

# Spielregeln für die Schule

[www.sportunterricht.ch/spielregeln/](http://www.sportunterricht.ch/spielregeln/)



## Zusammenfassung der wichtigsten Spielregeln

vereinfacht für die Schule

sportunterricht.ch, Marcel Cavelti, überarbeitet: 08.02.16

# Spielregeln für die Schule

---



## Disclaimer

### Spielregeln für die Schule

überarbeitet: 08.02.16

sportunterricht.ch  
Marcel Cavelti  
Wiesentalstrasse 13, CH-7000 Chur

#### Bezugsquelle:

<http://www.sportunterricht.ch/spielregeln/>

E-Mail: [info@sportunterricht.ch](mailto:info@sportunterricht.ch)

Danke für die Mitarbeit:  
Christian Rosenberger, Andrea Darms

Alle Inhalte wurden nach bestem Wissen erarbeitet. Sportunterricht.ch übernimmt aber keine Garantie dafür, dass die vermittelten Informationen fehlerfrei und vollständig sind. **Bitte informieren Sie mich bei Regeländerungen!**

Sportunterricht.ch haftet in keinem Fall für allfälligen direkten oder indirekten Schaden und für den Folgeschaden, welcher als Folge des Gebrauchs von Informationen aus „Spielregeln für die Schule“ entsteht.



## Inhaltsverzeichnis

- Basketball.....	3
- Streetball.....	4
- Handball.....	5
- Fussball.....	6
- Unihockey.....	7
- Volleyball.....	9
- Minivolleyball.....	10
- Beachvolleyball.....	11
- Badminton.....	13
- Tchoukball.....	16
- Tischtennis.....	17
- Ultimate.....	18
- Rugby.....	19
- Futsal.....	20
- Indica.....	22
- Smolball.....	24
- Intercrosse.....	25



## Basketball

### Mannschaftsgrösse

Eine Mannschaft besteht aus 5 Spielern, beliebiges Auswechseln während des ganzen Spiels wenn der Ball ruht.

### Sprungball

Das Spiel beginnt mit einem Sprungball im Mittelkreis zwischen zwei Spielern (Ball nicht selber fangen!). Die restlichen Spieler stellen sich ausserhalb des Kreises auf.

### Anspiel

Nach einem Korberfolg wird der Ball hinter der Grundlinie abgespielt.

### Korbwurf

Jeder Korb zählt 2 Punkte, jeder erfolgreiche Freiwurf 1 Punkt. Ein Korbwurf ausserhalb der 6.25m Linie zählt 3 Punkte. Nach einem gültigen Korb erfolgt ein Abwurf hinter der Grundlinie.

### Freiwurf

Nach einer Regelübertretung findet ein Einwurf von der Seitenlinie oder der Grundlinie statt. Wird ein auf den Korb werfender Spieler gefoult, erhält der gefoulte Spieler zwei Freiwürfe. Jeder gültige Freiwurf zählt einen Punkt.

### Outball

Der Ball oder der ballführende Spieler berührt die Seitenlinie oder den Boden ausserhalb des Spielfeldes.  
--> Einwurf.

### Regelübertretungen

Es ist verboten:

- Den Ball absichtlich mit dem Fuss zu spielen oder abzuwehren.
- Das einhändige Prellen des Balles zu unterbrechen und wieder zu beginnen (Doppeldribbling).
- Mehr als einen Schritt auszuführen, ohne zu prellen oder abzuspieren (Schrittfehler).
- Sich länger als drei Sekunden im gegnerischen Trapez aufzuhalten (mit oder ohne Ball), ohne zu werfen. Beim Korbwurf ist diese Regel aufgehoben, bis ein Angreifer erneut im Besitz des Balles ist.
- Grob oder gefährlich zu spielen (absichtliches Foul).
- Den Gegner mit Armen und Beinen zu sperren.
- Den Gegner durch Berührung zu stören oder zu behindern.
- Unbeherrscht in den schon stehenden Verteidiger hineinzugehen (Stürmerfoul).
- Sich als Verteidiger so in den Weg des Angreifers zu bewegen, dass ein Kontakt unvermeidlich wird.



## Streetball

- Der erste Ballbesitz wird vor dem Spiel durch Münzwurf entschieden.
- 3:3, ohne Schiedsrichter.
- Mit Auswechsellspieler, auswechseln nur wenn der Ball ruht.
- Vor einem Korberfolg müssen mindestens zwei Spieler der angreifenden Mannschaft in Ballbesitz gewesen sein.
- Nach jedem Korberfolg wechselt der Ballbesitz. Bevor weitergespielt werden kann, muss der Ball von einem Gegenspieler "gecheckt", d. h. berührt werden.
- Nach jedem Ballbesitzwechsel (also auch während des Spiels) muss der Ball hinter die 3-Punkte-Linie zurückgespielt werden.
- Der Court-Beobachter ist Zähler und Berater aber kein Schiedsrichter.
- Statt des üblichen Sprungballes erhält in Zweifelsfällen die verteidigende Mannschaft den Ball.
- Nach jedem Foul oder Ball im "Aus" erhält die gegnerische Mannschaft den Ball hinter der 3-Punkte-Linie. Die Grenzen des Feldes sind Mittellinie, Grundlinie und Seitenlinie.
- Alle Fouls werden durch die beteiligten Spieler selbständig geregelt (Fairness wird erwartet).
- Spieldauer kann individuell festgelegt werden.  
Vorschlag für die Schule: 11 Punkte, oder 10'

# Spielregeln für die Schule

---



## Handball Quelle: [www.handball.ch](http://www.handball.ch)

### So spielst Du den Ball

- Du darfst den Ball mit allen Körperteilen spielen, ausser mit Unterschenkeln oder Füßen.
- Du darfst den Ball höchstens 3 Sekunden festhalten (nicht einschlafen bitte!).
- Du darfst Dich mit dem Ball in der Hand höchstens 3 Schritte bewegen.
- Du darfst den Ball beliebig oft prellen.
- Hast Du den Ball zweimal gefangen, musst Du ihn weiterspielen.

### So spielst Du als Torwart

- Du darfst den Ball mit allen Körperteilen abwehren.
- Der Torwart verlässt den Torraum nur ohne Ball.
- Wenn Du den Ball über oder neben das Tor lenkst, darfst Du ihn abspielen.
- Die Regeln «So spielst Du den Ball» gelten für den Torwart nicht.

### So spielst Du fair

- Spieler als Angreifer oder Verteidiger immer den Ball...
- Halten, Stossen, Schlagen und Klammern sind nicht erlaubt.
- Verhalte Dich fair.
- Fairness ist auch eine Frage des Könnens!

### Fouls und Strafen

- Begeht ein Spieler ein Foul, so erhält die andere Mannschaft den Ball.
- Verhinderst Du durch ein Foul eine klare Torchance, so darf die andere Mannschaft einen Strafwurf werfen.
- Es ist nicht erlaubt zu halten, zu klammern, zu stossen oder zu schlagen.
- Verhältst Du Dich nicht fair, so musst Du für zwei Minuten auf die Bank und wirst durch einen Mitspieler ersetzt.

### So spielst Du nach einem Fehler weiter

- Lenkt die andere Mannschaft den Ball über den Spielfeldrand, darfst Du ihn wieder einwerfen.
- Fuss auf die Linie!
- Halte einen Abstand von 3 Metern ein.

### So spielst Du am Torraum

- Kreislinie und Torraum darfst Du mit dem Ball in der Hand nicht betreten.
- Du darfst in den Torraum springen, wenn Du vor der Linie abspringst und den Ball vor der Landung wirfst.
- Liegt der Ball im Torraum, gehört er dem Torhüter.
- Du darfst den Ball dem Torhüter nicht zurückspielen, wenn er im Torraum steht.

# Spielregeln für die Schule

---



## Fussball Quelle: Lehrmittel Sporterziehung Band 5, Broschüre 5

### 1. Teamgrösse

Die Teamgrösse der Spielfeldgrösse anpassen.

### 2. Spielbeginn

Zu Beginn jedes Spielabschnittes und nach einem Torerfolg wird in der Spielfeldmitte angespielt.

### 3. Einwurf

Wenn der Ball das Spielfeld verlässt, wird der Ball mit einem beidhändigen Wurf über den Kopf von ausserhalb der Seitenlinie wieder ins Feld gespielt. In der Halle gibt es keinen Einwurf. Wände als Banden benutzen.

### 4. Abstoss

Wenn der Ball vom angreifenden Team über die Torauslinie gespielt wird.

### 5. Strafraum

Im eigenen Strafraum darf der Torhüter den Ball mit Armen und Beinen spielen.

### 6. Eckstoss

Ein Eckstoss erfolgt, wenn die verteidigende Mannschaft den Ball über die Torauslinie spielt.

### 7. Foulspiel

Den Gegner festhalten, klammern, schlagen, stossen, anspringen, das Bein stellen, in die Beine treten, sich aufstützen.

### 8. Freistoss direkt

Bei Foulspiel und absichtlichem Spielen des Balles mit Armen oder Händen. Direkter Torschuss ist erlaubt. Ein Foul im Strafraum führt zu einem Penalty. Alle Spieler ausser der Schütze und der Torhüter müssen sich ausserhalb des Strafraumes aufhalten.

### 9. Freistoss indirekt

Wenn der Ball sitzend oder liegend blockiert wird. Wenn der Gegner ohne Ball gesperrt wird.

# Spielregeln für die Schule

---



## Unihockey Quelle: [www.swissunihockey.ch](http://www.swissunihockey.ch)

### 1. Teamgrösse

Ein Team besteht aus mehreren Feldspielern und einem Torhüter. Pro Team befinden sich maximal 3 Feldspieler und ein Torhüter gleichzeitig auf dem Spielfeld. Der Torhüter darf durch einen weiteren Feldspieler ersetzt werden.

### 2. Spielbeginn

Zu Beginn jedes Spielabschnittes und nach einem Torerfolg erfolgt ein Bully am Mittelpunkt. Beide Teams befinden sich dabei in ihrer Spielfeldhälfte. Nach sämtlichen Spielunterbrüchen wird das Spiel durch einen Pfiff des Schiedsrichters wieder freigegeben.

### 3. Spieleraustausch

Ein Spieler (inkl. Torhüter) darf jederzeit ersetzt werden. Der einwechselnde Spieler darf das Spielfeld erst betreten, wenn es der auswechselnde Spieler verlassen hat.

### 4. Bully

Ein Bully kann nur auf dem Mittelpunkt oder auf einem der sechs Bullypunkte erfolgen. Andere Spieler müssen sich mindestens zwei Meter von den Ausführenden entfernt aufhalten. Zwei gegnerische Spieler stehen sich mit dem Rücken zur eigenen Torlinie am liegenden Ball gegenüber und halten ihre Schläger parallel auf jeder Seite des Balles, ohne ihn zu berühren; die Schaufelspitze in Angriffsrichtung. Auf der Mittellinie darf das Gastteam die Stockseite wählen, auf der verlängerten Torlinie der Verteidiger. Auf Pfiff ist der Ball freigegeben.

### 5. Ausball

Verlässt der Ball das Spielfeld oder berührt er Gegenstände über dem Spielfeld erhält das Team, das den Ball nicht zuletzt berührt hat, einen indirekten Freischlag zugesprochen. Dieser wird am Ort und max. 1 Meter von der Bande entfernt ausgeführt.

### 6. Freischlag

Er wird unmittelbar am Ort des Vergehens ausgeführt. Freischläge hinter der verlängerten Torlinie werden auf dem nächstgelegenen Bullypunkt ausgeführt. Der Gegner (inkl. Stock) muss sofort zwei Meter Abstand nehmen. Bei Nichteinhaltung des Abstandes wird eine Zweiminutenstrafe ausgesprochen.

### 7. Strafstoss (Penalty)

Verhindert ein Vergehen eine sichere Torchance, ist dem benachteiligten Team ein Strafstoss zuzusprechen. Der Schütze startet am Mittelpunkt. Sobald der Schütze den Ball berührt, darf der Torhüter die Torlinie verlassen. Der Ball ist während der Ausführung immer in Vorwärtsbewegung. Ein Nachschuss ist nicht erlaubt. Fällt kein Tor, erfolgt ein Bully am nächsten Bullypunkt.

### 8. Stockvergehen

Mit dem eigenen Stock darf nicht auf den Stock des Gegners oder dessen Körper geschlagen werden (auch nicht seitlich oder von unten). Wiederholte oder härtere Vergehen sowie Vergehen von hinten werden mit einer Zweiminutenstrafe bestraft.

# Spielregeln für die Schule

---



## 9. Hoher Stock

Das Ausholen über Hüfthöhe ist verboten. Über Kniehöhe darf der Ball nicht mehr mit dem Stock gespielt werden. Das Ausschwingen nach vorne ist grundsätzlich erlaubt, wenn niemand in der Nähe steht.

## 10. Einsatz des Körpers

Im Kampf ist ein Abdecken des Balles mit dem Körper zulässig. Ebenso ist ein leichtes Stossen mit der Schulter erlaubt. Festhalten, Stossen mit den Händen und rückwärts in den Gegner laufen ist verboten. Einem Spieler darf der Weg nicht versperrt werden. Hineinrennen in den Gegner, Halten und Checken wird in jedem Fall mit einer Zweiminutenstrafe bestraft.

## 11. Spiel mit dem Fuss

Der Ball darf mit einer absichtlichen Bewegung sich selber vorgelegt oder zu einem Mitspieler gespielt werden. Mehrmaliges absichtliches Spielen mit dem Fuss, ohne dass dazwischen der Stock den Ball berührt, ist verboten.

## 12. Spiel mit der Hand, dem Arm und dem Kopf

Es ist nicht erlaubt, den Ball mit der Hand, dem Arm oder dem Kopf absichtlich zu spielen. Diese Vergehen werden mit einer Zweiminutenstrafe bestraft. Hochspringen, wobei beide Füissen den Boden verlassen, ist ebenfalls verboten, sofern der Ball dabei berührt wird.

## 13. Bodenspiel

Ein Feldspieler darf nur mit seinen Füissen und einem Knie sowie der Stockhand Boden Kontakt haben. Berührt er den Boden mit einem anderen Körperteil, und wird dabei der Ball absichtlich gespielt, wird dies mit einer Zweiminutenstrafe geahndet. Insbesondere ist es untersagt, sich in den Schuss zu werfen.

## 14. Vorteil

Wenn für ein Team trotz eines Vergehens gegen sie, ein Vorteil entsteht (z.B. Ballbesitz, Tor), wird der Vorteil gewährt und das Spiel nicht unterbrochen. Der Vorteil kann auch bei Vergehen angewendet werden, die zu einer Zeitstrafe oder einem Strafstoss führen würden, wobei die Strafe oder der Strafstoss angezeigt wird. Sobald die Vorteilsituation beendet ist, wird das Spiel unterbrochen und die notwendigen Strafen ausgesprochen.

## 15. Torhüter

Der Torhüter spielt ohne Stock. Er ist in seinen Abwehraktionen frei, solange die Aktion dem Ball gilt. Er darf den Ball nur halten, wenn mindestens ein Körperteil den Boden im Torraum berührt (dies gilt auch während der Ausführung eines Strafstosses). Ausserhalb des Torraumes wird er als Feldspieler (ohne Stock) betrachtet. Bei einer Abwehr ausserhalb des Torraumes (ausg. Fussspiel) ist der Torhüter mit einer Zweiminutenstrafe zu bestrafen. Blockiert er den Ball länger als drei Sekunden, erfolgt ein Freischlag für den Gegner 2,5 m ausserhalb des Schutzraumes. Der Torhüter darf beim Auswurf nicht behindert werden. Beim Auswurf mit der Hand muss der Ball vor der Mittellinie einen Spieler oder dessen Ausrüstung berühren.

## 16. Torraum / Schutzraum

Zum Schutze des Torhüters gibt es den Schutzraum. In ihm darf sich kein Feldspieler befinden. Auch keiner aus dem eigenem Team. Alle Freischiäge im Torraum werden 2,5 Meter ausserhalb des Schutzraumes ausgeführt.



## Volleyball

- Volleyball ist eine Sportart, bei der sich 2 Teams mit je 6 Spielern auf einem durch ein Netz (2,43 Meter bei den Männern, 2,24 Meter bei den Frauen hoch) geteilten Spielfeld gegenüberstehen. Der Ball wird (kann) mit allen Körperteilen gespielt (werden).
- Das Spielfeld ist beim Hallen-Volleyball 9 x 9 Meter (jede Feldhälfte) gross.
- Ein Spiel wird über drei Gewinnsätze gespielt, die bis 25 Punkte gespielt werden. Ein entscheidender fünfter Satz wird bis 15 Punkte gespielt.
- Ein Satz wird mit zwei Punkten Vorsprung gewonnen. Es gibt keine Punktbegrenzung.
- Ziel des Spiels ist für jedes Team, den Ball regelgerecht über das Netz auf den Boden der gegnerischen Spielfeldhälfte zu bringen und zu verhindern, dass er in der eigenen Spielfeldhälfte zu Boden fällt.
- Der Ball wird von einem Aufschlagspieler ins Spiel gebracht. Er führt den Aufschlag aus, indem er den Ball mit der Hand oder einem Arm über das Netz in die gegnerische Spielfeldhälfte schlägt.
- Ein Team hat das Recht, den Ball dreimal zu schlagen (zuzüglich zum Blockkontakt), um den Ball in die gegnerische Spielfeldhälfte zurückzuspielen.
- Der Ball darf mit jedem Körperteil gespielt werden (Ausnahme Aufschlag).
- Das Netz darf am oberen weissen Band von den Spielern nicht berührt werden. Eine sonstige unabsichtliche Berührung des Netzes ist kein Fehler.
- Der Spielzug dauert so lange, bis der Ball den Boden berührt, "aus" geht oder es einem Team nicht gelingt, ihn ordnungsgemäss zurückzuspielen.
- Punkten kann jedes Team, egal ob es Aufschlag hat oder nicht. Das sogenannte Rally-Point-System bedeutet: „für jeden Ballwechsel (rally) einen Punkt (point).“

# Spielregeln für die Schule

---



## Minivolleyball Quelle: Lehrmittel Sporterziehung Band 5, Broschüre 5

### Teams

Jedes Team besteht aus 3 Spielern.

### Spielfeldgrösse

6 x 9 m. Netzhöhe: 2.15 m.

### Aufschlag

Ein Spieler - nach vorgegebener Reihenfolge - schlägt den Ball hinter der Grundlinie über das Netz ins gegnerische Feld. Der Aufschlag darf das Netz berühren. Er darf vom Gegner nicht geblockt werden.

### Spielen des Balles

Nach dem Aufschlag darf der Ball entweder mit beiden Händen oder Armen, oder einem anderen Körperteil mit kurzem Ballkontakt gespielt werden. Nach höchstens 3 Ballberührungen eines Teams - wobei der Ball nicht zweimal vom gleichen Spieler berührt werden darf (Ausnahme Block) - muss der Ball über das Netz gespielt werden.

### Fehler

Der Ball darf in der eigenen Hälfte nicht auf den Boden fallen, kein Hindernis über oder neben dem Spielfeld berühren (Ausnahme: Wiederholung bei Berührung frei hängender Geräte) und auch nicht ausserhalb des Spielfeldes den Boden berühren.

### Spiel am Netz

Die Spieler dürfen das Netz an der Oberkante und die Mittellinie nicht berühren. Eine sonstige unabsichtliche Netzberührung ist kein Fehler. Der Ball darf das Netz berühren. Die Spieler dürfen nur zur Abwehr ihrer eigenen Spielfeldhälfte mit den Händen über das Netz reichen.

### Wertung

Jeder Fehler ergibt einen Punkt für den Gegner (Rally-Point-System). Das Team, welches einen Fehler macht, verliert das Aufschlagsrecht.

### Spieldauer

Eine Mannschaft gewinnt den Satz, wenn sie mindestens 15 Punkte mit einem Unterschied von 2 Punkten erzielt hat. Eine Mannschaft gewinnt das Spiel, wenn sie zwei Sätze gewonnen hat.



## Beachvolleyball Quelle: Offizielle Beach-Volleyball Spielregeln, Schorndorf 2001

### Merkmale und Regeln des Spiels

Beach-Volleyball ist eine Sportart, bei der sich 2 Teams mit je 2 Spielern auf einem durch ein Netz (2,43 Meter bei den Männern, 2,24 Meter bei den Frauen hoch) geteilten Sand-Spielfeld gegenüberstehen. Der Ball wird (kann) mit allen Körperteilen gespielt (werden).

Das Spielfeld ist beim Beach-Volleyball 8 x 8 Meter gross.

Ein Spiel wird über zwei Gewinnsätze gespielt, die entweder bis 15 Punkte gespielt werden oder bis 21 Punkte. Ein entscheidender dritter Satz wird immer bis 15 Punkte gespielt.

Ein Satz wird mit zwei Punkten Vorsprung gewonnen. Es gibt keine Punktbegrenzung.

Ziel des Spiels ist für jedes Team, den Ball regelgerecht über das Netz auf den Boden der gegnerischen Spielfeldhälfte zu bringen und zu verhindern, dass er in der eigenen Spielfeldhälfte zu Boden fällt.

Der Ball wird von einem Aufschlagspieler ins Spiel gebracht. Er führt den Aufschlag aus, indem er den Ball mit der Hand oder einem Arm über das Netz in die gegnerische Spielfeldhälfte schlägt.

Ein Team hat das Recht, den Ball dreimal zu schlagen, um den Ball in die gegnerische Spielfeldhälfte zurückzuspielen.

Einem Spieler ist es nicht gestattet, den Ball zweimal hintereinander zu schlagen (ausser wenn er blockt oder beim ersten Schlag).

Der Spielzug dauert so lange, bis der Ball den Boden berührt, "aus" geht oder es einem Team nicht gelingt, ihn ordnungsgemäss zurückzuspielen.

Punkten kann jedes Team, egal ob es Aufschlag hat oder nicht. Das sogenannte Rally-Point-System bedeutet: „für jeden Ballwechsel (rally) einen Punkt (point).“

### Beach-Volleyball-Regelgrundlagen - Unterschiede zum Hallenvolleyball

1. Es gibt keine Rotations- und Positionsfehler.
2. Der Mitspieler des Aufgabespielers darf dem Gegner weder den Aufgabespieler noch die Flugbahn des Balles durch einen Sichtblock verdecken. Auf Anfrage des Gegners müssen sie sich seitwärts bewegen.
3. Der Block zählt als erste Ballberührung, nach einer Blockberührung sind nur noch zwei weitere Berührungen möglich. Dies ist ein sehr wichtiger Unterschied, denn wie auch in der Halle muss der zweite Ball technisch einwandfrei gespielt werden. Auch wenn der Blockspieler den Ball nur leicht touchiert, ist es die erste Ballberührung.
4. Pritschen (Oberes Zuspiel) zum Gegner ist nur im rechten Winkel (senkrecht) zur Schulterachse erlaubt, ausser wenn der Spieler zu seinem Mitspieler spielen will und der Ball unbeabsichtigterweise zum Gegner fliegt.
5. Der Lob ist nicht erlaubt. Der Ball darf nicht mit der sogenannten offenen Hand über das Netz gespielt werden, sondern nur mit den Fingerknöcheln (poke shot).

# Spielregeln für die Schule

---



6. Der erste Ball darf bei einem hart geschlagenem Angriff einen Moment lang mit den Fingern im oberen Zuspiel gehalten werden. Die Aufgabe ist allerdings kein Angriff in diesem Sinn. Da es in der Halle inzwischen üblich ist, die Aufgabe pritschender Weise anzunehmen, wird noch einmal darauf hingewiesen, dass dieses im Beachbereich nicht erlaubt ist, sofern es technisch nicht einwandfrei ist.
7. Das Eindringen in den Spielraum, das Spielfeld oder die Freizone des Gegners ist nur dann erlaubt, wenn dieser nicht in seinem Spiel gestört wird. Ein "Übertreten" mit Gegnerberührung gilt in der Regel als Fehler.
8. Tritt während des Spiels eine äussere Beeinträchtigung auf, wird das Spiel unterbrochen und der Spielzug wiederholt.
9. Es gibt keinen Spielerwechsel.
10. Der Beach-Volleyball ist vom Umfang grösser und vom Innendruck kleiner.

# Spielregeln für die Schule

---



## Badminton Quelle: [www.badminton.ch](http://www.badminton.ch), [www.badminton.de](http://www.badminton.de)

### 1. Spielbeginn

Der erste Aufschlag wird per Münze oder Shuttle aufwerfen (Korke zeigt Gewinnerseite an) ausgelost.

### 2. Zählen der Punkte beim Spiel

Die Seite, welche einen Ballwechsel gewinnt, erhält einen Punkt.

Macht die aufschlagende Partei einen Fehler, wechselt das Aufschlagsrecht zur Gegnerpartei.

Ein Spiel besteht aus zwei Gewinnsätzen bis 21 Punkte (best of three). Ab dem Spielstand 20-beide gewinnt die Seite den Satz, welche zuerst 2 Punkte Vorsprung hat. Beim Spielstand 29-beide gewinnt die Seite den Satz, welche zuerst den 30. Punkt gewinnt. Die Seite, welche einen Satz gewinnt, schlägt im folgenden Satz zuerst auf.

Falls nicht anders vereinbart, tragen die Gegner 2 Gewinnsätze aus (also höchstens 3 Sätze). Nach jedem Satz wechseln die Spieler die Seite, im Entscheidungssatz ebenfalls, wenn der Führende 11 Punkte erreicht hat.

### 3. Aufschlag

#### 3.1 Einzel

Die Spieler geben und empfangen den Aufschlag in Ihrem rechten Aufschlagfeld, wenn die Punktzahl des Aufschlagenden 0 oder gerade ist. Hingegen stehen sie links, wenn die Punktzahl des Aufschlagenden ungerade ist. Beide Spieler haben ihre Aufschlagfelder nach jedem Punkt zu wechseln. Im Einzel, wie auch im Doppel, wird beim Zählen immer die Punktzahl des Aufschlagenden zuerst genannt.

#### 3.2 Doppel

Es gibt nur einen Aufschläger im Doppel (siehe dazu die Tabelle – nachfolgende Seite). Das Aufschlagrecht wechselt zwischen den Spielern, wie in der Tabelle dargestellt.

Zu Beginn des Satzes und bei einem geraden Spielstand schlägt der Aufschläger vom rechten Aufschlagfeld auf. Bei ungeradem Spielstand schlägt der Aufschläger vom linken Aufschlagfeld auf.

Wenn die aufschlagende Seite einen Ballwechsel gewinnt, gewinnt die aufschlagende Seite einen Punkt und derselbe Aufschläger schlägt erneut, aber jetzt vom anderen Aufschlagfeld auf.

Wenn die rückschlagende Seite einen Ballwechsel gewinnt, gewinnt die rückschlagende Seite einen Punkt und erhält zusätzlich das Aufschlagrecht.

Der Spieler der rückschlagenden Seite, welcher zuletzt aufgeschlagen hat, verbleibt im selben Aufschlagfeld, von wo er zuletzt aufgeschlagen hat. Sein Partner hat die jeweils andere Position einzunehmen.

Die Spieler wechseln so lange nicht ihr jeweiliges Aufschlagfeld bis sie als aufschlagende Seite einen Punkt gewinnen.

### Erläuterungen zur Tabelle

In einem Doppel zwischen A & B gegen C & D haben A & B die Wahl gewonnen und sich für Aufschlag entschieden. A schlägt zu C auf. A ist erster Aufschläger, C der erste Rückschläger. Folgende Leitsätze sind zu beachten: 1.) Der Gewinner des Ballwechsels erhält einen Punkt. 2.) Das Aufschlagfeld hängt vom Punktestand des Aufschlägers ab. Gerade von rechts, ungerade von links (also wie im Einzel). 3.) Die Aufschlagpositionen werden nur gewechselt, wenn die aufschlagende Seite den Ballwechsel gewonnen hat. Die rückschlagende Seite behält ihre Positionen bei.

# Spielregeln für die Schule



Vorgehensweise / Erläuterungen	Spielstand			Aufschlag aus Aufschlagfeld	Aufschläger und Rückschläger	Gewinner des Ballwechsles
	Null beide	C	D	Rechtes Aufschlagfeld. Aufschläger hat gerade Punktzahl.	A schlägt zu C auf, A und C sind die ersten Auf- bzw. Rückschläger.	A und B
		B	A			
A und B gewinnen einen Punkt und wechseln das Aufschlagfeld. A schlägt nun von links auf. C und D behalten ihre Positionen.	1 : 0	C	D	Linkes Aufschlagfeld. Aufschläger hat ungerade Punktzahl.	A schlägt zu D auf.	C und D
		A	B			
C und D gewinnen einen Punkt und das Aufschlagsrecht. Alle behalten ihre Positionen.	1 : 1	C	D	Linkes Aufschlagfeld. Aufschläger hat ungerade Punktzahl.	D schlägt zu A auf.	A und B
		A	B			
A und B gewinnen einen Punkt und das Aufschlagsrecht. Alle behalten ihre Positionen.	2 : 1	C	D	Rechtes Aufschlagfeld. Aufschläger hat gerade Punktzahl.	B schlägt zu C auf.	C und D
		A	B			
C und D gewinnen einen Punkt und das Aufschlagsrecht. Alle behalten ihre Positionen.	2 : 2	C	D	Rechtes Aufschlagfeld. Aufschläger hat gerade Punktzahl.	C schlägt zu B auf.	C und D
		A	B			
C und D gewinnen einen Punkt und wechseln das Aufschlagfeld. C schlägt nun von links auf. A und B behalten ihre Positionen.	3 : 2	D	C	Linkes Aufschlagfeld. Aufschläger hat ungerade Punktzahl.	C schlägt zu A auf	A und B
		A	B			
A und B gewinnen einen Punkt und das Aufschlagsrecht. Alle behalten ihre Positionen.	3 : 3	D	C	Linkes Aufschlagfeld. Aufschläger hat ungerade Punktzahl.	A schlägt zu C auf.	A und B
		A	B			
A und B gewinnen einen Punkt und wechseln das Aufschlagfeld. A schlägt nun von links auf. C und D behalten ihre Positionen.	4 : 3	D	C	Rechtes Aufschlagfeld. Aufschläger hat gerade Punktzahl.	A schlägt zu D auf.	C und D
		B	A			

# Spielregeln für die Schule

---



## 4. Fehler

Es gilt als Fehler:

Wenn der Federball beim Aufschlagen über der Taillenhöhe des Aufschlägers getroffen wird.

Wenn beim Aufschlag der Federball nicht ins diagonal gegenüberliegende Aufschlagfeld gelangt.

Wenn die Füße des Aufschlägers nicht im Aufschlagfeld stehen, von welchem der Aufschlag zu erfolgen hat; Linien dürfen nicht berührt werden.

Wenn der Federball beim Aufschlag oder während des Spiels ausserhalb der Spielbegrenzung zu Boden fällt, durch unter oder ins Netz geschlagen wird, Körper oder die Kleidung berührt. Die Begrenzungslinie gehört zum Spielfeld.

Wenn der Federball zurückgeschlagen wird, bevor er das Netz überquert hat.

Wenn ein Spieler das Netz mit dem Schläger, dem Körper oder der Bekleidung berührt, bevor der Ball am Boden ist.

Wenn im Doppel ein Spieler oder Partner hintereinander den Ball berührt.

Wenn der Aufschläger bis zum erfolgten Aufschlag nicht mit irgendeinem Teil beider Füße den Boden berührt.

## 5. Kein Fehler

Der Aufschlag ist gültig, wenn der Federball das Netz berührt und korrekt ins gegnerische Aufschlagfeld fällt.

Ein Schlag ist gültig, wenn der Federball während des Ballwechsels das Netz berührt und darüber hinweggelangt.

## 6. Anmerkung

Im Badminton wird weitgehend ohne Schiedsrichter gespielt (auch an Turnieren und in der Meisterschaft). Schüler sollen dazugeführt werden, die Aussagen des Gegners (z.B. "in" oder "out" zu akzeptieren. Bei Uneinigkeit soll um den betreffenden Punkt eine Wiederholung gegeben werden.

Turnhalle haben in der Regel eine Höhe von 5,5 – 7 m. Aufschläge, welche die Decke oder herabhängende Geräte berühren, sollen wiederholt werden. Während des Spiels ist die Deckenberührung als Fehler, die Berührung der Geräte als Wiederholung zu werten. Die Netzhöhe beträgt 1.55m.



## Tchoukball

### Die Punkte

- Ein Spieler erzielt für seine Mannschaft einen Punkt, wenn der Ball nach der Rückkehr vom Rahmen den Boden berührt, bevor ihn ein Gegenspieler innerhalb des Spielfeldes halten kann.
- Ein Spieler erzielt einen Punkt (bei Anfängern nur als Fehler werten!) für die gegnerische Mannschaft, wenn:
  - Der Ball den Rahmen verfehlt
  - Der Ball nach dem Wurf auf den Rahmen das Spielfeld verlässt
  - Der Ball nach dem Wurf den Werfer selber trifft
  - Der Ball auf dem Rückflug vom Rahmen in die verbotene Zone fällt
- Nach einem gemachten Punkt wird der Ball von jener Mannschaft angespielt, die den Punkt verloren hat. Das Anspiel erfolgt hinter der Grundlinie bei jenem Rahmen, bei welchem der Fehler erfolgte. Hat der Ball nach dem Anspiel - die Mittellinie passiert, so darf auf beide Rahmen wahlweise geworfen werden.

### Die Fehler

- Ein Spieler begeht einen Fehler, wenn:
  - Er sich laufend oder den Ball prellend fortbewegt
  - Er mit dem Ball in der Hand - mehr als drei Bodenberührungen macht
  - Er den Ball mit seinen Beinen oder Füßen spielt
  - Er einen vierten Pass spielt (das Anspiel zählt nicht als Pass)
  - Er den Ball in den Händen haltend - ausserhalb der Spielfeldmarkierung oder in der verbotenen Zone steht (oder liegt)
  - Er vorsätzlich den Ball nach einem gegnerischen Spieler wirft
  - Er den Ball nicht fangen kann und fallen lässt
  - Er den gegnerischen Pass abfängt
  - Ihn der Ball beim Rückflug vom Rahmen nach einem Wurf aus der eigenen Mannschaft trifft
  - Er gegnerische Aktionen oder den freien Ballwechsel behindert
  - Er den Rahmen des Netzgestells trifft (Freiwurf für den Gegner an der Stelle, wo der Ball den Boden berührt hat)
- Begeht ein Spieler drei absichtliche Fouls, kann er vom Feld verwiesen werden.
- Fehler = Freiwurf am Ort, wo der Fehler stattgefunden hat. Vor einem Wurf auf einen Rahmen muss mindestens ein Pass erfolgen.
- Eine offizielle Partie dauert drei mal 15 Minuten mit je 5 Minuten Pause dazwischen.
- Vor einem Spiel kann man andere Austragungsbedingungen festlegen.



## Tischtennis

### Aufschlag

- Der Ball muss hinter dem Tisch senkrecht hochgeworfen werden.
- Der Aufschläger muss den Ball mit dem Schläger so spielen, dass er zuerst auf der eigenen und dann auf der gegnerischen Tischhälfte aufspringt.
- Berührt der Ball dabei das Netz, so ist dies ein „Netzaufschlag“ und muss wiederholt werden.
- Trifft man den hochgeworfenen Ball beim Aufschlag nicht, ist dies ein Fehler und der Gegner erhält einen Punkt.
- Jeder Spieler schlägt je zweimal auf, dann wechselt das Aufschlagrecht zum Gegner. Eine Ausnahme gibt es in der Satzverlängerung: Ab 10 zu 10 wird abwechselnd aufgeschlagen!
- Beim Doppel muss der Aufschläger den Ball diagonal von seiner Vorhandseite in die gegnerische Vorhandseite spielen (aus Sicht eines Rechtshänders!), beim Einzel gibt es keine Einschränkung.

### Ballwechsel

- Anders als beim Aufschlag muss der Ball direkt auf die gegnerische Tischhälfte gespielt werden.
- Bevor der Ball gespielt wird, darf er nur einmal auf der eigenen Tischhälfte aufgesprungen sein.
- Es ist nicht erlaubt, den Ball wie beim Tennis „volley“ aus der Luft anzunehmen.
- Bevor der Ball auf die gegnerische Tischhälfte auftrifft, darf er nur das Netz oder den Netzpfeiler berühren. Berührt der Ball hingegen andere Gegenstände wie Kleidung, die Decke oder die Wand, gilt dies als Fehler.
- Ein Ball, der die gegnerische Tischhälfte berührt, zählt nur dann, wenn er die Oberkante und nicht die Seite des Tisches berührt.

### Satz

- Ein Satz wird von dem Spieler gewonnen, der zuerst 11 Punkte erzielt hat.
- Haben beide Spieler 10 Punkte erreicht, geht es in die Satzverlängerung: Es gewinnt derjenige den Satz, der zuerst mit 2 Punkten Vorsprung führt, z.B. 12:10, 13:11 etc.
- Nach jedem Satz werden die Seiten gewechselt. Im entscheidenden letzten Satz findet der Seitenwechsel statt, sobald einer der Spieler 5 Punkte erreicht hat.

### Spiel

- Ein Spiel besteht in der Regel aus drei Gewinnsätzen. Im Höchstfall können also 5 Sätze gespielt werden, wenn bei einem 2:2 Satzgleichstand der fünfte Satz die Entscheidung bringt.



## Ultimate

nach: Kunert, Markus: Frisbee® Scheiben im Schulsport. Praxisanleitung. Mainz: DiscSport Verlag 2002

### 1. Spirit of the Game

Ultimate betont die Sportlichkeit, Anstand und Fairplay. Kämpferischer Einsatz wird zwar gefördert, darf aber niemals auf Kosten des Respekts vor dem Gegner, den vereinbarten Regeln und der Freude am Spiel gehen!

### 2. Punktgewinn

Das angreifende Team erzielt einen Punkt, wenn ein Mitspieler die Scheibe in der Endzone des Gegners fängt. Der Pass muss von einem eigenen Spieler kommen. Nach jedem Punkt gibt es einen Seitenwechsel.

### 3. Spielbeginn

Zum Spielbeginn und nach jedem Punkt stellen sich beide Teams an der Endzonenlinie auf. Beim Anwurf wird die Scheibe dem gegnerischen Team zugeworfen. Das anwerfende Team ist dann in der Verteidigung.

### 4. Spielablauf

Die Scheibe darf in jede Richtung geworfen werden. Mit der Scheibe wird nicht gelaufen. Nach dem Fangen muss man so schnell wie möglich stehen bleiben. Der Werfer hat dann 10 Sekunden Zeit (in der Halle 8 Sekunden) die Scheibe abzuwerfen. Der Marker (direkter Gegenspieler des Werfers) zählt laut die Sekunden.

### 5. Scheibenwechsel

Wenn ein Pass nicht vom Mitspieler gefangen werden kann (Scheibe berührt den Boden, fliegt ins Aus oder der Gegner fängt sie ab), kommt das verteidigende Team sofort in Scheibenbesitz und greift nun an. Es gibt keine Spielunterbrechung.

### 6. Spielerwechsel

Spieler dürfen nur nach einem Punkt ausgewechselt werden, dann aber beliebig viele.

### 7. Körperloses Spiel

Alle Spieler achten auf ein körperloses Spiel. Es gibt kein Sperrren wie im Basketball. Jede Körperberührung ist im Prinzip ein Foul.

### 8. Foulspiel

Wenn ein Spieler einen anderen Spieler berührt, ist das ein Foul. „Foul“ ruft der Spieler der gefoult wurde, kann aber auch vom foulenden Spieler selber angezeigt werden. Wenn die Scheibe durch das Foul verloren geht, wird das Spiel unterbrochen, der Angreifer bekommt die Scheibe und das Spiel wird durch „3-2-1“-Zählen fortgesetzt, als wäre nichts passiert. Ist der foulende Spieler mit dem Foulruf nicht einverstanden, so wird der letzte Wurf wiederholt. Es gibt keine Sanktionen, da kein Ultimate-Spieler die Regeln absichtlich verletzt.

### 9. Eigenverantwortung

Jeder Spieler ist für sein Foulspiel selbstverantwortlich. Ebenso werden Linienentscheidungen (innerhalb oder ausserhalb) fair getroffen. Es gibt keine Schiedsrichter. Die Spieler regeln ihre Meinungsverschiedenheiten in fairer Weise, auch auf Weltmeisterschaften.



## Rugby (Touchrugby)

Quelle: Rugby im Schulsport - Möglichkeiten der Einführung - Übungs- und Spielformen mit vereinfachten Regeln <http://www.rugby-jugend.de>

### 1. Sinn und zweck des Spiels

Zwei Mannschaften mit je sieben Spielern versuchen so viele Punkte wie möglich zu erzielen, indem sie den Ball tragen, passen oder treten. Wenn sie den Ball hinter der Mallinie des Gegners ablegen können, erhalten sie fünf Punkte!

### 2. Spielfeld

Das Spielfeld ist so gross wie ein Fussballfeld, es kann aber auch auf verkleinerten Feldern stattfinden.

### 3. Spielzeit

Die Spielzeit beträgt zwei mal sieben Minuten mit einer Minute Pause.

### 4. Tragen des Balls

Der Ball darf so lange getragen werden, bis der Ballträger von einem Gegner mit **beiden Händen an den Hüften** berührt wird. Dann muss er sofort abspielen (innerhalb von max. drei Schritten). Wenn er dazu nicht in der Lage ist, muss er den Ball auf den Boden legen. Nur der **Ballträger** darf angegriffen werden!

### 5. Passen

Der Ball darf nicht nach vorne gepasst werden. Nur Pässe zur Seite oder nach hinten sind erlaubt.

### 6. Anspiel

Die beiden Mannschaften stellen sich in den gegenüberliegenden Spielhälften auf, die Mannschaft in Ballbesitz auf der Mittellinie, die Gegner mindestens zehn Meter von der Mittellinie entfernt in der eigenen Hälfte. Kickstart: Ball ca. 10 cm nach vorne kicken, aufnehmen und sofort laufen oder abgeben.

### 7. Out

Bei einem Seitenout wird das Spiel von der Seitenoutlinie durch ein Antippen des Balles mit dem Fuss fortgesetzt (Ball ca. 10 cm nach vorne kicken, aufnehmen und sofort laufen oder abgeben). Nach einem Out im Malfeld dürfen die Angreifer fünf Meter vor der Mallinie einen Kickstart ausführen.

### 8. Fussspiel

Kicken ist nur im Rahmen kurzer Überkicks über die herannahenden Verteidiger erlaubt. In kleineren Hallen sollte es herausgenommen werden.

### 9. Abseits

Ein Spieler ist in Abseitsposition,

- wenn er sich vor dem Ball aufhält, den ein anderer Spieler seiner Mannschaft zuletzt gespielt hat, und wenn er ins Spiel eingreift.
- wenn er sich bei einem Kick vor dem tretenden Spieler seiner eigenen Mannschaft aufhält.

### 10. Regelverstoss

Bei einem Regelverstoss gibt es einen Straftritt an der Stelle, wo der Verstoss stattgefunden hat. Dabei muss sich die schuldige Mannschaft 10 m weit nach hinten zurückziehen und die Angreifer setzen das Spiel durch Antippen des Balles mit dem Fuss fort (Ball ca. 10 cm nach vorne kicken, aufnehmen und sofort laufen oder abgeben).

# Spielregeln für die Schule

---



## Futsal

Quelle: Hessischer Fussball Verband <http://www.hfv-online.de>

### 1. Zahl der Spieler

5 (4 + 1), maximal 12

### 2. Spielfeldgrenzen

Auslinien auf allen Seiten

### 3. Spielzeit

Offiziell 2 x 20 Min. reine Netto-Spielzeit

### 4. Grösse der Tore

3 x 2 m (Handballtore)

### 5. Fouls

Wie beim Fussball, jedoch Rempeln, Grätschen / Slidetackling (Hineingleiten) ist verboten und wird mit einem direkten Freistoss geahndet. Ausnahme: Der Torhüter darf in seinem Strafraum nach dem Ball hechten.

### 6. Ahndung von Fouls

Jedes Foul, das mit einem direkten Freistoss geahndet wird (auch Vorteile), wird als kumuliertes Foul gezählt. Ab dem 6. kumulierten Foul: Strafstoss ab 10-m-Marke oder entsprechend näher, falls das Foul näher zum Tor als 10 Meter stattfindet.

Bis zum 6. Foul darf die Mannschaft eine Mauer bilden und das Foul wird dort geahndet, wo es passiert. Ab dem 6. Foul = 10-Meter- Strafstoss ohne Mauer und direkt auf den Torhüter, der bis zu 5 Meter an den Ausführungsort heran darf. Nach Erreichen des 5. kumulierten Fouls wird die Mannschaft hierüber informiert.

### 7. Strafstoss

Foul im Strafraum (zählt auch als kumuliertes Foul) = 6 m-Strafstoss

### 8. Feldverweis

Ein des Feldes verwiesener Spieler (Gelb-Rot oder Rot) darf nach 2 Min. oder aber nach einem kassierten Tor durch einen anderen Spieler ersetzt werden. Ausnahme: die gegnerische Mannschaft spielt ebenfalls mit wenigen Spielern, dann darf der Spieler erst nach Ablauf von 2 Minuten ersetzt werden.

### 9. „Rückpass“ zum Torwart

Zuspiel zum TW ist zwar erlaubt, aber nach einem Abwurf/Abspiel durch den TW muss der Ball erst die Mittellinie überquert haben oder von einem Gegenspieler berührt worden sein, bevor der Ball wieder dem TW zugespielt werden darf. Hierbei ist es unerheblich, ob der TW den Ball mit der Hand oder dem Fuss kontrolliert oder gespielt hat.

### 10. Ball ins Spiel nach Seitenaus

Einkick; Der Ball ruht auf der Linie und der Spieler muss mit einem Teil des Standfusses entweder auf der Seitenlinie oder ausserhalb des Feldes stehen, wenn er den Ball ins Feld spielt.

### 11. 4-Sekunden-Regel

Für die Spielfortsetzungen EINKICK, FREISTÖSSE, ABWURF, ECKSTOSS haben die Spieler maximal 4 Sekunden Zeit, sobald er den Ball kontrolliert, der Abstand von 5 Metern hergestellt ist und er jederzeit die Spielfortsetzung ausführen könnte. Überschreitet der Spieler die 4 Sekunden wird ein indirekter Freistoss (bei Freistössen, Abwurf und Eckstoss) oder ein Einkick (nur bei Einkick) für den Gegner verhängt. Der TW darf in seiner Hälfte maximal 4 Sekunden den Ball kontrollieren. Überschreitet er diese 4 Sekunden wird ein indirekter Freistoss gegen ihn verhängt.

# Spielregeln für die Schule

---



## 12. Ball an die Decke

Für die gegnerische Mannschaft wird ein Einkick von der Seitenauslinie an der Stelle verhängt, die der Deckenberührung am nächsten ist.

## 13. Auswechslung

Fliegendes Ein- und Auswechseln ist erlaubt, allerdings muss hier besonders darauf geachtet werden, dass nur innerhalb der Wechselzone gewechselt wird und der einzuwechselnde Spieler erst dann das Feld betritt, wenn der auszuwechselnde Spieler das Feld verlassen hat. Bei Vergehen gegen diese Regel wird/werden der/die fehlbare/n Spieler mit einer Gelben Karte verwarnet.

## 14. Torerzielung

Tore können von überall innerhalb des Feldes erzielt werden, also auch von der eigenen Hälfte. Aus einem indirekten Freistoss, einem Einkick sowie einem (Tor-)Abwurf kann kein Tor direkt erzielt werden.

## 15. (Tor-)Abwurf

Ein Torabwurf, nachdem der Ball durch einen Gegner ins Toraus ging, wird nur durch den TW aus der Hand ausgeführt und kann auch über die Mittellinie geworfen werden. Selbiges gilt auch, wenn der TW den Ball aus dem laufenden Spiel mit der Hand kontrolliert.

# Spielregeln für die Schule

---



## Indiaca

Quelle: <http://www.indiaca.de>

### 1. Das Spielfeld

Das Spielfeld ist ein Rechteck von 16 x 6,10 m. Es ist aufgeteilt in zwei gleiche Teile. Grundlinien und Seitenlinien gehören zum Spielfeld. Die Mittellinie zu beiden Mannschaftsfeldern. Berührt eine Indiaca die Linien des Spielfeldrandes so ist sie im Feld. Der Aufschlagsraum ist hinter der Grundlinie.

Das Angriffsfeld wird 3 m vor der Mittellinie in jedem Spielfeld durch eine Linie abgegrenzt

### 2. Das Netz

Netzhöhe: Das Netz ist oberhalb der Mittellinie gespannt. Die Netzhöhe beträgt für Männer 235 cm, Frauen 220 cm, Mixed 225 cm

### 3. Mannschaften

Eine Mannschaft besteht aus 5 Spielern. Es können insgesamt maximal 10 Spieler je Spiel eingesetzt werden.

### 4. Spiel und Satz

Ein Spiel ist gewonnen, wenn eine Mannschaft zwei Sätze für sich entschieden hat. Um einen Satz zu gewinnen, muss eine Mannschaft 25 Treffer erzielen, bei einem Mindestabstand von zwei Treffern.

In einem Entscheidungssatz werden die Seiten gewechselt, sobald eine Mannschaft 13 Treffer erzielt hat. Bei diesem Seitenwechsel müssen die Spieler die vorherige Position einnehmen. Aufschlag nach dem Seitenwechsel hat die Mannschaft, die den 13. Treffer erzielte.

### 5. Aufschlag

Der Aufschlag wird von dem Spieler der Position I hinter der Grundlinie ausgeführt.

Die Indiaca wird mit einer Hand, nicht über Hüfthöhe, gehalten und mit der anderen Hand über das Netz geschlagen.

Der Aufschläger ist im Augenblick des Aufschlags nicht an eine bestimmte Position gebunden. Er kann den Aufschlag von jeder Position hinter der gesamten Breite der Grundlinie aus vornehmen.

Bei jedem Neugewinn des Aufschlags, rotiert die Mannschaft um eine Position im Sinne des Uhrzeigers.

Funktionen: Die Rückraumspieler (I und V) gelten als Abwehrspieler. Die Netzspieler (II, III und IV) als Angriffspieler. Abwehrspieler dürfen in die Angriffszone, dort jedoch die Indiaca nicht über Netzhöhe berührend ins gegnerische Feld spielen. Die Position des Fusses beim Absprung oder beim Stehen ist entscheidend. Abwehrspieler dürfen nicht blocken (Siehe Abbildung).

Übertreten der Linie: Beim Aufschlag darf die Grundlinie nicht berührt werden.

### 6. Spielvorgang

Jeder Mannschaft ist es erlaubt bis zu dreimal die Indiaca im eigenen Feld zu spielen bevor sie das Netz überquert. Eine Blockabwehr zählt nicht als Schlag.

Als „Block“ gilt nur die Abwehr mit zwei nebeneinander liegenden Händen über dem Kopf, unmittelbar am Netz. Die Hände dürfen bei der Berührung nicht nach vorne bewegt werden. Werden die Hände nach vorne bewegt, wird die Berührung als Schlag gewertet.

Jede Berührung der Indiaca wird als Schlag gewertet, ausser dem Block. Ein Spieler darf die Indiaca nicht zweimal hintereinander berühren.

Die Indiaca darf nicht geführt werden. Sie muss die Hand unmittelbar nach der Berührung verlassen.

# Spielregeln für die Schule



Jeder Fehler der gegnerischen Mannschaft wird als Treffer für die eigene Mannschaft gewertet und gibt der eigenen Mannschaft das Aufschlagsrecht.

Die Indica darf das Netz zwischen den Antennen berühren.

Falls die Indica ein Objekt ausserhalb des Spielfeldes oder das Netz ausserhalb der Seitenbegrenzung oder die Antennen berührt wird dies als Fehler gewertet.

Ein Spieler darf das Netz nicht berühren. Auch nicht die Spannseile und die Pfosten.

## 7. Fehler

Fehler, die zum Punktgewinn für die gegnerische Mannschaft führen, sind:

Wenn die Indica:

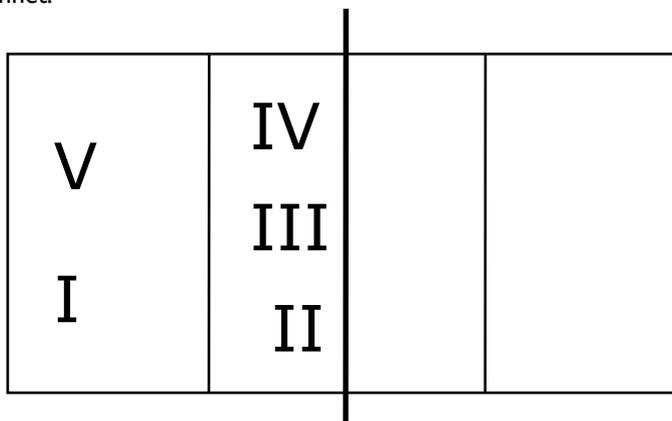
- den Boden im eigenen Feld berührt.
- die Mittellinie unter dem Netz überquert.
- einen Gegenstand der nicht zum Spielfeld gehört berührt, ausser dem Netz innerhalb der seitlichen Begrenzungen.
- ins Aus gespielt wird.
- das Netz beim Aufschlag berührt.
- mehr als dreimal in Folge innerhalb der Mannschaft gespielt wird.
- gehalten, gefangen oder geworfen wird.

Wenn ein Spieler:

- das Netz, die Seile oder die Pfosten berührt.
- unter dem Netz hindurchgreift oder über das Netz greift. Es ist kein Fehler, wenn nach einem Angriffsschlag eine Hand im Nachführen ins gegnerische Feld kommt und die gegnerische Abwehr dadurch nicht behindert wird.
- das Feld des Gegners betritt. (Diese Regelung gilt für die gesamte Spieldauer, also auch dann wenn die Indica gerade nicht im Spiel ist.)
- derselben Mannschaft zweimal hintereinander schlägt, ohne dass die Indica dazwischen von einem anderen Spieler berührt wurde.
- den Aufschlag nicht korrekt ausführt.
- die Grundlinie beim Aufschlag berührt oder übertritt.
- die Indica mit einem anderen Körperteil ausser Hand oder Unterarm berührt.
- während des Aufschlages einen Aufstellungsfehler oder einen Rotationsfehler macht.
- als Abwehrspieler im Angriffsraum oberhalb der Netzkante ins gegnerische Feld spielt.
- direkt die gegnerische Aufgabe blockt oder diese aus der Angriffszone direkt zurückschmettert (Erlaubt ist das direkte Zurückspiel mit steigender Flugbahn).

## 8. Doppelfehler

Auf Doppelfehler wird erkannt, wenn zwei Gegner gleichzeitig einen Fehler begehen. (z.B. Übertretung der Mittellinie, Netzberührung usw.) Es wird auf Wiederholen des Aufschlages erkannt. Fehler werden keiner Mannschaft angerechnet.



# Spielregeln für die Schule

---



## Smolball

Quelle: <http://www.smolball.com>

### Regeln für die Schule

Das Spiel beginnt mit einem **Sprungball** an der Mittellinie. Nach einem Torerfolg bringt der Torhüter den Ball an einer Torraumecke innerhalb von 4 Sek. wieder ins Spiel (= Anspiel).

#### Im Spiel darf der Ball:

- max. 4x berührt werden (Aufnahme des Balles vom Boden gilt nicht als Ballberührung!)
- max. 4 Schritte getragen werden, wenn er auf dem Schläger balanciert wird.
- max. 4 Sek. gehalten werden, wenn man sich nicht fortbewegt.
- vom Torhüter max. 4 Sek. gehalten werden.

#### Im Spiel darf der Ball nicht:

aktiv mit der Hand, dem Arm, dem Kopf, dem Fuss oder dem Unterschenkel gespielt werden (Freischlag).

- die Decke berühren (Freischlag).
- mit dem Körper oder Schläger abgedeckt werden.

#### Ein Spieler begeht einen Fehler, wenn er:

- mit dem Schläger auf den Schläger des Gegners schlägt (Freischlag).
- mit dem Schläger den Körper schlägt (Freischlag). Der Spieler wird vom Spiel ausgeschlossen und durch einen anderen Spieler nach 4 min. ersetzt.
- den ballführenden Spieler von hinten angreift (Foul - Freischlag).
- den Gegner festhält, stösst, checkt so dass der Gegner das Gleichgewicht verliert (Foul - Freischlag). Der Spieler wird mit einer 4-min.-Strafe geahndet.
- den Ball liegend/kniend im eigenen Torraum spielt (Bodenspiel – Penalty).
- den Ball liegend/kniend im gegnerischen Torraum spielt (Bodenspiel – Freischlag). Ausserhalb des Torraumes ist das Körperbodenspiel erlaubt.

#### Freischlag

Freischlag wird indirekt und an Ort des Regelverstosses ausgeführt. Ausnahme bilden Regelverstösse hinter dem Tor und im Torraum. In diesen Fällen wird der Freischlag von einer vorderen Torraumecke ausgeführt. Die Gegner haben immer einen Abstand von 4 Metern einzuhalten.

#### Penalty

Penalty wird direkt gespielt. Abstand 4 Meter zum Tor. Der Torhüter befindet sich mit beiden Füßen auf der Torraumlinie. Die übrigen Spieler auf dem Penalty- Halbkreis.

Wenn für eine Mannschaft, trotz eines Regelverstosses gegen sie, ein **Vorteil** entsteht, soll der Schiedsrichter das Spiel weiterlaufen lassen (Vorteilregel).



## Intercrosse

### Regeln für die Schule

Intercrosse zeichnet sich durch aussergewöhnliche Regeln aus. Für den Schulsport wurden spezielle Regeln entwickelt, die diese Sportart im schulischen Umfeld spielbar macht.

Die wichtigsten zehn Regeln im Überblick:

**Regel 1:**

Gezielter Körperkontakt (Körper mit Körper, Stick mit Körper, Stick mit Stick) ist verboten.

**Regel 2:**

Der Ball darf nur mit dem Stick geführt werden. Er darf weder geschlagen noch mit dem Körper berührt werden.

**Regel 3:**

Der Stick muss grundsätzlich mit beiden Händen gehalten werden, ausser beim Fangen, Passen oder Covern darf er mit einer Hand geführt werden.

**Regel 4:**

Ein Spieler darf den Ball maximal fünf Sekunden im Korb halten.

**Regel 5:**

Der Ball führende Spieler darf mit dem Ball nicht gehen. Er muss stehen oder rennen.

**Regel 6:**

Die Mannschaft, die im Ballbesitz ist, muss innerhalb von 30 Sekunden einen Angriff abschliessen.

**Regel 7:**

Der Spieler, der einen auf dem Boden liegenden Ball zuerst mit dem Korb seines Sticks bedeckt (covert), darf den Ball spielen. Die Gegenspieler müssen dabei einen Abstand von zwei Metern halten.

**Regel 8:**

Vor beiden Toren gibt es einen Torkreis (mit einem Radius von etwa drei Metern). Dieser Torkreis darf von den Angreifern nicht betreten werden.

**Regeln 9:**

Es wird in einer strikten 1:1 Deckung verteidigt. Zonen- oder Doppeldeckung sind nicht erlaubt.

**Regel 10:**

Es darf nie geschossen werden, wenn ein Spieler in der Schusslinie steht.