

# Basketball



## 1. Regeln I:

- a) Was versteht man unter der **Zone**?  
*5,80m von der Innenkante der Endlinie entfernt; 3,60m lang (=Trapez).*
- b) Was versteht man unter dem **Freiwurfraum**?  
*Zone und Halbkreis vor der Zone; Radius 1,80m.*
- c) Welche Plätze nehmen die Spieler bei einem **Freiwurf** ein?  
*3 Abwehrspieler und 2 Angriffspieler nehmen die Plätze an der markierten Zone ein. Der Werfer befindet sich an der Freiwurflinie.*

## 2. Regeln II:

- a) Wie viele Spieler einer **Mannschaft** dürfen auf dem Feld stehen?  
*5 Spieler*
- b) Wie viele Spieler einer **Mannschaft** dürfen ausgewechselt werden?  
*5 Spieler*
- c) Wann darf ein **Spieler** das Spielfeld verlassen?  
*Er darf es nur mit Erlaubnis des Schiedsrichters verlassen.*

## 3. Regeln III:

- a) Wie viele **Schiedsrichter** gibt es normalerweise?  
*2 Schiedsrichter*
- b) Darf ein **Schiedsrichter** die Entscheidung des anderen Schiedsrichters aufheben?  
*Nein!*
- c) Wie beginnt ein Basketballspiel?  
*Mit einem Sprungball (Jump) im Mittelkreis.*
- d) Wann wird das Spiel mit einem Sprungball fortgesetzt?  
*Bei Halteball  
Bei Unterbrechung ohne Regelverstoß (z.B. Ball ist zwischen Korbring und Brett eingeklemmt)*

## 4. Regeln IV:

- a) Wann gilt ein **Korb** als erzielt?  
*Wenn ein „lebender“ Ball von oben in den Korb fällt und darin verbleibt oder durchfällt.*
- b) Wo wird das Spiel nach einem **Korberfolg** fortgesetzt?  
*Von einem beliebigen Punkt außerhalb der Endlinie.*
- c) Wann gibt es eine **Verlängerung**?  
*Wenn das Spielergebnis am Ende des letzten Viertels nicht entschieden ist.*

## 5. Regeln V:

- a) Wann wird die **Spielzeit** unterbrochen? (Zeit-Aus)  
*Regelübertretung*  
*Foul*  
*Halteball*  
*Verzögerung*  
*Verletzung eines Spielers*
- b) Wie viele **Auszeiten** stehen jeder Mannschaft zur Verfügung?  
*1 in jedem Viertel der Spielzeit.*

## 6. Regeln VI:

- a) Wann ist ein Spieler im **Aus**?  
*Wenn er den Boden auf oder außerhalb der Grenzlinien berührt.*
- b) Wann ist der Ball im **Aus**?  
*Wenn er einen, im Aus stehenden Spieler oder den Boden im Aus berührt.*
- c) Was versteht man unter einem **Doppeldribbling**?  
*Wenn ein Spieler ein zweites Mal dribbelt, nachdem er ein Dribbling beendet hat (Demo).*
- d) Was versteht man unter einem **Schrittfehler**?  
*Laufen mit dem Ball in der Hand unter Missachtung der Schrittregeln (2 Kontakte).*

## 7. Regeln VII:

- a) Was ist ein **Halteball**?  
*Wenn 2 oder mehr Spieler gegnerischer Mannschaften eine oder beide Hände fest am Ball haben.*
- b) Was versteht man unter der **3-, 8- und 24-Sekunden-Regel**?  
*3-Sekunden:*  
➤ *Ein Spieler darf ohne Ball nicht länger als 3 Sekunden in der Zone des Gegners bleiben.*  
*8-Sekunden:*  
➤ *Eine Mannschaft muss innerhalb von 8 Sekunden ihr Rückfeld verlassen haben.*  
*24-Sekunden:*  
➤ *Die ballbesitzende Mannschaft muss innerhalb von 24 Sekunden auf den Korb werfen.*

## 8. Regel VIII:

- a) Wann spricht man von einem **persönlichen Foul**?  
*Spielerfoul (Kontakt mit Gegner)*  
*Blockieren, Halten*  
*Stoßen, Rempeln, Bein stellen, Sperren*
- b) Wann spricht man von einem **technischen Foul**?

*Missachtung der Ermahnungen oder Beleidigungen gegenüber dem Schiedsrichter.*

- c) Wie wird ein **Freiwurf** ausgeführt?  
*Werfer muss hinter der Freiwurflinie stehen*  
*Regelgerechte Aufstellung der anderen Spieler (beachte technisches / absichtliches Foul!)*  
*Wurf innerhalb von 5 Sekunden nach Ballerhalt*  
*ggf. Fortsetzung des Spiels*

## **9. Regeln IX:**

- a) Wie viele **Punkte** zählt ein aus dem Spiel erzielter Korbwurf?  
*2 Punkte bzw. 3 Punkte (3 Punkte – Linie)*
- b) Wie viele **Punkte** zählt ein aus einem Freiwurf erzielter Korbwurf?  
*1 Punkt*
- c) Wann erhält eine Mannschaft **3 Punkte** für einen Korbwurf?  
*Wenn der Wurf von außerhalb der 3 – Punkte – Linie (6,25m Abstand) erfolgt ist.*

## **10. Technik I:**

- a) Was versteht man unter einem **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).*
- b) Welche **Passarten** gibt es beim Basketball?  
*Beidhändiger Brustdruckpass, beidhändiger Brustdruckpass als Bodenpass*  
*Überkopfpass, Einhandpass*
- c) Erkläre die 2 **Stopschrittarten**?  
*Schrittstop / Parallelstop wird nach der Ballannahme aus der Bewegung / dem Dribbling ausgeführt.*  
*Parallelstop: gleichzeitiges Landen der Beine*  
*Schrittstop: zeitlich versetztes Landen der Beine*

## **11. Technik II:**

- a) Nenne verschiedene **Wurf- bzw. Passarten!**  
*Beidhändiger Brustpass*  
*Einhandpass*  
*Überkopfpass*  
*Positionswurf*  
*Sprungwurf*  
*Korbleger*  
*Hakenwurf*  
*Dunking*
- b) Beschreibe den **Positionswurf** (Werfen aus dem Stand)!

## 12. Technik III:

- a) Nenne verschiedene **Wurfarten!**

*Beidhändiger Brustpass*

*Einhandpass*

*Überkopfpass*

*Positionswurf*

*Sprungwurf*

*Korbleger*

*Hakenwurf*

*Dunking*

- b) Beschreibe den **Korbleger!**

## 13. Technik IV:

- a) Erkläre die Begriffe „**Jump**“, „**Rebound**“ und „**Dunking**“

Jump: *Sprungball*

Rebound: *Erkämpfen des vom Korb bzw. Brett abprallenden Balles nach Fehlwurf des Gegners.*

Dunking: *Den Ball von oben in den Korb legen.*

## 14. Taktik I:

- a) Welche **Spielsysteme** kennst du?

*Raumdeckung*

*Manndeckung*

- b) Benenne mögliche **Spielpositionen?**

*Aufbauspieler (Guide)*

*Center*

*Angriffsspieler („offense“)*

*Abwehrspieler („defense“)*

## 15. Taktik II:

- a) Nenne einige allgemeine **taktische Grundregeln!**

*Körper zwischen Mann (Ball) und Korb*

*Hin zum Mann am Ball*

*Freilaufen*

*Positionswechsel*

*Finte*

*Sternschritt*

- b) Unterscheide die Begriffe **Technik** und **Taktik!**

*Technik: Gefühlvolles, sicheres Umgehen mit dem Ball.*

*Taktik: Bewusstes, überlegtes Verhalten, planmäßiges Vorgehen; Mann- und Raumdeckung*