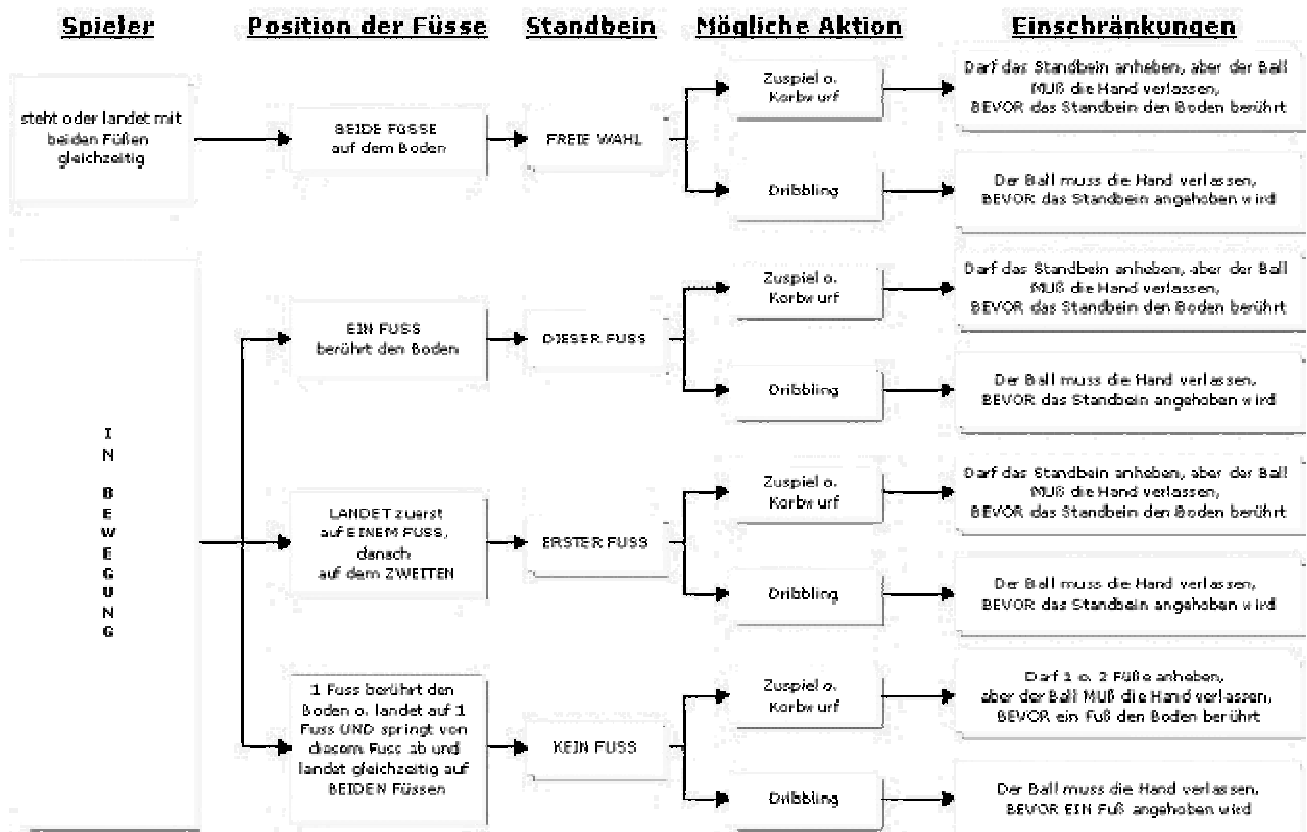


Wichtige Handzeichen im Basketball

Die SCHRITTEREGEL



Die ZEITREGELN

Die 3-Sekunden-Regel

Kein Spieler der ballbesitzenden Mannschaft darf sich länger als drei aufeinanderfolgende Sekunden in der begrenzten **Zone** des Gegners aufhalten (die Zone zwischen Grundlinie und Freiwurflinie). Die Regel tritt außer Kraft, sobald bei einem Wurf der Ball die Hand des Spielers verlassen hat, genauso wie bei einem toten Ball und beim Rebound. Bestraft wird die Verletzung der Regel mit Einwurf der gegnerischen Mannschaft.

Die Fünf-Sekunden-Regel

Wenn ein nah bewachter Spieler, der in Ballbesitz ist, nicht innerhalb von fünf Sekunden abspielt, auf den Korb wirft oder dribbelt, erhält die gegnerische Mannschaft einen Einwurf.

Die Acht-Sekunden-Regel

Wenn eine Mannschaft in ihrem Rückfeld Ballkontrolle erlangt hat, muss sie innerhalb von acht Sekunden den Ball über die Mittellinie ins Vorfeld gebracht haben. Andererseits erfolgt Einwurf des Gegners an der Mittellinie.

Das Rückspiel




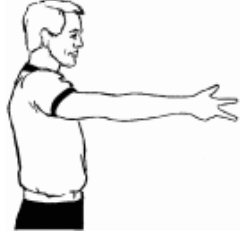







Kontrolliert eine Mannschaft den Ball in ihrem Vorfeld darf der Ball nicht mehr zurück über die Mittellinie gespielt werden. Der Spieler darf auch nicht mit einem Körperteil die Linie oder das Rückfeld berühren. Wenn dies jedoch passiert, wird die Mannschaft mit Einwurf der gegnerischen Mannschaft von der Mittellinie aus bestraft.

Die 24-Sekunden-Regel





Kommt eine Mannschaft in Ballbesitz, so muss sie innerhalb von 24 Sekunden ihren Angriff abgeschlossen haben. D.h., sie muss mindestens auf den gegnerischen Korb geworfen und der Ball den Ring berührt oder die verteidigende Mannschaft einen Ausball verursacht haben. Schafft die Mannschaft es nicht, bekommt die gegnerische Mannschaft Einwurf.

Wichtige Handzeichen im Basketball

REGELÜBERTRETUNGEN






<p>SCHRITTFEHLER</p>  <p>Fäuste umeinander rollen</p>	<p>REGELWIDRIGES DRIBBELN ODER DOPPEL-DRIBBLING</p>  <p>Unterarme auf- und abbewegen</p>	<p>REGELWIDRIGES FÜHREN DES BALLE</p>  <p>Halbe Drehung in Vorwärtsrichtung</p>	<p>3 SEKUNDEN</p>  <p>Ausgestreckter Arm 3 Finger zeigen</p>
<p>5 SEKUNDEN</p>  <p>5 Finger zeigen</p>	<p>8 SEKUNDEN</p>  <p>8 Finger zeigen</p>	<p>24 SEKUNDEN</p>  <p>Finger berühren die Schulter</p>	<p>SPIELEN DES BALLE INS RÜCKFELD</p>  <p>Arm bewegen, Zeigefinger ausgestreckt</p>
<p>ABSICHTLICHES FUSS-SPIEL</p>  <p>Finger zeigt zum Fuß</p>	<p>AUSBALL UND/ODER SPIELRICHTUNG</p>  <p>Finger zeigt parallel zu den Seitenlinien</p>	<p>SPRUNGBALL</p>  <p>Daumen nach oben</p>	

SPIELERNUMMER (Beispiele)

<p>Spieler Nr. 5</p> 	<p>Spieler Nr. 9</p> 	<p>Spieler Nr. 11</p> 	<p>Spieler Nr. 15</p> 
--	--	--	---

Wichtige Handzeichen im Basketball

KORBERFOLG

<p>EIN PUNKT</p>  <p>Abwärtsschlagen eines Fingers im Handgelenk</p>	<p>ZWEI PUNKTE</p>  <p>Abwärtsschlagen von zwei Fingern im Handgelenk</p>	<p>DREI PUNKTE VERSUCH</p>  <p>Drei ausgestreckte Finger</p>	<p>DREI PUNKTE ERFOLGREICHER WURF</p>  <p>Drei ausgestreckte Finger an beiden Händen</p>	<p>UNGÜLTIGER KORBERFOLG ODER UNGÜLTIGES SPIEL</p>  <p>Scherenbewegung der Arme vor der Brust</p>
---	--	---	---	--

UHREN







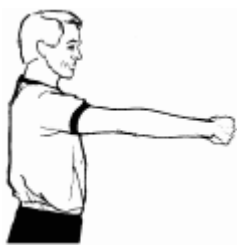









<p>UHR ANHALTEN (zusammen mit Pfiff) ODER UHR NICHT IN GANG SETZEN</p>  <p>Offene Handfläche</p>	<p>UHR ANHALTEN WEGEN FOULSPIELS (zusammen mit Pfiff)</p>  <p>Geschlossene Faust, Handfläche zeigt nach unten zur Hüfte</p>	<p>ZEIT AN</p>  <p>Hackbewegung mit der Hand</p>	<p>NEUE 24 SEKUNDEN</p>  <p>Kreisbewegung mit der Hand mit ausgestrecktem Zeigefinger</p>
---	--	---	---

ADMINISTRATION

<p>SPIELERWECHSEL</p>  <p>Kreuzen der Unterarme</p>	<p>AUFFORDERUNG ZUM SPIELERWECHSEL</p>  <p>Offene Handfläche winkt in Richtung Körper</p>	<p>ANGERECHNETE AUSZEIT (TIME-OUT)</p>  <p>„T“ formen, Zeigefinger sichtbar</p>	<p>KOMMUNIKATION ZWISCHEN SCHIEDSRICHTERN UND KAMPFRICHTERN (Tisch)</p>  <p>Daumen nach oben</p>
--	--	---	---

Wichtige Handzeichen im Basketball

ART DES FOULS und AUSFÜHRUNG STRAFE

<p>REGELWIDRIGER GEBRAUCH DER HÄNDE</p>  <p>Schlagen ans Handgelenk</p>	<p>BLOCKIEREN (offensiv oder defensiv)</p>  <p>Beide Hände an der Hüfte</p>	<p>ÜBERTRIEBENES SCHWINGEN DES ELLBOGENS</p>  <p>Ellbogen nach rückwärts schwingen</p>	<p>HALTEN</p>  <p>Handgelenk umfassen</p>	<p>PUSHING ODER CHARGING OHNE BALL</p>  <p>Stoßen imitieren</p>	
<p>CHARGING MIT BALL</p>  <p>Faust schlägt gegen offene Handfläche</p>	<p>DURCH MANNSCHAFT IN BALLKONTROLLE</p>  <p>Faust zeigt in Richtung des Korbes der foulspielenden Mannschaft</p>	<p>DOPPEL</p>  <p>Fäuste übereinander bewegen</p>	<p>TECHNISCHES</p>  <p>T formen, Handfläche sichtbar</p>	<p>UNSPORTLICHES</p>  <p>Handgelenk umfassen</p>	
<p>DISQUALIFIZIERENDES</p>  <p>Fäuste geschlossen</p>	<p>SEITE</p>  <p>Zeigefinger zeigt parallel zu den Seitenlinien</p>	<p>NACH FOUL DURCH MANNSCHAFT IN BALLKONTROLLE</p>  <p>Geschlossene Faust zeigt parallel zu den Seitenlinien</p>	<p>1 FREIWURF</p>  <p>Einen Finger hochhalten</p>	<p>2 FREIWÜRFE</p>  <p>Zwei Finger hochhalten</p>	<p>3 FREIWÜRFE</p>  <p>Drei Finger hochhalten</p>