



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:

Um sich offensiv eine Vorteilssituation erspielen zu können, spielen verschiedene individuelle und teamtaktische Fähigkeiten eine Rolle. Es ist jedoch auffällig, dass Teams immer wieder versuchen in der Offensive Überzahlsituationen aus erhöhtem Angriffstempo heraus zu kreieren. Dies ist nicht verwunderlich. Die prozentuale Wahrscheinlichkeit, dass Teams aus diesen Spielsituationen Körbe erzielen, ist schließlich höher als in klassischen eins gegen eins Situationen (Krause & Nelson, 2015). Überzahlsituationen entstehen vor allem aus dem Schnellangriff heraus, dem sogenannten Fastbreak.

Unabhängig vom Alter und Spielniveau der Teilnehmer kann der Fastbreak eine wesentliche Rolle spielen. In der Saison 2019/2020 der National Basketball Association konnten die Toronto Raptors beispielsweise über 18 Punkte pro Spiel im Fastbreak erzielen (NBA, 2020). Auch der Meister der eben genannten Saison, die Los Angeles Lakers, konnten mit 17,6 Punkten pro Spiel einen erheblichen Anteil ihrer Punkte durch Schnellangriffe kreieren. Die Greenville University Panthers konnten in der National Collegiate Association Division 3 für noch mehr Aufsehen sorgen. Durch eine konsequente Ganzfeldverteidigung und einer Vielzahl von Schnellangriffen ist es Ihnen gelungen, 132,6 Punkte pro Spiel zu erzielen (NCAA, 2020).

Im Kinder- und Jugendbasketball wird ebenfalls ein großer Wert auf die Vermittlung des Fastbreaks gelegt. Der deutsche Basketball Bund setzt im „Leitfaden und Rahmentrainingsplanung für das Training mit Kindern und Jugendlichen“ bereits im Mini- und frühen Jugendbereich einen Fokus auf die Vermittlung des Schnellangriffs (Blümel et al, 2017)

Aufgrund dieser Statistiken und der bedeutenden Rolle im Kinder- und Jugendbasketball macht es daher im Schul- und Jugendbasketball auch durchaus Sinn, den Fastbreak in seinen Grundzügen einzuführen. In den folgenden Unterkapiteln wird daher auf die Struktur des Fastbreaks eingegangen und Handlungshinweise zur Vermittlung desselben gegeben.



1.1 Fastbreakstruktur:

Teams, die schnell in die gegnerische Hälfte kommen, können durch das Tempo eine Überzahlsituation erzwingen und hieraus einen offenen Wurf oder Korbleger kreieren (Krause & Nelson, 2015). Damit dies erfolgreich geschehen kann, sind sinnvolle Abläufe, eine Rollenverteilung und eine gute Raumaufteilung von wesentlicher Bedeutung. Ähnlich wie bei den zuvor behandelten individuellen Fähigkeiten gibt es auch hier verschiedene Spielphilosophien. Einige Mannschaften lassen den Rebounder den Ball nach vorne dribbeln und neigen somit zu einem positionsloseren Ansatz. Andere Teams passen den Ball zu einem festgelegten Aufbauspieler, damit dieser die offensive steuern kann.

Das wichtigste beim Fastbreak ist jedoch das Tempo (WAOBC, 2016). Es muss den Spielern durch Sprints gelingen, schnell in die gegnerische Hälfte zu gelangen (Jannsen, 2018). Über Pässe und gegebenenfalls auch offene Dribblings soll der Ball dann zu den Mitspielern bewegt werden. Der Pass ist schneller als das Dribbling. Daher präferieren viele Teams einen frühen Pass in die gegnerische Hälfte.

Neben dem Tempo sind auch die Abstände im Fastbreak von wesentlicher Bedeutung. Es bietet sich an, Spieler auf verschiedene festgelegte Bahnen zu verteilen. Damit kann sich die Defensive nicht auf kleine Bereiche fokussieren, sondern muss eine größere Fläche verteidigen können. Es ist sehr gängig, dass sich die Flügelspieler per Sprint eng entlang der Außenlinie fortbewegen (Krause & Nelson, 2015). So ist ein guter Passwinkel für einen möglichen Korbleger gewährleistet und den häufig durch die Mitte zurücklaufenden Verteidigern kann entgangen werden (Krause & Nelson, 2015).

Fastbreak nach Krause & Nelson (2015):

Eine sehr gängige Verteilung im Fastbreak sieht folgende Rollenverteilung vor (Krause & Nelson, 2015, S.258-ff):

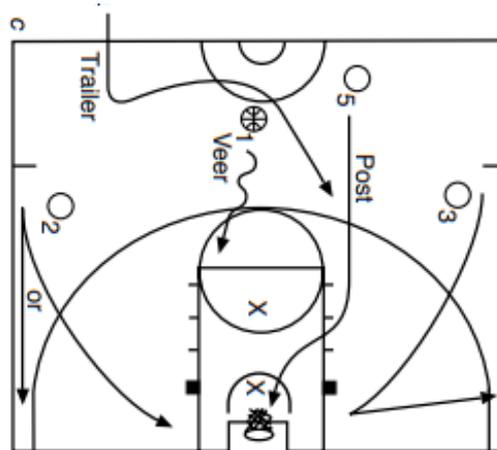


Abbildung 1: Fastbreakaufstellung (Krause & Nelson, 2015, S.259)

- Guards:

Der primäre Ballhandler, der erste Guard (Spieler 1), übernimmt den Ballvortrag und dribbelt oder passt den Ball nach vorne. Er orientiert sich eher mittig. Sollte aber eine Bahn wählen, die nicht zu stark durch Verteidiger besetzt ist. Der zweite Guard (Spieler 2), besetzt eine Außenbahn und sprintet so schnell es geht über die Außenlinie nach vorne.

- Forwards:

Sollte einer der Forwards (Spieler 4) den Rebound bekommen, so spielt er den Pass zum primären Ballhandler und besetzt die zweite Guardposition (Trailer). Der andere Forward (Spieler 3) besetzt die zweite Flügelposition und sprintet so schnell es geht über die Außenlinie nach vorne.



- Center:

Sollte der Center (Spieler 5) nicht den Rebound bekommen, so sprintet er so schnell es geht von Korb zu Korb und macht sich im Zonenbereich anspielbereit.

Fastbreak Presentation College (Tyrell 2019):

Eine weitere gängige Fastbreakstruktur wird vom Presentation College aus South Dakota praktiziert. Die Struktur sieht folgendes vor:

- Positionslosigkeit:

Abgesehen vom Pointguard werden keine verbindlichen Positionen festgelegt. Ein fester Pointguard bringt eine gewisse Sicherheit ins Spiel und ermöglicht einen soliden Einstieg in die Offense (Janssen, 2018). Der Rebounder wird unabhängig von seiner Konstitution automatisch zum trailingen Guard. Sofern fünf gegen fünf gespielt wird, wird zudem der Spieler zum Rimrunner, der in der bestmöglichen Position hierfür ist. Die eben benannten Positionen werden folgendermaßen definiert:

Pointguard : Spielmacher

Rebounder : Trailer

Rimrunner : Center

Forward : Flügel

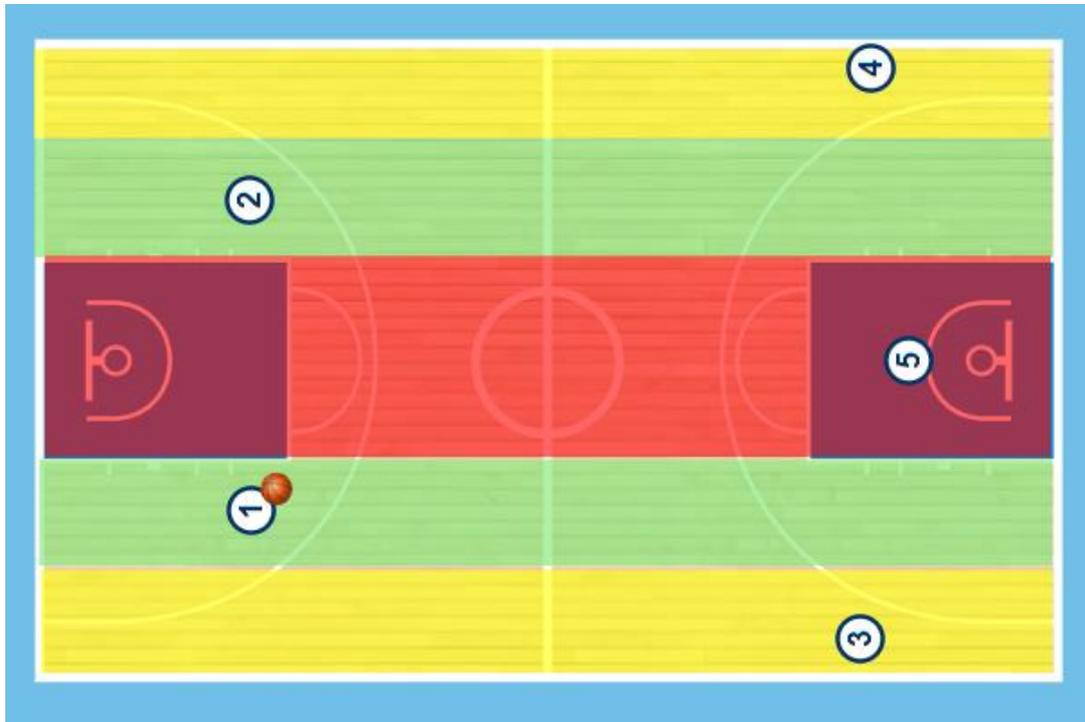


Abbildung 2: Fastbreakaufstellung Presentation College (Eigene Abbildung)

- Guards:

Die beiden Guards sind verantwortlich für den Spielaufbau. Wenn möglich, soll der Ball immer zum ersten Guard gespielt werden. Er ist in diesem Fall der festgelegte Pointguard. Der erste Guard hat die Aufgabe, sich mit einer Curlbewegung freizumachen. Wichtig dabei ist, dass der Rücken zur nächstgelegenen Seitenlinie zeigen sollte (Janssen, 2018). Er überblickt hierdurch einen Großteil des Spielfelds und kann einen freien Mitspieler im Vorfeld anspielen.

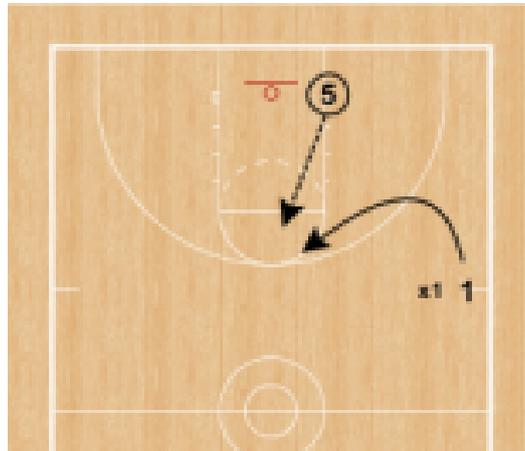


Abbildung 3: Curlbewegung Guard (Janssen, 2018, S.7)

Sollte die Defensive pressen und den Pass zum ersten Guard erschweren, so kann der zweite Guard sich ebenfalls im Rückfeld anbieten (Janssen, 2018). Wenn dies nicht der Fall ist, besetzt er die ballschwache Außenbahn und sprintet zusammen mit den beiden Forwards nach vorne.

- Forwards

Die beiden Forwards sprinten möglichst nah an der Seitenlinie entlang. Sie sind die primären Anspielstationen für den Ballführer. Abhängig von der Spielsituation biegen sie entweder auf Höhe der 3-Punktlinie Richtung Zone ab oder begeben sich auf ihre festgelegte Position.

- Center:

Der Center ist verantwortlich für den Rebound und damit auch für den Outlet-Pass zum primären Ballhandler. Nach seinem Pass trailt er hinterher und begibt sich auf die zweite Guardposition.

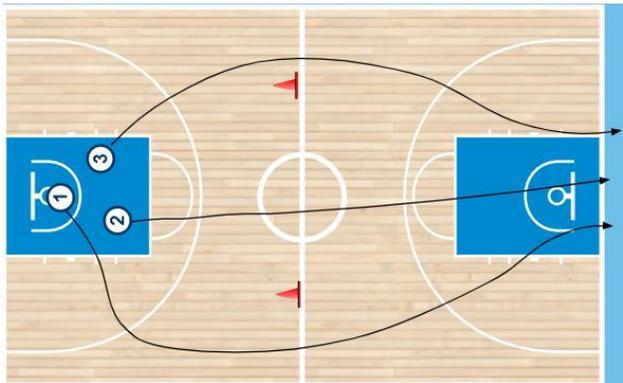
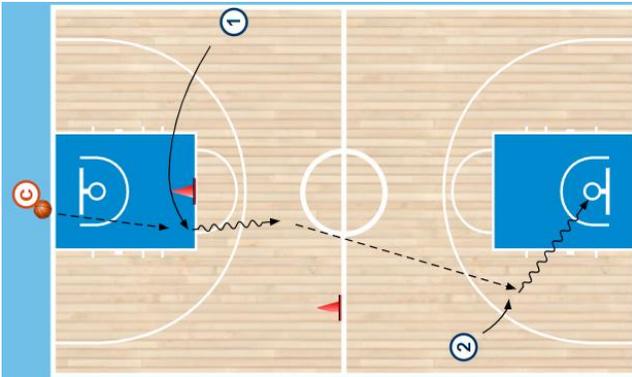


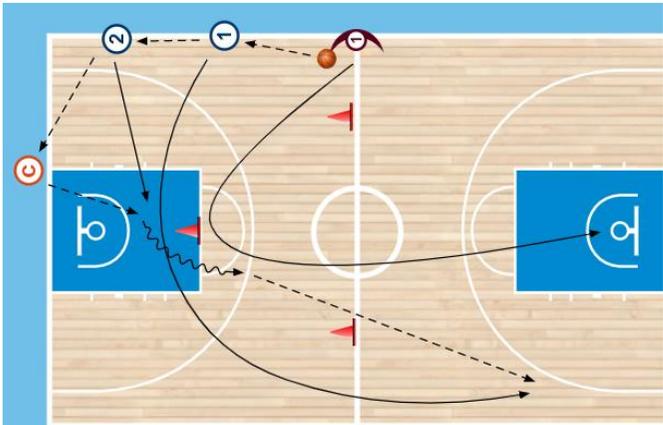
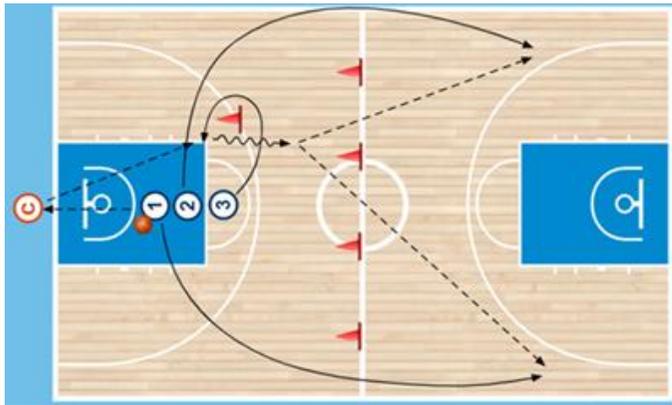
1.2 Hinweise für Übungs- und Spielformate:

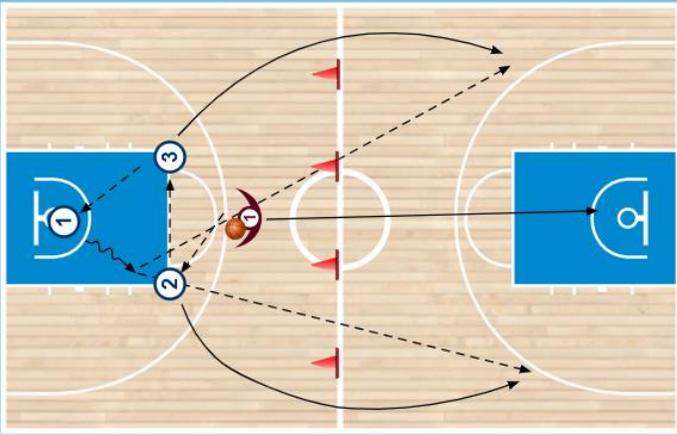
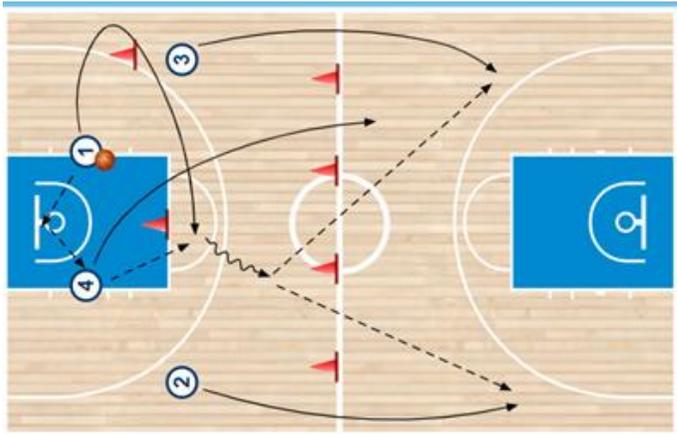
Abhängig vom Alter und Erfahrungsstand der Kinder bieten sich verschiedene Übungs- und Spielformate an, um Fastbreakstrategien einzuführen. Gerade bei jüngeren Kindern sollte man darauf achten, dass zunächst einfache Überzahlsituationen oder Spielformate ohne Gegnerdruck gewählt werden. So kann das Kind ohne äußerliche Einflüsse die Laufwege verinnerlichen. Zudem ergeben sich in klaren Überzahlsituationen mehr Körbe und damit verbundene Erfolgserlebnisse für die Offensive.

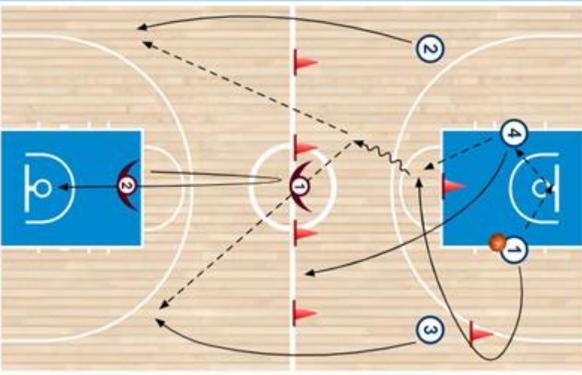
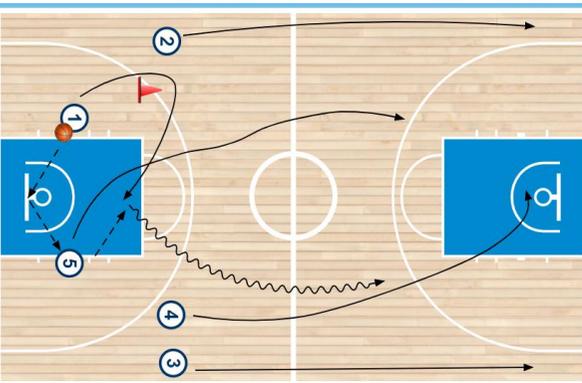
Mit älteren Teilnehmern können auch größere Überzahlsituationen mit expliziten Vorgaben erprobt werden (Krause & Nelson, 2015). Hierbei sollte jedoch darauf geachtet werden, dass der Komplexitätsgrad der Spielformate dem Alter und Erfahrungsstand der Spieler entspricht.

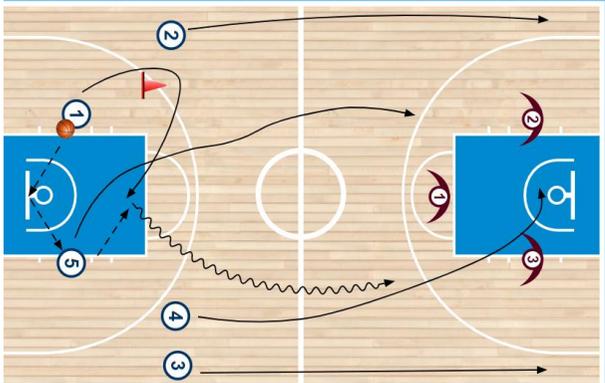
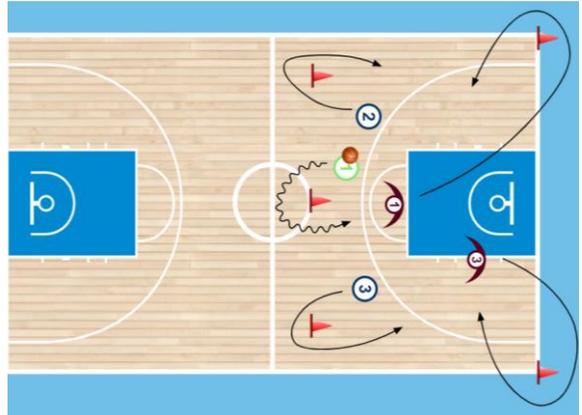
2. Übungssammlung Überzahlspiel und Fastbreak

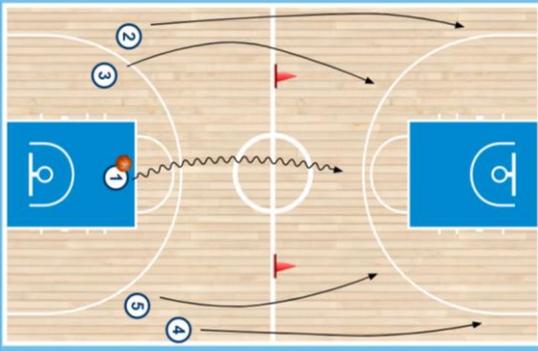
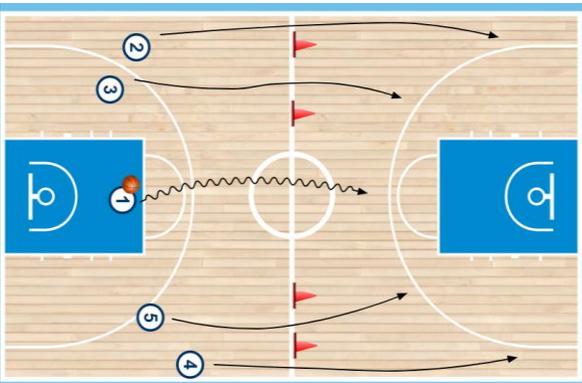
Übungsname	Übungsbeschreibung	Übungsdarstellung
Bahnenrennen	<p>Die Spieler 1-3 befinden sich in der Zone und bewegen sich dort frei. Auf den Pfiff des Trainers haben sie die Aufgabe so schnell wie möglich hinter die gegenüberliegende Grundlinie zu kommen. Wichtig hierbei ist, dass an der Mittellinie jeweils nur ein Spieler durch ein Tor laufen darf. So müssen sich die Spieler automatisch auf verschiedene Bahnen verteilen.</p>	 <p>Abbildung 4: Bahnenrennen (eigene Abbildung)</p>
2-0 Fastbreak	<p>Spieler 2 passt zu Spieler 1 und erhält den Ball im Lauf zurück. Er setzt ein Dribbling und passt den Ball zum Coach. Danach umläuft er beide Hütchen und sprintet entlang der Seitenlinie zum gegenüberliegenden Korb. Spieler rennt nach seinem Pass einen Curl und erhält den Ball vom Coach. Danach setzt er ein Dribbling und passt den Ball in den Lauf seines Mitspielers. Spieler 2 schließt per Korbleger ab und Spieler 1 holt den Rebound.</p>	 <p>Abbildung 5: 2-0 Fastbreak (eigene Abbildung)</p>

<p>2-1 Fastbreak</p>	<p>Verteidiger 1 passt zu Spieler 1. Er berührt danach das Hütchen an der Freiwurflinie und begibt sich zurück in seine Hälfte. Spieler 1 passt den Ball weiter zu Spieler 2 und besetzt nach Umlaufen des Hütchens die Außenbahn. Spieler 2 passt zum Coach erhält beim Umlaufen des Hütchens den Ball zurück und begibt sich zusammen mit Spieler 1 in eine 2 gegen 1 Situation.</p>	 <p><i>Abbildung 6: 2-1 Fastbreak (eigene Abbildung)</i></p>
<p>3-0 Fastbreak</p>	<p>Spieler 1 passt zum Coach und sprintet entlang der Seitenlinie zur gegenüberliegenden 3-Punktlinie. Spieler 2 besetzt die andere Außenbahn und begibt sich ebenfalls zur gegenüberliegenden 3-Punktlinie. Spieler 3 umläuft das Hütchen, erhält einen Pass vom Coach, dribbelt und passt einen seiner Mitspieler an. Der Empfänger des Balles schießt per Korbleger ab.</p>	 <p><i>Abbildung 7: 3-0 Fastbreak (eigene Abbildung)</i></p>

<p>3-1 Fastbreak</p>	<p>Verteidiger 1 passt zu Spieler 2 und läuft zum eigenen Korb. Spieler 2 passt zu Spieler 3 und besetzt die nächstgelegene Außenbahn. Spieler 3 passt zu Spieler 1 und besetzt ebenfalls die nächstgelegene Außenbahn. Spieler 1 setzt zum Dribbling an und passt einen seiner beiden Mitspieler an. Sobald der Ball Spieler den Spieler 1 erreicht, wird 3 gegen 1 gespielt</p>	 <p><i>Abbildung 8: 3-1 Fastbreak (eigene Abbildung)</i></p>
<p>4-0 Fastbreak</p>	<p>Spieler 1 spielt einen Pass über das Brett zu Spieler 4 und umläuft das Hütchen, um einen Outletpass zu erhalten. Spieler 2 und 3 besetzen die Außenbahnen, sobald der Ball von Spieler 4 gefangen wird. Spieler 4 spielt den Pass auf Spieler 1 und besetzt die Trailerbahn. Spieler 1 dribbelt den Ball und passt den freien Mitspieler an.</p>	 <p><i>Abbildung 9: 4-0 Fastbreak (eigene Abbildung)</i></p>

<p>4-2 Fastbreak</p>	<p>Spieler 1 spielt einen Pass über das Brett zu Spieler 4 und umläuft das Hütchen, um einen Outletpass zu erhalten. Spieler 2 und 3 besetzen die Außenbahnen, sobald der Ball von Spieler 4 gefangen wird. Spieler 4 spielt den Pass auf Spieler 1 und besetzt die Trailerbahn. Spieler 1 dribbelt den Ball und passt den freien Mitspieler an. Verteidiger 1 und 2 übernehmen die Verteidigung.</p>	 <p><i>Abbildung 10: 4-2 Fastbreak (eigene Abbildung)</i></p>
<p>5-0 Fastbreak</p>	<p>Spieler 1 spielt einen Pass über das Brett zu Spieler 5 und umläuft das Hütchen, um einen Outletpass zu erhalten. Spieler 2 und 3 besetzen die Außenbahnen, sobald der Ball von Spieler 5 gefangen wird. Spieler 5 läuft ebenfalls Los. Sprintet aber unter den Korb. Spieler 4 spielt den Pass auf Spieler 1 und besetzt die Trailerbahn. Spieler 1 dribbelt den Ball und passt einen freien Mitspieler an.</p>	 <p><i>Abbildung 11: 5-0 Fastbreak (eigene Abbildung)</i></p>

<p>5-3 Fastbreak</p>	<p>Spieler 1 spielt einen Pass über das Brett zu Spieler 5 und umläuft das Hütchen, um einen Outletpass zu erhalten. Spieler 2 und 3 besetzen die Außenbahnen, sobald der Ball von Spieler 5 gefangen wird. Spieler 5 läuft ebenfalls Los. Sprintet aber unter den Korb. Spieler 4 spielt den Pass auf Spieler 1 und besetzt die Trailerbahn. Spieler 1 dribbelt den Ball und passt einen freien Mitspieler an. Verteidiger 1-3 versuchen einen Korberfolg zu verhindern. Sie befinden sich innerhalb der 3-Punktlinie.</p>	 <p><i>Abbildung 12: 5-3 Fastbreak (eigene Abbildung)</i></p>
<p>3-2 Kontinuum</p>	<p>Es wird dauerhaft 3 gegen 2 gespielt. Ein Spieler befindet sich immer im Angriff. Wenn der Ballbesitz wechselt müssen die Angreifer und Verteidiger um ihre jeweiligen Hütchen laufen, bevor sie wieder am Spielgeschehen teilnehmen dürfen.</p>	 <p><i>Abbildung 13: 3-2 Kontinuum (eigene Abbildung)</i></p>

<p>5-5 Ball durch die Mitte</p>	<p>Prinzipiell wird 5 gegen 5 gespielt. Wenn der Ball in der eigenen Hälfte erobert wird, darf jedoch nur der Spieler mit dem Ball durch die Mitte. Die anderen Spieler müssen über die Außenbahn in die gegnerische Spielhälfte gelangen.</p>	 <p><i>Abbildung 14: 5-5 Ball durch die Mitte (eigene Abbildung)</i></p>
<p>5-5 Tor laufen</p>	<p>Prinzipiell wird 5 gegen 5 gespielt. Wenn der Ball in der eigenen Hälfte erobert wird, muss jedoch nur der Spieler mit dem Ball durch die Mitte. Die anderen Spieler müssen durch ihr festgelegtes Tor nach vorne laufen.</p>	 <p><i>Abbildung 14: 5-5 Tor laufen (eigene Abbildung)</i></p>

5-3+2

Prinzipiell wird 5 gegen 5 gespielt. Wenn der Ball auf den Korb geworfen wird, dann müssen jedoch der Werfer und der letzte Passer die Ecken des gegnerischen Feldes berühren und dürfen danach erst wieder in das Spielgeschehen eingreifen.

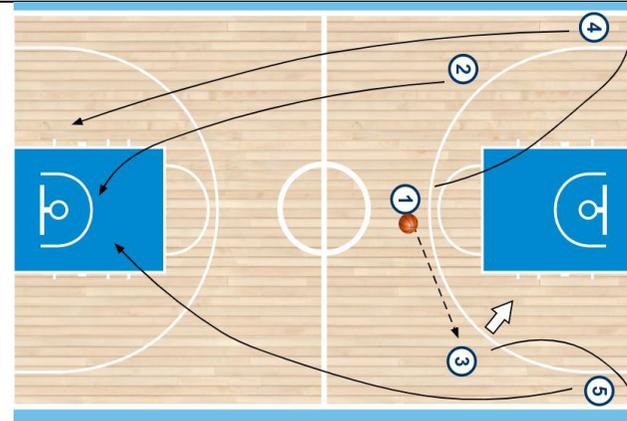


Abbildung 15: 5-3+2 (eigene Abbildung)



3. Quellenverzeichnis

- Blümel, K., Ibrahimagic, A., Menz, F., Stein, M. (2016). Leitfaden und Rahmentrainingsplanung für das Training mit Kindern und Jugendlichen. Hagen: Deutscher Basketballbund.
- Jannsen, T. (2017). Space & Attack Offense. Madison: Performance Max Basketball Training.
- Krause, J., Nelson, C. (2015). Basketball Skills & Drills (3. akt. Aufl.). Champaign: Human Kinetics Publishers.
- Maaßmann, J., Mayer O. (2017). Minibasketball Leitfaden. (2. überarb. Aufl.) Hagen: Deutscher Basketballbund.
- National Basketball Association (2020). Toronto Raptors Team Stats. NBA. Aberufen von: <https://www.nba.com/stats/team/1610612761/traditional/>
- National Collegiate Athletic Association (2020). Greenville Panthers Statistics. NCAA. Abgerufen von: http://stats.ncaa.org/teams/487616?utf8=%E2%9C%93&year_id=487616&sport_id=507001&commit=Submit&org_sport_name=&org_id=
- Tyrell. A. (2019). Presentation College Fastbreak Breakdown. Championship Productions.
- World Association of Basketball Coaches (2016). Coaches Manual. Mini-Basketball. Mies: International Basketball Federation.