



**basketbal**  
vlaanderen

---

## Spelregels U8

Spelvorm 3 tegen 3

---

2022-2023

# Inhoudstafel

Spelregels U8 spelvorm 3tegen3 2022-2023	
2022-2023 .....	1
Inhoudstafel .....	2
1. Aantal spelers per ploeg / deelname .....	3
2. Speelveld .....	3
3. Hoogte basketring .....	4
4. Bal .....	4
5. Begin van de wedstrijd .....	4
6. Wedstrijdduur – rust .....	4
7. Time-outs.....	5
8. Vervangingen.....	5
9. Vrije worpen .....	6
10. Scores .....	6
11. Sprongbal.....	6
12. Beschermd balbezit .....	6
13. 5"/ 8"/ 24"-regel.....	7
14. Terugspeelbal en 3"-regel .....	7
15. Verdediging .....	7
16. Fouten .....	7
17. Scheidsrechter .....	7
18. NIEUW: Digitaal wedstrijdformulier .....	7

## 1. Aantal spelers per ploeg / deelname

### Spelvorm '2x 3T3'

Een ploeg moet **min. 6 en mag max. 12 spelers/spelsters** op het wedstrijdblad schrijven. Elke ploeg wordt in 2 groepen gedeeld. Gedurende de speeltijd moeten er van elke groep steeds 3 spelers zich op het speelveld bevinden.

De U8 competitie is voor spelers/spelsters van de **geboortejaren °2016 & °2015**. Sterke jongere spelers kunnen aansluiten als ze het niveau aankunnen.

### Uitzondering 'beginnende speler/spelster' U8:

Per U8 ploeg kunnen **maximaal 2 'beginnende spelers/spelsters' van geboortjaar °2014 mét uitzonderingsattest** meespelen per competitiewedstrijd. Idealiter schuift de speler/spelster door naar U10 vanaf januari.

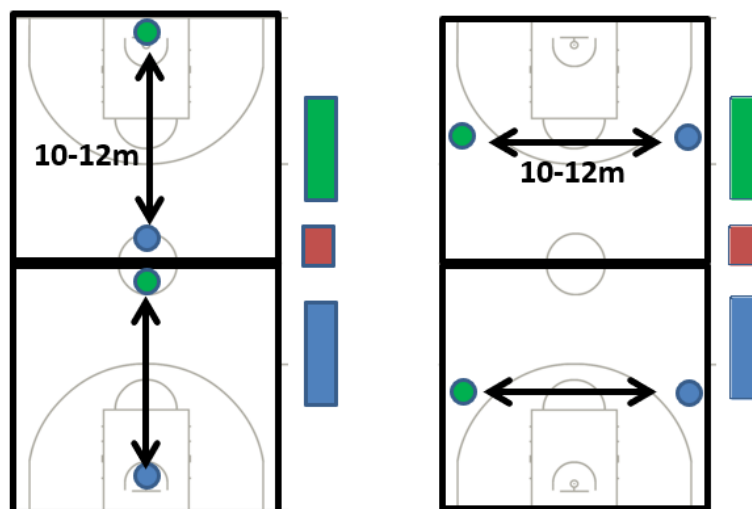
Een uitzondering 'beginnende speler/spelster' dient **steeds aangevraagd te worden via [uitzonderingen@basketbal.vlaanderen](mailto:uitzonderingen@basketbal.vlaanderen)** met als onderwerp 'Uitzondering U8'. Bij goedkeuring krijgt de club een attest voor de beginnende speler/spelster, dat voorgelegd moet worden aan de wedstrijdtafel bij aanvang van de wedstrijd.

Een speler/spelster wordt gezien als 'beginnende speler/spelster' als hij/zij bij aanvang van de competitie **maximaal 1 basketbalseizoen aangesloten** is bij Basketbal Vlaanderen. Dit betekent concreet dat bij de start van de competitie 2022-2023 de speler voor het eerst aangesloten werd bij Basketbal Vlaanderen NA 1/7/2021.

## 2. Speelveld

De wedstrijden worden gespeeld op de helft van een basketbalterrein. Dit betekent dat de afstand van ring tot ring 10-12 meter dient te zijn.

### Spelvorm 2x 3T3



Groen: Bezoekende ploeg – Ring & Bank / Blauw: Thuisploeg – Ring & Bank / Rood: Wedstrijdtafel

Meer info vind je in het [‘reglement het speelveld, de uitrusting en de labeling’](#).

### 3. Hoogte basketring

De hoogte van de basketbalring bedraagt 2.60 meter.

### 4. Bal

De U8 spelen met bal maat 4.

### 5. Begin van de wedstrijd

Elke wedstrijd begint met een inworp aan de eindlijn het verst verwijderd van het aanvallende doel door de thuisploeg.

#### Tip voor coaches:

Het is van belang dat er een goede verstandhouding tussen de coaches en eventuele Youth of Junior Official is in het belang van de spelers/spelsters. Maak vooraf afspraken met elkaar, zodat misverstanden en ergernissen vermeden worden.

Vlak voor de wedstrijd, gaan de 3 startende spelers/spelsters van beide ploegen tegenover elkaar staan om af te spreken wie op wie zal verdedigen.

### 6. Wedstrijdduur – rust

De U8 spelen 2 helften die elk bestaan uit 2 quarters. Tussen de 2 helften is er een pauze van 10-15’:

- Elk quarter bestaat uit 2 periodes van 6’, met na elk periode geen echte rust/pauze maar wel een korte tijd om de nieuwe spelers op te stellen.
- Tussen Quarter 1 en 2 is er een rust voorzien van 2 minuten. Ook tussen Quarter 3 en 4 is er een rust voorzien van 2 minuten.
- Na Quarter 2 is de eerste helft gespeeld en is er een pauze van 10-15 minuten.

Bij de start van Quarter 3 wordt er van speelhelft gewisseld. De spelers scoren m.a.w. aan het andere doel in Quarter 3 en 4.

Na de wedstrijd verzamelen alle spelers aan 1 doel en nemen ze om de beurt een vrijworp/shot (op een door de trainers te bepalen afstand). Ze staan met beide ploegen aan hetzelfde doel en gaan naar 20 scores. Bij tijdsgebrek kan hier flexibel mee omgesprongen worden en bv. toegestaan worden om elke speler 2 shots te laten nemen.

Eerste helft							Tweede helft							Afsluiter	
Quarter 1			Rust	Quarter 2			Rust	Quarter 3			Rust	Quarter 4			Vrijworpen
P1	Rust	P2		P3	Rust	P4		P5	Rust	P6		P7	Rust	P8	
6’	1’	6’	2’	6’	1’	6’	10’	6’	1’	6’	2’	6’	1’	6’	

### Spelvorm 2x 3T3

Men verdeelt de ploeg in 2 groepen. De eerste groep start op terrein 1, de tweede groep op terrein 2. In het geval dat er 1 coach per ploeg is, staat er maar 1 coach per terrein. Elke coach begeleidt BEIDE groepen met nadruk op offense. Tussen elke periode worden de spelers/speelsters aangeduid met behulp van het slangensysteem (zie 7. Vervangingen).

In het geval dat elke ploeg 2 coaches kan/wil voorzien, coacht elke coach 1 groep van zijn ploeg. De (hoofd)coach staat op het terrein dat grenst aan de bank van de eigen ploeg.

Na een quarter wisselen de spelers/speelsters van terrein zodat de coach(en) de kans krijgt(en) om alle spelers te begeleiden. In de rust mogen de groepen en de volgorde van de slang gewijzigd worden (zie 7. Vervangingen).

#### Tip:

Op [www.basketbal.vlaanderen/minibasketbal](http://www.basketbal.vlaanderen/minibasketbal) vind je enkele nuttige documenten.

**“Opleiden is belangrijker dan winnen” moet het uitgangspunt zijn.**

## 7. Time-outs

Een coach heeft geen time-outs maar loopt op het terrein en kan dus zo op elk moment het spel even stil leggen voor opbouwende feedback.

## 8. Vervangingen

De speelvolgorde wordt bepaald door het slangensysteem en de samenstelling van de ploegen.

Op [www.basketbal.vlaanderen/minibasketbal](http://www.basketbal.vlaanderen/minibasketbal) vindt u een sjabloon om uw slangensysteem op voorhand te bepalen. Zwarte/blauwe kleur betekent terrein 1, rood terrein 2.

### Spelvorm 2x 3T3

LIC	SPELER		Quarter 1		Quarter 2		SPELER	Quarter 3		Quarter 4	
			1	2	1	2		1	2	1	2
	TERREIN 1										
	TERREIN 2										
15	Enes	4	X		X			X			X
15	Polina	12	X		X			X			X
14	Alexander	5	X		X			X			X
15	Hanne	15		X		X			X		X
14	Anton	13		X		X			X		X
14	Juliette	7		X		X			X		X
14	Sam	11	X	X		X			X		X
15	Jules	8	X			X	X		X		X
15	Omar	9	X			X			X	X	
15	Lois	10		X		X			X		X
15	Nour	6		X		X			X		X

Voorbeeld U8 – opstelling 11 spelers ZONDER verandering tijdens de pauze

LIC	SPELER		Quarter 1		Quarter 2		SPELER		Quarter 3		Quarter 4	
			1	2	1	2			1	2	1	2
	TERREIN 1											
	TERREIN 2											
15	Enes	4	X		X		Nour	6	X		X	
15	Polina	12	X		X		Polina	12	X		X	
14	Alexander	5	X		X		Anton	13	X		X	
15	Hanne	15		X		X	Juliette	7		X		X
14	Anton	13		X		X	Sam	11		X		X
14	Juliette	7		X		X	Jules	8		X		X
14	Sam	11	X	X		X	Enes	4	X	X		X
15	Jules	8	X		X	X	Alexander	5	X		X	X
15	Omar	9	X		X		Hanne	15	X		X	
15	Loïs	10		X	X		Omar	9		X	X	
15	Nour	6		X		X	Loïs	10		X		X

Voorbeeld U8 – opstelling 11 spelers MET verandering tijdens de pauze

## 9. Vrije worpen

Bij een fout op een doeler worden **geen vrijworpen** toegekend. De aanvaller krijgt de bal terug aan de eindlijn van het aanvallend vlak voor een inworp.

## 10. Scores

De scores zijn **NIET belangrijk** en worden **NIET genoteerd** op het wedstrijdblad en ook **NERGENS getoond**.

## 11. Sprongbal

Bij een sprongbal-situatie gaat het balbezit steeds naar de ploeg die in aanval was. Dit wordt gedaan door een inworp aan de zijlijn ter hoogte van de plaats waar de situatie zich voordeed.

## 12. Beschermd balbezit

De regel van beschermd balbezit is in voege. Beschermd balbezit wil zeggen dat de **bal niet uit de handen getrokken of geslagen** mag worden wanneer een speler stil staat met de bal.

De speler in balbezit krijgt 10<sup>1</sup> om een beslissing te maken. Nadien gaat de bal naar de coach of scheidsrechter en wordt de bal ingegeven aan de zijlijn door de verdedigende speler. Het principe van beschermd balbezit wordt strikt toegepast bij U8 spelers.

De **bal mag afgenomen worden bij dribbel of pas** wanneer de bal 'los' uit de handen van de aanvaller is<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Dit is een subjectieve tijd. Men geeft de speler een waarschuwing en dan pas kan men de regel toepassen en de bal geven aan de tegenpartij. Doel van deze regel is het vermijden dat een speler blijft staan als een standbeeld met de bal voor de buik of boven het hoofd. Indien de aanvaller de bal beweegt (parabool) mag men de bal niet afnemen; het is dan aan de verdediger om de bal te leren spiegelen en een slechte pas af te dwingen.

<sup>2</sup> Opgelet met fouten, wanneer een verdediger slaat naar de bal. Probeer "reaching" niet toe te staan.

## 13.5"/ 8"/ 24"-regel

De 24"-regel is **NIET** van toepassing voor de U8.

De 8"-regel is **NIET** van toepassing voor de U8.

De 5"-bepierking bij een inworp is **NIET** van toepassing voor de U8.

## 14. Terugspeelbal en 3"-regel

De regel met betrekking tot het terug spelen van de bal over de middellijn ("retour") is **NIET** van toepassing bij U8.

De 3"-regel is **NIET** van toepassing voor de wedstrijden van U8.

## 15. Verdediging

Elke ploeg is **VERPLICHT** te verdedigen in een man-to-man verdediging.

Een zone verdediging of open denial is **NIET** toegestaan.

Indien een ploeg zone of open denial speelt, mag dit bestraft worden met een technische fout voor de coach<sup>3</sup>.

Na een score is de verdediging **VERPLICHT** om terug te keren op de eigen verdedigende helft.

## 16. Fouten

Persoonlijke fouten worden niet bijgehouden. Alle persoonlijke fouten worden bestraft met een inworp aan de zijlijn of eindlijn.

## 17. Scheidsrechter

De wedstrijd wordt normaal begeleid door de coach. Men mag echter ook de begeleiding voorzien door 1 Youth Official en/of 1 Junior Official (minimaal 14 jaar).

## 18. NIEUW: Digitaal wedstrijdformulier

Vanaf seizoen 2021-2022 wordt er bij U8 ook gebruik gemaakt van een digitaal wedstrijdformulier. Zie website: [www.basketbal.vlaanderen/digitaalwedstrijdformulier](http://www.basketbal.vlaanderen/digitaalwedstrijdformulier)