

Deutscher Basketball Bund e.V.



Lehr- und Trainerkommission

# **A-Curriculum**

## **Themenblätter für die Ausbildung von A-Trainern\* im Deutschen Basketball Bund**

Auf der Grundlage der aktuellen Beschlüsse  
der Lehr- und Trainerkommission des DBB und der Rahmenrichtlinien für die  
Ausbildung im Bereich des DSB

von

**Prof. Lothar Bösing**

Vorsitzender der Lehr- und Trainerkommission (LTK)

**Peter Radegast**

Referent des Lehr- und Trainerwesens des DBB

**2.Auflage: Mai 2010**

\* Sofern in diesen Richtlinien Frauen und Männer nicht getrennt benannt werden, dient das der besseren Lesbarkeit und ist nicht als diskriminierend zu verstehen.

# Inhaltsverzeichnis

<b>1. Einleitung</b>	S. 4
<b>2. Theorie (34 UE)</b>	
<b>2.1. Trainings- und Bewegungslehre (6 UE)</b>	S. 5
2.1.1. Leistungs-, Trainingssteuerung, Leistungsdiagnostik	S. 5
2.1.2. Trainingskontrollen/-dokumentation	S. 5
<b>2.2. Sportwissenschaftliche Grundlagen zum Thema Schiedsrichter (4 UE)</b>	
2.2.1. Bedeutung und Funktion von Regeln im Sportspiel, Regeltext und Schiedsrichterentscheidung	S. 7
2.2.2. Kognitive Täuschungen als Ursache von Beobachtungsfehlern	S. 7
<b>2.3. Sportpsychologie (8 UE)</b>	S. 8
2.3.1. Mannschaftsbetreuung und Coaching	S. 8
<b>2.4. Methodik und Didaktik (1 UE)</b>	S. 9
2.4.1. Planung und Aufbau von Trainingseinheiten	S. 9
<b>2.5. Medienarbeit / Interviewtechnik (6 UE)</b>	S. 10
2.5.1. Der öffentliche Trainer, Zeitgefühl und Körpersprache, gesprochene Sprache, Verhalten in Extremsituationen	S. 10
<b>2.6. Wirtschaftliche Aspekte des Trainerberufs (4 UE)</b>	S. 11
2.6.1. Einführung in das Arbeitsrecht	S. 11
2.6.2. Steuerliche Hinweise	S. 12
<b>2.7. Neue Medien (2 UE)</b>	S. 13
2.7.1. Basketball im Internet	S. 13
<b>2.8. Scouting (2 UE)</b>	S. 13
<b>3. Sportpraxis und Fachmethodik (26 UE)</b>	S. 14
<b>3.1. Individualtraining im Profibereich (2 UE)</b>	S. 14
3.1.1. Entwicklungsgemäße Inhalte, Technikerwerb und -anwendung, Ziele	S. 14
<b>3.2. Mannschaftstaktik (14 UE)</b>	S. 15
3.2.1. Prinzipien und Methodik von Angriffssystemen	S. 15
3.2.2. Prinzipien und Methodik von Verteidigungssystemen	S. 16
3.2.3. Time and Score/Special Situations – Coaching am Ende des Spiels	S. 16

<b>3.3. Videoarbeit in Training und Wettkampf (4 UE)</b>	S. 17
<b>3.4. Spielstile und -konzeptionen (4 UE)</b>	S. 18
<b>3.5. Gewinnung und Rekrutierung von Spielern (2 UE)</b>	S. 19
<b>3.6. Lehrprobentraining, Prüfungsvorbereitung (3 UE)</b>	S. 20
<b>4. Glossar</b>	S. 21
<b>5. Literaturverzeichnis</b>	S. 24

## Einleitung

Das vorliegende A-Curriculum soll dazu dienen, eine größtmögliche Transparenz sowohl für die Teilnehmer der A-Ausbildung als auch für die Referenten zu gewährleisten. Die Themenblätter benennen dabei ein Mindestanforderungsprofil für die jeweiligen Themen, an denen sich die Referenten orientieren. Den Teilnehmern bietet das neue Curriculum eine Richtschnur, an der sie sich bei der Vorbereitung auf ihre Prüfung orientieren können. Die Inhalte des B-Curriculums werden für die Prüfungen besonders im überfachlichen Bereich vorausgesetzt. Die Wahlthemen sind nicht verbindlich, da auf Grund der Schwerpunkte von Referenten sowie aktueller Entwicklungen und Tendenzen die Themen in den jeweiligen Ausbildungslehrgängen wechseln können.

Das Curriculum wird in regelmäßigen Abständen fortgeschrieben. Die verantwortlichen Referenten evaluieren. Auf der Grundlage gewonnener Erfahrungen und aktueller Trends wird das Curriculum aktualisiert.

Das Glossar soll Teilnehmern, Referenten und Prüfern bei basketballspezifischen Fachausdrücken einen einheitlichen Sprachgebrauch ermöglichen.

Das Literaturverzeichnis enthält die von der LTK empfohlenen Veröffentlichungen zum Thema Basketball. Eine ausführliche Liste ist auf der Homepage des DBB zu finden. Die prüfungsrelevante Literatur für die A-Ausbildung ist besonders gekennzeichnet.

Viele Bestandteile dieses Curriculums wären ohne die Mithilfe der Ruhr-Universität Bochum, die Mitarbeit der Bundestrainer des DBB, der Landestrainer und der Mitglieder des Prüfer- und Ausbilderteams (PAT) nicht zustande gekommen. An dieser Stelle möchten wir uns bei allen für den großen Einsatz, die vielen Anregungen und die erfolgreiche und gute Zusammenarbeit sehr herzlich bedanken.

## 2. Theorie

### 2.1 Trainings- und Bewegungslehre

Dauer: ca. 6 UE

#### 2.1.2 Leistungs-, Trainingssteuerung, Leistungsdiagnostik

##### (1) Trainingssystem ↔ Leistungssystem

##### (2) Regelkreis der Trainings- und Leistungssteuerung: Analyse – Diagnose – Steuerung

- **Analyse** des Anforderungs- bzw. Beanspruchungsprofils (technisch, taktisch, motorisch, psychisch)
- **Diagnose** des Leistungszustands durch Wettkämpfe und leistungsdiagnostische Maßnahmen (s. u.: qualitatives Trainerurteil, Spiel(er)beobachtung, motorische Testverfahren, sportmedizinische Leistungsdiagnostik) ⇒ Ist-Wert
- **Steuerung** der Leistungsentwicklung: Ableitung von Trainings(teil)zielen (⇒ Soll-Wert), Trainings- und Wettkampfplanung, Trainings- und Wettkampfdurchführung, Trainings- und Wettkampfkontrollen, Auswertungs- und Korrekturmaßnahmen

##### (3) Leistungsdiagnostische Maßnahmen

- qualitatives Trainerurteil ⇒ Problematik der fehlenden Objektivität
- Spiel(er)beobachtung ⇒ komplexe Diagnostik des Spiel(er)verhaltens im Wettkampf
- standardisierte motorische Testverfahren (im Feld / im Labor) ⇒ isolierte Diagnose einzelner Leistungsfaktoren
- sportmedizinische Leistungsdiagnostik (im Labor / im Feld) ⇒ Bioparameter zur Beurteilung des physischen Leistungszustands

#### 2.1.2 Trainingskontrollen/-dokumentation

##### (1) Trainingskontrollen

- unverzichtbar zur **Leistungs- und Entwicklungsdiagnose**
- wichtig zur **Trainingssteuerung**: Überprüfung der Trainings(teil)ziele

- geeignete Maßnahmen sind in erster Linie die **sportmotorischen Tests**, je nach Budget/Ausstattung/Zeit sind aber auch andere leistungsdiagnostische Interventionen (Spiel(er)beobachtung, sportmedizinische Leistungsdiagnostik) möglich

## (2) Sportmotorische Tests

- **Kriterien** sportmotorischer Testverfahren: Standardisierung, Abgrenzbarkeit der zu erfassenden Merkmale, Gewährleistung quantitativer Messergebnisse, Gewährleistung der Einordnung individueller Testergebnisse in Ergebnisse von Bezugsgruppen
- **wissenschaftliche Gütekriterien**: Objektivität, Reliabilität, Validität
- **Nebengütekriterien**: Normierung, Vergleichbarkeit, Ökonomie, Nützlichkeit
- **Beispiele** für sportmotorische Tests bzgl. Technik & Motorik
- Testprofile / Testbatterien
- informelle Tests (motivationale Aspekte, Praktikabilität)

## (3) Trainingsdokumentation

- **Wer** dokumentiert???
- **Trainer**: Komplextraining, komplexes Taktiktraining
- **Spieler**: Komponententraining, wiederkehrende Trainingsroutinen und -kontrollen, subjektive Bewertungen
- Grundlage für den Soll-Ist-Vergleich von Planvorgabe und -realisierung
- effektives Mittel zur **Trainingswirkungsanalyse**
- **Inhalte** der Dokumentation: Trainingsinhalte, spezifische Belastungsnormative der Trainingsinhalte, zugeordnete Zeitstrukturen
- Möglichkeiten der **statistischen Auswertung**
- Verfahren:
  - **Trainingsprotokoll** (Erfassung quantifizierbarer Parameter mit Hilfe vorstrukturierter Formblätter, PC, Palm)
  - **Trainingstagebuch** (subjektive Athletenaufzeichnungen)

## (4) Funktionen und Durchführung in der Praxis

### Interpretation und Kritik

## **2.3 Grundlagen zum Thema Schiedsrichter**

### **2.3.1 Bedeutung und Funktion von Regeln im Sportspiel; Regeltext und Schiedsrichterentscheidung**

Dauer: 2 UE

- kodifizierte vs. informelle Regeln
- Regeltext und Schiedsrichterentscheidung
- Kontrolle von Sozialverhalten im Sportspiel

### **2.3.2. Kognitive Täuschungen als Ursache von Beobachtungsfehlern**

Dauer: 2 UE

- Quellen systematischer Urteilsverzerrungstendenzen
- Soziale Informationsverarbeitung (Social Cognition)

## 2.4 Sportpsychologie

### 2.4.1. Mannschaftsbetreuung und Coaching

Dauer: 8 UE

Lehrgangsziel: Informieren, beraten und erarbeiten sportpsychologischer Ansätze zur Optimierung der Mannschaftsbetreuung und des Coachings im Training - in der mittelbaren, -unmittelbaren Wettkampfvorbereitung, - während des Wettkampes und - in der Wettkampfnachbereitung.

Ja nach Bedarf der Teilnehmer wird ein Teil der folgenden Lehrgangsinhalte bearbeitet:

- Umgang mit Konflikten und Konfliktlösung
- Gesprächsführung und Kommunikation
- „Wie sag ich es meinem Sportler“ - Zeitpunkt und Inhalt einer Mannschaftsbesprechung
- Trainerkompetenz in der Wettkampfpause
- Wie entwickle ich ein Team?
- Debriefing (prozessuale Nachbereitung von Ereignissen)
- Umgang mit belastenden Ereignissen bei Trainern und Spielern vor, während und nach dem Spiel

## 2.5 Methodik und Didaktik

### 2.5.1. Planung und Aufbau von Trainingseinheiten

Dauer: 1 UE

- was will ich mittel- und langfristig mit der Trainingsgruppe erreichen (entwicklungsgemäße Inhalte)?
- welchen zeitlichen Umfang umfasst die Trainingseinheit [TE]?
- inhaltliche- und belastungstechnische Eingliederung der TE in den Wochen-, Monats- und Jahresplan (Bedeutung des Trainings im langfristigen Leistungsaufbau)?
- welches Ziel verfolge ich in dieser Trainingseinheit?
- wie gestaltet sich die Belastungssteuerung im Verlauf der Trainingseinheit und in Bezug auf die Gesamtbelastung (innerhalb der Woche/Monat)?
- wie erreiche ich das geplante Trainingziel (Methodik)?

#### Terminologie

- cool down
- Mikrozyklus
- Makrozyklus
- Break down drill

## **2.6 Medienarbeit / Interviewtechnik**

### **2.6.1. Der öffentliche Trainer, Zeitgefühl und Körpersprache, gesprochene Sprache, Verhalten in Extremsituationen**

Dauer: 6 UE

#### I. Inhalte / Gegenstand

- Zeitgefühl
- Körpersprache
- Freies Sprechen
- Sprechen: Form und Inhalt
- Definition Öffentlichkeit
- Pressearbeit, Medienarbeit
- Persönlichkeit
- Interviewtraining
- Extremsituationen
- Lampenfieber, Mikrofonangst

#### II. Methodik / Didaktik

- Vortrag und Thesen
- Hörbeispiele
- Übungen mit und ohne Mikrofon
- Übungen mit und ohne Basketball-Kontext
- Reflektion über Selbstkritik
- Korrekturen

## **2.7      Wirtschaftliche Aspekte des Trainerberufs**

Dauer: 4 UE

### **2.7.1      Einführung Arbeitsrecht**

#### Vertragsformen

- Anstellungsvertrag
- befristete Verträge
- Honorar- / Dienstleistungsverträge
- Sponsorenverträge, Verträge mit Dritten
- geringfügig Beschäftigte
- Übungsleiter
- Ehrenamt

#### Anstellungsvertrag

- Zustandekommen
- Inhalt und Form
- Rechte und Pflichten des Arbeitnehmers
- Rechte und Pflichten des Arbeitgebers
- einzelne Regelungen
- Vergütung

#### Beendigung

- Kündigung
- Aufhebung
- Befristung

#### Gerichtliche Verfahren

Sozialversicherungsrecht (-pflicht)

Berufsfelder, Anstellungsträger

## **2.7.2 Steuerliche Hinweise**

- Steuerpflicht
- Lohnsteuerkarte
- Geldwerte Vorteile
- Verpflegungsmehraufwand
- Nacht-, Sonn- und Feiertagszuschläge

## 2.8 Umgang mit den neuen Medien

Dauer: 1 UE

Informationsplattform Internet

- Internet-Suche Google, Tageszeitungen, Statistiken, Homepages
- Tools für Trainer, wichtige Adressen, Links
- Bücher, Videos, Material kaufen im Internet

Umgang mit dem Internetportal Trainer des DBB

- Konzeptvorstellung
- Übungen suchen
- Mannschaften selbst anlegen
- Training planen und ausdrucken
- eigene Übungen in der Datenbank erstellen
- Kommunikation über das Forum

## 2.9 Scouting

Dauer: 2 UE

Scouting im Training

- Key Scout (BBL)
- Vorstellen der Palm Scouting Software
- Selbsterfahrung im Trainingsspiel
- Auswerten mit dem PC
- Archivieren und Drucken von Scoutings

### 3. Sportpraxis und Fachmethodik

#### 3.1 Individualtraining im Profibereich

##### 3.1.1. Entwicklungsgemäße Inhalte, Technikerwerb und -anwendung, Ziele

Dauer: 2UE

Individualtraining

###### I. Allgemeines

- *Entwicklungsgemäße Inhalte* (Alters-, Entwicklungsstufen und Lernphasen berücksichtigen → realistische Ziele setzen)
- *Technikerwerb* (motorisches Ausgangsniveau, steigende Anforderungen stellen, akustische + visuelle Hilfen, Handlungsgeschwindigkeit etc.)
- *Technikanwendung* (wettkampfspezifische Bedingungen schaffen, Variation der Bewegungsausführung und Übungsbedingung, Handlungsgeschwindigkeit, situationsangepasstes Handeln → Entscheidungstraining, Entschlossenheit etc.)
- *Ziele des Athleten und des Trainers*

###### II. Methodische Grundsätze

- unter standardisierten Bedingungen trainieren
- Variation der Aufgabenstellung, Tempo- und Rhythmuswechsel
- Verschiedene Techniken miteinander verbinden (Bewegungskoordination)
- Transfer in den Wettkampf (Entscheidungsverhalten durch Hinzunahme von Verteidigern schulen → bis hin zum 3 – 3)
- Athleten zum Entscheidungsdenken bringen (Signale lesen → Bewegungs- bzw. Entscheidungsmuster abrufen)

###### III. Praxis

- Technikerwerb 1 – 0 → üben und schulen des Bewegungsmusters
- Technikanwendung 1 – 1 → Verteidiger unterstützt das Trainingsziel (z.B. halbaktive Verteidigung), Variation der Aufgabenstellung → siehe methodische Grundsätze
- Entscheidungstraining 1 – 1 bis hin zum 3 – 3 unter Berücksichtigung der max. Handlungsgeschwindigkeit (Wettkampfnah trainieren)
- Bei der Beurteilung der Entscheidungsqualität den Athleten mit einbeziehen!

## **3.2 Mannschaftstaktik**

### **3.2.1. Prinzipien und Methodik von Angriffssystemen**

Dauer: 6 UE

#### I. Allgemeines

- Angreifergrundprinzipien (z.B. Spacing, Tempo- und Rhythmuswechsel etc.)
- Grundprinzipien mit Ball (positionsspezifische Differenzierung)
- Grundprinzipien ohne Ball
- Gruppen- und mannschaftstaktische Grundprinzipien
- Unterschiedliche Angriffssysteme (Continuity OFF, Multi purpose OFF etc.)

#### II. Methodik

- Theoretische Behandlung des Spielsystems
- Break down Drills (isolieren von gruppentaktischen Maßnahmen → 3 – 3 oder 2 – 2 +1 etc.)
- Inhalte zusammenführen

#### III. Praxis

- Präsentation eines ausgewählten Angriffssystems
- Unterschiede verschiedener Angriffssysteme
- Vor- und Nachteile unterschiedlicher Angriffssysteme
- Darstellung der Konzeption des Referenten

### 3.2.2. Prinzipien und Methodik von Verteidigungssystemen

Dauer: 6 UE

#### I. Allgemeines

- Grundprinzipien verschiedener Verteidigungssysteme
- Unterschiedliche Verteidigungssysteme bzw. -konzeptionen (Ball-Raum Verteidigung, Match-up, Switching Defense, Box and One etc.)

#### II. Methodik

- Theoretische Behandlung verschiedener Verteidigungssysteme
- Break down Drills zu ausgewählten Inhalten

#### III. Praxis

- Präsentation einer ausgewählten Verteidigungskonzeption
- Vor- und Nachteile unterschiedlicher Verteidigungssysteme
- Darstellung der Konzeption des Referenten

### 3.2.3. Time and Score/Besondere Situationen – Coaching am Ende des Spiels

Dauer: 2 UE

#### I. Allgemeines

- *Entwicklungsgemäße Anforderung* (Alters-, Erfahrungsebene des Athleten → unerfahrene Spieler oder „fertige“ Spieler?)
- *Anforderungsprofil des Trainers* (positive Ansprache, Körpersprache, Form des Coachens, Inhalt, etc.)
- *Anforderungsprofil des/der Spieler in End-Game Situationen berücksichtigen* (psychische Disposition, Beeinflussungsfaktoren, etc.)
- *Was kann in Stresssituationen abgerufen werden* (KISS = keep it simple stupid, nur Trainiertes abrufen, etc.)?
- *Wie verhält sich das Team bei einer knappen Führung?*
- *Was sollte der Trainer vermeiden* (Ratlosigkeit, Unsicherheit, unvorbereitet, etc.)?
- *Taktische Fouls - Uhr stoppen*

#### II. Praxis

- *Theoretische Analyse der Spielsituation* (Mentale Disposition der Spieler, Spielverlauf bis zu dieser Situation, verbleibende Spielzeit, Teamfoul, etc.)

- *End Game Situation simulieren* (z. B. Zeit, Spielstand, Ballbesitz, Teamfoul, etc. vorgeben)
- *Variation der Aufgabenstellung* (Führung oder Rückstand, Zeit, Spielstand, etc.)
- *End Game Situationen als Automatismen*
- *Demonstration von verschiedenen Situationen* (Last Second Play, Presskilling, Inbound, etc.)

### **3.3 Videoarbeit in Training und Wettkampf**

Dauer: 4 UE

Videoschnitt mit dem PC

- Equipment für einfache Aufnahmen (USB, Firewire Camera)
- Schnittprogramm Moviemaker2 (Kostenlos bei WindowsXP)
- Aufnahme von Spielsequenzen
- Aufnahme von Bewegungsabläufen
- Schneiden von Filmen
- Brennen und Fertigstellen des Films auf Video/CD/DVD
- Professionelle Ausstattungsrichtwerte

### 3.4 Spielstile und -konzeptionen

Dauer: 4 UE

#### I. Inhalte/Gegenstand:

Unterschiedliche, eigenständige Konzeptionen der Spielgestaltung von Mannschaften aus verschiedenen Nationen. Charakteristika der Konzeptionen und mögliche Gründe dafür.

#### Theorie

- Gemeinsamkeiten der Spielstile bei einzelnen Nationen über verschiedene Altersklassen hinweg
- Erkennbare Orientierung und Identifizierung zu/mit einem Konzept

#### Herausragende Merkmale der Spielgestaltung und mögliche Gründe (Beispiele):

- Spanien: Schnellangriff, fast immer hervorragende Aufbauspieler
- Lettland: Wurforientierung, sehr oft herausragende Werfer
- Frankreich: sehr strukturiert, verteidigungsorientiert, sehr gute Athleten, guter Mannschaftszusammenhalt (Internat)
- Deutschland: Teamorientierung, kampfbetont, mannschaftliche Geschlossenheit, hohe Einsatzbereitschaft
- Serbien & Montenegro: Motion Offense, freies Spiel, individuell und gruppentaktisch sehr gut ausgebildete Spieler

### 3.5 Gewinnung und Rekrutierung von Spielern

Dauer: 2 UE

#### 1. Schritt: Definitionen

Klare Vorstellungen und Entscheidungen über **was** gesucht wird.

#### 2. Schritt: Klare Selektionskriterien festlegen

- Mentale Disposition
- Soziale Kompetenz
- Athletische Fähigkeiten
- Basketball Fähigkeiten

#### 3. Schritt: Scouting - Information Suchen und Auswerten

- Im Internet
- bei Coaches & Eltern
- bei Agenten & Repräsentanten
- bei Talenten/Spielern persönlich
- Liga Spiele ( BBL, 2.BL, Jugend, etc.)
- All-Star Teams ( Turniere & Meisterschaften)
- All-Star Camps ( DBB, NBA, etc.)
- Summer Leagues (NBA, Agenturen)

#### 4. Schritt: Recruiting

- Kontaktphase – Telefon / persönliches Treffen / über dritte Person
- Interessenslagen klären
- Vorstellung eines Programms
- Heimbesuch
- Einladung zum Besuch - Try-Out - Spiele
- Gegenseitiges kennen lernen
- Abschließende Beratungen & Evaluation
- Ein personalisiertes Angebot zusammenstellen
- Eine Vereinbarung erzielen

#### 5. Schritt: vorbereitende Recruiting Aktivitäten

- regelmäßiges "Mailing / Newsletter" (monatlich)
- regelmäßige informelle E-mails (monatlich)
- regelmäßige Telefongespräche (monatlich)
- regelmäßige Kommunikation mit Berater, Eltern, etc.
- eventuell mehrere Heimbesuche
- eventuell mehrere Einladungen zu Spielen oder Try-outs

## **3.6 Lehrprobentraining, Prüfungsvorbereitung**

Dauer: 3 UE

### **I. Inhalte/Gegenstand**

- Sach- und Bewegungsanalyse
- Bewegungsbeschreibung
- Methodik und Übungsformen
- Demonstrieren oder Bewegungsvorstellung vermitteln
- Handlungsanweisungen
- Korrekturen
- Vermittlungstechniken (u. a. Ansprache, Stellung zur Gruppe, etc.)

### **II. Methodik/Didaktik**

- Erstellung einer Lehrprobe in Gruppenarbeit
- Lehrprobendurchführung mit der Gruppe
- Auswertung in der Gruppe

### **III. Terminologie**

- Trainingssteuerung
- Trainingsökonomie
- Spielnahe Übungsformen
- Sprachsteuerung
- Differenzierung
- Sicherheit
- Medien
- Körpersprache

## 4. Glossar

Back screen	=	Block im Rücken des Verteidigers
Backdoor (cut)	=	der angreifende Spieler schneidet im Rücken des Verteidigers zum Korb
Ball-Line Defense (open stance)	=	Verteidigungsposition des 2. Helfers bei Penetration an der Baseline: Rücken zum Korb auf der Ball-Korb-Linie mit Blickkontakt zum eigenen Gegenspieler
Ball-Your-Man-Konzept (closed stance)	=	Verteidigungsposition zwischen dem Angreifer und dem Ball
Bump / Hit	=	durch Körperkontakt die Laufrichtung des Angreifers verändern (Cutverteidigung)
Closed stance	=	Verteidigungsposition mit dem Rücken zum Ball
Close out	=	das Verringern des Abstandes Verteidiger / Angreifer
Cross Screen	=	Gegenblock parallel zur Grundlinie
Curl	=	enge Kurve um ein gestellten Block laufen
Deflecting hand	=	die Hand, die sich im Passstrahl befindet
Deny	=	Anspiel verhindern, überspielen, Anspielweg schließen
Dive cut	=	Schneidebewegung bei der man, nachdem man aus einem gestellten Block kommt, eine Anbietetbewegung zum Ball antäuscht und hart zum Korb schneidet
Double Team	=	zwei Verteidiger bedrängen den ballführenden Angreifer
Down Screen	=	vertikaler Gegenblock
Early offense	=	weiterführendes System nach dem Transitionangriff aber vor der Überleitung zum Set play
Facing	=	Anschauen des Korbs, Ausrichten der Schulterachse nach Anspiel zum Korb (Einnehmen einer Position mit den Optionen: Werfen, Passen und Dribbeln)
Fake screen	=	Blockfinte
Fill zone spots	=	Auffüllen der relevanten Zonenbereiche/ Nahtstellen besetzen
Flare	=	Anbietetbewegung weg vom Verteidigungsspieler und Korb
Flare cut	=	Schneiden und Anbieten weg vom Korb und Verteidiger
Flare screen	=	Blockwinkel: Rücken des Blockstellers zeigt zur Spielfeldecke oder Seitenauslinie
Fronting	=	Überspielen des Angreifers
Give and go	=	Doppelpass, passen und schneiden
Hand off	=	Ballübergabe, Angreifer wird als Schirm benutzt
Hedge and back	=	kurzes Heraustreten und zurückkommen des Verteidigers des blockstellenden Angreifers

Help	=	Helfen
Help and recover	=	Der Verteidiger des Blockstellers hilft kurz beim ballführenden Spieler, bis sein Verteidiger ihn wieder übernehmen kann und nimmt anschließend seinen Gegner wieder auf.
Help and rotate	=	helfen und rotieren
Helpside	=	ballferne Spielfeldseite (weakside)
Help the helper	=	dem helfenden Verteidiger helfen (2. Hilfe)
Jab step	=	kurze, schnelle Fußfinte, um den Verteidiger aus dem Gleichgewicht zu bringen
Jam and under	=	Blockverteidigungsvariante
Jam the rebounder	=	Unterdrucksetzen des Defensiv-Rebounders zur Outlet-Verzögerung
Jump with the pass	=	mit einem Pass die Verteidigungsposition so zu verändern, dass der Passgeber nicht vor einem zum Korb schneiden kann
Jump penetration	=	Penetration mit einen Sprung in die Landung vor dem Wurf
Low post	=	tiefe Position des Innenspielers am Rande des 3-Sekundenraumes
Match-up-Phase	=	Abzählen und Übernahme von Gegenspielern
Mismatch	=	vor- oder nachteilhafte Zuordnung von Verteidigern und Angreifern (Groß gegen Klein/Klein gegen Groß)
Outlet-Pass	=	erster schneller, kurzer Pass nach Defensivrebound oder Korberfolg nach außen zu einem Spieler (an der Seite), um Fastbreak einzuleiten
Passing game	=	schnelles, alternierendes Passspiel, um die Verteidigung zu bewegen (organisierter Positionsangriff)
Penetrate and create	=	Dribbling in den 3-Sekunden-Raum und kreieren einer vorteilhaften Spielsituation
Penetrate and kick	=	den Ball nach Dribbling zum Korb nach außen passen
Pick & Pop	=	nach einem Block zum Anbieten nach außen abrollen
Pick `n` Roll	=	Blockstellen und zum Korb abrollen
Pivot-Techniken	=	Centerbewegungen im Low-Post
Primary break	=	Primärer Schnellangriff: einfach. Überzahlsituationen (2-1, 3-2)
Pump fake	=	pumpende Wurffinte
Rebound	=	den vom Brett abspringenden Ball erlangen
Re-Screen	=	erneutes Block stellen nach zuvor erfolgtem Block

Run and jump	=	bei einer Manndeckung kommt ein weiterer Spieler zum Doppeln, der erste Verteidiger sinkt danach ab und nimmt den vorherigen Platz des zweiten Spielers ein
Run and double	=	schnelles Doppeln eines Angreifers mit Ball
Safety	=	1. Spieler, der nach Korbwurf oder Ballverlust den eigenen Korb absichert
Screen away	=	Gegenblock, Rücken des Blockstellers zeigt zum Ball
Screen the screener	=	dem zuvor blockstellenden Angreifer ebenfalls einen Block stellen
Secondary break	=	Sekundärer Schnellangriff: mit der zweiten Welle (1./2. Trailer) zum Korberfolg kommen
Set Offense	=	organisierter Positionsangriff
Set Plays	=	verschiedene vorherbestimmte Spielzüge
Slash-Technik	=	Befreiungsbewegung von Innenspielern (mit dem Arm den Verteidigerarm runter oder Hochdrücken)
Snap	=	den Kopf von links nach rechts oder umgekehrt drehen in der Deny Position
Spacing	=	Raumaufteilung
Specials	=	spezielle Spielzüge, Optionen nutzen
Spin move	=	schneller Rückwärtssternschritt
Split screen	=	Kreuzen zweier Angreifer mit einem Blocksteller
Squeeze	=	a) einen Blocksteller hart bedrängen und eventuell etwas Schieben, b) 2 Blocksteller lassen eine Lücke, die sie plötzlich schließen
Staggered screen	=	zeitlich und räumlich versetzter Doppelblock (nacheinander)
Stretch the Zone	=	die Zonenverteidigung auseinander ziehen (weite Wege)
Switch	=	Wechseln der direkten Gegenspieler
Talk your jobs	=	Ansagen der Verteidigungsaufgaben
Top Cut	=	Schneidebewegung vor dem Verteidiger vorbei (im Gegensatz zum Backdoor cut)
Transition	=	Übergang von Verteidigung zu Angriff und umgekehrt
Trap	=	ballbesitzende Spieler wird von zwei Verteidigern so bedrängt, dass er in der "Falle" sitzt und ein Abspiel nur schlecht oder nicht mehr möglich ist
Try-outs	=	Probezeit oder Testveranstaltung
Weakside	=	ballferne Spielfeldseite

## 5. Literaturhinweise zur A-Ausbildung

- BLÜMEL, K. / BRAUN, R. / BRILL, D. / KASCH, M.: Rahmentrainingskonzeption Basketball für Kinder und Jugendliche im Leistungssport (2.Auflage). in Druck
- BRAND, R. (2002). Schiedsrichter und Stress (Seiten 12-40). Schorndorf: Hofmann.
- FAIGLE, C.: Athletiktraining Basketball. die besten Übungen ; [mit Trainings-CD-ROM]. Reinbek bei Hamburg 2000, ISBN: 3499194996
- FRIEDRICH, W.: Optimale Sporternährung. Spitta Verlag, Balingen 2006, ISBN 3-934211-76-3
- GÄRTNER, K./ZAPF, V.: Konditionstraining - am Beispiel Basketball. Trainingsplanung und -steuerung im Leistungssport 1. Aufl. Sankt Augustin 1998, ISBN: 3896650556
- GROSSER / ZINTL: Training der konditionellen Fähigkeiten (Studienbrief 20 der Trainerakademie Köln)
- HAGEDORN, G. / NIEDLICH, D. / SCHMIDT, G.: Basketball - Handbuch. Reinbeck 1996, ISBN: 3499194279
- MARTIN, D., CARL, K. & LEHNERTZ, K. (1993). Handbuch Trainingslehre. Schorndorf: Hofmann.
- NEUMANN, G./MELLINGHOFF, R.: FundaMental Training im Basketball. Praxisnahe Trainings- und Wettkampfhilfen für Trainer und Spieler. München 2001, ISBN: 3980674967
- NIEDLICH, D./ KRÜGER, A.: 200 neue Basketball-Drills. Schorndorf 2001, Verlag Hofmann, ISBN: 3778095730
- PATRICK, J./LOIBL, T.: Skill & Drill Book, Grundlagentraining Offense im modernen Basketball, City-Verlag GmbH Chemnitz, 2002
- PLESSNER, H./ RAAB, M. (1999). Kampf- und Schiedsrichterurteile als Produkte sozialer Informationsverarbeitung. Zeitschrift Psychologie und Sport, 6, 130-145.
- SCHAUER, E.: Wurftrainer Basketball. Die besten Übungen und Programme. Reinbek bei Hamburg 2002, ISBN: 3499610116
- SCHRÖDER, J./BAUER, C.: Basketball trainieren und spielen. Reinbek 1996, ISBN: 3499186411
- STEINHÖFER, D. Grundlagen des Athletiktrainings. Theorie und Praxis zu Kondition, Koordination und Trainingssteuerung im Sportspiel. Münster: Philippka 2003
- WEINECK, J. / HAAS, H.: Optimales Basketballtraining: das Konditionstraining des Basketballspielers. Balingen 1999, ISBN: 3932753674
- WEINECK, J: Optimales Training. (Balingen: perimed-spitta Medizin, ISBN 3-932753-98-4)
- ZAWIEJA, M.: Leistungsreserve Hanteltraining – Handbuch des Gewichthebens für alle Sportarten, Philippka-Sportverlag, Münster 2008, ISBN: 978-3-89417-175-9