

Korbball – Passen und Dribbling: Vorrat leeren

Den Ball präzise und möglichst schnell zu spielen ist keine leichte Aufgabe. Diese Übung bringt die Spielenden an das Ziel.

Vier Langbänke bilden in der Hallenmitte ein Quadrat. Darin liegen verstreut alle Bälle. Ein Zweierteam wirft die Bälle nacheinander aus dem Lager, irgendwo in die Halle raus.

Die restlichen Spieler müssen die Bälle ins Lager zurückbringen, müssen jedoch die Bälle zuerst gegen die Wand spielen, bevor sie ihn zurücklegen dürfen.



Gelingt es dem Ausräumteam, das Lager zu leeren?

Variationen

einfacher

- Nur eine Person leert den Vorrat aus.

schwieriger

- Der Ball darf nur dribbelnd zurückgebracht werden.

Material: Langbänke, diverse Bälle

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO