

## Station: „Basketball ist Jazz“

**Funfact:** Ernest Butler, ein Mannschaftskollege von Holger Geschwindner (Förderer und Mentor von Dirk Nowitzki), prägte einmal den Satz „Basketball ist wie Jazz“.

### Hauptziele:

1. Kommunikation im Team
2. Rhythmusfähigkeit mit Hilfe basketballspezifischer Fertigkeiten und Musik verbessern

**Material:** 1 Basketball pro Spieler, Musik

### **Hinweise/Ablauf:**

**(1)** Versucht zunächst als Kleingruppe synchron zum gleichen Takt zu dribbeln. Dabei kann man entweder nacheinander vorgehen (1 Spieler beginnt, schrittweise folgen die nächsten Spieler) oder es dribbeln alle gleichzeitig und passen sich einander an und finden einen Takt.

**(2)** Versucht euch paarweise im gleichen Takt den Ball zuzupassen (ggf. Mix aus direktem und indirektem Pass). Schafft ihr es auch mit mehreren Paaren (Trios) im Takt die Bälle zu tauschen?

**(3)** Findet zur vorgegebenen Musik mögliche basketballspezifische Schritte für eine kurze gemeinsame (und wenn möglich synchrone) Choreographie.

***Tipp:** Neben dem Dribbling und Passen können auch sehr einfach der Sternschritt und der Sprungstopp integriert werden.*



