

# Aufwärmen – Sek. I und Sek. II: Königsball plus

Das Spiel eignet sich allgemein zum Aufwärmen, kann jedoch auch als Einstieg in eine Handball-, Basketball- oder Volleyballlektion dienen. Die Kinder und Jugendlichen sollten den Ball gut fangen und sich freilaufen können.



## Der Weg auf den Thron

Bei der Grundvariante wird durch geschicktes Zupassen (Laufen mit Ball verboten) versucht, den Ball in die Nähe des «eigenen» Kastens mit Mitspieler drauf zu bringen. Der Gegner versucht zu stören. Das Ziel ist, den Mitspieler auf dem Kasten (König) mit Bodenpass anzuspielen. Dieser versucht, in den Basketballkorb zu treffen.

Gelingt dies, bekommt die Mannschaft einen Punkt. Springt der Ball zurück, spielt das Team, welches den Ball erobert hat, weiter. Der den Pass gebende Spieler wechselt bei erfolgreichem Pass auf den Kasten (auch wenn der Mitspieler den Korb nicht trifft). Das Spiel wird intensiver, wenn die Mindestanzahl der Pässe vorgegeben wird, bevor der König angespielt werden kann.

Die Volleyball-Grundgesten Pass, Manchette und Smash müssen bekannt sein. Die Zuspiele auf den Kasten geschehen durch diese Gesten.

Gelingt dies mit Pass auf Zuwerfen von einem Mitspieler und der eigene Spieler trifft den Korb, gibt es einen Punkt. Beim Zuspiel mit Manchette zwei Punkte, beim Zuspiel via Bodensmash drei Punkte.

## Variationen

- Die Volleyball-Grundgesten Pass, Manchette und Smash müssen bekannt sein. Die Zuspiele auf den Kasten geschehen durch diese Gesten.
- Gelingt dies mit Pass auf Zuwerfen von einem Mitspieler und der eigene Spieler trifft den Korb, gibt es einen Punkt. Beim Zuspiel mit Manchette zwei Punkte, beim Zuspiel via Bodensmash drei Punkte.

**Bemerkung:** Eine Geste nach der anderen ins Spiel einbauen. Erst wenn alles gut funktioniert, alle drei zusammen!

**Material:** Schwedenkästen, Basketballkorb, verschiedene Bälle.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**