

כדי לעיין בספר כללי נטבול, לחץ כאן

נטבול – כללים בסיסיים

במשחק שתי קבוצות, שבע שחקניות בכל קבוצה. כל קבוצה צריכה לקלוע לסל של הקבוצה היריבה ולהגן על הסל שלה.

כלל שלוש השניות

עם תפיסת הכדור, עומדות לרשות השחקנית 3 שניות עד למסירתו.

עבודת רגליים ("צעדים")

עבודה נכונה עם הרגליים היא אחד האתגרים הקשים ליישום בנטבול. אם שחקנית תופסת את הכדור כשהיא עומדת על רגל אחת, רגל זו הופכת להיות "רגל הנחיתה". בשלב זה, השחקנית יכולה לבחור לדרוך על הרגל השניה, להרים את רגל הנחיתה ולמסור את הכדור טרם הנחתה שוב על הקרקע. לחילופין, היא יכולה להשאיר את רגל הנחיתה במקום, ולהזיז את הרגל השניה ללא הגבלה. אין לקפוץ על רגל הנחיתה טרם מסירת הכדור. אם בעת תפיסת הכדור, השחקנית עמדה על שתי הרגליים, ניתן לבחור את רגל הנחיתה ולפעול לפי הכללים לעיל.

מגע פיזי

נטבול הוא ספורט ללא מגע ועל המגרש אסור לשחקנית אחת לגעת באחרת. על המגנות לעמוד במרחק שלא יקטן מ-3 רגל (0.9 מטר) מהשחקנית האוחזת בכדור. ממרחק זה ניתן לנסות לתפוס את הכדור, אך רק לאחר שהוא נזרק לאוויר. לשחקנית מותר לשמור על שחקנית הקבוצה היריבה שאינה אוחזת בכדור, אולם אין לגעת בה או לחטוף את הכדור מידיה. במקרה של נגיעת שחקנית ברעותה או הפרעה למשחק, הכדור יועבר לקבוצה היריבה.

מעבר קצר

המרחק בין שחקנית המוסרת כדור לתופסת אותו לא יפחת ממרחק המאפשר כניסת שחקנית שלישית ביניהן.

מסירות מרכז ומסירות במגרש

על מסירת מרכז להימסר או להיתפש בשליש המרכזי של המגרש. כלומר, חייבות להיות לפחות שתי מסירות לפני ניסיון קליעה לסל. על הכדור להימסר בתוך שלישי מגרש מסוים. אין למסור את הכדור משלישי המגרש המשמש להגנה לשלישי המגרש ממנו מתבצעת התקיפה.

"אופסייד"

לכל שחקנית איזור משחק מוגדר. שחקנית היוצאת ממנו, גם אם אינה אוחזת בכדור, מוגדרת כ"אופסייד" והכדור עובר לקבוצה היריבה באותו מקום שהעבירה בוצעה.

כדור ביניים

שתי שחקניות עומדות אחת מול השניה והשופטת עומדת ביניהן. השופטת מניפה את הכדור לאויר לגובה של עד שני רגל מגובה הכתף של השחקנית הנמוכה מבין השתיים וגם שורקת באתו רגע. כל אחת מהשחקניות מנסה לתפוס את הכדור. במקרים בהן השופטת אינה בטוחה באשר למה שהתרחש על המגרש, כדור ביניים מסייע בפיתרון.