

2.5.1 Basketball

2.5.1.1 Einführung

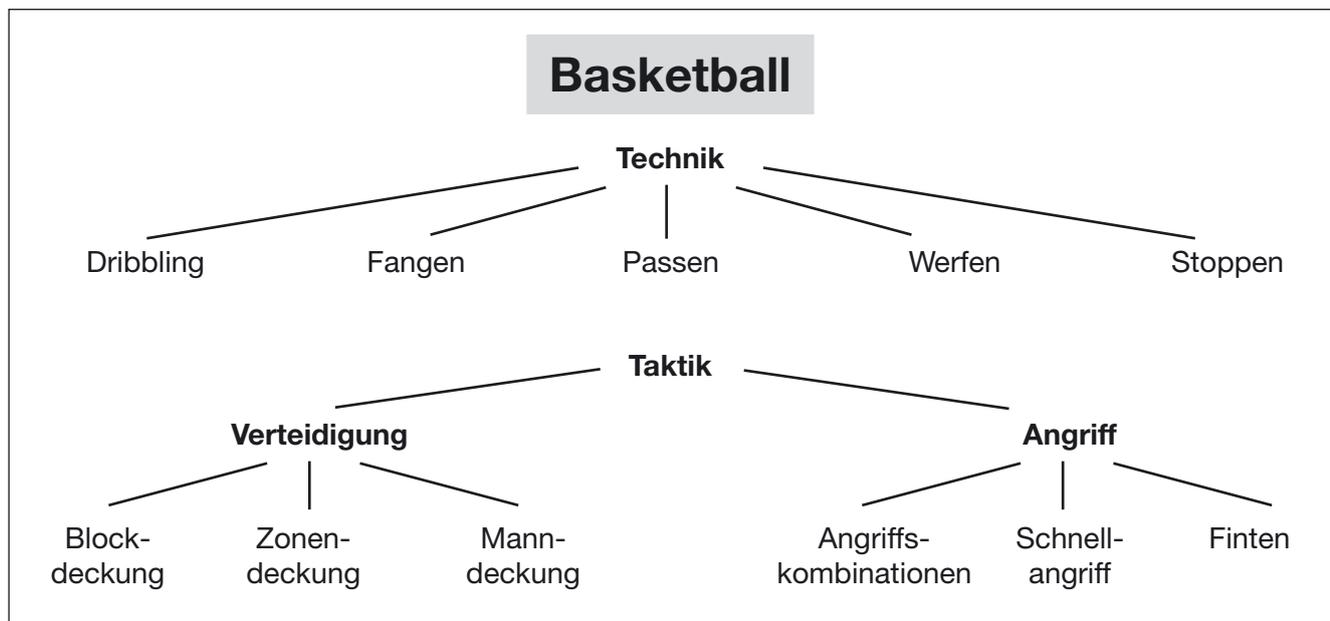
Aus der Geschichte

Die Grundidee des Basketballspiels, das Werfen eines Balles durch eine ringförmige Öffnung oder einen Korb, geht auf die Azteken und Maya zurück. Hier haben die Ballspiele den Stellenwert religiöser Kultakte. Fast jede größere Tempelanlage und auch die Städte der damaligen Zeit besitzen eigene Ballplätze. Eine andere Vorform gibt es bei den Normannen. Sie wird Soule-picarde genannt und um 1000 n. Chr. gespielt. Bereits hier muss auf einen Gegenkorb, der von der gegnerischen Mannschaft verteidigt wird, geworfen werden. Der kanadische Sportdozent James Naismith entwickelt erstmals 1891 das Basketballspiel für die Hallensaison. Die Bezeichnung Basketball geht auf seinen Schüler Frank Mahan (1892) zurück. Ende des 19. Jahrhunderts werden die ersten Regeln veröffentlicht.

Als weltweiter Dachverband dient die 1932 in Genf gegründete Fédération Internationale de Basketball (FIBA, bis 1986 Fédération Internationale de Basketball Amateur). Bereits 1936 wird Basketball olympisch. Die FIBA richtet auch die Basketball-Weltmeisterschaften aus, seit 1950 bei den Herren und seit 1953 bei den Damen.

In Deutschland ist der Deutsche Basketball Bund (DBB) für die Basketball-Bundesliga verantwortlich. Der DBB hat seinen Sitz in Hagen.

Strukturbild



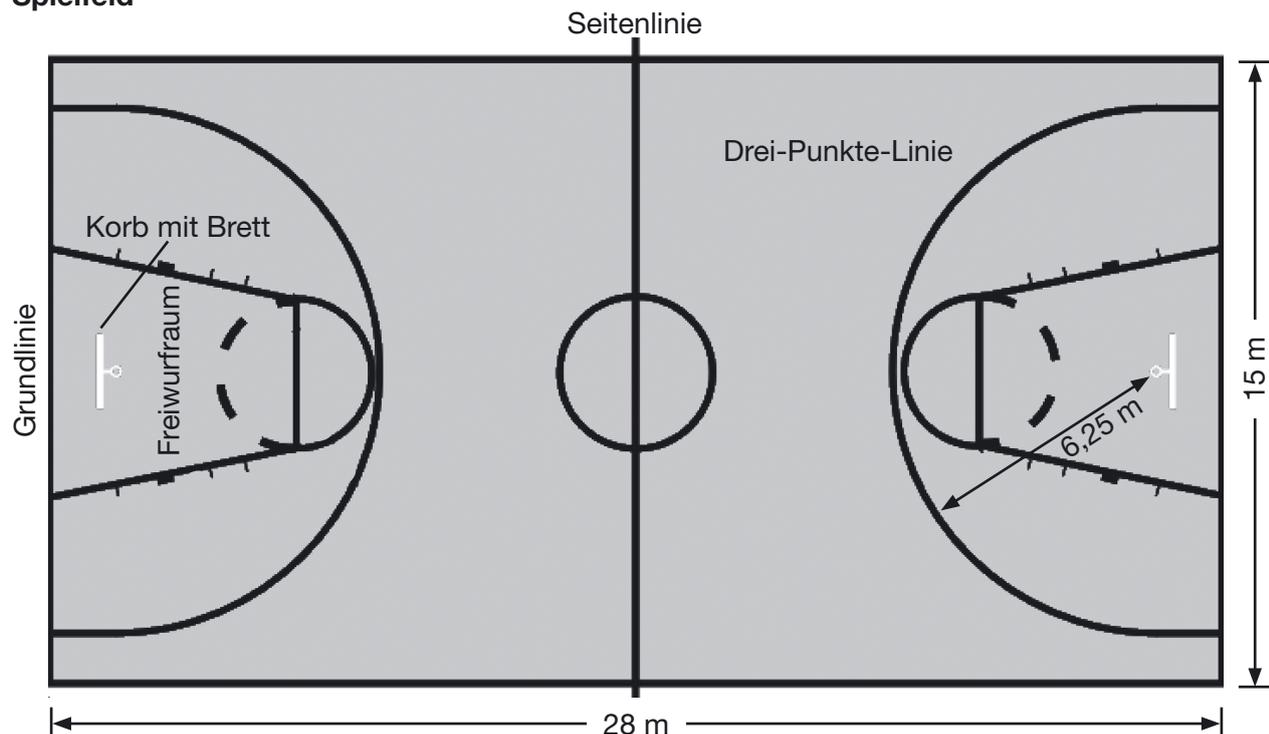
Regelkunde

Wichtige Basketballregeln für den Sportunterricht		
1.	Mannschaftsstärke	5 Feldspieler pro Mannschaft
	Spieldauer	2 x 20 min. + 10 min. Halbzeitpause; im Sportunterricht muss diese Regelung modifiziert werden.
2.	Punktwertung	<ul style="list-style-type: none"> • ein Feldkorb = 2 Punkte • ein Feldkorb jenseits der 6,25-m-Linie = 3 Punkte • ein Freiwurferfolg = 1 Punkt
3.	Dribbeln	<ul style="list-style-type: none"> • Ist nur mit einer Hand erlaubt, mit zwei Händen = Dribbelfehler. • Maximal sind zwei Schritte (ohne zu dribbeln) mit Ball erlaubt. • Ball mit Fuß spielen ist nicht erlaubt.

Wichtige Basketballregeln für den Sportunterricht

4.	Drei-Sekunden-Regel	Kein Spieler der ballbesitzenden Mannschaft darf sich länger als 3 Sekunden im gegnerischen Freiwurfraum (Trapez) aufhalten.
5.	Sprungball	Hochwerfen des Balls zwischen zwei gegnerischen Spielern
	Wann:	<ul style="list-style-type: none"> • zu Beginn jeder Halbzeit im Mittelkreis • bei Regelwidrigkeiten: Halteball = zwei Spieler halten den Ball so fest, dass ein Weiterspiel nicht möglich ist Doppelfoul = zwei Spieler begehen gleichzeitig Foul aneinander
	Ausführung:	<ul style="list-style-type: none"> • entweder am Mittelkreis oder im Freiwurfsprungkreis, bzw. immer dort, wo Regelwidrigkeit am nächsten verursacht wurde
6.	Foul	Körperberührungen wie z. B. Schlagen auf Wurfarm, absichtlich auf Verteidiger auflaufen (Angreiferfoul), absichtliches und unabsichtliches Rempeln
	Folge:	<ul style="list-style-type: none"> • Einwurf von der Seite bei einfachem Foul • 2 Freiwürfe bei absichtlichem Foul • 2 Freiwürfe bei absichtlichem Foul an Korbwerfer ohne Korberfolg • 1 Freiwurf bei absichtlichem Foul an Korbwerfer mit Korberfolg
7.	Ausball	<ul style="list-style-type: none"> • wenn Ball Seitenlinie oder Grundlinie berührt oder außerhalb des Spielfeldes Boden berührt • wenn Spieler außerhalb des Spielfeldes oder auf Seiten- bzw. Grundlinie steht
8.	Einwurf	<ul style="list-style-type: none"> • bei Fouls hinter der Seitenlinie einwerfen • bei Ausball hinter der Seitenlinie einwerfen • bei Korberfolg hinter der Grundlinie einwerfen

Spielfeld



Beidhändiger Druckpass

UM deduktiv

SO Ganzheitsmethode

KK Beinstellung etwas breiter, ein Fuß etwas vorne,

1

Hochziehen des Balls von Hüfte zu Brust,

2

Arme strecken, Ball kräftig wegwerfen,
Handflächen zeigen nach außen;

3

bei Bedarf mit vorderem Bein Schwung abfedern.

MH Vormachen (evtl. auch durch guten Vereinsspieler),
Basketbälle (Volleybälle, wenn Basketballmangel),
Kreide oder Magnesia zum Aufzeichnen von Kreisen und Zielpunkten auf der Wand

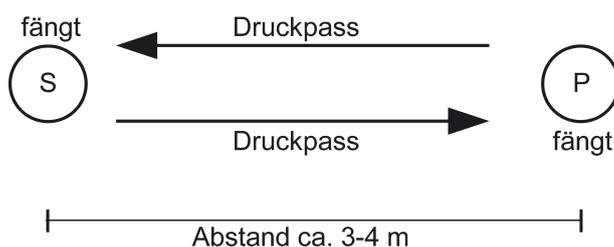
DM keine erforderlich

OR Übung 1

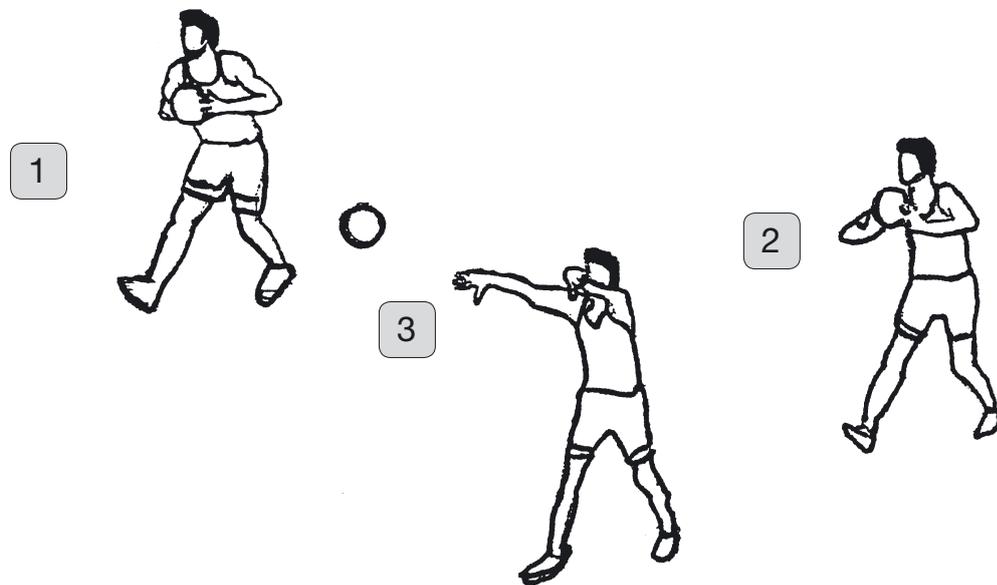
Zeit: 6–10 min. (kann ab Klasse 9 für 2–3 min. auch mit 1- oder 1,5-kg-Medizinbällen ausgeführt werden – zum zusätzlichen, speziellen Krafttraining)

Ort: Halle/Außenbasketballanlage

Ausführung: Schüler führt Druckpass zu Partner aus, der fängt, passt zurück etc.; Wechsel nach Hälfte der Zeit.



Abstände: Schüler–Partner ca. 3–4 m, allmählich auf 5–6 m vergrößern
Schülergruppe–Schülergruppe ca. 3–4 m



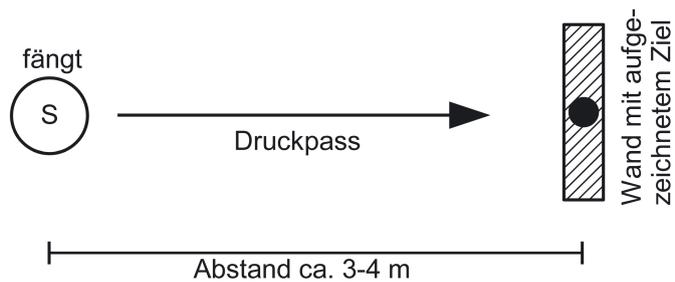
Übung 2

Zeit: 6–10 min.

Ort: Halle

Ausführung: Schüler macht Druckpass gegen Wand – fängt Ball wieder etc.; im Laufe der Übung Krafteinsatz steigern.

OR



Abstände: Schüler–Wand ca. 3–4 m, allmählich auf 5–6 m vergrößern
Schüler–Nachbar ca. 2 m