

Vereinfachte Basketballregeln für die Schule

In den folgenden Regeln sind Spieler, Trainer, Schiedsrichter usw. in der männlichen Form angesprochen. Diese Form ist zur Vereinfachung gewählt. Alle Angaben gelten selbstverständlich auch für Spielerinnen, Trainerinnen usw.

Spielfeld, Spieler und Mannschaften

Das Spielfeld sollte zwischen 26 und 28 m lang und 14 und 15 m breit sein. Die Freiwurflinie kann in etwa 4,80 m (bis 12 Jahre) bzw. 5,80 m Entfernung von der Endlinie mit Klebeband markiert werden. Eine Mannschaft auf dem Spielfeld besteht aus 5 Spielern/innen. Bei jeder Spielunterbrechung ist ein Spielerwechsel durch den Coach/Trainer möglich.

Schiedsrichter, Anschreiber und Zeitnehmer

Zwei Schiedsrichter leiten das Spiel. Zu Beginn des Spiels startet der Zeitnehmer die Uhr mit dem Ballkontakt beim Sprungball (s. unten). Sie wird bei jedem Pfiff gestoppt und beim ersten Ballkontakt eines Spieles wieder in Gang gesetzt. Das Spiel endet mit dem Signal des Zeitnehmers. Der Anschreiber notiert Korberfolge und Fouls der Spieler auf dem Spielberichtsbogen.

Spielzeit und Punktwertung

Ein Spiel dauert 4 x 10 Minuten (gestoppte Zeit), Viertelpause 2 Minuten, Halbzeitpause: 10 oder 15 Minuten. Ein Feldkorb zählt 2 Punkte, ein Korb jenseits der 6,75 m Linie zählt 3 Punkte, ein erfolgreicher Freiwurf zählt 1 Punkt. Bei Punktgleichstand wird das Spiel um 5 Minuten verlängert und zwar so oft bis es einen Sieger gibt. Jeder Mannschaft stehen in der ersten Halbzeit zwei Auszeiten und in zweiten Halbzeit drei Auszeiten von einer Minute zu.

Einwurf nach einem Korb oder nach einer Regelübertretung

Nach einem Korb bringt ein Spieler der Gegenmannschaft den Ball von der Endlinie erneut ins Spiel. Ausball: Der Ball ist im „Aus“, wenn er außerhalb der Grenzlinien, oder auf diese gelangt und sich nicht mehr in der Luft befindet. 3-Sekunden-Regel: Wenn der Ball im Besitz der eigenen Mannschaft ist, darf man sich im Korbraum nur 3 Sekunden aufhalten.

Strafe: Der Ball wird durch die gegnerische Mannschaft von außerhalb des Spielfeldes nahe dem Ort der Regelübertretung eingeworfen.

Sprungball bei Spielbeginn

Das Spiel beginnt mit einem Sprungball im Mittelkreis. Der Schiedsrichter wirft den Ball zwischen zwei Gegenspielern senkrecht hoch. Der Ball darf nicht gefangen werden, sondern wird von einem oder beiden Springern in der Luft getippt.

Beginn der weiteren Viertel / Halteball

Die Mannschaft, die beim Eröffnungssprungball keine Ballkontrolle erlangt hat, bekommt bei der nächsten Gelegenheit den Einwurf. Das kann dann entweder eine Halteballsituation sein, (d. h., Spieler gegnerischer Mannschaften halten die Hände so fest am Ball, dass kein Spieler in Ballbesitz kommen kann) oder aber der Beginn des nächsten Viertels. Die Mannschaften erhalten abwechselnd einen Einwurf von der Stelle, die der Halteballsituation am nächsten liegt bzw. bei Beginn des Viertels an der Mittellinie gegenüber des Anschreibetisches. Dies wird durch den Einwurfanzeiger am Anschreibetisch angezeigt. Das ist ein Pfeil der in Richtung des Korbs zeigt, auf den die Mannschaft spielt, die das Recht auf den nächsten Einwurf hat.

Spielen des Balles

Der Ball wird nur mit den Händen gespielt. Es ist nicht erlaubt mit dem Ball in der Hand zu laufen (Schrittfehler), man kann mit einer Hand dribbeln, oder den „Sternschritt“ ausführen. Nach Beendigung eines Dribblings darf man nur noch 2x mit den Füßen den Boden berühren, und nicht erneut dribbeln (Doppeldribbling). Bei Fehlern erhält die Gegenmannschaft den Ball zum Einwurf.

Foulregeln

Technische Fouls:

regelwidriges Verhalten ohne Körperkontakt eines Spielers, Auswechselspielers oder Trainers; z. B.: Beschimpfen von Gegenspielern und Schiedsrichtern - Missachten von Schiedsrichterermahnungen

Persönliche Fouls:

Spielerfoul aufgrund eines aktiven Kontakts mit einem Gegner, wobei dieser Kontakt nicht nur zufällig ist, sondern hätte vermieden werden können. Immer der für den Körperkontakt Hauptverantwortliche begeht das Foul.

Vereinfachte Basketballregeln für die Schule

Strafen:

Der Ball wird durch die Mannschaft, deren Spieler gefoult wurde, von außerhalb in Höhe der Stelle des Fouls eingeworfen. Nach vier Fouls in einer Viertelzeit werden alle weiteren Fouls mit 2 Freiwürfen bestraft.

1. Verteidigerfouls:

1. Festhalten, Stoßen, Bein stellen

2. Sperren durch ausgestreckte Arme, Knie, Ellbogen usw.

3. Der Verteidiger läuft dem Angreifer in seine Bahn (schneidet den Laufweg) und kann nicht rechtzeitig eine Verteidigungsstellung einnehmen. Hier trägt der Verteidiger die Hauptverantwortung für den Körperkontakt, denn er hat einen Platz in der Bahn des laufenden Angreifers eingenommen, so dass Rempeln und Stoßen nicht mehr zu vermeiden war.

Faustregel: Der Verteidiger trägt die Verantwortung für den Kontakt, wenn der Angreifer beim Durchbruch mit Kopf und Schulter bereits am Verteidiger vorbei ist.

Merke: Sei immer zwischen Angreifer und Korb, denn wer zuerst steht, begeht kein Foul!

4. Der Verteidiger versucht beim Dribbeln, Pass oder Wurf zu stören und berührt den Angreifer. Ausnahme: Der Verteidiger berührt die Hand des Angreifers, wenn diese noch am Ball ist, dann gehört die Hand zum Ball.

5. Der Verteidiger ist so nahe bei seinem Gegner, so dass dieser in seinen Körperbewegungen (z. B. Ballfangen) behindert wird.

Strafe: Hat ein Spieler 5 Fouls, wird er mit Ausschluss vom Spiel bestraft.

2. Angreiferfouls:

1. Auflaufen auf einen rechtzeitig in der Laufbahn stehenden Verteidiger (vgl. oben), Festhalten, Stoßen usw.

2. Der Angreifer dribbelt zwischen einen nicht ausreichend großen Raum zwischen zwei Verteidigern, so dass es zu einem Körperkontakt kommt.

3. Der Angreifer hält sich sehr nahe bei seinem Gegenspieler auf, nicht um den Ball zu spielen sondern um den Verteidiger in seinen Körperbewegungen (z. B. regelgerecht zu verteidigen) zu behindern.

Strafen bei Fouls in Wurfaktionen:

Korbwurf war ohne Erfolg: Freiwurf







Korbwurf war erfolgreich: 2 Freiwürfe bzw. 3-Punkte-Wurf auch ein dritter Treffer zählt und es gibt zusätzlich einen Freiwurf.

Quelle: www.basketball-bund.de


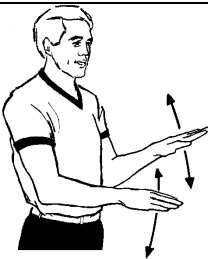

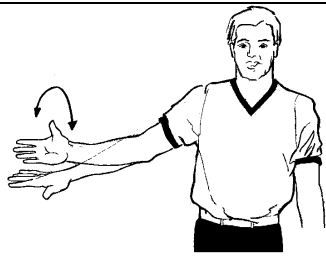
Vereinfachte Basketballregeln für die Schule

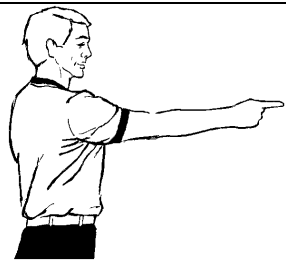
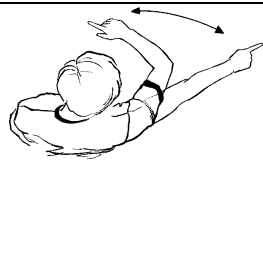


Schiedsrichterzeichen (Auswahl)

Korberfolg / Spielfluss:



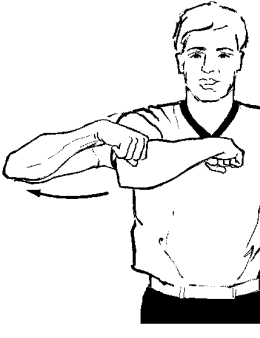
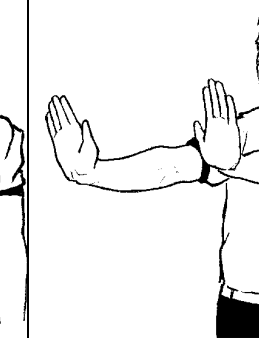
Ein Punkt	Zwei Punkte	Drei Punkte Versuch	Drei Punkte Erfolg	Ungültiger Korb / Spiel	Spielerwechsel
					
Abwärtsschlagen eines Fingers im Handgelenk	Abwärtsschlagen von zwei Fingern im Handgelenk	Drei ausgestreckte Finger	Drei ausgestreckte Finger an beiden Händen	Scherenbewegung der Arme vor der Brust	Kreuzen der Unterarme


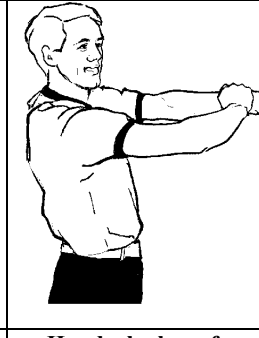
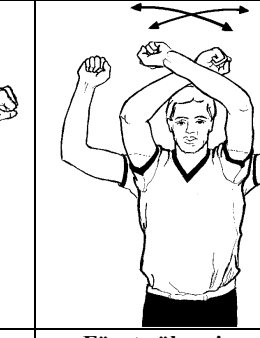
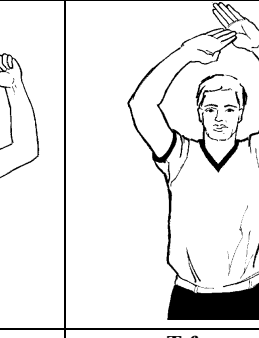
Regelübertretungen:

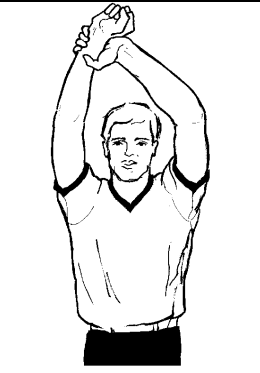
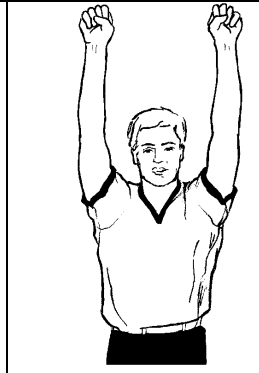


Schrittfehler	Regelwidriges Dribbeln	Absichtliches Foulspiel	Regelwidriges Führen des Balles
			
Fäuste umeinander rollen	Unterarme auf- und abbewegen	Finger zeigt zum Fuß	Halbe Drehung in Vorwärtsrichtung


Ausball und Spielrichtung	Spielen des Balles ins Rückfeld	Sprungball	Foul Spielernummer 12
			
Finger zeigt parallel zu den Seitenlinien	Arm bewegen, Zeigefinger ausgestreckt	Daumen nach oben	

Vereinfachte Basketballregeln für die Schule

Regelwidriger Gebrauch der Hände	Blockieren	Übertriebenes Schwingen des Ellbogens	Pushing oder Charging ohne Ball
			
Schlagen ans Handgelenk	Beide Hände an der Hüfte	Ellbogen nach rückwärts schwingen	Stoßen imitieren

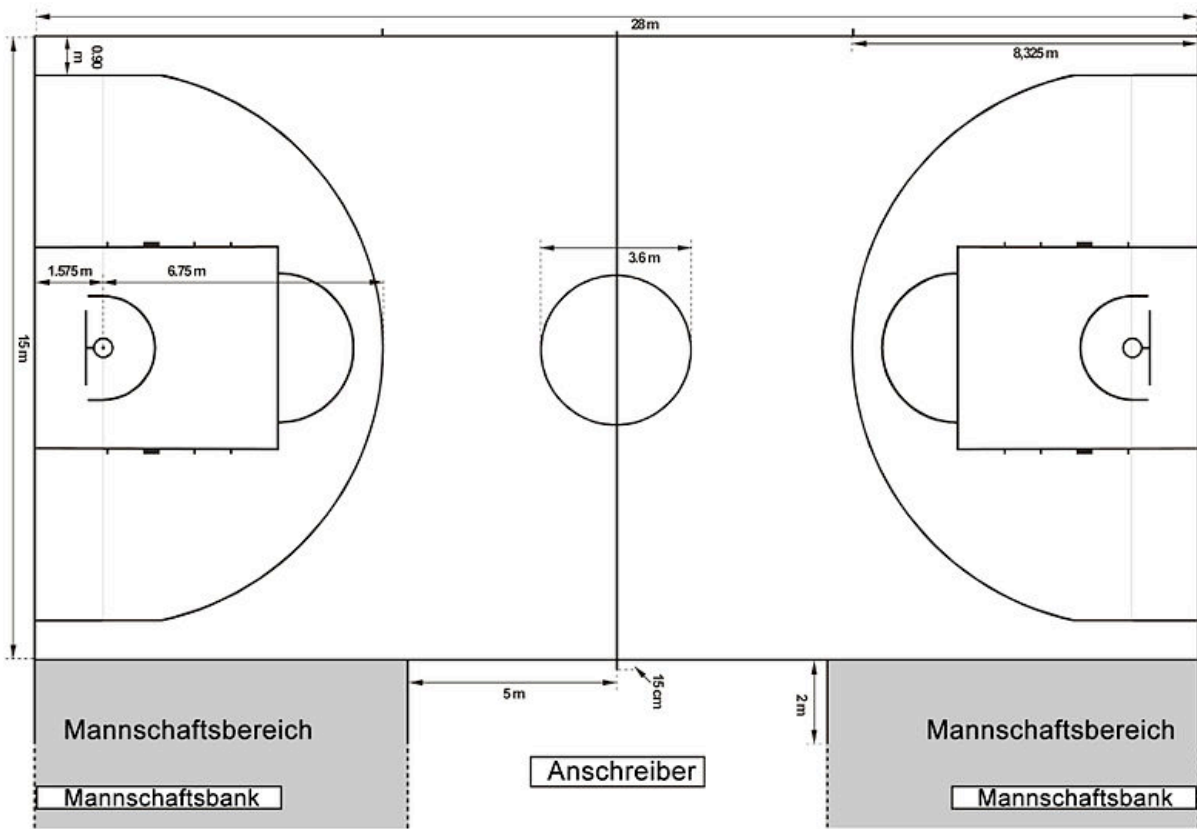
Pushing mit Ball	Halten	Doppelfoul	Technisches Foul
			
Faust schlägt gegen offene Handfläche	Handgelenk umfassen	Fäuste übereinander bewegen	T formen, Handfläche sichtbar

Unsportliches Foul	Disqualifizierendes Foul	Ein Freiwurf	Zwei Freiwürfe
			
Handgelenk umfassen	Fäuste geschlossen	Einen Finger hochhalten	Zwei Finger hochhalten

Drei Freiwürfe			
			
Drei Finger hochhalten			

Vereinfachte Basketballregeln für die Schule

Spielfeld:



Zonenbereich:

