

13. Unterrichtseinheit: DBB Spielabzeichen Silber

Inhalt

Einführung/Aufwärmen

Fischerspiel

Geregelt wie das bekannte Spiel „Wer hat Angst vor dem schwarzen Mann“, dürfen alle Kinder (Fische) jedoch nur dribbelnd von Seite zu Seite laufen, ohne dem Fischer ins Netz zu gehen (abgeschlagen zu werden). Ein gefangener Fisch wird zum Helfer des Fischers (also auch zum Fänger). Der Fisch, der als letzter nicht gefangen wurde, wird neuer Fischer.

Ballkoordination

Zwei gleich große Gruppen stehen sich an den Seitenlinien des Volleyballfeldes gegenüber. Jedes Kind hat einen Ball. Auf Kommando dribbeln beide Gruppen und überqueren gleichzeitig das Spielfeld.

Die einen Kinder zeigen, kurz bevor sie die entgegenkommenden Kinder treffen, eine von drei Aktionen an: Arm nach links oder rechts ausstrecken oder die Beine grätschen. Die einander entgegen kommenden Kinder müssen als Folgehandlung auf die ersten beiden Aktionen den Ball unter dem entsprechenden Arm des Partners hindurch dribbeln bzw. den Ball bei der dritten Aktion durch die gegrätschten Beine des Partners spielen.

Als Variation soll das Tempo erhöht werden bzw. die Anzahl der auszuführenden Aktionen mit den entsprechenden Folgehandlungen variieren.

Material/ Zeit



Schwerpunkt Abnahme des DBB Spielabzeichens in Silber

Abnahme des Spielabzeichens in Silber (s. Unterlagen DBB)

35



Spielabzeichen Basketball

SILBER

Dribbeln Eine Slalomstrecke von zehn Metern (max. fünf Stangen) muss hin und zurück dribbelnd zurückgelegt werden. Jede Bahn kann mit einem Wurfversuch abgeschlossen werden. Dabei muss jeweils eine Bahn mit der starken Hand und eine mit der schwachen Hand gedribbelt werden. Das Halten des Balles ist nicht erlaubt. Mehrere Versuche sind zulässig.

Passen & Fangen Ohne Ballverlust müssen in der Bewegung drei Pässe mit drei festen Anspielstationen gespielt werden. Die Bewegung sollte mit einem Korbwurf abgeschlossen werden. Mehrere Versuche sind zulässig.

Standwurf Bei zehn Würfen (ein- oder beidhändig) aus einem Abstand von 2,8 Metern zum Brett müssen mindestens drei Korberfolge erzielt werden.

Korbleger Bei zehn Versuchen nach einmaligem Dribbeln mit der „starken Hand“ müssen mindestens vier Korberfolge erzielt werden. Die Seitenwahl ist beliebig. Der Absprung muss einbeinig erfolgen.

Spiel Abschließend wird mit vereinfachten Regeln auf einen oder zwei Körbe Basketball gespielt. Die Spieldauer sollte zwei Halbzeiten von jeweils zehn Minuten durchlaufender Zeit mit einer fünfminütigen Halbzeitpause betragen. Pro Mannschaft können bis zu fünf Personen gleichzeitig eingesetzt werden. Ein Spielerwechsel ist nicht zulässig.

Prüfung erfolgreich abgelegt:

Ingo Weiss
Präsident

Ort, Datum

Unterschrift des Prüfers/der Prüferin

Ort, Datum

Abschluss (falls noch Zeit ist)

Freies Spiel 3gegen3

10

