

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Basketball spielen von Anfang an

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](https://www.school-scout.de)



III.A.8

Basketball

Basketball spielen von Anfang an – From Beginner to Winner

Mario Kerler



© RAABE 2022

© Cunaplus_M.Fabai/Stock

Basketball erfreut sich großer Beliebtheit bei Jugendlichen, sei es im Hinterhof mit nur einem Basketballkorb am Garagentor, sei es beim Streetball mit der Peergroup oder in einer Sporthalle im Verein. Werden die Grundfertigkeiten wie das Werfen, Fangen und Passen von Anfang an geübt und zum festen Bestandteil des Bewegungsrepertoires der Jugendlichen, so lässt sich auch im Sportunterricht gut daran anknüpfen. Die Schülerinnen und Schüler werden motiviert sein, den Ball im hoch hängenden Korb zu platzieren.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufen/Niveau:	5–8, Anfänger
Dauer:	7 Doppelstunden
Kompetenzen:	Anlegen und Verbessern basketballspezifischer Techniken, Ausbildung der Spiel- und Handlungskompetenz im Basketball
Thematische Bereiche:	Ballspiele, Basketball, Spielfähigkeit
Medien:	Übungs- und Stationskarten

Allgemeine Hinweise

Basketball in der Schule bietet gleich mehrere Vorteile: Es werden motorische Grundfertigkeiten wie Fangen, Werfen und Passen von Beginn an (ggf. schon im Grundschulalter) erlernt und geübt, sodass man in der weiterführenden Schule auf eine solide koordinative Basis zurückgreifen kann. Außerdem ist beim Basketballspiel die Motivation groß, den Ball in einen hoch hängenden Korb zu treffen. Diese Motivation gilt geschlechterübergreifend. Wichtig ist lediglich, dass man nicht schon am Anfang den Spielfluss durch „Überstülpen“ der basketballspezifischen Regeln erstickt. Es empfiehlt sich, zunächst nur einige Rahmenregeln zu formulieren: Aus-Linien, Doppeldribbling und Schrittfehler sind Regeln, die man den Schülerinnen und Schülern im Vorfeld erläutern und entsprechend festlegen sollte. Im Lauf des Spielgeschehens der kleinen basketball-ähnlichen Spiele können schon zuvor weitere Regeln begleitend eingeführt werden, z. B. Regeln zum Einwurf oder zu Fouls. Die Vorgehensweise in vorliegender Unterrichtseinheit orientiert sich zum einen an den aktuellen Ansätzen der Sportspielvermittlung, zum anderen wird großen Wert daraufgelegt, dass sich die Schülerinnen und Schüler selbst ausprobieren können. Die Aufgabenstellungen sind deshalb zum Teil offen.

Praktische Tipps

Generell sollen Schülerinnen und Schüler, die nicht teilnehmen können, eingebunden werden. In den Spielphasen können sie zum Beispiel Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.

Es empfiehlt sich, ein Flip Chart aufzustellen, um Gedanken, die die Schülerinnen und Schüler während der Übungsphasen haben, oder Auffälligkeiten, die die Lehrkraft hat, festhalten zu können.

Am Ende jeder Doppelstunde sollte ein basketball-ähnliches Spiel als Ausklang durchgeführt werden. Taktische und technische Vorgaben stehen hier zunächst im Hintergrund; sie werden erst im Lauf der Stunden – passend zu den Anforderungen des Zielspiels – thematisiert.

Mediathek

- ▶ <https://raabe.click/sp-Deutscher-Basketball-Bund>

Website des Deutschen Basketball-Bunds mit vielen Ideen zum Basketballspielen in der Schule.

- ▶ <https://raabe.click/sp-Basketball-Handreichungen>

Pdf-Datei mit Übungen zu einzelnen technischen und taktischen Elementen im Basketball.

- ▶ Prey, M.: Praxiserprobte Taktiken und Erfahrungen aus dem Traineralltag

Vertiefte Einblicke in Systeme und taktische Elemente als Vertiefung. Books on Demand

Auf einen Blick

1. Stunde

Thema: Einstieg in das Spielen mit Bällen – Ballhandling

M 1 **Erfahrungen beim Dribbling sammeln**

M 2 **Koordinative Übungen mit dem Basketball**

Benötigt: 1 Hallendrittel, 1 Basketballkorb, 1 Basketball pro Schüler, 2 kleine Matten

2. Stunde

Thema: Üben basketballspezifischer Grundfertigkeiten

M 3 **Stationen zum Passen, Fangen, Werfen**

Benötigt: Basketbälle, Hütchen, Stangen, Stoppuhr, Taue-Anlage, Ringe-Anlage, Gymnastikreifen

3. Stunde

Thema: Vielfältiger Korbwurf

M 4 **Dribblingsbegegnungen**

M 5 **Stationen zum vielfältigen Korbwurf**

Benötigt: Basketbälle, Hütchen, unterschiedliche Bälle, Korbballständer, Blindenbrille, Basketballkörbe

4. Stunde

Thema: Pass-Kombinationen in Überzahlspielen

M 6 **Pass-Kombinationen – Überzahlspiel**

Benötigt: Basketbälle, kleine Kästen, Gymnastikreifen, Korbballständer

5. Stunde

Thema: Zusammenspiel in kleinen Spielen

M 7 **Obst-Gemüse-Dribbling**

M 8 **Erfolgreiches Zusammenspiel**

Benötigt: unterschiedlich farbige Hütchen, Gymnastikreifen, Basketbälle

6. Stunde

Thema: Im Team spielen – Aufstellungsformen

M 9 **Aufstellungsformen**

Benötigt: Basketbälle, Flipchart, ausgedruckte Aufstellungsformen (wahlweise Beamer, Laptop)

Stundenverläufe

Hinweis: Im folgenden Verlauf werden „Schülerinnen und Schüler“ mit „SuS“ abgekürzt.

Doppelstunde 1: Einstieg in das Spielen mit Bällen – Ballhandling

Aufwärmen

Mattenball

Die Halle wird in zwei Spielfelder geteilt. Auf jedem Feld spielen zwei Teams gegeneinander. In den diagonalen Ecken liegen je eine Turnmatte. Ziel der Teams ist es, den Ball so geschickt zu passen, dass er auf der Matte abgelegt werden kann. Für jedes erfolgreiche Ablegen erhält das Team einen Punkt.

Hinweis: Mit Ball in der Hand darf nicht gelaufen werden.

Hauptteil

Erfahrungen beim Dribbling sammeln (M 1)

Die Kärtchen werden an einer Stelle in der Halle verdeckt ausgelegt. Die SuS bewegen sich mit Ball dribbelnd durch den Raum, ziehen abwechselnd eine Karte und führen ihr Dribbling entsprechend aus. Die anderen sollen die Bewegung nachmachen und den Begriff erraten.

Hinweis: Die Aufgabe kann in Partner- oder Kleingruppenarbeit oder in der ganzen Lerngruppe ausgeführt werden.

Koordinative Übungen mit dem Basketball (M 2)

Die SuS gehen zu zweit zusammen und absolvieren koordinative Übungen (siehe M 2).

Ausklang

Parteiball

Die Klasse wird in vier Teams eingeteilt und die Halle in zwei Spielfelder. Auf einem Feld spielen zwei Teams gegeneinander.

Variante 1: Welches Team schafft es, sich den Ball 10-mal zuzupassen?

Variante 2: Wie Variante 1, zusätzlich darf ein Spieler vom Gegner abgeschlagen werden, wenn er den Ball in der Hand hält. Dadurch verschiebt sich das Verteidigungsverhalten weg vom ballbesitzenden Spieler hin zu den möglichen Passempfängern.

Doppelstunde 2: Üben basketballspezifischer Grundfertigkeiten

Aufwärmen

Wandball

Die Klasse wird in zwei Teams eingeteilt. Spielfeld ist die gesamte Halle. Ziel eines Teams ist jeweils die Stirnseite (Wand) des Gegners. Ein Punkt kann erzielt werden, indem der Ball zuerst auf den Boden gepasst wird, dann gegen die Wand springt und beim Zurückprallen von einem Mitspieler gefangen wird.

Hinweis: Schrittregel: Nur zwei Schritte mit Ball in der Hand, Prellen ist verboten.

Hauptteil

Stationen zum Fangen, Passen, Werfen (M 3)

Die SuS bilden Paare und durchlaufen die Stationen.

Ausklang

Ecken-Basketball

Die SuS bilden vier gleich große Gruppen. In zwei gegenüberliegenden Hallenecken liegt je ein Kastendeckel (mit Öffnung nach oben). Zwei Mannschaften spielen nun gegeneinander, die zwei anderen warten in je einer Ecke mit Kastendeckel.

Ziel ist es, den Ball in einem der zwei Kastendeckel abzulegen. Gelingt das einer Mannschaft, wird die unterlegene Mannschaft ausgewechselt und durch das Team ersetzt, das auf derselben Seite wartet, bei der ein Punkt erzielt wurde. Nun beginnt das Spiel erneut.

Hinweise: Gespielt wird ohne zu prellen und mit der 2-Schritte-Regel.

Doppelstunden 3: Vielfältiger Korbwurf

Aufwärmen

Dribblingsbegegnung (M 4)

Alle SuS erhalten einen Ball und dribbeln zu Musik durch die Halle.

Variante 1: Die SuS bewegen sich nur auf Linien und erledigen Zusatzaufgaben.

Variante 2: Die SuS bewegen sich durcheinander durch die Halle und erledigen Zusatzaufgaben, sobald die Musik stoppt und die Aufgabe von der Lehrkraft angesagt wird.

Im Anschluss versammeln sich die SuS in einer Ecke der Halle. Die Lehrkraft erläutert wesentliche Technik-Knotenpunkte des einhändigen Korbwurfs und demonstriert den Korbwurf.

Hauptteil

Stationen zum vielfältigen Korbwurf (M 5)

Die SuS werden in 4er-Gruppen und durchlaufen die Stationen nacheinander. Bei einer großen Schülerzahl können zusätzliche und/oder ein bis zwei Pause-Stationen aufgebaut werden.

Abschluss

Turmball

Die Klasse wird in vier Teams aufgeteilt. Es spielen zwei Teams gegeneinander, zwei weitere Teams haben Pause. Gespielt wird auf dem gesamten Basketballfeld. Vor dem Basketballkorb jedes Teams wird ein kleiner Kasten gestellt, auf dem eine Person steht. Ziel ist es, diese mit einem Bodenpass anzuspielen. Gelingt das, darf dieser Spieler unbedrängt auf den Korb werfen. Unabhängig davon, ob er trifft oder danebenwirft, wird die Person auf dem Kasten durch den Spieler ersetzt, der ihr den Ball gepasst hat.

Spielregeln: Pellen ist erlaubt, mit besonderem Augenmerk auf das Doppeldribbling, die Schritte-Regel und die Spielfeldbegrenzungen.

Doppelstunden 4: Pass-Kombinationen in Überzahlspielen

Aufwärmen

Champions League

Die Halle wird in drei Felder geteilt und optisch getrennt. (Die Aufteilung wird später auch für den Hauptteil so benötigt). Jeder Spieler startet mit einem Ball im mittleren Drittel und versucht, während er selbst dribbelt, den Ball eines anderen Spielers wegzuschlagen. Gelingt dies, steigt derjenige Spieler in das Champions-League-Feld auf. Der Spieler, dessen Ball weggeschlagen wurde, steigt in das Kreisligafeld ab. Auf letzterem müssen die Spieler versuchen, wieder aufzusteigen. Auf dem Champions-League-Feld müssen die Spieler dagegen versuchen, nicht wieder abzusteigen.

Hauptteil**Pass-Kombinationen – Überzahlspiel (M 6)**

Die SuS werden in sechs Teams eingeteilt, die die Stationen nacheinander durchlaufen. (Bei einer großen Schülerzahl kann eine zusätzliche Pause-Station eingerichtet werden.)

Für alle Spielfelder/Stationen gelten folgende Regeln: Ohne Prellen, mit Ball in der Hand höchstens zwei Schritte.

Hinweis: Die Mannschaften so einteilen, dass auf jedem Feld ein „Joker“ ist (durch ein Leibchen markiert), der immer die Mannschaft in Ballbesitz unterstützt. Der Joker darf nicht angegriffen werden.

Abschluss**Basketball**

Die Klasse wird in vier Teams aufgeteilt. Es spielen je zwei Teams gegeneinander, zwei weitere haben Pause. Gespielt wird auf dem gesamten Basketballfeld.

Spielregeln: Prellen erlaubt, mit besonderem Augenmerk auf das Doppeldribbling, die Schritte-Regel und die Spielfeldbegrenzungen.

Doppelstunden 5: Zusammenspiel in kleinen Spielen**Aufwärmen****Obst-Gemüse-Dribbling (M 7)**

Die SuS führen die Übungen wie bei M 7 beschrieben durch.

Hauptteil**Erfolgreiches Zusammenspiel (M 8)**

Die SuS werden in acht Teams und die Halle in vier Felder eingeteilt. Die Gruppen durchlaufen nun die Stationen nacheinander, wobei auch die Gegner gewechselt werden können. Bei einer großen Schülerzahl kann zusätzlich eine Pause-Station eingerichtet werden.

Spielregeln für alle Felder: Mit Prellen, mit Ball in der Hand höchstens zwei Schritte.

Ausklang**Basketball**

Die Klasse wird in vier Teams aufgeteilt. Es spielen zwei Teams gegeneinander, zwei weitere haben Pause. Gespielt wird auf dem gesamten Basketballfeld.

Spielregeln: Prellen erlaubt, mit besonderem Augenmerk auf das Doppeldribbling, die Schritte-Regel und die Spielfeldbegrenzungen.

Doppelstunden 6: Im Team spielen – Aufstellungsformen**Aufwärmen****Laufender Reifen**

Die Klasse wird in vier Teams und die Halle in zwei Spielfelder aufgeteilt, sodass auf einem Spielfeld zwei Mannschaften gegeneinander spielen können. Je ein Spieler aus einer Mannschaft hält einen Gymnastikreifen senkrecht neben sich. Ein Punkt kann erzielt werden, indem der Ball durch den eigenen Reifen gepasst wird und auf der anderen Seite von einem Mitspieler aufgefangen wird.

Spielregeln: Ohne Prellen, mit Ball in der Hand höchstens zwei Schritte.

Hauptteil

Aufstellungsformen im Basketball (M 9)

Die SuS werden in einer Hallenecke versammelt und es werden zwei Aufstellungsformen (Defensive) vorgestellt:

1. Aufstellung: 1 – 2 – 2
2. Aufstellung: 2 – 1 – 2

Zur Veranschaulichung kann entweder ein Flipchart genutzt werden, auf dem die Aufstellungsformen aufgezeichnet werden, oder die Bilder (M 9) werden an die Hallenwand geklebt. Gemeinsam mit den SuS werden Vor- und Nachteile der jeweiligen Aufstellungsform gesammelt (siehe M 9).

Mit dem Hinweis, dass die Aufstellungsform aus der Defensive quasi in gespiegelter Form in der Offensive gespielt wird, können auch hier Vor- und Nachteile gesammelt werden.

Doppelstunde 7: Zielspiel und Varianten als Abschluss der Einheit

Aufwärmprogramm „Profi“

Die Lehrkraft leitet Übungen an, ähnlich wie die von „Profis“ (Bundesliga):

1. Herz-Kreislauf-Aktivierung: Laufübungen mit Lauf-ABC
2. Wurf-Übungen aus unterschiedlichen Distanzen
3. Dribbel-Übungen im lockeren 1 : 1

Hauptteil

Zielspiel mit Varianten

Gespielt wird 5 gegen 5 auf das reguläre Basketballfeld.

Variante 1: Dauerschleife: Sobald ein Korb erzielt wird, wird die unterlegene Mannschaft ausgewechselt und die Mannschaft, die am längsten pausiert, kommt auf das Spielfeld.

Variante 2: Basketball-Roulette: Jede Mannschaft muss nach eigenem Korb-Erfolg entscheiden, ob sie die eigenen Punkte sichert. Sichert ein Team seine Punktzahl, wechselt es nach draußen und ein pausierendes Team kommt auf das Spielfeld.

Sichert eine Mannschaft ihre Punktzahl nicht, darf sie weiterspielen. Erzielt dann jedoch das gegnerische Team einen Korb, fällt die Mannschaft, die zuvor nicht gesichert hat, wieder auf Null bzw. den zuletzt gesicherten Punktestand zurück. Die unterlegene Mannschaft wird ebenfalls ersetzt.

Variante 3: Klassisches Basketballturnier im Jeder-gegen-Jeden mit festgelegter Spielzeit.

Ausklang

Reflexion der Einheit

Die SuS reflektieren die Stundeninhalte, positive und negative Aspekte werden gesammelt und die Entwicklung der Lerngruppe dabei in den Vordergrund gestellt.

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Basketball spielen von Anfang an

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](https://www.school-scout.de)

