DEN S BASKETBALEM

TURNAJE ČBF U10

HERNÍ PRAVIDLA TURNAJŮ

Hraje se dle platných pravidel basketbalu, s níže uvedenými úpravami, která reagují na potřeby dětí (fyziologické, psychické, herní) v minižákovském věku a umožnují jejich intenzivní zapojení v průběhu utkání. Cílem níže uvedeného doplnění je pro-herní posun, který dětem umožní hrát a hru si užít bez prostojů a formálních zdržení. Navrhované úpravy tak zvyšují poměr aktivního herního času v průběhu utkání.

1. *Hrací doba 4 x 8 minut hrubého času.*
2. *Koš je ve výšce 260 cm, hrací míč je velikosti 5.*
3. *Utkání se hrají v počtu **4 x 4** (do utkání může nastoupit až 15 hráčů v 1 družstvu). Doporučený minimální počet je sedm (7) hráčů / hráček (optimum cca 10 pro turnaj).*
4. ***Střídání není vázáno ke čtvrtinám ani času.** Hráči mohou střídat opakovaně ve čtvrtině, resp.v utkání – doporučuje se rovnoměrné zapojení všech připravených hráčů/hráček. Každý trenér musí mít připravené hráče na střídání před přerušením hry.*
5. ***Při žádném vhazování ze zámezí se nepodává míč rozhodčímu** (výjimkou je situace střídání, kdy rozhodčí podává míč vhazujícímu po vystřídání).*

6. *Pravidlo o driblinku – důsledné posuzování přerušovaného driblinku a driblinku oběma rukama, ale s tolerancí např. při posuzování přenášeného míče.*
7. ***Pravidlo o krocích – tolerance při zahajování i ukončování driblinku**, rovněž při využívaní obrátek (pískat jen „velké" kroky).*
8. ***Trestné hody se nestřílí** – po faulu následuje vždy vhazování ze zámezí. Současně se nepočítají individuální fauly ani týmové fauly ve čtvrtině. Uplatňuje se pravidlo **3 fauly = 1 bod** (plynulost hry).*
9. ***Neuplatňuje se pravidlo 3, 8 a 24 vteřin.** Pravidlo 5 vteřin uplatňovat jen při vhazování ze zámezí, a to pouze při jeho výrazném porušení.*
10. *Každý koš se počítá za 2 body (neexistují 3bodové koše).*
11. ***Prodloužení** – v případě nerozhodného výsledku na konci utkání se prodlužuje o **dvě (2) minuty hrubého času.** V případě, že i po prvním prodloužení je stav nerozhodný, nastává pravidlo „zlatého koše" (kdo dá první koš, vítězí). Pozn.: V prvním prodloužení platí pravidlo 3 fauly = 1 bod. V druhém prodloužení toto pravidlo neplatí.*
12. ***Na turnaje nejsou delegování rozhodčí** – utkání řídí určený trenér družstva, které aktuálně nehraje. Jeho úlohou by mělo být nejenom dohlížet na dodržování rámce pravidel, ale především vysvětlovat (stručně a jasně) hráčům svá rozhodnutí.*