

Die Prüfung: Methodik Basketball



**BERGISCHE
UNIVERSITÄT
WUPPERTAL**

Praxis

Die Prüfung gliedert sich in drei Teile:

Teil I: 25%

Techniküberprüfung:

- Ballhandling und Dribbling im Slalom
- Druckwurfkorbleger rechts und links
- Sprungwurf aus Dribbling

Ballhandling und Dribbling

Lockere, natürliche Körperhaltung

Ball wird leicht seitlich neben Körper gedribbelt

Blick weg vom Boden

Ball wird gestreichelt und nicht gehauen (nicht gesamte Handfläche)

Berührung leicht seitlich, oben (Kein schaufeln)

Saubere Handwechsel vor Körper auf Kniehöhe

Hütchen werden nicht umgelaufen

Druckwurfkorbleger

Andribbling 45 Grad

Richtige Schrittfolge

Absprung mit einem Bein

Richtiger Absprungort unter Korb

Absprung nach oben und nicht nach vorne

Ball wird mit beiden Händen geführt

Abwurf mit einer Hand

Saubere Kurve des Balls (mit Brett oder direkt)

Landung auf beiden Beinen

Sprungwurf

Tiefer Körperschwerpunkt/ Knie gebeugt

Füße stehen parallel und schulterbreit

Eine flüssige Körperbewegung

Wurfhand unter Ball und andere Hand stützt seitlich

Absprung mit beiden Beinen

Körper gestreckt

Abwurf mit einer Hand

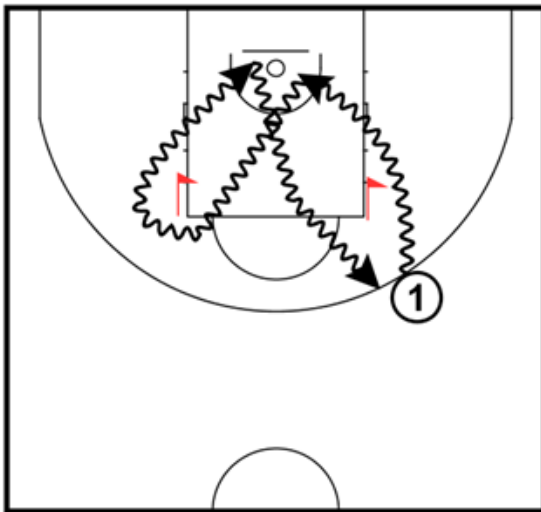
Abknicken Handgelenk

Richtiges Abwurf timing (spätestens am höchsten Punkt)

Rückwärtsrotation des Balles

Teil II: 25%

Korbleger von der rechten & linken Seite eine Minute auf Zeit



männlich	
Treffer	Note
12	1,0
11	1,3
10	1,7
9	2,0
8	2,3
7	2,7
6	3,0
5	3,3
4	3,7
3	4,0
unter 4	NB

weiblich	
Treffer	Note
11	1,0
10	1,3
9	1,7
8	2,0
7	2,3
6	2,7
5	3,0
4	3,3
3	3,7
2	4,0
unter 2	NB

Teil III: 50%

Prüfungsspiel im 4vs4 und 5vs5, MMV

Spiel mit Ball/ Offenseverhalten	Defensiveverhalten	Spiel ohne Ball/ taktisches Verhalten
Situationspezifischer Einsatz der Grundfertigkeiten	Regelgerechtes Verhalten in der MMV	Entscheidungs- und Wahrnehmungsfähigkeit in Grundsituationen des Spiels
<ul style="list-style-type: none"> - Ballhandling/ Dribbling - Passen/ Fangen - Korbwürfe - Finten 	<ul style="list-style-type: none"> - Verteidigungsgrundhaltung - Gegen Angreifer ohne Ball - Gegen Angreifer mit Ball 	<ul style="list-style-type: none"> - Zusammenspiel im Team - Freie Räume nutzen - Anbieten zum Korb - Einsatz von Blocks und Cuts

Theorie

Die Klausur (90 Minuten) bezieht sich auf die Inhalte der Veranstaltung „Methodik Basketball“ des jeweiligen Semesters, in dem die Klausur geschrieben wird, sowie auf die entsprechende Literaturliste.