

A KOSÁRLABDÁZÁS LEGFONTOSABB SZABÁLYAI

Meghatározás: A kosárlabda egy olyan labdajáték, amelyet két **öt** főből álló csapat játszik. A játékosok célja, hogy a labdát az ellenfél csapatának kosarába dobják, illetve megakadályozzák ugyanebben a másik csapatot.

Pályaméret: A játéktér 28m hosszú és 15m széles.

A három pontos vonal a gyűrű középpontjától 6,75 m-re van.

A gyűrűket a talajtól 3,05 m magasságban vízszintes síkban kell felállítani.

Feldobás: A labdát akkor kell az egyik vagy a másik játékosnak elütnie, miután elérte a **legmagasabb pontját**. Az ugrójátékos csak akkor foghatja meg a labdát, ha azt már érintette a nyolc nem ugró játékos valamelyikét. Több feldobás már nincs a mérkőzés folyamán, ezután **váltva** dobják be a csapatok a labdát a felpályától: negyedek kezdetén, vagy ha két játékos egyszerre ráfog a labdára.

Kosár: Akkor van, amikor az élő labda felülről beesik a kosárba, benne marad, vagy keresztül halad rajta. **A mezőnyből** dobott kosár értéke **2** pont, a **3 pontos vonalon** kívülről dobott kosár értéke **3** pont, a **büntető** dobásból elért kosár értéke **1** pont.

A játékos helyzetét az határozza meg, hogy hol érinti a talajt. A levegőben levő játékos helyzetét az határozza meg, hogy hol érintette a talajt a **felugrás előtt**.

Labdaérintés: A kosárlabda játékot kézzel játsszák. A játékos nem futhat a labdával, azt nem rúghatja, s nem ütheti ökölrel. A labdának lábbal vagy combbal való **véletlen érintése** nem minősül szabálysértésnek.

Lépésszabály:

- A kosárlabda lepattintása (labdavezetés) nélkül a labdával nem lehet **két lépésnél** többet haladni. Ha ezt a játékos nem tartja be, akkor lépéshibát ítélnék ellene, és az ellenfél folytathatja a játékot.
- A játékos, miután a labdavezetést befejezte, **nem vezetheti másodszor is**.
- A labdát birtokló játékos **sarkazást** hajt végre, ha lépő lábbal egyszer vagy többször tetszőleges irányba ellép, s közben a **támaszlábát** a talajon tartja.
- Ha a játékos szabályosan megáll, csak a hátul levő lábát használhatja támaszlábnak.
- **A támaszlábát csak akkor emelheti föl**, ha labdavezetés kezdetén a kezét már elhagyta a labda, kosárra dob vagy passzol.

Idővel kapcsolatos szabályok:

- Egyetlen játékos sem tartózkodhat **3** másodpercnél tovább az ellenfél büntető területén.
- Ha egy szoroson fedezett játékos a labdát tartja és azt nem adja át, nem dobja kosárra, vagy nem vezeti **5** másodpercen belül, szabálysértést követ el.
- A labdát birtokló csapat az élő labdát köteles **8** másodpercen belül a támadó térfélre juttatni.
- A támadóidő **24** másodperc.
- A játékidő **négy 10** perces negyedből áll, döntetlen nincs, annyiszor 5 perc a hosszabbítás, amíg el nem dől a mérkőzés.

Egy labda akkor van kinn, ha az alapvonalon vagy az oldalvonalon kívül lepattan, vagy olyan játékost vagy tárgyat érint, aki/ami szintén kint van. Ha nem pattan le vagy rájuk, és egy játékos a vonalon belülről ugorva vissza tudja a labdát juttatni a pályára, a játék folytatódhat.

Visszajátzás: A támadó térfélen tartózkodó labdás játékos **nem léphet** vissza a védőtérfele és **nem passzolhat** vissza a védőtérfele tartózkodó társának sem.

Büntetődobások:

- A dobójátékos nem érintheti a **büntetővonalat**, amíg a labda a gyűrűt nem érintette.
- Ha a játékos a dobás közben **cselez**, ez szabálysértés.
- A dobójátékost a többi játékos **nem zavarhatja**.
- Az ugrójátékosok addig nem léphetnek a szigorított területre, amíg a labda **el nem hagyja a dobójátékos kezét**.
- A védőcsapat kiváltsága, hogy a szigorított terület mindkét oldalán a gyűrűhöz legközelebb eső sávokat elfoglalja, **3 védő** és **3 támadó (a dobójátékossal együtt)** játékos állhat a büntető terület köré.

A személyi érintkezés: Bár a kosárlabdázás a személyi érintkezést elméletileg kizáró játék, ezt azonban elkerülni nyilvánvalóan nem lehet, hiszen korlátozott méretű játéktéren tíz játékos mozog nagy sebességgel. **Tilos az ellenfél játékosát megfogni, meglökni, gáncsolni, nekimenni, előrehaladását széttárt karral, vállal, csípővel, térdel vagy a testnek a természetes helyzetétől eltérő hajlításával akadályozni, bármiféle durva eljárást alkalmazni. Büntetés:** A személyi hibát (fault) fel kell jegyezni. Ezen felül:

a, Ha a hibát olyan játékos ellen követték el, aki **nem dobott kosárra**, a labdát a vétlen csapat hozza játékba az **oldalvonalon kívülről**.

b, Miután egy csapat játékosai egy negyedben már **4 személyi vagy technikai hibát** elkövettek, minden ezután következő játékos elleni hibáért két büntetődobást kell ítélni.

c, Ha a hibát kosárra dobó játékos ellen követték el, akkor:

- ha a labda a kosárba jutott, **a kosár érvényes és még 1** büntetődobást kell ítélni,
- ha **két pontos** kosárra dobás sikertelen, **2** büntetődobást kell ítélni,
- ha **három pontos** dobás kísérlete eredménytelen, **3** büntetődobást kell ítélni.

A játékos által elkövetett 5. hiba: Annak a játékosnak, aki 5 – akár személyi, akár technikai – hibát követett el, a játékból automatikusan **ki kell válnia**.