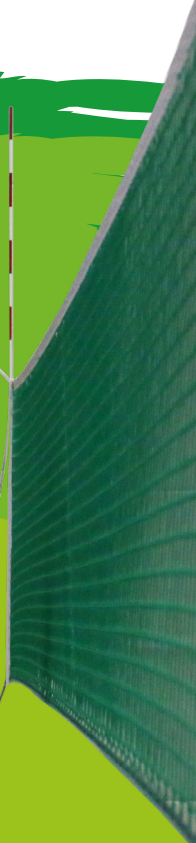




INDIACA

in der weiterführenden Schule





Einleitende Worte - Indiacaca in der Schule

Indiacaca ist eine dynamische Mannschaftssportart aus dem Bereich der Rückschlagspiele. Im Unterschied zu den meisten Ballsportarten kommt in der Sportart Indiacaca nicht ein klassischer Ball, sondern ein großer mit der flachen Hand spielbarer Federball zum Einsatz, welcher „die Indiacaca“ (oder auch „der Indiacaca-Ball“) genannt wird. Der Spielgedanke ähnelt dem des Volleyballs. So versuchen zwei durch ein Netz getrennte Mannschaften den Indiacaca-Ball so in das gegnerische Feld zu spielen, dass dieser den Boden berührt oder die gegnerische Mannschaft diesen nicht mehr regelgerecht zurückspielen kann. Die Mannschaften bestehen dabei aus jeweils fünf Spielern und dürfen die Indiacaca maximal drei Mal in Folge spielen.

Unter den Rückschlagspielen zeichnet sich die Sportart Indiacaca durch ihre **leichte Erlernbarkeit**, gute Differenzierungsmöglichkeit sowie ihre variable sportliche Gestaltung und Zielsetzung aus. Damit eignet sich Indiacaca **ideal für den Einsatz im Sportunterricht** und Gruppen mit großer Heterogenität. Kaum eine andere Sportart vereint so viele Vorteile, die maßgeblich zur Entwicklungsförderung von Jugendlichen im Sportunterricht beitragen:

- Förderung sportmotorischer Fähigkeiten wie Koordination, Reaktionsvermögen, Konzentrationsvermögen und Sprungkraft
- Schnelle progressive Entwicklung der Leistungsstärke einer Gruppe, auf Grund leichter Erlernbarkeit und einer geringen Hemmschwelle
- Sehr gut geeignet für gemischte und heterogene Gruppen (Koedukation)
- Geringe Verletzungsgefahr, da kontaktloser Sport
- Förderung des sportlich fairen Verhaltens im Team

Das Ziel dieser Broschüre ist es, jede Sportlehrerin und jeden Sportlehrer zu befähigen, erfolgreiche Indiacaca-Sportstunden für Schüler der Jahrgangsstufen 5 bis 13 vorzubereiten und durchzuführen.

Dazu sind in dieser Broschüre die **Rahmenbedingungen** für einen erfolgreichen Indiacaca-Sportunterricht, die **Spielregeln** und **Grundtechniken** sowie zwei exemplarische **Unterrichtsvorhaben** über je vier Sportstunden für die Einführung der Sportart Indiacaca in den Jahrgangsstufen 5 bis 7 und ab Jahrgangsstufe 8 ausgearbeitet. Dabei wurde ein besonderes Augenmerk auf die spielerische, spielnahe und einfache Vermittlung verbunden mit einer hohen Anzahl an Wiederholungen gelegt. Zudem wird durch **Lehrertipps** die Umsetzung der Unterrichtsvorhaben einfach und kreativ.

Entwicklung der Sportart Indiacaca

Das Potential der Sportart Indiacaca erkannte bereits der Kölner Sportlehrer Karlhans Krohn im Jahr 1936, als er die Urform Peteca in Südamerika entdeckte und später in Deutschland zu der heutigen Form des Indiacacas weiterentwickelte. Daraufhin fand Indiacaca schnell eine große Verbreitung in der kirchlichen Jugendarbeit und im Christlichen Verein Junger Menschen (CVJM), welcher im Jahr 1968 auch die ersten Deutschen Meisterschaften ausrichtete. Seitdem wird Indiacaca als Mannschaftssportart in Teilen Deutschlands gespielt und später ebenfalls im Deutschen Turner-Bund (DTB) angeboten. Mit der Gründung der International Indiacaca Association (IIA) im Jahr 2000 finden seit 2001 im vierjährigen Turnus Weltmeisterschaften und (Jugend-)Worldcups statt. Seit Gründung des CVJM-Indiacaca-Netzwerks Deutschland (CIND) im Jahr 2018 organisieren sich deutschlandweit Indiacaca-Begeisterte in fünf Fachgruppen zur Förderung der Sportart Indiacaca im CVJM Deutschland.

© 2022 CVJM-Gesamtverband in Deutschland e. V. (CVJM Deutschland)

Im Druseltal 8, 34131 Kassel

Telefon: 0561 3087-0, E-Mail: indiacaca@cvjm.de

www.cvjm.de/indiacaca

Alle Rechte vorbehalten

V. i. S. d. P.: Hansjörg Kopp (CVJM Deutschland)

Redaktion: Jule Freiberg, Julius Fischer, Achim Grob, Max Garbotz, Fabian Pfitzner

Grafiken: Julius Fischer

Bilder: Julius Fischer

1. Auflage, 2022

Diese Broschüre ist über unsere Homepage downloadbar oder über E-Mail oder Instagram auch in gedruckter Version kostenlos zu beziehen.



CVJM-Indiacaca



CVJM-Indiaca-Netzwerk Deutschland

Das CVJM-Indiaca-Netzwerk Deutschland (CIND) hat sich 2018 gegründet und versucht seitdem Indiaca vom Bewegungsangebot bis hin zum Wettkampfsport zu vernetzen, strukturell zu verbessern und in Deutschland zu verbreiten. Wir möchten Menschen mit Interesse an Indiaca vernetzen, ihre persönlichen Stärken und Schwächen im Sport wie im Miteinander fördern und neugierig auf einen aktiven Glauben machen.

Alles was wir tun, wird von Ehrenamtlichen ohne jegliche Bezahlung, dafür aber mit viel Engagement, Begeisterung und Leidenschaft geleistet. Trotzdem entstehen an verschiedenen Stellen Kosten. Wer uns und unsere Arbeit gut findet, kann uns gerne finanziell unterstützen:

www.cvvm.de/indiaca-spenden



Finanzielle Unterstützung

Alle weiteren Informationen zur allgemeinen Struktur und Arbeitsweise sowie zu Projekten und Themen sind auf der **Homepage** zu finden. Die aktuellen Neuigkeiten gibt es mehrmals im Jahr per **Newsletter** – am besten direkt anmelden!



Der „**Indiaca-Koffer**“ richtet sich an Schulen und Jugendgruppen, die Indiaca ausprobieren möchten, ohne gleich investieren zu wollen oder zu können. Deshalb kann man sich bei uns den Indiaca-Koffer kostenlos ausleihen und direkt loslegen.

Weitere Informationen sind am Ende dieser Broschüre zu finden. Für konkrete Anfragen schickt bitte ein E-Mail an indiaca@cvjm.de.

Beim **Indiaca-Shop** erhält man Indiaca's in Turnierqualität zum besten Preis. Schon ab einer geringen Stückzahl gibt es Preisstaffelungen. Also direkt vorbeischaun, bestellen und weitersagen!

www.indiaca-shop.com



Indiaca-Shop

Sie haben bzw. Du hast Fehler entdeckt oder Anmerkungen zum Aufbau, Inhalt oder Layout? Dann helfen Sie / hilf Du mit, dass die nächste Auflage noch besser und verständlicher wird. Die ehrenamtlichen Autorinnen und Autoren freuen sich zudem auch über Lob und Dank! Dazu freuen wir uns über eine E-Mail an indiaca@cvjm.de oder eine Nachricht bei Social Media.

Vielen Dank und herzliche Grüße

Fabian Pfitzner

Leiter CVJM-Indiaca-Netzwerk Deutschland



Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in dieser Broschüre das generische Maskulinum verwendet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.



Inhalt

1. Rahmenbedingungen für eine gelungene Sportstunde	8	5.6 Spielform 3:3	23
2. Spielfeld und (kurze) Spielregeln	9	5.7 Spielform 5:5	24
2.1 Das Spielfeld	9	5.8 Canadian-Style	25
2.2 Spielregeln (Kurzfassung)	9	5.9 Turniermodus Kaiserball	25
3. Grundtechniken	11	5.10 Rundlauf	25
3.1 Positionen und Spielgedanke	11	5.11 Norwegische Spielform	26
3.2 Oberes Zuspiel	12	6. Unterrichtsreihe: Einführung von Indiacas für die Jahrgangsstufen 5-7	27
3.3 Unteres Zuspiel	12	6.1 Doppelstunde 1: Indiacas kennenlernen	27
3.4 Aufschlag	13	6.2 Doppelstunde 2: Die Schulung der Grundtechniken	29
3.5 Angriff	15	6.3 Doppelstunde 3: Das Spielen im Team	31
3.6 Block	17	6.4 Doppelstunde 4: Spielen im Turniermodus Kaiserball	33
4. Aufwärmspiele für und mit Indiacas	18	7. Unterrichtsreihe: Einführung von Indiacas ab Jahrgangsstufe 8	34
4.1 Zehnerball	18	7.1 Doppelstunde 1: Indiacas kennenlernen	34
4.2 Zombiball	18	7.2 Doppelstunde 2: Die Schulung der Grundtechniken	36
4.3 Feldfreihalten	19	7.3 Doppelstunde 3: Angreifen und Blocken wie die Profis	38
4.4 Rettungsfangen	19	7.4 Doppelstunde 4: Spielen wie die Profis	40
5. Spielformen	20	8. Autoren	41
5.1 Spielform 1+1	20		
5.2 Spielform 1:1	20		
5.3 Spielform 2+2	21		
5.4 Spielform 2:2	21		
5.5 Spielform 3+3	22		



1. Rahmenbedingungen für eine gelungene Sportstunde

Welches Material wird für eine Indiaca-Sportstunde benötigt?

Für einen erfolgreichen Einstieg in die Sportart Indiaca ist eine hohe Anzahl an Wiederholungen wichtig. Deshalb ist diese Broschüre darauf ausgelegt, dass jeweils ein Indiaca-Ball für zwei Spieler zur Verfügung steht. Empfohlen wird dabei das Modell „Indiaca Turnier“, welches mit sehr guten Flugeigenschaften und austauschbaren Federn ideal für den Einsatz an Schulen geeignet ist.

Darüber hinaus wird ein Netz oder eine gespannte Schnur zur Unterteilung der Spielfelder benötigt. Dabei bietet es sich für Schulklassen besonders an, ein Netz oder eine Schnur in der Sporthalle quer bzw. längs zu spannen. Zudem kann Indiaca nicht nur in der Halle, sondern bei wenig Wind und ohne Regen auch sehr gut Outdoor auf einem Rasen- oder Beachplatz gespielt werden.

Wie sollte man mit dem Indiaca-Ball umgehen?

Um langfristig eine gute Flugbahn der Indiaca zu gewährleisten, muss mit der Indiaca achtsam umgegangen werden. Insbesondere um den Verschleiß und das Brechen der roten Indiaca-Federn zu verhindern, werden die Indiaca-Bälle lediglich an ihrer gelben Schlagfläche und dem schwarzen Verbindungsstück – auch Trompete genannt – gehalten und ausschließlich mit der Hand gespielt.

Wie viele Spieler sind notwendig?

Diese Broschüre ist dafür ausgelegt, einen Einstieg in die Sportart Indiaca mit einer Schulklasse durchzuführen. Da Indiaca aber in den verschiedensten Spielformen (Kapitel 5) gespielt werden kann, ist das Spielen bereits ab zwei Personen und das Durchführen der Unterrichtsvorhaben (Kapitel 6 und 7) zu großen Teilen bereits ab Gruppen von mindestens vier bis etwa 30 Spielern möglich.

2. Spielfeld und (kurze) Spielregeln

2.1 Das Spielfeld

Das Spielfeld ist insgesamt 16 m x 6,10 m groß und wird durch eine Mittellinie in zwei Spielfeldhälften von je 8 m x 6,10 m unterteilt. In den meisten Sporthallen können als Spielfeldbegrenzungen Linien des Volleyballfeldes (18 m x 9 m) in Kombination mit weiteren Linien, z.B. des Badmintonfeldes (13,40 m x 6,10 m), verwendet werden. Für den Einstieg in die Sportart Indiaca bietet es sich aber für die ersten Sportstunden an, ein Netz oder eine Schnur längs in der Sporthalle zu spannen (Kapitel 6 und 7) und damit die Spielfelder kleiner zu halten.



Lehrer-Tipp: Auch das Aufkleben von Spielfeldbegrenzungen ist mit speziellem Klebeband möglich.

2.2 Spielregeln (Kurzfassung)

- (1) Die Indiaca darf mit der Hand sowie dem Unterarm einschließlich des Ellenbogens gespielt werden. Jede Berührung mit einem anderen Körperteil zählt als Fehler.
- (2) Die Indiaca darf nicht zweimal hintereinander vom selben Spieler berührt werden.
- (3) Die Höhe des Netzes beträgt je nach Alters- und Spielklasse zwischen 2 m und 2,35 m. Für Schüler bis Jahrgangsstufe 7 empfiehlt sich eine Netzhöhe von 2 m und ab Jahrgangsstufe 8 von 2,20 m.
- (4) Ein Ballwechsel wird durch den Aufschlag eingeleitet, der hinter der Grundlinie des Spielfeldes geschlagen wird. Die Indiaca muss dabei über das Netz fliegen, ohne dieses zu berühren.
- (5) Die Indiaca darf dreimal innerhalb einer Mannschaft berührt werden, bevor sie über das Netz gespielt werden muss. Zwischen diesen Zuspielen darf die Indiaca das Netz berühren und weiterspielt werden.
- (6) Die Außenlinien sowie die Mittellinie zählen jeweils zum Spielfeld.



(7) Wird die Indiacca von einer Mannschaft so über das Netz gespielt, dass die Indiacca innerhalb des gegnerischen Spielfeldes auf den Boden fällt, erhält diese Mannschaft einen Punkt. Fällt die Indiacca außerhalb des gegnerischen Spielfeldes auf den Boden, erhält die gegnerische Mannschaft einen Punkt. Gelingt es einer Mannschaft nicht, mit maximal drei Berührungen die Indiacca über das Netz zu spielen, erhält die gegnerische Mannschaft einen Punkt.

(8) Ein Fehler einer Mannschaft bedeutet immer einen Punkt sowie das Aufschlagrecht für die andere Mannschaft. Bei einem Wechsel des Aufschlagrechts rotiert die nun aufschlagende Mannschaft zuvor eine Position im Uhrzeigersinn weiter.

(9) Beim Spiel über das Netz kann die verteidigende Mannschaft versuchen, die Indiacca zu blocken. Der Aufschlag darf nicht geblockt werden. Eine Blockberührung wird bei den drei möglichen Berührungen nicht mitgezählt, und der Spieler, der beim Block die Indiacca berührt hat, darf danach noch einmal spielen.

(10) Beim Spiel am Netz darf kein Körperteil das Netz berühren sowie über- oder untergreifen. Dazu gehört auch, dass das Netz bzw. die Mittellinie nicht mit dem Fuß überschritten werden darf. Als Überschreiten zählt es, wenn ein Teil des Fußes nicht mehr auf der Mittellinie steht, sondern über diese hinaus ins gegnerische Feld ragt.

Wird die Sportart Indiacca in einer Schulklasse neu eingeführt, sollten die Regeln angepasst an das jeweilige Spielniveau eingeführt und ausgelegt werden.

Die offiziellen Spielregeln bei Turnieren und Meisterschaften sind unter www.cvjm.de/indiacca abrufbar.

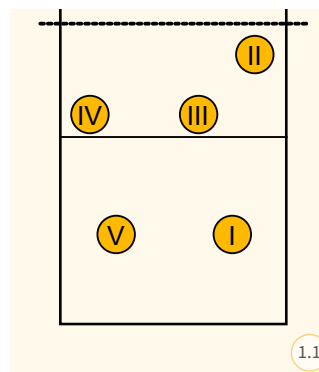


CVJM-Indiacca

3. Grundtechniken

3.1 Positionen und Spielgedanke

Ähnlich wie bei den Grundtechniken des Volleyballs unterscheidet man beim Indiacca zwischen Pass-, Abwehr-, Block- und Angriffstechniken. Hinsichtlich der Aufgaben und Positionen unterscheidet man zunächst zwischen den Spielern im Vorderfeld oder Dreimeterraum (II, III und IV) und Hinterfeld oder Rückraum (I und V) (Abb. 1.1). Während sich die beiden Spieler im Hinterfeld vornehmlich mit Annahme- und Defensivaufgaben befassen, sind die drei Spieler im Vorderfeld hauptsächlich mit Block- und Offensivaufgaben beschäftigt. Die drei vorderen Positionen werden dabei in der Regel von einem Stellspieler (II) und zwei Angreifern (III und IV) besetzt.



Durch die eingeschränkten Wechselmöglichkeiten und die ständige Rotation bei Wechsel des Aufschlagrechts müssen die Spieler in der Lage sein, verschiedene Positionen zu spielen und verschiedene Aufgaben zu übernehmen. Nach dem Aufschlag können die Positionen gewechselt werden, wobei in diesem Zuge Einschränkungen durch das Regelwerk zu berücksichtigen sind (z.B. dürfen Spieler aus dem Rückraum (I und V) keinen Block setzen und nicht aus dem Dreimeterraum angreifen).

1.1 Grundsätzliches Ziel ist es, beim Spiel innerhalb des eigenen Teams mit hohen – und damit durch die Flugeigenschaften der Indiacca auch langsamen – Zuspielen einen ruhigen Aufbau zu erzielen. Erst mit dem Stellspiel bringt man, je nach gespielter Angriffsvariante, dann mit schnelleren und flacheren Zuspielen mehr Geschwindigkeit ins Spiel. Im Angriff gilt es, durch möglichst harte und/oder präzise Schläge die Indiacca im gegnerischen Feld zu platzieren. Dabei muss berücksichtigt werden, dass aufgrund der Flugeigenschaften ein möglichst steiler Winkel (kurze Flugbahn) im Abschlag durchaus erfolgsversprechender ist, da die Indiacca mit längerer Flugbahn auch immer an Geschwindigkeit verliert.

Anschauungsmaterial findet ihr auch auf unserem  YouTube-Kanal



YouTube

3.2 Oberes Zuspiel

Das obere Zuspiel gehört neben dem unteren Zuspiel zu den beiden wichtigsten Grundtechniken im Indiacca.

In Vorbereitung auf das obere Zuspiel bewegt sich der Spieler in aktiver Bereitschaftshaltung zur erwarteten Spielposition. Die Bewegung sollte dabei möglichst vor der Berührung des Spielgerätes abgeschlossen sein. Während der Ballberührung steht der Spieler optimalerweise hinter dem Spielgerät in einer Grätsch-Schrittstellung. Die Beine sind dabei etwa hüftbreit auseinander, wobei der Fuß auf der Schlagseite ungefähr eine Fußlänge hinter dem anderen Fuß steht. Das Gewicht ist in dieser Position auf dem Vorderfuß ausbalanciert und Schlagarm sowie Beine sind leicht gebeugt. Die Schulter wird in einer leichten Ausholbewegung auf Seite des Schlagarms zurückgeführt (Abb. 2.1). Während des Schlags wird die Schulter dann wieder nach vorne geführt und Schlagarm sowie der restliche Körper gehen in die Streckung (Abb. 2.3). Die Indiacca wird dabei mit der Handfläche im Bereich der Mittelhand/Finger geschlagen, wobei die Finger der Schlaghand leicht auseinandergespreizt sind und die Hand eine Schale formt (Abb. 3.0). Um einen Pass über eine längere Strecke zu spielen, kann der Spieler die Ausholbewegung von Schulter und Arm, die Ganzkörperstreckung, die Bewegungsgeschwindigkeit und den Kräfteinsatz intensivieren.



3.3 Unteres Zuspiel

Beim unteren Zuspiel handelt es sich um die zweite wichtige Grundtechnik im Indiacca. Neben dem Einsatz im Rahmen der allgemeinen Annahme kommt diese Technik auch häufiger im Bereich der Abwehr zum Einsatz. Auch wenn vielen Anfängern zu Beginn das obere

Zuspiel deutlich leichter fällt, sollte diese Technik keineswegs vernachlässigt werden, da entsprechende Situationen zum Einsatz des unteren Zuspiels immer wieder vorkommen. Auch hier bewegt sich der Spieler in Vorbereitung auf den Schlag in Bereitschaftshaltung in Richtung der entsprechenden Spielposition und schließt diese Bewegung vor Berührung des Spielgerätes ab. Das Spielgerät sollte hierbei von der Flugbahn seitlich versetzt neben den Oberschenkel auf Seiten der Schlaghand fliegen. Ähnlich dem oberen Zuspiel steht der Spieler während der Ballberührung in einer Grätsch-Schrittstellung (Beine hüftbreit auseinander) mit etwas deutlicher Schrittstellung in Richtung der Schlaghand. Erneut sind die Beine und der Schlagarm leicht gebeugt, wobei der Schlagarm hinter den Körper gebracht und die Schulter auf Schlagseite leicht zurückgeführt wird (Abb. 3.1). Der Schlagarm wird in einer Pendelbewegung nach vorne geführt (Abb. 3.2).



Hinsichtlich der Treffzone in der Handfläche und der Handhaltung ergeben sich im Vergleich zum oberen Zuspiel keine Veränderungen (Abb. 3.0). Längere Pässe können beim unteren Zuspiel durch eine deutlichere und/oder zügigere Ausholbewegung des Schlagarms erzielt werden.



3.4 Aufschlag

Zu Beginn jedes Ballwechsels wird die Indiacca durch den sogenannten Aufschlag ins Spiel gebracht, d. h. der Spieler in der Aufschlagsposition (Position I) schlägt die Indiacca von hinter der Grundlinie in die gegnerische Spielfeldhälfte. Bei der Ausführung des Aufschlags ist darauf zu achten, dass ein Anwerfen der Indiacca einen Fehler darstellt und daher der Aufschlag direkt aus der Hand bzw. aus dem gehaltenen Ball heraus erfolgen muss.



Aufschlag von unten (Standard):

In der Ausgangslage steht der Sportler in leichter hüftbreiter Schrittstellung. Beim Rechts- hander ist dabei der linke Fuß vorne. Das Körpergewicht ist zunächst auf beiden Füßen verteilt und die Indiacca wird mit zwei bis drei Fingern an der Trompete (schwarzes Ver- bindungsstück) leicht rechts vom Körper gehalten. Sie befindet sich dabei unterhalb der Hüfthöhe und die Federn zeigen in Schlagrichtung, während das Schlagpolster nach hinten in Richtung Schlagarm/-hand zeigt. Der Arm wird dann am Körper vorbei zu einer Aushol- bewegung nach hinten geführt, wobei die Beine leicht gebeugt werden (Abb. 4.1). Mit Vor- schwingen des Armes wird in der Folge auch das Körpergewicht in Richtung des vorderen Beines verlagert (Abb. 4.2). Durch die Streckung des hinteren Beins wird der Bewegungs- schwung zusätzlich verstärkt. Beim Treffen der Indiacca wird mit der flachen Handfläche gegen das Polster geschlagen, so dass die Indiacca in aufsteigender Bewegung in Richtung gegnerischer Spielhälfte fliegt (Abb. 4.3). Die zuvor beschriebene Bewegung gilt für Links- hander entsprechend spiegelverkehrt. Um zusätzlichen Schwung in die Gesamtbewegung zu bekommen, kann der Sportler auch einen einleitenden Schritt machen. Dabei muss je- doch berücksichtigt werden, dass der Aufschlag hinter der Grundlinie erfolgen muss.



Aufschlag von oben (Fortgeschrittene):

Der Aufschlag von oben ist eine Alternative zum Aufschlag von unten und kann von älteren Schülern ebenfalls schnell erlernt werden. Die Abbildungen 5.1 bis 5.3 zeigen diese Tech- nik. Dabei ist insbesondere auf eine leicht nach oben zeigende Abschlagbewegung zu ach- ten, um eine aufsteigende Flugbahn und ein erfolgreiches Spiel über das Netz zu erzielen. Des Weiteren gilt es, direkt aus der Hand zu spielen und die Indiacca nicht anzuwerfen.



3.5 Angriff

Der Angriffsschlag ist die druckvollste Art den Gegner mit einem harten, schnellen oder platzierten Abschluss in Bedrangnis zu bringen und einen direkten Punkt zu erzielen. Beim Erlernen dieser Technik gilt es drei Teilbereiche der Gesamtbewegung in flüssiger Abfolge zusammenzuführen. Der Angriff unterteilt sich dabei in **Anlauf**, **Ab sprung** und **Schlagbe- wegung**.

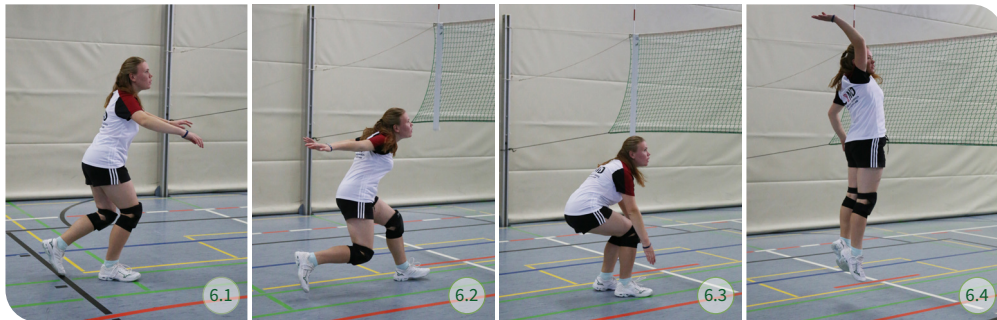
Zu Beginn der Bewegungsfolge befindet sich der Spieler in der typischen Bereitschaftshal- tung in der Regel kurz hinter der 3-m-Linie und bewegt sich zunächst mit ein bis zwei Auf- taktschritten in den 3-m-Raum (Abb. 6.1).

Um eine möglichst große Höhe für den Angriff zu erreichen, wird im zweiten Teil des Anlau- fes mit einem langen Stemmschritt zum Absprungort fortgefahren (Abb. 6.2). Der Spieler sollte sich dabei hinter der Indiacca befinden. In der Bewegung setzt der Spieler zuerst die Fersen auf und die Arme werden mit einem Doppelarmschwung parallel nach hinten oben geführt. Dabei verlagert sich der Körperschwerpunkt leicht nach hinten.

Im nächsten Teil der Bewegung erfolgt der sogenannte Beistellschritt, welcher leicht einge- dreht neben dem Fuß des Stemmbeines gesetzt wird (Abb. 6.3). Bei Rechtshandern erfolgt dieser letzte Schritt häufig mit dem linken Fuß, d. h. nachdem das rechte Bein eingestemmt wurde, folgt der linke Fuß und wird leicht eingedreht vor den Stemmfuß gesetzt. Bei Links- handern erfolgt die Bewegung spiegelverkehrt. Der Körperschwerpunkt verlagert sich nach unten mit der Zielsetzung eine Vorspannung der Beinmuskulatur für den Sprung zu errei- chen. Der darauffolgende Absprung, der mit möglichst hoher Explosivität und Schnellkraft ausgeführt werden sollte, wird durch das Schwingen der Arme nach vorne oben zusätz- lich unterstützt. Der Schlagarm wird im Anschluss gebeugt hinter den Kopf geführt und der

gegenseitige Arm leicht oberhalb der Schulter fixiert. Der Rumpf wird dabei in Bogenspannung versetzt und ist leicht in Richtung des Schlagarmes verdreht (Abb. 6.4).

Kurz vor der Berührung der Indiacca werden erst der Ellbogen des Schlagarms in einer schnellen kraftvollen Bewegung und nachfolgend der Unterarm des Spielers in einer peitschenden Bewegung mit offener Handfläche nach vorne geführt. Der Arm ist dabei nahezu gestreckt und trifft die Indiacca von hinten oben. Den abschließenden Impuls auf die Indiacca erzielt der Spieler durch ein aktives Abklappen des Handgelenks über der Indiacca. Die leichte Verdrehung des Rumpfes wird aufgelöst und der Spieler landet beidbeinig leicht vor dem Absprungort. Im besten Fall erreicht es der Spieler, seinen Anlauf und Absprung in eine derartige zeitliche Abfolge zu bringen, dass er die Indiacca am höchsten Punkt seines Sprunges schlägt.



Neben dem frontalen Angriffsschlag gibt es weitere Varianten zum Abschluss des Angriffs.

Hierzu zählen

- der sogenannte Leger, bei dem der Ball kurz hinter den Block gespielt wird,
- der Lob mit dem Ziel den Ball hinter die Abwehrreihe kurz vor die Grundlinie zu spielen,
- die Dreh- und Handgelenksschläge, um durch veränderte Winkel besser den Block zu umspielen sowie weitere Trickschläge.

Aufgrund der Komplexität des gesamten Bewegungsablaufs gehört der Angriffsschlag zu den am schwersten zu erlernenden Techniken und benötigt daher in der Regel viele Übungswiederholungen, bis das Ziel erreicht wird.

3.6 Block

Die einfachste Art einen schnellen, harten gegnerischen Angriff abzufangen ist es, ihn direkt am Netz mit einem Block zu stoppen. Ob dabei einer, zwei oder gleich alle drei Spieler der Angriffsreihe eingesetzt werden, hängt von der jeweiligen Taktik und der Effektivität des gegnerischen Angriffs ab.

Beim Blocken befindet sich der Spieler in unmittelbarer Nähe zum Netz. Der Körper ist dabei frontal Richtung Netz ausgerichtet. Dabei sind die Ober-/Unterarme in einem ca. 90°-Winkel vor den Körper gestellt, so dass sich die Hände oberhalb des Kopfes befinden, wobei die Handflächen nach vorne ausgerichtet sind. In dieser Haltung erwartet der Spieler unter Beobachtung des gegnerischen Spielzugs und unter Berücksichtigung möglicher Varianten den Angriff (Abb. 7.1). Zielsetzung ist es möglichst frühzeitig die Position des Angriffes zu erkennen und daraufhin selbst schnellstmöglich zum erwarteten Absprungpunkt zu gelangen. Die Bewegung zum Absprungpunkt erfolgt dabei durch seitliche Anstell- oder Kreuzschritte.

Der Absprung sollte beidbeinig aus mitteltiefer Körperhaltung ausgeführt werden, wobei die Arme per Armschwung zur Unterstützung hinzugenommen werden können. Werden die Arme aktiv eingesetzt, so sollte dies körpernah erfolgen, um den Mitspieler beim Block nicht zu behindern (Abb. 7.2). Ziel ist es die Handflächen bei leicht gespreizten Fingern nebeneinander als Verlängerung des Netzes nach oben zu führen (Abb. 7.5). Der Spieler springt dabei leicht verzögert nach dem Angreifer ab, so dass er kurz nach dem Schlag des Angreifers seine Hände auf die entsprechende Höhe/Position gebracht hat (Abb. 7.3). Beim Block ist darauf zu achten, dass weder das Netz berührt oder übergriffen wird, noch die Beine und Hände auch in der Luft die Feldmitte überschreiten (Abb. 7.4).





4. Aufwärmspiele für und mit Indiaca

4.1 Zehnerball

Material: 1 Indiaca

Ablauf: Die Spieler werden in zwei gleich große Mannschaften aufgeteilt und verteilen sich gemischt in einem Spielfeld. Zu Beginn wird die Indiaca in das Spielfeld geworfen und die Mannschaft, welche die Indiaca erhält, versucht nun sich die Indiaca zehn Mal zuzuwerfen. Dabei wird die Anzahl der gefangenen Indiacas laut mitgezählt. Gelingen zehn aufeinanderfolgende Würfe, erhält die Mannschaft einen Punkt. Fällt die Indiaca zwischendurch auf den Boden, wird von vorne begonnen zu zählen. Falls die Indiaca von der gegnerischen Mannschaft gefangen wird, versucht nun diese sich zehn Mal die Indiaca zuzuwerfen. Nach dem Erzielen jedes Punktes erhält die gegnerische Mannschaft die Indiaca.

Ziel: Die Mannschaft, welche nach einer gewissen Zeit die meisten Punkte hat, gewinnt. Alternativ gewinnt diejenige Mannschaft, die eine vorher festgelegte Punktzahl zuerst erreicht.

Variante: Statt sich die Indiacas zuzuwerfen, kann man als Steigerung bei Fortgeschrittenen auch nur das Zuspiel mit der flachen Hand erlauben.

4.2 Zombiball

Material: 2-3 Indiacas

Ablauf: Bei diesem Spiel spielt jeder gegen jeden. Zu Beginn verteilen sich alle Spieler auf dem Spielfeld und die Indiacas werden eingeworfen. Sobald ein Spieler in den Besitz einer Indiaca gelangt, wird dieser zum Jäger und versucht mit der Indiaca andere Spieler abzuwerfen. Der Jäger darf dabei mit der Indiaca in der Hand nur drei Schritte laufen. Nach jedem Wurf ist der Indiaca-Ball wieder für jeden Spieler frei, wobei weiterhin nur das Schlagkissen und das schwarze Verbindungsstück angefasst werden dürfen. Wird ein Spieler von einem Jäger getroffen, stellt sich dieser so lange an den Rand des Spielfeldes, bis sein Jäger ebenfalls abgeworfen wurde.

Variante 1: Alternativ kann statt des Wartens am Rand des Spielfeldes auch eine Kräftigungs- oder Koordinationsübung ausgeführt werden, nach dessen erfolgreicher Ausführung der Spieler wieder zurück ins Spiel gelangt.

Variante 2: Geworfene Indiacas dürfen mit der flachen Hand abgewehrt (und gefangen) werden, diese Berührung zählt dann nicht als Treffer und die Indiaca wird für jeden Spieler wieder frei.

4.3 Feldfreihalten

Material: 10-20 Indiacas

Ablauf: Das Spielfeld besteht aus zwei gleich großen Spielfeldhälften, in die jeweils die gleiche Anzahl an Indiaca-Bällen gelegt werden. Es werden zwei gleichgroße Teams gebildet und diese der jeweiligen Spielfeldhälfte zugeteilt. Die Teams versuchen ihre eigene Spielfeldhälfte frei von Indiacas zu halten, indem sie diese in das gegnerische Feld spielen. Das Spiel beginnt mit einem Anpfiff und endet nach einer beliebigen Zeit mit einem Abpfiff. Es gewinnt das Team, das zum Zeitpunkt des Abpfiffs weniger Indiaca-Bälle im eigenen Feld hat.

Variante: Die Indiaca-Bälle müssen mit einem korrekt ausgeführten Aufschlag in die gegnerische Spielfeldhälfte geschlagen werden.

4.4 Rettungsfangen

Material: 2-3 Indiacas

Ablauf: Zu Beginn werden zwei Spieler aus der Gruppe als Fänger bestimmt. Die Gruppe der verbleibenden Spieler erhalten die Indiaca. Die Fänger haben die Aufgabe die Spieler der Gruppe zu fangen. Jedoch kann ein Spieler nicht gefangen werden, falls dieser eine Indiaca in der Hand hält. Somit versuchen die Spieler der Gruppe sich die Indiacas so zuzuwerfen, dass sie möglichst nicht von den Fängern gefangen werden können. Dennoch erfolgreich gefangene Spieler werden zu Fängern. Das Spiel endet, wenn nur noch so viele Spieler wie Indiacas im Spiel sind. Danach startet eine neue Runde mit neuen Fängern.

5. Spielformen

5.1 Spielform 1+1

In der Spielform **1+1 (eins mit eins)** stehen sich zwei Spieler gegenüber (meist durch ein Netz oder eine gespannte Schnur getrennt) und versuchen gemeinsam möglichst viele erfolgreiche Zuspiele in Folge zu schaffen. Der Abstand der beiden Spieler zueinander beträgt je nach Spielniveau und Schlagkraft zwischen 3 m und 6 m. Für diese Spielform sind keine Spielfeldbegrenzungen erforderlich.

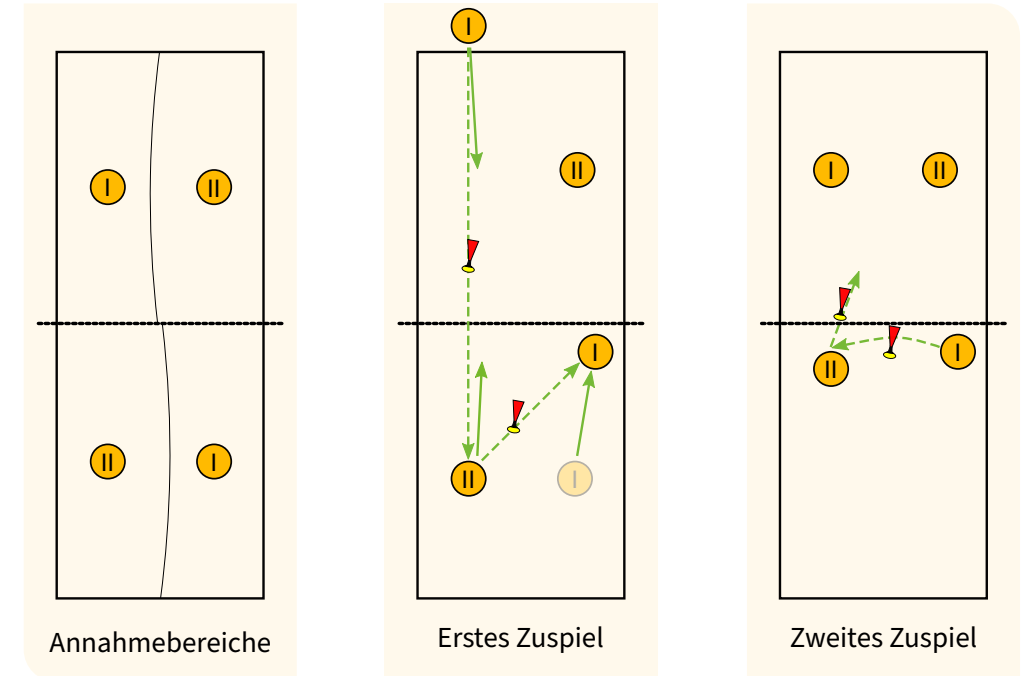
5.2 Spielform 1:1

In der Spielform **1:1 (eins gegen eins)** stehen sich zwei Spieler durch ein Netz oder eine gespannte Schnur getrennt gegenüber und versuchen die Indiacas so in das gegnerische Spielfeld zu spielen, dass sie punkten. Für diese Spielform sind Spielfeldbegrenzungen erforderlich und es empfiehlt sich eine gesamte Spielfeldgröße von ungefähr 6 m x 3 m.



5.3 Spielform 2+2

In der Spielform **2+2 (zwei mit zwei)** stehen sich zwei Zweiertteams durch ein Netz oder eine gespannte Schnur getrennt gegenüber und versuchen mit Hilfe eines **situationsgebundenen** Angriffsspiels möglichst viele Zuspiele zu erreichen. In dieser Spielform wird erstmals ein Stellungsspiel mit Annahmehereichen und ein Spielaufbau durch drei Ballkontakte ermöglicht. Für diese Spielform empfehlen sich Spielfeldbegrenzungen und eine gesamte Spielfeldgröße von ungefähr 8 m x 4 m.

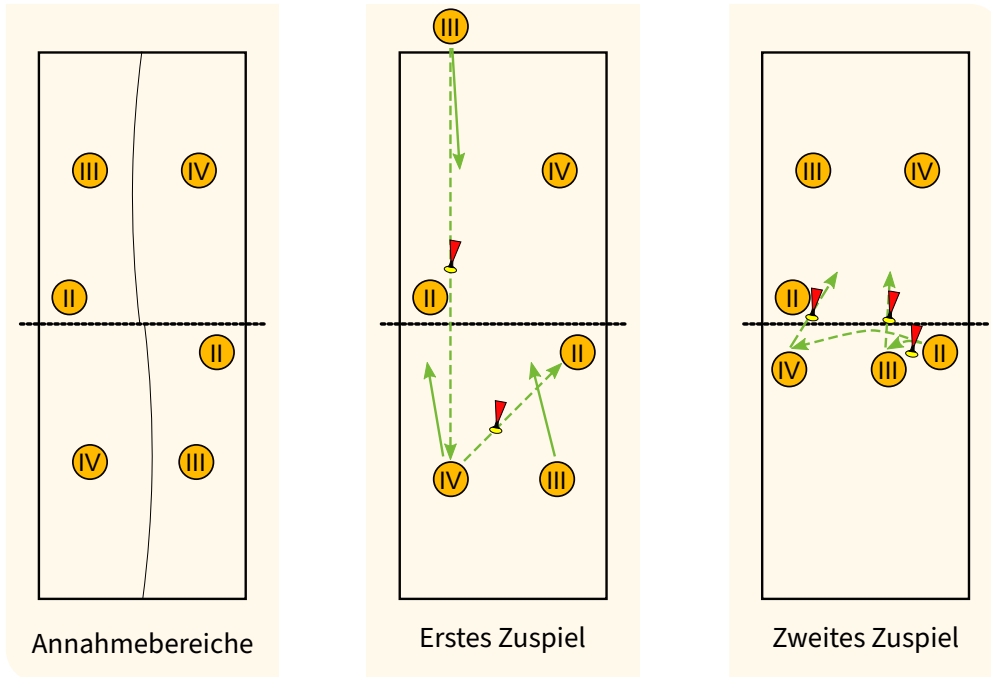


5.4 Spielform 2:2

In der Spielform **2:2 (zwei gegen zwei)** stehen sich zwei Zweiertteams durch ein Netz oder eine gespannte Schnur getrennt gegenüber und versuchen jeweils mit Hilfe eines **situationsgebundenen** Angriffsspiels zu punkten. Für diese Spielform sind Spielfeldbegrenzungen erforderlich und es empfiehlt sich eine gesamte Spielfeldgröße von ungefähr 8 m x 4 m.

5.5 Spielform 3+3

In der Spielform **3+3 (drei mit drei)** stehen sich zwei Dreierteams durch ein Netz oder eine gespannte Schnur getrennt gegenüber und versuchen mit Hilfe eines **positionsgebundenen** Angriffsspiels möglichst viele Zuspiele zu erreichen. In dieser Spielform wird erstmals durch das positionsgebundene Spiel die besondere Rolle des Spielers II (Steller) deutlich. Der Steller erhält in der Regel stets den zweiten Ball und spielt den Indiacaball parallel zum Netz auf Spieler III oder IV, sodass diese einen Angriffsschlag ausführen können. Für diese Spielform empfehlen sich Spielfeldbegrenzungen und eine gesamte Spielfeldgröße von ungefähr 8 m x 4 m.



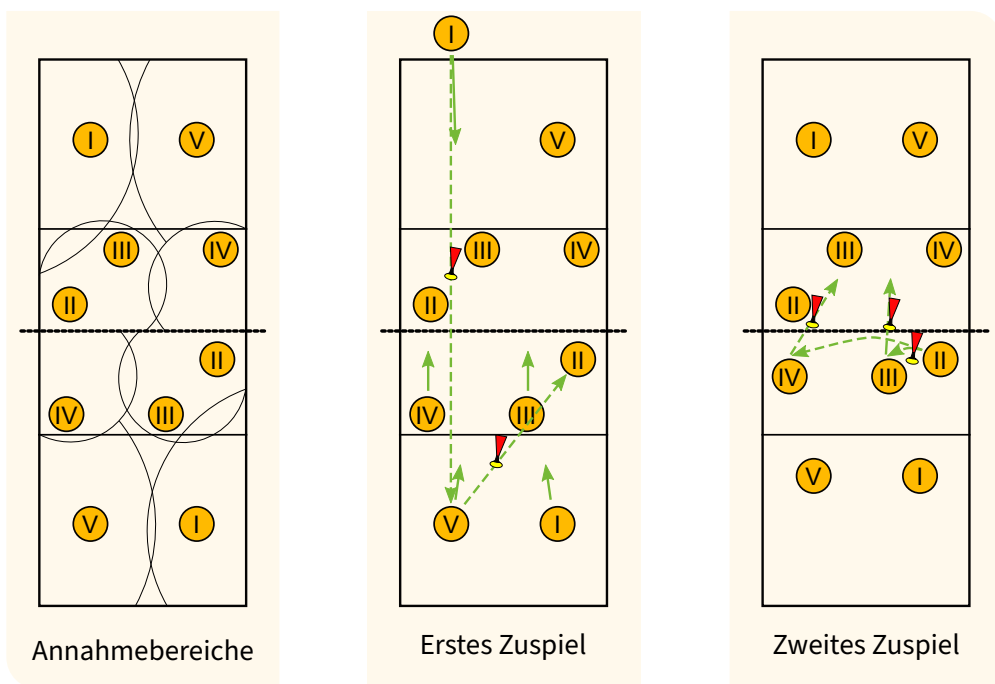
5.6 Spielform 3:3

In der Spielform **3:3 (drei gegen drei)** stehen sich zwei Dreierteams durch ein Netz oder eine gespannte Schnur getrennt gegenüber und versuchen jeweils mit Hilfe eines **positionsgebundenen** Angriffsspiels zu punkten. Für diese Spielform sind Spielfeldbegrenzungen erforderlich und es empfiehlt sich eine gesamte Spielfeldgröße von ungefähr 8 m x 4 m.



5.7 Spielform 5:5

Die Spielform **5:5 (fünf gegen fünf)** stellt die offizielle auf Turnieren gespielte Spielform dar. In dieser Spielform nehmen die Spieler I und V im Hinterfeld hauptsächlich Annahme- und Defensivaufgaben wahr. Spieler I führt zudem den Aufschlag von außerhalb des Feldes aus. Die Spieler im Vorderfeld übernehmen vorwiegend Angriffs- und Blockaufgaben, dabei kommt dem Spieler II die besondere Rolle des Stellers zu. Der Steller erhält in der Regel stets den zweiten Ball und spielt die Indiacas parallel zum Netz auf Spieler III oder IV, sodass diese einen Angriffsschlag ausführen können. Jenes Team, das den Ballwechsel für sich entscheidet, erhält einen Punkt und das Aufschlagrecht. Gewinnt ein Team das Aufschlagrecht zurück, so rotieren die Spieler dieses Teams im Uhrzeigersinn eine Position weiter.



5.8 Canadian-Style

Wird eine Spielform im Modus Canadian-Style gespielt, so muss lediglich der letzte (und damit in die gegnerische Spielfeldseite) gespielte Indiacas-Ball direkt gespielt werden. Alle Indiacas-Bälle zuvor dürfen dementsprechend gefangen und mit Hilfe der Grundtechnik des Aufschlags präzise innerhalb des eigenen Teams zugespielt werden.

5.9 Turniermodus Kaiserball

Im Turniermodus Kaiserball spielen alle Teams gleichzeitig auf hierarchisch sortierten Spielfeldern gegeneinander. Nach einer Spieldauer von 2 bis 5 Minuten steigen die Gewinner-Teams ein Spielfeld auf und die Verlierer-Teams ein Spielfeld ab. Bei Unentschieden wird ein Entscheidungspunkt ausgespielt. Hierdurch entstehen immer wieder neue Spielpaarungen, in denen nun erneut gegeneinander gespielt wird. Jedes Team versucht durch Aufsteigen das hierarchisch höchste Spielfeld – das Kaiserfeld – zu erreichen. Aus dem Kaiserfeld kann man nicht aufsteigen, wie man auch aus dem hierarchisch niedrigsten Feld nicht absteigen kann.

5.10 Rundlauf

In der Spielform Rundlauf stellen sich jeweils die gleiche Anzahl an Spielern auf jeder Spielfeldhälfte in einer Reihe hintereinander auf. Der jeweils vorne in der Reihe stehende Spieler spielt durch einmaliges Berühren die Indiacas in die gegenüberliegende Spielfeldhälfte und stellt sich anschließend in der gegenüberliegenden Spielfeldhälfte an. SCHAFFT ein Spieler nicht die Indiacas erfolgreich in die gegenüberliegende Spielfeldhälfte zu spielen oder macht einen Fehler scheidet dieser aus der Runde aus. Die zwei letzten Spieler spielen das sogenannte Finale aus, bevor alle Spieler wieder in eine neue Runde einsteigen.

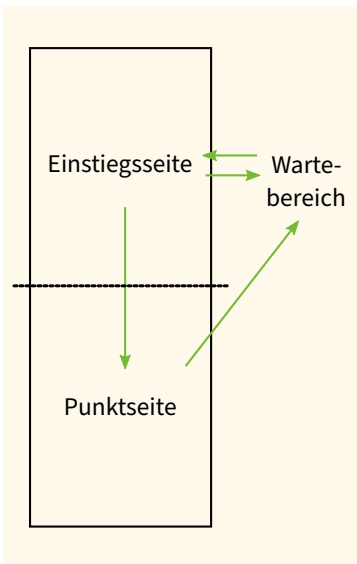
Variante 1: Alternativ kann Rundlauf auch mit Zweiertteams und verpflichtendem dreimaligem Spielen der Indiacas gespielt werden.

Variante 2: Um bei Anfängern einen flüssigen Ablauf zu erreichen, kann die Bedingung eingeführt werden, dass die Indiacas „schön“ auf die gegnerische Grundposition zugespielt werden muss. Erfolgt das Zuspiel der Indiacas unsauber oder resultiert daraus ein Fehler des nächsten Spielers, scheidet der Spieler aus der Runde aus. Dabei übernimmt die Lehrkraft die Funktion des Schiedsrichters.



5.11 Norwegische Spielform

Bei der Norwegischen Spielform kommt ein normales Spielfeld für drei Mannschaften gleichzeitig zum Einsatz. Die Personenanzahl pro Mannschaft kann zwischen zwei bis fünf Personen frei gewählt werden. Regeltechnisch gelten bis auf zwei Ausnahmen die allgemeinen Regeln. Erstens müssen nach dem Gewinn des Aufschlagsrechts nicht die Positionen rotiert werden und zweitens muss bei der Durchführung des Aufschlages nicht gewartet werden, bis die gegnerische Mannschaft auf ihrer Position steht. Das Ziel ist es als Mannschaft zehn Punkte zu erreichen. Wenn eine Mannschaft sieben Punkte erreicht, dann ist sie dazu verpflichtet dies lautstark den anderen mitzuteilen. Jede Mannschaft ist selbst verpflichtet ihre Punkte zu zählen. Bei den zwei Spielseiten des Feldes wird zwischen der „Punktseite“ und der „Einstiegsseite“ unterschieden. Hinzu kommt noch der „Wartebereich“, welcher neben bzw. um das Feld herum liegt.



Zu Beginn werden die Mannschaften zufällig auf die drei Bereiche verteilt. Die Mannschaft, welche sich im „Wartebereich“ befindet, betritt die „Einstiegsseite“, sobald eine der beiden Mannschaften auf dem Feld einen Punkt erzielt.

Wenn die Mannschaft auf der „Einstiegsseite“ einen Ballwechsel gewinnt, dann wechselt sie auf die „Punktseite“; wenn jedoch die gegnerische Mannschaft einen Punkt erzielt, dann muss die Mannschaft von der „Einstiegsseite“ in den „Wartebereich“ wechseln.

Erzielt die Mannschaft auf der „Punktseite“ einen Punkt, dann darf sie diesen für ihr Punktekonto zählen. Es lassen sich ausschließlich auf der „Punktseite“ Punkte erzielen. Sollte jedoch die gegnerische Mannschaft den Ballwechsel gewinnen, dann muss die Mannschaft von der „Punktseite“ in den „Wartebereich“ wechseln.

6. Unterrichtsreihe: Einführung von Indiacas für die Jahrgangsstufen 5-7

Für die hier ausgearbeiteten Doppelstunden für die Einführung des Indiacasports für die Jahrgangsstufen 5 bis 7 sind keine Vorkenntnisse oder Erfahrungen der Schüler mit Indiacasport notwendig. Im Rahmen dieser vier Doppelstunden erlernen die Schüler die Grundtechniken beim Indiacasport (Aufschlag, unteres und oberes Zuspiel) und können diese in der Spielform 2+2, 2:2, 3+3 und 3:3 im Team anwenden.

Alle in den folgenden Doppelstunden aufgeführten Aufwärmspiele und Spielformen sind in den separaten Kapiteln 4 und 5 ausführlich erklärt.

6.1 Doppelstunde 1: Indiacasport kennenlernen

Lernziele:

In der ersten Doppelstunde wird die Sportart Indiacasport vorgestellt, der Umgang mit dem Spielball Indiacasport gelehrt und die Grundtechniken Aufschlag sowie das obere und untere Zuspiel in der Spielform 1+1 erlernt.

Vorstellung der Sportart Indiacasport:

Die Sportart Indiacasport wird der Schulklasse vorgestellt und ein erster Überblick über die kommenden Unterrichtsinhalte gegeben.



Lehrer-Tipp: Für die Langlebigkeit der Indiacasport-Bälle wird direkt zu Beginn der richtige Umgang mit den Bällen vermittelt. Insbesondere um den Verschleiß der roten Indiacasport-Federn gering zu halten und damit auch langfristig eine gute Flugbahn der Indiacasport zu gewährleisten, werden die Indiacasport-Bälle lediglich an ihrer gelben Schlagfläche oder dem schwarzen Verbindungsstück gehalten und ausschließlich mit den Händen gespielt.

Aufwärmspiel: Zombiball

Um die Schüler mit dem Indiacasport-Ball und dessen Flugverhalten vertraut zu machen, bietet sich das Aufwärmspiel Zombiball an. Mit diesem Aufwärmspiel wird von Beginn an die Hemmschwelle vor der Indiacasport gesenkt und der Einstieg in die neue Sportart erleichtert.



Freies Spiel: Indiacca hochhalten

Für einen spielerischen Einstieg in die Sportart Indiacca wird den Schülern die Aufgabe gegeben sich die Indiacca in der Spielform 1+1 (ohne Netz) möglichst oft zuzuspielen, ohne dass die Indiacca auf den Boden fällt. Die maximale Anzahl an Zuspielen wird dabei von jedem Schüler mitgezählt.



Reflexionsphase: War es schwierig die Indiacca zu treffen und sich diese zuzuspielen? Wie konnte die Indiacca gespielt werden (von oben/von unten)?

Einführung der Grundtechniken: Aufschlag und unteres Zuspiel

Die Grundtechniken Aufschlag und unteres Zuspiel (Kapitel 3) werden der gesamten Schulklasse vermittelt. Dabei werden die Techniken zunächst von der Lehrkraft für Rechts- und Linkshänder erklärt und anschließend mit einem ausgewählten Schüler exemplarisch in der Spielform 1+1 vorgemacht.

Anschließend üben die Schüler in der Spielform 1+1 diese beiden Grundtechniken über ein Netz oder eine gespannte Schnur. Dabei wird die Indiacca zu Beginn von den Schülern nur durch innerhalb des Spielfeldes ausgeführte Aufschläge zugespielt, gefangen und zurückgespielt. Daran anknüpfend darf nun die Indiacca nach dem Aufschlag einmal mit Hilfe des unteren Zuspiels zurückgespielt werden. Bereits nach einer kurzen Phase werden die Schüler diese Grundtechniken verinnerlicht haben und es kann die Grundtechnik des oberen Zuspiels eingeführt werden.



Lehrer-Tipp: Für die Spielformen 1+1, 1:1, 2+2, 2:2, 3+3 und 3:3 eignet sich ein in der Sporthalle längs gespanntes Netz bzw. am besten mehrere. Bei den Spielformen 2+2, 2:2, 3+3 und 3:3 sind zudem Spielfeldbegrenzungen empfehlenswert. Hierfür können beliebige Linien anderer Sportarten genutzt werden. In den meisten Sporthallen eignen sich dafür halbe Badmintonfelder mit einer Breite von 3,05 m, welche durch die Seitenlinie des Volleyballfeldes auf eine Länge von 4 m begrenzt werden.

Einführung der Grundtechnik: Oberes Zuspiel

Die Grundtechnik des oberen Zuspiels (Kapitel 3) wird zunächst ebenfalls von der Lehrkraft für Rechts- und Linkshänder erklärt und anschließend mit einem ausgewählten Schüler im 1+1 vorgemacht.

Danach üben die Schüler in der Spielform 1+1 über ein Netz diese Grundtechnik. Dabei wird erneut die Indiacca nach einem präzisen Aufschlag lediglich einmal mit Hilfe des oberen Zuspiels zurückgespielt und gefangen. Haben die Schüler diese Grundtechnik verinnerlicht, versuchen die Schüler in der Spielform 1+1 möglichst viele Zuspiele mit allen erlernten Grundtechniken zu erreichen. Für die anschließende Reflexion werden erneut die maximale Anzahl an erfolgreichen Zuspielen von den Schülern gezählt.



Reflexionsphase: Wann wurde welche Grundtechnik verwendet? Und warum? Wie hat sich die maximale Anzahl an erfolgreichen Zuspielen während dieser Sportstunde verändert?

6.2 Doppelstunde 2: Die Schulung der Grundtechniken

Lernziele:

In der zweiten Doppelstunde steht das Festigen der Grundtechniken im Mittelpunkt. Dazu zählt die Bewegung zum Indiacca mit der Verwendung der richtigen Grundtechnik, sowie die Verbesserung der Präzision beim Zuspiel. Zudem wird die Spielform 1+1 auf die Spielformen 2+2 und 2:2 mit einem situationsbezogenen Angriffsspiel erweitert.

Aufwärmspiel: Rettungsfangen

Mit dem Aufwärmspiel Rettungsfangen machen sich die Schüler erneut mit dem Flugverhalten der Indiacca vertraut und beginnen als ein Team zu agieren und innerhalb dieses Teams zu kommunizieren.

Einspielen: Spielform 1+1

Die drei Grundtechniken Aufschlag, oberes und unteres Zuspiel werden zusammen mit den Schülern wiederholt. Anschließend werden diese Grundtechniken in unterschiedlichen Varianten der Spielform 1+1 über ein Netz oder eine gespannte Schnur geübt, da in dieser Spielform die Anzahl an Wiederholungen und damit der Lernerfolg am höchsten ist.

Varianten zur allgemeinen Verbesserung der Grundtechniken:

- Es ist nur der Aufschlag und das untere Zuspiel erlaubt.
- Es ist nur der Aufschlag und das obere Zuspiel erlaubt.



Varianten zur Verbesserung der Zuspiel-Präzision:

- Die Schüler stellen sich mit jeweils 1 m Abstand zum Netz (zur gespannten Schnur) auf und spielen sich unterhalb des Netzes die Indiaca zu.
- Die Schüler spielen sich die Indiaca zu, jedoch steht dabei einer der Schüler in einem Gymnastikreifen und darf diesen nicht mit beiden Füßen verlassen.

Motivierende Zuspiel-Varianten:

- Es wird die maximale Anzahl an erfolgreichen Zuspielen gezählt und abgefragt. Zur Zuordnung neuer Spielpaarungen können sich die Schüler nach ihrer Anzahl an erfolgreichen Zuspielen aufsteigend aufstellen und von außen beginnend zuordnen, sodass Schüler mit besseren und schlechteren Werten als neue Paarungen zusammenfinden.
- Das Netz oder die Schnur wird höhentechisch schräg gespannt (verlaufend von 1 m bis auf 2,5 m) und die Schüler zählen erneut ihre erfolgreichen Zuspiele. Anschließend ordnen sich die gleichbleibenden Spielpaare gemäß ihrer Anzahl an Zuspielen der aufsteigenden Netzhöhe zu.

Freies Spiel: 2+2

Den Schülern wird die Aufgabe gegeben in der Spielform 2+2 möglichst viele erfolgreiche Ballwechsel mit dem gegnerischen Team zu schaffen. Das dreimalige Spielen der Indiaca innerhalb des eigenen Teams wird den Schülern dabei als geeignetes Aufbauspiel vorgestellt.



Reflexionsphase: Kam es zu Absprachefehlern beim Aufbauspiel? Wie können diese verhindert werden? Allgemein können Absprachefehler durch das (verpflichtende) Rufen von „Ich“ vor der Ballannahme vermieden werden.

Einführung: Spielform 2+2

Nach dem freien Spiel 2+2 wird nun die Spielform 2+2 ausführlich in der gesamten Schulklasse eingeführt und die Grundaufstellung mit den dazugehörigen Annahmebereichen sowie das situationsgebundene Angriffsspiel besprochen. Die Unterrichtsinhalte dieser Spielform werden am besten mit vier Schülern exemplarisch auf einem Spielfeld praxisnah erklärt. Anschließend spielen die Schüler zunächst im 2+2 Canadian-Style und können dabei die erlernten Grundtechniken anwenden. Wurde der Spielaufbau mit den drei Berührungen pro Team von den Schülern verinnerlicht, kann zur normalen Spielform 2+2 übergegangen werden.

Freies Spiel: 2:2

Zum Abschluss spielen die Schüler in der Spielform 2:2 erstmals gegeneinander und entwickeln dabei eigenständig Spielabläufe und Taktiken, um gegeneinander zu punkten. Auch hier kann zunächst im Canadian-Style gespielt werden.



Reflexionsphase: Wie unterscheidet sich das Spiel in den Spielformen 2+2 und 2:2? Wie wird die Indiaca in das gegnerische Feld gespielt, um einen Punkt zu erzielen? (Ausnutzen von Freiräumen)



Lehrer-Tipp: In den Spielformen 1+1, 1:1, 2+2, 2:2, 3+3 und 3:3 erhöht sich der Lernerfolg der Schüler oft merklich, wenn die Spielpaarungen regelmäßig verändert werden. Das regelmäßige Verändern der Spielpaarungen kann unabhängig von der Spielform immer realisiert werden, indem die Schüler einer Spielfeldseite jeweils auf Ansage ein Spielfeld weiterrotieren.

6.3 Doppelstunde 3: Das Spielen im Team

Lernziele:

In der dritten Doppelstunde steht das Spielen im Team in der Spielform 3+3 und 3:3 im Vordergrund. Damit wird neben dem situationsgebundenen Angriffsspiel aus dem 2+2 und 2:2 nun auch das positionsgebundene Angriffsspiel eingeführt.

Aufwärmspiel: Feldfreihalten

Mit dem Aufwärmspiel Feldfreihalten werden die in den vorherigen Doppelstunden erlernten Grundtechniken spielerisch aufgegriffen.

Einspielen: Spielform 2+2

Die Schüler spielen sich in der Spielform 2+2 im Canadian-Style mit verpflichtenden dreimaligem Spielen innerhalb des eigenen Teams ein und wiederholen damit die Grundtechniken und das situationsbezogene Angriffsspiel.



Freies Spiel: 3+3

Den Schülern wird die Aufgabe gegeben, in der Spielform 3+3 möglichst viele erfolgreiche Ballwechsel mit dem gegnerischen Team zu schaffen. Dabei ist das dreimalige Spielen innerhalb des eigenen Teams verpflichtend.



Reflexionsphase: Wie unterscheidet sich das Spiel in den Spielformen 2+2 und 3+3? Der Lehrer leitet dabei die Diskussion zum positionsgebundenen Angriffsspiel und der besonderen Rolle des Stellers über.

Einführung: Spielform 3+3

Nach dem freien Spiel im 3+3 wird nun die Spielform 3+3 ausführlich in der gesamten Schulklasse eingeführt und die Grundaufstellung mit den dazugehörigen Annahmehereichen sowie das positionsgebundene Angriffsspiel werden besprochen.

Die Unterrichtsinhalte dieser Spielform werden am besten mit sechs Schülern exemplarisch auf einem Spielfeld praxisnah erklärt. Anschließend spielen die Schüler zunächst im 3+3 Canadian-Style und können dabei die erlernten Grundtechniken anwenden. Wurde das positionsgebundene Angriffsspiel verinnerlicht, kann zur normalen Spielform 3+3 übergegangen werden.

Freies Spiel: 3:3

Zum Abschluss spielen die Schüler in der Spielform 3:3 gegeneinander. Auch hier kann zunächst im Canadian-Style gespielt werden.



Lehrer-Tipp: Jede Spielform kann im Canadian-Style gespielt werden. Dies erlaubt den Schwierigkeitsgrad individuell an die Leistungsstärke der Schüler anzupassen. Zudem kann der Canadian-Style auch abgestuft werden, indem nur noch das Fangen der Annahme (erster Ballkontakt) erlaubt wird.

6.4 Doppelstunde 4: Spielen im Turniermodus Kaiserball

Lernziele:

In dieser Doppelstunde entwickeln die Schüler ihr Spiel im Team durch den Turniermodus Kaiserball in unterschiedlichen Spielformen weiter. Bereits intrinsisch gewährleistet dieser Turniermodus eine Binnendifferenzierung und die Schüler lernen in Spielpaarungen ähnlicher Leistungsstärke mit Sieg und Niederlage umzugehen.

Aufwärmspiel: Zehnerball

Zehnerball ist in seiner einfachen Variante, in welcher die Indiaca geworfen und gefangen wird, ein agiles Aufwärmspiel mit der Indiaca.

Einspielen: Spielform 1+1

Die Schüler spielen sich zu Beginn in der Spielform 1+1 mit allen erlernten Grundtechniken ein.

Einführung: Spielform Kaiserball

Der Turniermodus Kaiserball wird in der Spielform 2:2 in der gesamten Schulklasse eingeführt. Anschließend werden die Zweierteams zufällig zusammengestellt, den Spielfeldern zugewiesen und das Turnier beginnt.

Spielform: 3:3 Kaiserball

In neuen zufällig zusammengestellten Dreierteams wird nun die Spielform 3:3 im Turniermodus Kaiserball gespielt.



Lehrer-Tipp: In den Spielformen 2:2 und 3:3 im Turniermodus Kaiserball können die Schüler ihr gesamtes erarbeitetes Können unter Beweis stellen. Dies eignet sich also gut für eine Beobachtung der Schüler zum Feedbackgeben und zur Notengebung. Dies schließt ein Erlauben des Canadian-Style nicht aus.



7. Unterrichtsreihe: Einführung von Indiaca ab Jahrgangsstufe 8

Für die hier ausgearbeiteten vier Doppelstunden für den Einstieg ins Indiaca ab Jahrgangsstufe 8, sind keine Vorkenntnisse oder Erfahrungen der Schüler über Indiaca notwendig. Die Schüler erlernen die Grundtechniken des Indiacas (Aufschlag, unteres und oberes Zuspiel, Angriff, Block) und können diese in den unterschiedlichsten Spielform im Team bis zur offiziellen Indiaca-Spielform 5:5 anwenden.

Alle in den folgenden Doppelstunden aufgeführten Aufwärmspiele und Spielformen sind in den Kapiteln 4 und 5 ausführlich erklärt.

7.1 Doppelstunde 1: Indiaca kennenlernen

Lernziele:

In der ersten Doppelstunde wird die Sportart Indiaca vorgestellt, der Umgang mit dem Spielball Indiaca geschult und die Grundtechniken Aufschlag sowie das obere und untere Zuspiel in der Spielform 1+1 erlernt.

Vorstellung der Sportart Indiaca:

Die Sportart Indiaca wird der Schulklasse vorgestellt und ein erster Überblick über die kommenden Unterrichtsinhalte gegeben.



Lehrer-Tipp: Für die Langlebigkeit der Indiaca-Bälle wird direkt zu Beginn der richtige Umgang mit den Bällen vermittelt. Insbesondere um den Verschleiß der roten Indiaca-Federn gering zu halten und damit auch langfristig eine gute Flugbahn der Indiaca zu gewährleisten, werden die Indiaca-Bälle lediglich an ihrer gelben Schlagfläche oder dem schwarzen Verbindungsstück gehalten und ausschließlich mit den Händen gespielt.

Aufwärmspiel: Zombiball

Um die Schüler mit dem Indiaca-Ball und dessen Flugverhalten vertraut zu machen, bietet sich das Aufwärmspiel Zombiball an. Mit diesem Aufwärmspiel wird von Beginn an die Hemmschwelle vor der Indiaca gesenkt und der Einstieg in die neue Sportart erleichtert.

Freies Spiel: Indiaca hochhalten

Für einen spielerischen Einstieg in die Sportart Indiaca wird den Schülern die Aufgabe gegeben, sich die Indiaca in der Spielform 1+1 (ohne Netz) möglichst oft zuzuspielen, ohne dass die Indiaca auf den Boden fällt. Die maximale Anzahl an Zuspielen wird dabei von jedem Schüler mitgezählt.



Reflexionsphase: War es schwierig die Indiaca zu treffen und sich diese zuzuspielen? Wie konnte die Indiaca gespielt werden (von oben/von unten)?

Einführung der Grundtechniken: Aufschlag und unteres Zuspiel

Die Grundtechniken Aufschlag und unteres Zuspiel (ausführlich beschrieben in Kapitel 3) werden der gesamten Schulklasse vermittelt. Dabei werden die Techniken zunächst von der Lehrkraft für Rechts- und Linkshänder erklärt und anschließend mit einem ausgewählten Schüler exemplarisch in der Spielform 1+1 vor der restlichen Klasse demonstriert.

Anschließend erlernen die Schüler in der Spielform 1+1 über ein Netz oder eine gespannte Schnur diese beiden Grundtechniken. Dabei wird die Indiaca zu Beginn von den Schülern nur durch innerhalb des Spielfeldes ausgeführte Aufschläge zugespielt, gefangen und zurückgespielt. Daran anknüpfend darf nun die Indiaca nach dem Aufschlag einmal mit Hilfe des unteren Zuspiels zurückgespielt werden. Bereits nach einer kurzen Phase werden die Schüler diese Grundtechniken verinnerlicht haben und es kann die Grundtechnik des oberen Zuspiels eingeführt werden.



Lehrer-Tipp: Für die Spielformen 1+1, 1:1, 2+2, 2:2, 3+3 und 3:3 eignet sich ein in der Sporthalle längs gespanntes Netz bzw. am besten mehrere. Bei den Spielformen 2+2, 2:2, 3+3 und 3:3 sind zudem Spielfeldbegrenzungen empfehlenswert. Hierfür können beliebige Linien anderer Sportarten genutzt werden. In den meisten Sporthallen eignen sich dafür halbe Badmintonfelder mit einer Breite von 3,05 m, welche durch die Seitenlinie des Volleyballfeldes auf eine Länge von 4 m begrenzt werden.

Einführung der Grundtechnik: Oberes Zuspiel

Die Grundtechnik des oberen Zuspiels (Kapitel 3) wird zunächst ebenfalls von der Lehrkraft für Rechts- und Linkshänder erklärt und anschließend mit einem ausgewählten Schüler im 1+1 demonstriert.



Anschließend üben die Schüler in der Spielform 1+1 über ein Netz diese Grundtechnik. Dabei wird erneut die Indiacca nach einem präzisen Aufschlag lediglich einmal mit Hilfe des oberen Zuspiels zurückgespielt und gefangen. Haben die Schüler diese Grundtechnik verinnerlicht, versuchen die Schüler in der Spielform 1+1 möglichst viele Zuspiele mit allen erlernten Grundtechniken zu erreichen. Für die anschließende Reflexion wird erneut die maximale Anzahl an erfolgreichen Zuspielen von den Schülern gezählt.



Reflexionsphase: Wann wurde welche Grundtechnik verwendet? Und warum? Wie hat sich die maximale Anzahl an erfolgreichen Zuspielen während dieser Sportstunde verändert?

7.2 Doppelstunde 2: Die Schulung der Grundtechniken

Lernziele:

In der zweiten Doppelstunde steht das Festigen der Grundtechniken im Mittelpunkt. Dazu zählt die Bewegung zum Indiacca mit der Verwendung der richtigen Grundtechnik sowie die Verbesserung der Präzision beim Zuspiel. Zudem wird die Spielform 1+1 auf die Spielformen 2+2 und 2:2 mit einem situationsbezogenen Angriffsspiel erweitert.

Aufwärmspiel: Rettungsfangen

Mit dem Aufwärmspiel Rettungsfangen machen sich die Schüler erneut mit dem Flugverhalten der Indiacca vertraut und beginnen als ein Team zu agieren und innerhalb dieses Teams zu kommunizieren.

Einspielen: Spielform 1+1

Die drei Grundtechniken Aufschlag, oberes und unteres Zuspiel werden zusammen mit den Schülern wiederholt. Anschließend werden diese Grundtechniken in unterschiedlichen Varianten der Spielform 1+1 über ein Netz oder eine gespannte Schnur geübt, da in dieser Spielform die Anzahl an Wiederholungen und damit der Lernerfolg am höchsten ist.

Varianten zur allgemeinen Verbesserung der Grundtechniken:

- Es ist nur der Aufschlag und das untere Zuspiel erlaubt.
- Es ist nur der Aufschlag und das obere Zuspiel erlaubt.

Varianten zur Verbesserung der Zuspiel-Präzision:

- Die Schüler stellen sich mit jeweils 1 m Abstand zum Netz (zur gespannten Schnur) auf und spielen sich die Indiacca unterhalb des Netzes zu.
- Die Schüler spielen sich die Indiacca zu, jedoch steht dabei einer der Schüler in einem Gymnastikreifen und darf diesen nicht mit beiden Füßen verlassen.

Motivierende Zuspiel-Varianten:

- Es wird die maximale Anzahl an erfolgreichen Zuspielen gezählt und abgefragt. Zur Zuordnung neuer Spielpaarungen können sich die Schüler nach ihrer Anzahl an erfolgreichen Zuspielen aufsteigend aufstellen und von außen beginnend zuordnen, sodass Schüler mit besseren und schlechteren Werten als neue Paarungen zusammenfinden.
- Das Netz oder die Schnur wird höhentechnisch schräg gespannt (verlaufend von 1 m bis auf 2,50 m) und die Schüler zählen erneut ihre erfolgreichen Zuspiele. Anschließend ordnen sich die gleichbleibenden Spielpaare gemäß ihrer Anzahl an Zuspielen der aufsteigenden Netzhöhe zu.

Freies Spiel: 2+2

Den Schülern wird die Aufgabe gegeben, in der Spielform 2+2 möglichst viele erfolgreiche Ballwechsel mit dem gegnerischen Team zu schaffen. Das dreimalige Spielen der Indiacca innerhalb des eigenen Teams wird den Schülern dabei als geeignetes Aufbauspiel vorgestellt.



Reflexionsphase: Kam es zu Absprachefehlern beim Aufbauspiel? Wie können diese verhindert werden? Allgemein können Absprachefehler durch das (verpflichtende) Rufen von „Ich“ vor der Ballannahme vermieden werden.

Einführung: Spielform 2+2

Nach dem freien Spiel im 2+2 wird nun die Spielform 2+2 ausführlich in der gesamten Schulklasse eingeführt und die Grundaufstellung mit den dazugehörigen Annahmehereichen sowie das situationsgebundene Angriffsspiel werden besprochen. Die Unterrichtsinhalte dieser Spielform werden am besten mit vier Schülern exemplarisch auf einem Spielfeld praxisnah erklärt. Anschließend spielen die Schüler zunächst im 2+2 Canadian-Style und können dabei die erlernten Grundtechniken anwenden. Wurde der Spielaufbau mit den drei Berührungen pro Team von den Schülern verinnerlicht, kann zur normalen Spielform 2+2 übergegangen werden.



Freies Spiel: 2:2

Zum Abschluss spielen die Schüler in der Spielform 2:2 erstmals gegeneinander und entwickeln dabei eigenständig Spielabläufe und Taktiken, um gegeneinander zu punkten. Auch hier kann zunächst im Canadian-Style gespielt werden.



Reflexionsphase: Wie unterscheidet sich das Spiel in den Spielformen 2+2 und 2:2? Wie wird die Indiaca in das gegnerische Feld gespielt, um einen Punkt zu erzielen? (Ausnutzen von Freiräumen)



Lehrer-Tipp: In den Spielformen 1+1, 1:1, 2+2, 2:2, 3+3 und 3:3 erhöht sich der Lernerfolg der Schüler oft merklich, wenn die Spielpaarungen regelmäßig verändert werden. Das regelmäßige Verändern der Spielpaarungen kann unabhängig von der Spielform immer realisiert werden, indem die Schüler einer Spielfeldseite jeweils auf Ansage ein Spielfeld weiterrotieren.

7.3 Doppelstunde 3: Angreifen und Blocken wie die Profis

Lernziele:

In dieser Doppelstunde lernen die Schüler die Grundtechniken Angriff und Block kennen und wenden diese in den Spielformen 3+3 und 3:3 mit einem positionsgebundenem Angriffsspiel an. Zudem wird der Turniermodus Kaiserball eingeführt. Bereits intrinsisch gewährleistet dieser Turniermodus eine Binnendifferenzierung und die Schüler lernen in Spielpaarungen ähnlicher Leistungstärke mit Sieg und Niederlage umzugehen.

Aufwärmspiel: Zehnerball

Zehnerball ist in seiner einfachen Variante, in welcher die Indiaca geworfen und gefangen wird, ein agiles Aufwärmspiel mit der Indiaca.

Freies Spiel: 3+3

Den Schülern wird die Aufgabe gegeben, in der Spielform 3+3 möglichst viele erfolgreiche Ballwechsel mit dem gegnerischen Team zu schaffen. Dabei ist das dreimalige Spielen innerhalb des eigenen Teams verpflichtend.

Einführung: Spielform 3+3

Die Spielform 3+3 wird ausführlich in der gesamten Schulklasse eingeführt und die Grundaufstellung mit den dazugehörigen Annahmehereichen sowie das positionsgebundene Angriffsspiel werden besprochen. Die Unterrichtsinhalte dieser Spielform werden am besten mit sechs Schülern exemplarisch auf einem Spielfeld praxisnah erklärt. Anschließend spielen die Schüler zunächst im 3+3 Canadian-Style. Wurde das positionsgebundene Angriffsspiel verinnerlicht, kann zur normalen Spielform übergegangen werden.

Einführung der Grundtechnik: Angriff

Die Grundtechnik Angriff (Kapitel 3) wird in der gesamten Schulklasse eingeführt, indem der Lehrer den Fokus auf den Anlauf mit Stemmschritt für Rechts- und Linkshänder erklärt.

Anschließend versuchen die Schüler den Angriffsschlag in der Spielform 3:3 im Canadian-Style spielerisch anzuwenden. Dabei ist es verpflichtend, dass jeder Spieler eines Teams jeweils einen Ballkontakt hat. Damit ist das Aufbauspiel – bestehend aus Annahme, Stellen und Angreifen – klar unter den Spielern strukturiert.



Reflexionsphase: Wie kann ein Angriffsschlag am besten abgewehrt werden?

Einführung der Grundtechnik: Block

Die Grundtechnik Block (Kapitel 3) wird durch die Lehrkraft in der gesamten Schulklasse eingeführt und anschließend von den Schülern in der Spielform 3:3 spielerisch angewendet.

Einführung: Spielform 3:3 Kaiserball

Abschließend wird die Spielform 3:3 im Turniermodus Kaiserball in der gesamten Schulklasse eingeführt. Die Dreierteams werden zufällig zusammengestellt und den Spielfeldern zugewiesen.



Lehrer-Tipp: In der Spielform 3:3 im Turniermodus Kaiserball können die Schüler ihr gesamtes erarbeitetes Können unter Beweis stellen. Dies eignet sich deshalb gut für eine Beobachtung der Schüler zum Feedbackgeben und zur Notengebung.



7.4 Doppelstunde 4: Spielen wie die Profis

Lernziele:

In der abschließenden Doppelstunde lernen die Schüler die Spielform 5:5 kennen, welche die offizielle Spielform von Indiacaca darstellt. In dieser herausfordernden Spielform lernen die Schüler in einem größeren Team zu kommunizieren und sich zu organisieren.

Aufwärmspiel: Zehnerball

Das Aufwärmspiel Zehnerball wird in der Variante gespielt, dass die Indiacaca nicht mehr zwischen den Spielern geworfen, sondern durch einen präzisen Aufschlag zugespielt werden muss.

Einspielen: Spielform 1+1

Die Schüler spielen sich in der Spielform 1+1 ein und wenden dabei die Grundtechniken Aufschlag, unteres und oberes Zuspiel an. Die Spielform 1+1 wird auch im Vereinssport gerne verwendet, da sie wie keine andere eine hohe Anzahl an Ausführungen der Grundtechniken ermöglicht.

Spielform: 3:3 Kaiserball

Es wird zunächst ein kleines Turnier in der bekannten Spielform 3:3 im Turniermodus Kaiserball durchgeführt.

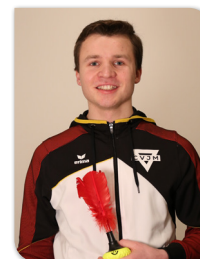
Einführung: Spielform 5:5

Die Spielform 5:5 wird in der gesamten Schulklasse eingeführt. Dabei bietet es sich an, die Aufstellung und Annahmehbereiche mit fünf Spielern auf einem Spielfeld praxisnah zu erklären. Insbesondere wird ausführlich auf das Rotationssystem und die spezielle Rolle des Stellers eingegangen. Zunächst spielen die Schüler im 5:5 Canadian-Style, bevor zur normalen Spielform 5:5 übergegangen wird. Die Spielform 5:5 kann im Anschluss auch im Turniermodus Kaiserball gespielt werden.



Lehrer-Tipp: Um die Spielform 5:5 mit einer gesamten Schulklasse durchzuführen, eignen sich in den meisten Sporthallen die drei Badmintonfelder in Verbindung mit einem quer gespannten Netz oder einer Schnur.

8. Autoren



Julius Fischer

- CIND Fachgruppe Indiacaca in der Jugendarbeit
- seit 2010 Spieler der ej Malmshiem
- 2016 Deutscher CVJM Meister A-Jugend
- 2016 – 2021 Jugendtrainer der ej Malmshiem



Jule Freiberg

- CIND Fachgruppe Indiacaca in der Jugendarbeit
- seit 2017 Spielerin der TSG Blankenloch
- 2018 Deutsche CVJM Meisterin A-Jugend (Spielgemeinschaft CVJM Rußheim – TSG Blankenloch)
- 2018 – 2020 stellv. Jugendleiterin der TSG Blankenloch



Max Garbotz

- CIND Fachgruppe Indiacaca in der Jugendarbeit
- seit 2013 Spieler des CVJM Wieseth
- seit 2018 Jugendtrainer des CVJM Wieseth
- seit 2020 Mitglied des bayerischen CVJM Indiacaca Fachwartgremium



Achim Grob

- CIND Fachgruppe Indiacaca in der Jugendarbeit
- seit 2011 Spieler des CVJM Naila
- seit 2017 Jugendtrainer des CVJM Naila
- seit 2020 Mitglied des bayerischen CVJM Indiacaca Fachwartgremium



Danksagung

Wir sagen ein riesengroßes und herzliches **DANKE** an ganz viele Menschen, die an der Erstellung dieser Broschüre beteiligt waren!

- Danny Thiele, der mit seinen ausführlichen theoretischen Ausführungen zu den Grundtechniken eine wichtige Quelle und Wegbereiter war.
- Den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aus dem Indiacas-Netzwerk, die Korrektur gelesen und Anmerkungen gegeben haben.
- Björn Weiershausen und Mirka Homrich, die kompetent und voller Leidenschaft diese Broschüre gelayoutet haben.
- Allen finanziellen Unterstützern des CIND, die ein Erstellen, Drucken und Verbreiten dieser Broschüre und der allgemeinen CIND-Idee erst ermöglichen.
- Den Jugendspielerinnen der ej Malsheim, die sich für die Fotos haben ablichten lassen.
- Dem Sport-Seminar des ZfsL Münster für die praktische Erprobung ausgewählter Inhalte.

Vielen Dank euch allen!

Indiacas-Koffer

Der „Indiacas-Koffer“ richtet sich an Schulen und Jugendgruppen, die Indiacas ausprobieren möchten, aber keine eigenen Indiacas besitzen und keine Indiacas-Gruppe in der Nähe haben. Deshalb bieten wir entsprechenden Schulen, Vereinen und Gruppen an, sich bei uns Bälle zusammen mit nützlichen Informationen und praktischen Zusatzmaterialien kostenlos auszuleihen. Die genauen Rahmenbedingungen und Absprachen können individuell besprochen werden. Für weitere Informationen und konkrete Anfragen bitte eine E-Mail an indiacas@cvjm.de schicken.

Auch wenn der „Indiacas-Koffer“ momentan nicht in deinen Kontext passt, behalte ihn doch im Hinterkopf und erzähle anderen Interessierten davon.



Ihr findet uns auf Instagram

Wir als Indiacas-Netzwerk möchten die Indiacas-Community weiter vernetzen. Das passiert nicht nur über Turniere, persönliche Kontakte und Ähnliches, sondern auch über Instagram. Dort sind alle News, Einblicke ins Turniergeschehen und alles, was im Indiacas-Netzwerk passiert, zu finden. Also folgen, liken, weitersagen und uns bei euren Indiacas-Posts verlinken. Gerne reposten wir euren Indiacas-Content!

Ach übrigens: wir haben auch dafür gesorgt, dass es Indiacas-GIFs gibt – schon entdeckt?!





C  **ND**

**DAS NETZWERK FÜR INDIACA
IM CVJM DEUTSCHLAND**