

Durch qualifizierte Übungsleiter werden die Grundlagen des Basketballspiels nach neustem Stand alters- und leistungsgerecht vermittelt. Das Angebot läuft über ein komplettes Schuljahr und richtet sich an Wahlpflicht- und Neigungskurse sowie Angebote für den Ganzttag (AG's).

Exemplarische Übungseinheit (90 min):

- Begrüßung und Regelkunde
- Warm-up/Stretching/Spielformen
- Individuelle Techniken/Taktiken
- Mannschaftstaktiken(Off./Def.)
- Spielarten

Weitere Trainingsinhalte:

- Ballhandling (nicht fürs Spiel sondern für das Ballgefühl)
- Passen (Grundtechniken: Brustpass, Überkoppass, Bodenpass etc.)
- Dribbeln (Technik, optionen-Crossover etc.)
- Werfen (Technik, Optionen –Stand, Sprung etc.)
- Abschlüsse (Lay-up, Powermove etc.)
- Individuelle Taktiken (Cuts, Blöcke, Freilaufen)
- Mannschaftstaktiken (Transition, Fast Break, „Plays“)
- Verteidigung (Grundtechniken: individuell und als Team)
- Spielformen (Bump, Horse, Around the World)
- Regelkunde / Geschichte
- Spielarten / Techniken (1 gegen 1, 2 gegen 2, 3 gegen 3 etc.)

Die Übungseinheiten finden wöchentlich statt.

Neben der Referenzstellung werden die teilnehmenden AG's / Kurse mit 10 Profi-Basketbällen sowie Leibchen ausgestattet.



HAMBURG TOWERS
MORE THAN BASKETBALL

Umfang: 20 AG's / Kurse

Altersstufe: Grundschulen ab Klassenstufe 4,
weiterführende Schulen Klassestufe 5 bis 12

Bewerbung: Die Bewerbung für eine AG / Kurs erfolgt durch
die Schulen bis zum 18.12. per Email an
info@sportport.de

Bitte die Altersstufe, Gruppengröße und
mögliche Terminwünsche angeben.

Den Jahresabschluss bildet ein großes Basketball-Event für
Hamburger Schülerinnen und Schüler in der Heimstätte der
Hamburg Towers, der Wilhelmsburger Inselparkhalle.

In Kooperation mit dem Hamburger Landesinstitut für
Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) wird im Zeitraum
März / April 2016 eine zentrale Lehrerfortbildung angeboten,
mit dem Thema: „Moderne Spiel- und Trainingsformen im
Basketball, alters- und leistungsgerechtes Training für den
Sportunterricht“.

Sportport GmbH • info@sportport.de • 040 6966679-21

**BEGINN IM
FEBRUAR 2016**

**DAS ANGEBOT IST
KOSTENFREI.**

**ABSCHLUSS-
VERANSTALTUNG**

FORTBILDUNG

KONTAKT



HAMBURG TOWERS
MORE THAN BASKETBALL

