

# Minibasketball-Fortbildung in Bochum

Thema: Spielerische Vermittlung von Grundtechniken und Grundlagen der Koordination

Datum: 24.09.2016

Zeitraum: 10:00 - 12:15 Uhr

# Skizze Beschreibung **Dribbling Balldieb** Team Blau Spielform: o Team blau bzw. rot müssen beim jeweiligen Gegner die Bälle aus deren Kasten klauen Spieler die im gegnerischen Feld abgetippt werden, müssen an dieser Stelle stehen bleiben → können aber von Mitspielen wieder befreit werden (abklatschen) Team Rot um sich vor den Gegnerischen Spielern zu retten, gibt es in jedem Feld ein kleinen Bereich (rotes bzw. blaues Dreieck) → in diesem darf der Gegner nicht hinein Gewonnen hat das Team welches nach beispielsweise 5 Minuten die meisten Bälle gewonnen hat bzw. der Gegner keine Bälle mehr im Kasten hat Hinweis: Keine "Hundewache" o Möglichkeit auch mehr als einen Sicherheitsbereich zu verwenden Kinder müssen mit Ballerhalt in das eigene Feld dribbeln → keine Pässe erlaubt Material: o 6 Hütchen Markierungshemden 10-16 Bälle die zum Dribbling geeignet sind Dribbelfußball Spielform: Normales Fußballspiel + Dribbling eines Balles mit der Starken Hand Der Fußball darf nur dann gespielt werden, wenn der andere Ball auch mit der Hand gedribbelt wird Der Torwart darf den Fußball nur mit dem Basketball abwehren Material 2 Tore, Fußball, Ball zum Dribbling (für jeden Spieler einen) Markierungshemden



#### Goldschmiede und Räuber

#### Spielform:

- Zwei Mannschaften spielen gegeneinander
- jeder Spieler besitz einen Reifen
- wer vom Räuber gefangen wurde, muss den Reifen an der Stelle ablegen und ins Gefängnis (Mittelkreis)
- Ziel:
- o die Reifen sollen beim gegnerischen Händler verkauft werden → wer weniger Reifen hat, hat gewonnen
- o Hinweis:
  - Reifen die unten liegen dürfen immer genommen werden

### Dribbelmemory

#### Spielform:

- o jede Gruppe bekommt eine Kartenfarbe zugeordnet beispielsweise:
  - Gruppe Rot = Piek
  - Gruppe Grün = Karo
  - Gruppe Blau = Herz
  - Gruppe Schwarz = Kreuz
- die ersten beiden Spieler der jeweiligen Gruppe haben einen Ball zum Dribbling
- Ziel ist es als Spieler ans andere Ende des Spielfeldes mit seiner starken oder schwachen Hand zu dribbeln und eine verdeckte Karte aufzudecken → ist die aufgedeckte Karte der Zuordnung passend, muss ich diese mit zur Gruppe genommen werden, wenn nicht, wird die Karte wieder verdeckt hingelegt
- o die Mannschaft gewinnt, welche zuerst alle Karten gesammelt hat

### Hinweis:

- o der Ball wird immer gedribbelt
- o der Nachfolger startet, wenn der Vorgänger bei den Karten angekommen ist → Vorteil: keine langen Pausen

### Material:

o Bälle zum Dribbling, ein Skatblatt

### Steh-Geh mit Ball

# Spielform:

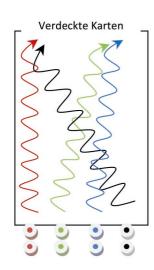
- o jeder Spieler bis auf die Fänger bekommt einen Ball
- o die Fänger müssen versuchen die Spieler mit Ball abzutippen
- o wer abgetippt wurde, muss an dieser Stelle stehen bleiben → die Füße stehen dabei mehr als Schulterbreit auseinander, der wird mit ausgestreckten Armen über den Kopf gehalten
- stehende Spieler können befreit werden indem noch freie
  Mitspieler ihnen den Ball von HINTEN nach vorn durch die Beine gedribbelt wird.

#### Hinweis:

- Ball zur Befreiung immer von hinten nach vor dribbeln → Verletzungs- und Schmerzvorsorge
- Kinder sollen beim Weglaufen immer nach oben schauen → Verringerung des Verletzungsrisikos

#### Material:

o Bälle zum Dribbeln





# Hase und Jäger mit Ball mit Dribbeln

#### Spielform:

- o jeder Spieler hat einen Ball
- o 3-5 Fänger/ Jäger auswählen
- o die Fänger müssen mit einer Hand einen Ball dribbeln und mit dem anderen z.B. Softball versuchen die Hasen abzuwerfen
- O Hasen die abgeworfen wurden, sind nicht raus → der Fänger erhält einen Punkt
- die Hasen können versuchen, die Wurfversuche mit dem Dribbelball abzuwehren
- o in der Regel immer eine Zeit vorgeben → Empfehlung 30 60
  Sekunden

#### Hinweis:

 ○ Kinder sollen beim Weglaufen immer nach oben schauen → Verringerung des Verletzungsrisikos

#### Material:

- o Bälle zum Dribbeln
- Softbälle verschiedener Größen

#### Passen

### **Preliball**

### Spielform:

- Angabe wird hinter der Grundlinie ausgeführt
- der Ball muss erst einmal im eigenen Feld und dann einmal im gegnerischen Feld aufkommen, bevor er wieder gespielt werden darf (Ping Pong)
- Möglichkeit der Spielform im 1-1 bis zum 3-3 ...
- Beispiel im 2-2:
- erst einmal noch zum zweiten Mitspieler passen bevor der Ball Gegner gespielt werden darf

# Mattenball/ Turmball

### Tigerball/Rondo

### Spielform:

- die Kinder bilden einen Kreis in der Mitte des Kreises steht ein Kind
  = Tiger
- die Spieler müssen den Ball zu einem anderen Kind passen (außer der direkte Nachbar)
- der Tiger muss versuchen den Ball zu berühren, abzufangen oder den Pass des Spielers mit Ball zu tippen um aus dem Kreis wieder heraus zu kommen, der Spieler dessen Pass getippt oder gefangen wurde wird neuer Tiger
- Möglichkeit verschiedenen Passformen, Bälle, ...



#### **Dart**

- Die Kinder gehen in Zweier- oder Dreiergruppen zusammen
- von einer vorgegeben Entfernung passen die Spieler auf vorgegebene Markierungen um die jeweiligen Punkte zu erreichen

### Inselball

### Spielform:

- zwei Mannschaften spielen gegeneinander
- ihre Insel (Matte) dürfen die Mannschaften frei im Feld verteilen
- zum Start des Spieles sind beide Inseln nicht besetzt
- wer als Spieler abgeworfen wurde, muss auf die Insel seiner Mannschaft und muss versuchen, sich wieder frei zu werden

#### Hinweis:

- die Spieler dürfen mit Ball sich nicht bewegen
- · Erweiterung:
- wenn der abzuwerfende Spieler den Ball f\u00e4ngt, muss der F\u00e4nger selbst auf seine Matte

### Material:

Matten, Softbälle, Leibchen

#### **Fußtechnik**

#### Frisby

# Spielform:

- Zwei Mannschaften versuchen jeweils im gegnerischen Bereich den Frisby platzieren zu können
- die Kinder dürfen mit Erhalt des Frisbys nicht laufen

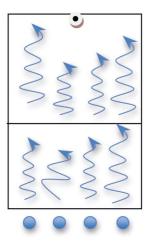
### Schnürsenkeldieb

# Spielform:

- Schnürsenkel von einem Schuh aufmachen
- Spieler muss versuchen die Schnürsenkel vom Partner zu erwischen

# "Wer hat Angst vorm Krokodil"

- · Spieler mit Ball stehen auf der Grundlinie
- das Krokodil steht auf der gegenüberliegenden Grundlinie und mit dem Rücken zu den Spielern mit Ball
- Ziel ist es als Spieler mit Ball so schnell es geht zum Krokodil zu kommen
- Spielablauf:
  - o das Krokodil ruft: Wer hat Angst vorm Krokodil?
  - o die Spieler mit Ball rufen: "niemand"
  - o daraufhin antwortet das Krokodil: Und wenn es kommt?
  - o Antwort Spieler mit Ball: "Dann kommt es halt!"
  - o dies ist das Zeichen für die Spieler mit Ball, mit einem sauberen Dribbelauftakt aus der Triple-Threat-Position zu starten
  - sobald das Krokodil sich dreht, müssen die Kinder wieder in die Triple-Threat-Position stoppen





 wer sich bewegt hat, nachdem sich das Krokodil aufgedreht hat/ keine Balance findet, kann wieder an den Start zurückgeschickt werden

# Möglichkeiten:

- Zuerst Kreuzschritt TP:
  - schneller erster Schritt
  - Auftaktdribbling aus er Balltasche
  - Dribbelhand ist hinter dem Ball ("wir sind keine Kellner")
- o Passgang Auftakt
  - Timing: Fuß auf den Boden setzen mit dem Auftaktdribbling
  - Auftaktdribbling inside out Bewegung
  - Timing Dribbelverstärkung

# Ziele im Minibasketball:

- 1. Spielintelligenz
- 2. Team
- 3. Individualität
- 4. Score
- 5. Tempo

# Wertevermittlung:

- Spaß, Freude, Begeisterung
- Mannschaft, Freundschaft
- Ehrgeiz, Mut entwickeln
- Kreativität
- Träume wecken

# Kontaktdaten:

#### **Rico Gottwald**

Nachwuchstrainer BV Chemnitz 99 e.V.

Aufgabenbereich: Verantwortlicher Schul- und Kitaprojekte, Minitrainer

Mobil: 0176 - 634 329 28

E-Mail: rico.gottwald@chemnitz99.de