

SKUM-HÅNDBOLD

Af Erik Juul

...OM KAMPEN FOR AT BLIVE MÅLVOGTER, HÅNDBOLD-ACTION AD LIBITUM, KROPSKONTAKT OG AT »ÆDE« DOMME.

*Kun guderne ved, hvor mange idrætslærere der i skolernes håndboldlektioner, nodtvinget (i mangel på frivillige elever) har ageret målvogter og gemt bag den ene stolpe, med en hånd foran ansigtet, har reddet det, der nu engang ramte en! Men efter 30 vintre som spiller, træner og senest formidler af idrætsundervisningens krumspring for at få håndboldspillet til at fungere i skoleregi, oplever jeg nu at både børn og lærerstuderende løber om kap, hjem i forsvaret, for at blive ... målvogter!
De ovrigte elever? ... de driver af sved i afprovingen af håndboldspillets magi.*

Årsagen er SKUM-håndbold.

PROBLEMSTILLING

Som andre håndboldelskende idrætsundervisere har vi på lærerseminariet i Århus med jævne mellemrum sat fokus på håndboldspillets dilemma som skolespil. Mangen en idrætsunderviser og lærerstuderende har i årene løb fået gode råd og dåd om hvordan håndbold i skoleregi kan gribes an. (Se litteraturlisten for eksempler).

Udover intermezzoet med at finde målvogtere, er to af de velkendte problemstillinger:

- at vel kun omkring 10-15% af en folkeskoleklasse »kommer til fadet«, d.v.s. deltager aktivt i meningsfulde spilhandlinger, herunder målgivende afleveringer og ikke mindst målscorening.
- den hyppige kropslige kontakt.

Denne artikel stiller sig i op de gode råd-række, primært med sigte på at formidle »skum-håndboldens« muligheder og minder om, at der bør undervises i spillets kropskontakt.

EKSPERIMENTER

De håndbold-småspil de studerende og undertegnede har gjort erfaringer med, er som mange nok kender:
Strand-håndbold, Split-håndbold, Mini-håndbold og Lilleput-håndbold.

Men i den samlede vurdering af spillernes styrkesider og svagheder som introducerende skole- eller begynder spil, skilte et helt 5. småspil sig ud - både spilfagligt, pædagogisk og popularitetsmæssigt - nemlig indendørs *Skumhåndbold*.

Det er et småspil som mange steder har haft og har grobund, men aldrig »officielt« er beskrevet; derfor dette bud.

Det kan også noteres, at skum-håndbold i mange håndboldklubber er blevet et supplement til opvarmningen og den teknisk/taktiske træning. Specielt de (trods alt) pladsorienterede elite-senior spillere elsker at få et frirum til at afprøve sig selv på andre positioner ... ofte til stor morskab.

DEN BLØDE BOLD

Ikke overraskende ligger den store hemmelighed i boldens beskaffenhed. Sideløbende med revolutionen af gymnastikredskabernes skumprodukter har også boldbranchen sprøjtet bløde bolde



Flojen spilles »tynd«. Bemærk nodudgangsdøren er mål.



Bemærk det selvgjorte målfelt 3-4 meter fra mål. Maler-tape anbefales.

- Angribernes målvogter er som oftest med i angrebet, for at skabe overtals-situationen 4 mod 3 på buen (målfeltets halvcirkel).
- Afstanden ind til mål er lille (som omtalt 3,5-4 m.) hvilket gør det nemmere at lave mål, og ansporer til hurtigere afslutninger.
- Afstanden mellem målene er lille, max. 20 m. (halbredde). Dermed bruges mindre tid på at løbe frem og tilbage i »ingenmandsland« mellem forsvar og angreb.

Mistes bolden, f.eks. efter en målmandsredning gælder det om at komme tilbage i forsvaret i en fart... i særdeleshed for målmanden. Selv elever på de første mellemtrins klasser kan nemt omsætte et langt udkast i mål. Derfor bør det aftales, at den første spiller, der når hjem bliver målvogter. Dermed opstår den automatiske udskiftning på målvogter posten... i kampen om at komme først hjem.

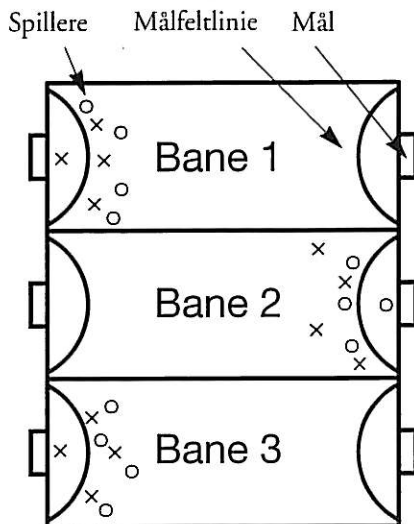
SKUMKAMPE

Kampe på 2 x 6 min. med 2 minutters halvleg er passende, inden der skiftes modstanderhold. Lav evt. et »skum-mus« stævne alle mod alle. Hvis der blev spillet rigtig håndbold ved enhver, at den enkelte elev på 12 min. ikke når at være med i mange »actions«; men prøv skum-håndbold... både for håndboldens, men især for elevernes skyld!

DEN FYSISKE KONTAKT

I håndbold indgår kroppen og især arme og hænder i mange spilhandlinger tæt på og i kontakt med modstanderne. Med måde kan der blokeres, skubbes og screenes. Sådant bør det fortsat være, også i skoleregi, ellers er det ikke håndbold der spilles, men basket- eller kurvebold. For mange ikke-klub-spillende elever opleves denne kropsbetonethed dog ofte som et angreb på deres integritet, med protester og spilstop til følge. De er ikke vant til en sådan medfart. Og her tales ikke om grovheder, der naturligvis skal elimineres; men om håndboldspillets almindelige afværger sammenstød, pufferi og skaben sig fysisk plads. De elever som lever i håndboldhaller om vinteren, kender »tæskenes« og tacklingernes karakter. De glider af på det, indretter deres spil efter det, kan selvfølgelig godt snorre lidt... men fortsætter.

En idrætshal med 3 baner kunne f.eks. se ud som flg:



REGLER:

Man kan selvfølgelig lave de justeringer på de internationale regler som ønskes. Men vær opmærksom på, at mange børn faktisk ved en del om de basale håndboldregler. Så udnyt det og spil med dem.

Måske kan nogle have gavn at få besvaret flg. spørgsmål:

Hvad gælder det om?

Hvad gør man, når ens eget hold har bolden?

Hvad gør man, når modstanderne har bolden?

...så vil man oftest kunne bruge svarene og demonstrationerne til også at afklare antal tilladte skridt, dobbelt-dribling, overtrådt, hjørne- og indkast, tremeter- og straffekast, målkast og udkast som de væsentligste for en fælles forståelse af spillet.

Jeg vil dog anbefale at spillet efter en målscorening, blot sættes direkte i gang med et målkast fra målmanden. D.v.s. at det normale krav om opgiverkast fra midten af banen fraviges.

SPILLET'S GANG

Flg. faktorer er - udover den bløde bold - medvirkende til at det håndboldtekniske og -taktiske håndværk som: Oppres, finter, gennembrud, skud på mål, gøren hinanden »gode« m.m., udføres og dermed øves kamprelevant masser af gange af alle.

- Der spilles med 4 spillere inkl. målvogter pr. hold (mange boldberøringer og bevægelses krav)

af enhver afskygning på markedet. Hvis man som underviser eksperimenterer med bestemte spils brug af andre bolde, vil man møde den samme boldproblematik som producenterne selv slås med; - nemlig at finde en bords helt rigtige blødhed og konsistens, samtidig med at det pågældende spil stadig skal »leve« og bestemte spilhandlinger ikke ødelægges.

F.eks. fungerer strand-håndbolden til strandhåndbold og ikke til skum-håndbold. Et hårdt skud på kroppen eller i ansigtet fra få meter afstand vil få 95% af alle skoleelever til velvilligt at overlade målet til ... læreren !

Den boldtype der benyttes til skumhåndbold skal være meget blød, men

stadig således at den kan bruges til at dribble med, have et hæderligt svæv ved aflevering og skud på mål; samt i det hele taget være håndterbar i én elevhånd uden harpiks.

Flg. bolde er de helt rigtige og forhandles hos de fleste engro idrætsfirmaer:

*Butterfly Super Soft Primo Håndbold.
Skumhåndbold med Pvc-hud.*

Selvfølge vil vi alle vige tilbage for alt andet end en ballon kastet ind i ansigtet, men en soft- eller skumhåndbold vil udover den naturlige forskrækkelse, næppe kunne forårsage den store hjælp til selv en rokketand i sidste stadium!

BANEN:

Skum-håndboldbaner etableres på tværs i en idrætshal; det giver mulighed for 3 baner. (3 baner à 4 elever på 6 hold = 24 elever)

Selvfølge er det optimalt, hvis man i en hal har adgang til opstregede mini-håndboldbaner og rigtige mini-håndboldmål.

Men det er helt fint at lade de lokale forhold råde både m.h.t. banestørrelse og måltype.

På lærer-seminariet spiller vi oftest på 3 baner i en lille hal. Banerne indrettes således, at det passer med nødudgangsdørene som mål. Af andre mål typer kan nævnes tykke madrasser.

Sidelinierne mellem banerne markeres med nogle kegler (evt. med en to meters sikkerheds korridor imellem banerne).

Det eneste lidt besværlige er etableringen af målfelterne. Her må man selv (eller et par elever) ned på knæ for at etablere en halvbue-cirkel i hver sin ende af banen. Her er det godt og billigt at bruge *maler-tape*.

Bestemmer man selv afstanden mellem mål og målcirkel er en radius på ca. 3,5-4 m. velfungerende. Jo længere der tapes ned i fløjen, jo mindre kan man lade afstanden til mål blive, ofte ned til 2 m. Det gør det lidt mere succesfyldt af være fløjsspiller, - og vi skal jo ikke stå til regnskab for IHF.

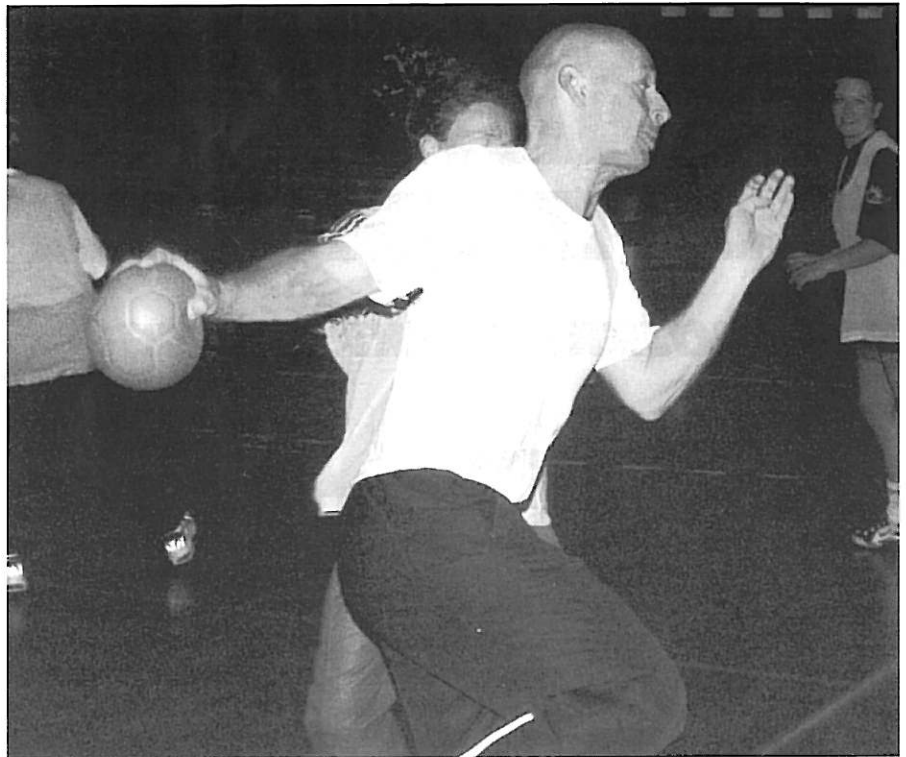


En »direktor« brændes på verdensklasse-målvogter!

Denne forskellighed i elevernes kropslige tolerance bør man af hensyn til det senere spil, forsøge at nivellere og finde en fællesnævner for, f.eks. ved:

1) At synliggøre forskellige former for kropsbetonet spil:

- Vis og forklar at nogle typer tacklinger (og egentlige ulovligheder) er en del af spillet og giver et frikast. Men vis også hvornår en tackling er til udvisning; og ikke tolereres.
(F.eks. er der forskel på med arme og hænder at afbøde sammenstød, eller i kropstumulten at holde lidt ved hinanden... til direkte slag, kraftige skub og omklamringer)
 - Hvad er forskellen på angrebsfejl (mas) og forsvarsfejl (frikast) ved sammenstød?
(Vanskeligt at beskrive med ord, men generelt kan man sige, hvis forsvarsspilleren ingen fremdrift har mod angriberen, men bliver ramt og skubbet bagud, vil der ofte være angrebsfejl)
 - I hvilke situationer vil en tackling blive takseret til straffekast og hvornår til frikast?
(Det meste af svaret ligger gemt i om an griberen er i en oplagt scoringsposition, i så tilfælde vil der oftest være straffekast)
 - Hvordan ser henholdsvis en lovlig og en ulovlig screening ud?
(At spærre vejen med kroppen for en modspiller er tilladt. Men en sådan screening må ikke direkte skubbelvælte en modstander ud af balance eller gøres bred med armene ud til siden).
 - Hvad er forskellen på at spille **hårdt** og spille **ondt**? Spørg eleverne!
- 2) Sorg for at der i opvarmningen og boldovelsene indgår en lang række momenter med kropskontakt og kampele.**
- F.eks. parvis skubben hinanden, ramme bolden ind på en makkers pardearme, hoppe op og støde bryst mod bryst, vend din makker fyldt med sugeskopper fra gulvet, træk en bold ud af din makkers hænder, kæmp om et dommerkast, sæt en lovlig screening på din makker o.s.v.



Kolding IF's Carsten Holm gør det en gang imellem. En Skum-håndbold målvogter gør det næsten hver gang. Angriber i forreste linie...

ten på sin side og derfor tilkendes bolden.
Jeg har med succes indført, at når en elev føler sig bortdømt må der i frustration og ærgelse råbes: »Jeg æder den«. Det er et signal til mig (dommeren) om, at en af de implicerede spillere er helt uenig i dommen; men nok så vigtigt; erkender at dommen ikke ændres efter protester!
Når en spiller så på vej hjem i forsvarer i slutningen af kampen råber »jeg er total møt«, må man overgive sig til smilet.
Spiller eleverne skumhåndbold på 3 baner, må man efter basal og visuel støttet regelgennemgang opfordre til at *de selv dommer*, eller lader en klubspillere elev have overmyndigheden på banen. Som lærer må man så svæve kommenterende over vandene, så godt man nu formår.

INSPIRATIONS LITTERATUR:

- »Strand-håndbold«... DHF-Håndboldblad 4/95 og 2/97
- »Håndbold - mellem det maskuline og feminine« af Palle Pors.... TFI 5/92
- »Split-håndbold - et skolespil« af Bent Jørgensen.... TFI 1/95
- »Håndbold - fra skole til klubspil« af Bjarne og Michael Andersen.... Focus-idræt 1/87
- »Mini-håndbold« og »Lilleput-håndbold« materiale fra JHF og DHF.
- »Teknik-mærker« i håndbold ... materiale fra DHF og Trainerskolen i Ålborg
- "Håndboldartikler" - ad libitum - fra Børge Hansen Focus-idræt 1994-99



Erik Juul

Johan Skjoldborgsvej 9
8660 Skanderborg
Tlf. 86 512181

Underviser i idræt på Århus Dag- og Aftenseminarium.
Ex. ungdoms- & Ass. Elite-herrer træner for Vøld/Skanderborg HK.