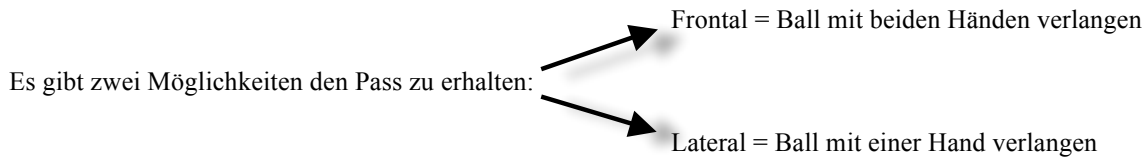


# Kurs Trainer Mini-Basket

## Der Pass


### Einführung

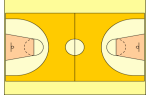
Der Pass ist die anspruchsvollste Grundtechnik für die Kinder, da zum ersten Mal eine Zusammenarbeit von zwei Spielern stattfindet. Im Spiel gibt es kaum Situationen, wo die Passgeber und –empfänger stillstehen; oder wo kein Verteidiger versucht den Ball zu erwischen. Folglich ist es unsere Aufgabe im Training möglichst spielfähige Übungen für die Verbesserung der Passtechnik zu verwenden.



Folgende Pässe sollen im Mini-Basket beigebracht werden (beachte dabei, dass das taktische Kernelement das Give And Go ist):

- ✚ Beidhändiger Brustpass
- ✚ Einhändiger Pass (seitlicher Kurvenpass)
- ✚ Pass aus dem Dribbling
- ✚ Bodenpass

Prinzipien		
	<p><b>Für den Passgeber</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Daumen zeigen zueinander (W o. T)</li> <li>✚ Streckung der Arme</li> <li>✚ Handgelenke abklappen</li> <li>✚ Aus Schulterhöhe zielen</li> <li>✚ Mit der vom Verteidiger weiter entfernten Hand passen</li> </ul>	<p><b>Für den Passempfänger</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Finger auseinander</li> <li>✚ Hände geben das Ziel vor</li> <li>✚ Arme leicht gebeugt</li> <li>✚ Beine gebeugt</li> <li>✚ Ball zum Körper hin abfedern</li> </ul>

	<b>Übungen</b> (Aufbau vom Pass aus dem Stand zum Pass im Spiel)
---	--

### A) Aus dem Stand

#### Übung No 1

Zu zweit, einander gegenüber, Abstand zirka 3 Meter, Brust- und Bodenpässe spielen. Variante: Die Kinder bewegen ihre Füße an Ort und setzen die Füße wenn sie den Ball annehmen.

#### Übung No 2

Zu dritt, aufgestellt als Dreieck, Abstand zirka 3 Meter, einhändige Pässe spielen (seitliche Kurvenpässe). Der Umlaufsinn wird gewechselt, wenn der Coach ein Signal gibt. Variante: Die Kinder wechseln den Umlaufsinn selbständig oder nach einer gewissen Anzahl Pässen.



**Bemerkung**



Diese statischen Übungen sind nur für die Einsteiger gedacht, damit sie sich an die Passtechnik gewöhnen können. Sobald die Kinder die Pässe in Spielformen anwenden können, soll unbedingt auf diese statischen Formen verzichtet werden!!!

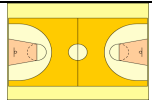
**B) Aus dem Dribbling**

In der Transition sollen die Kinder aus dem Dribbling einen Pass zu einem weiter vorne rennenden Kind spielen können. Weiter ist es wichtig, dass sich ein Kind vom Druck der Verteidigung mit einem Dribbling befreien und anschliessend gleich einen Pass spielen kann.



**Prinzipien**

- Kreuzschritt
- Einhändiger Pass
- Offener Pass (das Bein auf der Passseite bewegt sich gleichzeitig nach vorne)



**Übungen**

**Übung No 3**

Die Kinder stellen sich entlang der Wand auf. Sie sollen erleben, wie der Bewegungsablauf genau funktioniert (auf beide Seiten üben):

- Dribbling mit Kreuzschritt
- Einhändiger Pass mit dem folgenden Schritt (=offener Pass)

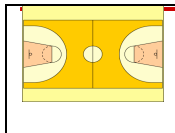
Übung No 4	Organisation	Akzente
<p>Zwei Kolonnen, Spieler 1 mit Ball. Spieler 2 kommt als passiver Verteidiger zu Spieler 1. Spieler 1 macht einen Kreuzschritt und einen offenen Pass zu Spieler 4 und wird zum passiven Verteidiger gegen Spieler 4; und geht nachher in die Kolonne B. Zuerst alle mit der rechten Hand, dann alle mit der linken Hand.</p>		<p>Pass aus dem Dribbling</p>
<p><u>Technische Elemente</u> Alle technischen Elemente des Passes aus dem Dribbling.</p>		

**C) Aus der Bewegung**



**Prinzipien**

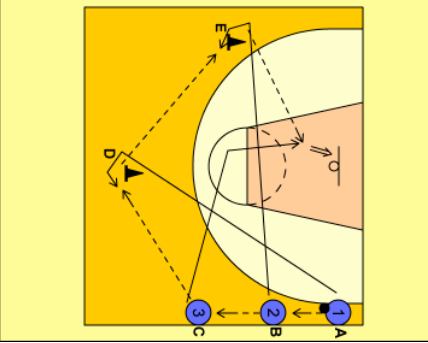
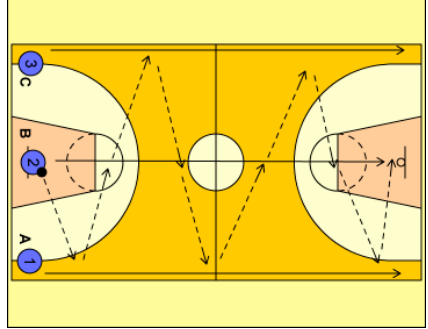
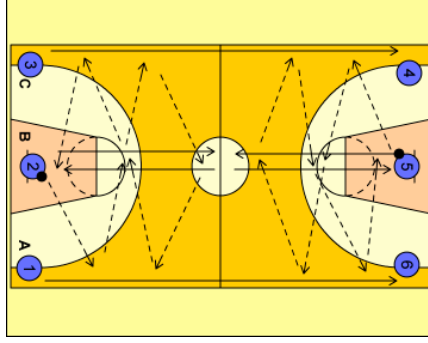
- Der Passgeber antizipiert die Bewegung des Passgebers
- Der Passempfänger gibt das Ziel vor (frontal=beidhändig, lateral=einhändig)



**Übungen**

Übung No 5	Organisation	Akzente
<p>Passen und Nachlaufen. Der Passempfänger (hier Spieler 2) geht dem Passgeber (Spieler 1) entgegen und bekommt den Ball. Spieler 1 rennt zur Kolonne B. Spieler 2 gibt den Pass zu Spieler 3, der ebenfalls dem Ball entgegenkommt, und geht in Kolonne A.</p> <p>Ziel: Eine gewisse Anzahl Pässe ohne Fehler erreichen.</p>		<p>Der Pass aus der Bewegung</p>
<p><u>Technische Elemente</u> Alle Elemente des Passes aus der Bewegung</p> <p><u>Varianten</u> Brustpass, Bodenpass, seitlicher Kurvenpass</p>		
Übung No 6	Organisation	Akzente
<p>Zu zweit, einander gegenüber, nach jedem Pass eine laterale Bewegung ausführen und stets das Ziel für den Pass vorgeben (korrekt anzeigen).</p> <p>Die Spieler sollen einhändige und beidhändige Pässe spielen.</p>		<p>Der Pass aus der Bewegung</p>
<p><u>Technische Elemente</u> Alle Elemente des Passes aus der Bewegung</p>		
Übung No 7	Organisation	Akzente
<p>Zwei Kolonnen, in Kolonne A je einen Ball.</p> <p>Spieler 2 rennt um das Verkehrshütchen, bekommt den Ball und stoppt mit einem Schrittstopp ausgerichtet zum Korb.</p> <p>Spieler 1 rennt zum Törchen, bekommt den Ball von Spieler 2, stoppt wieder mit einem Schrittstopp ausgerichtet zum Korb und wirft auf den Korb.</p>		<p>Pässe aus der Bewegung.</p>
<p><u>Technische Elemente</u> Alle Elemente des Passes aus der Bewegung.</p> <p><u>Varianten</u> Aufbaumöglichkeit: Zuerst anhalten, dann den Pass bekommen; später mit dem Fangen des Balls stoppen.</p>		



Übung No 8	Organisation	Akzente
<p>Drei Kolonnen (A, B, C) und zwei weitere Positionen (D, E), alle in Kolonne A haben einen Ball.</p> <p>Spieler 1 passt zu Spieler 2 und rennt auf Position D. Spieler 2 passt zu Spieler 3 und rennt auf Position E. Spieler 3 passt zu Spieler 1 auf Position D und schneidet zum Korb. Der Ball wird zu Position E gepasst und anschliessend zum scheidenden Spieler 3 gespielt, der nun den Korb macht.</p> <p>Rotation : A→B→C</p>		<p>Les passes en mouvement</p>
<p><u>Technische Elemente</u> Alle</p>		
Übung No 9	Organisation	Akzente
<p>Drei Kolonnen, alle Spieler in der Kolonne B mit einem Ball. Alle rennen in ihrem Korridor nach vorne und spielen eine Pass laufend eine Station weiter (B zu A, A zu B, B zu C, C zu B etc.).</p> <p>Kann als Welle oder als Kreisbetrieb organisiert werden.</p> <p>Rotation : A→B→C</p>		<p>Pässe in der Bewegung.</p>
<p><u>Technische Elemente</u> Alle</p>		
Übung No 10	Organisation	Akzente
<p>Sechs Kolonnen, in der mittleren Kolonne pro Seite haben alle einen Ball.</p> <p>Gleich wie Übung 9, doch kurz vor der Mittellinie drehen die Spieler 2 und 5 um, die anderen Spieler gehen weiter.</p> <p>Rotation : A→B→C</p>		<p>Pässe in der Bewegung.</p>
<p><u>Technische Elemente</u> Alle</p> <p><u>Varianten</u> Spieler 1, 3, 4 und 6 drehen in der Mitte um, 2 und 5 laufen weiter. Nach der Mitte führen die Spieler im mittleren Korridor ein paar Dribblings aus und geben einen Assist auf den Spieler der links oder rechts zum Korb schneidet.</p>		

### D) Mit Verteidigung


Das ist die übliche Situation im Mini-Basket. Die Verteidigung steht oft nicht perfekt und es ist schwierig für die Kinder zu entscheiden, ob ein Pass ankommen wird oder nicht.

Spiele ganz ohne Dribbling sollten selten angewendet werden, viel häufiger sollen Übungen und Spiele gewählt werden, womit die Kinder verstehen lernen, dass ein Pass schneller ist als das Dribbling. Dabei muss berücksichtigt werden, dass der richtige Pass in einer Situation von den Kindern oft noch gar nicht ausgeführt werden kann.

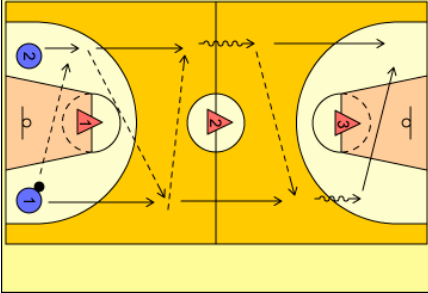
Auch in den folgenden Übungen hat der Pass Priorität über das Dribbling; trotzdem muss der Coach in vielen Situationen bei den Kindern ein paar Dribblings mehr zulassen.

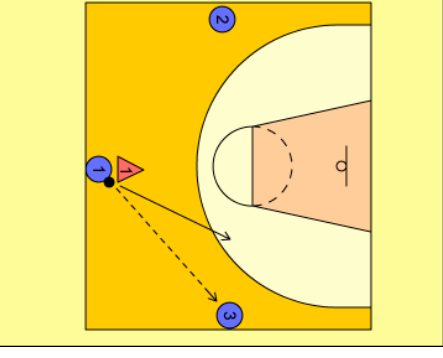
Das oft gespielte Schnapp-Ball finden wir kein geeignetes Spiel. Es geht dabei lediglich um eine gewisse Anzahl Pässe zur erreichen, es fehlt jedoch eine Spielrichtung und somit auch eine Beurteilung, ob ein Pass überhaupt sinnvoll ist. Es kommt dabei zu vielen Fehlern:

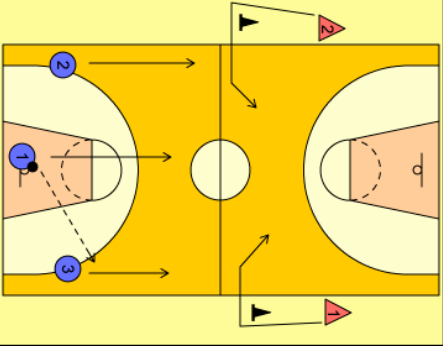
- ✚ Schrittfehler
- ✚ Bogenpässe
- ✚ Drei Sekunden
- ✚ Fünf Sekunden
- ✚ Schnitte weg vom Korb
- ✚ Verlassen des Spielfeldes

	<b>Prinzipien</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Passempfänger muss den Ball mit derjenigen Hand verlangen, die weiter entfernt ist vom Verteidiger</li> <li>• Der Passgeber zielt genau auf diese Hand und antizipiert (=schätzt ein) den Ort, wo der Passempfänger den Ball fangen wird</li> </ul>

	<b>Übungen</b>
---	----------------

Übung No 11	Organisation	Akzente
<p>Zwei Kolonnen hinter der Grundlinie. Ein Verteidiger pro Kreis. Die Verteidiger dürfen nicht aus dem Kreis hinausgehen. Die Spieler 1 und 2 versuchen passend über das Spielfeld zu rennen, ohne dass ein Verteidiger den Ball wegschnappen kann. Die Angreifer dürfen maximal drei Mal dribbeln. Auf der anderen Seite bilden die Spieler erneut zwei Kolonnen. Nach 1-2 Feldüberquerungen von allen Spielern werden die Verteidiger ausgewechselt.</p> <p><u>Technische Elemente</u> Alle</p> <p><u>Variante</u> Den Verteidiger einen Streifen von Seitenlinie zu Seitenlinie zuweisen. Die Verteidiger dürfen sich nur seitlich bewegen.</p>		<p>Passen trotz Verteidiger</p>

Übung No 12	Organisation	Akzente
<p>Zwei Spieler in einer 1-1-Situation ab der Mitte des Feldes. Zwei Pässeure stehen als Anspielstationen zur Verfügung. Die Verteidigung muss aggressiv sein.</p>		<p>Pass trotz Verteidigung korrekt ausführen.</p>
<p><u>Technische Merkmale</u> Alle</p>		

Übung No 13	Organisation	Akzente
<p>Drei Kolonnen auf der Grundlinie, zwei Verteidigerkolonnen auf Höhe der gegenüberliegenden Freiwurflinie. Auf das Signal des Coaches versuchen die drei Angreifer einen Korb zu erzielen, die Verteidiger müssen zuerst um ein Hütchen rennen und versuchen anschliessend den Korb zu verhindern. Rotation: Die Angreifer 2 und 3 werden Verteidiger, Angreifer 1 und die beiden Verteidiger rennen zurück in die Angreiferkolonnen.</p>		<p>Passqualität trotz Verteidiger.</p>
<p><u>Technische Merkmale</u> Alle</p> <p><u>Variante</u> Wenn die Verteidiger den Ball erobern können, dann greifen sie auf den gegenüberliegenden Korb an, die Angreifer 2 und 3 werden sofort zu Verteidigern, Angreifer 1 geht raus und zurück in die Kolonne.</p>		

