 100% Skalierung drucken, ausschneiden, ggf. vergrößern und auf dicke Pappe kleben. Dann mit der so entstandenen Vorlage den Umriss auf die Holzbretter übertragen.



BAUANLEITUNG FÜR GOBA-SCHLÄGER

BENÖTIGTE MATERIALIEN

- **Holzplatten** (z. B. Mehrschichtholz, pro Schläger wird eine Fläche von 25x25 cm benötigt)
- **Spanplattenschrauben mit Senkkopf 3,0x12 mm** (pro Schläger 3-4 Stück)
- **Nagelband** (pro Schläger ca. 5 cm)
- **Klettband** (pro Schläger ca. 25 cm, möglichst 5cm Breite; kann bei Ebay aus Industrieproduktion oft günstig ersteigert werden)
- **Tackerklammern**
- **Heißkleber**
- **Abtönfarbe, Pinsel**



BENÖTIGTES WERKZEUG

- **Tacker** für die Klammern
- **Heißklebepistole**
- **Akkuschrauber, Schere, Zange**
- **Bandsäge, Schleifmaschine** (Aussägen der Bretter)

ALTERNATIV:

Bretter können auch **von Hand ausgesägt** und die **Ränder mit Schmirgelpapier geglättet** werden (im Technikunterricht / Schleifen kann auch von jüngeren Schüler:innen übernommen werden)

SCHRITTANLEITUNG

1

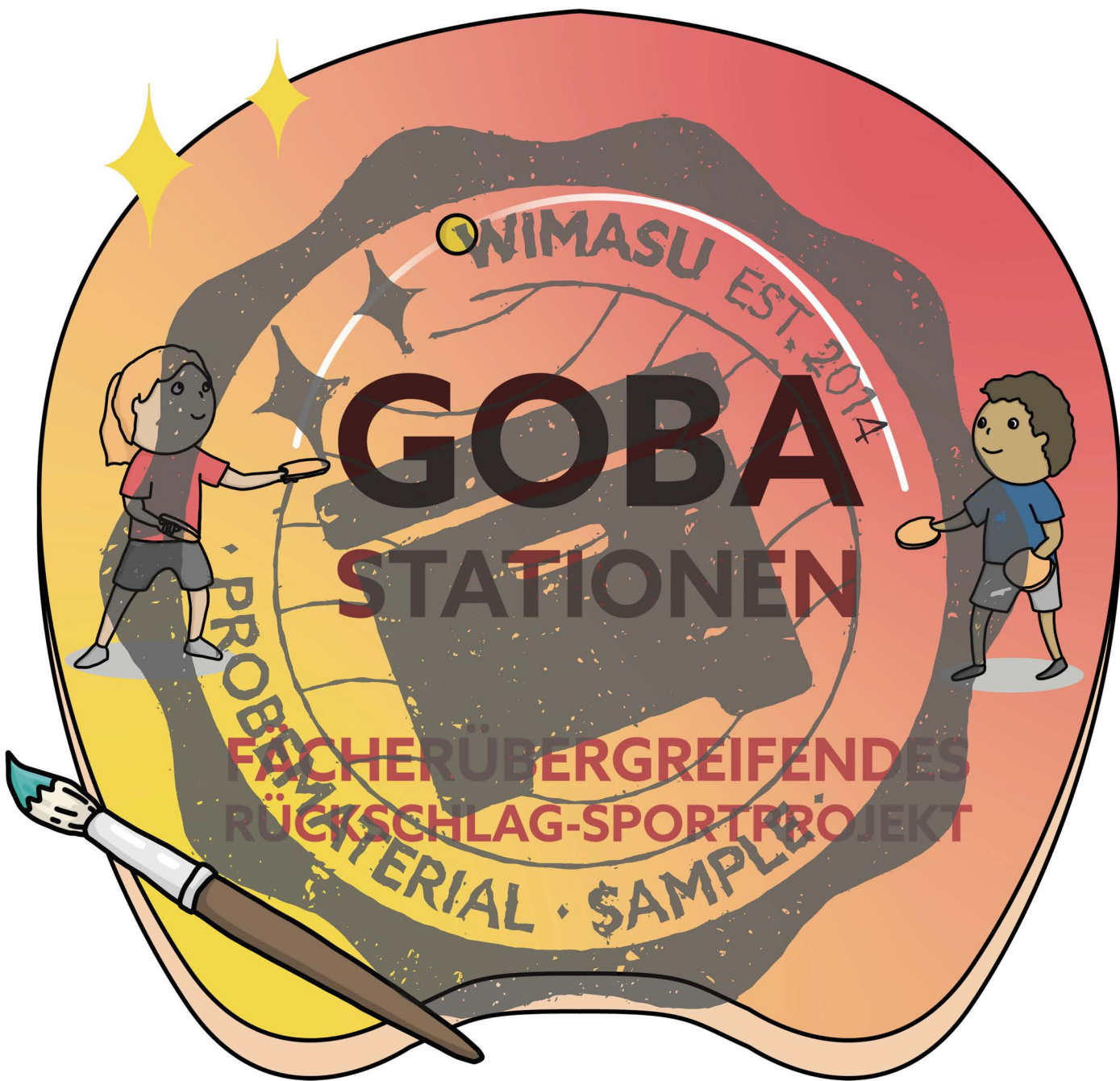
Die bereits ausgesägten und rundkantigen Schläger sind auf der einen Seite bereits bemalt worden. Auf der anderen Seite sind die Handfläche und der Name aufgezeichnet.



2

Je nach Breite der Handfläche werden entsprechend lange Stücke Nagelband (ca. 1 cm kürzer als die Handfläche) mit einer Zange abgebogen!





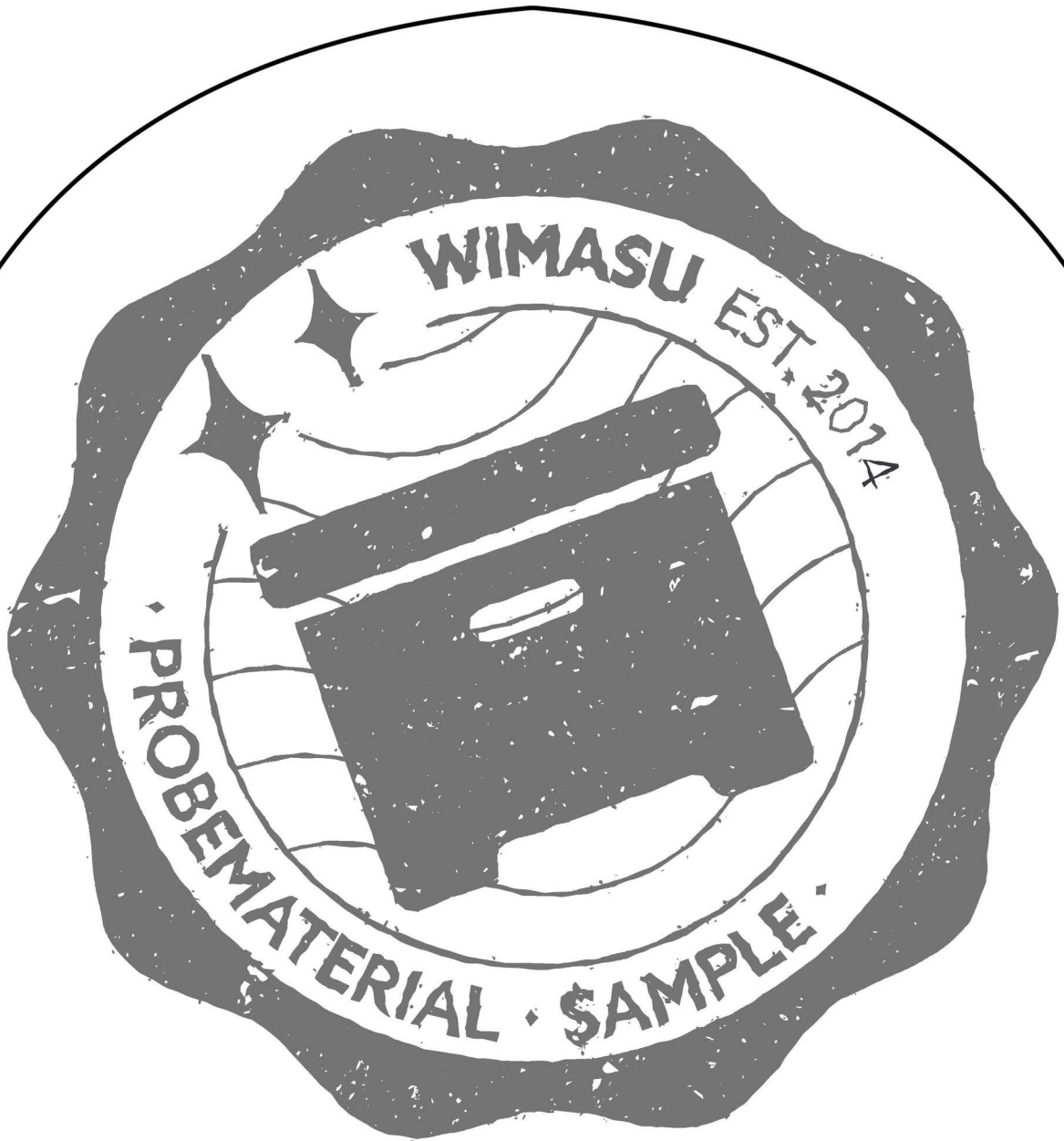


Autor:innen: V.-L. Veit, A. Walther, S. Verlemann
Redaktion: J. Veit, Ch. Walther
Illustrationen: N. Matsuyama
Lektorat: J. Schäfer

Dieses Dokument zitieren:

Veit, V.-L., Walther, A., Verlemann, S. (2021). Goba.
Fächerübergreifendes Rückschlag-Sportprojekt.
Eingeschränkter Zugriff am DATUM unter
<https://www.wimasu.de/shop/goba-stationen>

So soll mein Goba-Schläger aussehen ...



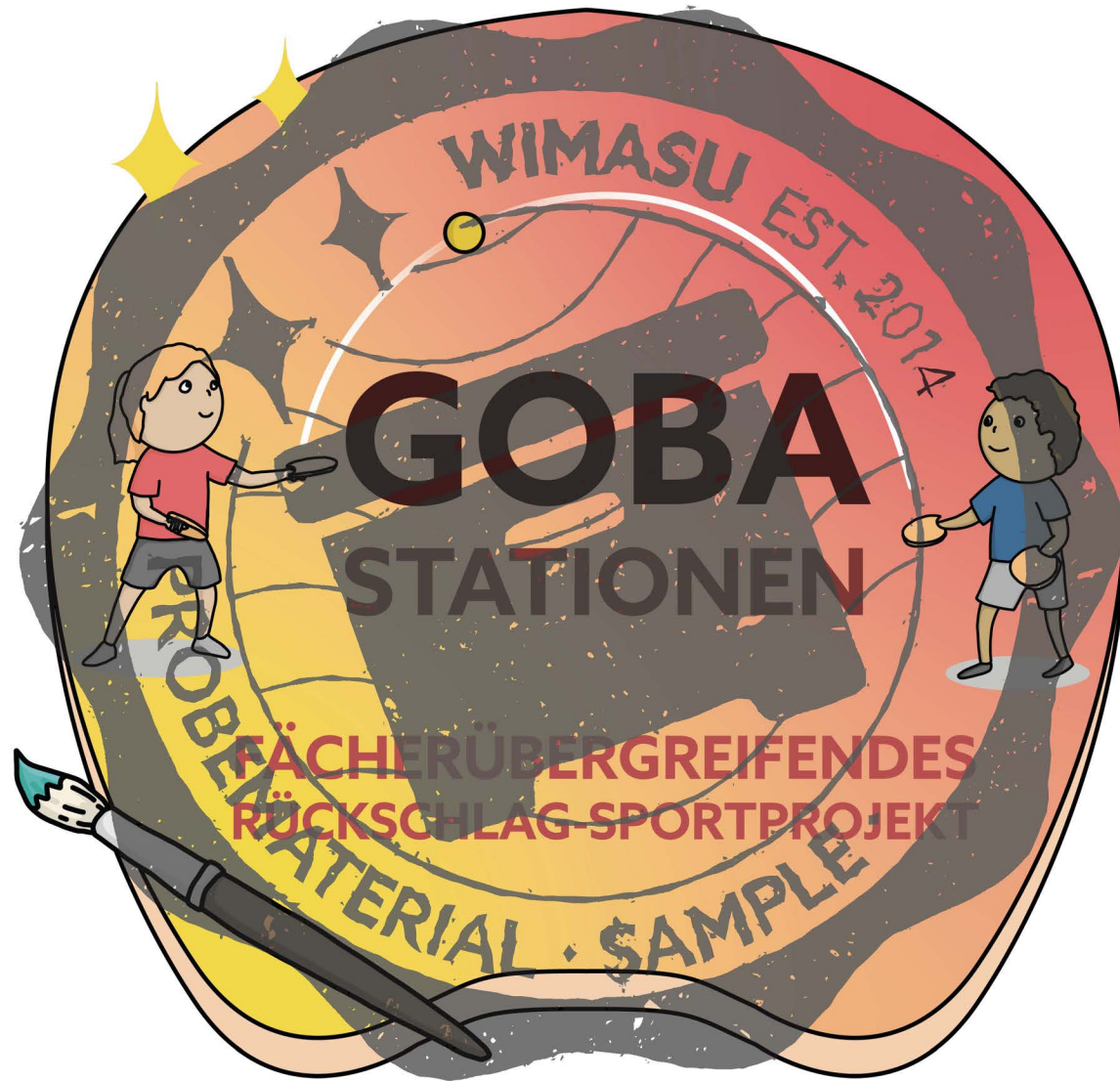
Mein Name:

WAS IST ZU TUN?

WIR GESTALTEN UNSEREN SCHLÄGER!

- 1 **Zeichnet ein Motiv auf den Schläger!**
Nicht zu kleine Flächen, da diese später mit dem Pinsel kaum auszumalen sind!
- 2 **Nicht mehr als 4 Farben!**
Sonst ist es zu schwierig und zu aufwändig auszumalen!
- 3 **Umrandet auf dem Holzschläger auf einer Seite eure Handfläche mit dem Bleistift und schreibt euren Namen dazu!**
Dabei ist es egal welche Hand ihr nehmt, da die Schläger beidhändig nutzbar sind!
- 4 **Übertragt das Bild mit dem Bleistift auf die andere Seite des Schlägers! (Ganz schwach zeichnen! Notfalls radieren!)**
- 5 **Nun könnt ihr das Motiv mit Abtönfarbe ausmalen!**
- 6 **Nur auf einer Seite malen!**
Auf der anderen wird später der Griff befestigt!





GOBA

DIFFERENZIERUNGSMÖGLICHKEITEN IM ALLGEMEINEN

BEWEGUNG:

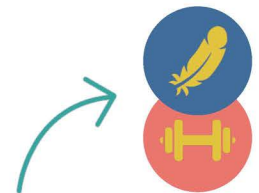
- Im Gehen / Laufen / auf einem Bein
- Im Rückwärtsgehen
- Hinsetzen und aufstehen
- Zwischendurch um die eigene Achse drehen
- Z. B. auf Zehenspitzen, Fersen, Hopselauf etc.
- Auf Linien laufen

VERSCHIEDENE BÄLLE:

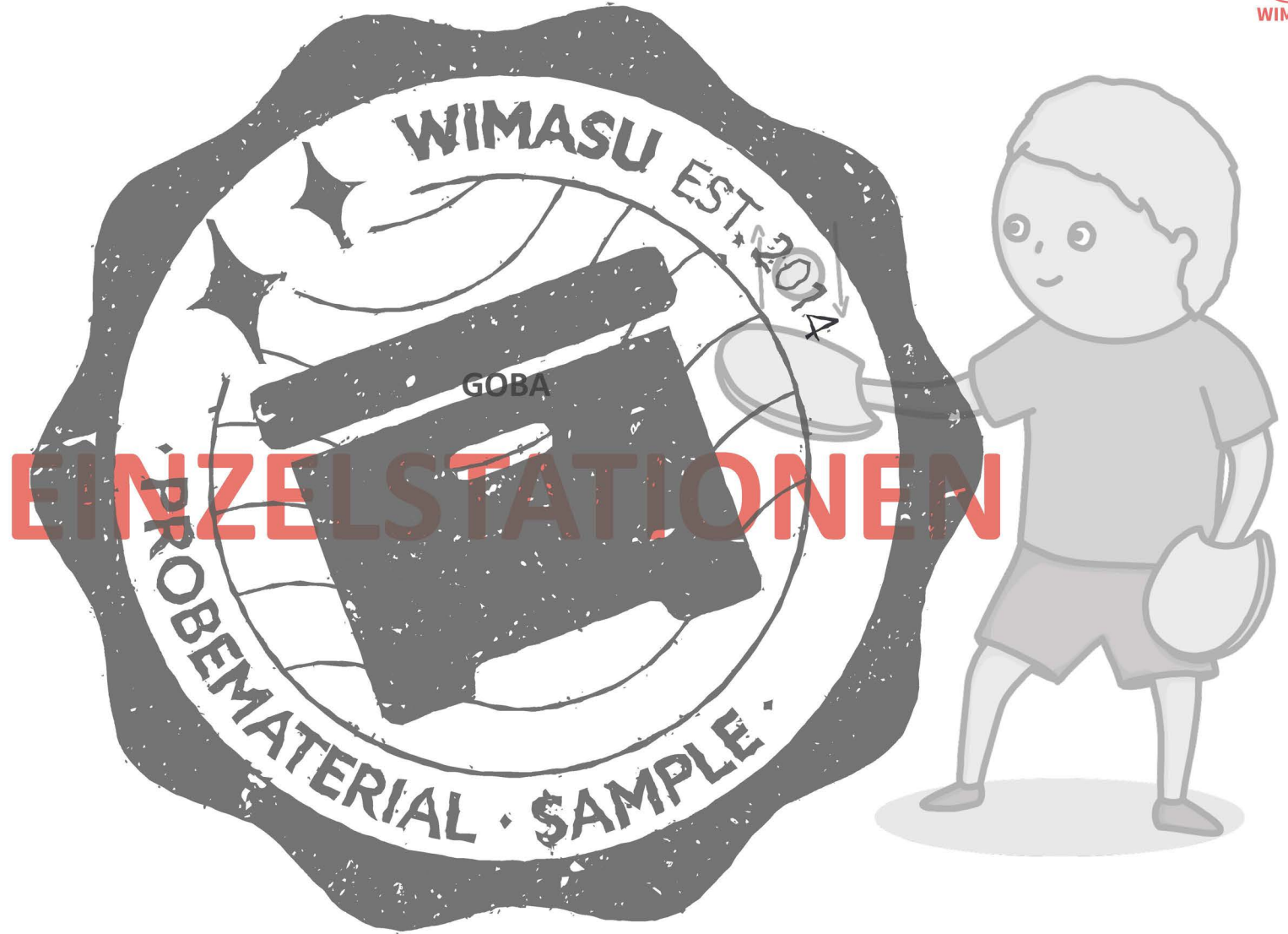
- Gummiball
- Flummi ([WIMASU-Flummis sind hier](#) erhältlich)
- Tennisball
- Tennislernball
- Luftballon
- Tenniselefantenhautball

PASSEN:

- Mit der schwächeren Hand spielen
- Ohne oder mit Bodenkontakt wieder zurückschlagen
- Entfernung während des Zuspiels vergrößern und verkleinern
- Hoch und tief zuspielen
- Position wechseln



BEI DEN EINZELSTATIONEN:
Hier gibt es Differenzierungs-
möglichkeiten zu den Übungen
auf den jeweiligen Rückseiten



GOBA – EINZELSTATIONEN

HOCHHALTEN



HOCHHALTEN

Versuche den Ball möglichst oft hochzuspielen, ohne dass dieser den Boden berührt.



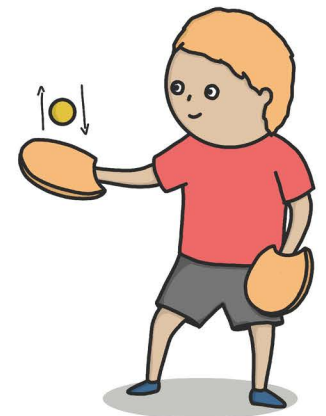
Leichter:

Spiele mit einem langsamen Ball z. B. Luftballon.



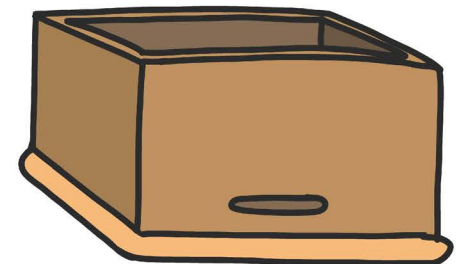
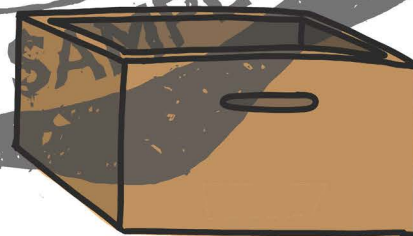
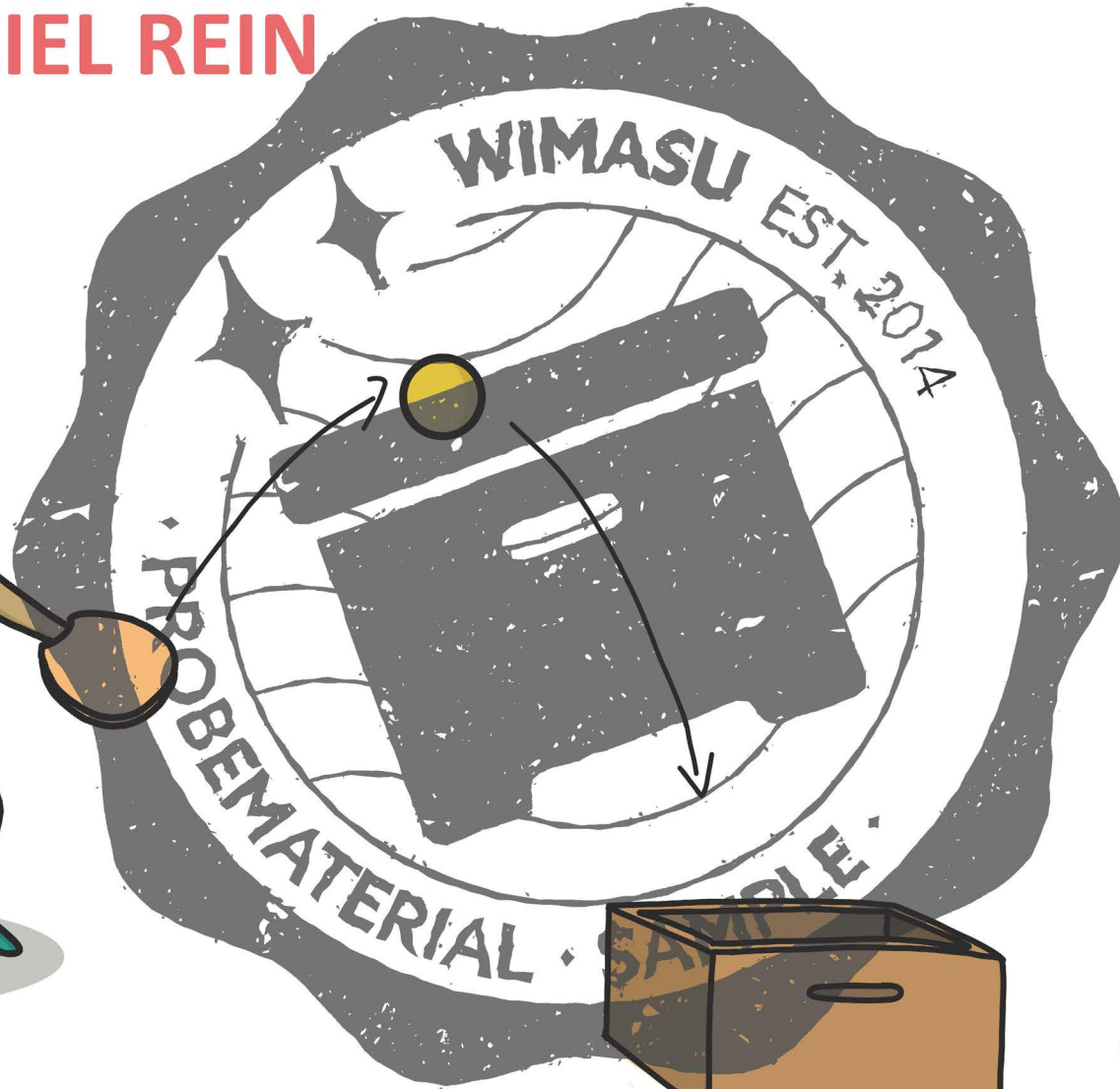
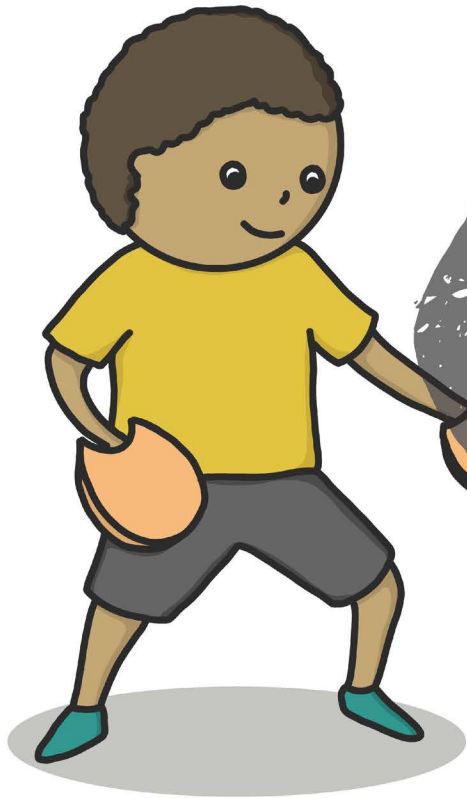
Schwerer:

Spiele mit deiner „schwächeren“ Hand.



GOBA – EINZELSTATIONEN

IN DAS ZIEL REIN



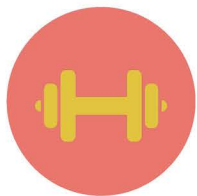
IN DAS ZIEL REIN

Versuche den Ball in die Kiste zu spielen.



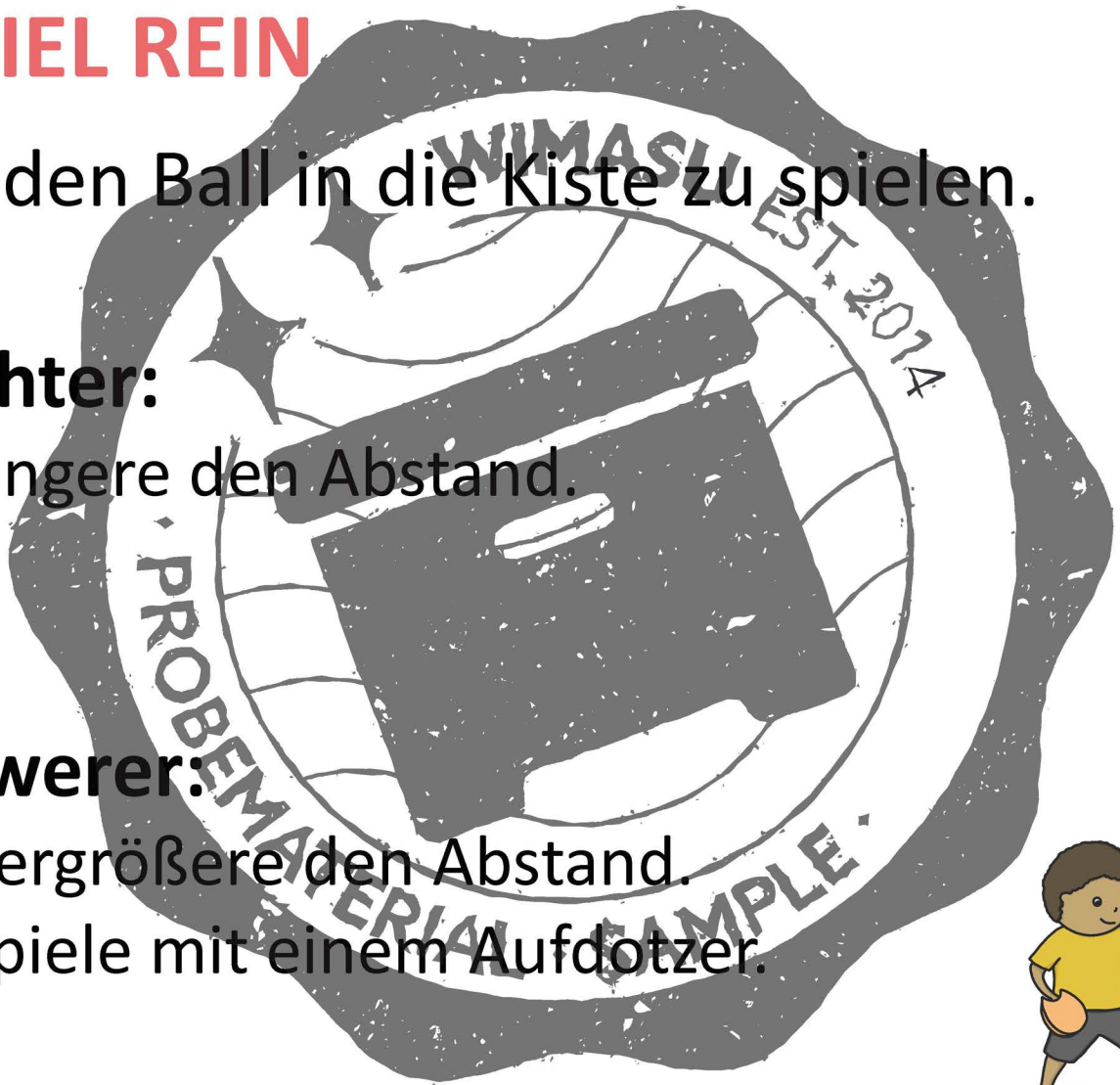
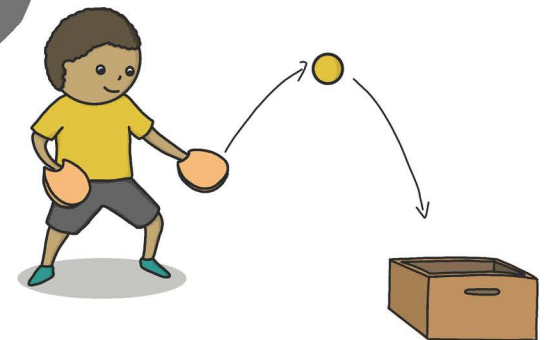
Leichter:

Verringere den Abstand.



Schwerer:

- Vergrößere den Abstand.
- Spiele mit einem Aufdotzer.



GOBA – EINZELSTATIONEN

GEGEN DIE WAND



GEGEN DIE WAND

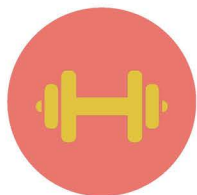
Versuche den Ball möglichst oft gegen die Wand zu spielen. Du kannst **direkt** spielen oder den Ball einmal **aufspringen lassen**.

© WIMASU



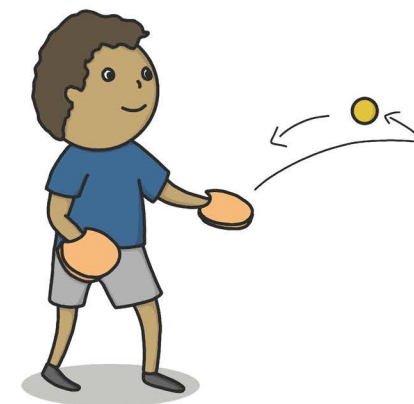
Leichter:

Verringere den Abstand zur Wand.



Schwerer:

- Vergrößere den Abstand zur Wand.
- Spiele mit deiner „schwächeren“ Hand.

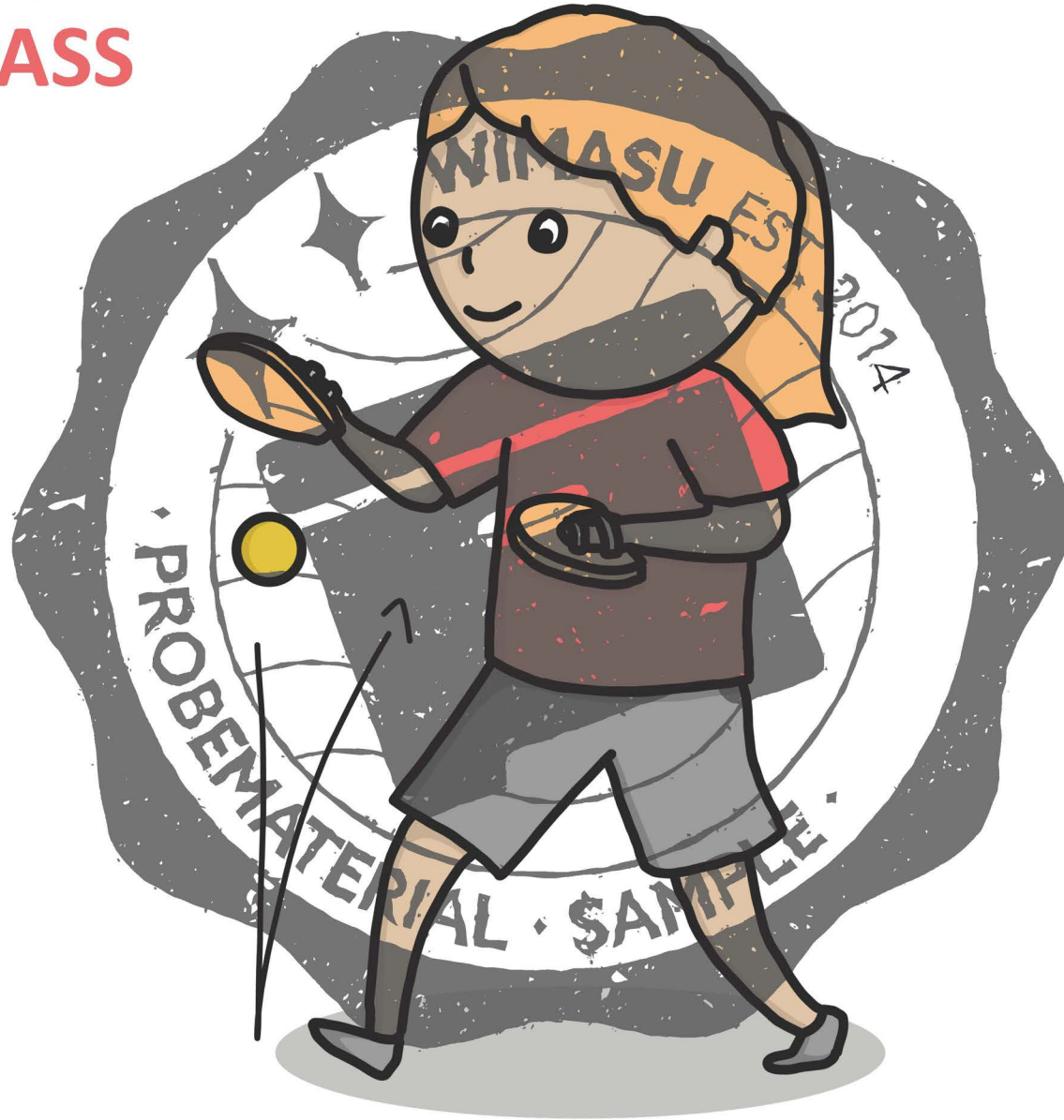


GOBA – EINZELSTATIONEN

AUFDOTZER



GOBA – EINZELSTATIONEN
BODENPASS



© WIMASU

GOBA – EINZELSTATIONEN

HIN & HER



GOBA – EINZELSTATIONEN

HOCH UND „FANGEN“

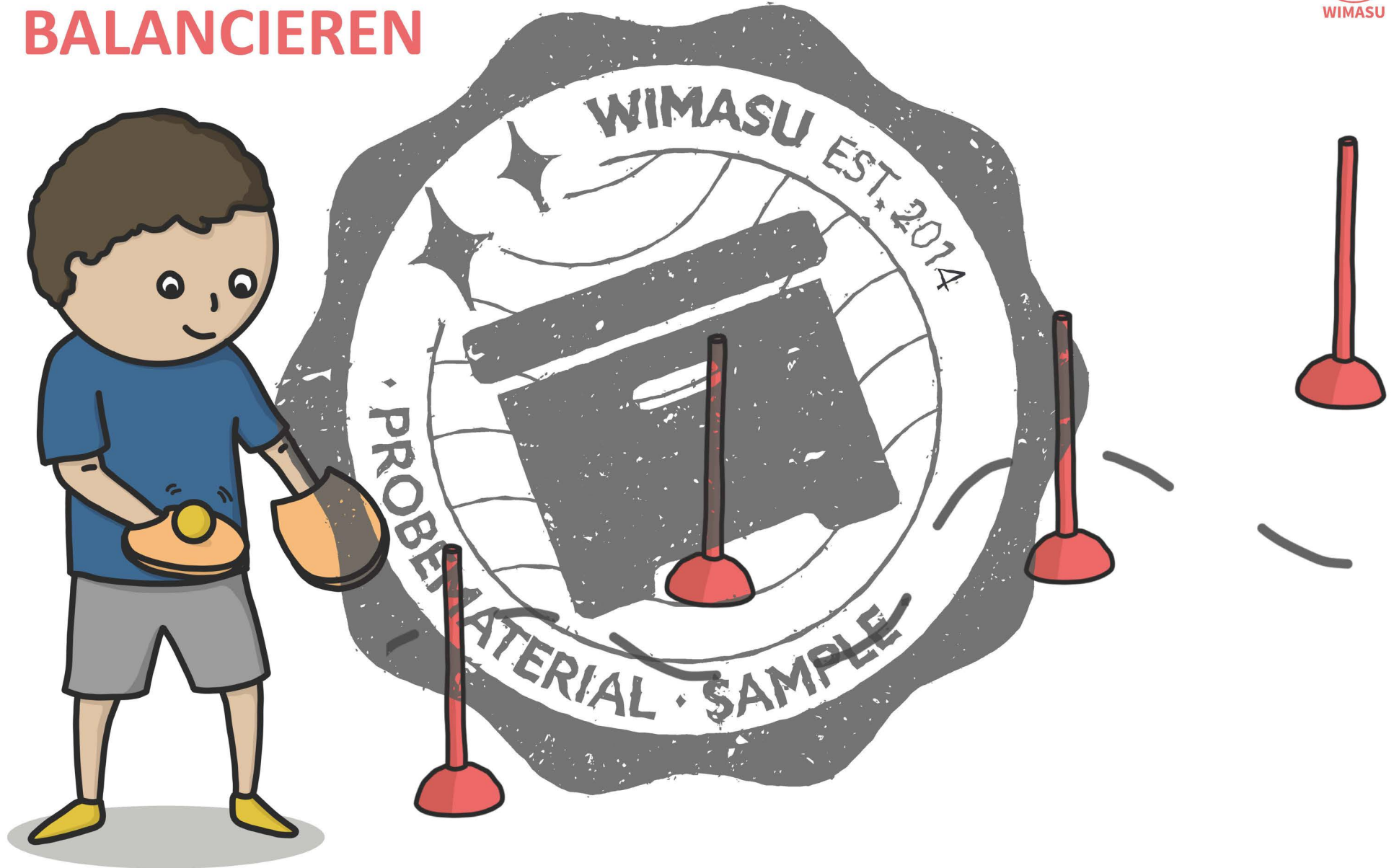


GOBA – EINZELSTATIONEN

BALANCIEREN



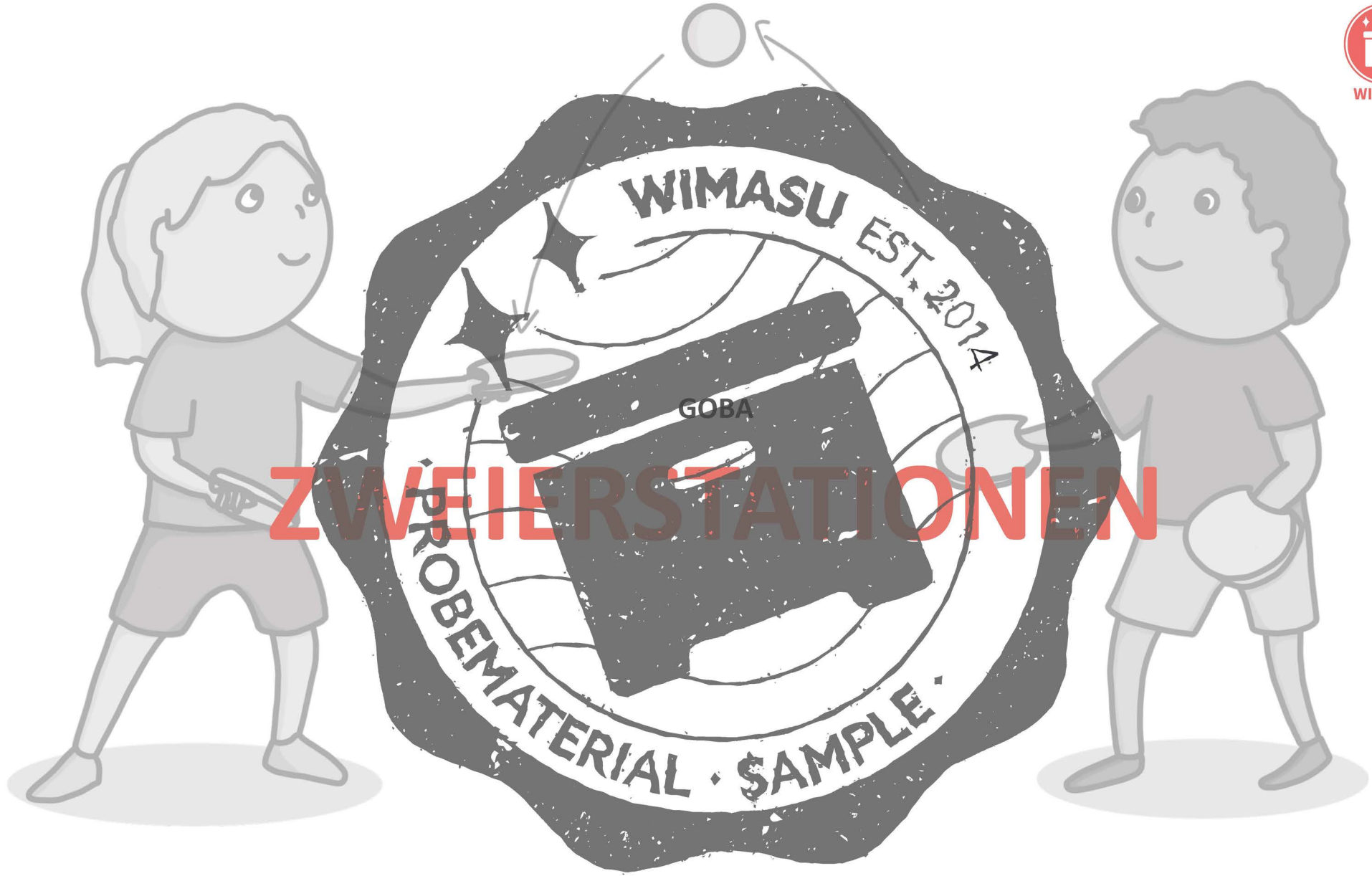
© WIMASU



GOBA – EINZELSTATIONEN

ZWEIER-BALANCE



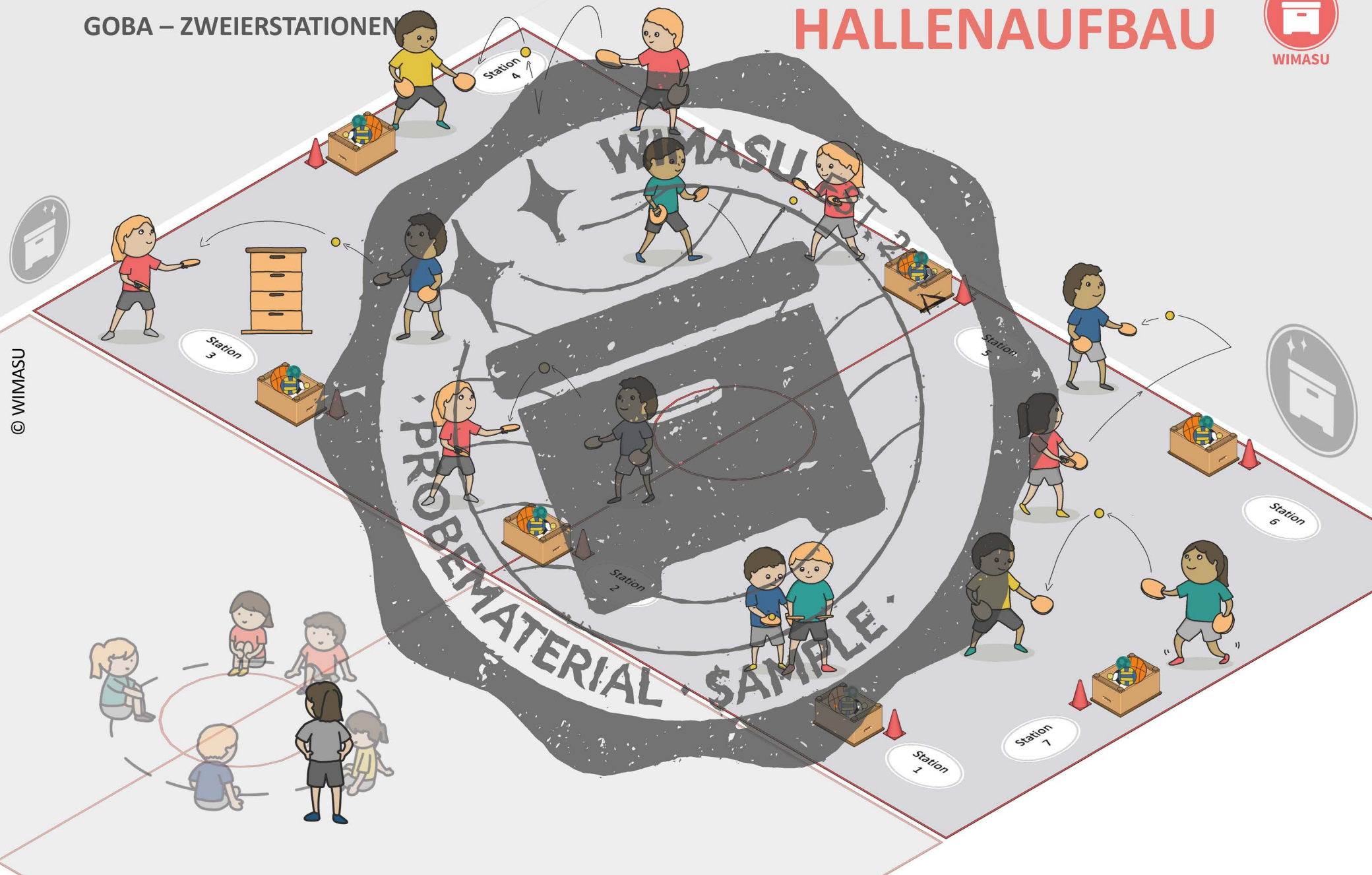


GOBA – ZWEIERSTATIONEN

HALLENAUFBAU



© WIMASU



GOBA – ZWEIERSTATIONEN

BALANCE-AKT



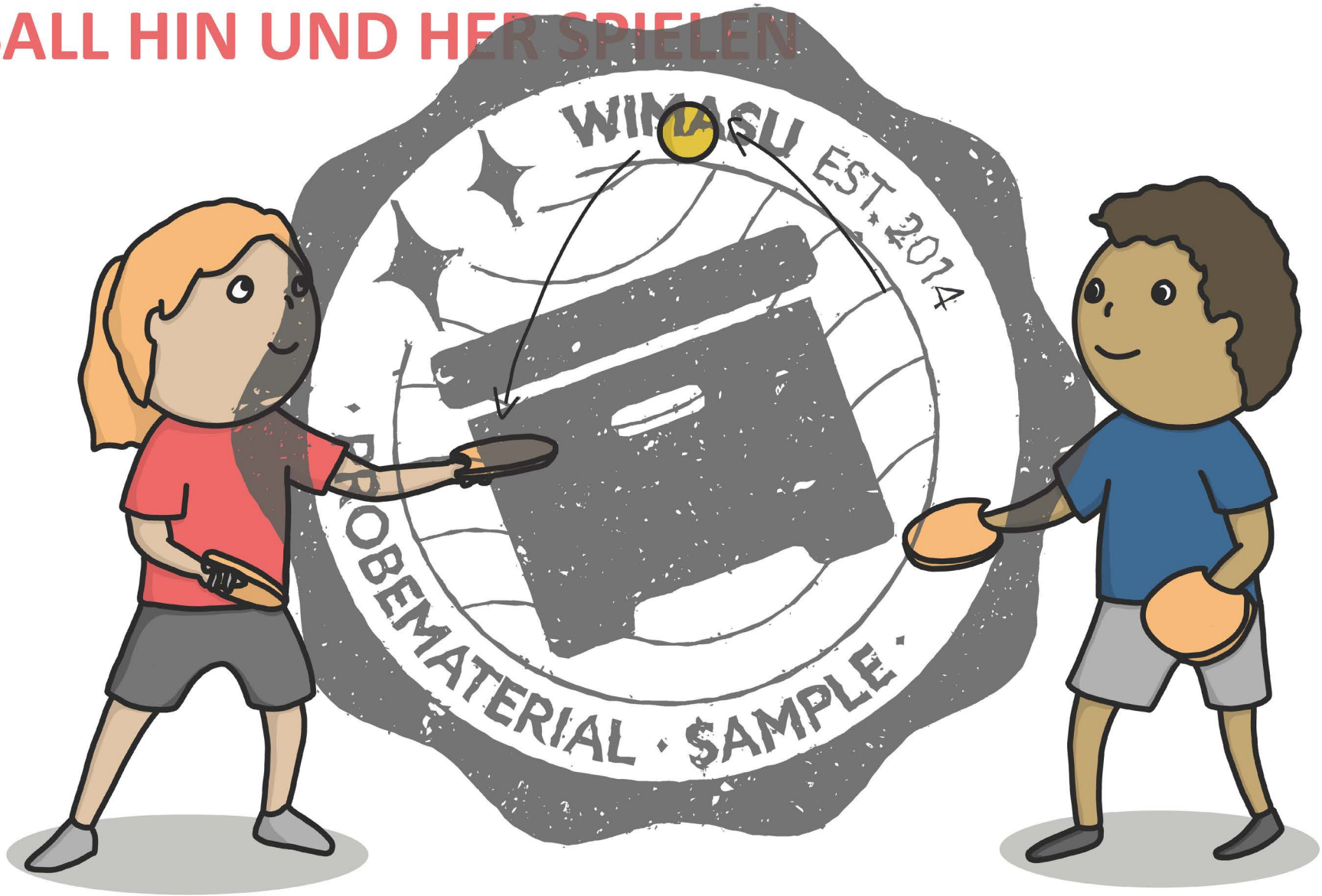
Übergebt euch den Ball.
Ggfs, mit zwei Bällen

Den Ball abwechselnd balancieren

(zu zweit zusammen und die Schläger ausleihen!)

GOBA – ZWEIERSTATIONEN

BALL HIN UND HER SPIELEN

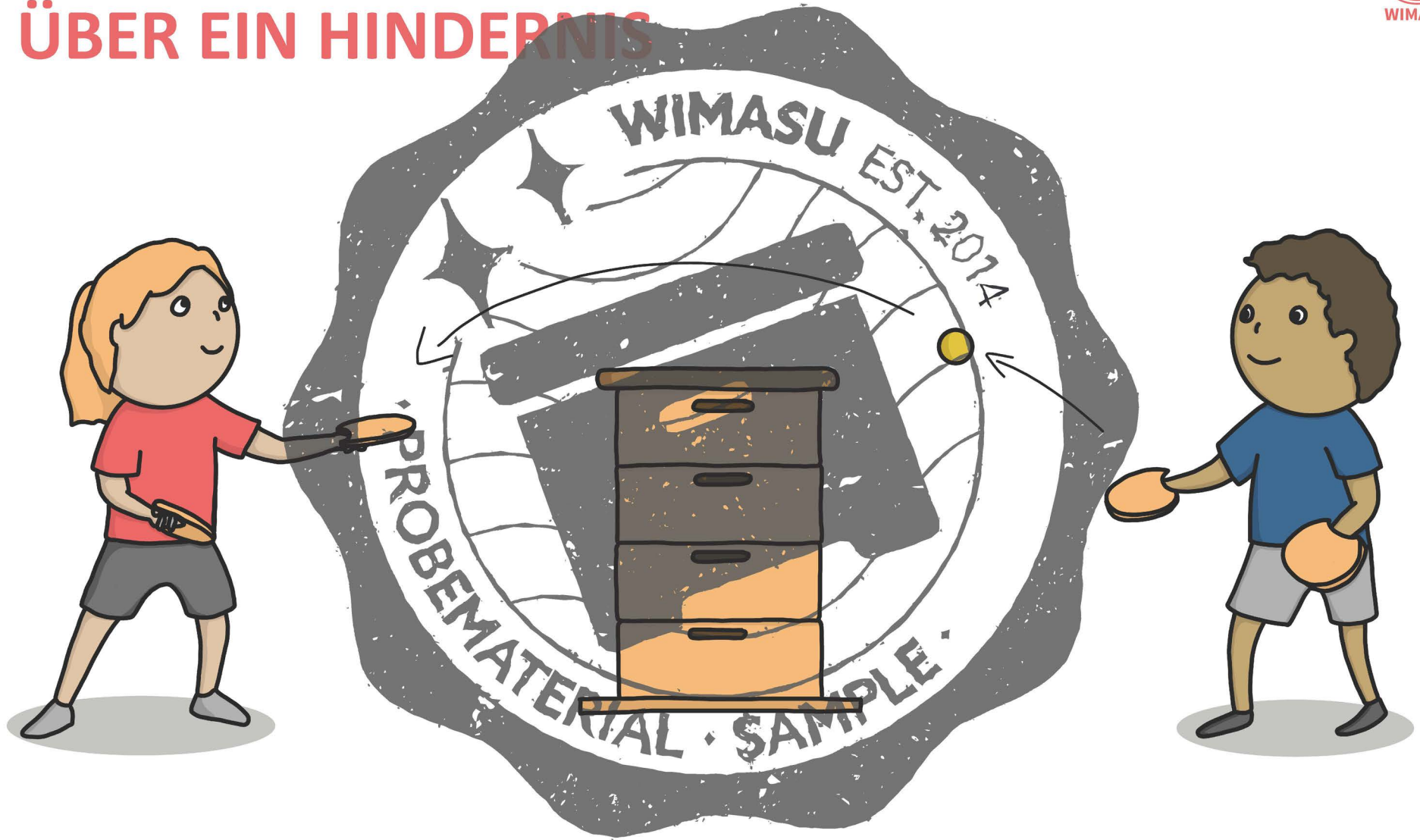


GOBA – ZWEIERSTATIONEN

ÜBER EIN HINDERNIS

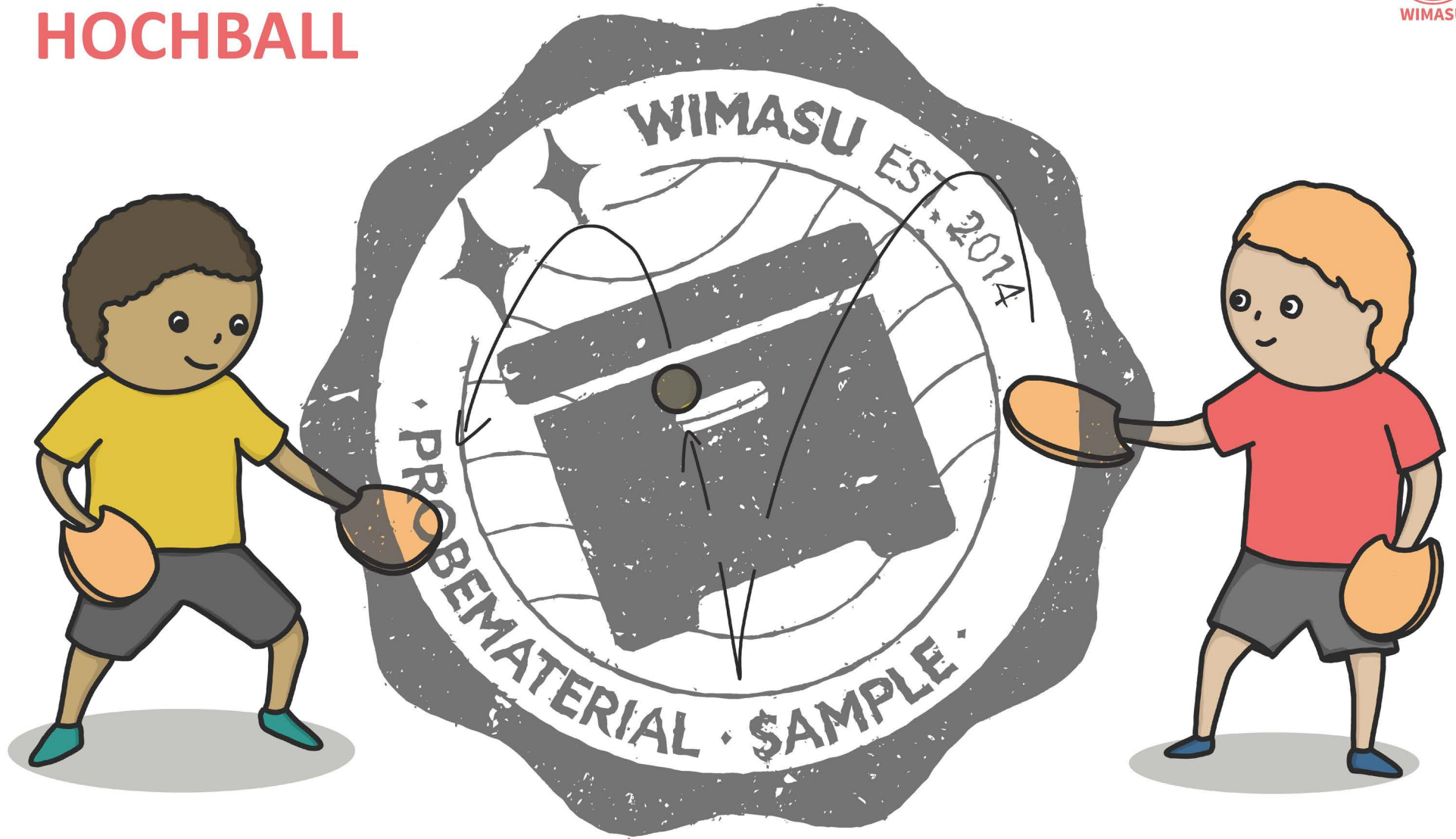


© WIMASU



GOBA – ZWEIERSTATIONEN

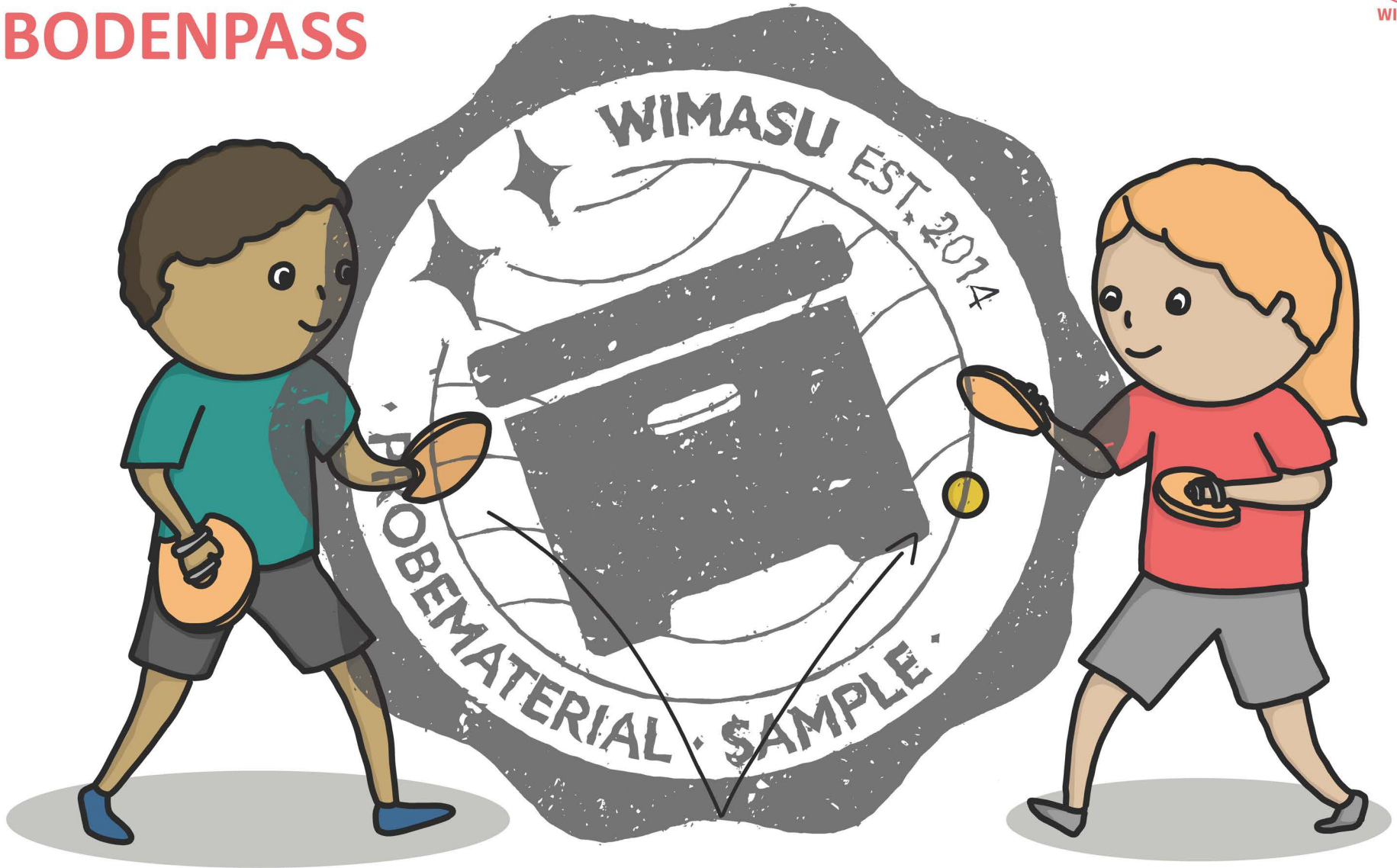
HOCHBALL



GOBA – ZWEIERSTATIONEN
BODENPASS

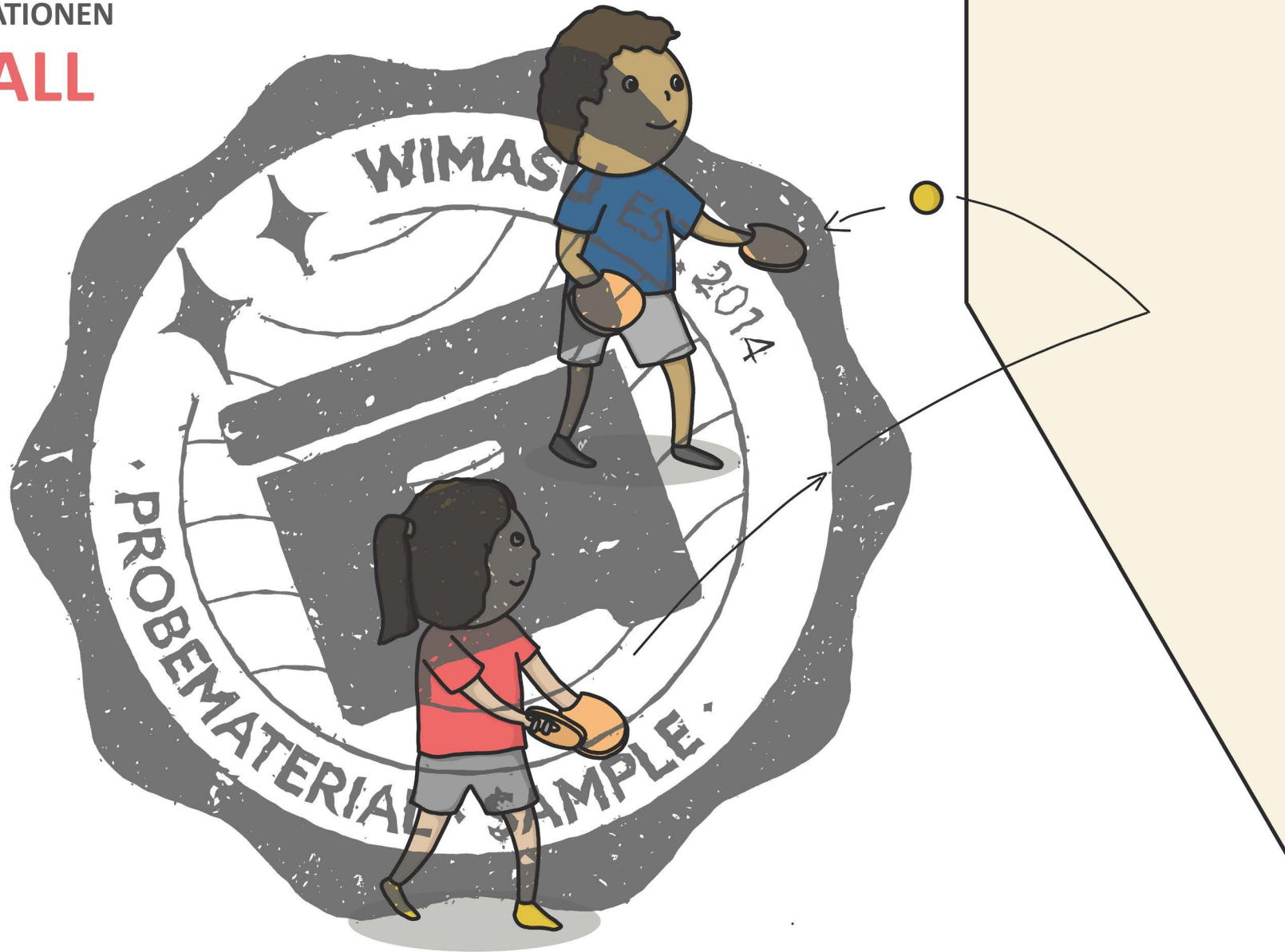


© WIMASU

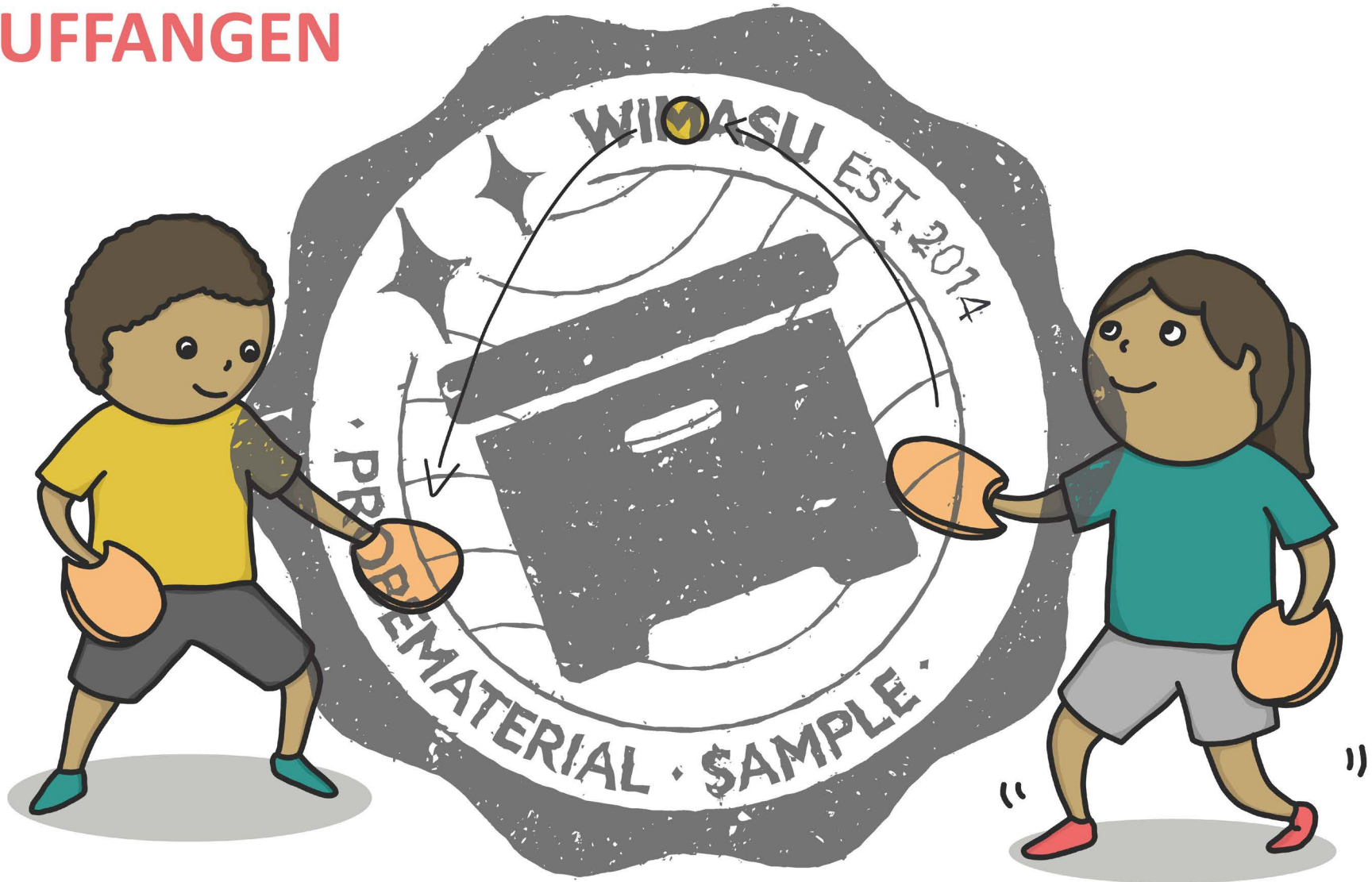


GOBA – ZWEIERSTATIONEN

WANDBALL



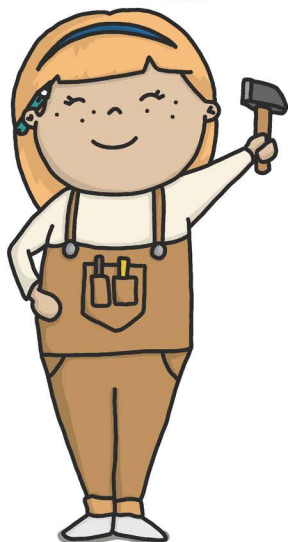
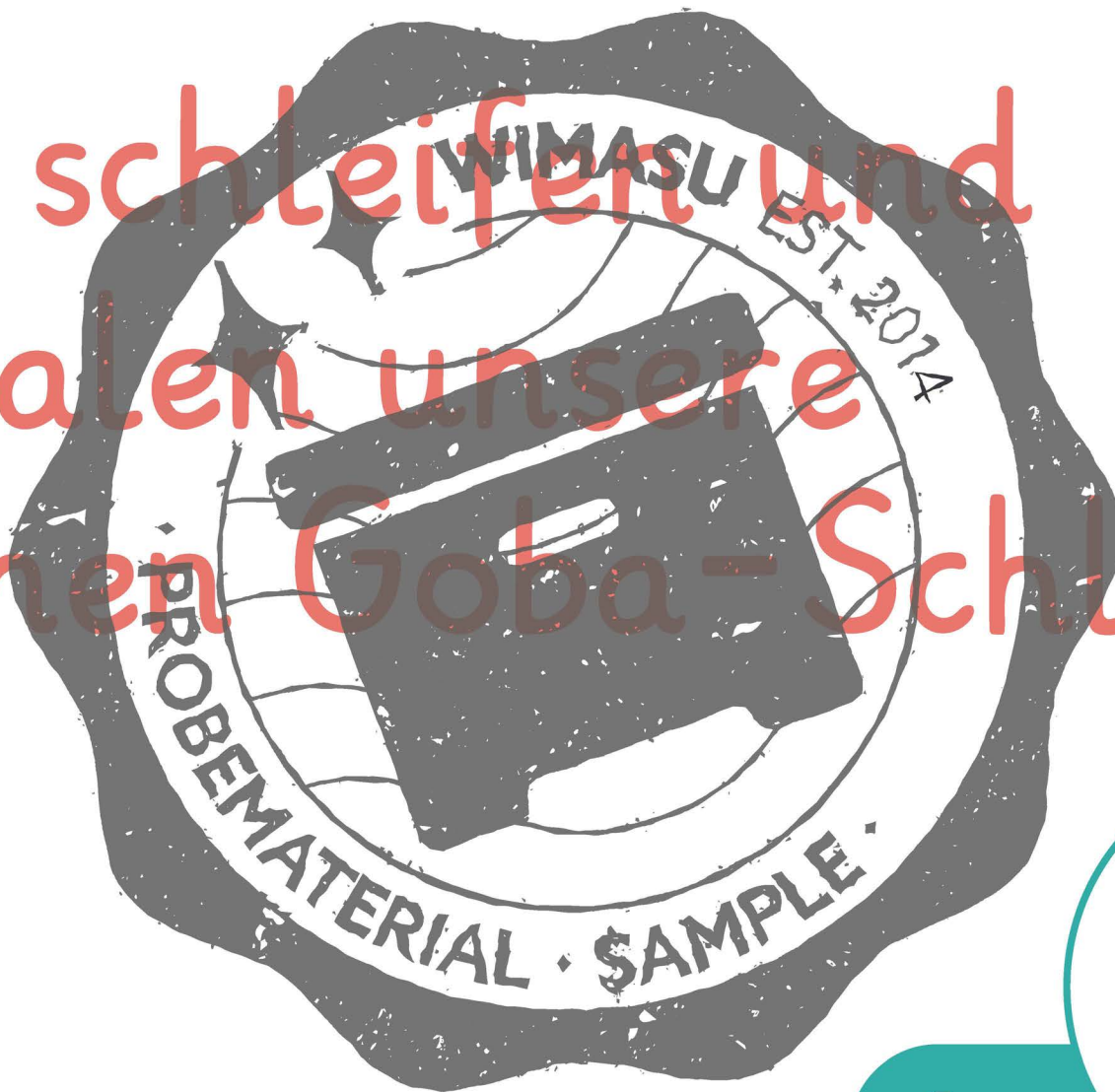
GOBA – ZWEIERSTATIONEN
AUFFANGEN



© WIMASU



Wir schleifen und bemalen unsere eigenen Goba-Schläger



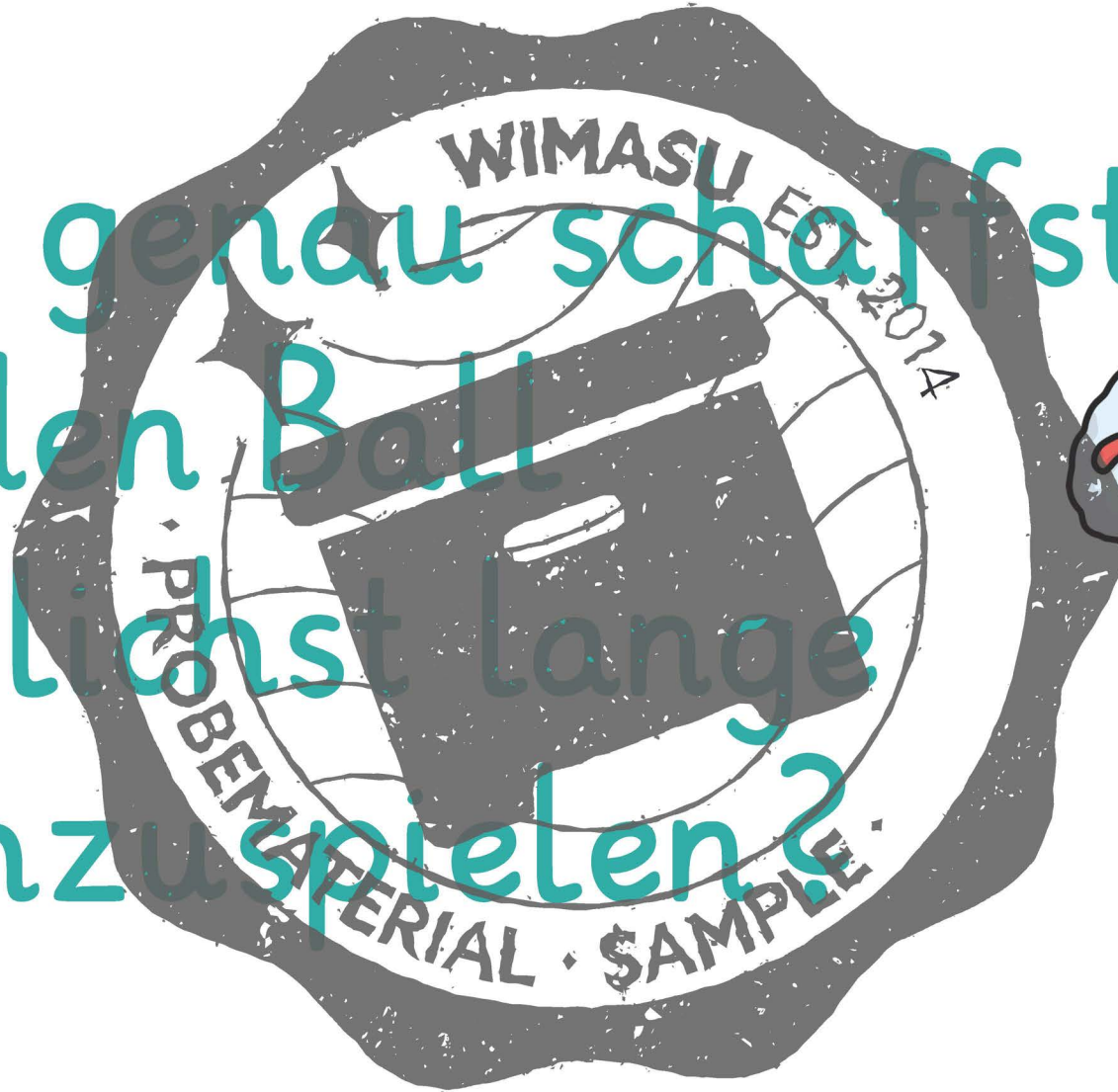
1

Im Fach:



Werken/Kunst

Wie genau schaffst du es, den Ball möglichst lange hoch zu spielen?



Wir spielen miteinander an Stationen



Wir entwickeln eigene Goba-Spiele in Kleingruppen

