

### 27. Unterrichtseinheit: *Cut and Fill*

Das Schneiden zum Korb (*Cut*) mit anschließendem Auffüllen einer neuen Position des schneidenden Spielers (*Fill*), ist die Grundlage der Bewegung im Angriff im Spiel 3x3. Es ist eine sehr einfache Form des Angriffs, die auch für jüngere Spieler recht schnell zu verstehen ist. Die Spieler bewegen sich hierbei in festgelegten Bewegungsräumen (Aufbauspieler; zwei Flügelspieler). In der Spielaufstellung bilden die Spieler immer ein Dreieck (2 Flügelspieler, ein Aufbauspieler).

#### Inhalt

#### Einführung/Aufwärmen

##### Feuer/Wasser/Luft

Alle Kinder dribbeln im Spielfeld. Signalwörter sind vorher bestimmten Bewegungs- und Handlungsformen zugeordnet.

Der Lehrer ruft die Signalwörter laut, alle müssen entsprechend reagieren. (z.B. Feuer – hinlegen / Wasser – auf etwas hoch steigen / Luft – in eine Ecke laufen...)

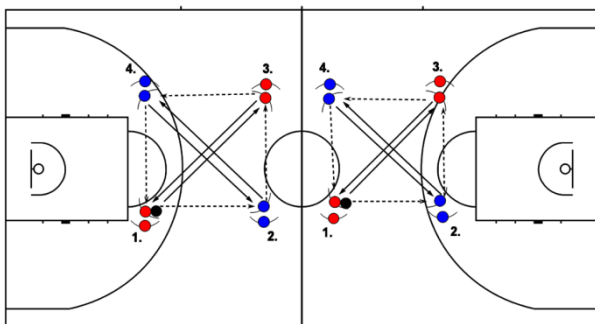
##### Ballkoordination

Die Kinder teilen sich in drei Gruppen auf, jede Gruppe bildet einen Kreis. Sie dribbeln auf der vorgegebenen Kreisbahn. Auf ein Zeichen des Lehrers prellen sie ihren eigenen Ball fest auf den Boden und versuchen den Ball ihres Vordermannes aufzufangen, nachdem dieser einmal den Boden berührt hat. Mit diesem Ball dribbeln sie weiter, bis der nächste Pfiff erfolgt.

Gleiche Kreisaufstellung wie oben, nur passen die Kinder jetzt auf ein Zeichen des Lehrers im Stand den Ball direkt zu ihrem rechten Partner und versuchen kurz danach den Ball ihres linken Partners zu fangen, ohne dass der Ball den Boden berührt.

#### Schwerpunkt *Cut and Fill*

##### Wechselball



Zwei Teams (pro Team 4-8 Kinder) bilden in je einer Hallenhälfte ein Viereck oder ein Rechteck und der Ball wird außen um dieses Viereck / Rechteck gepasst. Nach dem Pass wechseln die Kinder diagonal die Position. Welches Team schafft in einer bestimmten Zeit die meisten Durchgänge?

##### *Cut and Fill*

Um das Prinzip des Schneidens und Auffüllens zu verdeutlichen, stellen sich 3 Spieler im Angriff auf und demonstrieren die Bewegungsabläufe unter Anleitung des Lehrers.

#### Material/ Zeit

10

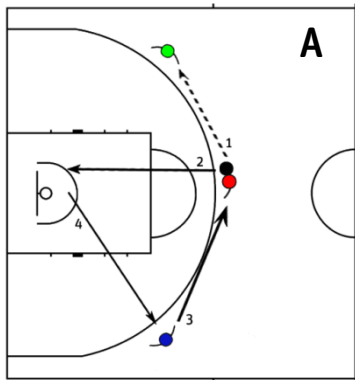


10



10



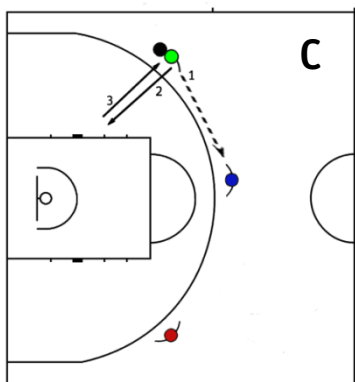
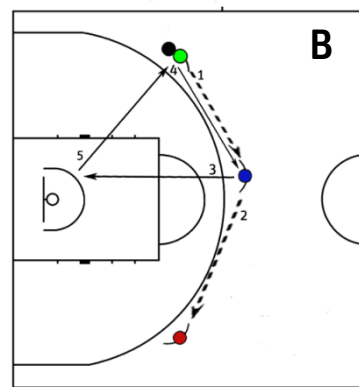


Ein Spieler steht in der Mitte außerhalb der Drei-Punkte-Linie und die beiden anderen Spieler auf der rechten und linken Flügelposition auf Höhe der Freiwurflinie. Die Regel lautet, dass dieses Dreieck immer erhalten bleiben muss. Es ist hilfreich, die Positionen durch Hütchen zu verdeutlichen. Der Spieler in der Mitte kann zu einer der beiden Flügelpositionen passen. Nach seinem Pass muss sich der Spieler bewegen. Er schneidet von seiner Position zum Korb. Ist der Spieler frei, bekommt er den Ball zugepasst und wirft auf den Korb (*Give and Go*).

Nachdem der Spieler zum Korb schneidet, muss der gegenüberstehende Flügelspieler seine Position auffüllen (*Fill*). Hat der zum Korb schneidende Spieler keinen Pass bekommen, füllt er anschließend wieder die freie Flügelposition, indem er auf diese Position läuft (Hütchen). Anschließend wird der Ball vom Flügelspieler wieder zurück auf die Mittelposition gepasst. Nun ist die Ausgangsaufstellung wieder hergestellt (Dreieck).

### Cut and Fill ohne Verteidigung

In der ersten Übungsform sollen die Kinder von der Ausgangsaufstellung (Dreieck) ausgehend, die oben beschriebenen Laufwege durchlaufen. Der schneidende Mittelspieler soll sich beim Schneiden durch die Zone anbieten, um den Ball zugepasst zu bekommen. Hier soll dieser Pass aber nicht gespielt werden. Es soll der Ball wieder auf die neubesetzte Mittelposition gepasst werden. Anschließend werden die Laufwege mit einem Pass auf die andere Flügelseite wiederholt (*reverse*). Diese Übung sollte in Dreiergruppen mehrmals wiederholt werden. Es sollte bei dieser Übung darauf geachtet werden, dass die Kinder nicht nur einfach die Laufwege durchlaufen, sondern auch auf die sich ihnen bietenden Angriffsmöglichkeiten aufmerksam werden.



### Cut and Fill ohne Verteidigung (Erweiterung)

In dieser Übungsform bleiben die Bewegungsabläufe wie oben (A/B) erhalten, jedoch dürfen die Flügelspieler, nach dem Pass zurück zur Mitte, von ihrer Position zum Korb schneiden. Das Anspiel soll nur angedeutet werden und der Flügelspieler geht wieder in seine Ausgangsposition zurück. Es sollte darauf geachtet werden, dass die Kinder den nächsten Pass immer ein wenig verzögern und nicht sofort weiterpassen. Es geht bei dieser Übung nicht um Schnelligkeit.

### **Abschluss**

#### **Freies Spiel 3x3**

Die Kinder sollten versuchen, die vorgestellten Laufwege im Spiel anzuwenden.

