

# Freikurs Basketball



## Fachschaft Sport



<https://www.bild.de/sport/mehr-sport/basketball/basketball-feldverweis-fuer-neuen-hamburg-towers-star-michael-carrera-66407246.bild.html>

<https://www.basketball-bund.de/news/teams/a-damen/dbb-damen-gegen-spanien-druck-113349>

## WAS / WOZU ?

Im Laufe des Kurses wird die Technik vom Werfen, Passen, Dribbeln und Verteidigen eingeübt. Die erlernten technischen Grundfertigkeiten werden ausgehend vom 1:1 über das 3:3 bis zum 5:5 spielerisch umgesetzt. Taktische Elemente wie Give and Go und Pick and Roll sowie verschiedene Aufstellungen im 5:5 werden geschult. Die technischen Grundfertigkeiten sollten dazu dienen, ein kompetenterer Basketballspieler zu werden. Die taktischen Inputs helfen, ein geordnetes und auch spannendes Spiel für alle Beteiligten zu ermöglichen. Taktische Absprachen und Raumaufteilungen sind bei einem Spiel auf einem eher kleinen Feld unerlässlich. Jedes Jahr findet ausserdem die kantonale Ausscheidung für den Schulsporttag (SekP bis 1.GYM) statt, sowie die schweizerische Mittelschulmeisterschaften (bis Matura). Der Freikurs kann eine Vorbereitung für diese Turniere sein.

## INFORMATIONEN / KONTAKT

Der Kurs findet wöchentlich während zwei Lektionen statt. Fragen an: [ivo.bessire@kssso.ch](mailto:ivo.bessire@kssso.ch).

## DRIBBELN

WERFEN



PASSEN

<https://swiss.basketball/de/swiss-basketball>