Kompetenzraster Druckpass

Name: _____ Klasse: _____

Coaching-Team: _____ Datum: _____

					Das muss ich noch üben
1. Nimmt der Spieler die korrekte Ausgangsposition ein?					
Füße parallel und hüftbreit auseinander?					
Knie leicht gebeugt?					
Ball in beiden Händen gesichert vor dem Körper?					
Ziel gesucht?					
2. Wie bereitet der Spieler den Pass vor?					
Ball weiter in Brusthöhe geführt?					
Zeigen die Ellbogen locker nach außen?					
3. Wie spielt der Spieler den Ball?					
Arme kraftvoll nach vorne gestreckt (Stoßbewegung)?					
Hände nach außen abgeklappt?					
Zeigen die Daumen zum Boden, die Finger zur Seite?					
Körpergewicht leicht nach vorn verlagert?					
4. Wie bewegt sich der Spieler nach dem Spielen des Balls?					
Hat er die Bewegung ausklingen lassen?					
Spielbereite Position eingenommen?					

VORSCHAU

netzwerk lernen

zur Vollversion

© Persen Verlag

Station 1: Unser Ball

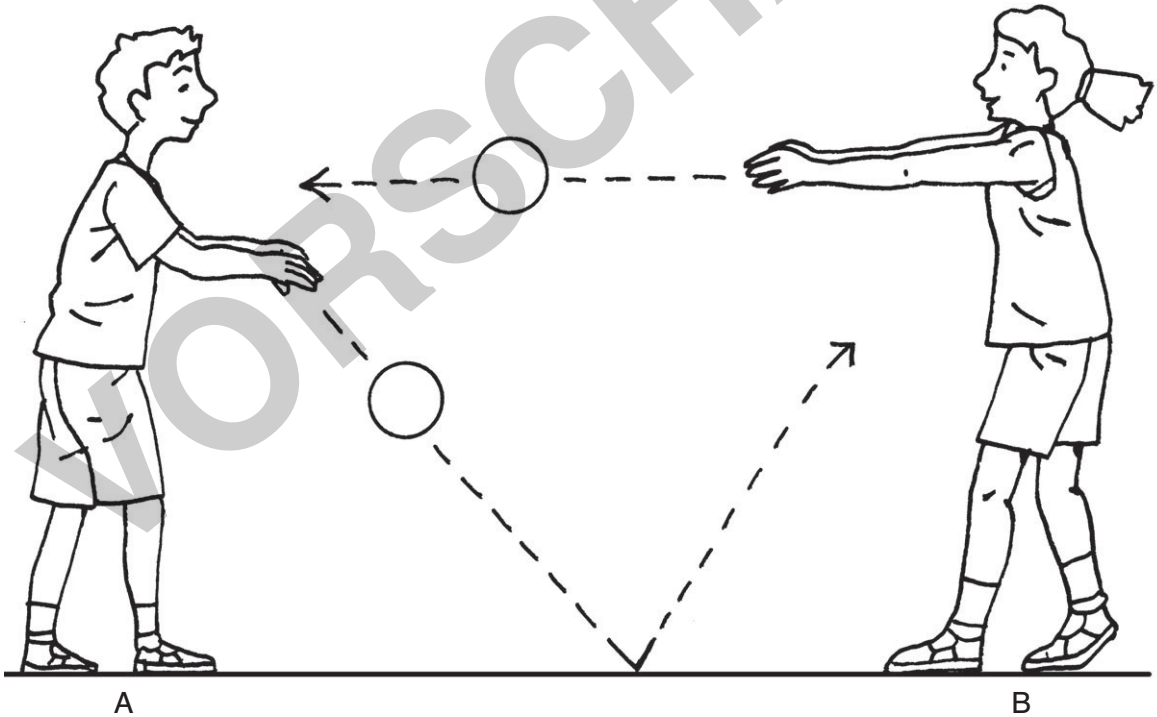
Aufgabe:

① **Beginner:** Zwei Schüler stehen sich in einem Abstand von zwei bis drei Metern gegenüber. Beide passen sich den Ball als Druck- oder Bodenpass zu und fangen ihn vor der Brust.

② **Intermediate:** Zwei Schüler stehen sich in einem Abstand von zwei bis drei Metern gegenüber. Beide passen sich den Ball als Druck- oder Bodenpass so schnell wie möglich zu. Sie versuchen, möglichst viele Ballkontakte zu schaffen.

③ **Champion:** Zwei Schüler stehen sich in einem Abstand von zwei bis drei Metern gegenüber. Jeder von ihnen hat einen Ball. Spieler A spielt einen Bodenpass, Spieler B gleichzeitig einen Druckpass, danach A einen Druckpass und B einen Bodenpass, immer im Wechsel. Wie viele Kontakte schafft ihr?

③



VORSCHAU

Material: 1–2 Basketbälle pro Paar

Schüleranzahl: 2

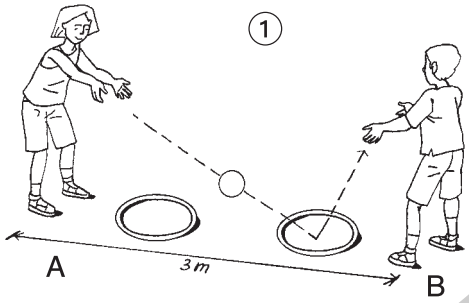
netzwerk lernen
zur Vollversion

© Persen Verlag

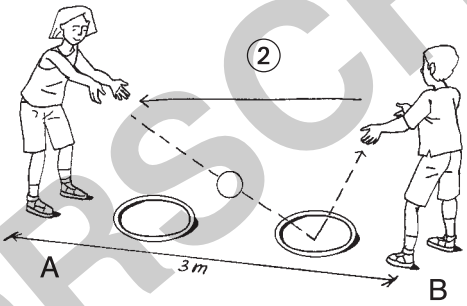
Station 3: Reifenpassen

Aufgabe:

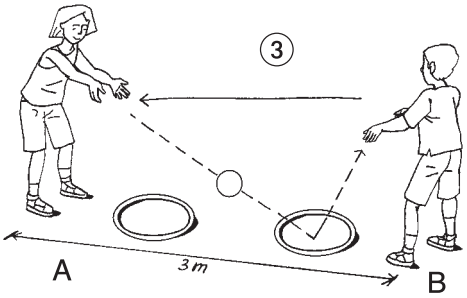
① **Beginner:** Die Teammitglieder stehen sich ca. drei Meter entfernt gegenüber. Vor jedem Spieler liegt ein Gymnastikreifen etwa einen Meter entfernt. A passt B den Ball über einen Bodenpass in dessen Gymnastikreifen zu. B fängt ihn. Nun ist B an der Reihe. Beide Spieler achten während des Passens auf ihre Ausführungen.



② **Intermediate:** Die Teammitglieder stehen sich ca. drei Meter entfernt gegenüber. Vor jedem Spieler liegt ein Gymnastikreifen etwa einen Meter entfernt. A passt B den Ball über einen Bodenpass in dessen Gymnastikreifen zu. B fängt ihn und wirft ihn sofort wieder zu A zurück. Die Spieler versuchen, so viele Pässe wie möglich zu spielen.



③ **Champion:** Die Teammitglieder stehen sich ca. drei Meter entfernt gegenüber. Vor jedem Spieler liegt ein Gymnastikreifen etwa einen Meter entfernt. Jeder Spieler besitzt einen Ball. A passt B den Ball über einen Bodenpass in dessen Gymnastikreifen zu. B wirft seinen Ball im Druckpass zu A. Die Spieler versuchen, so viele Pässe wie möglich in diesem Wechsel zu spielen.



Material: 1 Basketball und 1 Gymnastikreifen pro Spieler

Schüleranzahl: 2

VORSCHAU
netzwerk lernen
zur Vollversion

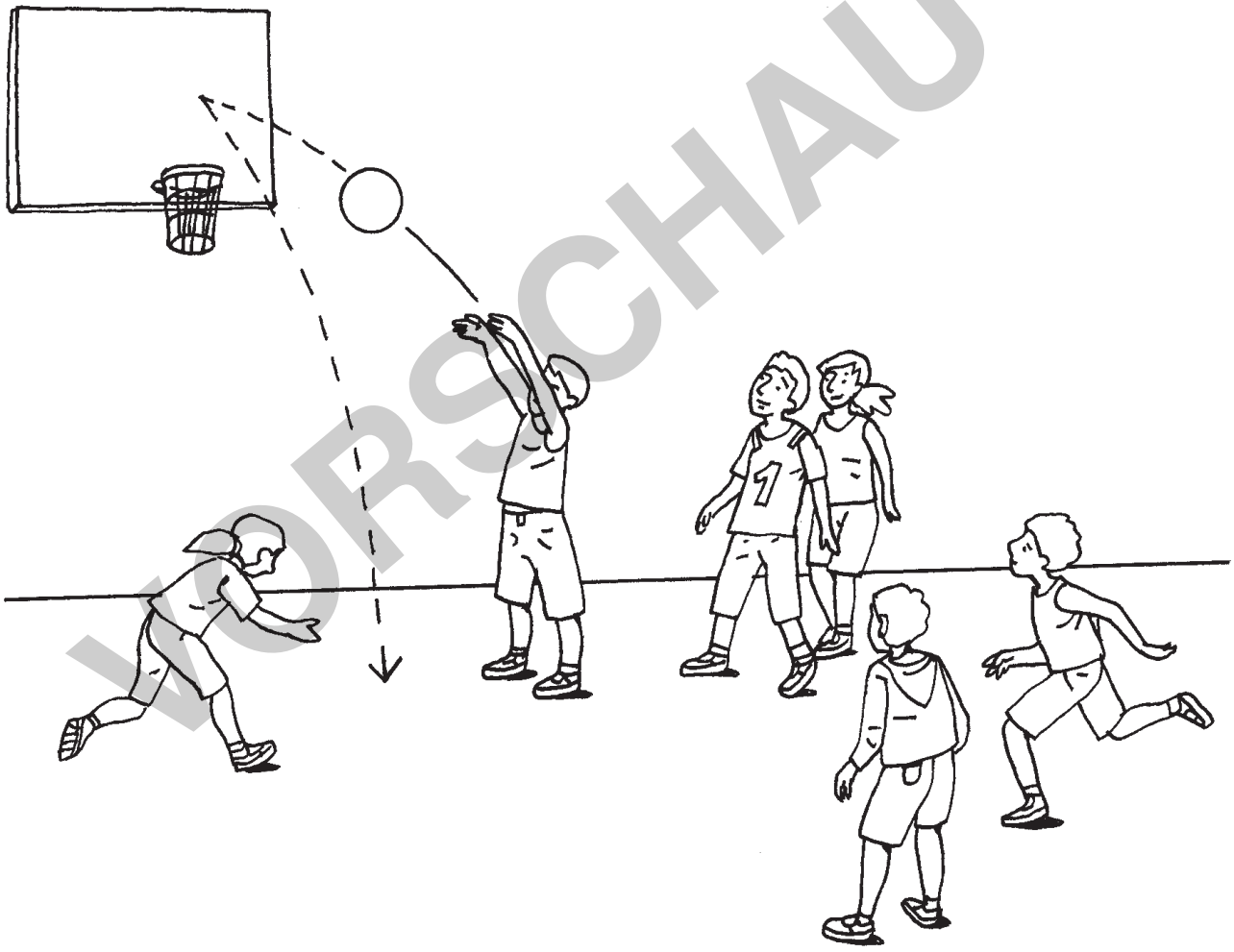
© Persen Verlag

Station 6: Spielform – Brettball

Aufgabe:

Es werden zwei Mannschaften gebildet und ein kleines Basketballfeld gewählt (Querfelder in großen Sporthallen mit Basketballkorb). Ziel des Spieles ist es, den Ball gegen das Basketballbrett zu werfen. Ein Punkt ist dann erzielt, wenn der Ball nach dem Abspringen vom Brett nicht vom Teamgegner aufgefangen wird, sondern den Boden berührt. Es darf nur gepasst werden. Dribbeln ist dagegen nicht erlaubt, lediglich die Ausführung eines Sternschrittes (festes Standbein).

Variante: Das Spiel wird mit Dribbling durchgeführt.



VORSCHAU

Material: 1 Basketball

Schüleranzahl: 6–8

netzwerk lernen
zur Vollversion

© Persen Verlag

Station 8: Spielform – Lauerball

Aufgabe:

Es wird ein Kreis gebildet, in dem ein Spieler steht. Die Spieler im Kreis passen sich den Ball zu. Der Spieler im Kreisinneren versucht, den Ball abzufangen. Gelingt dies durch Berühren oder Fangen des Balles, wechselt er mit dem Spieler, dessen Ball er abgefangen hat, die Position. Nun muss dieser versuchen, den Ball abzufangen.

Variante: Das Spiel wird mit Druck- und Bodenpässen gespielt.

VORSCHAU

Material: 1 Basketball

Schüleranzahl: 5–7

netzwerk lernen
zur Vollversion

Vertrag Coach

über den Umgang mit den Lernenden in meinem Team

Ich, der Coach, werde folgende Regeln einhalten:

- Ich werde fair im Umgang mit meinen Teammitgliedern sein und kein Teammitglied bevorzugen.
- Ich bemühe mich um eine gute Fehlerkorrektur.
- Ich werde versuchen, geduldig im Umgang mit meinen Teammitgliedern zu sein.
- Die von mir gestellten Übungen/Aufträge sollten für alle machbar sein, d. h., ich verlange keine Unmöglichkeiten.
- Ich werde Kritik annehmen, wenn sie begründet vorgetragen wird.

VORSCHAU

_____, den _____

_____

(Unterschrift des Coaches)

netzwerk lernen

zur Vollversion

© Persen Verlag

Teamname: _____ Datum: _____

Name des Teammitglieds: _____

Bewertungsbogen Teammitglied

1 = trifft voll zu 2 = trifft größtenteils zu 3 = mal so, mal so 4 = trifft weniger zu 5 = trifft nicht zu

① Er/Sie hat den Auf-und Abbau unterstützt.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

② Er/Sie war stets motiviert.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

③ Er/Sie hat meine Anweisungen verfolgt.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

④ Er/Sie hat eigene Ideen und Vorschläge eingebracht.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

⑤ Er/Sie hat meine Korrekturvorschläge angenommen.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

⑥ Er/Sie hat meine Korrekturen umgesetzt.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

⑦ Er/Sie hat beim Spiel mindestens 80 % ihrer Leistung gezeigt.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

⑧ Er/Sie hat sich verantwortungsvoll in das Team eingebracht.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

⑨ Er/Sie hat sich in den geübten Techniken verbessert.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

⑩ Das will ich noch unbedingt zu dieser Bewertung sagen:

_____

_____

VORSCHAU

netzwerk lernen

zur Vollversion

© Persen Verlag