

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer Offensive: 4. Jahrgang - Spiele für die Schulstunde | Rostock 2019

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=qs2a-XklrTA>

**Referent\*in:** 4. Jahrgang MTO

**Ort, Jahr:** Rostock, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Dribbling</b>	High Five	3:30 - 10:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle dribbeln durch die Halle (je nach Hallengröße auch nur die Hälfte oder weniger – je kleiner, umso mehr Begegnungen)</li> <li>- wenn man sich begegnet High Five</li> <li>- mit links dribbeln und bei Begegnung mit rechts die Hand geben</li> <li>- mit links dribbeln, bei Begegnung mit dem rechten und dann dem linken Fuß „einklatschen“</li> </ul>
	Schattendribbeln		<ul style="list-style-type: none"> <li>- zu zweit</li> <li>- einer macht etwas vor, der andere muss es nach machen</li> </ul>
	Spiegeldribbeln	10:00 - 11:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gegenüber aufstellen</li> <li>- einer macht etwas vor, der andere muss es wie ein Spiegel nach machen</li> </ul>
	Autoscooter	11:30 - 14:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- je nach Leistungsstand Feldgröße anpassen</li> <li>- durch das Feld dribbeln und versuchen den anderen auszuweichen</li> </ul>
	Verkehrspolizist	14:00 - 18:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- einer ist der Polizist, alle anderen stehen ihm gegenüber</li> <li>- er gibt durch seine Bewegungen die Richtung vor, alle anderen machen nach</li> </ul>
	Feuer Wasser Sand	18:00 - 24:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle dribbeln durch die Halle auf Kommando Aktion ausführen (Sand = flach auf den Boden legen, Wasser = auf eine Bank gehen, Feuer = an die Wand gehen, ...)</li> </ul>
	Fangen mit Haus	25:00 - 31:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle dribbeln, einer fängt</li> <li>- es gibt Hütchen (Häuser), wenn man seinen Fuß daraufstellt, darf man nicht gefangen werden</li> <li>- es darf immer nur einer seinen Fuß darauf haben, wenn schon jemand dort ist, schreit man „Weg da!“ dann muss derjenige weggehen und man darf selbst ins Haus</li> <li>- man muss immer das Haus wechseln, darf nicht zweimal hintereinander in das Gleiche</li> </ul>
	Ball weg tacken	31:00 - 35:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle dribbeln, der Fänger hat keinen Ball, sie stehen sich gegenüber</li> <li>- der Fänger versucht den anderen den Ball weg zu tacken, schafft er es, kommt der Ball an die Seite und der andere muss ihm helfen</li> </ul>
	Balldieb	47:00 - 58:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle dribbeln durch die Halle und versuchen dabei fair! den Ball weg zu tippen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- wenn er weggetippt wurde, muss man schnell den Ball wiederholen zu einem Korb treffen, einen Korb werfen und darf wieder rein</li> </ul>
	Eiskönig	58:30 - 1:06:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eiskönig steht mit dem Rücken zu den restlichen Kindern</li> <li>- alle anderen haben einen Ball und müssen versuchen auf seine Seite zu kommen</li> <li>- auf Kommando dürfen alle losdribbeln und der Eiskönig darf sich umdrehen</li> <li>- schwieriger der Eiskönig darf selbst entscheiden wann er dreht</li> <li>- wenn er beim Bewegen erwischt, der muss zurück zur Startlinie</li> <li>- Wer ist als Erster drüben? dann Eiskönigwechsel</li> </ul>
	Heiße Kartoffel	1:06:00 - 1:11:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- durch die Halle dribbeln</li> <li>- kommt das Kommando „Heiße Kartoffel!“, Ball auf den Boden legen, schnell einen neuen suche und weiter dribbeln</li> <li>- schwieriger: einen Ball wegnehmen</li> </ul>
	Endzonenball	1:11:00 - 1:34:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zwei Mannschaften</li> <li>- durch passen versuchen in die Endzone vom Gegner zu kommen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: 4. Jahrgang - Theorieteil Schule & Verein | Rostock 2019

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=PH58unnZqJI>

**Referent\*in:** 4. Jahrgang MTO

**Ort, Jahr:** Rostock, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Notwendigkeit		<ul style="list-style-type: none"> <li>- gemeinsame Ziele (Kinder bewegen)</li> <li>- Lehrer und Trainer können voneinander lernen (Win-Win Situation)</li> <li>- Vereine wollen Mitglieder gewinnen → machen ersten Schritt</li> </ul>
	Ziele		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vereine</li> <li>· Talentsichtung</li> <li>· Mitgliedergewinne</li> <li>· Popularitätssteigerung</li> <li>· finanzieller Zuschuss (z.B. durch Sponsoren, Schulligen)</li> <li>- Schulen</li> <li>· Angebotserweiterung</li> <li>· Vorbereitung für Wettbewerbe (bspw. Jugend trainiert für Olympia)</li> <li>· Imagesteigerung</li> <li>- Kinder</li> <li>· Spaß</li> <li>· Förderung der Bewegung und Gesundheit</li> <li>· mit Freunden spielen</li> </ul>
	Herausforderungen		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ganztagschulen und G8</li> <li>· immer mehr Unterricht bis 16 Uhr → negative Auswirkung auf Verein (späteres Training)</li> <li>· aber: Möglichkeit AGs anzubieten, womit Schule entlastet wird (Übungsleiter von Vereinen billiger als Lehrer)</li> <li>- weniger Ehrenamtliche</li> <li>· für AGs zuverlässige Übungsleiter zu finden ist schwierig</li> </ul>
	Gelingensbedingungen		<ul style="list-style-type: none"> <li>- klare Kommunikation (Übungsleiter und Lehrer auf Augenhöhe)</li> <li>- sichergestellte Finanzierung</li> <li>- zielgruppengerechtes Angebot (à Minileitfaden*)</li> <li>- qualifiziertes Personal</li> <li>- AG anwerben, um Schüler zu gewinnen</li> <li>- geeigneter Raum und gutes Material (kleine Bälle, niedrige Körbe)</li> <li>- Öffentlichkeitsarbeit</li> <li>- Rahmenbedingungen festlegen</li> </ul>
	Fallbeispiel Grundschulliga		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bsp. für gelungene Kooperation</li> <li>- von Verein geplant, Schule profitiert</li> <li>· Kinder bewegen sich, spielen Basketball</li> <li>· erlerntes kann im spielerischen Wettkampf angewendet werden</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Kinder müssen nicht im Verein angemeldet sein</li> <li>- Ziele:</li> <li>· Bewegungsdrang der Kinder stillen</li> <li>· Sportangebot erweitern/bedienen</li> <li>· Kinder in den Verein bringen (auch als Schiedsrichter oder Zuschauer)</li> <li>· Vermittlung von Werten</li> <li>· alle Kinder involvieren</li> <li>&gt; verschiedene Altersstufen, damit Spiele auf gleicher Leistungsstufe stattfinden</li> <li>- Basketballangebot</li> </ul> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td style="text-align: center;"><b>1. und 2. Klasse</b></td> <td style="text-align: center;"><b>3. und 4. Klasse</b></td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Zielspiel: Basketball</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Schwerpunkt: Ballspiele (sportübergreifend)</td> <td style="text-align: center;">Schwerpunkt: Basketball</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">nach Möglichkeit auf niedrige Körbe</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">mit leichten, gelben Ballen</td> <td style="text-align: center;">mit 5er Ballen</td> </tr> </table>	<b>1. und 2. Klasse</b>	<b>3. und 4. Klasse</b>	Zielspiel: Basketball		Schwerpunkt: Ballspiele (sportübergreifend)	Schwerpunkt: Basketball	nach Möglichkeit auf niedrige Körbe		mit leichten, gelben Ballen	mit 5er Ballen
<b>1. und 2. Klasse</b>	<b>3. und 4. Klasse</b>											
Zielspiel: Basketball												
Schwerpunkt: Ballspiele (sportübergreifend)	Schwerpunkt: Basketball											
nach Möglichkeit auf niedrige Körbe												
mit leichten, gelben Ballen	mit 5er Ballen											

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: 4. Jahrgang - Variationen von Spielen | Rostock 2019

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=IWDaNgRR1Oc>

**Referent\*in:** 4. Jahrgang MTO

**Ort, Jahr:** Rostock, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Kleine Spiele</b>	Zweifelderball	10:30 – 35:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regeln:</li> <li>· Feld: 2 gleich große, durch eine Mittellinie geteilte Spielfelder</li> <li>· je ein Spieler pro Mannschaft geht in den Kasten hinter die Grundlinie des gegnerischen Feldes</li> <li>· Mannschaften versuchen aus ihrem Spielfeld heraus gegnerische Spieler abzuwerfen</li> <li>· wer abgeworfen worden ist, muss hinter das Spielfeld der gegnerischen Partei und kann von dort aus ebenfalls versuchen gegnerische Spieler zu treffen (bei Treffer wieder zurück ins Spielfeld)</li> <li>· die zuerst keine Spieler mehr im Feld haben verlieren</li> <li>- Ziel:</li> <li>· Orientierung schulen</li> <li>· fangen/werfen üben</li> <li>- Variationen:</li> <li>· mehr Bälle oder Feld verkleinern, um Spiel zu beschleunigen</li> <li>· alle Spieler haben einen Basketball, mit dem sie dribbeln müssen (außer beim Wurf)</li> <li>&gt; dribbeln wird zu Nebensache, Spieler haben Kopf oben</li> <li>· ein Schutzball pro Team (wer diesen in der Hand hat, darf nicht abgeworfen werden)</li> <li>&gt; schult Teamspiel</li> </ul>
	Brennball	36:00 – 1:01:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regeln:</li> <li>· 2 Teams spielen gegeneinander</li> <li>· am Rand des Spielfeldes sind 5 dünne Matten (Base) verteilt</li> <li>· ein Team verteilt sich im Spielfeld, das zweite Team (Läufer) wartet außerhalb des Feldes</li> <li>· ein Läufer wirft den Ball ins Spielfeld und rennt los (muss von einer Matte zur nächsten laufen)</li> <li>· Team im Feld versucht den Ball so schnell wie möglich einzufangen und ihn im Brenn Mal (z.B. Reif) abzulegen</li> <li>&gt; wenn Läufer in diesem Moment nicht auf einer Matte ist, "verbrennt" er und muss zurück zum Start</li> <li>&gt; befindet er sich auf einer Matte, kann er nach dem Wurf des nächsten Läufers weiterlaufen</li> <li>· wenn das Ziel erreicht wird, erhält das Team einen Punkt (wenn die Runde mit einem Mal geschafft wird: zwei Punkte)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Rollen der Mannschaften werden nach einer vorgegebenen Zeit getauscht, gewonnen hat das Team mit den meisten Punkten</li> <li>- Ziel:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Schnelligkeit schulen</li> <li>· werfen/fangen/abstoppen üben</li> </ul> </li> <li>- Variationen:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· mehrere Bälle oder extra Aufgaben für stehende Kinder (um dies zu vermeiden)</li> <li>· Läufer müssen dribbeln</li> <li>· Korbtreffer als Brenn Mal (oder Ringtreffer)</li> </ul> </li> </ul>
<b>Passen</b>	Passspiel	1:02:00 – 1:15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regeln:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· 4 Hütchen, 3 Spieler, 1 Ball</li> <li>· Spieler passen sich den Ball zu (immer in der gleichen Reihenfolge)</li> <li>· nach jedem Pass läuft Spieler zum freien Hütchen</li> <li>· Welches 3er Team hat zuerst 20 Punkte?</li> </ul> </li> <li>- Ziel:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· nach Passen bewegen</li> </ul> </li> <li>- Variation:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· verschiedene Pässe (Brustpässe, Bodenpässe, ...)</li> <li>· 3 Spieler, 3 Verteidiger und 6 Hütchen (Reihenfolge wird beliebig)</li> <li>&gt; Verteidiger versuchen Ball zu bekommen</li> <li>&gt; Spieler versuchen 6 Pässe zu spielen</li> </ul> </li> <li>· give and go             <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Spieler dürfen zum Korb cutten, dort den Ball bekommen und einen Korb machen (dürfen aber nicht dribbeln)</li> </ul> </li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Andreas Scheede - Spielerische Vermittlung des Dribblings | Bonn 2019

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=8Menf4EOYp4>

**Referent\*in:** Andreas Scheede

**Ort, Jahr:** Bonn, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Dribbling</b>	Peter Pan	6:00 - 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder dribbeln in einer Spielfeldhälfte</li> <li>- ein Kind ist „Käpt'n Hook“ und muss versuchen die anderen zu tippen</li> <li>- wenn man getippt wird, muss man auf der Stelle stehen bleiben und eine 8 durch die Beine dribbeln</li> <li>- ein Kind ist Peter Pan und kann die getippten wieder frei tippen</li> </ul>
	Bälle aufräumen	17:30 - 21:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zwei Mannschaften mit je einem Korb und einem Kastenteil an der Freiwurflinie</li> <li>- nun dribbeln nacheinander alle aus der Mannschaft auf den Korb, machen einen Korbleger, dribbeln schnell zum gegnerischen Kastenteil und legen dort ihren Ball ab</li> </ul>
	Reifentanz	21:00 - 26:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jedes Kind dribbelt mit einem Ball und hat einen Reifen in der Hand</li> <li>- nun lassen alle den Reifen „tanzen“ (drehen in auf der Stelle) und suchen sich schnell dribbelnd einen anderen</li> </ul>
	Reifenhüpfen	26:30 - 28:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- den Reifen wieder andrehen und nun mit Ball in den Händen versuchen, wenn er dann flacher wird (ungefähr ab Kniehöhe) in den Reifen zu springen und wieder raus, so lang bis der Reifen auf dem Boden liegt</li> </ul>
	Balldieb	31:00 - 35:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle dribbeln durch die Halle und versuchen sich gegenseitig den Ball fair! weg zu tippen</li> </ul>
	Basketballschlange	38:00 - 45:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler außer einer bilden eine Schlange (eventuell auch mehrere je nach Anzahl der Kinder)</li> <li>- der einzelne Spieler dribbelt nun und versucht den letzten in der Schlange zu tippen</li> <li>- der vorderste der Schlange muss versuchen ihm den Ball (fair!) weg zu tippen</li> </ul>
	Weg da!	45:00 - 51:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle dribbeln mit Ball, es gibt mehrere Fänger</li> <li>- an allen 4 Spielfeldecken stehen Hocker auf denen jeweils einer sitzt</li> <li>- wenn man nun vom Jäger verfolgt wird, kann man zu einem Hocker rennen und „Weg da!“ rufen</li> <li>- derjenige, der in dem Augenblick darauf sitzt muss nun aufstehen und wegrennen und der andere darf sich hinsetzen</li> </ul>
	Namen schreiben	51:00 - 1:00:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- mehrere Gruppen bilden (je nach Teilnehmeranzahl)</li> <li>- 5 Meter von einer Wand entfernt in einer Reihe aufstellen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"><li>- der erste rennt zur Wand und schreibt auf ein dort hängendes Blatt seinen Namen, dabei muss die ganze Zeit gedribbelt werden</li><li>- wenn er fertig ist, dribbelt er zurück und übergibt den Stift an den Nächsten</li></ul>
	3 gewinnt	01:10:00 - 1:15:00	<ul style="list-style-type: none"><li>- ein Feld aus 3x3 Reifen aufbauen</li><li>- zwei Teams stehen nebeneinander in 10 Meter Entfernung zu den Reifen</li><li>- jedes Team hat drei Hütchen (das eine rote das andere gelbe)</li><li>- einer aus dem Team rennt jeweils mit einem Hütchen los und dribbelt dabei</li><li>- hinten angekommen legt er es in einen Reifen</li><li>- dann zurück dribbeln und der Nächste ist dran</li><li>- gewonnen hat, wer eine Dreierreihe gelegt hat (waagrecht, senkrecht und diagonal)</li><li>- wenn man keine Hütchen mehr hat, werden die, die schon in den Reifen liegen umgelegt</li></ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Antonio Araujo Gastvortrag Minibasquet Portugal Hagen 2017

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=pDM2zDnuvao>

**Referent\*in:** Antonio Araujo

**Ort, Jahr:** Hagen, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Dribbling</b>	Auf mein Kommando	8:00 - 12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1. Variante: die 4 Auslinien als Orientierung nehmen, auf den Pfiff des Trainers dribbeln alle zu der, auf die der Trainer zeigt (die „Guten“ schwachen, die anderen mit der starken Hand)</li> <li>- 2. Variante: auf der gesamten Länge des Feldes an der Seitenlinie verteilen, auf „Los“ zur anderen Seitenlinie dribbeln (für den Kopf: nur auf „Los“)</li> <li>- 3. Variante Trainer stellt sich in die Mitte, auf Pfiff zeigt er eine Richtung an, in diese müssen die Kinder rennen               <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Kopf hochnehmen und schauen</li> <li>&gt; schwerer: bei jedem Richtungswechsel ein Handwechsel</li> </ul> </li> <li>- Kinder sollen frei in der Halle dribbeln und auf Kommandos hören:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Fuß: mit dem Fuß den Ball führen</li> <li>· Werfen: den Ball nach oben werfen und wieder fangen</li> <li>· Dribbeln: mit der Hand dribbeln</li> <li>· Setzen: beim Dribbeln hinsetzen und wieder aufstehen</li> </ul> </li> </ul>
	Sprungseil	1:00:00 - 1:06:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- langes Sprungseil zu zweit schwingen</li> <li>- Varianten:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· nur durchlaufen</li> <li>· mit Basketball durchdribbeln</li> <li>· nur zwei Schwünge, dann muss der nächste durchdribbeln (laut mitzählen und versuchen den Highscore zu knacken)</li> <li>· reinlaufen, einmal springen, rauslaufen (dabei die ganze Zeit dribbeln)</li> </ul> </li> </ul>
	3 Gänge	26:00 - 36:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 stehen an der Zone und versuchen sich gegenseitig an die Stirn zu tippen</li> <li>- wenn der Trainer „los“ sagt, müssen sie so schnell wie möglich auf die andere Seite rennen</li> <li>- dabei gibt es 3 Gänge, die durch Kegel getrennt sind, in jedem Gang darf nur einer rennen</li> <li>- Variation:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· nun wirft der Trainer auf „Los“ einen Ball, wer ihn fängt muss mit ihm auf die andere Seite dribbeln, die anderen rennen so</li> <li>· nur der mit Ball darf durch die Mitte durch</li> </ul> </li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Trainer wirft auf Korb: Rebound holen, rüber dribbeln, die anderen rennen (wenn er trifft: von der Linie passen und rüber rennen)</li> </ul>
	Hürdenlauf	1:07:00 - 1:14:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 Hürden aufbauen (hier Seile zwischen Stühlen)</li> <li>- Varianten: <ul style="list-style-type: none"> <li>· mit der rechten Hand dribbeln und immer mit dem rechten Fuß abspringen, um über die Hürde zu kommen</li> <li>· mit der rechten Hand dribbeln und immer mit dem linken Fuß abspringen, um über die Hürde zu kommen</li> <li>· mit der linken Hand dribbeln und immer mit dem linken Fuß abspringen, um über die Hürde zu kommen</li> <li>· die mittlere Hürde höher machen</li> <li>· erst drüber springen, unter der mittleren drunter durch, über die letzte springen (die ganze Zeit dribbeln)</li> </ul> </li> </ul>
	Ballräuber	57:00 - 1:00:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Kinder dürfen nur auf den Linien (je nach Halle evtl. nur auf bestimmten Linien) dribbeln</li> <li>- 2-3 Kinder (oder Trainer) sind Räuber (haben keinen Ball)</li> <li>- wenn ein Räuber kommt, kann man auf der Linie noch drehen, wenn aber von beiden Seiten einer kommt, dann verliert man den Ball und wird auch zum Räuber</li> </ul>
<b>Passen</b>	Doppelpass	14:00 - 16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2er Gruppen, gegenüber an die Seitenlinien stellen, nur eine hat einen Ball, egal wie zu dem anderen passen</li> <li>- ganz nah gegenüberstellen (nur eine Armlänge auseinander) und den Ball so schnell wie möglich hin und her passen</li> <li>- jeder zwei große Schritte nach hinten, jetzt wieder passen (nur direkte Pässe, keine Bodenpässe)</li> </ul>
	Abstand halten	18:00 - 25:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 Schritte auseinander aufstellen und nun in der Halle bewegen: <ul style="list-style-type: none"> <li>· einer dribbelt</li> <li>· zuerst nur gerade vor und zurück, dann auch Kurven</li> <li>· den Kopf drehen, in eine andere Richtung laufen</li> <li>- die ganze Zeit Augenkontakt halten und versuchen den Abstand beizubehalten</li> <li>- dribbeln, stoppen, mit Sternschritt stehenbleiben, drehen</li> <li>&gt; der andere muss so laufen, dass er wieder die Augen sieht, dann Pass (gleiches nochmal)</li> <li>- Variation: die gleiche Übung zu dritt, die anderen beiden halten den Abstand</li> </ul> </li> </ul>
	Passen und Nachlaufen	44:00 - 51:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- im Kreis aufstellen (je nach Gruppengröße zwei Kreise)</li> <li>- den Ball zu jemanden passen und dem Ball nachlaufen (Position des Passempfängers einnehmen)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- wenn man mehrere Kreise hat: Challenge daraus machen: Wer hat zuerst 10 Pässe (ohne Bodenberührung)?</li> <li>- mit 2 Bällen probieren (man kann nur den anspielen, der gerade keinen Ball hat)</li> </ul>
	Passen und Werfen		<ul style="list-style-type: none"> <li>- in 5er Teams den Ball zupassen und so zum anderen Korb gelangen (kein Dribbling erlaubt)</li> <li>- dann auf den Korb werfen</li> <li>- Welches Team schafft es schneller am anderen Korb zu sein (ohne Bodenberührung, mit Treffer)</li> </ul>
<b>Spielformen</b>	verzögertes 3 vs.3	37:00 - 42:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Mannschaften stellen sich in den gegnerischen Wechselzonen auf (min 3 pro Mannschaft)</li> <li>- nun darf ein Team (3 Spieler) passend zu Korb laufen und auf diesen werfen</li> <li>- zur gleichen Zeit muss die gegnerische Mannschaft laut bis 7 zählen</li> <li>- dann darf das Team (3 Spieler) zu ihrem Korb rennen und verteidigen bzw. Rebound holen oder nach Punktgewinn den gegnerischen Korb angreifen</li> <li>- wenn das andere Team nun den Ball nach Punktgewinn hat, muss das erste Team zu seiner Mannschaft rennen</li> <li>- die ganze Mannschaft zählt wieder bis 7 und nun dürfen die nächsten 3 zu ihrem Korb starten und verteidigen</li> <li>- nur nach Punktgewinn muss man vom Feld</li> </ul>
	5 vs.5	51:00 - 56:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld = Quadrat, an jeder Seitenlinie steht ein Tor aus Hütchen</li> <li>- zwei Mannschaften mit je 5 Spielern</li> <li>- im Feld passen (min. 5 Pässe)</li> <li>- der letzte Pass muss durch ein Tor gepasst und dort gefangen werden (=1 Punkt)</li> </ul>
	Reaktionsspiel	1:14:00 - 1:18:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- an der Mittellinie in zwei Gruppen hinsetzen (eine Gruppe schaut zu einem Korb, die andere zum anderen)</li> <li>- jeder hat eine Zahl, ruft der Trainer diese Zahl, müssen aus beiden Gruppen die jeweiligen Spieler auf den Korb zu rennen und versuchen einen Korb zu werfen (egal wie viele Versuche)</li> <li>- wer zuerst wieder da ist, bekommt einen Punkt</li> <li>- welche Gruppe hat am Ende die meisten Punkte?</li> <li>- Variation: mehrere Nummern gleichzeitig nennen; „Feuer“ = alle müssen rennen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Ben Schulze - Idee und Vermittlung von Kinderhandball | Würzburg 2018

**Link:** [https://www.youtube.com/watch?v=F-jA4LS\\_Lrs](https://www.youtube.com/watch?v=F-jA4LS_Lrs)

**Referent\*in:** Ben Schulze

**Ort, Jahr:** Würzburg, 2018

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Ballhandling</b>	WarmUp	8:00 - 28:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- innerhalb des Basketballfeldes frei bewegen, dabei mit einem Handball dribbeln</li> <li>- nun im Wechsel (linke Hand – rechte Hand) dribbeln</li> <li>- dabei rückwärtslaufen</li> <li>- den Ball in beide Hände nehmen, durch die Halle rennen und dabei den Ball hochwerfen, wenn dieser in der Luft ist einmal in die Hände klatschen</li> <li>- das Gleiche nochmal, nur jetzt erst vor, dann hinter dem Körper klatschen, dann den Ball fangen</li> <li>- durch die Halle laufen (wer kann rennen) und den Ball auf dem Handrücken balancieren (erst rechts, dann links)</li> <li>- auf den Linien laufen und dabei den Ball dribbeln</li> <li>- wenn man jemand begegnet, mit demjenigen abklatschen und die ganze Zeit weiter dribbeln</li> <li>- wenn man jemand begegnet, Schnick Schnack Schnuck spielen, der Gewinner darf weiterlaufen, der Verlierer muss 5 Hampelmänner machen</li> <li>- Schattenlaufen: zu zweit zusammengehen, einer läuft vornweg und macht etwas vor, der andere läuft hinterher und macht es nach (z.B. Kniehebelauf, hohes Dribbling, Rückwärtslaufen, ...)</li> <li>- Zu zweit an den Händen anfassen und zusammen durch die Halle laufen (dabei prellen), auch mal die Hände wechseln, Tempo wechseln, ..., wenn es gut klappt, einer vorwärts der andere rückwärtslaufen</li> <li>- Challenge: <ul style="list-style-type: none"> <li>an die Hand nehmen und prellen, dabei versuchen den anderen so an der Hand zu ziehen, dass er nicht mehr prellen kann</li> <li>Rücken an Rücken stellen und versuchen den anderen so wegzuschieben, dass er nicht mehr prellen kann</li> </ul> </li> <li>- breitbeinig aufstellen und mit dem Ball eine 8 durch die Beine rollen, durch die Beine geben, ...</li> <li>- breitbeinig aufstellen, eine Hand vor dem Körper die andere dahinter, den Ball nun zwischen den Beinen hochwerfen und schnell die Hände wechseln (die andere vor den Körper nehmen)</li> <li>- auf das linke Bein stellen (dann das Bein wechseln)</li> <li>· den Ball um den Körper (Hüfte) geben</li> <li>· den Ball dribbeln</li> <li>- auf beiden Beinen stehen, den Ball um den Körper herum dribbeln</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- in Liegestützposition gehen und den Ball in eine Hand nehmen, denn Ball hochwerfen und mit der anderen Hand fangen</li> <li>- Position beibehalten, den Ball außen neben die linke Hand legen, mit der rechten übergreifen und den Ball nach drüben legen, die rechte absetzen und nun die linke übersetzen und den Ball wieder rüber legen</li> </ul>
<b>Passen</b>	mit der Wand passen	29:00 - 35:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- An eine Wand stellen dagegen werfen und den Ball wieder fangen (mit beiden Händen, mit links, mit rechts, ...)</li> <li>· Challenge Wer zuerst 10 Pässe hat?</li> <li>- Mit Aufsetzer gegen die Wand werfen sich um die eigene Achse drehen und den Ball fangen</li> </ul>
	Medizinball wegstoßen	36:30 - 40:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Auf die Mittellinie einen Medizinball legen</li> <li>- dieser muss nun durch das Werfen der Handbälle auf die gegnerische Seite gebracht werden</li> <li>- das ganze nun von unter dem Korb machen (größerer Abstand) und mit einem Basketball statt einem Medizinball</li> </ul>
	Torkönig	44:00 - 1:03:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aus Kegeln (dazwischen immer ein Kind als Torwart) eine Gasse bilden</li> <li>- Auf einer Seite haben alle Kinder einen Ball</li> <li>- nun 1 gegen 1 spielen und versuchen per Aufsetzer durch das Tor zu spielen (man darf nur bis zur Mittellinie gehen)</li> <li>- Dann greift der andere an</li> <li>- Teams mal durchwechseln</li> <li>- eventuell auch mit Softbällen statt Handbällen probieren</li> <li>- Jetzt 3 gegen 3, einer davon trägt ein Leibchen und steht in der gegnerischen Hälfte, dieser darf den Ball nur erobern, kein Tor erzielen</li> </ul>
	Königsball	1:03:00 - 1:09:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Hälfte zieht ein Leibchen an</li> <li>- an den beiden Freiwurflinien stehen jeweils ein Hocker</li> <li>- jede Mannschaft greift jeweils den Hocker auf dem Feld der anderen an</li> <li>- dabei darf der jeweilige Kreis des Basketballfeldes nur von einem der Gegner betreten werden, um sich auf den Hocker zu stellen (dort darf man nur 3 Sekunden stehen)</li> <li>- nun den Ball hin und her passen und versuchen einen auf dem Hocker stehenden anzupassen, wenn der fängt = ein Punkt wenn er den Basketballkorb trifft = 2 Punkte</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: C. & L. Sereny - Kinderleichtathletik | Würzburg 2018

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=JEBxkrBBchl>

**Referent\*in:** C. & L. Sereny

**Ort, Jahr:** Würzburg, 2018

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Was ist das?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teamsportart im Mehrkampf, aber „höher, schneller, weiter“</li> <li>- für Kinder bis U12 mit abgewandelten Wettkampfgeln</li> <li>- 37 Disziplinen in Springen, Laufen, Werfen</li> <li>- regelmäßige Sportfeste mit Ehrung für alle Teilnehmer*innen</li> <li>· U8: 3 – 4 Disziplinen</li> <li>· U10: 4 – 5 Disziplinen</li> <li>· U12: 4 – 6 Disziplinen</li> <li>· Dauer ca. 3 – 3,5h</li> </ul>
	7 Grundsätze		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leichtathletik = laufen springen, werfen</li> <li>- Koordination vor Kondition</li> <li>- jede Leistung zählt</li> <li>- mit effektiver Organisation zum Bewegungssportfest</li> <li>- gemeinsam als Team</li> <li>- vielseitig und vielfältig wetteifern</li> <li>- Offenheit und Transparenz</li> </ul>
	Gründe der Einführung		<ul style="list-style-type: none"> <li>- starke Veränderung der Kinder in den letzten Jahren</li> <li>· Verschiebung der Entwicklungsphasen</li> <li>· andere Bedingungen (vorsichtigere Eltern, ...)</li> <li>· Konkurrenz im Alltag</li> <li>· andere Motivlage</li> <li>- Zugewinnen von Kindern</li> <li>breitere Ausbildung der Fähigkeiten (keine frühe Spezialisierung)</li> </ul>
<b>Athletik</b>	Weitsprungstaffel (U10)	35:45 – 42:45	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufbau:</li> <li>· Einteilung von 12 Zonen mit je 30cm Breite</li> <li>· jede Zone hat eine Punktzahl (1-12)</li> <li>- Ablauf:</li> <li>· Mannschaft steht hintereinander an einem Kegel (mit genügend Anlauf zum Absprungpunkt)</li> <li>· das vorderste Kind in der Reihe läuft los, springt vor der Markierung ab (=Beginn der ersten Zone)</li> <li>· landet möglichst parallel in einer Zone (wenn in 2 Zonen zählt die hintere)</li> <li>· anschließend geht es in einen Reifen neben der letzten Zone (=Zeichen für nächstes Kind, dass es loslaufen kann)</li> <li>- 3 Minuten Zeit – Mannschaft mit den meisten Punkten gewinnt</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

	Einbeinhüpfstaffel (U8)	49:00 – 57:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufbau:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· 20 Reifen (10 grüne, 10 rote) im Kreis ausgelegt</li> <li>· Reihenfolge: erst 10 grüne, dann 10 rote</li> </ul> </li> <li>- Ablauf:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· alle Kinder stehen am Beginn</li> <li>· Ziel: einbeinig durch alle Reifen springen: grüner Reifen = rechter Fuß; roter Reifen = linker Fuß</li> <li>· wenn durch alle Reifen gesprungen/Fehler gemacht: nächstes Kind aus der Mannschaft</li> <li>- nach korrektem Durchlauf 20 Punkte (sonst 0)</li> <li>- 3 Minuten Zeit – Mannschaft mit den meisten Punkten gewinnt</li> </ul> </li> </ul>
	Hindernislaufstaffel (U10)	1:04:00 – 1:08:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufbau:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· 30m Strecke mit 4 Hindernissen</li> <li>· ein Kegel am Start</li> <li>· ein Kegel ca.1m hinter dem Start (Wendekegel 1)</li> <li>· ein Kegel am Ende der Strecke (Wendekegel 2)</li> </ul> </li> <li>- Ablauf:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· ein Kind mit Staffelstab in der Hand läuft los</li> <li>· über die 4 Hürden springen, dann um Wendekegel 2</li> <li>· neben den Hindernissen lang zurücklaufen, um Wendekegel 1</li> <li>· Übergabe Staffelstab an das nächste Kind</li> <li>- ein Punkt pro übersprungenes und vorbeigelaufenes Hindernis</li> <li>- 3 Minuten Zeit – Mannschaft mit den meisten Punkten gewinnt</li> <li>Variation: Kinder aufgeteilt auf 2 Seiten (Kinder laufen nur eine Strecke, übergeben dann Staffelstab und stellen sich an)</li> </ul> </li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Präsentation: BiG KiTa

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=8AMSV3k7jOU>

**Referent\*in:** Daniel Eichenauer

**Ort, Jahr:** Frankfurt, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Kurzbeschreibung Projekt		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tandemmodell:</li> <li>· regelmäßiges Bewegungsangebot integriert in den KiTa Alltag</li> <li>&gt; alle 14 Tage für 120 min (je 1 Gruppe in 60 min)</li> <li>- kostenlose Fortbildungen:</li> <li>· 2x im Jahr eintägiger Workshop für Erzieher</li> <li>&gt; Empfehlung: Samstagvormittag/an Aktionstagen des Personals</li> <li>- Olympiade:</li> <li>· alle Kooperation KiTas kommen zwei Mal im Jahr zu einer jahreszeitgebundenen Olympiade zusammen</li> <li>&gt; Sommer-/Winterolympiade</li> </ul>
	Ziel des Projekts		<ul style="list-style-type: none"> <li>- breiteres Bewegungsangebot für Kinder schaffen</li> <li>- höhere Qualifikation des pädagogischen Personals erzielen</li> <li>- neuste Erkenntnisse auf sportwissenschaftlicher Ebene vermitteln</li> <li>- mehr Zugang zum Sport und dem Vereinsleben</li> <li>- gesündere Lebensweise durch Bewegung schaffen</li> <li>- verbesserte ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung der Kinder</li> <li>- aktivere Gestaltung der eigenen Lebenswelten</li> </ul>
	Zielgruppe des Projekts		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kindergarten-Kinder im Alter von 3-5 Jahren</li> <li>· keine Veränderung bestehender KiTa Gruppen (wenn möglich) → homogenes Alter</li> <li>- pädagogische Fachkräfte (=“BiG KiTa Erzieher“)</li> <li>· Schulung von Bewegungsangeboten für den KiTa Alltag</li> <li>· Angebot von Fortbildungen</li> <li>· Minimum 2 BiG KiTa Erzieher (Vertretung im Krankheitsfall etc.)</li> <li>&gt; im besten Fall alle Erzieher einer Einrichtung</li> </ul>
	Rahmenbedingung KiTa		<ul style="list-style-type: none"> <li>- personell:</li> <li>· zwei oder mehr Erzieher</li> <li>- räumlich:</li> <li>· vorhandene Sport-/Bewegungsräume</li> <li>· Außenanlage etc.</li> <li>- materiell:</li> <li>· variable und flexible Materialien (z.B. verschiedene Bälle, Hütchen, Seile, Tücher, ...)</li> <li>· feste und vorinstallierte Groß- und Kleingeräte</li> <li>· ggf. unterstütz der Verein die KiTa mit einem Ball-Paket, inkl. Leibchen und Infomaterialien</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

	Rahmenbedingung Verein	<ul style="list-style-type: none"> <li>- personell:</li> <li>· einen BiG KiTa Coach pro KiTa = fester Ansprechpartner und Betreuer</li> <li>- räumlich:</li> <li>· adäquate Räumlichkeiten für Olympiaden und evtl. auch für Fortbildungen</li> <li>- materiell:</li> <li>· Mitnutzung der Trainingsmaterialien des Vereins (bleiben vor Ort, sind aber nicht zur freien Verfügung)</li> </ul>
	Umsetzung in KiTa	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pflichten des Kooperationsvertrages:</li> <li>· Besuch der Fortbildungen und Olympiaden</li> <li>· Mitgestaltung und Ausrichtung des geschulten Bewegungsprogrammes in der KiTa</li> <li>· Ausrichtung einer Station im Rahmen der Sommer-/ Winterolympiade (Zuarbeit dafür erfolgt durch den Verein)</li> <li>- Schneeballprinzip:</li> <li>· BiG KiTa Erzieher à Multiplikatoren in ihrer KiTa (zeigen anderen Erziehern wie es geht)</li> <li>- zeitlicher Ablauf:</li> <li>· kein neuer Zeitraum à vorhandene Bewegungszeiten nutzen</li> <li>- Mehrwert schaffen:</li> <li>· Möglichkeit der individuellen Freizeitgestaltung für die Kinder schaffen à kennengelernte Spielmaterialien auch in Eigenregie nutzen</li> </ul>
	Umsetzung des Vereins	<ul style="list-style-type: none"> <li>- regelmäßige Betreuung</li> <li>· BiG KiTa Coaches sind regelmäßig vor Ort (und außerhalb per Mail oder Telefon zu erreichen)</li> <li>· Bewegungsangebot wird zusammen mit den BiG KiTa Erziehern gestaltet</li> <li>- zeitlicher Ablauf:</li> <li>· vor Ort Besuche – ein bis zwei Mal im Monat (je 60 min, d.h. im Optimalfall 40 min reine Bewegungszeit)</li> <li>· Olympiade – zwei Mal im Jahr für 2h (Stationsbetrieb, max. 12 min pro Station)</li> <li>· Fortbildung – ein bis zwei Mal im Jahr für 4h</li> <li>- Organisation und Ausrichtung der Olympiaden</li> <li>· alle verfügbaren Mitarbeiter des Vereins richten Olympiade aus</li> <li>· Planung und Organisation obliegt allein dem Verein</li> <li>· bester zeitlicher Rahmen – vormittags von 9:30-11:30 Uhr</li> <li>· Zuarbeiten für die Ausrichtung der Station</li> <li>- Organisation und Ausrichtung der Fortbildungen:</li> <li>· hohe fachliche Kompetenz (evtl. auch mit Gast Mentoren)</li> <li>· entweder in Kleingruppen innerhalb der Vereinsräumlichkeiten oder in der Einrichtung mit allen (z.B. im Team-Meeting)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Ziel: Vermittlung von Bewegungs- und Spielprogrammen, Austausch über pädagogische Ansätze bei Klein-/ Vorschulkindern (reger Austausch zwischen Erzieher und Coach)</li> </ul>
	Ablauf Olympiade	18:30 – 21:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gemeinsame Erwärmung (z.B. Ententanz)</li> <li>- Stationsbetrieb in der Halle (z.B. Schneeballschlacht, Eishockey, Schlittenrennen, ...)</li> <li>- Siegerehrung (jede KiTa bekommt Zertifikat; jedes Kind eine Kleinigkeit)</li> </ul>
	Umsetzung Projekt durch Verein		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erstellung einer Bedarfsanalyse:</li> <li>· Überprüfung und ggf. Optimierung der räumlichen Gegebenheiten (für reibungslosen Ablauf)</li> <li>· Ideen zur finanziellen Unterstützung</li> <li>- regelmäßige Schulung der KiTa Coaches:</li> <li>· vorhandene Lehrprogramme nutzen (z.B. Heidelberger Ballschule)</li> <li>· vereinsinterne Schulungen für angehende und fortgeschrittene Trainer</li> </ul>
	Finanzierung KiTa		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Förderverein (falls vorhanden):</li> <li>· Möglichkeit, um finanzielle Mittel für Neuanschaffungen zu bekommen (z.B. mobiler Basketballkorb)</li> <li>- Eltern-Firmen-Sponsoring:</li> <li>· kein Förderverein – nur Sachspenden, keine Geldspenden!</li> <li>· Eltern werden zum Mitwirken angeregt</li> <li>· Aushang macht auf den Bedarf und die gewünschte Eigeninitiative aufmerksam</li> <li>· Informationsveranstaltung ausrichten</li> <li>· Elternschaft bestimmt Verantwortlichen zum Einsammeln der Geldspenden und bestellt dann in seinem Namen das gewünschte Produkt für die KiTa</li> </ul>
	Finanzierung Verein		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Förderung durch Landes-/Stadtsporthund</li> <li>· durch Kooperationsvertrag zwischen KiTa und Verein</li> <li>- Firmen Sponsoring</li> <li>· feste Partner und Förderer des Projektes (steigert Sozialengagement der Firmen) <ul style="list-style-type: none"> <li>· Werbefläche anbieten (T-Shirts, Banner, Leibchen, Preise, ...)</li> </ul> </li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Kleine Spiele

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=baYurvxX3OQ>

**Referent\*in:** Davide Tortorelli

**Ort, Jahr:** Bamberg, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Ballhandling	"Spiegeldribbeln"	04:03 - 17:15	<ul style="list-style-type: none"> <li>-2 Kinder stehen gegenüber, auf der Stelle dribbel, dabei macht einer vor, der andere nach (variieren hoch - tief, starke - schwache Hand)</li> <li>-Variation: dynamisch: im gehen, der Abstand muss immer gleich gehalten werden, Linien als Begrenzung nehmen</li> <li>-auf Kommando zum Korbabschluss (jeder auf seiner Seite), wer zu erst trifft bekommt Punkt und ruft sich neuen Partner ran (Kommunikation!)</li> <li>-Kommandos durch das Zeigen von farbigen Hütchen geben</li> </ul>
	Polizistenspiel	22:10 - 26:37	<ul style="list-style-type: none"> <li>-2 Kinder stehen sich gegenüber (Rollen auch wechseln)</li> <li>-ein Kind ist der Polizist, gibt mit der Hand Kommandos ("Komm", "Stop", "Geh", "Handwechsel",...)</li> <li>-anderes Kind dribbelt und schaut dabei zum Polizist um die angezeigten Kommandos auszuführen</li> </ul>
	Pizzalieferung	26:50 - 30:41	<ul style="list-style-type: none"> <li>-2 Kinder stehen sich gegenüber, beide haben einen Ball</li> <li>-Kind 1 dribbelt so schnell wie möglich mit Ball rüber, übergibt den Ball, rennt ohne Ball zurück</li> <li>-Kind 1 wird wieder zum Polizist, Kind 2 muss nun mit 2 Bällen Kommandos folgen</li> <li>-auf Kommando des Trainers werden beide "Pizzen" an Kind 1 geliefert und Kind 2 ist wieder Polizist</li> </ul>
	Torwart	31:50 - 41:05	<ul style="list-style-type: none"> <li>-jedes Kind ein Tor (zwei Hütchen im Abstand von 2 großen Schritten) und einen Ball</li> <li>-Kinder dribbeln durch die Halle, wenn sie durch Tor dribbel muss Hand gewechselt werden</li> <li>-immer anderes Tor, Wer hat zuerst alle Tore?</li> <li>-Variation: je nach Gruppengröße (bei 10 Kinder, ca.3) Torwarter mit Pezziball, die verhindern sollen, dass Tore passiert werden</li> </ul>
	2 gegen 1	43:55 - 1:03:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-2 Mannschaften, eine steht unter dem Korb, die zweite teilt sich in 2 Hälften, die auf beiden Seiten daneben stehen beiden äußeren haben einen Ball</li> <li>-auf Kommando rennt einer aus Mannschaft 1 und die beiden mit Ball aus Mannschaft 2 (müssen dribbeln) zur Mittellinie</li> <li>-Trainer klaut einen Ball in dem er Hände zeigt und somit Pass fordert</li> <li>-je nachdem welcher geklaut wird müssen sie auf die eine oder andere Seite den Korb angreifen und 2 gegen 1 spielen</li> <li>-evt. Zeit beschränken</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<p>-Variation: ein weiterer Spieler von Mannschaft eins steht an Mittellinie und darf sobald der andere aus Mannschaft 1 den Ball geklaut hat ins Feld dann wird 2 gegen 2 gespielt erweitern zu 3 gegen 3</p>
--	--	--	--

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Elke Boll - Kreativer Materialeinsatz für kleine Spiele in der U8

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=oLc-JXf9Hvw>

**Referent\*in:** Elke Boll

**Ort, Jahr:** 2016

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Ballhandling</b>	Zeitungsspiele	5:30 – 11:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zeitungsrennen</li> <li>· jedes Kind bekommt eine Seite Zeitung</li> <li>· Zeitung wird vor den Bauch gehalten, Arme zur Seite ausgebreitet</li> <li>· Ziel: so schnell laufen, dass die Zeitung nicht runterfällt (dabei darf sie nicht festgehalten werden)</li> <li>· Zusatzaufgaben: Drehungen, Zick-Zack laufen, rückwärts</li> </ul>
		11:30 – 18:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zeitung lesen</li> <li>· zu zweit zusammen</li> <li>· einer in Plank Position (Unterarmstütz) – liest aus Zeitung vor, bis der andere...</li> <li>&gt; 10x Ball um Körper gekreist hat</li> <li>&gt; 5x Ball wie eine acht durch die Beine gerollt/gedribbelt hat</li> </ul>
		18:00 – 24:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schneeballschlacht</li> <li>· Zeitungen zusammenknüllen (zu Ball)</li> <li>· alle Kinder sind in der Basketballzone und machen eine Schneeballschlacht (werfen sich mit der Zeitung ab)</li> <li>· auch mit schwacher Hand werfen lassen</li> <li>zum Aufräumen: alle Bälle von einer Linie aus in einen Mülleimer werfen lassen (am besten mit schwacher Hand)</li> </ul>
	Wäscheklammerspiele	26:00 – 37:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Klammern Fangen</li> <li>· jedes Kind bekommt Klammern, die sie hinten unten an ihr T-Shirt klemmen</li> <li>· alle dribbeln und versuchen sich gegenseitig die Klammern zu klauen</li> <li>· wer eine hat, geht aus dem Spielfeld raus in einen Reifen und klemmt sie dort an das eigene T-Shirt dran</li> <li>· Feld: ca. eine Hälfte Basketballfeld</li> <li>· Ziel: so viele Klammern, wie möglich haben</li> <li>· Zusatz: mit schwacher Hand dribbeln, Feld verkleinern, Taschentuch + Leibchen dazu nehmen Punkte?)</li> <li>&gt; werden hinten in die Hose gesteckt – Taschentuch gibt 3 Punkte, Klammer 2, Leichen 1 – wer hat die meisten</li> </ul>
		40:30 – 49:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Klammeraffen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>· zwei Kinder zusammen, beide dribbeln</li> <li>· haben zusammen zwei zusammengeklemmte Wäscheklammern in der Hand, die nicht auseinandergehen dürfen</li> <li>· einer muss mit links, der andere mit rechts dribbeln; beide dürfen nicht zu fest an der Klammer festhalten, sonst geht sie auf (wenn offen: Seitenwechsel)</li> <li>· Zusatz: Tricks ausprobieren/überlegen</li> <li>Ziel: fördert Konzentration, Teamfähigkeit</li> </ul>
	Schwamm/Karte/Tennisball	51:00 – 58:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Balance</li> <li>· jeder bekommt einen Schwamm oder eine Skatkarte</li> <li>· diese soll auf dem ausgestreckten Arm auf den Fingern balanciert werden, dabei wird gedribbelt</li> <li>· Aufgaben: mit starker Hand dribbeln, mit schwacher Hand dribbeln</li> <li>· Zusatz: Gegenstand auf Handrücken legen und immer 3x so tief wie möglich, dann 3x so hoch wie möglich dribbeln</li> <li>· Ziel: Ballgefühl bekommen und dabei nicht mehr so sehr auf den Ball achten</li> </ul>
		1:00:00 – 1:08:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passen</li> <li>· 3er Teams, 1 Tennisball pro Gruppe, jedes Kind ein Ball</li> <li>· alle dribbeln durch die Halle, 3er Team passt sich Tennisball mit dem Fuß hin und her (leichte, kurze Pässe)</li> <li>· in Halle sind verschiedenfarbige Hütchen verteilt, wenn Trainer Farbe ruft, muss so schnell wie möglich dort hingepasst werden</li> </ul>
		1:11:00 – 1:21:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wettbewerb</li> <li>· 2 Teams, je unter einem Hauptkorb</li> <li>· in der Mitte sind Schwämme, Karten und Tennisbälle</li> <li>· auf Kommando dribbeln Kinder zur Mitte, holen immer nur einen Gegenstand und bringen ihn zur eigenen Seite in einen Reifen</li> <li>· Schwämme und Karten werden auf dem Handrücken balanciert, Tennisbälle am Fuß geführt</li> <li>· Welches Team hat die meisten Gegenstände?</li> <li>· 2. Runde mit der schwachen Hand dribbeln</li> </ul>
		1:27:00 – 1:36:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Staffelspiel</li> <li>· 4 Teams, je ein Ball pro Team + Schwämme, Tennisbälle, Klammern (je nach Anzahl der Kinder, jedes Kind soll einen Gegenstand haben)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"><li>· gegenüber steht ein Mitspieler, zu dem mit einem Gegenstand gedribbelt werden muss (einmal mit links und einmal rechts)</li><li>· Ziel: Gegenstände an Mitspieler befestigen (er darf sie nicht halten) – wer ist zuerst fertig?</li></ul>
--	--	--	--

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Easybasket (Teil 1)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=z78B3H0rx0Q>

**Referent\*in:** Fabio Bagni

**Ort, Jahr:** Hagen, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Ballhandling</b>	Trainer nachäffen	2:30 – 6:30 > Teil 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder dribbeln in einer Hälfte der Halle umher, machen nach was der Trainer macht:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· vorwärtslaufen</li> <li>· rückwärtslaufen</li> <li>· langsam laufen</li> <li>· springen</li> <li>· alle so schnell wie möglich</li> </ul> </li> <li>- alle Kinder dürfen genau das nicht nachmachen, was der Trainer macht (müssen etwas anderes machen)</li> <li>- Trainer kann auch Aufgabe an Kind abgeben</li> </ul>
	Stop and go	6:30 – 20:00 > Teil 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder dribbeln quer durch die Halle</li> <li>- ein Kind wird ausgewählt, wenn es aufhört zu dribbeln, müssen auch alle anderen aufhören zu dribbeln               <ul style="list-style-type: none"> <li>- ein weiteres Kind darf bestimmen, wann alle wieder anfangen</li> </ul> </li> </ul>
	abstoßender Reifen	21:30 – 27:30 > Teil 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 Kinder bekommen einen Reifen, den sie auf dem Boden drehen sollen</li> <li>- anderen Kinder dribbeln umher und müssen immer möglichst weit weg sein von einem sich drehenden Reifen</li> </ul>
	Wo ist mein Ball?	28:00 – 37:00 > Teil 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- in der Halle liegen verteilt so viele farbige Reifen wie Kinder</li> <li>- zunächst dribbeln alle Kinder umher, ohne in die Reifen zu gehen</li> <li>- auf Pfiff legt jedes Kind seinen Ball in einen Reifen (diesen Reifen muss man sich merken)</li> <li>- alle laufen nun ohne Ball umher, ohne die Bälle zu berühren (können aber so tun als würden sie es machen)</li> <li>- Trainer sagt eine Farbe an, Kinder deren Ball in einem Reifen mit dieser Farbe liegt dürfen ihn holen und auf einen Korb werfen</li> <li>&gt; ein Versuch, dann wieder Ball zurück in Reifen</li> <li>&gt; Wer hat die meisten Punkte am Ende?</li> </ul>
	Teamspiel	39:30 – 50:00 >Teil 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 Teams, jedes Kind hat einen Ball</li> <li>- je ein Kind aus dem Team dribbelt im Mittelkreis</li> <li>- Powerspieler (wird anfangs bestimmt) darf losdribbeln auf einen Korb und werfen</li> <li>- anderen 3 Kinder dürfen erst los, wenn Powerspieler los ist und müssen auf den gegenüberliegenden Korb werfen</li> <li>- welches Kind zuerst 3 Punkte hat, kommt in die Mitte               <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Mannschaft des Kindes, welches zuerst fertig ist, stellt den nächsten Powerspieler</li> </ul> </li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

<b>Theorie</b>	Easybasket Regeln		<ul style="list-style-type: none"><li>- es darf mit 2 Händen gedribbelt werden</li><li>- man darf den Ball aufnehmen und dann wieder losdribbeln</li><li>- es gibt keinen Schrittfehler, aber man muss irgendwann anfangen zu dribbeln</li><li>- Ringtreffer zählen als ein Punkt, danach bekommt der Gegner Einwurf</li><li>- Korbtreffer zählen 3 Punkte</li><li>- Körperkontakt ist gar nicht erlaubt<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; gibt ein Punkt für den Gegner bei Verstoß</li></ul></li></ul>
----------------	-------------------	--	--

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Georg Kleine - Kinderbewegungsabzeichen | Bonn 2019

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=g1f-4P6COWA>

**Referent\*in:** Georg Kleine

**Ort, Jahr:** Bonn, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Das „Spiel den Ball“ Kibaz		<p>Wie funktioniert das Baukastenprinzip?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 10 aus 20 Übungen auswählen, je 2 aus jedem Bereich</li> <li>- Aufgabenstellungen formulieren</li> <li>- Bewegungsvariationen einplanen</li> <li>- wie viele Kinder sollen gleichzeitig die Aufgabe bewältigen</li> <li>- Material auswählen und zusammenstellen</li> <li>- Alltagsmaterial heranschaffen</li> <li>- Stationen von 1-10 im Kreis durchführen</li> </ul> <p>5 Entwicklungsbereiche</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Motorik</li> <li>- Wahrnehmung</li> <li>- Psyche und emotionaler Bereich</li> <li>- sozialer Bereich</li> <li>- kognitiver Bereich</li> </ul>
<b>Koordination</b>	Feuer, Wasser, Sturm	35:48 - 40:31	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Feuer: in eine der Ecken der Halle laufen</li> <li>- Wasser: auf eine Bank in der Halle stellen</li> <li>- Sturm auf den Bauch mit Händen über den Kopf legen</li> <li>- Sonne: auf den Rücken legen</li> <li>- Eis: still auf der Stelle stehen</li> <li>- Erweiterungen: <ul style="list-style-type: none"> <li>· mit Luftballon in der Hand</li> <li>· mit verschiedenen Bällen in der Hand</li> </ul> </li> </ul>
	Stationsübungen	40:31 - 1:08:22	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rollbrett-Memory Memory-Karten sind auf 2 Hockern verteilt, zwischen denen die Kinder per Rollbrett hin und her rollen und die Paare zusammenfinden müssen.</li> <li>- Torwandwerfen Eine Torwand mit 2 Löchern ist aufgebaut und die Kinder können aus verschiedenen Entfernungen, durch verschiedene Hütchen gekennzeichnet, auf diese mit verschiedensten Bällen, die in einem Kastendeckel den Kindern bereitgestellt wurden, werfen.</li> <li>- Hüpfen und Springen Auf einem Mini-Sprungbrett dürfen die Kinder hüpfen und irgendwann von diesem runterspringen. Dabei können sie versuchen, einen Ball zu fangen.</li> <li>- Slalompusten Kleinere Bälle (z.B. Tischtennisbälle oder Federbälle), aber auch andere Gegenstände (z.B. zerknülltes Papier) werden per Pusten durch Hütchen im Slalom bewegt.</li> <li>- Runterspringen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<p>Die Kinder springen von einem Kasten und landen auf einer Weichbodenmatte. Dabei ist es ihnen überlassen, wie sie runterspringen und landen möchten oder ob sie beim Fallen einen Ball fangen möchten.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Rüttelplatte</li></ul> <p>Eine Matte wird auf Stäbe gelegt. Auf diese Matte stellt sich ein Kind und versucht sein Gleichgewicht zu halten, während Übungsleiter die Matte hin und her bewegen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ballon hochhalten</li></ul> <p>In einem kleinen Feld versuchen die Kinder einen Ballon in der Luft zu halten, dabei können sie auch mit mehreren Ballons und untereinander die Ballons berühren.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Zielwerfen</li></ul> <p>Auf einen heruntergeschraubten Korb können die Kinder mit verschieden Bällen werfen und versuchen, Körbe zu erzielen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Würfelspiel</li></ul> <p>Die Kinder würfeln und nehmen Bälle entsprechend der Augenzahl mit und legen diese in einen Ring. Dies kann in 2 Teams gegeneinander erfolgen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Muster legen</li></ul> <p>Die Kinder bekommen verschiedenen Muster gezeigt, in denen Bälle oder Hütchen gelegt sind und müssen diese nachlegen</p>
--	--	--	---

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

Videotitel: MTO: Harald Limböck - Vereinstraining | Nürnberg 2019 (1)

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=Xa8TtTFIXEc>

Referent\*in: Harald Limböck

Ort, Jahr: Nürnberg, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Passen</b>	Zweifelderball“	13:30-14:20	- zwei Felder mit Bank als „Hühnerstange“ - nachdem abwerfen auf Hühnerstange - Ball auf „Hühnerstange“ fangen = Freikommen Zusatzregel: Fangen eines gegnerischen Passes = Gegner muss auf Hühnerstange
	Statische Lücken	14:20-15:10	- Stangen werden als „Tore“ in Halle verteilt - jedes Paar muss durch jedes „Tor“ durchpassen Zusatzregel: Einführen von verschiedenen Passvarianten (Bodenpass etc.) + später auch Pässe aus Bewegung und Sprung
	Tigerball	16:15-17:30	- einfache Variante: 2 Kinder befinden sich um einen Kreis, ein anderes Kind ist im Kreis - innere Kind probiert den Ball zu berühren, während außen zueinander gepasst wird - bei Berührung wechseln Kinder Die Anzahl der Kinder innen sowohl als außen können variieren
	10er Ball	17:30-18:30	- 2 Teams - ein Team muss 10 Pässe schaffen und dabei zählen - Gegnersteam darf Pässe abfangen
	Aufsetzerball	18:30-19:15	- 2 Teams, jeweils eine Matte - Ball muss auf Boden aufkommen und Oberkante der Matte berühren - Ball darf jederzeit weggeschlagen werden
	Grand Canyon	15:10-16:15	- 3 Felder (auch mehr möglich) - jeweils 2 Kinder pro Feld - Kinder im mittleren Feld müssen Pass abfangen, dürfen sich bewegen

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** MTO: Harald Limböck - Vereinstraining | Nürnberg 2019 (2)

**Link:** [https://www.youtube.com/watch?v=c\\_2EZHqb3jE](https://www.youtube.com/watch?v=c_2EZHqb3jE)

**Referent\*in:** Harald Limböck

**Ort, Jahr:** Nürnberg, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Korbleger</b>	Zug zum Korb Drill	28:00-39:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams, aufgeteilt auf jeweils beide Flügelpositionen</li> <li>- zwei Kinder stellen sich gegenüber „on top of the key“</li> <li>- obere Kind startet, läuft auf einen Flügel, andere Kind läuft auf entgegengesetzte Seite</li> <li>- beide bekommen Pass von Teamkollege und machen Korbleger</li> <li>Zusatz: 1. jeweils vor Pass beide Stangen berühren</li> <li>Zusatz: 2. jetzt nur ein Kind macht Korbleger, andere Kind verteidigt</li> </ul>
	Korbleger Drill	13:00-20:15	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kleingruppen starten vom „Elbow“ mit Korbleger</li> <li>- Korbleger ohne Dribbling (2 Schritte)</li> <li>- Ball möglichst auf Kopfhöhe halten</li> <li>- jeweils linke und rechte Hand, Ober- und Unterhand</li> <li>- später den Ball vorwerfen, Ball im Laufen wiederaufnehmen</li> <li>Zusatz: Reverse Korbleger hinzufügen</li> </ul>
	Fast Break Drill	50:30-1:10:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jeweils 2 Teams gegeneinander</li> <li>- 2 Kinder pro Team, schnicken aus wer beginnt</li> <li>- Gewinner passen sich auf Freiwurflinie hin und her</li> <li>- 2. Team hat eine Chance den Ball zu stealen -&gt; Erfolg = Fast Break</li> <li>- gelingt es nicht macht das andere Team ein Korbleger</li> <li>Zusatzregeln: weniger Zeit für Abschluss + 3gg3 oder auch 4gg4</li> </ul>



## Playlist „Minitrainer-Offensive“

---

**Videotitel:** MTO: Harald Limböck - Vereinstraining | Nürnberg 2019 (3)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=LUMpYWvcd4k>

**Referent\*in:** Harald Limböck

**Ort, Jahr:** Nürnberg, 2019

---

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>			Auswertung des Trainings

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Isabell Hebel - KISS Die Kinder Sport Schule | Würzburg 2018

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=iu5ceCaRPiE>

**Referent\*in:** Isabell Hebel

**Ort, Jahr:** Würzburg, 2018

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Fangspiele</b>	Zahlenfangen	00:00 – 03:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jeder fängt Jeden, beim Abtippen wird Zahl gesagt</li> <li>· 1 = Abgetippter muss sich hinsetzen</li> <li>· 2 = Abgetippter muss in Liegestützposition</li> <li>· 3 = Abgetippter muss auf der Stelle tippeln</li> <li>· 4 = Abgetippter darf normal laufen</li> <li>- wenn zwei Kinder sich gleichzeitig tippen, müssen beide die angesagte Zahl ausführen</li> </ul>
	Das große Abenteuerspiel	04:30 – 17:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld mit verschiedenen Hindernissen (z.B. Mattenwagen, Kastenteile)</li> <li>- 2 Mannschaften, jede hat eine Hälfte des Spielfeldes</li> <li>- in eigener Hälfte versteckt Mannschaft einen Schatz (Sandsäckchen)</li> <li>- Ziel: Schatz der anderen Mannschaft finden und in eigene Hälfte bringen</li> <li>- man darf (nur) in der gegnerischen Hälfte gefangen werden</li> <li>- wenn abgetippt muss man auf eine Bank außerhalb des Spielfeldes</li> <li>· wieder frei, wenn Kind aus der eigenen Mannschaft zu einem kommt, es an die Hand nimmt und zurück ins eigene Spielfeld bringt (dabei dürfen sie nicht getippt werden)</li> <li>- Zusatz: Hindernisse sind Zick (man darf nicht getippt werden für 3 Sekunden)</li> </ul>
	5er Fangen	19:30 – 21:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 5er Teams (davon ein Fänger und einer, der gefangen werden soll)</li> <li>- alle bilden einen Kreis, fassen sich an die Hände (ohne Fänger)</li> <li>- Fänger soll Gejagten fangen, die anderen versuchen das gemeinsam zu verhindern (Fänger darf auch versuchen in den Kreis zu gehen)</li> </ul>
	Fangen und Abwerfen	32:00 – 40:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kinder zu zweit zusammen mit einem Ball</li> <li>- Ball wird auf eine Linie gelegt (ca. 7m entfernt)</li> <li>- Kinder stehen hintereinander an einer Linie (ca. 1m Abstand)</li> <li>- auf Kommando „Fangen“ versucht das hintere Kind das vordere Kind zu fangen (bis Höhe des Balls) oder es abzuwerfen (darf auch mit dem Ball in der Hand laufen)</li> <li>- Variation: Kinder müssen am Anfang liegen/sitzen/...</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

<b>Wurfspiele</b>	10 Zähne Monster	24:00 – 29:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jedes Kind erhält 3 Bierdeckel, muss mit diesen eine Strecke von ca. 7m zurücklegen (darf nur auf die Bierdeckel treten)</li> <li>- ab einer markierten Linie werden die Bierdeckel auf das ca. 2m entfernte Monster geworfen</li> <li>· Monster: 2 übereinander gestapelte Kastenteile in denen je 5 Kegel stehen (=Zähne)</li> <li>- Ziel: alle 3 Bierdeckel durch den Mund des Monsters werfen</li> <li>- nach Würfeln wieder zurück zum Anfang und nochmals probieren</li> </ul>
	Angry Birds	46:00 – 56:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Monster (Kegel) sollen mit den Vögeln (Bällen) abgeworfen werden</li> <li>· Kegel stehen auf unterschiedlich hohen Teilen (z.B. Kasten, Hocker)</li> <li>· unterschiedliche Bälle (z.B. Medizinball, Basketball, Football, Tennisball, ...)</li> <li>- zwei (oder mehr) Mannschaften: Welches Team hat zuerst alle Kegel umgeworfen?</li> <li>- Wurf von Markierung, nach Wurf Ball holen und wieder anstellen</li> </ul>
<b>Kooperation</b>	schwebender Teppich	58:00 - 1:02:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hula-Hoop-Reifen wird senkrecht über dicker Matte gehalten</li> <li>- Kinder sollen ein Kind durch den Reifen tragen, ohne das es den reifen oder die Matte berührt</li> </ul>
	Klorollensetzen	1:03:00 - 1:08:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teams (min. 2 Kinder pro Team, am besten 4)</li> <li>- Ziel: leere Klopapierrolle soll so weit wie möglich nach vorne gesetzt werden (muss stehen) – Wer schafft es am weitesten?</li> <li>- nur ein Kind darf Rolle setzen und dabei nicht den Boden hinter einer vorgegebenen Linie berühren</li> <li>&gt; die anderen Kinder dürfen das Kind halten, aber auch nicht über die Linie gehen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Playful Basketball

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=eAvd7z0oldI>

**Referent\*in:** Janez Seliskar

**Ort, Jahr:** Frankfurt, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Was ist playful Basketball?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- soll Spaß (am Basketball) vermitteln</li> <li>· bringen Maskottchen mit, welches Kinder animiert</li> <li>· 4 Parcours (mit mitgebrachtem Material)</li> <li>· am Ende Wettbewerb mit Finale + alle bekommen ein Geschenk</li> </ul>
	Ziel		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Balance, Koordination, Schnelligkeit spielerisch üben</li> <li>- alle Kinder für Sport/Basketball begeistern</li> </ul>
<b>Ballhandling</b>	Parcours	18:00 – 19:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1. Parcours</li> <li>· über Schaumstoffstücke balancieren, dabei dribbeln</li> <li>· über Steine (Balancepads) springen ohne ins Wasser (Matten) zu fallen, dabei Ball in der Hand</li> <li>· um einen Kreis aus Hütchen dribbeln</li> <li>· Ball durch Hula-Hoop-Reifen passen/geben</li> <li>· Ball in Minibasketballkorb werfen</li> <li>· zurück zum Anfang laufen, Ball an nächstes Kind übergeben</li> </ul>
		19:00 – 20:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2. Parcours</li> <li>· 5x auf Trampolin springen, dabei Ball in der Hand</li> <li>· Hüpf-Kästchen, am Ende eine volle Drehung (im Springen), dabei Ball in der Hand</li> <li>· über 3 Hürden springen</li> <li>· durch Hula-Hoop-Reifen mit Körper durchkrabbeln</li> <li>· Ball in Minibasketballkorb werfen</li> <li>· zurück zum Anfang laufen, Ball an nächstes Kind übergeben</li> </ul>
		33:00 – 34:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3. Parcours</li> <li>· über Seil auf dem Boden balancieren, dabei dribbeln</li> <li>· über Steine (Balancepads) springen ohne ins Wasser (Matten) zu fallen, dabei Ball in der Hand</li> <li>· Slalom durch 4 Stangen, dabei dribbeln</li> <li>· Ball durch Hula-Hoop-Reifen passen/geben</li> <li>· Ball in Minibasketballkorb werfen</li> <li>· zurück zum Anfang laufen, Ball an nächstes Kind übergeben</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

		34:00 – 35:00	<ul style="list-style-type: none"><li>- 4. Parcours</li><li>· über zwei große Balancepads laufen, dabei Ball in der Hand</li><li>· in Koordinationsleiter mit beiden Beinen springen (2 vor, 1 zurück), dabei Ball in der Hand</li><li>· unter einer Stange durchlaufen, über die nächste drübersteigen und bei der letzten zwischendurch</li><li>· Ball gegen Trampolin werfen</li><li>· Ball in Minibasketballkorb werfen</li><li>· zurück zum Anfang laufen, Ball an nächstes Kind übergeben</li><li>- gleichzeitiges Arbeiten in Gruppen an den 4 Parcours (nach bestimmter Zeit wird gewechselt)</li><li>- zum nächsten Parcours immer als ein bestimmtes Tier gehen (z.B. Löwe, ...)</li></ul>
--	--	---------------	--

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Gastvortrag Dänemark: U8 Basketball

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=Um2LJzleJdc>

**Referent\*in:** Jens Laulund

**Ort, Jahr:** Jena, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Dribbling	Kennlernspiel	9:30 - 17:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-alle Kinder dribbeln durch die Halle, wenn sie ein Kind treffen geben sie sich ein Highfive und sagen ihren Namen</li> <li>-wenn man 3 Highfives gesammelt hat, läuft man zum Korb und wirft (dann sucht man sich 3 neue Kinder zum Abklatschen)</li> <li>-Variation: Handschlag entwickeln (hier: Highfive, dann Faust, dann mit dem Fuß)</li> </ul>
	Schattendribbeln	17:30 - 25:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Kinder gehen paarweise zusammen, jedes Kind hat einen Ball</li> <li>-laufen hintereinander, der Vordere macht die Übung vor, der hintere macht sie nach (Schatten)</li> <li>-wenn sie eine Bahn gelaufen sind (Baseline zu Baseline) tauschen sie die Rollen</li> <li>-Erweiterung: wenn der Hintere den Vorderen antippt machen sie ein Wettrennen zur anderen Seite</li> <li>-Variationen: erst hochspringen, dann Rennen; erst hinlegen, dann Rennen; der Hintere entscheidet ob springen oder hinlegen</li> </ul>
	König und Tore	25:30 - 31:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-3 Reihen an der Baseline, jedes Kind hat einen Ball, ein König wird bestimmt</li> <li>-König hat die Macht und darf bestimmen wann alle losrennen, bis dahin müssen die beiden anderen Kinder immer auf Höhe des Königs sein</li> <li>-nach ein paar Runden: Tore aufstellen (mit 2 Hütchen), König darf entscheiden durch welches Tor er läuft, jeder muss durch ein unterschiedliches Tor laufen</li> </ul>
	Paarrennen	32:00 - 36:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-jeder hat einen Partner, die Kinder halten sich an den Händen fest, in der anderen Hand haben sie einen Ball</li> <li>-im Spielfeld werden 3 Kegel aufgestellt, ein gelber ca 5m von der Baseline in der Mitte, 2 rote an den Seiten ca 8m von der Baseline entfernt</li> <li>-alle Paare müssen erst um einen roten Kegel laufen, dann um den gelben, dann zur anderen Seite bis zu einer vorgegeben Linie</li> <li>-alle laufen gleichzeitig los und dürfen sich aussuchen zu welchem Kegel und in welcher Richtung sie um den Kegel gehen</li> </ul>
	die Leiter hoch	39:30 - 44:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-die Kinder werden in 2 Mannschaften aufgeteilt, jede Mannschaft ist an einem Korb</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"><li>-in der Mitte liegt eine Koordinationsleiter und 2 Hütchen (jedes Team hat ein Hütchen)</li><li>-die Kinder gehen nacheinander durch einen Slalom (3 Kegel) zum Korb und werfen: 1 Punkt für Ring, 2 Punkte für Treffer</li><li>-wenn das Team 3 Punkte hat, dürfen sie ihr Hütchen ein Feld der Leiter nach vorne setzen</li><li>-das Team, welches als erstes am Ende der Leiter ist gewinnt</li></ul>
--	--	--	--

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Athletik & Koordination

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=lq-mWaNlgCE>

**Referent\*in:** Jürgen Maßmann

**Ort, Jahr:** Bamberg, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Tipp			als "Strafe" keine Liegestütz/Plank/ oder ähnliche Zwangslagen, lieber funktionale Kniebeuge/Bärengang/...
Kraft	Kreisfangen	35:10 - 39:00	-alle Kinder (außer ein Fänger) fassen sich im Kreis an (Hand an Unterarm nicht an Hand) -Fänger muss nun versuchen ein bestimmtes Kind zu fangen, der Kreis kann dieses Kind beschützen, da Fänger nicht durch Kreis darf -idealerweise 5-7 Kinder, ansonsten 2 Kreise
	Ameisenbär	40:20 - 43:30	-4 Ecken mit jeweils einem Reifen in dem 2 Kinder stehen, im Mittelkreis liegen einige Bälle -auf allen 4 (Händen & Füßen) bewegen und Bälle mit Nase zu eigenem Reifen rollen -Bälle dürfen nicht aus Reifen "gklaut" werden, wer am Ende die meisten hat, gewinnt
	Ameisenbärenkampf	44:00 - 45:00	-2 Kinder auf allen 4 (Hände & Füße) im Mittelkreis -Wer schafft es den anderen aus dem Kreis zu drängen?
	Pfannkuchen wenden	45:00 - 47:00	-ein Kind liegt mit ausgestreckten Armen auf dem Boden -anderes Kind versucht es umzudrehen, ohne die Arme oder Beine zuzunehmen
	Außer Gleichgewicht	48:00 - 49:00	-zwei Kinder stehen gegenüber, dürfen sich nur an Händen berühren -versuchen den anderen aus Gleichgewicht zu bringen
	Ballpresse	49:00 - 50:00	-zwei Kinder Rücken an Rücken, dazwischen einen Ball einklemmen -versuchen den anderen wegzuschieben
	Teppichfliesen	51:20 - 58:00	-jedes Kind eine Teppichfliese -auf dem Bauch darauf legen mit Händen nach vorn ziehen -darauf setzen, Hände nach oben, nur mit Füßen vorwärts ziehen -auf Bauch legen mit Händen rückwärts schieben drauf setzen, mit den Füßen schieben -Unterarmstütz/Liegestütz auf Fliese, Po hoch mit Beinen anschieben
	Pferderennen		-zu dritt: einer liegt/sitzt/steht auf Fliese hält sich an Seil fest, die anderen ziehen das Kind an Seil hinterher

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

	Rübenziehen	1:07:00 - 1:10:00	-mehrere Kinder liegen auf dem Bauch im Kreis, Füße nach außen, an Unterarmen festhalten, Augen schließen -"Bauer" geht außen rum und versucht Rüben zu ziehen -nur an einem Bein und max. 3 Sekunden ziehen
Beweglichkeit		1:22:00 - 1:24:33	-stehen, ein Arm nach vorn strecken und Oberkörper soweit es geht drehen (WIRBELSÄULE) -Flugzeug, Raupe, ...(WIRBELSÄULE) -Armkreisen (vorwärts, rückwärts, gegenläufig, ...) (SCHULTER) -Beinschwingen (vor, zurück, seitlich, ...) (HÜFTE)

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Jürgen Maaßmann - Athletik & Koordination (Oldenburg 2020)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=zegkolw7NXY>

**Referent\*in:** Jürgen Maßmann

**Ort, Jahr:** Oldenburg, 2020

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Athletik</b>	Kreisfangen	28:00 - 33:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kinder werden in zwei Gruppen geteilt</li> <li>- jede Gruppe sucht sich zum ersten einen Fänger und einen der gefangen werden soll aus</li> <li>- die anderen Kinder + das Kind was gefangen wird bilden einen Kreis und fassen sich an die Hände</li> <li>- der Fänger steht außen vom Kreis</li> <li>- die Kinder als Kreis versuchen durch nach, Rechts oder links rennen das Kind zu beschützen was gefangen werden soll</li> <li>- der Fänger, versucht in dem er um den Kreis herum rennt das Kind zu fangen</li> <li>- wurde das Kind gefangen geht der Fänger mit in den Kreis und der gefangene wird zum Fänger</li> <li>- die Kinder im Kreis müssen sich aber jetzt ein neues Kind aussuchen Zum fangen</li> </ul>
	Umdrehen	34:00 - 41:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Kinder bilden Zweiergruppen</li> <li>- einer der beiden Kinder legt sich auf den Fußboden, auf den Bauch und die Arme zur Seite ausgestreckt (versucht sich am Boden festzuhalten)</li> <li>- das andere Kind versucht seinen Partner auf den Rücken zudrehen (es darf nur an der Hüfte angefasst werden)</li> <li>- danach wird gewechselt</li> <li>- sind beide einmal dran gewesen wird sich auf den Rücken gelegt und versucht umgedreht zu werden</li> </ul>
	Teppichfließen	42:00 - 52:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder sind an einer Hallenlinie (am besten an einer Wandseite Anfangen)</li> <li>- vor ihnen liegt ein Teppichstück</li> <li>- darauf legen sie sich mit dem Bauch und versuchen sich nur mit der Armkraft nach vorne zu ziehen (bis ins angegebene Ziel)</li> <li>- auf dem Rückweg setzen sich die Kinder auf das Teppichstück und versuchen sich nur mit den Beinen nach vorne zu bewegen</li> <li>- wieder zurück legen sich die Kinder wieder auf den Bauch aber die Beine zeigen in die Halle (sprich Rückwärts)</li> <li>- hier versuchen die Kinder sich mit den Armen zuschieben/abzustoßen</li> <li>- auf dem Rückweg setzen sich die Kinder wieder drauf aber Rückwärts und drücken sich mit den Füßen ab</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- die nächsten zwei Runden hin und her stützen sich die Kinder mit den Händen auf das Teppichstück die Beine hintenangestellt (also der Po hoch) und versuchen so, so schnell wie möglich zu laufen</li> </ul>
	Pferdekutschenrennen	52:00 - 1:00:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Kinder finden sich in dreiergruppen zusammen</li> <li>- jede Gruppe hat jeweils ein Teppichstück und ein Springseil</li> <li>- das erste Kind der dreiergruppe legt sich mit dem Bauch auf das Teppichstück und hält sich mit beiden Händen an dem Seil fest</li> <li>- die anderen beiden halten jeweils ein Ende vom Seil in der Hand</li> <li>- so müssen die beiden das Kind auf dem Teppich ziehen um einen Kegel und zurück</li> <li>- danach wird immer durchgewechselt</li> <li>- waren alle mal dran wird die Position auf dem Teppichstück gewechselt</li> <li>· Auf die Knie setzen</li> <li>· In Schneidersitz setzen</li> <li>· Im stehen</li> </ul>
<b>Koordination</b>	Parcours 1	ab 1:00:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jedes Kind hat jetzt wieder ein Teppichstück</li> <li>- aufgebaut ist er aus: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Einen längs stehenden Kasten wo am Anfang und Ende eine Bank angelehnt ist</li> <li>2. Farbplättchen die auf dem Fußboden liegen</li> <li>3. Eine große dicke Matte</li> <li>4. Kegel nach vorne in einer Reihe</li> <li>5. Einen Korb mit Bällen davor</li> </ol> </li> <li>- beim ersten Hindernis legen sich die Kinder auf den Bauch, auf die Bank und ziehen sich hoch auf den Kasten</li> <li>- auf der anderen Seite rutschen sie auf dem Bauch runter</li> <li>- bei dem zweiten Springen sie auf einem Bein jeweils immer auf ein Plättchen (alle Farben mitnehmen)</li> <li>- bei dem dritten machen die Kinder eine Vorwärtsrolle über die Matte</li> <li>- durch die Kegel laufen sie dann rückwärts und im Slalom durch</li> <li>- am Ende einen Ball schnappen und einen Korb werfen</li> <li>- danach wieder hintenanstellen</li> <li>- nach ein paar Runden soll dann keine vorwärtsrolle mehr gemacht werden, sondern eine Rückwärtsrolle</li> </ul>
	2. Parcours		<ul style="list-style-type: none"> <li>- nachdem sie den ersten Parcours durchlaufen sind und am Ende einen Korb gemacht haben gehen sie zum zweiten Parcours über</li> <li>- dieser besteht aus:</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Einen Schwebebalken wo längs eine Bank drinhängt (am Anfang und Ende steht ein Hocker)</li> <li>2. Danach kommt eine Bank, die in der Mitte etwas höher liegt (wie eine Wippe)</li> <li>3. Anschließend eine längliche Matte</li> <li>4. Und zum Schluss wieder ein Korb</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>- am ersten Hindernis vom zweiten Parcours steht ein Ballwagen wo jedes Kind sich einen Ball rausnimmt (dieser wird aber nach Ende des zweiten Parcours wieder darein gelegt)</li> <li>- bei dem ersten Hindernis wird sich auf den Hocker gestellt den Ball in die Hand genommen und über die schwebende Bank drüber gelaufen (während des Laufens wird der Ball hochgeworfen und aufgefangen)</li> <li>- danach kommt die Bank die wie eine Wippe ist da laufen die Kinder drüber mit dem Ball in der Hand</li> <li>- bei der Matte müssen sie Kinder drei große Froschsprünge machen</li> <li>- und anschließend in den Korb werfen</li> </ul>
	<p>3. Parcours</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dieser besteht aus:</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Einer Bank, die mit der Sitzfläche auf einer hohen dicken Matte liegt (liegt neben der Wand mit etwas Abstand)</li> <li>2. Zwei Hocker (oben und unten/ rechts und links) und einem Seil in der Mitte (von der Decke hängend)</li> <li>3. Danach kommen Kegel nacheinander aufgestellt</li> <li>4. Und anschließend eine Bank, die wieder gegen einen höheren Kasten gelehnt ist (länglich) und danach eine Matte – das unter (vor) einen Korb bauen</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>- bei dem Parcours hat jedes Kind wieder einen Ball</li> <li>- über die Bank müssen die Kinder seitlich laufen und den Ball an die Wand werfen und wieder fangen</li> <li>- danach stellt sich das Kind auf den Hocker klemmt sich den Ball zwischen die Füße und muss sich am Seil rüber schwingen (auf der anderen Seite muss der Ball in dem Kasten landen)</li> <li>- anschließend dribbeln sie im Slalom durch die Kegel</li> <li>- zum Schluss laufen die Kinder mit dem Ball die Bank hoch (mit Tempo) und versuchen dann im Sprung nach unten vom Kasten den Korb zu treffen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Präsentation: Umgang mit Kindern und Situationen

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=rTn4MRDBxIQ>

**Referent\*in:** Jürgen Maßmann

**Ort, Jahr:** Frankfurt, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Umgang als Trainer im U8/ U10 Bereich		<ul style="list-style-type: none"> <li>- unglaublich viele verschiedene Meinungen in Studien, Zeitschriften, Büchern und unter Freunden</li> <li>- in der Regel Trainer für die Gesamterziehung nicht wichtig</li> <li>- Kinder können sehr gut zwischen Training, zuhause und Schule unterscheiden</li> <li>- Job: ein möglichst forderndes, förderndes und möglichst abwechslungsreiches Training zu gestalten</li> </ul>
	Was sind Regeln?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regeln bestimmen das Miteinander</li> <li>- Pädagogische Vereinbarungen</li> <li>- Werte und Normen, organisatorische Notwendigkeiten, Apelle/Anweisungen/Verbote</li> <li>- <b>WICHTIG:</b> Zielsetzung und Vorteil der Regel für Kinder und Trainer</li> </ul>
	Umgang mit Regeln		<ul style="list-style-type: none"> <li>- NICHT ZU VIELE!!!</li> <li>- Nur wirklich wichtiges!</li> <li>- Zum Beispiel: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Es wird nur geredet, wenn kein anderer spricht!</li> <li>· Wenn der Trainer ein Spiel erklärt und jemand dazwischenredet, kann der Trainer nicht weiterreden.</li> <li>· FAZIT: Die Kinder können nicht spielen.</li> <li>· bekommen die Kinder das mit, werden sie die Regel auch untereinander durchsetzen</li> <li>· Idee für den Trainer: leise und ruhig sprechen und nicht versuchen die Kinder zu übertönen</li> </ul> </li> <li>- Kinder müssen den Sinn einer Regel verstehen</li> </ul>
	Was ist Disziplin?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stellung zur Gruppe?</li> <li>&gt; Minibereich: Trainer sollte Teil der Gruppe sein, d.h. mit den Kindern auf Augenhöhe (sowohl symbolisch als auch mal physisch (in die Hocke gehen)) sein, aber trotzdem als Trainer die Regeln festlegen</li> <li>- Folgen zu hoher Disziplin: das Kind fängt an zu bocken</li> <li>- erfordert Geduld und Motivation des Trainers</li> <li>- Regel+Disziplin mit <b>KONSEQUENZEN</b> (=der entscheidende Faktor) <ul style="list-style-type: none"> <li>· Immer gleich</li> <li>· Direkt eingreifen!</li> <li>· Keine Kleinigkeiten einschleifen lassen!</li> </ul> </li> </ul>
	Lob und Anerkennung		

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beides sehr wichtiges Handwerkszeug des Trainers!</li> <li>- bestärkend für Kinder (wenn das Kind etwas falsch macht, ist Lob unangebracht)</li> <li>- fördert das Selbstbewusstsein</li> <li>- unterstreicht die Zugehörigkeit zuder Gruppe</li> <li>- Anerkennung:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Wertschätzung mit Bezug zur Tätigkeit des Kindes!</li> <li>· nicht nur sagen: „Gut gemacht!“, sondern „Super, wie du den Ball von der Brust hoch gestoßen hast! Merkst du, dass du so viel besser triffst?“, damit das Kind merkt, dass der Trainer ihm Aufmerksamkeit schenkt</li> <li>· baut tiefere und intensivere Bindung auf</li> </ul> </li> <li>- Lob:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Eine Bewertung bezogen auf die ganze Person!</li> <li>· Kind wird herausgehoben und als Person bewertet</li> <li>· „Klasse!“, „Super!“, ...</li> <li>· Anerkennung ist besser</li> </ul> </li> <li>- Tadel:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· im Minibereich kein Hilfsmittel</li> <li>· Gefahr der Resignation bei Kindern</li> <li>· Kinder (aber auch Trainer) dürfen keine Angst vorm Scheitern haben, sie sollen probieren!</li> </ul> </li> </ul>
	Auf Situationen reagieren		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ursachen erkennen</li> <li>2. Training/Spiel möglichst direkt fortführen</li> <li>3. Psychische und soziale Voraussetzungen beachten</li> <li>4. Aufsichtspflicht beachten</li> <li>5. Grundregeln des sozialen Verhaltens (Eltern)</li> </ol>
	Was wenn ein Spiel nicht funktionier?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: häufig nicht erkennbar/keine Lust</li> <li>- Nicht versuchen das Spiel zu erzwingen</li> <li>- Abbrechen und nächste Übung/Spiel, weiteres (sicheres Spiel) in Reserve haben</li> <li>- Trainer soll der Entscheidungsträger sein</li> <li>- Tipps:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· häufiges Wechseln der Spiele</li> <li>· Spiele ca. 15 Minuten, nicht zu lang</li> <li>· eigenen Ehrgeiz zurücknehmen</li> </ul> </li> </ul>
	Was wenn ein Kind nicht mehr mitmachen will?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: viele mögliche Gründe, häufig nicht aus dem Training</li> <li>- Kind zu sich nehmen, andere weiterspielen lassen</li> <li>- Kind Empathie entgegenbringen</li> <li>- Tipps:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Kind Zeit lassen</li> <li>· ohne Konsequenzen wieder mitspielen lassen</li> </ul> </li> </ul>
	Was wenn ein Kind bockt?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kind zu sich nehmen, das Spiel weiterlaufen lassen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: z.B. ein Kind hat keine Lust auf dieses Spiel</li> <li>- keine anderen Kinder anstecken lassen</li> <li>- Kind oder auch Gruppe erklären, dass ein Spiel nur funktioniert, wenn alle spielen: Man muss auch mal das spielen, was einem nicht so gut gefällt</li> </ul>
	Was wenn ein Kind anfängt zu weinen?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: emotionale Steigerung der vorherigen Situation</li> <li>- Wichtig dafür zu sorgen, dass das Spiel weiterläuft</li> <li>- sollte das Kind ansprechbar sein, wieder Empathie zeigen</li> <li>- Wenn es wieder ruhig ist, darf es wieder mitspielen!</li> <li>- Tipp: nicht anschreien, es soll damit aufhören</li> <li>- Kind rennt aus der Halle:</li> <li>· Nicht nachlaufen und die anderen Kinder alleine lassen!</li> <li>· Vorher Eltern auf einem Elternabend erklären, dass man nicht nachlaufen kann, aber Nummern geben lassen, dass man die Eltern anrufen kann</li> </ul>
	Was wenn ein Kind ständig die anderen stört?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: Langeweile, Unterforderung, Gewohnheit, Aufmerksamkeit suchend</li> <li>- Sofort unterbrechen!</li> <li>- Unerwünschtes Sozialverhalten!</li> <li>- Je nach Grund entsprechend reagieren (Zusatzaufgaben, ...)</li> </ul>
	Was wenn sich zwei Kinder prügeln?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sofort unterbrechen!</li> <li>- NO GO! Regeln Sozialverhalten!</li> <li>- Fehler des Trainers! Anzeichen vorher erkennen und eingreifen</li> <li>- Tipp: bei schwierigen Mannschaften oder Schul-AG's eine weitere Person als Betreuer hinzuziehen</li> </ul>
	Was wenn Kinder nicht mit einem anderen Kindern spielen wollen?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: in der Schule gestritten, schwächerer Spieler</li> <li>- Selbstgemachtes Problem, kann entstehen, wenn Kinder regelmäßig selbst entscheiden</li> <li>- Tipps:</li> <li>· Trainer machen die Teams</li> <li>· möglichst oft wechseln</li> </ul>
	Was wenn ein Kind ausgeschlossen/gemobbt wird?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: psychologisches Dominanzgebären von Kindern</li> <li>- Sofort unterbrechen!</li> <li>- NO GO! Regeln Sozialverhalten!</li> <li>- Tipp:</li> <li>· Spiele wählen, die das besagte Kind gut kann</li> <li>· bei Fangspielen Spielformen wählen mit häufigen Wechseln des Fängers!</li> </ul>
	Was wenn sich Kinder um einen Ball streiten?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: Kinder wollen immer das Beste und können nur schwer zurücksetzen</li> <li>- Gleichbehandlung aller Kinder</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

---

			<ul style="list-style-type: none"><li>- Tipps:</li><li>· innerhalb der Übung Bälle wechseln</li><li>· Trainer gibt die Bälle raus</li></ul>
--	--	--	---

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Jürgen Maaßmann Situationen im Training Hagen 2017

**Link:** [https://www.youtube.com/watch?v=NtVbSm\\_xHQ8](https://www.youtube.com/watch?v=NtVbSm_xHQ8)

**Referent\*in:** Jürgen Maßmann

**Ort, Jahr:** Hagen, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	auf Situationen reagieren	2:53 - 7:34	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ursache erkennen</li> <li>2. Training / Spiel möglichst direkt fortführen &gt; wenn es Probleme gibt, das Kind kurz herausnehmen, das Spiel am Laufen halten</li> <li>3. Psychische und soziale Voraussetzungen beachten</li> <li>4. Aufsichtspflicht beachten</li> <li>5. Grundregeln des sozialen Verhaltens (Eltern) &gt; sämtliche Verhaltensweisen wie Auslachen, Schubsen... direkt unterbinden</li> </ol>
	Was wenn ein Spiel nicht funktioniert?	7:34 - 12:32	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: häufig nicht erkennbar/ keine Lust</li> <li>- nicht versuchen, ein Spiel zu erzwingen &gt; Gegenaggression möglich, wenn man Spiel erzwingen möchte</li> <li>&gt; aber auch nicht zum Spielball der Kinder werden</li> <li>- Abbruch und neues Spiel/ Übung; (sicheres) Spiel in Reserve haben</li> <li>- Trainer = Entscheidungsträger</li> <li>- Tipps: häufiger Wechsel der Spiele, Spiele ca. 15 min, eigene Ehrgeiz zurücknehmen</li> </ul>
	Was wenn ein Kind nicht mehr mitmachen will?	12:32 - 0:13	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: viele mögliche Gründe, häufig nichts aus dem Training</li> <li>- Kind zur Seite nehmen, weiterspielen lassen</li> <li>- Kind Empathie entgegenbringen &gt; aber auch nicht zu viel: Kind ist nicht der Entscheider</li> <li>- Tipps: Kind Zeit lassen, ohne Konsequenzen weiterspielen lassen</li> </ul>
	Was wenn ein Kind plötzlich bockt?	20:13 - 22:27	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: ein Kind hat keine Lust aufs Spiel</li> <li>- Kind zur Seite nehmen, weiterspielen lassen</li> <li>- keine anderen Kinder anstecken lassen</li> <li>- Kind/ Gruppe erklären, dass Spiel nur funktioniert, wenn alle spielen &gt; den anderen zuliebe das spielen, was man vielleicht nicht möchte - Tipps: viele verschiedene Spiele, häufige Wechsel</li> </ul>
	Was wenn ein Kind plötzlich weint?	22:27 - 26:51	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: emotionale Steigerung der vorherigen Situation</li> <li>- Kind zur Seite nehmen, weiterspielen lassen</li> <li>- Kind Empathie zeigen, wenn Kind ansprechbar ist</li> <li>- wenn Kind wieder ruhig ist, darf es wieder mitspielen</li> <li>- Tipps: nicht anschreien, Kind braucht jemanden, der zuhört</li> </ul>
	Was wenn ein Kind außer Kontrolle ist?	26:51 - 30:28	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: emotionale Steigerung der vorherigen Situation à KIND RENNT AUS DER HALLE</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- nicht nachlaufen und andere Kinder allein lassen</li> <li>- ELTERN SOFORT ANRUFEN! / NOTFALL-NUMMERN!</li> <li>- Tipps: Eltern auf solche Situationen vorbereiten (z.B. Elternabend vor Saison), Sensibilität bei der Beobachtung der Kinder, um das vorher zu erkennen</li> </ul>
	Was wenn ein Kind ständig die anderen stört?	30:28 - 34:51	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: Langeweile, Unterforderung, Gewohnheit, Aufmerksamkeitssuche</li> <li>- sofort unterbrechen! (Verstoß gegen Grundsätze des sozialen Verhaltens)</li> <li>- je nach Grund entsprechend reagieren</li> <li>- Tipps: Spiele / Übungen ohne Pausen / Anstehzeiten, kurz erklären / etappenweise</li> </ul>
	Was wenn Kinder nicht zusammen spielen wollen?	34:51 - 37:07	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: in der Schule gestritten, schwächster Spieler</li> <li>- selbstgemachtes Problem, kann entstehen, wenn Kinder regelmäßig selbst entscheiden</li> <li>- Tipps: Trainer macht die Gruppen, Wechsel in den Teams, sodass jeder mit jedem übt / spielt</li> </ul>
	Was wenn ein Kind ausgeschlossen wird?	37:07 - 40:08	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: psychologisches Dominanzdenken von Kindern</li> <li>- sofort unterbrechen! (Verstoß gegen Grundsätze des sozialen Verhaltens)</li> <li>- Tipps: Spiele wählen, in dem das Kind nicht unterlegen ist, bei Fangspielen: Spiele wählen, bei dem schnelle Fängerwechsel passieren</li> </ul>
	Was wenn sich Kinder um einen Ball streiten?	40:08 - 41:09	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursache: Kinder wollen immer das Beste, stecken nur schwer zurück</li> <li>- alle Kinder gleichbehandeln</li> <li>- Tipps: Bälle Kindern zuordnen, Spiel mit Ballwechseln (z.B. heiße Kartoffel)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Gastvortrag Dänemark: Family Basketball

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=wbE9plZBofo>

**Referent\*in:** Katrine Storm Piper

**Ort, Jahr:** Jena, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Theorie	Regeln U5/U7 Training	0:00 - 9:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Training muss Spaß machen, jede/r wird in jedem Training wahrgenommen und hat min einen Erfolg</li> <li>Geschichte erzählen</li> <li>-mit den Eltern, aber auch selbst Verantwortung übernehmen, wenn möglich</li> <li>-kein Schreien, auf das Positive fokussieren</li> <li>-Erlernen von motorischen, sozialen und Basketballerischen Skills durch viele Wiederholungen</li> <li>-Basketball Skills: dribbeln, passen, fangen, werfen, Richtungswechsel, springen, Ball beschützen, Defense</li> <li>-Soziale Fähigkeiten: zuhören bei Erklärungen in der Gruppe, einfachen Regeln folgen, Teamwork</li> </ul>
kleine Spiele	Namensspiel	10:45 - 13:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Spieler und Eltern stehen in einem Kreis</li> <li>-ein Ball wird herumgereicht</li> <li>-wenn man den Ball hat, sagt man seinen Namen, gibt den Ball weiter und legt sich auf den Bauch</li> <li>-alle sagen "Hallo (Name der Person)"</li> </ul>
	Reise nach Afrika	14:40 - 22:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-jeder hat einen Ball, Trainer erzählt Geschichte</li> <li>-"Das Wetter ist kalt in Deutschland, deshalb fliegen wir nach Afrika. Zuerst müssen wir unsere Koffer packen!"</li> <li>-"Wir holen unsere Kleidung aus den Regalen ganz oben" - auf Zehenspitzen stellen und nach oben greifen</li> <li>-"und die Sonnencreme und die Badesachen aus dem Regal ganz unten" - auf ein Bein stellen und nach rechts und links unten greifen</li> <li>-"wir müssen auf den Koffer springen, um ihn zu schließen" - mit beiden Beinen springen</li> <li>-"Wir steigen in das Flugzeug ein und starten den Motor" - Arme ausstrecken (einen Arm wenn mit Ball) und Knie beugen, Beine als Motor</li> <li>-"und dann fliegen wir" - herumlaufen, wenn möglich dribbeln</li> <li>-"Stopp" - Sprungstopp</li> <li>-"geht in die Knie, damit die Tiere in Afrika euch nicht sehen können. Wir schauen mal ob es hier Tiere gibt" - drehen, den Ball schützen und sich umschaun</li> <li>-"Hat jemand ein Tier gesehen?" - ein Kind soll sagen welches Tier es gesehen hat, verhalten wie das Tier (am Besten Basketballbewegung einbauen)</li> <li>-Tiger = leise, auf Zehenspitzen laufen, dann angreifen (schnell rennen)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>-Jaguar = Ball rollen, so schnell es geht laufen</li> <li>-Affe = Sprossenleiter hoch</li> <li>-Schlange = auf dem Boden kriechen</li> <li>-Griaaffe = Arm als Kopf der Giraffe, hochschauen und runterschauen (wie bei Wurf)</li> <li>-"Es ist viel zu gefährlich in Afrika mit den wilden Tieren. Lasst uns zurück nach Deutschland fliegen. Wir steigen in das Flugzeug und starten den Motor" - wie oben</li> </ul>
	Kegel abschießen	23:00 - 27:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-"Es sieht so aus, als ob wir nicht in Deutschland gelandet sind. Es sieht aus wie ein anderer Planet mit Komischen Kegeln, die aus dem Boden ragen. Versuchen wir sie abzuschießen und schauen, ob die Aliens sie wieder richtig platzieren."</li> <li>-in der Turnhalle werden Kegel aufgestellt, jeder Spieler hat einen Ball</li> <li>-die Spieler spielen den Ball in Richtung der Kegelb, um sie umzuwerfen, die Eltern (Aliens) stellen sie wieder hin</li> </ul>
	Diamanten sammeln	28:00 - 38:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-"Diese Aliens waren sehr nett. Ich habe gehört, dass es auf diesem Planeten viele Diamanten gibt, aber sie werden von den Aliens geschützt. Mal sehen ob wir einige Diamanten bekommen können. Um an den Aliens vorbeizukommen müssen wir Tricks anwenden."</li> <li>-Spieler gehen zu zweit zusammen in einen Reifen (Raumschiff), jeder hat einen Ball</li> <li>-Aliens sind in der Mitte in einem Kreis um die Diamanten (Reissäckchen)</li> <li>-um Diamanten zu bekommen, brauchen Kinder 2 Punkte auf einem Korb (1 Punkt für Ring, 2 Punkte für Treffer)</li> <li>-wenn 2 Punkte erzielt, dribbelt der Spieler zu einem Alien, der macht eine Übung vor und der Spieler macht sie nach wenn Übung ausgeführt, darf ein Diamant genommen werden und zum Raumschiff gebracht werden</li> <li>-bis alle Diamanten aufgebraucht (dann zählen)</li> </ul>
	König und Königin	38:00 - 47:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Spieler stehen in 2 Reihen in der Mitte des Spielfeldes, 2 Eltern stehen auf der Freiwurflinie mit einem Ball in jeder Hand (Arme ausgestreckt)</li> <li>-ein Kind wird zur Königin/zum König ernannt und muss entscheiden wann die Übung beginnt (loslaufen = Start)</li> <li>-Kinder laufen zu den Eltern, nehmen einen Ball und dribbeln zum Korb um zu punkten</li> <li>-wenn ein Kind 2 Punkte erzielt hat (1 Punkt für Ring, 2 Punkte für Treffer), Ball zurück zu den Eltern und bei ihnen abklatschen</li> </ul>
	LEGO Spiel	48:00 - 56:15	<ul style="list-style-type: none"> <li>-jeder Spieler hat einen Ball</li> <li>-Trainerin hat Beutel mit LEGO Steinen dabei (6 verschiedene Farben)</li> <li>-es werden 6 Stationen mit jeweils einem LEGO in einer der 6 Farben aufgebaut, ein Elternteil pto Station</li> <li>-1. 4 Kegel, auf 3 ist ein Reissack: Kinder dribbeln um die Kegel und müssen alle Säcke auf einen anderen Kegel legen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"><li>-2. werfen von 4 Positionen, an jeder müssen 2 Punkte erreicht werden (1 Punkt für Ring, 2 Punkte für Treffer)</li><li>-3. 3 Kegel ca 3m entfernt vom Korb, immer um einen Kegel, dann Wurf auf den Korb, dann um den nächsten Kegel und wieder zum Korb</li><li>-4. Rolle auf der Matte</li><li>-5. Slalomdribbling um 4 Kegel, dann Wurf auf den Korb</li><li>-6. Springen durch 4 Reifen, dann auf den Korb werfen</li></ul> <p>Kinder ziehen LEGO Stein und laufen zur Station der jeweiligen Farbe, bauen das LEGO auf die vorhandenen Steine und führen dann die Übung aus</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-wiederholen bis alle Steine aufgebraucht</li><li>-am Ende: gebaute Türme anschauen und gucken welcher der höchste ist</li></ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Passen & Fangen

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=bqK1t-gmRXs>

**Referent\*in:** Konrad Slavik

**Ort, Jahr:** Bamberg, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Ballgewöhnung		1:45 - 12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-jedes Kind ein Ball</li> <li>-Ball so hoch wie möglich werfen und wieder fangen (1x klatschen, 2x klatschen, hinter dem Rücken klatschen, drehen ...)</li> <li>-rückwärts ein paar Schritte vor Wand, über Kopf (durch Beine,...) an Wand werfen, drehen und den Ball fangen</li> <li>-rückwärts ein paar Schritte vor Wand, links den Ball an Wand passen, nach rechts drehen und fangen</li> </ul>
Passen	in den Lauf passen	15:00 - 17:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-zwei große Matten stehen mit Abstand, Hälfte der Kinder vor den Matten, anderen an der Seite vor dem Zwischenraum</li> <li>-Kinder an der Seite haben Softbälle</li> <li>-Kind vor der Matte fragt erstes Kind mit Softball, ob es bereit ist (Kommunikation!!!)</li> <li>-rennt los (so schnell es kann ohne Tempowechsel an Matten vorbei), Kind mit Softball versucht es im Zwischenraum abzuwerfen</li> <li>-Punkte bekommt wer trifft (gibt keine Minuspunkte, wenn man abgeworfen wird)</li> </ul>
	in den Lauf passen	18:30 - 23:40	<ul style="list-style-type: none"> <li>-große Matte, daneben eine Reihe mit Kindern, die hinter Matte langrennen können</li> <li>-zweite Reihe mit Kindern neben Matte mit Ball</li> <li>-Kind ohne Ball rennt los, wenn es erfragt hat, ob anderer bereit ist, hinter Matte entlang, bekommt von Kind mit Ball Bodenpass in den Lauf, wenn es hinter der Matte vorkommt</li> <li>-Korblegerabschluss</li> </ul>
	Doppelpass	23:45 - 25:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-gleiche Aufstellung, aber Ball diesmal bei den Laufkindern</li> <li>-Kind passt Ball nach oben, läuft hinter der Matte Richtung Korb</li> <li>-bekommt Pass hinter der Matte, schließt ab</li> </ul>
	3-Felder-Passen	30:00 - 36:50	<ul style="list-style-type: none"> <li>-9 Kinder, in 3 Feldern (2 außen, eins in der Mitte)</li> <li>-6 Kinder in den 2 äußeren Feldern versuchen Bälle durch Mitte hin und her zu passen (nicht über Kopfhöhe)</li> <li>-3 Kinder in der Mitte versuchen Bälle abzufangen</li> </ul>
	Teppichfliesenpassen	39:38 - 46:50	<ul style="list-style-type: none"> <li>-verschiedene Teppichfliesen in Halle verteilt (mehr als Kinder)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>-Kinder stehen auf Teppichfliesen, passen sich Ball zu nach jedem Pass neue Fliese suchen</li> <li>-Variation (komplexer): verschieden farbige Fliesen, pro Farbe eine Mannschaft, wer zu erst 10 Pässe hat (man darf nur auf eigener Farbe stehen, jede Farbe andere Passform (Bodenpass, Ein-Hand, ...))</li> </ul>
	Parteiballvariationen	53:00 - 58:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-4 Mannschaften</li> <li>-2 versuchen sich zuzupassen, anderen zwei versuchen abzufangen</li> <li>-Variation: später: 3 passen, 1 fängt ab nach 5 Pässen 1 gegen 1 auf Korb</li> </ul>
	"Tigerball"	1:05:50 - 1:09:56	<ul style="list-style-type: none"> <li>-3 gegen 1, Angreifer dürfen nur passen, dann Abschluss (wer abschließt ist neuer Verteidiger)</li> <li>-Variation: jeder musste Ball einmal haben, oder 5 Pässe, ...</li> <li>schwieriger: 2 gegen 1</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Easybasket (Teil 2)

**Link:** [https://www.youtube.com/watch?v=f87qs0As\\_VA](https://www.youtube.com/watch?v=f87qs0As_VA)

**Referent\*in:** Mario Greco

**Ort, Jahr:** Hagen, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Ballhandling</b>	Verkehrsspiel	1:00 – 13:30 > Teil 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder sind Autos und dribbeln zunächst quer durch die ganze Halle</li> <li>- niemand darf sich berühren/mit jemandem zusammenstoßen (sonst 3x hochspringen)</li> <li>- Erweiterung 1: Einschränkung auf eine Hallenhälfte</li> <li>- Erweiterung 2: Autos können nur noch auf den Straßen fahren (=Linien)</li> <li>- Erweiterung 3: Autos dürfen alte Männer (=Kinder ohne Ball, mit einem Hütchen auf dem Kopf) nicht überfahren               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Alten laufen quer durch die Gegend</li> <li>· sind langsam, aber können laufen wo sie wollen</li> <li>· Autofahrer muss warten oder die Richtung wechseln, wenn Alter die Straße überquert</li> </ul> </li> <li>- Erweiterung 4: Arbeiter haben rote Kegel, womit sie die Straßen absperren können               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Autos müssen warten bis wieder frei oder Richtung wechseln</li> </ul> </li> </ul>
	Tor durchschreiten	16:00 – 27:00 > Teil 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 Mannschaften (mit je 2 Spielern) spielen auf einen Korb</li> <li>- Powerspieler (wird am Anfang bestimmt) entscheidet wann es los geht</li> <li>- alle dribbeln vor einem Tor aus Hütchen, wenn Powerspieler Tor durchschreitet, dürfen anderen Kinder auch los zum Korb</li> <li>- wer zuerst 3 Punkte hat, bringt die Power für sein Team</li> <li>- Erweiterung: alle stoppen an 3er Linie (Powerspieler entscheidet, wann sie sie überschreiten)</li> </ul>
	Basketballspiel	27:30 – 43:00 > Teil 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Angreifer stehen mit einem Ball ca. einen Meter vor der Mittellinie</li> <li>- zwischen ihnen steht ein Verteidiger (ein bisschen weiter hinten), der andere Verteidiger steht unter dem anderen Korb</li> <li>- wenn der 1. Verteidiger über der Mittellinie ist, dürfen alle anderen los und spielen</li> <li>- ca. eine Minute 2 gegen 2 frei Basketball spielen, dann Wechsel</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Marius Huth - Das Spiel auf niedrige Körbe | Bonn 2019

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=Rvfc5B6dyqM>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Bonn, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung														
<b>Theorie</b>	Warum?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- niedrigerer Körbe sind verhältnismäßig zu Körpergröße</li> <li>&gt; für 10-Jährigen (1,37m) auf 3,05m Korb zu spielen, ist wie, wenn ein Erwachsener (1,81m) auf 4,03m spielt</li> <li>- motivierender, da sie öfter treffen</li> <li>&gt; mehr Kinder begeistern sich für Basketball</li> <li>- in fast allen europäischen Ländern bereits Standard</li> <li>- neue Regeln fordern niedrige Körbe</li> <li>&gt; Einführung von höhenverstellbaren Körben in allen Hallen</li> <li>- Kinder können mehr ausprobieren und ihre Vorbilder nachmachen</li> </ul>														
	internationaler Vergleich		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deutschland selbst mit bester U12 Mannschaft nur im Mittelfeld</li> </ul> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: left;">International (niedrige Körbe)</th> <th style="text-align: left;">Deutschland (normale Körbe)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Wurftechnik/-bereitschaft bei allen hoch</td> <td>Wurftechnik/-bereitschaft niedrig</td> </tr> <tr> <td>gute Mann-Mann Verteidigung (wird sonst durch Wurf bestraft)</td> <td>Regeln, um Mann-Mann Verteidigung durchzusetzen</td> </tr> <tr> <td>gezwungen Entscheidungen zu treffen (werfen oder zum Korb)</td> <td>Entscheidungsverhalten wenig vorhanden, weil jeder den Wurf gibt (kein Close-Out)</td> </tr> <tr> <td>verbessertes Spacing</td> <td>wenn überhaupt Positioning</td> </tr> <tr> <td>Korblegervariation vielfältig</td> <td>Korblegervariation fast nicht vorhanden</td> </tr> <tr> <td>alle Kinder sind bereit zu werfen und in der Lage zu treffen</td> <td>nicht alle Kinder sind bereit/in der Lage zu treffen</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ca. 26 000 Minis in Deutschland (je 150 000 in Frankreich, Italien)</li> <li>- Ziel: 100 000 Minis in DE den nächsten 20 Jahren</li> <li>&gt; dafür muss Basketball attraktiver werden (durch niedrige Körbe treffen Kinder öfter und es macht mehr Spaß)</li> </ul>	International (niedrige Körbe)	Deutschland (normale Körbe)	Wurftechnik/-bereitschaft bei allen hoch	Wurftechnik/-bereitschaft niedrig	gute Mann-Mann Verteidigung (wird sonst durch Wurf bestraft)	Regeln, um Mann-Mann Verteidigung durchzusetzen	gezwungen Entscheidungen zu treffen (werfen oder zum Korb)	Entscheidungsverhalten wenig vorhanden, weil jeder den Wurf gibt (kein Close-Out)	verbessertes Spacing	wenn überhaupt Positioning	Korblegervariation vielfältig	Korblegervariation fast nicht vorhanden	alle Kinder sind bereit zu werfen und in der Lage zu treffen	nicht alle Kinder sind bereit/in der Lage zu treffen
International (niedrige Körbe)	Deutschland (normale Körbe)																
Wurftechnik/-bereitschaft bei allen hoch	Wurftechnik/-bereitschaft niedrig																
gute Mann-Mann Verteidigung (wird sonst durch Wurf bestraft)	Regeln, um Mann-Mann Verteidigung durchzusetzen																
gezwungen Entscheidungen zu treffen (werfen oder zum Korb)	Entscheidungsverhalten wenig vorhanden, weil jeder den Wurf gibt (kein Close-Out)																
verbessertes Spacing	wenn überhaupt Positioning																
Korblegervariation vielfältig	Korblegervariation fast nicht vorhanden																
alle Kinder sind bereit zu werfen und in der Lage zu treffen	nicht alle Kinder sind bereit/in der Lage zu treffen																
	Gegenargumente		<ul style="list-style-type: none"> <li>- „Die Kinder treffen doch aber auch auf die hohen Körbe“</li> <li>· Sortierung der Mannschaften nach Jahrgängen, obwohl Kinder innerhalb 1 Jahr auseinander sein können</li> <li>&gt; unterschiedlicher Entwicklungsstand der Kinder</li> <li>&gt; Bevorteilung der älteren Kinder in gleicher Jahrgangsstufe (mehr Kinder aus 1. Quartal – Relative Age Effect)</li> <li>· ältere Kinder kommen evtl. besser auf normale Körbe klar als jüngere</li> <li>· durch niedrige Körbe haben auch jüngere bessere Chance</li> <li>- „Der Sprung zur U14 ist dann aber sehr groß“</li> <li>· Spieler sollten von unten aufgebaut werden (d.h. Bick auf aktuelle Situation richten)</li> </ul>														



## Playlist „Minitrainer-Offensive“

---

			koordinativ gut ausgebildete Kinder bekommen die Umstellung aus Erfahrung gut hin
--	--	--	---

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Marius Huth Grundtechniken Wurferschulung Bochum 2016

**Link:** [https://www.youtube.com/watch?v=TB\\_V4P0qf2A](https://www.youtube.com/watch?v=TB_V4P0qf2A)

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Bochum, 2016

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Wurf</b>	Rhythmische Erwärmung	5:12 – 7:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder mit Ball sollen im Rhythmus der Musik dribbeln</li> <li>- Erweiterungen: mit bestimmten Hand- und Tempowechseln</li> </ul>
	Wurfstationen		<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Stationen zu zweit</li> <li>- es läuft Musik während des Stationsbetriebes</li> <li>- Musik startet = Beginn Station</li> <li>- Musik stoppt = Aufbauen, Wechsel zur nächsten Station</li> </ul>
		7:48 – 34:19	<p><b>Station 1 – Linkskorbleger (wird nicht explizit erklärt)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ein Hütchen, 2 Reifen, ein extra Reifen mit 2 Bällen</li> <li>- Spieler mit je einem Ball starten am Hütchen mit einem Dribbling, dann Ball aufnehmen</li> <li>- ein Kontakte (links-rechts) je Reifen, dann Korbleger</li> </ul>
		8:54 - 9:51	<p><b>Station 2 – Zielwerfen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reifen mit 5 verschiedenen Bällen, Kasten mit umgedrehtem Kastendeckel oder Hocker</li> <li>- Werfen der Bälle aus dem Ring in den Kastendeckel oder Hocker (Abstand ca. 3m)</li> <li>- alle Bälle geworfen</li> <li>- anderer holt im Anschluss die Bälle, Wechsel</li> <li>- ein Durchgang rechts, ein Durchgang links</li> </ul>
		9:51 – 10:17	<p><b>Station 3 – Korbwurf</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wie Zielwerfen, mit 5 Bällen, nur auf einen Basketballkorb</li> </ul>
		10:17 - 11:20	<p><b>Station 4 – Reifenwerfen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine Stange, 4 Reifen, ein extra Reifen mit einem Ball</li> <li>- Reifen liegen in einer Linie, 2 vor, 2 hinter der Stange</li> <li>- Spieler stehen sich gegenüber hinter den Reifen</li> <li>- Ball mit Basketballwurf über die Stange werfen (immer hin und her), Ball soll in einem der Reifen landen</li> </ul>
		11:20 - 12:03	<p><b>Station 5 – Linkswurf</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ein Reifen mit einem Ball</li> <li>- mit Links von links 45° (hinter dem No-Charge-Kreis) mit einem Basketball auf den Korb werfen</li> <li>- anderer holt Rebound</li> <li>- Wechsel nach 3 Würfen</li> </ul>
		12:03 - 12:27	<p><b>Station 6 – Büchsenwerfen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasten mit 4 Basketbällen, Reifen mit einem Softball</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- mit 4 Würfeln versuchen, die Bälle runterzuwerfen</li> <li>- Wiederaufbau und Wechsel im Anschluss</li> </ul>
		12:27 - 12:49	<b>Station 7 – Rechtswurf</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wie Linkswurfs nur rechts vom Korb</li> </ul>
		12:49 - 13:44	<b>Station 8 – Abwerfen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ein Reifen mit einem Ballon und einem Basketball</li> <li>- Spieler stehen ca. 3-5m auseinander</li> <li>- Spieler mit Ballon wirft diesen hoch, Spieler mit Basketball versucht, diesen abzuwerfen</li> <li>- Wechsel nach 2 Würfeln</li> <li>- alternativ statt Ballon andere kleine Bälle (z.B. Softball, Tennisball...)</li> </ul>
		13:44 - 14:26	<b>Station 9 – Wurf vom Balancepad</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ein Reifen mit einem Basketball, ein Balancepad</li> <li>- Balancepad zentral auf No-Charge-Kreis</li> <li>- Spieler wirft 3x beidbeinig auf dem Pad stehend, anderer reboundet</li> <li>- Wechsel im Anschluss</li> <li>- alternativ: einbeinig auf dem Pad stehen</li> </ul>
		14:26 - 15:17	<b>Station 10 – Tennisball zupassen (14:26 – 15:17)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ein reifen mit einem Tennisball</li> <li>- Spieler sitzen sich an einem Reifen gegenüber</li> <li>- Tennisball wird einhändig gepasst, ausschließlich durch abklappen des Handgelenks</li> </ul>
	5 Positionen	37:50 - 43:20	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fokus:</li> <li>· stabil, fest stehen</li> <li>· Ellenbogen unter dem Ball</li> <li>· in die Keksdose greifen</li> <li>- 5 Hütchen um den No-Charge-Kreis, ein ball pro korb</li> <li>- paarweise zusammenfinden</li> <li>- Spieler wirft nacheinander von allen 5 Positionen, anderer Spieler reboundet</li> <li>- im Anschluss Wechsel</li> </ul>
	Around the World	43:36 - 46:48	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ähnlich wie 5 Positionen</li> <li>- Spieler werfen abwechselnd</li> <li>- Treffer: eine Position weiter gehen, Fehlwurf: an der Position bleiben</li> </ul>
	Jackpot	47:05 - 54:53	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Paare spielen gegeneinander</li> <li>- Paar wählt eine der 5 Positionen von zuvor, von der es wirft</li> <li>- Treffer = ein Punkt zum Jackpot</li> <li>- Fehlwurf = Jackpot zurück auf 0</li> <li>- höchster Jackpot merken, am Ende Vergleich mit dem der anderen Paare</li> <li>- andere Variante: im Paar gegeneinander</li> <li>· jeder startet mit 10 Leben</li> <li>· Treffer = ein Punkt zum Jackpot</li> <li>· Fehlwurf = Jackpot zurück auf 0, Punkte im Jackpot werden von den eigenen Leben abgezogen</li> </ul>
	Minigolf	55:05 - 57:58	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 5 Positionen um No-Charge-Kreis</li> </ul>



## Playlist „Minitrainer-Offensive“

---

			<ul style="list-style-type: none"><li>- Paare spielen gegeneinander, ein Versuch pro Position</li><li>- Punkte: Fehlwurf = -1; Treffer = 1; Swish = 2</li></ul>
--	--	--	---

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Marius Huth Grundtechniken Modul 1 Bochum 2016

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=JpG3lCOf7ko>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Bochum, 2016

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Dribbling</b>	Balldieb	4:23 - 13:21	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit Ball bis auf 3</li> <li>- Spielfeld: Halbfeld</li> <li>- Spieler ohne Ball versuchen, anderen Spielern Ball zu klauen (Basketballregeln beachten)</li> <li>- wer Ball verliert wird neuer Balldieb</li> <li>- technische Fehler, Ausball: Ball übergeben an Balldieb; neuer Balldieb</li> <li>- Ziel:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Dribbling ohne Augenkontakt zum Ball</li> <li>· schützen des Balles</li> </ul> </li> <li>- Erweiterungen:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Dribbler dürfen zusätzlich versuchen, einen Ball eines anderen Dribblers zu holen</li> <li>· Dribbling mit einem Ball nur mit der schwachen Hand</li> </ul> </li> </ul>
	Dribbelschule	14:59 - 25:01	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spieler dribbeln eine Bahn (Sideline - Sideline) hin und zurück</li> <li>- Blick nach oben (z.B. Zahlen mit den Händen zeigen, Kids müssen sie sagen)</li> <li>- hüfthohes Dribbling</li> <li>- Hand rund machen</li> <li>- Übungen:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· mit rechts hin, mit links zurück (wichtig: Hand über dem Ball)</li> <li>· rückwärts laufend mit rechts hin, mit links zurück (wichtig: Hand vor dem Ball)</li> <li>· volles Tempo mit rechts hin, mit links zurück (wichtig: Hand hinter dem Ball)</li> <li>· so flach es geht mit rechts hin, rückwärts mit links zurück</li> <li>· so hoch es geht mit rechts hin, rückwärts mit links zurück</li> <li>- schnellere Kinder: besondere Dribbelübung (z.B. Spinnendribbling), nochmal zum langsamsten Kind, es begleitet</li> <li>- Ziel:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Ballhandling schulen</li> <li>· Dribbling ohne Augenkontakt</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
	Schattensdribbeln	25:01 - 39:51	<ul style="list-style-type: none"> <li>- paarweise mit einem Ball pro Person zusammenfinden</li> <li>- ein Spieler macht vor, anderer macht ihn nach (Schatten)</li> <li>- Kommandos:</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>· „Aufgabenwechsel“ anderer Spieler macht vor, Partner wird zum Schatten</li> <li>· „Partnerwechsel“ jeder sucht sich einen neuen Partner</li> <li>- Ziel:</li> <li>· Ballhandling schulen</li> <li>· Dribbling ohne Augenkontakt</li> <li>- Erweiterungen:</li> <li>· Festlegung einer Spiegellinie, Partner stehen sich an dieser gegenüber</li> <li>· zusätzlicher Tennisball, der sich zugeworfen wird während des Dribblings</li> <li>· ein Partner dribbelt mit beiden Basketbällen, einer mit Tennisball (Wechsel nach 20s)</li> <li>· ein Partner dribbelt mit beiden Basketbällen, der andere passt ihm den Tennisball per Fuß zu; Pass zurück (Wechsel nach 20s)</li> </ul>
	Dribbelkönig	40:21 - 46:26	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder mit einem Ball</li> <li>- Spielfeld: innerhalb der 3er-Linie eines Korbes</li> <li>- Spieler dribbeln und versuchen bei anderen Kindern den Ball</li> <li>- Ballverlust/ technischer Fehler: Spielfeld verlassen, Korbleger auf einen freien Korb, dann zurückkommen</li> <li>- Erweiterung:</li> <li>· wer Ball verliert geht in zweites Feld, wer dort Ball verliert macht Korbleger auf freien Korb, dann zurückkommen</li> <li>· Spielfeld 1: wer übrig bleibt = Dribbelkönig</li> <li>- Ziel:</li> <li>· Ballhandling schulen</li> <li>· Dribbling ohne Augenkontakt</li> <li>· Ball schützen</li> </ul>
<b>Abstoppen   Sternschritt</b>	Rhythmisches Dribbling	47:39 - 55:37	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit einem Ball, Reifen liegen verteilt in der Halle, Musik läuft</li> <li>- während Musik läuft → freies Dribbling im Rhythmus</li> <li>- stoppt Musik → in einen Reifen springen mit Einkontaktstopp</li> <li>- Ziel: Einkontaktstopp üben</li> <li>- Einkontaktstopp:</li> <li>· Füße kommen gleichzeitig auf</li> <li>· Ball aufnehmen → kurzer Sprung → beidbeinig aufkommen</li> <li>· Füße über Schulterbreite auseinander</li> <li>· tiefer Körperschwerpunkt</li> <li>· Ball seitlich in der Tasche Wurfhand hinterm Ball</li> </ul>
	Spiegeldribbling mit Einkontaktstopp	56:04 - 1:01:27	<ul style="list-style-type: none"> <li>- paarweise gegenüber hinstellen (Sideline - Sideline), jeder Spieler mit Ball</li> <li>- Spieler dribbeln aufeinander zu: Einkontaktstopp so nah beieinander wie möglich, rechts aneinander vorbeidribbeln</li> <li>- Ziel: Einkontaktstopp üben</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erweiterung: mit links dribbeln</li> </ul>
	Ica Age	1:01:27 - 1:05:17	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit einem Ball an der Sideline</li> <li>- Dribbling zur entgegengesetzten Seite so schnell es geht</li> <li>- Dribbling nur erlaubt, wenn Trainer wegguckt</li> <li>- guckt Trainer hin: Einkontaktstopp</li> <li>- Fehler: Start am Anfang</li> <li>- Gewinner = wer es zuerst zur anderen Seite geschafft hat, übernimmt Aufgabe des Trainers bei neuer Runde</li> <li>- Ziel: Einkontaktstopp üben</li> <li>- Erweiterung: mit links dribbeln</li> </ul>
	Wadentippen	1:08:59 - 1:15:50	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zu zweit ohne Ball</li> <li>- ein Spieler versucht die rechte Wade des anderen in 30s möglichst oft zu tippen</li> <li>- anderer Spieler darf nur rechtes Bein bewegen, um das zu verhindern</li> <li>- nachdem beide mit rechts: Wechsel aufs linke Bein</li> <li>- Ziel: Sternschritt üben</li> <li>- Erweiterungen: <ul style="list-style-type: none"> <li>· mit Ball in den Händen des Spielers, der Sternschritt macht</li> <li>· mit offenen Schuh am Spielbein: anderer versucht, auf offenen Schnürsenkel des Spielbeins zu treten</li> </ul> </li> </ul>
	Anstellen	1:16:27 - 1:23:51	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jeder Spieler mit Ball</li> <li>- Spielfeld: Halbfeld</li> <li>- ein Fänger, ein Läufer, beide dribbeln</li> <li>- Läufer darf neben einem Spieler Abstoppen, Spieler wird neuer Fänger, Fänger wird Läufer</li> <li>- tippt Fänger Läufer: Läufer wird Fänger, Fänger wird Läufer</li> <li>- Ziel: Einkontaktstopp üben</li> <li>- Erweiterung: mit mehreren Fängern und Läufern</li> </ul>
	Geisterhaus	1:24:09 - 1:28:40	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit Ball = Geister, 3Spieler ohne Ball = Kinder</li> <li>- Spielfeld: Volleyballhälfte</li> <li>- Kinder laufen durchs Geisterhaus</li> <li>- Geister dürfen ein Dribbling machen, Im Einkontaktstopp landen und Kind tippen (auch mit Sternschritt)</li> <li>- erneutes Dribbling erst, wenn Ball einmal um Körper gekreist wurde</li> <li>- wird Kind getippt: Kind wird Geist, Geist wird Kind</li> <li>- Ziel: Einkontaktstopp, Sternschritt üben</li> </ul>
<b>Passen</b>	Alle gegen Einen	1:29:28 - 1:39:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Halbfeld</li> <li>- ein Ball</li> <li>- ein Gejagter, alle anderen versuchen den Gejagten mit Ball zu tippen</li> <li>- mit Ball in der Hand: Basketballregeln</li> <li>- ohne Ball: frei bewegen</li> <li>- Ziel: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Ball schnell bewegen</li> </ul> </li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			· Verteilung im Raum
	Passschule	1:39:36 - 1:50:47	<ul style="list-style-type: none"> <li>- paarweise mit einem Ball zusammenfinden</li> <li>- Übungen: <ul style="list-style-type: none"> <li>· beidhändiger Druckpass</li> <li>· beidhändiger Bodenpass</li> <li>· einhändiger Druckpass</li> <li>· einhändiger Bodenpass</li> </ul> </li> <li>- Passempfänger: <ul style="list-style-type: none"> <li>· läuft vom Ball weg, dann wieder zum Ball hin</li> <li>· Blickkontakt mit Passer</li> <li>· Hände vor der Brust, „W“ zeigen</li> <li>· landen im Einkontaktstopp, wenn man Ball fängt</li> </ul> </li> <li>- Ziel: Passarten schulen</li> <li>- Erweiterung: zu dritt mit Verteidiger zwischen den Passern; mit dem Pass: Passer wird Verteidiger wird Passempfänger wird Passer</li> <li>- Ziel: Pässe mit Gegnereinwirkung</li> </ul>
	Dummer Junge	1:50:50 - 1:57:08	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Halbfeld</li> <li>- alle Spieler in einem Reifen, einer nicht = dummer Junge</li> <li>- ein Ball</li> <li>- Spieler in Reifen passen Ball, ohne Reifen zu verlassen</li> <li>- Fehlpass/ abgefangener Pass: Passer wird dummer Junge, dummer Junge wird Passer</li> <li>- Kommando: „Wechsel“ jeder sucht sich neuen Reifen, wer keinen hat = neuer dummer Junge</li> <li>- Ziel: Passarten schulen, Pässe mit Gegnereinwirkung</li> <li>- Erweiterung: mit mehreren Bällen und dummen Jungen (nach und nach Reifen wegnehmen, Bälle dazugeben)</li> <li>- Ziel: Ball schnell bewegen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** MTO: Marius Huth - Miniregeln und 2,60 Körbe | Bielefeld 2020

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=Q2Z4KheAXZ8>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Bielefeld, 2020

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Warum kleinere Bälle und tiefere Körbe im Minibereich?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erwachsene spielten auf selbe Korbhöhe und Spielfläche wie 10-jährige = untypisch für Ballsportarten</li> <li>- mehr Erfolgserlebnisse durch tiefere Körbe</li> <li>- kleinere Kinderhände brauchen Ball, der an sie angepasst ist, um besser dribbeln/ werfen/ passen zu können</li> </ul>
	Was verändern die Körbe?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wurfbereitschaft</li> <li>- Wurftechnik</li> <li>- Wurfentscheidungen</li> <li>- Verteidigungsverhalten</li> </ul>
	Warum keine Ergebnisanzeige?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- nimmt den überkompetitiven Gedanken</li> </ul>
	Warum 8x5 oder 10x4 Minuten?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- jedes Kind kriegt garantierte Perioden an Spielzeit, die es braucht</li> <li>- Ziele: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Anpassung an Bedürfnisse der Kinder</li> <li>· positive Lernatmosphäre</li> <li>· Wohlfühlatmosphäre für Spieler, Trainer und Schiedsrichter</li> <li>· Entfernung vom unbedingten Siegesgedanken</li> </ul> </li> </ul>
	Folgen der Veränderung		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verdopplung der Miniteams in Berlin</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Marius Huth - Spielfähigkeit Modul 1 Gotha 2016

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=OkRRR-o3NOA>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Gotha, 2016

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Passen</b>	Alle gegen Einen	5:23 - 15:16	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Halbfeld</li> <li>- ein Ball</li> <li>- ein Gejagter, alle anderen versuchen den Gejagten mit Ball zu tippen</li> <li>- mit Ball in der Hand: Basketballregeln</li> <li>- ohne Ball: frei bewegen</li> <li>- wer Gejagten tippt wird neuer Gejagter</li> <li>- Ziel:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Ball schnell bewegen</li> <li>· Verteilung im Raum</li> </ul> </li> <li>- Vereinfachung: Abwerfen statt Abtippen</li> </ul>
	Tag Ball	15:26 - 23:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielprinzip von Alle gegen Einen nur in 2 gleichgroßen Teams</li> <li>- jeder aus dem Gegner team darf getippt werden</li> <li>- eine Minute pro Team, um möglichst viele Gegner abzutippen</li> <li>- Ziel:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Ball schnell bewegen</li> <li>· Verteilung im Raum</li> </ul> </li> <li>- Vereinfachung: Abwerfen statt Abtippen</li> </ul>
	Zwei gegen Alle	23:48 - 33:38	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielprinzip von Alle gegen Einen nur in 2 Fängern, der Rest Gejagte</li> <li>- Gejagte, die getippt werden sind Fänger</li> <li>- letzter Gejagte = Sieger</li> <li>- Ziel:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Ball schnell bewegen</li> <li>· Verteilung im Raum</li> <li>· Give ´n´ Go einführen</li> <li>· Kommunikation schulen</li> </ul> </li> <li>- Vereinfachung: Abwerfen statt Abtippen</li> </ul>
	Passschule	35:55 - 51:07	<ul style="list-style-type: none"> <li>- paarweise mit einem Ball zusammenfinden</li> <li>- ein Partner Seitenlinie, anderer ca. 5m entfernt gegenüber</li> <li>- Stand in stabiler Basketballposition à passen (10 Wiederholungen hin und zurück)</li> <li>- Passempfänger: Hände zum W machen, Augenkontakt</li> <li>- Übungen:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Brustpass beidhändig</li> <li>· Bodenpass beidhändig</li> <li>· Brustpass einhändig</li> <li>· Bodenpass einhändig</li> </ul> </li> <li>- Ziel: Passarten zurück ins Gedächtnis rufen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erweiterungen:</li> <li>· mit Verteidiger (Baum)</li> <li>· nach Pass: Passer wird Baum bei deinem Passempfänger, Passempfänger wird Passer, Baum wird Passempfänger auf Seite, wo er Baum war</li> <li>· Baum gibt eine Seite frei: Pass über andere Seite</li> <li>· Baum hat Äste oben: Bodenpass, oder unten: Brustpass</li> <li>· Baum darf selbstbestimmt verteidigen</li> <li>- Ziel:</li> <li>· Pass mit Gegenspieler</li> <li>· Lesen des Verteidigers</li> </ul>
	Schweinchen in der Mitte	51:12 - 59:59	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Passer, ein Verteidiger, ein Ball pro Gruppe</li> <li>- Verteidiger muss versuchen Pass abzufangen</li> <li>- Pass berührt/ abgefangen, Fehlpass, 2 Bodenkontakte: Passer und Verteidiger tauschen</li> <li>- Verteidiger muss zum Ball gehen</li> <li>- Pässe über den Verteidiger verboten</li> <li>- Ziel:</li> <li>· Pass mit Gegenspieler</li> <li>· Lesen des Verteidigers</li> <li>- Erweiterung: als 3vs.2</li> </ul>
	Parteball	1:01:41 - 1:24:41	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Halbfeld</li> <li>- 2 Teams, ein Spielball</li> <li>- Team muss versuchen 10 Pässe ohne Unterbrechung zu schaffen (10 Pässe = 1 Punkt)</li> <li>- Dribbling verboten</li> <li>- Ball aus der Hand schlagen verboten</li> <li>- Regelübertretungen: Ballbesitzwechsel</li> <li>- Ziel:</li> <li>· Ball schnell bewegen</li> <li>· Verteilung im Raum</li> <li>· Übersicht schulen</li> <li>- Erweiterungen:</li> <li>· nach jedem Pass muss Passer zur am weitesten entfernten Ecke laufen</li> <li>· Ballverlust, wenn alle Angreifer in einer Hälfte des Spielfeldes sind</li> <li>· ein Spieler als Joker: spielt bei beiden Teams im Angriff</li> </ul>
	Endzonenball	1:27:46 - 1:39:24	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Halbfeld</li> <li>- 2 Teams, ein Spielball</li> <li>- an gegenüberliegenden Spielfeldenden: Endzone</li> <li>- ein Spieler pro Team in der gegnerischen Endzone</li> <li>- Punkt = Team schafft es, Spieler in der Endzone anzuspieren</li> <li>- Passer in Endzone tauscht mit Endzonenspieler</li> <li>- Dribbling verboten</li> <li>- Ball aus der Hand schlagen verboten</li> <li>- Regelübertretungen: Ballbesitzwechsel</li> <li>- Ziel:</li> <li>· Ball schnell bewegen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Verteilung im Raum</li> <li>· Übersicht schulen</li> <li>- Erweiterung: kein fester Endzonenspieler, jeder darf in Endzone, auch Verteidiger</li> </ul>
	Mattenball	1:42:31 - 1:55:55	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Halbfeld</li> <li>- 2 Teams, ein Spielball</li> <li>- an gegenüberliegenden Spielfeldenden: Matten</li> <li>- Punkt = Spieler wirft sich mit Ball auf die gegnerische Matte</li> <li>- Dribbling verboten</li> <li>- Ball aus der Hand schlagen verboten</li> <li>- Regelübertretungen → Ballbesitzwechsel</li> <li>- Ziel:</li> <li>· Ball schnell bewegen</li> <li>· Verteilung im Raum</li> <li>· Übersicht schulen</li> <li>- Erweiterung:</li> <li>· Ballwechsel (z.B. Football)</li> <li>· mit mehreren Bällen gleichzeitig spielen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Marius Huth - Spielfähigkeit | Bonn 2019

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=N1eU50SvHnY>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Bonn, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Was ist Spielfähigkeit?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuelle Handlungsfähigkeit</li> <li>- Fähigkeit, Spiel zu lesen und draus in jedem Moment Entscheidungen für eigenes Verhalten im Team abzuleiten</li> <li>- dafür situationsgerechter Einsatz von Techniken in sich ändernden Spielsituationen</li> <li>- Voraussetzung: Regeln verstehen und anwenden, Spielidee verstehen</li> </ul>
	Basketball IQ vs. Skill Development		<ul style="list-style-type: none"> <li>- stumpfes Techniktraining nicht zielführend → spielnahe Situationen schaffen (Anwendung der Technik)</li> <li>- Aufbau: Spiel – Technik Drill – Spiel</li> <li>- wichtige taktische Grundbausteine               <ul style="list-style-type: none"> <li>• anbieten und orientieren</li> <li>• Lücken erkennen</li> <li>• Überzahl ausspielen</li> <li>• Ball zum Ziel bringen</li> </ul> </li> </ul>
	Wahrnehmung und Entscheidung		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wahrnehmung = Grundlage für richtige Entscheidungen (falsche Entscheidungen beruhen auch oft auf falscher Wahrnehmung)</li> <li>- vor allem visuelle Wahrnehmung fördern (= spiel nah)</li> <li>- Ziel: viele Entscheidungen pro Training für jeden Spieler</li> <li>→ dafür keine vorprogrammierten Übungen</li> <li>→ Störgrößen einbauen</li> </ul>
	Veränderungen innerhalb eines Spiels		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeldgröße (verkleinern/vergrößern)</li> <li>- Spieleranzahl (kurz- oder langfristig erhöhen/reduzieren; Joker Spieler im Angriff)</li> <li>- Spielregeln (dribbeln verbieten; Ball nicht aus der Hand stehlen; Bewertung verändern; Zusatzaufgaben bspw. Linien berühren)</li> <li>- Materialien (Art/Anzahl der Bälle/Ziele verändern)</li> </ul>
	Rolle des Minitrainers		<ul style="list-style-type: none"> <li>- hilft bei Erarbeitung der Lösungen</li> <li>- passt Übungen an, gibt Kindern Feedback</li> <li>- kein Übungsleiter (Beschäftigter) und kein Drill-Sargent (Allesbestimmer)</li> </ul>
<b>Dribbling</b>	Plätze tauschen	19:30 – 28:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 5 Hütchen im Kreis aufgestellt, an jedem Hütchen ein Spieler mit Ball + ein Spieler in der Mitte mit Ball (alle dribbeln)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ziel: zwei Spieler versuchen miteinander ihren Platz zu tauschen, ohne dass der Spieler in der Mitte einen Platz stiehlt</li> <li>- wenn sie es schaffen, bekommen beide Spieler einen Punkt</li> <li>- wird der Platz geklaut, erhält keiner einen Punkt und ein neuer Spieler ist in der Mitte</li> <li>- Erweiterung 1: mit schwacher Hand dribbeln</li> <li>- Erweiterung 2: wenn man mit einem nicht benachbarten Hütchen den Platz tauscht, gibt es 3 Punkte</li> <li>- Erweiterung 3: Sprungstopp, wenn man am Hütchen ist, mit Kreuzschritt wieder losdribbeln (nicht mehr an der Stelle dribbeln, sondern nur in der Bewegung)</li> </ul>
<b>Wurf</b>	2 gegen 1	40:00 – 45:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3er Teams bilden</li> <li>- 2 Angreifer an 2 Hütchen mit einem Ball, 1 Verteidiger am Kreis</li> <li>- Übung startet mit einem Dribbling (mehr ist nicht erlaubt), dann darf Verteidiger loslaufen</li> <li>- Verteidiger versucht Ball zu berühren</li> <li>- Entscheidung Angreifer: Wurf (kein Korbleger) oder Pass zum Mitspieler</li> <li>- Punkt für angreifendes Team wenn getroffen</li> <li>- wer nicht trifft/Ball verliert wird zu Verteidiger</li> <li>- zwischendrin auswerten: Was ist ein guter Wurf? Wann sollte ich passen?</li> </ul>
	Basketball ohne Korbleger	1:24:00 – 1:34:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams, auf 4 Körbe (jedes Team 2 Körbe)</li> <li>- Modus 3 gegen 3, restlichen Spieler warten am Hütchen an der Seite</li> <li>- bei Korberfolg/Ballverlust wechselt betroffener Spieler aus</li> <li>- dribbeln grundsätzlich erlaubt, aber Punkt nur, wenn unmittelbar vor dem Wurf ein Pass kam (kein Dribbling)</li> </ul>
<b>Passen</b>	Parteiball (3 gegen 1)	30:00 – 38:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufteilung in 4 Gruppen (4 verschiedene Farben)</li> <li>- 3 Teams im Angriff, 1 Team in der Verteidigung</li> <li>- angreifende Teams passen sich einen Ball zu</li> <li>- Ziel: nicht verteidigendes Team sein</li> <li>- man wird verteidigendes Team, wenn <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Verteidiger den Ball berührt/abfängt</li> <li>• man einen Schrittfehler macht</li> <li>• man dribbelt</li> <li>• man den Ball länger als eine Sekunde in der Hand hat</li> </ul> </li> <li>• Erweiterung 1: man nach dem Pass stehenbleibt</li> <li>• Erweiterung 2: man einen Spieler anspielt, der die gleiche Farbe hat wie man selbst</li> </ul>
	10er Passen	50:00 – 1:22:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufteilung in 2 Gruppen</li> <li>- Ziel: Ball im Team 10-mal im Feld zuspielen, ohne dass der Gegner ihn abfängt (sonst Angreifer Wechsel)</li> <li>- für 10 Pässe gibt es einen Punkt</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"><li>- Regeln:<ul style="list-style-type: none"><li>• Ball nicht aus der Hand stehlen (nur abfangen)</li><li>• Mann-Mann Zuordnung fordern</li><li>• Spieler sollen selbst laut mitzählen (sonst Angreifer Wechsel)</li><li>• Erweiterung 1: Regeländerung, um Raumarbeit zu verbessern (bspw. nach Pass zu einer Wand laufen)</li><li>• Erweiterung 2: Joker Spieler im Angriff (spielt nur Offense)</li></ul></li><li>- Variation 1:<ul style="list-style-type: none"><li>• nach 7 Pässen haben die Spieler 7 Sekunden Zeit, um über eine der Grundlinien bei den Hauptkörben zu kommen (egal welche Seite), um einen Punkt zu bekommen</li><li>• ohne dribbeln (weiterhin durch Pässe)</li><li>• Erweiterung: jede Seite hat eine Farbe (rot/gelb), Trainer hält ein farbiges Hütchen hoch, Spieler müssen zu der entsprechenden Seite</li></ul></li><li>- Variation 2:<ul style="list-style-type: none"><li>• nach 7 Pässen müssen die Spieler durch ein Hütchen Tor dribbeln, um einen Punkt zu erhalten</li><li>• Erweiterung 1: der Dribbler darf nicht von einem Verteidiger abgetippt werden, sonst kein Punkt</li><li>• Erweiterung 2: der Trainer zeigt ein Hütchen (gelb/rot), die Spieler müssen durch das entsprechende Tor dribbeln</li></ul></li></ul>
--	--	--	---

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Marius Huth: Spielidee und Coaching Hagen 2017 | Teil 1

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=URfFLWWgddY>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Hagen, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Spielfähigkeit</b>	Mattenspiel	1:00-14:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- es wird auf Kleinfeld gespielt, auf jeder Seite liegt eine Matte</li> <li>- es gibt zwei Teams</li> <li>- zum Anfang gibt es die Regel/n &gt;es darf erstmal nicht gedribbelt werden und der Ball darf nicht aus der Hand genommen werden, brich man kann sich den Ball nur während eines Pass holen</li> <li>- ein Team beginnt mit normalen straffen Pässen dabei muss es versuchen zu der Gegner Matte zu gelangen, um den Ball dort abzulegen &gt; das wäre dann ein Punkt</li> <li>- das Gegnerteam jedoch kann versuchen während den Pässen den Ball zu holen</li> <li>- nach und nach kann man dann das dribbeln mit dazu nehmen</li> </ul>
	1 vs. 1	15:30-44:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wieder auf Kleinfeld</li> <li>- alle Kinder stehen auf der einen Seite hinter einem Kegel in einer Reihe</li> <li>- die ersten paar Spieler haben einen Ball, der von dem Trainer irgendwo auf dem Spielfeld hingeworfen wird</li> <li>- daraufhin rennt dieser Spieler von dem Ball dem Ball hinterher, hebt ihn auf, dribbelt zum Korb und rein</li> <li>- der Ball wird dann immer wieder an den nächsten in der Reihe angeben</li> <li>- nach einer Zeit werden dann zwei Gruppen gebildet</li> <li>- jeweils eine Gruppe steht hinter einem Hütchen (beide Gruppen nebeneinander)</li> <li>- jeweils die ersten beiden Spieler rennen dem Ball hinterher (der in das Spielfeld geworfen wurde)</li> <li>- danach Passen sie sich diesen hin und her (mit oder ohne dribbeln) bis in den Korb</li> <li>- dieses Spiel wird dann wiederholt in dem es einen Angreifer und Verteidiger gibt</li> <li>- der der den Ball zuerst holt in dem er weggerollt wurde ist der Angreifer der andere muss den Korb verteidigen</li> <li>- die beiden Kinder dürfen aber erst loslaufen, sobald der Trainer das Los gegeben hat</li> <li>- diese Übung kann man auch auf Zwei Seiten aufteilen das mehr Kinder in Bewegung sind</li> </ul>
	Namensspiel		<ul style="list-style-type: none"> <li>- es gibt zwei Gruppen der Kinder</li> <li>- die eine Gruppe hat jeweils jeder einen Ball</li> <li>- von der anderen Gruppe ohne Ball ruft der Trainer einen Namen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			- dieses gerufene Kind muss dann das Kind verteidigen der vorne steht und einen Ball hat > es können auch mehrere Namen aufgerufen werden
	1 vs. 1 mit Joker	44:30-53:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder stehen hintereinander an einer Linie hinter einem Kegel etwas entfernt vom Korb</li> <li>- zwei ausgewählte Kinder bekommen extra Aufgaben</li> <li>· Das erste Kind ist der Verteidiger</li> <li>· Das zweite Kind steht an der Dreier Linie und ist so der Joker für den Angreifer (darf sich aber nicht von dort wegbewegen)</li> <li>- das Kind was hinten steht mit dem Ball greift an, der Verteidiger versucht sich den Ball zu holen</li> <li>- wird es für den Angreifer zu schwierig kann er auf den Joker spielen</li> <li>- dieses kann wieder auf zwei Seiten aufgeteilt werden das mehr Kinder in Bewegung sind</li> <li>- zusätzlich gibt es dann noch einen zweiten Joker</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Marius Huth: Spielidee und Coaching Hagen 2017 | Teil 2

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=kugBC8OFBSM>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Hagen, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Offense</b>	Mattenball	1:07 - 13:36	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Volleyballfeld - Halbfeld</li> <li>- 2 Teams, 2 Matten, Team A spielt auf eine Matte, B auf die andere</li> <li>- Punkt = mit Ball auf Matte landen</li> <li>- Ballbewegung mit Pässen</li> <li>- kein Dribbling</li> <li>- keine Schrittfehler</li> <li>- kein Schlagen auf den Ball in der Verteidigung</li> <li>- Erweiterungen:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· fehlende Zuordnung: Kids kriegen Auszeit, um sich zu besprechen</li> <li>Ø Kids lernen, selbst Probleme zu lösen</li> <li>Ø Verbesserung der Verteidigung</li> <li>· neue Regel: Ballverlust, wenn alle Angreifer auf einer Seite der Korb-Korb-Linie sind</li> <li>Ø Spacing</li> <li>· neue Regel: erfolgreich Give 'n' Go ebenfalls ein Punkt</li> <li>Ø Passen und Cutten</li> <li>· neue Regel: Punkte nur nach Give 'n' Go</li> <li>Ø Passen und Cutten</li> </ul> </li> </ul>
	Fast Break 1 vs. 0	16:42 - 20:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Startposition Freiwurflinie, Blick Richtung entfernten Korb</li> <li>- Ball zum Trainer, der Ball mit Rücken zum entfernten Korb beliebig wegwirft</li> <li>- Spieler rennt mit vollem Tempo hinterher</li> <li>- Abschluss Korbleger mit maximaler Geschwindigkeit</li> </ul>
	Fast Break 2 vs. 0	20:33 - 24:38	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ähnlich wie im 1vs.0, nur mit 2 Reihen an der Freiwurflinie</li> <li>- Erweiterungen: Absprache einfordern, wer den ersten Ball nimmt</li> </ul>
	Fast Break 1 vs. 1	24:38 - 28:18	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ähnlich wie 2vs. 0, nur, dass die beiden versuchen den Ball z erlaufen und der, der den Ball hat 1 vs. 1 gegen den anderen spielt</li> <li>Erweiterungen:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· auf ein Signal hin starten</li> <li>· mit dem Rücken zum Korb starten</li> </ul> </li> </ul>
	Fast Break 2 vs. 1	29:31 - 34:19	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ähnlich wie 1vs1., nur, dass eine 3. Reihe mit „Jokern“ dazu kommt, die denjenigen unterstützen, der den Ball erlaufen hat</li> <li>- Rotation festlegen</li> <li>- Erweiterungen: Pässe einfordern, wenn Joker näher am Korb und frei ist</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

	Fast Break 2 vs. 1 (2)	34:19 - 42:50	<ul style="list-style-type: none"><li>- 3 Spieler im Halbkreis oberhalb der Freiwurflinie</li><li>- einer bekommt Ball = Angreifer</li><li>- einer wird per Namen gerufen = Verteidiger</li><li>- 3. Spieler = Angreifer</li></ul>
	1 vs. 1 + 1	44:46 - 53:35	<ul style="list-style-type: none"><li>- Angreifer + Verteidiger ca. 2m von der 3er Linie entfernt, Joker 45° an 3er Linie</li><li>- Optionen:<ul style="list-style-type: none"><li>a) Verteidiger am Ball (Give and Go)</li><li>b) Verteidiger im Passweg (1 vs. 1)</li></ul></li><li>- Rotation festlegen</li></ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Trainieren der Wahrnehmung (Praxis)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=W7Zit0QCDIk>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Paderborn, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Wahrnehmung	2 farbige Leibchen	1:00 - 11:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-jedes Kind bekommt ein Leibchen, was zwei unterschiedliche Farben hat (z.B. rechts gelb, links blau)</li> <li>-auf Kommando müssen sich Kinder mit gleicher Farbe finden</li> <li>-rechts = rechts die gleiche Farbe</li> <li>-links = links die gleiche Farbe</li> <li>-Zwilling = gleiche Farbkombination</li> <li>-Korb = 2 Treffer auf unterschiedliche Körbe</li> <li>-Variation 1: müssen sich in bestimmter Zone zusammenfinden (rote Zone, blaue Zone, ..)</li> </ul>
	Stationen	12:00 - 34:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-immer 2 Kinder zusammen an einer Station; erst ohne dribbeln, dann mit</li> <li>-1. Dobble Kartenspiel (gleiches Symbol erkennen)</li> <li>-2. Patsch Spiel (gewürfelte Farb/Symbol Kombination erkennen)</li> <li>-3. Karten addieren (jeder deckt eine Spielkarte auf, dann Zahlen so schnell es geht addieren)</li> <li>-4. Fit Light (leuchtet auf, dann schnell berühren; grün = linke Hand, blau = rechte Hand)</li> <li>-5. Tennisbälle fallen lassen (ein Kind hat Bälle in der Hand, lässt einen fallen, anderes Kind muss auffangen bevor auf Boden)</li> <li>-6. Catch Ball (Farbe ansagen, dann an dem Ende mit der Farbe fangen)</li> <li>-7. Vectorball (Farbe ansagen, wenn man ihn fängt)</li> </ul>
	Koordinationsleiter	36:00 - 46:15	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Aufbau: Koordinationsleiter, farbige Hütchen daneben/in der Ferne</li> <li>-Aufgabe: 2x rein, 1x raus + bei raus Farbe vorlesen</li> <li>-Variation: Farbassoziation (Gegenstand in der Farbe nennen)</li> </ul>
	Achten Lauf	47:00 - 53:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-2 Hütchen stehen ca 2m auseinander</li> <li>-ein Kind läuft seitlich eine 8 um die Hütchen und schaut dabei immer in die gleiche Richtung</li> <li>-ein anderes Kind zeigt dem Kind Zahlen an, welche -vom Läufer angesagt werden müssen</li> <li>-Variation: mit dribbeln</li> </ul>
	Rasenmäher	53:45 - 1:05:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-schnelle, harte Dribblings durch die Halle mit vielen Handwechseln (=Rasenmähen)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>-erst alleine, dann mit Nachbarn, der Ball wegnehmen will</li> <li>-Variation: mit aufladen (zu 3. Kind passen)</li> </ul>
	Korbleger mit Baum	1:07:00 - 1:28:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-1. nur Korbleger</li> <li>-2. unter dem Korb steht ein Baum (Kind) --&gt; Ausweichbewegung beim Korbleger</li> <li>-3. Baum steht an der 3er Linie, sobald Spieler vorbeidribbelt erwacht Baum zum Leben und darf verteidigen</li> <li>-4. Baum, Maus und Katze: Baum steht nur oben, Maus ist Angreifer, Katze verteidigt</li> <li>-5. wie bei 4. aber Baum darf mit angreifen</li> </ul>
	1vs1 zu 2vs2 zu 3vs3 zu ...	1:29:00 - 1:36:45	<ul style="list-style-type: none"> <li>-2 Mannschaften, alle Kinder stehen an Baseline, immer 2 Kinder aus unterschiedlichen Teams nebeneinander</li> <li>-pro Runde ist eine Mannschaft immer im Angriff</li> <li>-Coach steht mit Ball auf Spielfeld, sagt Namen eines Kindes</li> <li>-Kind darf Ball holen und angreifen, der Gegner muss beim Coach abklatschen und darf dann verteidigen</li> <li>-Spieler bleiben auf dem Feld, Coach sagt wieder einen Namen (neue kommen dazu), bis maximal 4vs4</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** MTO: Marius Huth - Training mit Schulkindern | Nürnberg 2019 (1)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=nULwoSLfPlo>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Nürnberg, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Entwicklung von Kindern		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Kinder ernst nehmen, wenn diese sagen sie können nicht mehr</li> <li>– weniger Reden, mehr Machen → sind da, um sich zu bewegen und zu lernen</li> <li>– Zurückweichen oft durch Versagensängste durch zu hohe Anforderungen und nicht durch Faulheit</li> <li>– Beanspruchung des gesamten Körpers</li> <li>– für möglichst wenig Ablenkung sorgen</li> <li>– Kinder wollen selbstständig erarbeiten</li> <li>– Spieler-Trainer-Beziehung ist wichtig aber Kinder sollen sich vor allem auf Spiel und Gruppe freuen</li> </ul>
	Trainingsplanung		<ul style="list-style-type: none"> <li>– positives Klima schaffen</li> <li>– → positives und negatives Sehen</li> <li>– nicht zu viele Regeln, aber festgelegte konsequent durchsetzen</li> <li>– roter Faden (was/warum/wie machen wir das?)</li> <li>– mit Schwierigkeitssteigerungen im Training arbeiten</li> <li>– ABWECHSLUNG</li> <li>– auf Feedback der Kinder achten</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** MTO: Marius Huth - Training mit Schulkindern | Nürnberg 2019 (2)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=tEXYJdinDK4>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Nürnberg, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Dribbling</b>	Buntes Fangen	8:00 - 21:00	<p>4 Teams mit verschiedenen Farben</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- jedes Team bekommt ein Team das es fangen soll und ein Team von dem es gefangen wird zugewiesen</li> <li>- bereits getippte Spieler können vom eigenen Team frei getippt werden</li> <li>- gewonnen hat, wer ein gesamtes anderes Team abtippt</li> <li>- Kinder die getippt wurden kreisen den Ball um die Hüfte</li> <li>- währenddessen dribbeln als Steigerung</li> <li>- Teams wechseln für Abwechslung</li> <li>- Ziel: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Kinder müssen sich umsehen nach Gegen- und Mitspielern</li> <li>· effektive Aufwärmung durch durchgehende Bewegung (Rennen oder Ball um die Hüfte kreisen)</li> <li>· dribbeln im Rennen mit vermeintlichen Gegenspielern</li> </ul> </li> </ul>
	Schattendribbeln	24:00 - 35:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partner A dribbelt und macht dabei etwas (wie z.B. sich drehen oder ein Handwechsel) vor, dass der Partner B, also der Schatten, der hinter ihm läuft, nachmachen muss</li> <li>- beim Kommando „Aufgabenwechsel“ wechseln die Partner A und B die Rolle</li> <li>- auf das Kommando „Partnerwechsel“ wird der Partner gewechselt</li> <li>- Ziel <ul style="list-style-type: none"> <li>· schnelles Reagieren auf Partner</li> <li>· selbstständiges kreativ werden beim Überlegen, man vormacht</li> </ul> </li> </ul>
	Spinnennetz	35:00 - 49:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- verschiedene Linien sind Netze, auf denen „Spinnen“ sitzen (dürfen sich nur auf ihren Linien bewegen)</li> <li>- Spieler müssen zum Korb kommen um einen Korbleger zu machen und dabei an den Spinnen vorbei ohne ihren Ball zu verlieren</li> <li>- klaut eine Spinne einen Ball wird der Spieler zur Spinne und umgekehrt</li> <li>- Ziel <ul style="list-style-type: none"> <li>· Verteidigen des Balls, beim Zurennen auf den Korb (Angreifer)</li> <li>→ Handwechsel, Antäuschen, Schutzhand, Körper zwischen Ball und Gegner, warten bis die Spinne von anderen Spielern abgelenkt ist</li> <li>· abnehmen des Balls als Spinne (Verteidiger)</li> <li>· allgemeines Üben von Korblegern</li> </ul> </li> </ul>
	Kastenball	52:00 - 1:14:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams spielen gegeneinander und wollen sich den Ball gegenseitig abnehmen und Körbe werfen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"><li>- jedes Team hat auf einem Hocker vor dem Korb einen Werfer stehen, zu dem schlussendlich gepasst werden soll, diese Spielerposition wird gewechselt</li><li>- Ziel:<ul style="list-style-type: none"><li>· allgemein Passen, Dribbeln und Sternschritt, Rebound</li><li>· schauen nach Anspielstationen und Gegnern</li><li>· Freilaufen und wegfangen des Balls von den Gegnern</li><li>· von spezialisierten Übungen ins eigentliche Basketballspiel überleiten</li></ul></li></ul>
--	--	--	--

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** MTO: Marius Huth - Training mit Schulkindern | Nürnberg 2019 (3)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=2R5V4oGBhI4>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Nürnberg, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Fazit		<ul style="list-style-type: none"><li>– Rekapitulieren des Trainings um bessere und schlechtere Punkte herauszufinden und bestenfalls zu verbessern</li><li>– bereits erklärte Übungen lassen sich in Zukunft schneller erklären</li><li>– deutlich und ruhig sprechen, damit nicht alles mehrmals erklärt werden muss</li><li>– Minispiele/aufgaben zur Überbrückung in die Pausen oder während des Aufbaus für die nächste Übung</li><li>– Schritte einbauen, damit alle beteiligt werden (z.B. zusätzliche Passaufgaben, damit nicht ein Kind alleine ohne sein Team durchrennt)</li><li>– nicht zu viele Regeln einbauen, damit es übersichtlich und somit verständlich und Spaßig wird</li><li>– Übungen für Verständlichkeit immer zusätzlich zur Erklärung auch vormachen</li><li>– Sprachniveau anpassen auf Alter</li><li>– falls nötig auch lauter werden, um klar zu machen, welche Position als Trainer klar zu machen und sich durchzusetzen</li><li>– Eltern, falls diese Regeln nicht beachten notfalls auch maßregeln, damit Kinder, Trainer Schiedsrichter ihren Tätigkeiten ungestört nachgehen können</li></ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Wurf (Teil 1)

**Link:** [https://www.youtube.com/watch?v=r1\\_jqU82W-w](https://www.youtube.com/watch?v=r1_jqU82W-w)

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Dresden, 2018

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Wurf</b>	Erwärmung		- alle Kinder werfen, wie sie wollen auf die beliebigen Körbe in der Halle
	Abwerfen	38:00 - 45:00	- ist ein Spiel, wo jeder gegen jeden spielt und zusätzlich noch eine Leiter benötigt wird (die etwas entfernt von Spielfeld liegt) - es gibt ein gekennzeichnetes Spielfeld worin sich 4-5 weiche Bälle befinden - auf los dürfen die Kinder dann aufs Spielfeld - die Kinder, die sich einen Ball erobern konnten, dürfen jemanden abwerfen (müssen aber nach jedem Wurf den Ball immer einem anderen Kind überlassen) - das Abgeworfene Kind muss dann so schnell wie möglich durch die Leiter durch Rennen und darf dann wieder ins Spielfeld zurück > man kann mit der Zeit dann andere Wurftechniken nutzen auf dem Spielfeld oder auch andere Bewegungsformen in der Leiter
	kleiner Parcours	45:00 - 51:00	- zwei Gruppen - eine Gruppe steht in einer Reihe hinter Reifen die schräg nebeneinandergelegt sind - die andere Gruppe steht hinter der Leiter - Aufgabe der Reifengruppe: · Mit Schlusssprüngen von Reifen zu Reifen springen und sich bei der Leiterseite anstellen - Aufgabe der Leitergruppe: · Durchlaufen/Rennen so das jeder Fuß jedes Kästchen einmal berührt und sich bei der Reifenseite anstellen > dies mit mehreren Durchgängen durchführen - anschließend werden neben der Leiter und neben den Reifen bunte Hüttchen oder Kegel gestellt - bei jedem Hüpfen in Reifen oder Leiter müssen die Kinder wild durcheinander die Farben rufen > hierbei kann man auch wieder die Bewegungsform Ändern wie die Kinder durch Reifen und Leiter Gehen/Rennen sollen
	Stationsarbeit	55:00 - 1:21:00	> alle Kinder teilen sich in zweier Gruppen auf - 1 Station: Balance werfen · Ein Kinder (der zweiergruppe) steht an einer vorgegebenen Linie am Korb und versucht auf einem Bein mit 3 Versuch in den Korb zu treffen · Nach drei Versuchen wird gewechselt mit dem Partner

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

		<ul style="list-style-type: none"> <li>· hat der drei Mal geworfen ist der erste wieder dran und versucht es nochmal drei Mal aber auf dem anderen Bein</li>   <li>2.Station: Kaffeebecher Werfen <ul style="list-style-type: none"> <li>- an einer Wand auf einem Hocker stehen drei etwas größere Becher nebeneinander</li> <li>- auf einer gewählten Entfernung liegen drei kleine Bälle (die in die gewählten Becher passen)</li> <li>· abwechselt versuchen beide in der Gruppe mit je immer 5 versuchen in die Becher zu treffen</li> </ul> </li>   <li>- 3 Station: Zielschuss <ul style="list-style-type: none"> <li>- dazu braucht man drei bis vier Stangen zum hinstellen, einen Fußball und ein Ballwagen</li> <li>· erstes Kind fängt an durch die Stangen im Slalom den Ball durchzuführen</li> <li>· am Ende muss man versucht werden den Ball mit dem Fuß in den Ballwagen zu bekommen</li> </ul> </li>   <li>- 4 Station: Kegel Zielwerfen <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine Bank (an der Wand), 5 Kegel, ein Reifen und ein Ball wird dazu benötigt</li> <li>- auf der Bank stehen die Kegel nebeneinander und der Reifen auf einer bestimmten Entfernung weg von der Bank</li> <li>· nacheinander versuchen die Kinder jetzt mit 5 versuchen die Kegel aus dem Reifen abzuwerfen</li> </ul> </li>   <li>- 5 Station: Positionswerfen nach hinten <ul style="list-style-type: none"> <li>- gebraut wird dazu: ein Ball, 3-4 Kegel, einen Korb</li> <li>- die Kegel werden von dem Korb nach hinten hin in Abständen hintereinandergestellt</li> <li>· das erste Kind fängt vorne an dem ersten Kegel an und versucht in den Korb zu treffen</li> <li>· hat er es geschafft darf es eins weiter nach hinten</li> <li>· hat das Kind es nicht geschafft bleibt es dort stehen und hat noch zwei weitere versuche</li> <li>· trifft es nach drei versuchen bei einem Kegel nicht ist der Partner dran</li> </ul> </li>   <li>- 6 Station: Weltreise <ul style="list-style-type: none"> <li>- man benötigt dazu: zwei Bälle, einen Korb und 5-6 kleine Ringe</li> <li>- vor dem Korb werden die Reifen in einem Halbmond hingelegt</li> <li>· die Kinder fangen an dem ersten Reifen rechts oder links an zu werfen</li> <li>· wird getroffen darf das Kind ein Ring weiter</li> <li>· wird nicht getroffen muss das Kind einen Reifen wieder zurück</li> </ul> </li> </ul>
--	--	---

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<p>&gt; nach einer geschafften Runde kann man eine Runde mit der linken Hand machen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 7 Station: Werfen mit links</li><li>- benötigtes Material sind verschiedene Bälle und ein Ballwagen</li><li>- der Ballwagen wird an die Wand gestellt und die Position zum Werfen entfernt von dem Korb festgelegt (wo auch die verschiedenen Bälle liegen)</li><li>· die Kinder Werfen dann abwechseln mit den verschiedenen Bällen und der linken Hand in den Ballwagen</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>- 8 Station: Werfen mit rechts</li><li>- man braucht verschiedene Bälle und ein Korb</li><li>· die Kinder werfen auch hier abwechseln mit den verschiedenen Bällen auf den Korb bloß mit der rechten Hand</li></ul>
--	--	--	---

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Wurf (Teil 2)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=S5HtmDN4tjU>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Dresden, 2018

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Wurf</b>	Jackpot	4:30 - 12:00	<ul style="list-style-type: none"><li>- Kleingruppen werfen von einer Stelle</li><li>- 1 Treffer = 1 Punkt im Jackpot</li><li>- bei Fehlwurf verliert man die Punktzahl an Leben</li><li>- jedes Kind hat 7 Leben</li></ul>
	Werfen oder Passen	12:00-15:00	<ul style="list-style-type: none"><li>- Jeweils 3 oder 4 Kinder an einen Korb</li><li>- ein Kind steht als Verteidiger unter Korb, anderen 2 jeweils am Elbow</li><li>- Verteidiger passt zu einem der anderen und fängt an zu verteidigen</li><li>- Angreifer muss entscheiden ob Wurf oder Pass</li><li>- Werfer wird Verteidiger</li><li>- getroffener Wurf: 2 Punkt</li><li>- Assist: 1 Punkt</li></ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Spielfähigkeit (Teil 2)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=vQAbbWOn-3A>

**Referent\*in:** Marius Huth

**Ort, Jahr:** Berlin, 2015

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Spielfähigkeit</b>	Basketball auf Pfiff	12:10 - 52:40	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zwei Mannschaften (a min.3 Leute) sitzen sich am entgegengesetzten Spielfeldrand gegenüber</li> <li>- gespielt wird auf vier Körbe, ein Ball liegt in der Mitte (bzw. etwas weiter zu der angreifenden Mannschaft)</li> <li>- auf Pfiff rennt ein Angreifer von Team A zum Ball, nimmt diesen auf und versucht egal auf welchen Korb einen Treffer zu erzielen</li> <li>- im gleichen Augenblick rennen 3 Verteidiger von Team B los und versuchen den Treffer zu verhindern</li> <li>- Variationen:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· 3 Verteidiger gegen 2 Angreifer, die Angreifer dürfen jedoch nicht dribbeln</li> <li>· 3 Verteidiger gegen 3 Angreifer, es darf nicht gedribbelt werden</li> <li>· 1 Minute 3:3 spielen</li> <li>· auf das gleiche Feld, jede Mannschaft spielt auf zwei Körbe, sonst ganz normale Basketballregeln</li> </ul> </li> </ul>
	Körbe am laufenden Band	52:40 - 59:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3:3 auf zwei Körbe (normale Basketballregeln)</li> <li>- Team A greift an, wenn es trifft, darf es direkt auf den anderen Korb angreifen, wenn es wieder trifft, gleich wieder auf den ersten Korb angreifen</li> <li>- wenn Team A nicht trifft, bekommt Team B den Ball</li> </ul>
	Farbenspiel	1:00:00 - 1:09:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- auf ein Basketballfeld (möglichst mit mehr als 2 Körben), spielen 3:3</li> <li>- an den Seitenlinien sind 4 verschiedenfarbige Hütchen mit jeweils einem Ball</li> <li>- der Trainer ruft eine Farbe</li> <li>- nun muss man versuchen sich diesen Ball zu holen und einen Korb zu erzielen (egal auf welchen Korb am Spielfeld)</li> </ul>
	Wie viele Gegner?	1:09:00 - 1:14:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jedes Team hat mit 3 Spielern 3 Angriffe</li> <li>- dabei können sie sich aussuchen, wie viele Gegenspieler sie haben wollen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- wenn sie einen Gegner haben, bekommen sie für einen Korb einen Punkt (bei 2 Gegnern 2 Punkte, bei 3 Gegnern 3 Punkte)</li> <li>- Wer hat die meisten Punkte?</li> </ul>
	Der Neue	1:14:00 - 1:28:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3:3</li> <li>- wenn einer trifft, muss er raus und ein neuer von draußen rein</li> </ul>
	Korbleger	1:28:00 - 1:41:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kurz hinter der Mittellinie einen Kegel aufstellen, alle dort anstellen</li> <li>- in kurzen Abständen loslaufen</li> <li>- einer steht zum Doppelpass (an der Mittellinie) bereit</li> <li>- Doppelpass spielen</li> <li>- auf den Korb gehen, Korbleger machen</li> <li>- wieder hinten anstellen</li> <li>- auf der anderen Seite das Gleiche</li> </ul>
	Hinterher	1:41:00 - 1:54:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- einer startet an der Mittellinie mit Ball und dribbelt Richtung Korb</li> <li>- der andere drei Schritte dahinter ohne Ball</li> <li>- der hinter muss nun versuchen zu verhindern, dass derjenige mit Ball einen Korb erzielt</li> <li>- von beiden Seiten (so dass man mal von links, mal von rechts auf den Korb kommt)</li> <li>- dann mal auf gleicher Höhe loslaufen</li> <li>- 3 Reihen (einer mit Ball, ein Verteidiger und noch ein Angreifer)</li> <li>- der mit Ball muss entscheiden, ob er selbst zum Korb zieht oder abspielt</li> </ul>
	Einwurf	1:57:00 - 1:11:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Angreifer und Verteidiger stehen im Feld</li> <li>- ein Spieler macht von unter dem Korb einen Einwurf zum Angreifer, welcher nun versucht auf den anderen Korb zu gehen und zu treffen, der Verteidiger soll das verhindern (also quasi 1:1)</li> <li>- jetzt darf der Einwerfer mit angreifen</li> <li>- 2:2, 2:3, ...</li> <li>- der Einwerfer bekommt auch einen Gegenspieler</li> </ul>
	Rebound	1:11:00 - 2:20:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- der Trainer wirft auf den Korb</li> <li>- 2 Angreifer und ein Verteidiger spielen gegeneinander</li> <li>- alle versuchen den Rebound zu holen</li> <li>- holt ihn der Verteidiger ist Schluss, holen ihn die Angreifer, greifen sie den anderen Korb an</li> <li>- mit zwei Angreifern und zwei Verteidigern</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Marko Woytowicz - Der begeisterte Basketballspieler (Gießen 2015)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=JuzcyXr9-NI>

**Referent\*in:** Marko Woytowicz

**Ort, Jahr:** Gießen, 2015

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Ballhandling</b>	Dribbling zur Musik	5:00 - 8:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- „No Particular Place to Go“ von Chuck Berry</li> <li>· dribbeln (zwischen Gesang, wenn Instrumente spielen)</li> <li>· stoppen (wenn nur Sänger zu hören ist)</li> <li>· auf Korb werfen (wenn länger nur Instrumente zu hören sind)</li> <li>&gt; mit Basketball; mit Tennisball</li> </ul>
	Feuer, Wasser, Erde, Luft	24:00 - 29:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle dribbeln im Mittelkreis, müssen auf Kommando reagieren</li> <li>· Feuer = Ball wie heiße Kartoffel von Hand zu Hand tippeln</li> <li>· Wasser = in eine Ecke des Spielfeldes rennen (dribbelnd)</li> <li>· Erde = hinlegen, Ball 3x hochwerfen</li> <li>· Luft = Korb treffen</li> </ul>
	Stopp and Go	31:00 - 37:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle stehen an der Grundlinie mit Ball in der Hand</li> <li>- Aufgabe: dribbeln, alle so schnell wie ein ausgewähltes Kind (keiner ist schneller oder langsamer)</li> <li>- Kommandos: <ul style="list-style-type: none"> <li>· „Hepp“ = losdribbeln (Ball nach vorne pushen)</li> <li>· Pfiff = stehenbleiben, neben dem Körper dribbeln</li> <li>· „kuckuck“ = Handwechsel vor dem Körper</li> <li>· auf den Kopf tippen = Handwechsel zwischen den Beinen</li> </ul> </li> </ul>
	Handwechsel in der Luft	50:00 - 52:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- langes Seil zwischen zwei Körben gespannt</li> <li>- Kinder sollen Ball mit einer Hand drüber werfen, mit der anderen fangen</li> </ul>
	Seilspringen	53:00 - 59:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainer schwingt großes Seil</li> <li>- Aufgaben: <ul style="list-style-type: none"> <li>· ohne dribbeln durchlaufen</li> <li>· ohne dribbeln durchlaufen, aber einmal über das Seil springen</li> <li>· mit dribbeln durchlaufen</li> <li>· mit dribbeln durchlaufen und einmal über das Seil springen</li> <li>· alle springen gleichzeitig (mit und ohne dribbeln)</li> </ul> </li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			> wer einen Fehler macht muss raus und Sprünge zählen)
<b>Passen</b>	Becherspiel	1:06:00 - 1:12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jedes Kind hat einen Becher</li> <li>- zu zweit zusammen, ein Tennisball pro Paar</li> <li>- Ziel: einer wirft den Tennisball, der andere fängt ihn mit dem Becher</li> <li>- am Anfang nah beieinander, dann so weit wie möglich auseinander</li> </ul>
	Dreiecksspiel	1:36:00 - 1:44:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zu dritt zusammen, alle stehen in einem Gummiband und spannen es (sodass es ein Dreieck bildet)</li> <li>- einer hat einen Ball in der Hand und passt zu jemand anderem</li> <li>- nach Pass auf gegenüberliegende Seite laufen und neues Dreieck spannen</li> <li>- Ziel: zu einem Korb laufen und werfen</li> </ul>
	Schweinchen in der Mitte	1:45:00 - 1:51:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 Kinder stehen um einen Kreis (Mittelkreis/Freiwurfbereich), ein Kind steht in der Mitte</li> <li>- Kinder außen Passen sich Ball zu (Bodenpässe)</li> <li>- Kind im Kreis versucht Ball zu berühren/abzufangen</li> <li>&gt; wenn das gelingt muss anderes Kind (was Ball verloren hat) in den Kreis</li> <li>&gt; ABER: in einen anderen Kreis (tauscht mit anderem Schweinchen)</li> </ul>
<b>Wurf</b>	Weg da!	1:14:00 - 1:23:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zu zweit an einem Korb, jeder einen Ball</li> <li>- es gibt 3 Positionen (nah am Korb), es wird abwechselnd von verschiedenen Positionen geworfen</li> <li>- Ziel: 2x von jeder Position treffen</li> <li>- wenn man 2x getroffen hat sucht man sich eine neue Position und kann den Partner wegschicken („Weg da!“)</li> <li>&gt; Partner muss auf neue Position und von vorne anfangen</li> <li>- Wer hat zuerst auf allen Positionen 2x getroffen?</li> </ul>
	Kartenlesen	1:24:00 - 1:32:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kinder aufgeteilt auf 2 Seiten, stehen sich gegenüber</li> <li>- alle, außer einem, haben einen Ball</li> <li>- Kind ohne Ball läuft entspannt um Hütchen in der Mitte, bekommt Pass von der anderen Seite und geht mit Tempo (über den Ellbow) zum Korb</li> <li>- Erweiterung: Kind stoppt am Ellbow (dribbelt aber weiter) und schaut, was Trainer für eine Karte hochhält</li> <li>· X = 1x dribbeln, dann Wurf</li> <li>· XX = 2x dribbeln, dann Wurf</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>· rot = Korbleger rechts</li> <li>· gelb = Korbleger links</li> <li>* = Ball aufnehmen, Sternschritt, Wurf</li> </ul>
<b>Spielformen</b>	1 vs 1	1:52:00 - 1:57:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Kinder stehen an der Grundlinie (Ende Zone), einer mit Ball</li> <li>- Pass zum Trainer, dann um Hütchen laufen</li> <li>- Trainer passt Ball zu einem Kind (das wird zum Angreifer); Kind ohne Ball verteidigt</li> <li>- Trainer bestimmt auf welchen Korb gespielt wird (sagt Zahl)</li> <li>· jeder Korb bekommt vorher eine Zahl zugeordnet</li> </ul>
	4 gegen 4 gegen 4	2:02:00 - 2:07:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 Mannschaften (rot, gelb, blau)</li> <li>- rotes Team greift gelbes Team an</li> <li>- nach Korberfolg oder Ballverlust spielt Team gelb auf den anderen Korb gegen Team blau</li> <li>- dann blau gegen rot usw.</li> <li>- jedes Team hat einen Geheimauftrag</li> <li>· rot: nur Korbleger</li> <li>· gelb: nur Würfe</li> <li>· blau: nur einer darf dribbeln</li> </ul>
	Nummernspiel	2:08:00 - 2:13:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zwei Teams (rot und blau) spielen Basketball</li> <li>- jedes Kind im Team bekommt eine Nummer</li> <li>- Trainer sagt Nummern, die ins Spiel rein- bzw. rausgehen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** 03 FEMBC Session The enthusiastic Minibasketball player Germany

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=bJMebPGcYfY>

**Referent\*in:** Marko Woytowicz

**Ort, Jahr:** Frankfurt, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Dribbling</b>	Rhythmische Erwärmung	00:00 - 6:27	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder mit Ball</li> <li>- Dribbling, wenn Musik läuft</li> <li>- Stopp: Jumpstop</li> <li>- wenn Musik länger läuft: Korbleger</li> <li>- Variation: mit Flummi statt Basketball</li> </ul>
	Hase, Jäger, Kohl	9:42 - 14:03	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder mit Ball</li> <li>- ein Jäger: jagt den Hasen, dribbelt dabei</li> <li>- ein Hase: flieht vorm Jäger, dribbelt dabei</li> <li>- Kohl: kniet auf dem Boden, ball in beiden Händen</li> <li>- Hase: darf sich zu einem Kohl knien, wenn Jäger ihm zu nahekommt</li> <li>- besagter Kohl wird Jäger wird Hase wird Kohl</li> <li>- wird Hase gefangen: Hase wird Jäger wird Kohl, irgendein Kohl wird Hase</li> </ul>
	Schnick, Schnack, Schnuck	15:00 - 17:28	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder dribbeln mit Ball</li> <li>- Treffen zweier Spieler à Schnick, Schnack, Schnuck, Dribbling aufrecht halten</li> <li>- Verlierer: macht kleinen Parcours + Korbleger, kommt zurück</li> </ul> <p>Ziel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Dribbling schulen, ohne auf den Ball zu gucken</li> <li>· selbstständig beim Dribbling experimentieren</li> </ul>
	Seilspringen	28:56 - 31:52	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder mit einem Ball</li> <li>- langes Seil am Korb befestigt, anderes Ende in Hand des Übungsleiters (steht ca. Mittellinie, Seil auf Korb-Korb-Linie)</li> </ul> <p>Aufgaben:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) drunter durchlaufen ohne Dribbling</li> <li>b) drüber springen ohne Dribbling</li> <li>c) drunter durch dribbeln</li> <li>d) drüber springen und dribbeln</li> </ol>
<b>Korbleger</b>	KL mit Tempowechsel	20:30 - 24:27	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder mit Ball</li> <li>- Startpunkt: Mittelkreis</li> <li>- Start mit einem Push-Dribbling in Richtung eines Korbes dribbeln</li> <li>- an der Freiwurflinie: Hesitation-Dribbling + Abschluss Korbleger</li> <li>- im Anschluss: zurück zum Mittelkreis, selbiges auf einen anderen Korb</li> <li>- mögliche Variationen: mit schwacher Hand, Onside-Dribbling, Handwechsel...</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

<b>Passen</b>	Parteiball	35:18 - 41:11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: innerhalb der 3er-Linie</li> <li>- ein Ball, 2 Teams</li> <li>- Aufgabe: 10 Pässe als Team</li> <li>- Variation: linke Hand des Coaches in Hosentasche: Team mit Ball spielt 1 gegen 1 auf festgelegten Korb</li> </ul>
	Becherfangen	38:06 - 41:11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2er-Gruppen mit 2 Bechern und 2 Tennisbällen pro Gruppe</li> <li>- Kind A wirft Ball zu Kind B</li> <li>- Kind B versucht Ball mit Becher zu fangen, danach andersherum</li> </ul>
	Husky-Drill	44:46 - 51:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder bis auf eins mit Ball</li> <li>- 2 Reihen etwas unter der verlängerten Freiwurflinie</li> <li>- Kind ohne Ball: Erster einer Reihe</li> <li>- dieses Kind läuft an der 3er-linie entlang zur Korb-Korb-Linie, dann Cut über Elbow, Pass, Korbleger, Passer läuft los</li> <li>- Ziel: Give and Go trainieren</li> <li>- Variation: mit Zeichen die Abschlussart bestimmen</li> <li>- Ziel: Reaktion auf die Umwelt</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Unified Minibasketball Special Olympics

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=N5cqijkrHc>

**Referent\*in:** Martin Hoetzl

**Ort, Jahr:** Frankfurt, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Was ist das?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projekt von Special Olympics</li> <li>- gemeinsames Basketballtraining/-spiel von geistig behinderten und nicht behinderten Kindern</li> </ul>
	Ziel		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sport als Therapie</li> <li>- die oft verhaltensauffälligen Kinder mit Behinderung sollen lernen               <ul style="list-style-type: none"> <li>· mit Konflikten umzugehen</li> <li>· Konflikte selbstständig zu lösen</li> <li>· als Team zu agieren</li> <li>· voneinander zu lernen (sozialer Umgang)</li> </ul> </li> <li>- Bewusstsein der Kinder ohne Behinderung schaffen (Inklusion)</li> <li>- feste Strukturen für die Kinder aus schwierigen Familienverhältnissen</li> <li>- oft verlorengegangenes Vertrauen wiederaufbauen</li> <li>- Vermittlung von Erfolgserlebnissen</li> <li>- Freundschaften schließen</li> </ul>
	Was braucht man dafür?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainer mit pädagogischem Fachwissen und Basketballkenntnissen</li> <li>- Kinder derselben Altersstufe bzw. Entwicklungsstufe</li> <li>- neben regelmäßigem Training auch Veranstaltungen am Wochenende</li> </ul>
	Beispiel Trainingsstunde	1:00 – 6:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lauf ABC mit dribbeln</li> <li>· verschiedene Übungen (z.B. seitlich laufen, Hopselauf, ...)</li> </ul>
		6:30 – 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mormon</li> <li>· Kinder stehen auf 2 Seiten: einer geht zum Korb, der andere holt den Rebound; anschließend stellen sich beide auf der jeweils gegenüberliegenden Seite an</li> <li>&gt; von rechts (+ mit Pass)</li> <li>&gt; von links (+ mit Pass)</li> </ul>
		17:00 – 22:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Korbleger Drill</li> <li>· 2 Mannschaften (stehen sich am Anfang am Mittelkreis gegenüber)</li> <li>· im Mittelkreis wird ständig ein Ball hin und her gepasst (z.B. Bodenpass, direkter Pass, Sprungballartiger Pass)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Kind läuft (nachdem es in der Mitte gepasst hat) auf seiner jeweiligen Seite zum Trainer und holt sich einen Ball</li> <li>· anschließend dribbeln zum Korb und Korbleger</li> <li>· danach zur Mittellinie dribbeln und zum Trainer auf der anderen Seite passen</li> <li>· abschließend wieder Ball in der Mitte fangen und zum nächsten Passen (dann von vorn)</li> </ul> <p>&gt; alle Kinder sind gleichzeitig in Bewegung</p>
		23:30 – 28:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zweierlauf</li> <li>· zu zweit, mit einem Ball, Start an der Mittellinie</li> <li>· in einer Gasse hin und her passen, abschließend Korbleger</li> <li>· Trainer steht als Verteidiger an der Dreierlinie</li> </ul> <p>&gt; Kinder müssen vorbeikommen</p>
		30:30 – 38:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Basketballspiel</li> <li>· 2 Mannschaften</li> <li>· normales Spiel ohne extra Regeln</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Easybasket (Teil 4)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=1vb4MXZR-yM>

**Referent\*in:** Maurizio Cremonini

**Ort, Jahr:** Hagen, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Ballhandling</b>	Aufgaben mit Kegeln	04:00 - 09:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder haben einen Ball in der Hand und dribbeln erstmal ein wenig im gekennzeichneten Spielfeld</li> <li>- danach bekommt die Hälfte der Kinder noch dazu einen Kegel in die Hand (nicht in die zum Dribbeln)</li> <li>- anschließend wird wieder durch das Spielfeld gedribbelt</li> <li>- nach einer Zeit lassen die Kinder den Kegel irgendwo im Spielfeld stehen</li> <li>- das heißt dann ein anderes Kind nimmt sich den abgestellten Kegel und dribbelt damit</li> <li>- dann lässt dieses Kind den Kegel wieder stehen und ein anderer nimmt ihn mit</li> <li>- Schwierigkeiten zum noch einbauen:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Handwechsel</li> <li>· Auf dem Weg zum Kegel einen Spezialtrick</li> </ul> </li> </ul>
		09:00 - 28:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- danach zusammen in Zweiergruppen finden (jeder einen Ball, jede Gruppe einen Kegel)</li> <li>- der mit Ball dribbelt vor, der mit Kegel und Ball dribbelt hinterher</li> <li>- nach einer Weile lässt das Kind den Kegel einfach stehen, der davor muss trotzdem nach hinten aufmerksam sein und mitbekommen, sobald der Kegel abgestellt wurde</li> <li>- der Kegel muss dann abgestellt werden und so geht es dann andersrum weiter</li> <li>- das mit Partner geht weiter aber sobald jetzt der Kegel abgestellt wurde müssen beide zu dem Kegel und sich so schnell wie möglich 5x ihre Bälle hin und her geben (- danach läuft der andere mit dem Kegel weiter)</li> <li>- die Zweiergruppen laufen wie bisher weiter</li> <li>- bleibt aber das Kind mit dem Kegel jetzt stehen treffen sich beide zwar wieder am Kegel, aber jetzt legt das Kind (was den Kegel hingestellt hat) auf seinen Ball des Partners und läuft einmal um ihn herum.</li> <li>- lässt jetzt einer seinen Kegel wieder stehen treffen sich beide wieder am Kegel und einer der beiden Partner legt seinen Ball ab (zum Kegel)</li> <li>- danach müssen die Gruppen sich 3 normale Pässe und 3 Bodenpässe zuspielen</li> <li>- danach laufen sie weiter</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- sobald jetzt das Kind aus der Zweiergruppe den Kegel abstellt muss es so schnell wie möglich zu einem Korb rennen und Werfen</li> <li>- das andere Kind aus der Gruppe muss versuchen zu verteidigen</li> <li>- Anschließend wird gewechselt</li>   <li>- in der nächsten Runde rennen beide, sobald der Kegel abgestellt wurde</li> <li>- wer macht zuerst den Korb?</li> </ul>
	Gegeneinander	30:00 - 36:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Kindergruppe wird als erstes in zwei geteilt</li> <li>- diese zwei Gruppen stellen sich links und rechts mit einem großen Abstand zum Korb vom Korb weg</li> <li>- nachdem GO vom Trainer-/in rennt der erste von jeder Gruppe zum Korb und versucht zu treffen, das geht so lange bis einer trifft (jede Gruppe zählt seine Treffer)</li> </ul>
	Teamspiel	39:00 - 52:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zwei Teams</li> <li>- beide stehen außen am Spielfeld in der Mitte, zur Mitte hin in einer Reihe</li> <li>- die ersten beiden von jedem Team gehen etwas weiter vor und stehen hintereinander</li> <li>- der vordere läuft drei schritte vor und zurück der hintere muss es mitmachen passend</li> <li>- vor beiden Teams steht der Trainer-/in mit einem Ball</li> <li>- dieser Ball wird irgendwann, während die vier vor und zurück laufen ins Spielfeld gerollt</li> <li>- ist der Ball auf dem Spielfeld müssen sich die Teams den Ball versuchen zu holen und ein Korb zu machen</li> <li>- ist ein Korb gefallen sind die nächsten vier dran</li> <li>- danach werden die die vor und zurück laufen auf drei erhört (drei gegen drei)</li> <li>- nachdem laufen drei von dem einem Team und drei von dem anderen Team vor und zurück aber jetzt alle hintereinander</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Gastvortrag

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=jkMhCQpDatw>

**Referent\*in:** Maurizio Cremonini

**Ort, Jahr:** Gießen, 2015

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Antizipation   Entscheidungsfindung</b>	5 vs. 5 Transition	11:49 - 19:24	<p>- 2 Teams à 5 Spieler - 2 Bälle - Spielfeld: Basketballfeld - Teams stehen sich im Wechsel je ca. 3m von der Mittellinie voneinander entfernt gegenüber</p> <pre> 2      1      2      1      2 ----- Mittellinie 1      2      1      2      1           </pre> <p>- Team spielen auf Seite, auf der sie Spieler in den Halbpositionen (gelb markiert) hat (1 nach „oben“, 2 nach „unten“) - Spieler in der Mitte mit je einem Ball - Spieler laufen/ dribbeln immer aufeinander zu und wieder voneinander weg - irgendwann: Coach fordert einen der beiden Bälle aus der Mitte → anderes Team spielt Offense &gt; freies Spiel für ca. 30 Sekunden/ bis ein Punkt zustande kommt - Ziel: Antizipation der Spieler in den Halbräumen erkennen und fördern</p>
	Bewusstes Dribbeln	19:51 - 31:59	<p>- alle Kinder mit Ball - Spielfeld: Basketballfeld - dürfen frei im Hauptfelddribbeln - mit Korbaufschluss im Wechsel auf die Hauptkörbe &gt; jeder Treffer = Punkt (Punkte zusammenzählen) &gt; jeder Fehlwurf = Minuspunkt &gt; jede Berührung eines anderen Spielers = Minuspunkt &gt; jede Berührung des Balles mit einem anderen Ball = Minuspunkt &gt; mehr als 2 Leute in der Zone = Minuspunkt - Ziel: · Dribbling ohne den Ball zu beobachten · Wahrnehmung für die Umwelt schaffen · Antizipation für die Flugbahn des eigenen Balles schaffen · erkennen, wann Räume in der Zone sind</p>
	Feline-Drill 2 vs. 2	57:27 - 1:03:50	<p>- 2 Teams - Spielfeld: Basketballfeld</p>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- ein Team an den Schnittpunkten Mittellinie-Sideline, ein Team hinter einem der Hauptkörbe</li> <li>- 2 Spieler des Teams an der Mittellinie gehen mit Ball zu den Schnittpunkten Mittellinie-Mittelkreis</li> <li>- 1 Spieler des Teams hinterm Korb an den Mittelkreis</li> <li>- 1 anderer Spieler dieses Team unter dem Korb</li> <li>- die Spieler auf der Mittellinie passen sich den Ball zu, der Spieler am Mittelkreis versucht autonom irgendwann den Ball abzufangen → Startschuss</li> <li>- egal ob Steal gelingt oder nicht: Teams spielen 2vs.2 hin und zurück im Anschluss: neue Spieler besetzen die Spots</li> <li>- Ziel:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Antizipation des Passes</li> <li>· erkennen, welche Räume zum Attackieren da sind</li> </ul> </li> </ul>
	Feline-Drill 3 vs. 3	1:03:50 - 1:10:08	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams</li> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> <li>- Teams an den Schnittpunkten Mittellinie-Sideline, ein Team hinter einem der Hauptkörbe</li> <li>- ein Spieler eines Teams mit Ball zentral an der Mittellinie</li> <li>- 2 Teamkameraden an Mittellinie ca. 3m von der Seitenlinie entfernt</li> <li>- 2 Spieler des anderen Teams Höhe des unteren Endes des Mittelkreises, verlängerte Zonenbegrenzungen</li> <li>- 1 anderer Spieler dieses Teams unter dem Korb auf der Seite seiner Teamkameraden</li> <li>- Variante 1: die Spieler auf der Mittellinie passen sich den Ball zu, die Spieler in den Zwischenräumen versuchen autonom irgendwann den Ball abzufangen (=Startschuss)</li> <li>- egal ob Steal gelingt oder nicht: Teams spielen 3 vs. 3 hin und zurück</li> <li>- Variante 2: die Spieler am Mittelkreis passen solange, bis der Ball unterwegs zum Mann auf der Mittellinie ist und einer der Außenspieler an der Mittellinie losläuft</li> <li>&gt; 3 vs. 3 hin und zurück</li> <li>- im Anschluss: neue Spieler besetzen die Spots</li> <li>- Ziel:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Antizipation des Passes</li> <li>· erkennen, welche Räume zum Attackieren da sind</li> </ul> </li> </ul>
	Feline Drill 4 vs. 4	1:10:08 - 1:16:58	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams</li> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- pro Team ein Spieler auf Korb-Korb-Linie, 2 Spieler 45°, einer in Corner außerhalb der 3er Linie, Verteidiger innerhalb</li> <li>- Spieler des Angreifenden Teams auf Korb-Korb-Linie und 45° auf anderer Seite, wo kein Spieler in der Corner ist, passen sich den Ball zu</li> <li>- anderer Spieler 45° cuttet beliebig &gt; Startschuss &gt; Teams spielen 4 vs. 4 hin und zurück</li> <li>- Ziel: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Antizipation des Passes</li> <li>· erkennen, welche Räume zum Attackieren da sind</li> </ul> </li> </ul>
	Feline Drill 5 vs. 5	1:16:58 - 1:23:04	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams</li> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> <li>- Aufstellung: <p style="text-align: center;">2-1-----1-2-1-----2-1-2-----1-2 Mittellinie</p> </li> <li>- Spieler in der Mitte: passen und Ball hinterherlaufen</li> <li>- markierter Spieler = Startspieler &gt; läuft zu einer Seite &gt; Pass &gt; Teams spielen 4 vs. 4 hin und zurück</li> <li>- Ziel: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Antizipation des Passes</li> <li>· erkennen, welche Räume zum Attackieren da sind</li> </ul> </li> </ul>
<b>Korbleger</b>	Korbleger-Wettkampf 1	32:49 - 40:57	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 Teams</li> <li>- ein Korb</li> <li>- jedes Team hat einen Ball</li> <li>- Startpositionen: einem Meter hinter der Dreierlinie</li> <li>- Spieler hat einen Abschluss, Treffer = Punkt</li> <li>- nach Abschluss: Pass zum nächsten Spieler in der eigenen Reihe</li> <li>- es dürfen nur 2 Spieler innerhalb der 3er-Linie sein</li> <li>- Gewinnerteam: 8 Punkte</li> <li>- Ziel: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Dribbling ohne den Ball zu beobachten</li> <li>· Wahrnehmung der Umgebung schaffen</li> <li>· erkennen, wann Räume zum Attackieren sind</li> </ul> </li> </ul>
	Korbleger-Wettkampf 2	41:22 - 55:17	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit Ball</li> <li>- 2 Teams</li> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> <li>- ein Team besetzt alle 4 Elbows</li> <li>- anderes Team verteilt an Schnittpunkten Mittellinie-Sideline</li> <li>- Team an den Schnittpunkten startet das Spiel autonom</li> <li>- 2 Spieler dribbeln bis zum Mittelkreis aufeinander los</li> <li>- Spieler von rechts kommend sucht sich eine Seite aus à Linkskommender geht auf die andere Seite</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"><li>- Überquert ein von der Mittellinie kommender Spieler den Halbkreis oberhalb der Freiwurflinie: die Spieler vom Elbow und dieser Spieler attackieren den Korb</li><li>- Punkt: Team des Spielers, welches zuerst trifft</li><li>- Spieler an Mittellinie: Antizipieren, wann Korb frei ist, um zu starten</li><li>- Spieler an den Elbows: antizipieren, wann der Spieler die 3er-Linie überquert (ankommender Spieler darf sein Überteten der Linie antäuschen, zu früh gestartete Spieler dürfen nicht auf Korb werfen)</li><li>- Rotation: Spieler Mittellinie wechselt nach jedem Angriff die Seite, Spieler Elbow den Elbow auf dem Korb, an dem er steht</li><li>- Ziel:<ul style="list-style-type: none"><li>· Dribbling ohne den Ball zu beobachten</li><li>· Wahrnehmung der Umgebung schaffen</li><li>· erkennen, wann Räume zum Attackieren sind</li></ul></li><li>- Erweiterungen:<ul style="list-style-type: none"><li>· an Mittellinie: Bälle mehrmals zupassen, an Elbows: Bälle um Hüfte kreiseln, Handwechsel, bis Angreifer von außen kommt</li></ul></li></ul>
--	--	--	---

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Athletik

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=UGK1Go1ZmUI>

**Referent\*in:** Maxim Hoffmann

**Ort, Jahr:** Braunschweig, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Athletik</b>	Erwärmung	ab 4:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler ohne Ball an die Grundlinie</li> <li>· wie ein Löwe (auf allen vieren mit Gebrüll) zur Mittellinie laufen</li> <li>· wie ein Hund (genau wie der Löwe, hebt nur zwischendurch auch mal das Bein) zurück</li> <li>· Dinosaurier: langsame, aber so große Schritte wie möglich und dabei die Arme gefährlich heben</li> <li>· Katze, Känguru, Gepard, Schildkröte, ...</li> <li>- gegenüber eine Armlänge Abstand) aufstellen</li> <li>· nur die Handflächen dürfen sich berühren</li> <li>· wer es schafft, dass der andere seinen Fuß bewegen muss, bekommt einen Punkt</li> <li>· Wer hat zuerst 3 Punkte?</li> <li>- zu zweit gegenüberstehen (5 Schritte Abstand)</li> <li>· einer dribbelt mit seiner schwachen Hand einen Basketball auf der Stelle</li> <li>· mit der anderen Hand wirft er sich mit seinen Gegenübern einen Tennisball zu</li> <li>· 10 Mal hin und her werfen, dann bekommt der andere den Basketball, wieder 10 Mal werfen</li> <li>· nun kommt ein dritter Ball dazu (Softball, Volleyball, o.ä.) jeder dieser drei Bälle soll jetzt 10 Mal hin und her gepasst werden</li> <li>- mit den drei Bällen zu zweit durch die Halle laufen</li> <li>· nach jedem vierten Pass darf man auf den Korb werfen (Treffer = 1 Punkt)</li> <li>· welches Zweier Team zuerst 5 Punkte hat, gewinnt</li> <li>- auf den schwarzen Linien alle hintereinander laufen</li> <li>· der erste macht dabei ein Tier vor (und sagt es an), alle anderen machen es nach</li> <li>· bei der nächsten Kreuzung geht der erste nach ganz hinten und der zweite macht ein neues Tier vor</li> <li>- alle an der Mittellinie aufstellen</li> <li>· den ganzen Körper anspannen, sich nach vorn fallen lassen und kurz bevor man mit dem Gesicht auf den Boden schlägt durch einen Schritt nach vorn den Körper auffangen</li> <li>· das andere Bein nach vorn daneben setzen und so bis zur Baseline kommen</li> <li>· beide Beine nehmen (mal links mal rechts)</li> <li>· wenn man nun das zweite Bein nach dem Abfangen zu dem anderen setzt, nicht gleich absetzen, sondern vorm Körper anwinkeln und</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<p>den Körper kurz komplett anspannen (beim dritten Durchgang, wenn man das Bein anwinkelt, laut ausatmen)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· statt das Bein nun anzuwinkeln, noch zwei große Schritte dranhängen</li> </ul>
	Zirkeltraining	ab 43:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 30s an jeder Station, dann Wechsel</li> <li>1. Kniebeuge <ul style="list-style-type: none"> <li>- vor einen Hocker stellen (so breitbeinig wie man möchte) möchte) dabei ist direkt vor einem eine Wand</li> <li>- jetzt immer wieder hinsetzen und aufstehen bzw. wenn man es dann besser kann, gar nicht mehr setzen, sondern nur mit dem Po knapp über den Hocker</li> </ul> </li> <li>2. 4 Felder Springen <ul style="list-style-type: none"> <li>- mit geschlossenen B einen aufstellen</li> <li>- vor, hinter, rechts und links daneben sind je ein Feld (diese nummerieren) nun immer in das jeweilige Feld springen (Trainer sagt Nummern an)</li> <li>- schwieriger: auf einem Bein</li> </ul> </li> <li>3. Wolkenlauf <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hochsprungmatte hinlegen</li> <li>- ein Kind muss die ganze Zeit in der Mitte (wo die Matte am tiefsten ist) laufen (normal, ganz breit, so hoch wie möglich)</li> <li>- schwieriger: ein anderes Kind steht vor der Matte und passt die ganze Zeit mit dem Kind auf der Matte hin und her</li> </ul> </li> <li>4. Bankziehen <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bank schräg an Sprossenwand stellen</li> <li>- Kind legt sich auf Bauch da drauf und muss nun versuchen sich nur mit den Armen nach oben zu ziehen</li> </ul> </li> <li>5. Kastenschieben <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oberstes Teil eines Kastens umgedreht hinlegen</li> <li>- von der Baseline bis zur Mittellinie schieben</li> </ul> </li> <li>6. Mattenwechsel <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine einfache Turnmatte auf den Boden legen</li> <li>- ein Kind stellt sich an die Längsseite und dreht die Matte alleine um</li> </ul> </li> <li>7. seitlich unter einer Bank durchkrabbeln <ul style="list-style-type: none"> <li>- dabei immer rechter Arm und rechtes Bein gleichzeitig und linker Arm und linkes Bein gleichzeitig</li> </ul> </li> <li>8. Vorbereitung Defensposition <ul style="list-style-type: none"> <li>- Seitlich bewegen und dabei Hütchen von einer Seite zur anderen Seite transportieren (diese stehen auseinander)</li> </ul> </li> </ul>
	Mattenrutschen	ab 1:14:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hochsprungmatte in die Mitte des Feldes legen</li> <li>- eine Mannschaft an eine Baseline, die andere an die andere</li> <li>- jetzt darf immer einer von jeder Mannschaft abwechselnd an der Freiwurflinie starten und mit der Matte rutschen</li> <li>- welche Mannschaft es zuerst schafft mit der Matte die Freiwurflinie der anderen zu berühren, gewinnt</li> <li>- zu zweit, zu dritt, springen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Passen & Fangen (Teil 1)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=sOhyY8-UaIQ>

**Referent\*in:** Maxim Hoffmann

**Ort, Jahr:** Dresden, 2018

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Passen und Fangen	Esel	7:30 - 13:28	<ul style="list-style-type: none"> <li>paarweise mit einem Ball zusammenfinden</li> <li>- Spieler mit Ball wirft Ball hoch oder gegen eine Wand</li> <li>- während der Ball in der Luft ist: Bewegungen (z.B. klatschen, Drehungen) machen</li> <li>- dann fangen</li> <li>- fängt ein Spieler den Ball → anderer Spieler macht ihn nach</li> <li>- schafft er es nicht, den Ball zu fangen → Buchstabe des Wortes Esel</li> <li>- Spielende ist, wenn ein Spieler Esel vollständig hat</li> <li>- Ziel: Schulung der Hand-Auge-Koordination beim Fangen</li> </ul>
	Basketball-Squash	16:25 - 31:39	<ul style="list-style-type: none"> <li>- paarweise mit einem Ball an einem No-Charging-Kreis oder einem mit Hütchen markiertem Spielfeldnahe einer Wand zusammenfinden</li> <li>- Spieler passen den Ball gegen eine Wand</li> <li>- Ball muss im Kreis/ Spielfeld aufkommen</li> <li>- anderer Spieler muss den Ball fangen</li> <li>- Punkte: <ul style="list-style-type: none"> <li>· wenn Gegner den Ball nicht fängt</li> <li>· wenn der gegnerische Ball vor der Wand/ im Aus aufkommt</li> </ul> </li> <li>- Ziel: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Schulung der Hand-Auge-Koordination beim Fangen</li> <li>· Einschätzen der Passrichtung/ Passhärte</li> </ul> </li> </ul>
	Basketball-Tennis	22:49 - 31:39	<ul style="list-style-type: none"> <li>- paarweise mit einem Ball an einer Linie zusammenfinden</li> <li>- Spieler passen mit der schwachen Hand Bodenpässe</li> <li>- Ball muss einmal vor und einmal hinter der Linie in einem bestimmten Spielfeld (z.B. 5x5m) aufkommen</li> <li>- anderer Spieler muss den Ball fangen mit der schwachen Hand</li> <li>- Punkte: <ul style="list-style-type: none"> <li>· wenn Gegner den Ball nicht fängt</li> <li>· wenn der gegnerische Ball auf der falschen Spielfeldhälfte/ im Ausaufkommt</li> <li>· wenn Schrittfehler mit Ball in der Hand gemacht werden</li> </ul> </li> <li>- Ziel: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Schulung der Hand-Auge-Koordination beim Fangen mit der schwachen Hand</li> <li>· Einschätzen der Passrichtung/ Passhärte mit der schwachen Hand</li> </ul> </li> <li>- Erweiterungen: <ul style="list-style-type: none"> <li>· ohne Fangen, den Ball direkt weiterverarbeiten</li> <li>· Ball muss nur auf der anderen Seite aufkommen</li> <li>· mit 2 Bällen</li> </ul> </li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Passen & Fangen (Teil 2)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=e-Jnw5PvTY8>

**Referent\*in:** Maxim Hoffmann

**Ort, Jahr:** Dresden, 2018

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Passen und Fangen</b>	Ballabwerfen	5:24 - 29:22	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams und 2 Bälle, je einer am Anfang pro Team</li> <li>- Spielfeld: Volleyballfeld</li> <li>- mehrerer Bälle auf Mittellinie</li> <li>- Teams stehen hinter der Angriffslinie Volleyballfeld</li> <li>- die auf der Mittellinie liegenden Bälle sollen mit den 2 Spielbälle abgeworfen werden, sodass sie bis über die gegnerische Angriffslinie rollen</li> <li>- danach können diese von der Angriffslinie beginnend durch abwerfen rüber gestoßen werden</li> <li>- Spielziel: Gegner hat alle Bälle von der Mittellinie in seinem Feld</li> <li>- Ziel: Einschätzen der Passrichtung und Passhärte</li> <li>- Erweiterungen:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Doppelpass im Team mit dem Spielball, bevor auf die Bälle geworfen wird</li> <li>· jeder muss Ball zugepasst bekommen haben, bevor auf die Bälle auf der Mittellinie geworfen werden darf</li> <li>· 10 Pässe, bevor Ball geworfen werden darf</li> <li>· nach jedem Pass muss der Passer das Spielfeld verlassen/ um ein Hütchen laufen</li> <li>· Doppelpass mit einem bestimmten Spieler, bevor auf Bälle geworfen werden darf</li> <li>· nur bestimmte Passarten erlaubt</li> <li>· mit 4 Spielbällen</li> <li>· größere Entfernung zur Mittellinie</li> </ul> </li> </ul>
	Passkreis	35:06 - 40:52	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spieler stellen sich im auf dem Mittelkreis auf und machen je einen Schritt nach hinten</li> <li>- ein Ball</li> <li>- jeder Spieler soll den Ball genau einmal fangen und einmal passen</li> <li>- der Ball darf nicht zu einem direkten Nachbarn gepasst werden</li> <li>- Ziel:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Einschätzen der Passrichtung und Passhärte</li> <li>· Passbereitschaft signalisieren</li> </ul> </li> </ul>
	Tigerball	44:21 - 47:32	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 Spieler stellen sich in einem Dreieck auf dem Mittelkreis auf, ein Spieler im Dreieck</li> <li>- ein Ball pro Gruppe</li> <li>- Spieler außen passen sich den Ball zu, Spieler innen versucht, den Ball abzufangen</li> <li>- Spieler außen müssen jederzeit den Mittelkreis berühren</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"><li>- berührt der Innenspieler den Ball/ passt der Passer den Ball unsauber: Wechsel mit Passer</li><li>- Doppelpass = 1 Punkt für Spieler außerhalb</li><li>- Spielziel: so viele Punkte wie möglich bekommen</li><li>- Ziel:<ul style="list-style-type: none"><li>· Einschätzen der Passrichtung und Passhärte</li><li>· Passbereitschaft signalisieren</li><li>· sicheres Passen mit Gegeneinwirkung</li></ul></li></ul>
--	--	--	---

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Maxim Hoffmann - Vielseitigkeit Teil 1 (Gotha 2016)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=5CN2wsvn4pc>

**Referent\*in:** Maxim Hoffmann

**Ort, Jahr:** Gotha, 2016

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Koordination</b>	Balanceduell	8:10 - 13:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zu zweit gegenüber (1 Schritt Entfernung) stehen</li> <li>- es dürfen sich nur die Handflächen berühren</li> <li>- wer es schafft, dass der anderen seinen Fuß bewegen muss (die ganze Fußsohle muss auf dem Boden bleiben), bekommt einen Punkt</li> <li>- Wer hat zuerst 5 Punkte?</li> <li>- Gegner auch mal wechseln</li> </ul>
	Verschiedene Bälle	13:00 - 28:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zu zweit gegenüberstehen (3 Schritte Entfernung)</li> <li>- einen Tennisball hin und her werfen</li> <li>- dabei dribbelt einer mit einem Basketball (zuerst mit der starken, wenn es besser klappt mit der schwachen Hand)</li> <li>- dann wird gewechselt (der andere muss nun mit dem Basketball dribbeln)</li> <li>- in der Bewegung: <ul style="list-style-type: none"> <li>· den Abstand halten (3 Schritte)</li> <li>· beide haben nun einen Basketball und dribbeln</li> <li>· von der Mittellinie aus gehen sie nun zu einer Grundlinie (einer muss also rückwärtslaufen) dabei den Tennisball immer passen (ich darf nicht mit Tennisball in der Hand laufen!)</li> <li>· bis zur Grundlinie, zur anderen Grundlinie und zurück zur Mittellinie</li> <li>· die gleiche Übung nun allein: <ul style="list-style-type: none"> <li>· jedes Kind hat einen Tennisball und einen Basketball</li> <li>· die Kinder (eine Hälfte zur einen Seite, die andere zur anderen Seite) dribbeln mit dem Basketball von der Mittellinie zur Grundlinie und zurück und werfen dabei den Tennisball nach oben (sie dürfen nur laufen, wenn sie den Tennisball nicht in der Hand haben)</li> <li>· zurück rückwärts</li> <li>· Variation: immer Handwechsel machen, wenn man den Tennisball hochgeworfen hat (werfe ich den Tennisball mit rechts hoch, fange ich ihn mit links), schwieriger: zwei Handwechsel</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
	Von Korb zu Korb	28:00 - 31:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zweier Teams: einer mit Basketball, der andere mit Tennisball</li> <li>- Bälle zupassen (dribbeln ist verboten), dabei aber keinen Schrittfehler machen (ich darf nicht mit Ball (weder Tennisball noch Basketball) in der Hand laufen)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- auf vier Körbe: in jeden muss man einmal treffen (wenn nur zwei Körbe vorhanden: jeweils zwei Treffer erforderlich), dabei muss jeder zweimal treffen</li> </ul>
<b>Schnelligkeit</b>	Sprint	43:00 - 53:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle an der Grundlinie aufstellen</li> <li>- den ganzen Körper anspannen</li> <li>- nun nach vorn fallen lassen und mit dem Bein auffangen</li> <li>- das ganze so leise, wie möglich!</li> <li>- wenn man sich nun auffängt kurz unten bleiben und die Position halten</li> <li>- nun wenn man mit dem rechten Bein auffängt (rechter Arm ist dabei hinten), das linke Bein so schnell wie möglich nach vorn nehmen und vor dem Körper anwinkeln und den rechten Arm nach vorn oben nehmen</li> <li>- auch mit dem anderen Bein probieren</li> <li>- jetzt noch 4 große Schritte dranhängen (so leise und so schnell wie möglich) versuchen bis zur Freiwurflinie zu kommen, bis zur Mittellinie joggen</li> <li>- wieder an der Grundlinie stehen (rechtes Bein vor der Linie, linkes dahinter, rechter Arm hinten, linker vorn)</li> <li>- gesamten Körper anspannen</li> <li>- auf Pfiff Beine und Arme bei Sprüngen ganz schnell, ganz oft wechseln</li> <li>- auf den zweiten Pfiff bis zur Mittellinie sprinten und zur anderen Grundlinie auslaufen</li> <li>- das gleiche jetzt mit dem linken Bein vor der Linie</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Maxim Hoffmann - Vielseitigkeit Teil 2 (Gotha 2016)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=s3dqxYo6EGQ>

**Referent\*in:** Maxim Hoffmann

**Ort, Jahr:** Gotha, 2016

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Athletik</b>	Stationsarbeit	0:00 – 14:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- immer zu zweit an einer Station, 30s Arbeit, 30s Pause</li> <li>&gt; Kinder arbeiten nacheinander</li> <li>- Kastenschieben</li> <li>· oberes Kastenteil wird von Kindern auf einer Strecke von ca. 10m hin und zurückgeschoben (dabei gestreckte Arme)</li> <li>&gt; Kräftigung Beinmuskulatur</li> <li>- Bankziehen</li> <li>· Kinder legen sich mit dem Bauch auf die Bank und ziehen sich mit den Armen bis zum anderen Ende</li> <li>&gt; trainieren von Rücken- und Schulterbereich</li> <li>&gt; Vorübung zum Klimmzug</li> <li>- Mattenlaufen</li> <li>· ein Kind läuft auf der Matte (auf der Stelle)</li> <li>· bei Kommando des anderen Kindes springt es so hoch wie möglich</li> <li>&gt; Vorübung zum Sprungkrafttraining</li> <li>- unter der Bank durchkrabbeln</li> <li>· seitlich mit dem ganzen Körper unter der Bank durch</li> <li>&gt; trainieren des Rumpfes</li> <li>&gt; Vorstufe zum Liegestütz</li> <li>- Medizinballschmeißen</li> <li>· 3kg Medizinball so weit wie möglich nach oben werfen</li> <li>· dabei gestreckte Arme</li> <li>&gt; Vorübung zum Kreuzheben</li> <li>- Hütchen stapeln</li> <li>· 2 Stapel mit je 2 Hütchen nebeneinander</li> <li>· Aufgabe: oberes Hütchen von dem Stapel nehmen bzw. wieder draufsetzen (je nachdem ob Hütchen übereinander oder nicht)</li> <li>&gt; Vorübung Defense</li> <li>- Viereck springen</li> <li>· bei Kreuz in der Halle (von Linien) im Viereck springen (beide Beine)</li> <li>· Auf Kommando des Partners Richtung wechseln</li> <li>&gt; Vorübung für abstoppen und Richtungswechsel</li> </ul>
	Matte umdrehen	32:30 – 34:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Mannschaften, mit je einer großen Matte</li> <li>- Ziel: Kinder aus einer Mannschaft heben gemeinsam die Matte an und schmeißen sie um</li> <li>&gt; Vorübung Kreuzheben</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			> kann als Wettbewerb gespielt werden
	Mattenrutschen	36:30 – 43:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams stehen sich gegenüber an den Grundlinien, in der Mitte ist eine Matte</li> <li>- immer 2 Kinder aus einer Mannschaft dürfen sich gleichzeitig auf die Matte schmeißen und sie damit verrutschen, danach ist die andere Mannschaft dran</li> <li>- Ziel: Matte auf gegenüberliegende Freiwurflinie bringen</li> <li>- Variation: Mannschaft darf 3x (5x) direkt hintereinander, aber jedes Kind darf sich nur einmal (2x) draufwerfen (Kinder müssen erst Taktik besprechen)</li> </ul> <p>&gt; trainiert Timing und Schnelligkeit</p>
<b>Teambuilding</b>	Paarspiel	44:30 – 52:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2er Teams, jedes Team einen Ball, Start = Grundlinie</li> <li>- Ziel: Ball auf die gegenüberliegende Seite bringen</li> <li>- dabei darf der Ball nicht runterfallen oder mit Händen/Armen berührt werden</li> </ul> <p>&gt; wenn doch, zurück zum Star</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Variation 1: Kinder dürfen sich nicht vorwärts oder rückwärts bewegen</li> <li>- Variation 2: man darf den Ball nicht mit der Vorderseite berühren</li> </ul>
	Staffelspiel	52:30 – 56:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Mannschaften mit je einem Basketball</li> <li>- Start an der Grundlinie, alle Kinder stehen in einer Reihe hintereinander mit Rücken zum Spielfeld</li> <li>- Aufgabe: Ball durch die Beine geben (ohne dass er runterfällt)</li> <li>- Ziel: schneller auf der anderen Seite sein als die anderen</li> </ul> <p>Variation: Basketball über den Kopf, Tennisball durch die Beine</p>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Maxim Hoffmann - Werfen (Oldenburg 2020)

**Link:** [https://www.youtube.com/watch?v=wqaW-iwsD\\_Q](https://www.youtube.com/watch?v=wqaW-iwsD_Q)

**Referent\*in:** Maxim Hoffmann

**Ort, Jahr:** Oldenburg, 2020

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Wurf</b>	Stationsarbeit	9:00 - 32:00	<p>Ball über die Matte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- die ersten zwei Gruppen gehen in die Mitte der Halle</li> <li>- dort werfen sie sich über eine aufgestellte Matte einen Ball hin und her</li> <li>- der Ball darf nicht auf dem Boden aufkommen</li> <li>- tut er es doch dann nur im gekennzeichneten Kreis für einen Punkt</li> </ul> <p>Ball an die Wand</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- die nächsten Zweiergruppen stehen vor einer Wand hintereinander (eine Gruppe hintereinander)</li> <li>- der hintere hat einen Ball und wirft diesen gegen die Wand</li> <li>- der vordere muss jetzt versuchen den Ball zu fangen</li> <li>- zwischendurch sollte der Abstand zur Wand und Partner verändert werden</li> <li>- nach ein paarmal wird gewechselt mit dem Partner Jackpot/Positionswerfen</li> <li>- die anderen Gruppen suchen sich einen Korb (immer zwei Gruppen an einen) und machen Positionswerfen</li> </ul>
	Wurftechnik	37:00 - 51:00	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ball zwischen die Beine legen (für Schulterbreiten Stand)</li> <li>2. Ball aufheben und auf den imaginären Kasten setzen (für angewinkelte Knie + Po zum Boden)</li> <li>3. Oberkellner (Ball liegt auf der Hand)</li> <li>4. Buchstütze (Schutzhand neben dem Ball)</li> <li>5. Nase bohren (Ball ist unter dem Kinn, man sieht den Korb)</li> <li>6. Kobra/Keksdose (gestreckter Arm mit abgeklapptem Handgelenk)</li> <li>7. Boden = heiße Herdplatte (abspringen)</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>- in Zweiergruppen an Korb, Wurf üben</li> <li>- Kinder gehen später etwas weiter weg von ihrem Korb</li> <li>- jetzt wird der Ball von einem selbst ein Stück vorgeworfen</li> <li>- wieder aufgenommen und von diesem Punkt geworfen</li> </ul>
	Wurf aus der Bewegung	51:00 - 1:24:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder stehen ein Stück hinter der Freiwurflinie (jeder hat einen Ball)</li> <li>- das erste Kind stellt sich dann direkt an die Freiwurflinie</li> <li>- spielt den Ball mit einem Bodenpass dem Trainer zu (der unter dem Korb steht)</li> <li>- der Trainer spielt den Ball dann wieder ins Feld (aber nicht direkt zum Kind)</li> <li>- das Kind muss dann versuchen den Ball einzusammeln (zwischen die Beine nehmen beim in die Knie gehen)</li> <li>- danach noch zwei einzelne Würfe auf andere Körbe und wieder hintenstellen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<p>Variante 2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder stehen wieder hinter der Freiwurflinie mit ihrem Ball</li> <li>- der Ball wird dann wieder zum Trainer untern Korb geworfen</li> <li>- der Trainer wirft dann aber den Ball zur rechten oder linken Seite</li> <li>- das Kind muss bereit sein und sammelt den Ball ein</li> <li>- dribbelt von dort noch zwei kleine Schritte zum Korb und wirft</li> <li>- anschließend wieder zwei Würfe auf andere Körbe und dann wieder hintenanstellen</li> <li>&gt; Sind alle Kinder mehrmals durch, geht wieder jede Zweiergruppe an einen Korb (mit nur einem Ball)</li> <li>- jetzt machen die Kinder einzeln an den Körben das was sie mit dem Trainer vorher gemacht haben</li> <li>- nach ca. 10 Werfen von einem Kind wird mit dem Partner gewechselt</li> <li>- Positionen zwischendurch auch mal wechseln</li> </ul>
	Funino	1:24:00 - 1:54:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams</li> <li>- mit mehreren Basketbällen auf mehrere Köre werfen (Bälle nach und nach erhöhen)</li> <li>- ohne Dribbling (nur Passen)</li> <li>- schwerer: nach Treffer muss Rebound geholt werden und erneut (in Ruhe) geworfen werden, um Punkt zu bekommen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Präsentation: Stark mit Minis

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=ivrzfj7fHiA>

**Referent\*in:** Maximilian Oppel

**Ort, Jahr:** Frankfurt, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Stark mit Minis		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Initiative der Tornados Franken e.V.</li> <li>- Ziel: Kinder zum Basketball bekommen, Motivation aufrecht erhalten</li> </ul>
	Was ist Tornados Franken e.V.?	0:54 - 1:09	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kooperativer Zusammenschluss für den Jugendleistungsbasketball in der Metropolregion Nürnberg</li> <li>- Synergien mit mehreren Vereinen, um junge Talente effektiver zu fördern</li> <li>- langfristige und gemeinsame Entwicklung</li> </ul>
	Das Projekt - Stark mit Minis	1:09 - 2:06	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Minibereich als Fundament für das Gesamtprojekt Tornados Franken zur Talentfindung</li> <li>- will über bezahlte Manpower einen Kümmerer für den Minibereich etablieren</li> <li>- will Sportvereinen aufzeigen, dass sich Investitionen in bezahlte Arbeitskraft lohnt</li> <li>- soll zur Steigerung von Qualität und Professionalität im Verein beitragen</li> </ul>
	Finanzierung durch Stark mit Minis	2:06 - 2:27	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stark mit Minis finanziert Manpower bei Projektvereinen</li> <li>- Kümmerer für den Minibereich wird im Minijob angestellt und bezahlt</li> <li>- Support von in der Regel 2400€ je Partnerverein bei 50% Eigenanteil</li> <li>- Projektverein gibt eigene finanzielle Ressourcen mit ein</li> <li>- ist darüber im Projekt involviert</li> </ul>
	Projektleitung Post SV Nürnberg	2:27 - 2:53	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Der Mitarbeiter - Maximilian Oppel:</li> <li>- dualer Student für Sportökonomie</li> <li>- C-Breitensport-Basketball-Lizenz</li> <li>- Aufgaben: Ansprechpartner Stark mit Minis, Marketing und Sponsoring für das Gesamtprojekt Tornados Franken</li> </ul>
	Projektverein - SpVgg Roth	2:53 - 3:28	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jugendstützpunkt der Brose Bamberg</li> <li>- mit dem Projekt BiG (Basketball in der Grundschule) an 26 Grundschulen des Landkreises Roth</li> <li>- Mannschaft in Minibereich: U12</li> <li>- 3 SAGs in Roth</li> <li>- Der Mitarbeiter - Julian Kaltenecker</li> <li>- dualer Student für Sportökonomie</li> <li>- C-Breitensport-Basketball-Lizenz</li> <li>- Aufgaben: Leitung für Schuleinheiten, Projektleitung BiG</li> </ul>
	Projektverein - TV 1860 Fürth		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einzugsgebiet von 120000 Menschen</li> <li>- 160 Basketballmitglieder</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mannschaft im Minibereich: U12</li> <li>- 2 SAGs in Fürth</li> <li>- Der Mitarbeiter - Jonas Drews</li> <li>- C-Breitensport-Lizenz</li> <li>- Mitarbeiter über Übungsleitervergütung</li> <li>- Aufgaben: Koordination Minibereich, Leitung von Schuleinheiten, Koordination Öffentlichkeitsarbeit</li> </ul>
	Projektverein - TV 1860 Ansbach	4:05 - 4:32	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 200 Basketballmitglieder</li> <li>- Mannschaft im Minibereich: U10, U12</li> <li>- 6 SAGs im Rahmen von DmB</li> <li>- Der Mitarbeiter - Carlos Wißmüller</li> <li>- D-Basketball-Lizenz</li> <li>- seit 2014 Organisator der Basketballjugend</li> <li>- Aufgaben: Koordination Minibereich, Leitung von Miniteams, Organisation Schuleinheiten</li> </ul>
	Projektverein - Fibalon Baskets Neumarkt	4:32 - 4:58	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vertreter der Oberpfalz</li> <li>- 170 Basketballmitglieder</li> <li>- Mannschaft im Minibereich: U10, U12</li> <li>- 3 SAGs in Neumarkt</li> <li>- Der Mitarbeiter - Maximilian Richter</li> <li>- C-Leistungssport-Basketball-Lizenz</li> <li>- Sport-, Event und Medienmanagementstudent</li> <li>- Aufgaben: Koordination Minibereich, Leitung von Miniteams, Organisation Schuleinheiten</li> </ul>
	Ist-Analyse bei den Projektvereinen	4:58 - 5:57	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aktuelle Situation im Minibereich des Vereins <ul style="list-style-type: none"> <li>· Trainingseinheiten</li> <li>· Altersstruktur</li> <li>· Auslastung der Einheiten</li> </ul> </li> <li>- Grundschulkooperation</li> <li>- Mechanismen zur Talentgewinnung</li> </ul>
	Ergebnis der Ist-Analyse	5:57 - 6:29	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Minimannschaften erst ab der Altersstufe U12</li> <li>- im U10-Bereich maximal Spielgruppen <ul style="list-style-type: none"> <li>· niedrige Spieleranzahl in U12</li> </ul> </li> <li>- Transfer von Grundschulkindern auf den Verein funktioniert nur teilweise</li> </ul>
	Individuelle Zielsetzung für Saison 2017/18	6:29 - 7:14	<ul style="list-style-type: none"> <li>SpVGG Roth</li> <li>- Gründung einer U10</li> <li>- Ausbau der Spieleranzahl U12 auf 15 Kinder TSV 1860 Ansbach</li> <li>- Gründung einer U10</li> <li>- Trainerqualifikation aller Minitrainer erhöhen TV Fürth 1860</li> <li>- Gründung einer U10</li> <li>- Gewinnung von 30 neuen Mitgliedern im Minibereich Fibalon Baskets Neumarkt</li> <li>- Ausbau der U10 auf 15 Spieler</li> <li>- Ausbau der U12 auf 15 Spieler</li> <li>- Aufsetzen einer Schulliga</li> </ul>
	Maßnahmen zur Zielerreichung	7:14 - 8:45	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainingszeiten für Kinder wurden quasi „leer“ bereitgestellt und beworben</li> <li>- Konzeption von Trainingsflyern</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partnervereine setzen Minicamps für 2017 auf</li> <li>- Installation von Grundschulligen für Spielbetrieb in den Schuleinheiten</li> <li>- Ergänzend wurden 2 Aktionen konzipiert, die punktuell durchgeführt werden:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Bring Freunde mit! - Es gibt eine Belohnung!</li> <li>· Bring Freunde mit! - Wir machen das DBB-Spielabzeichen</li> </ul> </li> </ul>
	Zusammenfassung Stark mit Minis	8:45 - 9:25	<p>In der Miniarbeit vor Ort kocht Stark mit Minis auch nur mit Wasser, auch wenn die Projektleitung als Supportebene bereitsteht und anschiebt.</p> <p>Stark mit Minis plaziert Kümmerer für den Minibereich, welche es ohne das Projekt nicht gäbe.</p> <p>Jetzt passiert Basketball und zwar dort, wo es am wichtigsten ist, im Minibereich</p>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** CBF Baby Basket (Teil 1&2)

**Link:** Teil 1: <https://www.youtube.com/watch?v=5nzhITpnaac>

Teil 2: <https://www.youtube.com/watch?v=b3fplij4SdQ>

**Referent\*in:** Milena Moulisova

**Ort, Jahr:** Dresden, 2018

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Spiele</b>	Verkehrsspiel	20:00-27:00 >Teil 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einteilung in 4 Gruppen, jede Gruppe an einem Hütchen</li> <li>- Trainer in der Mitte als Polizist, regelt den Verkehr (zeigt auf zwei Ecken, die dann den Platz tauschen müssen)</li> <li>- Spiel lustiger machen (z.B. durch abklatschen beim Seitenwechsel, Bewegung als Tier)</li> <li>- Ziel: Schnelligkeit (auch im Kopf) schulen</li> </ul>
	Fangen	28:00 – 34:00 >Teil 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vampirspiel: einfaches Fangen, aber Fänger sind Vampire</li> <li>- wer gebissen wird, wird ebenfalls Fänger (Kinder sollen sich wie Vampire verhalten)</li> <li>- Doktorhasche: wer abgetippt wird, muss seine Hand an der Stelle ablegen</li> </ul>
	Terraband	36:00 – 43:00 >Teil 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kinder zu 3 zusammen, zwei Kinder spannen 2 Terrabänder zwischen sich (halten sie in der Hand)</li> <li>- drittes Kind muss: drüber springen, dann drunter durch, dann zwischen durch, zuletzt drum herumlaufen</li> <li>- dann wird getauscht, bis alle Kinder dran waren (Welche Gruppe ist zuerst fertig?)</li> <li>- Ziel: Schnelligkeit schulen, Teamgefühl stärken (einfacher, wenn Kinder Band runternehmen, wenn man drüber springen soll)</li> </ul>
	Diamanten stehlen	Zeit 0:00 – 14:00 >Teil 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kinder in 4 Ecken, sollen Diamanten (kleine Schwämme oder Säckchen) aus der Mitte klauen und in ihr Lager bringen</li> <li>- immer nur ein Diamant pro Kind</li> <li>- stehende/gelangweilte Kinder vermeiden: <ul style="list-style-type: none"> <li>· durch extra Aufgaben</li> <li>· alle dürfen zusammen Diamanten holen</li> <li>· man darf auch aus anderen Lagern klauen</li> <li>· verschiedene Farben sind unterschiedliche Punktzahlen und Kinder brauchen bestimmte Summe</li> </ul> </li> </ul>
	Hausabriss	14:00 – 17:00 >Teil 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ein Kind ist ein Haus (steht auf allen Vieren), das andere ist ein Kran, der versucht das Haus umzureißen (ohne treten, schlagen, ...)</li> <li>- Ziel: Stabilität verbessern</li> </ul>
	Ausweichen	22:00 – 28:00 >Teil 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ein Kind ist ein Haus (steht auf allen Vieren), das andere ist ein Kran, der versucht das Haus umzureißen (ohne treten, schlagen, ...)</li> <li>- Ziel: Stabilität verbessern</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

<b>Theorie</b>	Vereinskonzzept		<ul style="list-style-type: none"> <li>- wichtig: Kommunikation mit den Eltern</li> <li>- Anzahl Trainings pro Woche altersentsprechend</li> <li>- Ziel: Spaß, Freundschaften schließen, individuelle Verbesserung der Kinder</li> <li>- Aufgabe: emotionale Bindung zum Sport herstellen (egal welchen)</li> <li>- Goldenes Alter der Entwicklung, deshalb Verbesserungen/Erweiterung:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· des Bewegungsschatzes</li> <li>· der Fähigkeiten (Balance, Koordination, Schnelligkeit)</li> </ul> </li> <li>- durch einfache Spiele, Wiederholungen (Kinder vergessen schnell)</li> <li>- dabei positive Erfahrungen schaffen, alle Kinder involvieren</li> </ul>
	Trainingsinhalte		<ul style="list-style-type: none"> <li>- diverse Sportarten ausprobieren (ca. 80%)             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Athletik, Kampfsport, ...</li> </ul> </li> <li>- führt zu größerem Bewegungsschatz + Schutz vor späteren Verletzungen (bspw. Knieproblemen)</li> <li>- Basketballspezifische Spiele (ca. 20%)             <ul style="list-style-type: none"> <li>· in kleine Spiele verpackt</li> </ul> </li> </ul> <p>&gt; Entwicklung von Skills + Verstehen der Spielidee</p>
	Rollen/Aufgaben Trainer		<ul style="list-style-type: none"> <li>- sollte Vorbild sein (Sportkleidung, Pünktlichkeit, Ausdruck)</li> <li>- Kindern Spaß vermitteln (Geschichten ausdenken, lustige Namen)</li> <li>- nicht so viel eingreifen – Kinder machen lassen, aber alle involvieren</li> <li>- mitspielen</li> <li>- auf Sicherheit achten</li> <li>- möglichst kurz erklären+zeigen, dann spielen lassen (Kinder haben kurze Aufmerksamkeitsspanne, jeder lernt/versteh anders)</li> <li>- Motivation und Bewertung             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Prozess bewerten (z.B. „Das war schneller als vorher“ obwohl Kind am langsamsten ist)</li> <li>· Balance zwischen Kritik und Lob (positiv – negativ – positiv)</li> </ul> </li> <li>- Kinder Fehler machen lassen (woraus sie lernen)</li> <li>- Kinder Entscheidungen treffen lassen</li> <li>- kreativ sein (kreative Aufgaben)</li> </ul>
	Aufteilung Halle		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Feld in 3 Teile teilen</li> <li>- auf jedem Feld eine andere Übung, nach gewisser Zeit wird das Feld getauscht</li> <li>- Trainer nur auf einem Feld (wo „Technik“ geübt wird), sieht aber alle anderen</li> <li>- Vorteil: alle Kinder sind in Bewegung, Platz in der (kleinen) Halle kann optimal genutzt werden</li> <li>- Bsp.:</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"><li>· Feld 1: 2 Teams, Versuch mit Tennisball (nur Bodenpässe untereinander erlaubt, kein Dribbling) in gegnerischen Korb zu werfen (z.B. ein Eimer/Ballwagen)</li><li>· Feld 2: 2 Teams, Mattenball mit großem Gymnastikball (dribbeln, passen erlaubt), Ziel ist den Ball auf die gegnerische Matte zu bringen<ul style="list-style-type: none"><li>· Feld 3: Basketballparcours (Kinder dribbeln Slalom um Hütchen, müssen durch Hula-Hopp Reifen durchsteigen, in Korb werfen)</li></ul></li></ul>
--	--	--	--

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Grundtechniken 2

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=kYd7UJz5iXY>

**Referent\*in:** Mirko Petrick

**Ort, Jahr:** Braunschweig, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Defense   Rebounding</b>	Offener Start	0:00 - 9:10	- Kids machen selbstständig Moves ihrer Lieblingsspieler
	Kastenball	11:32 – 20:41	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams à 5 Leute, 4 Kästen im Spielfeld, 12 Bälle verteilt in den 4 Kästen</li> <li>- Spielfeld: Halbfeld</li> <li>- Spielziel: Bälle klauen aus den Kästen des anderen Teams</li> <li>- Fuß über Mittellinie, Gegner darf einen Abtippen</li> <li>- Abtippen: an Grundlinie des Gegners stellen</li> <li>- Befreien: Spieler darf Mitspieler befreien, indem er ihn berührt</li> <li>- Ausnahmen des Abtippens: vorherige Kastenberührung, geklauter Ball in der Hand, nach Befreiung darf Spieler nicht berührt werden</li> <li>- Spieler darf entweder versuchen Ball zu klauen oder jemanden befreien, nicht beides</li> <li>- Ziel: (Kästen) beschützen, 1vs.1-Zugehörigkeit</li> </ul>
	Torwächterball	23:13 – 40:03	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hütchen an den Elbows der Körbe (Klubbür)</li> <li>- je ein Spieler pro Korb ohne Ball zwischen den Hütchen (seinen Klub beschützen)</li> <li>- restliche Spieler mit Ball ca. 3er-Linie an den Körben</li> <li>- Spieler mit Ball soll zum Korb durch (in den Klub gehen), Torwächter will das verhindern</li> <li>- Torwächter darf sich nur auf Linie zwischen Elbows bewegen</li> <li>- tippt Beschützer den Eindringling/ Ball des Eindringlings: Eindringling wird Beschützer, Beschützer wird Eindringling auf neuen Korb</li> <li>- Erweiterungen: <ul style="list-style-type: none"> <li>· nur einer greift pro Klubbür an</li> <li>· ohne Hände, Verteidiger darf Linie verlassen</li> <li>· Angreifer: mit Tempo angreifen</li> <li>· Was muss Verteidiger dann machen? – rückwärts arbeiten</li> </ul> </li> <li>- Ziel: Verständnis Verteidigung zwischen Mann und Korb</li> </ul>
	Spinnennetz	40:46 - 1:02:48	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld wird in 8 Felder unterteilt</li> <li>- jedes Feld: ein Verteidiger</li> <li>- zwischen Feldern: Tore</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Angreifer: starten im Feld 1, durch Tore/ mit Korberfolgen bis Feld 8, dann wieder Start Feld 1</li> <li>- Verteidiger: versuchen zu stealen/ Ball ins Aus zu tippen/ Korb zu verhindern (1vs.1-Verteidigung)</li> <li>- Steal/ Ausball/ Fehlwurf: Angreifer wird Verteidiger, Verteidiger wird Angreifer ein Feld weiter</li> <li>- Ziel: aggressive Verteidigung, Angreifer zu Handwechseln zwingen, (Korb/ Tor) beschützen</li> <li>- Erweiterung mit Doppelpass:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Passer stehen ganze Zeit als Einwerfer nach den Körben; Wechsel alle 2 Minuten</li> <li>· ankommender Angreifer passt zu Einwerfer, Einwerfer passt zurück zum Angreifer</li> <li>· Regeln wie zuvor</li> </ul> </li> <li>- Ziel: Deny-Verteidigung hinzufügen</li> <li>- Erweiterung 2vs.2:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· pro Feld 2 Verteidiger</li> <li>· Angreifer als Paare</li> <li>· Regeln wie zuvor</li> </ul> </li> </ul>
	Safe the Zone	1:04:42 – 1:10:13	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams à 5 Leute</li> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> <li>- außerhalb der 3er-Linie: kein Dribbling</li> <li>- an 3er-Linie: ein Dribbling möglich</li> <li>- Aufgabe: als Angreifer mit Dribbling in die Zone kommen = 1 Punkt, als Verteidiger die Angreifer hindern (Zone beschützen)</li> <li>- Ziel: Zuordnung Mann-Mann, Verständnis Verteidigung zwischen Mann und Korb, Deny-Verteidigung             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Gegner wirft Ball auf Trampolin, der dann ihn oder seinen Mitspieler berührt</li> <li>· Gegner trifft Trampolin nicht</li> <li>· es geht weiter, wenn der Ball nach Wurf auf das Trampolin vom Gegnerteam gefangen wird</li> </ul> </li> <li>- Ziel: Verteidigungs- und Reboundsituation imitieren</li> </ul>
	Safe the Basket	1:10:26 - 1:14:37	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams à 5 Leute</li> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> <li>- außerhalb der Zone: kein Dribbling</li> <li>- an der Zone: ein Dribbling möglich</li> <li>- Aufgabe: als Angreifer mit Dribbling zum Korbleger kommen, Treffer = 1 Punkt, als Verteidiger die Angreifer hindern (Korb beschützen)</li> <li>- Ziel: Zuordnung Mann-Mann, Verständnis Verteidigung zwischen Mann und Korb, Deny-Verteidigung</li> </ul>
	Rebound - Shot	1:15:48 – 1:24:55	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams à 2 oder 3 Leute, ein Korb, ein Hütchen etwa Freiwurflinie</li> <li>- Angreifer hinter dem Hütchen, Verteidiger stehen beliebig</li> <li>- vorderer Angreifer wirft à alle Angreifer zum Rebound</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verteidiger versuchen auch, Rebound zu holen</li> <li>- Punkte: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Ball geht rein + Berührung eines Angreifers, bevor Ball aufkommt: zum Offensivrebound gehen</li> <li>· Ball geht rein + Berührung eines Verteidigers, bevor Ball aufkommt: zum Mann statt Ball gehen</li> <li>· Rebounder wird Angreifer</li> </ul> </li> <li>- Ziel: Ausboxen, Offensivrebounding schulen</li> </ul>
	Tchoukball	1:25:17 – 1:40:43	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams à 5 Leute</li> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> <li>- unter den Körben/ im No-Charge-Kreis: Mini-Trampoline</li> <li>- beide Teams spielen auf beide Trampoline</li> <li>- Dribbling verboten</li> <li>- verbotene Zone: No-Charge-Kreis</li> <li>- Punkte: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Ball wird auf Trampolin geworfen, kommt im Spielfeld + außerhalb des No-Charge-Kreises auf</li> <li>· Gegner wirft Ball auf Trampolin, der im No-Charge-Kreis aufkommt</li> </ul> </li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Mirko Petrick Schulung von Grundtechniken Modul 2 Gießen 2015

**Link:** [https://www.youtube.com/watch?v=\\_CuQMxtYW38](https://www.youtube.com/watch?v=_CuQMxtYW38)

**Referent\*in:** Mirko Petrick

**Ort, Jahr:** Gießen, 2015

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Dribbelstart</b>	Gruselkabinett	13:09 - 20:52	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit Ball</li> <li>- Spielfeld: Volleyballfeld</li> <li>- alle Spieler, bis auf einen = Gruseler</li> <li>- Gruseler: ein Dribbling (Kreuzschritt) + 2 Schritte erlaubt</li> <li>- neues Dribbling für Gruseler nach einer Drehung des Balles möglich</li> <li>- ein Spieler = Panagiotis</li> <li>- Panagiotis: frei dribbeln</li> <li>- Gruseler sollen versuchen, Panagiotis zu tippen</li> <li>- ein Gruseler tippt Panagiotis: dieser Gruseler und Panagiotis wechseln</li> <li>- Ziel:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Erwärmungsspiel mit häufigem Wechsel</li> <li>· Schulung des Dribbelaufaktes per Kreuzschritt</li> </ul> </li> </ul>
	Reifendribbling	23:06 - 28:17	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit Ball</li> <li>- 15 aneinander gelegte Reifen (5 Reifen lang, 3 Reifen breit)</li> <li>- Übung 1:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Start mit beiden Füßen in einem der äußerer Reifen erste Reihe (z.B. links)</li> <li>· Dribbling (in diesem Fall rechts) + Fuß (in diesem Fall links/ Kreuzschritt) in mittleren Reifen zweite Reihe</li> <li>· Einkontaktstopp im äußeren Reifen (in diesem Fall rechts) dritte Reihe</li> <li>· Kreuzschritt (linke Hand/ rechter Fuß) in mittleren Reifen vierte Reifen</li> <li>· Einkontaktstopp im äußeren Reifen (in diesem Fall links) fünfte/ letzte Reihe</li> </ul> </li> <li>- Übung 2:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· Start mit beiden Füßen in einem Reifen der ersten Reihe (in diesem Beispiel links)</li> <li>· Dribbling mit einer Hand + selber Fuß (jetzt links) in den linken Reifen der zweiten Reihe</li> <li>· Einkontaktstopp im linken Reifen dritte Reihe</li> <li>· Dribbling mit der entgegengesetzten Hand zu vorher (jetzt rechts) in linken Reifen vierte Reihe</li> <li>· Einkontaktstopp in linken Reifen der fünften Reihe</li> </ul> </li> <li>- Ziel: Schulung verschiedener Dribbelaufakte</li> </ul>
	Dribbelstart Onside	30:06 - 32:53	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit Ball</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sternschritt machen</li> <li>- Schritt mit beweglichem Bein + Dribbling mit der gleichen Hand (z.B. beides links) zur entsprechenden Seite</li> <li>- Ziel: Schulung des Dribbelaufaktes per Onside-Dribbling</li> </ul>
	Anstellen	32:59 - 38:53	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit Ball</li> <li>- Spielfeld: Volleyballfeld</li> <li>- Spieler ohne Aufgabe = Rüben: stehen in Basketballposition</li> <li>- 2 Jäger + 2 Hasen, ein Jäger fängt einen bestimmten Hasen</li> <li>- Jäger versuchen Hasen zu fangen</li> <li>- Hasen: dürfen neben Rübe in Basketballposition landen</li> <li>&gt; Rübe wird Jäger, Jäger wird Hase, Hase wird Rübe</li> <li>- Jäger fängt Hase</li> <li>&gt; Hase und Jäger tauschen</li> <li>- Dribbelstart = Onside-Dribbling</li> <li>- Ziel: Festigung des Dribbelaufaktes per Onside-Dribbling</li> <li>- Erweiterung: Hasen müssen innerhalb von 5s einen neuen Platz finden</li> <li>- Ziel: häufige Wechsel + jeder übt Dribbelstart</li> </ul>
	Buntes Fangen	39:50 - 46:19	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit Ball</li> <li>- Spielfeld: Volleyballfeld und größer</li> <li>- 3 Teams, durch verschiedene Farben gekennzeichnet</li> <li>- Team 1 fängt 2, Team 2 fängt Team 3, Team 3 fängt Team 1</li> <li>- wer gefangen wird dreht Ball um die Hüfte</li> <li>- Teamkameraden dürfen gefangene Teamkameraden befreien</li> <li>- steht ein Team komplett: Spielende, entsprechendes Fänger Team = Gewinner</li> <li>- Ziel: Dribbelstarts in spielerischer Form festigen, ohne Kinder darauf hinzuweisen (Lernen ohne es mitzubekommen)</li> </ul>
	Steh-Geh	46:19 - 49:31	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit Ball</li> <li>- Spielfeld: Volleyballfeld</li> <li>- 2 Fänger: versuchen alle anderen zu fangen</li> <li>- wird jemand getippt: Fänger sagt „Steh“: Gefangener macht Spinnendribbling auf der Stelle</li> <li>- Gejagter tippt Gefangenen und sagt „Geh“: Gefangener wird wieder zum gejagten und darf frei dribbeln</li> <li>- Dribbelstart: Kreuzdribbling</li> <li>- Ziel: Festigung des Dribbelaufaktes per Kreuzschritt</li> </ul>
	Defend the Zone	50:02 - 57:20	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams</li> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- in Ballbesitz ein Dribbling möglich</li> <li>- man soll offensiv in die Zone kommen mit einem Dribbling bzw. das defensiv verhindern</li> <li>- Pässe in die Zone verboten</li> <li>- Ziel: Festigung verschiedener Dribbelaufakte</li> </ul>
	Eisverkäufer und Räuber	1:06:35 - 1:12:39	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Spieler mit Ball</li> <li>- 4 Hütchen (= Eistüten) pro Stadt</li> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> <li>- 3 Spieler sind Räuber</li> <li>- Eisverkäufer aus Milano auf einer Spielfeldseite</li> <li>- Eisverkäufer aus Napoli auf der anderen Seite</li> <li>- Eisverkäufer versuchen ihr Eis (= Hütchen) in die andere Stadt (hinter Grundlinie auf der anderen Seite zu bringen)</li> <li>- Eis in rechter Hand halten, mit links dribbeln</li> <li>- Räuber tippen Eisverkäufer: Eisverkäufer müssen stehen bleiben</li> <li>- ein Eisverkäufer pro Team ist auf der anderen Seite und macht Korbleger</li> <li>- bei Treffer: auf befreundeten Eisverkäufer zeigen, der von Räuber getippt wurde: Eisverkäufer darf wieder Eis in die andere Stadt bringen</li> <li>- Gewinner: wer am Ende weniger/ keine Hütchen in der eigenen Stadt hat</li> <li>- Ziel: Dribbelstart mit der schwachen Hand</li> </ul>
<b>Korbleger</b>	Freie Korbleger	1:14:12 - 1:20: 59 1:29:26 - 1:54:18	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jeder Spieler mit Ball</li> <li>- freies Dribbling durch die Halle</li> <li>- an jedem Korb: 6 Hütchen (3 links, 3 rechts; Reihenfolge links: gelb rot gelb, Reihenfolge rechts: rot gelb rot) [tauschen der Farbe ggf. sinnvoll, da rechts = rot, gelb zu links]</li> <li>- Abschluss Korbleger an jedem Korb</li> <li>- rot = linker Fuß, gelb = rechter Fuß [tauschen der Farbe ggf. sinnvoll]</li> <li>- nach letztem Dribbling: Ball vor die Schulter</li> <li>- Übungen: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Korbleger Oberhand</li> <li>· Korbleger Unterhand</li> <li>· Powermove</li> <li>· Korbleger Oberhand mit koordinativen Zusatzaufgaben (Ball neben den Körper, hinterm Kopf, hinterm Rücken beim zweiten Schritt)</li> <li>· Euro-Step</li> <li>· Floater</li> </ul> </li> <li>- Ziel: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Schulung der Rhythmen mit Farben und des Bewegungsablaufes beim Korbleger</li> <li>· Schulung von Korbleger-Techniken</li> <li>· Schulung der Kreativität beim Abschluss</li> <li>- Erweiterung: die 2 korb nächsten Hütchen pro Seite entfernen</li> </ul> </li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			- Ziel: Rhythmen mehr und mehr unabhängig der Farben ausführen
	Feuer gelöscht	1:22:05 - 1:26:14	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams auf einem Korb</li> <li>- 2 Bälle pro Team</li> <li>- ein Team Linkskorbleger, ein Team Rechtskorbleger</li> <li>- Teams machen im Wechsel Korbleger</li> <li>- Treffer Team 1 = „Feuer entzündet“</li> <li>- Fehlwurf Team 2 + Treffer Team 1 = „Feuer“</li> <li>- Fehlwurf Team 2 + Treffer Team 1 = „verbrannt“ = Spielende + Seitenwechsel</li> <li>- trifft Team 2 = „Feuer gelöscht“</li> <li>- ein Team braucht 3 Treffer, ohne dass das andere Team in der Zwischenzeit trifft</li> <li>- Ziel: Festigung der Rhythmen mit Farben und des Bewegungsablaufes beim Korbleger</li> <li>- Erweiterung: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Korblegervarianten</li> <li>· Fokus auf Technikscherpunkte (z.B. Oberhandkorbleger: Hand hinter Ball)</li> </ul> </li> <li>- Ziel: Schulung/Verbesserung von Korbleger-Techniken</li> </ul>
	Einbeinfisch	1:55:10 - 1:58:40	<ul style="list-style-type: none"> <li>- paarweise mit einem Ball auf die Körbe verteilen</li> <li>- ein Angreifer an Dreierlinie, ein Verteidiger in der Zone</li> <li>- Verteidiger darf erst verteidigen, wenn Verteidiger in die Zone kommt</li> <li>- Angreifer darf nur in der Zone abschließen</li> <li>- Angreifer darf nur einbeinig abschließen</li> <li>- ein Abschluss, make it, take it oder Ball für Rebounder</li> <li>- Ziel: Förderung der Kreativität beim Abschluss</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Athletik & Koordination

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=u7P3ZLKh41I>

**Referent\*in:** MTO Jg. 5

**Ort, Jahr:** Hamburg, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Beweglichkeit	Animal-Walks	6:00 - 9:53	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Kranich": Arme zur Seite, bei jedem Schritt auf einem Fuß hoch auf Zehenspitzen gehen und kurz halten</li> <li>- "Pinguin": Füße zusammen, Arme anlegen, "watscheln"</li> <li>- "Krokodil": auf den Bauch legen, nur mit Hilfe der Arme vorwärts ziehen</li> <li>- "Affe": Hände und Füße auf Boden, mit Händen abstützen und Füße seitlich springen</li> <li>- "Raupe": Füße zusammen, Beine durchgedrückt lassen, Hände auf den Boden nach vorn wandern, Füße wandern hinterher</li> <li>- "Krebs": Hände und Füße auf dem Boden, Bauch zeigt zur Decke, seitlich gehen</li> <li>- "Spinne": wie Krebs nur vorwärts gehen</li> <li>- "Frosche": in die Hocke, Hände zwischen die Beine so weit wie möglich nach vorn/oben springen, dabei "quacken"</li> </ul>
Warm Up		11:00 - 15:50	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zwei Fänger haben Softball, versuchen die andern an Schulter oder Rücken azutippen</li> <li>- abgetippt - man verandelt sich in "Baum", "Stein" oder "Brücke"</li> <li>- Befreien: "Baum": anderes Kind muss rückwärts einmal drumherum rennen</li> <li>- "Stein": einmal oben drüber springen</li> <li>- "Brücke": einmal unten durchkrabbeln</li> <li>- Kinder selbst Ideen einbringen lassen!</li> </ul>
Kraft	Teppichfliesen	15:54 - 30:03	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jeder eine Teppichfliese</li> <li>- 1. mit Bauch/Hüfte drauf legen, mit Armen nach vorn ziehen bzw. schieben</li> <li>- 2. sitzen, mit Hacken nach vorn ziehen bzw. schieben</li> <li>- 3. Hände auf Teppichfliese, Po so hoch wie möglich, nach vorn laufen und Teppich dabei schieben (bzw. Unterarmstütz)</li> <li>- 4. zu zweit, ein Kind sitzt auf Teppich hält die Enden eines Seiles, andere hat Seil um Bauch und zieht</li> <li>- 5. siehe 4., aber nicht sitzen, sondern knien</li> <li>- 6. "Surfer": siehe 4. aber nicht sitzen, sondern stehen</li> <li>- 7. "Wasserski": zwei Teppichfliesen, auf jeder steht ein Fuß, wie bei 4. ziehen</li> <li>- 8. "Kutscherrennen": zu dritt, einer ist auf Fliese (darf selbst bestimmen wer und wie), die anderen ziehen</li> <li>- Variation: Poolnudel statt Seil</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

	Pfannkuchen wenden	35:00 - 40:40	-zu zweit, einer legt sich als "Pfannkuchen" auf Boden, der andere versucht ihn zu wenden
	Kreisfangen	41:08 - 46:35	-alle außer Fänger im Kreis aufstellen, an Unterarmen anfassen -Fänger bestimmt, wen er fangen will, Kreis muss dieses Kind beschützen, Fänger darf nicht durch Kreis -Fänger gewinnt, wenn er das Kind tippt, oder Kreis auseinanderbricht, sonst gewinnt Kreis
	Fußticken	51:00 - 51:33	-zu zweit gegenüber stehen -mit High-Five geht's los, versuchen den Fuß des anderen zu tippen
	Parcours	53:57 - 1:06:55	-1. große Matte auf zwei Hockern Vorwärtsrolle (wer sich nicht traut "Baumstammrolle", also seitwärts runterrollen) -2. Parallelbarren, ein Holmen auf der einen Seite ganz oben, der andere auf der anderen (MATTE DRUNTER!!!) ohne den Boden zu berühren auf andere Seite kommen -3. Leiter an Kasten, hinter Kasten Bank schräg runter, auf Bank Teppichfliese (MATTEN!!!) auch andersrum -4. "Tunnel": große Matte an jeder Ecke einen Hocker drunter durch -5. "Wippe": Bank, darauf Matte und umgedrehte Bank darauf (MATTEN/HILFESTELLUNG!) drüber balancieren

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Grundlagen zur Verteidigung

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=UtWF0-3Z8GQ>

**Referent\*in:** MTO Jg. 5

**Ort, Jahr:** Hamburg, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Verteidigung	"3 Regeln"	8:40 - 10:37	<ul style="list-style-type: none"> <li>-1. Jeder hat einen Gegenspieler.</li> <li>-2. Immer zwischen Gegenspieler und Korb stehen.</li> <li>-3. Ich will verhindern, dass er wirft.</li> </ul>
Orientierung im Raum	Variation „Schlafmütze“	15:00 - 25:19	<ul style="list-style-type: none"> <li>-verschieden farbige Hütchen im Raum verteilen, auf Kommando mit einem Finger die angesagte Farbe berühren</li> <li>Laufform variieren (z.B. Hopselauf, rückwärts, ...), Ball dazu nehmen und dribbeln</li> <li>-mehrere Farben ansagen (hintereinander berühren, am letzten stehen bleiben)</li> <li>-jeder muss an ein Hütchen (nur eine Person pro Hütchen)</li> <li>-wer kein Hütchen hat, macht 3 Hampelmänner und darf wieder mit rein</li> <li>-Ball neben Hütchen ablegen und neuen Ball suchen</li> <li>-falls Kinder an Hütchen stehen bleiben neue Kommandos (z.B. "Wand") einbauen</li> </ul>
	Variation mit 2 Teams	26:08 - 28:46	-Teams bekommen "Schlafmützenpunkte"
	Fuchs und Henne	30:41 - 44:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-5 Kinder stehen in Schlange, fassen ihren Vordermann an der Hüfte</li> <li>-das hinterste Kind ist das Kücken, welches von dem vordersten, der Henne beschützt wird (ohne Armeinsatz)</li> <li>-vor der Schlange steht ein einzelnes Kind (der böse Fuchs), welches versucht das Kücken zu tippen</li> <li>-ggf. Zeit runterzählen, dann Aufgaben tauschen</li> <li>-Variation: kleinere Gruppen (3 Kinder in Schlange)</li> <li>Kücken bekommt Leibchen in Hose, welches vom Fuchs herausgezogen werden muss</li> </ul>
	Hütchen abwerfen	44:00 - 57:50	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Reifen in denen Pylonen mit Hütchen (zwei unterschiedliche Farben) drauf stehen, sind in Halle verteilt</li> <li>-Ziel ist es alle Pylonen mit den Hütchen meiner Farbe mit Softball abzuwerfen</li> <li>-mit Ball darf man nicht gehen, nur im Team passen eigene Hütchen dabei beschützen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Spielfähigkeit Anfänger\*innen U8

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=cEEmkMUco1M>

**Referent\*in:** MTO Jg. 5

**Ort, Jahr:** Hamburg, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Lücken erkennen	Schmuggler und Zöllner	13:40 - 20:40	-3 "Zöllner" ohne Ball, Schmuggler mit Ball -Schmuggler versuchen über Grenze (Linie) zu kommen -wer gefangen wurde, wird zum Zöllner auf neuer Grenze
	Schweinchen in der Mitte	22:00 - 33:30	-zu dritt einen Ball -zwei stehen sich gegenüber, der dritte in der Mitte -die Äußeren passen sich zu, der in der Mitte versucht den Ball abzufangen -wenn der Mittlere den Ball berührt, darf er raus und ein anderer muss in die Mitte -Variation: zu viert (Dreieck außen, einer in der Mitte), 2 Sekunden zum Passen
	Schießbude	34:00 - 42:05	-2 Teams, in der Mitte stehen Kegel (auf verschiedenen Höhen (Boden, Hocker, Kasten)) -5 Meter von Mitte entfernt ist auf beiden Seiten Linie mit Hütchen markiert -hinter der Linie muss geworfen werden, wer trifft die meisten -Variation: mit einer Hand passen
	Katz und Maus	42:10 - 47:05	-ca.6 Kegel in einem Kreis aufstellen -an jedem Kegel steht ein Kind (Mäuse) und eins in der Mitte (Katze) -Mäuse dürfen Positionen tauschen (nicht mit Nachbar) -schafft es Katze schneller an freiwerdenden Hütchen zu sein, wird die langsame Maus zur neuen Katze
	Mattenball	48:00 - 58:20	-2 Matten, 2 Teams -Ball darf nur gepasst, nicht gedribbelt werden Punkte werden erzielt, wenn Ball auf Matte gelegt! werden -Variation: 2. Ball
	Turmwächter	58:55 - 1:09:45	-an jedem Korb zwei Hocker als Türme, darauf jeweils ein Kind -nur passen und ein Dribbling -Kind auf Turm darf nicht gestört werden, niemand anderes darf werfen -Passgeber ist als nächstes auf Turm

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

---

			-Variation: darf gedribbelt werden, wenn ich beim dribbeln getippt werde, muss ich Ball hinlegen und andere Mannschaft hat den Ball
--	--	--	---

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Spielfähigkeit Fortgeschrittene U12

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=knwgalMTsCM>

**Referent\*in:** MTO Jg. 5

**Ort, Jahr:** Hamburg, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Dribbling		1:15 - 8:00	-Volleyballfeld, alle dribbeln (mit links) durchs Feld -wenn ich jemandem begegne Hand geben und Lieblingsfarbe sagen -High Five dann Korbleger machen -Low Five dann Jump Shot innerhalb der Zone
	Farbenfangen	8:10 - 19:25	-Volleyballfeld, 3 Teams mit unterschiedlichen Farben -Farbe 1 fängt Farbe 2, Farbe 2 Farbe 3 und Farbe 3 Farbe 1 wer gefangen wurde, stehen bleiben, befreien durch High oder Low Five -Variation: mit Bällen, Farben ändern, nur links dribbeln -Reifen als Haus (nur 3 Sekunde) ohne Hundewache -Ball wegschlagen
	Luftballonball	19:28 - 27:00	-3 Teams, 3 Felder, 1 Luftballon -jedes Team soll seinen Luftballon in seinem Feld hochhalten und dabei Basketbälle dribbeln, nach jeder Ballonberührung muss ein anderer -Variation: nach jeder Ballonberührung Handwechsel, mehrere Ballons, Ballon mit Fuß, ...
Passen		27:55 - 42:55	-im Kreis aufstellen, jeder muss einmal passen und einmal fangen, niemand darf zweimal -jetzt darf nicht zum Nebenmann gepasst werden -Variation: frei im Feld bewegen (nach Pass Auslinie mit Fuß berühren), mit 2 Bällen, Passrichtung ändern
		43:35 - 50:05	-Volleyballfeld in 3 Felder teilen, außen sind Angreifer im mittleren Feld die Verteidiger -Angreifer sollen Doppelpass spielen (= 1 Punkt) -wenn Verteidiger abfangen (= 2 Punkte) -wer zuerst 10 Punkte hat gewinnt -Variation: Verteidiger muss immer zum Ball
Spielfähigkeit		51:00 - 54:15	-zwei Kinder starten gleichzeitig an einem Hütchen an der Baseline -Trainer steht mit Ball an 3er Linie -Angreifer nimmt Ball, Verteidiger muss Trainer abklatschen, dann 1 gegen 1 auf den Korb (1 Versuch) -Variation: Angreifer hat von Anfang an Ball und dribbelt, beide klatschen Trainer ab
		54:15 - 56:50	-Angreifer steht hinter 3er Linie, Verteidiger mit Blick zum Korb auf 3er Linie

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			-Angreifer hält Ball auf Rücken des Verteidigers, dieser darf loslaufen sobald Ball Rücken nicht mehr berührt (max. 3 Dribblings)
	2 gegen 1	56:50 - 1:00:30	-im Dreieck am Mittelkreis stehen, die zwei, die näher am Korb stehen passen sich Ball zu -3. zeigt jemandem die Hände, um Pass zu bekommen Passgeber und 3. werden zu Angreifern, anderer wird Verteidiger
		1:00:40 - 1:04:40	-2 Kinder starten wieder an Baseline, Trainer an 3er hat Ball (1 gegen 1) -die beiden bleiben in gleichen Rollen im Feld, die nächsten zwei starten genauso (2 gegen 2) -alle 4 bleiben, die nächsten zwei starten (3 gegen 3)
	Mattenball	1:05:00 - 1:08:00	-in jeder Spielfeldecke liegt eine Matte -Ball darf nur gepasst werden, nicht dribbeln -Ball muss auf Matte gelegt werden, um Punkt zu bekommen -Variation: wenn mein Gegenspieler Ball hatte, muss ich meine Matte berühren -es darf auf allen Matten gepunktet werden

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Grundtechniken & Entscheidungsverhalten

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=yOvYF0VMNVo>

**Referent\*in:** MTO Jg. 6

**Ort, Jahr:** Jena, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Wurf	Stationen	4:30 - 31:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Ampelprinzip (alle Stationen haben 3 Schwierigkeitsstufen)</li> <li>-1. Wurf mit verschiedenen Bällen von 6 verschiedenen Spots (z.B. Softball, Football, Tennisball, Basketball)</li> <li>-2. "weg da": 4 Spots zum Werfen, von jedem 3 Treffer ohne weggeschickt zu werden, wegschicken durch andere Spieler möglich</li> <li>-3. Hütchen auf Bank abwerfen (aus ca. 4m Entfernung): rot = 1 Punkt, blau = -1 Punkt, nach Wurf durch Koordinationsleiter</li> <li>-4. über Kastenteil werfen und in einen Reifen treffen</li> </ul>
	magischer Baum	32:45 - 40:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Schläfer an Freiwurflinie mit geschlossenen Augen und einem Ball</li> <li>-Baum in einem der beiden Reifen (kurz vor der Freiwurflinie oder unter dem Korb)</li> <li>-Schläfer macht Augen aus und muss sich entscheiden Wurf (wenn Baum unter dem Korb) oder zum Korbleger (wenn Baum nah dran)</li> </ul>
	Tigerball mit Wurf	41:30 - 48:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-3 Angreifer und ein Verteidiger</li> <li>-Angreifer passen sich den Ball zu, wenn ein Kind frei ist, darf es auf den Korb werfen</li> <li>-Wechsel Angreifer und Verteidiger, wenn Verteidiger Ball abfängt</li> </ul>
	Zonenball	49:00 - 59:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-3 Kinder dribbeln im Kreis laufend</li> <li>-ein Kind hat die Power und kann wann es will zum Korb dribbeln, dann können auch die anderen rein</li> <li>-am Korb darf immer nur ein Kind in der Zone sein, die anderen können von außerhalb werfen</li> <li>-wenn Kind in der Zone nicht trifft, muss es erst hinter die Dreierlinie bevor es wieder werfen darf</li> <li>-wer als erstes trifft hat in der nächsten Runde die Power</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Spielfähigkeit und Entscheidungstraining (Jahrgang 6)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=mR1ag18PtHw>

**Referent\*in:** MTO Jg. 6

**Ort, Jahr:** Jena, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Spielfähigkeit	Wer macht was	6:00 - 14:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-alle Kinder dribbeln durch die Halle, mit viel Abstand</li> <li>-am Anfang wird ein Kind bestimmt, was bestimmt wann alle abstoppen (wenn es stehenbleibt müssen alle stehenbleiben)</li> <li>-ein Kind wird bestimmt, was bestimmt wann alle wieder losdribbeln</li> <li>-Erweiterung: ein Kind bestimmt auf welcher Hallenseite alle sind (alle sind da, wo dieses Kind ist) - hier Grenze Deutschland, England)</li> <li>-Variation: mit Bällen wegschlagen (wenn weggeschlagen: Ball 3x um den Körper kreisen, dann weiter dabei)</li> </ul>
	Torwächterspiel	14:00 - 27:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-3 Teams, 3 Tore an der 3er Linie</li> <li>-das Kind am mittleren Tor hat die Power, geht rechts/links, die anderen beiden Kinder machen es nach</li> <li>-wenn Power Kind ein Hütchen berührt, müssen die anderen auch ihr Hütchen berühren und können dann zum Korb</li> <li>-wer zuerst trifft hat in der nächsten Runde die Power und einen Punkt für sein Team</li> <li>-Variation: 2x treffen, nach erstem Treffer nochmal zurück zum Hütchen und berühren bevor wieder zum Korb</li> </ul>
	Powergame	29:00 - 39:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-2 Teams, in der Mitte stehen 4 Kinder(2 aus jedem Team) im Viereck und passen sich einen Ball hin und her</li> <li>-2 Spieler (je eins aus jedem Team) stehen auf Höhe der Dreierlinie</li> <li>-das Team hat die Power, welches zu dem Korb schaut wo die anderen beiden Kinder stehen (die anderen stehen mit dem Rücken dazu)</li> <li>-wenn das Kind aus dem Team mit der Power losläuft, startet das Spiel</li> <li>-3 gegen 3 Ganzfeld bis Treffer oder Trainer stopp sagt</li> </ul>
	Mattenball	40:00 - 54:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Kinder werden in 2 Teams aufgeteilt, jedes Team hat eine Matte, wo sie mit Ball draufspringen müssen, um einen Punkt zu bekommen</li> <li>-kein laufen mit dem Ball erlaubt, kein Dribbling erlaubt</li> <li>-Variation: Football, Basketball, im Flug fangen, beides Teams dürfen auf beide Matten um zu punkten</li> </ul>
	Platz tauschen	55:00 - 1:04:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Kinder stehen im Viereck, ein Kind in der Mitte</li> <li>-Kinder außen versuchen Platz miteinander zu tauschen, bekommen einen Punkt wenn sie es schaffen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"><li>-Kind in der Mitte versucht den Platz zu stehlen</li><li>-Variation: nur Kinder außen dribbeln; alle dribbeln (außen mit der schwachen Hand)</li></ul>
	Spiel auf 4 Körbe	1:05:00 - 1:16:30	<ul style="list-style-type: none"><li>-4 Körbe möglichst verschieden (z.B. ein Kasten, ein normaler, einer ohne Brett)</li><li>-3 gegen 3, mit einem Ball, vorher vorgegeben welches Team auf welche Körbe spielt</li><li>-Variation: alle können auf alle Körbe spielen; Trainer zeigt Farbe hoch, das Team hat automatisch den Ball; Passart vorgeben</li></ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Kleine Spiele 2

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=dZTK8LB30E4>

**Referent\*in:** Nils Ruttman

**Ort, Jahr:** Braunschweig, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Ballhandling</b>	Dribbelchaos	2:00 – 7:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: eine Hälfte des Basketballfeldes (kann später verkleinert werden)</li> <li>- alle dribbeln umher (ohne den Ball aufzunehmen)</li> <li>- Ziel: anderen den Ball aus der Hand tippen, sodass er ins Aus geht</li> <li>- wenn Ball im Aus: zweimal den Ball in einer 8 durch die Beine geben</li> </ul> <p>&gt; auch, wenn Doppeldribbling oder die Auslinie berührt wird</p>
	Dribbelkönig	7:00 -12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: 4 abgesteckte Zonen</li> <li>- alle starten in der 1. Zone</li> <li>- Ziel: aus der letzten Zone aufsteigen (=Gewinner)</li> <li>- man steigt auf, indem man den Ball eines anderen aus der Zone tippt</li> <li>- wenn der eigene Ball ins Aus geht: zurück in die 1. Zone</li> </ul>
	Ice Age	13:30 – 17:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle stehen mit Ball an der Grundlinie, Trainer steht gegenüber an Grundlinie</li> <li>- Ziel: zuerst die Linie des Trainers erreichen (=Gewinner)</li> <li>- man darf nur dribbeln, wenn der Trainer wegschaut</li> <li>- schaut der Trainer zu den Kindern, müssen sie abstoppen</li> </ul> <p>&gt; in SPD Position (Füße nebeneinander, tief stehen, Ball an der Hüfte, Oberkörper aufrecht)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wer sich noch bewegt, wenn der Trainer schaut, muss zurück an die Grundlinie</li> </ul>
	Across the Ocean	19:30 – 23:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Volleyballfeld</li> <li>- alle Kinder dribbeln</li> <li>- Fänger (=Hai) darf sich im ganzen Spielfeld immer frei bewegen</li> <li>- restlichen Kinder (=Fische) müssen immer von einer Grundlinie des Feldes zur anderen, ohne getippt zu werden (dabei niemals aufhören zu dribbeln!)</li> <li>- getippte Kinder werden Korallen: müssen mit einem Fuß immer stehen bleiben (dürfen Sternschritt machen) und versuchen die restlichen Fische mit ihrem Ball abzutippen</li> </ul>
<b>Passen</b>	Alle gegen Einen	25:30 – 30:15	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Basketballhalbfeld (kann später vergrößert werden)</li> <li>- einer läuft davon</li> <li>- die anderen Kinder haben zusammen einen Ball, mit dem sie den Wegläufer abtippen müssen</li> <li>- sie dürfen nicht dribbeln à müssen sich Ball zupassen</li> <li>- Variation: mit Softball, dann darf auch kurzer Distanz auch abgeworfen werden</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

	am Baum vorbei	30:00 – 47:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zunächst zu zweit zusammen (Kinder stehen sich gegenüber, haben zusammen einen Ball)</li> <li>- Technik Passer: Ball vor dem Brustkorb, leicht in die Knie gehen, Füße schulterbreit auseinander, Arme beim Pass nach vorne strecken und zur Seite abklappen (wie ein Maulwurf, der gräbt)</li> <li>- Technik Passempfänger: leicht in die Knie gehen, Füße schulterbreit auseinander, mit den Händen ein W zeigen</li> <li>- 1. Vorübung: 20 Brustpässe</li> <li>- 2. Vorübung: 20 Bodenpässe</li> <li>- jetzt zu 3. zusammen: Passer, Passempfänger, Baum</li> <li>- Baum steht vor Passer (der muss an Baum vorbei passen, dafür Sternschritt zur Seite) - Bodenpass</li> <li>- Wechsel: Passer wird zu Baum, Baum wird zu Passempfänger, Passempfänger wird zu Passer</li> <li>- Ziel: am Baum vorbeipassen (dafür Lücke erkennen)</li> <li>· 1. Übung: Baum steht gerade vor Passer: 30 Pässe</li> <li>· 2. Übung: Baum steht auf einer Seite (Passer muss an anderer Seite vorbeipassen); 30 Pässe</li> <li>· 3. Übung: Baum mit Ästen (Baum nimmt Arme dazu – oben oder unten); 30 Pässe</li> <li>· 4. Übungen: Baum mit Ästen im Wind (Baum darf Arme frei bewegen); 30 Pässe</li> </ul>
	Tigerball	48:00 – 54:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 5er Gruppen – 2 Tiger, 3 Passer</li> <li>- Passer passen sich Ball zu, Tiger versuchen ihn abzufangen</li> <li>- dafür: immer ein Tiger am Ball (darf aber Passer nicht berühren)</li> <li>- Tiger wird, wer den Pass spielt, der abgefangen wird bzw. den Ball verliert</li> <li>- einfacher: Tiger müssen Ball nur berühren um zu Wechseln</li> </ul>
	Endzone	58:00 – 1:02:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams, mit je einer Endzone am Feldende</li> <li>- alle dürfen nur passen, nicht dribbeln</li> <li>- in der Endzone steht ein Spieler der eigenen Mannschaft</li> <li>- Ziel: Ball zu dem Mitspieler in der Endzone passen</li> <li>- niemand anderes darf in die Zone (auch keine Verteidiger)</li> <li>- schwieriger: es steht kein fester Spieler in der Zone, alle dürfen in alle Zonen</li> </ul>
	Brettball	1:04:00 – 1:07:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams</li> <li>- Ziel: Ball ans Brett werfen (= 1 Punkt) oder Korb treffen (= 3 Punkte)</li> <li>- dribbeln ist nicht erlaubt, ansonsten normale Basketballregeln</li> <li>- schwerer: um einen Punkt zu bekommen darf der Ball nicht von der gegnerischen Mannschaft gefangen werden, nachdem er ans Brett geworfen wurde</li> </ul>
<b>Wurf</b>	Hütchenspiel	1:10:00 – 1:13:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kinder machen nacheinander Korbleger, wenn man trifft, darf man auf den anderen Korb werfen (Wurf außerhalb der Zone), sonst stellt man sich wieder an</li> <li>- Ziel: Wurf außerhalb der Zone treffen, um Hütchen für Team zu erspielen</li> <li>- Welches Team hat die meisten Hütchen?</li> </ul>
	Bumb	1:15:30 – 1:20:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 Bälle</li> <li>- alle Kinder starten in der Spielfeldecke</li> <li>- Kinder mit Ball dribbeln um Hütchen zur Freiwurflinie und werfen</li> <li>- 1. Wurf hinter der Linie</li> <li>· wenn getroffen: Ball weitergeben</li> <li>· wenn nicht getroffen: Korbleger, bis Ball drin</li> <li>- man ist raus, wenn ein Spieler, der nach einem gestartet ist vorher trifft</li> </ul>
	Funino	1:26:30 – 1:39:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Basketballspiel auf 4 Körbe, jeder darf auf jeden Korb spielen</li> <li>- möglichst kleines Spielfeld, 3 gegen 3</li> <li>- Variante 1:</li> <li>· normales Spiel</li> <li>- Variante 2:</li> <li>· Spielfeld wird in 2 Hälften geteilt</li> <li>· von den Angreifern muss immer min einer in jeder Hälfte sein</li> <li>- Variante 3:</li> <li>· wer einen Korb macht, muss raus aus dem Spielfeld</li> <li>· kommt wieder rein, wenn die Gegner einen Korb machen</li> <li>· Punkte gibt es nur für Treffer, die in Unterzahl erzielt werden</li> <li>- Variante 4:</li> <li>· ein Angreifer gegen 3 Verteidiger</li> <li>· Ball liegt im Mittelkreis und muss vom Angreifer aufgenommen werden, dann Versuch Korb zu erzielen</li> <li>· jeder Angreifer hat 3 Angriffe, dann ist der nächste dran</li> <li>· ein Angriff endet mit Korberfolg (= 1 Punkt) oder Ballverlust</li> <li>· Welches Team hat am Ende die meisten Punkte?</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Nils Ruttmann - Schnupperstunde Basketball

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=BYduVTSgTyM>

**Referent\*in:** Nils Ruttmann

**Ort, Jahr:** 2016

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Dribbling</b>	Warmup	6:30 – 13:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Linienhaschen auf Basketballlinien</li> <li>- Besprechung der Linien (schwarz)</li> <li>- man darf sich nur auf den Linien bewegen</li> <li>- Fänger haben Ball in der Hand (dürfen aber nicht werfen)</li> <li>- wer abgetippt ist, wird zum Fänger</li> <li>- Anzahl der Fänger (anfangs 2) wird im Laufe des Spiels erweitert</li> <li>- Ziel: Basketballfeld kennenlernen</li> </ul>
		14:30 – 20:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dribbelchaos</li> <li>- alle dribbeln im Basketballfeld, versuchen sich gegenseitig Ball zu klauen</li> <li>- wenn Ball im Aus: holen</li> <li>&gt; 2x um Körper kreisen, bevor man wieder ins Spielfeld darf</li> <li>&gt; Variante 2: 2x als acht auf Boden um die Füße rollen</li> <li>- später Feld auf eine Hälfte begrenzen</li> <li>- Ziel: Dribbelskills der Kinder einschätzen</li> </ul>
	Hauptteil	22:30 – 37:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dribbelübung</li> <li>- Kinder sitzen im Halbkreis vor Trainer, so dass alle ihn sehen und genug Platz um sich herum haben (Armlänge Abstand)</li> <li>- Trainer zeigt verschiedene Übungen, die zunächst alle zusammen machen</li> <li>&gt; Übung 1: sitzen, Knie leicht angewinkelt, auf Kniehöhe neben dem Körper dribbeln</li> <li>&gt; Übung 2: auf Knien stehen, auf Hüfthöhe neben dem Körper dribbeln</li> <li>&gt; Übung 3: hinstellen (breiter Stand, Po runter), auf Hüfthöhe neben dem Körper dribbeln</li> <li>- Tipps/darauf achten:</li> <li>&gt; Trainer immer anschauen (nach oben gucken)</li> <li>&gt; auch Handwechsel einbauen, dabei nicht den Ball in die Hand nehmen (Doppeldribbling)</li> <li>&gt; lockeres Handgelenk („Als würdet ihr eine Türklinke nach unten drücken“)</li> <li>&gt; gerader Rücken, aufrechter Körper („Stellt euch vor ihr tragt eine Goldmedaille um den Hals, die alle sehen sollen“)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; hartes Dribbling (Ball fest in den Boden hauen, wie wenn man einen Tennisball mit aller Kraft nach unten wirft – Arm am Ende gestreckt)</li> <li>· wenn Übung verstanden: immer 3x pro Seite, dann Handwechsel (versuchen, dass alle im gleichen Rhythmus dribbeln)</li> <li>· Trainer zeigt nun immer eine Zahl mit den Fingern und Kinder müssen die Übung machen</li> <li>&gt; Übung 4: zu drei verschiedenen Körben dribbeln und 1x werfen</li> </ul>
		42:00 – 54:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bälle klauen</li> <li>· 2 Mannschaften (nach Größe sortieren lassen – ohne reden – dann zu zweit abzählen)</li> <li>· alle dribbeln die ganze Zeit im Basketballfeld, jede Mannschaft hat eine Hälfte und Softbälle in einem Kasten</li> <li>· Ziel: Softbälle aus dem Kasten der anderen Mannschaft stehlen, ohne von den anderen abgetippt zu werden</li> <li>· man darf nur in der gegnerischen Hälfte getippt werden, aber nicht, wenn man einen Softball in der Hand hat</li> <li>· Variante 1: <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; wenn man abgetippt ist, muss man in sein eigenes Spielfeld zur Grundlinie laufen, bevor man wieder klauen darf</li> </ul> </li> <li>· Variante 2: <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Kasten darf nicht bewacht werden</li> <li>&gt; Abgetippte sind Gefangene, die hinter der gegnerischen Grundlinie warten (können dort Tricks üben)</li> <li>&gt; Mitspieler können Gefangene befreien, indem sie sie antippen (immer nur einen, dann muss man zurück ins eigene Feld, auf dem Rückweg darf man nicht gefangen werden)</li> <li>&gt; man darf immer nur befreien ODER einen Softball holen</li> </ul> </li> <li>· Wer hat nach Ablauf der Zeit die meisten Bälle im Kasten?</li> </ul>
		55:30 – 1:06:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sprungstopp</li> <li>· alle dribbeln quer durch die Halle, werfen auf Körbe (nie 2x hintereinander auf den gleichen)</li> <li>· bei Pfiff sollen alle stehenbleiben und den Ball festhalten (dabei stabiler Stand – breit, tief – so dass Ball nicht geklaut werden kann)</li> <li>· später: bei Pfiff einen Hula-Hoop-Reifen suchen, mit beiden Füßen gleichzeitig in ihm landen (flach springen, leise und stabil landen)</li> <li>- Schrittstopp</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>· gleiche Regeln wie beim Sprungstopp</li> <li>&gt; nur mit linkem Fuß im Reifen landen, rechter bleibt in der Luft</li> <li>&gt; nur mit rechtem Fuß in Reifen landen, linker bleibt in der Luft</li> <li>&gt; Füße nacheinander setzen (ein Fuß außerhalb des Ringes)</li> </ul>
	Abschluss	1:10:00 – 1:20:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Staffelspiel</li> <li>· 4 Teams, jedes an einem Hütchen mit einem Ball</li> <li>· Spieler dribbelt zum Korb, macht Sprung-/Schrittstopp, wirft, dribbelt zurück zum Hütchen, übergibt Ball an nächstes Kind</li> <li>· als Team laut mitzählen, anfeuern – wer hat zuerst 5 Punkte?</li> <li>  Variante 2: man darf erst zum Team zurück, wenn man getroffen hat (max. 3 Versuche) – welches Team ist zuerst 2x durch?</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Minitrainer-Offensive: Rico Gottwald Kleine Spiele Bochum 2016

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=kaRolxU9puY>

**Referent\*in:** Rico Gottwald

**Ort, Jahr:** Bochum, 2016

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Ballhandling</b>	Schlafmütze	1:30 - 7:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder liegen in der Halle verteilt und schnarchen</li> <li>- ein Kind weckt alle auf und sagt ihnen leise wer die Schlafmütze ist</li> <li>&gt; aufgewachte Kinder helfen dann die anderen zu wecken</li> <li>- die Schlafmütze wird als letztes von allen geweckt, indem sie rufen „Aufwachen Schlafmütze!“</li> <li>- wenn das gerufen wird, muss die Schlafmütze versuchen alle Kinder zu fangen</li> <li>&gt; wer gefangen wird ist auch mit Fänger</li> </ul>
	Balldieb	7:00 - 28:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams, jedes Kind hat einen Ball, Ball wird in den Kasten der Mannschaft gelegt</li> <li>- jedes Team bekommt ein Halbfeld zugeordnet, wo ihr Kasten steht</li> <li>- Ziel: versuchen Ball aus dem gegnerischen Team zu klauen und in eigenen Kasten zu bringen (dabei dribbeln)</li> <li>- man kann im fremden Halbfeld getippt werden</li> <li>&gt; wenn man getippt wurde stellt man sich auf die Stelle und hebt den Arm (+ legt vorher den Ball zurück in den Kasten, wenn man einen hatte)</li> <li>- man darf erst weiter, wenn ein Mitspieler einen freitippt</li> <li>&gt; Zick (wo man nicht getippt werden darf) sind die eigene Hälfte und die Sicherheitszonen in den Spielfeldecken</li> <li>&gt; Hundewache ist nicht erlaubt (alle Kinder müssen sich die ganze Zeit bewegen)</li> <li>- gewonnen hat die Mannschaft, die alle Bälle in ihrem Kasten hat bzw. welche nach 5 min die meisten hat</li> <li>- Variation: alle Kinder dribbeln und im Kasten sind kleine Tennisbälle, die geklaut werden müssen</li> <li>&gt; Zusatz: man kann den Tennisball zu einem Mitspieler im eigenen Feld passen – allerdings darf der Ball dabei nicht auf den Boden kommen (sonst muss er zurück in den Kasten)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

	Dribbelmemory	31:30 - 39:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 Gruppen, jede Gruppe hat 2 Bälle</li> <li>- jede Gruppe bekommt eine Farbe des Kartenspiels zugeordnet (Kreuz, Pieck, Herz, Karo)</li> <li>- Ziel: zu den verdeckten Karten auf der anderen Seite der Halle dribbeln und eine aufdecken – wenn es die eigene Farbe ist darf man die Karte mitnehmen, sonst muss man sie wieder umdrehen</li> <li>- jedes Team braucht alle 8 Karten der Farbe</li> </ul>
	Dribbelfußball	40:30 – 49:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Teams, alle Kinder mit einem Basketball</li> <li>- normales Fußballspiel (mit Softball), bei dem die Kinder die ganze Zeit dribbeln müssen</li> <li>- außer Tormann: der darf den Schuss auch mit dem Ball in der Hand abwehren</li> <li>- bei Unentschieden: Elfmeterschießen</li> </ul>
	Hase und Jäger	49:30 – 56:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder dribbeln mit der starken Hand in einem Halbfeld</li> <li>- 4 Jäger, die zusätzlich noch einen Softball haben, womit sie die Hasen (mit der schwachen Hand) abwerfen</li> <li>- Hasen dürfen weglaufen oder Softball mit ihrem Basketball abwehren</li> <li>- Hasen sind nicht raus, wenn sie abgeworfen wurden (Jäger zählen nur ihre Treffer)</li> </ul>
	Riese und Zwerg	58:30 – 1:06:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Zwerge sitzen auf Matten und haben einen Ball, der Riese ist ohne Ball</li> <li>- Riese muss sich hinlegen, wenn Trainer sagt „Der Riese, der schläft ein und schlummert wie ein Schwein“</li> <li>- bei „Zwerge Bälle weg“ müssen alle Kinder ihre Bälle irgendwo hinwerfen</li> <li>- bei „los Zwerge Bälle holen“ müssen alle Kinder einen Ball holen und mit ihm zurück zum Zwergenland (auf die Matten) dribbeln</li> <li>- bei „der Riese wacht auf“ darf der Riese aufstehen und versuchen die Zwerge zu fangen, bevor sie wieder im Zwergenland sind</li> <li>- wer vom Riesen getippt wird, legt seinen Ball weg und ist in der nächsten Runde auch mit Riese</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Easybasket (Teil 3)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=hgK3OMwamag>

**Referent\*in:** Roberta Regis

**Ort, Jahr:** Hagen, 2019

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Ballhandling</b>	Nachmacher	3:00 -14:00 > Teil 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Mannschaften (z.B. bunt und orange)</li> <li>- alle Kinder dribbeln quer durch die Halle (egal wie)</li> <li>- Trainer gibt Kommandos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· bei Pfiff: orange in eine Hallenhälfte, bunt in die andere</li> <li>· „frei“: alle Kinder können sich frei in der Halle bewegen</li> <li>· ruft Farbe („orange“ oder „bunt“): jeweilige Farbe wird zum Boss                   <ul style="list-style-type: none"> <li>· ein Kind aus der anderen Mannschaft sucht sich jemanden, hinter dem es herläuft (macht Bewegungen nach)</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>&gt; wenn der Boss sich zum Hinterherläufer umdreht, muss dieser die Bewegung rückwärts machen</li> <li>&gt; wenn Boss an Kegel steht, muss der Hinterherläufer sich gegenüberstellen und alle Bewegungen spiegeln</li> </ul>
	Boss Game	14:30 – 23:30 > Teil 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ein Boss steht 2 Nachmachern gegenüber, entscheidet was sie machen, indem er es vormacht:               <ul style="list-style-type: none"> <li>· dribbeln (vorwärts/rückwärts/...)</li> <li>· dribbelt irgendwann zum Korb (wer zuerst 3 Punkte hat, klatscht beim Trainer ab und wird neuer Boss)</li> </ul> </li> <li>- Variation: Boss steht zwischen den Nachmachern, die Boss immer anschauen müssen</li> </ul>
	abgeholt vom Boss	24:00 – 28:00 > Teil 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bosse stehen im Mittelkreis, restlichen Kinder in den Ecken verteilt</li> <li>- Bosse dribbeln aus der Mitte zu einer Ecke, holen Nachmacher ab</li> <li>- dann können sie sich quer durch die Halle bewegen bis Boss entscheidet, dass auf den Korb geworfen wird (wer zuerst 3 Punkte hat wird neuer Boss)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Schulung von Grundtechniken (Teil 1)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=5qlQmdOmGS4>

**Referent\*in:** Mirko Petrick

**Ort, Jahr:** Berlin, 2005

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Abstoppen   Sternschritt</b>	Rhythmische Erwärmung	10:23 - 13:02	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Kinder ohne Ball in ein kleines Spielfeld (z.B. innerhalb der 3er-Linie)</li> <li>- während Musik läuft freie Bewegung im Spielfeld</li> <li>- Musik stoppt: zu einer Feldbegrenzung laufen und mit beiden Füßen gleichzeitig auf Begrenzung landen</li> <li>- Musik stoppt: zu einer Feldbegrenzung laufen und mit beiden Füßen gleichzeitig auf Begrenzung landen</li> <li>- Ziel: Schulung der Fußarbeit beim Stoppen</li> <li>- Erweiterung: Stoppen mit 2 Kontakten</li> </ul>
	Schnürsenkel-Spiel	14:14 - 18:57	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kinder finden sich paarweise zusammen</li> <li>- ein Kind hat geöffnete Schnürsenkel an einem Schuh</li> <li>- das andere Kind versucht, auf die Schnürsenkel seines Partners zu treten</li> <li>- Partner darf nur den Fuß bewegen, bei dem die Schnürsenkel offen sind (Sternschritt)</li> <li>- Ziel: Schulung des Sternschrittes</li> <li>- Erweiterungen: <ul style="list-style-type: none"> <li>· mit Ball beim Spieler mit offenem Schnürsenkel, Mitspieler geht sowohl auf die Schnürsenkel als auch den Ball</li> <li>· beide Spieler mit Ball und offenem Schnürsenkel</li> <li>· Ziel: Schutz des Balles</li> </ul> </li> </ul>
	Abstoppen	19:06 - 22:54	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Halbfeld</li> <li>- alle Spieler mit Ball</li> <li>- Spieler werfen den Ball hoch und fangen ihn</li> <li>- Varianten: Fußarbeit</li> <li>Einkontaktstopp/Zweikontaktstopp</li> <li>- Erweiterung: Ball weiter nach vorne werfen</li> <li>- Ziel: Festigung der Fußarbeit beim Stoppen</li> </ul>
	Korbwurf	43:20 - 46:32	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: ganze Halle</li> <li>- alle Spieler mit Ball</li> <li>- Spieler dribbeln von Korb zu Korb und werfen außerhalb der Zone</li> <li>- vor dem Wurf abstoppen</li> <li>- Ziel: Festigung der Bewegungen des Stoppens aus dem Dribbling</li> </ul>
<b>Passen   Fangen</b>	Passläufe	24:02 - 34:59	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: ganze Halle</li> <li>- paarweise zusammenfinden mit je einem Ball pro Gruppe</li> <li>- Spieler passen sich den Ball zu, um von Korb zu Korb zu kommen</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- nach dem Fangen: Ball vorwerfen, abstoppen, zum Partner drehen, in den Lauf passen</li> <li>- am Korb: Abschluss</li> <li>- Erweiterungen:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· statt Ball vorzuwerfen 2 Dribblings</li> <li>· nach dem Abstoppen eine ganze Drehung um die eigene Achse</li> <li>· Wechsel aus rückwärts und vorwärts drehen</li> </ul> </li> <li>- Ziel: Festigung der Bewegungen des Stoppens aus dem Passen und des Sternschrittes</li> </ul>
	Frisbee	35:13 - 41:33	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> <li>- 2 Teams, eine Frisbee</li> <li>- Spielziel: Frisbee innerhalb des No-Charging-Kreises werfen (muss dort nur aufkommen, nicht liegenbleiben)</li> <li>- laufen mit Frisbee verboten</li> <li>- Sternschritt erlaubt</li> <li>- Ziel: Festigung der Bewegungen des Stoppens aus dem Passen und des Sternschrittes</li> </ul>
	Inselball	50:55 - 1:00:52	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Volleyballfeld</li> <li>- 2 Teams, 4 Softbälle</li> <li>- eine Matte pro Team, kann beliebig im Feld positioniert werden</li> <li>- Startpunkt = Matte</li> <li>- Spieler werfen Spieler des Gegnerteams ab</li> <li>- laufen mit dem Ball nicht erlaubt</li> <li>- passen im Team erlaubt und gewünscht</li> <li>- ist man getroffen: ohne Ball zur Matte</li> <li>- man kommt erst wieder ins Spiel, wenn man auf der Matte einen Ball zugepasst bekommt</li> <li>- Verliererteam: alle Spieler sind auf der Matte</li> <li>- Ziele:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Schulung der Passfähigkeit</li> <li>· Schulung der Spielintelligenz (Positionieren der Matte, Raumaufteilung)</li> </ul> </li> <li>- Erweiterung: Kreuzschritt bei Wurfbewegung</li> <li>- Ziel: Kopplung von Fuß- und Handarbeit beim Passen (explizit Baseballpass)</li> </ul>
	Rondo	1:02:00 - 1:11:31	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spieler finden sich in Gruppen zusammen</li> <li>- ein Ball pro Gruppe</li> <li>- 5, 6 oder 7 Spieler bilden Kreis</li> <li>- 2 oder 3 Spieler in der Mitte des Kreises</li> <li>- Spieler außen passen sich den Ball zu</li> <li>- Ball maximal 2 Sekunden</li> <li>- Spieler innen versuchen Ball zu berühren</li> <li>- hat Spieler den Ball zu lange oder berührt ein Innenspieler den Ball → Wechsel</li> <li>- Ziele:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· schnelle, genaue Pässe</li> <li>· Passspiel mit Gegnereinwirkung trainieren</li> </ul> </li> <li>- Erweiterungen:</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>· mit 2 Händen fangen, mit einer Hand passen</li> <li>· Sternschritt nutzen</li> <li>- Ziele: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Schulung verschiedener Passarten</li> <li>· Schulung des Passens mit der schwachen Hand</li> <li>· Kopplung von Fuß- und Handarbeit beim Passen</li> </ul> </li> </ul>
	Dummer Hans	1:11:51 - 1:20:58	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Spieler mit einem Ball an 2 Hütchen</li> <li>- ein Spieler zwischen beiden</li> <li>- Spieler passen sich den Ball vorbei am Gegenspieler zu</li> <li>- Spieler in der Mitte muss immer den Ball angreifen</li> <li>- keine Pässe Überkopf/ als Bogenlampe</li> <li>- berührt der dumme Hans den Ball: Wechsel</li> <li>- Sternschritt erlaubt</li> <li>- Ziele: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Passspiel mit Gegnereinwirkung trainieren</li> <li>· Kopplung von Fuß- und Handarbeit beim Passen</li> </ul> </li> <li>- Erweiterung: <ul style="list-style-type: none"> <li>· mehrere Gruppen zusammenlegen, schräg passen erlaubt und zusätzliche</li> <li>· Spieler in der Mitte hinzufügen, die bei all diesen Gruppen Bälle abfangen</li> </ul> </li> <li>- Ziel: Schulung der Kommunikation (auch Hände zeigen)</li> </ul>
	Prellball	1:22:30 - 1:28:49	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: halbiertes und verkürztes Volleyballfeld</li> <li>- Bank auf der Mittellinie</li> <li>- 2 Zweierteams</li> <li>- Ball wird mit einem Kontakt im eigenen und einem Kontakt im gegnerischen Feld hin und her gespielt</li> <li>- nur eine Hand am Ball</li> <li>- Zuspiele im Team als einhändiger Bodenpass möglich</li> <li>- Ziele: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Schulung des einhändigen Passes</li> <li>· Verarbeitung des Balles mit einer Hand</li> </ul> </li> </ul>
	Zauberpassen	1:29:31 - 1:33:39	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ähnlich wie Passläufe</li> <li>- freies Dribbling erlaubt</li> <li>- Aufgabe: so kreativ wie möglich sein beim Passen wie möglich (Vorstellung: Kommentator guckt zu und erzählt, was die Kinder machen)</li> <li>- Ziele: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Förderung der Kreativität</li> <li>· Verleiten der Kinder, sich Spiele (z.B. Euroleague anzugucken)</li> </ul> </li> </ul>
	Manuel Neuer vs. Thomas Müller	1:34:06 - 1:37:04	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Spieler mit einem Ball</li> <li>- ein Spieler (=Manuel Neuer) stellt sich vor eine Wand mit Markierungen (=Tor)</li> <li>- der andere Spieler (=Thomas Müller) stellt sich ca. 3m entfernt auf mit Blick Richtung Tor</li> <li>- Thomas Müller wirft den Ball aufs Tor, Neuer versucht ihn zu halten</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- trifft Thomas Müller das Tor = Punkt für Thomas Müller</li> <li>- berührt oder fängt Neuer den Ball oder er geht daneben = Punkt für Manuel Neuer</li> <li>- Spielziel: 5 Punkte</li> <li>- im Anschluss Wechsel</li> <li>- Ziele:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Schulung der Reaktionsfähigkeit</li> <li>· Schulung der richtigen Fangtechnik</li> <li>· Festigung verschiedener Passtechniken</li> <li>· Passhärte und -Richtung verbessern</li> </ul> </li> </ul>
	Basketball-Dart	1:38:08 - 1:39:40	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Spieler mit einem Ball ca. 3m von einer Wand entfernt</li> <li>- 3 Felder auf der Wand (ein Punkt, 2 Punkte, 3 Punkte)</li> <li>- Spieler werfen abwechselnd</li> <li>- Spielziel: genau 7 Punkte erreichen = ein Leg; mehr Legs als der Gegner gewinnen</li> <li>- mehr als 7 Punkte: zurück auf vorherigen Wert</li> <li>- Ziele:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Festigung verschiedener Passtechniken</li> <li>· Passhärte und -Richtung verbessern</li> </ul> </li> </ul>
<b>Ballhandling</b>	Kastenball	1:42:19 - 1:52:02	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Volleyballfeld</li> <li>- 2 Teams mit je einem Kasten auf den Seitenlinien des Feldes</li> <li>- jeder Spieler mit einem Basketball</li> <li>- in den Kästen ein oder 2 Softbälle</li> <li>- Spieler müssen über Mittellinie dribbeln und Bälle aus den Kästen des Gegnerteams klauen</li> <li>- wenn man Mittellinie überschreitet, darf man abgetippt werden</li> <li>- wer abgetippt wurde muss auf die Grundlinie auf der gegnerischen Seite</li> <li>- Mitspieler kann diesen Spieler durch Abtippen befreien</li> <li>- aber: nur befreien oder Ball klauen</li> <li>- wer befreit hat oder befreit wurde, darf unbehellig zurücklaufen</li> <li>- Spielziel: alle Softbälle sind in den eigenen Kästen</li> <li>- Ziele:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Festigung des Dribblings ohne Blick auf den Ball</li> <li>· Lücken erkennen und nutzen</li> </ul> </li> <li>- Erweiterung: nur mit rechts tippen, den Ball klauen</li> <li>- Ziel: Verbesserung des Dribblings mit links</li> </ul>
	Goldschmiede und Räuber	1:52:33 - 1:56:17	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Volleyballfeld</li> <li>- 2 Spieler an der Mittellinie = Räuber</li> <li>- 2 Teams = Goldschmiede</li> <li>- jeder Goldschmied und Räuber hat einen Ball</li> <li>- Teams an den Grundlinien mit Ringen (gleiche/höhere Anzahl als Spieler pro Team)</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielziel: Goldschmiede bringen ihre Ringe in die Stadt (=hinter die Grundlinie) der anderen Goldschmiede, Sieger = keine Ringe mehr in der eigenen Stadt</li> <li>- Goldschmiede dribbeln mit links</li> <li>- berührt ein Räuber einen Goldschmied: Goldschmied lässt Ring frei und geht in den Mittelkreis</li> <li>- berührt ein Goldschmied einen anderen Goldschmied des eigenen Teams im Mittelkreis: Goldschmied ist wieder frei</li> <li>- Räuber dürfen nur in den Angriff Zonen des Volleyballfeldes sein</li> <li>- Ziele:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Verbesserung des Dribblings mit links</li> <li>· Festigung des Dribblings ohne Blick auf den Ball</li> <li>· Lücken erkennen und nutzen</li> </ul> </li> </ul>
	Herr der Bälle	2:00:06 – 2:06:53	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: ganze Halle</li> <li>- Kinder finden sich zu zweit an den Körben zusammen</li> <li>- alle Angreifer mit 2 Bällen, alle Verteidiger haben einen Ball</li> <li>- normale 1vs.1-Regeln mit make it, take it</li> <li>- Ziele:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Festigung des Dribblings ohne Blick auf den Ball</li> <li>· Verbesserung des Ballgefühls</li> </ul> </li> </ul>
	Dribbelparcours	2:08: 11 - 2:14:02	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> <li>- alle Kinder mit Ball</li> <li>- Startpunkt: Schnittpunkt 3er Linie und Grundlinie</li> <li>- entlang der 3er-Linie: seitlich bewegen und Handwechsel nach jedem Slide</li> <li>- aufdrehen, danach Handwechsel von Hütchen zu Hütchen (Hütchen in zwei versetzten Reihen aufgebaut)</li> <li>- im Anschluss an Hütchen Paaren vorwärts dribbeln, back dribbel, zum nächsten Hütchen Paar</li> <li>- danach 10x Handwechsel vor dem Körper/hinter dem Körper im Wechsel</li> <li>- zuletzt: Sprint entlang der Sideline zurück (ggf. mit zwei Helfern, die Stangen halten, die man überwinden muss bzw. unter denen man durch muss)</li> <li>- Ziel:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Förderung der Variabilität beim Dribbling</li> </ul> </li> </ul>
	Tempodribbling	2:22:41 - 2:29:01	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: Basketballfeld</li> <li>- alle Kinder mit Ball</li> <li>- Startpunkt: unter einem Hauptkorb</li> <li>- entlang der Korb-Korb-Linie Hütchen</li> <li>- an den Hütchen Handwechsel ohne Geschwindigkeitsverlust</li> <li>- auf dem entgegengesetzten Korb 1vs.1 gegen Assistant Coach</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

---

			<p>- Ziel:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>· hohe Geschwindigkeit beim Dribbling</li><li>· Steigerung der Ballsicherheit</li></ul>
--	--	--	--

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Kinderhockey (Praxis)

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=6ZUT4TrKJYw>

**Referent\*in:** Silke Fried

**Ort, Jahr:** Paderborn, 2021

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
Athletik und Ballhandling	Spiegellauf	2:00 - 8:00	-Kinder in Blockaufstellung, tippeln auf der Stelle -1. Stufe: Trainer macht vor und läuft nach links, rechts, vorne oder hinten; Kinder machen es nach -2. Stufe: Farben als Kommandos rot = zurück; grün = vor; blau = Liegestützposition; gelb = stehenbleiben (Eis)
	Farbenlauf	8:45 - 20:00	-4 verschiedenfarbige Hütchen stehen im Viereck -Trainer sagt Reihenfolge an, in der die Hütchen abgelaufen werden sollen (Bsp: rot, blau, gelb, rot) -Kinder laufen so schnell wie möglich die vorgegebene Reihenfolge ab -Variation: Rückhand, Vorhand, einhändig, zu zweit, zu viert
	Bank-Kreuz	21:45 - 31:00	-4 Bänke werden als Kreuz aufgestellt, alle Kinder verteilen sich auf die Bänke (hier 4 Kinder pro Bank) -1. Nummernwettlauf -jedes Kind auf einer Bank bekommt eine Nummer (1-4) -wenn Nummer gesagt wird: so schnell wie möglich eine Runde laufen und wieder hinsetzen -Varianten: außen laufen; außen drüber springen; drunter, drüber, drunter springen/krabbeln -2. Komm mit, Lauf weg -1 Kreisläufer läuft um Bänke und sagt zu einer Bank "komm mit" oder "lauf weg" -bei "komm mit" laufen alle in die gleiche Richtung, bei "lauf weg" müssen die Kinder in entgegengesetzter Richtung des Kreisläufers laufen -das Kind was zuletzt auf der Bank sitzt wird neuer Kreisläufer
	Bank-Viereck	31:45 - 36:30	-4 Bänke werden als Viereck aufgestellt, alle Kinder verteilen sich auf die Bänke -Kinder tauschen auf Kommando mit gegenüberliegenden Seite die Plätze: als Nummern- oder Gruppenspiel -Varianten: zusätzlich Hindernisse in der Mitte (z.B. Hürden, Kegel); verschiedene Startpositionen (z.B. liegend, kniend)
	Pass Kreis	38:00 - 46:30	-Kinder stehen in einem Kreis, es wird vom Trainer eine feste Passreihenfolge festgelegt -Kinder spielen sich den Ball in der Reihenfolge zu mit der Zeit wird die Anzahl an Bällen vergrößert -Variation: Farben der Bälle entsprechen unterschiedlichen Aufgaben (z.B. gelb = nach links geben; rot = klatschen; ...)

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

	Triff den Freund	48:00 - 53:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-2 Kinder ("Freunde") stehen nebeneinander, ein Fänger zwischen ihnen etwas weiter hinten</li> <li>-auf Kommando laufen alle los, Ziel der Freunde ist es sich hinter einem Tor/Kegel zu treffen und abzuklatschen bevor der Fänger jemanden tippt</li> <li>-mit Ball: beide versuchen ein Tor zu schießen, bekommen nur einen Punkt wenn beide treffen</li> <li>-Variation: Freunde müssen Bälle tauschen</li> </ul>
	Bälle einsammeln	54:30 - 57:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>-4 Teams, jeweils in einem eigenen kleinen Viereck (mit Hütchen begrenzt)</li> <li>-in der Mitte liegen viele Bälle, Aufgabe: möglichst viele Bälle in das eigene Viereck bringen</li> <li>-pro Lauf nur einen Ball mitnehmen</li> </ul>
	Froschteich	57:30 - 1:00:15	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Frösche in Teichen (Vierecke vom letzten Spiel); 2 Störche in der Mitte</li> <li>-Frösche wollen Teich wechseln, wenn sie dabei vom Storch getippt werden sind sie auch mit Fänger</li> </ul>
	Brückenwächter	1:02.30 - 1:08:45	<ul style="list-style-type: none"> <li>-2 Hütchen auf einer Linie = Brücke; Brückenwächter darf sich nur auf der Linie dazwischen bewegen</li> <li>-anderen Kinder müssen versuchen durch Täuschungsläufe über alle Brücken zu kommen (hier 4) ohne getippt zu werden</li> <li>-wenn man getippt wird, ist man der neue Brückenwächter</li> <li>-Variante: 2 gegen 1 mit Ball - an der ersten Brücke darf man sich entscheiden ob man alleine geht oder mit Partner (durch Pässe)</li> </ul>
	1 vs 1	1:12:00 - 1:19:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-2 Tore stehen gegenüber, ein Ball liegt in der Mitte</li> <li>-1. Variante: jedes Kind steht am Anfang in einem Tor, läuft los um Ball zu holen und muss zum eigenen Tor zurück für einen Punkt</li> <li>-2. Variante: Kinder stehen auf der gleichen Seite, laufen los um Ball zu holen, vorher festgelegt welches Kind auf welches Tor spielt</li> <li>-3. Variante: Kinder starten in der Mitte (hier mit Bulli), vorher festgelegt auf welches Tor man spielt</li> <li>-4. Variante: wie bei 1, aber zum gegenüberliegenden Tor</li> </ul>
	1 vs 2	1:20:15 - 1:23:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Aufbau wie bei 1 vs 1; ein Spieler pro Tor, ein Spieler in der Mitte</li> <li>-Spieler in der Mitte hat den Ball und passt zu einem in den Toren; mit diesem Spieler greift er gegen den anderen auf das andere Tor an</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** MTO: Stanislas Hacquard (FFBB) - Minibasketball in France | Bielefeld 2020

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=THnKpQcMnNs>

**Referent\*in:** Stanislas Hacquard

**Ort, Jahr:** Bielefeld, 2020

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Dribbling</b>	Vorbeikommen	32:00 - 49:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- eine Gasse aus Hütchen von einem Korb zum anderen (5 Meter breit) aufbauen</li> <li>- zwei Angreifer müssen versuchen dadurch auf die andere Seite zu dribbeln</li> <li>- ein Verteidiger muss versuchen beide zu „fangen“</li> <li>- der zuerst den Ball weggetippt bekommen hat, muss nun rückwärts in der Verteidigungsposition an der Seite bis zur Mitte zurück und dann im Sprint zum Start</li> <li>- die anderen beiden dribbeln auf der anderen Seite bis zur Mitte vorwärts und bis zum Start rückwärts</li> </ul>
	Wer ist der Schnellste?	59:00 - 1:12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zu viert nebeneinander (je nach Teilnehmerzahl)</li> <li>- jeder hat einen Ball und dribbelt so schnell, wie möglich von einem Korb über das ganze Feld zu dem anderen Korb</li> <li>- Erweiterung: <ul style="list-style-type: none"> <li>· nach jedem Dribbling die Hand wechseln</li> <li>· 2 Meter hinter jedem mit Ball steht einer ohne Ball, der muss versuchen den anderen zu fangen, bevor er über die andere Baseline läuft</li> </ul> </li> </ul>
<b>Wurf</b>	Reifenspiel	1:21:00 - 1:26:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beine schulterbreit, in die Knie gehen, Hinteren etwas raus, werfen und dabei den Arm strecken und das Handgelenk abklappen</li> <li>- nach dem Wurf muss der Ellenbogen über der Nase sein</li> <li>- aus den Beinen heraus</li> <li>- hohe Flugkurve</li> <li>- 4 Leute je Korb, vier Reihen aus je vier Reifen gehen vom Korb weg</li> <li>- im nächsten Reifen geht es los (jeder bei einer Farbe)</li> <li>- wenn man trifft, darf man einen Reifen nach hinten</li> <li>- Wer ist zuerst im letzten Reifen?</li> </ul>
<b>Passen</b>	weiter Pass	1:26:00 - 1:35:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- der Arm kommt von hinten und geht zusammen mit dem jeweiligen Bein (rechte Hand, rechtes Bein) nach vorn</li> <li>- beim Wurf klappt die Hand wieder ab – Finger zeigen nach vorn</li> <li>- an dem einen Korb beginnen, einer startet, bekommt einen weiten Pass und macht einen Korbleger auf den anderen Korb</li> <li>- dann wechseln</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** MTO: Steffen Winter (FLVW) - Kinderfußball und Funino | Bielefeld 2020

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=jcYc-MDIlbE>

**Referent\*in:** Steffen Winter

**Ort, Jahr:** Bielefeld, 2020

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Kinderfußball im FLVW		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kinder dazu bringen, mehr Ballkontakte/ Erfolgserlebnisse zu haben über kleine Spielformen (2vs.2, 3vs.3, 4vs.4)</li> <li>- Schulung der Spielintelligenz und Wahrnehmung des/ im Raum(es)</li> </ul>
	Vision		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Betrachtung aus den Augen der Kinder</li> <li>- Was wollen Kinder? - Spaß und Ball</li> </ul>
	Was ist der Kindertrainer?		<ul style="list-style-type: none"> <li>- schwierig in einem Wort zu beschreiben</li> </ul>
	Wichtige Gedanken		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fairplay</li> <li>- selbstständige Entscheidungen der Kinder, keine Joystick-Trainer</li> </ul>
	Ablauf der Spieltage in der G-Jugend		<ul style="list-style-type: none"> <li>- mehrere Teams werden je nach Spielerzahl in kleinere Teams aufgeteilt</li> <li>- mehrere parallele Spiele im 2vs.2 oder 3vs.3 auf kleine Tore ohne Torwart</li> <li>- pro Team ein Wechsler möglich</li> <li>- Wechsel nach jedem Tor oder einer bestimmten Zeit</li> <li>- Spiele im Turniermodus Jeder gegen Jeden, mit Feld aufsteigen nach Sieg/ absteigen nach Niederlage oder nach Los möglich</li> <li>- Spiellänge 5 Minuten, 3 Minuten Pause zwischen den Spielen</li> <li>- 7 Spiele pro Spieltag</li> </ul>
	Funino		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spiele im 3vs.3 ohne Torwart</li> <li>- 2 kleine Tore pro Seite</li> <li>- Tore erst ab Mittellinie oder in 6m-Schusszone</li> <li>- Wechsel nach Tor</li> <li>- Ausball: Eindribbeln</li> <li>- keine Schiedsrichter/innen</li> <li>- Ziel: selbstbestimmte Entscheidungen der Kinder</li> </ul>
	Ursprüngliche Spielform in F- und G-Jugend		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 7vs.7 (6 Feldspieler, ein Torwart)</li> <li>- Spielfeld: 40x25m</li> <li>- Tore: 5x2m</li> <li>- Problem: zu wenig Ballkontakte für einzelne Spieler, einzelne Spieler spielen nicht bei großen Kadern</li> </ul>
	Spiele in der F-Jugend		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 5vs.5 mit Torwart auf Tore 5x2m oder 4vs.4 auf kleine Tore</li> <li>- keine 6m-Zone</li> <li>- Wechsel nach jedem Tor</li> <li>- 6min Spielzeit</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- bei klaren Leistungsunterschieden: schwächeres Team darf einen Spieler mehr aufs Spielfeld schicken oder starkes Team nimmt einen Spieler runter (nach Absprache der Trainer)</li> <li>- Ziele: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Kinder nehmen mehr am Spiel teil, mehr Ballkontakte, bessere individuelle Entwicklung</li> <li>· Kinder müssen 1vs.1 spielen können, da wenige Passstationen da sind</li> </ul> </li> <li>- Trainer: eher als Spieltagsorganisatoren tätig</li> <li>- Eltern: als Unterstützer bei Spieltagen gerne gesehen</li> </ul>
<b>Fußball</b>	5vs.5 mit Torwart	1:17:22 - 1:28:08	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld: ca. 20x30m</li> <li>- Tore: eine Hochsprungmatten pro Seite</li> <li>- normale Fußballregeln, nur Eindribbeln statt Einwurf</li> </ul>
	3vs.3 / 2vs.2 ohne Torwart	1:31:19 - 1:39:03	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Spielfeld: ca. 18x9m</li> <li>-Tore: ein oder 2 Minitore / Eishockeytore pro Seite</li> <li>-normale Fußballregeln, nur Eindribbeln statt Einwurf</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

**Videotitel:** Präsentation: Aktuelles im Minibasketball

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=tcZRoJgUEEU>

**Referent\*in:** Tim Brentjes

**Ort, Jahr:** Frankfurt, 2017

Kategorie	Übung/Spiel	Zeitstempel	Beschreibung
<b>Theorie</b>	Zahlen, Daten, Fakten	1:52 - 5:46	<p>Unterschiede zum Ausland:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- keine einheitliche nationale Mini-Spielkultur</li> <li>- kaum einheitliche Regeln oder Wettbewerbe</li> <li>- wenig höhenverstellbare Körbe</li> </ul> <p>Aus- und Fortbildung - Stand 2015:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- keine explizite Minibasketball-Ausbildung</li> <li>- wenig Fortbildungsangebot</li> <li>- heterogenes Ausbildungswesen</li> <li>- keine gesammelte Kommunikation von Angeboten und Veranstaltungen</li> </ul>
	Leitfaden Minibasketball	5:46 - 7:54	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kontakt im Rahmen der Minitrainer-Offensive</li> <li>- umfangreiches Material und Ausbildungskonzept</li> <li>- praxisnah mit wichtigen theoretischen Grundlagen</li> <li>- Kooperation von BBW und DBB</li> <li>- empfohlen von Verbänden und Ligen</li> <li>- Autoren: Jürgen Maaßmann &amp; Oliver Mayer</li> </ul>
	Minitrainer Offensive	7:54 - 23:34	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gemeinsames Programm von Ausbildungsfonds und DBB</li> <li>- Steigerung von Zahl und Qualität der Mini-Fortbildungen</li> <li>- Ausbildung neuer Referenten/ -innen</li> <li>- Angebot von Fortbildungen bundesweit</li> <li>- Bündelung, Vernetzung und Austausch</li> <li>- Imagekampagne für Minibasketball</li> <li>- Zusammenstellung (und Erweiterung) des Lehrteams</li> <li>- Festlegen eines Curriculums</li> <li>- zeitgemäßes Lernformat (Online-Campus)</li> <li>- besonderes Lernverständnis (Community mit Lehrteam)</li> <li>- Teilen eigener Ideen und Inhalte</li> <li>- Blick über den Tellerrand</li> <li>- Coach-the-Coach</li> <li>- Videokomentierung/ Online Campus</li> <li>- Pädagogik/ Entwicklung der Sprache</li> <li>- Grundschule live</li> <li>- Referententraining</li> <li>- Praxisbesuche und Hospitation</li> <li>- Austausch zum Kinder-Handball</li> <li>- Austausch zur Kinder-Leichtathletik (2017/18 Clinic)</li> <li>- Gastreferent aus Italien (M. Cremonini)</li> <li>- Gewinnung von Förderung durch FIBA Europe</li> </ul>

## Playlist „Minitrainer-Offensive“

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einbindung in die Durchführung der FIBA Europe Mini-Basketball Convention</li> <li>- 2 Jahrgänge mit 24 Trainerstudenten/ -innen</li> <li>- 7 öffentliche Clinics bei Lehrgängen (fast 500 Coaches)</li> <li>- Youtube-Playlist mit Videos der Clinics</li> <li>- Skripte der Clinics zum Download</li> <li>- Vernetzung/ Anregungen/ good practice</li> <li>- Anpassung des Curriculums</li> <li>- 2 Clinics mit MTO-Team, weitere bereits vereinbart</li> <li>- Durchführung mit DBB-Unterstützung (Kosten)</li> <li>- große Aufmerksamkeit bei Verbänden und Vereinen</li> <li>- 3. Jahrgang wird im Juni 2017 ausgeschrieben</li> <li>- Idee zu öffentlicher Community</li> <li>- Erweiterung der Öffentlichkeitsarbeit</li> </ul>
	minibasketball.de	23:34 - 27:22	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vernetzung von Akteuren im Minibasketball</li> <li>- Plattform für Information, Austausch und Termine</li> <li>- direkte Kommunikation mit „Gleichgesinnten“</li> <li>- Zielgruppenerreichung für Verbände und Ligen</li> <li>- kostenfrei für die Nutzer</li> <li>- keine anonymisierte Nutzung</li> </ul>
	Körbe runter	27:22 - 38:09	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Infrastruktur in deutschen Hallen ist unpassend</li> <li>- 3,05m Korbhöhe ist für Kinder ungeeignet</li> <li>- andere Bälle können nur bedingt Abhilfe schaffen</li> <li>- höhenverstellbare Systeme sind verfügbar</li> <li>- in anderen Nationen selbstverständlich</li> <li>- Berlin geht voran</li> <li>- Basketball ist früher attraktiv (Erfolgslebnisse)</li> <li>- Veränderung des Spiels (Wurfoption)</li> <li>- frühere und angemessene Ausbildung (Wurf)</li> <li>- bisher wettbewerbsnachteil bis in die Spitze</li> <li>- viele andere Sportarten als Vorbild (Kleinfeld, Netzhöhe, Spieleranzahl)</li> <li>- lokal handeln und überzeugen (Schulträger)</li> <li>- Fördermittel nutzen/ Sponsoren finden</li> <li>- Eltern, Fördervereine und Lehrkräfte einbinden</li> <li>- Unterstützung durch Verbände (inhaltlich)</li> <li>- wissenschaftlich Analyse zur Veränderung der Vorgaben für die Hallenausstattung bundesweit (BISp)</li> </ul>