

Wurf- und Fangtechnik im Handball

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen**

Band (Jahr): **8 (1951)**

Heft 3

PDF erstellt am: **14.09.2024**

Nutzungsbedingungen

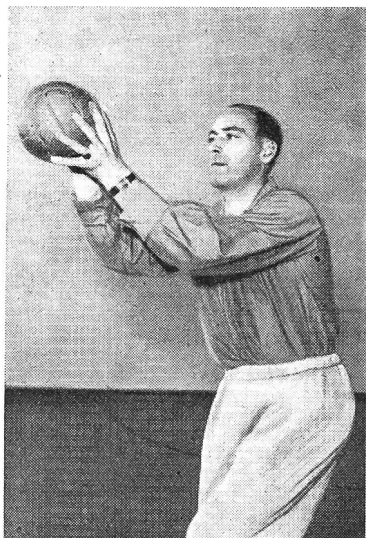
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

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.

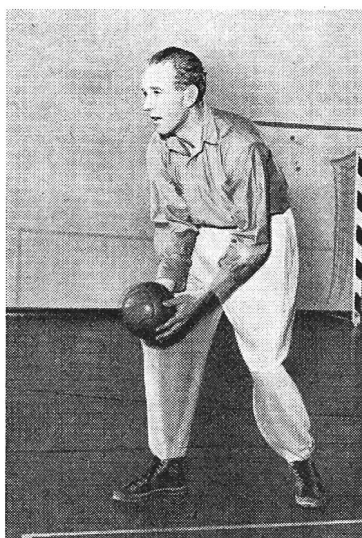
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

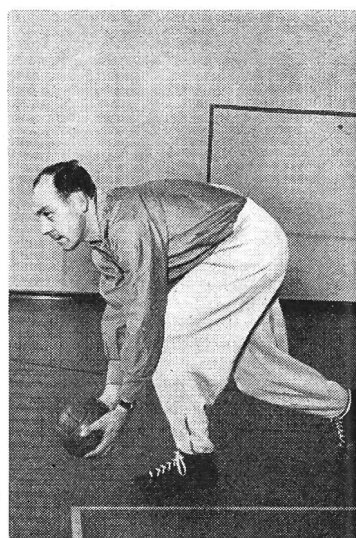
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



1



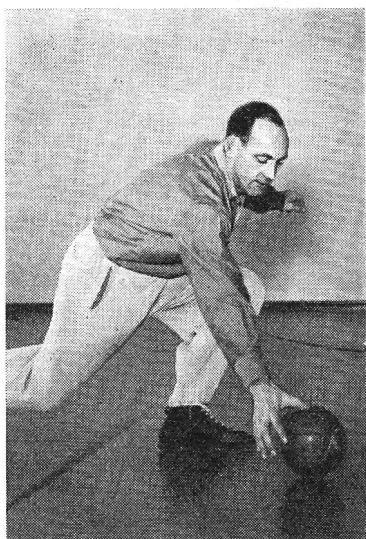
2



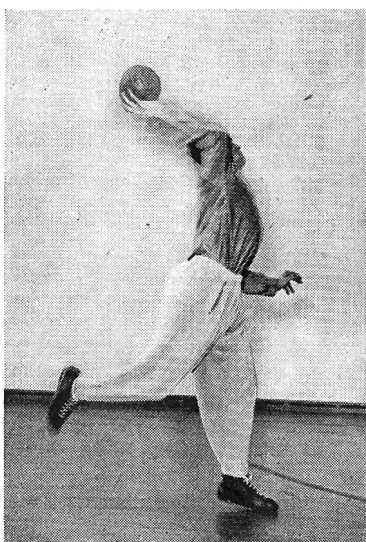
3

WURF- UND FANGTECHNIK

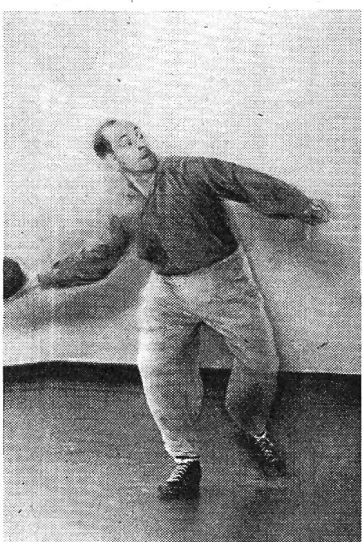
Die meisten Spiele mit dem Ball sind eine Folge von Würfen und Fängen. Sicherheit im Fang gemacht werden, bringen wir hier die wichtigsten Arten im Bild. — **Bild 1: Grundprinzip beim Fang** weit entgegen; die Fingerspitzen zeigen seitwärts. Das Fangen geschieht mit elastisch locker gehandhabten Händen, die nach unten zeigen. Damit eine Abfederung möglich ist, gehen die Arme auch hier dem Ball etwas entgegen. **Bild 2: Grundprinzip beim Fang** in der Hüfthöhe; die Handflächen und die Finger zeigen nach unten. Damit die Spielübersicht nicht verloren geht, darf der Kopf nicht gesenkt werden. **Bild 3: Grundprinzip beim Fang** in der Hüfthöhe; die Handflächen und die Finger zeigen nach unten. Damit die Spielübersicht nicht verloren geht, darf der Kopf nicht gesenkt werden. **Bild 4: Bei hohem Ball** können auch scharfe Bälle gut abgefedert werden. Auch hier muss der Ball von den lockeren Händen abgefedert werden. **Bild 5: Bei hohem Ball** können auch scharfe Bälle gut abgefedert werden. Auch hier muss der Ball von den lockeren Händen abgefedert werden. **Bild 6: Das Abfangen mit einer Hand** ist die schwierigste Stoppart. Die locker gehaltene offene Hand stoppt den Ball im Moment des Aufpralls. **Bild 7: Das Abfangen mit beiden Händen** bleibt, muss er schnell mit beiden Händen aufgenommen werden. **Bild 8: Der Kern- oder Schlagwurf** wird oft als Freiwurf vor dem Tor verwendet. Der Körper streckt sich, die Handflächen zeigen nach unten. Die Handfläche liegt hinter dem Ball, sie begleitet den Ball so lange, bis er losgelassen ist. **Bild 9: Der Schlagwurf über dem Kopf** wird oft im Kampfgetümmel verwendet: Der Werfende neigt sich mit der Wurfseite gegen den Boden, so als ob er einen Stein über eine Wasserwand schleudert. **Bild 10: Der Schlagwurf aus Hüfthöhe** wird oft im Kampfgetümmel verwendet: Der Werfende neigt sich mit der Wurfseite gegen den Boden, so als ob er einen Stein über eine Wasserwand schleudert. **Bild 11: Der Schlagwurf aus Hüfthöhe** wird oft im Kampfgetümmel verwendet: Der Werfende neigt sich mit der Wurfseite gegen den Boden, so als ob er einen Stein über eine Wasserwand schleudert. **Bild 12: Auch der Schwungwurf mit beiden Händen** wird oft im Kampfgetümmel verwendet: Der Werfende neigt sich mit der Wurfseite gegen den Boden, so als ob er einen Stein über eine Wasserwand schleudert. **Bild 13: Der Schwungwurf mit beiden Händen** wird oft im Kampfgetümmel verwendet: Der Werfende neigt sich mit der Wurfseite gegen den Boden, so als ob er einen Stein über eine Wasserwand schleudert.



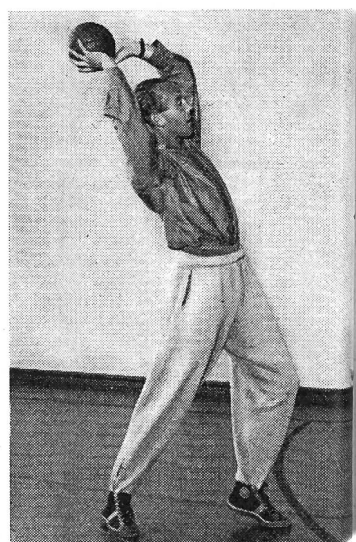
7



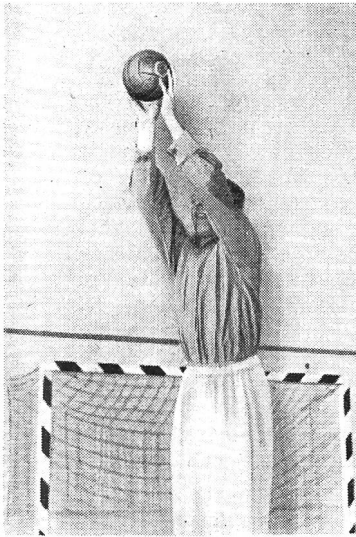
9



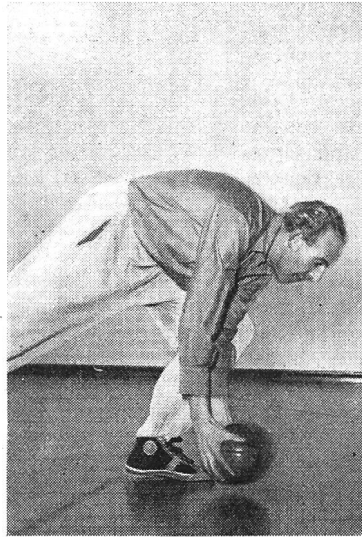
10



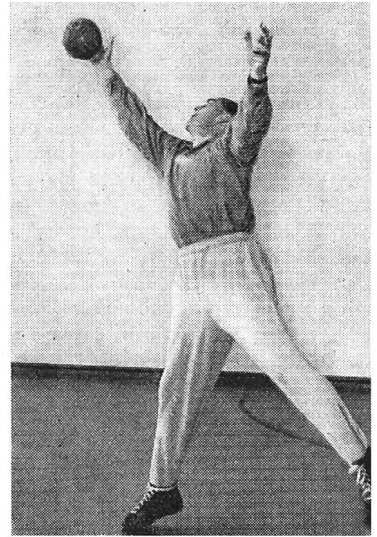
11



4



5

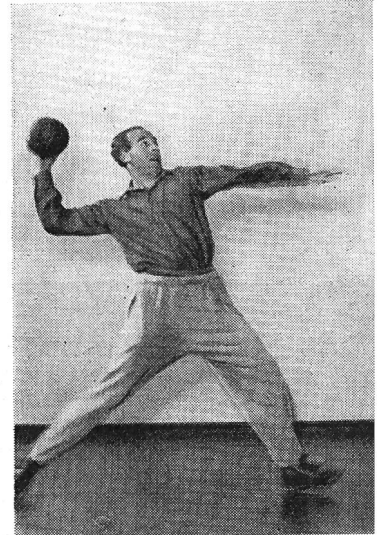


6

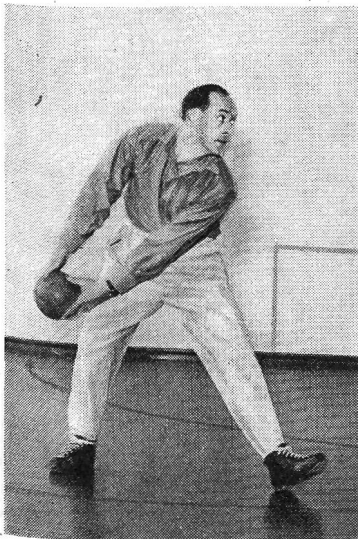
M HANDBALL

Marcel Meier und Hans Rüegegger, Magglingen

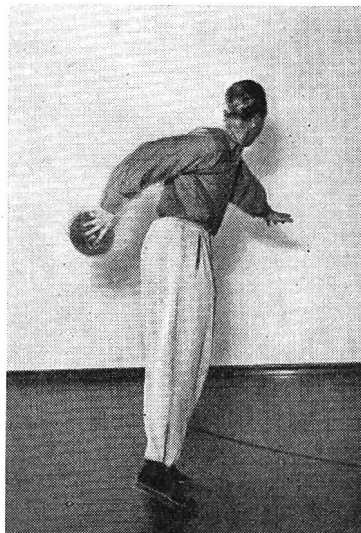
auigkeit beim Werfen sind die Grundlagen jedes Spiels. Da bei Wurf und Fang noch sehr oft Fehler
am Ball! Bei Bällen auf Brust- und Kopfhöhe gehen die offengehaltenen Hände dem Ball möglichst
Bild 2: Hüft- und kniehohe Bälle werden mit hängenden Armen gefangen, wobei die Fingerspitzen
 Fangen solcher Bälle ist besonders bei Zuspiel auf kurze Entfernung notwendig. **Bild 3: Tiefe Bälle**
 n Ball. Das Fangen fusstiefer Bälle im Lauf stellt an die Körperbeherrschung grosse Anforderungen.
 ediglich darauf zu achten, dass die Handflächen hinter den Ball zu liegen kommen. Dank der Stellung
 all legenden Fingern «angesaugt» werden. **Bild 5: Das Aufnehmen rollender Bälle** aus vollem Lauf ist
 aufgehoben werden kann. Der Spieler darf sich nicht nur in den Hüften abknicken, auch die Knie müssen
 hohen Bällen. Die gespreizte Hand kommt hinter den Ball und führt ihn sofort an den Körper heran.
 wo er dann mit beiden Händen gefangen wird. **Bild 7: Das Stoppen seitteiler Bälle** ist vielleicht die
 enaue «Ballberechnung» und ein sicheres Auge erfordert. Da der Ball meist nicht sofort ruhig liegen
 e ist die gebräuchlichste Wurfart für Torwurf und Zuspiel. Merkmale: Ausfallschritt, weites Ausholen
 h und gibt ihm die richtige Führung. Als Pass sehr weich ausgeführt, ohne grosse Ausholbewegung,
 dem linken Bein vollständig aus, damit der Ball über die gegnerische Mauer hinweg ins Tor geworfen
 rft unter den Händen des Verteidigers, oder seitlich an der gegnerischen Mauer vorbei, aufs Tor. Der
 wollte. **Bild 11: Der Schlagwurf beidarmig** (ähnlich wie «Einwurf», doch kürzer und knapper) dient
 auch hier hinter den Ball zu liegen. Rumpfstärke Spieler verwenden den beidhändigen Schlagwurf
 eim Zuspiel auf kurze Distanz verwendet. Dieser hüfthoch zugespielte Ball kann sofort weitergeleitet
dem Rücken ist ein Notwurf, fehlt doch bei ihm meist die absolute Zielsicherheit. Er wird gewöhnlich
 ese Wurfart abgeben kann. **Bild 14: Der Prellball** wird vor allem im Zuspiel in der Halle verwendet.
 rper-täuschungen ist diese Art von Zuspiel sehr empfehlenswert.



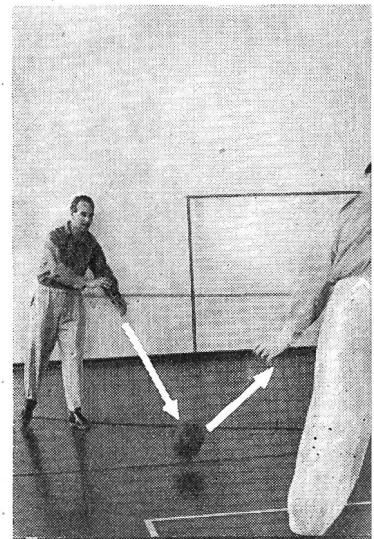
8



12



13



14