

Beschreibung des Sportkurses

Kursbezeichnung **Basketball**

Kursstufe **13.2**

Kursleitung: **Hr. Peithmann**

Inhalt des Sportkurses

Erlernen, üben und trainieren der technischen Grundfertigkeiten:
Passen und Fangen (Brust-, Boden- und Überkopfpas), einhändige Pässe; Dribbling, Korbwurf aus dem Stand, Korbleger, Stoppen und Sternschritt; Erlernen und Üben vortaktischer Elemente:
Blocken, Abstreifen, Kreuzen, Schnellangriff; Verteidigungsformen:
Mann-Mann-Verteidigung, Zonenverteidigung
Erwerb von Spielfähigkeit

Ort und Zeit

Lehrte, Schlesische Str. ; Donnerstag 7.+8.h