SICHTUNGSKONZEPT BASKETBALL

Das Konzept der Leistungssportförderung Basketball zur Sichtung talentierter Schüler aus dem Jahrgang 4 in die Sportklassen 5 der Carl-von-Weinberg-Schule setzt sich aus 4 Komponenten zusammen:

1. Parcours zur Überprüfung koordinativer Fähigkeiten
2. Basketball-Fünfkampf zur Überprüfung der wesentlichen Basketball-Elemente bzw. der sportmotorischen Fähigkeiten
3. Spiel zur Überprüfung der allgemeinen Spielfähigkeit
4. Probetag an der Schule mit Unterricht und Sport

Zu 1.
Durchlaufen eines Dribbelparcours mit Balancieren über Bänke, Überspringen von Bänken, Überlaufen einer Koordinationsleiter, Springen zwischen Reifen, Slalom

Zu 2.
Dribbeln:
Eine Slalomstrecke wird dribbelnd mit Handwechseln zurückgelegt. Die Zeit wird gestoppt.

Passen:
1-Minute-Partnerübung: Ein Schüler pendelt vor jedem Pass jeweils 3 Meter nach links und wieder zurück in die Ausgangsposition. Seine Pässe werden gezählt.

Werfen:
1 Minute Stand- bzw. Positionswurf auf den Korb aus 3 Metern Entfernung. Die Treffer werden gezählt.

Sprinten:
Jeweils 2 Schüler sprinten gegeneinander eine Strecke von 30 Metern. Die Zeiten werden gestoppt.

Springen:
5er-Hopp: Jeweils mit dem linken und rechten Bein wird aus dem Stand 5 Mal hintereinander gesprungen. Die Weite wird gemessen.

Zu 3.
Spiel 4-gegen-4 auf das ganze Spielfeld.

Zu 4.
Die Schüler durchlaufen einen Probetag an der Carl-von-Weinberg-Schule. Sowohl im Sport/Training als auch in Unterrichtssituationen liegt der Schwerpunkt auf der Beobachtung von Leistungsbereitschaft, Arbeitsverhalten und vor allem Kooperations- und Teamfähigkeit.