

	Vorwort	5		3.2.2	Ballannahme, Stoppen, Sternschritt, Starten	69
	Einleitung	6		3.2.3	Täuschungen	74
1	Übersicht	7		3.2.4	Dribbling	79
1.1	<i>Inhaltsübersicht</i>	8		3.2.5	Spielformen zum 1 gegen 1	85
1.2	<i>Zeichen</i>	9		3.3	<i>Das Zusammenspiel im Angriff</i>	89
1.3	<i>Fachausdrücke/Synonyme</i>	10		3.3.1	Spielpositionen und ihre Abstände (= Spacing) .	90
2	Ein einfacher Einstieg in 7 Stufen	13		3.3.2	Freilaufen und Passen	96
3	Technisch-taktische Vertiefung; Eine Sammlung von Spiel- und Übungsformen	23		3.3.3	Taktische Optionen	104
	Auf einen Blick	25		3.3.3.1	Abschlussvarianten im 3 gegen 3	108
3.1	<i>Abschlüsse, Werfen</i>	26		3.3.3.2	Abschlussvarianten im 5 gegen 5	111
3.1.1	Der Wurf (Stand- und Sprungwurf)	27		3.3.4	Teamverhalten im Angriff	112
3.1.2	Korbleger oder 2-Takt	37		3.3.5	Verhaltensregeln im Angriff	116
3.1.3	Powershot (= Kraftstoppwurf)	42		3.4	<i>Der schnelle Gegenangriff (= Fastbreak)</i>	117
3.1.4	Powermove und Baby-Hook (= kleiner Hakenwurf)	46		3.4.1	10 Verhaltensregeln im Gegenangriff	119
3.1.5	Abschlüsse gemischt	50		3.4.2	Übungen	120
3.2	<i>Das Duell 1 gegen 1</i>	57		3.5	<i>Rebound</i>	125
3.2.1	Entscheidungstraining	58		3.5.1	Übungen	126
3.2.1.1	Entscheidungstraining des Außenspielers	58		3.6	<i>Stark am Ball</i>	132
3.2.1.2	Entscheidungstraining des Innenspielers	64		3.6.1	Übungen	133
				3.7	<i>Verteidigung</i>	143
				3.7.1	Verhaltensregeln in der Verteidigung	146
				3.7.2	Übungen	147

4	Tipps und Tricks für den Unterricht	153	4.3.3	Korrigieren	165
4.1	Lektionsgestaltung	155	4.3.4	Motivieren	166
4.2	Nebeneinander – Miteinander – Gegeneinander	156	4.4	Spielnähe	167
4.3	Spiel- und Übungsleitung	157	4.5	Rollenspiel	168
4.3.1	Organisieren	158	4.6	Angriff versus Verteidigung	169
4.3.2	Regulieren	159	4.7	Organisationsformen	170
4.3.2.1	Die 3 wichtigsten Regeln im Basketball für Einsteiger	160	5	Ein 10-Lektionen-Programm	171
4.3.2.2	Streetball-Regeln (= Spiel auf einen Korb)	161		Zum Autor	183
4.3.2.3	Schulregeln im Spiel auf zwei Körbe (meist 5 gegen 5)	163		Verwendete und weiterführende Literatur	184