

Einführung in das Minibasketballspiel Teil I-III

für Schule und Verein



Einführung in das Minibasketballspiel Teil I 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.

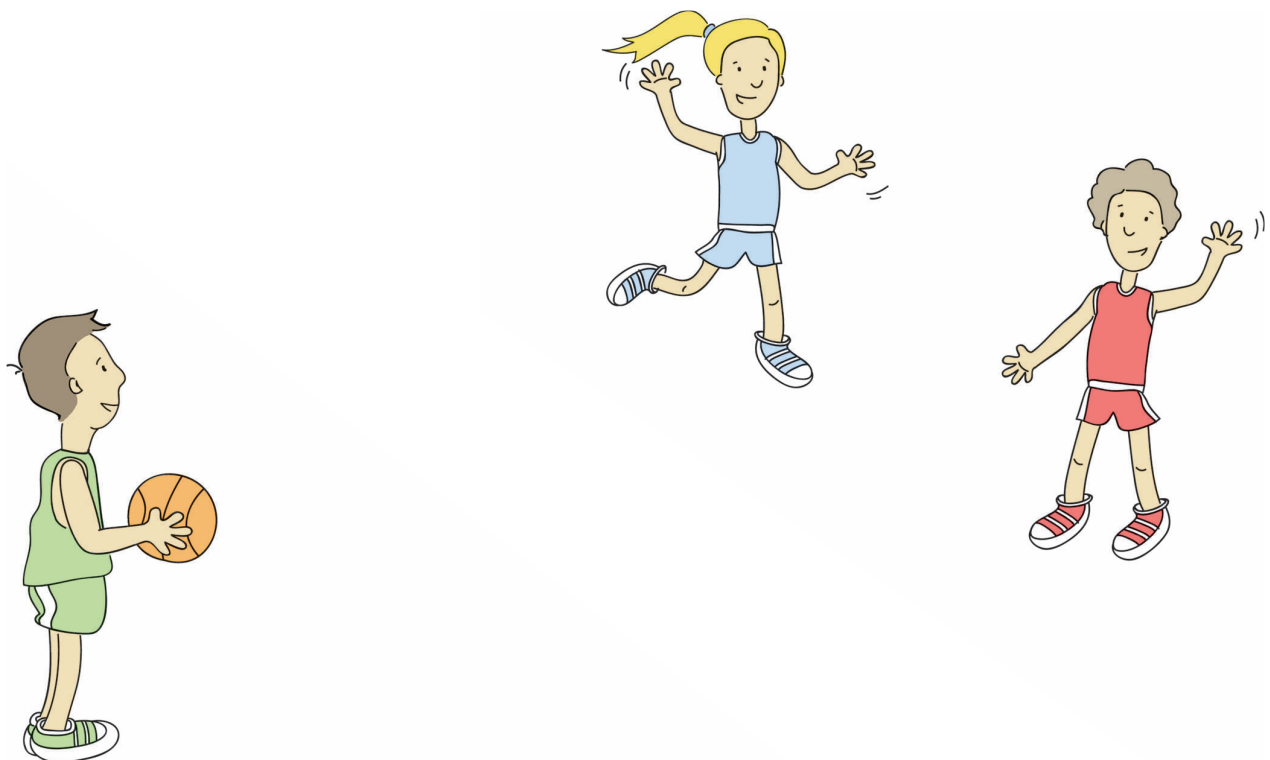
Rahmenbedingungen

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 Freiplatz



Absichten/Gedanken

- > Kennenlernen
- > Aufwärmen
- > Blick vom Ball

Einstimmung (25 min): Begrüßungsspiel

Die Kinder dribbeln im Gehen mit der rechten und der linken Hand auf dem Feld. Auf Zeichen (Pfiff/ 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.

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.

Ochs vom Berge 1-2-3

- > Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit
- > Spielerisches Üben zum Abstoppen und Sternschritt

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.



Schwerpunkt (60min): Zahlen-/ Nummernpassen

Absichten/Gedanken

- a) in einer festgelegten Reihenfolge passen 1-2-3-4-5-1...
Der Passgeber ruft die entsprechende Zahl, der Passempfänger ruft „Ball“.
- b) der Passgeber muss nach dem Pass zur gegenüberliegenden Seitenlinie laufen.
- c) 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.
- 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?

> 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.

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.

> In den Freiwurf/ Mittelkreisen
> Durch 4 Hütchen oder Fahnenstangen den Raum begrenzen - 3x3m

Absichten/Gedanken

- > Förderung des Zusammenspiels
- > Einfaches Regelwerk (nach Ballerhalt „stehen bleiben“, „nicht mit dem Ball laufen“, „kein Dribbling erlaubt“)
- > 2 Kästen und 1 Ball pro Spielfeld, Spielfelder durch Hütchen abtrennen

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. **Spiel ohne Dribbling!**

Ausklang (5min): 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.

> Autor: Georg Kleine

Einführung in das Minibasketballspiel Teil II für Schule und Verein

Vorbemerkungen/Ziele

Nachdem wir in der ersten Stunde das Abstoppen und Passen und Fangen erlernt haben, können wir in der zweiten Stunde das Zusammenspiel in Angriff und Verteidigung üben.

Rahmenbedingungen

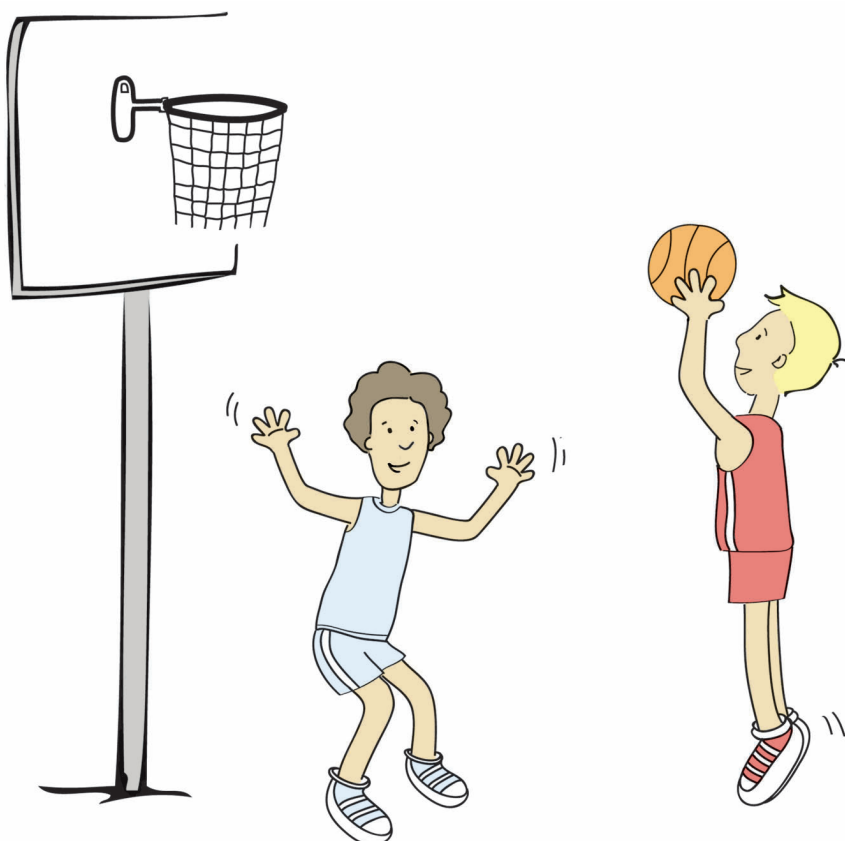
Zeit: 90 Minuten

Teilnehmer/innen: Kinder zwischen 6 und 12 Jahren

Geräte/Material:

Minibasketbälle (Größe 5),
4 kleine Kästen, Wäscheklammern, Markierungshemden, Hütchen

Ort: Sporthalle oder Freiplatz



Absichten/Gedanken

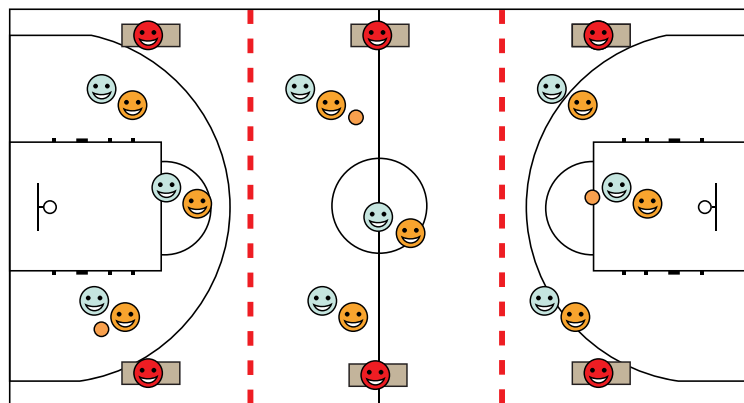
- > Aufwärmen
- > Fußarbeit für die Verteidigung (von vorne fangen und nicht von hinten abschlagen!)

Einstimmung (20 min): Wäscheklammerspiel (Zip-Zap-Klammer-ab)

1 Gruppe heftet sich Wäscheklammern an die T-Shirts (Bauch) und steht hinter der Grundlinie, jedes Kind hat seine Arme auf dem Rücken. Die Fängergruppe steht in der Mitte des Basketballfeldes und muss möglichst viele Klammern klauen. Wer hat die meisten Wäscheklammern erbeutet?

Partieball mit zwei neutralen Anspielern (3:3+2)

- > Wiederholung „Passen und Fangen in der Bewegung“ (ohne Dribbling)



Die Halle wird in 3 gleich große Spielfelder unterteilt. Auf jedem Feld wird 3:3 gespielt. Ziel ist es, möglichst viele Pässe innerhalb einer Mannschaft zu spielen. Die Kinder haben die Möglichkeit einem der beiden neutralen Spieler zuzupassen, falls keine Möglichkeit des Zuspiels zu einem Mitspieler besteht. Die neutralen Spieler stehen auf je einem kleinen Kasten und passen zur Mannschaft des Passgebers zurück.

10 erfolgreiche Pässe ergeben einen Punkt, danach erhält die andere Mannschaft den Ball.

Schwerpunkt (60min): Vier Ziele Turmbasketball

- > 4 Kästen und 1 Ball pro Spielfeld, Spielfelder durch Hütchen abtrennen

Es werden zwei Kästen an den Freiwurfbereichen und zwei Kästen an der Mittellinie außen aufgestellt. Diese Kästen werden mit vier neutralen Fängern besetzt. >>

Absichten/Gedanken

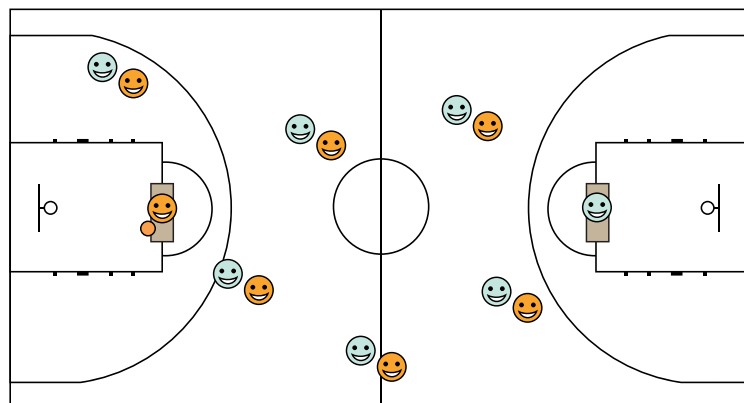
- > Schulung von Orientierungs-, Wahrnehmungs-, Umschalt- und Reaktionsfähigkeit

Zwei Mannschaften versuchen im Kampf um einen Ball sich untereinander und den neutralen Fängern den Ball zuzuspielen. Es darf nicht gedribbelt werden! Jeder vom neutralen Fänger gefangene Ball zählt einen Punkt. Der neutrale Fänger versucht einem Spieler der angreifenden Mannschaft den Ball zurückzuspielen. Ein Turm darf nicht zweimal hintereinander angespielt werden. Wer hat zuerst 10 Punkte? **Ohne Dribbling!**

Torwartbasketball

Methodische Spielreihe zum Zielspiel Basketball

- > Der Trainer achtet auf die Umsetzung der Mann-Mann-Verteidigung (MMV)!
- > Die Kästen sollten bei den ersten Spielen nahe am Korb aufgestellt werden!



Zwei Mannschaften (3 – 6 Kinder) spielen gegeneinander; sie versuchen ihren Torwart, der auf einem kleinen Kasten in Korb-nähe steht, so anzuspielen, dass er den Ball, ohne den Kasten zu verlassen, fangen kann. Danach darf der Torwart ohne Behinderung vom Kasten aus auf den Korb werfen.

Nach Korberfolg (= 2 Punkte) erhält die Gegenpartei den Ball, bei Fehlwurf ist der Ball zum Spielen frei. Derjenige, der den Turmspieler anspielt wird nächster Turmspieler. **Ohne Dribbling!**

Variationen:

a) Hütchenbasketball auf „lebende Körbe“

Gleiches Spiel wie Torwartbasketball; als Wurfziel dient jedoch ein Hütchen, welches von den Kasten-Spielern über Kopfhöhe gehalten wird. Wenn der Ball auf der Standfläche des Hütchens liegen bleibt, gibt es einen Punkt für die Angreifer. >>

Absichten/Gedanken

b) Turmbasketball mit Korbleger

Die Kästen werden in die Freiwurfkreise gestellt. Der Kastenspieler darf nach einem gefangenen Ball ohne Störung einen/ oder zwei Korbleger durchführen.

c) Zwei-Ziele Turmbasketball

Wie c), die Turmspieler dienen nur als Anspielposition und werden nach Korberfolg ausgewechselt. Nach dem Rückpass des Turmspielers auf einen angreifenden Spieler, darf dieser ein Dribbling zum Korb machen!

d) Drei-Ziele Turmbasketball

Wie d), es wird ein dritter Kasten in den Mittelkreis aufgestellt. Der Spieler auf dem Kasten spielt immer mit der angreifenden Mannschaft.

Ausklang (10min):

BUMP (Ausbomben, Königsschießen)

- > Neue Aufgaben für unterschiedliche Kinder schaffen (neuer Wettbewerb, Gymnastik, etc.)

Spaßiges Wurfspielchen zum schnellen Werfen und Rebounden. Eine beliebige Anzahl von Kindern steht in einer Reihe an der Freiwurflinie. Die beiden ersten Spieler haben je einen Ball. Das erste Kind wirft von der Freiwurflinie und setzt sofort nach zum Rebound. Trifft es, passt es den Ball zum Dritten und stellt sich hinten an. Trifft es nicht, muss es den Ball mit beliebig vielen Nachwürfen von beliebiger Stelle im Korb versenken, bevor der Hintermann einen Treffer erzielt. Schafft es das nicht, scheidet es aus. Der jeweilige Hintermann darf werfen, sobald der Ball die Hand des Vordermanns verlassen hat.

Variante Teamwettkampf:

An mehreren Körben: Sobald 4 Kinder ausscheiden, beginnen sie einen neuen BUMP-Wettbewerb.

Welches Team hat zuerst 3 Siegerpunkte?

> Autor: Georg Kleine

Einführung in das Minibasketballspiel Teil III für Schule und Verein

Vorbemerkungen/Ziele

Bisher haben wir alle Spiele ohne Dribbling oder höchstens mit einem Dribbling durchgeführt. In der dritten Einheit versuchen wir jetzt die Technik „Dribbling“ spielerisch zu erlernen.

Rahmenbedingungen

Zeit: 90 Minuten

Teilnehmer/innen: Kinder
zwischen 6 und 12 Jahren

Geräte/Material:

Minibasketbälle (Größe 5),
Luftballons, Hütchen, Markier-
ungshemden

Ort: Sporthalle oder Freiplatz



Absichten/Gedanken

- > Aufwärmen
- > Ballgewöhnung

Einstimmung (25min): Heiße Kartoffel

Alle Kinder dribbeln kreuz und quer durch die Halle, machen Korbleger, Korbwürfe, passen an die Wand und fangen den Ball wieder. Auf den Ruf "Achtung, heiße Kartoffel" sollen alle stoppen, den eigenen Ball auf den Boden legen ("zum Abkühlen") und sich "eine neue Kartoffel suchen".

Das Spiel lässt sich erschweren, in dem man einen oder mehrere liegende Bälle entfernt und die entsprechende Anzahl Kinder sich nun einen Ball erobern muss, um weiterdribbeln usw. zu können (ähnlich: Reise nach Jerusalem).

Verzaubern

- > Aufwärmen

Alle Kinder dribbeln in einem festgelegten Feld oder in der ganzen Halle, ungefähr ein Drittel der Kinder sind „Zauberer“. Diese durch Trikotfarbe oder Parteibänder gekennzeichneten Kinder „verwandeln“ die anderen bei Berührung in Steine. Die Dribbler, die noch nicht „verzaubert“ sind, können die versteinerten Mitspieler durch Berührung wieder erlösen.

Schattendribbeln

- > Aufwärmen
- > Ballgewöhnung
- > Blick vom Ball

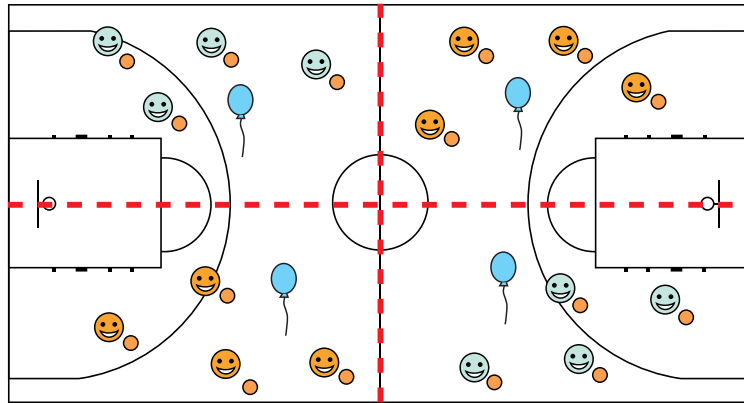
Die Kinder dribbeln jeweils zu zweit hintereinander her. Das hintere Kind versucht wie ein Schatten die Bewegungen des dribbelnden Partners nachzuahmen. Die Kinder sollen verschiedene Geschwindigkeiten ausprobieren und gemeinsam das schnellstmögliche Tempo herauszufinden. Erfolgreiche Paare demonstrieren dem Rest ihre Technik.

Wettkampf gegeneinander!

Schwerpunkt (55 min): Luftballon-Dribbling

Die Halle wird in vier gleich große Spielfelder unterteilt und es werden vier Mannschaften gebildet. Die Schüler dribbeln mit je einem Ball. >>

Absichten/Gedanken



Jede Mannschaft erhält die Aufgabe, den Luftballon in der Luft zu halten. Dabei darf der Luftballon mit jedem Körperteil in der Luft gehalten werden. Ein Spieler darf aber nicht zwei mal hintereinander den Luftballon berühren.

Sobald der Luftballon den Boden berührt, erhält die Mannschaft einen Strafpunkt. Passive Kinder können als Schiedsrichter eingesetzt werden.

3-3 mit Helfer auf einen Korb

- > Die Helfer unterstützen ihr Team durch Anweisungen, Tipps und gute Zuspiele
- > Der Helfer wird nicht verteidigt, der Trainer achtet auf die Einhaltung der Mann-Mann-Verteidigung (MMV)

Ein Helfer steht an der Freiwurflinie (Sternschritt ist erlaubt), spielt immer mit den drei Angreifern, darf aber nicht auf den Korb werfen. Nach Korberfolg beginnt die zuvor verteidigende Mannschaft das Spiel wieder an der Mittellinie.

Variationen mit 1 Dribbling, 2 Dribblings oder mit freiem Dribbling.

Mit Helfern auf zwei Körbe

- > Siehe „3-3 mit Helfer auf einen Korb“

Drei bis vier Kinder pro Team müssen ihren Helfer an der gegnerischen Freiwurflinie angespielt haben, ehe sie einen Korbwurf versuchen.

Absichten/Gedanken

- > Es ist nur 1 Ball im Spiel
- > Die Kinder rotieren in 3er Gruppen zwischen den Feldern.
- > Im Angriffsfeld wird das Kind, das den Angriff abschließt, der nächste Verteidiger.
- > Im mittleren Feld wechseln Angriff und Verteidigung nur auf Ansage, eine Mannschaft ist mit Trikotfarbe oder Parteibändern gekennzeichnet.
- > Jeder Durchgang beginnt mit einem Einwurf an der Grundlinie in einem der Angriffsfelder.

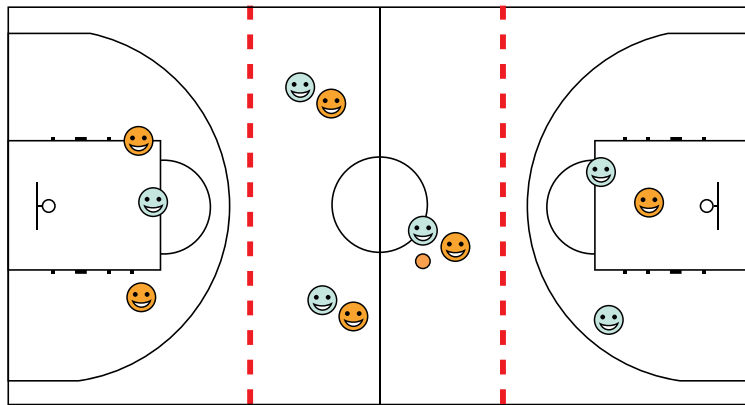
3 Felder Basketball

Das Basketballfeld wird durch geeignete Markierungen (Hütchen oder vorhandene Linien) in drei Spielfelder unterteilt. In diesen Feldern werden die Kinder folgendermaßen aufgeteilt:

Feld I: 1 Verteidiger und 2 Angreifer

Feld II: je 3 Spieler einer Mannschaft

Feld III: 1 Verteidiger und 2 Angreifer



Hieraus ergeben sich folgende Situationen:

- > Auf den Feldern I und III erhalten die Angreifer eine 2:1 Überzahlsituation
- > Im Feld II entsteht ein 3:3 Gleichzahlspiel

Gespielt wird nach folgenden Regeln:

- > Kein Spieler darf ein Spielfeld verlassen
- > Dribbling ist im Feld II nicht erlaubt
- > Von Feld I auf Feld III (und umgekehrt) dürfen keine langen Pässe gespielt werden, das heißt, das Mittelfeld (Feld II) wird immer in einen Angriff mit einbezogen.
Im Mittelfeld müssen zwei erfolgreiche Pässe innerhalb des Feldes gespielt werden, bevor in das Angriffsfeld gepasst werden darf.

Ausklang (10min):
Jeder gegen jeden

Zwei gleichgroße Teams werden durch unterschiedliche Kleidung oder Parteibänder markiert. Bei Spielbeginn befindet sich jedes Team in einer Spielfeldhälfte, und die Hälfte der Kinder jeder Mannschaft hat einen Ball. An beiden Grundlinien stehen je drei kleine Kästen mit den Öffnungen nach oben. Die Kinder mit Ball versuchen nach dem Startsignal, dribbelnd zu den gegnerischen Kästen auf der gegenüberliegenden Seite zu gelangen und ihren Ball in einem Kasten abzulegen. Die gegnerischen Kinder ohne Ball versuchen, dies durch Ballabjagen im Halbfeld zwischen der Mittel- und der Endlinie zu verhindern.

Jedes Kind mit Ball ist demnach im Angriff, jedes Kind ohne Ball in der Verteidigung. Für jeden im Kasten abgelegten Ball bekommt das Team einen Punkt. Nach jedem Durchgang werden die Punkte gezählt und alle Kinder, die in dem Durchgang verteidigt haben, dürfen im nächsten Durchgang nun dribbeln.

> Autor: Georg Kleine

Literaturauswahl

BARTH, K. & L. BÖSING: Ich lerne Basketball. Meyer & Meyer Verlag, Aachen 2008.
ISBN: 9783898993463.

BRAUN, R./GORISS, A./KÖNIG, S.: Doppelstunde Basketball.
Unterrichtseinheiten und Stundenbeispiele (inkl. CD-Rom). Hofmann Verlag,
Schorndorf 2004.

BREITINGER, B./STUTZ, H.: Basketball spielerisch – technikorientiert – praxisnah.
Band1 Einführung. Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg
(Hrsg.). Stuttgart 2004.

BRUGGER, E./SCHID, A./BUCHER, W.: 1000 Spiel- und Übungsformen zum Aufwärmen.
Hofmann-Verlag, Schorndorf 2007. ISBN: 978-3778064023.

DBB (Hrsg.): Offizielle Basketball-Regeln für Männer und Frauen. Badenia Verlag,
Karlsruhe 2008.

DBB (Hrsg.): Spiele mit dem roten Ball. Hagen 2007.

DBB (Hrsg.): Mädchenbasketball – Spiel- und Übungsformen für Schule und Verein.
Heft und DVD, Hagen 2009.

FAIGLE, C.: Athletiktraining Basketball. Die besten Übungen; [mit Trainings-CD-ROM].
Reinbeck bei Hamburg 2000, ISBN: 3499194996

HAGEDORN, G. / NIEDLICH, D. / SCHMIDT, G.: Basketball - Handbuch. Reinbek 1996.
ISBN: 3499194279.

HOLST, A.: Mini-Basketball.
Diritto Publikationen, Eichstätt 2006. E-Mail: info@diritto-publikationen.de

KRÖGER, C./ROTH, K.: Ballschule: Ein ABC für Spielanfänger.
Hofmann-Verlag, Schorndorf 2005. ISBN: 978-3778000113.

KRÜSMANN, J./CLAUSS, S.: Sportiv Basketball – Kopiervorlagen für den Basketballunterricht.
Ernst Klett Schulbuchverlag Leipzig

REMMERT, H.: Basketball, Lernen, Spielen und Trainieren.
Hofmann-Verlag, Schorndorf 2006.

SCHAUER, E.: Wurftrainer Basketball. Die besten Übungen und Programme.
Reinbek 2007, 2. Auflage. ISBN: 3499610116.

STEINHÖFER, D./REMMERT, H.: Basketball in der Schule. Spielerisch und spielgemäß.
Philippka-Verlag, Münster 2004. ISBN: 978-3894171346.

VOLKAMER, M./ZIMMER, R.: Vom Mut, trotzdem Lehrer zu sein. Hofmann-Verlag,
Schorndorf 2000. ISBN: 9783778096635.

SCHAUER, E.: Basketball – Die Technikscheule: Von den Grundlagen zur Leistungsspitze.
Wedel, ISBN 978-3833465949.

dsj DEUTSCHE SPORTJUGEND: Persönlichkeits- und Teamentwicklung im Kinder- und
Jugendsport. Publikation Bezug über www.dsj.de

Impressum

Autor: Georg Kleine

Grafik: Mareike Rabe

Deutscher Basketball Bund e.V.

Schwanenstraße 6-10

D-58089 Hagen

T (+49) 2331 106-0

F (+49) 2331 106-179

info@basketball-bund.de

www.basketball-bund.de