



## ■ Orientierungsplan Basketball

### Inhalt

<b>1. Einführung zur Rolle des Basketballs in Schule und Ganztag .....</b>	<b>1</b>
1.1 Basketball in der Gesellschaft .....	1
1.2 Basketball in der Schule und im Lehrplan.....	1
1.3 Sportartbezogene Ziele .....	2
1.4 Sportartübergreifende Ziele .....	2
1.5 Ausbildungsstufen im Basketball .....	3
1.6 Basketball im Ganztag.....	3
1.7 Ausgewählte Basketball-Materialien .....	4
<b>2. Ideen und Tipps zum sportartspezifischen Umgang mit schulischen Rahmenbedingungen .....</b>	<b>6</b>
2.1 Organisatorische Hilfestellungen .....	6
2.2 Sicherheitshinweise.....	7
2.3 Finanzierung .....	7
2.4 Versicherungsfragen .....	8
<b>3. Übersicht möglicher Stundeninhalte.....</b>	<b>9</b>
3.1 Stundeninhalte für die Grundschule.....	9
3.2 Stundeninhalte für die weiterführende Schule .....	9
3.3 Beispiel einer jahrgangsübergreifenden Einstiegsstunde.....	10
<b>Hilfreiche Kontakte und Literatur .....</b>	<b>12</b>





## 1. Einführung zur Rolle des Basketballs in Schule und Ganztag

### 1.1 Basketball in der Gesellschaft

Gerade in Deutschland erfreut sich die Sportart Basketball einer immer größer werdenden Popularität. Sowohl Erfolge der deutschen Basketballbundesligavereine sowie die internationalen Erfolge der männlichen Nationalmannschaft und dessen Aushängeschild, Dirk Nowitzki, tragen derzeit dazu bei Basketball eine stärkere Präsenz in den Medien zu verschaffen. Generell steigt Basketball als Freizeitaktivität im Beliebtheitsgrad der Jugendlichen.

Eine wichtige Komponente neben dem organisierten Wettkampfsport in Vereinen ist die informellere Variante des Streetbasketballs. Immer mehr Kinder und Jugendliche treffen sich auf Freiplätzen um in selbstständig organisierten Formen Basketball zu spielen. Dies fördert die Bereitschaft und das Interesse der Jugendlichen in Schulmannschaften bei Wettkämpfen wie „Jugend trainiert für Olympia“ teilzunehmen.

Alle Formen, ob wettkampfmäßig organisiert oder informell gespielt erfordern von allen Mitspielern ein gewisses Maß an Sozialverhalten in der Gruppe. Dementsprechend „spielt der Rollstuhlbasketball in Deutschland und im weltweiten Behindertensport eine sehr wichtige Rolle [...] und ist eine Chance für gelebte Integration.“<sup>[2]</sup>

### 1.2 Basketball in der Schule und im Lehrplan

Im hessischen Lehrplan für Sport<sup>[3]</sup> ist die Sportart Basketball dem Bewegungsfeld Spielen zugeordnet. Letzteres genießt im verbindlichen Teil des Lehrplans einen hohen Stellenwert. Strukturelle Gemeinsamkeiten der Sportspielvermittlung sollen im Mittelpunkt stehen, so dass Basketball konkret in die Kategorie der Zielschussspiele fällt.

Als Vorbereitung auf die Zielschussspiele dienen in der Grundschule so genannte „Kleine Spiele“ mit und ohne Gerät oder Materialien. Dadurch werden Anregungen geschaffen sportartübergreifende Spiel und Bewegungserfahrungen zu sammeln. Allerdings kommt dem Ball als Spielgerät eine besondere Bedeutung zu<sup>[4]</sup>.

Aufbauend auf die Spielausbildung in der Grundschule wird in weiterführenden Schulen in den Jahrgangsstufen 5 und 6 das sportspielübergreifende Lernen vorgeschaltet. Damit soll der Einstieg in die systematische Sportspielvermittlung erleichtert werden. Die Kinder sollen lernen, „elementare Sportspielsituationen zu „lesen“ und zu „verstehen“ sowie die Situationslösungen motorisch zu „schreiben“.<sup>[3]</sup> Mit Hilfe eines gestuften und systematischen Aufbaus werden basistaktische und motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten geschult, die zum Erwerb von Lösungskompetenzen unterschiedlichen Generalisierungsgrades führen. Die Entwicklung der Spielfähigkeit erfolgt unter Berücksichtigung der pädagogischen Perspektive „Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“.

Dabei ist „das Mitspielen-können das wichtigste Erfolgserlebnis für die Schülerinnen und Schüler in den Spielen. Mit-Spielen weckt und erhält daher die Spielfreude, fördert die Lern- und Kooperationsbereitschaft und hilft, die Spiele auch als Lebenszeit-Sport zu betreiben.“<sup>[3]</sup>

Da die Sportart Basketball einen hohen Aufforderungscharakter zum Mit-spielen besitzt, möchten Schülerinnen und Schüler immer häufiger im Unterricht Basketball spielen.





### 1.3 Sportartbezogene Ziele

Basketballspielen soll motivieren sich zu bewegen und lebenslange Begeisterung für die Sportart schaffen. Diese Ziele gelten für Schule und Verein gleichermaßen und sind immer auf die Altersstufen, aktuelle Leistungsstände und Bedürfnisse der Kinder abzustimmen.

Zunächst steht das spielerische Üben und Handeln im Vordergrund und wird durch sportartübergreifende Methoden und vielseitige Bewegungsaufgaben geschult. Eine ganzheitliche Grundausbildung ist dabei das Ziel. Erste Techniken zum Erlernen des Basketballwurfs folgen, sowie vereinfachte Regeln, die das Mit- und Gegeneinander spielen ermöglichen. Mit fortschreitendem Leistungszuwachs wird das Repertoire an spezifischen Basketballtechniken erweitert und erste individual- und gruppentaktische Elemente eingeführt, bis diese schließlich gefestigt und spezialisiert werden. Trotz der Notwendigkeit des Übens zur Festigung von bestimmten Techniken, sollte dennoch der Blick für eine abwechslungsreiche Gestaltung nicht verloren gehen. Mädchen wie Jungen, ob im Kindes- oder Jugendlichen Alter erfreuen sich gleichermaßen an Variationen von so genannten „Kleinen Spielen“, die dem eigentlichen Zielspiel Basketball ebenfalls zuträglich sind.

### 1.4 Sportartübergreifende Ziele

„Basketball kann problemlos koedukativ unterrichtet werden und trotz der hohen Anforderungen an Technik und Taktik erfahren die Schüler und Schülerinnen schnell Erfolgsergebnisse“<sup>[2]</sup>. Der besondere Reiz ein hohes, zunächst schwer erreichbares Ziel zu treffen fördert die intrinsische Motivation der Schüler und Schülerinnen sich mit den Anforderungen des Basketballspiels auseinanderzusetzen.

Basketball ist ein sehr schnelles Spiel und vermittelt durch seine intensiven Belastungen vielseitige körperliche Erfahrungen. „Die Schüler erleben unmittelbar die Bedeutung der motorischen Grundlagen: Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Flexibilität.“<sup>[2]</sup> Um aber das Ziel zu treffen ist letztendlich Gewandtheit und motorische Kreativität gefragt. Basketball enthält daher mehrperspektivische Aspekte, die im Unterricht thematisiert werden können: eigene Fähigkeiten einschätzen können; miteinander kooperieren und gemeinsam erfolgreich sein; „das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen“<sup>[3]</sup> oder die Gesundheit fördern.

Durch die strenge Foulregelung zeichnet sich Basketball durch ein hohes Maß an Fair Play aus. Im Gegensatz zu dem wettkampforientierten Vereinssport wird Basketball in der Schule in den jüngeren Klassen als „körperloses“ Spiel eingeführt. Dies mindert körperliche Aggressionen und ermöglicht sehr gut das Spielen in heterogenen Gruppen. Der Einsatz eines vereinfachten Regelwerks soll Lehrkräften und Schülern gleichermaßen helfen, ihre Skepsis vor der Schwierigkeit der Regeln abzubauen. Weiterhin ermöglicht die Vereinfachung den Schülern selbst leichter als Schiedsrichter zu fungieren. Sie lernen damit eigenständig eine hohe Sozialkompetenz in der Anwendung und Durchsetzung von Regeln sowie das gemeinsame Lösen von strittigen Situationen.

Da Basketball sehr gut im Unterricht, als Pausensport oder als außerunterrichtliche Aktivität im Ganztagesangebot durchgeführt werden kann, vergrößert sich die Möglichkeit, „eine regelmäßige





Bewegungszeit im täglichen Schulalltag der Schüler zu integrieren.<sup>[2]</sup> Basketball kann somit genutzt werden, um dem gesundheitserzieherischen Auftrag gerecht zu werden.

### 1.5 Ausbildungsstufen im Basketball

- (1) allgemeine Ballschule mit allgemeiner Ausbildung koordinativer Fähig- und Fertigkeiten (U8/U9)
- (2) Basketballtechnische Grundausbildung (U10/U11/U12)
- (3) Erweiterung der Technik und der Individual-, Gruppen- und Mannschaftstaktik (U13/U14)
- (4) Beginnende Spezialisierung / Perspektivtraining (U15/U16)
- (5) Stabilisierung der Basketballfähig- und -fertigkeiten / Leistungstraining (U17/U18)

### 1.6 Basketball im Ganztag

Zurzeit ist Basketball als Pausensport bereits an vielen Schulen vertreten. Ob von Aufsichtspersonen angeleitet oder von Schülern selbstständig organisiert, Basketball stellt ein gern angenommenes Bewegungsangebot für Schüler dar. Hinzu kommen Schnupperangebote durch ortsansässige Basketballvereine. Angestoßen werden diese Initiativen vorrangig durch Basketballbundesliga-, ProA und ProB-Teams zum Zwecke der Talentsichtung. Jedoch bieten immer mehr Vereine aus dem Amateurbereich Schnupperangebote in Schulen an, um Mitgliederwerbung zu betreiben.

Vereine der Damenbasketballbundesliga führen regelmäßig Events, wie z.B. „Mädchen spielen Basketball“ durch, um speziell das Interesse von Schülerinnen für Basketball zu wecken bzw. zu fördern. Der Deutsche Basketball Bund (DBB) und der Hessische Basketball Verband (HBV) unterstützen diese Initiativen auch vor Ort oder mit Ballpaketen für Schulen und neu gemeldete Mannschaften in den Vereinen. Weiterhin wird umfangreiches Informationsmaterial zur Verfügung gestellt. Fortbildungen für fach- und sportartfremde Lehrkräfte in den Grund- und weiterführenden Schulen werden sowohl durch den DBB als auch HBV in Kooperation mit Vereinen und Schulen organisiert bzw. unterstützt (siehe [www.basketball-bund.de](http://www.basketball-bund.de) Jugend + Schule Basketball in der Schule Lehrerfortbildungen).

Die Sportart Basketball kann somit in drei Formen in das Ganztagsangebot eingebunden werden:

- I. *Basketball im Sportunterricht*
  - Als Schnupperangebote durch Trainer aus Vereinen
  - Mithilfe bei fachfremden Lehrerinnen und Lehrern in der Grundschule
  - Durchführung von Unterrichtsreihen
  - Durchführung einer Grundschul-WM/EM (derzeitiges Projekt in Kooperation mit der Justus-Liebig-Universität Gießen)
  - Der Erwerb des Spielabzeichens Basketball
  - Ausbildung und Fortbildung von Lehrkräften, Referendaren, Studenten





**III. 2. Basketball im außerunterrichtlichen Schulsport**

- Arbeitsgemeinschaften (AG)
- Projekttage, Schnuppertage
- Be like Dirk – Basketball-Schulsport-Tag
- Schulfeste
- Talentsichtungs-/Talentfördergruppen
- Grundschulturniere bzw. Schulmannschaften, die im laufenden Wettkampfbetrieb der Vereine
- integriert sind.
- Landesfest der Schulen
- Schulstreetbasketball
- Alternative Wettbewerbe, wie z.B. Beachbasketballturniere
- Qualifizierung von Lehrkräften, Sporthelfern, Trainern und Eltern

**IV. Basketball im Sportverein**

- Dezentrale Minifestivals
- Turniere
- Spieltreffs
- Camps
- Qualifizierung von Trainern, Eltern, Spielern und Lehrkräften

Diese Auflistung stellt nur eine Auswahl an Angeboten dar und ist je nach Standort individuell anzupassen.

### **1.7 Ausgewählte Basketball-Materialien**

Als Einstiegsmaterial für Lehrkräfte, Übungsleiter und Trainer empfiehlt sich zunächst die Broschüre „Spiele mit dem roten Ball“. Sie beinhaltet eine Übersicht über die Grundtechniken des Basketballspiels mit motivierenden Aufgabenstellungen und Spielen sowie Erläuterungen zu einem vereinfachten Regelwerk. Weiterhin enthält sie Informationen zur Persönlichkeits- und Teamentwicklung beim Erlernen des Basketballspielens. Kooperationen mit und ohne Wettkampf werden thematisiert und viele Übungsbeispiele erbracht.

„Be like Dirk –Stundenbilder“ (s. Kapitel 3.3) bieten eine sehr gute methodische Grundlage für Trainer und Lehrer, die AG-Gruppen oder andere Basketball-Schul-AGs leiten. In den Stundenbildern werden Inhalte und Abläufe für Trainingseinheiten vorgestellt und sind für jeweils eine Doppelstunde „Basketball“ mit einer reinen Übungszeit von 70 Minuten konzipiert. Insgesamt stehen 30 Stundenbilder für den Verlauf eines Schuljahres zur Verfügung<sup>[5]</sup>.

Die „Schulsport-Datenbank“ ist ein Projekt des Deutschen Basketball Bundes zur Unterstützung von Lehrkräften. Sie „bietet eine Auswahl von über 500 Übungs- und Spielformen mit einer Suchfunktion, die es erlaubt nur Übungen, die für ausgewählte Jahrgangsstufen geeignet sind, anzeigen zu lassen. Lehrkräfte sollen dadurch motiviert und ermutigt werden, Basketball im Sportunterricht vorzustellen und spielen zu lassen. Jede Sportlehrkraft an allen Schulformen und in



Seite : 5



allen Jahrgangsstufen in Deutschland kann sich auf der Seite [www.basketball-in-der-schule.de](http://www.basketball-in-der-schule.de) registrieren und das gesamte Angebot kostenfrei nutzen.“<sup>[6]</sup>

Lehrkräfte und Trainer, die Basketball speziell für Mädchen anbieten möchten finden in der Broschüre und dazugehörigen DVD „Mädchenbasketball. Spiel- und Übungsformen für Schule und Verein“ wertvolle Anregungen und Tipps zur Gestaltung und Umsetzung.





## 2. Ideen und Tipps zum sportartspezifischen Umgang mit schulischen Rahmenbedingungen

Die Rahmenbedingungen in der Schule zeichnen sich meistens durch eine große Gruppenanzahl an Schülern aus, die in kleinen Turnhallen Basketballunterricht erhalten sollen. Dazu kommt eine begrenzte Anzahl an Basketbällen sowie Korbanlagen. Die nachfolgenden Ideen sollen organisatorische Hilfestellungen für Lehrkräfte zur leichteren Umsetzung bieten.

### 2.1 Organisatorische Hilfestellungen

Der Basketballwurf muss nicht unbedingt auf einen Basketballkorb erfolgen, sondern kann zuerst auf ein hohes Ziel durch Stationsarbeit geübt werden. Mögliche „Ersatzkörbe“ können sein:

- Ein kleiner Kasten umgedreht auf einem Sprungkasten
- Ein Reifen wird an den Ringen befestigt
- Ein Flatterband wird in hoher Höhe an zwei Stangen befestigt
- Ein Korballständer (wenn möglich, höhenverstellbar)
- Ein Kind steht auf einen kleinen Kasten und hält eine Pylone als Ziel über seinen Kopf

Optimaler Weise sollte jedem Kind ein Basketball zur Verfügung stehen. Ist dies jedoch nicht der Fall, so können die Bälle innerhalb einer Stationsarbeit zwischen den Kindern hin- und hergereicht oder andere Bälle (wie z.B. Gymnastikbälle, Volleybälle, Fußbälle, etc.) genutzt werden. Das Zielwerfen mit unterschiedlichen Ballarten schult die kinästhetische Differenzierungsfähigkeit. Die Kinder lernen somit Bewegung und Kraft so abzustimmen, dass sie das hohe Ziel häufiger treffen. Die weiteren Basketballgrundtechniken des Dribbelns, Abstoppens, Sternschritts, Passen und Fangen können ebenfalls mit allen Kindern gleichzeitig durchgeführt werden. Dazu stellen sich die Kinder längs der Halle in zwei bis drei Meter Entfernung gegenüber von einem Partner auf. Sollte der Platz in der Halle nicht ausreichen, erhöht man die Anzahl der Gruppengröße von Zweier- auf Dreier- bzw. Vierergruppen. Die Kinder wechseln sich in dieser Übungsform ständig ab.

Im klassischen Basketball wird fünf gegen fünf über ein gesamtes Spielfeld gespielt. In der Schule bedeutet dies, dass eine große Anzahl an Kindern immer warten muss, bis das Spiel vorbei ist. Um die Bewegungszeit aller Kinder zu erhöhen, empfiehlt es sich, das Spielen auf kleinen Querfeldern durchzuführen, die gegebenenfalls durch Langbänke abgetrennt werden. Die Basketballkörbe können dabei die oben genannten Optionen sein.

Basketball muss aber nicht immer in der Turnhalle gespielt werden. Sofern es Außenanlagen auf dem Schulgelände gibt, so sind die eben beschriebenen Organisationsformen auch im Freien umsetzbar. Je unebener der Untergrund, wie z.B. Rasenflächen oder Sand, so muss eben auf das Dribbling verzichtet werden. Optimal sind Anlagen mit Tartanbelag. Befinden sich Basketballfreiplätze in der Nähe der Schule, so sollten diese unbedingt genutzt werden. Die Schüler erhalten durch den Sportunterricht

„Anregungen und Hinweise, wie und wo sie Basketball auch in ihrer Freizeit spielen und selbst organisieren können. So kann die Motivation zu Bewegung und Spiel über die Sportstunde hinaus erhalten und eine hohe Nachhaltigkeit im Rahmen der Erziehung zu einem lebenslangen Sporttreiben erzielt werden.“<sup>[2]</sup> Basketball bietet sich als Freizeitsportart besonders gut an, da





bereits ab zwei Personen zusammen gespielt werden kann. Es wird wenig Raum benötigt und die Ausrüstung ist sehr preiswert.

## 2.2 Sicherheitshinweise

- Die Standsicherheit von so genannten „Ersatzkörben“ (s. 2.1) und weiteren Hallengeräten muss immer gewährleistet sein.
- Das Mithelfen der Schüler bei Auf- und Abbauten der Materialien ist auf das Alter dieser abzustimmen.
- Nicht genutztes Material (z.B. Bälle, Hütchen, Reifen, etc.) muss außer Trittweite der Schüler gelagert werden.
- Beim Spielen auf Außenanlagen oder Freiplätzen ist auf die besondere Achtsamkeit hinzuweisen, um Stürzen vorzubeugen.

## 2.3 Finanzierung

Wie bereits beschrieben eignet sich Basketball sehr gut als Sportart im Ganztagsangebot von Schulen. Dazu sind allerdings Kooperationen zwischen Schulen und Vereinen notwendig. Diese müssen entsprechend finanziert werden. Das Landesprogramm „Schule und Verein“ dient als Anschubfinanzierung über drei Jahre und ist ein gemeinsames Programm des Hessischen Kultusministeriums und der Sportjugend Hessen. Da der Förderbetrag sich jährlich verringert, muss die Finanzierung- und Fortführung der Kooperationsmaßnahme durch weitere Finanzquellen sichergestellt sein. Die Maßnahmen sind an Schulen angebunden und gehören zum außerunterrichtlichen Schulsport.

Die Kooperation soll jeweils mit einem oder mehreren Sportvereinen aus dem kommunalen Umfeld geschlossen werden. Adressaten sind Schülerinnen und Schüler der Grundschule und der Sekundarstufe 1 unterschiedlicher Schulformen (siehe [www.sportjugend-hessen.de](http://www.sportjugend-hessen.de) Sportverein und Schule). Weitere Förderprojekte und Materialien sind im Folgenden durch den Deutschen Basketball Bund (DBB) erhältlich:

- Spielabzeichen Basketball in Bronze, Silber und Gold
- Spieltreff Basketball: Veranstaltungspaket mit 50 Spielabzeichen und weiterem Informationsmaterial.
- „Come-on girls“ Projekt: Förderung von Mädchen Schul-AG's und neuen Vereinstteams mit zwölf Projekt-T-Shirts, drei offiziellen Spielbällen bzw. zehn Minibasketbällen, Regelheft, Lehrmaterial und Fachbuch. Schulteams können an diesem Projekt teilnehmen, wenn die Möglichkeit zum Vereinsanschluss besteht bzw. wenn sie als AG an schulübergreifenden Wettbewerben teilnehmen. Die Teams im Projekt dürfen allen Jugendaltersklassen bis 18 Jahre angehören und müssen aus mindestens zehn Basketballerinnen bestehen.
- Dezentrale Minifestivals: 6–12 Jährige aus Vereinen und Schulen spielen in gemischten Teams zusammen. Eine Förderung erfolgt mit Basketbällen für die beteiligten Schulen sowie Zuschüsse für den Verein.
- Schulballpaket: Möglichkeit zum Erwerb kostengünstiger Pakete mit Basketbällen für alle Schulformen.





## 2.4 Versicherungsfragen

Spezielle Aspekte zu Gefahrenquellen sind im Basketball nicht vorhanden. Die § 19 (Verbotenen Sportarten) und § 20 (Sportarten mit zusätzlichen Anforderungen) der Verordnung über die Aufsicht über Schülerinnen und Schülern (AufsVO vom 11.12.2013) finden daher keine Anwendung. Lediglich Aufsichtspersonen sollten, laut § 21, fachkundige Lehrkräfte oder lizenzierte Übungsleiter sein, die den außerschulischen Sport anbieten dürfen.

*„Grundsätzlich gilt: Im Rahmen der Ganztagschule veranstaltete außerunterrichtliche Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote fallen unter den gesetzlichen Unfallversicherungsschutz, weil sie schulische Veranstaltungen sind. Die Schüler sind bei schulischen außerunterrichtlichen Bewegungs- und Sportangeboten über die Schule unfallversichert. Der Anbieter des schulischen außerunterrichtlichen Bewegungs- oder Sportangebots ist gesetzlich unfallversichert, wenn er beim Schulträger direkt angestellt bzw. von diesem beauftragt ist und über den Verein versichert, wenn er dort angestellt ist.“ (www.basketball-bund.de)*



### 3. Übersicht möglicher Stundeninhalte

Grundsätzlich sollten in der Grundschule vermehrt sportartunspezifische Bewegungsaufgaben mit in den Unterricht eingebaut werden. In dieser Altersstufe müssen Synergie-Effekte zwischen den Inhalten der Trainingseinheiten in Basketballvereinen und dem ganzheitlichen Ansatz des Schulsports erzielt werden. Daher können die folgenden Punkte auch ineinander kombiniert werden (z.B. Durchführung einer Rolle vorwärts mit anschließendem Zuspiel eines Balles und Korbwurf).

Die folgenden Stundeninhalte stellen nur eine Auswahl von möglichen Stundeninhalten dar.

#### 3.1 Stundeninhalte für die Grundschule

Vielfältige Bewegungen mit und ohne Ball:

- Laufen, Springen, Rollen
- Balancieren, Klettern, Stützen, Hangeln an Geräten
- Kleine Spiele ohne Ball
- Ballgewöhnung mit dem rollenden, springenden und fliegenden Ball
- Laufen, Springen, Werfen
- Kleine Spiele mit Ball

Einführung der Basketballgrundtechniken:

- Dribbeln
- Abstoppen, Sternschritt
- Passen und Fangen
- Korbwurf, ggf. Korbleger
- Spiele zur Anwendung der erlernten Techniken

Basketballspielen mit vereinfachten Regeln:

- Doppeldribbling, Schrittfehler, Foul
- Mit- und gegeneinander spielen
- Gruppeninternes Turnier
- Spielabzeichen Bronze oder Silber

#### 3.2 Stundeninhalte für die weiterführende Schule

Vielfältige Bewegungen mit dem Ball:

- Ballgewöhnung mit dem rollenden, springenden und fliegenden Ball
- Laufen, Springen, Werfen
- Kleine Spiele mit Ball

Einführung der Basketballgrundtechniken:

- Dribbeln
- Abstoppen, Sternschritt
- Passen und Fangen
- Korbwurf, Korbleger, ggf. weitere Moves
- Spiele zur Anwendung der erlernten Techniken



Basketballspielen mit vereinfachten Regeln:

- Einführung des Doppeldribblings, Schrittfehler und Foul
- Erlernen der Mann-Mann-Verteidigung
- Schulung der Offense (Freilaufverhalten)
- Mit- und gegeneinander spielen
- Überzahlspiele
- Gruppeninternes Turnier
- Spielabzeichen Bronze, Silber oder Gold

Für beide Schulstufen gilt gleichermaßen, dass es von großem Vorteil ist, wenn die Lehrkraft bzw. der Übungsleiter oder Trainer so viele Bewegungsaufgaben wie möglich selbst vormachen kann.

Dies erleichtert die Einführung bestimmter Grundtechniken und die Fehlerkorrektur. Für Informationen zu Lehrerfortbildungen bzw. Kontakte zu ortsansässigen Basketballvereinen siehe 5. Kontakte des Hessischen Basketball Verbandes und des Schulsportreferenten oder des Jugendsekretariats des Deutschen Basketball Bundes.

### 3.3 Beispiel einer jahrgangsübergreifenden Einstiegsstunde

Die folgende Einstiegsstunde (1.UE) ist den Be like Dirk-Stundenbildern entnommen und kann sowohl für den Unterricht in der Grundschule als auch der Sekundarstufe 1 verwendet werden. Das Aufwärmspiel „Merkball“ motiviert und aktiviert die Kinder gleichermaßen. Sie bewegen sich frei in der Halle und es werden von der Lehrkraft drei Softbälle ins Feld geworfen. Jedes Kind, welches einen Ball erwischt, darf die anderen Kinder abwerfen. Wer abgeworfen wurde, muss sich merken, von welchem Kind es getroffen wurde und geht zur Seite. Es darf wieder rein, sobald das Kind draußen ist, von dem es abgeworfen wurde. (15 Min.)

Im Anschluss steht die allgemeine Ballgewöhnung im Vordergrund. Dabei nimmt sich jedes Kind einen beliebigen Ball (Basketball, Volleyball, Tennisball, Fußball, Gymnastikball, ...) und bewegt sich frei durch die Halle. Begegnet ein Kind einem anderen, werden die Bälle getauscht (10 Min.). Nun gibt die Lehrperson Anweisungen, wie der Ball fortbewegt werden soll (z.B. mit der Hand, dem Fuß, Kopf, Knie, tragen, rollen, prellen). Die Kinder dürfen eigene Aufgaben erfinden. Nach einiger Zeit werden die Bälle untereinander getauscht (10 Min.).

Jetzt erhält jedes Kind einen Basketball und verschiedene Aufgaben von der Lehrperson:

- „Versuche, dass der Ball so hoch wie möglich hüpfst!“
- „Werfe den Ball so weit wie möglich nach oben und fange ihn wieder auf!“
- „Tausche den Ball mit einem anderen Kind, ohne dass der Ball den Boden berührt!“ (5 Min.)
- „Tausche den Ball mit einem anderen Kind, indem du ihn zu rollst!“





Seite : 11



Die Ballkoordination muss nun in der Gemeinschaft durchgeführt werden, dazu bilden die Kinder zwei große Kreise. Jedes Kind hat einen Ball und führt zunächst bestimmte Bewegungsaufgaben aus:

- Der Ball soll so schnell wie möglich an den rechts stehenden Partner weitergegeben werden.
- Der Ball soll so schnell wie möglich an den links stehenden Partner weitergegeben werden.
- Der Ball soll so schnell wie möglich 3 x gedribbelt und wieder aufgenommen werden.
- Der Ball soll hoch geworfen und wieder aufgefangen werden.

Die Aufgaben werden nun mit den Zahlen 1-4 gekennzeichnet. Auf Zuruf des Lehrers sollen die Kinder diese Bewegungsaufgaben in unterschiedlichen Reihenfolgen ausführen (15 Min.).

Zum Abschluss spielen die Kinder „Fischer, welche Fahne weht heute“. Ein Kind ist der Fischer und steht auf der einen Seite der Halle. Alle anderen Kinder befinden sich auf der anderen Seite der Halle. Alle Kinder fragen den Fischer: „Fischer, Fischer, welche Fahne weht heute?“ Der Fischer nennt eine Farbe. Alle Kinder, die ein Kleidungsstück in dieser Farbe tragen, dürfen gefangen werden. Wer als letztes gefangen wurde, hat gewonnen und ist neuer Fischer (15 Min.).





## Hilfreiche Kontakte und Literatur

### Quellen

- (1) [www.kultusministerium.hessen.de/schule/ganztagsangebote](http://www.kultusministerium.hessen.de/schule/ganztagsangebote)
- (2) [www.basketball-bund.de/wp-content/uploads/broschuere-arbeitsfeld-ganztagschule.pdf](http://www.basketball-bund.de/wp-content/uploads/broschuere-arbeitsfeld-ganztagschule.pdf)
- (3) Lehrplan Sport Gymnasialer Bildungsgang, Jahrgangsstufen 5G bis 9G und gymnasiale Oberstufe, Hessisches Kulturministerium, 2010.
- (4) Rahmenplan der Grundschule Hessen, Hessisches Kultusministerium, 1995.
- (5) [www.basketball-bund.de/jugend-schule/schulsport/stundenbilder-sportunterricht](http://www.basketball-bund.de/jugend-schule/schulsport/stundenbilder-sportunterricht)
- (6) [www.basketball-in-der-schule.de](http://www.basketball-in-der-schule.de)

### Literatur und Internetseiten

- [www.basketball-bund.de](http://www.basketball-bund.de)
- [www.basketball-bund.de/jugend-schule/downloads](http://www.basketball-bund.de/jugend-schule/downloads)
- [www.sport-id.de/files/mediaFiles/19716.pdf](http://www.sport-id.de/files/mediaFiles/19716.pdf) Konzeption Basketball-Schulsport-Tag
- „Spiele mit dem roten Ball“ (Hrsg.: Deutscher Basketball Bund)
- „Mädchenbasketball. Spiel- und Übungsformen für Schule und Verein“ Broschüre und DVD (Hrsg.: Deutscher Basketball Bund)
- „Eine Frage der Qualität: Persönlichkeits- & Teamentwicklung“ im Basketball (Hrsg.: Deutsche Sportjugend)

### Kontakte

Hessischer Basketball-Verband e.V. | Geschäftsstelle

Ansprechpartnerin: Heide Aust

Schlossbergweg

36286 Neuenstein

Tel.: 06677 91857

Fax: 06677 918575

[geschaefsstelle@hbv-basketball.de](mailto:geschaefsstelle@hbv-basketball.de)

[www.hbv-basketball.de](http://www.hbv-basketball.de)

Deutscher Basketball Bund e.V.

Jugendsekretariat

Schwanenstraße 6–10

58089 Hagen

E-Mail: [jugend-buf@basketball-bund.de](mailto:jugend-buf@basketball-bund.de)

Tel.: 02331 106163

Fax: 02331 106149

Hessischer Basketball-Verband e.V.

Referent für Schulsport: Henk Wedel

E-Mail: [henk.wedel@web.de](mailto:henk.wedel@web.de)

