

---

# *Basketball für Anfänger*

IGS Sally-Perel



# *Inhalt*

---

Vorstellung des Projekts (Material usw.)

---

Wie kam es zu der Idee des Projektes?

---

Wie waren meine eigenen Erwartungen an das Projekt?

---

Was sagen Andere zu meinem Projekt?

---

Die folgenden drei Kompetenzen habe ich erlernt...

---

Was kann aus dem Projekt werden? Wie kann es sich weiterentwickeln?

---

2 Nachhaltigkeitsziele

# Vorstellung des Projektes

---



- In meinem Projekt geht es hauptsächlich darum, eine Basketball-AG an einer Gesamtschule sehr anfängerfreundlich zu gestalten und dabei viele verschiedene Übungen zu benutzen, die nicht unbedingt mit Basketball zu tun haben. Hierbei sollen die Kinder beziehungsweise die Jugendlichen lernen, im Team zu arbeiten, Spaß zu haben mit Menschen, die sie vielleicht nicht vorher kannten, oder auch eine neue Sportart für sich zu finden. Dafür hat mir meine Einsatzstelle die Turnhalle zur Verfügung gestellt, die ich frei benutzen durfte. Die Materialien wurden mir ebenfalls freigestellt, wie zum Beispiel Bälle, Körbe, Bänder, Matten und so weiter. Die Teilnahme war völlig frei gestellt, somit konnte jeder von Jahrgang 5–10 mitmachen. Teilnehmer wurden durch eine einfache Umfrage an der Schule und durch das Weitererzählen gefunden, aber dazu später mehr.

## Vorstellung des Projektes 2.0

---

- Das erste Bild zeigt eine Übung, bei der ein Fänger, der sich außerhalb des Kreises bewegt, den „Dieb“, der sich mit den anderen festhält, fangen muss. Verhindern können Sie es nur, indem Sie im Kreis als Team laufen.
- Das zweite Bild ist auch eine tolle Übung für Anfänger und ist als Aufwärmübung gedacht. Hierbei müssen zwei Fänger den Rest der Gruppe fangen. Wenn einer gefangen wird, muss er mit dem Fänger wechseln. Entkommen kann man nur, wenn man auf einer Matte drauf ist. Auf der Matte darf aber nur eine Person drauf sein. Das bedeutet, wenn eine andere Person mit drauf möchte, muss sie die Matte verlassen.







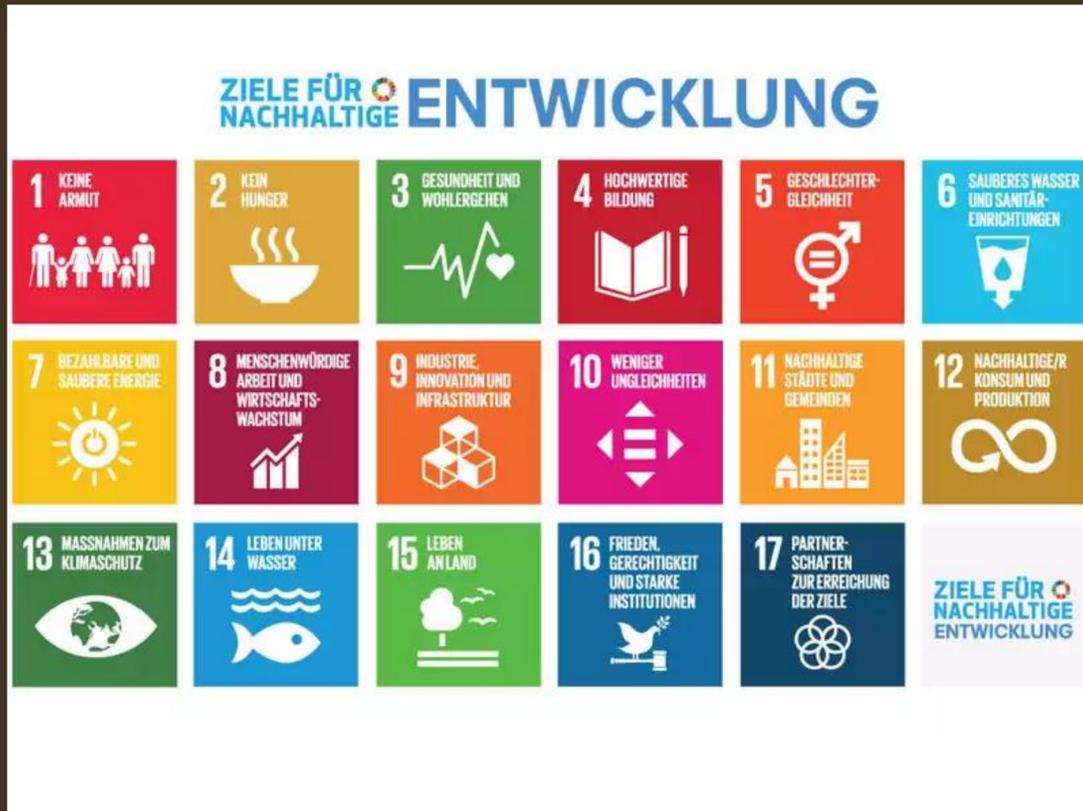




## *Was kann aus dem Projekt werden? Wie kann es sich weiterentwickeln?*

- Hierbei habe ich mir die Worte eines Trainers zu Herzen genommen. Zitat: „Dein Projekt ist echt gut, vielleicht sollte ich auch daran denken, für Neulinge so etwas zu machen.“ Ich denke, wenn die Schüler das in den AGs weitererzählen, wird das schon irgendwann rumgehen, dass es besser wäre, anfängerfreundlich zu starten und vielleicht nicht direkt mit dem Ball in der Hand. Dazu können andere AGs vielleicht auch die Idee beziehungsweise den Gedankengang übernehmen und viel mehr Teilnehmer für ihre persönlichen Projekte gewinnen und Nachmittags-Veranstaltungen wie AGs attraktiver machen.

# 2 Nachhaltigkeitsziele



- Gesundheit und Wohlergehen wurden gefördert durch regelmäßige Trinkpausen, die eingeführt wurden. Durch Spiele, bei denen sich jeder vorstellen musste, wurde auch das Wohlergehen gefördert. Dadurch konnten sich Schüler wohler in der Gruppe fühlen.
- Geschlechtergleichheit: Da die AG sehr anfängerfreundlich gestaltet war, sind glücklicherweise viele Mädchen auch in die AG gekommen, die mit den Jungs bei den Übungen auf jeden Fall mithalten konnten.