

EINFÜHRUNG DES BASKETBALLSPIELS 14

| | |
|---|----|
| Allgemeine Voraussetzungen in der Schule | 15 |
| Basketball – ein Schulsport in Deutschland? | 15 |
| Sportspiel-Vermittlungskonzepte | 17 |
| Basketball-Vermittlungskonzepte | 19 |
| Direkte und Indirekte Spielmethode | 22 |
| Kombinierte Anwendung beider Spielmethoden | 23 |
| Informationsverarbeitung und Spielhandeln | 26 |
| Modell zur Einführung des Basketballspiels | 29 |
| Methodische Maßnahmen und Hilfen | 31 |
| Einführungsalter und Adressaten | 32 |
| Zeitraum der Spielschulung, Stundenablauf und Organisationsformen | 33 |
| Gesamtkonzept des Spiellehrgangs in der Praxis | 34 |

DIREKTE SPIELMETHODE (TEIL 1) 36

| | |
|--------------------------|----|
| Grundüberlegungen | 37 |
| Regelerweiterungen | 38 |
| Zur Organisation | 39 |

DIREKTE SPIELMETHODE (TEIL 2) 40

| | |
|--|----|
| Regeln zum Verteidigungsverhalten, zur Bestrafung von Fouls, zur Spielfortsetzung mit Sprungball, zur Freiwurf-Regel, zum Rückspiel und zur Drei-Sekunden-Regel | 41 |
| Mini-Basketball | 42 |
| Leitsätze zu den Mini-Basketballregeln | 42 |
| Regel 1: Das Spiel | 43 |
| Regel 2: Abmessungen und Ausrüstung | 43 |
| Regel 3: Spielrichter und ihre Pflichten | 44 |
| Regel 4: Spieler, Ersatzspieler und Trainer | 44 |
| Regel 5: Zeitvorschriften | 44 |
| Regel 6: Spielvorschriften | 45 |
| Regel 7: Regelübertretungen | 45 |
| Regel 8: Foulbestimmungen | 46 |
| Regel 9: Allgemeine Vorschriften | 47 |

INDIREKTE SPIELMETHODE 48

| | |
|--|----|
| 1. Dribbeln | 50 |
| Definition und didaktisch-methodische Vorbemerkung | 50 |
| Technische Ausführung des Dribbelns | 51 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die Technik des Dribbelns | 52 |
| Freies Dribbeln und Ballbehandlung | 53 |
| Felder-Dribbeln | 53 |
| Bank-Dribbeln | 53 |
| Spiegeldribbeln | 54 |

| | |
|---|-----------|
| Spiegeldribbeln in Paaren | 55 |
| Tandemdribbeln | 55 |
| Schneller Seitenwechsel in Gruppen | 55 |
| Dribbelstaffeln | 56 |
| Slalomdribbeln mit Handwechsel | 59 |
| Jeder gegen jeden | 60 |
| Dribbelkönig | 61 |
| Durchbrechen gegen Verteidiger | 61 |
| Jägerdribbeln | 61 |
| Inselfangen | 62 |
| Spiegeldribbeln im Rhythmus | 62 |
| Rhythmisches Dribbeln im Lauf | 62 |
| Vorübung zum rhythmischen Dribbeln | 62 |
| Üben des rhythmischen Dribbelns | 62 |
| Zur Durchführung | 62 |
| 2. Fangen und Passen | 64 |
| Definition und didaktisch-methodische Vorbemerkung | 64 |
| Technische Ausführung des Fangens | 65 |
| Technische Ausführung des Passens | 66 |
| Brustpass | 66 |
| Überkoppass | 67 |
| Einhändiger Handballpass (Baseball- oder Schlagwurfpass) | 67 |
| Beid- und einhändiger Bodenpass | 69 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die | |
| Technik und Taktik des Fangens und Passens | 70 |
| Ballgewöhnung | 70 |
| Felder-Passspiele | 70 |
| Nummernpassen | 71 |
| Passen gegen die Wand | 71 |
| Passen zu zweit | 72 |
| Passen zu zweit in der Bewegung | 72 |
| Weitere Übungs- und Wettkampfformen zum Passen und Fangen | 73 |
| Überzahlspiele | 78 |
| Parteiballspiele | 78 |
| Zur Durchführung | 79 |
| 3. Standwurf | 80 |
| Definition und didaktisch-methodische Vorbemerkung | 80 |
| Technische Ausführung des Standwurfs | 80 |
| Einhändiger Standwurf | 80 |
| Beidhändiger Standwurf | 82 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die Technik des Standwurfs | 83 |
| Werferprobung | 83 |
| Standwürfe in unmittelbarer Korbhöhe | 83 |
| Dribbeln an der Wand | 84 |
| Einhändige Würfe ohne sichernde Hand | 85 |

| | |
|---|-----|
| Direkte Standwürfe | 85 |
| Standwürfe von der Seite | 86 |
| Standwürfe von wechselnden Positionen | 86 |
| Wurfwettkampf „21“ | 87 |
| Standwürfe gegen passive Verteidiger | 87 |
| Freiwürfe mit Einsatz | 87 |
| Bump | 87 |
| Zur Durchführung | 88 |
| 4. Korbleger | 90 |
| Definition und didaktisch-methodische Vorbemerkung | 90 |
| Technische Ausführung des Korblegers | 91 |
| Druckwurf-Korbleger | 91 |
| Unterhand-Korbleger | 94 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die Technik und Taktik des Korblegers | 95 |
| Erprobung von Würfeln aus dem Lauf | 95 |
| Standwürfe aus unmittelbarer Kornähe mit rechts und links | 95 |
| Korbwürfe nach Angehschritt | 95 |
| Zweierkontakt ohne Ball | 95 |
| Druckwurf-Korbleger nach Anreichen des Balls | 96 |
| Druckwurf-Korbleger nach dem Dribbeln | 98 |
| Korbleger nach Zuspiel | 99 |
| Unterhand-Korbleger | 99 |
| „Stopfen“ an niedrigen Hilfskörben | 100 |
| Weitere Übungs- und Wettkampfformen zum Korbleger | 100 |
| Korblegerstaffel | 102 |
| Punkte sammeln | 102 |
| Zur Durchführung | 102 |
| 5. Abstoppen | 104 |
| Definition und didaktisch-methodische Vorbemerkung | 104 |
| Technische Ausführung des Abstoppens | 104 |
| Zweikontaktstopp | 104 |
| Einkontaktstopp | 105 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die Technik und Taktik des Abstoppens | 106 |
| Freies Stoppen ohne Ball | 106 |
| Anschleichen | 107 |
| Rhythmisierung mit anschließendem Abstoppen | 107 |
| Abstoppen nach Anreichen des Balls | 107 |
| Abstoppen nach dem Dribbeln | 108 |
| Zur Durchführung | 109 |
| 6. Sternschritt | 110 |
| Definition und didaktisch-methodische Vorbemerkung | 110 |
| Technische Ausführung des Sternschritts | 110 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die Technik und Taktik des Sternschritts | 111 |
| Ball schützen | 111 |

| | |
|--|-----|
| Abstoppen und Sternschritt um 180° ohne Ball | 111 |
| Sternschritt um 360° mit Ball | 112 |
| Weitere Übungs- und Wettkampfformen zum Sternschritt | 112 |
| Zur Durchführung | 114 |

7. Sprungwurf

| | |
|---|-----|
| Definition und didaktisch-methodische Vorbemerkung | 116 |
| Technische Ausführung des Sprungwurfs | 117 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die Technik und Taktik des Sprungwurfs | 120 |
| Vorübung zum (Explosiv-)Sprungwurf..... | 120 |
| Wurfsimulation | 120 |
| Sprungwürfe gegen die Wand | 121 |
| Sprungwürfe in unmittelbarer Korbnähe | 121 |
| Direkte Sprungwürfe | 122 |
| Sprungwürfe nach Zuspiel mit Behinderung | 122 |
| Sprungwürfe nach dem Dribbeln | 122 |
| Wurfspiele | 123 |
| Werferkönig | 123 |
| Chaos am Korb | 123 |
| Werfen und Rebounden | 124 |
| Coast to Coast | 124 |
| Zur Durchführung | 125 |

8. Rebound

| | |
|--|-----|
| Definition und didaktisch-methodische Vorbemerkung | 126 |
| Technische Ausführung des Rebounds | 126 |
| Defensivrebound | 126 |
| Offensivrebound | 128 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die Technik und Taktik des Rebounds | 128 |
| Beidbeinige Hochsprünge an der Wand | 128 |
| Rebounden des hochgehaltenen Balls | 129 |
| Rebounden an der Wand | 129 |
| Ball im Kreis | 130 |
| Zone freihalten | 130 |
| Offensivrebound am Brett | 131 |
| Weitere Übungs- und Wettkampfformen zum Rebound | 131 |
| Bälle stehlen | 132 |
| Zur Durchführung | 132 |

9. Mann-Mann-Verteidigung

| | |
|---|-----|
| Funktionsweise der Mann-Mann-Verteidigung | 136 |
| Anwendung der engen Mann-Mann-Verteidigung | 141 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die Technik und Taktik der engen Mann-Mann-Verteidigung | 142 |
| Spielübungen zur Verteidigungsgrundhaltung und -bewegung | 142 |
| Einbruchspiel | 142 |
| Ausbruchspiel | 143 |

| | |
|---|------------|
| Verteidigung 1-1 | 143 |
| Zuspiel verhindern | 144 |
| Wurf stören in Korbnähe | 144 |
| Wurf blockieren im Sprung | 145 |
| Verteidigung 2-2, 3-3 | 146 |
| Vorübung zur sinkenden Mann-Mann-Verteidigung | 147 |
| Zur Durchführung | 147 |
| 10. Individual- und Gruppentaktik | 148 |
| Das Spiel 1-1 | 149 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die Technik und Taktik des 1-1 | 158 |
| Angreiferbewegungen gegen passiven Verteidiger | 158 |
| 1-1 von den Außenpositionen | 159 |
| Übungsformen zum 1-1 nach Befreien (1-1 + 1) | 160 |
| Zur Durchführung | 161 |
| Das Spiel 2-2 | 162 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die Technik und Taktik des 2-2 | 169 |
| Übungsformen zum Give and Go | 169 |
| Übungen zur Technik des Blockstellens | 170 |
| Übungsformen zum direkten Block | 170 |
| Das Spiel 3-3 | 172 |
| Kind- und jugendgemäße Einführung in die Technik und Taktik des 3-3 | 176 |
| Übungsformen zum Give and Go mit Ersetzen | 176 |
| Übungsformen zum indirekten Block | 178 |
| Weiterführende Übungen zum 3-3 über das ganze Feld | 179 |
| Zur Durchführung | 179 |
| 11. Angriff gegen die Mann-Mann-Verteidigung | 182 |
| Didaktisch-methodische Vorbemerkung | 182 |
| Methodische Hinführung zu Grundformen des Positionsangriffs | 185 |
| Passübung in der 2/1/2-Aufstellung | 185 |
| Passübung mit „Give and Go“ in der 2/2-Aufstellung (ohne Centerspieler) | 185 |
| Drei- und Vierfelderspiel | 186 |
| Spiel 2-2+1, 3-3+1 und 4-4+1 auf einen Korb | 186 |
| Spiel 2-2+2 und 3-3+2 auf einen Korb | 187 |
| Spiel mit Vor- und Seitcenter(n) auf zwei Körbe | 187 |
| Zur Durchführung | 187 |
| 12. Schnellangriff („Fast Break“) | 188 |
| Definition und didaktisch-methodische Vorbemerkungen | 188 |
| Einführung in die Technik und Taktik des Schnellangriffs | 193 |
| Seitenwechsel | 193 |
| Parteiball mit Seitenwechsel | 194 |
| Spiel auf einen Korb mit Umschalten | 194 |
| Unterzahlangriff mit Umschalten | 194 |
| Ballvortrag und Abschluss zu zweit | 194 |
| 3-0-Schnellangriff mit „Outlet“-Pass | 195 |

| | |
|---|-----|
| Nummern-Schnellangriff | 196 |
| 3-1 in 2-1 | 196 |
| 3-2 in 2-1 | 197 |
| 3-2-Kontinuum | 197 |
| 11-Mann-Schnellangriff mit Rebound | 198 |
| 3-3 auf einen Korb mit Schnellangriff | 198 |
| Zur Durchführung | 199 |

| | |
|---|------------|
| 13. Grundlagen der Ball-Raum-Verteidigung | 200 |
| Grundaufstellungen | 201 |
| Funktionsweise der Ball-Raum-Verteidigung | 201 |
| Anwendung der BRV | 202 |
| Didaktisch-methodische Hinweise zur Einführung der BRV | 204 |
| Methodische Einführung in die Taktik der Ball-Raum-Verteidigung | 205 |
| Unterzahlverteidigungen | 205 |
| Gleichzahlverteidigung | 206 |
| Zur Durchführung | 207 |

| | |
|--|------------|
| 14. Angriffsverhalten gegen die Ball-Raum-Verteidigung | 208 |
| Didaktisch-methodische Hinweise zur Einführung | |
| der individuellen Angriffsprinzipien gegen die BRV | 209 |
| Methodische Einführung in die Angriffsprinzipien gegen die BRV | 210 |
| Passen gegen die BRV | 210 |
| Durchbruch gegen die BRV | 210 |
| Schneiden gegen die BRV | 211 |
| Zur Durchführung | 212 |

| | |
|--|------------|
| 15. Komplexübungen | 214 |
| Didaktisch-methodische Vorbemerkung..... | 214 |
| Komplexübungen..... | 214 |

| | |
|--|------------|
| FOULBESTIMMUNGEN – KURZ GEFASST UND ERLÄUTERT | 220 |
| Vorbemerkung | 220 |
| Definition | 221 |
| Technisches Foul | 221 |
| Persönliches Foul | 221 |
| Verteidigerfoul | 222 |
| Angreiferfoul | 223 |
| Doppelfoul | 224 |
| Unsportliches Foul | 224 |
| Disqualifizierendes Foul | 224 |

| | |
|---|------------|
| STREETBALL | 225 |
| Einführung | 225 |
| Gründe für den Streetball-Boom | 226 |
| Streetball als Bestandteil des Schulsports? | 227 |

| | |
|------------------------|------------|
| LITERATUR | 229 |
|------------------------|------------|