

Für Kinder – Basketball: Lektion 1 «Dribbeln 1»

Die Kinder sind nach dieser Lektion fähig zu dribbeln, ohne den Ball zu schlagen und können dribbelnd stoppen und wieder starten.



Rahmenbedingungen

- **Lektionsdauer:** 60 Minuten
- **Niveau:** einfach
- **Empfohlenes Alter:** 8-10 Jahre
- **Gruppengrösse:** 6-20
- **Kursumgebung:** Turnhalle oder Aussenplatz mit mindestens zwei Körben (ideal sind 4 Seitenkörbe)
- **Sicherheitsaspekte:** Die Kinder sollen Turnschuhe tragen. Bälle und Material, welches während einer Übung oder im Spiel nicht gebraucht wird, wegräumen.

Zielsetzungen/Lernziele

- Fähig sein, zu dribbeln, ohne den Ball zu schlagen und dribbelnd zu stoppen und wieder starten.

[J+S-Kids – Basketball: Lektion 1 «Dribbeln»](#) (pdf)

Quelle: J+S-Kindersport



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO