VORBEREITUNG AUF EIN GRUNDSCHUL-BASKETBALLTURNIER

UNIVERSITÄT KOBLENZ · LANDAU

Creative-Commons-Lizenz Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

Autoren: Andreas Müller, Sarah Röckendorf

Übersicht

- **Einleitung**
- **Rahmenbedingungen**
- **Trainingsplan**
- **Videos**
  - Zahlenpassen (1)
  - Druckpässe (2)
  - Korbleger Übung (3)
  - Korbleger-Zirkel (4)
  - Variante des Überzahlspiels (5)
  - Variante des Parteiballs (6)
  - Komplexe Reboundübung (7)
  - Entwicklung des Korbleger-Zirkels (8)
  - Entwicklung des Zielspiels 5 gegen 5 (9)
  - Spielsequenzen aus dem Turnier (10-12)
- **Quellenverzeichnis**

 BY-SA

Einleitung

Die Schülerinnen und Schüler (SuS) der Grundschule Mendig, wurden von den Studierenden der Universität Koblenz auf ein Basketballturnier vorbereitet. Bei diesem Turnier handelte es sich um ein Schulbasketballturnier, an welchem mehrere Grundschulen aus der Region teilnahmen. Hierfür wurde mit den SuS der Grundschule Mendig neun Tage lang, jeweils in der ersten und zweiten Pause trainiert. Somit war eine sehr hohe Übungsfrequenz gegeben.
Im Folgenden wird die Vorbereitung auf das Basketballturnier vorgestellt. Das Zielspiel steht im Mittelpunkt der Trainingseinheiten und wird durch verschiedene Übungsformen ergänzt.

Rahmenbedingungen

Jede Mannschaft darf aus maximal 15 SuS bestehen, wobei immer nur 5 Spieler gleichzeitig auf dem Spielfeld sind. Hiervon müssen mindestens 2 Mädchen sein. Während jeder Spielunterbrechung darf ausgewechselt werden.
Gespielt wird nach den vereinfachten Mini-Basketballregeln auf die großen Körbe.

 BY-SA

Trainingsplan

Der Trainingsplan wurde über 9 Tage mit Kindern aus der vierten Klassen durchgeführt. Demnach ergeben sich abhängig vom Alter und Könnens Stand der Kinder unterschiedliche Inhalte. Der Fokus liegt besonders auf der Verbesserung des Korblegers und der Gewährleistung von sicheren Pässen. Dazu geht einher, dass die SuS in der Lage sind sich freizulaufen und anzubieten. Darüber hinaus wird der Rebound trainiert.

Einheit	Trainingsinhalt	Methodisch- didaktische Anmerkungen
1	**Zielspiel 1: Einführung 5 gg. 5** **Einführung Zahlenpassen 1** ► 1 Vermittlung der wichtigsten Merkmale des Zahlenpassens: - Ball im Blick halten - anbieten/freilaufen - viel Bewegung (kreuz und quer) - sicheres Fangen und Passen - Ballverluste vermeiden Zahlenpassen mit zwei Teams in einem großen Feld	- Dient zum Einschätzen der Gruppe sowie zur Taktik- und Regelschulung bei Unterbrechungen - Teams für Zahlenpassen munter durchmischen und mit fester Reihenfolge **Besonders wichtig:** Sichere Pässe und keine Fehler
2	**Zielspiel 2: 5 gg. 5** **Druckpässe/ Passen 1** ► 2 SuS in Partnerarbeit (Druckpass, Bodenpass, Abstand variieren) **Korbleger-Übung 1** ► 3 SuS laufen von der Mittellinie seitlich auf den Korb zu. Nach kurzem **Dribbling** erfolgt der Korbleger. Anschließend stellen sich die SuS wieder hinten an und der Nächste startet.	SuS stehen sich beim Passen in einer Gasse gegenüber und führen die Übung mit einem Partner durch - Abstand kann nach Bedarf geändert werden - Korbleger-Übung auf zwei Körben → höhere Übungsfrequenz
3	**Korbleger-Übung 2** SuS laufen von der Mittellinie seitlich auf den Korb zu. Nach kurzem Dribbling erfolgt der Korbleger. Anschließend stellen sich die SuS wieder hinten an und der nächste startet. **Varianten Zahlenpassen 2** Zahlenpassen in zwei Feldern Zahlenpassen gemischt in einem großen Feld	Korbleger-Übung auf die zwei großen Körbe → höhere Übungsfrequenz - Teams fürs Zahlenpassen durchmischen - Anfangs mit fester Reihenfolge **Besonders wichtig**: Sichere Pässe und keine Fehler

 BY-SA

Einheit	Trainingsinhalt	Methodisch- didaktische Anmerkungen
4	**Korbleger-Zirkel** ▶ 4 SuS führen in einem Kreislauf Korbleger auf die beiden Körbe der Querfelder aus. Anlauf erfolgt wahlweise von rechts, links oder frontal **3 gg. 3 auf Querfeldern** SuS werden darauf hingewiesen die wichtigsten Merkmale zu beachten (viel Bewegung; anbieten/freilaufen; sicheres Passen + Fangen; Prellen nur eingeschränkt erlaubt (freier Weg zum Korb) **Überzahlspiel auf 2 Körbe: 4 gg. 3 mit Lehrperson** ▶ 5 Wenn es die SuS-Anzahl zuließ wurde auf ein Überzahlspiel mit der Lehrperson als Joker gesteigert	- Korbleger-Zirkel zuerst immer als ÜF, dann als WK (wer erreicht zuerst 20 Treffer) zwischen den beiden Querfeldern - Sicheres Passen + Fangen + Korbleger + reaktionsschnelle Rebounds unter dem Korb - „Joker“-Funktion für Lehrperson. Diese spielen immer bei der angreifenden Mannschaft mit um Überzahl zu erschaffen.
5	**Korbleger-Zirkel:** Siehe Einheit 4 **Zahlenpassen** **Überzahlspiel auf 2 Körbe: 4 gg. 2** Gespielt wird auf die beiden Querfelder. 4 Angreifer starten ab der Grundlinie und versuchen gegen 2 Verteidiger, welche an der Mittellinie warten, zum Korberfolg zu kommen. Der Angriff wird solange gespielt bis die Angreifer zum erfolgreichen Korbabschluss kommen, die Verteidiger den Ball sicher haben oder der Ball im aus ist.	- **Lernziele:** Passen + Fangen + Freilaufen + Rufen **Besonders wichtig:** Sichere Pässe und keine Abspielfehler **Anmerkung:** Die Verteidiger wechseln immer nach 3 Angriffen. Auch als Wettkampf durchführbar
6	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **3 gg. 3 auf Querfeldern** Siehe Einheit 4 **Überzahlspiel auf 2 Körbe: 4 gg. 3 mit Lehrperson** Wenn es die SuS-Anzahl zuließ wurde auf ein Überzahlspiel mit der Lehrperson als Joker gesteigert	- Sicheres Passen + Fangen + Korbleger + reaktionsschnelle Rebounds unter dem Korb
7	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **Zahlenpassen Varianten** Felderwechsel mit Gegenverkehr WK: *„Wer erreicht zuerst die andere Seite.“* **Überzahlspiel auf 2 Körbe: 4 gg. 2** Siehe Einheit 5	**Besonders wichtig**: Sichere Pässe und keine Abspielfehler maximal 3 Schritte mit dem Ball, wenn überschritten Mannschaft zurückrufen, ebenso wenn Ball den Boden berührt.

 BY-SA

Einheit	Trainingsinhalt	Methodisch- didaktische Anmerkungen
8	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **Zielspiel: 5 gg. 5**	
9	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **Zahlenpassen Varianten:** Felderwechsel mit Gegenverkehr WK: Wer erreicht zuerst die andere Seite. **Einführung Parteiball: 4 gg. 2►** 6 Verteidiger passiv, teilaktiv und zunehmend aktiver	Lernziele: Passen + Fangen + Freilaufen + Rufen Besonders wichtig: Sichere Pässe und keine Fehler Häufiges Durchwechseln der Verteidiger, da sehr anstrengend in der Mitte
10	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **3 gg. 3 auf Querfeldern** Siehe Einheit 4	
11	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **Rebound-Übung: 1 gg. 1 unter Gegnerdruck►** 7 SuS 1 wirft. Wenn ein Treffer erzielt wird erfolgt ein Nachwurf. Bei einem Fehlversuch versuchen beide SuS den Rebound zu sichern und durch schnelles Umschalten und Dribbling mit einem Korbleger auf den gegenüberliegenden Korb einen Treffer zu erzielen. **Parteiball: 4 gg. 3**	Sechs SuS jeweils auf zwei gegenüberliegende Körbe verteilt **Lernziele:** Passen + Fangen + Korbleger + Rebound
12	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **Zielspiel: 5 gg. 5**	

 BY-SA

Einheit	Trainingsinhalt	Methodisch- didaktische Anmerkungen
13	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **Komplexe Rebound-Übung: 2 gg. 2** 3 gg 2 und ein Werfer mit dem Wurfversuch. Wenn der Werfer trifft, bekommt er einen weiteren Versuch aus größerer Distanz. Verteidiger und Angreifer stehen gleichmäßig verteilt, versetzt an den Seiten (ähnlich dem Freiwurf) Gewinnt der Angriff den Rebound sollen diese SuS entweder einen Rückpass zum freien Werfer spielen oder bei guter Position selber Werfen Gewinnt die Verteidigung den Rebound sollen diese durch schnelles Umschalten und mittels Passen und den gegenüberliegenden Korb erreichen und erhalten dort einen Korbleger- oder Wurfversuch. Die Angreifer müssen ebenso schnell umschalten und dürfen dann dort wieder den Rebound versuchen Gewinnt der Angriff den Rebound sollen diese SuS entweder einen Rückpass zum freien Werfer spielen oder bei guter Position selber Werfen **Parteiball: 5 gg. 4**	Sicheres Passen + Fangen + Korbleger + reaktionsschnelle Rebounds unter dem Korb **Wichtig:** Schnelles Umschalten
14	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **Zielspiel: 5 gg. 5**	

 BY-SA

Datum	Trainingsinhalt	Methodisch- didaktische Anmerkungen
15	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **Komplexe Rebound-Übung:3 gg. 3** 3 gg 2 und ein Werfer mit dem Wurfversuch Wenn der Werfer trifft, bekommt er einen weiteren Versuch aus größerer Distanz. Verteidiger und Angreifer stehen gleichmäßig verteilt, versetzt an den Seiten (ähnlich dem Freiwurf) Gewinnt der Angriff den Rebound sollen diese SuS entweder einen Rückpass zum freien Werfer spielen oder bei guter Position selber Werfen Gewinnt die Verteidigung den Rebound sollen diese durch schnelles Umschalten und mittels Passen und den gegenüberliegenden Korb erreichen und erhalten dort einen Korbleger- oder Wurfversuch. Die Angreifer müssen ebenso schnell umschalten und dürfen dann dort wieder den Rebound versuchen Gewinnt der Angriff den Rebound sollen diese SuS entweder einen Rückpass zum freien Werfer spielen oder bei guter Position selber Werfen **Parteiball: Gleichzahl** **Ziel:** Wer erreicht zuerst mit seinem Team 10 Kontakte ohne das ein Ball runterfällt. Bei Erfolg gibt es einen Punkt, bei Bodenkontakt oder Ballberührung des Gegners erhält die gegnerische Mannschaft den Ball	Sicheres Passen + Fangen + Korbleger + reaktionsschnelle Rebounds unter dem Korb **Wichtig:** Schnelles Umschalten **Lernziel:** Passen + Fangen + Freilaufen Besonders wichtig: Sichere Pässe und keine Fehler
16	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **Zielspiel: 5 gg. 5**	
17	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **Zielspiel: 5 gg. 5**	
18	**Korbleger-Zirkel** Siehe Einheit 4 **Zielspiel: 5 gg. 5**	

 BY-SA

Quellenverzeichnis

Abbildung / Foto

Nummer	Urheber
Alle Fotos	Andreas Müller, Sarah Röckendorf , Schülerinnen und Schüler der Grundschule Mendig

Video

Nummer	Urheber
1 – 12	René Becker, Tim Frein, Andreas Müller, Sarah Röckendorf, Schülerinnen und Schüler der Grundschule Mendig

Urheber des Beitrages

Autor	Berater	Institution
Andreas Müller, Sarah Röckendorf / Lehramtsstudierende	Minnich, Marlis Hellwig,Thomas	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz- Landau, Campus Koblenz

 BY-SA