

7. Unterrichtseinheit: Passen und Fangen 2 (Technikanwendung)

Inhalt

Einführung/Aufwärmen

Nummernpassen

5-6 Kinder bilden eine Gruppe, die von 1 bis 5/6 durchnummeriert ist. In dieser Reihenfolge wird der Ball weitergespielt.

Nach einem Abspiel läuft der Passgeber an einen beliebigen anderen Platz in der Halle und bietet sich dann wieder an. Die Reihenfolge muss dennoch beibehalten werden! Zur Steigerung kann ein zweiter Ball ins Spiel gebracht werden.

Ballkoordination

Jedes Kind hat einen Ball und erhält folgende Bewegungsaufgaben:

- im Sitzen einen Ball hochwerfen, Hände hinter dem Körper klatschen und den Ball im Sitzen wieder auffangen
- im Stand den Ball kräftig auf den Boden prellen, eine 360°-Drehung ausführen und den Ball wieder kontrolliert auffangen
- die gleiche Übung, nur soll der Ball jetzt einhändig (mit rechts und links) geprellt werden
- einen Ball mit beiden Händen hinter dem Rücken halten, über den Kopf nach vorne werfen und dann den Ball vor dem Körper fangen
- danach sollen die Kinder die gleiche Übung in umgekehrter Reihenfolge ausführen und den Ball von vorne nach hinten werfen
- die Kinder stehen sich zu zweit frontal gegenüber. Beide werfen den Ball senkrecht hoch, tauschen die Plätze und fangen den Ball des Partners auf.

Schwerpunkt Passen und Fangen (Stationsbetrieb)

Die Kinder werden in 4er-Gruppen aufgeteilt und durchlaufen in ihrer Gruppe die Stationen 1 - 7 (2 Durchgänge je 2 Minuten Belastung, 30 Sekunden Pause).

Vor dem Beginn wird jede Station genau erklärt und evtl. einmal durchlaufen.

Station 1: Brustpass gegen ein Ziel an der Wand (alleine)

Mit einem Kreppband werden vier Ziele an der Wand markiert (ungefähr Schulterhöhe des Kindes).

Jedes Kind hat einen Ball und steht ca. 2 Meter von der Wand entfernt. Es versucht, in der vorgegebenen Zeit die Markierung so oft wie möglich zu treffen und den Ball wieder zu fangen.

Station 2: Bodenpass durch Reifen

Je zwei Kinder stehen sich im Abstand von ca. 3 Metern gegenüber. Ein Schritt vor jedem Kind liegt ein Reifen. Die Kinder versuchen sich nun den Ball mit einem Bodenpass zuzuspielen und dabei immer den Reifen des Partners zu treffen.

Material/ Zeit

10 



15 



35 



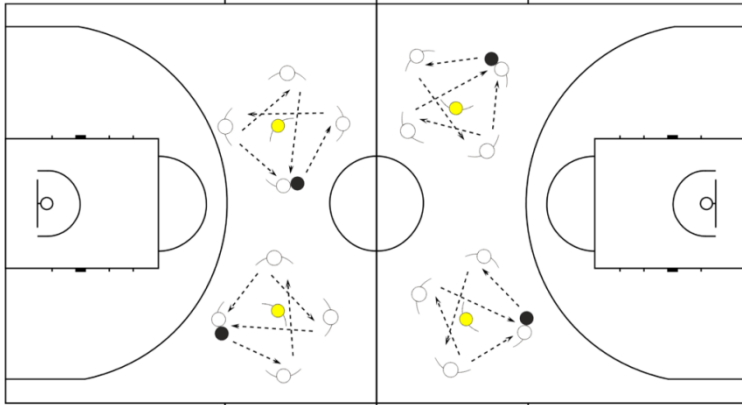
Kreppband



Reifen

Station 3: Tigerbasketball 3:1

Immer vier bis fünf Kinder bilden einen Kreis (nicht zu groß) und versuchen, sich den Ball (**nicht über Kopfhöhe**) zuzuspielen. Der Tiger in der Mitte versucht dies zu verhindern – bei Ballberührung des Tigers wird der Passgeber Tiger.



Station 4: möglichst viele Pässe

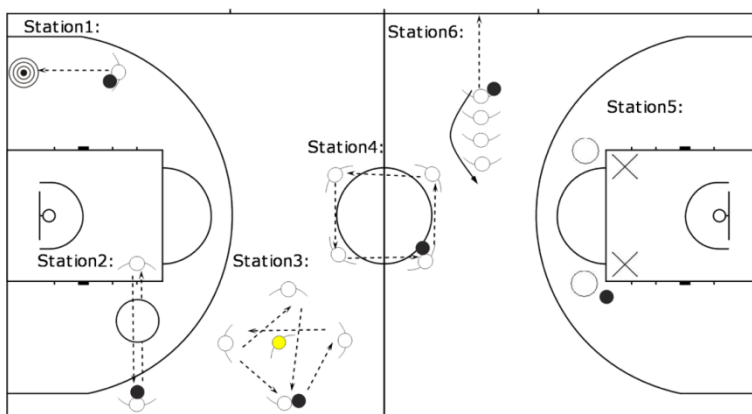
Die vier Kinder stehen um den Mittelkreis und passen sich den Ball im Kreis zu. Ziel ist es, in den zwei Minuten möglichst viele Pässe zu schaffen, ohne dass der Ball den Boden berührt.

Station 5: 2:2 ohne Dribbling

Die Kinder spielen 2 gegen 2 auf einen Korb. Der Ball darf nur gepasst und nicht gedribbelt werden.

Station 6: Brustpass gegen ein Ziel an der Wand (hintereinander zupassen)

Die Kinder stehen in einer Reihe. Das erste Kind passt gegen ein Ziel an der Wand und stellt sich sofort hinten an. Das zweite Kind fängt den Ball des ersten Kindes, passt sofort wieder an die Wand und stellt sich ebenfalls hinten an. Wie viele Pässe werden auf diese Weise geschafft?



Abschluss

Freies Spiel 3 gegen 3



Kreppband

10

