



**1. Abmessungen des Spielfeldes und der Korbanlage. Zähle die wichtigsten auf.**

- Höhe des Korbes: 3,05 m
- Abstand der Dreipunktlinie vom Zentrum des Korbes: 6,75 m
- Spielfeld: 28 m x 15 m (bei offiziellen Fiba-Veranstaltungen)

**2. Welche Linien, Zonen und Räume gibt es auf dem Basketballfeld? Zähle die wichtigsten auf.**

- Seitenlinien, Grundlinie, Mittellinie, Freiwurflinie
- Freiwurfzone (gegnerische „Zone“), Mittelkreis (Sprungkreis), No-Charging-Halbkreise

**3. Wie und wo beginnt das Basketballspiel, wie lange dauert ein Basketballspiel und wie viele Spieler sind in einer Mannschaft?**

- Das Spiel beginnt durch Sprungball im Mittelkreis.
- Ein Basketballspiel dauert 4 x 10 Minuten, wobei die Uhr bei jedem Pfiff des Schiedsrichters angehalten wird.
- In einer Mannschaft sind maximal 12 Spieler, wobei nur 5 Spieler auf dem Spielfeld sind.

**4. Welche Punkte können in einem Basketballspiel vergeben werden?**

- 3 Punkte bei einem Korberfolg jenseits der Dreipunktlinie
- 2 Punkte nach einem Korberfolg aus dem Feld oder durch einen Korbleger
- 1 Punkt nach einem erfolgreichen Freiwurf

**5. Beschreibe die Technik des Positionswurfs (Rechtshänder).**

- Ball beidhändig vor der Brust halten
- Rechte Wurfhand wandert hinter den Ball, die linke Hand stützt seitlich
- Knie werden gebeugt
- Ball wird nach oben geführt, rechter Ellbogen zielt zum Korb
- Streckbewegung senkrecht nach oben
- rechten Arm nach vorne-oben strecken, linke Hand löst sich, rechte Hand klappt nach

**6. Erkläre das „Dribbling im Stand“ (Bewegungsbeschreibung).**

- Die Hand drückt aus dem Oberkörper den Basketball nach unten.
- Der Ball wird anschließend mit der Hand „angesaugt“.
- Der linke Fuß ist vorgestellt und der linke Arm dient zum Schutz vor dem Gegner.
- Die Augen sind nicht auf den Ball gerichtet.

**7. Nenne verschiedene Passarten im Basketball.**

- Brustdruckpass
- Bodenpass (einhändig/zweihändig)
- Überkopfpass
- Schlagwurf/Handballpass (im Schulsport unüblich)

**8. Warum ist der Korbleger der sicherste Wurf im Schulbasketball?**

**Durch welche Regel wird er eingeengt?**

**Nenne die drei wichtigsten Phasen zum Anlauf, Absprung und Wurf beim Korbleger (Bewegungsbeschreibung).**

- Man kann durch den Korbleger näher an den Korb kommen und unter dem Korb werfen, durch Absprung und die Körperstreckung ist die Wurfhand nahe am Korb.
- Durch die Schrittregel
- Anlauf aus dem Dribbling – Ballaufnahme – 2er Kontakt – Absprung einbeinig mit Schwungbeineinsatz – Körperstreckung – Wurf (Wurfarm gestreckt) – Handgelenk klappt nach

**9. Nenne fünf taktische Grundsätze für den Angreifer.**

- Dribble nur, wenn du nicht passen oder werfen kannst.
- Laufe dich frei und biete dich an.
- Handle nicht überhastet.
- Nutze eine günstige und freie Position zum Korbwurf.
- „Gehe deinem Ball nach“ („Give and go“).

**10. Nenne zwei Möglichkeiten für einen Angriff und zwei Angriffsformationen.**

- Schnellangriff („Fastbreak“) oder Positionsangriff
- 1 – 3 – 1 oder 1 – 2 – 2

**11. Nenne drei Möglichkeiten der Verteidigung und beschreibe diese kurz.**

- **Mannverteidigung:** Hier wird jedem Spieler ein Verteidiger zugeteilt.
- **Zonenverteidigung:** Hier wird jedem Verteidiger eine Position in oder um die Zone zugeteilt.
- **Box-and-one-Verteidigung:** Dem stärksten Spieler der Angreifer wird ein fester Verteidiger zugeteilt, während die anderen vier Verteidiger die Zone verteidigen.

**12. Nenne wichtige Zeitregeln im Basketball und erkläre diese.**

- **24-Sekunden-Uhr:** Jeder Angriff darf maximal 24 Sekunden dauern, welche auf der „Shot clock“ heruntergezählt werden.
- **8-Sekunden-Regel:** Nach einem Einwurf in der eigenen Spielfeldhälfte muss der Ball innerhalb von 8 Sekunden ins gegnerische Feld gebracht werden, ansonsten gibt es Einwurf für die gegnerische Mannschaft.
- **5-Sekunden-Regel:** Ein Spieler, der den Ball bekommt, muss innerhalb von 5 Sekunden zu dribbeln beginnen, auf den Korb werfen oder passen, ansonsten erhält die gegnerische Mannschaft den Ball.
- **3-Sekunden-Regel:** Ein Angreifer darf sich nicht länger als 3 Sekunden ununterbrochen in der gegnerischen Freiwurfzone aufhalten, unabhängig davon, ob er im Ballbesitz ist oder nicht.

**13. Nenne die Foularten im Basketball und beschreibe diese.**

- Ein **persönliches Foul** wird bei einem regelwidrigen Kontakt (schubsen, stoßen, rempeln) im Spiel vergeben.
- Ein **Offensivfoul** erhält ein Angreifer, der sich beispielsweise mit dem Ellbogen Platz macht, mit der Schulter voran in den Gegner läuft oder den Gegner mit dem Unterarm wegstößt. Es handelt sich hierbei um ein persönliches Foul gegen einen Angreifer.
- Ein **technisches Foul** wird bei einer Reklamation gegen eine Schiedsrichterentscheidung vergeben und kann auch gegen die Bank oder den Trainer gegeben werden.
- Ein **unsportliches Foul** wird vergeben, wenn es sich um ein besonders grobes Foul handelt oder keine Chance auf den Ballgewinn bestand.
- Ein **disqualifizierendes Foul** ist ein besonders grobes unsportliches Foul oder eine Tätlichkeit gegen einen Spieler. Es führt zum Spelausschluss.

**14. Was ist „Doppeldribbling“?**

- „Doppeldribbling“ ist ein Fehler, der zum Ballverlust führt
- Dribbeln – den Ball mit beiden Händen aufnehmen – wieder dribbeln

**15. Welche technischen Fertigkeiten mit dem Basketball werden aufgrund der Spielidee beim Basketball gefordert? Nenne fünf!**

- Passen und Fangen
- Dribbeln
- Positionswurf, Sprungwurf
- Korbleger
- Abstoppen und Sternschritt
- Verteidigungsgrundstellung: „Mann zu Mann“