

FooBaSKILL: Lektion «BaSKILL»

Priorität dieser zweiten Lektion: Spielen. Dabei entwickeln die Schülerinnen und Schüler die BaSKILL-Grundlagen, vor allem die offensiven und defensiven Rebounds.

Rahmenbedingungen

- Lektionsdauer: 90 Minuten
- Alter: 8-20 Jahre
- Schulstufen: Primarstufe (ab 3. Klasse), Sekundarstufe I und II
- Niveau: Anfänger und Fortgeschrittene

Lernziele

- Spielerisch den Oberkörper trainieren.
- Ball werfen, Zusammenspiel, offensive und defensive Rebounds fangen.
- BaSKILL-Regeln verstehen und anwenden.

Bemerkungen

- [FooBaSKILL-Reglement](#) und [Punktevergabe](#) kennen.
- Spiele und Spieldauer an das Niveau der Gruppe anpassen.

[Lektion «BaSKILL»](#) (pdf)

Quelle: [Michal Lato, Piero Quaceci, Pascal Roserens](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO