

Basketball

Einführung

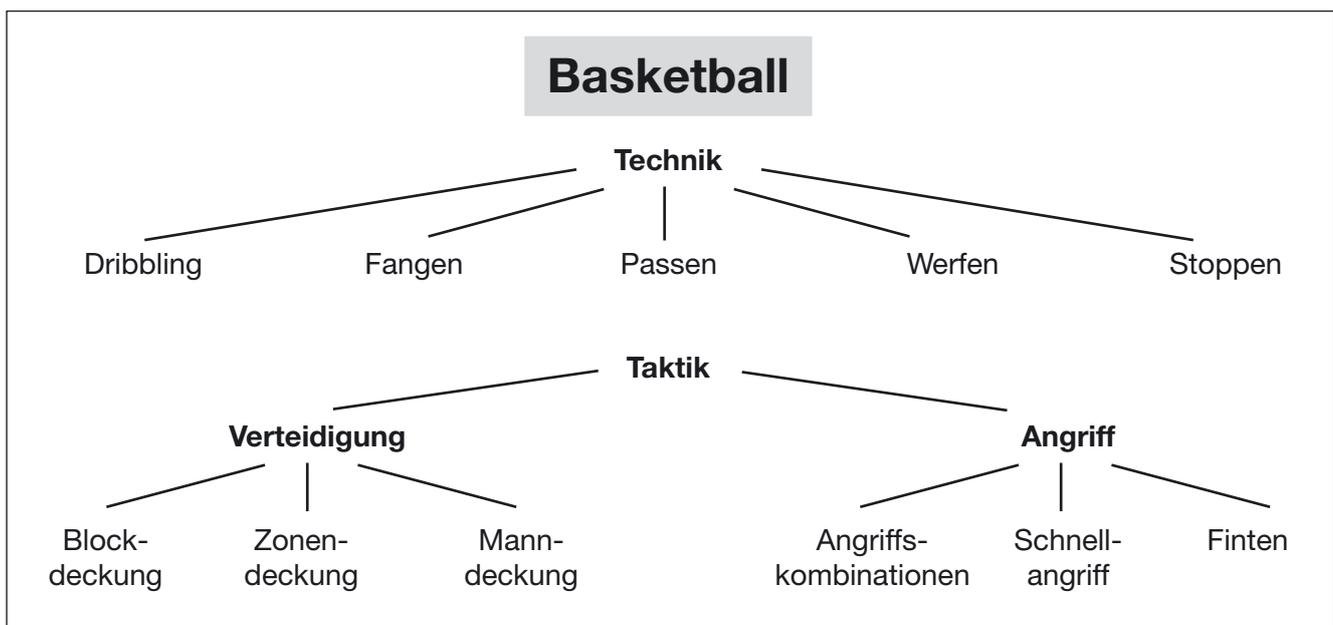
Aus der Geschichte

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

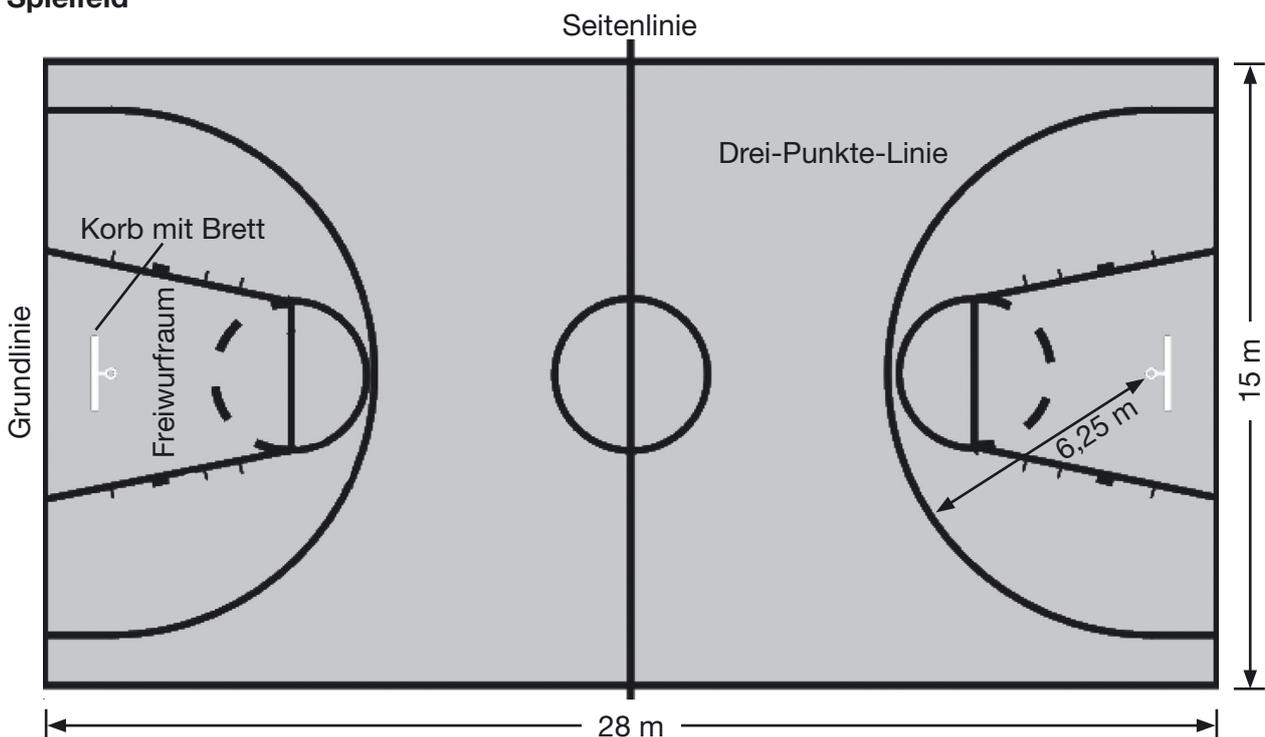


Regelkunde

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"> • 1 Feldkorb = 2 Punkte • 1 Feldkorb jenseits der 6,25-m-Linie = 3 Punkte • 1 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 dem 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	Ist das 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.	Fouls	Sind Körperberührungen wie Schlagen auf den Wurfarm, absichtlich auf den 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 am Korbwerfer ohne Korberfolg • 1 Freiwurf bei absichtlichem Foul am Korbwerfer mit Korberfolg
7.	Ausball	<ul style="list-style-type: none"> • Wenn der Ball die Seitenlinie oder Grundlinie berührt oder außerhalb des Spielfeldes den Boden berührt. • Wenn der Spieler außerhalb des Spielfeldes oder auf der Seiten- bzw. Grundlinie steht.
8.	Einwurf	<ul style="list-style-type: none"> • Bei Fouls hinter der Seitenlinie einwerfen. • Beim Ausball hinter der Seitenlinie einwerfen. • Beim Korberfolg hinter der Grundlinie einwerfen.

Spielfeld



Drehsprungwurf

UM Deduktiv

SO Ganzheitsmethode

KK Spieler nimmt Ball mit gebeugter Kniestellung an und blickt unmittelbar danach in Richtung Korb.

1

Während der Streckung und des darauffolgenden Absprungs erfolgt eine Drehung des Körpers in Richtung Korb (um eine nahezu frontale Wurfposition zum Korb zu bekommen).

2

3

MH Vormachen (evtl. auch durch guten Schüler),
Basketbälle (Volley- und Fußbälle bei Basketballmangel möglich),
Kreide oder Magnesia zum Aufzeichnen von Basketballbrettkonturen auf die Wand oder den Vorhang.

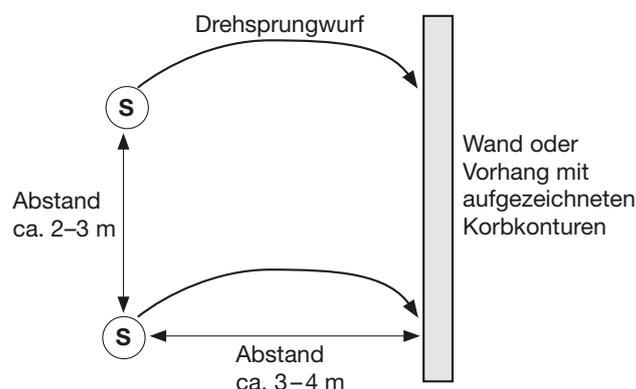
DM Anfänger machen 2–3 Drehsprungwürfe erst ohne Ball (technischen Ablauf nur andeuten).
Beim Üben zuerst Bewegungsablauf ganz langsam, dann schneller durchführen.

OR Übung 1

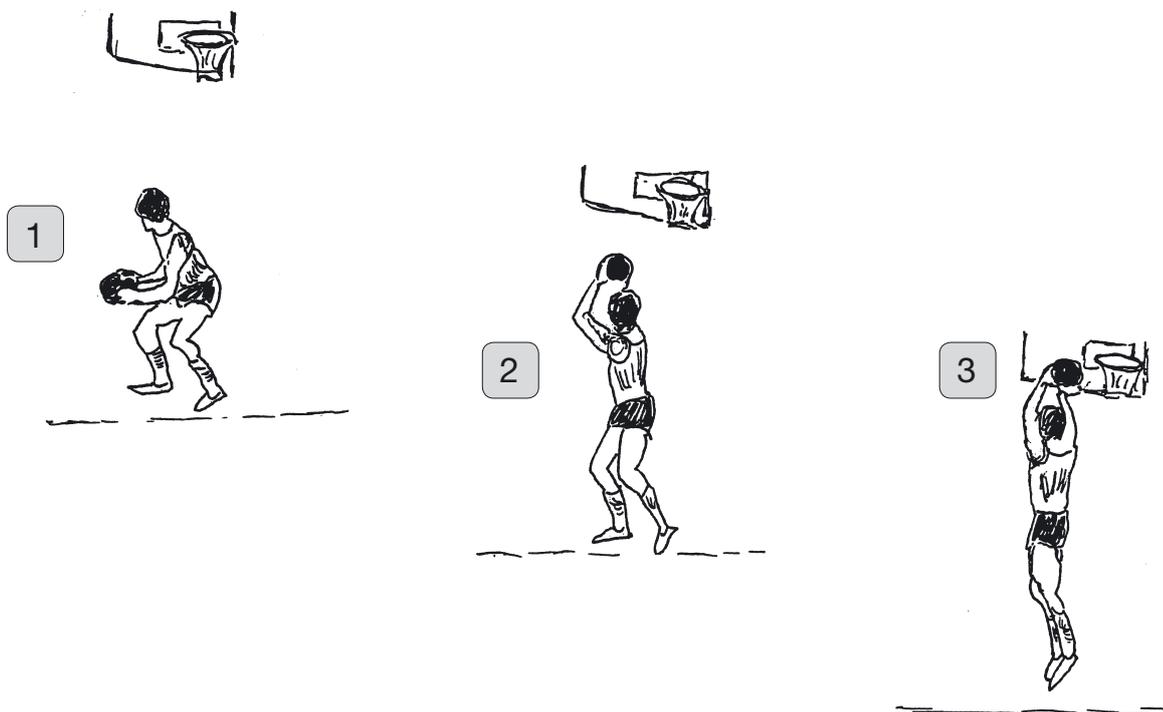
Zeit: 3–4 min

Ort: Halle/Außenbasketballanlage

Ausführung: Schüler macht Drehsprungwurf (Anfänger zunächst 2–3 Versuche ohne Ball), versucht, die Korbkonturen bzw. in diesem Fall auch das Rechteck des Bretts möglichst zu treffen, fängt den Ball etc.



Abstände: Schüler – Wand ca. 3–4 m, Schüler – Schüler 2–3 m .

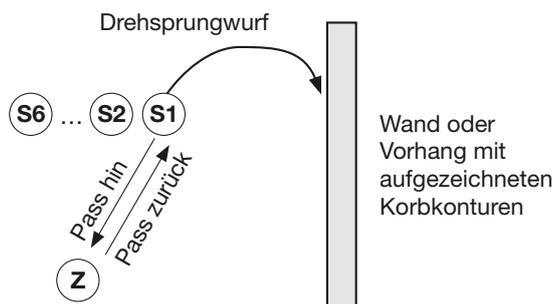


Übung 2

Zeit: 7–8 min, Zuspieler auswechseln.

Ort: Halle/Außenbasketballanlage

Ausführung: Etwa 3–4 Gruppen zu je 5–8 Spielern bilden (je nach Klassenstärke). Schüler 1 passt mit Druckpass zum Zuspieler, dieser passt zu Schüler 1 zurück (Gesicht dem Zuspieler zugewandt). Schüler 1 macht Drehsprungwurf auf die Korbkonturen, holt seinen abprallenden Ball, stellt sich in der Reihe an. Schüler 2 passt mit Druckpass zum Zuspieler etc.



Abstände: Schüler – Zuspieler ca. 5–6 m.

Übung 3

Zeit: 5–6 min

Ort: Halle/Außenanlage

Ausführung: Siehe **Übung 2**. Falls eine komplette Großhalle mit 6–8 Körben vorhanden ist, werden die Schüler auf die Körbe verteilt. Falls nur ein Hallendrittel zur Verfügung steht, werden die Schüler auf 2 Körbe verteilt.