

Børneregler er ikke svære

Børnereglerne er lavet med det formål at lette legen, højne glæden, prioritere de sociale aspekter og fremme fair play. Dette også med sigte på, at forældre kan hjælpe med ved afvikling af en kamp som protokolførere, tidtagere, dommere eller som sportsligt korrekte tilskuere.

Fair Play

For de mindste har basketball et fortrin frem for en lang række andre idrætsgrene idet der tages sociale hensyn i reglerne. Det er ikke kun de bedste spillere, der får lov til at være på banen. Alle skal om muligt have lige meget spilletid, og ingen kan komme på banen i mere end én periode mere end holdkammeraterne. Men et er reglerne og noget andet "ånden" bag paragrafferne. Som mange andre steder, kan reglerne bøjes og (mis)bruges. Vi vil gerne forhindre, at en træner beder den dårligste spiller om fx at simulere en skade for at have en god spiller på banen. Det kræver også forældrenes forståelse og hjælp. Heldigvis er der landet rundt en bred forståelse for, at det i sidste ende ikke gælder om at vinde den enkelte kamp, men derimod om at alle får oplevelsen af at spille og have det sjovt!



Ingen kan i øvrigt sige at den bedste minispiller også ender med at være den bedste som seniorspiller. Det vigtigste er at alle bevarer glæden til spillet, frem for at gå op i sejre og spekulationer om, hvem der er den bedste på holdet. Når du dømmer, så tilpas reglerne til spilleniveauet. Døm hvis det har betydning for kampen, eller hvis de giver spillerne dårlige vaner, ellers lad være. Du er mere hjælper og vejleder for børnene end egentlig dommer, og din fornemste opgave er at være med til at give børnene en god oplevelse.

Børneregler har forbud mod zoneopdækning og zonepres, bla. fordi personlig opdækning fremmer børnenes teknik, og fordi det for de små er nemt at forstå beskeden: "Dæk nr. 7". I en kamp med zoneopdækning har angriberne desuden svært ved at score, og for børnene er det sjovest med mange scoringer.

Disse regler er sidst ændret i 2015
DBBF— Børne og Ungeudvalget



Idrættens Hus, Brøndby Stadion 20, 2605 Brøndby
T: 43 26 24 20 F: 43 26 24 30
E-mail: info@dbbf.dk
www.basket.dk

Børneregler U8-10



Spilleregler - Stævnerregler - Udskiftningsregler - Boldstørrelse



Basketballreglerne for vores spillere i U10 hedder børneregler—de danner grundlaget for de regler der spilles efter i U12 og U14 rækkerne. Det skulle gerne gøre reglerne lettere at forstå for spillere, trænere og forældre. Reglerne er progressivt bygget op og tilpasset spillernes udvikling og alder – dvs., at reglerne gradvist bliver sværere og tilnærmer sig de regler som voksne spiller efter. For de mindste skal legen og glæden være i højsædet, både til træning og kamp. Derfor spiller de mindste heller ikke om mesterskaber og medaljer, da det er glæden og legen i basketballspillet, vi ønsker at fokusere på. Børnene skal have det sjovt - en ting at tænke på, når man står som træner, måske sidder som medlevende forælder på tilskuerpladserne eller dømmer kampen.

Aldersgrænser

Disse regler gælder for U8-U10 drenge og piger, jf. DBBFs fælles turneringsreglement, § 4. Spillere der er yngre må gerne deltage såfremt dette af klubben vurderes som værende i orden.

Spilleregler

Der spilles efter de internationale regler med de undtagelser, der er anført nedenfor, hvilket har til formål at lette børnenes spil og fremme legemomentet, FAIR PLAY og de sociale aspekter. Dommere og trænere er også spilvejledere og skal hjælpe alle til at forstå og spille efter ånden i reglerne

- Der spilles 4 mod 4
- Personlig opdækning er påbudt og en evt. overtrædelse påtales—der spilles kun halvbaneforsvar
- Som udgangspunkt spilles der 4 x 7 minutter fast tid
- Alle spillere skal som udgangspunkt spille lige lang tid og ingen må spille mere end en periode mere end de andre—man bør deltage med 6-8 spillere pr. hold pr. stævne
- Der føres score, men tælles ikke kamppoint og der bliver ikke ført en stilling
- Fejl dømmes som forseelse og derfor skydes der heller ikke straffekast – dog giver fejl i scoringsforsøg 1 point og bolden på sidelinjen udfor straffelinjen eller 3 point ved scoring.
- Spilvejlederen (dommeren) skal være opmærksom på, at reglen om ikke at notere fejlene ned ikke udnyttes for at få en fordel fx at bede om at få spilleren skiftet ud eller tage en snak med spiller/træner. Sker dette skal det påtales overfor træneren for det pågældende hold
- Der spilles ikke med 3-point og straffekast
- Der spilles ikke med tilbagespil og de forskellige tidsbegrænsningsregler som 3, 5, 8 og 24 sekunder
- Det er ikke tilladt at tage bolden ud af hænderne på en modstander (ingen holdt bold) - derfor starter vi også hver periode med et dommerkast. Skulle en spiller stå for længe med bolden i hænderne uden at aflevere, skyde eller dribble, kan spillederen fløjte og sætte spillet i gang med et indkast til det samme hold fra nærmeste sidelinje. Dette er for at skabe mere flow og tempo i spillet—spillederen skal dog være opmærksom på, at reglen ikke misbruges i kampens afslutning for at undgå at modstanderen stjæler bolden—der kan derfor godt, efter forudgående rådgivning/advarel til træner og spillere dømmes for "nøl" hvis angriberen holder bolden i for lang tid
- Forsvaret kan ikke stjæle bolden direkte fra et indkast. Skulle det ske, skal indkastet tages om. Undtaget herfra er indkast afleveret direkte ind i 3-sekunderfeltet, som altså godt må stjæles

Spilleregler—fortsat

- Det er ikke tilladt at blokere et skud før bolden tydeligt har forladt angriberens hænder
- Ingen timeouts
- Der dømmes som udgangspunkt for dobbeltdribling og skridt i de tilfælde, hvor en spiller bevidst drager fordel af dette – dette er en forseelse der giver det andet hold bolden ved nærmeste sidelinje. Spillederen bør altid forklare hvad der er galt – om nødvendigt kan spillet stoppes inden der forklares og herefter sættes spillet i gang igen med et indkast fra nærmeste sidelinje til det samme hold der havde bolden

Personlig opdækning medfører bl.a., at to spillere ikke må dække den samme modspiller, dvs. at fælder/traps/double team og zone ikke er tilladt. Hjælpeforsvar er tilladt i "små mængder". I praksis administreres reglen som en 3-meters regel. Dvs, at man i princippet ikke må være længere væk end tre meter fra den man dækker, medmindre angrebsspilleren udnytter dette til sin fordel så hjælpeforsvar umuliggøres



Turneringsform

Alle kampe afvikles i form af stævner. Et stævne afvikles som alle-mod-alle for 3-4 eller 5 hold. Alle hold møder samtidig og ved ankomst får man at vide hvornår man skal spille.

Der spilles med boldstørrelse 5. Der kan med fordel anvendes lettere bolde—kontakt DBBF hvis du vil vide mere.

Ved Grand Prix stævnerne sammen med U12 og U14 kan reglerne være en smule anderledes. Læs også papiret med "Vejledninger, præciseringer og gode råd, hvor vi går mere i dybden med reglerne end det er muligt i denne folder.

Se mere på www.basket.dk

Spil med dine kammerater

Skolekammerater på samme klassetrin kan spille på samme hold, selvom nogen skulle være et år for gamle. Husk blot, at det kan være nødvendigt at søge om dispensation hos DBBF. **NBI** Der er indført en særlig 4-kvartalsregel, der uden dispensation tillader deltagelse af op til to spillere der er op til 3 mdr. for gamle såfremt disses fødselsdato og -år indføres i protokollen