

Børneregler 2015-16 – fortolkninger, præciseringer og gode råd

Senest ændret august 2015

Vi har igennem de sidste par år oplevet, at de mere differentierede børneregler har været en stor hjælp til at få forbedret spillet, gøre det lettere at dømme og fået kampene til at køre hurtigere – omvendt har der i praksis været forskellige fortolkninger og måder at anvende reglerne på. Derfor har børne- og ungeudvalget lavet nedenstående præciseringer og vejledninger til trænere, spillere, forældre og ikke mindst dommere i de rækker der spiller efter børneregler. I er altid velkomne til at kontakte udvalget hvis I har spørgsmål og/eller bemærkninger der kan lette arbejdet med at gøre verdens bedste idræt til en endnu bedre oplevelse ude i hallerne.

Der er fra sæsonen 14-15 indført nogle små ændringer i børnereglerne som I bedes være opmærksomme på – det drejer sig om konsekvens af ulovligt forsvar, tre-meters regel i forsvaret og ændringer i Grand Prix reglementet.

Endvidere er der fra sæsonen 15-16 i mesterrækkerne for U14 indført ændrede udskiftningsregler og indført en femte periode med fri ind- og udskiftning. Dette er gjort, for både at lette overgangen fra børneregler til seniorregler, men også for at sikre en bedre sportslig afvikling af kampene i mesterrækkerne.

Der arbejdes på sigt hen imod en simplificering af reglerne for Grand Prix. Input af alle slags er velkomne ☺

Børnereglerne kan findes her: <http://www.basket.dk/B%c3%b8rneregler>

Venlig hilsen, Jesper Nielsen DBBF børn og unge | mail: ungeball@live.dk

U8-U10: reglen om ikke at måtte blokere et skud

- Denne regel har givet anledning til nogen usikkerhed. Reglen er en konsekvens af reglen om holdt bold. Man må ikke blokere et skud så længe bolden er i hænderne. Det er en forseelse på linje med holdt bold. Når bolden **klart** har forladt skyttens hånd (altså er i luften), må skuddet gerne blokeres
- Herudover gælder reglen om cylinderen også for U8 og U10 – dvs. at hvis spilleren klart skyder ind i hænderne på en spiller der står med hænderne over hovedet i sin egen cylinder er der tale om et "no-call", altså at vi lader spillet fortsætte – har forsvarsspilleren tydeligt sine arme inde i angrebsspillerens cylinder er der tale om et ulovligt block med mindre bolden **tydeligt** har forladt skudhånden (skøn fra dommers side – en god regel vil være at sige mindst en håndslængde fra hånden) og der IKKE er kontakt. I tvivlstilfælde og ved kontakt er der altid ulovlig blocking og evt. fejl hvis der er kontakt (i scoringsforsøg tildeles et point)

U8-U10: reglen om ikke at må tage bolden ud af hænderne på en modstander (minus holdt-bold)

- At stjæle bolden ved dribbling er og har altid været tilladt. Det er først når spilleren lader bolden hvile i hænderne/hånden at man ikke må tage den – dømmes som en forseelse
- I tilfælde af, at der ikke er boldkontrol (løse bolde) og situationen ender i en holdt bold, tildeles bolden til det hold der tabte dommerkastet jf. reglen om skiftende boldbesiddelse. Da der ikke anvendes boldbesiddelses-pil i U8/U10 nulstilles dette ved slutningen af hver periode, da den efterfølgende periode altid starter med et dommerkast. Det er dommerens opgave at holde øje med hvis tur det er til at få bolden, såfremt en holdt-bold-situation skulle opstå alligevel - fx ved



kamp om en løs bold. Reglen må dog ikke misbruges til fx at trække tiden ved afslutningen af en kamp og opnå en uretmæssig fordel. Hvis dommeren skønner at dette er tilfældet, skal spillet stoppes og der gives en henstilling/advarsel. Herefter kan det boldbesiddende hold miste bolden hvis det gentager sig – det understreges, at reglen kun må bruges i de sidste to minutter af kampen og kun i yderste nødstilfælde

U8-U14: generelt vedr. doubleteam/trap, samt hjælpeforsvar

- Som udgangspunkt er al zone og dermed også zonelignende forsvar ikke tilladt. Det betyder også, at det ikke er tilladt at slippe den mand man dækker, for at spille hjælpeforsvar forebyggende, forstået på den måde, at spillerne bevidst og med fordel har opmærksomheden på bolden mere end på egen mand (fx ved at opholde sig fast i 3-sekfeltet i den side hvor bolden er). Det medfører, at der ikke må spilles hjælpeforsvar før det er tydeligt, at den der hjælpes er blevet "slået" af sin angrebsspiller – omvendt er det ikke forbudt at spille hjælpeforsvar så længe det er i den hensigt at stoppe et frit drive mod kurven – dog skal hjælpeforsvaret stoppe når den spiller der har modtaget hjælpen er nået tilbage til sin mand igen. Det understreges, at grænserne er flydende og det derfor er spillederens (dommerens) opgave at vurdere om hvorvidt reglen er overholdt eller ej.
- Der må gerne byttes i forsvaret
- Hjælpeforsvar er ikke tilladt i U8
- Børne- og ungeudvalget anbefaler kraftigt, at man helt undlader at spille hjælpeforsvar i U10 og hvis man gør det, må det kun være i begrænset omfang og for at stoppe et helt frit drive til kurven
- Traps og opdækning med mere end en forsvarsspiller på bolden, er ikke tilladt. I den forbindelse er det vigtigt at dommere og trænere har forståelse for om situationen er bevidst eller ubevidst og om der er fordel/ikke-fordel. Jo yngre spillerne er og jo mere ubevidste de er om situationen, jo mere skal dommeren og trænere hjælpe til at lade spillerne forstå reglen – reglen har til hensigt at øge spillernes udvikling både angrebsmæssigt og forsvarsmæssigt, samt gøre spillet hurtigere og med flere scoringer til gavn for alle. Det er altid tilladt af dommeren af pædagogiske årsager at stoppe spillet i situationen (og evt. kampuret) og gøre opmærksom på, at man ikke må være to mand på bolden og så sætte spillet i gang igen med indkast til det boldbesiddende hold
- Reglen medfører også, at alt for aktivt hjælpeforsvar – fx fra toppen af banen og ned mod bolden – kan være ulovligt, da der ikke er tale om hjælpeforsvar, men en form for presspil hvor man slipper sin egen mand for at presse boldholderen, hvilket ikke er tilladt. Omvendt, vil en udnyttelse af reglen fra angribernes side til fx at skabe isolationsspil ved at placere fire angribere i den ene side af banen, være i mod ånden i reglerne. I sådan en situation er et mere aktivt hjælpeforsvar ikke strafbart
- **3-meters regel:** I tilfælde af, at man har svært ved at forklare sine spillere hvordan reglen er, kan man benytte sig af en tre-meters regel. Det betyder kort sagt, at man ikke må være længere væk fra sin mand end 3 meter og er en god rettesnor for at få spillet til at fungere, samtidig letter det en kommende indlæring af evt. hjælpeforsvar, "help & recover-principper" og god defensiv spacing på banen. Reglen administreres i praksis ud fra, at forsvareren som udgangspunkt ikke må være længere væk end tre meter fra den vedkommende dækker op. Undtaget herfra er tydelige hjælpesituationer og situationer hvor angriberen bevidst placerer sig meget langt væk fra bolden for at opnå en fordel (se ovenfor).
- I reglerne står der angivet, at straffen for gentagne, bevidste tilsidesættelser af reglen kan straffes med et straffekast. Denne regel bør anvendes såfremt træneren gentagne gange bevidst opfordrer spillerne til at trappe, spille zone o. lign. eller undlader at hjælpe sine spillere til at spille efter reglerne. Dommeren, med hjælp fra begge holds trænere, bør forklare reglen for spillerne og give dem og deres trænere en mulighed for at rette op på det undervejs og om nødvendigt stoppe spillet (og kampuret) og forklare reglen inden der skrives ind med yderlige sanktioner. Overholder



spillerne ikke dette og fortsætter med at overtræde reglen kan der – uden at notere fejl på træneren – **uden videre** idømmes et straffekast (NB: i U8 og U10 i stedet et bonuspoint til det forurettede hold med efterfølgende indkast ved sidelinjen) til den forurettede spiller med efterfølgende ret til at få bolden ved sidelinjen – dommeren/spillederen skal gøre opmærksom på, at det er pga ulovligt forsvar.

Dommeren har stadigvæk mulighed for, om nødvendigt og efter tilstrækkelig henvisning om dette (advarsel), at tildel træneren for det forsvarende hold en teknisk fejl efter de normale retningslinjer for dette, såfremt denne bevidst tilsidesætter reglen eller undlader at hjælpe sine spillere til samme

- Generelt kan der ikke dømmes for dobbeltteam mv. under kurven (indenfor og i umiddelbar nærhed (et skridt) af ikke-angrebsfejl-linjen) og slet ikke i reboundsituationer før boldkontrol er etableret af den reboundende spiller eller hvis der ikke er boldkontrol – i det øjeblik der er etableret boldkontrol, er dobbeltteaming forbudt

Generelt om ophold i tresekundsfeltet

- **Angrebsspillere:** som udgangspunkt skal der ses på fordel/ikke-fordel. Her spiller spillerens højde og teknik i forhold til sine modspillere ind. Jo højere og jo dygtigere, jo større fordel. Her er det vigtigt, at dommere og trænere i fællesskab lærer spillerne reglen om tresekunder og minder dem om, at de ikke må opholde sig fast inde i feltet når deres hold har bolden – treskunder må altså godt dømmes ud fra pædagogiske hensyn og reglen om fairplay også i U8/U10 og U12 men **ikke** uden forudgående grundige forklaringer og henvisninger mv. fra både dommere og trænere
- **Forsvarsspillere:** må ikke opholde sig i tresekundsfeltet hvis det betyder, at de ikke længere dækker deres egen mand jf. reglen om, at zoneforsvar ikke er tilladt (se også 3 meters reglen ovenfor). Igen skal der ses på reglen om fordel/ikke-fordel. Omvendt må en angrebsspiller ikke bevidst stille sig oppe ved midterlinjen for at undgå at hans mand ikke kan hjælpe eller rebounde. Her er huskereglen om hjælpelinje (midten af banen delt lodret) og boldlinje (en linje der går vinkelret på tværs ad banen og igennem bolden) et godt udgangspunkt for at vurdere dette. Hvis forsvarsspilleren er mere end 3 meter væk fra den han/hun dækker op kan der være grund til at holde ekstra øje med hvordan der dækkes op og evt. vejlede den pågældende spiller (se evt. 3-meters regel ovenfor)

Generelt omkring skridt og dobbeltdribling

- Jo yngre spillerne er, jo mere ser vi igennem fingre med overtrædelser af disse – omvendt, jo ældre og jo dygtigere spillerne er, jo mere dømmes der efter reglerne. Igen skal der tages hensyn til fordel/ikke-fordel. Det er, særligt i U8 og U10, helt i orden, at dommeren stopper spillet og forklarer fx driblereglen eller skridtreglen for så at sætte spillet i gang igen med et indkast til det hold der havde bolden. Det vigtigste er, at spillerne får lært den rigtige teknik til at starte og standse og bliver bevidste om, hvad der er deres standfod

Screeninger

- Screeninger er tilladt. Dog anbefaler vi, at man ikke benytter sig af screeningspil før spillerne har de tilstrækkelige og grundlæggende færdigheder i angrebsspillet – dog indskærpes det, at screeninger kan give mere kontakt end godt er og at dommerne derfor er ekstra opmærksomme på reglen om afstand, hastighed og position ved screeninger. Som udgangspunkt anbefaler BU-udvalget at der slet ikke spilles med screeninger i U8-U10 og at man i U12 undgår screeninger på bolden. Det er under overvejelse helt at forbyde screeninger i U8 og U10



- Endvidere er det vigtigt, at spillerne fra starten af lærer, at en screening kræver at fødderne er i ro, at armene ikke anvendes aktivt som en del af screeningen og at der er den nødvendige afstand til forsvarsspilleren, så denne kan nå at reagere på screeningen

Straffekast

- I U12 og U14 spilles der med straffekast. Vi følger de helt normale regler når det gælder opstilling langs treskudsfeltet – dvs. straffeskytte plus to angrebsspillere, samt tre forsvarsspillere. Resten skal opholde sig bag straffekasteren. Husk, i U12 skydes der fra 4 meter og der kan ikke dømmes for overtrådt - dog skal bolden stadigvæk ramme ringen
- Fra 5 holdfejl skydes der ligeledes straffekast nøjagtig som i U14 – ved korte kampe i fx GP-stævner kan man aftale, at der ikke skydes straffekast ved holdfejl, men det understreges, at alle skal være enige om det

Indsætning af spillere ved fejl og skader mv

- I reglerne står der følgende: *"Ingen spiller må spille mere end én periode mere end en medspiller, medmindre denne er skadet eller udvist for 5. fejl"*. Det betyder, at hvis en spiller udgår af kampen pga fejl eller en skade, så kan det blive nødvendigt at sætte en spiller ind, selvom dette kan betyde at denne spiller to perioder mere end de andre spillere. Dette skal selvfølgelig forgå på en måde der ikke får væsentlig indflydelse på kampen, dvs. at der skal sættes en spiller ind der er på nogenlunde samme niveau som den spiller der må gå ud. Dette står nævnt på flg. måde i reglerne: *"Hvis en spiller må forlade banen på grund af skade eller 5. fejl, erstattes denne af en anden spiller i enighed med den anden udskiftningsleder under hensyntagen til FAIR PLAY og reglen om at ingen spiller må spille mere end en periode mere end de andre"*. Det betyder, at der skal kommunikeres mellem de to trænere på en ordentlig måde. Reglen forudsætter en fælles forståelse for princippet om Fairplay.
- I praksis (og jo yngre spillerne er) vil der ofte forekomme småafbrydelser hvor en spiller slår sig og lige skal ud og sunde sig lidt – her er det ok at sætte en anden spiller ind i et minut eller to uden at dette får indflydelse på denne spillers antal spillede perioder forudsat, at man skifter tilbage hurtigst muligt. Dette står ikke i reglerne, men er en god måde at få det hele til at glide på 😊
- Under alle omstændigheder, skal reglen om at alle skal spille lige meget fastholdes. Dvs. at man ser på hvilken/hvilke spillere har spillet færrest perioder når man skal indskifte midt i en periode
- I mesterrækkerne for U14 er denne regel kun gældende i kampens første fire perioder

Påklædning

- Generelt tilstræbes, at alle på holdet spiller med spilletrøjer med numre – som minimum bagpå – og i samme farve. De to holds trøjer skal adskille sig væsentligt fra hinanden, men det er underordnet hvilke farver de to hold har på
- I de rækker hvor der ikke spilles med personlige fejl (U8 og U10) og særligt ved stævner (uanset aldersgruppe), er det tilstrækkeligt, at der kan kendes forskel på de to hold, hvorfor trøjer ikke nødvendigvis skal have numre på hvis dette af forskellige årsager ikke kan lade sig gøre - dog må spilletøj/vestene ikke være grå, være ensfarvede og i kontrast til det andet holds trøjer. Ved stævner anbefales det, at der er overtræksveste til rådighed – minimum fem på hver bane. At spilletøjet evt. ikke har numre, fritager ikke trænerne fra ansvar i forhold til reglerne om at fordele spilletiden ligeligt



- I U12 og U14 skal spilletrøjerne som udgangspunkt være så tæt på de internationale regler som muligt, dog må der gerne spilles i shorts af forskellig farve og længde - det tillades at have trøjer mv. indenunder spilletrøjen så længe de ikke adskiller sig væsentligt fra eller på anden måde kan virke distraherende – men igen: hvis det er vigtigt for at kampen kan gennemføres, tillades overtræksveste eller ”ulovlige” trøjer
- Dommerpåkledning: det anbefales at dommeren (spillederen) så vidt muligt ligner en rigtig dommer – dvs. lange bukser (gerne sorte) og en grå, neutral trøje. Vi vil gerne opfordre klubberne til at gøre lidt ekstra ud af dette, da det gør oplevelsen bedre for alle - især børn og forældre

Øvrige forhold

- Enkelte har forespurgt, i hvilken rækkefølge spillerne (kæderne) skrives i protokollen ved starten af hver periode – som udgangspunkt er der ingen faste regler for dette. Man skal ikke angive alle fire kæder ved starten af første periode – er der tvivlsspørgsmål, så er hovedreglen ligesom ved andre kampe, at det er **hjemmeholdet**, der først angiver startere på banen ved kampstart – dette forhold fastholdes kampen igennem ved periodestart
- Vi har enkelte gange oplevet, at klubber anvender mesterrækkespillere i GP-stævnerne – dette er ikke direkte i strid med turneringsreglementet (så længe reglerne om op- og nedrykning mellem hold overholdes), men har nogle gange givet de ikke så gode spillere fra andre, og især mindre klubber, nogle mindre heldige oplevelser, da mesterrækkespillerne er alt for gode niveaumæssigt – særligt hvis der er 2-3, måske fire af dem på et B-hold. Vi vil på det kraftigste opfordre klubberne til, så vidt det overhovedet er muligt, ikke at anvende deres mesterrækkespillere i de lavere rækker – særligt i GP-stævnerne. Vi vil også opfordre til, at man overholder reglerne i turneringsreglementet i forhold til op- og nedrykning mellem hold, samt at man husker på reglen om, kun at må spille en kamp i den samme aldersgruppe på samme dag (undtaget stævner selvfølgelig)
- Det vigtigste er, at kampene gennemføres på en tilfredsstillende måde for alle parter og IKKE at nogle mere eller mindre vigtige formaliteter overholdes – det samme gælder banestørrelser, streger mv. I mange haller er der ikke korrekte opstregninger på tværbaner, men så længe det er tydeligt for alle hvad der spilles med af streger fx via opmærkning med kegler, tape el. lign. er dette tilfredsstillende. Derfor opfordrer vi også til, at trænere og dommere umiddelbart inden kampen mødes for at alle er sikre på, hvad der spilles efter – hvis trænerne alle er enige om i særlige situationer at fravige reglerne fx ved boldstørrelser og kurvehøjder, kan dette som udgangspunkt sagtens lade sig gøre. Vi understreger dog, at der skal være **fuld enighed**, det skal give mening og at det kan være forbundet med vanskelighed efterfølgende at følge op på evt. protester foranlediget af sådanne aftaler
- Sørg i øvrigt for, altid at have de forskellige sæt regler liggende sammen med jeres protokoller og dommerbordsudstyr – de er gode at have ved hånden, hvis I er i tvivl om noget. Vi anbefaler også, at hjemmeholdet for en sikkerheds skyld har et sæt overtræksveste klar i tilfælde af, at der sammenfald i holdenes trøjefarver
- Vi vil gerne opfordre alle parter til at tænke over, at kampene er til for børnenes skyld og opfordrer til at holde en god tone overfor med- og modspillere, trænere, officials og dommere og til at alle hjælper alle til at få en god oplevelse uanset kampenes forløb og udfald. Ofte vil det være en god idé at forklare forældrene hensigterne og ånden i børnereglerne fra sæsonens start
- Det er vigtigt at tænke på, at formålet med børnereglerne er at fremme de gode oplevelser for alle, at udvikle spillerne både teknisk og taktisk, samt først og fremmest at give alle lyst til fortsat at spille basketball uanset niveau – derfor vil vi bede alle om at huske på, at det ikke gavner nogen, at det ene hold vinder med fx 50-100 point og at man, hvis man har et overlegent hold, ikke behøver at presse og spille meget aggressivt, men derimod kan have mere glæde af at træne holdets halvbane personlige forsvar, sammenspil i angrebet og andre ting, der på sigt er vigtigere for



spillerne og spillets udvikling end at stjæle bolde højt oppe på banen og score lette lay-up. Derfor anbefaler vi også, at alle spillere får så meget spilletid som muligt uanset hvilke regler vi måtte have vedrørende dette

- Husk altid, både før og efter kamp, at hilse på modstandere og dommere og sige tak for kampen. Vi anbefaler, at dette gøres ved, at starterne inden kampen giver hånd til dommere og modspillere, trænerne gør det samme – og efter kampen stiller holdene sig i to rækker og går forbi hinanden og siger tak for kampen 😊

