



FooBaSKILL®

NIVEAU FORTGESCHRITTENE



FooBaSKILL ist eine neue Disziplin, welche drei Schweizer Sportlehrer entwickelt haben. Das Spiel ist eine Mischform aus Fußball und Basketball und wird mit dem SKILLTheBall gespielt, einem Ball, der speziell für diesen Zweck konzipiert wurde.

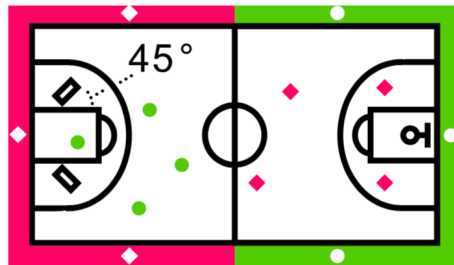
Die sorgfältig ausgearbeiteten Regeln haben zum Zweck, beim Kind/Jugendlichen die folgenden Fähigkeiten zu verbessern: **1)** Die fünf Koordinationsfähigkeiten (Orientierung, Reaktion, Differenzierung, Rhythmus und Gleichgewicht) **2)** Den Abpraller und die defensive Organisation im Fußball **3)** Offensive und defensive Rebounds im Basketball **4)** Die Kreativität **5)** Die Fähigkeit Punkte zu erzielen **6)** Die mentalen Fähigkeiten.

BASISREGELN

Das Besondere an FooBaSKILL ist die abwechselnde Arbeit des Unterkörpers (Fußball) und des Oberkörpers (Basketball). Die Spieler wechseln die Sportart beim Überqueren der Mittellinie des Spielfeldes.

SPIELFELD

Auf einer Seite des Spielfeldes stehen zwei Kästen (nur die zwei obersten Elemente), welche als Fußballtore dienen. Auf jedem Kasten steht ein FooBaSKILL Tor oder mehrere Molankegel (FooSKILL). In der anderen Hälfte befindet sich ein Basketballkorb (BaSKILL). Zwei Teams mit 7 Spielern treten gegeneinander an: 4 Spieler positionieren sich auf dem Feld und 3 Spieler an der Seitenlinie in der Angriffszone. Sie dienen als Unterstützung für Ihre Mitspieler (Rolle des Passens und/oder Schießens). Die Anspielpartner bewegen sich in ihrer Bahn, ohne dass jemand sie betreten kann. Sie können den Ball maximal 3 Sekunden lang in den Füßen oder in den Händen halten.



SPIELZEIT

Das 2 x 5 Minuten. Während der ersten Halbzeit greift eine Mannschaft im Fußball an und verteidigt im Basketball. In der zweiten Halbzeit werden die Rollen getauscht.

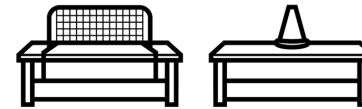
ANSPIEL

Das Anspiel zu Beginn des Spiels sowie am Anfang der zweiten Halbzeit findet in der Mitte des Spielfelds statt. Ballbesitz hat die im Basketball verteidigende Mannschaft mit dem Ball in der Hand. Beide Mannschaften befinden sich in ihren jeweiligen Spielfeldhälften.

REGELÜBERTRETUNG

- Bei einer Regelübertretung läuft das Spiel dort weiter, wo der Fehler passiert ist.
- Bei einer Regelübertretung stellt ein Spieler den Ball mit mindestens einer Hand auf den Boden. Das Spiel läuft mit dem Einwurf unmittelbar weiter.
- Bei einem Schuss auf das Fußballtor, mit der Absicht den Molankegel zu stürzen oder ins FooBaSKILL Tor zu treffen, darf der Ball nicht die Höhe dieser Elemente überschreiten. Wenn dies dennoch passiert, handelt es sich um einen Fehler und der Ball geht an die verteidigende Mannschaft.
- Das Tackling im FooBaSKILL ist verboten.
- Es handelt sich um einen Fehler, wenn der Ball die Hallendecke oder andere hängende Geräte, die Kante des Basketballbretts, die Hinterseite des Basketballbretts oder die stützende Struktur berührt.

Das offizielle FooBaSKILL Material, das erläuternde Handbuch und ein kurzes Video, das die Regeln zusammenfasst, sind verfügbar auf foobaskill.com.



FooSKILL



BaSKILL

1 PKT.		<ul style="list-style-type: none"> • Der Ball berührt eine beliebige Seite des Kastens (360°). 		<ul style="list-style-type: none"> • Der Korbwurf erfolgt aus der 3-Sekunden Zone.
2 PKT.		<ul style="list-style-type: none"> • Der Ball trifft beide Kästen mit demselben Schuss. • Der Ball wird dem Anspielpartner zugespielt, welcher mit einer Ballberührung den Kasten trifft. 		<ul style="list-style-type: none"> • Der Korbwurf erfolgt aus dem Zweipunkteraum ohne die 3 Sekunden-Zone (Zwischenzone). • Dunk (ein- oder beidhändig)
3 PKT.		<ul style="list-style-type: none"> • Der Ball geht durch das SKILLGoal. 		<ul style="list-style-type: none"> • Der Korbwurf erfolgt hinter der Dreipunktlinie.

NACHDEM EIN PUNKT ERZIELT WURDE: Es wird so schnell wie möglich weitergespielt. Dies passiert durch einen Pass an der Stelle, wo der Ball durch den Verteidiger ergriffen wurde. Der Ball muss vor dem Anspiel mit mindestens einer Hand auf den Boden gedrückt werden. **Der erste Pass ist frei bis zur Mittellinie.**

NUTZUNGSBEDINGUNGEN: Der SKILLTheBall muss gemäss den aufgedruckten Anweisungen aufgeblasen werden 0.33 - 0.36 bar/ 4.8 -5.2 psi (siehe Bild rechts).

