

# Basketball

## 1. Spielgedanke

Das Ziel des Spiels besteht darin, den Spielball möglichst oft in den gegnerischen Korb zu werfen. Der Basketball muss von oben in den Korb fallen. Dabei kann der Ball auch über das Brett gespielt werden.

Ein erfolgreicher Korbwurf, Korbleger oder Dunking wird im Normalfall mit zwei Punkten gewertet. Ein Korbwurf von jenseits der 6,25 m-Linie zählt drei Punkte, ein Freiwurf einen Punkt.

Der Sieger des Wettkampfes ist diejenige Mannschaft, die nach Ablauf der Spielzeit mehr Punkte erzielt hat als der Gegner.

Die Sprache im internationalen Basketball ist Englisch.

### Hier einige Beispiele:

**Airball:** Ein Korbwurf, bei dem der Ball weder Ring noch Brett berührt.

**Rebound:** Ein Rebound erfolgt durch einen Abpraller des Balles und dem Fangen des Verteidigers (defensiver Rebound) oder Gegners (offensiver Rebound).

**Steal:** sobald ein Spieler seinem Gegner den Ball wegnimmt, wird das als "Steal" bezeichnet.

**Turnover:** Gegenangriff, der durch den Ballverlust der gegnerischen Mannschaft erfolgt.

**Dunking:** Korbleger von oben in den Korb

### Taktik

Unter Taktik versteht man die verschiedenen Strategien, welche die Mannschaften anwenden, um einen Angriff zu gestalten oder die Abwehr zu organisieren. Im Basketball ist die Taktik sehr wichtig. Jede Mannschaft darf pro Halbzeit 2 Auszeiten nehmen, in denen das Spiel unterbrochen wird. Nun gibt der Trainer seinen Spielern Anweisungen zu den nächsten Spielzügen, sagt, auf welche Spieler sie sich beziehen und wer sie organisieren soll. Manchmal benutzen die Trainer die Auszeiten auch nur, um den Spielfluss des Gegners, der vielleicht gerade Übergewicht im Spiel bekommt, zu unterbrechen. Es handelt sich um Gruppentaktiken, bei denen meist die ganze Mannschaft mit allen Spielerpositionen beteiligt ist.

### Technik

Die Technik ist überaus wichtig. Wenn man diese nicht beherrscht, dann ist man ziemlich bald verloren, da eigentlich der gesamte Spielablauf nur von der Technik abhängt (Zusammenspiel). Vom Passen (Druckpass von der Brust, einhändiger direkter oder Bodenpass) über das Dribbling (rechts, links, hoch, tief) bis zum Wurf (Korbleger, Positionswurf, Sprungwurf), überall gibt es bestimmte Bewegungsabläufe, die auch in Verbindung mit den Regeln zu sehen sind.

## 2. Spielvorschriften

### Spielzeit

Das Spiel besteht aus vier Spielperioden zu je 10 Minuten gestoppter Zeit und einer Pause zwischen den Spielperioden. Bei Punktgleichstand am Ende der Spielzeit wird um 5 Minuten verlängert.

10 Min Spiel – 2 Min Pause – 10 Min Spiel – 10 Min Pause – 10 Min Spiel – 2 Min Pause – 10 Min Spiel

### Spielbeginn

Zu Spielbeginn müssen beide Mannschaften mit je 5 Spielern spielbereit auf dem Feld sein. Jede Spielperiode und jede Verlängerung beginnen jeweils mit einem Sprungball im Mittelkreis.

## **Sprungball – Jump**

Beim Sprungball wirft der Schiedsrichter den Ball zwischen zwei Gegenspielern senkrecht hoch. Der Ball darf nicht gefangen werden, sondern wird von einem Spieler in der fallenden Phase getippt.

## **Spielen des Balles**

Der Ball wird mit den Händen gespielt. Es ist eine Regelübertretung mit dem Ball zu laufen, ihn mit dem Bein zu treten oder mit der Faust zu schlagen.

## **Korberfolg und seine Wertung**

Ein Korb ist erzielt, wenn der Ball aus dem Spielverlauf von oben in den Korb geht und durchfällt. Ein Feldkorb zählt zwei Punkte, erfolgt ein Wurf jenseits der 6,25 m Linie, so zählt er drei Punkte. Ein Korb aus einem Freiwurf zählt 1 Punkt.

## **Einwurf**

Nach einem Korberfolg aus dem Feldspiel oder einem erfolgreichen Freiwurf bringt ein Spieler der anderen Mannschaft den Ball von einem Punkt von der Endlinie, an dem der Korb erzielt wurde, ins Spiel.

Nach einer Regelverletzung, bzw. einem Ausball wird der Ball an der Stelle, die dem Ort der Regelverletzung am nächsten liegt, eingeworfen, also auch von der Endlinie.

# **3. Schiedsrichter und Kampfrichter**

Ein Spiel wird von zwei Schiedsrichtern geleitet. Beide Schiedsrichter sind gleichberechtigt und haben nur unterschiedliche Beobachtungsbereiche und Verantwortungen, die aber ständig wechseln. Wichtig ist hierbei die Position des Balls auf dem Spielfeld. Bei der *Zwei-Schiedsrichter-Technik* ist ein Unparteiischer *vorderer Schiedsrichter*. Seine Position ist hinter der Grundlinie der verteidigenden Mannschaft. Sein Kollege nimmt als *folgender Schiedsrichter* eine Position hinter dem Angriff etwa drei Meter vom Ball entfernt ein, wobei er sich im Bereich von der linken Auslinie bis etwa zur Spielfeldmitte aufhalten muss.

Außer den Schiedsrichtern gibt es noch ein Kampfgericht am so genannten Anschreibetisch.



## 5. Mannschaften

Eine Mannschaft besteht aus fünf Spielern und höchstens fünf Auswechselspielern. Die Anfangsformation einer Mannschaft wird auch als *Starting Five* (deutsch: *Erste Fünf*) bezeichnet. Diese müssen nicht immer die fünf leistungsstärksten und besten Spieler des Teams sein. Allerdings gilt es als unbedingt notwendig, über eine stark besetzte Bank zu verfügen. Häufig sollen Bankspieler in kritischen Situationen für die notwendigen – und in diesem Moment benötigten - Impulse im Spiel sorgen. Dies kann z. B. durch Dreipunktwürfe, schnelles Spiel, Ballsicherung, spezielle Verteidigungsaufgaben oder eine starke Reboundpräsenz erreicht werden.

## 6. Punktgebung

Für einen erfolgreichen Wurf werden im Normalfall zwei Punkte berechnet. Ein Wurf, bei dem sich der werfende Spieler hinter der so genannten Drei-Punkte-Linie befindet, bringt seiner Mannschaft drei Punkte. Bei einem Foul während eines Korbwurfversuches bekommt der gefoulte Spieler die gleiche Anzahl an Freiwürfen, wie Punkte mit einem erfolgreichen Wurf möglich gewesen wären. Der Freiwurf erfolgt von der Freiwurflinie, die parallel zur Endlinie verläuft. Ein erfolgreicher Freiwurf zählt immer einen Punkt. Wird ein Spieler unmittelbar während eines Wurfversuchs gefoult und ist der Versuch trotz des Fouls erfolgreich, werden diese Punkte regulär gezählt, und der Spieler erhält zusätzlich einen Bonus-Freiwurf. Somit hat er die Möglichkeit, 3 (bzw. 4) Punkte zu erzielen.

## 7. Technik

### Passen:

Es gibt im Basketball den **beidhändigen Brustdruckpass, den Bodenpass, den Überkoppass und den Einhandpass.**

### Technik für den Druckpass:

- Ball vor der Brust, Finger spreizen
- Ellbogen nahe am Körper
- Schnelles Strecken der Arme
- Handgelenke abknicken

### Schrittarten:

#### **Sternschritt:**

Wenn ein Spieler in Ballbesitz einmal oder öfter mit demselben Fuß in beliebiger Richtung Schritte macht, während der andere Fuß auf dem Boden bleibt (Spielbein - Standbein).

#### **Stoppschrittarten:**

Schrittstopp oder Parallelstopp wird nach der Ballannahme aus der Bewegung / dem Dribbling ausgeführt.

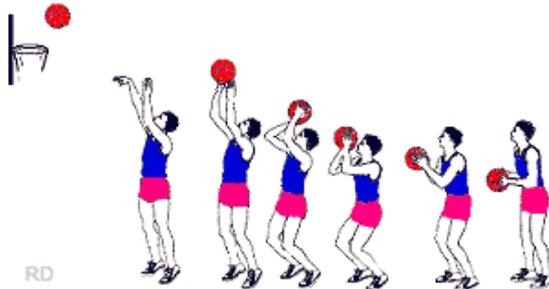
Parallelstopp: gleichzeitiges Landen der Beine

Schrittstopp: zeitlich versetztes Landen der Beine

## Korbwürfe:

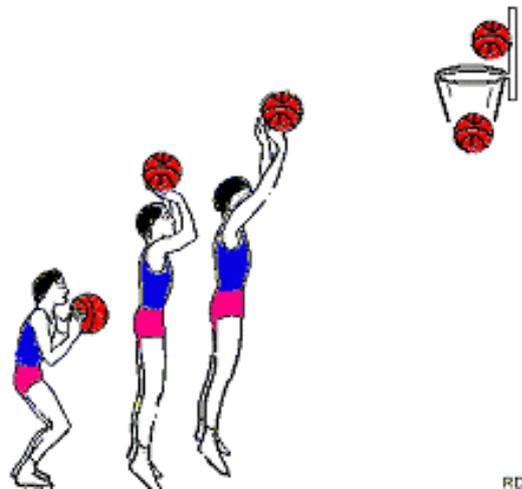
### Standwurf

- Ball in Brusthöhe
- Ball hochführen
- Ellbogen des Wurfarms zeigt auf den Korb
- Beine – Wurfarm strecken
- Handgelenke nachklappen



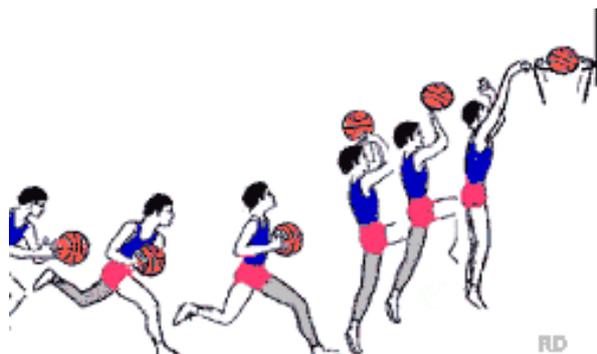
### Sprungwurf

Standwurf und Sprungwurf unterscheiden sich dadurch, dass im Moment der Wurfarmstreckung ein beidbeiniger Absprung erfolgt.



### Korbleger (Zweierhythmus)

- Ball fangen
- Zwei Bodenkontakte
- Absprung steil nach oben
- Ball im höchsten Punkt werfen



## 8. Zeitübertretungen

Sollte eine dieser Regeln verletzt werden, so erhält die gegnerische Mannschaft den Ball durch Einwurf an der nächstgelegenen Auslinie.

### 24-Sekunden-Regel

Jeder Angriff darf maximal 24 Sekunden dauern, die auf einer Uhr heruntergezählt werden. Die Zeit wird dabei neu gestartet, wenn der Schiedsrichter „absichtliches Spielen des Balles mit dem Fuß“ pfeift. Außerdem startet die Zeit nach jeder Ringberührung des Balles von neuem. Schließlich führt auch ein Ballwechsel (Verteidiger erobert den Ball und wird zum Angreifer) zum Neustart der 24-Sekunden-Uhr. Hingegen führt eine Ausball-Entscheidung ohne Wechsel des Ballbesitzes nicht zum Neustart.

Zu spektakulären Szenen führt folgende Besonderheit: Ein Korb zählt, wenn ein Spieler den Ball vor Ablauf der 24-Sekunden-Uhr abwirft. Das Signal ertönt dann, während der Ball sich in der Luft befindet (auch ein in der letzten Sekunde des Spieles abgeworfener Ball zählt, obwohl er den Korb erst nach Ablauf der Spielzeit erreicht).

### 8-Sekunden-Regel

Bekommt eine Mannschaft den Ball oder gab es einen Einwurf, so muss sie innerhalb von acht Sekunden den Ball in die gegnerische Hälfte bringen.

Befindet sich ein Spieler, wenn er den Ball hat, einmal in der gegnerischen Hälfte (Vorfeld), darf der Ball danach die Mittellinie nicht wieder überschreiten. Es darf also nicht in die eigene Spielfeldhälfte (Rückfeld) gepasst oder gedribbelt werden. Ein Verstoß dagegen wird mit einem Einwurf der gegnerischen Mannschaft von der Seitenlinie her bestraft; dies geschieht nächst der Stelle, an der der Spieler den Ball im Rückfeld berührt.

### 3-Sekunden-Regel

Während eines Angriffs dürfen sich die Spieler der angreifenden Mannschaft nicht länger als drei Sekunden ununterbrochen in der gegnerischen Zone (im Freiwurfraum) aufhalten, unabhängig davon, ob der jeweilige Spieler im Ballbesitz ist oder nicht. Hier ist aber anzumerken, dass kein Schiedsrichter mit der Uhr die drei Sekunden stoppt. Es wird nach Gefühl entschieden. Beispielsweise lässt kein Schiedsrichter vier Pässe in der Zone durchgehen. Insgesamt wird auf hochklassigem Niveau eher selten von dieser Regel Gebrauch gemacht.

### 5-Sekunden-Regel

Ein Spieler darf beim Einwurf den Ball nur maximal fünf Sekunden festhalten, bis er den Einwurf ausführt. Im Spiel muss er nach fünf Sekunden einen Korbwurf machen, anfangen zu dribbeln oder den Ball abgeben, wenn er nah bewacht wird.

## 9. Fouls

Ein Foul ist eine Regelverletzung, wenn damit persönlicher Kontakt mit einem Gegner oder unsportliches Verhalten verbunden ist. Es wird dem Täter angeschrieben und gemäß den Regeln bestraft.

### Persönliches Foul

Ein persönliches Foul ist die Bezeichnung für ein Spielerfoul beim Kontakt mit einem Gegenspieler ohne Rücksicht darauf, ob der Ball belebt oder tot ist.

Ein Spieler darf nicht blockieren, halten, stoßen, rempeln, Bein stellen, die Fortbewegung eines Gegenspielers durch Ausstrecken von Hand, Arm, Schulter, Hüfte, Bein, Knie oder Fuß behindern, noch irgendeine rohe Spielweise anwenden.

- **Blockieren:** die Fortbewegung eines Gegners mit oder ohne Ball wird durch die eigene Bewegung behindert.
- **Rempeln:** Stoßen oder Hinbewegen zum Körper eines Gegenspielers mit oder ohne Ballbesitz.

- **Halten:** der Gegenspieler wird in seiner Bewegungsfreiheit behindert. Solch ein Kontakt (Halten) kann mit jedem Körperteil verursacht werden.
- **Stoßen:** ein Spieler mit oder ohne Ballkontrolle wird unter Anwendung von Gewalt bewegt bzw. aus seiner Position verdrängt.
- **Sperren:** ein Gegner, der nicht den Ball kontrolliert, wird regelwidrig an der Einnahme einer gewünschten Position gehindert.
- **Regelwidriger Gebrauch der Hände:** ein Spieler wird durch einen Gegenspieler mit einer Hand oder mit beiden Händen berührt, um ihn an dessen Fortbewegung zu hindern.
- **Strafe:** Foul: Einwurf Seiten- oder Endlinie  
 Foul beim Korbwurf mit Korberfolg: 1 zusätzlicher Freiwurf  
 Foul beim Korbwurf ohne Korberfolg: 2 Freiwürfe  
 Foul beim Dreier-Wurf ohne Korberfolg: 3 Freiwürfe  
 unsportliches Foul: 2 Freiwürfe und Einwurf über der Mittellinie

### Technische Fouls durch einen Spieler

Alle Spielerfouls, die keinen Kontakt mit einem Gegenspieler einschließen, sind technische Fouls. Es handelt sich um ein technisches Foul, wenn ein Spieler Ermahnungen des Schiedsrichters missachtet oder unsportliches Verhalten zeigt, wie:

- respektloses Anreden oder Berühren eines Schiedsrichters oder des Gegners,
- Ärgernis erregende Redensarten oder Gesten,
- Provokation eines Gegenspielers,
- Festhalten am Ring, wobei das Gewicht des Spielers vom Ring gehalten wird.

### Strafe:

Ein technisches Foul wird gegen den Täter verhängt und dem Gegner wird 1 Freiwurf mit anschließendem Ballbesitz an der Mittellinie zuerkannt.

## 10. Sonstige Regelübertretungen

### Spieler im Aus

Ein Spieler ist im Aus, wenn er den Boden auf oder außerhalb der Grenzlinie bzw. Gegenstände außerhalb des Spielfeldes berührt.

### Ball im Aus

Der Ball ist im Aus, wenn er einen im Aus stehenden Spieler, einen anderen Gegenstand außerhalb des Spielfeldes, die Stützpfeiler oder Rückseite des Spielbrettes berührt.

Der Ausball wird von einem Spieler verursacht, der den Ball zuletzt berührt hat, bevor der Ball ins Aus ging.

### Schrittfehler

Der ballführende Spieler muss dribbeln, wenn er sich fortbewegen will. Tut er dies nicht, wird auf Schrittfehler entschieden und der Gegner bekommt Einwurf an der Seitenlinie. Nach den Regeln muss zuerst gedribbelt werden, dann darf erst der Schritt gemacht werden.

Ein Spieler, der einen belebten Ball hält, führt einen Sternschritt aus, wenn er mit ein und demselben Fuß Schritte in beliebiger Richtung macht, während der andere Fuß an seiner Berührungsstelle auf dem Boden bleibt und nicht verrückt wird. Standfuß ist der Fuß, der als erster den Boden berührt. Landet ein Spieler mit beiden Füßen gleichzeitig, ist der Standfuß beliebig. Wird diese Regel nicht eingehalten, so wird ein Schrittfehler begangen.

### Doppeldribbling

Sobald ein Angreifer den Ball nach einem Dribbling aufnimmt, darf er nicht erneut zum Dribbling ansetzen. Ein Verstoß gibt Einwurf für den Gegner von der Seitenlinie.