

Česká Asociace Basketbalových Trenérů (ČABT) s podporou ČBF pořádá setkání malých basketáků a basketáček

Sobota s Basketbalem

Sobota s basketbalem je nesoutěžní turnaj pro holky a kluky, jejich rodiče, fanoušky a trenéry. Děti si při tomto turnaji mohou nejen zahrát, ale i zasoutěžit v některé z vybraných basketbalových i nebasketbalových disciplín.



Sobota s basketbalem si klade za cíl propojení radosti ze hry a pohybu s basketbalem. To především pro začínající basketáky a basketáčky a mimo oficiální soutěže ČBF. Spolu s rodiči a fanoušky jednotlivých klubů chceme pro děti připravit zábavný den s basketbalem, při kterém zvítězí každý, kdo si turnaj užije a prožije ho s úsměvem na tváři. Vítězem tak kromě

děti mohou být i rodiče i trenéři. Jsou to především radost ze hry, kamarádství a společné zážitky, které jsou důležitější než výsledky jednotlivých utkání.

Děkujeme, že se Soboty s basketbalem účastníte a přejeme, abyste si celý den užili.



Pravidla turnaje

Pravidla turnaje jsou oproti běžným basketbalovým a minibasketbalovým pravidlům upravena a doplněna o několik specifických pravidel. Cílem těchto úprav a doplnění je umožnit co nejplynulejší hru se zapojením všech hráčů a hráček týmu. Současně byla při přípravě a doplnění pravidel ctěna myšlenka, že hlavním cílem je hra samotná před výsledkem utkání.

Specifická pravidla utkání v průběhu Basketbalové soboty:

1. **Hrací doba a měření času** – 2 x 10 minut hrubého času (v případě vyrovnaného stavu se zastavuje čas v poslední minutě utkání)
2. **Střídání** - střídá se průběžně kdykoliv při přerušení s cílem rovnoměrného zapojení všech hráčů v týmu
3. **Vhazování** - Při vhazování na obranné polovině se míč nepodává rozhodčímu – při vhazování se hlásí se „HRA“ před vhozením míče do hry (plynulost hry)
4. **Rozkok** - se řeší v místě rozskoku bouchnutím míče o zem (plynulost hry)
5. **TH** - nestřílí se TH, střílí se jedna „volná střela“ z místa, kde byl hráč při střelbě faulován. Ostatní hráči stojí min. 2 m od střelce, ne ve směru střely
6. **Skóre** - počítá se nahlas, rozhodčí hlásí skóre po každém vstřeleném koši + ukazuje se na světelné tabuli (pokud je k dispozici)
7. **Prodloužení** - se nehraje – střílí se TH za pravidelného střídání týmů a postupném zapojení všech hráčů
8. **Time out** - trenéři mají 1 oddechový čas za utkání v délce trvání max. 30 vteřin = probíhá přímo na hřišti.
9. **Rozhodčí** - Rozhodují trenéři hrajících týmů
10. **Fauly** - Nepočítají se fauly hráčů a fauly týmu, při nepřiměřeně tvrdé hře může být hráč povinně vystřídán



Dovednostní soutěže:

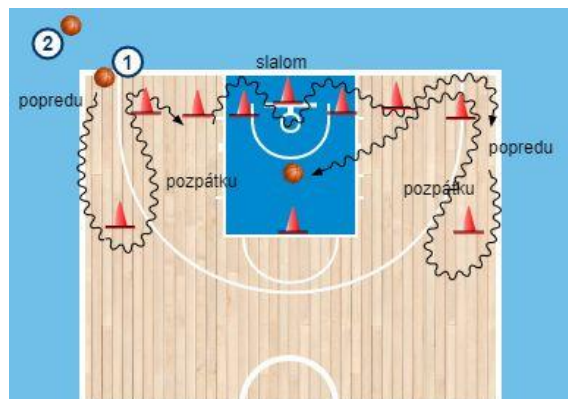
Účast v dovednostních soutěžích je dobrovolná, týmy nemusí být složeny z hráčů stejného klubu, Doporučujeme skládat smíšené týmy, pokud je to možné.

Driblinková štafeta dvojic

– měří se celkový čas dvojice na konci dráhy – součástí je slalom, driblink pozadu pravou i levou rukou popředu i pozadu + driblink dvěma míči

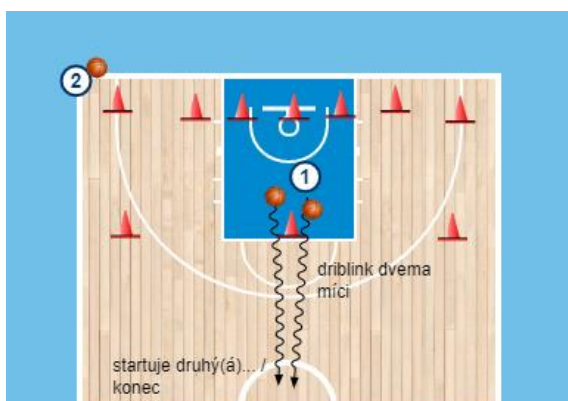


- 1) první soutěžící dribluje pravou a následně levou rukou kolem kuželu na čáře TH



pokračuje driblinkem pravou rukou popředu a pozpátku kolem kuželu na prodloužené čáře TH

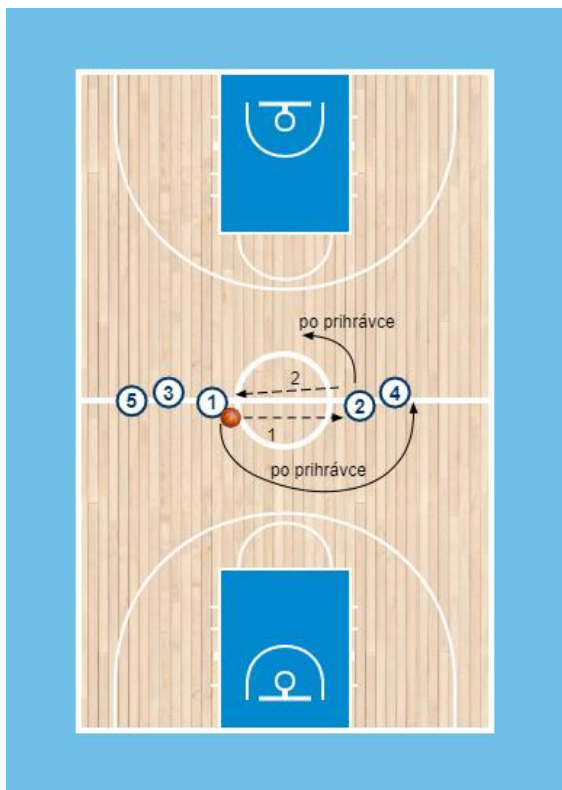
- 2) Probíhá slalom mezi kužely u koncové čáry
- 3) pokračuje driblinkem levou rukou popředu a pozpátku kolem kuželu na prodloužené čáře TH
- 4) dribluje pro druhý míč



- 5) se dvěma míči dribluje do středového kruhu
- 6) Jakmile první soutěžící vstoupí s oběma míči do středového kruhu vyráží na stejnou dráhu druhý soutěžící se svým míčem

Přihrávková soutěž 5ti členných týmů

– měří se čas na zkompletování 100 přihrávek (5 x 20 přihrávek)
(Pravou/Levou/oběma/ o zem/ aut)



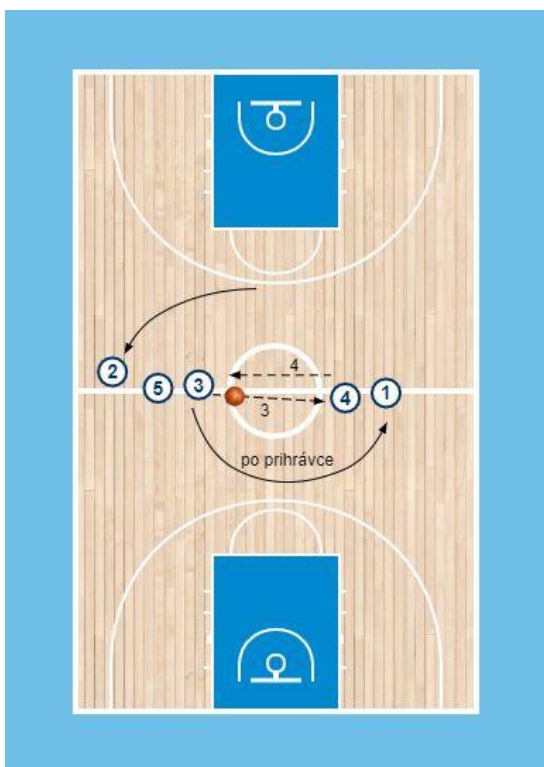
První soutěžící přihrává oběma rukama spoluhráči (2) a běží kolem středového kruhu na konec protějšího zástupu

1) Druhý soutěžící přihrává oběma rukama spoluhráči (3) a běží kolem středového kruhu na konec protějšího zástupu

2) Třetí soutěžící

..... po dvaceti přihrávkách změní soutěžící způsob přihrávání

- Oběma rukama
- Levou rukou
- Pravou rukou
- Přihrávka o zem
- Přihrávka nad hlavou



**5 x 20 přihrávek
= 100 přihrávek
za tým**

**20 oběma
20 levou
20 pravou
20 o zem
20 nad hlavou**



/BASKETCBF



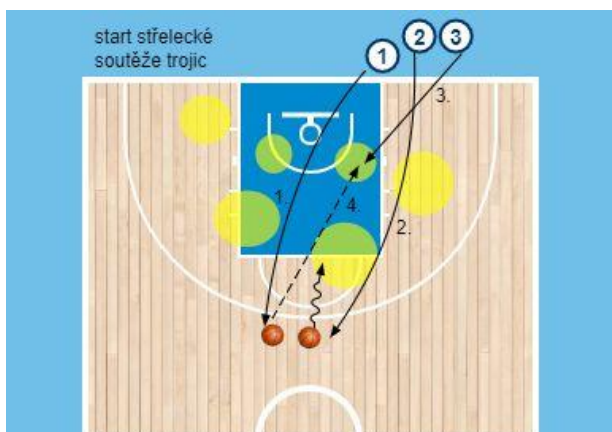
/CZEBASKETFEDERACE



@CzechBasketball

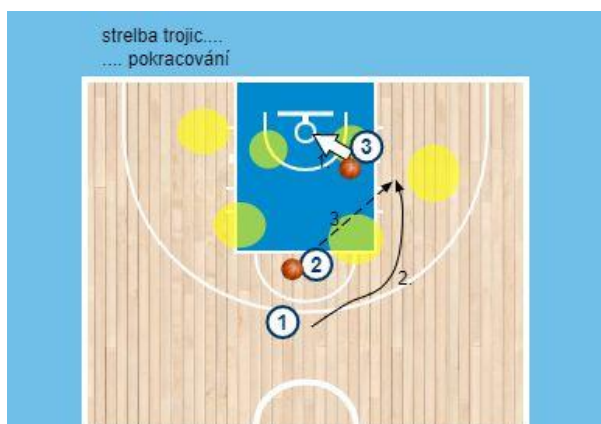
Střelba 3 členných týmů

- počítá se počet proměněných střel za tým za časový limit (45 vteřin)
- střelba z vybraných pozic nebo „dvojtaktový vláček“



- Tři soutěžící jsou nachystáni (y) za koncovou čarou
- 2 míče jsou nachystány na vrcholu 3 bodového oblouku

- 1) První a druhý(á) soutěžící běží pro míč
- 2) Třetí soutěžící běží na první pozici pro střelbu



- 3) Tým začíná střílet po třech střelách z každé pozice, tak aby každý hráč /hráčka vystřelila z dané pozice jednou, než poběží na další
- 4) Tým postupně střílí ze všech šesti pozic
- 5) V případě že mu zbývá čas, může pokračovat znovu od první pozice



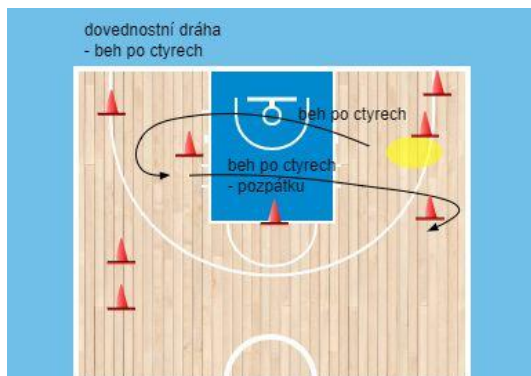
Obratnostně-dovednostní dráha

– měří se dosažený čas – dráha obsahuje běh (popředu i pozadu), kotoul (alternativa jsou 3 sudy), lezení po čtyřech a po čtyřech pozpátku, skákání po pravé i levé noze a sprint



Soutěžící startuje během popředu ke kuželu

- 1) Vrací se během pozpátku
- 2) Po oběhnutí kuželu dělá kotoul vpřed (nebo 3 sudy kolem vlastní osy)



- 3) Pokračuje během po čtyřech ke kuželu na čáře TH
- 4) Vrací se během po čtyřech POZPÁTKU!!! Ke kuželu



- 5) Skáče po jedné noze ke kuželu
- 6) Vrací se skákáním pozpátku po jedné (stejně) noze
- 7) Skáče po druhé noze ke kuželu
- 8) Vrací se skákáním pozpátku po druhé (stejně) noze



- 9) Běží do cíle



Termín turnaje:

Místo konání:

Zahájení turnaje: **8:30 hod – 8:45 hod – prezenze hráčů a týmů**

8:50 hod (zahájení - 1. utkání)

Doba trvání turnaje: 8:50 hod (zahájení - 1. utkání) do cca. 15:10 hod (vyhodnocení – zakončení)

Věkové kategorie: turnaj je pořádán hráče a hráčky ročníku narození 2008, 2009 případně 2007 - *Omezením je spíše než samotný věk hráčů a hráček jejich sportovní věk (tzn. jak dlouho basketball hrají)*

Družstva: smíšená bez omezení – hraje se 5 na 5

Počet hráčů: družstva o cca. 7 – 10 hráčích / hráčkách

Hrací doba: 2 x 10 minut hrubého času (poločas max. 3 minuty)

Střídání: možno střídat kdykoliv při přerušení hry po oznámení střídání rozhodčímu

Míče: velikost 5 (míč pro minibasket)

Výška koše: minikoše – 265 cm

Rozhodčí: trenéři zúčastněných družstev

Startovné: náklady na turnaj jsou pokryty z rozpočtu ČABT

Organizátor: ČABT / oblastní metodik ČBF

Čas: čas se v průběhu hry nezastavuje – na pokyn rozhodčího stojí při Time outu (30 vteřin), střídání, při zranění/ ošetření.

Zápis o utkání: O utkání se nevede oficiální zápis či záznam výsledků.



/BASKETCBF



/CZEBASKETFEDERACE



@CzechBasketball

Program dne (pro turnaj 5ti týmů):

- 8:30 hod – prezence hráčů a týmů
8:30 - 8:45 hod – rozlosování turnaje – rozcvičení hráčů a hráček
8:50 hod – zahájení turnaje = 1. utkání
9:20 – 15:00 hod - focení všech účastníků utkání č. 2 – 10,
+ dovednostní soutěže v driblinku, přihrávkách, střelbě a dovednostní dráha
15:00 hod - ukončení turnaje

Rozpis utkání a dovednostních soutěží

- 8:50 hod - tým 1 vs. Tým 2
- 9:20 hod - tým 3 vs. Tým 4
- 9:50 hod - tým 5 vs. Tým 1
- 10:15 hod - tým 2 vs. Tým 3
- 10:40 hod - dovednostní soutěž – driblink
- 11:10 hod - tým 4 vs. Tým 5
- 11:40 hod - tým 1 vs. Tým 3
- 12:10 hod - tým 5 vs. Tým 2
- 12:35 hod - dovednostní soutěž – přihrávky
- 13:00 hod - tým 1 Vs. Tým 4
- 13:30 hod - tým 3 vs. Tým 5
- 14:00 hod - tým 2 vs. Tým 4
- 14:25 hod - dovednostní soutěž – střelba
- 15:00 hod - zakončení turnaje

