**U10 Mikroliga – hracie obdobie 2022-23**

**Veková kategória:**

Roč. nar. 2013 a mladší / mladšie (do turnajov sú zapojené zmiešané družstvá chlapcov a dievčat)

**Systém turnajov (vyžrebovanie v samostatnej prílohe):**

Víkendové jednodňové mini-turnaje 3-4 družstiev so zapojením hry 4:4 na malé koše, resp. jednoduchých súťaží v zručnosti. Rozdelenie družstiev podľa regionálneho hľadiska - podľa aktuálneho stavu prihlásených družstiev. Snaha minimalizovať v tejto kategórii cestovné náklady, zapájať proti sebe družstvá z blízkych logisticky dostupných regiónov. Každé družstvo sa zúčastní 6 turnajov.

**Prihlásené družstvá a ich rozdelenie do skupín**

**Súťaž riadi HK SBA – Región** ( [hkregion@slovakbasket.sk](mailto:hkregion@slovakbasket.sk) )

**Účastníci a rozdelenie do skupín:**

**Dievčatá skupina A** (11) – MIBA Stupava Funky Cats Girls, IBAS Bratislava, BKM Petržalka, ŠBK Šamorín, BK AŠK SLÁVIA Trnava, BK Lokomotíva Sereď, BK Lokomotíva Sereď - červení, BKM Junior Nitra, Piešťanské Čajočky, BK NMnV, BKM Žilina

**Dievčatá skupina B** (8) – BA Čaňa, CBK U10, YOUNG ANGELS U10 Košice, TYDAM Košice, TYDAM JAZERO Košice, BAM Poprad, ŠŠK BASKET Stará Ľubovňa, BKM Bardejov U10 - mikro

**Chlapci skupina C** (10) – Inter Bratislava Black, Inter Bratislava yellow, B.S.C. Turnianska, B.S.C. Holíčska, B.S.C. Lachova, MIBA Vysoká pri Morave Bulls, MIBA Záhorská Bystrica Turbo Snales, MIBA Stupava City Dogs Boys, Strojár Malacky, BK Lokomotíva Sereď

**Chlapci skupina D** (9) – MBA Prievidza, BK AS Trenčín, BK MŠK Žiar nad Hronom, ŠBK Junior Levice, BBK Bánovce nad Bebravou, BK NMnV, AKAPO Lučenec, BŠ Luko, TSM Slávia Žilina

**Chlapci skupina E** (5) – ŠBK GALAXY Košice „orange“, ŠBK GALAXY Košice „yellow“, ŠBK GALAXY Košice „red“, BA Čaňa, RIM Basket Košice

**Herné pravidlá turnajov:**

Hrá sa podľa platných pravidiel minibasketbalu s nižšie uvedenými úpravami, ktoré korešpondujú s potrebami detí v minibasketbalovom veku, kde sa zoznamujú s technickými zručnosťami a hernými situáciami s apelom na ich intenzívne zapojenie v priebehu zápasov. Cieľom nižšie uvedených korekcií pre herný posun, ktorý deťom umožní hrať hru bez prestojov a formálnych zdržaní. Navrhované úpravy tak zvyšujú pomer aktívneho herného času v priebehu zápasu

1. Hracia doba **4 x 8** hrubý čas
2. Kôš vo výške 260cm, hracia lopta č. 5.
3. Zápasy sa hrajú v počte **4 x 4** ( do zápasu môže nastúpiť ľubovoľný počet hráčov, odporučený počet je min. 8 hráčov(-ok)
4. Striedanie nie je viazané ku štvrtinám, ani času. Hráči môžu opakovane striedať v štvrtine, resp. v zápase – odporúčame rovnomerné zapojenie všetkých hráčov(k). Každý tréner musí mať pripravených hráčov k striedaniu pred prerušením hry
5. Pri žiadnom vhadzovaní zo zázemia sa nepodáva lopta rozhodcovi (výnimkou je situácia, kedy rozhodca podáva lopty vhadzujúcemu hráčovi po vystriedaní
6. Pravidlo o driblingu – dôsledné posudzovanie dvojitého driblingu i driblingu dvoma rukami, ale s primeranou toleranciou, napr. pri posudzovaní prenášania s ohľadom na minibasketbalistov(ky) začiatočníkov
7. Pravidlo o krokoch – tolerancia pri zahájení a ukončení driblingu, rovnako pri využívaní obrátok, pískať len „veľké“ kroky
8. Trestné hody sa nestrieľajú – po faule nasleduje vhadzovanie zo zázemia. Súčasne sa nepočítajú individuálne fauly, ani tímový fauly vo štvrtine. Uplatňuje sa pravidlo 3 fauly = 1 bod (plynulosť hry)
9. Neuplatňuje sa pravidlo 3, 8 a 24 sekúnd. Pravidlo 5. sekúnd uplatňovať iba pri vhadzovaní zo zázemia a to iba pri výraznom porušení
10. Na turnaj sú delegovaní dvaja rozhodcovia v prípade turnaja za účasti 3 družstiev, prípadne traja rozhodcovia v prípade účasti 4 družstiev. Úlohou rozhodcov je nielen dohliadať na dodržiavanie pravidiel, ale aj stručne a jasne vysvetliť pravidlá, zdôvodniť svoje verdikty, byť najmladších hráčom „učiteľom pravidiel“ a priateľskou formou ich postupne viesť do plynulej basketbalovej hry podľa stanovených pravidiel.

**Súťaže v zručnosti**

Obrázok, na ktorom je text

Automaticky generovaný popis

1. Driblingová súťaž (slalom)

Každé družstvo sa postaví do radu za sebou, pričom prvý hráč je na poliacej čiare s loptou.

Prvý hráč zaháji dribling z basketbalového postoja a dribluje okolo prvého kužeľa pravou rukou, následne okolo ľavého kužeľa ľavou rukou atď. až do konca.

Pred ďalším spoluhráčom v rade zastavuje na 2 nohy do basketbalového postoja a podáva loptu spomínanému spoluhráčovi.

Po odovzdaní lopty sa hráč zaradí na koniec zástupu.

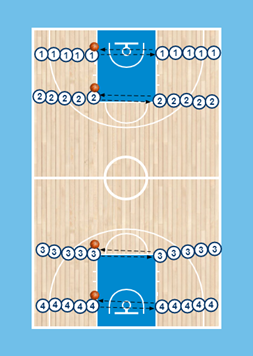
Tak pokračujeme, pokiaľ sa nevystriedajú všetci hráči družstva.

2. Prihrávky

Každé družstvo sa rozdelí na polovicu a postaví a postaví sa do radu za sebou, pričom prvý hráč je s loptou - na šírku vymedzeného územia.

Súťaž začne tak, že prvý hráč s loptou prihrá loptu prvému hráčovi v zástupe oproti a zaradí sa na koniec radu, do ktorého prihrával.

Prvých 20 prihrávok prihrávajú hráči pravou rukou, ďalších 20 prihrávok ľavou rukou a posledných 20 prihrávok oboma rukami.



Obrázok, na ktorom je text

Automaticky generovaný popis

3. Súťaž v zakončovaní

Každé družstvo sa postaví do radu za sebou, pričom prvý hráč je na poliacej čiare s loptou.

Pred prvým hráčom sú 2 kužele a vo vzdialenosti približne 4-5 m sa nachádza ďalší kužeľ.

Prvý hráč zaháji dribling z basketbalového postoja, súčasne zoberie so sebou jeden z kužeľov, dribluje s ním dopredu k ďalšiemu kužeľu, kde svoj kužeľ položí a zakončuje do koša ľubovoľným spôsobom. Strieľa dovtedy, pokým nedá kôš.

Po úspešnom pokuse dribluje späť, opäť zoberie kužeľ z miesta, kde ho položil a postaví ho ku kužeľu na poliacej čiare (kde bol na začiatku).

Podáva loptu ďalšiemu spoluhráčovi v rade.

Po odovzdaní lopty sa hráč zaradí na koniec zástupu.

Tak pokračujeme, pokiaľ družstvo dosiahne 15 košov.

Spoločné pravidlá

- všetky družstvá súťažia naraz

- družstvo, ktoré súťaž dokončí, si celé sadne, aby bolo vidieť, že majú dokončené

- každé družstvo musí mať rovnaký počet hráčov

- v prípade, že súťažiace družstvá nemajú rovnaký počet hráčov, môžu si požičať hráčov z iného družstva, resp. niektorí hráči nebudú súťažiť a budú zaradení do ďalšej súťaže

- nakoniec vyhodnotíme, ktoré družstvo bolo prvé, druhé atď., ale nebudeme bodovať

**Bodovanie – výsledky súťaží / zápasov**

nehrať na výsledok, zaznamenávať iba priebeh stretnutia a účastníkov jednotlivých zápasov do riadneho zápisu o stretnutí pre minibasketbal (potreba vykázania administrácie konania zápasov / turnajov)

**Odporúčaný herný plán (príklad)**

**„Herný plán pre 4 družstvá“**

08.30 – 9.10 prezentácia tímov

09.10 – 9.15 otvorenie turnaja

09.15 – 10.00 1. zápas / družstvo I. vs. družstvo II. /

10.00 – 10.45 2. zápas / družstvo III. vs. družstvo IV. /

10.45 - 11.00 Driblingová súťaž

11.00 – 11.45 3. zápas / družstvo I. vs. družstvo III. /

11.45 - 12.30 4. zápas / družstvo II. vs. družstvo IV. /

12.30 - 12.45 Prihrávková súťaž

12.45 – 13.30 5. zápas / družstvo I. vs. družstvo IV. /

13.30 - 14.15 6. zápas / družstvo II. vs. družstvo III. /

14.15 - 14.30 Súťaž v zakončovaní

14.30 - 14.45 Vyhodnotenie výsledkov - ukončenie turnaja

**„Herný plán pre 3 družstvá“**

08.45 – 9.10 prezentácia tímov

09.10 – 9.15 otvorenie turnaja

09.15 – 10.00 1. zápas / družstvo I. vs. družstvo II. /

10.00 - 10.15 Driblingová súťaž

10.15 – 11.00 2. zápas / družstvo I. vs. družstvo III. /

11.00 - 11.15 Prihrávková súťaž

11.15 - 12.00 3. zápas / družstvo II. vs. družstvo III. /

12.00 - 12.15 Súťaž v zakončovaní

12.15 - 12.30 Vyhodnotenie výsledkov - ukončenie turnaja