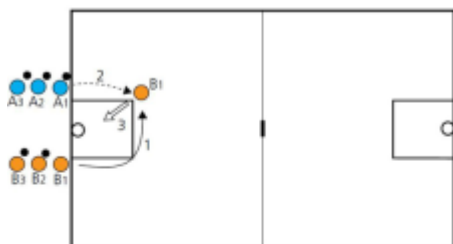


Korbball – Werfen und zielen: Entscheidungsdrill

Wenn der Verteidiger gut steht, ist ein Pass zu einem frei stehenden Mitspieler einem Wurf vorzuziehen. In dieser Übung wird gelernt, angemessen auf bestimmte Spielsituationen zu reagieren.



Legende			
	Angriffspieler		Markierungshütchen
	Angriffspieler mit Ball		Maststab
	Verteidiger		Reifen
	Spieler		Langbank
	Spieler mit Ball		Weichbodenmatte
	Laufweg		Matte
	Pass, Ballweg		Schwedenkasten
	Prellen des Balles		Minitrampolin
	Wurf		

Es stehen zwei Reihen (A und B) neben dem Korb auf der Grundlinie. Spieler B1 rennt in Richtung Freiwurfecke (3 m), vis-à-vis der A-Gruppe. A1 spielt B1 an. Wenn A1 nach dem Pass B1 verteidigt, versucht B1 mit dem Korbleger den Abschluss zu finden.

Wenn A1 nach dem Pass stehen bleibt, wirft B1 von der Ecke aus mit einem Positionswurf. B1 schliesst hinter der Gruppe A an, während A1 zur gegenüberliegenden Freiwurfecke läuft und den Ball von B2 von der Grundlinie aus erhält, usw.

Variation

Teamwettkampf: Pro Treffer ein Punkt, einen Zusatzpunkt für das Team, das den Rebound holt. Nach jedem Punkt schliesst der Spieler, der angegriffen hat, hinter die Kolonne seines Teams an. Wer holt zuerst 10 Punkte?

Material: Zwei Bälle, Körbe

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO