

24 sekunders regeln

PRAKTISKT ARBETSSÄTT UNDER MATCH

Uppdaterad 2024-08-13

Syftet med regeln är att ett anfall inte ska pågå i evighet...

Förenklat gäller...

Man får 24 sekunder på sig att skjuta, så att det blir poäng eller att bollen nuddar ringen.

Tar man returen, så att man kan fortsätta anfalla, får man bara 14 sekunder på sig att skjuta igen (för då är man ju redan på motståndarens planhalva).

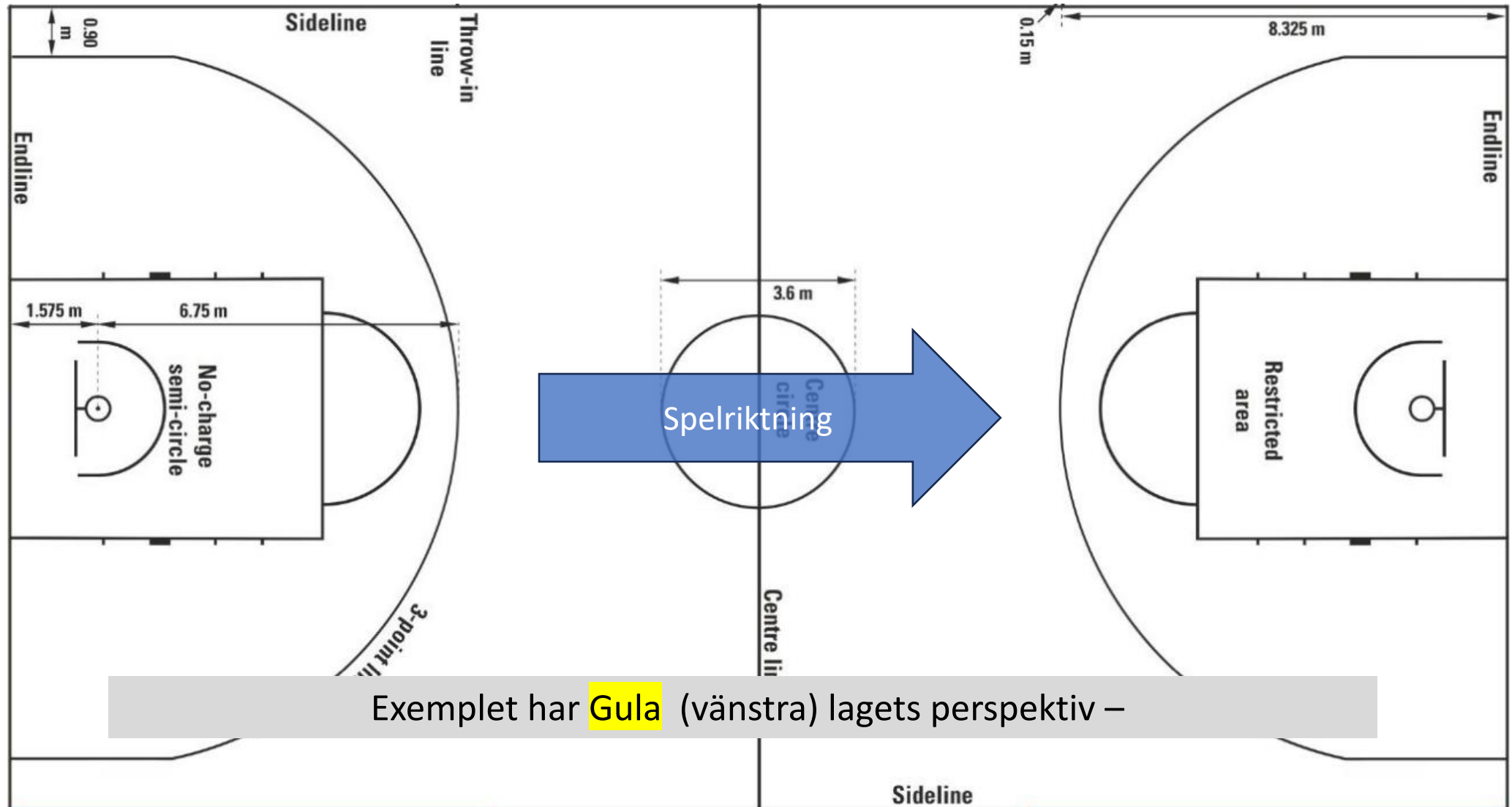
Tiden börjar räknas när ett lag får kontroll över bollen på planen, och slutar räknas i praktiken när domaren stoppar matchen.

Det är **ALLTID** domarens signal som gäller. – Trots att ”skottklockan” signalerat att tiden är ute! – Spelet fortsätter tills domaren blåser av.

Vår exempelplan

Gul Planhalva

Blå Planhalva – Här gör **Gula** mål!

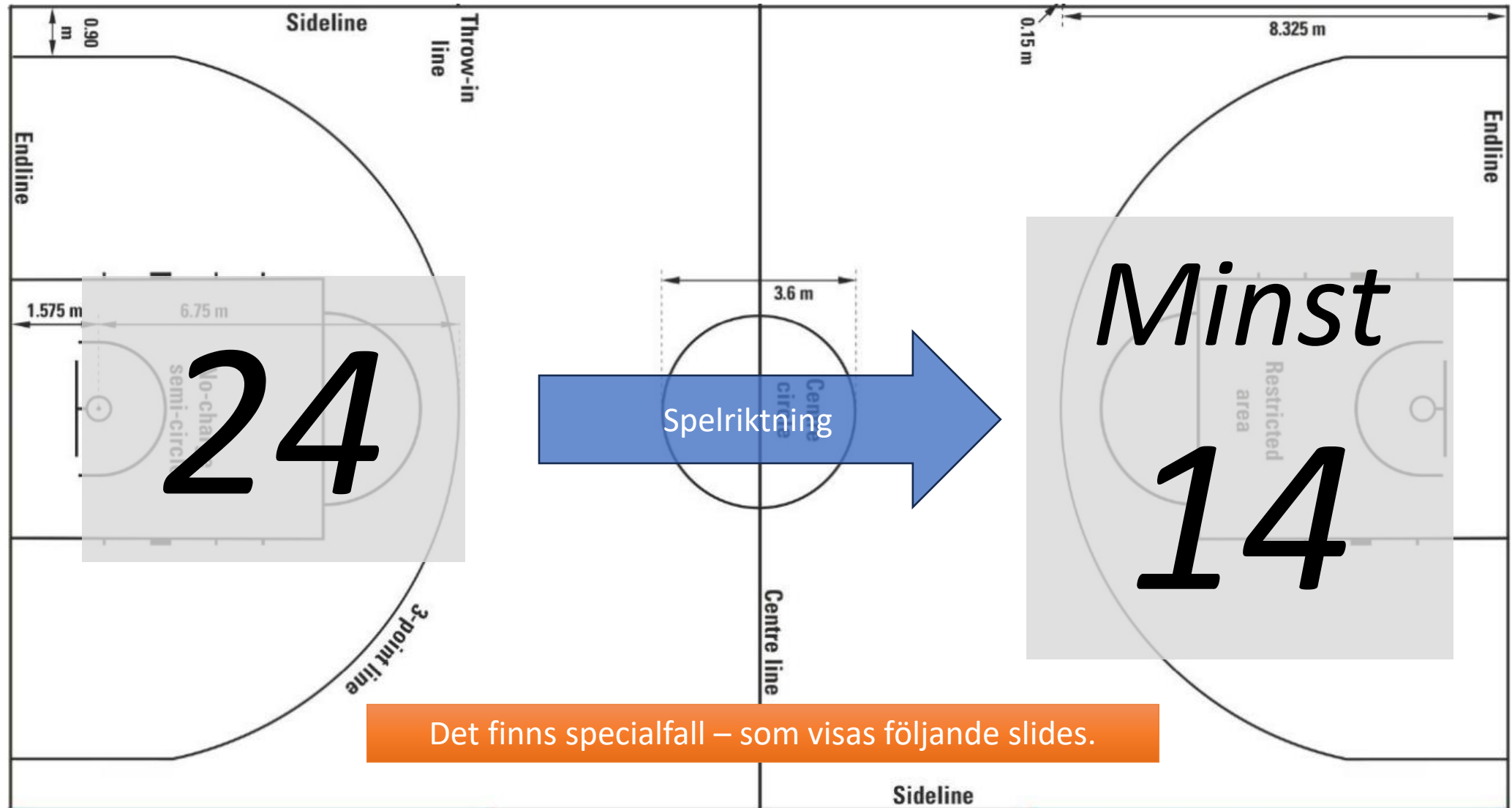


Exemplet har **Gula** (vänstra) lagets perspektiv –

Generellt gäller – vad ska skottklockan ställas till?

Gul Planhalva

Blå Planhalva – Här gör **Gula** mål!



Minst 14 sekunder?

Har laget **fler** än 14 sekunder kvar på skottklockan, så behåller laget de.

Har laget **färre** än 14 sekunder kvar på skottklockan, får laget 14 nya sekunder.

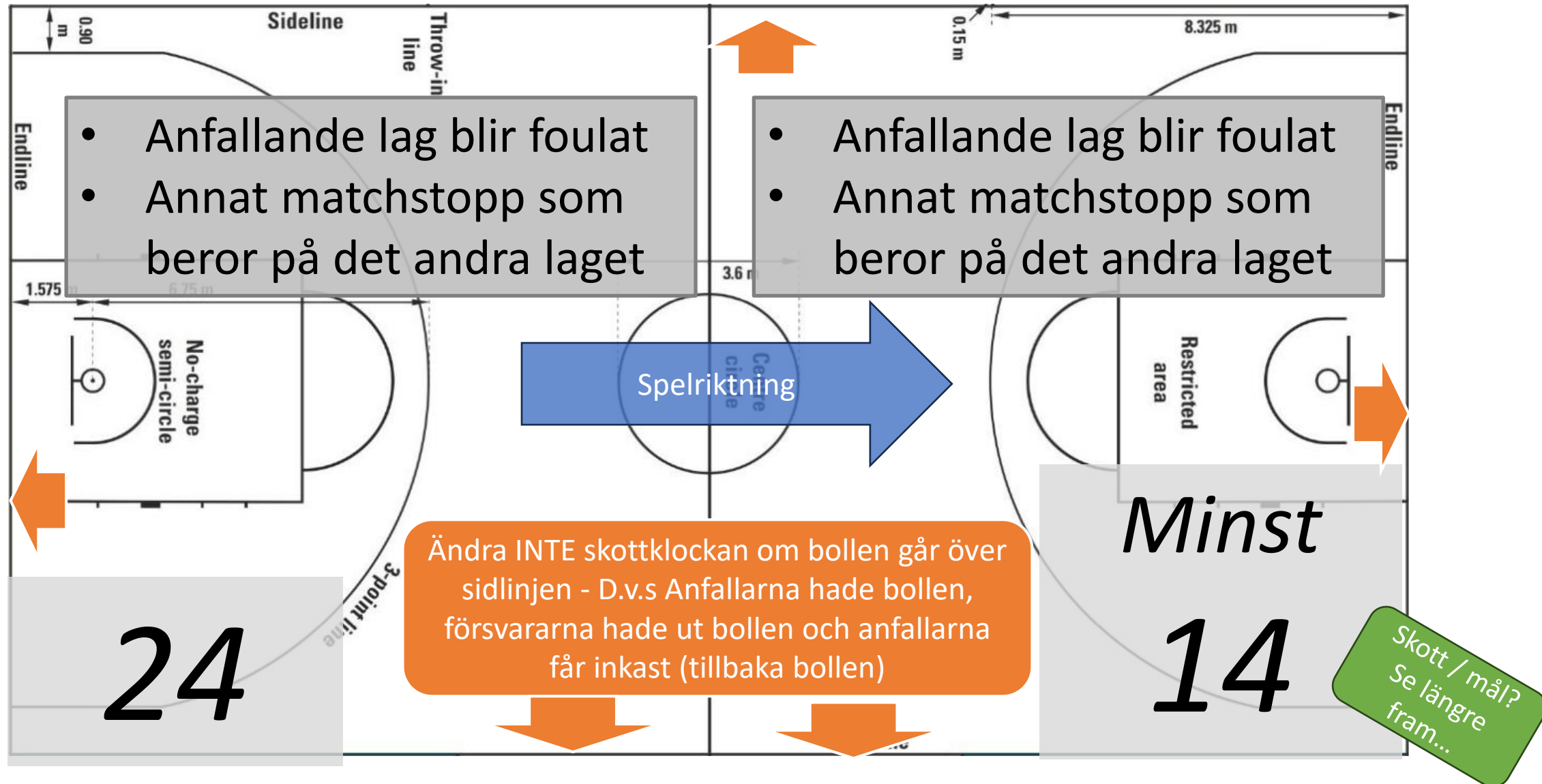
Ex.

- 1) Laget har 17 sekunder kvar. Då behåller de sina 17 sekunder. Ändra inte skottklockan.
- 2) Laget har 6 sekunder kvar. Då får laget 14 NYA sekunder. Skottklockan ställs till 14 sekunder.

Anfallande lag behåller bollen efter avblåsning

Gul Planhalva

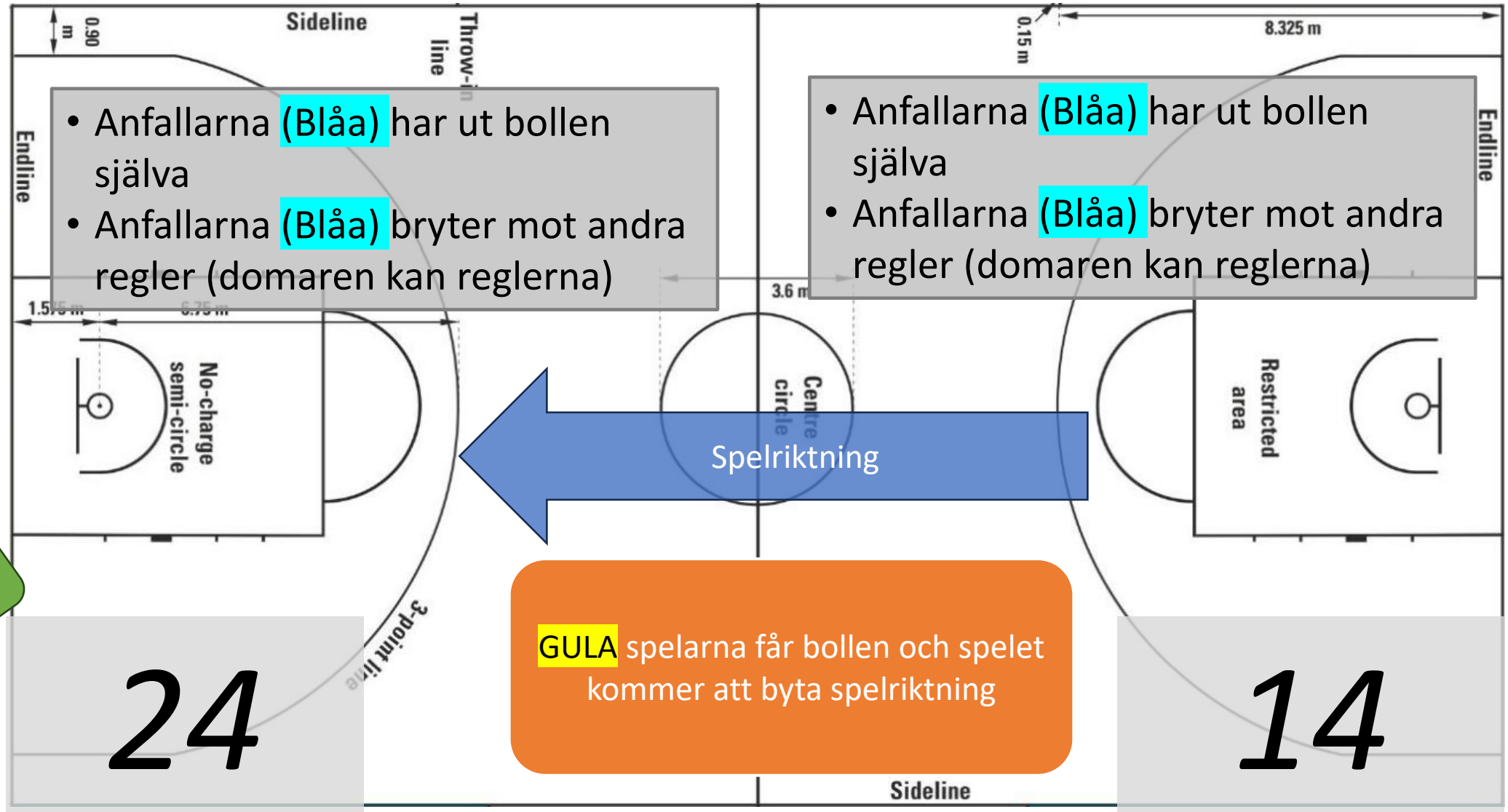
Blå Planhalva – Här gör **Gula** mål!



Försvarande lag tilldelas inkast

Gul Planhalva

Blå Planhalva – Här gör **Gula** mål!

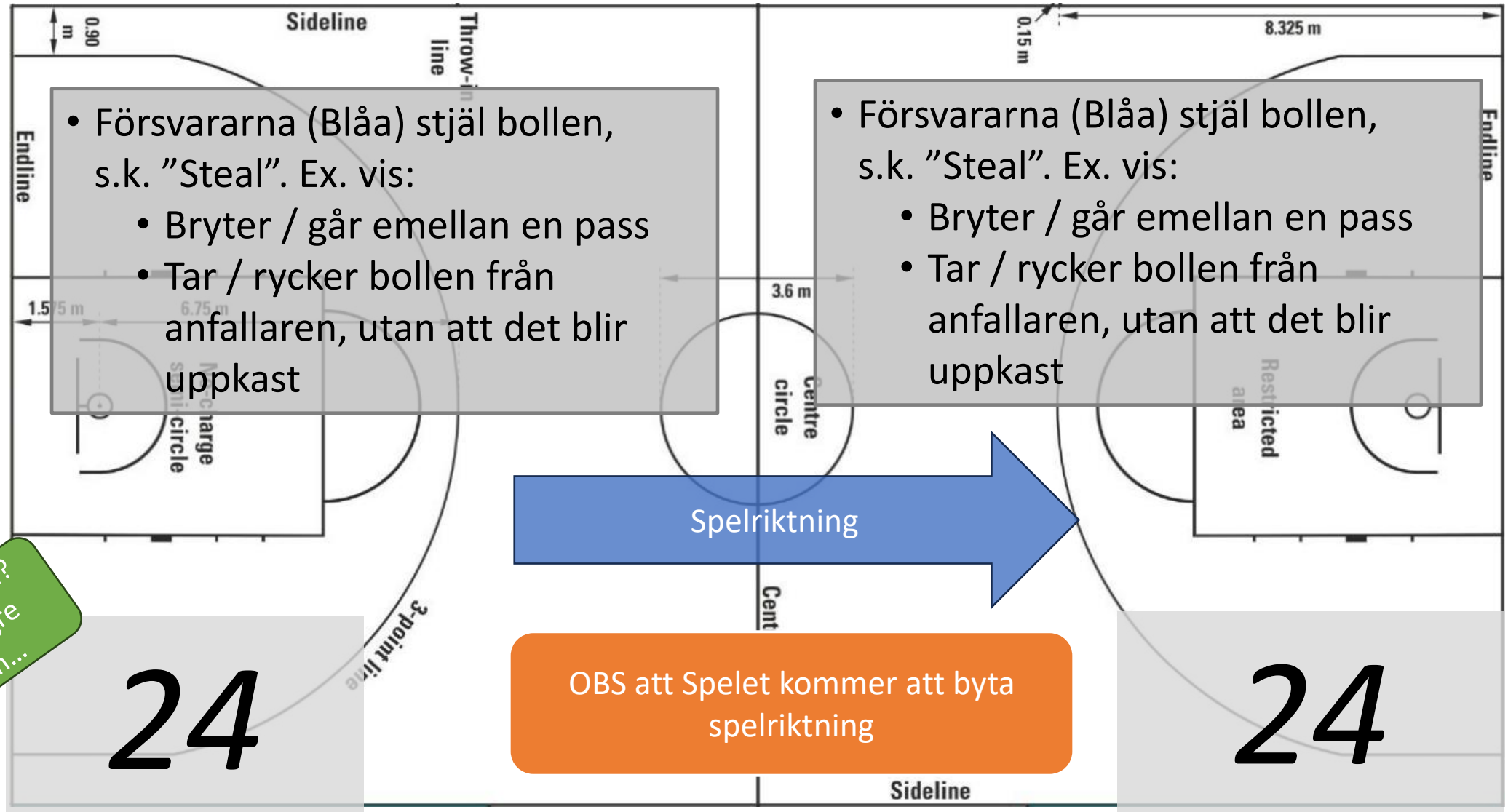


Skott / mål?
Se längre fram...

Man stjälar bollen "Steal" => Man får ALLTID 24 sek

Gul Planhalva

Blå Planhalva – Här gör Gula mål!



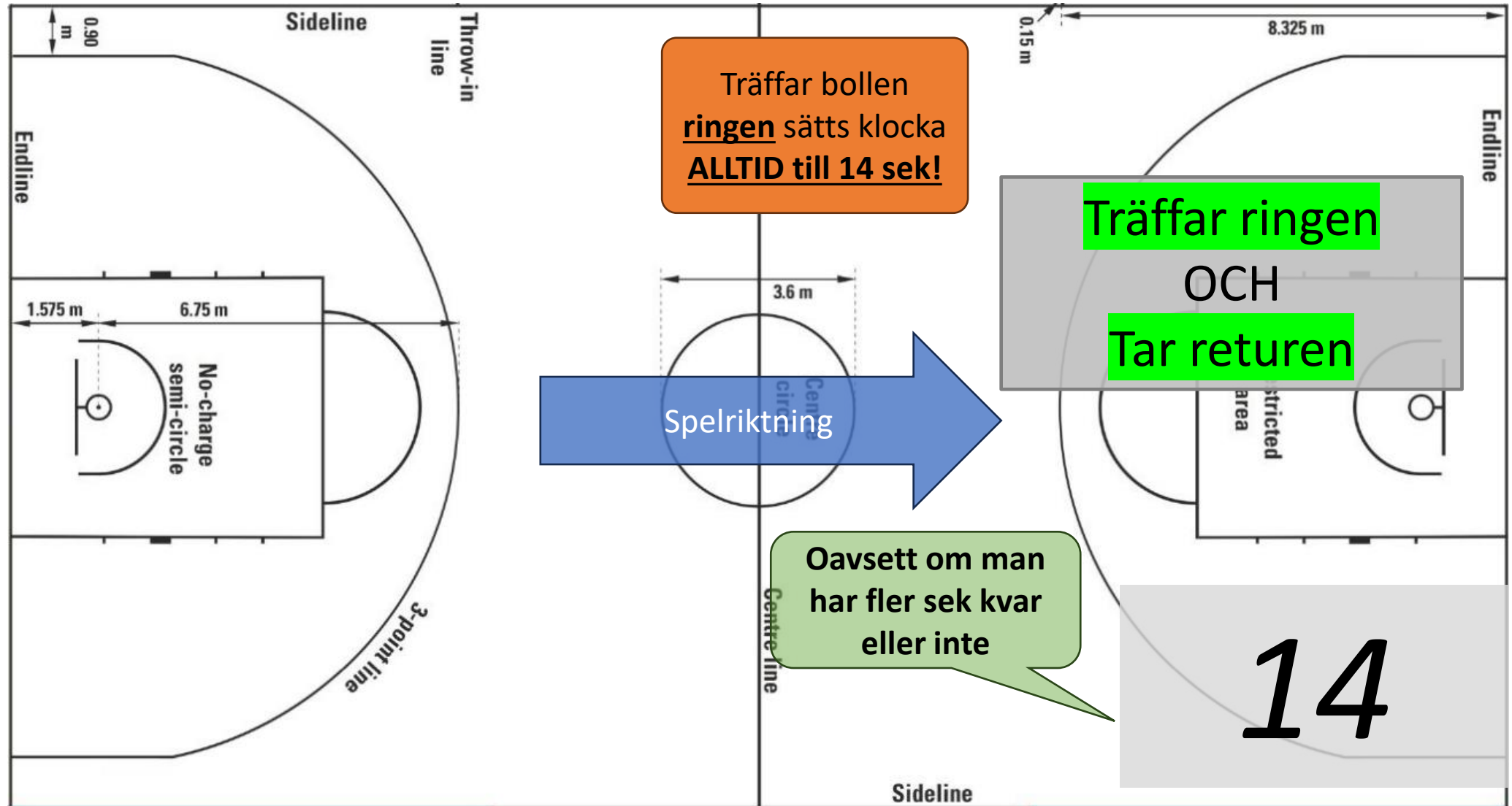
Skott / mål?
Se längre fram...

Skott & Mål

Gula laget skjuter OCH träffar ringen OCH tar returen.

Gul Planhalva

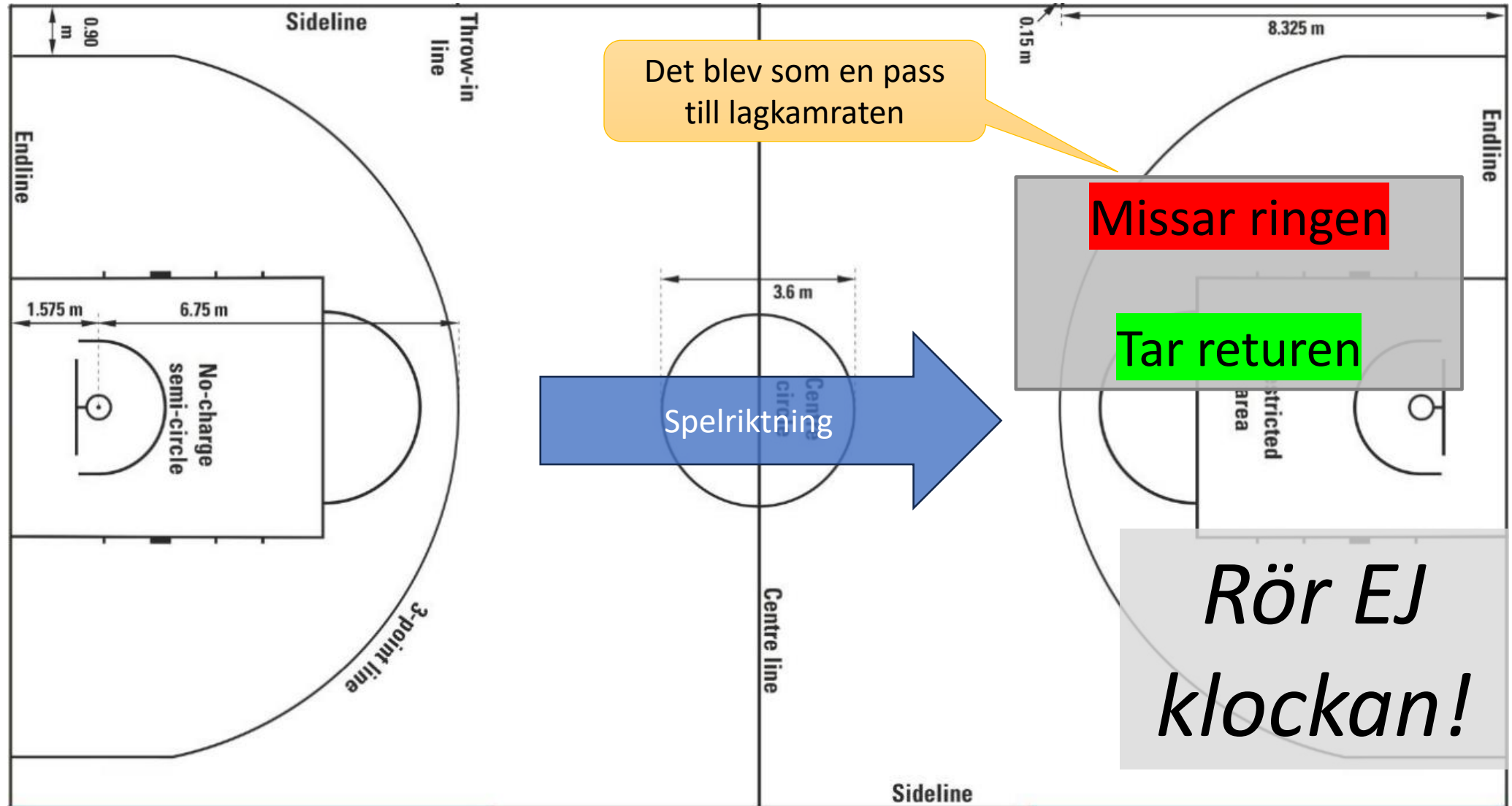
Blå Planhalva – Här gör **Gula** mål!



Gula laget skjuter, Missar ringen, Tar returen.

Gul Planhalva

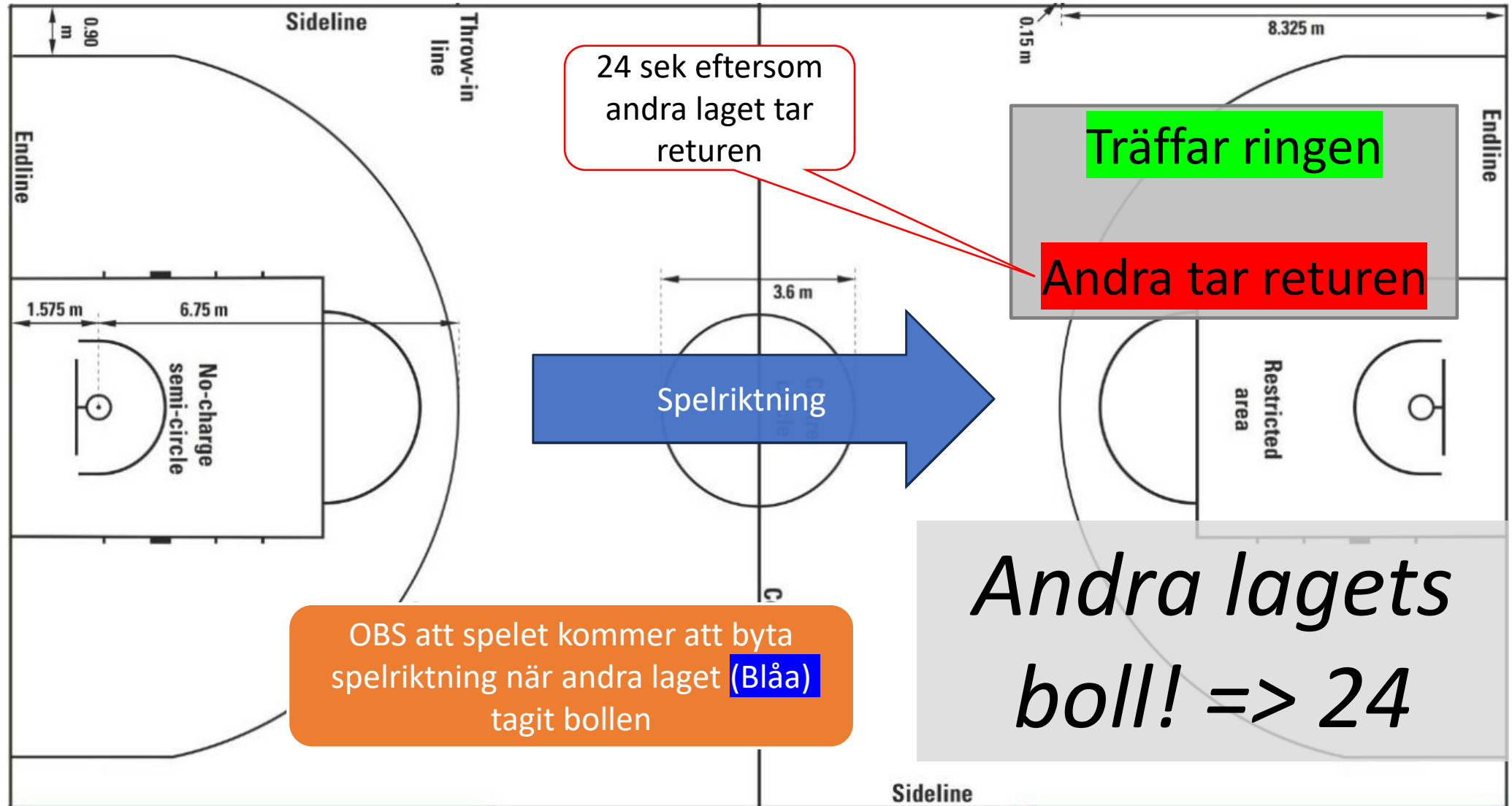
Blå Planhalva – Här gör **Gula** mål!



Gula laget skjuter, Träffar ringen, Missar returen.

Gul Planhalva

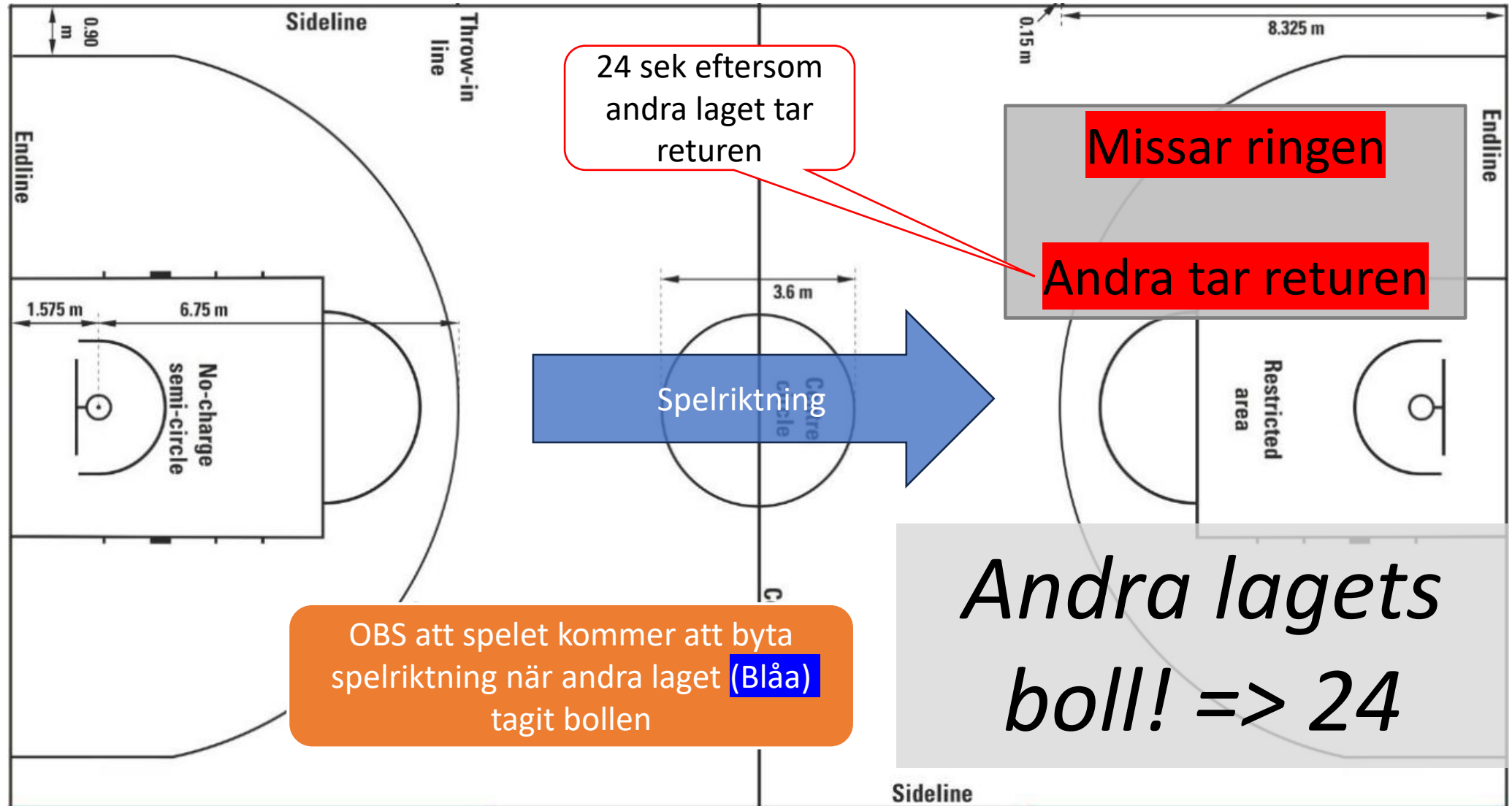
Blå Planhalva – Här gör Gula mål!



Gula laget skjuter, Missar ringen, Missar returen.

Gul Planhalva

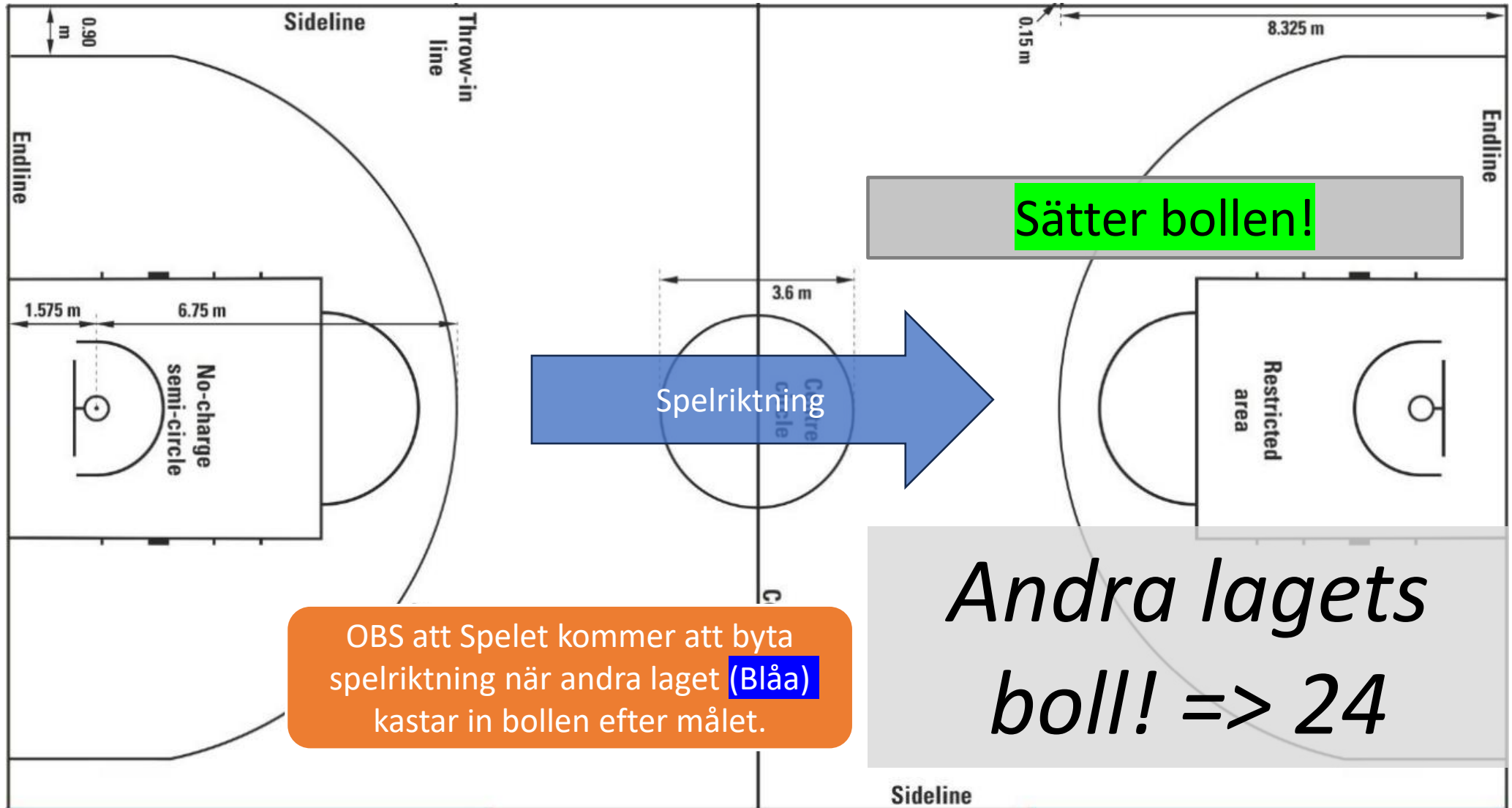
Blå Planhalva – Här gör Gula mål!



När Gula laget skjuter och sätter bollen!

Gul Planhalva

Blå Planhalva – Här gör **Gula** mål!



När **STOPPAR** jag skottklockan?

När domaren stoppar matchen!
Blåser i pipan.

REKOMENDATION.

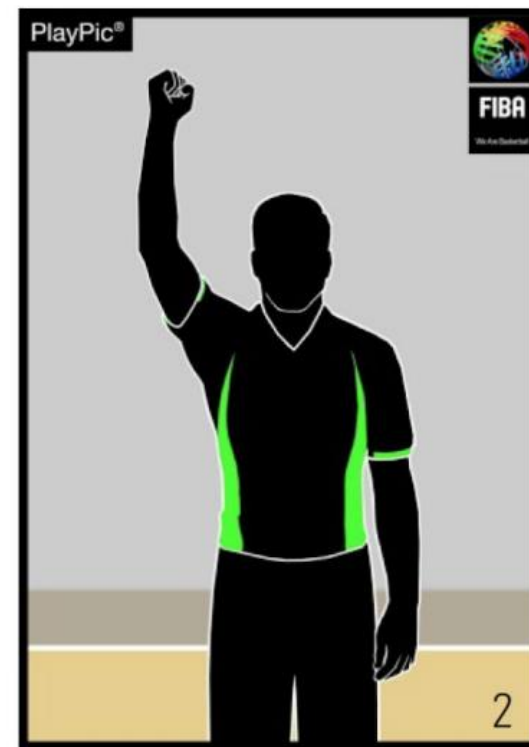
Ställ in Skottklockan så att den startar och stannar med Matchklockan.

Då behöver du inte använda Start och Stopp-knapparna på 24 sek-kontrollen.



1. STOPPA MATCHKLOCKAN
MATCHKLOCKAN

Öppen hand



2. STOPPA MATCHKLOCKAN

FÖR FOUL
En knuten hand

När **STARTAR** jag skottklockan?

När laget fått kontroll över bollen. § 29.1.1

Att fundera på:
Vad ska skottklocka sättas till, när laget gör inkast efter mål – och passar till fel lag.

Luring!

Tänk på att matchklockan går efter att motståndarna gjort mål. *)

Men.. Skottklockan får inte gå!! ”... *laget fått kontroll över bollen.*”

Egentligen ska man alltså använda start och stoppknapparna på skottklockan...

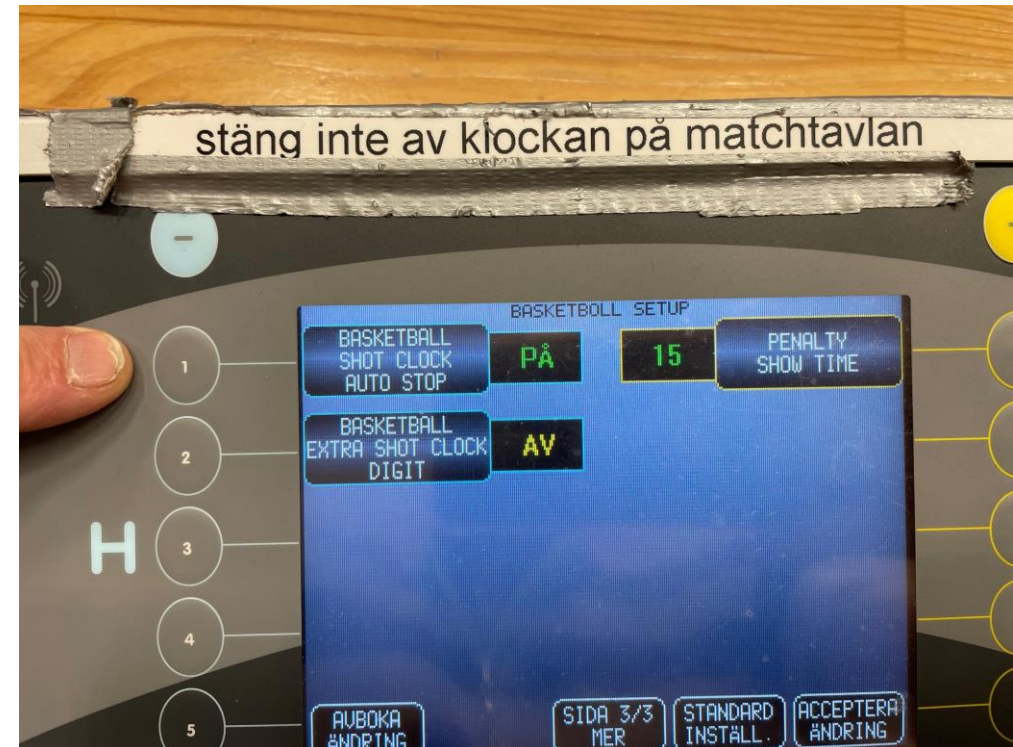
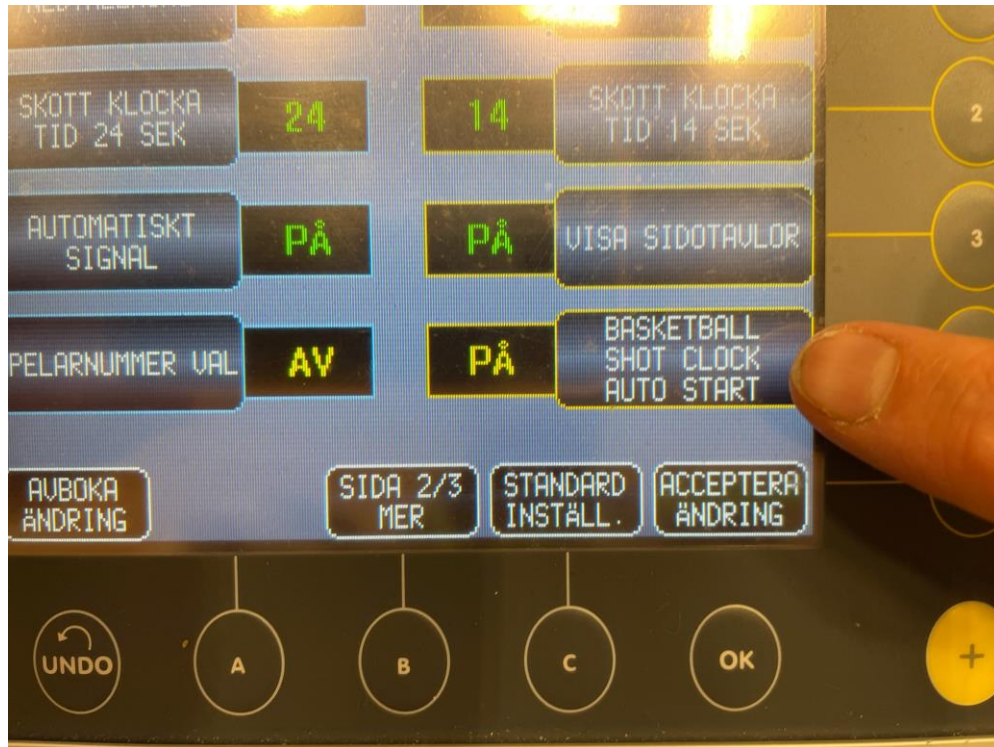
Ett litet fusk för att slippa start och stoppknapparna 😊

När laget gjort mål – sätt skottklockan till 24 sek ASAP (Slippa tutan)

När ett lag fått kontroll på bollen – sätt skottklockan till 24 sek igen!

*) utom de 2 sista minuterna i 4:e per och förlängning

Här ställer du in så matchklockan **Startar** och **Stoppar** 24 sek klockan automatiskt i Edsbergshallen.



TIPS! Berätta för domaren att du gjort denna inställning.
Då förstår hen hur 24 sek klockan beter sig.

Domaren bestämmer! (tutan är bara hjälp)

Domaren visar att 24 sek har passerat.

24 SEKUNDER



Fingrarna vidrör axeln

Domaren blåser och stoppar matchen.

Andra laget får inkastet och spelet byter spelriktning.

Domaren ber dig återställa klockan - Domaren bestämmer!

ÅTERSTÄLLA
24- OCH/ELLER
14-SEKUNDERSRÄKNINGEN



Roterande rörelse
med pekfinger utsträckt

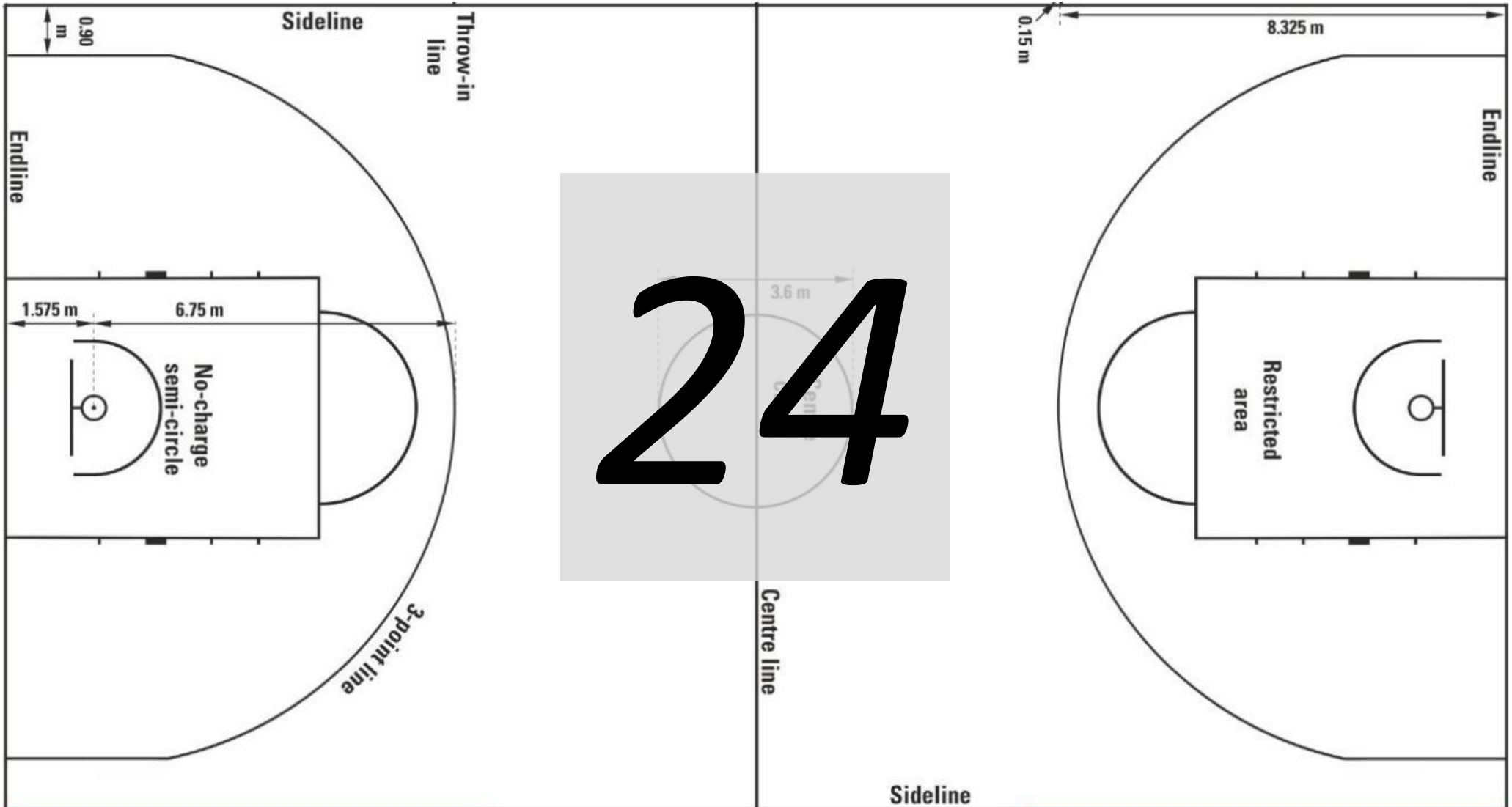
Vägledning!
Kolla vilken
planhalva
spelet är på.

Anfall (14) eller
försvar (24)!

Match och Periodstart

Gul Planhalva

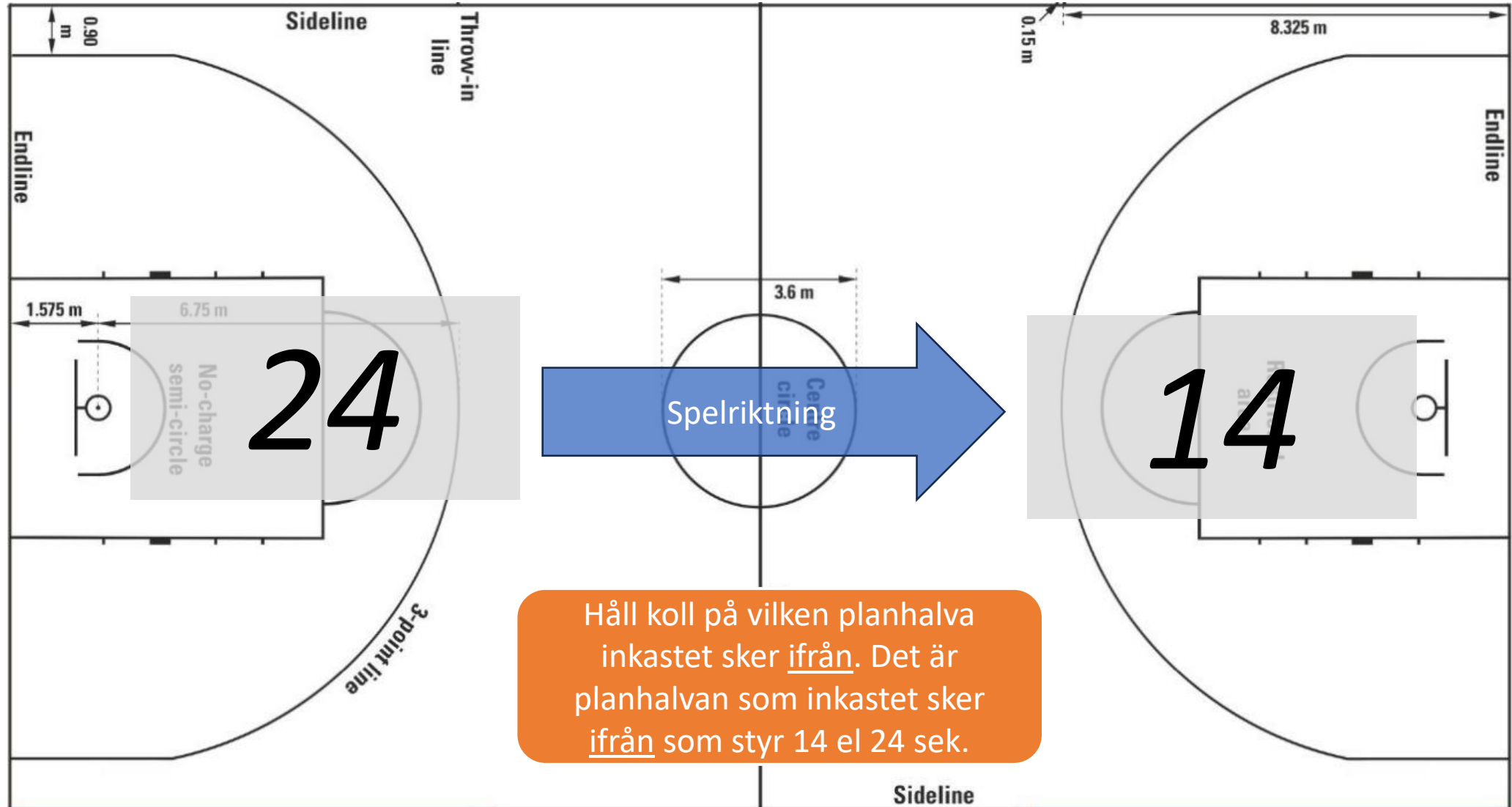
Blå Planhalva – Här gör **Gula** mål!



”Uppkast” – Gula laget får bollen tack vare pilen

Gul Planhalva

Blå Planhalva – Här gör Gula mål!



Tips

Gula laget skjuter straffar

Gul Planhalva

Blå Planhalva – Här gör **Gula** mål!



TIME OUT

Gul Planhalva

Blå Planhalva – Här gör **Gula** mål!



29.2.4

När matchklockan visar 2:00 eller mindre i 4:e perioden eller i en förlängningsperiod och det lag som är berättigat till ett inkast på bakre planhalvan har beviljats time-out ska coachen välja om inkastet ska ske från inkastlinjen på lagets främre planhalva eller på lagets bakre planhalva från platsen närmast där spelet stoppades. Efter time-outen ska inkastet administreras enligt följande:

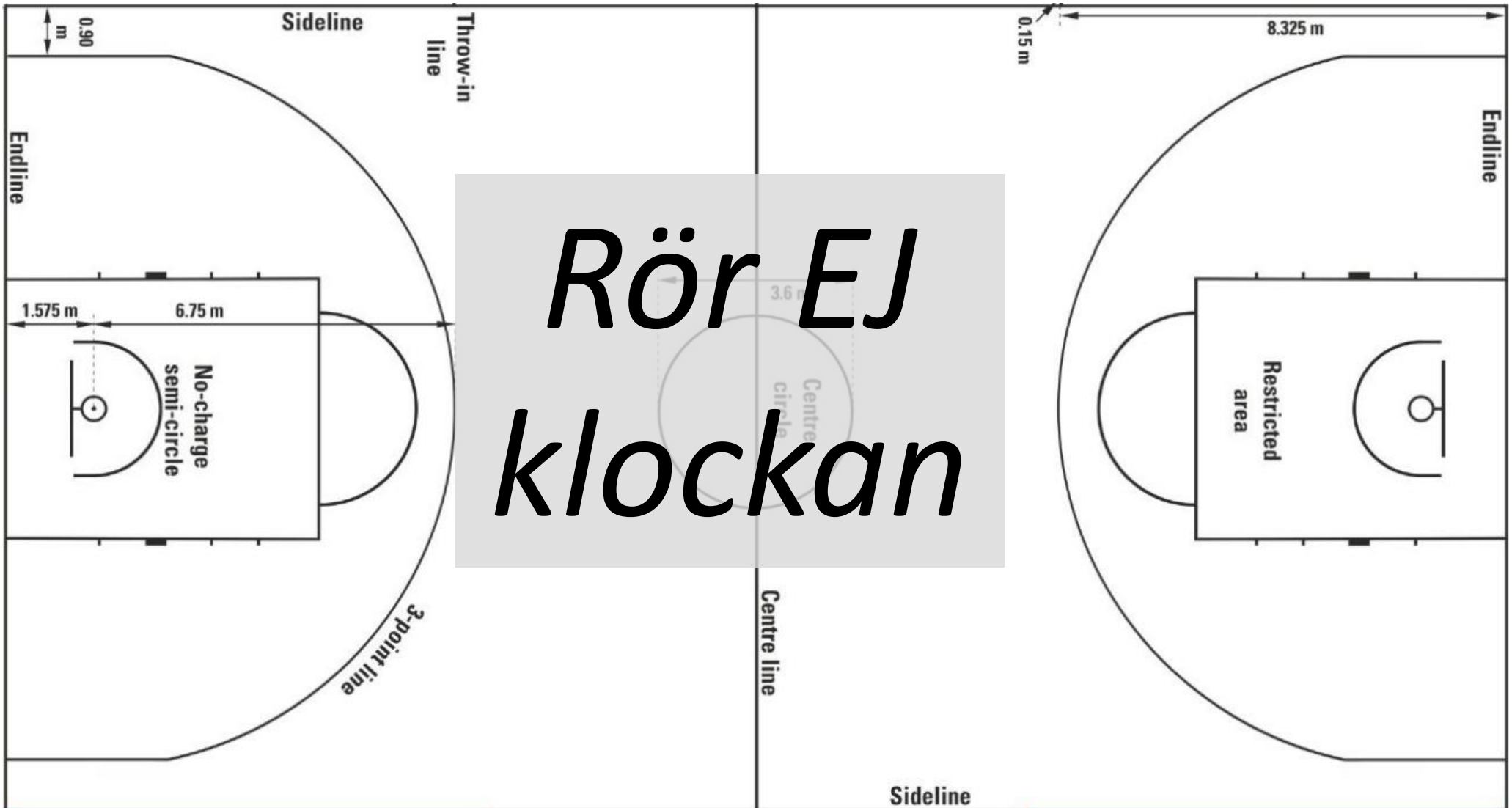
- Om inkastet beror på att bollen har gått ut över en av sidlinjerna och inkastet sker på lagets:
- Bakre planhalva ska 24-sekundersräkningen fortsätta från den tidpunkt då spelet stoppades.
- Främre planhalva: Om skottklockan visar 13 sekunder eller mindre ska den fortsätta från den tidpunkt då spelet stoppades. Om skottklockan visar 14 sekunder eller mer ska den återställas till 14 sekunder.
- Om inkastet beror på en foul eller överträdelse (inte för att bollen gått ut över sidlinjerna) och inkastet sker på lagets:
- Bakre planhalva, ska skottklockan återställas till 24 sekunder.
- Främre planhalva, ska skottklockan återställas till 14 sekunder.
- Om time-outen har beviljats laget som har ny lagbolkontroll, och om inkastet sker på lagets:
- Bakre planhalva, ska skottklockan återställas till 24 sekunder.
- Främre planhalva, ska skottklockan återställas till 14 sekunder.

§ 29.2.4

Teknisk Foul (man svär, klagar på domaren etc.)

Gul Planhalva

Blå Planhalva – Här gör **Gula** mål!



SLUT

Här är reglerna om du vill läsa mer.

[sbbf-officiella-spelregler-for-basketboll-2020.pdf](#)

Först 24 sek, eftersom det är inkast efter mål.
Felpassen blir en "Steal" när motståndarna får tag i bollen
= 24 sek igen. Inte 14...

Att fundera på:
Vad ska skottklocka sättas till, när laget gör inkast efter mål – och passar till fel lag.