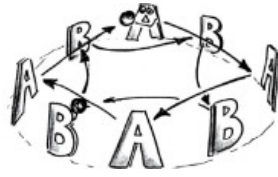


Basketball

Ballverfolgung

Durch schnelles Passen im Kreis wird der gegnerische Ball überholt. Eine Übung zur Verbesserung des Passens und Annehmens des Balles.



(https://www.mobilesport.ch/2011/02/01/basketball-ballverfolgung/grafik_uebung_pb_18_6_a_1/)

Einen Kreis aus acht bis zwölf Spielern bilden, abwechselungsweise aus Spielern der Mannschaften A und B. Ein Ball pro Mannschaft. Auf ein Signal hin spielen sich die Schüler schnelle Pässe zu, mit dem Ziel, den gegnerischen Ball einzuholen.

Variation

Mit Bodenpässen. Auf Pfiff Richtungswechsel.

Bemerkung: Für den Ballempfang Hände auf Brusthöhe, Handflächen gegen aussen.