

„Fahrstuhl“, „Tablett“ und „Kobra“ – der Positionswurf im Basketball

Manuel Rhode, Northeim

Zeit	1 Doppelstunde (80 Minuten)
Niveau	Einführung, ab Klasse 9
Ort	Sporthalle
Ziele	Die Schüler können die zentralen Bewegungsmerkmale des Positionswurfs benennen und nach einer Übungsphase in Grobform demonstrieren sowie im Streetballspiel 3 : 3 anwenden.
Kompetenzen	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
Vorkenntnisse	Dribbling und Passen

Fachliche Hinweise

Das große Sportspiel Basketball und seine informelle Variante Streetballspiel, gehören heutzutage zu den beliebtesten Freizeitaktivitäten von Jugendlichen. Basketball eignet sich insbesondere, wenn es um die Lernbereiche Fairness und Kooperation bzw. Leisten, Gestalten und Spielen geht.

Das Werfen eines Balles (oder eines beliebigen Gegenstandes) auf ein verhältnismäßig kleines Ziel (den Korb) hat für Kinder und Jugendliche einen hohen Aufforderungscharakter. Das Korbwerfen und -erzielen stellt nach dem spielgemäßen Konzept das zentrale Element des Basketballspiels dar. Während die Grundfertigkeiten Dribbeln und Passen leicht erlernbar sind, gelten der Korbleger und der Sprungwurf als komplexe Techniken, die deshalb einer zeitintensiveren Behandlung bedürfen.

Das Thema der Doppelstunde „Wie können wir gegen eine tief stehende Verteidigung Punkte erzielen?“ beschäftigt sich in der thematischen Abfolge der Korbwurfaktionen zunächst mit dem Positionswurf als Vorform des Sprungwurfs. Im Basketball ist in der Regel zu erwarten, dass die Schüler „korbnahe“ verteidigen (tief stehende Verteidigung) und ein idealtypischer Korbleger daher kaum Anwendung findet. Hier setzt der Positionswurf an, der den Schülern die Möglichkeit eröffnet, den Ball auch aus größerer Entfernung sicher im Korb zu platzieren. Als Differenzierungsmaßnahme können spielerfahrene Schüler zudem einen Sprungwurf ausführen, womit sie sich einen Höhenvorteil gegenüber ihren Verteidigern verschaffen.

Praktische Tipps

Im Verlauf der Lernmaßnahme, die in Kleingruppen erfolgt, werden die spielerfahrenden Schüler als „Experte“ bzw. „Coaches“ eingesetzt. Insbesondere während der Beobachtungsaufgabe können diese dank einer guten eigenen Bewegungsvorstellung ihre Mitschüler unterstützen und die Knotenpunkte demonstrieren. Der Einsatz als Schülerexperte bedarf einer vorherigen Instruktion durch Sie, in der die Bedeutung der Aspekte Beobachten, Feedback geben und Vormachen besprochen wird.

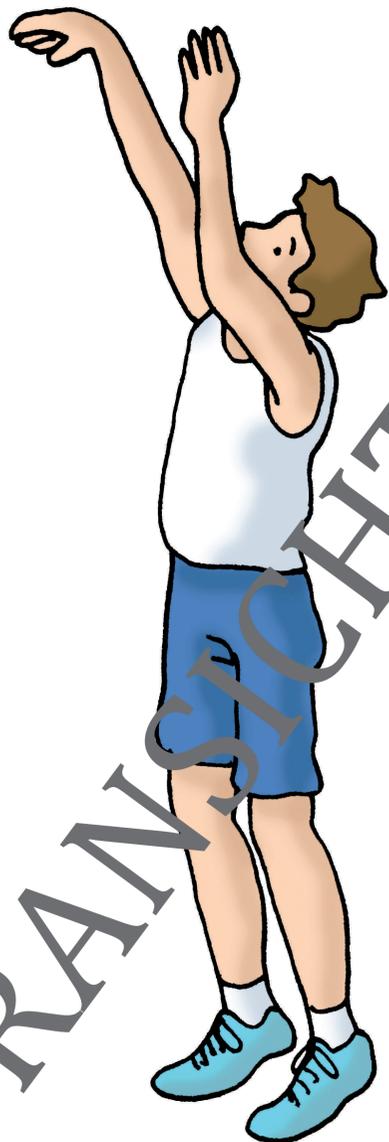
Literatur

Reinhöfer, Dieter und Remmert, Hubert: Basketball in der Schule: Spielerisch und spielgemäß vermittelt. Philoaka Sportverlag, Münster 2011. (22,80 Euro)

Ein gelungenes Lehrbuch, um Basketball einzuführen und zu vertiefen. Anfänger werden durch zahlreiche Übungsbeispiele behutsam an das Große Spiel herangeführt und fortgeschrittenen Schülern werden komplexe Spielsysteme in Angriff und Verteidigung angeboten. Unterstützend gibt es viele Abbildungen und methodische Hilfen für Lehrer wie für Trainer.



Ganzkörperstreckung



„Kobra“



„Tablett“



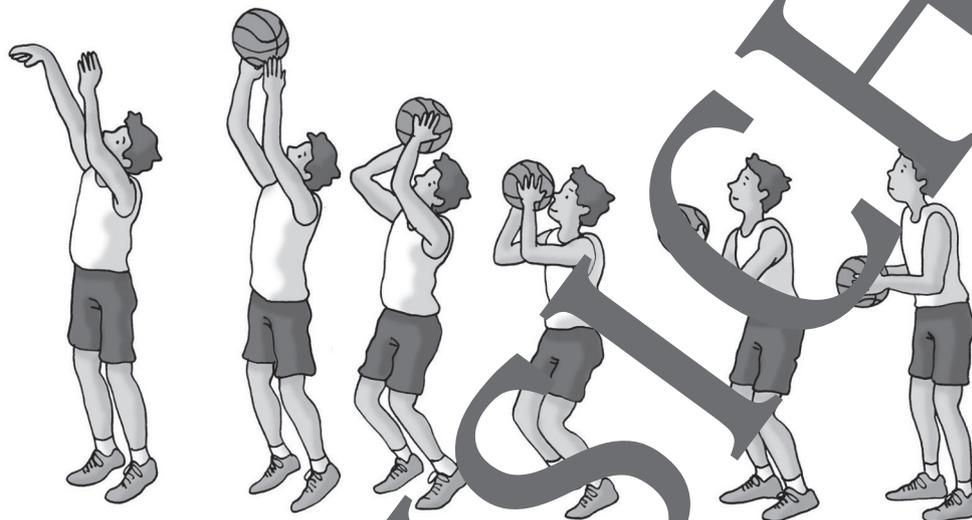
„Fahrstuhl“

VORANSICHT

M 3

Der Positionswurf – Basics

Lernkarte



Übung 1

Schaut euch das Phasenbild genau an.

Übt den Positionswurf in Zeitlupe und achtet dabei auf die Merkmale „Stuhl“, „Tablet“ und „Kobra“.

Checkpoint

Notwendige Probleme mit dem Positionswurf?

Ja, dann macht mit Übung 2 weiter.

Nein, dann macht mit Stufe I weiter.

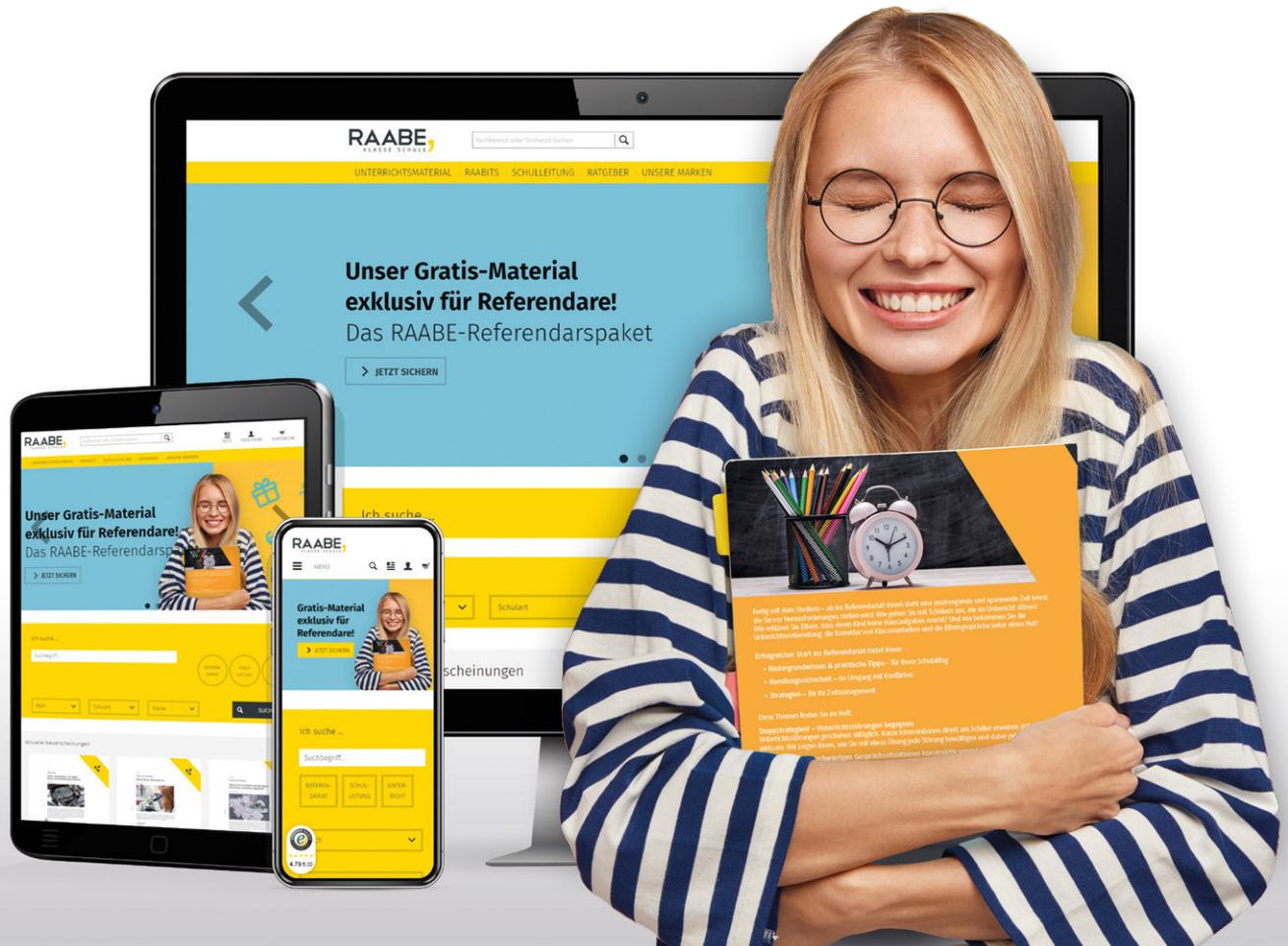
Beachtet Zeigt zuvor eurem Lehrer Übung 1.

Übung 2

Führt den Positionswurf von einer Erhöhung aus durch (z. B. von einem kleinen Kasten).

Sie wollen mehr für Ihr Fach?

Bekommen Sie: Ganz einfach zum Download im RAABE Webshop.



Über 4.000 Unterrichtseinheiten
sofort zum Download verfügbar



Sichere Zahlung per Rechnung,
PayPal & Kreditkarte



Exklusive Vorteile für Abonnent*innen

- 20% Rabatt auf alle Materialien für Ihr bereits abonniertes Fach
- 10% Rabatt auf weitere Grundwerke



Käuferschutz mit Trusted Shops



Jetzt entdecken:
www.raabe.de