

Basketbal is een lichaamljke technische sport. Er zijn 2x vijf veldspelers die proberen in de basket van het andere team te scoren, maar daar zijn we er nog niet mee. Alle bewegingen en acties die als een overtreding of als fout, binnen een wedstrijd kunnen voorkomen zijn strak afgedekt door de officiële spelregels van de fiba (Fédération Internationale de Basketball).

OVERTREDINGEN.

Dit zijn inbreuken op de regels. **De 10 meest voorkomende overtredingen:**

1. Lopen

Als de bal in beide handen vastgehouden wordt of in 1 hand tot stilstand is gebracht mogen er nog twee passen worden genomen, anders is het lopen.

2. Verkeerde dribbelstart / second dribbel

Als een speler begint te dribbelen moet eerst de bal de grond raken, voordat hij gaat 'lopen'.

Eenmaal de bal vast in beide handen of stil in 1 hand mag hij niet nogmaals gaan dribbelen.

3. Dragen van de bal

Als de bal tot stilstand komt in een hand van een speler (onder de meridiaan van de bal)

4. Drie secondenregel

Een speler mag niet langer dan drie seconden in het beperkte gebied (bucket) blijven, mits hij niet actief met het spel meedoet.

5. Vijf secondenregel

Gemaakt om een goede verdediger te belonen met balbezit. Als een aanvaller zwaar verdedigd wordt binnen 1 meter (na dribbelstop) moet de aanvaller de bal binnen 5 seconden afspelen.

Een speler die een inworp of vrije worp neemt, moet dit óók binnen 5 seconden doen.

6. Acht seconden

Gemaakt om goed verdedigen op verdedegingshelft aanvallende partij te belonen (full court)

Een aanvallende partij moet de bal binnen 8 seconden van zijn verdedigingshelft hebben.

7. Terugspelen

Gemaakt om het spel aanvullender te laten worden. Een team dat balbezit heeft op aanvalshelft mag niet meer terugspelen naar de verdedigingshelft. Uitzondering is een speler die opspringt van aanvalshelft, in de lucht bal onderschept van het andere team en land op zijn verdedigingshelft.

8. Opzettelijk voetbal

Als de bal opzettelijk de voet raakt van een speler (beweging naar de bal), zodat hij daar voordeel van ondervindt is het voetbal.

9. Uitbal

Een speler is uit als hij de een zij- of achterlijn raakt met de voet of de vloer buiten het veld.

De bal is uit als deze een speler raakt die buiten het veld staat, de vloer of een object buiten het veld raakt, de steunen, de apparatuur of de achterkant van het bord, of het plafond raakt.

10. Balvastsituatie

Als 2 spelers (aanvallende en verdedigende) de bal beiden vasthouden.

FOUTEN.

Eerst de algemene principes.

Iedere speler heeft recht op zijn plaats op het veld. Een speler die de bal heeft moet verwachten dat hij verdedigd wordt. Een verdedigende speler moet altijd een legale verdedigende positie hebben: 2 voeten op de grond en zijn gezicht richting de tegenstander armen omhoog. Hij moet ook het principe van de verticale cilinder aanhouden. Bij 5 fouten moet de speler gewisseld worden. Na de 4e teamfout worden er 2 vrije worpen gegeven. Na elk kwart gaat de teamfoutenteller weer op 0.

Basketbal is niet meer een sport zonder contact. Als er contact wordt gemaakt om een speler te beperken in zijn beweging, is dit een fout. Licht onbewust contact is geen fout. **De 10 meest voorkomende fouten.**

1. Ongeoorloofd gebruik van de handen

Als een speler contact maakt met zijn handen op een tegenstander als deze de bal probeert te spelen.

2. Overmatig gebruik van de ellebogen

Kan zowel aanvallend als verdedigend, als een speler de ellebogen gebruikt om de ruimte die die nodig heeft te verkrijgen.

3. Blokkeren

Elk soort contact tussen twee spelers, waarbij de vrije beweging van de tegenstander over het veld wordt verhinderd. (principe verticale cilinder)

4. Vasthouden

Als er persoonlijk contact wordt gemaakt met een tegenstander, waardoor hij niet vrij kan bewegen.

5. Duwen zonder bal

Als een speler zonder bal tegen een tegenstander aan botst of omver loopt of duwen.

6. Doordringen met bal

Als een speler met bal tegen een tegenstander aan botst of omver loopt, terwijl die het principe van de verticale cilinder toepast.

7. Dubbelfout

Als 2 spelers tegelijkertijd een fout tegen elkaar maken. Balbezit is voor partij die balbezit had.

8. Technische fout

Een technische fout is een fout zonder contact, zoals bijvoorbeeld schreeuwen, schelden, zeuren tegen scheidsrechters, bewust onsportief gedrag zoals spugen, uitschelden en discrimineren.

Er is een B en C fout, **B**ank en **C**oach, coach moet na 2 C fouten of drie B fouten weg.

9. Onsportieve fout

Een fout die niet wordt gemaakt met de bedoeling om de bal te spelen, of een fout met erg hard contact.

Vasthouden van een shirt, duwen in de rug is ook een onsportieve fout. Een fout maken op een aanvaller die een fastbreak heeft en er geen spelers staan tussen hem en de basket, ook tijdens een schot, is een onsportieve fout.

2 onsportieve fouten is diskwalificatie. Na onsportieve fout worden 2 vrije worpen en zijkant voor partij die fout toegekend kreeg.

10. Diskwalificerende fout

Een fout die zo zwaar of onsportief is dat deze aangemerkt kan worden dat de fout wordt gemaakt om alles behalve sportief de bal te proberen te verkrijgen. Zo ook schoppen, slaan.