

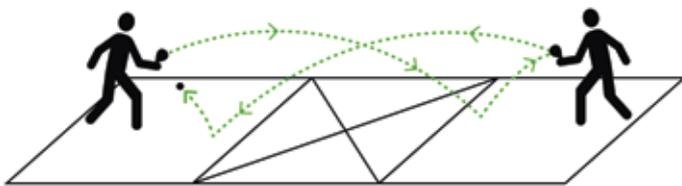
Street Racket – bewegte Schule macht Spass!

Wie eine neue Sportart nach Frauenkappelen kam und die Schule in Zukunft mitprägen soll.



Etwas Kreide, einen Ball und Schläger – das ist alles, was man braucht, um über 600 verschiedene Spielformen auf dem Pausenplatz umzusetzen. Mit etwas Fantasie entstehen daraus schon die nächsten Spielideen und diese ist auf dem Pausenplatz definitiv vorhanden.

Vor rund 3 Jahren machte mich ein Freund auf die neue Trendsportart aus der Schweiz aufmerksam. Ich bin ehrlich, als leidenschaftlicher Badminton- und Squashspieler hatte ich im ersten Moment meine Zweifel und verstand die Begeisterung um dieses einfache Spiel ohne Infrastruktur nicht. Welchen Mehrwert kann eine Sportart bieten, die nur zwei simple Regeln braucht - ein Spiel, bei dem Smashes und Volleys im Grundsatz sogar verboten sind?



Grundsätze

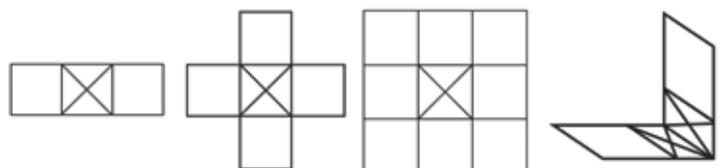
Ein Blick in die Erfindungsphase schafft Verständnis: Im Rahmen eines Förderprogramms für Tischtennis ist Marcel Straub mit seiner Familie und 12 Koffern vollgepackt mit Bällen und Schlägern auf Dominica gelandet. Ernüchternd musste er feststellen, dass auf der ganzen Insel nur wenige Tische vorhanden sind. Aus der Not hat er die Tischtennisplatte auf den Boden gezeichnet und auf ein Netz verzichtet. Die Möglichkeit, den Ball nach unten zu schlagen, führte aber nur zu kurzen Ballwechseln und oft auch zu Frust. Deshalb wird beim Street Racket auf ein Downplay verzichtet. Der Ball muss waagrecht oder nach oben geschlagen werden. Weiter wurden die zwei Spielzonen durch eine dritte X-Zone dazwischen voneinander getrennt. Sie bildet im Street Racket sozusagen das Netz und darf nicht angespielt werden. Das Einzelfeld war geboren: 3 Qua-

drate à 2x2 Meter werden aneinandergereiht auf den Boden gezeichnet. Der Ball wird vom eigenen ins gegnerische Quadrat gespielt und muss dort aufspringen, bevor er retourniert wird.

Wieder zurück in der Schweiz liess Marcel Straub diese improvisierte Spielform nicht los. Als langjähriger Squashspieler im Nationalkader sah er enormes Potenzial, machte sich selbstständig und entwickelte sein Spielkonzept weiter.

Street Racket Felder

Es folgten weitere Feldvarianten wie z. B. das Kreuz-, Maxi- und Wand-Feld. Das Kreuzfeld ist eine Kombination von zwei Einzelfeldern, wobei die Anspielmöglichkeiten erhöht werden. Beim Maxi-Feld werden die beim Kreuzfeld ungenutzten Aussenfelder zusätzlich markiert, sodass 8 Spielquadrate um das X-Quadrat entstehen. Beim Wand-Feld wird die Bodenfläche eines Einzelfelds halbiert und die andere Hälfte an die Wand übertragen. Mit diesem Feld ist es gerade auf engem Raum möglich, viele Menschen zu bewegen. Auf allen Feldern können Einzelspiele und Rundlaufformen mit- oder gegeneinander gespielt werden. Mit der steigenden Anzahl Personen bietet es sich an, auf ein Feld mit mehr Quadraten umzusteigen und die Anzahl Bälle zu erhöhen. So ist es auf 6x6 Metern mit Street Racket problemlos möglich, eine ganze Schulklasse zu bewegen. In wenigen Minuten ist ein Maxi-Feld mit Kreide aufgezeichnet. Je nach Platzangebot und gewünschter Spielintensität können die Quadrate auch beliebig anders skaliert werden. Bei 1x1 Meter Quadraten wird das Spiel technisch anspruchsvoller. Werden die Quadrate auf 3x3 Meter vergrössert, steigt die Intensität, kann stärker schlagen werden und man kommt rascher ins Schwitzen.



Diese Variabilität und Niederschwelligkeit hat mich beim Instruktorenkurs mit Marcel sofort begeistert. Meine anfänglichen Zweifel wurden durch die unzähligen Umsetzungsmöglichkeiten in der Primarschule regelrecht weggeschlagen. Neben einem Spiel für den Sportunterricht oder die Pause ermöglicht Street Racket auch Formen von «bewegtem Lernen» und lässt sich auch in andere Schulfächer integrieren.

«Bewegtes Lernen» im Praktikum 2 in Burgdorf, 5. Klasse, Deutschunterricht:

Bereits im Sportunterricht haben wir die Grundlagen von Street Racket erarbeitet und im technischen Gestalten begonnen, einen eigenen Holzschläger herzustellen. Nun ist im Fach Deutsch eine Sequenz «bewegtes Lernen» angesagt, in der die Schülerinnen und Schüler (SuS) jeweils in kleinen Gruppen zusammen den Ball im Kreis laufen lassen. Den Regeln entsprechend spielen sie den Ball immer von unten nach oben und lassen ihn vor dem nächsten Schlag einmal auf dem Boden aufspringen. Dabei bilden sie Sätze, und zwar Wort für Wort bei jedem weiteren Schlag resp. Weitergabe des Balles. Den Ball kontrolliert weiterzuspielen und gleichzeitig mit einem passenden Wort auf das letzte zu reagieren, ist teilweise eine grosse Herausforderung. Es entstehen witzige und unvorhersehbare Sätze. Dies merkt auch ein Junge aus Ghana, der erst seit einem Jahr in der Schweiz lebt. Zu zweit lassen wir den Ball hin- und herfliegen und müssen immer wieder schmunzeln. Mit jedem neuen Wort wird die Auswahl des nächsten Wortes eingeschränkt und der Satz nimmt seine Form an. Beginne ich den Satz mit «Gestern», ist ein Verb im Präsens unpassend. Folgt darauf ein «ging», schliesst das Verb bereits verschiedene Personalpronomen, wie z. B. «wir» und «du» aus. Bereits für SuS mit Deutsch als Muttersprache stellt dies oft eine kognitive Herausforderung dar. So passiert es auch dem Jungen, dass er z. B. eine unpassende Zeitform wählt. Doch was mich erstaunt: Er bemerkt seine Fehler oft, muss lachen, wenn der Satz in eine komische Richtung geht und kreativer wird. In der nächsten Stunde fragt er nach, ob wir nicht nochmals Street Racket spielen können – «Das war so lustig!». Ob ihm dieselbe Übung im klassischen Unterrichtsetting Spass gemacht hätte?

Positive Fehlerkultur

Gerade im Umgang mit Fehlern habe ich in vielen Workshops mit Kindern und Erwachsenen gemerkt, wie sich Bewegung positiv auswirken kann. Bei Sequenzen in Bewegung fällt es meiner Meinung nach leichter, Fehler zu machen und diese zu verarbeiten. Es wird viel gelacht, Frustrationsmomente teilweise auch weggelacht und wegbewegt. In einer statischen Situation, wie z. B. im Klassenzimmer am Pult ist dies oft schwieriger. Man sitzt nach einem Fehler weiterhin ruhig am Platz und sucht vergebens ein geeignetes Ventil für negative Emotionen.

Die «Wort-für-Wort»-Übung ist herausfordernd und sowohl koordinativ als auch kognitiv anspruchsvoll. Man muss gleichzeitig aufmerksam zuhören, den Ball fokussieren, den Schläger richtig halten, eine passende Antwort überlegen und schliesslich aussprechen. Dabei passieren Fehler und das darf auch so sein. Darauf weise ich die Teilnehmer zu Beginn immer wieder hin. Nur so kann eine positive Fehlerkultur auch gelebt werden.



Differenzierung

Um die Schwierigkeit zu differenzieren und verschiedene Niveaustufen zu bedienen, bietet Street Racket 5 Progressionsstufen:

- Stufe 5 entspricht dem Spiel nach den Grundregeln.
- Bei Stufe 4 werden Kontrollschläge ins Spiel eingebunden. Der Ball darf beliebig oft senkrecht nach oben gespielt und nach einem erneuten Aufspringen weitergespielt werden.
- Bei Stufe 3 wird der Ball nach dem Aufspringen mit der Hand gefangen und anschliessend mit dem Racket zurückgespielt.
- Stufe 2 kommt ohne Racket aus, indem die Handfläche dazu genutzt wird, den Ball zu schlagen.
- Bei Stufe 1 wird der Ball gefangen und geworfen.

Wenn nicht anders vereinbart, sind alle Stufen erlaubt als gleichwertig zu betrachten. Es ist dadurch möglich auch niveauübergreifend zu spielen. Kontrollschläge beispielsweise verlangsamen das Spiel und die Anzahl Ballkontakte werden verdoppelt.

Street Racket in Frauenkappelen

In Frauenkappelen hat sich Street Racket auch als kurzes Pausenspiel im Gang bewährt. Zu Beginn waren Kontrollschläge bei den SuS noch verpönt. Es hat sich aber schliesslich gezeigt, dass man dadurch beim Rundlauf länger mitspielen kann und nicht gleich beim ersten Versuch rausfliegt. Wenn die teilnehmende Runde kleiner wird, können die Anzahl der erlaubten Kontrollschläge vermindert oder gar aufgehoben werden. Das Spiel wird schneller und es reicht noch für eine weitere Runde, in der alle wieder mitspielen können, bevor der Unterricht wieder beginnt.

Seit März 2021 unterrichte ich nun in Frauenkappelen und durfte den Kindern Street Racket im Sportunterricht und anderen Fächern näherbringen. Im Angebot der Schule «Street Racket» haben wir wöchentlich über den Mittag verschiedene Spielformen getestet und eigene Schläger hergestellt.

Erst kürzlich folgte der nächste Schritt: permanente Street Racket Felder auf dem Pausenplatz. Mithilfe von Strassenmarkierungsfarbe sind mehrere Maxi- und Einzelfelder entstanden. Der Griff zur Kreide fällt weg, der Spielspass beginnt früher und die Linien sind auch bei Regen weiterhin sichtbar.

Kostenloser Einführungsworkshop

Damit diese Felder in Zukunft auch ausserhalb der Schulzeit genutzt werden, lade ich alle Interessierten zu einem Einführungsworkshop ein. Ob jung oder alt, Tennisprofi oder ohne Racketsportferfahrung – melde dich per Mail an schule@frauenkappelen.ch. Der Workshop wird am Mittwochnachmittag, 28. August, von 13:30 bis 15:30 Uhr auf dem Schulplatz Zägli stattfinden. Ich freue mich bereits jetzt auf einen bewegungsreichen Nachmittag mit viel Spass und neuen Gesichtern.

Lerne Street Racket kennen und lass dich von mir überzeugen, warum dieses Spiel den idealen Einstieg in den Racketsport darstellt.

Marvin Zweifel, Klassenlehrperson Frauenkappelen