



Informationen zur Lehrprobe: Planung und Gestaltung einer Lehrprobe

Literatur/ Skript:	BBW-Skript Theorie 5, 5.1, 5.2, 5.4 (S. 41 -43 und 49 - 51) Basislehrgang JLS T05-1 Methodische und pädagogische Grundsätze des Lernens und Lehrens Basislehrgang JLS T05-2 Methodik des Basketballtrainings Basislehrgang JLS T06 Planung einer Trainingseinheit (Lehrprobengestaltung) Aufbaulehrgang CBS T17 Planung einer Trainingseinheit (Lehrprobengestaltung)
---------------------------	--

Rahmenbedingungen

Im Rahmen der Trainerausbildung des BBV werden insgesamt **drei-vier Lehrproben** als Prüfung abgelegt. Im Rahmen der Ausbildungslehrgänge JLS und CBS soll jede(r) Teilnehmer(in) mehrmals die Gelegenheit zu **Lehrübungen** erhalten. Die Lehrproben erfolgen in folgenden Formaten:

- ❑ **JLS Lehrgang: Kurzlehrprobe** (ca. 15 Minuten) im Rahmen des Prüfungstages. Die Liste der möglichen Themen ist den Prüflingen bekannt (siehe Anhang 1). Aus dieser Liste wird den Prüflingen ein Thema, das sich auf die Lehrgangsinhalte bezieht, zugelost. Der Trainingsschwerpunkt ist entweder „**Einführung**“ des Themas „**Schulung** des Themas.
- ❑ **CBS Lehrgang: Kurzlehrprobe** (ca. 15 Minuten) im Rahmen des Prüfungstages. Die Liste der möglichen Themen ist den Prüflingen bekannt (siehe Anhang 2). Aus dieser Liste wird den Prüflingen ein Trainingsthema mit zwei Schwerpunkten, die sich auf die Lehrgangsinhalte beziehen, zugelost, wobei die Zielgruppen „Anfänger“ und „Fortgeschrittene“ unterschieden werden.
- ❑ **CLS Lehrgang: Vorprüfung und/oder Vereinslehrprobe** (90 Minuten) im Verein und mit der Mannschaft des Prüflings. Das Thema ergibt sich aus der Saisonplanung des Teams und wird vom Prüfling in diesem Rahmen festgelegt.

Die **Vorprüfung** wird von allen Teilnehmer/innen der C-Leistungssportausbildung als **Probe-Lehrprobe** ca. zwei Monate vor dem Ausbildungslehrgang absolviert. Ist diese überdurchschnittlich gut, entfällt die abschließende Vereinslehrprobe. Sofern sich die abschließende Vereinslehrprobe nicht durch eine überdurchschnittliche Vorprüfung erledigt hat, legen die Teilnehmer/innen der C-Leistungssportausbildung nach dem Ausbildungslehrgang und nach der Theorieprüfung die **Vereinslehrprobe** ab.

Bei allen vorgenannten Lehrproben ist von den Prüflingen eine schriftliche Ausarbeitung ausschließlich nach den folgenden Richtlinien vorzulegen.

Die Lehrprobenausarbeitungen der Prüfungen CBS und CLS werden ausgedruckt (Arial, Seitenränder 1,5 cm, Schriftgrad 11, Zeilenabstand 1,5).

1 Übersicht

Die Lehrprobenplanung und –gestaltung bezieht sich auf die folgenden drei Gesichtspunkte:

- Planungsüberlegungen,
- Verlaufsplan,
- Trainingsstruktur.

2 Planungsüberlegungen

Die **Planungsüberlegungen** zur Lehrprobe werden schriftlich auf **max. zwei A4-Seiten** zusammengefasst. Dabei werden folgende **sieben Gesichtspunkte** behandelt:

1. Organisation:	<ul style="list-style-type: none"> • Spielerzahl (normalerweise mind. 10) • Benötigte Bälle, Körbe und weiteres Material (z.B. Taktikboard, Markierungswesten, Hütchen, Sprungseile, Medizinbälle, Kästen usw.)
2. Sachanalyse:	<ul style="list-style-type: none"> • Genaue Beschreibung des Themas (also wie funktioniert z.B. die Blockverteidigung, was müssen die SpielerInnen wann tun)
3. Trainingsziele:	<ul style="list-style-type: none"> • Benennung sinnvoller Zwischenschritte auf dem Weg zum Gesamtziel (z.B. Blockverteidigung – 5 Möglichkeiten – T-Ziel davon: Help-and-recover)
4. Handlungsanweisungen:	<ul style="list-style-type: none"> • Knappe, treffende Zurufe an die Spieler, mit denen die entscheidenden Spielhandlungen charakterisiert werden (z.B. „<i>jump with the pass</i>“, „Mitte zu“, „<i>bump</i>“, „Tempowechsel““)
5. Methodenwahl:	<ul style="list-style-type: none"> • Begründung des methodischen Vorgehens: • Spiel- oder Übungsmethode • Ganzheits- oder Teillernmethode • Technikspiel oder Drill (lösungs offen oder geschlossen) • Evtl. Methodenkombinationen (z.B. Ganz-Teil-Ganz)
6. Belastungsdynamik:	<ul style="list-style-type: none"> • Wie hoch ist die Belastung? • Maßnahmen zur Aufrechterhaltung eines angemessenen Belastungsniveaus aller Teilnehmer (z.B. mehr Bälle, mehr Körbe, Zusatzaufgaben, Ganzfeldorganisation)
7. Erfolgskontrolle / Leistungssteuerung:	<ul style="list-style-type: none"> • Wie wird das Erreichen des Trainingsziels bzw. der Zwischenziele kontrolliert und überprüft? • Grundsatz: Zählen, Messen, Vergleichen (z.B.: Treffer zählen, erfolgreiche Aktionen zählen, veränderte Punktwertung, Zeit stoppen)

3 Verlaufsplan

Im tabellarischen Verlaufsplan (**A4-Formblatt quer** – siehe Anhang) werden die folgenden Parameter in unterschiedlichen Spalten erfasst:

Zeit	Trainingsblock	Trainingsform	Anmerkungen
00 – 15	1. Aufwärmen	8er-Lauf mit Korbleger	3er Gruppen, je ein Ball

- Die laufende **Trainingszeit** in Einheiten von **5 / 10 / 15 / 20 Minuten** (kleinere Einheiten, z.B. 2 Minuten, sind unpraktikabel und schwer kontrollierbar, größere Einheiten in der Regel zu ungenau),
- der aktuelle **Trainingsblock** (Inhalt/Ziel),
- die für diesen Trainingsblock vorgesehenen **Trainingsformen** („Übungen“)
- Anmerkungen** (z.B. Organisation, Handlungsanweisungen, Korrektur, Schwerpunkte).

Es ist sinnvoll, leicht verständliche Abkürzungen zu verwenden (z.B. „FB“ für Fastbreak, Schnellangriff, „O“ für Offense, usw.) sowie Skizzen anstelle langer Worterklärungen zu benutzen.

4 Trainingsstruktur

Ausgehend von einer **Trainingsdauer von 90 Minuten** weisen die meisten Trainings eine ähnliche Struktur auf, die sich mehr oder weniger variiert in allen Trainingseinheiten wiederfindet und die folgenden Trainingsblöcke umfasst:

Trainingsblock	Trainingsinhalt
1. Aufwärmen (ca. 20 Min.)	<ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines Aufwärmen (z.B. Laufschiene, Seilspringen) • Spezielles Aufwärmen (z.B. Korbleger, u.ä.) • Stretching / Aktivierung / Stabilisierung
2. Schwerpunkt 1 / (1a) (ca. 15-20 Minuten)	<ul style="list-style-type: none"> • Methodische Übungs- bzw. Spielreihe (ca. 3-4 Schritte) • Drills • Methodenkombination (z.B. Übungs-Spielreihe, Handycap-Spiele, Ganz-Teil-Ganz-Methode)
3. Zwischenblock 1 (ca. 5 Minuten)	<ul style="list-style-type: none"> • z.B. Freiwürfe, Shoot-out, Wurfserien
4. Schwerpunkt 2 / (1b) (ca. 15-20 Minuten)	<ul style="list-style-type: none"> • Methodische Übungs- bzw. Spielreihe (ca. 3-4 Schritte) • Drills • Methodenkombination (z.B. Übungs-Spielreihe, Handycap-Spiele, Ganz-Teil-Ganz-Methode)
5. Zwischenblock 2 (ca. 5 Minuten)	<ul style="list-style-type: none"> • z.B. Freiwürfe, Shoot-out, Wurfserien
6. Spiel / Anwendung (ca. 15-20 Minuten)	<ul style="list-style-type: none"> • Aufgaben / Ziele • Schwerpunkte • Zählweise
7. Cool-down (ca. 5-10 Minuten)	Erholungsfördernde Maßnahmen, z.B. <ul style="list-style-type: none"> • Freiwürfe • Auslaufen • Stretching

5 Hinweise zur Prüfung

Rechtzeitig vor der Prüfung wird jeder Teilnehmerin / jedem Teilnehmer ein Thema der jeweiligen Themenliste (siehe Anhang) zugewiesen.

Als **schriftliche Ausarbeitung** legen die Trainer/-innen **insgesamt drei A4-Seiten** ausschließlich nach den folgenden Vorgaben vor:

- Stichpunktartige **Planungsüberlegungen (zwei A4 Seiten)** unter Berücksichtigung der sieben Punkte *Organisation, Sachanalyse, Trainingsziele, Handlungsanweisungen, Methodenwahl, Belastungsdynamik, T-Erfolgskontrolle / Leistungssteuerung (siehe oben unter 2)*.
- Verlaufsplan** (90 – 105 Min.) mit folgenden Spalten (eine Seite A4 quer / Formblatt im Anhang):
Zeit / Trainingsblock / Trainingsform / Anmerkungen (**siehe oben unter 3**)

Das **Schwerpunktthema** wird bei der Planung sinnvoll in die **Gesamtrainingsstruktur (siehe oben unter 4)** eingebettet. Methodisch bilden die **JLS-Skripte JLS-T05-1** und **JLS-T05-2** („*Methodische und pädagogische Grundsätze des Lernens und Lehrens*“ und „*Methodik des Basketballtrainings*“) die verbindliche Grundlage.

- Im Rahmen der **JLS-Kurzlehrprobe** beinhaltet das Thema einen Schwerpunkt (Einführung oder Schulung) und wird in **ca. 30 Minuten** in **ca. 6 sinnvollen methodischen Schritten** umgesetzt. Die weitere Trainingszeit und alle weiteren Trainingsformen müssen in einem sinnvollen Zusammenhang zum Trainingsschwerpunkt stehen bzw. diesen vorbereiten oder ergänzen. Dabei sind die **angemessene Beschäftigung und Belastung von 10 Spieler/-innen** und die optimale **Nutzung der gesamten Halle** (2 Körbe) sowie evtl. zur Verfügung stehender weiterer Korbanlagen zu berücksichtigen.
- Bei der **CBS-Kurzlehrprobe** werden die **beiden jeweils 15-20minütigen Trainingsschwerpunkte** in **je ca. 3-4** sinnvollen methodischen Schritten entwickelt und sinnvoll in das Gesamttraining (90 Min.) eingefügt. Dabei sind die **angemessene Beschäftigung und Belastung von 10 Spieler/-innen** und die optimale **Nutzung der gesamten Halle** (2 Körbe) sowie evtl. zur Verfügung stehender weiterer Korbanlagen zu berücksichtigen. Die in der Themenstellung angegebene Zielgruppe (Anfänger / Fortgeschrittene) ist entsprechend zu berücksichtigen.
- Für die **CLS-Vorprüfung** bzw. **CLS-Vereinslehrprobe** wählt der/die Trainer/in das Schwerpunktthema bzw. die Schwerpunktthemen entsprechend der Jahresplanung und dem Leistungsstand des Vereinsteam selbst aus. Der/die Schwerpunkte(e) wird/werden in **ca. 40 Minuten** in **4–8 sinnvollen methodischen Schritten** erarbeitet und sinnvoll in das Gesamttraining (90 Min.) eingefügt. Dabei sind die **angemessene Beschäftigung und Belastung von 10 Spieler/-innen** und die optimale **Nutzung der gesamten Halle** (2 Körbe) sowie evtl. zur Verfügung stehender weiterer Korbanlagen zu berücksichtigen.

6 Bewertung der Lehrproben

Alle Lehrproben werden nach den folgenden **sechs Kriterien** bewertet. **Die Prüfung ist bestanden, wenn in keinem der sechs Bereiche ein „Minus“ vergeben wurde.**

Für die Anerkennung der CLS-Vorprüfung als CLS-Vereinslehrprobe müssen in der **Ausarbeitung „+“** sowie in der **Durchführung mindestens 3x „+“** erreicht werden.

AUSARBEITUNG (es darf kein „-“ erzielt werden) + / 0 / -	1.1. PLANUNGS- ÜBERLEGUNGEN:	Organisation (Spieler, Material, Hilfsmittel)	++ / + / - / --
		Sachanalyse	++ / + / - / --
		Trainingsziele	++ / + / - / --
		Handlungsanweisungen	++ / + / - / --
		Methodenwahl	++ / + / - / --
		Belastungsdynamik	++ / + / - / --
		T-Erfolgskontrolle / Leistungssteuerung	++ / + / - / --
	1.2. VERLAUFSPLAN:	Zeit - Ziel - Trainingsformen	++ / + / - / --
DURCHFÜHRUNG (es darf kein „-“ erzielt werden) + / 0 / -	2. PRAKTISCHE UMSETZUNG:	T-Zielpräsentation (incl. Medien)	++ / + / - / --
		T-Zielumsetzung	++ / + / - / --
		T-Zielkontrolle	++ / + / - / --
		Flexibilität (z.B. bei neuen Gegebenheiten)	++ / + / - / --
	3. TRAININGSÖKONOMIE:	Belastung (z.B. Spiel/ Trainingsformen)	++ / + / - / --
		Organisation (z.B. Ball/ Korbnutzung)	++ / + / - / --
		Sicherheit (Verletzungsgefahr)	++ / + / - / --
	4. FEHLERKORREKTUR:	Fehlererkennung	++ / + / - / --
		Fehlerbeseitigung	++ / + / - / --
		Korrektur (Einzel-/ Gruppen-)	++ / + / - / --
5. DEMONSTRATION:	Eigenrealisation (Qualität, Angemessenheit, Zeitpunkt)	++ / + / - / --	
+ / 0 / -	6. TRAINERVERHALTEN:	Stellung zur Gruppe	++ / + / - / --
		Informationsgabe (verbal - nonverbal)	++ / + / - / --
		Motivierung (Lob/Kritik)	++ / + / - / --
		Übersicht	++ / + / - / --
		Persönlichkeit (Souveränität, Ausstrahlung)	++ / + / - / --
Endergebnis:	6x + / 5x + / 4x +	3x + / 2x + / 1x + / 6x 0	1x bis 6x -
	gut bestanden	bestanden	nicht bestanden

Anhang 1: Themen der Kurzlehrproben beim JLS Lehrgang

1. Schulung Passen/Fangen
2. Schulung Dribbling
3. Einführung Dribbling
4. Einführung Korbleger
5. Schulung Korbleger
6. Einführung Passen/Fangen
7. Schulung Sprungwurf
8. Einführung Standwurf
9. Einführung Verteidigungsbeinarbeit
10. Schulung Verteidigungsbeinarbeit
11. Einführung Powershot
12. Schulung Powershot
13. Einführung Schnellangriff
14. Schulung Schnellangriff bis 3-2
15. Einführung Verteidigung 1-1 am Ball
16. Schulung Verteidigung 1-1 am Ball
17. Einführung Verteidigung 1-1 am Flügel o. Ball
18. Schulung Verteidigung 1-1 am Flügel o. Ball
19. Einführung Manndeckung 5-5
20. Einführung Angriff gegen Manndeckung 5-5
21. Durchführung eines Minitrainings (10 Jahre) mit 3 Schwerpunkten
22. Einführung des Ballhandlings
23. Schulung des Ballhandlings
24. Schulung des Transitionangriffs
25. Schulung der Transitionverteidigung
26. Schulung von Korblegervarianten

Anhang 2: Themen der Kurzlehrproben beim CBS Lehrgang

1. Befreiungsbewegungen und Angriff 1-1 auf der Flügelposition und Angriff 2-2 (Aufbau – Flügel) ohne Blocks – **Anfänger**
2. Befreiungsbewegungen und Angriff 1-1 auf der Flügelposition und Angriff 2-2 (Aufbau – Flügel) mit direktem Block - **Fortgeschrittene**
3. Verteidigung von Befreiungsbewegungen und Verteidigung 1-1 auf der Flügelposition und Verteidigung im Spiel 2-2 (Aufbau – Flügel) ohne Blocks – **Anfänger**
4. Verteidigung von Befreiungsbewegungen und Verteidigung 1-1 auf der Flügelposition und Verteidigung im Spiel 2-2 (Aufbau – Flügel) mit direktem Block – **Fortgeschrittene**
5. Befreiungsbewegungen und Angriff 1-1 auf der Lowpost-Position und Angriff 2-2 (Lowpost – Flügel) ohne Blocks – **Anfänger**
6. Befreiungsbewegungen und Angriff 1-1 auf der Lowpost-Position und Angriff 2-2 (Lowpost – Flügel) mit direktem Block - **Fortgeschrittene**
7. Verteidigung von Befreiungsbewegungen und Verteidigung 1-1 auf der Lowpost-Position und Verteidigung im Spiel 2-2 (Lowpost – Flügel) ohne Blocks – **Anfänger**
8. Verteidigung von Befreiungsbewegungen und Verteidigung 1-1 auf der Lowpost-Position und Verteidigung im Spiel 2-2 (Lowpost – Flügel) mit direktem Block - **Fortgeschrittene**
9. Entscheidungstraining im Angriff 1-1 auf der Aufbauposition und Angriff 2-2 (Aufbau-Highpost) ohne Blocks – **Anfänger**
10. Entscheidungstraining im Angriff 1-1 auf der Aufbauposition und Angriff 2-2 (Aufbau-Highpost) mit direktem Block - **Fortgeschrittene**
11. Verteidigung im Spiel 1-1 auf der Aufbauposition und Verteidigung im Spiel 2-2 (Aufbau-Highpost) ohne Blocks – **Anfänger**
12. Verteidigung im Spiel 1-1 auf der Aufbauposition und Verteidigung im Spiel 2-2 (Aufbau-Highpost) mit direktem Block - **Fortgeschrittene**
13. Training des Give & Go zwischen Aufbau und Flügel (Ballside Cut / Backdoor Cut) und Entwicklung eines Angriffskontinuums 3-3 (Aufbau – Flügel – Flügel) ohne Blocks - **Anfänger**
14. Training des indirekten Blocks (Außenspieler) und Entwicklung eines Angriffs 3-3 (Aufbau – Flügel – Flügel) mit indirekten Blocks - **Fortgeschrittene**
15. Verteidigung des Give & Go zwischen Aufbau und Flügel (Ballside Cut / Backdoor Cut) und Verteidigung im Spiel 3-3 (Aufbau – Flügel – Flügel) ohne Blocks - **Anfänger**
16. Verteidigung des indirekten Blocks (Außenspieler) und Verteidigung im Spiel 3-3 (Aufbau – Flügel – Flügel) mit indirekten Blocks - **Fortgeschrittene**
17. Training des indirekten Blocks (Innenspieler) und Entwicklung eines Angriffs 3-3 (Flügel – Lowpost – Lowpost) mit indirekten Blocks - **Fortgeschrittene**
18. Verteidigung des indirekten Blocks (Innenspieler) und Verteidigung im Spiel 3-3 (Flügel – Lowpost – Lowpost) mit indirekten Blocks - **Fortgeschrittene**
19. Training des indirekten Blocks (Innen-/Außenspieler) und Entwicklung eines Angriffs 3-3 (Aufbau – Flügel – Lowpost) mit indirekten Blocks - **Fortgeschrittene**
20. Verteidigung des indirekten Blocks (Innen-/Außenspieler) und Verteidigung im Spiel 3-3 (Aufbau – Flügel – Lowpost) mit indirekten Blocks - **Fortgeschrittene**
21. Training des indirekten Blocks (Innen-/Außenspieler) und Entwicklung eines Angriffs 3-3 (Aufbau – Flügel – Highpost) mit indirekten Blocks - **Fortgeschrittene**
22. Verteidigung des indirekten Blocks (Innen-/Außenspieler) und Verteidigung im Spiel 3-3 (Aufbau – Flügel – Highpost) mit indirekten Blocks - **Fortgeschrittene**
23. Einführung und Training des Defensivrebounds und Entwicklung des Transitionangriffs bis 3-2 - **Anfänger**
24. Training des Powershot und des Durchbruchs 1-1 und Training des Überzahlspiels im Transitionangriff - **Fortgeschrittene**
25. Training des Dribblings (Handwechsel und Beidhändigkeit) und Entwicklung einer Manndeckungskonzeption bis 4-4 - **Anfänger**
26. Training des Sprungwurfs und Entwicklung einer Manndeckungskonzeption 5-5 - **Fortgeschrittene**

27. Training der Koordinationsfähigkeit mit Ball
und Entwicklung der Entscheidungsfähigkeit im Überzahlangriff bis 3-2 – **Anfänger**
28. Training der Koordinationsfähigkeit mit Ball
und Training der Entscheidungsfähigkeit im Überzahlangriff bis 3-2 – **Fortgeschrittene**
29. Training des Offensivrebounds
und Einführung der Unterzahl-Transitionverteidigung bis 2-3 – **Anfänger**
30. Training des Offensivrebounds
und Training der Unterzahl-Transitionverteidigung bis 3-4 – **Fortgeschrittene**

Thema:		Datum	Team
Material:			
			
			