



VEREINFACHTE BASKETBALLREGELN FÜR SCHULE UND VEREIN



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

Spelfeld, Spieler*innen und Mannschaften

Das Spelfeld 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 Spelfeld besteht aus 5 Spielern/innen. Bei jeder Spielunterbrechung ist ein Spieler*innenwechsel durch die Trainer*innen möglich.

Schiedsrichter*innen und Kampfgericht

Zwei **Schiedsrichter*innen** leiten das Spiel.

Zu Beginn des Spiels startet ein*e **Zeitnehmer*in** 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/r Zeitnehmerin. Ein*e **Anschreiber*in** notiert Korberfolge und Fouls der Spielenden 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*e Spieler*in 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. Ein*e Schiedsrichter*in wirft den Ball zwischen zwei Gegenspieler*innen senkrecht hoch. Der Ball darf nicht gefangen werden, sondern wird von einem oder beiden Springenden 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*innen gegnerischer Mannschaften halten die Hände so fest am Ball, dass kein* Spieler*in 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), es kann mit einer Hand gedribbelt oder ein „Sternschritt“ ausgeführt werden. Nach Beendigung eines Dribblings darf nur noch 2 x mit den Füßen der Boden berührt und **nicht** erneut gedribbelt werden (Doppeldribbling). Bei Fehlern erhält die Gegenmannschaft den Ball zum Einwurf.



VEREINFACHTE BASKETBALLREGELN FÜR SCHULE UND VEREIN



Foulregeln

Technische Fouls:

regelwidriges Verhalten ohne Körperkontakt von Spieler*innen, Auswechselspieler*innen oder Trainer*innen;

- z. B.:
- Beschimpfen von anderen Spielbeteiligten
 - Missachten von Ermahnungen durch die Schiedsrichter*innen

Persönliche Fouls:

Foul aufgrund eines aktiven Kontakts mit Gegner*innen, wobei dieser Kontakt nicht nur zufällig ist, sondern hätte vermieden werden können. Immer die für den Körperkontakt **Hauptverantwortlichen** begehen das Foul.

Strafen: Der Ball wird durch die Mannschaft, deren Spieler*in 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.

a) Verteidigungsfouls:

1. Festhalten, Stoßen, Bein stellen
2. Sperren durch ausgestreckte Arme, Knie, Ellbogen usw.
3. Ein*e Verteidiger*in läuft einem/einer Angreifer*in in die Bahn (schneidet den Laufweg) und kann nicht rechtzeitig eine Verteidigungsstellung einnehmen. Hier trägt der/die Verteidiger*in die Hauptverantwortung für den Körperkontakt, denn durch die Einnahme des Platzes im Laufweg waren Rempeln und Stoßen nicht mehr zu vermeiden.

Faustregel: Ein*e Verteidiger*in trägt die Verantwortung für den Kontakt, wenn ein*e Angreifer*in beim Durchbruch mit Kopf und Schulter bereits an ihm/ihr vorbei ist.

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

4. Ein*e Verteidiger*in versucht beim Dribbeln, Pass oder Wurf zu stören und berührt eine*n Angreifer*in.
5. Ein*e Verteidiger*in ist so nahe bei einem/einer Gegner*in, so dass diese*r in seinen/ihren Körperbewegungen (z. B. Ballfangen) behindert wird.

Strafe: Hat ein* Spieler*in 5 Fouls, erfolgt ein Ausschluss vom laufenden Spiel.

b) Angriffsfouls:

1. Auflaufen auf eine*n rechtzeitig in der Laufbahn stehenden Verteidiger*in (vgl. oben), Festhalten, Stoßen usw.
2. Ein*e Angreifer*in dribbelt zwischen einen nicht ausreichend großen Raum zwischen zwei Verteidiger*innen, so dass es zu einem Körperkontakt kommt.
3. Ein*e Angreifer*in hält sich sehr nahe bei seinem/seiner Gegenspieler*in auf, nicht um den Ball zu spielen sondern um den/die Spieler*in in seinen/ihren Körperbewegungen (z. B. regelgerecht zu verteidigen) zu behindern.

Strafen bei Fouls in Wurfaktionen:

Korbwurf war ohne Erfolg: 2 Freiwürfe bzw. 3-Punkte-Wurf auch ein dritter Freiwurf

Korbwurf war erfolgreich: Treffer zählt und es gibt zusätzlich einen Freiwurf

