

# J+S-Kids: Einführung Basketball - Lektion 3

## Passen 1

### Autoren

Zufferey Yves, J+S Leiter / Instruktor Minibasket und Michel Chervet, J+S Fachleiter Basketball

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	60 Minuten
Niveau	<input checked="" type="checkbox"/> einfach <input type="checkbox"/> mittel <input type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	8-10 Jahre
Gruppengrösse	6-20
Kursumgebung	Turnhalle oder Aussenplatz mit mindestens zwei Körben (ideal sind 4 Seitenkörbe)
Sicherheitsaspekte	Die Kinder sollen Turnschuhe tragen. Bälle und Material, welches während einer Übung oder im Spiel nicht gebraucht wird, wegräumen.

### Zielsetzungen/Lernziele

Fähig sein, den Ball anzunehmen und ihn einem Mitspieler zu passen.

### Hinweise

Je nach Anzahl Kinder das Spielfeld anpassen (Ganz-, Halb- oder Viertelfeld).

### Inhalt

#### EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
12'	<b>Tupfball</b> 2 Spieler versuchen die andern mit dem Ball zu berühren, indem sie passen. Dies zählt nur, wenn sich der Ball in den Händen des Fängers befindet. Nur die Fänger haben einen Ball. Sobald ein Spieler mit dem Ball berührt wird, wird er Fänger und der, der ihn gefangen hat, wird zum Gejagten.		1 Ball Markierungsshirts

#### HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
13'	<b>2 gegen 1</b> Jedes Paar nimmt der Reihe nach einen Ball aus dem Ballwagen und versucht passend einen Korb zu erzielen. Ein Verteidiger (Trainer) versucht, den Ball abzufangen. Zum Abschluss als Wettkampf durchführen. Das Paar, welches in einer bestimmten Zeit am meisten Körbe erzielt, gewinnt.		Ballwagen Bälle
10'	<b>Pässe gegen Dribblings</b> Mannschaft A passt sich den Ball so oft als möglich, während Mannschaft B den gleichen Parcours dribbelnd ausführt. Sobald alle Spieler der Mannschaft B wieder am ursprünglichen Platz sind, ist der Wettkampf fertig und die Rollen werden gewechselt. Der Trainer notiert die Anzahl Pässe. Das Team, welches am meisten Pässe ausführen konnte, gewinnt.		2 Bälle Markierungsshirts

10'	<p><b>Der Balddieb</b></p> <p>Die Angreifer dürfen sich nicht bewegen und passen sich den Ball gegenseitig zu. Ein Verteidiger versucht, während 30 Sekunden den Ball so oft wie möglich abzufangen. Danach wechselt er mit dem nächsten Verteidiger. Nachdem jeder Spieler einmal Verteidiger war, teilt der Trainer die Anzahl gestohlener Bälle mit. Das Team, welches mehr Bälle abfangen konnte, gewinnt</p> <p><u>Variation 1:</u> Die gleiche Übung mit zwei Verteidigern gleichzeitig ausführen.</p> <p><u>Variation 2:</u> Rückpässe verbieten.</p> <p><u>Variation 3:</u> Die Anzahl Angreifer und Verteidiger je nach Niveau der Kinder anpassen.</p>		1 Ball Markierungsshirts
-----	--	--	-----------------------------

#### AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
15'	Spiel 5 gegen 5 Wenn es Seitenkörbe gibt, 3c3 auf die Breite des Feldes spielen.		1 Ball Markierungsshirts