


 <p>EINE CHANCE - DIE SCHANZ</p>	<p>Mittelschulverbund Auf der Schanz/Friedrichshofen Ingolstadt</p> <p>Auf der Schanz 28 – 85049 Ingolstadt ☎ 0841/30540600 – ☎ 0841/30540699 ✉ verwaltung@ms-schanz.ingolstadt.de</p>	 <p>Grund- und Mittelschule Ingolstadt-Friedrichshofen</p>
---	---	--

Informationen Basketball



Regelkunde

Die Spielfeldabmessungen beim Basketball betragen 24 – 28 m in der Länge und 13 – 15 m in der Breite. Das Spielbrett ist 1,80 m breit und 1,05 m hoch und seine Unterkante befindet sich 2,90 m über dem Boden. Der Korb hängt auf einer Höhe von 3,05 m. Eine Basketballmannschaft besteht aus maximal 12 Spielern, dem Trainer und dem Trainerassistenten. Es dürfen sich maximal 5 Spieler einer Mannschaft gleichzeitig auf dem Spielfeld befinden. Ein Spieler darf nur mit der Erlaubnis des Schiedsrichters das Spielfeld betreten oder verlassen. Ein Basketballspiel besteht regulär aus Vierteln. Jedes Viertel hat eine Dauer von zehn Minuten. Bei Gleichstand gibt es gegebenenfalls 5-minütige Verlängerungen bis zu einer Entscheidung. Ein Korb gilt als erzielt, wenn der Ball von oben in den Korb fällt und darin verbleibt oder durchfällt. Ein Korb erzielt zwei Punkte, wenn er aus dem Feld erzielt wird. Jenseits der 3-Punkte-Linie (6,75 m) zählt ein Korb drei Punkte. Ein Freiwurfbereich zählt als ein Punkt. Nach einem Korberfolg wird das Spiel von der Endlinie (Grundlinie) hinter dem gegnerischen Korb innerhalb von 5 Sekunden fortgesetzt. Bei Regelübertretungen, Foulspiel, Halte-Ball, Spielverzögerung und Verletzung eines Spielers wird die Spielzeit angehalten. In der ersten Halbzeit sind zwei Auszeiten möglich, in der zweiten Halbzeit drei. Ein Spieler ist im Aus, wenn er den Boden auf oder außerhalb der Seitenauslinie berührt. Der Ball ist im Aus, wenn er von einem Spieler, der im Aus ist, berührt wird, oder im Aus den Boden berührt. Wenn ein „nah bewachter Spieler“ nicht innerhalb von 5 Sekunden den Ball abspielt, auf den Korb wirft oder dribbelt, erhält der Gegner einen Einwurf (5-Sekunden-Regel). Eine Mannschaft muss veranlassen, dass innerhalb von 8 Sekunden der Ball in die gegnerische Hälfte gespielt wird,

	<p>Mittelschulverbund Auf der Schanz/Friedrichshofen Ingolstadt Auf der Schanz 28 – 85049 Ingolstadt ☎ 0841/30540600 – ☎ 0841/30540699 ✉ verwaltung@ms-schanz.ingolstadt.de</p>	
		<small>Grund- und Mittelschule Ingolstadt-Friedrichshofen</small>

ansonsten erhält der Gegner Einwurf auf Höhe der Mittellinie (8-Sekunden-Regel). Erlangt eine Mannschaft die Ballkontrolle, so muss sie innerhalb von 24 Sekunden auf den Korb werfen (24-Sekunden-Regel).

Technik

Die grundlegenden Passtechniken beim Basketball sind der Brustpass, der Boden- oder Bouncepass und der Überkopfpass oder Bogenpass oder Lob. Die grundlegenden Wurftechniken beim Basketball sind der Standwurf, der Sprungwurf, der Korbleger und der Hakenwurf. Außerdem gibt es noch weitere Spezialtechniken wie den Dunk (auch Dunking genannt), den Jump-Sprungball und den Rebound. Ein Dunk ist der Versuch, den Ball von oben in den Korb zu drücken. Der Rebound ist das Erkämpfen des vom Brett/Ring abprallenden Balles nach einem missglückten Wurfversuch eines Gegners. Der Stoppschritt ist die Ballannahme aus der Bewegung nach einem Zuspiel oder aus dem Dribbling heraus. Zwei mögliche Formen des Stoppschrittes sind der Schrittstopp und der Parallelstopp.

Taktik

Möglichkeiten der Gruppentaktik sind Manndeckung, Pressdeckung über das ganze Spielfeld, Zonendeckung und Fastbreak (= Schnellangriff). Wir unterscheiden drei Arten der individuellen Verteidigung: Gegen den Angreifer ohne Ball, Gegen den Ballbesitzer und Reboundarbeit.