

# Κανονισμοί Καλαθοσφαίρισης

Ομάδα  
Φυσικής  
Αγωγής  
Ξάνθης



Ελένη Παπαιορδάνου ΠΕ11

Χρήστος Θεοδωρίδης ΠΕ 11 – Προπονητής Καλαθοσφαίρισης

Ιανουάριος 2017

# τι θα δούμε σήμερα ....



**Επίσημους  
Κανονισμούς  
FIBA**



**Σχολικά βιβλία  
Mini  
Basketball**



**Ερωτήσεις**



**ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ  
ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ  
2014**



FIBA Central Board  
Barcelona, Spain, 2nd February 2014  
Valid as of 1st October 2014



# ΠΟΥ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΤΟΥΣ ΒΡΟΥΜΕ ...

Ε.Ο.Κ.

[www.basket.gr](http://www.basket.gr)

Ο.Δ.Κ.Ε.

[www.odke.gr](http://www.odke.gr)



# ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ 2014

---

- *8 κανόνες και συνολικά 50 άρθρα*
  - *Σήματα διαιτητών*
  - *Φύλλο αγώνα*



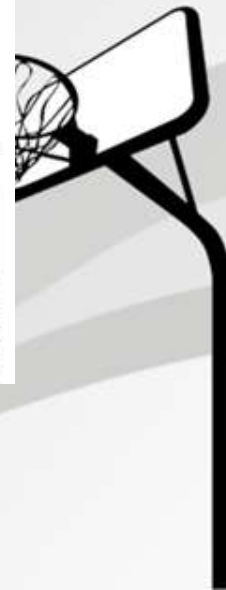
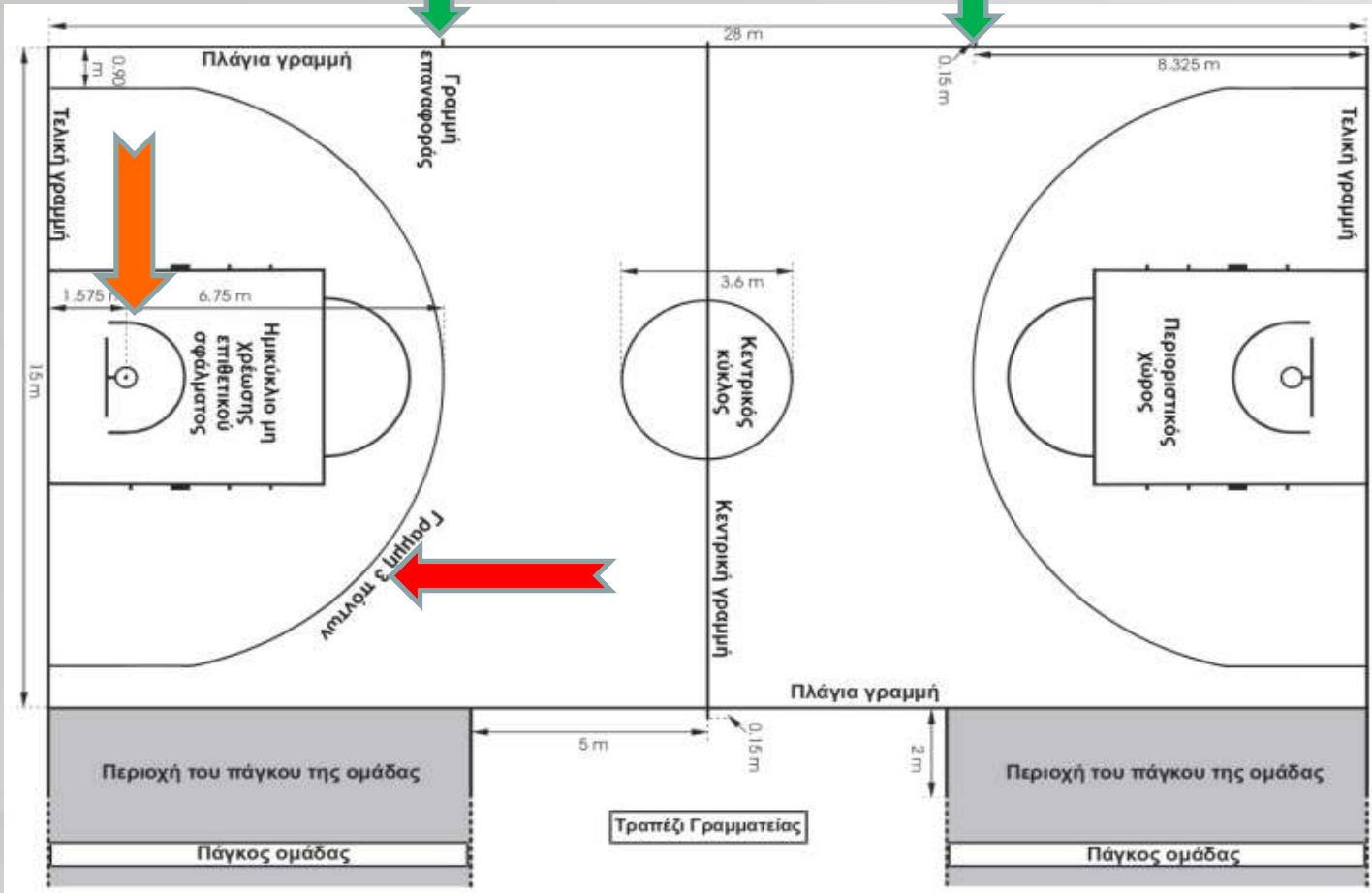
# Με ποιιά άρθρα θα ασχοληθούμε ?

- Γήπεδο
- Ομάδες
- Αγωνιστικό χρόνο
- Jump Ball
- Time out - αλλαγές

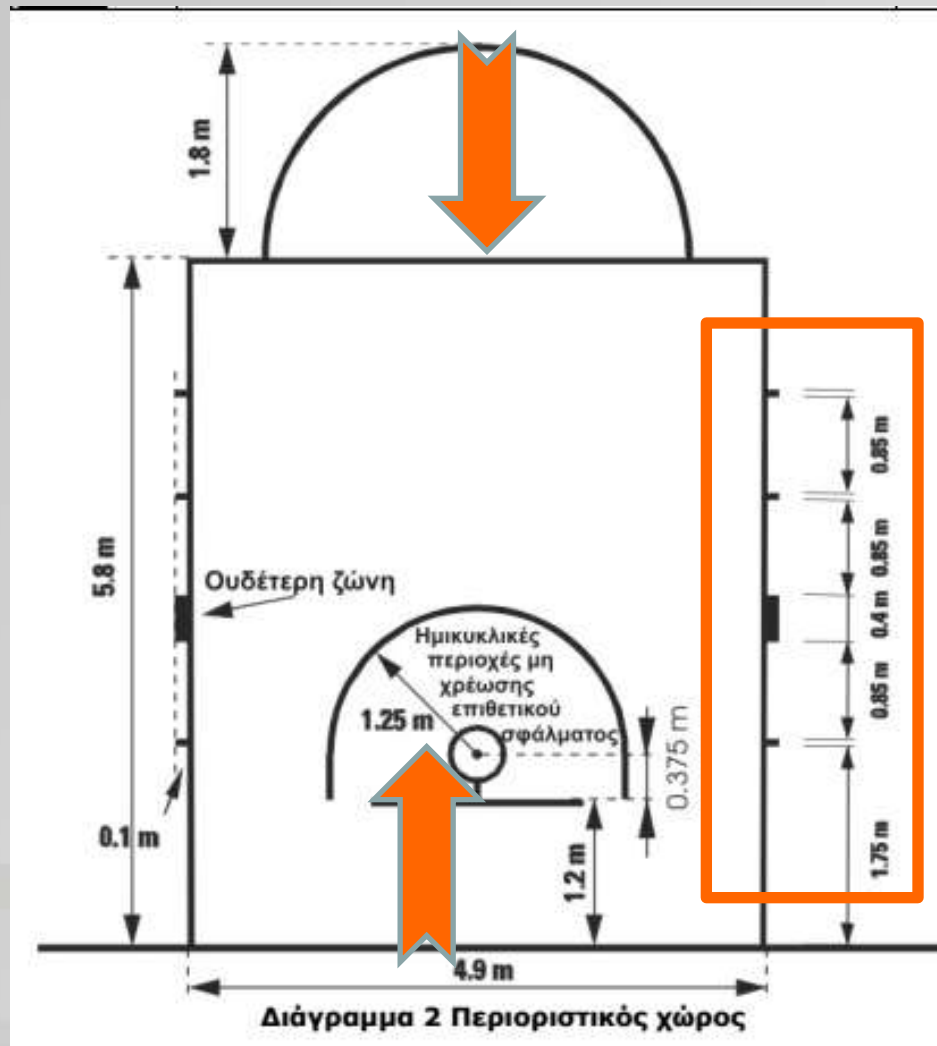
- 3''
- 5''
- 8''
- Χρονόμετρο 24''
- Σφάλματα



# 2<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 2<sup>ο</sup> : Γήπεδο

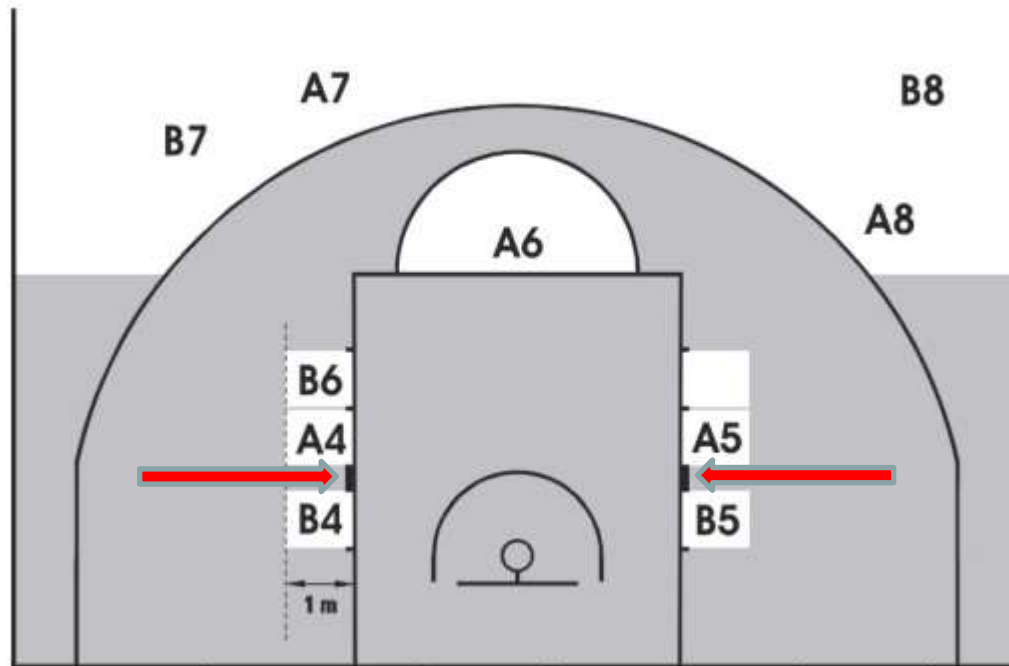


# 2<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 2<sup>ο</sup> : Γήπεδο





# Θέσεις παιχτών στην Ελεύθερη βολή



Διάγραμμα 6 Οι θέσεις των παιχτών στη διάρκεια των ελευθέρων βολών



# 3<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 4<sup>ο</sup> : Ομάδες

- 12 αθλητές
- Προπονητής – Βοηθός προπονητή
- 5 συνοδοί (max)
- N<sup>ο</sup> φανέλας : 0 – 00 & 1 μέχρι 99



# 4<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 8<sup>ο</sup> Αγωνιστικός χρόνος - παρατάσεις

- 4 περίοδοι των 10 λεπτών (καθαρός χρόνος)
- 2 λεπτά διάλειμμα μεταξύ των περιόδων
- 15 λεπτά διάλειμμα ημιχρόνου
- Παράταση / -σεις διάρκειας 5 λεπτών



# 4<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 12<sup>ο</sup>

## Jump ball & εναλλασσόμενη κατοχή

- **Jump ball (1<sup>η</sup> περίοδο)**

- Εμπλοκή μπάλας

- Διαφωνία διαιτητών (μπάλα εκτός ορίων)

- Σφηνώσει η μπάλα (στεφάνη-ταμπλό)

- Στο ξεκίνημα της περιόδου (2<sup>η</sup>-3<sup>η</sup>-4<sup>η</sup>)

- **Αντί jump ball – εναλλαγή κατοχής**



# Εναλλασσόμενη κατοχή



# 4<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 18<sup>ο</sup>

## Time out

- Διάρκεια 1 λεπτό
- 2 στο 1<sup>ο</sup> ημίχρονο
- 3 στο 2<sup>ο</sup> ημίχρονο - 2 (max) στα τελευταία 2 λεπτά
- 1 σε κάθε παράταση



# 4<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 18<sup>ο</sup>

## Time out

- Πότε το ζητάμε ;
  1. Μετά από καλάθι (άμυνα)
  2. Μετά από ελεύθερη βολή (τελευταία ή μοναδική)
  3. Σταματημένο χρονόμετρο



# 4<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 19<sup>ο</sup>

## Αλλαγές

- Δεν υπάρχει περιορισμός
- Πότε ζητάμε αλλαγή ?



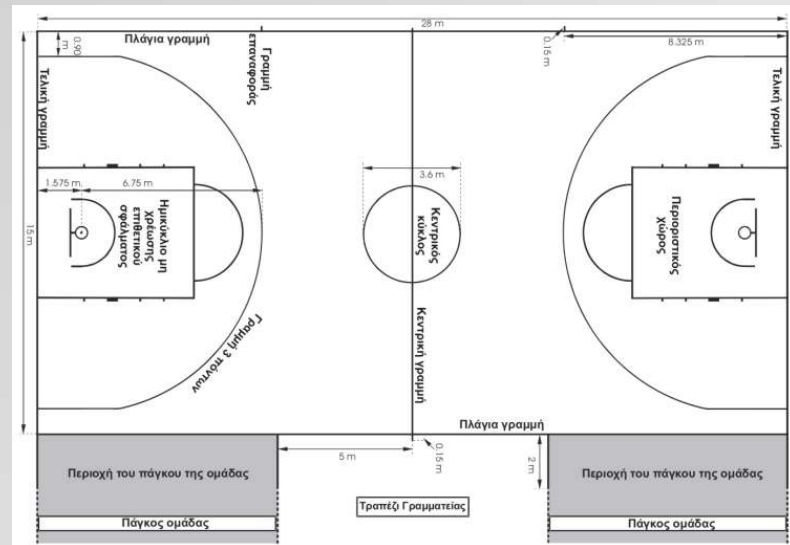


# Συνεχίζουμε ... ?



# 5<sup>ος</sup> Κανόνας - Παραβάσεις

- 3 δευτερόλεπτα
- 5 δευτερόλεπτα
- 8 δευτερόλεπτα



- Χρονόμετρο 24 δευτερολέπτων



# 5<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 29<sup>ο</sup>

## 24 δευτερόλεπτα

- Λήξη του χρόνου των 24 με την μπάλα στον αέρα (3 περιπτώσεις) :

1. Μπαίνει το καλάθι
2. Χτυπάει στεφάνη
3. Δεν χτυπάει στεφάνη



# 5<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 29<sup>ο</sup>

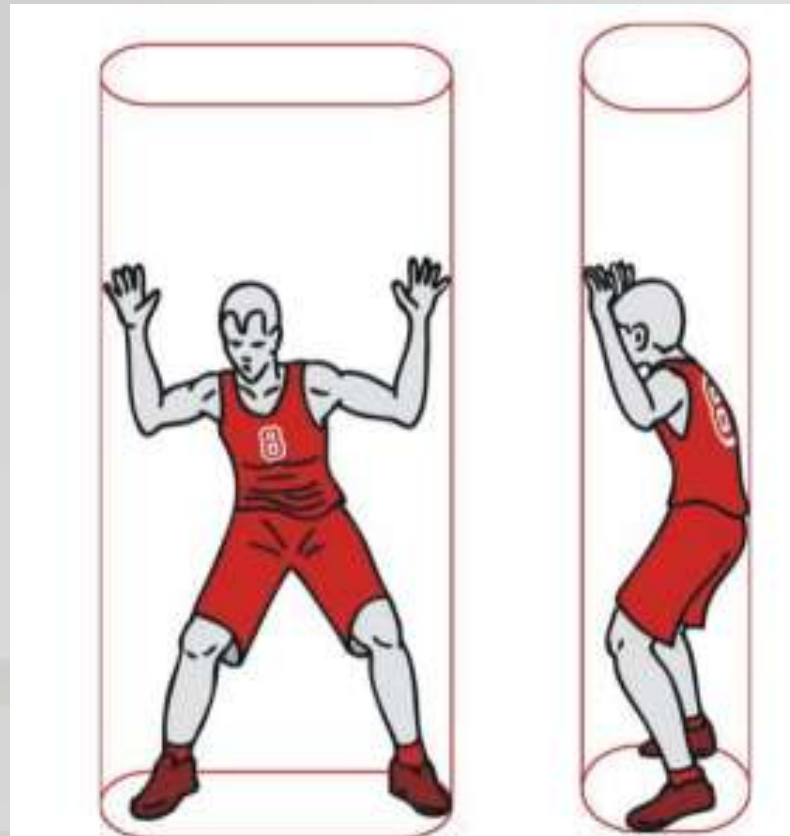
## 24 δευτερόλεπτα ανανέωση

- Επαναφορά στο πίσω γήπεδο – 24''
- Επαναφορά στο εμπρός γήπεδο
  - Αν  $t \geq 14''$  : συνέχεια από το χρόνο που σταμάτησε
  - Αν  $t \leq 13''$  : ανανέωση σε 14''



# 6<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 32<sup>ο</sup> Σφάλματα

- Αρχή Κυλίνδρου
- 5 ατομικά
- 4 ομαδικά
- Screen



# 6<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 32<sup>ο</sup> Σφάλματα

- Τεχνικό σφάλμα (συμπεριφοράς)
  - 1 ελεύθερη βολή και επαναφορά
- Αντιαθλητικό σφάλμα
  - Ποινή ? . . .



# 6<sup>ος</sup> Κανόνας – Άρθρο 32<sup>ο</sup> Σφάλματα

- 2 βολές σε παίχτη που δεν είναι σε προσπάθεια
- 1 βολή εάν προηγήθηκε καλάθι
- 2 ή 3 βολές σε παίχτη που είναι σε προσπάθεια





## Σχολικά βιβλία

Διορθώσεις

Mini basketball





# Διορθώσεις

- **Βιβλίο Δημοτικού :**

- 3ΠΟΝΤΟ

- Διάλειμμα ανάμεσα στις περιόδους

- 5΄ παράταση

- **Βιβλίο Γυμνασίου :**

- 3ΠΟΝΤΟ



# Mini basketball

- Είναι ένα παιχνίδι για αγόρια και κορίτσια που είναι 12 ετών ή και λιγότερο.
- Διαστάσεις γηπέδου 28 x 15, 26 x 14 μέχρι και 12 x 7
- Γραμμή ελευθέρων βολών 4 μ. από το ταμπλό.



# Mini basketball

- **Ύψος στεφάνης :**

- 3.05 μ. για παιδιά 10-12 ετών

- 2.60 μ. για παιδιά κάτω των 10 ετών

- **Μπάλα :**

- 5άρα



# Μπάλες

No	Περιφέρεια	Βάρος	Ηλικίες
7	75	624	> 15 Α
6	73	567	> 12 Γ
5	70	482	9 - 11
4	65	397	5 – 8
3	56	284	4 – 8



# Mini basketball

- 2 ημίχρονα
  - ή δύο δεκάλεπτα
  - ή ένα εικοσάλεπτο
- Χρόνος μεικτός



# Mini basketball

- Κάθε παίκτης πρέπει να παίξει σε δύο περιόδους, εκτός εάν ένας παίκτης τραυματιστεί ή υποπέσει σε πέντε σφάλματα

- Απαγορεύεται η άμυνα ζώνη





**Ερωτήσεις**



σας ευχαριστώ για την υπομονή  
και ...

