



Quelle: DBB/Kröger



**SCHULSPORT  
SYMPOSIUM  
2023**

# 3X3 Basketball

## ...in der Schule...

07. Mai 2023

Karsten Schul    Georg Kleine



# Gameplan



**Warm Up**



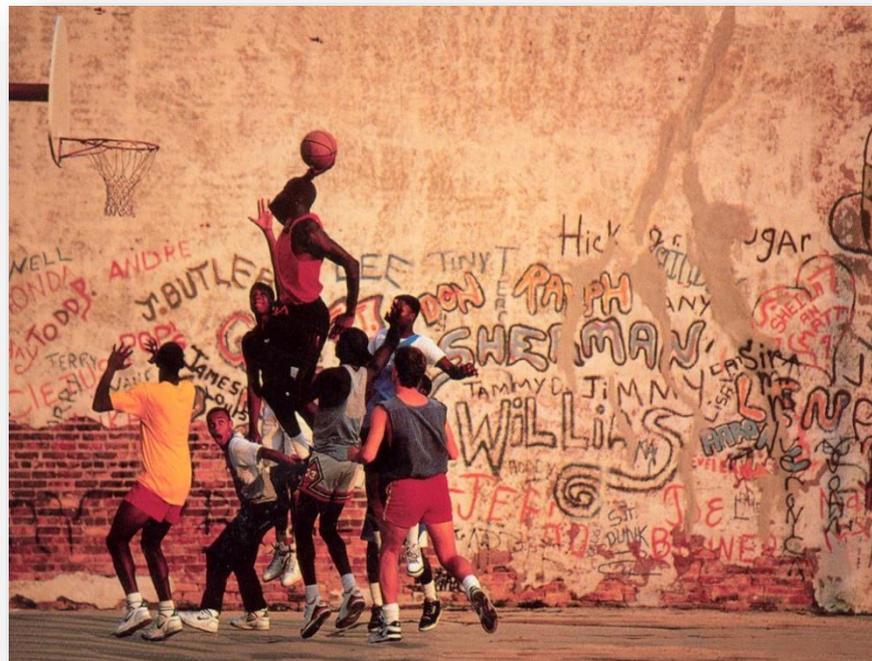
**3X3 / Streetball**



**Studien**



**3X3 in die Schule**



Quelle: [www.wallpaperaccess.com](http://www.wallpaperaccess.com)



Quelle: [www.britanica.com](http://www.britanica.com)

1891

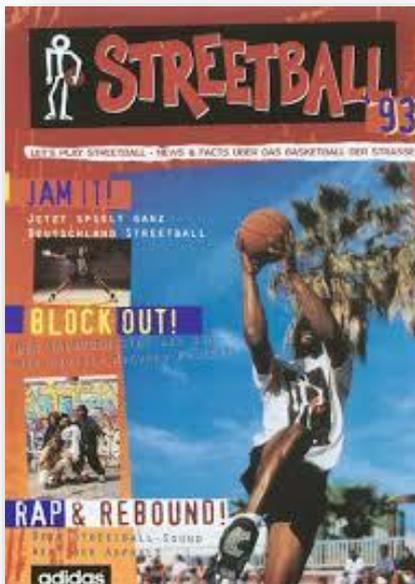
## Historie...



Quelle: [www.timeline.com](http://www.timeline.com)



# 1990er



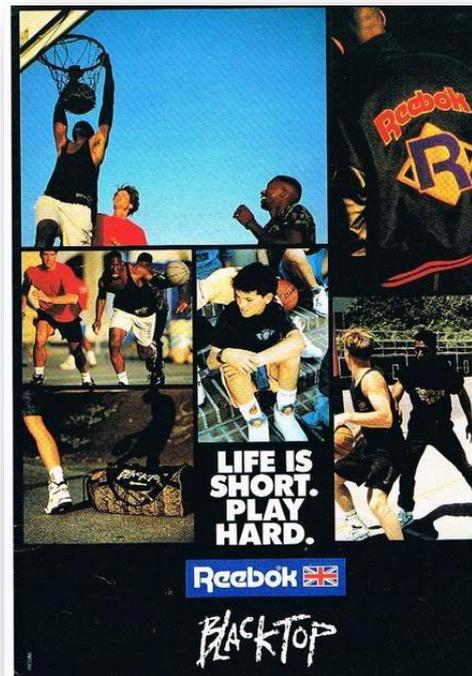
Quelle: [www.beck-elibrary.de](http://www.beck-elibrary.de)



Quelle: [www.zumwirt.de](http://www.zumwirt.de)



Quelle: [www.sneakersmagazine.com](http://www.sneakersmagazine.com)



Quelle: [www.defynewyork.com](http://www.defynewyork.com)



2010... bis heute



Quelle: [www.fiba3x3.com](http://www.fiba3x3.com)



2010 Youth Olympic Games



2017 Aufnahme in das Olympische Programm



2021 Olympische Spiele Tokio





## Was sind die (Haupt)-Unterschiede...?

3X3



Quelle: [www.basketball-bund.de](http://www.basketball-bund.de)

(3vs3...5vs5) Streetball



Quelle: [www.tus-grosskarolinenfeld.de](http://www.tus-grosskarolinenfeld.de)





Shotclock

Quelle: [www.erhardsport.de](http://www.erhardsport.de)



Quelle: [www.basketballdirekt.de](http://www.basketballdirekt.de)



Quelle: [www.sportshop.com](http://www.sportshop.com)



Quelle: [www.erhardsport.de](http://www.erhardsport.de)





# 3X3 (Inter)-Nationale Regeln



10 Minuten / 21 Punkte



Shot-Clock 12 Sekunden



1 oder 2 Punkte





**3X3**



**Kein Check!!!**



**Shot-Clock** (Angriffszeitbegrenzung: i.d.R. 12 sek.)!!!

Dadurch:



**(Deutlich) Weniger Angriffszeit  
& weniger Unterbrechungen**





**3X3...**



**...„is a ten minute sprint...“**



Quelle: [www.istockphoto.com](http://www.istockphoto.com)





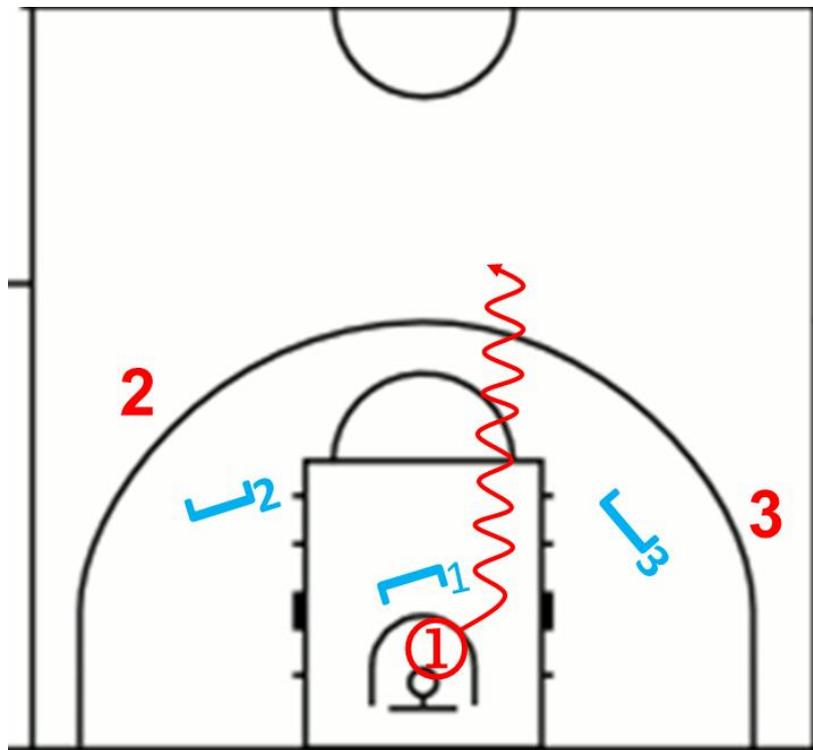
# Ballbesitzwechsel (z.B. nach Korberfolg oder Ballgewinn)



## Dribble out



12, 11, 10, 9...





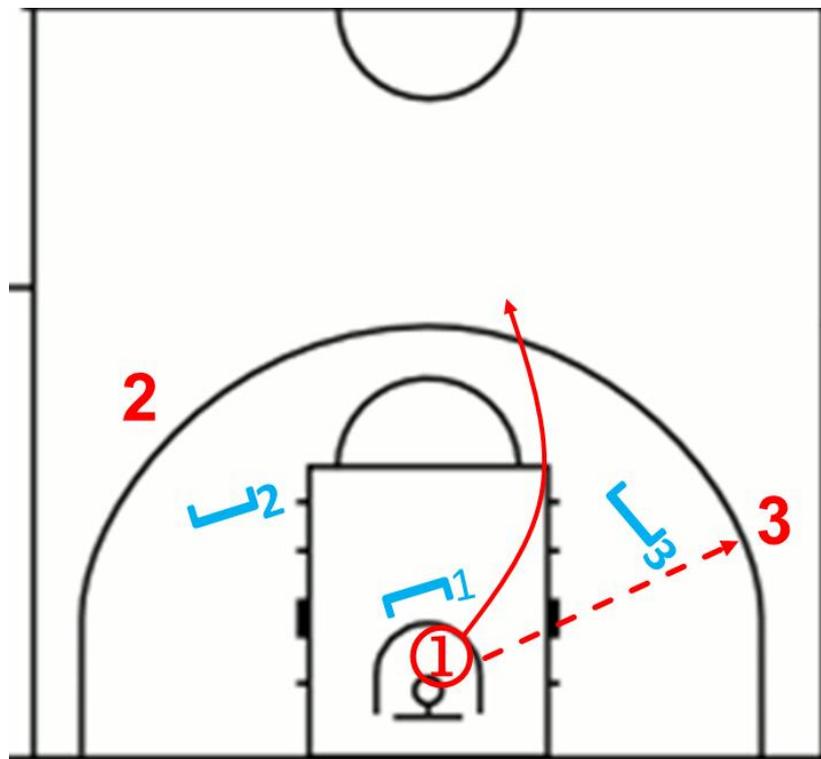
# Ballbesitzwechsel



Pass out



12, 11, 10, 9...





# 3X3 Foulregelung



Keine Begrenzung von persönlichen Fouls / Insgesamt 6 Teamfouls



Nach dem 7ten, 8ten und 9ten Foul  
gibt es immer **zwei** Freiwürfe!



Ab dem 10ten Foul sogar:  
**zwei Freiwürfe plus Ballbesitz!**

***Fair(eres) Play!?!***



Quelle: [www.basketballaustralia.com](http://www.basketballaustralia.com)





# **3X3** Weitere positive Effekte...

-  **Derselbe Ball für Jungen und Mädchen!**
-  **Die Schüler\*innen spielen von Anfang an das spätere Zielspiel!**
-  **Der Distanzwurf ist deutlich aufgewertet!**





# 3X3 Weitere positive Effekte...

- Passive Schüler\*innen können unproblematisch als Schieds- und/oder Courtrichter\*innen eingesetzt und dadurch sinnvoll am Unterricht beteiligt werden!

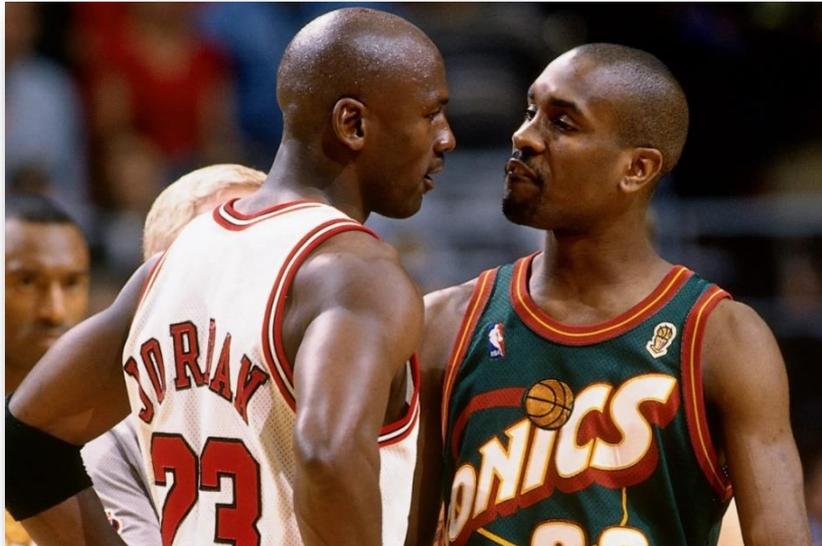


Quelle: [www.basketball-bund.de](http://www.basketball-bund.de)



# 3X3 Weitere positive Effekte...

-  Kein Trash Talk etc. / Förderung von „Life Skills“



Quelle: [www.theundefeated.com](http://www.theundefeated.com)



Quelle: [www.opencourt-basketball.com](http://www.opencourt-basketball.com)



# 3X3 DNA

TEAM WORK RESPECT

AWARENESS

DECISION  
MAKING

3X3  
LIFE SKILLS

ENDURANCE

PATIENCE





# 3X3 an der DSHS...



Quelle: [www.dshs-koeln.de](http://www.dshs-koeln.de)



Quelle: [www.dshs-koeln.de](http://www.dshs-koeln.de)



# Studie I ( $N_{\text{Lehrkräfte}}=30$ ) Onlinebefragung



Quelle: [www.t3n.de](http://www.t3n.de)

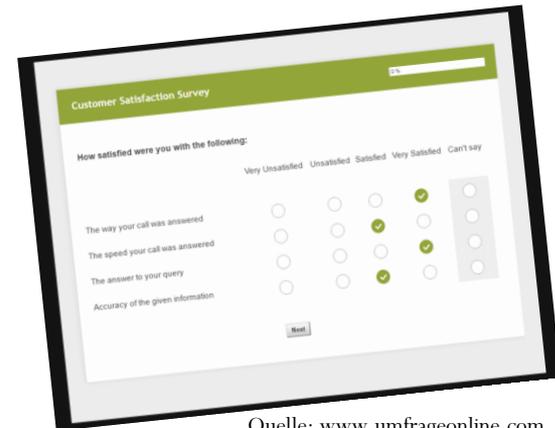
# Studie I



Sieben Lehrkräften war 3X3 unbekannt!



Zehn Lehrkräfte hatten bereits 3X3 unterrichtet



Customer Satisfaction Survey

How satisfied were you with the following:

	Very Unsatisfied	Unsatisfied	Satisfied	Very Satisfied	Can't say
The way your call was answered	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
The speed your call was answered	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
The answer to your query	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Accuracy of the given information	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Next

Quelle: [www.umfrageonline.com](http://www.umfrageonline.com)



# Studie I



Die deutliche Mehrheit der Lehrkräfte empfindet 3X3  
als am besten organisierbar  
(im Vergleich zu Streetball und 5vs5)



Etwas mehr als die Hälfte der Lehrkräfte möchte 3X3  
anstelle von Streetball unterrichten





# Studie I / Kommentare



**3X3 sei:**

**„[...] bei Sportstätten- und Sportausstattungs-mangel besser zu organisieren [...]“ (als 5vs5)**





# Studie I / Kommentare



## 3X3 bietet:

- „[...] häufigere Ballkontakte [...]“
- „[...] kleinere Mannschaftsgrößen [...]“
- „[...] eine bessere Überschaubarkeit [...]“
- „[...] mehr Möglichkeiten der gleichzeitigen Aktivierung von Lernenden [...]“
- „[...] mehr Bewegungszeit [...]“





# Studie II (N<sub>Studierende</sub> = 31) Praxisvergleich 3X3 vs Streetball





# Studie II

Für 3X3 und Streetball gleichermaßen gilt:



1vs1 die häufigste Spielform (Individualtaktik)



Gefolgt vom Give & Go (die häufigste Gruppentaktik)

und Blöcken (direkte und indirekte...)





# Studie II

Beim 3X3 wurden im Vergleich zum Streetball (**objektiv**):



mehr Angriffe gespielt...



mehr Wurfversuche genommen...



und sogar mehr Pässe gespielt...

**Dadurch: Höhere Intensität beim 3X3!**





# Studie II

Fragebögen ergaben, dass 3X3 im Vergleich zum Streetball (**subjektiv**) als:



intensiver (anstrengender)...



und als besser für den Schulsport geeignet...

wahrgenommen wurden.





# Implementierung in der Schule



Quelle: DBB/Kröger





# Stundenplanung / Einführung 3X3



Erwärmung



Mehrere Spiel- und Reflexionsphasen





# Stundenplanung / Einführung 3X3

-  3vs3 (Streetball) / Winner`s Ball
-  3vs3 (Streetball) / Loser`s Ball
-  3vs3 Loser`s Ball **ohne** Check (zwei Variationen)
-  3X3 (**ohne** Check und **mit** Shot Clock)





## Stundenskizze Doppelstunde 90 '

### - Vom Streetball zum 3X3 -

	
Erwärmung	20 '
Spielform #1: 3vs3 Streetball / Winner`s Ball	10 '
Spielform #2: 3vs3 Streetball / Loser`s Ball	10 '
Spielform #3: 3vs3 / Loser`s Ball ohne Check	10 '
Spielform #4: 3vs3 / Loser`s Ball ohne Check	10 '
Spielform #5: 3X3 Basketball	10 '

Plus Pausen / Reflexionsphasen zwischen den Spielen





# 3X3 Infomaterialien

The screenshot shows a website header with a dark grey background. On the left is a '3x3' logo. The navigation menu includes: NEWS, ING 3x3 TOUR, TEAMS, TURNIERE, 3x3 WEEKEND, KALENDER, COMMUNITY, DBB, ING (with logo and 'OFFIZIELLER HAUPTSPONSOR'), TICKETS, SHOP, and a search icon. Below the header is a hero image of two female basketball players celebrating. Overlaid on the image is the text 'GRUPPEN FÜR 3X3-WORLD CUP STEHEN FEST' in large white letters. Below this is the text 'Vom 30. Mai bis 4. Juni 2023 in Wien' and a button labeled 'ZUM TEXT'.

3x3

NEWS | ING 3x3 TOUR | TEAMS | TURNIERE | 3x3 WEEKEND | KALENDER | COMMUNITY | DBB | ING OFFIZIELLER HAUPTSPONSOR | TICKETS | SHOP | Q

## GRUPPEN FÜR 3X3-WORLD CUP STEHEN FEST

Vom 30. Mai bis 4. Juni 2023 in Wien

ZUM TEXT



[NEWS](#)[DBB](#)[WETTBEWERBE](#)[TEAMS](#)[3x3](#)[JUGEND](#)[MEDIA](#)[KALENDER](#)[FANS](#)[TICKETS](#)[SHOP](#)

### FIBA 3x3 Ranking Guide Full

↓ [FIBA-3x3-Ranking-Guide-Full.pdf](#) | 367 KB



### Anmeldung 3x3 Streetballpaket

↓ [Anmeldung-3x3-Streetballpaket\\_digital.pdf](#) | 73 KB



### 3x3 Broschüre Organisationshilfe

↓ [3x3-Broschuere\\_web.pdf](#) | 6 MB



### 3x3 Handreichung für Landesverbände

↓ [3x3-Handreichung-fuer-Landesverbaende.pdf](#) | 8 MB





**3x3**  
OFFICIAL BALL

Deutscher Basketball Bund  
**DBB**

# Basketball 3x3

Ein Leitfaden zu Spielformen,  
Organisation und Engagement  
in Schule, Verein und Freizeit

[www.basketball-bund.de](http://www.basketball-bund.de)

Quelle: [www.sportbuzzer.de](http://www.sportbuzzer.de)





## Stundenbilder 3x3-Basketball

www.basketball-bund.de

# 3x3

## Stundenbilder 3x3-Basketball

Die Broschüre enthält 30 Doppelstunden zur Einführung von 3x3-Basketball im Unterricht.

Sie kann kostenlos beim DBB bestellt oder auf [www.basketball-bund.de](http://www.basketball-bund.de) heruntergeladen werden.



# 3x3

## STUNDENBILDER 3x3 BASKETBALL



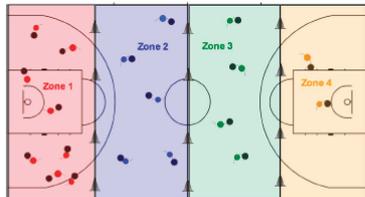
### 11. Unterrichtseinheit: Korbleger 2 (Technikanwendung)

Inhalt

#### Einführung/Aufwärmen

#### Dribbelkönig

Das Spielfeld wird in 4 Zonen eingeteilt. Zunächst dribbeln alle Spieler in Zone 1. Schafft es ein Spieler einem anderen Spieler den Ball ohne Körperberührung aus der Hand zu schlagen, darf er in Zone 2, Gelingt es ihm dort dann auch, darf er in Zone 3, bis ein Spieler Zone 4 erreicht hat.



#### Ballkoordination

Die Kinder stehen wieder in Zweiergruppen an der Seitelinie. Jedes Kind hat einen Ball. Kind B übergibt den Ball an A, so dass dieses Kind jetzt zwei Bälle hat. Abwechselnd sollen die Kinder jetzt mit den zwei Bällen folgende Bewegungsaufgaben ausführen:

- die zwei Bälle übereinander legen und zur anderen Seitelinie und zurück balancieren
- zwei Bälle während des Laufens parallel hochwerfen
- die Bälle während des Laufens von der rechten in die linke Hand und umgekehrt wechseln
- eine Hand führt ein tiefes, die andere gleichzeitig ein hohes Dribbling aus
- Alle Übungen sollen beidhändig und zunächst im Gehen und dann im langsamen Lauf ausgeführt werden.

#### Schwerpunkt Korbleger

##### Aufstellung der Kinder vor dem Korb

Erläuterung und Demonstration der Technik des Zwei-Schritt-Korblegers durch Lehrer oder ein Kind (s. Technikbeschreibung)  
Kinder wiederholen die Bewegung / Lehrer kontrolliert

Materi-  
Zeit



# 3x3

## STUNDENBILDER 3x3 BASKETBALL

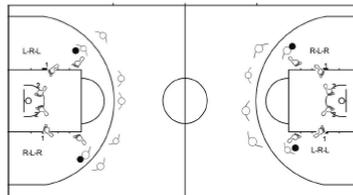


#### Korbleger aus dem Anreichen des Balles

Im Abstand von 3-4 Metern und in einem 45°-Winkel zum Brett steht der Lehrer (oder ein Kind) und reicht den Ball an. Die Schüler springen mit dem linken Fuß ab, erhalten den Ball und führen die gerade erlernte Schrittkombination rechts - links aus. Mit dem letzten Schritt links erfolgt der Absprung und die Wurfbewegung zum Korb. Alle Übungen werden ohne Dribbling ausgeführt.

#### Korbleger mit einem Dribbeln

Die Kinder stehen wieder in der parallelen Fußstellung jetzt in einem Abstand von ca. 4-5 Metern vom Korb entfernt (wieder in dem 45°-Winkel). Sie dribbeln einmal mit der rechten Hand und führen zeitgleich mit dem linken Fuß den ersten Schritt aus. Danach wird der Ball in beide Hände genommen und es folgt der bereits bekannte Zweierhythmus rechts - links mit dem abschließenden Korbwurf.



#### Partieball

Je zwei Teams (insgesamt 6 Teams) spielen in einem Drittel des Basketballfeldes. Ein Team besteht aus drei Kindern. Es versucht, sich den Ball 10 Mal zuzuspielen, ohne dass der Gegner den Ball berührt oder abfängt. Gelingt dies, bekommt das Team einen Punkt, fangen die Verteidiger den Ball ab, wechseln Angreifer- und Verteidigerteam.

#### Abschluss

##### Freies Spiel 3 gegen 3



### Basketball 3x3 – Ein Leitfaden Spielplan

**Playoff-Tree zwei 4er-Gruppen**

Viertelfinale	Halbfinale		Endrunde
1. Gr. 1 Spiel 1 4. Gr. 2	Gewinner Spiel 1	Spiel 5	Finale Gewinner Spiel 5 Spiel 8 Gewinner Spiel 6
2. Gr. 1 Spiel 2 3. Gr. 2			Gewinner Spiel 2
2. Gr. 2 Spiel 3 3. Gr. 1	Gewinner Spiel 3	Spiel um Platz 3 Spiel 7	Vertlierer Spiel 5 Spiel 6 Vertlierer Spiel 6
1. Gr. 2 Spiel 4 4. Gr. 1			Gewinner Spiel 4

**Spielplan zwei 3er-Gruppen**

Gruppenphase			
Gruppe 1	Spielplan G1	Gruppe 2	Spielplan G2
Team 1	Spiel 1 T1 - T2	Team 4	Spiel 2 T4 - T5
Team 2	Spiel 3 T2 - T3	Team 5	Spiel 4 T5 - T6
Team 3	Spiel 5 T3 - T1	Team 6	Spiel 6 T6 - T4

**Platzierungsspiele**

1. Gr. 1	Gewinner Spiel 1	Platz 1
Spiel 7		
1. Gr. 2	Vertlierer Spiel 1	Platz 2
2. Gr. 1	Gewinner Spiel 2	Platz 3
Spiel 8		
2. Gr. 2	Vertlierer Spiel 2	Platz 4
3. Gr. 1	Gewinner Spiel 3	Platz 5
Spiel 9		
3. Gr. 2	Vertlierer Spiel 3	Platz 6

#### Platzierungsspiele zwei 4er-Gruppen

**Platzierung**

1. Gr. 1	Gewinner Spiel 1	Platz 1
Spiel 1		
1. Gr. 2	Vertlierer Spiel 1	Platz 2
2. Gr. 1	Gewinner Spiel 2	Platz 3
Spiel 2		
2. Gr. 2	Vertlierer Spiel 2	Platz 4
3. Gr. 1	Gewinner Spiel 3	Platz 5
Spiel 3		
3. Gr. 2	Vertlierer Spiel 3	Platz 6
4. Gr. 1	Gewinner Spiel 4	Platz 7
Spiel 4		
4. Gr. 2	Vertlierer Spiel 4	Platz 8

### Basketball 3x3 – Ein Leitfaden Spielbericht 3x3 in der Schule für eine Spielperiode

# 3x3

## 3x3 Basketball in der Schule Spielberichtsbogen für eine Spielperiode



Mannschaft A: \_\_\_\_\_ Mannschaft B: \_\_\_\_\_

Uhrzeit/Runde: \_\_\_\_\_ Spielfeld: \_\_\_\_\_

Mannschaftsfohls Mannschaft A (ankreuzen)

1 2 3 4 5

Mit dem 5. Foul: 1 Punkt und Ballbesitz

Platz für weitere Daten  
(Klasse, Gruppe etc.)

Mannschaftsfohls Mannschaft B (ankreuzen)

1 2 3 4 5

Mit dem 5. Foul: 1 Punkt und Ballbesitz

#### Laufendes Ergebnis

Mannschaft A

1	13
2	14
3	15
4	16
5	17
6	18
7	19
8	20
9	21
10	22
11	23
12	

Mannschaft B

1	13
2	14
3	15
4	16
5	17
6	18
7	19
8	20
9	21
10	22
11	23
12	

Ausfüllen des Bogens

Feldkörbe (1 Punkt) werden mit einer schrägen Linie abgestrichen.

Zwei-Punkte-Würfe werden mit einem Kreuz abgestrichen.

Freiwürfe werden mit einer horizontalen Linie abgestrichen.

Nach jeder Periode/Verlängerung wird ein horizontaler Balken unter das letzte ausgefüllte Kästen eingezeichnet.

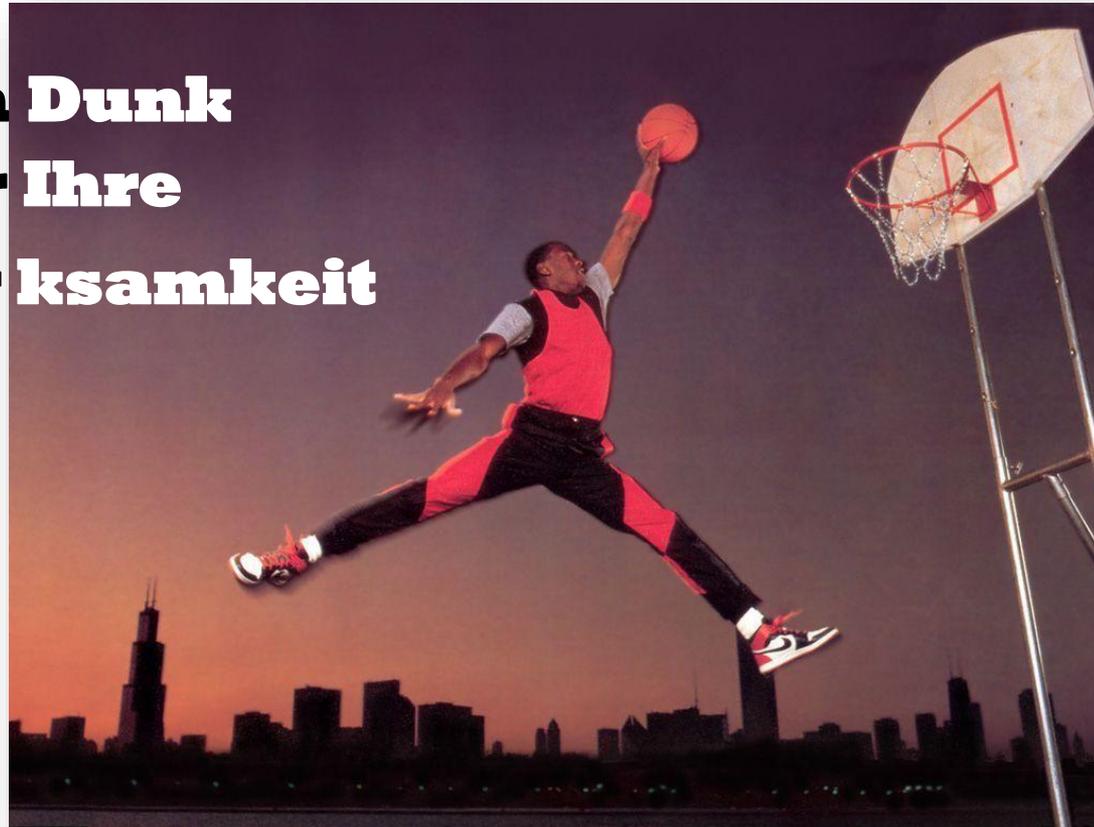
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
20

Endergebnis \_\_\_\_\_

Sieger \_\_\_\_\_



**Vielen Dank  
für Ihre  
Aufmerksamkeit**



Quelle: [www.pinterest.de](http://www.pinterest.de)

