

Korbball – Lektion 1: Einführung

Während dieser Lektion steht für die Schüler das Erwerben und Anwenden der Grundtechniken im Vordergrund. Passen und Dribbeln werden spielerisch geschult sowie die ersten Wurferfahrungen gemacht.

Rahmenbedingungen

- Lektionsdauer: 90 Minuten
- Stufe: 6.-9. Klasse
- Niveaustufe: Anfänger



Lernziele

- Basistechniken ausbauen: Pass und Dribbling
- Die wichtigsten Punkte des Standwurfes kennen
- Grundregeln kennen

Technische Hinweise – Standwurf

- Füße sind parallel, Wurfhand hinter dem Ball, die Schutzhand seitlich am Ball
- Aus Knien Körperstreckung und Hochführen des Balles
- Strecken des Wurfarmes
- Das Handgelenk abklappen, den Arm gestreckt lassen

[Korbball – Lektion 1: Einführung](#)(pdf)

Quelle: Saskia Zubler, Sportlehrerin und J+S-Expertin Korbball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO