

30. Unterrichtseinheit: Gruppeninternes Turnier nach dem Regelwerk „3x3 Basketball in der Schule“

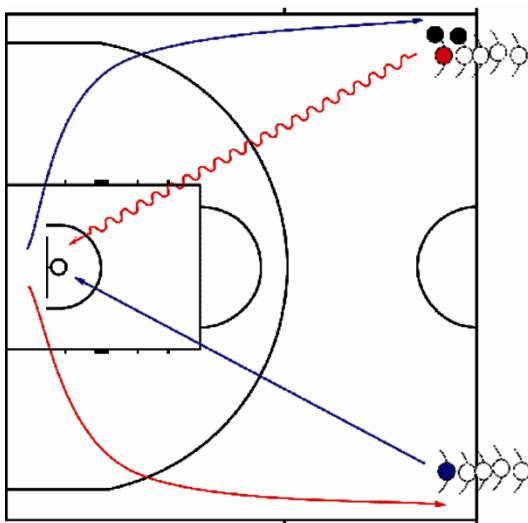
Inhalt

Einführung/Aufwärmen/Koordination

Einlaufen in der Diagonale einer Spielhälfte des Basketballfeldes. An den Stirnseiten bzw. an der Mittellinie langsames Traben, auf den Diagonalen folgende Bewegungsaufgaben:

1. Traben
2. Hopselauf
3. Fußgelenkslauf
4. Skippings
5. Anfersen
6. Rückwärtslauf
7. Seitgalopp
8. Sprint

Korbleger aus dem Dribbling mit Rebound



Jeweils 10 Kinder gehen in eine Basketballhälfte und stellen sich zu fünft an die rechte bzw. linke Ecke der Mittellinie. Die ersten beiden Kinder auf der rechten Seite erhalten einen Ball. Kind 1 führt von der rechten Seite einen Korbleger aus, das erste Kind auf der linken Seite läuft zeitgleich los und holt den Rebound. Es dribbelt den Ball an der Außenlinie zu der rechten Seite und passt den Ball zum nächsten Kind. Beginnt Kind 1 mit seinem Korbleger, kann Kind 2 von der rechten Seite starten, das zweite Kind der linken Seite läuft dann zum Rebound.

Wiederholung auch auf der linken Seite!

Schwerpunkt Turnier

Die Gruppe wird abhängig von der Gruppenstärke in Dreier- oder Viererteams eingeteilt. Es wird nach dem Modus jeder gegen jeden gespielt, das Regelwerk „3x3 Basketball in der Schule“ soll mit Anwendung der 14-Sekunden-Zeitbegrenzung übernommen werden

Material/ Zeit

10



10



50

