

TAAK LICHAMELIJKE OPVOEDING

BASKETBAL

KLAS:

Datum:

NAAM:

.....

1. Lees onderstaande tekst "Spelregels voor benjamins" en beantwoord onderstaande vragen.

SPELREGELS voor BENJAMINS

1. Terrein
De wedstrijden worden gespeeld op een gehomologeerd terrein (max. 28 x 15 meter;
min. 26 x 14 meter)
2. Hoogte basketbalring
De hoogte van de basketbalring bedraagt 2.60 meter
3. Bal
De Benjamins spelen met een bal nr. 5.
4. Duur, rust en time-outs
De benjamins spelen 4 quarters van 10' met chronostop.
Er is een rust voorzien van 2' tussen elke quarter
Tussen de tweede en derde periode is er 10' rust. Op dit moment wordt er eveneens van speelhelft gewisseld.
Er worden geen verlengingen gespeeld tijdens de reguliere competitie.
Vijf (5) belast time-outs mogen toegekend worden aan elke ploeg gedurende de normale speeltijd.
Twee (2) belaste time-outs mogen toegekend worden op gelijk welk ogenblik gedurende de eerste speelhelft (1^{ste} en 2^{de} periodes) en drie (3) belaste time-outs op gelijk welk ogenblik gedurende de tweede speelhelft (3^{de} en 4^{de} periodes).
Niet gebruikte belaste time-outs mogen niet overgedragen worden naar de volgende speelhelft.
5. Vrije worplijn
Vrije worpen dienen van achter de vrije worplijn genomen te worden.
6. Score
Elke score, met uitzondering van een vrije worp, telt voor 2 punten, zelfs indien er gescoord wordt van achter de 3-punterlijn.
Bij een vrije worp wordt 1 punt gescoord.
Indien een ploeg 140 punten bereikt, wordt de score van deze ploeg niet verder bijgehouden.

Indien de twee ploegen evenveel punten behalen, worden er geen verlenging gespeeld in de reguliere competitie.

7. Fouten

De huidige reglementering betreffende fouten blijft behouden:

- persoonlijke fout: 5 per wedstrijd
- ploegfouten: 4 per quarter

8. Deelname, aantal spelers en vervangingen

Een ploeg mag maximum 12 spelers en minimum 7 spelers op het wedstrijdblad inschrijven.

Elke speler ingeschreven op het wedstrijdblad moet **gespeeld** hebben. Op het wedstrijdblad wordt in de kolom 'Player in' een kruisje (X) gezet als een speler op het veld komt en er wordt in dezelfde kolom met een R aangeduid als een speler gerust heeft.

De vervangingen zijn vrij.

9. Sprongbal

De regel van het wisselend balbezit is een methode om de bal in het spel te brengen door een inworp in plaats van door een sprongbal. In alle sprongbal situaties die niet het begin van een speelhelft uitmaken, moeten de ploegen om beurt de bal toegewezen krijgen voor een inworp, op die plaats die het dichtst is bij de plaats waar voor sprongbal gefloten werd.

De ploeg, die bij de opworp voor het begin van de wedstrijd helft niet als eerste balbezit verwerft, zal het wisselend proces beginnen door het verkrijgen van de bal voor een inworp dichtst bij de plaats waar de eerstvolgende sprongbal gefloten werd.

De pijl voor het wisselend balbezit zal de aanvallende basket van de ploeg aanduiden, die bij de volgende sprongbal situatie de bal moet toegewezen krijgen. De richting van de pijl moet onmiddellijk gewisseld worden na het einde van een inworp voor die gelegenheid.

- Hoe lang duurt een wedstrijd? (zonder de pauzes)

.....

- Hoeveel persoonlijke fouten mag je maken tijdens een wedstrijd?

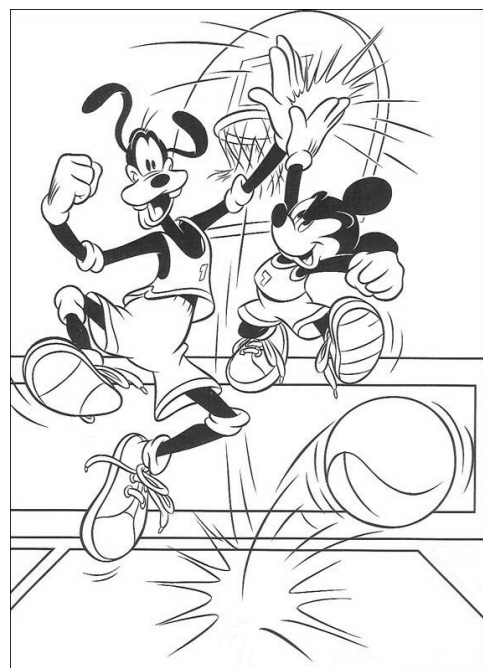
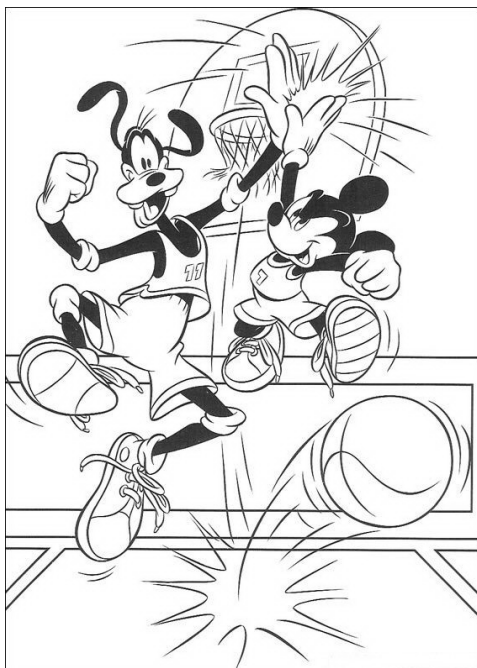
.....

- Hoe groot mag het terrein maximum zijn?

.....

- Met welke letter wordt aangeduid op het wedstrijdblad als een speler gerust heeft?
.....
- Hoeveel vervangingen mag men doen tijdens een wedstrijd?
.....
- Hoe hoog hangt de basketbalring bij de benjamins?
.....
- Hoeveel punten krijg je wanneer je scoort van achter de 3-punterlijn?
.....
- Is het verplicht om alle spelers, die op het wedstrijdblad staan, te laten spelen?
.....
- Welk nummer heeft de bal waar de benjamins mee spelen?
.....

2. ZOEK DE 10 VERSCHILLEN



3. Schrijf hieronder een gedichtje over basketbal die uit 8 lijntjes (of meer) bestaat. Onderstaande woorden kunnen een hulp zijn.
Basket – fit / dribbel – gekibbel / mikken – knikken / scoren –
horen / pas - klas / bal – smal –heelal / spring – swing – zing - ring
– ding / ...