



## **Inhaltsverzeichnis**

1. Thematischer Einstieg
- 1.1 Bewegungsbeschreibung Pass
- 1.2 Hinweise für Übungs- und Spielformate
2. Übungssammlung Pass
3. Quellenverzeichnis

### **Hinweis:**

Zur besseren Lesbarkeit werden in der vorliegenden Arbeit Personenbezeichnungen in der männlichen Form verwendet. Damit sind, sofern nicht anders angegeben, immer alle Geschlechter gemeint.

## **1. Thematischer Einstieg:**

Passen und Fangen sind grundlegende Basketballfähigkeiten, die für verschiedene Spielformate von wesentlicher Bedeutung sind. Die ersten Pass- und Fangtechniken werden daher bereits früh vermittelt. Hierbei ist auffällig, dass das Erlernen von Passtechniken jungen Kindern häufig leichter fällt als das Fangen (Maaßmann & Mayer, 2017). Dies hat diverse Gründe: Unter anderem können die Kinder die Passtechniken meist kontrollierter ausführen. Beim Fangen mehr Informationen aufgenommen, eingeschätzt und verarbeitet werden (Maaßmann & Mayer, 2017).



Auch in den professionellen Ligen spielen sie eine wesentliche Rolle. In der Vergangenheit hat häufig der Aufbauspieler, der sogenannte „Point Guard“, den Spielaufbau übernommen und durch Pässe die offensive initiiert. Daher zeichnen sich gute Aufbauspieler mitunter auch heute noch durch eine gute Übersicht und herausragende Passfähigkeiten aus. Lonzo Ball, der Point Guard der Basketballprofimannschaft aus New Orleans, konnte in der Spielzeit 2019/2020 durch präzise Passvorlagen brillieren. Im Durchschnitt konnte er 7 Korbvorlagen pro Spiel verzeichnen (ESPN, 2020). Aufgrund seiner herausragenden Passqualitäten hat die National Basketball Association ein Video mit verschiedenen Korbvorlagen von Ball zusammengestellt (NBA, 2020).

Im modernen Basketball müssen aber nicht nur die Aufbauspieler gute Pässe spielen können. Durch die Tendenz im Jugendbereich Spielsysteme zu wählen, in denen Spieler positionslos agieren, müssen alle Spieler auf dem Feld in der Lage sein, gute Pässe zu ihren Mitspielern zu spielen und umgekehrt diese zu verarbeiten (Krause & Nelson, 2018).

Im Schul- und Jugendbasketball macht es daher auch durchaus Sinn, verschiedene Passarten frühzeitig zu vermitteln. Schließlich kann so das Zusammenspiel in Spielsituationen verbessert werden. Gerade bei jüngeren Kindern sollte man aber bei der Vermittlung von Fangtechniken zunächst mit leichteren Bällen arbeiten. Außerdem sollten zunächst Pässe im Stehen geübt werden (Maaßman & Mayer, 2017). In den folgenden Unterkapiteln wird daher auf den Bewegungsablauf bei einem Wurf eingegangen und Handlungshinweise zur Vermittlung desselben gegeben.

1.1 Bewegungsbeschreibungen Pässe (Stryck, 2014):

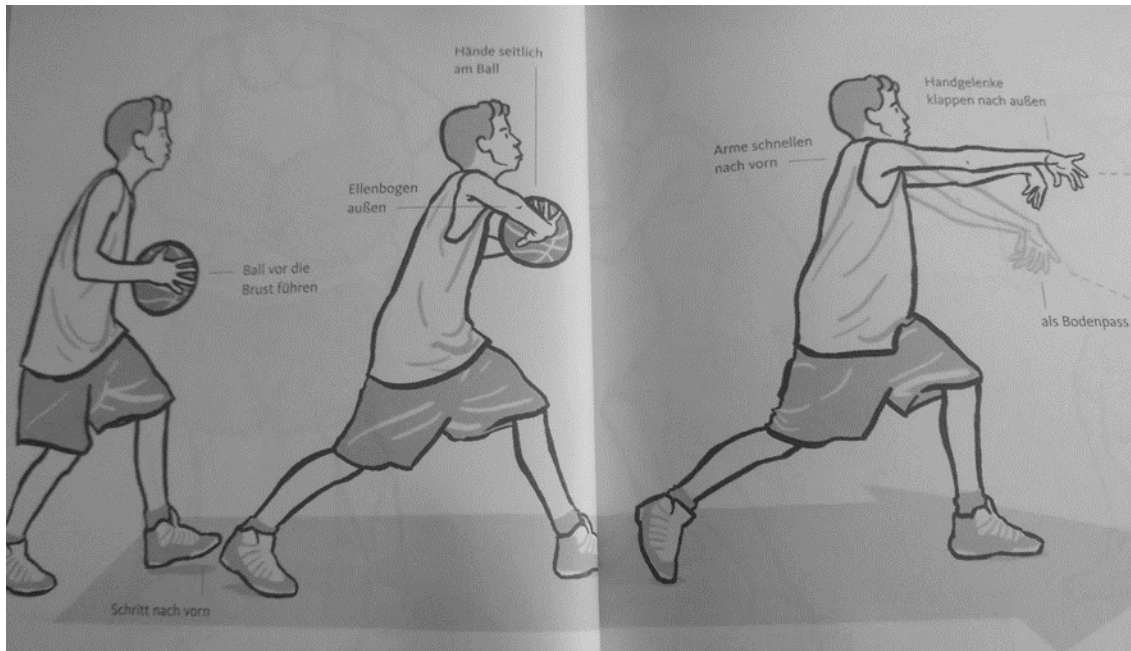


Abbildung 1: Druckpass mit beiden Händen (Stryck, 2014, S. 46-47)

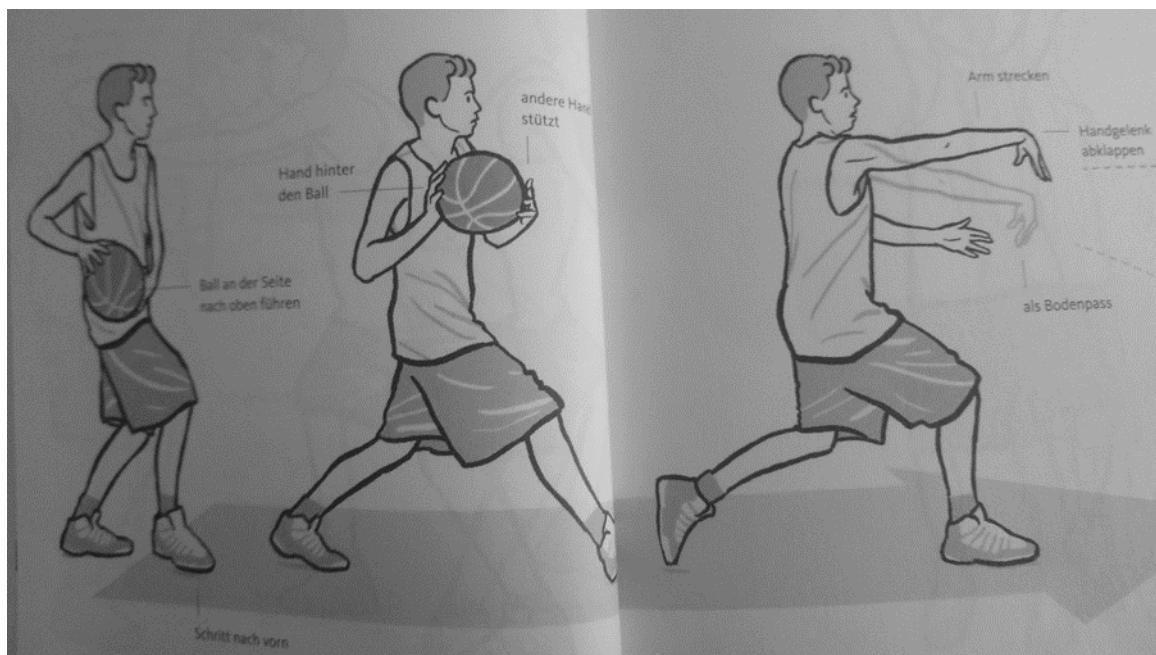


Abbildung 2: Einhändiger Druckpass (Stryck, 2014, S. 47-48)

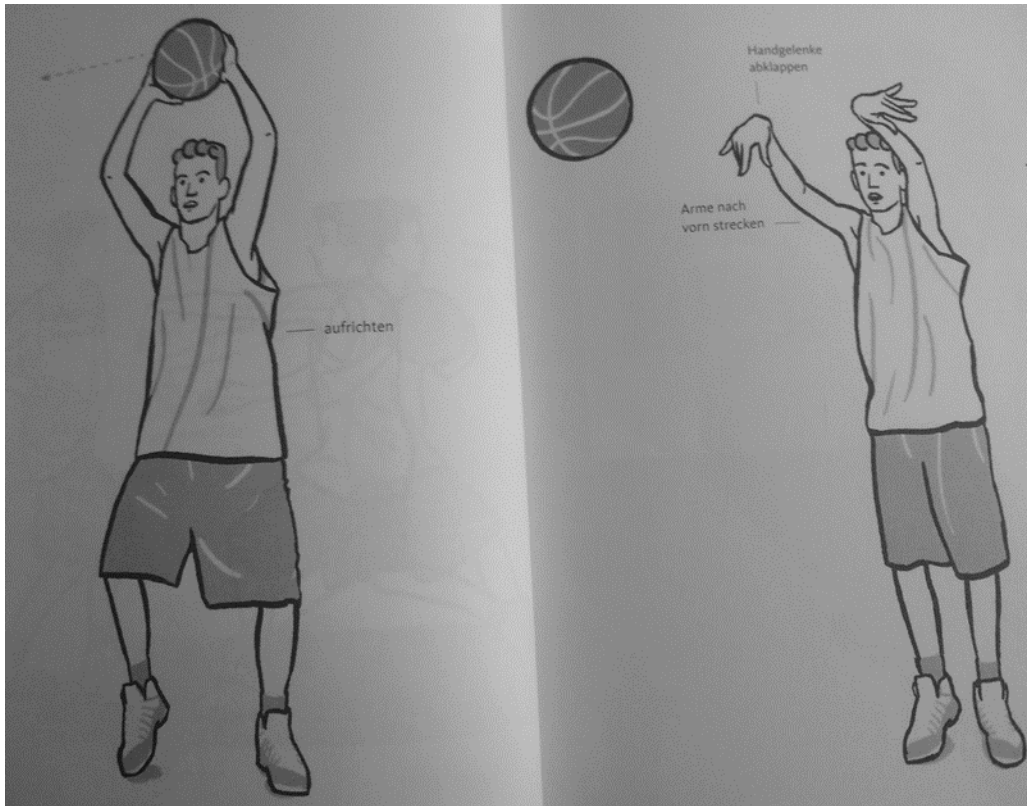


Abbildung 3: Sprungwurf Wurfvorbereitung (Stryck, 2014, S. 50-51)

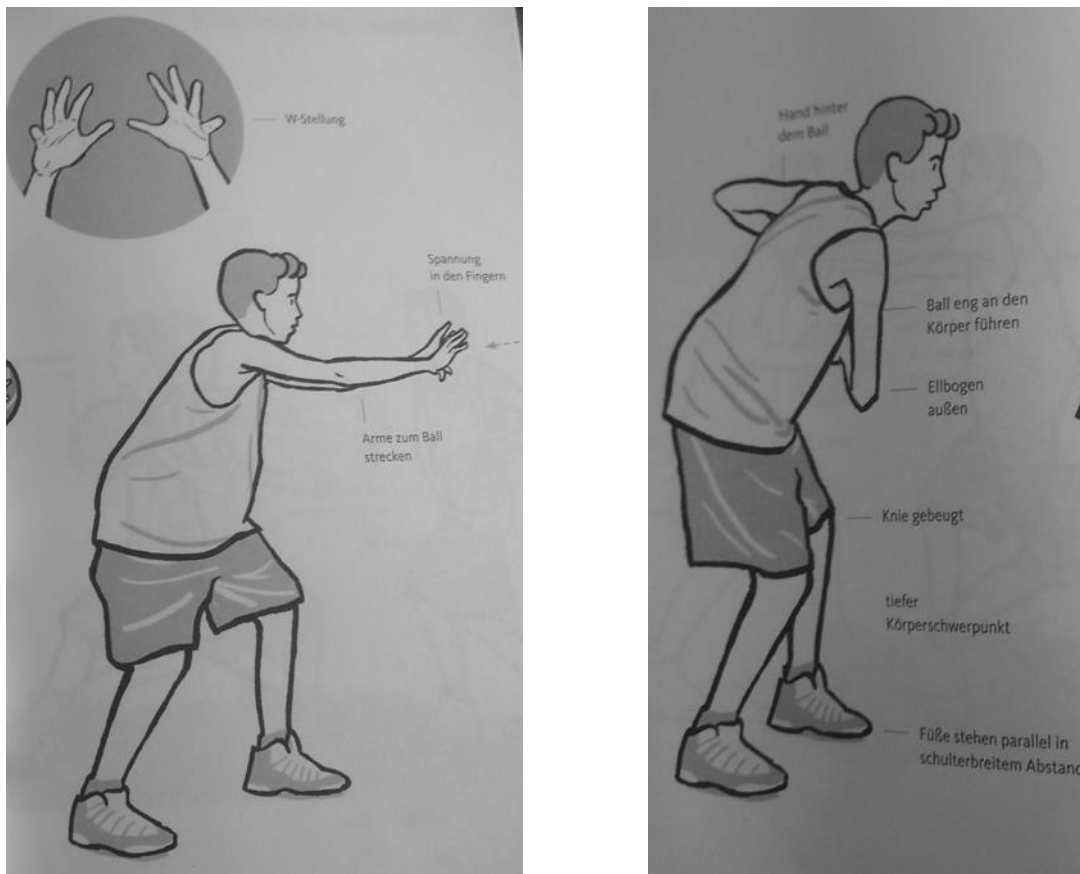


Abbildung 4: Fangen (Stryck, 2014, S. 48-49)

Es gibt verschiedene Passarten im Basketball. Eine kleinere Auswahl dieser ist auf den vorherigen Abbildungen vorzufinden. Eine detaillierte Beschreibung dieser würde den Rahmen des Readers übersteigen. Aus diesem Grund wird im Folgenden ausschließlich auf die Bewegungsbeschreibung beim Druckpass mit beiden Händen eingegangen.

Beim beidhändigen Druckpass befindet sich der Spieler häufig in der Basketball-Grundposition. Die Knie sind also gebeugt, der Körperschwerpunkt ist tief und die Füße zeigen zum Passempfänger. Um die Passbewegung einzuleiten, macht der Passer einen großen Schritt nach vorne. Der Ball befindet bei der Einleitung der Bewegung ungefähr vor dem Bauch, wird aber im Lauf der Bewegung durch das Drehen der Ellbogen nach außen vor die Brust gesetzt. Die Hände befinden sich hierbei seitlich am Ball. Um den Pass auszuführen, schnellen die Arme nach vor und das Handgelenk klappt nach außen ab.

### 1.2 Hinweise für Übungs- und Spielformate:

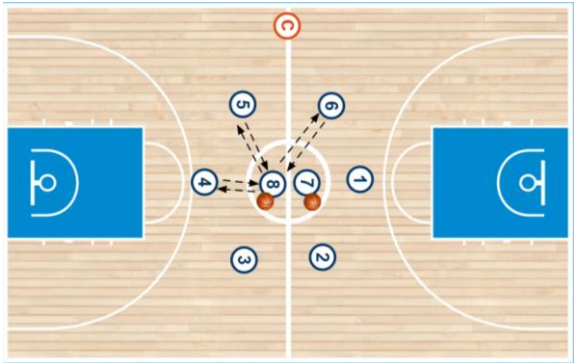
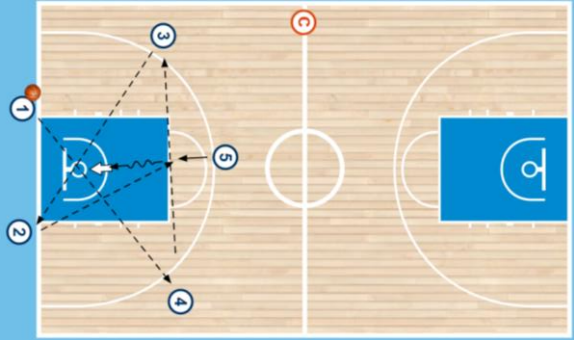
Abhängig vom Alter und Erfahrungsstand der Kinder bieten sich verschiedene Übungs- und Spielformate an, um verschiedene Passarten zu vermitteln. Gerade bei jüngeren Kindern sollte man darauf achten, dass zunächst im Stand ohne Partner geübt wird. So kann das Kind ohne viele äußerliche Einflüsse die richtige Passtechnik ausprobieren. Bevor mit weiteren Teilnehmern Passen und Fangen geübt wird, sollte auch das Fangen explizit trainiert werden. Hier haben viele Kinder Probleme. Es empfiehlt sich daher zunächst mit weicheren Bällen zu arbeiten (Maaßmann & Mayer, 2017). Außerdem sollte den Kindern vermittelt werden, dass ein guter und genauer Pass leichter für den Fänger zu verarbeiten ist.

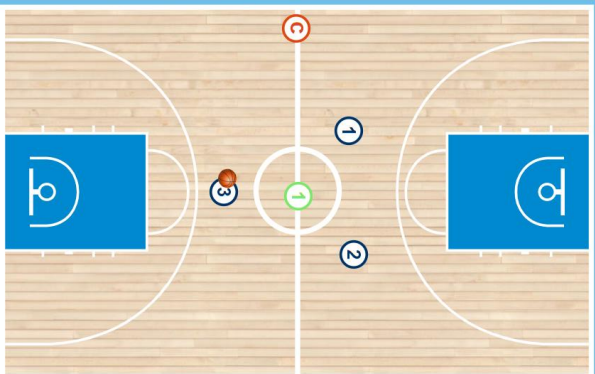
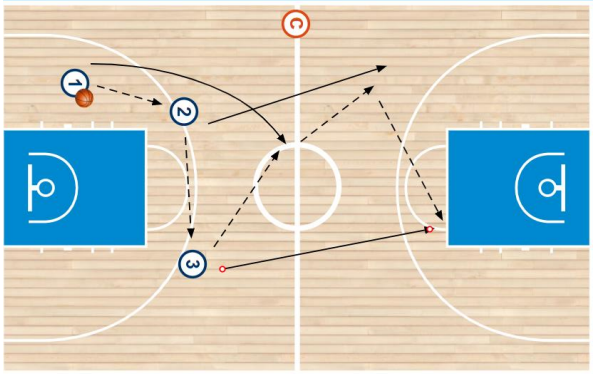


Bei älteren Spielern können auch komplexere Passarten ausprobiert und isoliert trainiert werden. Für ältere Spieler können beispielsweise einhändige Passvariationen eingeführt werden (Krause & Nelson, 2018).

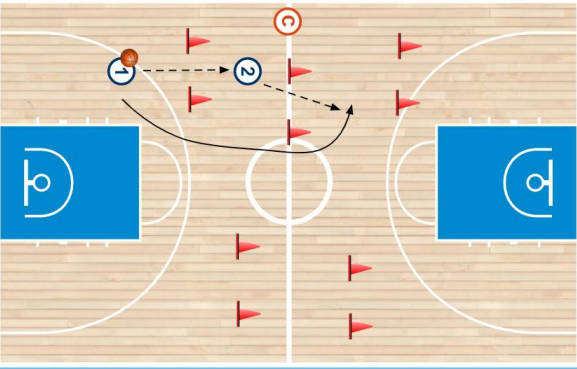
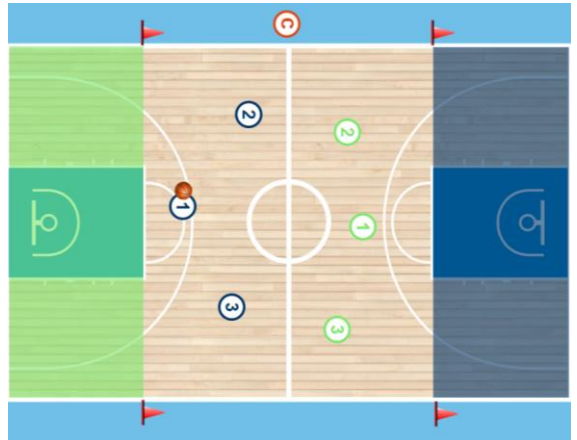
Um Passformate auch in Spielsituationen anzuwenden, bieten sich kleine Spiele mit Fokus auf Pässen und Spielformate mit verschiedenen Passvorgaben an. Hierbei sollte jedoch darauf geachtet werden, dass der Komplexitätsgrad der Spielformate dem Alter und Erfahrungsstand der Spieler entspricht.

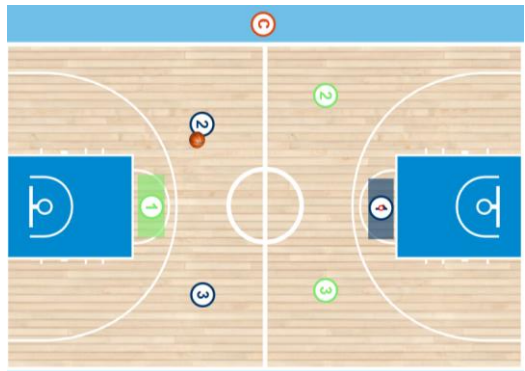
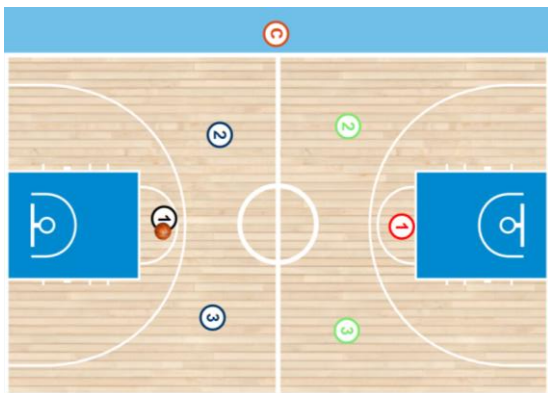
## 2. Übungssammlung Wurf

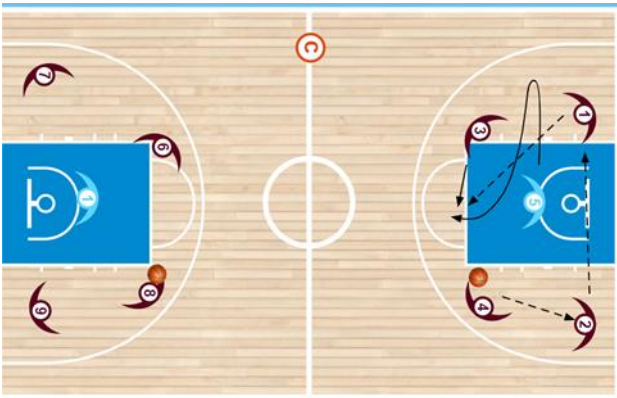
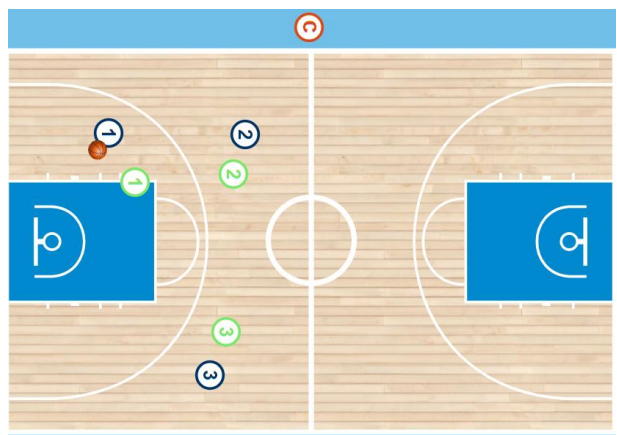
| Übungsname                 | Übungsbeschreibung  | Übungsdarstellung   |
|----------------------------|---|---|
| <p><b>Balljagd</b></p>     | <p>Zwei Spieler befinden sich im Mittelkreis mit Blickrichtung zu den anderen Teilnehmern. Beide haben einen Ball. Die anderen Teilnehmer bilden einen Kreis mit ca. 1,5m Abstand zum Mittelkreis. Die beiden Spieler in der Mitte versuchen den anderen Teilnehmer einzuholen, indem sie den Ball so schnell sie können im Uhrzeigersinn zu ihren Mitspielern passen und den Ball zurückfordern.</p> |  <p><i>Abbildung 5: Balljagd (eigene Abbildung)</i></p>      |
| <p><b>Star-Passing</b></p> | <p>Die Teilnehmer passen sich den Ball in der abgebildeten Reihenfolge den Ball zu. Nach jedem Pass bewegen sie sich zu der Station, zu der sie gepasst haben. Spieler Fünf erhält den letzten Pass von Spieler Zwei und schließt per Korbleger ab. Danach beginnt die Übung von vorne.</p>   |  <p><i>Abbildung 6: Star-Passing (eigene Abbildung)</i></p> |

|                      |  |   |
|----------------------|--|---|
| <b>Löwenball</b>     | <p>Die Teilnehmer werden in Vierer-Gruppen eingeteilt. Drei Spieler verteilen sich um den Mittelkreis. Ein Spieler befindet sich im Mittelkreis. Die Spieler außerhalb des Mittelkreises versuchen sich den Ball so zuzuspielen, dass der Spieler im Mittelkreis den Ball nicht erobern kann. Wenn es ihm doch gelingt den Ball zu berühren, dann werden die Rollen getauscht.</p> |  <p>Abbildung 7: Löwenball (eigene Abbildung)</p>      |
| <b>Zahlen passen</b> | <p>Die Teilnehmer werden in mehrere Gruppen aufgeteilt. Innerhalb der Gruppe wird der Ball in einer festen Reihenfolge zwischen den Teilnehmern hin und her gepasst. Nach jedem Pass soll sich der Passer bewegen und eine Position vor dem Ball einnehmen. Nach einer festgelegten Anzahl an Pässen soll der Ball auf den Korb geworfen werden.</p>                               |  <p>Abbildung 8: Zahlen passen (eigene Abbildung)</p> |



|                      |   |  |
|----------------------|---|--|
| <b>Teamtorgassen</b> | <p>Die Teilnehmer werden in Pärchen aufgeteilt. Ziel ist es mit jedem Pärchen durch jedes Hütchentor zu passen. Nach jedem Pass soll sich der Passer bewegen und eine Position gegenüber von einem Hütchentor einnehmen. Nach einer festgelegten Anzahl an Pässen soll der Ball auf den Korb geworfen werden.</p>   |  <p>Abbildung 8: Teamtorgassen (eigene Abbildung)</p> |
| <b>Endzonenball</b>  | <p>Die Teilnehmer werden in Zwei Gruppen eingeteilt. Ziel ist es den Ball in die Endzone des Gegners zu passen und dort den Ball zu fangen. Dribblings sind verboten. Wenn es einem Team gelingt, dann erhält die angreifende Mannschaft einen Punkt und der Ballbesitz wechselt. Der Ball muss die Mittellinie überquert haben bevor in die Endzone gepasst werden darf.</p> |  <p>Abbildung 9: Endzonenball (eigene Abbildung)</p> |

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| <b>Jokic-Passing</b> | <p>Die Teilnehmer werden in Vier Gruppen eingeteilt und verteilen sich jeweils an der Seitenlinie. Jeweils Zwei Gruppen arbeiten als Team. Ziel ist es 20 Punkte vor dem gegnerischen Team zu erzielen. Eine Gruppe dribbelt zu den Hütchen, macht einen Handwechsel, nimmt im Anschluss einen Wurf und übergibt den Ball an einen Spieler aus der Partnergruppe</p> |  <p>Abbildung 10: Jokic-Passing (eigene Abbildung)</p>  |
| <b>Rubio-Passing</b> | <p>Die Teilnehmer werden in zwei Mannschaften aufgeteilt. Ziel ist es als Mannschaft von jedem Hütchen getroffen zu haben. Immer wenn von einem Hütchen getroffen wird, dann wird dieses hinter die Auslinien des Basketballfeldes gestellt. Das Team, welches als erstes keine Hütchen mehr im Basketballfeld hat, gewinnt.</p>                                     |  <p>Abbildung 11: Rubio-Passing (eigene Abbildung)</p> |

|                   |   |   |
|-------------------|---|---|
| <b>Fang...</b>    | <p>Das Spielfeld ist der Bereich innerhalb der 3-Punktlinie. Es gibt einen Wegläufer und mehrere Fänger. Die Fänger versuchen den Wegläufer mit dem Basketball zu berühren. Wenn die Fänger den Ball haben, dürfen sie nur einen Sternschritt machen. Ohne Ball dürfen sie sich frei bewegen. Wenn der Wegläufer gefangen wird, dann tauscht er die Rolle mit dem Fänger.</p> |  <p>Abbildung 12: Fang... (eigene Abbildung)</p>     |
| <b>Zehnerball</b> | <p>Die Teilnehmer werden in Zwei Gruppen eingeteilt. Jede Mannschaft stellt ihren Tiger auf ein Kastenoberteil in der Zone. Ziel ist es den Ball zum Tiger zu bewegen damit dieser per Wurf einen Punkt erzielen kann. Der Tiger hat pro Ballbesitz nur einen Wurfversuch. Nach jedem Wurf muss er den Ball zur gegnerischen Mannschaft passen.</p>                           |  <p>Abbildung 13: Zehnerball (eigene Abbildung)</p> |

### Spielformat

Die Teilnehmer werden in zwei Mannschaften aufgeteilt. Das Spielfeld ist das Basketballhalbfeld. Ziel ist es, mehr Punkte als die gegnerische Mannschaft zu erzielen. Beim Wechsel des Ballbesitzes muss der Ball hinter die Dreipunktlinie gepasst werden. Dribblings sind verboten und alle Würfe müssen außerhalb der Zone erfolgen.

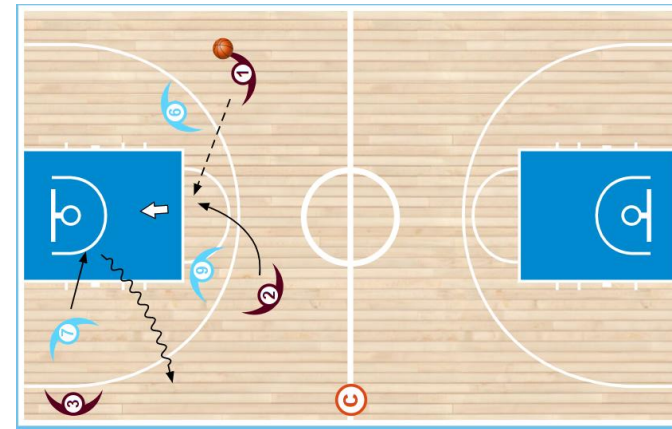


Abbildung 14: Spielformat (eigene Abbildung)

### **3. Quellenverzeichnis**

ESPN (2020). LONZO BALL Stats 2019/2020. Abgerufen von:

[https://www.espn.com/nba/player/\\_id/4066421/lonzo-ball](https://www.espn.com/nba/player/_id/4066421/lonzo-ball)

Krause, J., Nelson, C. (2018). Basketball Skills & Drills (4. akt. Aufl.). Champaign: Human Kinetics Publishers.

Maaßmann, J., Mayer O. (2017). Minibasketball Leitfaden. (2. überarb. Aufl.) Hagen: Deutscher Basketballbund.

National Basketball Association (2020). Best Of Lonzo Ball's Assists | 2019-20 Season. YouTube. Abgerufen von:

<https://www.youtube.com/watch?v=gK9GRRds0hI&t=158s>

Stryck, T. (Red.) (2014). Basketball in der Grundschule. Ein Leitfaden für Lehrer und Lehrerinnen. Berlin: Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Wissenschaft.

World Association of Basketball Coaches (2016). Coaches Manual. Mini-Basketball. Mies: International Basketball Federation.