

Wat is Basketball?

Geschiedenis

Basketball is een snelle, leuke, uitdagende en gezellige sport. Het basketball is in 1891 in Amerika uitgevonden door James Naismith. James Naismith was een gymnastiekleraar in Springfield (Amerika). In de winter van 1891 kreeg hij van de directeur van de school de opdracht om een nieuw spel te verzinnen. Omdat het buiten erg koud was moest het een binnenspel worden, na lang nadenken hing hij 2 maanden aan de muren van de sporthal en kwam hij met 13 spelregels voor het spel. James Naismith maakte twee teams van vijf spelers die een voetbal(!) door de mand moesten mikken. Basket Ball (zo schreef je dat toen) was uitgevonden!

In het begin had de mand gewoon nog een bodem waardoor het erg moeilijk was om de bal er na een score weer uit te krijgen. Pas later werd de basket vervangen door een ijzeren ring met een netje.

Wist je dat... basket het Engelse woord voor mand is?

Spelregels

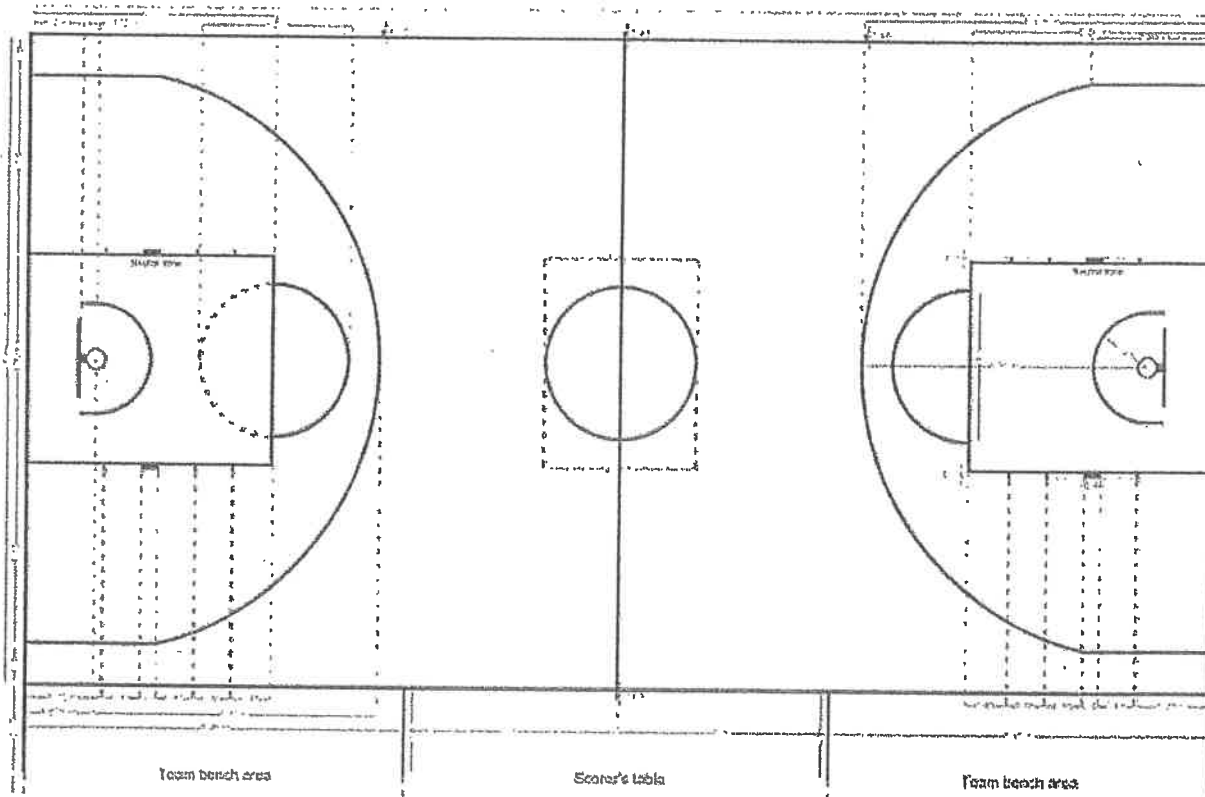
De basketbalspelregels in het kort.

Het veld

Klik op het basketbalveld om in te zoomen (pdf).

Lengte 28 meter

Breedte 15 meter



De bal

Een basketball is van rubber of leer. Er zijn 4 maten basketballeen:

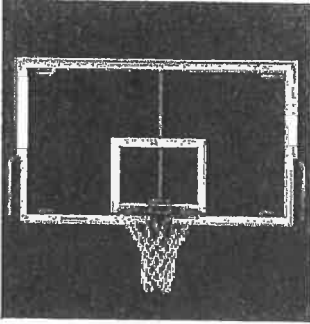
Maat 4 (kleinste maat). Wordt gebruikt door kinderen jonger dan 8 jaar

Maat 5. Wordt gebruikt door kinderen t/m 12 jaar

Maat 6. Wordt gebruikt door dames vanaf 12 jaar

Maat 7 (grootste maat) Wordt gebruikt door heren vanaf 12 jaar

De basket



Er zijn verschillende manieren om een basket op te hangen. Je kan een basket aan de muur hangen of aan een paal maar er zijn ook baskets die je kan verrijden (deze zie je vaak in de sporthal). Met het woord basket wordt bedoeld; de ring (waar je doorheen moet gooien), het bord (waar de ring aan hangt) en eventueel de paal, of het verrijdbare deel.

De ring heeft een diameter van 45 centimeter. Best groot want een bal past dus meer dan 2 keer door de ring heen! Het bord moet officieel op 1 meter en 5 centimeter hoog zijn en moet 1 meter en 80cm breed zijn maar de wisselt nog wel eens. Op het bord is net boven de ring een rechthoek getekend deze is 45cm hoog en 59cm breed. Deze rechthoek is een hulpmiddel om de bal via het bord door de ring te gooien. Als je de bal op het bovenhoekje van het rechthoekje mikt dan scoor je bijna altijd!

Wist je dat... het rechthoekje op het bord een hulpmiddel is om de bal te scoren?

De ring hangt op 3 meter en 5 centimeter hoogte. Voor kinderen t/m 12 jaar hangt de ring op 2 meter en 60 centimeter hoogte.

De wedstrijd

Een basketbalwedstrijd bestaat uit 4 kwarten (delen) van 10 minuten. Tussen het 1e en 2e kwart en het 3e en 4e kwart zit een pauze van 2 minuten. Tussen het 2e en 3e kwart zit een pauze van 15 minuten. De speeltijd van een basketbalwedstrijd is dus 40 minuten maar een basketbalwedstrijd duurt langer. Dit komt omdat als de bal uitgaat of als er een overtreding wordt gemaakt de tijd stilstaat. Ook als een speler vrijeworpen neemt staat de tijd stil.

1e kwart. 10 minuten

- 2 minuten rust -

2e kwart. 10 minuten

- 15 minuten rust -

3e kwart. 10 minuten

- 2 minuten rust -

4e kwart 10 minuten

Als de stand op het eind gelijk is dan wordt er verlengt met 5 minuten. Is de stand na de verlenging weer gelijk?

Dan wordt er opnieuw 5 minuten verlengt, net zo lang totdat er een winnaar is.

Wist je dat... het record aantal verlengingen 6 is?

Kinderen t/m 12 jaar spelen in plaats van 4x10 minuten 8x4 minuten. Tussen iedere periode zit dan 1 minuut rust en tussen de 4e en 5e periode zit 3 minuten rust.

Het team

Basketball kan je 3 tegen 3 of 5 tegen 5 spelen. Bij 3 tegen 3 mag je team uit maximaal 4 spelers bestaan waarvan er altijd 3 op het veld staan. Als je 5 tegen 5 speelt mag je team uit maximaal 12 spelers bestaan waarvan er altijd 5 op het veld staan.

Anders dan bij sommige andere sporten mag je onbeperkt wisselen. Iedere keer als het spel stil ligt (bijvoorbeeld als de bal uit is) mogen beide team wisselen. Als je gewisseld bent mag je er dus ook weer terug inkomen.

Wist je dat... vanaf 12 jaar de Basket op 3.05 hangt en je met een grotere bal speelt?

Puntentelling

Voor een veldscore krijgt je team 2 punten, voor een score uit een vrije worp 1 punt. Vanaf 12 jaar (team onder 14) krijg je 3 punten als je van achter de driepuntlijn raakschiet.

Loopregel

Je mag maximaal 2 passen zetten met de bal in de hand. Als je 1 voet aan de grond houdt mag je de andere voet wel verplaatsen. Dit heet pivoteren

Dribbelen

Bij het dribbelen stuit je de bal met 1 hand op de grond. Nadat je de bal hebt opgepakt mag je niet nog een keer dribbelen. Dat heet second dribble.

Voetbal

Je mag de bal niet met je voeten spelen. Of expres met je voet aanraken.

Uitbal

De bal is uit, wanneer de bal buiten het veld op de grond of op de lijn valt. De bal is ook uit als een speler die buiten het veld loopt de bal aanraakt.

Persoonlijke fouten

Je krijgt een persoonlijke fout als je opzettelijk lichamelijk contact met je tegenstander maakt. Als je een persoonlijke fout maakt op een speler die schiet maakt mag die speler 2 vrije worpen schieten. Als je 5 persoonlijke fouten hebt dan moet je het veld verlaten, je mag dan ook niet meer terug in het veld komen. De coach mag wel een andere speler in het veld zetten.

Wedstrijden

Basketball heeft verschillende partijvormen 3-tegen-3 en 5-tegen-5. In de Nederlandse en buitenlandse competities wordt er 5-tegen-5 gespeeld. Dunker basketbal 3-tegen-3 waardoor je vaker aan de bal komt. Ook streetball is 3-tegen-3.

Een testje:

Vraag 1. Sofia dribbelt 3 passen met de bal, pakt de bal op en dribbelt daarna weer verder. Mag dit?

Vraag 2. Bas scoort uit een vrije worp. Hoeveel punten krijgt zijn team?

Vraag 3. Quincy loopt buiten het veld maar dribbelt de bal in het veld. Mag dit?

Antwoord op vraag 1. Nee dit mag niet. Nadat je de bal hebt opgepakt mag je niet nog een keer dribbelen.

Antwoord op vraag 2. Voor een vrije worp krijgt het team van Bas 1 punt

Antwoord op vraag 3. Nee dit mag niet. De bal is namelijk ook uit als een speler die buiten het veld loopt de bal aanraakt.

Basketball in Nederland

In 1926 kwam basketball over van Amerika naar Nederland. De directeur van de Militaire Sportacademie in Utrecht had in Amerika basketball gezien en wilde dat spel graag op de Militaire Sportacademie spelen. De eerste jaren werd er alleen in competitie gebasketballd in Amsterdam. Na de Tweede Wereldoorlog werd de "Amsterdamse Basketball Bond" opgericht deze bond had ongeveer 500 leden. Doordat Basketball snel populair werd door heel Nederland werd in 1947 de Nederlandse Basketball Bond (NBB) opgericht.

Dunkers Kids Club

Voor alle basisschoolkinderen die basketbal leuk vinden, willen gaan basketballen, fan zijn van basketbal of zelfs al bij een vereniging basketballen is er de Dunkers Kids Club. Via de Dunkers Kids Club blijf je op de hoogte van alle Dunker activiteiten, maak je kans op leuke prijzen en krijg je gratis toegang tot een Dunkers Kids Club dag!

Het Nederlands Team

Alleen de allerbeste Nederlandse Basketballers worden geselecteerd voor het Nederlands Team. In iedere leeftijdscategorie vanaf 14 jaar is er een Nederlands Team, voor jongens/heren en voor meiden/dames. Ook het rolstoelbasketbal heeft twee Nederlandse teams. In het totaal zijn er 15 Nederlandse teams!

Het Nederlands heren en dames teams spelen de thuiswedstrijden in het Topsportcentrum Almere. Als supporter van het Nederlandse Basketball is Dunker ook van de partij, kom jij samen met je vriendjes en vriendinnetjes ook het Nederlandse team aanmoedigen? Kijk hier wanneer de mannen spelen en hier wanneer de vrouwen spelen.

Basketball in Amerika

Basketball is uitgevonden in Amerika. Het is in Amerika dan ook een erg populaire sport, veel populairder dan bijvoorbeeld voetbal. De beste basketballers van de wereld spelen in de Amerikaanse basketbal competitie de NBA. NBA staat voor National Basketball Association.

Check hier de 10 beste, mooiste en spectaculairste acties uit de NBA van afgelopen seizoen.