

EINFÜHRUNG IN DAS MINIBASKETBALLSPIEL – TEIL 1

Für Schule und Verein

Vorbemerkungen/Ziele

Wir stellen in dieser Reihe drei aufeinander aufbauende Spielstunden für Kinder im Alter zwischen 6 und 12 Jahren vor. Dabei werden die wichtigsten Grundlagen für das Mini-Basketballspiel in Schule und Verein thematisch eingeführt. Der Schwerpunkt liegt in der Vermittlung eines kindgemäßen spielorientierten Ansatzes zur Förderung des Zusammenspiels und der Spielfähigkeit.

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG

● Begrüßungsspiel

Die Kinder dribbeln im Gehen mit der rechten und der linken Hand auf dem Feld. Auf Zeichen (Piff/Klatschen) begrüßen sie sich per Handschlag und beginnen ein kurzes Gespräch (z. B. Name, Alter, Hobbies, ...). Auf ein neues Zeichen suchen sie sich einen anderen Partner.

● Ochs vom Berge 1-2-3

Die Kinder stehen an der Grundlinie und dürfen nur laufen, so lange der Trainer mit dem Rücken zu ihnen steht. Sobald er sich umdreht und „Ochs vom Berge 1-2-3“ gerufen hat, sollen sie abstoppen (Einkontakt-/Zweikontaktstopp). Reagiert ein Kind zu langsam oder verliert das Gleichgewicht, muss es drei Schritte zurück. Gewonnen hat das Kind, welches zuerst die gegenüberliegende Grundlinie erreicht hat. Variation: nach dem Abstoppen macht jedes Kind einen Sternschritt 360° mit 4 Zwischenkontakten.

● Bäumchen wechsel dich

Alle Kinder stehen in einem Kreis (Reifen / Sprungseil) – bis auf eines. Auf das Kommando „Bäumchen wechsel dich“ versuchen alle einen neuen Reifen zu erreichen und darin mit einem Einkontakt – oder Zweikontaktstopp zu landen. Der Spieler, der keinen Reifen erreicht hat, gibt als nächster das Kommando.

SCHWERPUNKT

● Zahlen-/Nummernpassen

- in einer festgelegten Reihenfolge passen, z. B. „1-2-3-4-5-1...“
Der Passgeber ruft die entsprechende Zahl, der Passempfänger ruft „Ball“.
- der Passgeber muss nach dem Pass zur gegenüberliegenden Seitenlinie laufen
- der Passempfänger darf verweigern, in dem er deutlich seine Arme verschließt. 2x hintereinander verweigern, ist nicht erlaubt. Der Passgeber ruft schnell die nächste Zahl, ... usw.

Rahmenbedingungen

Zeit: 90 Minuten

Teilnehmer/innen: Kinder zwischen 6 und 12 Jahren

Geräte/Material: Minibasketbälle (Größe 5), Reifen, mehrere kleine Kästen, Markierungshemden, Hütchen

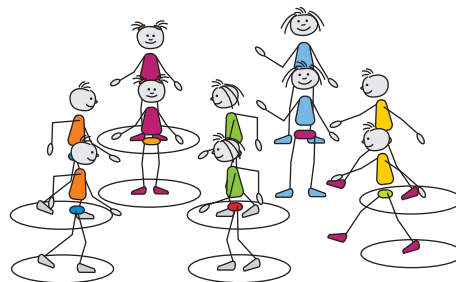
Ort: Sporthalle oder Freizeiplatz

Absichten und Hinweise

- ⊙ Kennenlernen
- ⊙ Aufwärmen
- Blick vom Ball



- ⊙ Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit, spielerisches Üben zum Abstoppen und Sternschritt



- Die häufigsten Verletzungen im Basketball sind Verstauchungen und Prellungen der Fingergelenke durch unkontrolliertes Passen und Fangen. Daher sind diese Passspiele sehr wichtig und dienen u. a. der Kommunikation zwischen Passgeber und Passempfänger.

Autor:
Georg
Kleine

Illustratorin:
Claudia Richter

Stundenverlauf und Inhalte

- d) Zahlenpassen über das ganze Basketballfeld: Wer schafft es am schnellsten mit allen aus dem Team das Feld von der Grundlinie zur Endlinie passend ohne Dribbling zu überbrücken?

● Tigerbasketball

- a) 3 gegen 1, 3 Kinder stehen mit je einem Fuß an der Kreislinie und passen sich den Ball zu. Der Verteidiger versucht, den Ball zu berühren oder abzufangen. Der erste Pass ist frei und darf nicht abgefangen werden. Der Verteidiger arbeitet mit den Armen und geht grundsätzlich zum Ball. Wechsel erfolgt bei Fehlpass, Nichtfangen, Entfernen des Fußes von der Linie sowie Zeit- oder Passlimit.
- b) 2 gegen 1 in einem begrenzten Raum, Der Verteidiger arbeitet mit den Armen und geht grundsätzlich zum Ball, der Passgeber versucht durch einen Sternschritt und Täuschungen den Ball zum Mitspieler zu passen. Der Mitspieler versucht sich frei zu machen, indem er sich einen günstigen Passwinkel erläuft.

● Kastenbasketball

Teams von 4-5 Kindern werden gebildet, mit Parteibändern oder unterschiedlicher Kleidung markiert. Es spielen jeweils 2 Teams mit einem Ball gegeneinander in einem abgegrenzten Spielfeld, an dessen Schmalseite in der Mitte jeweils ein Kasten steht. Auf diesen Kasten entsendet jedes Team einen „Fänger“. Die ballbesitzende Mannschaft spielt sich den Ball untereinander zu und bewegt sich dabei in Richtung ihres „Fängers“. Ziel ist es, diesem den Ball zuzuspielen. Kann „er“ den Ball auf dem Kasten stehend fangen, so erzielt die Mannschaft einen Punkt. Die gegnerische Mannschaft erhält dann einen Einwurf neben dem Kasten dieses Fängers und versucht nun, ebenfalls einen Punkt zu erzielen, indem sie den Ball zu ihrem Fänger bringt. Das Team ohne Ball versucht, jeweils selbst in Ballbesitz zu kommen.

- ⊙ 2 Kästen und 1 Ball pro Spielfeld, Spielfelder durch Hütchen abtrennen

AUSKLANG

● Roulette

Ein Spieler wirft von der Freiwurflinie (oder näher) einmal auf den Korb. Vor seinem Wurf „setzen“ alle anderen auf Misserfolg oder Erfolg, indem sie auf der Endlinie stehen bleiben (=Misserfolg) oder einen Schritt vorgehen (=Erfolg). Wer falsch getippt hat, sprintet (dribbelnd) zur gegenüberliegenden Endlinie und zurück; der Werfer muss bei einem Fehlwurf mitsprinten. Jeder Spieler darf einmal werfen.

Literatur: Deutscher Basketballbund (Hrsg.):

Spiele mit dem roten Ball – Persönlichkeits- und Teamentwicklung im Basketball

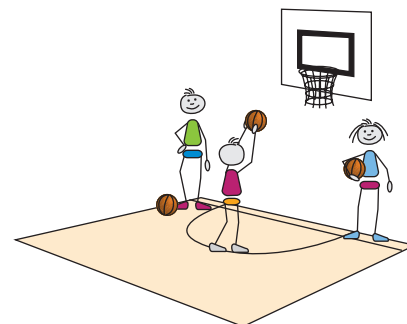
Absichten und Hinweise

- In den Freiwurf-/Mittelkreisen

Durch 4 Hütchen oder Fahnenstangen den Raum begrenzen 3x3m

- ⊙ Förderung des Zusammenspiels
⊙ Einfaches Regelwerk (nach Ballerhalt „stehen bleiben“, „nicht mit dem Ball laufen“, „kein Dribbling erlaubt“)

- Spiel ohne Dribbling!



● = Inhalt, ⊙ = Organisation, ⊕ = Absicht, ● = Hinweis