

# BASEBALLS TOOLKIT

#PLAYEVERYWHERE



Übersetzt durch den  
Deutschen Baseball und  
Softball Verband e.V.

WBSC  
**Base  
Ball**™



## INHALT

---

|                                                                |           |
|----------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>WAS IST BASEBALL5</b>                                       | <b>2</b>  |
| EINFÜHRUNG                                                     | 2         |
| KURZE GESCHICHTE                                               | 2         |
| WORLD BASEBALL SOFTBALL CONFEDERATION                          | 2         |
| <b>WAS IST QUALITATIV HOCHWERTIGER SPORTUNTERRICHT (QPE) 3</b> | <b>3</b>  |
| EINFÜHRUNG IN QPE                                              | 3         |
| VORTEILE                                                       | 4         |
| DIE PERFEKTE QPE-AKTIVITÄT                                     | 4         |
| QUELLEN UND NÜTZLICHE DOKUMENTE                                | 4         |
| <b>BASEBALL5-INTEGRATIONSTOOLKIT</b>                           | <b>5</b>  |
| BASEBALL5 IM SPORTUNTERRICHT                                   | 5         |
| VORTEILE VON BASEBALL5                                         | 12        |
| AKTIVITÄTEN STARTEN                                            | 14        |
| STARTSPIEL #1 (WERFEN UND LAUFEN)                              | 16        |
| STARTSPIEL #2 (BALLWURF)                                       | 18        |
| STARTSPIEL #3 (BALLRÜCKGEWINNUNG MIT SICHERER BASE)            | 20        |
| IDEALE BASEBALL5-AKTIVITÄT                                     | 22        |
| OFFIZIELLE BASEBALL5-DOKUMENTE                                 | 22        |
| OFFIZIELLES BASEBALL5-FELD                                     | 23        |
| PHASE 1 (FANGEN)                                               | 26        |
| PHASE #2 (STOP & GO)                                           | 29        |
| PHASE #3 (BASEBALL5 SPIEL)                                     | 31        |
| <b>ÜBUNGSKARTEN</b>                                            | <b>36</b> |
| WIE MAN SIE LIEST UND VERWENDET                                | 36        |
| GLOSSAR                                                        | 36        |
| <b>APPENDIX</b>                                                | <b>58</b> |
| ERGÄNZENDE DOKUMENTE                                           | 58        |
| <b>DANKSAGUNGEN</b>                                            | <b>60</b> |

## WAS IST BASEBALL5

---

### Einführung

Baseball5 oder B5 ist eine urbane Version der klassischen Spiele Baseball und Softball. Es handelt sich um eine schnelle, junge und dynamische Disziplin, die denselben Grundprinzipien folgt wie die übergeordneten Disziplinen. Baseball5 kann überall gespielt werden und erfordert nur einen Gummiball. Baseball5 entstand aus dem Wunsch, Baseball und Softball leichter zugänglich zu machen und dabei die Einzigartigkeit des Spiels zu bewahren, während alle ursprünglichen strukturellen Komplexitäten beseitigt werden. Baseball5 ist eine gemischtgeschlechtliche Mannschaftssportart, bei der jede Mannschaft aus 5 Spielern (+Reserven) besteht. Je nach Wettbewerbsformat kann ein Spiel zwischen 20 und 60 Minuten dauern. Die Disziplin kann wie folgt charakterisiert werden: zugänglich, nachhaltig, urban, jugendorientiert, inklusiv und sofortiger Spaß.

### Kurze Geschichte

Baseball5 wurde 2017 vom WBSC ins Leben gerufen und hat innerhalb der ersten 12 Monate ein weltweites Publikum von Amerika bis Asien erreicht. Mehrere große internationale Veranstaltungen, wie die Olympischen Jugendspiele in Buenos Aires 2018 und die Olympischen und Paralympischen Spiele in Tokio 2020, haben die Disziplin vorgestellt und Teilnehmer angezogen. Im Jahr 2019 wurde Baseball5 vom WBSC und dem Hohen Flüchtlingskommissar der Vereinten Nationen (UNHCR) eingesetzt, um die Gleichstellung der Geschlechter im Flüchtlingslager Zaatari in Jordanien zu fördern. Das internationale Wachstum des Sports, die steigende Beteiligung und die weltweite Aufmerksamkeit führten dazu, dass Baseball5 als Medaillenwettbewerb für die Olympischen Jugendspiele 2026 in Dakar aufgenommen wurde. Ab 2021 wird Baseball5 in fast 100 Ländern weltweit gespielt.

### World Baseball Softball Confederation

Die World Baseball Softball Confederation (WBSC) mit Hauptsitz in Pully, Schweiz, ist der internationale Dachverband für Baseball und Softball. Dem WBSC gehören 198 nationale Verbände und 12 assoziierte Mitglieder in 138 Ländern und Gebieten in Asien, Afrika, Nord- und Südamerika, Europa und Ozeanien an, die eine vereinte Baseball-/Softball-Sportbewegung repräsentieren, die über 65 Millionen Athleten umfasst und jährlich etwa 150 Millionen Fans in die Stadien weltweit lockt. Das WBSC erfüllt die höchsten Governance- und Sicherheitsstandards und verfügt über ein internes [Integritätsreferat](#) und die dazugehörige externe Kommission, die alle Beteiligten unterstützt.

Zu den Aufgaben des WBSC gehört es, alle internationalen Wettbewerbe mit Beteiligung von Nationalmannschaften zu regeln. Unter anderem beaufsichtigt das WBSC die Premier12, die World Baseball Classic, Baseball World Cups und Softball World Cups. Darüber hinaus ist das WBSC für andere Disziplinen wie Baseball5 und eSports sowie für Baseball-, Softball- und Baseball5-Wettbewerbe bei den Olympischen Spielen zuständig.

## WAS IST QUALITATIV HOCHWERTIGER SPORTUNTERRICHT (QPE)

### Einführung in QPE

Im Gegensatz zu traditionellen Sportunterrichtsprogrammen, die einen "Einheitsansatz" verfolgen, basiert der Qualitätssportunterricht (QPE) auf der Chancengleichheit für alle Schüler und Schülerinnen beim Zugang zu einem ausgewogenen und integrativen Lehrplan. QPE unterstützt den Erwerb psychomotorischer, sozialer und emotionaler Fähigkeiten, die selbstbewusste und widerstandsfähige Bürger ausmachen. Darüber hinaus wird der Wert der körperlichen Kompetenz als wichtiger Meilenstein in der Entwicklung hervorgehoben, der zu Körperbewusstsein, körperlicher Kompetenz und Freude an lebenslanger körperlicher Aktivität beiträgt.

Hauptziele des QPE-Projekts:

- Förderung der breit angelegten sozialen und entwicklungspolitischen Aktivitäten von QPE
- psychische Leistungen
- Praktische Unterstützung von Regierungen bei der Gestaltung und Umsetzung einer integrativen QPE-Politik
- Entwicklung kognitiver und nicht-kognitiver Fähigkeiten durch Sportunterricht, um Kinder zu körperlich gebildeten und zukünftigen, gut ausgebildeten Bürgern zu machen.

Nachhaltige Entwicklung beginnt mit aktiven, gesunden und körperlich engagierten Bürgern. Die Bedeutung einer guten Gesundheit und die Unzulänglichkeiten der bestehenden Gesundheitsinfrastrukturen wurden durch die COVID-Pandemie deutlich. Die Beseitigung von Gesundheitslücken ist für die Wiederaufbaubemühungen von entscheidender Bedeutung. Schulen sind ein natürlicher Ansatzpunkt für die Veränderung von Verhaltensweisen im Zusammenhang mit einer gesunden Lebensweise und integrativen Praktiken. Daher sollten Investitionen in ein innovatives und integriertes Angebot an Bildung, Bewegung und gesunder Ernährung auch als Schlüsselkomponenten für die Bemühungen um eine Erholung betrachtet werden. Im Jahr 2020 hat COVID 19 Ihr Leben auf tiefgreifende und unzählige Weise verändert. Daher ist es von entscheidender Bedeutung, dass Ihre Stimmen beim "Wiederaufbau" nach dem COVID berücksichtigt werden, insbesondere bei der Entwicklung robuster politischer Rahmenwerke. Durch Ihr Engagement in der Politikberatung und -entwicklung werden Sie in der Lage sein, mehr Nachhaltigkeit für Ihre Arbeit zu erreichen und sicherzustellen, dass unsere "neue Normalität" für Ihre Wählerschaft sinnvoll ist. QPE unterscheidet sich vom Sportunterricht. Entscheidende Unterscheidungsmerkmale sind vor allem die Häufigkeit, die Vielfalt, die Inklusivität und die Bedeutung oder der Wert des Inhalts. QPE legt den Schwerpunkt auf das Lernen unter Gleichaltrigen und die Entwicklung von Fähigkeiten.

## Vorteile

Investitionen in QPE unterstützen Schüler bei der Entwicklung der körperlichen, sozialen und emotionalen Fähigkeiten, die gesunde, widerstandsfähige und sozial verantwortliche Bürger ausmachen. Einen klaren Überblick über die Werte und Grundsätze finden Sie in der von der UNESCO entwickelten [Infografik zu QPE](#). QPE zielt darauf ab, einen integrativen Ansatz (Gleichstellung der Geschlechter, Schüler mit Behinderungen, Minderheiten usw.) in einen flexiblen und anpassungsfähigen Lehrplan zu integrieren, um allen Lernenden ungeachtet ihrer Talente oder Fähigkeiten die Möglichkeit zu geben, ihr Potenzial zu entfalten und ihre körperlichen Kompetenzen zu verbessern, wodurch die Fähigkeiten, die jeder Teilnehmer erwirbt, erheblich erweitert werden.

## Die perfekte QPE-Aktivität

Baseball5 weist die meisten QPE-Prinzipien auf. In der Tat ist es sowohl eine spielerische Aktivität, die darauf abzielt, die Motivationen des Schülers zu befriedigen, und somit zur Entwicklung seiner Persönlichkeit beiträgt, als auch eine motorische Übung, die durch einige Wettbewerbskomponenten gekennzeichnet ist, die entsprechend dem physiologischen, motorischen und psychologischen Entwicklungsstand des Einzelnen dosiert sind.

## Quellen und nützliche Dokumente

Zusammen mit den ergänzenden Dokumenten ([siehe Anhang](#)) können diese Dokumente die Integration von Baseball5 als Kernaktivität fördern.

| Titel des Dokuments                                                                                                                | Link                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| "Argumente für die Entwicklung einer inklusiven, hochwertigen Sportpolitik: A Policy Brief"                                        | <a href="#">LINK</a> |
| "Qualitätssportunterricht (QPE) - Leitlinien für politische Entscheidungsträger"                                                   | <a href="#">LINK</a> |
| Projekt "Qualitätssportunterricht: Analyse von Prozess, Inhalt und Wirkung"                                                        | <a href="#">LINK</a> |
| "Wie man die Entwicklung einer hochwertigen Sportunterrichtspolitik beeinflusst: Ein politisches Advocacy-Toolkit für Jugendliche" | <a href="#">LINK</a> |
| "Vorteile eines hochwertigen Sportunterrichts (QPE)" (Video)                                                                       | <a href="#">LINK</a> |
| Infografik "Förderung der Qualität des Sportunterrichts"                                                                           | <a href="#">LINK</a> |
| "Website zur Förderung der Qualität des Sportunterrichts"                                                                          | <a href="#">LINK</a> |
| Die World Baseball Confederation besitzt keine Rechte an den oben genannten Dokumenten.                                            |                      |

## BASEBALL5-INTEGRATIONSTOOLKIT

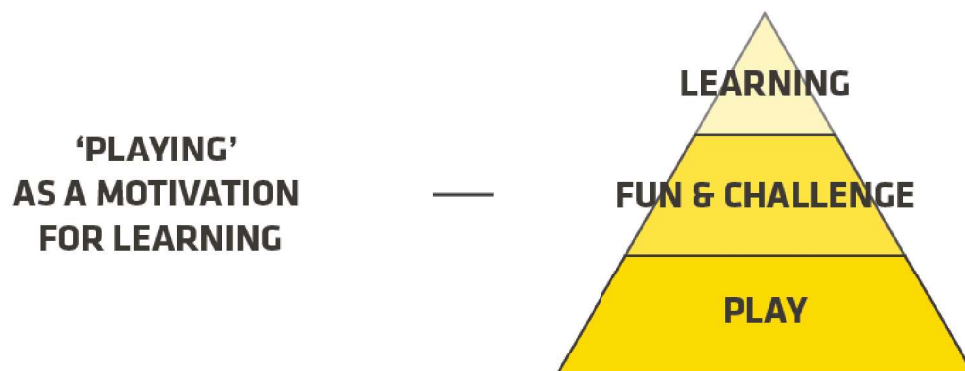
### Baseball5 im Sportunterricht

Studenten und insbesondere Schulkinder zeigen eine große Bereitschaft, motorische Fähigkeiten zu erlernen, was auch als "goldenes Zeitalter des Antriebs" bezeichnet wird. In diesem Stadium sind die Systeme und Apparate, die an der Kontrolle und Ausführung der verschiedenen Bewegungen beteiligt sind, einem bedeutenden Entwicklungsprozess unterworfen. Dies versetzt die Schüler in die ideale Lage, neue und komplexere Bewegungen zu erlernen, da die kognitiven Prozesse bereits in der Lage sind, sowohl äußere als auch innere Informationen wahrzunehmen, die die Grundlage für die Ausführung effektiver Bewegungen bilden. In jungen Jahren ist es einfacher, Bewegungen zu erlernen und zu perfektionieren, die der auszuführenden Aufgabe und der Situation, in der die Bewegung ausgeführt werden soll, angemessen sind.

Die Entwicklung und Verbesserung der motorischen Fähigkeiten erfordert von einigen Schülern die Fähigkeit, die unterschiedlichsten Arten von Informationen zu empfangen und zu verarbeiten: von visuellen zu akustischen und/oder von taktilen zu propriozeptiven Übungen.

Diese Arten von Informationen sind sowohl für das Verständnis der Merkmale der geforderten Handlung als auch für die Vertiefung der Verarbeitungs- und Antizipationsfähigkeiten des Einzelnen von Vorteil. Es ist daher notwendig, dass die Schüler angeleitet werden, die ihnen zur Verfügung gestellten Informationen zu unterscheiden und zu behalten. Sie müssen in der Lage sein, bei zunehmender Strenge mit Präzision zu arbeiten und sich unabhängig zu bewegen, indem sie Verhaltensweisen integrieren, die durch Antizipation und Initiative gekennzeichnet sind.

Es ist von entscheidender Bedeutung, dass die Schüler in dieser hochsensiblen Phase stimuliert werden und dass sie einer Vielzahl von Stressfaktoren (z. B. psychophysischer, kognitiver oder affektiv-sozialer Art) ausgesetzt werden, um ihnen das Erlernen von Neigungen zu erleichtern.



Gleichzeitig leben die Schüler im Grundschulalter mit einem unbändigen Bedürfnis zu spielen. Das Spiel ist der Auslöser für eine primäre Motivation zur Bewegung: Nur durch das Spiel befriedigt das Individuum den Wunsch, den Antrieb und das Interesse an der Bewegung, und vor allem durch letzteres verbindet sich das Individuum mit sich selbst und mit der Umwelt.

Seit der Kindheit ist das Spiel eine grundlegende Aktivität für den Menschen: Durch das Spiel gelingt es ihm, die Veränderungen der Umwelt zu verstehen und zu kontrollieren, indem er nach und nach die Probleme löst, die bei seiner Erkundung auftreten, und so die motorische Erfahrung insgesamt bereichert. Auf ganz natürliche Weise eignen sich Mädchen und Jungen beim Spielen auch die so genannten Grundfähigkeiten (Gehen, Laufen, Springen, Rollen, Klettern, Werfen, Greifen) an. Beim Spielen werden verschiedene sportmotorische Fähigkeiten entwickelt und stellen somit die Grundlagen der Sportdisziplinen dar.

All dies wird nun durch eine bedeutende wissenschaftliche Produktion unterstützt, die aufzeigt, wie eine angemessene motorische Aktivität in der Kindheit Vorteile in Bezug auf die persönliche Entwicklung der jungen Sportler bringt. Es liegt auf der Hand, dass eine korrekte und angemessene sportliche Betätigung für die Verbesserung des Muskelsystems, die Entwicklung des kardiorespiratorischen Systems und die Gewichtskontrolle von wesentlicher Bedeutung ist, was zu einer größeren Effizienz aller physiologischen Systeme und Apparate führt.

Körperliche Aktivität bekämpft Stoffwechselkrankheiten wie Übergewicht und Fettleibigkeit, beugt Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems und der Atemwege vor, stärkt das Sehnen-Muskel-System und beugt auch psychischen Erkrankungen wie Depressionen und Angstzuständen vor. Darüber hinaus verbessert die Bewegung die logisch-mathematischen kognitiven Fähigkeiten sowie die Fähigkeiten in Bezug auf Lernen, Lesen und Schreiben. Motorische Aktivität führt zu einer Verbesserung des Aufmerksamkeitsspann und der Gedächtnisleistung, was letztendlich zu einer Verbesserung der schulischen Leistungen der jungen Teilnehmer führt.

Körperliche Betätigung führt auch zu Verbesserungen in anderen wichtigen Bereichen, z. B. gewöhnt sie junge Menschen an ein systematisches Engagement, sie fördert den Respekt vor Regeln und Gegnern, sie lässt sie extreme Dimensionen wie Sieg und Niederlage erleben, indem sie den jungen Menschen vor Herausforderungen und zu erreichende Ziele stellt. All dies steigert das Selbstwertgefühl und die Selbstwirksamkeit und verbessert die sozialen Beziehungen zu anderen.

Körperliche Aktivität scheint das beste Instrument für junge Menschen zu sein, um ihr Potenzial in Bezug auf die so genannten Soft Skills zu entwickeln, die nicht nur für Sporttreibende, sondern auch für das Leben im Allgemeinen sehr wichtig sind: Wissen, wie man Entscheidungen trifft, Verantwortung übernimmt, Zeitmanagement, effizientere Kommunikation, Kontrolle von Emotionen und Stress usw. All dies kann nur geschehen, wenn die vorgeschlagene motorische Aktivität bestimmte Merkmale aufweist und unter bestimmten Bedingungen durchgeführt wird.

Die vorgeschlagene Aktivität, Baseball5, weist die genannten Merkmale auf, da sie vom Konzept des "absichtlichen Spiels" inspiriert ist. Dieses Konzept ist ein wesentliches Instrument für den Aufbau einer soliden Basis intrinsischer Motivation, die für das Erreichen wichtiger sportlicher Ergebnisse, für kontinuierliches Üben und für das Engagement im Sport nützlich ist (Wall & Côté, 2007; Fraser-Thomas et al., 2008, Fraser-Thomas & Côté, 2009). Das absichtliche Spiel ist eines der Hauptelemente der Definition des Entwicklungsmodells der Sportbeteiligung (DMSP), das von Jean Côté vorgeschlagen wurde, der an der Queens University in Kingston, Ontario, Kanada, Sportpsychologie lehrt. Das absichtliche Spiel wird von Spitzensportlern (Côté, 1999) als eine Reihe von motorischen Aktivitäten beschrieben, die ihnen in ihrer Kindheit Spaß gemacht haben und die eine andere Aktivität als der organisierte Sport und die Praktiken der Erwachsenen darstellen, die als "absichtliches Üben" bezeichnet werden. Bei der Beobachtung des absichtlichen Spiels, das anfangs einfach und intuitiv ist, sich aber ständig zu immer komplexeren Formen weiterentwickelt, lassen sich einige unverzichtbare Merkmale erkennen:

- Vorhandensein von Unsicherheitselementen, die eine erhöhte Aufmerksamkeit und Kontrolle der Situation durch das Kind begünstigen, wodurch die Situation selbst mit einem Minimum an angenehmer Angst und kontrolliertem Risiko real wird;
- klare und verständliche Regeln, die oft von traditionellen Sportarten übernommen und von allen akzeptiert werden, die sich aber je nach Situation ändern und einfacher oder komplexer, steifer oder flexibler werden können und aus denen sich keine festen Rollen ergeben;
- geringere Überwachung und Kontrolle von Erwachsenen;
- Die Aufmerksamkeit der Spieler richtet sich eher auf die unmittelbare Befriedigung, die sich aus der Freude ergibt, als auf das Ergebnis, das in jedem Fall nicht als endgültig empfunden wird;
- Möglichkeit für das Kind, eine fiktive Realität aufzubauen und sich somit seine eigenen Situationen und Lösungen vorzustellen.

Auf der Grundlage dieser Elemente formulierte Jean Côté in einer Übersicht im International Journal of Sport Policy and Politics 2016 einige Hinweise für die verschiedenen Organisationen, die sich mit Jugendsport befassen, und die der Welt-Baseball-Softball-Verband (WBSC) in seinem Baseball5-Projekt vollständig übernommen hat. Diese Hinweise zielen darauf ab, günstigere Bedingungen für das integrierte Erreichen der 3P (Leistung, Teilnahme und persönliche Entwicklung) zu schaffen, die die grundlegenden Ziele einer korrekten und angemessenen Jugendsportpraxis darstellen. Für die Zwecke dieser Veröffentlichung ist es besonders nützlich, sich an Folgendes zu erinnern:

- Einführung von Basissportprogrammen, die die Möglichkeit bieten, verschiedene Sportarten auszuprobieren;
- von einer frühen Spezialisierung in einer Sportart abhalten;
- den Kindern die Möglichkeit geben, in einer bestimmten Sportart alle Rollen zu spielen;

- Förderung des "bewussten Spiels" innerhalb und außerhalb des organisierten Sports;
- die Entwicklung von Spielaktivitäten, die sich auf kurzfristigen Spaß und Befriedigung konzentrieren;
- die Bedürfnisse der Kinder zu verstehen, ohne den Aspekten der Ausbildung zu viel Bedeutung beizumessen.

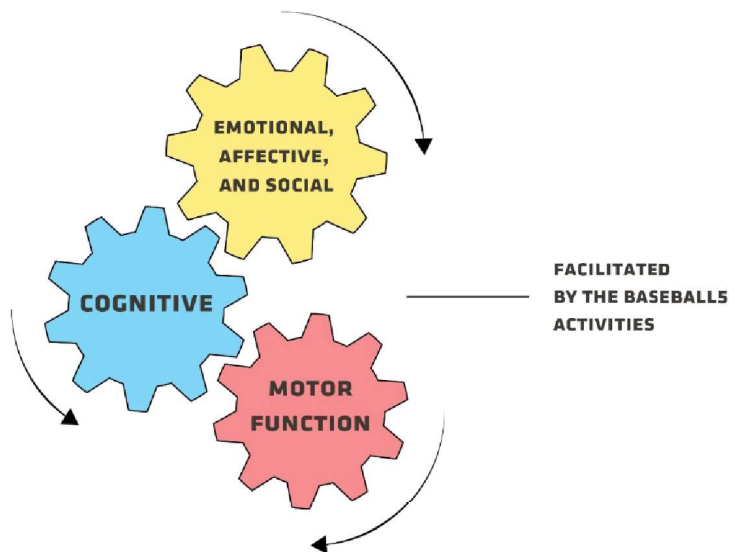
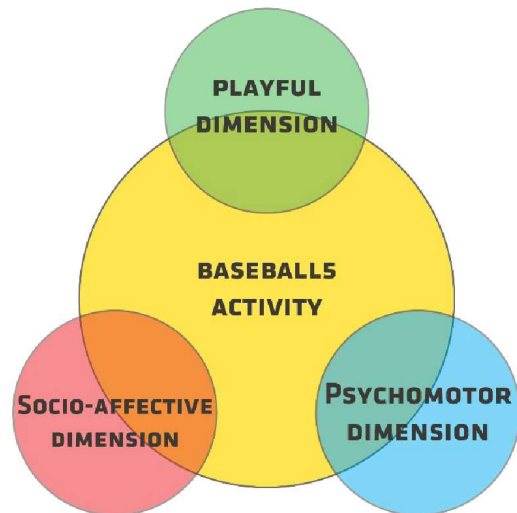
Das WBSC hat ein pädagogisches Instrument entwickelt, das den neuesten pädagogischen Erfordernissen entspricht, mit der klaren Absicht, den Lehrern ein wirksames Mittel zur Erreichung der Ziele zu bieten, die der Sportunterricht in dieser sensiblen Bildungsstufe vorsieht. Dieses Instrument, Baseball5, ist als eine echte pädagogische Aktion gegenüber dem Kind konzipiert und muss eine gezielte und absichtliche Programmierung von Interventionen ermöglichen, mit einem Vorschlag für spielerische Situationen, auf die die Kinder aktiv mit ihren einzigartigen Lösungen reagieren müssen. Die angewandten Methoden sind in der Tat aktiv, d.h. sie gehen von den Interessen und Bedürfnissen der Kinder aus und fördern daher ihre Eigeninitiative, ihre aktive Teilnahme und ihre Problemlösungsfähigkeiten. Der Vorschlag basiert auf der korrekten Anwendung des Sportkonzepts in der Schule, wobei vor der Gefahr gewarnt wird, dass eine falsche Praxis die Aktivitäten nicht als Vorwand für einen verfrühten Einstieg in den Sport nutzen darf, noch sollten sie sich als eine außergewöhnliche, episodische Schulerfahrung darstellen. Es handelt sich also um eine spezifische erzieherische und didaktische Intervention, die darauf abzielt, die wahren sozialen und kulturellen Bedeutungen der motorischen Aktivität noch vor dem Sport zu erfassen.

Baseball5 befasst sich mit den verschiedenen Dimensionen der motorischen Aktivität in der Schule (spielerisch, sozio-affektiv und psychomotorisch), wobei funktionale, kognitive und soziale Aspekte beachtet werden, mit dem Ziel, die Kinder dazu zu erziehen, sich selbst und andere kennenzulernen, selbständig zu handeln, auf offene und verfügbare Weise zu kommunizieren und mit der Gruppe von Gleichaltrigen und Erwachsenen in Kontakt zu treten. Die Ziele, die durch eine korrekte Anwendung von Baseball5 verfolgt werden können, sind daher folgende:

- den Erwerb und das Erreichen eines hohen Maßes an Autonomie, was in psychologischer Hinsicht zu einer wirksamen Stärkung des Selbstwertgefühls der Schüler führt;
- die Entwicklung sozialer Fähigkeiten, die für die sportliche Betätigung typisch sind, wobei dank des entsprechend dosierten und kontrollierten Wettkampfs eine heitere Konfrontation mit Mit- und Gegenspielern und anderen stattfindet
- Kenntnis und Respekt für die Regeln und Rollen des Spiels. Dieses Ziel wird umso wirksamer erreicht, je mehr Rollen und Regeln von den Kindern selbst gewählt werden: Der Lehrer muss keine Regeln oder Modelle für technisches oder sogar taktisches Verhalten vorgeben, sondern er muss im Gegenteil ein sorgfältiger und bewusster Animator und Moderator des Spiels sein, dessen aktive Protagonisten immer die Schüler sein werden. )

Die Hauptaufgabe des Lehrers besteht darin, die Integration zu gewährleisten. Indem er oder sie die Bewegung und die Herangehensweise an den Sport unter pädagogischen Gesichtspunkten betrachtet, trägt er oder sie zur Förderung der Person in einem angenehmen und einladenden Kontext bei und unterstützt ihre Autonomie, die Entwicklung des Selbstbewusstseins und des Selbstwertgefühls.

Spiel und Sport, bei denen der Mensch im Mittelpunkt steht, begünstigen in der Tat die Prozesse der Eingliederung und des Zusammenhalts des Einzelnen in der Gesellschaft, sowohl bei Menschen mit typischer Entwicklung als auch bei Menschen mit Behinderungen. Denn sie ermöglichen es jedem, in der Interaktion mit den Besonderheiten und Schwierigkeiten des anderen tiefe Züge des eigenen Selbst zu erforschen und weitere sinnvolle Erfahrungen zu machen.



All dies mit einem klaren Nutzen für die folgenden Aspekte: zwischenmenschliche Kommunikation, Zusammenarbeit, Respekt für Normen, Solidarität, Fairness, Gerechtigkeit, gesteigerte Motivation, Begegnung mit Frustration und deren Bewältigung. In diesem Sinne muss der Lehrer sicherstellen, dass die verschiedenen Vorschläge/Herausforderungen an die Kompetenzen seiner Schüler angepasst sind: Das Spiel passt sich an die Fähigkeiten der Mädchen und Jungen an und nicht umgekehrt. Mit einem aufmerksamen Blick auf diejenigen, die besondere pädagogische Bedürfnisse haben, aber mit dem gleichen gültigen Prinzip: das Spiel muss sich an die Bedürfnisse der Schüler anpassen.

Baseball5 ist ein Mittel, um die pädagogisch-didaktischen Ziele der Schule zu erreichen, ein zusätzliches Werkzeug in den Händen des Lehrers, das mit seinen eigenen Zielen übereinstimmt. Es verfügt über viele grundlegende Fähigkeiten, die je nach Situation unterschiedlich ausgeprägt sind, zum Beispiel:

- Laufen: zwischen den Bases während des Angriffs oder zum Abfangen des Balls während der Verteidigung;
- Werfen und Fangen des Balls: ob er von einem Mitspieler geworfen oder von einem Gegner getroffen wird; Springen: um dem Ball beim Laufen im Angriff auszuweichen, um ihn in der Verteidigung zu fangen;
- Sliding und Diving: die Base erreichen, ohne vom Gegner berührt zu werden oder den Läufer mit dem Ball zu berühren, während er in der Verteidigung ist.

Baseball5 fördert und entwickelt als Mannschaftsspiel die koordinativen und konditionellen Fähigkeiten und stellt die Spieler in einen komplexen Kontext, in dem die kognitiven und sozio-affektiven Fähigkeiten, die für den Erfolg des Spiels unerlässlich sind, gefördert werden (siehe Abbildung unten).

Aus methodischer Sicht weist Baseball5 einige absolut innovative Elemente auf, insbesondere im Vergleich zu den beliebtesten Sportarten in der Schule. Dies sind die wichtigsten methodischen Merkmale des Vorschlags:

- Spielend lernen
- Die Regeln richten sich nach dem motorischen Niveau der Schülerinnen und Schüler.
- Die zentrale Rolle des Lehrers.
- Die Originalität der Spieldynamik.

## KOORDINATIVE FÄHIGKEITEN

**BALANCE:** sowohl statisch beim Einnehmen bestimmter Positionen im Angriff oder in der Verteidigung als auch dynamisch beim Laufen innerhalb der Bahn und beim Kontakt mit den Bases.

**KOMBINATION** und **PAARUNG:** Fangen des Balls beim Laufen oder Springen; Koordinierung der Bewegung von Armen und Beinen beim Fangen oder Schlagen.

**RAUM-ZEIT-ORIENTIERUNG:** Bestimmung der Position innerhalb des Spielfelds anhand von Linien, Bahnen, Bases, Mitspielern und Gegnern; Identifizierung der Flugbahnen des Balls durch Berechnung seiner Richtung und Geschwindigkeit.

**DYNAMISCHE DIFFERENZIERUNG:** Angemessene Dosierung der Kraft in Abhängigkeit von der vom Ball zurückzulegenden Strecke, sei es beim Werfen oder beim Schlagen.

**REAKTION:** sowohl einfach, wie das Laufen zu einer Base nach dem Schlagen, als auch komplex, wie das schnelle Reagieren auf die verschiedenen Situationen, die während des Spiels auftreten.

**MOTOR ANTICIPATION:** Vorhersage der Aktionen des Gegners und somit Planung einer geeigneten Reaktion im Voraus, indem man sich den zukünftigen Verlauf des Spiels vorstellt;

**MOTOR FANTASY:** eine bestimmte Spielsituation auf originelle Weise lösen oder eine bestimmte Bewegung auf neue Weise ausführen, indem man sie auf der Grundlage früherer Erfahrungen neu definiert.

## MOTORISCHE FÄHIGKEITEN

**GESCHWINDIGKEIT** sowohl in Bezug auf die Ausführung einer einzelnen Geste, wie z. B. Werfen oder Schlagen, als auch auf die Geschwindigkeit des Spiels.

**FORCE** wird ausschließlich im Hinblick auf den Aspekt der Schnellkraft abgefragt, dem einzigen Aspekt der Kraft, der in dieser Altersgruppe entwickelt werden sollte.

## KOGNITIVE, AFFEKTIVE UND SOZIALE FÄHIGKEITEN

**KENNTNIS UND EINHALTUNG DER REGELN:** Die Spieler müssen sich die Spielregeln aneignen und ihre Grundsätze respektieren

**INTERAKTION MIT DER SITUATION:** muss in der Lage sein, die richtige Entscheidung auf der Grundlage der im Spiel vorhandenen Dynamik zu treffen

**COLLABORATION:** z. B.: zusammenarbeiten, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen

**HINWEIS:** Die Farben, die diese drei Aspekte unterscheiden, werden auf den Spielkarten angegeben.

## Vorteile von Baseball5

### Spielend lernen

Bereits in der ersten Unterrichtsstunde sind die Schüler in der Lage, ein komplettes Spiel zu spielen: zwei Mannschaften stehen sich nach einer sehr einfachen Regel gegenüber. Mit zunehmenden Fähigkeiten der Schüler werden die Regeln, die das Spiel bestimmen, immer komplexer. Auf diese Weise werden die traditionellen Bedingungen für den Beginn eines Sportspiels umgedreht: Traditionell werden zuerst die Fähigkeiten des Spiels erlernt und durch spezifische, sich wiederholende, manchmal sogar langweilige Übungen entwickelt; dann werden diese Fähigkeiten im Spiel ausgeführt. Bei Baseball5 hingegen ist das grundlegende Element das Spiel, das seine Regeln an das Leistungsniveau der Schüler anpasst und so zu einem wirksamen Mittel zum Erlernen und Entwickeln von Fähigkeiten wird. Diese werden dann vom ersten Moment an "in der Situation" erlernt, d. h. während des Spiels, das nicht als Endpunkt gesehen wird, an dem die Schüler ihre Fähigkeiten unter Beweis stellen müssen, sondern als eine Gelegenheit, diese Fähigkeiten, Verhaltensweisen und Regeln zu erlernen und zu verbessern.

### Die Regeln basieren auf dem motorischen Niveau der Schülerinnen und Schüler.

Im Laufe der Aktivität werden die Schüler immer geschickter im Schlagen, Werfen und Fangen des Balls; die Regeln müssen diesen veränderten Bedingungen Rechnung tragen und werden entsprechend den Fähigkeiten der Spieler angepasst. Der Lehrer ist daher aufgerufen, schrittweise Regeln einzuführen, die der Verbesserung des allgemeinen motorischen Niveaus und den unterschiedlichen Bedürfnissen der Schüler besser gerecht werden.

### Die zentrale Rolle des Lehrers.

Der Lehrer darf den Schülern die Aktivitäten nicht in einer Art programmiertem Unterricht vorschlagen, der unterschiedslos für alle gilt und in einer starren Abfolge von einer Übung zur nächsten führt. Vielmehr muss er das Verhalten der Schüler während des Spiels beobachten und versuchen, dieses Verhalten durch die Einführung der verschiedenen Regeln zu steuern.

Eine der wichtigsten Aufgaben des Lehrers ist es, das Wettbewerbsgleichgewicht zwischen den beiden Mannschaften zu gewährleisten. Durch eine sorgfältige Einführung in die Regeln muss der Lehrer das Schicksal und das Endergebnis des Spiels so ungewiss wie möglich halten. All dies, ohne der einen oder anderen Mannschaft einen Vorteil zu gewähren, sondern um das richtige Gleichgewicht zwischen Offensive und Defensive zu gewährleisten. Er muss die Voraussetzungen dafür schaffen, dass die angreifenden Spieler nie punkten können, ohne jemals ins Aus zu kommen, und dass die verteidigende Mannschaft nicht alle Schlagmänner ins Aus bringen kann, ohne jemals einen Punkt zu verlieren.

Die Originalität der Spieldynamik.

## Baseball5 hat völlig neue Eigenschaften.

Der Ballbesitz ist nicht die Voraussetzung für das Erzielen von Punkten wie beim Fußball, Basketball, Rugby, Hockey usw. Im Gegenteil, der Ball muss so weit wie möglich geworfen werden, um in der Lage zu sein, Punkte zu erzielen; Punkte (**Läufe**) werden nicht dadurch erzielt, dass man den Ball in ein Tor, einen Korb oder über eine Linie hinaus wirft, sondern indem man rennt und Basen erobert, ohne von der Verteidigung eliminiert zu werden.

Die Spieler beider Mannschaften stehen nicht gleichzeitig auf dem Spielfeld. Nur die verteidigende Mannschaft hat alle Spieler auf dem Feld, während die angreifende Mannschaft auf der Bank sitzt und jeweils ein Spieler zum Schlagen erscheint.

Dieses Merkmal ist von entscheidender Bedeutung. Es verhindert, dass immer dieselben Spieler, vielleicht die besten, im Mittelpunkt des Spielgeschehens stehen und so die weniger fähigen an den Rand drängen.

Die Dynamik des Spiels, die durch die BATTING ORDER gefordert wird, zwingt jeden dazu, sich abzuwechseln und gleichermaßen die Protagonisten des Geschehens zu sein.

Das bedeutet einerseits, Verantwortung für diejenigen zu übernehmen, die gerade schlagen, und auch die Schüchternsten oder Introvertiertesten zu ermutigen, sich im Spiel zu messen, und andererseits eine echte solidarische Beteiligung der begabtesten Kameraden zu fördern. Die Schüler erkennen, dass das Ergebnis nur dann gut für die Mannschaft sein kann, wenn jeder den Ball effektiv treffen kann. Dies gilt vor allem für die weniger Begabten, denen Vorschläge und Ermutigungen gemacht werden, denn es ist unmöglich, dass andere ihren Platz einnehmen und "die Situation selbst lösen" und so das Spiel gewinnen.

### EINZIGARTIGES BASEBALL5

| BALLBESITZ                                 | WIE KANN MAN PUNKTEN                                                  | FELDPPOSITION                                                                             | SCHLAGREIHENFOLGE                                 |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| Der Ball ist nicht im Besitz der Offensive | Punkte werden erzielt durch die Spieler:innen, die die Bases berühren | Nur die verteidigende Mannschaft befindet sich auf dem Spielfeld, die angreifende am Rand | Alle Schlagleute müssen sich am Schlag abwechseln |

Zahlreiche Untersuchungen haben in letzter Zeit einen starken Rückgang der spontanen motorischen Fähigkeiten von Kindern gezeigt. Die neuen Generationen sind in der Tat immer weniger motorischen Reizen aus der natürlichen Umgebung ausgesetzt und leben im Gegenteil oft in einem sozialen Kontext, der sie zu langen Zeiten der Inaktivität zwingt: Stunden, die sie in der Schule oder zu Hause mit Tätigkeiten verbringen, die keine Bewegung beinhalten und meist isoliert sind.

Der Lehrer in der Schule oder der Ausbilder im Sportverein ist daher häufig in der Lage, die Entwicklung motorischer Fähigkeiten und das Erlernen grundlegender motorischer Schemata zu fördern, die für das Erlernen komplexerer Fähigkeiten, wie z. B. beim Baseball und Softball, unerlässlich sind (siehe Abbildung S. 13).

Unter diesem Gesichtspunkt ist die Festigung grundlegender Bewegungsschemata ein wesentliches Ziel der Bewegungserziehung für Kinder ab 6 Jahren, unabhängig von der ausgeübten Sportart. Eine Grundfähigkeit kann als eine wesentliche Bewegungseinheit definiert werden. Die Verbindung mehrerer Grundelemente (z. B. Werfen und Fangen) steigert die motorischen Fähigkeiten, die nichtsdestotrotz die Kombination mehrerer einfacher Bewegungen sind, die sowohl zeitlich als auch räumlich organisiert sind.

Die Durchsetzungsfähigkeit der Grundfertigkeiten ist daher ein wesentliches Attribut für die richtige Entwicklung der motorischen Fähigkeiten von Kindern und muss daher in eine korrekte didaktische Programmierung eingebettet werden. Die wichtigsten Grundfertigkeiten sind: Gehen, Laufen, Rollen, Springen, Klettern, Werfen und Fangen.

Bei der Gestaltung eines Unterrichts in und außerhalb der Turnhalle ist es daher wünschenswert, dass es auch Momente gibt, die den allgemeinen Aspekten der Bewegung gewidmet sind, um die motorischen Erfahrungen der Kinder zu bereichern.

## Aktivitäten starten

### Drei Spiele zum Start von Baseball5

Unser Vorschlag zielt darauf ab, Kinder beim Erlernen von Baseball5 zu begleiten, und ist so strukturiert, dass ein zunehmender Schwierigkeitsgrad festgelegt wird. Es beginnt mit den Schlagmännern, die sich in Ballbesitz die grundlegenden Strategien aneignen können, die das Spiel von Baseball5 bestimmen. Die Verwendung des Werfens als erste Aktion ermöglicht es der Lehrkraft, die Fähigkeit der Kinder zur Ausführung dieser grundlegenden Fähigkeit zu beobachten und gegebenenfalls die Durchführung anderer Aktivitäten und Spiele vorzusehen, die das Fangen und Werfen stimulieren (siehe Spielkarten). Gleichzeitig erlaubt die Beobachtung der Dynamik des Spiels der Lehrkraft, die verschiedenen Phasen zu verstehen und zu steuern, indem sie nach und nach Regeln und Varianten einführt und vielleicht einige davon an die Schüler selbst delegiert.

Die Lehrkraft kann die Kinder auch in die Auswahl einiger Lösungen einbeziehen: Wie können wir das Spiel für die Schlagmänner schwieriger machen? Dasselbe für die Verteidiger? Oder neue Spielmöglichkeiten finden.

Der Lehrer muss auch auf die Zusammensetzung der Teams achten, um Ungleichheiten zu vermeiden, die die Mitglieder der beiden antagonistischen Teams entmutigen oder im Gegenteil fördern könnten, wie bereits im Abschnitt "Die zentrale Rolle des Lehrers" erwähnt.

Es ist sinnvoll, dass die Schüler auch die Funktion des Schiedsrichters übernehmen:

- Es ermöglicht den Kindern, das Spiel selbständig zu steuern, so dass sie auch außerhalb der Schulzeit völlig selbstständig spielen können;
- Es macht sie auch zu Protagonisten in einer Rolle, die von vielen als "unangenehm" empfunden wird;
- verhindert, dass die Lehrkraft als die einzige Person erlebt wird, die über das Schicksal des Spiels entscheiden kann;
- stellt sicher, dass jeder die Regeln versteht und kennt;
- sorgt dafür, dass sich jeder während des Spiels länger aktiv fühlt.

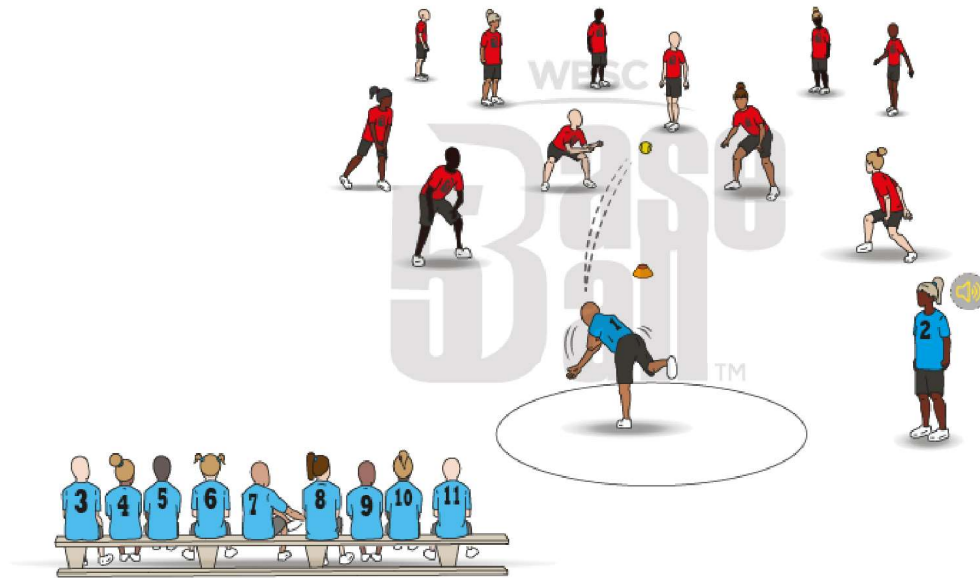
## Regeln und Varianten

Die vorgestellten Varianten dienen dazu, das Spiel immer wieder neu und innovativ zu gestalten, sie sind aber vor allem darauf ausgerichtet, das Verhältnis Offensive - Defensive im Gleichgewicht zu halten. Es muss sichergestellt werden, dass die Anzahl der erzielten Runs für die Offensive stets zufriedenstellend ist und dass die Defensive in der Lage ist, mit einigem Erfolg zu verteidigen. Auf diese Weise wird die Motivation der Spieler hoch gehalten, da sie sich immer komplexeren Herausforderungen ausgesetzt sehen, die auf ihre tatsächlichen Spielfähigkeiten zugeschnitten sind. Es wird daher dringend empfohlen, die Varianten einzufügen und erst dann von einem Spiel zum anderen zu wechseln, wenn die Mädchen und Jungen die verschiedenen Stufen der Progression vollständig verinnerlicht haben.

Die Regeln für die verschiedenen Phasen beziehen sich speziell auf den progressiven Ansatz, um das "vollständige" Baseballspiel5 zu erreichen. Mit anderen Worten, die Regeln bestimmen den Übergang von einem Spiel zu einem anderen der Progression. Die verschiedenen Spiele können zwar als eigenständige Aktivitäten betrachtet werden, sind aber unabhängig voneinander nutzbar, wenn sie mit einer angemessenen Abstufung und Progression angeboten werden. Auf diese Weise können die Spieler schließlich die notwendigen Grundlagen und Kenntnisse erwerben, um Baseball5 mit Kompetenz und Sicherheit zu spielen.

Der Übergang von einer Phase zur nächsten sollte auch auf Wunsch der Spieler selbst erfolgen, die verschiedene Modi vorschlagen können, die alternative Lösungen für die Dynamik des Spiels bieten. Die Aufgabe des Trainers ist es, den Austausch und die direkte Beteiligung der Schüler an der Konstruktion des Spiels zu fördern und die verschiedenen Schritte der Progression genau zu steuern.

## Startspiel #1 (Werfen und Laufen)



### Vorbereitung

Teilen Sie die Klasse in zwei Mannschaften auf und nummerieren Sie die Spieler in fortlaufender Reihenfolge (1, 2, 3, 4, 5, ...). Die offensiven Spieler setzen sich auf die Bank und warten, bis sie an der Reihe sind. Innerhalb des Spielfeldes wird ein Signalkegel (Base-Marker) aufgestellt und ein Startpunkt für die Schlagmänner, die so genannte "Home Plate", eingerichtet. Dieser ist etwa 5/7 Meter vom Kegel entfernt. Bevor der Ball geworfen wird, muss der Schiedsrichter laut "PLAY" rufen, um anzuzeigen, dass sowohl die Offensiv- als auch die Defensivspieler bereit sind.

**HINWEIS:** Die Laufwege der Läufer (gerade Linie zwischen zwei Bases) müssen von allen Verteidigern vermieden werden.

### Die Rolle der Offensivspieler

Der diensthabende Schlagmann befindet sich im Bereich der Home Plate (Kreis, Matte oder andere markierte Fläche auf dem Boden) und muss versuchen, den Ball von den Verteidigern wegzuworfen, um eine Runde um den Kegel zu drehen und zur Home Plate zurückzukehren, um einen Lauf zu erzielen. Wenn alle Offensivspieler abwechselnd geworfen und gelaufen sind, werden die erzielten Läufe gezählt. Die Offensivspieler müssen auch als Schiedsrichter fungieren. Daher wechseln sie sich in dieser Rolle entsprechend der Schlagreihenfolge ab (z. B.: Während Schlagmann 1 wirft, ist die Nummer 2 der Schiedsrichter, die Nummer 2 wird zum Schlagmann und die Nummer 3 zum Schiedsrichter usw.).

### Die Rolle der Defensivspieler

Die Verteidiger müssen den Ball in Besitz nehmen und ihn mit ausgestrecktem Arm über den Kopf heben, bevor der Schlagmann eine volle Runde (Schlagmal - Kegel - Schlagmal) zurückgelegt hat.

### Regeln

Wenn der Offensivspieler die Runde (Home Plate - Kegel - Home Plate) beenden kann, bevor einer der Verteidiger den Ball über seinen Kopf gehoben hat, hat die Offensivmannschaft einen Run erzielt. Wenn einer der Verteidiger den Ball über seinen Kopf hebt, bevor der Schlagmann seine Runde beendet hat, ist der Schlagmann "out" (kehrt also zur Bank zurück, ohne einen Run erzielt zu haben). Nur Offensivspieler können Runs erzielen. Wenn alle Offensivspieler geschlagen haben, werden die erzielten Runs gezählt, und die Teams müssen wechseln: Die Offensive wechselt zur Defensive und umgekehrt.

### Varianten

Die Entfernung des Kegels (Base Marker) richtet sich nach den Wurf- und Lauffähigkeiten der Offensivspieler: Anfangs wird die Entfernung kurz sein, aber mit der Verbesserung der Wurffähigkeiten der Offensivspieler wird es möglich sein, die zum Erzielen des Runs erforderliche Laufstrecke zu vergrößern.

## Startspiel #2 (Ballwurf)



### Vorbereitung

Teilen Sie die Klasse in zwei Mannschaften ein. Die Offensivspieler, die in fortlaufender Reihenfolge nummeriert sind (1, 2, 3, 4, 5, ...), sitzen auf der Bank und warten, bis sie an der Reihe sind. Stellen Sie innerhalb des Spielfelds drei Kegel auf, um ein Quadrat von etwa 6 Metern pro Seite zu zeichnen, wobei die Home Plate als vierte Ecke des Quadrats und als Startpunkt für die Schlagleute dient. Weisen Sie einem der Verteidiger die Rolle eines "Empfängers" zu.

**HINWEIS:** Die Laufwege der Läufer (gerade Linie zwischen zwei Bases) müssen von allen Verteidigern vermieden werden.

### Die Rolle der Offensivspieler

Der Schlagmann, der sich in der bezeichneten Zone (Kreis, Matte oder eine andere markierte Fläche auf dem Boden) befindet, muss versuchen, den Ball von den Verteidigern wegzuworfen, um eine Runde gegen den Uhrzeigersinn um die drei Kegel zu drehen und zum Schlagmal zurückzukehren, um einen Lauf zu erzielen, bevor es den Verteidigern gelingt, den Ball an einen Verteidiger zurückzugeben, der zum Schlagmal läuft. Die Offensivspieler müssen auch als Schiedsrichter fungieren und wechseln sich in dieser Rolle je nach Schlagreihenfolge ab (z. B. wenn Schlagmann 1 wirft, übernimmt Schlagmann 2 die Rolle des Schiedsrichters und so weiter).

## Die Rolle der Defensivspieler

Die Verteidiger müssen den Ball in Besitz nehmen und ihn an einen Verteidiger weitergeben (werfen), der zur Home Plate gelaufen ist. Dieser muss den Ball mit mindestens einem Fuß auf dem Schlagmal empfangen, bevor der Schlagmann die Runde (von Schlagmal zu Schlagmal) laut Zeichnung beendet hat.

## Regeln

Wenn der Schlagmann seine Runde (Home Plate - Kegel - Home Plate) beenden kann, bevor die Verteidiger den Ball zum Receiver zurückwerfen, hat er einen Run erzielt. Gelingt es den Verteidigern, den Ball zurück zum Schlagmal zu bringen, bevor der Schlagmann seine Runde beendet hat, wird der Schlagmann als "out" bezeichnet (er kehrt also zur Bank zurück, ohne den Lauf erzielt zu haben).

Nur offensive Spieler können Runs erzielen. Am Ende eines jeden Angriffs werden die erfolgreich erzielten Runs gezählt.

## Varianten

1. Wenn der Ball von einem Verteidiger in der Luft gefangen wird (ohne dass der Ball den Boden berührt), wird der Schlagmann als "out" bezeichnet und der Lauf ist ungültig.
2. Nach drei Outs (Ausscheiden des Läufers/Batters) tauschen Offense und Defense die Rollen, und beim nächsten Tausch (d.h. wenn die Defense zur Offense zurückkehrt) geht es mit dem Spieler weiter, der auf den zuletzt ausgerufenen Spieler folgt.

## Startspiel #3 (Ballrückgewinnung mit sicherer Base)



### Vorbereitung

Teilen Sie die Klasse in zwei Mannschaften ein. Die Offensivspieler, die in fortlaufender Reihenfolge nummeriert sind (1, 2, 3, 4, 5, ...), sitzen auf der Bank und warten auf ihre Runde. Innerhalb des Spielfeldes werden drei Bases aufgestellt (auf den Boden gelegte oder gezeichnete Quadrate mit einer Seitenlänge von ca. cm50), so dass ein Quadrat (Baseball5-Feld) von etwa 8 Metern pro Seite entsteht; für die Offensivspieler wird ein Startpunkt festgelegt (Home Plate) und die Bases werden gegen den Uhrzeigersinn nummeriert: erste, zweite und dritte.

**HINWEISE:** Es kann sinnvoll sein, die Lektion damit zu beginnen, dass alle Kinder ein "Base-Running" durchführen, indem sie sich in einer Reihe hinter der Home Plate aufstellen, um ihre Runde zu üben, indem sie um die Bases herumlaufen und dabei jede Base mit dem Fuß berühren. Die Laufwege der Läufer (gerade Linie zwischen zwei Bases) müssen von allen Verteidigern vermieden werden.

### Die Rolle der Offensivspieler

Je nach Effektivität des Treffers und dem Verhalten der Verteidigung haben die Schlagmänner zwei Möglichkeiten:

- Option 1: Der aktuelle Schlagmann ist innerhalb eines festgelegten Bereichs (Kreis, Matte oder ein anderer auf dem Boden markierter Bereich) sicher und muss

versuchen, den Ball von den Verteidigern wegzuworfen, um seine Runde um die Bases zu vollenden (d. h. er muss sie gegen den Uhrzeigersinn von der ersten Base bis zur Home Plate berühren) und zur Home Plate zurückzukehren, um einen Run zu erzielen, bevor es den Verteidigern gelingt, den Ball zum Empfänger zurückzubringen. Der Schlagmann ist in diesem Fall sicher und hätte einen Lauf für sein Team erzielt.

- Option 2: Der Schlagmann (falls der Ball nicht so weit von den Verteidigern entfernt war, dass er die gesamte Runde um die Bases absolvieren konnte) kann sich entscheiden, an der zweiten Base anzuhalten (aber erst, nachdem er die erste Base berührt hat) und auf den Wurf des nächsten Offensivspielers zu warten, um zu versuchen, die Runde zu beenden und so den Run zu erzielen.

**HINWEIS:** Damit der Lauf gültig ist, müssen alle Bases vom Läufer berührt werden!

### Die Rolle der Defensivspieler

Der Verteidigung stehen drei Möglichkeiten zur Verfügung:

- Option 1: Verteidiger, die den Schlagmann, der zur zweiten Base läuft, aus dem Spiel nehmen wollen, müssen den Ball zu dieser Base (zweite Base) werfen, bevor der Läufer sie sicher erreichen kann.
- Option 2: Falls der Läufer die zweite Base bereits berührt hat, können sie versuchen, ihn durch Werfen des Balls in Richtung Home Plate zu befreien.
- Option 3: Wenn ein Schlagmann bereits an der zweiten Base sicher ist (d.h. er oder sie muss nur die zweite Hälfte der Bases absolvieren), können die Verteidiger den Ball zur Home Plate werfen, um zu verhindern, dass der Spieler von der zweiten Base zur Home Plate vorrückt und punktet.

### Regeln

1. Wenn der Schlagmann die Runde um die Bases abschließen und zum Schlagmal zurückkehren kann, bevor die Verteidiger den Ball zum Schlagmal zurückbringen, hat er einen Lauf erzielt.
2. Wenn die Verteidiger den Ball zur zweiten Base zurückwerfen, bevor der Schlagmann ihn erreichen kann, wird der Schlagmann als "out" bezeichnet.
3. Der Schläger (Läufer), der an der zweiten Base gestoppt wird, muss den Wurf des nächsten Schlägers in der Schlagreihenfolge von der Home Plate abwarten, bevor er die zweite Base verlässt, sonst muss er den Wurf wiederholen.
4. Wenn der Ball von einem Verteidiger in der Luft gefangen wird (ohne dass der Ball den Boden berührt), wird der Schlagmann als "out" bezeichnet und der Lauf ist ungültig. Nach drei Outs tauschen Angriff und Verteidigung die Rollen, und beim nächsten Tausch (d.h. wenn die Verteidigung zum Angriff zurückkehrt) geht es wieder mit dem Spieler weiter, der nach dem letzten, der in der vorangegangenen Angriffsrunde ausgestiegen ist.

## Ideale Baseball5-Aktivität

Der Vorschlag, den die WBSC an die Schüler richtet, kommt direkt aus dem Spiel: Bereits in der ersten Unterrichtsstunde können die Schüler ein echtes Baseball5-Match spielen, das nur durch sehr einfache Regeln geregelt wird. Diese Regeln werden je nach der Entwicklung der technischen Fähigkeiten der Schüler und je nach ihren unterschiedlichen Bedürfnissen geändert. Es ist daher ratsam, die gegebenen Hinweise und die Abfolge der grundlegenden Aktivitäten zu befolgen: Werfen und Laufen, Ballrückgewinnung und Ballrückgewinnung mit einer sicheren Basis.

"Alles, was Sie brauchen, ist ein Ball. "

## Offizielle Baseball5-Dokumente

Die folgenden Dokumente, die ebenfalls im [Anhang](#) zu finden sind, wurden entwickelt, um die Integration von Baseball5 zu unterstützen. Das WBSC arbeitet ständig an der Weiterentwicklung seiner Disziplinen. Daher werden diese Dokumente laufend aktualisiert und geändert, da immer mehr Spiele ausgetragen werden und das WBSC ständig Rückmeldungen erhält.

### Offizielles Regelwerk

In diesem Dokument finden Sie praktische Informationen zu den Spielvorbereitungen, den Spielregeln und dem Aufbau des Spielfelds. Die beigefügten Informationen sollen bei der Entscheidungsfindung herangezogen werden.

### Offizielles Punktesystem

In diesem Dokument werden die wichtigsten Merkmale von Baseball-Wettbewerben5 und der Spielleitung erläutert. Es ist als Ergänzung zum WBSC Baseball5-Regelbuch gedacht. Es enthält eine Präsentation des WBSC Baseball5 Scoring Systems.

### Offizielle Aufstellungskarte

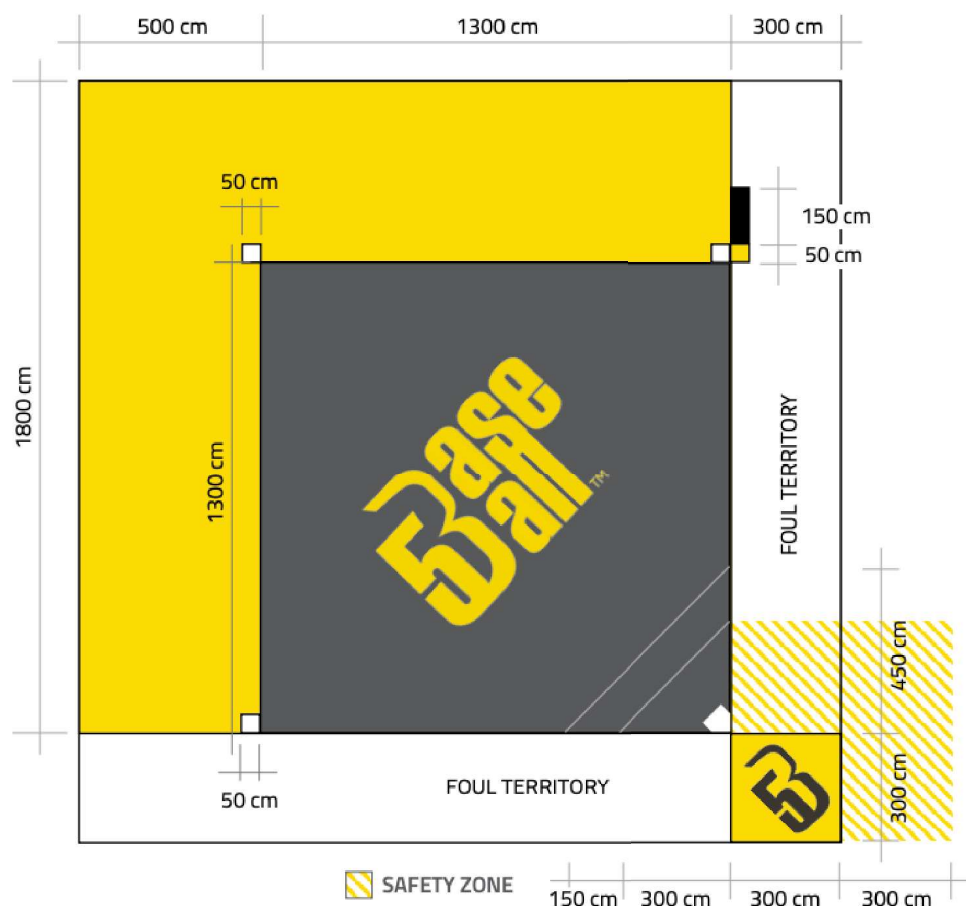
Die Aufstellungskarten enthalten die Schlagreihenfolge einer Mannschaft, die Liste der Auswechselspieler, Einzelheiten zum Spiel (Ort, Zeit, Name des Wettbewerbs usw.) sowie den Namen und die Unterschrift des Managers. Die Aufstellungskarte einer Mannschaft muss mit den Spieloffiziellen und der gegnerischen Mannschaft geteilt werden, um zu verhindern, dass die Schlagreihenfolge nicht eingehalten wird oder illegale Auswechslungen vorgenommen werden.

### Offizielle Scorekarte

Der offizielle Spielbericht wird vom Spieloffiziellen verwendet, um allgemeine Informationen zum Spiel, zum Spielgeschehen und zu den Aufstellungen der beiden Mannschaften zu erfassen.

## Offizielles Baseball5-Feld

An dieser Stelle beschreiben wir die Größe und die Eigenschaften eines idealen Baseball5-Feldes. Das Spielfeld kann je nach verfügbarem Platz angepasst werden.



Das Infield ist ein Quadrat mit einer Base in jeder Ecke. Der Abstand zwischen den Basen beträgt 13 m, und die Basen sind Quadrate mit einer Seitenlänge von 50 cm. Als Home Plate kann man ein Fünfeck zeichnen, das der Home Plate von Baseball und Softball entspricht. Hinter der Home Plate befindet sich die Batting Box, und die Bases sind gegen den Uhrzeigersinn nummeriert: die erste, die zweite und die dritte Base, die sich, wie bereits erwähnt, an den Ecken des Infields befinden.

Das Außenfeld ist mit einem Zaun abgegrenzt, der parallel zu den Linien des Innenfeldes in einem Abstand von 5 Metern zu den Linien zwischen den Bases verläuft. Ein solcher Zaun, der das Feld umschließt, kann zwischen 60 und 80 cm hoch sein. Das Spielfeld, sowohl das Innen- als auch das Außenfeld, bildet also ein Quadrat mit einer Seitenlänge von insgesamt 18 Metern.

Die Batter's Box befindet sich in einer der Ecken des Spielfelds außerhalb des Fair Territory, im Foul Territory. Die Batter's Box ist ein Quadrat mit einer Seitenlänge von 3 Metern. Auch hier ist zu bedenken, dass es sich um ideale Maße handelt, die jedoch an die unterschiedlichen Platzverhältnisse angepasst werden können.

Jede Mannschaft besteht aus 5 Spielern, bei offiziellen Wettbewerben können jedoch drei weitere Spieler als Reserve eingesetzt werden. Das Spiel findet wie beim Baseball und Softball statt und ist in Innings unterteilt, wobei jedes Inning durch einen Spielzug dargestellt wird, bei dem jede Mannschaft sowohl in der Offensive als auch in der Defensive war.

Zu Beginn des Spiels gibt jede Mannschaft dem Schiedsrichter und der gegnerischen Mannschaft ihre Schlagreihenfolge (Aufstellungskarte) bekannt, aus der hervorgeht, in welcher Reihenfolge die Spieler in die Schlagbox gehen, um den Ball zu schlagen.

Diese Reihenfolge muss für die gesamte Dauer des Spiels eingehalten werden, und jeder Auswechselspieler darf den Startspieler nur einmal ersetzen, der Startspieler darf nur auf seine ursprüngliche Position zurückkehren.

Das Spiel beginnt mit der Heimmannschaft in der Verteidigung und der Gastmannschaft in der Offensive.

Das Ziel der verteidigenden Mannschaft ist es, die gegnerischen Spieler (Schlagmänner) auszuschalten, und wenn es der verteidigenden Mannschaft gelingt, drei Outs zu machen, wird gewechselt, die verteidigende Mannschaft geht in die Offensive und die Mannschaft, die geschlagen hat und drei Outs erlitten hat, geht auf das Feld, um zu verteidigen.

Das Ziel der offensiven Mannschaft ist es, so viele Runs (Punkte) wie möglich zu erzielen. Runs werden jedes Mal erzielt, wenn ein Schlagmann, nachdem er den Ball geschlagen hat, die gesamte Runde um die Bases schafft und zur Home Plate zurückkehrt, ohne von der verteidigenden Mannschaft ausgeschlossen zu werden.

Das defensive Team wird so auf dem Spielfeld positioniert, dass es das gesamte Spielfeld angemessen abdecken und so die Gegner ausschalten kann.

Das Spiel beginnt damit, dass der Schlagmann oder die Schlagfrau den Ball mit der Hand aus der Batter's Box herausschlägt. Er oder sie kann dies entweder mit der ersten geschlossenen Hand oder mit der Handfläche tun. Der Schlag gilt nur dann als gültig, wenn der Ball mindestens einmal im Fair Territory, d.h. in dem Teil des Spielfeldes zwischen den Foul-Linien, aufspringt.

Der Schlagmann muss in der Box bleiben, bis der Ball geschlagen ist, und kann dann laufen, um die erste Base zu erreichen.

Wenn der Ball im Spiel ist, nachdem der Schlagmann ihn geschlagen hat, muss er von der verteidigenden Mannschaft zurückgewonnen werden, um zu versuchen, den Gegner (Schlagmann/Läufer) ins Aus zu bringen.

Outs können auf drei Arten erfolgen:

1. Force Out: Ein Verteidiger, der den Ball hält, berührt die Base, zu der der Schlagmann gezwungen ist, zu laufen;

2. Fly Out: Ein Verteidiger kann den vom Schlagmann geschlagenen Ball in der Luft fangen, bevor der Ball den Boden berührt.
3. Tag out: Ein Verteidiger, der ständig im Ballbesitz ist, berührt einen Gegner (taggt), wenn dieser keinen Kontakt mit einer Base hat.

Wie bereits erwähnt, muss jeder Schlagmann, der der Schlagreihenfolge folgt, den Ball mit der Hand schlagen und dann zur ersten Base laufen, um dann den Lauf zu erzielen, sobald die Runde der Bases abgeschlossen ist.

Der Schlagmann wird jedoch als "out" bezeichnet, wenn er einen illegalen Schlag ausführt. Ein unzulässiger Treffer liegt vor, wenn der vom Schlagmann getroffene Ball nicht auf dem Spielfeld aufspringt und daher über den Zaun hinausgeht, ohne das Spielfeld zu berühren, oder wenn er den ersten Aufprall im Foul Territory macht oder das Fair Territory trifft, aber zu nahe an der Home Plate. Je nach Alter der Spieler kann dieser Mindestabstand zum Schlagmal 2 oder 3 Meter betragen. Die Entscheidung, ob ein Schlag illegal ist oder nicht, liegt jedoch beim Schiedsrichter. Der Schlagmann, der einen illegalen Schlag ausführt, wird direkt ausgeschlossen.

Andere Regeln betreffen Läufer, d. h. den Schlagmann, der um die Bases herumläuft, nachdem er den Ball mit der Hand getroffen hat.

- Ein Läufer wird auch dann als Out bezeichnet, wenn er die Base verlässt, bevor der Ball von seinem Teamkollegen in der Batter's Box getroffen wird. Diese Form des Aus wird als "frühes Verlassen" bezeichnet und liegt genau dann vor, wenn der Läufer die Base verlässt, bevor der Ball von der Hand des Schlagmanns getroffen wurde.
- Ein Läufer wird auch dann als "out" bezeichnet, wenn er während des Laufs um die Bases einen Teamkollegen überholt oder sich auf derselben Base befindet, die bereits von einem anderen Läufer besetzt ist.
- Läufer, die nicht alles tun, um eine Kollision mit Verteidigern zu vermeiden, während sie den Ball verteidigen, können ebenfalls ausgeschlossen werden. Auch hier ist das Urteil des Schiedsrichters ausschlaggebend und entscheidet über das Ausscheiden des Läufers, wenn er eine Kollision mit dem Verteidiger verursacht hat.

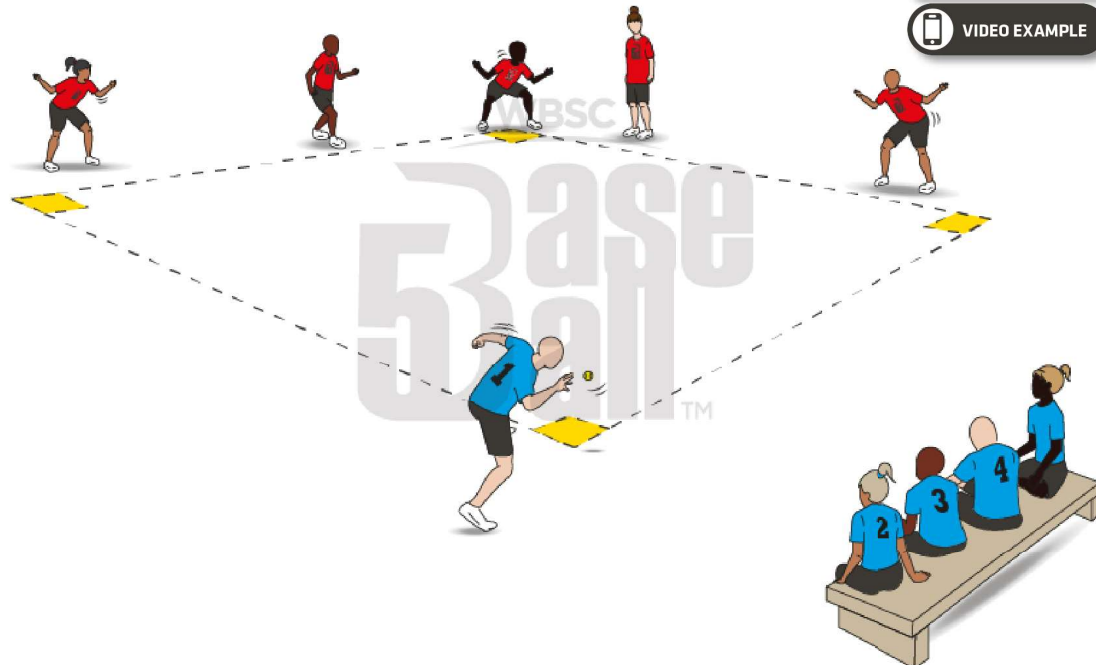
Dank dieser einfachen Regeln entwickelt sich das Spiel sehr leicht und schnell. Am Ende der 5 gespielten Innings gewinnt die Mannschaft mit den meisten Runs.

Steht es am Ende des fünften Innings unentschieden, werden weitere Innings gespielt, bis eine Mannschaft ein ganzes Inning lang in Führung liegt (mit mindestens einem Run).

Das Hauptmerkmal des Spiels ist jedoch seine extreme Leichtigkeit und Anpassungsfähigkeit: Jeder kann in jedem Raum mit einer sehr einfachen und zugänglichen Ausrüstung spielen und Spaß haben.

Um die Dynamik des Spiels besser zu verstehen, wurde der didaktische Ablauf in drei verschiedene Phasen unterteilt, die im Folgenden vorgestellt werden.

## Phase 1 (Fangen)



## Vorbereitung

Teilen Sie die Gruppe in zwei Mannschaften auf. Die offensiven Spieler, die in fortlaufender Reihenfolge nummeriert sind (1, 2, 3, 4, 5, ...), sitzen auf der Bank und warten, bis sie an der Reihe sind. Legen Sie innerhalb des Spielfelds ein Quadrat an (siehe Zeichnung auf Seite 21), wobei der Abstand zwischen den Basen etwa 6 Meter pro Seite betragen sollte.

**HINWEIS:** Die Laufwege der Läufer (gerade Linie zwischen zwei Bases) müssen von allen Verteidigern vermieden werden.

## Die Rolle der Offensivspieler

Die Spieler der offensiven Mannschaft müssen den Ball mit der Hand schlagen und um die Bases herumlaufen, wobei sie alle Bases in der richtigen Reihenfolge berühren müssen, d. h. erste Base, zweite Base, dritte Base und zurück zur Home Plate.

**HINWEIS:** Damit der Lauf gültig ist, müssen die Schläger/Läufer alle Bases berühren (einschließlich der Home Plate).

## Die Rolle der Defensivspieler

Die Verteidiger müssen den Ball in Besitz nehmen und ihn einem Verteidiger zuwerfen, der zur Home Plate rennt und den Ball mit mindestens einem Fuß auf der Home Plate fassen muss, bevor der Schlagmann die volle Runde (von Home zu Home) zurückgelegt hat.

## Regeln

Wenn der Schlagmann den Lauf (Home Plate - Home Plate) beenden kann, bevor die Verteidiger den Ball zurück zum Home Plate bringen, hat er einen Lauf erzielt. Gelingt es den Verteidigern, den Ball zum Schlagmal zurückzubringen, bevor der Schlagmann seine Runde beendet hat, ist der Schlagmann "out" (d. h. er kehrt auf die Bank zurück, ohne den Run zu erzielen). Nur Schlagmänner können Runs erzielen. Am Ende jeder Offensivrunde werden die erzielten Runs berechnet. Das Spiel endet, wenn sich die beiden Teams 5 Mal in der Offensive und Defensive abgewechselt haben.

## Besondere Fälle

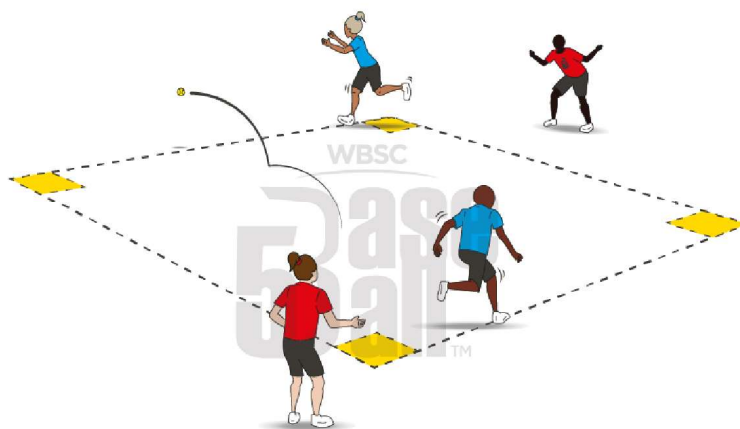
Schlägt der Schlagmann den Ball außerhalb des Spielfeldes, muss er den Schlag wiederholen (der Schiedsrichter meldet dies mit dem Ruf "Foulball").

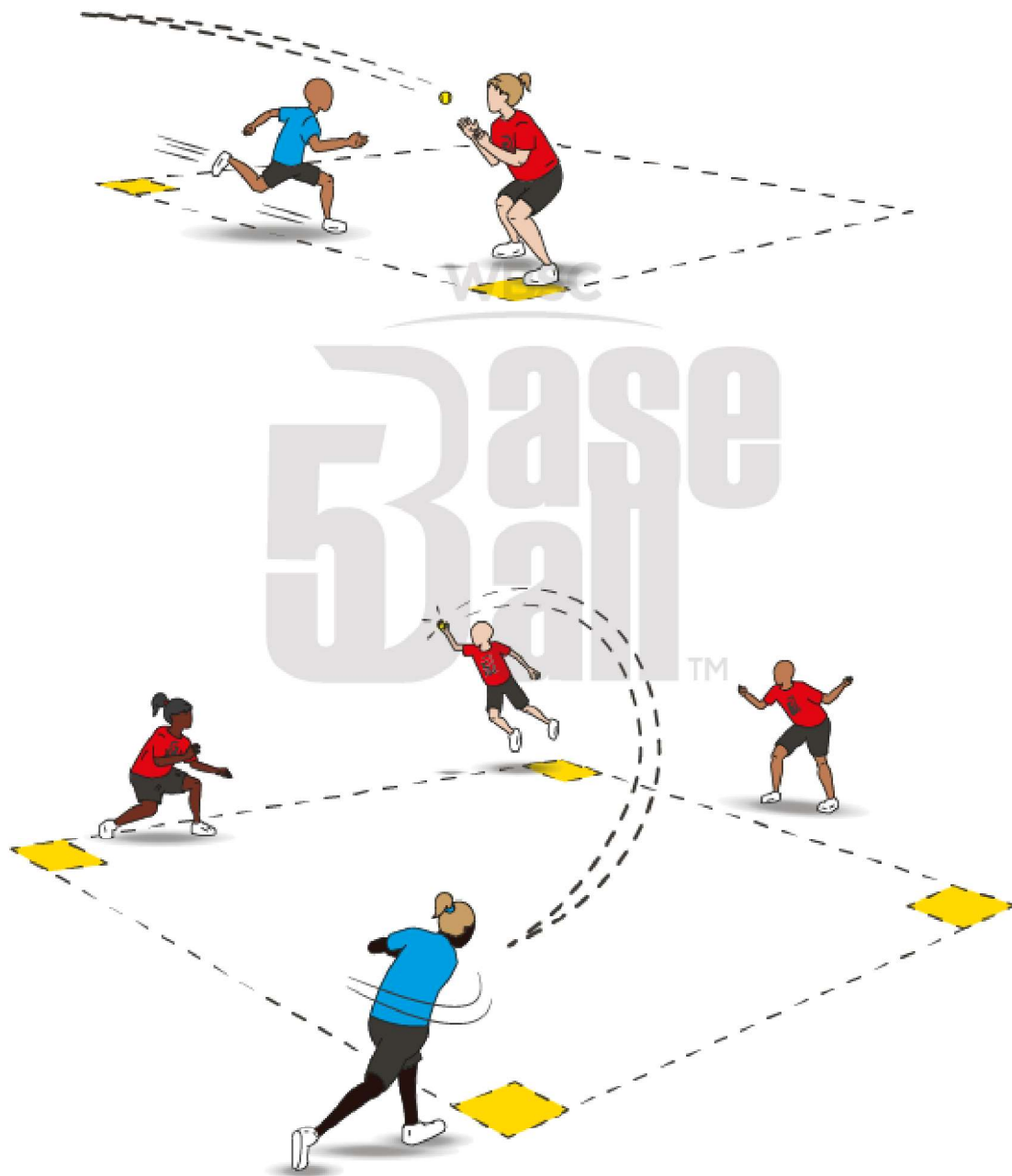
Befindet sich ein Verteidiger (ohne Ballbesitz) in der Laufbahn des Läufers, muss der Lauf für den Schlagmann gewertet werden, da der Verteidiger ihn behindert.

## Varianten

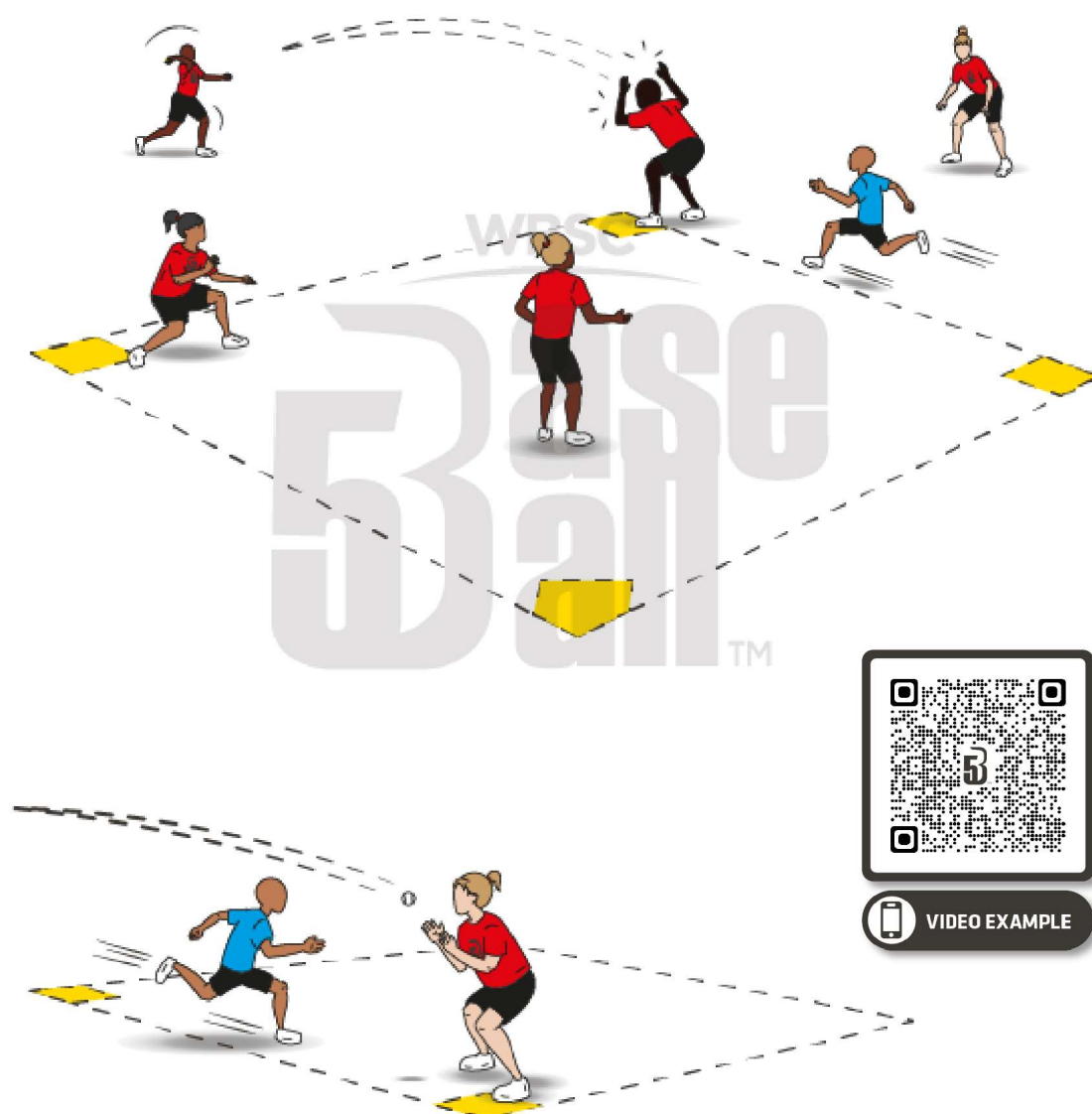
Wenn der Ball von einem Verteidiger in der Luft gefangen wird, wird der Schlagmann als "out" bezeichnet und der Lauf ist ungültig.

Nach drei Outs tauschen Offensive und Defense die Rollen und beim nächsten Tausch (d.h. wenn die Defense zur Offensive zurückkehrt) wird die Schlagreihenfolge von dem Spieler wieder aufgenommen, der auf den letzten Spieler folgt, der in der vorangegangenen Offense-Runde rausgekommen ist.





## Phase #2 (Stop & Go)



### Vorbereitung

Ähnlich wie bei den vorangegangenen Spielen, jedoch wird der Abstand zwischen den Bases "vergrößert" (6-8 Meter). Einer der Verteidiger muss laufen, um die Home Plate und die Rolle der zweiten Base zu demjenigen zu decken, der an der zweiten Base positioniert wird (etwa auf halber Strecke).

**HINWEIS:** Die Laufwege der Läufer (gerade Linie zwischen zwei Bases) müssen von allen Verteidigern vermieden werden.

## Die Rolle der Offensivspieler

- Option 1: Der diensthabende Schlagmann hat die Bases vor sich (siehe Zeichnung auf Seite 27) und muss versuchen, den Ball so weit von den Verteidigern wegzuschlagen, dass er die Runde um die Bases vollenden kann (d. h. er muss sie gegen den Uhrzeigersinn von der ersten Base bis zur Home Plate berühren) und zur Home Plate zurückkehren, um einen Run zu erzielen, bevor die Verteidiger es schaffen, den Ball zurück zur Home Plate zu bringen. Der Schlagmann ist in diesem Fall sicher.
- Option 2: Der Schlagmann (falls der Ball nicht so weit von den Verteidigern entfernt war, dass er die Runde um die Bases vollenden konnte) kann beschließen, an der zweiten Base anzuhalten (aber erst, nachdem er die erste Base berührt hat) und auf den nächsten Schlag des Schlagmanns von der Batter's Box aus zu warten, um zu versuchen, die Runde zu vollenden und so den Run zu erzielen.

## Die Rolle der Defensivspieler

Der Verteidigung stehen drei Möglichkeiten zur Verfügung:

- Option 1: Die Verteidiger können den Schlagmann/Läufer aus dem Spiel nehmen, indem sie den Ball zu einem Teamkollegen (dem zweiten Baseman) werfen, der die zweite Base berührt, bevor der Läufer sie erreichen kann (so wird der Läufer aus dem Spiel genommen, wenn er sich der Base nur nähert, sie aber nicht berührt).
- Option 2: Wenn der Läufer die zweite Base bereits berührt hat und somit sicher ist, kann er versuchen, ihn beim nächsten Schlag ins Aus zu bringen, indem er den Ball zur Home Plate bringt oder wirft.
- Option 3: Wenn ein Schlagmann bereits an der zweiten Base sicher ist (er muss nur die zweite Hälfte der Bases absolvieren), können die Verteidiger den Ball sofort zur Home Plate zurückspielen, um zu verhindern, dass der Spieler, der zuvor an der zweiten Base sicher war, bis zur Home Plate vordringt und somit einen Run erzielt.

## Regeln

1. Wenn der Schlagmann die Runde um die Bases abschließen und sicher zum Schlagmal zurückkehren kann, bevor die Verteidiger den Ball zum Schlagmal werfen, hat er einen Lauf erzielt.
2. Wenn die Verteidiger den Ball zum zweiten Baseman werfen, bevor der Schlagmann ihn erreicht, ist der Schlagmann/Läufer raus.
3. Der Schlagmann/Läufer, der sicher auf der zweiten Base steht, muss warten, bis der nächste Schlagmann den Ball aus der Batter's Box schlägt, bevor er sich in Richtung Home Plate begibt, sonst muss er den Schlag wiederholen.
4. Wenn die Verteidigung den Ball in der Luft fängt, wird der Schlagmann als "out" bezeichnet.
5. Am Ende jeder Offensivrunde wird jeder durchgeführte Lauf gezählt.

6. Das Spiel ist zu Ende, wenn sich die beiden Mannschaften 5 Mal in der Offensive und Defensive abgewechselt haben.
7. Nach drei Outs durch die Verteidigung tauschen die beiden Teams die Positionen (Angriff-Verteidigung), und beim nächsten offensiven Spielzug (d. h. wenn das verteidigende Team wieder in die Offensive geht) wird das Schlagen ab der Nummer nach dem letzten Spieler, der ein Out erzielt hat, wieder aufgenommen.

## Besondere Fälle

Trifft der Schlagmann den Ball außerhalb des Fair Territory (Foul Ball), muss er den Schlag wiederholen.

Befindet sich ein Verteidiger (ohne Ballbesitz) in der Laufbahn des Läufers, muss die nächste Base dem behinderten Läufer zugewiesen werden. (Beispiel: Ein Verteidiger versperrt den Weg zwischen erster und zweiter Base, der Läufer muss automatisch als "sicher" auf der zweiten Base gemeldet werden).

## Phase #3 (Baseball5 Spiel)



## Die Rolle der Lehrerin/des Lehrers

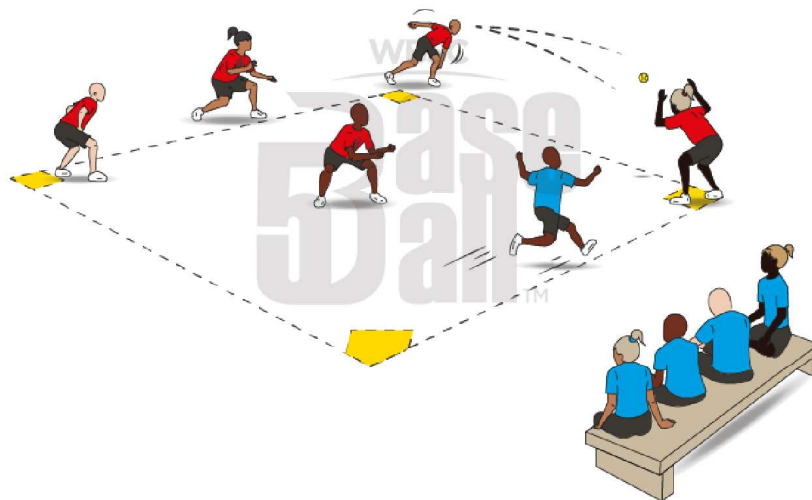
Bevor Sie zu Baseball5 übergehen, sollten Sie sicherstellen, dass die Kinder die Grundregeln verstanden haben, dass sie sich das Schlagen mit der Hand zutrauen und dass alle genügend Erfahrung mit dem Werfen und Fangen des Balls haben (siehe Spielkarten für Übungen).

## Vorbereitung

Teilen Sie die Klasse in zwei Mannschaften ein. Die offensiven Spieler, die in fortlaufender Reihenfolge nummeriert sind (1, 2, 3, 4, 5, ...), sitzen auf der Bank und warten, bis sie an der Reihe sind. Ordnen Sie innerhalb des Spielfelds das Quadrat mit einem Abstand zwischen den Basen von etwa 13 Metern pro Seite und den Abwehrspielern wie auf der Zeichnung angegeben an.

Verteilen Sie die Rollen in der Verteidigung und achten Sie darauf, dass alle Kinder alle Rollen ausfüllen (es ist empfehlenswert, die Verteidiger bei jeder Verteidigungsrunde auf andere Rollen zu verteilen, um kontinuierliches Lernen und konstante Motivation zu gewährleisten).

**ANMERKUNGEN:** Passen Sie die Größe des Platzes an den zur Verfügung stehenden Platz an (in der Turnhalle kann er kleiner sein, im Freien größer), aber der Abstand zwischen den Basen darf 13 Meter nicht überschreiten. Wenn die Klasse aus zwanzig oder mehr Kindern besteht, können Sie weitere (externe) Verteidiger hinzufügen. Die Laufwege der Läufer (gerade Linie zwischen zwei Bases) müssen von allen Verteidigern vermieden werden.



## Die Rolle der Offensivspieler

Der diensthabende Schlagmann befindet sich in der Batter's Box (siehe Zeichnung auf Seite 36) und muss versuchen, den Ball mit der Hand zu schlagen und eine der Bases zu erreichen, bevor die Verteidiger den Ball zu der Base zurückbringen, zu der er läuft (z. B. zur ersten Base). Wenn der Schlagmann/Läufer sicher ankommt, kann er an der Base stehen bleiben und auf den nächsten Mitspieler warten, um die nächste Base zu "erobern". Die auf den Bases wartenden Offensivspieler werden als Läufer bezeichnet, und erst wenn ein Läufer die Home Plate erreicht hat, nachdem er die anderen nacheinander berührt hat, hat er einen Run erzielt.

## Die Rolle der Defensivspieler

Der Verteidigung stehen mehrere Lösungen zur Verfügung, und sie kann sich für diejenige entscheiden, die es ihr von Zeit zu Zeit am effektivsten ermöglicht, einen Schlagmann/Läufer ins Aus zu befördern:

- Out an der ersten Base: Die Verteidiger, die den Ball zurückerobert haben, werfen ihn zum ersten Baseman, der die Base mit den Füßen berührt, während er den Ball fest in den Händen hält, bevor der Batter/Läufer die Base sicher erreicht;
- Out an der zweiten Base: Die Verteidiger, die den vom Offensivspieler geschlagenen Ball zurückerobert haben, werfen ihn zum zweiten Basemann, der mit dem Ball in seinem Besitz die zweite Base berührt, bevor der Läufer (der von der ersten Base kommt) sie erreicht;
- Out an der dritten Base: Die Verteidiger, die den vom Offensivspieler geschlagenen Ball zurückerobert haben, werfen ihn zum dritten Basemann, der mit dem Ball in seinem Besitz die Base berührt, bevor der Läufer (der von der zweiten Base kommt) sie erreicht;
- Out at home plate: Die Verteidiger haben den vom Offensivspieler geschlagenen Ball zurückerobert und werfen ihn zu einem ihrer Teamkollegen, der mit dem Ball in seinem Besitz die "home plate" berührt, bevor der Läufer (von der dritten Base kommend) den Lauf erzielt hat;
- Tag out: Ein Verteidiger berührt (taggt) den Schlagmann/Läufer mit dem Ball in der Hand, nachdem er ihn geschlagen und seinen Lauf begonnen hat oder nachdem sich ein Läufer von einer Base gelöst hat und sich zwischen zwei Bases befindet (nicht im sicheren Territorium).
- Fly out: Wenn ein Abwehrspieler den geschlagenen Ball in der Luft fängt (ohne dass der Ball den Boden berührt), wird der Schlagmann/Läufer als out bezeichnet, und die Läufer müssen auf ihren Bases bleiben.

## Regeln

1. Jedes Mal, wenn es einem Läufer gelingt, die Home Plate zu erreichen, erzielt die angreifende Mannschaft einen Run.
2. Wenn die Verteidiger den Ball zu einer Base zurückwerfen, bevor der Schlagmann/Läufer sie erreicht, ist der Läufer out.
3. Der oder die Schlagmänner, die auf den Bases stehen (safe), müssen auf den nächsten Schlagmann warten, bevor sie zur nächsten Base aufbrechen, sonst muss der Schlag wiederholt werden.
4. Wenn die Verteidigung den geschlagenen Ball in der Luft fängt, ist der Schlagmann out und alle Läufer, die auf den Bases warten, müssen zu der Base zurückkehren, auf der sie gestartet sind; ein erzielter Run wird nicht anerkannt.

5. Nach drei Outs der Verteidigung oder fünf erzielten Runs der offensiven Mannschaft tauschen die beiden Mannschaften die Positionen (Offense-Defense) und beim nächsten Wechsel (d.h. wenn die verteidigende Mannschaft zur Offense zurückkehrt) wird die Schlagreihenfolge von dem Spieler wieder aufgenommen, der auf denjenigen folgt, der das letzte Out erzielt hat.
6. Am Ende jeder Offensivrunde werden die durchgeführten Läufe gezählt.
7. Das Spiel endet, wenn die beiden Mannschaften 5 Mal zwischen Angriff und Verteidigung gewechselt haben.

### Besondere Fälle

- Trifft der Schlagmann den Ball außerhalb des Fair Territory (Foul Ball), muss er den Schlag wiederholen.
- Wenn der Ball über den Zaun geschlagen wird, ohne auf dem Boden aufzuspringen, ist der Schlagmann raus.
- Berührt der Schlag den Boden zu nahe am Schlagmal (weniger als 3 oder 4,5 Meter), ist der Schlagmann raus.

Auf jeder Base (erste, zweite oder dritte Base) darf immer nur ein Läufer stehen bleiben. Sollten zwei Läufer gleichzeitig dieselbe Base berühren, wird der unten in der Schlagreihenfolge aufgeführte Spieler als "out" bezeichnet.

Der Läufer, der vom geschlagenen Ball getroffen wird (die Flugbahn des geschlagenen Balls physisch behindern, bevor ein Abwehrspieler den Ball zurückerobern kann), ist raus, während der Schlagmann, der den Ball geschlagen hat, die Aktion mit der Eroberung der Base beenden darf.

Befindet sich ein Verteidiger ohne Ballbesitz in der Laufbahn des Läufers, muss die nächste Base dem behinderten Läufer zugewiesen werden. (Beispiel: Ein Verteidiger versperrt den Weg zwischen erster und zweiter Base, der Läufer muss automatisch als "sicher" auf der zweiten Base gemeldet werden).



## Übungskarten

---

### Wie man sie liest und verwendet

Dieses Toolkit wird durch 9 Übungskarten vervollständigt, die den Ausbilder bei der Auswahl und Organisation der richtigen Übungen für seine Zwecke unterstützen sollen. Die Karten sind ein praktisches Hilfsmittel für den Einsatz vor Ort und bieten schnelle und intuitive Unterstützung.

Jede Karte besteht aus einer Grafik, einem Beschreibungsfeld, einem grafischen Diagramm für entwickelte Fähigkeiten, einem Feld für Bemerkungen / Notizen, möglichen Varianten und Vorschlägen. Im Detail:

**Grafiken:** eine nützliche grafische Darstellung, wie der Raum, die Teilnehmer und die für die Übung benötigten Werkzeuge zu organisieren sind.

**Beschreibungsfeld:** eine vollständige Erklärung der Übung oder des Spiels, des Ablaufs, der Zeitmessung, des Zählens der Läufe, der Bestimmung von Start und Ziel sowie des Gewinners.

**Tabelle der entwickelten Fähigkeiten:** eine intuitive Darstellung der mit der Übung entwickelten Fähigkeiten. Jeder Fähigkeitsmarkierung ist eine Punktzahl von 1-5 zugeordnet, je höher die Punktzahl, desto stärker wird die Fähigkeit betont. Weitere Einzelheiten entnehmen Sie bitte dem nachstehenden [Glossar](#)

**Bemerkungen / Notizen:** Dieses Feld enthält nützliche allgemeine Informationen über die Übung, wie z. B. die benötigte Ausrüstung und die Mindestteilnehmerzahl, sowie das Gesamtniveau und das Hauptthema der Übung.

**QR-Codes:** Jede Übung wird mit einem QR-Code abgeschlossen, der direkt zu einem Anleitungsvideo führt.

### Glossar

**BLAUE Gruppe: Koordinierungsfähigkeiten**

**Geschicklichkeitskombination:** Die Fähigkeit, die verschiedenen Fähigkeiten, aus denen sich eine einzelne motorische Aufgabe zusammensetzt, auf harmonische und effektive Weise zu kombinieren. Zum Beispiel einen Ball annehmen und laufen, springen und werfen. Sie bezieht sich auch auf die Möglichkeit, verschiedene Körpersegmente zu koordinieren: Arme und Oberkörper, Arme und Beine usw.

**Kinästhetische Differenzierung:** Die Fähigkeit, die dynamischen Kraftparameter sehr genau zu steuern, um sie je nach Aufgabe auf die einzelnen Bewegungen anzuwenden. So kann die Kraft je nach Bedarf angemessen dosiert werden: z. B. beim Werfen des Balls auf verschiedene Entfernungen, bei der Anpassung von Sprüngen oder Stößen zur Überwindung unterschiedlich hoher Hindernisse.

**Rhythmische Differenzierung:** Die Fähigkeit, muskuläre Verpflichtungen in Bezug auf Raum und Zeit chronologisch zu organisieren. Sie ermöglicht einen Rhythmus in der Ausführung jeder Bewegung, der eine korrekte Abfolge von Kontraktionen und Dekontraktionen, die diese Bewegung beinhaltet, erzeugt.

**Raum-Zeit-Orientierung:** Die Fähigkeit, sich in einem Raum zu orientieren, indem man die Entfernungen zu Gegenständen, Personen und Bezugspunkten des Feldes berechnet und folglich die Bewegungen des Körpers entsprechend diesem Raum modifiziert. Außerdem ist es die Fähigkeit, die Flugbahn des Balls durch Berechnung seiner Geschwindigkeit und Richtung zu bestimmen.

**Reaktion Antizipation:** Die Fähigkeit, so schnell wie möglich auf verschiedene Reize zu reagieren. Sie ermöglicht es, angemessene motorische Reaktionen auf verschiedene Signale auszuführen. Man kann eine einfache Reaktion und eine komplexe Reaktion unterscheiden. Bei der ersten, einfachen Reaktion kennt man den Reiz, auf den man reagieren muss (der Anlasser für einen schnellen Start), während bei der zweiten, komplexen Reaktion so viele Reize wie möglich auftreten können, um verschiedenen möglichen Reaktionen zu entsprechen (die unterschiedliche Richtung des vom Gegner geschlagenen Balls).

**Transformation:** Die Fähigkeit, die ausgeführte Bewegung entsprechend plötzlicher und unerwarteter Veränderungen der Situation zu modifizieren und zu transformieren. Diese Fähigkeit steht in engem Zusammenhang mit der Fähigkeit zu reagieren (Reaction Anticipation).

**Gleichgewicht:** Die Fähigkeit, den Körper in einer Position zu halten, die für die Ausführung jeder Bewegung geeignet ist. Man unterscheidet ein statisches Gleichgewicht, wenn der Körper stillsteht, und ein dynamisches Gleichgewicht, wenn sich die Person bewegt. Die effektive Wirkung des Vestibularapparats ist wesentlich.

#### ORANGE Gruppe: Fitness

**Kraft:** Die Fähigkeit, einen Widerstand (ein Gewicht, ein Gerät, den eigenen Körper, den des Gegners) zu überwinden oder ihm in jedem Fall mit einem starken Muskeleinsatz zu begegnen.

**Geschwindigkeit:** Die Fähigkeit, Bewegungen in sehr kurzer Zeit auszuführen. Eine zyklische Geschwindigkeit kann für gleiche Bewegungen unterschieden werden, die auf ähnliche Weise wiederholt werden, wie beim Laufen, Rudern oder Radfahren. Eine azyklische Geschwindigkeit liegt vor, wenn die Aktion einmalig ist und so schnell wie möglich ausgeführt werden muss, wie beim Baseballwurf, Tennisaufschlag usw.

**Ausdauer / aerobe Kapazität:** Die Fähigkeit, effektive Bewegungen über einen längeren Zeitraum auszuführen. Je nach Dauer der auszuführenden Aktionen wird zwischen kurzer, mittlerer und langer Ausdauer unterschieden. Für mittlere bis lange Zeiten ist eine gute Effizienz des aeroben Energiesystems erforderlich.

## ROTE Gruppe: Psycho-soziales Wohlbefinden

Diese Gruppe markiert Ziele aus dem [Sport for Protection Toolkit](#)

Das Sport for Protection Toolkit: *Programming with Young People in Forced Displacement Settings* war eine organisationsübergreifende Zusammenarbeit zwischen dem Hohen Flüchtlingskommissar der Vereinten Nationen (UNHCR), dem Internationalen Olympischen Komitee (IOC) und der Organisation Terre des hommes (Tdh).

Mit dem Baseball5-Toolkit möchte das WBSC allen Akteuren in den Bereichen Bildung, humanitäre Hilfe und Sportentwicklung ein intuitives, praxisorientiertes Dokument an die Hand geben, das allen Tutoren bei der Umsetzung von Baseball5-Aktivitäten in ihren jeweiligen Tätigkeitsbereichen helfen soll.

Insbesondere soll der Marker für psychosoziales Wohlbefinden einen Hinweis auf die Anwendbarkeit jeder Übung im Hinblick auf die vier unten aufgeführten Ziele aus dem Sport for Protection Toolkit geben.

### 1. Soziale Kohäsion

Die Bindungen, die die Menschen innerhalb einer Gemeinschaft zusammenhalten (einschließlich des Ausmaßes, in dem sie interagieren, gemeinsame kulturelle, religiöse oder andere soziale Merkmale und Interessen teilen und/oder in der Lage sind, Ungleichheiten zu minimieren und Ausgrenzung zu vermeiden)

### 2. Soziale Eingliederung

Der Prozess der Verbesserung der Bedingungen für die Teilhabe an der Gesellschaft, insbesondere für benachteiligte Menschen, durch Verbesserung der Möglichkeiten, des Zugangs zu Ressourcen, der Mitsprache und der Achtung der Rechte

### 3. Psychosoziales Wohlbefinden

Der positive Zustand, in dem ein Individuum gedeiht

### 4. Ansatz für die Einbeziehung von Jugendlichen

Ein Ansatz, der das aktive Engagement der Jugendlichen in allen Bereichen ihres Lebens in den Vordergrund stellt

# BASEBALLS EXERCISE CARDS

#PLAYEVERYWHERE



WBSC  
**Base Ball**<sup>TM</sup>

## Schlag Rallye



### Das Spiel

Zwei oder mehr Mannschaften sitzen in einer Reihe mit gekreuzten Beinen nebeneinander, mit dem Gesicht zu einer Wand. Der erste Spieler jeder Reihe hat den Ball in der Hand und schlägt den Ball mit seiner dominanten Hand von hinter dem Kegel gegen die Wand.

Jeder Spieler hat nur einen Versuch: Wenn der Ball die Wand trifft, ohne vorher abzurollen, gibt es einen Punkt, in allen anderen Fällen nicht. Sobald der Schlagmann fertig ist, sammelt der Spieler den Ball ein und läuft zum nächsten Spieler in der Reihe, indem er den Ball abgibt, endet sein Zug und der nächste Spieler kann seinen Versuch fortsetzen.

Am Ende einer bestimmten Zeit gewinnt die Mannschaft mit den meisten Punkten.

## ENTWICKELTE FÄHIGKEITEN



## TECHNISCHE DATEN

### Batting und Fielding

### Erforderliches Level



### Anzahl Spieler:

4-6 Spieler pro  
Team



### Material:

Gummibälle, leere Wand,  
Hütchen

## Varianten

Jeder Spieler muss die Wand treffen, ohne dass der Ball vorher auf dem Boden aufprallt. Gelingt ihm dies nicht, muss derselbe Spieler den Ball auffangen und den Schlag wiederholen, bis er einen gültigen Treffer erzielt. Dann läuft der Spieler los, um den Ball einzusammeln, und gibt ihn an den nächsten Mitspieler weiter, der dann versucht, die Wand zu treffen. Die Mannschaft, die es als erste schafft, dass alle ihre Mitglieder die Übung korrekt ausführen, gewinnt.

## Tipps

- Passen Sie den Abstand der Kegel von der Wand an, näher oder weiter, je nach den Fähigkeiten / Alter der Spieler

# Squash



## Das Spiel

Vor der Wand, 3-5 m entfernt, stehen alle Spieler in einer Reihe. Der erste Spieler wirft den Ball gegen die Wand und läuft zum Ende der Reihe. Der zweite Spieler in der Reihe fängt den Ball auf und wirft ihn so schnell wie möglich zurück gegen die Wand.

Der Ball, der nach dem Aufprall auf die Wand nach hinten springt, muss immer zwischen den Hütchen hindurchlaufen, um das Aufnehmen nicht zu sehr zu erschweren, und zwar innerhalb des von zwei Hütchen gebildeten Raums, wie in der Abbildung dargestellt.

Der Spieler, der den Fang oder den Wurf verpasst, ist raus. Wer zuletzt im Spiel bleibt, gewinnt.

## ENTWICKELTE FÄHIGKEITEN



## TECHNISCHE DATEN

### Batting und Fielding

### Erforderliches Level



### Anzahl Spieler:

Mindestens 3



### Material:

Gummibälle, leere Wand,  
Hütchen

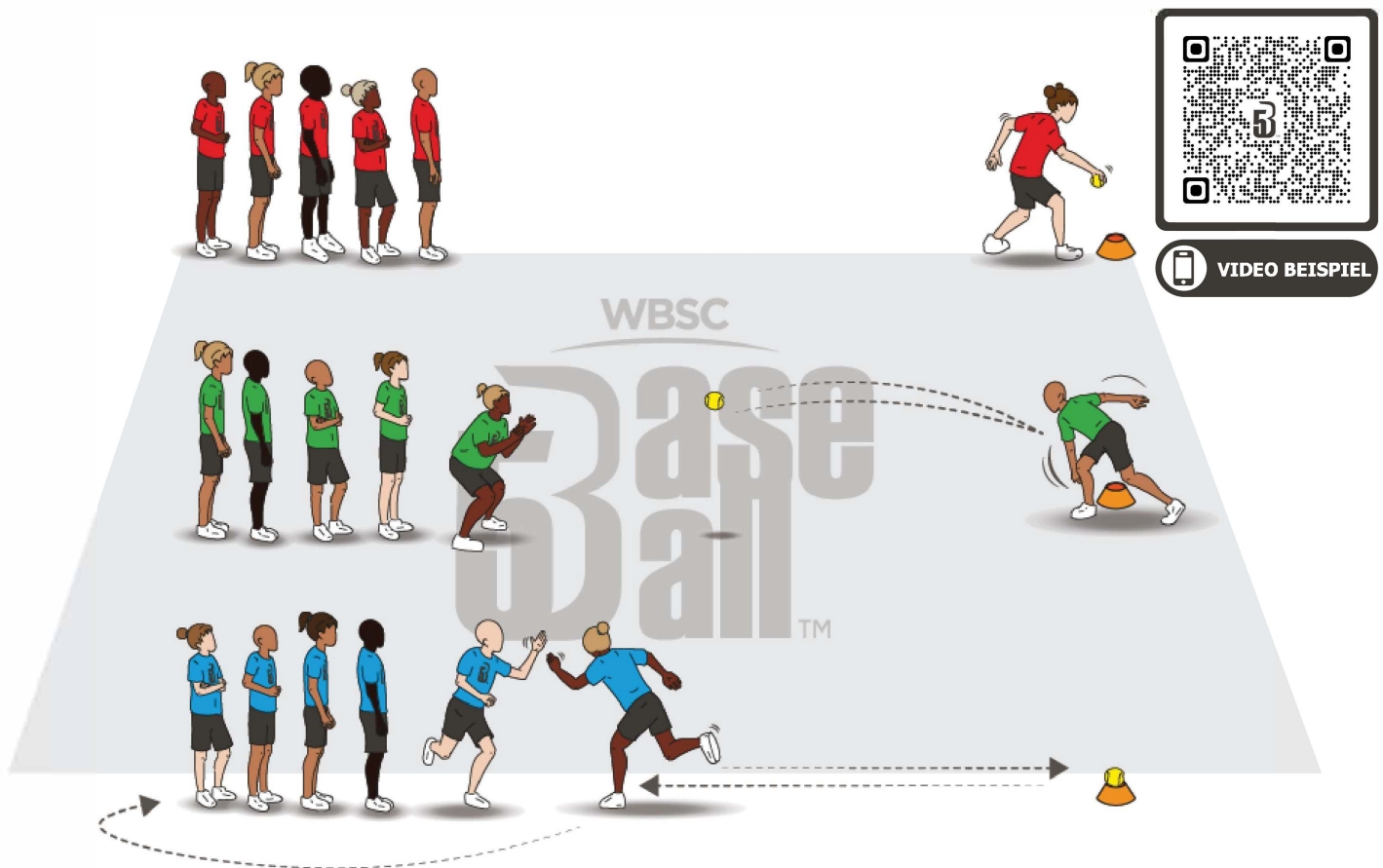
## Varianten

Anstatt denjenigen zu eliminieren, der den Wurf oder das Fangen verfehlt, wird ein Strafpunkt vergeben, und am Ende einer festgelegten Zeit gewinnt derjenige, der die wenigsten Strafpunkte erlitten hat, den Wettbewerb.

## Tipps

- Vergrößern oder verkleinern Sie den Abstand zwischen den beiden Hütchen, um das Fangen des Balls nach dem Abprallen von der Wand zu erschweren oder zu erleichtern, je nach den Fähigkeiten der Spieler.

# Fangen, Werfen & Laufen



## Das Spiel

Jede Mannschaft stellt sich hinter einer Startlinie in einer Reihe auf. Etwa 10 m entfernt, vor jeder Mannschaft, wird ein Kegel (oder Kreis) mit einem Ball darauf aufgestellt.

Der erste Spieler in der Reihe sprintet auf das "Los" des Trainers nach vorne, nimmt den Ball und wirft ihn in Richtung des Mannschaftskameraden, der am Anfang der Reihe steht, wartet, bis er ihn zurückwirft und legt ihn wieder auf den Kegel. Dann läuft er zurück, mit einem "Highfive" passiert er/sie die Kurve und geht zum Ende der Reihe. In dem Moment, in dem der zweite Spieler wieder ein "Highfive" erhält, kann der Spieler beginnen und die gleiche Sequenz wiederholen. Das Team, das als erstes zur ursprünglichen Startreihenfolge zurückkehrt, gewinnt.

## ENTWICKELTE FÄHIGKEITEN



## TECHNISCHE DATEN

**Schnelles und genaues  
Werfen und Fangen**

**Erforderliches Level**



**Anzahl Spieler:**  
3-8 Spieler pro Team



**Material:**  
Gummibälle, Hütchen

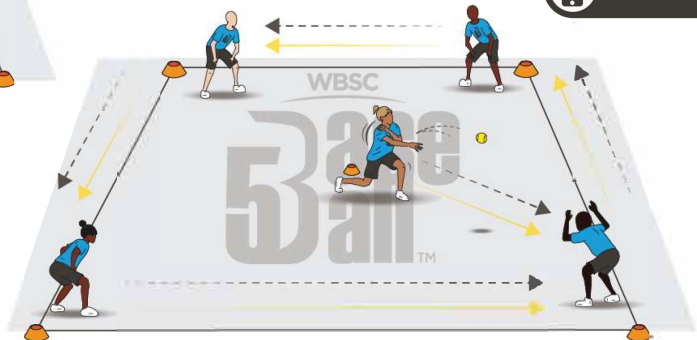
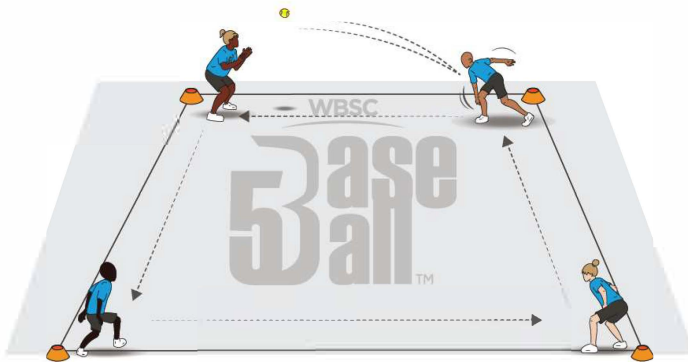
## Varianten

In jeder Runde wirft der Spieler, der den Ball von dem Kegel nimmt, ihn auf verschiedene Arten zu seinem an der Startlinie wartenden Teamkollegen zurück: Überhandwurf, auf den Boden gerollt, mit zwei oder drei Aufsetzern, Überhandwurf und der Teamkollege führt einen Fang aus, Überhandwurf und der Teamkollege simuliert ein Fangspiel.

## Tipps

- Verwenden Sie immer relativ weiche Bälle, z. B. Tennis- oder Schaumstoffbälle, da ein unkontrollierter Wurf einen Mitspieler treffen könnte.
- Passen Sie den Abstand zwischen der Startlinie und der Positionierung des Balls an das Niveau der Fang- und Spielfähigkeiten der Spieler an.

# Das Quadrat



## Das Spiel

Zwei oder mehr Mannschaften mit je vier Spielern bilden ein Quadrat mit einer Seitenlänge von 5 bis maximal 9 m: Jeder Spieler steht an einer der Ecken. Die Länge der Seiten des Quadrats wird von der Lehrkraft je nach den Fähigkeiten der Spieler und der Art des verwendeten Balls festgelegt. Der Spieler, der im Besitz des Balls ist, beginnt das Spiel, indem er ihn einem Mitspieler zuwirft. Der Ausbilder muss von Zeit zu Zeit die Richtung des Balls festlegen, im oder gegen den Uhrzeigersinn. Jedes Mal, wenn der Ball an dem Spieler vorbeikommt, der das Spiel begonnen hat, muss er die Anzahl der Runden rufen, die die Mannschaft absolviert hat, und wenn die letzte der vorgegebenen Runden beendet ist, ruft er "Stopp".

Um den Schwierigkeitsgrad des Spiels zu erhöhen, kann es mit fünf Spielern pro Mannschaft gespielt werden, die werfen und sich drehen, wodurch das Spiel in "Quadratischer Wurf und Durchlauf" verwandelt wird. Der fünfte Spieler stellt sich mit dem Ball in der Hand in die Mitte des Platzes und gibt ihn beim "Start" an einen Mitspieler weiter, der dem Wurf folgt und sich an dessen Stelle positioniert, indem er dessen Position einnimmt.

Das Spiel endet, wenn der Spieler, der den ersten Pass von dem Spieler, der in der Mitte stand, erhalten hat, zurückkehrt, um den Ball in seiner ursprünglichen Position zu erhalten. Es ist auch möglich, nur mit einem Team zu spielen und die Zeit zu messen, die benötigt wird, um eine ganze Runde zu absolvieren: "Zeitfahren im Quadrat". Die Gruppe mit der schnellsten Zeit gewinnt.

## ENTWICKELTE FÄHIGKEITEN

Geschicklichkeit ●●●●●

Ästhetik ●●●●●

Rhythmik ●●●●●

Orientierung ●●●●●

Reaktion ●●●●●

Anpassungsfähigkeit ●●●●●

Gleichgewicht ●●●●●

Kraft ●●●●●

Schnelligkeit ●●●●●

Kondition ●●●●●

Zusammenarbeit im Team ●●●●●

## TECHNISCHE DATEN

**Schnelles Fangen und Werfen**

**Erforderliches Level**



**Anzahl Spieler:**

4 oder 5 Spieler pro Team



**Material:**

Gummibälle, Hütchen, Stoppuhr

## Varianten

Es kann gespielt werden, indem der Ball gegen oder im Uhrzeigersinn geworfen wird, wobei verschiedene Arten von Bällen und Wurftechniken verwendet werden: Schaumstoffbälle, der mit beiden Händen berührt werden muss; Volleyball oder ähnliches, mit einer Hand; verschiedene Bälle (Schaumstoff-Ball, Tennis-Ball, Incrediball); verschiedene Arten, den Ball zu werfen:

- im Uhrzeigersinn;
- gegen den Uhrzeigersinn;
- mit der Hand auf der Brust im Uhrzeigersinn
- über die Brust gegen den Uhrzeigersinn;
- auf dem Boden gerollt;
- 1 Aufprall, 2 Aufprälle.

## Tipps

- Vergrößern Sie den Abstand zwischen den Ecken des Quadrats, während Sie den Ball groß und weich bis zum normalen Ball weitergeben.

# Die Brücke



## Das Spiel

Die beiden Mannschaften stellen sich in einer Reihe auf, wobei die Spieler 4-8 m voneinander entfernt sind. Um die Positionierung der Jungen zu erleichtern, können zunächst zwei Reihen Markierungen als Bezugspunkte auf den Boden gelegt werden. Der Erste jeder Reihe hat den Ball in der Hand und wirft ihn auf das Kommando des Spielleiters dem nächsten Mitspieler zu, der ihn entgegennimmt, sich umdreht und ihn an einen Mitspieler weitergibt, der ihn bis zum letzten Spieler der Reihe weitergibt.

Der letzte Spieler macht eine Reihe von Schritten in die entgegengesetzte Richtung. Wird der Ball bei der Weitergabe an den nachfolgenden Mitspieler aufgrund eines falschen Wurfs oder Fangs übersprungen, muss der Ball sofort zu demjenigen zurückkehren, der ihn nicht gefangen hat, und seinen Weg fortsetzen.

Die Mannschaft, die den Ball als erste wieder an seinen Ausgangspunkt zurückbringt, nachdem er allen Mitspielern zugeworfen wurde, ohne einen zu verfehlen, gewinnt.

## ENTWICKELTE FÄHIGKEITEN



## TECHNISCHE DATEN

**Schnelles Fangen und Werfen, Fußballarbeit**

**Erforderliches Level**



**Anzahl der Spieler:**  
Mindestens 3 pro Team



**Material:**  
Gummibälle, Hütchen

## Variante

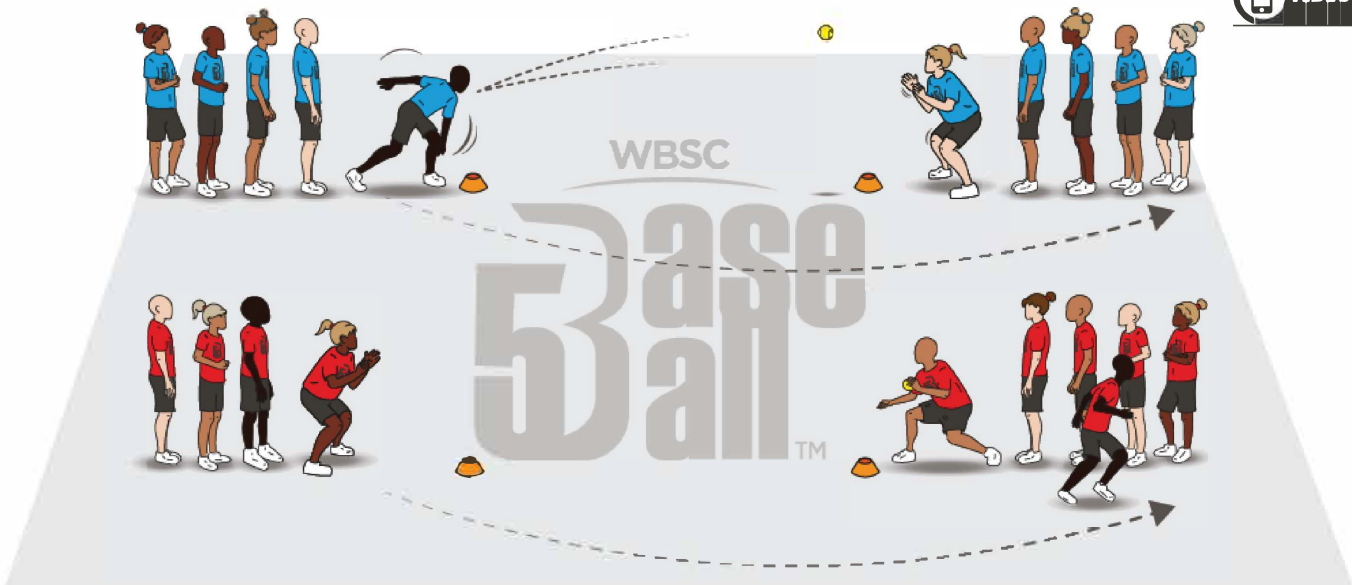
Um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen, rücken die Spieler, nachdem der Ball zum Ersten in der Reihe zurückgekehrt ist, alle um einen Platz nach unten und der letzte Spieler rennt zu dem Platz, den der Erste in der Reihe verlassen hat. Die Mannschaft, die als erste alle Spieler wieder auf ihre Ausgangsposition zurückbringt, gewinnt.

Außerdem kann jede Art von Ball mit unterschiedlichem Durchmesser und Gewicht verwendet werden. Je nach gewähltem Ball kann der Abstand zwischen den Spielern variiert werden.

## Tipps

- Lassen Sie die Spieler in jeder Runde die Position wechseln, so dass jeder einmal am Anfang, am Ende und in der Mitte der Reihe war.
- Die ideale Anzahl für dieses Spiel sind vier Spieler pro Team. Um die Position zu wechseln, reicht es aus, wenn derjenige, der in der Mitte steht, zu den Enden geht und umgekehrt.

# Werfen & Folgen



## Das Spiel

Jede Mannschaft wird in zwei Gruppen aufgeteilt, die sich in einer Reihe in einem durch zwei Hütchen markierten Abstand gegenüberstehen und je nach Geschicklichkeit der Spieler und dem verwendeten Ball eingeteilt werden. Auf "START": Der erste Spieler einer Reihe wirft den Ball auf die gegenüberliegende Seite und geht nach dem Pass auf die Rückseite der anderen Reihe. Das Spiel wird mit einer Reihe von Würfen mit allen Spieler fortgesetzt.

Es wird mit zwei oder mehr Mannschaften nebeneinander gespielt, und diejenige, die als erste alle ihre Mitglieder in die Ausgangsposition zurückbringt, gewinnt.

## ENTWICKELTE FÄHIGKEITEN



## TECHNISCHE DATEN

### Fangen und Werfen

### Erforderliches Level



### Anzahl der Spieler:

Mindestens 10 Spieler



### Material:

Gummbälle, Hütchen

## Varianten

Verwenden Sie verschiedene Arten von Pässen: Wurf mit der Hand, Wurf mit einem anderen Arm als dem dominanten, mit Rückprall, Rollen des Balls auf dem Boden. Es können Bälle unterschiedlicher Größe und Beschaffenheit verwendet werden.

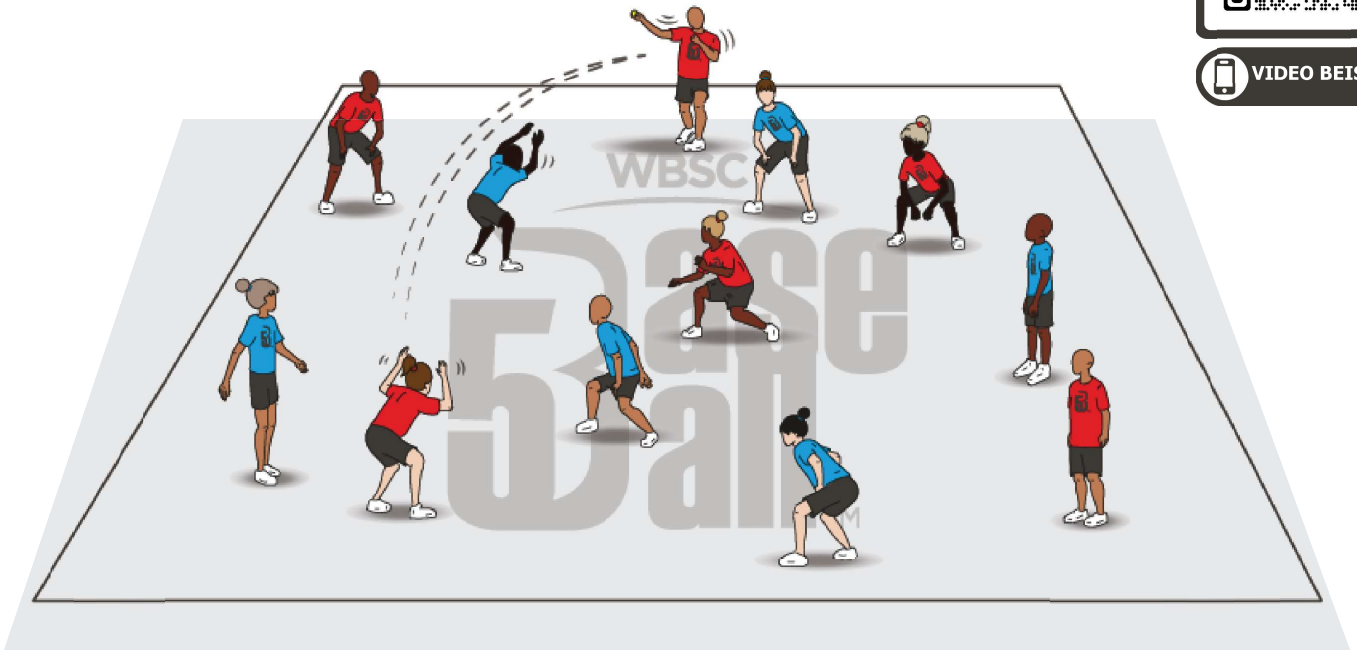
## Tipps

- Um zu verhindern, dass sich die Spieler beim Wechsel von einer Reihe in die andere gegenseitig behindern oder den Ball werfen, werden zwei kleine Hütchen auf der Seite in der Mitte zwischen den beiden Reihen aufgestellt, um den Weg zu bestimmen, den die Spieler von einer Reihe in die andere laufen können.

# Fünf Pässe



VIDEO BEISPIEL



## Das Spiel

Die Gruppe wird in zwei Mannschaften aufgeteilt und das Spielfeld wird festgelegt, innerhalb dessen sich die Spieler bewegen können.

Eine Mannschaft muss in der Lage sein, den Ball fünfmal hintereinander zu passen, ohne ihn fallen zu lassen oder ihn vom Gegner abzufangen: Beim fünften Pass gibt es einen Punkt und der Ballbesitz wird gewechselt. Derjenige, der den Ball in der Hand hat, darf sich nicht bewegen, sondern ihn nur an einen Partner weitergeben, und zwar nur mit einem Wurf und ohne ihn direkt von Hand zu Hand weitergeben zu können. Die Mannschaft, die nicht in Ballbesitz ist, muss versuchen, den Ball abzufangen, ohne die gegnerischen Spieler zu berühren: Es ist kein Kontaktspiel. Wenn der Ball abgefangen wird oder zu Boden fällt, geht der Ballbesitz an die andere Mannschaft zurück.

Die Mannschaft, die zuerst einen bestimmten Punktestand erreicht, gewinnt.

## ENTWICKELTE FÄHIGKEITEN



## TECHNISCHE DATEN

**Fangen und Werfen,  
Teamarbeit**

**Erforderliches Level**



**Anzahl der Spieler:**  
4-6 Spieler pro Team



**Material:**  
Gummibälle, leere Fläche,  
Hütchen

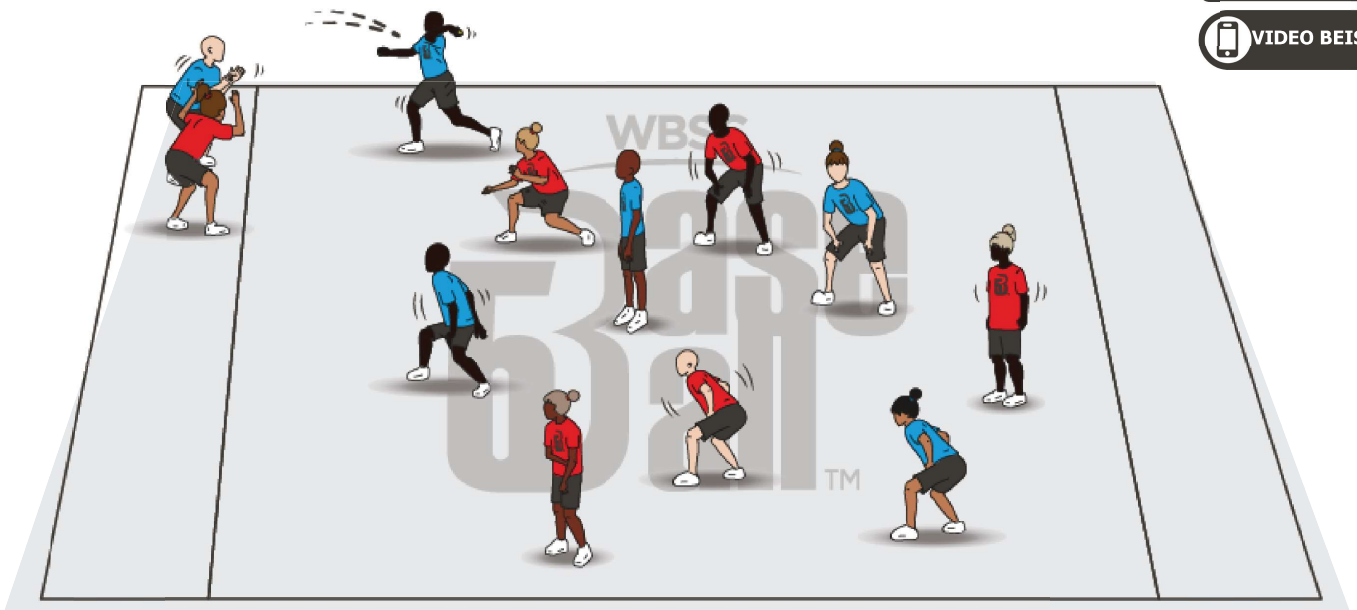
## Varianten

Das Spiel kann mit weichen Bällen, Volleybällen (usw.) in verschiedenen Größen gespielt werden.

## Tipps

- Wenn der Ball immer zwischen denselben zwei oder drei Teammitgliedern gepasst wird und die Tendenz besteht, die anderen an den Rand zu drängen, kann man die Regel einführen, dass der "Rückpass" nicht gemacht werden darf (wenn ich einem Partner den Ball zuspiele, darf er ihn nicht sofort zu mir zurückspielen).
- Wenn es schwierig ist, den Ball zu fangen, können drei statt fünf Pässe gespielt werden und/oder der Ball kann zwischen den Pässen verspringen.
- Wenn die Spieler über ein hohes Maß an Geschicklichkeit verfügen, kann die Anzahl der Punkte für erfolgreiche Pässe von fünf auf sieben bis zehn erhöht werden.

# Touchdown



## Das Spiel

Es wird ein Spielfeld gezogen, an dessen Enden zwei "Endzonen" festgelegt werden (ähnlich der Touchdown-Zone im American Football).

Um einen Touchdown zu erzielen, müssen die Spieler der beiden Mannschaften den Ball von einem Mitspieler, der den Ball in der Endzone fängt, in die andere Endzone passen.

Es gelten die gleichen Regeln wie bei den "Fünf Pässen": Wer den Ball in der Hand hat, darf sich nicht bewegen, und wenn der Ball abgefangen wird oder zu Boden fällt, wird er der anderen Mannschaft zugesprochen.

## ENTWICKELTE FÄHIGKEITEN



## TECHNISCHE DATEN

**Fangen und Werfen,  
Teamarbeit**

**Erforderliches Level**



**Anzahl der Spieler:**  
4-6 Spieler pro Team



**Material:**  
Gummibälle, leere Fläche,  
Hütchen

## Variante

Sie können Schaumstoffbälle, Volleybälle oder andere Bälle in verschiedenen Größen verwenden. Das Spiel kann in verschiedenen Stufen gespielt werden, indem der Torraum verkleinert wird.

## Tipps

- Um zu vermeiden, dass die Spieler einen einzigen langen Pass machen, um den Ball zum Mitspieler im Tor zu bringen, kann man eine Mindestanzahl von Pässen (drei, vier, fünf) festlegen, die jede Mannschaft vor dem letzten Pass machen muss; oder dass sie das halbe Spielfeld überqueren müssen, bevor sie den Ball in die Endzone spielen dürfen.

## Baserunning Rallye



### Das Spiel

Es handelt sich um ein Laufspiel, bei dem die vier Bases des Baseball5 -Feldes, die je nach Platzangebot in der Turnhalle aufgestellt werden, als Weg dienen. Es werden zwei Mannschaften mit jeweils mindestens vier Spielern gebildet, die in einer Reihe aufgestellt werden: einer hinter der Home Plate und der andere hinter der Second Base (die Bases können durch Kegel ersetzt werden).

Zu Beginn des Spiels muss der Erste in jeder Reihe die Bases vollständig umrunden und zu der Base zurückkehren, von der er gestartet ist, dann wechselt er auf den wartenden Partner, der seinerseits denselben Weg so schnell wie möglich zurücklegt. Die Mannschaft, die von der Homeplate startet, läuft zur ersten, zweiten und dritten Base und kehrt dann zum Ausgangspunkt zurück. Die Mannschaft, die von der zweiten Base startet, läuft zur dritten, zur ersten und zur zweiten Base und kehrt dann ebenfalls zum Ausgangspunkt zurück. Die Mannschaft, deren Mitglieder die Runde als Erste beenden, gewinnt.

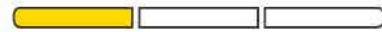
## ENTWICKELTE FÄHIGKEITEN



## TECHNISCHE DATEN

### Baserunning

### Erforderliches Level



### Anzahl der Spieler:

Mindestens 4 Spieler pro Team



### Material:

Gummibälle, Hütchen oder Bases

## Varianten

Eine Mannschaft läuft von der Homeplate zur Second Base und die andere von der Second Base zur Homeplate, wobei sie natürlich durch die mittlere Base (First bzw. Third) läuft. Die Mannschaft, die als erste alle ihre Spieler auf die gegenüberliegende Seite des Feldes bringt, gewinnt: eine Variante, die für die Kleinsten geeignet ist.

## Tipps

- Um Zusammenstöße zwischen den Mitgliedern der beiden Mannschaften, die auf denselben Bahnen laufen, zu vermeiden, ist es den Spielern strengstens untersagt, an den Bases anzuhalten und mindestens einen Meter von ihnen entfernt zu warten. Sie dürfen sich erst dann zur Base begeben, wenn ihr Partner im Besitz des zuzustellenden Balls angekommen ist.