

# Danmarks Basketball Forbund Børneregler

## Fortolkninger, præciseringer og gode råd

Senest opdateret august 2025

De differentierede børneregler er stor hjælp til at få forbedret spillet, gøre det lettere at dømmes og fået kampene til at køre hurtigere – omvendt har der i praksis været forskellige fortolkninger og måder at anvende reglerne på. Derfor har Spiller- og Klubudviklingsudvalget (tidligere børne- og ungeudvalget) lavet nedenstående præciseringer og vejledninger til trænere, spillere, forældre og ikke mindst dommere i de rækker der spiller efter børneregler. I er altid velkomne til at kontakte udvalget hvis I har spørgsmål og/eller bemærkninger der kan lette arbejdet med at gøre verdens bedste idræt til en endnu bedre oplevelse ude i hallerne. Børnereglerne kan findes på forbundets hjemmeside – både i en samlet udgave, men også i en "pixiudgave" for hver årgang.

Venlig hilsen, DBBF's Spiller og Klubudviklingsudvalg (SKU)

### Sammenhængen mellem børnereglerne og vores turneringsstruktur



Såvel regler som turnering har to spor – bredde og præelite/sub-elite. Hovedfokus gennem begge spor er udvikling og rekruttering/fastholdelse. Alt sammen med udgangspunkt i forbundets overordnede strategi, samt DBBF's aldersrelaterede træningskoncept også kaldet ATK.

Vi deler først efter U11, således, at vi op til U11 har et rent breddespor med fokus på introduktion og tilvænning til konkurrence. Fra U13 og opefter deler vi i to spor: Grand Prix og Mesterrækker.

Grand Prix sporet har fokus på rekruttering, fastholdelse og udvikling. Grand Prix formen skal sikre så god en balance mellem holdenes niveau som muligt og børnereglerne sikrer, at spillet er tilpasset spillernes udviklingsniveau samt, at oplevelsen ved at mødes og konkurrere mod andre hold er så positiv som muligt.

I mesterrækkerne er fokus for så vidt det samme som i GP, men der lægges mere vægt på selve konkurrencedelen og udvikling mhp det at være mere konkurrencefokuseret.



## De enkelte regelområder

### U7 EASY-basket

EASY-reglerne er særligt tilrettelagt for netop disse aldersgrupper. Fx er der ingen regel om dobbelt dribling, idet spillerne må dribble som de vil, lige så meget de vil så længe de ikke tager mere end 3 skridt med bolden. Det er klart nemmere kun at skulle forholde sig til bolden og sig selv end også at skulle overskue medspillernes placering, samt at det fremmer spillernes forståelse for at flytte bolden med en dribling når det ikke er muligt at aflevere – samtidig giver dette et bedre flow i spillet.

#### U7-9: reglen om ikke at måtte blokere et skud (at lave et "låg")

- Denne regel har givet anledning til nogen usikkerhed. Reglen er en konsekvens af reglen om holdt bold. Man må ikke blokere et skud så længe bolden er i hænderne. Det er en forseelse på linje med holdt bold. Når bolden **klart** har forladt skyttens hånd (altså er i luften og omkring en boldstørrelse fra skyttens hånd), **må skuddet gerne blokeres** – det er med andre ord ikke tilladt at "lægge låg". Et låg håndteres som en forseelse
- Herudover gælder reglen om cylinderen – dvs. at hvis spilleren klart skyder ind i hænderne på en spiller der står med hænderne over hovedet i sin egen cylinder er der tale om et "no-call", altså at vi lader spillet fortsætte – har forsvarsspilleren tydeligt sine arme inde i angrebsspillerens cylinder er der tale om et ulovligt block ("låg") med mindre bolden **tydeligt** har forladt skudhånden (skøn fra dommers side – en god regel vil være at sige mindst en boldstørrelse fra hånden) og der IKKE er kontakt. I tvivlstilfælde og ved kontakt er der altid ulovlig "blocking" (og evt. fejl hvis der er kontakt)

#### U7-9: reglen om ikke at må tage bolden ud af hænderne på en modstander (minus holdt-bold)

- At stjæle bolden ved dribling er og har altid været tilladt. Det er først når spilleren lader bolden hvile i hænderne/hånden at man ikke må tage den – dømmes som en forseelse
- I tilfælde af, at der ikke er boldkontrol (løse bolde) og situationen ender i en holdt bold, udføres der dommerkast på stedet

#### Generelt vedr. doubleteam/trap, samt hjælpeforsvar og reglen om ikke at må spille zoneforsvar

- I U7-9-11 er dobbeltteam (altså det, at mere end en spiller på samme tid dækker spilleren med bolden op) og alle former for zone ikke tilladt.
- I U13-15 er dobbeltteam tilladt
- Som udgangspunkt er al zone og dermed også zonelignende forsvar ikke tilladt. Det betyder også, at det ikke er tilladt at slippe den mand man dækker for at spille hjælpeforsvar forebyggende, forstået på den måde, at spillerne bevidst og med fordel har opmærksomheden på bolden mere end på egen mand (fx ved at opholde sig fast i 3-sekfeltet i den side hvor bolden er). Det medfører, at der ikke må spilles hjælpeforsvar før det er tydeligt, at den der hjælpes, er blevet "slået" af sin angrebsspiller – omvendt er det ikke forbudt at spille hjælpeforsvar så længe det er i den hensigt at stoppe et frit drive mod kurven – dog skal hjælpeforsvaret stoppe, når den spiller der har modtaget hjælpen er nået tilbage til sin mand igen. Det understreges, at grænserne er flydende og det derfor er spillederens (dommerens) opgave at vurdere om hvorvidt reglen er overholdt eller ej. Hvis en dobbeltteamsituation opstår og den dels er af en varighed tidsmæssigt der kan opfattes som sådan og forsvarsholdet opnår en fordel, skal dommeren stoppe spillet og give det angribende hold bolden tilbage
- Det er ikke tilladt at "løbe hjem" og stille op i en zoneopstilling og så derfra skifte til mand-mand forsvar
- Det er heller ikke tilladt at presse ud fra en opstilling i en zone (fx 1-2-2 eller 1-2-1-1) og så gå over til mand-mand forsvar fx efter den første trap. Omvendt er det tilladt at bytte og skifte alt det man vil i forsvaret – det vigtige her er, at skelne mellem bevidst og ubevidst zoneforsvar. I zone er den primære opmærksomhed på bolden og derfor vil et forsvar der konstant orienterer sig mod bolden og placerer sig i de tomme områder imellem bold og angrebsspillere uden bold, uden at reagere på



angrebsspillernes bevægelser ved fx at justere sin position eller følge en spiller der cutter eller bevæger sig mod eller væk fra bolden, godt kunne defineres som et zoneforsvar. Igen kan det være svært at bedømme og det er derfor i høj grad vigtigt, at dommerne er opmærksomme på dette. Vi opfordrer til, at hvis man oplever det som træner at gå i dialog med træneren fra det andet hold og/eller dommerne. Reglen er til for at sikre spillernes udvikling og ikke for at forhindre andre i at vinde eller tabe kampe

- Der må gerne byttes i forsvaret uanset aldersgruppe – SKU anbefaler dog, at man ikke begynder på det, før spillerne er klar over forskellen mellem at bytte og bare at dække bolden
- SKU anbefaler kraftigt, at man helt undlader at spille hjælpeforsvar i U11 og nedefter og hvis man gør det, bør det kun være i begrænset omfang og for at stoppe et helt frit drive til kurven. Hvis hjælpeforsvar introduceres som princip kræver det en god spilforståelse og for at kunne spille hjælpeforsvar kræves der en forståelse af ens egen position i forhold til egen mand, kurven og bolden. Nogle spillere forstår tidligt dette, andre ikke – så vent med at arbejde bevidst med det før spillerne er klar til det. Omvendt skal vi ikke forhindre spillere der forstår formålet med hjælpeforsvar at hjælpe, når det er tydeligt, at det er med baggrund i spillerens forståelse for spillet
- Traps og opdækning med mere end en forsvarsspiller på bolden, er ikke tilladt før i U13 og opefter. I den forbindelse er det vigtigt at dommere og trænere har forståelse for om situationen er bevidst eller ubevidst og om der er fordel/ikke-fordel. Jo yngre spillerne er og jo mere ubevidste de er om situationen, jo mere skal dommeren og trænerne hjælpe til at lade spillerne forstå reglen – reglen har til hensigt at øge spillernes udvikling både angrebsmæssigt og forsvarsmæssigt, samt gøre spillet hurtigere og med flere scoringer til gavn for alle. Det er altid tilladt af dommeren af pædagogiske årsager at stoppe spillet i situationen (og evt. kampuret) og gøre opmærksom på, at man ikke må være to mand på bolden og så sætte spillet i gang igen med indkast til det boldbesiddende hold
- Reglen medfører også, at alt for aktivt hjælpeforsvar – fx fra toppen af banen og ned mod bolden – kan være ulovligt, da der ikke er tale om hjælpeforsvar, men en form for presspil hvor man slipper sin egen mand for at presse boldholderen, hvilket ikke er tilladt. Omvendt, vil en udnyttelse af reglen fra angribernes side til fx at skabe isolationsspil ved at placere fire angribere i den ene side af banen, være imod ånden i reglerne. I sådan en situation er et mere aktivt hjælpeforsvar ikke strafbart
- **3-meters regel:** I tilfælde af, at man har svært ved at forklare sine spillere hvordan reglen er, kan man benytte sig af en tre-meters regel. Det betyder kort sagt, at man ikke må være længere væk fra sin mand end 3 meter og er en god rettesnor for at få spillet til at fungere, samtidig letter det en kommende indlæring af evt. hjælpeforsvar, "help & recover-principper" og god defensiv balance på banen. Reglen administreres i praksis ud fra, at forsvareren som udgangspunkt ikke må være længere væk end tre meter fra den vedkommende dækker op. Undtaget herfra er tydelige hjælpesituationer og situationer, hvor angriberen bevidst placerer sig meget langt væk fra bolden for at opnå en fordel (se ovenfor). 3-metersreglen er ikke at opfatte som en regel, men som en hjælp til at forstå forskellen på at være boldpressende og bare klar til at hjælpe
- I reglerne står der angivet, at straffen for gentagne, bevidste tilsidesættelser af reglen kan straffes med en teknisk fejl til træneren. Denne regel bør anvendes såfremt træneren gentagne gange bevidst opfordrer spillerne til at trappe, spille zone o. lign. eller undlader at hjælpe sine spillere til at spille efter reglerne. Dommeren, med hjælp fra begge holds trænere, bør forklare reglen for spillerne og give dem og deres trænere en mulighed for at rette op på det undervejs og om nødvendigt stoppe spillet (og kampuret) og forklare reglen inden der skrives ind med yderlige sanktioner. Overholder spillerne ikke dette og fortsætter med at overtræde reglen kan der – uden at notere fejl på træneren – **uden videre** idømmes et straffekast (NB: i U7 i stedet et bonuspoint til det forurettede hold med efterfølgende indkast ved sidelinjen) til den forurettede spiller med efterfølgende ret til at få bolden ved sidelinjen – dommeren/spillederen skal gøre opmærksom på, at det er pga. ulovligt forsvar. Dommeren har stadigvæk mulighed for, om nødvendigt og efter tilstrækkelig henvisning om dette (advarsel), at tildele træneren for det forsvarende hold en teknisk fejl efter de normale retningslinjer for dette, såfremt denne bevidst tilsidesætter reglen eller undlader at hjælpe sine spillere til samme. **NB!** Jo ældre spillerne er og i mesterrækker bør reglen være kendt for alle og derfor skal der fra dommerens side skrives ind hurtigt, hvis reglen ikke bliver overholdt
- Generelt kan der ikke dømmes for dobbelteam mv. under kurven (indenfor og i umiddelbar nærhed (et skridt) af ikke-angrebsfejl-linjen) og slet ikke i reboundsituationer **før** boldkontrol er etableret af den



reboundende spiller eller hvis der ikke er boldkontrol – i det øjeblik der er etableret boldkontrol, er dobbeltteaming forbudt

- I U13 og opefter er det tilladt at trappe, altså at være to mand på bolden. Alle former for zone er stadigvæk ikke tilladt i U13 GP, så trappende forsvar skal komme ud fra et personligt forsvar

### Generelt om ophold i tresekundsfeltet

- **Angrebsspillere:** som udgangspunkt skal der ses på fordel/ikke-fordel. Her spiller spillerens højde og teknik i forhold til sine modspillere ind. Jo højere og jo dygtigere, jo større fordel. Her er det vigtigt, at dommere og trænere i fællesskab lærer spillerne reglen om treskunder og minder dem om, at de ikke må opholde sig fast inde i feltet, når deres hold har bolden – treskunder må altså godt dømmes ud fra pædagogiske hensyn og reglen om fairplay - også i U9/U11 og U13 - men **ikke** uden forudgående forklaringer og henvisninger mv. fra både dommere og trænere
- **Forsvarsspillere:** må ikke opholde sig i tresekundsfeltet hvis det betyder, at de ikke længere dækker deres egen mand jf. reglen om, at zoneforsvar ikke er tilladt (se også 3 meters reglen ovenfor). Igen skal der ses på reglen om fordel/ikke-fordel. Omvendt må en angrebsspiller ikke bevidst stille sig oppe ved midterlinjen for at undgå, at hans mand ikke kan hjælpe eller rebounde. Her er huskereglen om hjælpelinje (midten af banen delt lodret) og boldlinje (en linje der går vinkelret på tværs ad banen og igennem bolden) et godt udgangspunkt for at vurdere dette. Hvis forsvarsspilleren er mere end 3 meter væk fra den han/hun dækker op kan der være grund til at holde ekstra øje med hvordan der dækkes op og evt. vejlede den pågældende spiller. Generelt kan man sige, at hvis en forsvarer står i 3-sekundsfeltet og tæt på kurven i længere tid uden at justere sin position i forhold til den mand han/hun dækker, er der tale om ulovligt forsvar
- Det er yderst vigtigt, at det ikke tillades spillere at hjælpe på en sådan måde, at der i realiteten er tale om et zonelignende forsvar

### 3-point i U9-11-13

- For at fremme spillernes evne til at læse spillet offensivt og for at mindske fordelene ved et meget aktivt hjælpeforsvar, er der fra sæsonen 16-17 indført 3-pointsscoringer i U13 og ned. Alle skud der tages udenfor 3-sekundsfeltet er at opfatte som et 3-points forsøg. Ved fejl i scoringsforsøg følges de almindelige regler for aldersgruppen

### Generelt omkring skridt og dobbeltdribling

- Jo yngre spillerne er, jo mere ser vi igennem fingre med overtrædelser af disse – omvendt, jo ældre og jo dygtigere spillerne er, jo mere dømmes der efter reglerne. Igen skal der tages hensyn til fordel/ikke-fordel. Det er, særligt i U7-9-11, helt i orden, at dommeren stopper spillet og forklarer fx driblereglen eller skridtreglen, for så at sætte spillet i gang igen med et indkast til det hold der havde bolden. Det vigtigste er, at spillerne får lært den rigtige teknik til at starte og standse og bliver bevidste om, hvad der er deres standfod. Startskridtreglen bør ikke håndhæves strengt før U13 Mester

### Screeninger

- Screeninger er fremover kun tilladt i U15 – dvs. at alle former for screeninger er forbudt i U7-9-11 og 13. Hvis der screenes, skal det håndteres som en forseelse. Det er vigtigt at skelne mellem egentlige screeninger og tilfældigt opståede situationer, der ligner, men ikke er screeninger – fx en spiller der står i vejen og ikke evner at flytte sig
- Den primære årsag til dette er, at vi i [DBBF's ATK-model](#) først anbefaler screeninger i automatiseringsfasen (14-17 år). Screeningsspil bør ikke benyttes før spillerne har de tilstrækkelige og grundlæggende færdigheder i angrebsspillet – screeninger er en af de sidste områder som vi anbefaler at spillerne ikke begynder på at lære, før hovedparten af alle de basale fundamentals er på plads
- Vi har oplevet, at enkelte hold benytter sig af "hand-off" for derved at opnå noget der minder om en pick&roll-screening uden at være det. SKU anbefaler kraftigt ikke at benytte sig af dette som et



gennemgående princip i angrebsspillet. Hvis det har karakter af at være en reel screening, skal der skrides ind overfor dette

## Straffekast

- I U9 og opefter spilles der med straffekast. Vi følger de helt normale regler når det gælder opstilling langs treskudsfeltet – dvs. straffeskytte plus to angrebsspillere, samt tre forsvarsspillere. Resten skal opholde sig bag straffekasteren. Husk, i U9 skydes der fra ca 3 meter, i U11 skydes der fra 4 meter – (dvs. ca. 25 cm foran straffelinjen) og der kan ikke dømmes for overtrådt - dog skal bolden stadigvæk ramme ringen. I U13 og opefter spilles efter seniorregler (FIBA's internationale regler)
- Fra 5. holdfejl i perioden skydes der ligeledes straffekast nøjagtig som i senior
- I alle kampe, **skal** tiden stoppes ved straffekast

## Indsætning af spillere ved fejl og skader mv

- I reglerne står der følgende: "*Ingen spiller må spille mere end én periode mere end en medspiller, **medmindre** denne er skadet eller udvist for 5. fejl*". Det betyder, at hvis en spiller udgår af kampen pga fejl eller en skade, så kan det i enkelte situationer blive nødvendigt at sætte en spiller ind, selvom dette kan betyde at denne spiller to perioder mere end de andre spillere – fx hvis der ikke er andre muligheder. Dette skal selvfølgelig foregå på en måde der ikke får væsentlig indflydelse på kampen, dvs. at der skal sættes en spiller ind der er på nogenlunde samme niveau som den spiller der må gå ud. Dette står nævnt på flg. måde i reglerne: "*Hvis en spiller må forlade banen på grund af skade eller 5. fejl, erstattes denne af en anden spiller **i enighed med den anden udskiftningsleder** under hensyntagen til FAIR PLAY og reglen om at ingen spiller må spille mere end en periode mere end de andre*". Det betyder, at der skal kommunikeres mellem de to trænere på en ordentlig måde. Reglen forudsætter en fælles forståelse for princippet om Fairplay
- I praksis (og jo yngre spillerne er) vil der ofte forekomme småafbrydelser hvor en spiller slår sig og lige skal ud og sunde sig lidt – her er det ok at sætte en anden spiller ind i et minut eller to uden at dette får indflydelse på denne spillers antal spillede perioder forudsat, at man skifter tilbage hurtigst muligt. Dette står ikke i reglerne, men er en god måde at få det hele til at glide på. Dette vil normalt ikke kunne gøres i mesterrækkekampe; men som udgangspunkt i alle GP-kampe
- Under alle omstændigheder, **skal** reglen om at alle skal spille lige meget fastholdes. Dvs. at man ser på hvilken/hvilke spillere har spillet færrest perioder, når man skal indskifte midt i en periode eller i de første fem minutter ved kampe i mesterrækkerne
- **NB! I U13/15 Mester** er denne regel kun gældende i de første fem minutter af hver periode, da der er fri ind- og udskiftning i periodernes sidste fem minutter samt i evt. ekstrapperioder. Det betyder altså, at i tilfælde af skader el. lign., der må nødvendiggøre en indskiftning i de første fem minutter, tæller den indskiftede spiller som om denne har startet perioden. Her opfordres der til en god kommunikation imellem trænerne og dommerne for at sikre, at det bliver så fair som muligt for alle parter

## Påklædning

- Det vigtigste er, i samtlige af de rækker hvor der spilles efter børnereglerne, at kampene spilles. De i de internationale regler (§4.3) særlige krav til tøjets udformning og udseende – fx kompressionsshorts og trøjer, farver på sko, brug af lange ærmer mv – kan altid fraviges i det omfang det ikke udgør en fare for spillerne eller på anden måde kan gøre det vanskeligt at gennemføre en forsvarlig og sportslig afvikling af kampen. Kompressionstøj er tilladt uanset farve så længe spilletøjet er ensartet. De internationale loves §4.4.2 sidste afsnit, samt §4.4.3 om skofarver tages altså **ikke** i brug i børnereglerne. Såfremt dommeren skønner, at udstyr kan være farligt, tilstræbes det at løse det ved dialog, inden kampen går i gang
- Generelt tilstræbes, at alle på holdet spiller med spilletrøjer med numre – som minimum bagpå – og i samme farve. De to holds trøjer skal adskille sig væsentligt fra hinanden, men det er underordnet hvilke farver de to hold har på



- I de rækker hvor der ikke spilles med personlige fejl og særligt ved stævner (uanset aldersgruppe), er det tilstrækkeligt, at der kan kendes forskel på de to hold, hvorfor trøjer ikke nødvendigvis skal have numre på, hvis dette af forskellige årsager ikke kan lade sig gøre være ensfarvede (dog må spilletøj/vestene ikke være grå) og i kontrast til det andet holds trøjer. Ved stævner anbefales det, at der er overtræksveste til rådighed – minimum fem på hver bane. At spilletøjet evt. ikke har numre, fritager ikke trænerne fra ansvar i forhold til reglerne om at fordele spilletiden ligeligt
- Spilletrøjerne skal som udgangspunkt være så tæt på de internationale regler som muligt, dog må der gerne spilles i shorts af forskellig farve og længde - det tillades at have trøjer mv. indenunder spilletrøjen så længe de ikke adskiller sig væsentligt fra eller på anden måde kan virke distraherende – men igen: hvis det er vigtigt for at kampen kan gennemføres, tillades overtræksveste eller "ulovlige" trøjer. Dette gælder også kompressionstrøjer eller lignende – disse behøver IKKE at følge de internationale regler. Dette gælder også mesterrækkerne
- Dommerpåkledning: det anbefales at dommeren (spillederen) så vidt muligt ligner en rigtig dommer – dvs. lange bukser (gerne sorte) og en grå, eller anden neutral trøje. Vi vil gerne opfordre klubberne til at gøre lidt ekstra ud af dette, da det gør oplevelsen bedre for alle - især børn og forældre

### Usportslig optræden af træner(e)

- Det anses det som usportslig optræden (jf. de internationale love §36), hvis træneren kommenterer modstanderholdets spillere – fx: *"lad være med at dække nummer 8, han kan overhovedet ikke skyde..."* eller *"han kan slet ikke dribble med venstre..."*. Det betyder, at dommeren skal håndtere disse situationer som sådanne. Denne regel SKAL håndhæves i alle kampe under børneregler – også mesterrækker og slutspil, finaler etc. Dommerne vil blive bedt om at sikre, at dette sker. Første gang i form af en advarsel, gentagne gange ved teknisk fejl til træneren og efterfølgende indberetning hvis denne bliver diskvalificeret
- Herudover henstiller vi kraftigt til, at trænerne overholder de almindelige regler når det gælder henvendelse til dommeren og evt. kommentarer til kendelser undervejs i spillet. Vi anbefaler, at hvis man som træner har brug for at kommunikere med dommeren, at gøre dette i pauserne mellem perioderne og helt at undlade dette mens der spilles, medmindre det er for at støtte og fremme en god afvikling af kampen
- Det er vigtigt for oplevelsen af de enkelte kampe/stævner, at dommere og trænere mødes inden kampstart for at sikre sig, at alle er klar over hvordan kampen/stævnet skal foregå. Opfrisk reglerne, streger og rammerne i øvrigt så alle er med på, hvordan det hele skal forløbe
- Vi har desværre oplevet nogle ganske få gange, at tilskuere ikke overholder denne regel. Det er efter SKU's opfattelse i strid med DBBF's værdier og vi vil kraftigt opfordre til, at man lokalt sikrer, at forældre og andre tilskuere er opmærksomme på, at vi ikke ønsker dette når vi afvikler ungdomskampe. Skulle man opleve dette som et problem, så ret henvendelse til DBBF's administration, der så efterfølgende vil kontakte de/den implicerede klub

### Indkast under spil

- For at mindske spildtid i kampe med fast tid (hvor uret ikke stoppes ved dommerens fløjt behøver dommeren som udgangspunkt ikke at røre bolden, når det boldbesiddende hold har indkast på egen banehalvdel – det drejer sig om situationer med udebolde og andre forseelser som fx skridt og dobbeltdribling. Ved fejl, skal dommeren altid røre bolden. Det er vigtigt, at der så vidt muligt spilles efter denne regel, da der ellers bliver for meget spildtid i kampene – dommerne skal også huske på, at tempoet i kampen er vigtige end evt. sidebytte (når der er to dommere). Reglen indebærer følgende: Alle indkast **på egen banehalvdel** kan tages af en spiller fra det hold der vinder indkastet uden at dommeren skal røre bolden i følgende situationer:
  - Ved udebolde
  - Ved forseelser der skyldes skridt, dobbeltdribling, ført bold, fod på bolden, slå til bolden med knytnæve og 5-sekunders regel



Ved **alle indkast på modstanderens banehalvdel**, skal dommeren som hidtil røre bolden og overrække den inden spillet sættes i gang. I de **sidste 2 minutter af ordinær spilletid og evt. ekstra perioder**, samt ved **alle stop af spillet der skyldes 24-sekunders forseelser, fejl, tekniske fejl, time-outs og hvis der er anmodet om udskiftning**, skal der spilles efter FIBA's regler – dvs. at bolden skal røres af dommeren inden den sættes i spil. Det betyder også, at man ikke kan få time-out eller udskiftning, hvis man ikke har bedt om det i rette tid.

### Håndtering af reglen om indkast på egen banehalvdel

Det er vigtigt, at reglen ikke misbruges. Det indebærer, at indkast skal tages der hvor bolden ryger ud eller ud for det sted forseelsen fandt sted. Dommerne har altid ret til at kræve berøring af bolden, hvis disse skønner, det er nødvendigt – fx ved komplicerede situationer ved 5-sek. Det betyder også, at det hold som taber bolden, skal slippe bolden der, hvor forseelsen finder sted. Her følges de normale forholdsregler ved usportslig optræden.

- I kampe på tværbaner tages der kun indkast fra baglinjen efter scoring – alle indkast der skulle have været taget fra baglinjen, tages fra sidelinjen udfor straffelinjen. Dette for at undgå uheldige situationer under kurven på baner med meget lidt plads

### Holdfejl

- Vi spiller ikke med holdfejl i U9 og nedefter – skulle en træner undtagelsesvist udnytte denne regel til bevidst at opfordre sit hold til at fejle, for at opnå en fordel, skal det opfattes som usportslig optræden og håndteres som sådan af dommerne
- I de øvrige rækker spilles der med holdfejl som normalt, uanset periodernes længde og spilleform. Hvis holdfejl skulle udløse straffekast, så skal uret stoppes under udførelsen af disse

### Scoring i egen kurv

- I følge de internationale regler, tæller scoring i egen kurv, hvis det er et uheld og hvis det er med vilje, er det en forseelse og scoringen annulleres. Dette er ikke hensigtsmæssigt i børnereglerne. Skulle dette ske, er der ofte tale om en fejl fordi en spiller har glemt hvilken kurv der scores på – i så tilfælde skal dommeren stoppe spillet og starte forfra – evt. lægge tid til. Skulle en scoring ske i egen kurv **og det tydeligt** er en bevidst handling, følges de internationale regler

### Ligelig fordeling af spilletiden

- I GP-turneringen skal spilletiden fordeles ligeligt mellem alle spillerne og ingen spiller må spille mere end en periode mere end nogle andre. Hvis der fx er 10 spillere der skal fordele spilletiden ligeligt, vil alle spille mindst to perioder og nogle spille tre perioder. Undtaget herfra er mesterrækkerne der spiller 4x10 med fri indskiftning efter fem minutter i hver periode (alle skal starte i lige mange perioder), samt U15GP, hvor spillerne skal dele spilletiden ligeligt i de første fire perioder og med fri ind- og udskiftning i femte periode
- I mesterrækkerne skal alle spillere starte i lige mange perioder og ingen må starte i mere end en periode mere end andre spillere på holdet. Når der er spillet fem minutter, må der skiftes frit ind og ud. I evt. OT må der skiftes frit ind og ud

### Scoringstavler mm

I U11GP og nedefter spilles der om at vinde perioderne. Det hold der vinder perioden, får 3 point, det hold der taber får 1 point. Ved uafgjort får hvert hold 1 point. Det hold der har flest periodepoint når kampen er slut, har vundet. Ved lighed vinder det hold der samlet set har scoret flest point – er det stadigvæk lige her, spilles 2 min omkamp, undtagen i de rækker hvor der spilles med uafgjort. Scoren føres altså kun i protokollen. Scoringstavlen viser kun antal point for vundne og tabte perioder. **NB:** I U7 giver scoring 3 points, at ramme ringen giver 1 point (hvis der ikke scores og kun én gang pr. scoringsforsøg).



Trænerne har selvfølgelig ret til løbende at få oplyst scoren i perioden, særligt hvis den er tæt, men det skal som altid foregå på en måde der ikke forhindrer dommerbordet i at løse sin opgave. Husk, at scoren som oftest kan følges løbende på MVP-app. Fra U13 og opefter spilles der med løbende score.

## Øvrige forhold

- Enkelte har forespurgt, i hvilken rækkefølge spillerne (kæderne) skrives i protokollen/MVP-appen ved starten af hver periode – som udgangspunkt er der ingen faste regler for dette. Man skal ikke angive alle fire kæder ved starten af første periode – er der tvivlsspørgsmål, så er hovedreglen ligesom ved andre kampe, at det er **hjemmeholdet**, der først angiver startere på banen ved kampstart – dette forhold fastholdes kampen igennem ved periodestart. I praksis er det nemmeste, at spillerne der skal spille den pågældende periode stiller sig på banen og vender ryggen til dommerbordet, så de kan blive krydset af i protokollen
- Vi har enkelte gange oplevet, at klubber anvender mesterrækkespillere i GP-stævnerne – dette er ikke direkte i strid med turneringsreglementet (**så længe reglerne om op- og nedrykning mellem hold overholdes**), men har nogle gange givet de ikke så gode spillere fra andre, og især mindre klubber, nogle mindre heldige oplevelser, da mesterrækkespillerne er alt for gode niveaumæssigt – særligt hvis der er 2-3, måske fire af dem på et B-hold. **Vi vil på det kraftigste opfordre klubberne til, så vidt det overhovedet er muligt, ikke at anvende deres mesterrækkespillere i de lavere rækker** – særligt i GP-stævnerne. Vi vil også opfordre til, at man overholder reglerne i turneringsreglementet i forhold til op- og nedrykning mellem hold, samt at man husker på reglen om, kun at må spille en kamp i den samme aldersgruppe på samme dag (undtaget stævner selvfølgelig, hvor et stævne med fx 2-3 kampe tæller som en kamp i turneringsmæssig forstand). Skulle man opleve dette som et problem, så ret henvendelse til DBBF's administration, der så efterfølgende vil kontakte de/den implicerede klub
- Det vigtigste er, at kampene gennemføres på en tilfredsstillende måde for alle parter og IKKE at nogle mere eller mindre vigtige formaliteter overholdes – det samme gælder banestørrelser, streger mv. I mange haller er der ikke korrekte opstregninger på tværbaner, men så længe det er tydeligt for alle hvad der spilles med af streger fx via opmærkning med kegler, tape el. lign. er dette tilfredsstillende. Det er derfor vigtigt at trænerne og dommere umiddelbart inden kampen mødes, for at alle er sikre på hvad der spilles efter – hvis trænerne alle er enige om i særlige situationer at fravige reglerne fx ved boldstørrelser og kurvehøjder, kan dette som udgangspunkt sagtens lade sig gøre. Vi understreger dog, at der skal være **fuld enighed**, det skal give mening og at det kan være forbundet med vanskelighed efterfølgende at følge op på evt. protester foranlediget af sådanne aftaler, samt at det skal holde sig indenfor ånden i børnereglerne – fx kan man ikke beslutte at spille med screeninger i U13 eller at fravige reglen om at spille om at vinde perioderne i U11 og nedefter – men hvis man fx i en U15GP runde oplever, at der kun er to hold og dermed kun én kamp, må man godt sætte spilletiden op til fx 5x8 minutter fast tid så længe alle parter er enige om det
- Sørg i øvrigt for, altid at have de forskellige sæt regler liggende sammen med jeres dommerbordsudstyr – de er gode at have ved hånden, hvis I er i tvivl om noget. Vi anbefaler også, at hjemmeholdet for en sikkerheds skyld har et sæt overtræksveste klar i tilfælde af, at der sammenfald i holdenes trøjefarver
- Vi vil gerne opfordre alle parter til at tænke over, at kampene er til for børnenes skyld og opfordrer til at holde en god tone overfor med- og modspillere, trænerne, officials og dommere og til at alle hjælper alle til at få en god oplevelse uanset kampenes forløb og udfald. Ofte vil det være en god idé at forklare forældrene hensigterne og ånden i børnereglerne fra sæsonens start
- Det er vigtigt at tænke på, at formålet med børnereglerne er at fremme de gode oplevelser for alle, at udvikle spillerne både teknisk og taktisk, samt først og fremmest at give alle lyst til fortsat at spille basketball uanset niveau – derfor vil vi bede alle om at huske på, at det ikke gavner nogen, at det ene hold vinder med fx 50-100 point og at man, hvis man har et overlegent hold, ikke behøver at presse og spille meget aggressivt, men derimod kan have mere glæde af at træne holdets halvbane personlige forsvar, sammenspil i angrebet og andre ting, der på sigt er vigtigere for spillerne og spilllets udvikling end at stjæle bolde højt oppe på banen og score lette lay-up. Derfor anbefaler vi også, at alle spillere får så meget spilletid som muligt uanset hvilke regler vi måtte have vedrørende dette
- Husk også reglen om sund fornuft 😊



- Husk altid, både før og efter kamp, at hilse på modstandere og dommere og sige tak for kampen. Vi anbefaler, at dette gøres ved, at starterne inden kampen giver hånd til dommere og modspillere, trænerne gør det samme – og efter kampen stiller holdene sig i to rækker og går forbi hinanden og siger tak for kampen - husk dommerne 😊

### Tip til dommerne

Her er et par gode ideer til hvordan alle får en god oplevelse - spillere, trænere, forældre ikke mindst jer selv. Hvordan gør vi det?

- Godt humør og engagement
- Neutral trøje, fløjte og sportssko. Ingen smykker, kasketter osv.
- Mobiltelefonen ligger i tasken bag dommerbordet – på lydløs
- Aftal mødetid med meddommer og træner
- Vær klar i god tid
- Tjek hvilken årgang og hvilke regler
- Hils på trænerne og få afklaret evt. uklarheder, straffe, banelinjer m.m.
- Start kampene til tiden
- Fløjt igennem når du fløjter
- Vejled, vejled, vejled
- Bevæg jer så I står det rigtige sted
- Øjenkontakt mellem dommerne
- Mødes under timeout og pauser og juster om nødvendigt
- Hvis problemer kontakt den stævne-ansvarlige fra hjemmeklubben

### Protokoller

Fremover anvendes digital protokol (MVP-app). Skulle den ikke virke, er det en god ide at have papir og blyant i nærheden

### Protester

Følger de almindelige regler for nedlæggelse af protest

### Kvartalsspillere (fra det fælles turneringsreglement §4)

”I alle DBBF ungdomsturneringer fra U7 til og med U19, kan der benyttes op til 2 spillere pr. kamp som er et kvartal for gamle. En kvartalsspiller må kun deltage i pokalturnering, mesterrækker og landsdækkende ungdomsrækker i én årgang, medmindre der foretages et teknisk klbskifte Såfremt man anvender disse spiller(e), skal man i protokollen anføre både fødselsmåned og år for den/de pågældende spiller(e) ved siden af spillerens navn. Det er fortsat muligt at søge dispensation efter gældende regler”

### Andet

- Herudover henvises til [børnereglerne](#) og [det fælles turneringsreglement](#) for DBBF
- Der findes enkle ”pixi-udgaver” af reglerne for de enkelte årgange

Venlig hilsen DBBF's Spiller- og Klubudviklingsudvalg

