



Referent: Martin Krüger (Paderborn Baskets)

Die folgenden Ideen sollen helfen, die **Einführung in das Basketballspiel** erfolgreich zu gestalten. Grundidee ist die Beteiligung möglichst aller SchülerInnen/SpielerInnen am Spielgeschehen, nicht die Leistungsoptimierung.

I. Methodisch-didaktische Hinweise

- Einfache, leicht organisierbare Übungsformen/Spielformen wählen (die Konzentration der Teilnehmer sollte nicht zu sehr auf den Übungsablauf gerichtet sein).
- Wechsel zwischen Übungsform und Spielform (beides ist wichtig).
- Vielseitigkeit bei technischen Elementen beachten (z.B. Beidseitigkeit).
- Bewegungsabläufe und Fertigkeiten zunächst als Ganzes vermitteln und erst bei Schwierigkeiten in Teile zergliedern.
- Kinder (bis 12/13 Jahren) lernen vor allem mit den Augen; daher kommt dem Prinzip „Vormachen/Nachmachen“ besondere Bedeutung zu; wichtig ist damit auch eine gute Demonstrationsfähigkeit des/der Lehrers/Lehrerin bzw. Übungsleiters.
- Die eigentliche Motivation der SchülerInnen/SpielerInnen stellt das „Spielen“ dar: dem Spiel muss also in jeder Stunde/in jedem Training genügend Zeit zur Verfügung gestellt werden.
- Die folgenden drei methodische Grundsätze sollten in der Übungszeit immer Beachtung finden:
 - vom Leichten zum Schweren
 - vom Einfachen zum Komplexen
 - vom Bekannten zum Unbekannten

II. Vorschlag zur Einführung der technischen Elemente

1. Ballbehandlung (Kennenlernen des Spielgerätes)
2. Dribbeln – Werfen (elementar-ohne ausführliche Technikschiulung)
3. Passen/Fangen
4. Korbleger
5. Stoppen/Sternschritt

6. Verteidigung
7. Rebound

III. Einführung der Spielregeln („Vereinfachungsstrategie“)

Zum Einstieg werden benötigt: Dribbel-/Schrittregel, Foulregel, Spieleröffnung, Ausball, Zählweise und die Spielfeldbegrenzungen. Alle weiteren Regeln werden erst mit der Zeit je nach Notwendigkeit eingeführt. Erste Erfahrungen mit dem Dreipunktewurf außerhalb der Zone zeigen, dass diese Regelung schon bei fortgeschrittenen Anfängern einsetzbar und viel Motivationspotenzial mitbringt.

Zusätzlich werden „Regeln“ von Seite 2 als feste Regeln installiert (z.B. Dribbellimit), zumindest für eine Zeit.



IV. Taktische Regeln für das Spiel (für den Anfänger !!)

Taktische Regeln sollen nach und nach entsprechend des Spielniveaus situativ eingeführt werden.

- 🏀 den Ball spielen, nicht den Mann(die Frau).
- 🏀 freilaufen, nicht freistellen.
- 🏀 auf dem Feld verteilen, nicht alle zum Ball laufen.
- 🏀 Jeder Spieler ist Angreifer, wenn die eigene Mannschaft in Ballbesitz ist.
- 🏀 Jeder Spieler ist Verteidiger, wenn der Gegner den Ball hat.
- 🏀 Immer den nächsten freien Mitspieler anspielen.
- 🏀 Wer nicht angegriffen wird, kann den Ball (nach vorne) dribbeln.
- 🏀 immer nachsetzen (Rebound).
- 🏀 später: Einführung der Personenverteidigung (Mann-Mann-Verteidigung, Frau-Frau-Verteidigung): immer den eigenen Gegenspieler suchen und für ihn verantwortlich sein. Die Gegenspieler dürfen erst ab der 3-Punktlinie im Vorfeld aufgenommen werden.
- 🏀 für fortgeschrittene Anfänger: Würfe außerhalb der Zone zählen drei Punkte.

V. Alle spielen mit (Prinzip der Regelmodifikation)

- 🏀 Spielen in leistungshomogenen Gruppen (Differenzierung, u.U. Jungen und Mädchen trennen).
- 🏀 Gleichstarke Mannschaften bilden (der Spielausgang muss offen sein).
- 🏀 Alle SchülerInnen werden integriert (Möglichkeiten):
 - 🏀 Problembewusstsein entwickeln
 - 🏀 **TEAMWORK** in den Mittelpunkt stellen
 - 🏀 Mindestens 3(4/5) Spieler einer Mannschaft müssen vor einem Korbwurf Kontakt mit dem Ball gehabt haben.
 - 🏀 „Starspieler“ limitieren: Körbe zählen nur einen Punkt(oder gar nicht); Assists (Vorlagen) einführen; Verteidigungsleistungen/Rebounds als Leistung bewerten.
 - 🏀 Dribbling limitieren (maximal 3 / 4 / 5 Dribblings durch einen Spieler).
 - 🏀 Spiel ohne Dribbling.
 - 🏀 5(+1)gegen 5(+1) spielen; d.h., dass in jeder Mannschaft ein Spieler nur im Angriff als Passgeber fungiert.
 - 🏀 „Girls Rule“: Mädchen dürfen nicht geblockt werden; mindestens ein (zwei) Mädchen müssen vor einem Wurf Ballkontakt gehabt haben
 - 🏀 Basketball wie „früher“ spielen, als körperloses Spiel.
 - 🏀 Taktische Regeln beachten (siehe IV.).
 - 🏀 Spielkompetenz durch Üben verbessern.
- 🏀 Übungs-/Spielformen wählen, bei denen möglichst viele SchülerInnen/SpielerInnen aktiv sind.
- 🏀 Möglichst für jede(n) Schülerin/Schüler einen Ball zur Verfügung stellen.



VI. Alle spielen FAIR

- 🟡 **Fair-Play** in den Mittelpunkt stellen.
- 🟡 Gemeinsam aus Spielerfahrungen Fair-Play-Regeln entwickeln.
- 🟡 Schiedsrichterentscheidungen werden akzeptiert (in höheren Klassen Schüler pfeifen lassen).
- 🟡 „Wer gewinnen will, muss auch verlieren können!“
- 🟡 „Es ist nur ein Spiel.“ (Spaßaspekt in den Vordergrund stellen)

VII. Vorschlag zur Einführung des Korblegers

1. Laufen über Streifen oder Markierungen (links, rechts, links bzw. rechts, links, rechts)
2. Laufen über Streifen oder Markierungen mit Ballübergabe und Wurf
3. Korbleger über Streifen oder Markierungen mit einem Dribbling
4. Korbleger mit einem Dribbling
5. Korbleger mit mehreren Dribblings

Entwicklungsstufen eines fundamentalorientierten Angriffsspiels im Jugendbasketball

Ausgangspunkt: Gesucht wird eine Spielkonzeption, die absichert, dass Spieler/innen sich zu vielseitigen, entscheidungsfähigen Spielern mit hohem Spielverständnis entwickeln.

Überall ist das Spiel 1-1 mit den Folgeaktionen (Automatismen) die Basis. Sie gilt es zu stärken und weiter zu entwickeln. Zusätzlich soll die Entscheidungsfähigkeit (Lesen der Verteidigung, Lesen der Mitspieler) immer zentraler Ausbildungsinhalt sein. Wir wollen technisch versierte, vielseitige Spieler mit einer hohen Spielintelligenz entwickeln (keine Basketballroboter).

Entwicklungsstufen:

Vorbemerkung: zunächst werden alle Möglichkeiten eines Überzahlangriffes (1-0,2-1, später 3-2) genutzt. Im Halbfeld werden folgende Möglichkeiten vorgeschlagen:

Freies Spiel	Anfänger/U8-U11
↓	
Positionsdifferenzierung(5 Außen, Alternative: 4 Außen+ 1 Innen,) (Mittelpunkt: 1-1 mit einfachen Anschlussbewegungen wie z.B. ablegen)	U11/U12
↓	
Bewegung durch Handoffs, Positionswechsel (exchange), alternativ: passen/schneiden Weitere Automatismen (z.B. Backdoor bei overplay)	U12/U14
↓	
Passen + schneiden + auffüllen	U14
↓	
Pick & Roll	Ende U14/U16
↓	
Weitere Blocks (z.B. im Rahmen eines einfachen Set-Plays)	U16



bis hier: freies Spiel mit Bewegung nach einfachen Grundprinzipien/Automatismen

Einfache → komplexere Positionsangriffe

U18/U19/Senioren

Bisheriger Angriff kann als Basisangriff weitergespielt werden

Angriff gegen Zonenverteidigung

Weitere/ergänzende Grundüberlegungen:

- Set offense (Positionsangriff):
 - ◆ organisiert mit Spielintelligenz und richtigen Entscheidungen (alle Spieler wissen, was alle machen)
 - ◆ Teamplay → Präferenz des guten Passes (der gute Pass macht den Korb), Dribbling hat keinen Selbstzweck, sondern wird zum Penetration, zur Verbesserung des Anspielwinkels, zur Einleitung von Handoff-Aktionen und zur Rettung gebraucht)
 - ◆ Ball und Spielerbewegung (Basisoffense → Vorschlag: 5 Außenspieler oder 4 Außen+ 1 Innenspieler: passen-schneiden, Positionstausch, Automatismen)
 - ◆ Automatismen (Penetration als Ausgangspunkt für Folgeaktionen; Vorschlag: bei Overplay immer Backdoor; Reaktion bei Baselinepenetration, Reaktion bei Middlepenetration, Split post bei Postup-Anspiel); Integration des Pick&Rolls als Weiterentwicklung des Penetrationsspiels (ab U16)
 - ◆ Ausgewogenes Inside – Outside Spiel (über Penetration, Pass in die Zone, Anspiel Postup-Spieler)

Praxis: (exemplarische offensive Bausteine für die U12)

- Zick-zack Dribbling zur Entwicklung der Handwechsel
- Vom Korbleger zum Penetration (-> Bedeutung der elementaren Fußarbeit, Beidseitigkeit, Vielseitigkeit, Bewegungserfahrung)
- Kombinierte Übungen: Dribblemove + Korbleger
- 1-1
- Entwicklung von Anschlussbewegungen/Automatismen
- Weitere Übungsformen zur Entwicklung von Tempo-, Hand- und Richtungswechseln („Hakenslagen“) (*in Hagen nicht demonstriert*)
- Passen:
 - Grundpässe inkl. Einhandpässe
 - vs Verteidigung
 - passen aus der Bewegung (Einhandpässe)
 - Backdooranspiel (*in Hagen nicht demonstriert*)
- Hand off incl. Backdoorpass (*in Hagen nicht demonstriert*)
- Thema Wurf (→ Einhändigkeit, grundlegende Mechanik, Ganzkörperstreckung, Backspin), Werfen nach einem Pass, Bewegungserfahrungen mit dem Werfen aus dem Dribbling
- Offensive Organisation (5 Außen; u.U. 4 Außen 1 Innen): über das Penetrationspiel mit Anschlussaktion zu Bewegung mit Handoff, Positionswechsel und passen/schneiden