

Podstawowe zasady i przepisy gry w koszykówkę



W normalnej koszykówce jedna drużyna składa się z 12 zawodników (z czego 5 na raz może grać). Pozostali zawodnicy tzw. rezerwowi mogą wejść do gry zmieniając, za zgodą sędziego zawodów (arbitra przy stoliku, podczas przerwy w grze, wyraża zgodę). Drużyna może wykonać dowolną liczbę zmian swego składu. Zawodnicy muszą mieć jednolite stroje oraz numery na koszulkach od 4 do 15, zaznaczone kontrastowym kolorem. Wskazane jest, aby numery były umieszczone z tyłu (większe) i z przodu (mniejsze). W NBA przepisy są bardziej rygorystyczne, zawodnicy muszą posiadać buty w podobnym kolorze co reszta drużyny (dopasowanym do strojów), same stroje mają wyznaczone miejsca, gdzie ma być logo drużyny, logo NBA, nr graczy (wielkość też jest określona)

Podstawowe zasady i przepisy gry

Czas gry wynosi 4 x 10 min. Pomiędzy pierwszą i drugą oraz trzecią i czwartą kwartą przerwa trwa 2 minuty, natomiast pomiędzy drugą, a trzecią kwartą 15 minut. Czas gry może być skrócony w zależności od wieku uczestniczących zawodników oraz od systemu przeprowadzanych rozgrywek. Od 1 października 2003 zwiększono liczbę czasów na żądanie trenera z czterech do pięciu oraz zniesiono obowiązek brania czasu w każdej kwarcie. W pierwszych 20 minutach trener będzie mógł wziąć dwa czasy, a w drugich trzy. Oznacza to, że szkoleniowiec będzie mógł wziąć trzy czasy w czwartej, ostatniej kwarcie. Do czasu gry nie wlicza się przerw w grze, czyli kiedy piłka jest "martwa" (ten przepis można regulować tak jak długość czasu gry). Okresy te są odliczane przez mierzącego czas (osoba przy stoliku sędziowskim). Piłka jest martwa wówczas, gdy gra została przerwana na sygnał sędziego lub po zdobyciu kosza. Celem gry jest wrzucenie piłki do kosza przeciwnika. Kosz uzyskany rzutem z gry ma wartość 2pkt, kosz z rzutu wolnego - 1pkt, a sprzed linii 6,25 m - 3pkt. Wygrywa ta drużyna, która w przepisowym czasie gry zdobędzie większą liczbę punktów. Jeśli po upływie czasu gry wynik jest remisowy, sędzia zarządza 5-minutową dogrywkę. Jeśli w czasie pierwszej dogrywki nie nastąpiło rozstrzygnięcie zarządza drugą (i tak aż do wygranej).

W grze obowiązują następujące podstawowe przepisy:

- Piłka może być podawana, rzucana lub kozłowana rękami.
- Uderzenie piłki pięścią lub nogą jest przekroczeniem przepisów.
- Poruszanie się z piłką jest możliwe tylko wówczas, gdy zawodnik odbija ją o podłogę (kozłuje), co dwa kroki.
- Kozłować wolno tylko jedną ręką. Po schwytaniu piłki nie można ponownie kozłować.

W grze obowiązują następujące ograniczenia w czasie:

- w ciągu 5s od gwizdka sędziego należy wprowadzić piłkę do gry (wyrzut z autu), jeżeli zawodnik trzymający piłkę przez 5 s nie podaje, nie rzuca i nie kozłuje piłki, uważa się ją za przetrzymaną,
- w ciągu 5s należy wykonać rzut wolny podyktowany przez sędziego,
- każda drużyna ma 24 sekundy na przeprowadzenie akcji, oraz 8 sekund na wyjście z własnej połowy,
- nie wolno zawodnikowi pozostawać ponad 3s w "polu 3 sekund" przeciwnika, kiedy piłka znajduje się w posiadaniu drużyny zawodnika,
- zmiana musi być wykonana w ciągu 20s chyba, że zawodnik sam nie może opuścić parkietu.

Karą za przekroczenie wyżej wymienionych przepisów o czasie jest utrata piłki i przyznanie jej drużynie przeciwnej (i brak zmiany, w ostatnim przypadku).

W kontaktach z przeciwnikiem nie wolno:

- popychać, trzymać, uderzać, utrudniać mu poruszania się, spychać.

W przypadkach nieprawidłowego zetknięcia się z przeciwnikiem następują tzw. faule.

Są one karane:

- Do pięciu fauli drużyny, przeciwnicy dostają piłkę z boku boiska, do ponownego rozpoczęcia akcji,
- po pięciu faulach następują rzuty osobiste.
- Gdy zawodnik popełni piąty faul osobisty, schodzi z parkietu i przestaje grać (dokonuje się zmiany).
- Ważną sprawą są faule przy rzucie, czyli w momencie gdy atakujący zaczął wykonywać rzut.
- Po każdym takim faulu wykonywane są rzuty osobiste. Ilość zależy od kwestii za ile był rzut i czy piłka wpadła do kosza czy nie. Gdy rzut był za 3pkt. zawodnik oddaje 3 rzuty, gdy za dwa to oddaje 2 rzuty, gdy trafił (obojętnie za 2 lub 3pkt.) oddaje jeden dodatkowy rzut.

Mogą zaistnieć przypadki, że sędzia określa przewinienie jako obustronne. Wtedy piłkę do gry wprowadza się według wskazań strzałki.

Przewinienie techniczne (lub niegodne sportowca) karane jest dodatkowym rzutem wolnym. Piłkę po rzucie wyprowadza drużyna zawodnika, który wykonywał rzut wolny. Inne przekroczenia, jak np. niesportowe zachowanie się trenera, określa się jako przewinienie techniczne. Karą za tego rodzaju przewinienie jest rzut wolny wykonany przez zawodnika drużyny przeciwnej (techniczny). Dalszą konsekwencją w szczególnie drastycznych przypadkach przekroczeń tego typu jest dyskwalifikacja i wykluczenie z gry.

Oczywiście to są tylko podstawowe przepisy gry. Tak naprawdę istnieje szereg, skomplikowanych wytycznych, nawet co do poruszania się sędziów po boisku. Niestety bardzo ważną sprawą, jest indywidualna interpretacja przepisów przez sędziego. To on decyduje, w oparciu o przepisy i regulaminy, czy został popełniony faul.

Tekst na podstawie oficjalnych przepisów koszykówki.