

به یاری اهورامزدا

آیین نامه بسکتبال

پیکارهای بسکتبال در یک بخش آقایان برگزار می شود. این پیکارها طبق قوانین فدراسیون بسکتبال جمهوری اسلامی ایران و همچنین فدراسیون بین المللی بسکتبال (FIBA) برگزار می گردد، که در ادامه به برخی از قوانین به روز رسانی شده در سال های اخیر اشاره می شود. عدم ذکر مواردی از قوانین بسکتبال در این آیین نامه، دلیل بر نبودن آن مورد نمی باشد و شرکت کنندگان موظفند برای آگاهی یافتن کامل از قوانین بسکتبال به دفترچه ی قوانین و مقررات بسکتبال منتشر شده توسط فدراسیون بین المللی بسکتبال (FIBA) مراجعه نمایند.

پوشش ورزشکاران:

آقایان:

- بازیکنان هر تیم باید دارای پیراهن و شلوارک یک رنگ و یک شکل باشند. جلو و عقب پیراهن و شلوارک باید یک رنگ باشد.
- پوشیدن پیراهن آستین دار مجاز نیست.
- پایین پیراهن باید در داخل شلوارک قرار گیرد.
- پوشیدن تی شرت در زیر پیراهن مجاز نیست، مگر اینکه با مجوز کتبی پزشک و هم رنگ پیراهن باشد و این مورد به تایید داور بازی برسد.
- استفاده از عینک طبی مجاز نیست. در صورت نیاز از عینک ورزشی و لنز استفاده نمایید.

قوانین عمومی پوشش ورزشکاران:

- ✓ پیراهن های یک تیم باید یک رنگ و ساده باشند.
- ✓ لباس ها از عدد چهار تا پانزده شماره گذاری می شوند. شماره های جلوی پیراهن ده سانتی متر و شماره های پشت پیراهن بیست سانتی متر عرض دارند. رنگ شماره باید از رنگ پیراهن متمایز و بصورت چاپ شده باشد.
- ✓ شماره ی لباس ها انگلیسی باشند.
- ✓ شماره ها باید برای منشی و داوران، واضح و قابل رویت باشند. تبلیغات روی پیراهن هنگامی مجاز است که مانع دیدن شماره بازیکن نشود.



✓ بازیکنان باید با شماره‌ی ثابت در تمامی پیکارها شرکت کنند.

✓ توصیه می‌شود تیم‌ها دو رنگ لباس (تیره و روشن) به همراه داشته باشند.

قوانین عمومی بسکتبال :

۱- هر تیم از ۱۲ بازیکن تشکیل شده که ۵ نفر اصلی و ۷ نفر ذخیره هستند که می‌توانند سه همراه شامل یک سرپرست، یک مربی و یک تدارکات داشته باشند.

۲- در بخش آقایان از توپ سایز ۷ استفاده می‌شود.

۳- منطقه‌ی ۳ امتیازی: فاصله‌ی خط پرتاب ۳ امتیازی ۶/۷۵ متر از تخته حلقه می‌باشد.

۴- منطقه‌ی ۳ ثانیه: منطقه‌ی ۳ ثانیه منطقه‌ی مستطیل شکلی است که روی زمین مسابقه مشخص می‌شود.

۵- نیم‌دایره بدون شارژ: نیم‌دایره بدون شارژ باید در زیر سبد ترسیم شود. فاصله‌ی داخلی این نیم‌دایره از مرکز سبد (روی زمین) باید ۱/۲۵ متر باشد. در صورتی که بازیکن مهاجم با مدافعی که در نیم‌دایره بدون شارژ (خطای حمله) ایستاده است برخورد کند، خطای شارژ اعلام نخواهد شد.

۶- زمان بازی: از ۴ کوارتر ۱۰ دقیقه‌ای تشکیل می‌شود. هر تیم مجاز است در نیمه اول ۲ و در نیمه دوم ۳ تایم استراحت یک دقیقه‌ای داشته باشد.

۷- قانون ۳ ثانیه: زمانی که تیم حمله‌کننده کنترل توپ را در زمین تیم دفاع‌کننده، موقعی که ساعت در جریان باشد، در اختیار دارد، هیچ یک از نفرات آن تیم نمی‌تواند بیش از مدت سه ثانیه در منطقه‌ی مستطیل حریف و یا روی خطوط مستطیل باقی بماند.

۸- قانون ۸ ثانیه: زمانی که یک تیم توپ را در زمین خودی تحت کنترل می‌گیرد، باید در عرض ۸ ثانیه توپ را به زمین حمله بفرستد. تخطی از این قانون، تخلف «هشت ثانیه» محسوب می‌شود و داور توپ را در اختیار تیم مقابل قرار خواهد داد.

۹- قانون ۲۴ ثانیه: زمان مالکیت توپ برای هر تیم در آغاز موقعیت حمله، ۲۴ ثانیه است. نزدیک به انتهای زمان ۲۴ ثانیه اگر اقدام به شوت شود و توپ با حلقه برخورد کند، ۱۴ ثانیه از اول شروع می‌شود، در غیر اینصورت، تخلف صورت گرفته است و سوت " ۲۴ ثانیه " به صدا در می‌آید.



اگر بازی به علت خطا یا تخلف (به جز تخلف اوت) توسط تیمی که کنترل توپ را در اختیار ندارد، متوقف شود و مالکیت توپ در زمین حمله به همان تیمی که قبلاً کنترل توپ را در اختیار داشته واگذار شود، دستگاه ۲۴ ثانیه به شرح زیر شروع به کار می‌کند:

- اگر در زمان توقف بازی ۱۴ ثانیه یا بیشتر بر روی دستگاه ۲۴ ثانیه نشان داده شود، دستگاه ۲۴ ثانیه reset نمی‌شود و از همان زمان متوقف شده ادامه پیدا می‌کند.
- اگر در زمان توقف بازی ۱۳ ثانیه و یا کمتر بر روی دستگاه ۲۴ ثانیه نشان داده شود، دستگاه ۲۴ ثانیه از ۱۴ شروع به کار می‌کند (به ۱۴ ثانیه reset می‌شود).

۱۰- امتیاز مساوی و وقت اضافی: در صورت مساوی بودن امتیاز در پایان نیمه‌ی دوم، بازی با وقت اضافی ۵ دقیقه‌ای ادامه می‌یابد. در صورت تساوی مجدد، ۵ دقیقه‌های اضافی به همین ترتیب تکرار می‌شود. قبل از شروع هر ۵ دقیقه وقت اضافی، ۲ دقیقه برای استراحت منظور می‌شود. هر ۵ دقیقه مثل شروع دو نیمه، با مالکیت تناوبی آغاز می‌گردد. در وقت اضافی، تیم‌ها با همان حلقه نیمه دوم یا دوره‌ی چهارم، بازی را دنبال خواهند کرد.

۱۱- تعویض بازیکنان: تعداد تعویض‌ها در بسکتبال محدودیت ندارد، ولی انجام تعویض در شرایط زیر مجاز نیست:

- ✓ بعد از گل شدن توپ (مگر اینکه تیمی که گل خورده است درخواست تایم استراحت کند و یا این که خطایی اعلام شود).
- ✓ زمانی که توپ در بازی به جریان بیفتد و همچنین در مرحله‌ی پرتاب پنالتی.
- ✓ در بین پرتاب‌های پنالتی، مگر اینکه بین پرتاب‌ها خطا انجام شود.

۱۲- قانون دبل (Double): دریبیل کردن از زمانی شروع می‌شود که بازیکن کنترل توپ را در اختیار گرفته و با انداختن و زدن آن در تماس با زمین دوباره آن را قبل از اینکه به بازیکن دیگری برخورد کند با دو دست لمس نماید. زمانی دریبیل خاتمه می‌پذیرد که با دو دست آن را بگیرد. زمانی که توپ با دست دریبیل‌کننده در تماس نیست، تعداد گام‌های برداشته محدود نخواهد بود. بازیکن مجاز نیست پس از خاتمه دریبیل، برای بار دوم اقدام به دریبیل نماید. در صورتی که این عمل را انجام دهد مرتکب تخلف دبل شده است.

۱۳- قانون رانینگ (Traveling): بازیکنی که توپ را در اختیار دارد می‌تواند یک پای خود را به هر سمتی که می‌خواهد، حرکت دهد در صورتی که پای دیگرش که آن را پای «پیوت» می‌نامند، ثابت باشد.

رانینگ حرکتی است که بازیکن صاحب توپ در داخل زمین یک یا دو پای خود را بدون توجه به محدودیت فوق حرکت دهد یا گام‌های او با دریبیل‌های بازیکن تناسب نداشته باشد.



۱۴- قانون نیمه (برگشت توپ به زمین دفاعی): زمانی که یک بازیکن در زمین حریف مالکیت توپ را در اختیار می‌گیرد، نباید توپ را به زمین دفاعی (زمین خودی) برگرداند. این امر یک تخلف است و توپ در اختیار تیم مقابل قرار خواهد گرفت.

۱۵- خطای تماس با توپ پرتاب شده: بازیکنان مدافع و مهاجم، توپی را که برای شوت رها شده و در حال پیمودن قوس نزولی است و کاملاً بالای استوانه حلقه قرار دارد نباید لمس کنند یا بزنند. همچنین بازیکنان زمانی که توپ به تخته برخورد می‌کند و در بالای سطح حلقه است، مجاز به لمس توپ نیستند. در غیر این صورت، مرتکب تخلف شده‌اند که سخت‌ترین جریمه‌ی آن پذیرش امتیاز پرتاب است.

۱۶- خطای شخصی: خطایی را که بازیکنی بر روی بازیکن حریف، چه با توپ و چه بدون توپ انجام می‌دهد، خطای شخصی گویند. بازیکن مجاز نیست که بازیکن حریف را در موقع پیشروی، توسط دست، آرنج، شانه، باسن، زانو یا پاهایش با استفاده از اعمال گرفتن، سد کردن، هل دادن یا خطای شارژ متوقف کند یا مانع او شود و یا با خم کردن بدن خود در حالت خارج از تعادل، اعمال خشونت کند یا تخلف نماید.

۱۷- خطای طرفین: خطای طرفین حالتی است که همزمان دو بازیکن روی یکدیگر خطا انجام دهند که در این حالت توپ توسط داور بین دو بازیکن جمبال (jump-ball) می‌شود.

۱۸- خطای غیرورزشی: خطایی را که بدون توجه به روحیه ورزش و اجرای قانون، چه با توپ و چه بدون توپ انجام شود، خطای غیرورزشی گویند. برخورد شدید با بازیکن، نگاه داشتن، زدن و هل دادن معمولاً خطای غیرورزشی است و جریمه‌ی آن دو پرتاب آزاد همراه با مالکیت توپ می‌باشد.

۱۹- خطای فنی: این خطا در صورت انجام موارد زیر تحقق می‌یابد:

- ✓ بی‌احترامی یا برخورد با داوران زمین یا داوران میز
- ✓ استفاده از الفاظ یا حرکات ناصحیح برای تحریک تماشاچیان
- ✓ ایجاد اختلال با حرکات دست در جلوی چشم بازیکن
- ✓ تاخیر در بازی در زمانی که باید بازی از بیرون به جریان بیافتد
- ✓ بالا نبردن دست به هنگام خطا در صورت تقاضای داور
- ✓ آویزان شدن از حلقه
- ✓ حرکت دادن تخته و حلقه به طوری که مانع گل زدن حریف شود
- ✓ و ...

جریمه‌ی خطای فنی، دو پرتاب آزاد همراه با مالکیت توپ است. خطای فنی برای مربیان، ذخیره‌ها و همراهان نیز وجود دارد که جریمه‌ی آن مشابه بازیکنان است.



تذکر: خطای فنی، وقت استراحت بین دو نیمه و وقت‌های اضافی را نیز در بر می‌گیرد.

۲۰- **خطای دیسکالیفه (اخراج):** هرگونه تکرار خطای غیرورزشی، خطای فنی توسط بازیکن، خطای فنی مربی، بازیکنان ذخیره یا همراهان تیم، خطای دیسکالیفه می‌باشد. بازیکن، مربی، ذخیره یا همراه تیم پس از دیسکالیفه باید حتماً زمین بازی را ترک کند. جریمه‌ی دیسکالیفه علاوه بر اخراج، دو پرتاب آزاد همراه با مالکیت توپ می‌باشد.

تذکر: هر ۳ خطای فنی، سبب دیسکالیفه‌ی بازیکن مربوطه می‌شود.

۲۱- **قانون چهار خطا:** هرگاه یک تیم چهارخطای شخصی (در مجموع) در یک دوره انجام دهد. تمامی خطاهای شخصی انجام شده بعد از چهارمین خطای تیمی، در هر دوره با دو پرتاب آزاد جریمه خواهد شد و پرتاب‌ها را بازیکنی که روی او خطا اتفاق افتاده انجام خواهد داد. تمامی خطاهای انجام شده در وقت اضافی جزء خطاهای نیمه‌ی دوم محسوب خواهد شد. جریمه‌ی خطا بر روی بازیکن در حال پرتاب سه امتیازی، سه پرتاب خواهد بود.

۲۲- **قانون پنج خطا:** در بازی‌هایی که در چهار وقت ده دقیقه‌ای برگزار می‌گردد، بازیکن پس از انجام ۵ خطا باید زمین را ترک کند و تا ۳۰ ثانیه بعد، یک بازیکن دیگر جایگزین وی می‌گردد.

۲۳- **دست زدن داور به توپ:** داور باید توپ را در هر دو زمین دفاعی و حمله، زمانی که تخلف و یا خطایی روی می‌دهد یا اوت می‌شود، خارج کند (یعنی لمس نماید). بنابراین شروع مجدد بازی در هر شرایطی باید توسط داور باشد.

۲۴- **حرکت مجاز بازیکن در موقع انداختن توپ به داخل زمین پس از گرفتن از داور:** بازیکن در موقع انداختن توپ به داخل زمین از خط کناری، موقعی که از داور توپ را تحویل می‌گیرد از نقطه‌ی بالا گفته شده، فقط می‌تواند یک قدم به هر طرف حرکت نماید. بیش از یک قدم تخلف محسوب شده و جریمه‌ی آن واگذاری مالکیت توپ به تیم مقابل خواهد بود.

۲۵- **کورمال کردن:** عمل کورمال کردن (یعنی دست روی توپ کشیدن) قانونی بوده و دبل محسوب نمی‌شود. چنانچه این عمل در اول و یا در آخر دربیبل انجام گردد قانونی خواهد بود.

قوانین انضباطی:

- ✓ همراه داشتن کارت عکس‌دار پیکارها برای تمامی تیم‌ها الزامی می‌باشد.
- ✓ افراد بدون کارت حق ورود به زمین مسابقه و نشستن روی نیمکت را نخواهند داشت. اعضای تیم شامل یک سرپرست، یک مربی و بازیکنان می‌باشد.



- ✓ رابط تیم‌ها با کمیته‌ی برگزاری لیگ ورزشی کانون دانشجویان زرتشتی تنها سرپرست تیم‌ها هستند.
 - ✓ سرپرست تیم موظف است حداقل بیست دقیقه قبل از شروع مسابقه، اسامی تمامی بازیکنان، کاپیتان، پنج نفر بازیکن شروع کننده و مربی را به میز منشی ارائه نماید.
 - ✓ کاپیتان، در صورت لزوم، نماینده‌ی تیم در زمین خواهد بود، او با رفتار شایسته در زمان مناسب باید اطلاعات لازم را از داور کسب کند. در صورت عدم حضور مربی، کاپیتان به عنوان مربی می‌تواند انجام وظیفه نماید.
 - ✓ ورزشکاران باید به موقع در زمان اعلام شده از سوی کمیته‌ی برگزاری در محل پیکارها حضور یابند در غیر این صورت عواقب تاخیر و دیرکرد بر عهده‌ی تیم می‌باشد. تاخیر بیش از ۱۵ دقیقه به منزله باخت تیم غایب می‌باشد.
 - ✓ کمیته‌ی برگزاری هیچ گونه مسئولیتی در قبال وسایل شرکت کنندگان ندارد.
 - ✓ استفاده از هر وسیله‌ای که به خود بازیکن یا دیگر بازیکنان، از نظر داور آسیب برساند ممنوع می‌باشد.
 - ✓ استفاده از هرگونه زیورآلات، ساعت و ... غیرمجاز می‌باشد.
 - ✓ تمامی بازیکنان، مربیان، سرپرستان و عوامل تیم‌ها موظف به رعایت شئونات اخلاقی و رفتارهای ورزشی می‌باشند. در صورت عدم رعایت شرایط و ضوابط لیگ ورزشی کانون دانشجویان زرتشتی محرومیت‌های احتمالی از طرف کمیته‌ی برگزاری متوجه افراد خاطی و یا تیم می‌باشد.
 - ✓ از جمله تخلفات بازیکنان شامل موارد زیر می‌باشد:
 - انتقاد و اعتراض به تصمیم داوران و بحث کردن بیش از اندازه
 - رفتار ناشایست نسبت به داوران و یا بازیکنان (خودی یا مقابل) و دیگر افراد که در مسابقه حضور دارند
 - رفتار ناشایست و غیرمودبانه و مغایر با روحیات ورزشی
 - خارج شدن یا وارد شدن به زمین بازی بدون اجازه داوران و دیگر رفتارهای غیرورزشی و ناشایست مانند فریب داور، گرفتن ژست‌های نامناسب، دست زدن جهت تمسخر داوران
 - توهین به زبان، فرهنگ و نژاد افراد حاضر در زمین
- در صورت مشاهده‌ی هرگونه رفتار غیرورزشی از سوی بازیکنان یا طرفداران، بر اساس آیین‌نامه‌ی اجرایی لیگ ورزشی کانون دانشجویان زرتشتی با شخص یا تیم خاطی برخورد می‌شود.

کانون دانشجویان زرتشتی

