

# Basketball in der Schule – Spiele und Wettkämpfe: 3 gegen 3 «Easy-Basket»

Diese einfache Spielform verlangt eine maximale Beteiligung der SuS. Alle sind sehr aktiv und die Wartezeiten sind kurz.

Kinder von zirka 6 bis 9 Jahren können in einer Normalturnhalle gleichzeitig auf drei Feldern quer auf mobile Körbe (50-100.- pro Korb) spielen. Je nach Klassengrösse sind drei bis fünf Kinder in einem Team, pro Team sind drei Kinder im Einsatz.

Die Kinder organisieren die Auswechslungen selber. Es ist nicht erlaubt, den Ball einem anderen Kind aus den Händen zu reissen. Die Schrittfehler und die Doppelregel wird zunächst nicht angewendet, erst nach und nach eingeführt (siehe Tabelle).



Klicken zum Vergrössern.

## Spiel- und Wettkampfformen

Für die Schule sind Spielformen 3 gegen 2 und dann auch 3 gegen 3 besonders gut geeignet, da dem Angriff viele Optionen offenstehen und gleichzeitig auch ausreichend Platz vorhanden ist.

Bei allen Spielformen sollen die behandelten technischen und taktischen Formen von den SuS auch verlangt werden.

Die Spielformen 1 gegen 1, 2 gegen 2, 4 gegen 4 oder 5 gegen 5 sind deutlich anspruchsvoller als 3 gegen 3.

### Alter Korbhöhe Ballgrösse Teamgrösse Spielregeln

4-9	1,90-2,10m	Soft Touch oder Grösse 4	3	Ohne Körperkontakt Ball nicht wegriessen Doppel- und Schrittregel und Feldbegrenzung progressiv einführen Ohne Rückpassregel Ohne 3"-Regel
8-13	2,60m	Grösse 4 oder 5	3-4	Ohne Rückpassregel Ohne 3"-Regel
ab 12	3,05m	Grösse 5 oder 6	3-5	3"-Regel und Rückpassregel progressiv einführen <b>Variation:</b> Bei einem Foul in der Wurfbewegung wird 1 Punkt und Ballbesitz anstelle von Freiwürfen zugesprochen

---

Quelle: Daniel Frey, Chef Ausbildung Swiss Basketball und J+S; Oliver Berger, Experte J+S und Sportlehrer



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**