



THE GAME™

REGUŁY GRY FooBaSKILL

Marzec 2017

WPROWADZENIE

FooBaSKILL jest nową dyscypliną sportu, która została stworzona przez trzech szwajcarskich nauczycieli wychowania fizycznego. Łączy cechy piłki nożnej i koszykówki i jest rozgrywana nowatorską piłką SKILLTheBall, której budowa łączy piłkę do koszykówki i piłki nożnej.

Reguły gry zostały skrupulatnie przemyślane, aby rozwijać u dziecka:

- 1) Pięć zdolności koordynacyjnych (orientacja, reakcja, różnicowanie, rytm oraz równowaga)
- 2) Konstruowanie akcji ofensywnych (drugi ofensywny zamiar) oraz organizację w obronie w piłce nożnej
- 3) Zbiórki w ataku oraz obronie w koszykówce
- 4) Kreatywność
- 5) Zdolność zdobywania punktów
- 6) Wzmocnienie umysłowe

PODSTAWOWE REGUŁY

Specyfika FooBaSKILL polega na przemiennej pracy dolnej (piłka nożna) oraz górnej (koszykówka) części ciała. Zmiana dyscypliny następuje na poziomie linii środkowej boiska.

Na jednej połowie boiska znajdują się dwie bramki złożone z dwóch górnych części skrzyni gimnastycznej na których ustawiony jest pacholek lub bramka FooBaSKILL. Na drugiej połowie znajduje się kosz do koszykówki. Ściany końcowe oraz boczne stanowią pełnoprawną część boiska. W związku z czym, zawodnicy mogą odbijać od nich piłkę.

W tej grze rywalizują dwie drużyny składające się z czterech zawodników każda. Podczas pierwszej połowy, jedna drużyna broni bramek piłkarskich a atakuje kosz do koszykówki. W przerwie następuje zamiana ról na drugą połowę.

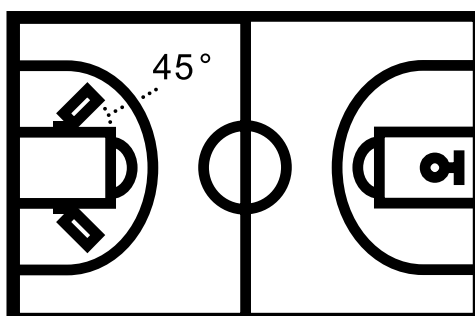
Podstawowe zasady są takie same co w przypadku piłki nożnej oraz koszykówki (patrz Reguła nr 5).

Punkty są przyznawane według reguły nr 6 niniejszego dokumentu.

REGUŁA N°1 – BOISKO

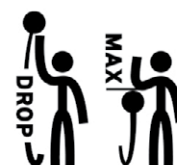
- 1.1. FooBaSKILL jest rozgrywana w sali gimnastycznej.
- 1.2. Linia środkowa musi być widoczna.
- 1.3. Linie boczne oraz końcowe nie stanowią granic boiska.

- 1.4. Ściany stanowią pełnoprawną część boiska. Odbijanie od ściany jest dozwolone w piłce nożnej jak i w koszykówce. Możliwe jest podanie do siebie samego od ściany; podanie do drugiego zawodnika od ściany; strzelenie gola przy pomocy ściany.
- 1.5. Sufit oraz wszelkiego typu zawieszane elementy nie stanowią części boiska.
- 1.6. Na jednej połowie boiska znajdują się dwie bramki złożone z dwóch górnych części skrzyni gimnastycznej na których ustawiony jest pacholek lub bramka FooBaSKILL. Ta konstrukcja stanowi bramki na części piłkarskiej. Na drugiej połowie znajduje się kosz do koszykówki.



REGUŁA N°2 – SKILLTheBall

Z uwagi na połączenie piłki nożnej i koszykówki, potrzebna jest piłka o odpowiedniej fakturze, wadze, rozmiarze, jakości strzału oraz odbicia. SKILLTheBall została specjalnie stworzona, aby spełnić powyżej wymienione kryteria. Jest stworzona z połączenia faktur od piłek do piłki nożnej oraz koszykówki.



Zalecenie:

W celu optymalnego wykorzystania właściwości SKILLTheBall, piłkę należy napompować zgodnie z nadrukowanymi na niej wytycznymi: 0.33-0.36 bar/4.8-5.2 psi. Patrz obrazek wyżej.

REGUŁA N°3 – LICZBA ZAWODNIKÓW

Rywalizują ze sobą dwie drużyny złożone z czterech zawodników każda.

Zalecenie:

Możliwe jest zwiększenie liczby zawodników do pięciu, w szczególności w przypadku najmłodszych zawodników.

REGUŁA N°4 – CZAS TRWANIA MECZU

4.1. Mecz jest złożony z dwóch pięciominutowych części.

4.2. W trakcie pierwszej połowy jedna z drużyn atakuje na bramki piłkarskie broniąc kosza do koszykówki. Następnie, na drugą połowę drużyny zamieniają się rolami.

REGUŁA N°5 – FAULE

5.1. Obowiązują reguły z piłki nożnej.

5.2. Obowiązują reguły koszykówki (błąd kroków, błąd podwójnego kozłowania, itp.).

5.3. Gra po faulu wznowiona jest w miejscu, w którym faul został popełniony.

5.4. Po faulu zawodnik kładzie piłkę przynajmniej jedną ręką na ziemi i natychmiast wznawia grę podaniem.

5.5. W przypadku strzału, którego celem jest strącenie pachołka lub strzał do bramki FooBaSKILL, piłka nie może przelecieć nad tymi elementami. W przeciwnym razie popełniony zostaje faul i piłka oddana jest obronie.

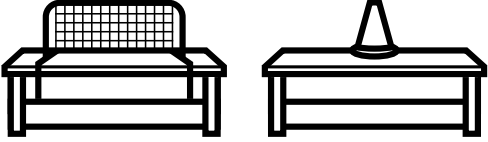

5.6. W FooBaSKILL zabronione są wślizgi.

5.7. Jeżeli piłka dotknie sufitu lub podwieszony elementu zostaje popełniony faul.

5.8. Jeżeli piłka odbije się od krawędzi tablicy koszykarskiej zostaje popełniony faul.

5.9. Jeżeli piłka odbije się od tyłu tablicy koszykarskiej lub od obramowania, które ją podtrzymuje zostaje popełniony faul.

REGUŁA N°6 – ZDOBYWANIE PUNKTÓW

	 <p style="text-align: center;">PIŁKA NOŻNA</p>	 <p style="text-align: center;">KOSZYKÓWKA</p>
1 PT.	Piłka dotyka dolnej części skrzyni z jakiegokolwiek boku. Zawodnicy mogą strzelać ze wszystkich stron skrzyni.	Piłka odbija się od tablicy i dotyka podłoża, nie dotykając kosza.
2 PT.	Piłka dotyka skrzyni po czym jest zatrzymana podeszwą przez strzelca lub drugiego zawodnika z drużyny zanim przekroczy linię środkową (drugi ofensywny zamiar). Jeżeli obrońca zatrzyma piłkę podeszwą przed napastnikiem, zostaje zdobyty jedynie jeden punkt.	Piłka odbija się od tablicy, nie dotyka kosza i zostaje złapana oburącz przez innego zawodnika z drużyny zanim odbije się od ziemi (zbiórka w ataku).
3 PT.	Pacholek zostaje strącony lub piłka przelatuje przez bramkę FooBaSKILL.	Piłka wpada do kosza.
0 PT.	<p>ŻADEN PUNKT NIE ZOSTAJE ZDOBYTY JEŻELI:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Piłka dotyka górnej części skrzyni. Gra nie zostaje przerwana. <p>UWAGA: W wypadku gola samobójczego przeciwnik zdobywa 1 punkt.</p>	<p>ŻADEN PUNKT NIE ZOSTAJE ZDOBYTY JEŻELI:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Piłka dotyka kosza podczas strzału. Gra nie zostaje przerwana. • Piłka odbija się od tyłu tablicy, od krawędzi tablicy lub od obramowania podtrzymującego kosz. Zostaje popełniony faul. • Piłka zostaje złapana oburącz przez przeciwnika zanim odbije się od ziemi (zbiórka w obronie). Gra toczy się dalej.
<p>PO ZDOBYTYM PUNKCIE: Wznowienie gry po zdobytym punkcie odbywa się jak najszybciej w miejscu przechwytytu piłki przez obrońcę. Zawodnik kładzie piłkę na ziemi przynajmniej jedną ręką i natychmiast wznawia grę podaniem.</p>		

REGUŁA N°7 – ROZPOCZĘCIE / WZNOWIENIE GRY

- 7.1. Rozpoczęcie meczu oraz drugiej połowy odbywa się w środku pola z piłką w ręku, przez drużynę która broni strony koszykarskiej. Każda z drużyn znajduje się na swojej połowie.
- 7.2. Wznowienie gry po zdobytym punkcie w piłce nożnej lub koszykówce odbywa się jak najszybciej w miejscu przechwyty piłki przez obrońcę. Zawodnik kładzie piłkę na ziemi przynajmniej jedną ręką i natychmiast wznawia grę podaniem

Zalecenie:

Osoba nadzorująca grę może pozwolić na «wolne» pierwsze podanie nie przekraczające linii środkowej boiska aby ułatwić grę po zdobytym punkcie