



## Die wichtigsten Regeln des Basketballspiels

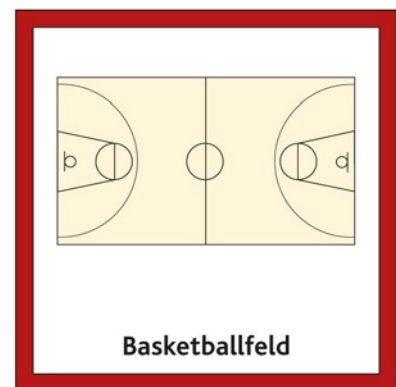
**Ein Spielfeld, zwei Mannschaften, zwei Körbe und ein Ball und schon kann das Spiel beginnen**

Beim Basketball stehen insgesamt zehn Spieler gleichzeitig auf dem Spielfeld, also fünf pro Team. Zusätzlich kann eine Mannschaft bis zu sieben Auswechselspieler haben, die beliebig oft wechseln können.

Ziel des Spiels ist es, den Ball in den Korb des jeweiligen Gegners zu werfen, der am Spielfeldrand an der Schmalseite des Felds in 3,05 Metern Höhe angebracht ist. Ein Freiwurf bringt einen Punkt, ein normaler Wurf zwei Punkte; steht der Spieler beim Wurf hinter der Drei-Punkte-Linie bringt ihm ein Treffer drei Punkte. Am Ende eines Basketballspiels gewinnt die Mannschaft mit der höheren Punktzahl.

Ein Spiel besteht offiziell aus vier Vierteln, deren Spieldauer jeweils zehn Minuten beträgt. Steht es nach der regulären Spielzeit unentschieden, wird um jeweils fünf Minuten verlängert, bis ein Sieger feststeht.

*(Hinweis: Die Basketball-Regeln können in den unterschiedlichen Ligen wie FIBA, NBA oder NCAA leicht voneinander abweichen.)*



### Fouls, Zeitübertretungen, Doppeldribbling, Schrittfehler und mehr

#### Fouls

Im Basketball wird zwischen vier Foularten unterschieden:

1. *Persönliches Foul* (regelwidriger Kontakt - Defensives Foul, Offensives Foul im Spiel)
2. *Technisches Foul* (technische Fehler und Disziplinlosigkeit - z.B. Missachten von Schiedsrichterentscheidungen, Provokationen, zu viele Spieler auf dem Feld)
3. *Unsportliches Foul* (sehr harter Kontakt, Kontakt ohne Chance auf Ballgewinn)
4. *Disqualifizierende Fouls* (grobe Unsportlichkeit (Tätlichkeit, Beleidigung usw.))

#### *Fouls des Verteidigers (defensive foul)*

Ein Verteidiger darf einen Angreifer im Ballbesitz nur in begrenztem Maße abwehren. Halten, Blockieren, Stoßen, Rempeln, Beinstellen oder die Behinderung mit ausgestreckten Armen, Ellbogen oder Beinen sind nicht erlaubt.

#### *Fouls des Angreifers (offensive Foul)*

Ein Angreifer im Ballbesitz begeht ein Foul, wenn es zu einem Kontakt mit einem Verteidiger kommt, der in einer legalen Verteidigungsposition steht oder sich rückwärts bewegt. Zu den typischen Offensivfouls zählen etwa das Wegstoßen des Verteidigers mit dem Unterarm,

Kontakte mit dem Ellbogen oder wenn der Angreifer mit der Schulter voran in den Gegenspieler läuft.

Nach einem disqualifizierenden Foul oder zwei unsportlichen Fouls wird ein Spieler vom Spiel ausgeschlossen und muss die Halle sofort verlassen beziehungsweise in der Mannschaftskabine das Ende des Spiels abwarten. Fünf persönliche oder technische Fouls führen zum Verlust der Spielberechtigung für das laufende Spiel.

## **Zeitübertretungen**

Basketball ist abwechslungsreich und zeichnet sich durch sein schnelles Tempo aus. Das liegt vor allem an den Zeitregeln, die vorgeben, wie lange bestimmte Aktionen dauern dürfen.

### *24-Sekunden-Uhr*

Jeder Angriff darf maximal 24 Sekunden dauern, die auf der "Shot clock" (deutsch: Wurfuhr) heruntergezählt werden. Die Zeit startet nach jeder Ringberührung des Balles von neuem. Ein "Steal" sowie ein Foul der verteidigenden Mannschaft führen zum Neustart der 24-Sekunden-Uhr. Zudem lässt die Schiedsrichterentscheidung über ein absichtliches Fußballspiel die "Shot clock" wieder neu starten.

### *8-Sekunden-Regel*

Bekommt eine Mannschaft den Ball oder gab es einen Einwurf, so muss sie innerhalb von acht Sekunden den Ball in die gegnerische Hälfte bringen. Gelingt ihr das nicht, gibt es einen Einwurf für den Gegner an der Mittellinie.

### *3-Sekunden-Regel*

Während eines Angriffs dürfen sich die Spieler der angreifenden Mannschaft nicht länger als drei Sekunden ununterbrochen in der gegnerischen Freiwurfzone aufhalten, unabhängig davon, ob der jeweilige Spieler im Ballbesitz ist oder nicht.

### *5-Sekunden-Regel*

Ein Spieler darf beim Einwurf den Ball nur maximal fünf Sekunden festhalten, bis er den Einwurf ausführt. Im Spiel muss er nach fünf Sekunden einen Korbwurf machen, anfangen zu dribbeln oder den Ball abgeben, wenn er nah bewacht wird. Sollte eine dieser Regeln verletzt werden, so erhält die gegnerische Mannschaft den Ball durch Einwurf an der nächstgelegenen Auslinie.

## **Weitere Regelübertretungen**

### *Aus*

Auf Aus wird entschieden, wenn Ball oder ballführender Spieler auf oder außerhalb der Auslinie den Boden berühren. Der Ball ist hingegen nicht im Aus, wenn er sich außerhalb der Auslinie in der Luft befindet.

### *Rückspiel*

Bei einem Angriff darf der Spielball von keinem Spieler der ballführenden Mannschaft von der gegnerischen Hälfte (Vorfeld) in die eigene Spielfeldhälfte (Rückfeld) zurückgespielt werden.

### *Schrittfehler*

Nachdem der ballführende Spieler aufhört zu dribbeln, darf er noch zwei Bodenkontakte mit den Füßen haben, bevor er passt oder auf den Korb wirft. Dabei darf das Standbein zum Zwecke des Passes oder Wurfes angehoben, aber nicht wieder aufgesetzt werden.

### *Doppeldribbling*

Sobald ein Angreifer den Ball nach einem Dribbling aufnimmt, darf er nicht erneut zum Dribbling ansetzen. Ein Verstoß gibt Einwurf für den Gegner von der Seitenlinie.

### *Goaltending*

Es ist nur erlaubt, einen vom Gegner gezielt auf den Korb geworfenen Ball aus der Luft zu fangen oder zu blocken, solange er sich in der Aufwärtsbewegung befindet. Hat er den Scheitelpunkt seines Fluges erreicht oder befindet sich bereits im Sinkflug und vollständig über Ringniveau, muss der Ball erst den Korb berühren, bevor er wieder frei spielbar ist.

### *Fußspiel*

Als Fußspiel bezeichnet man das Berühren des Balles mit dem Fuß, Knie oder Bein. Wird das Fußspiel von einem Defensivspieler begangen, wird die "Shot clock", sofern mehr als zehn Sekunden vergangen sind, auf 14 Sekunden gesetzt. Begeht ein Offensivspieler das Fußspiel, bekommt die gegnerische Mannschaft den Ball und die vollen 24 Sekunden eines neuen Angriffs.