

Antizipationstraining im Sportspiel Volleyball : Schulung der spielphasen- und funktionsspezifischen Anforderungen an die Antizipationsfähigkeit

Autor(en): **Nussbaum, Peter**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Maggingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule
Maggingen mit Jugend + Sport**

Band (Jahr): **45 (1988)**

Heft 9

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-992677>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

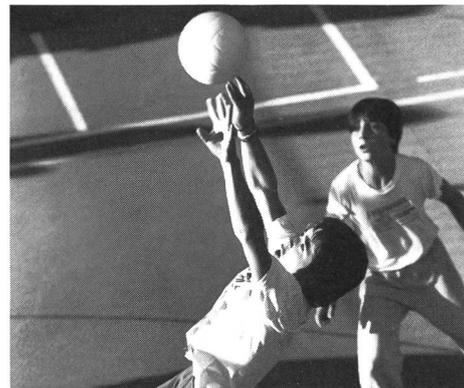
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Antizipationstraining im Sportspiel Volleyball

Schulung der spielphasen- und funktionspezifischen Anforderungen an die Antizipationsfähigkeit

Peter Nussbaum

Die gleichnamige Diplomarbeit zur Erlangung des Turn- und Sportlehrerdiploms II der ETH Zürich wurde 1987 vom Forschungsinstitut der ETS mit einem Preis ausgezeichnet.



Die Arbeit kann grob zweigeteilt werden:

Zuerst wird der Begriff der Antizipation definiert und in die Gesamtheit der, die sportliche Leistungsfähigkeit bestimmenden psychomotorischen Faktoren eingeordnet (S. 7 bis 12). Daraufhin wird die Bedeutung der Antizipation im Sportspiel, speziell im Volleyball, dargestellt und näher auf diejenigen psychomotorischen Fähigkeiten eingegangen, die die Antizipationsfähigkeit unterstützen helfen (S. 18 bis 44).

Der zweite, praxisorientierte Teil beschreibt die Antizipationsleistungen der Spieler in den verschiedenen Spielphasen (S. 50 bis 61) und illustriert das Ganze in der anschliessenden Übungssammlung (S. 62 bis 93).

Vor der eigentlichen Antizipationsleistung muss der **Spieler** die **Spielsituation** erkennen. Dann erfolgt die zentrale antizipatorische Arbeit aufgrund der Wechselbeziehungen zwischen der **Handlung** des **Gegners**, der **Handlung** des **Mitspielers** und der **Ballbewegung**. Am Schluss erfolgt die **Handlungsausführung** durch den **Spieler**. Wie verschiedene Untersuchungen zum Thema zeigen, besteht ein enger Zusammenhang zwischen der Antizipation und den in Abb. 2 aufgeführten psychomotorischen Fähigkeiten.

1. Teil: Theoretische Grundlagen

Es soll versucht werden, am Beispiel der Antizipationsfähigkeit das theoretische Wissen über Wahrnehmungs- und Verarbeitungsprozesse von Informationen über das Spielgeschehen in die Trainingspraxis umzusetzen.

«Unter Antizipation ist zu verstehen: Aufgrund von Wahrnehmungen vom Beginn und von den Begleitbedingungen bestimmter Prozesse wird ihr weiterer Verlauf und das Resultat bereits im voraus konstruiert, also vorausgenommen.» (Meinel 1987, S. 84)

Aus der Sicht des Spielers im Ablauf einer Spielhandlung können die entscheidenden Parameter antizipatorischer Leistungen

(Gegner, Mitspieler, Ball) folgendermassen in ein Funktionsschema eingeordnet werden. (Abb. 1)

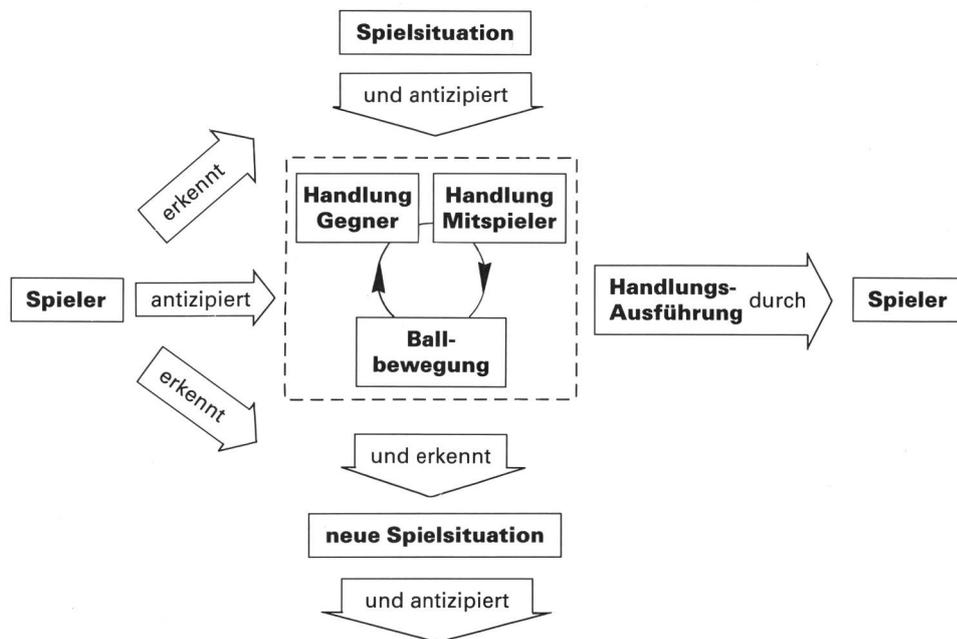


Abb. 1: Funktionsschema antizipatorischer Leistungen im Volleyballspiel.

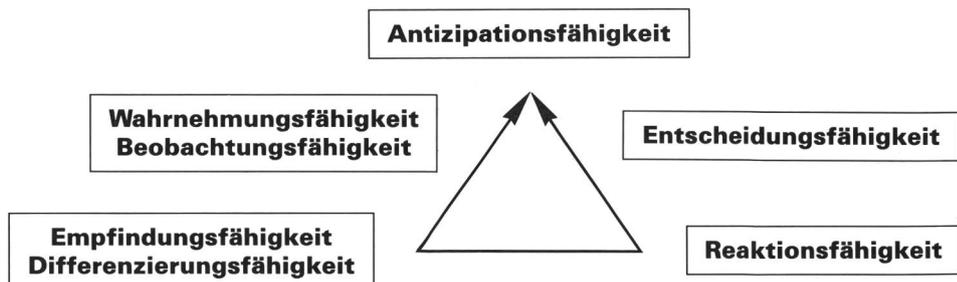
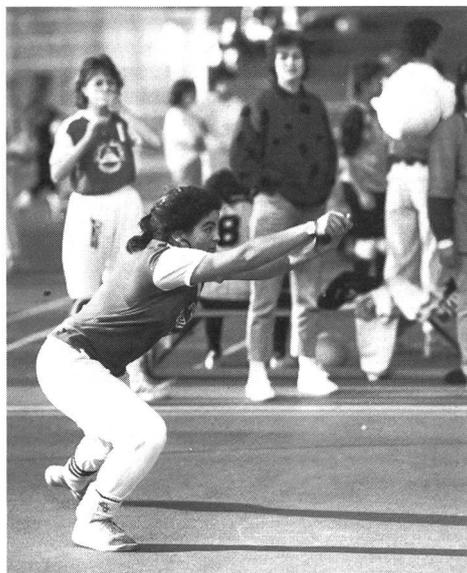


Abb. 2: Hierarchiebezüge der psychomotorischen Fähigkeiten, die die Antizipationsleistungen unterstützen.

Die **Empfindungs- und Differenzierungsfähigkeit** bietet Gewähr, dass die Informationsaufnahme möglichst realitätsgetreu abläuft und den Anforderungen an die Präzision von räumlichen, zeitlichen und Bewegungsparametern genügt. Mit der **Wahrnehmungs- und Beobachtungsfähigkeit** ist eine Auswahl und eine Bewertung der Information verbunden, wobei die Qualität der aufgenommenen Information einen wichtigen Anteil darstellt. Erst damit ist es möglich, eine zukünftige Spielsituation vorwegzunehmen, basierend auf bereits getätigten Erfahrungen und situationspezifischem Wissen. Am Schluss, aber deshalb nicht weniger wichtig, steht die eigene Handlungsausführung, die auf einer **Entscheidung** für eine Bewe-

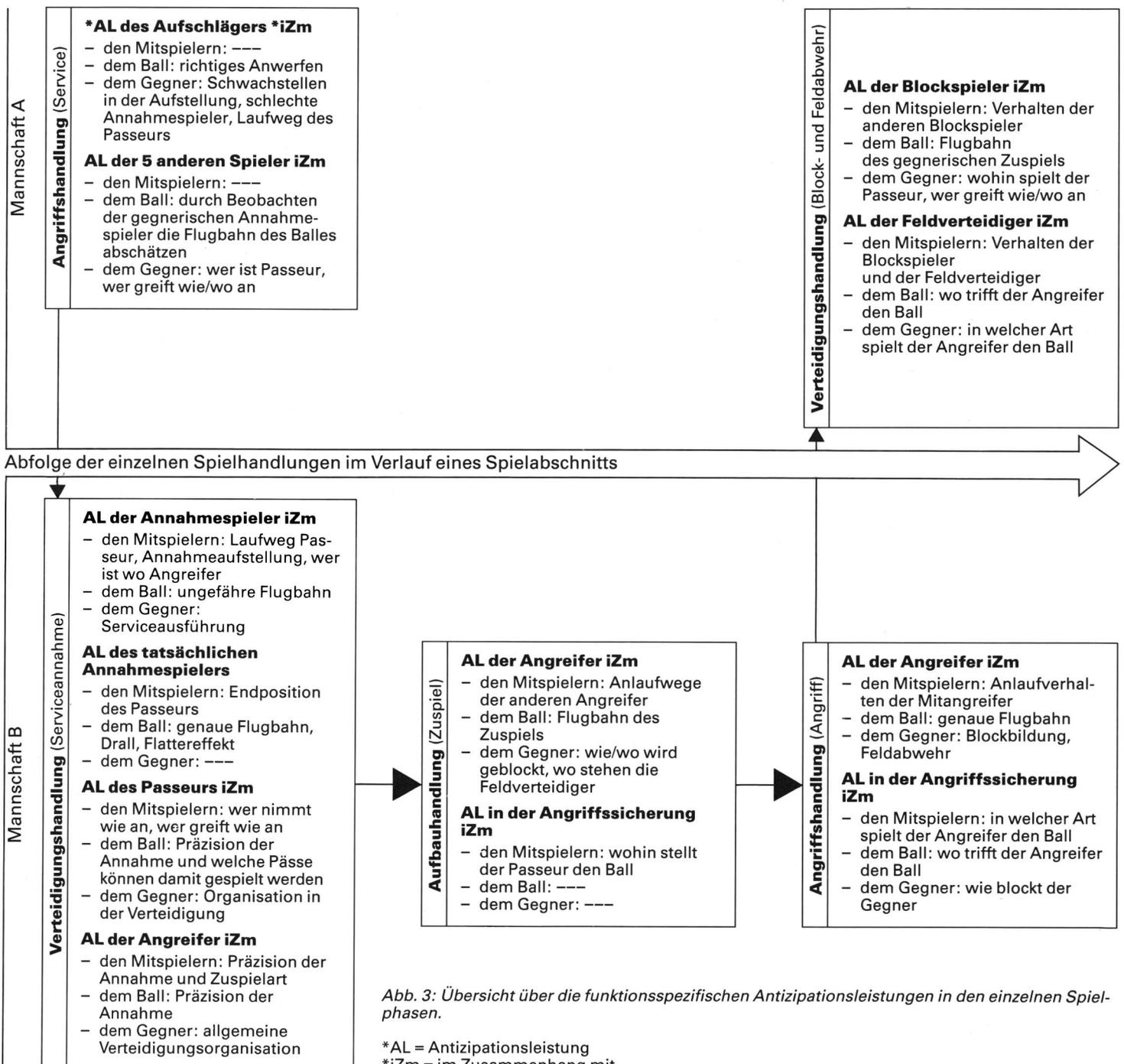
gungsantwort aus mehreren Handlungsalternativen besteht. Gleichzeitig ist mit diesem In-Beziehung-Setzen der verschiedenen psychomotorischen Fähigkeiten auch deren Hierarchisierung erklärt.

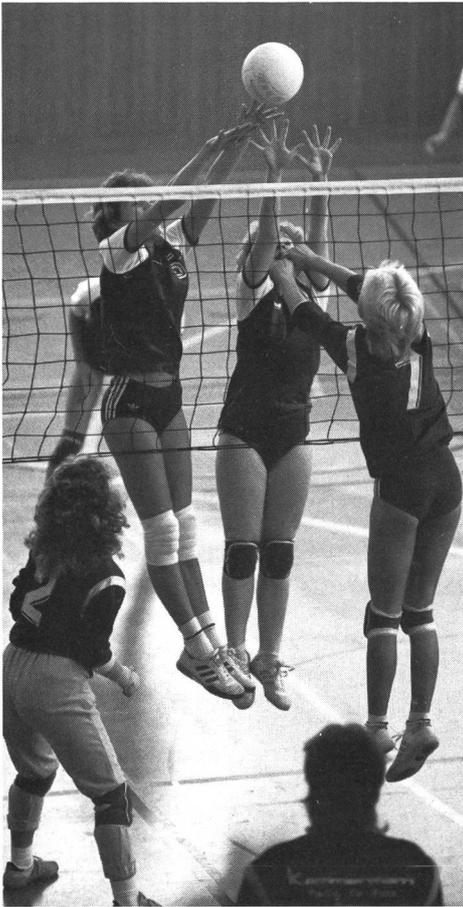
2. Teil: Umsetzung in die Praxis

Die Verbindung zwischen Theorie und Praxis bildet eine Übersicht über die antizipatorischen Leistungen der Spieler in ihren verschiedenen Funktionen im zeitlichen Ablauf eines Spielabschnitts. Zum besseren Verständnis der Abb. 3 sei hier folgendes erklärt:

- Die Antizipationsleistungen werden aufgeteilt in solche im Zusammenhang mit dem Gegner, den Mitspielern und dem Ball.
- Die Spieler einer Mannschaft werden dann getrennt aufgeführt, wenn sie in ihrer Funktion (zum Beispiel Blockspieler oder Verteidiger) unterschiedliche Antizipationsleistungen zu vollbringen haben.

In dieser Übersicht (Abb. 3) sind die antizipatorischen Leistungen recht summarisch systematisiert. Bevor zu den Antizipationsleistungen in den unterschiedlichen Spielphasen Übungen aufgestellt werden, müssen diese Leistungen noch näher beschrieben werden.





- Welche Passvariante kann der Passeur spielen (Kurzangriff möglich)?
- Wie beginnt sich die gegnerische Mannschaft in der Verteidigung zu organisieren?

Mit Hilfe dieser Aufschlüsselung können erste allgemeine Trainingsgrundsätze formuliert werden:

Der Angreifer ist in dieser Phase hauptsächlich mit Blocken oder in der Feldabwehr engagiert. Je früher er erkennen kann, dass er den Ball nicht verteidigen muss, um so schneller kann er sich auf den Angriff vorbereiten. Aus der Präzision der Verteidigungshandlung lassen sich bereits erste Schlüsse über das Zuspiel durch den Passeur ziehen. Gleichzeitig hat eine Groborientierung über die Verteidigungsorganisation beim Gegner stattzufinden.

Übungskriterien: Frühzeitiges Abschätzen der Präzision der Verteidigungshandlung aufgrund der Gefährlichkeit des gegnerischen Angriffs. Richtige Angriffsvorbereitung in Abhängigkeit von der Präzision der Verteidigungshandlung.

Daraus lassen sich jetzt gezielt praktische Übungen ableiten, die die entsprechenden Fähigkeiten trainieren:

- A1 und A2 mit dem Rücken zu T stehen. Erst nachdem T den Ball gespielt hat, dürfen sich A1 und A2 auf ein akustisches Signal hin umdrehen.
- Zusatzaufgaben für die Angreifer
 - T zeigt kurz vor oder nach dem Spielen des Balles an, wie der nichtverteidigende Spieler angreifen muss (zum Beispiel Kurzangriff auf Position III).
 - Der nichtverteidigende Spieler muss vor seinem Angriff einen bestimmten Laufweg zurücklegen (zum Beispiel um den verteidigenden Spieler herum).

Aus der Abb. 3 lassen sich insgesamt 13 Übungskomplexe ableiten, die in der beschriebenen Form dargestellt werden. Zum Abschluss des praktischen Teils werden noch beispielhaft methodisch-didaktische Hinweise zu den psychomotorischen Fähigkeiten der Abb. 2 in die Praxis umgesetzt. ■

Literatur

Meinel K./Schnabel G., Bewegungslehre, Volk und Wissen, Volkseigener Verlag, Berlin, 1975.

Interessenten können die Diplomarbeit für 14 Franken beziehen bei:

Peter Nussbaum, Weidstrasse 9
8122 Pfaffhausen

Das Beispiel «Angreifer in der Verteidigungsphase der eigenen Mannschaft» soll das Vorgehen eingehend beschreiben

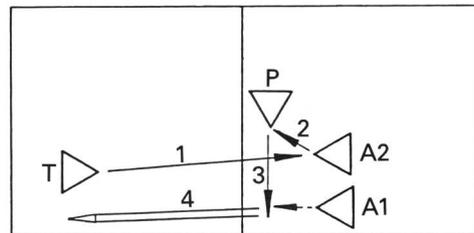
Antizipationsleistungen des Angreifers in der Verteidigungsphase der eigenen Mannschaft

Aufschlüsselung der für die Antizipation wichtigen Faktoren:

- Beobachtung des Gegners: wo wird angegriffen, wer greift an, wie wird angegriffen (Smash oder Finte)?
- Beobachten der Ballflugbahn: Richtung und Geschwindigkeit des herankommenden Balles.
- Wie kann der Ball von der eigenen Mannschaft verteidigt werden (ungegenau in die Höhe oder zum Passeur ans Netz)?

Den Abschluss eines Beispiels bildet die Darstellung der Anforderungen an die einzelnen psychomotorischen Fähigkeiten (vergl. Abb. 2).

Schnelles Umschalten von Verteidigung auf Angriff



T spielt einen Ball auf A1 oder A2
Verteidigt A1 den Ball zu P, muss A2 angreifen
Verteidigt A2 den Ball zu P, muss A1 angreifen.

Variationen

- Angriffsball wird schwieriger einzuschätzen, wenn
 - T beim Netz auf einem Schwedenkasten steht und die Bälle übers Netz smasht oder fintet.

Wahrnehmen Beobachten	Antizipieren	Entscheiden	Reagieren
Richtung des Angriffsballs	Ball fliegt in Richtung des Mitspielers	Ich greife an	Einnehmen der Ausgangsposition für den Anlauf zum Smash

Neuheiten im Tennis-Zentrum der Neuenburger Berglandschaft

Reservieren Sie ab heute für die Organisation Ihrer polysportlichen Veranstaltungen oder für Ihre Sportvereinigungen.

Unser Sportzentrum erwartet Sie in der Neuenburger Berglandschaft auf 1000 m ü.M.

Einrichtungen:

- 4 gedeckte Tennisplätze
- 2 Tennisplätze im Freien
- 2 Squash-Courts
- 20 Mountain Bike-Fahrräder
- Schlafsäle mit 60 Plätzen
- Lokal zum Wachsen der Skier
- Restaurant mit Theoriesaal
- Das Sportzentrum liegt 500 m abseits der besten Langlauf-Loipen

Beherbergungspreise:

- Übernachtung mit Frühstück sFr. 14.50
- Vollpension in den Schlafsälen sFr. 37.50

Für weitere Auskünfte wollen Sie sich an folgende Adresse wenden:

**CTMN
Daniel Chiecchi, Chevrolet 50
2300 La Chaux-de-Fonds, Tel. 039 26 51 52**