

БАСКЕТБОЛ. СЕКРЕТЫ ИГРЫ.



РОДИНА БАСКЕТБОЛА - США

Баскетбол одна из самых популярных игр в мире. Родиной баскетбола является США, игра была придумана молодым преподавателем Джеймсом Нейсмитом. Он прикрепил к перилам балкона две фруктовые корзины без дна, в которые нужно было забрасывать мяч (basket – корзина, ball – мяч).



БАСКЕТБОЛ - ЭТО КОМАНДНАЯ ИГРА

Баскетбол – спортивная командная игра с мячом. В баскетболе играют две команды, каждая из которых состоит из пяти игроков, всего в команде 12 человек.



ЦЕЛЬ КАЖДОЙ КОМАНДЫ

Цель каждой команды – забросить руками мяч в корзину соперника и помешать другой команде овладеть мячом и не дать забросит его в свою корзину.



РАЗМЕРЫ БАСКЕТБОЛЬНОЙ ПЛОЩАДКИ

- Площадка: длина 28 м, ширина 15 м.
- Корзина (металлическое кольцо диаметром 45 см, с натянутой на нем сеткой без дна), крепиться на высоте 3.05 м на щите.
- Масса мяча - 567-650 гр.
- Окружность мяча - 749-780 см.



Баскетбольное кольцо



Баскетбольный мяч

РАЗМЕРЫ БАСКЕТБОЛЬНЫХ МЯЧЕЙ

В баскетболе принято деление мячей по размерам.

Мячи бывают двух типов: для игры в помещении и на улице.

№ 7 мяч для соревнования мужских команд;

№ 6 мяч для женских команд;

№ 5 мяч для детских команд;

№ 3 мяч для развития дриблинга (ведения мяча).



3

5

6

7

НАЧАЛО ИГРЫ В БАСКЕТБОЛЕ

Начало игры в центре площадки, судья бросает мяч вверх между двумя игроками, каждый из которых старается отбить мяч своей команде, остальные игроки находятся вне центрального круга.



ВРЕМЯ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛЕ

- Игра состоит из четырех периодов по 10 минут.
- Продолжительность перерыва между первым и вторым, третьем и четвертым, и каждым дополнительным составляет 2 минуты.
- Продолжительность перерыва между половинками игры -15 минут.



ТЕХНИКА ИГРЫ В БАСКЕТБОЛЕ

Техника баскетбола - это специальные приемы, действия необходимые для ведения игры. К основным приемам относятся: передачи, броски, ловля и ведения мяча, обманные действия и передвижения, вырывание и выбивание мяча.



ВЕДЕНИЕ БАСКЕТБОЛЬНОГО МЯЧА

Ведение мяча – один из основных технических элементов баскетбола. Ведение мяча осуществляется непрерывными ударами мяча о паркет.

Виды ведения мяча: ведения мяча со сменой рук, шагом, бегом, с переводом за спину.



ПЕРЕДАЧА МЯЧА В БАСКЕТБОЛЕ

Передача мяча – один из важнейших и наиболее технически сложных элементов баскетбола.

Способы передачи мяча:

- двумя руками от груди;
- двумя руками с отскоком;
- двумя руками снизу;
- двумя руками над головой т.д



БРОСОК В БАСКЕТБОЛЕ

Броски в кольцо — это один из самых сложных технических приемов в игре, который составляет основное содержание игры команды в нападении, а попадание в кольцо — главная цель.



КЛАССИФИКАЦИЯ БРОСКОВ В БАСКЕТБОЛЕ

- бросок двумя руками и одной рукой;
 - бросок от груди;
 - бросок снизу;
 - бросок сверху вниз;
- по характеру движения:*
- с места;
 - в движении;
 - в прыжке.



БРОСОК В КОЛЬЦО

За одно попадание мяча в кольцо может быть засчитано разное количество очков:

- 1 очко - бросок со штрафной линии;
- 2 очка - бросок со средней или близкой дистанции;
- 3 очка - бросок из-за трех очковой линии.



НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ

Аут - это когда мяч уходит за пределы игровой площадки.
Пробежка – нарушение ведения мяча, включающее в себя пронос мяча, двойное ведение.



Фолы – это наказание за не соблюдение правил.

Виды фолов: персональный, технический, неспортивный, дисциплинирующий.

Игрок получивший 5 фолов покидает площадку до конца игры.

ПРОВЕРЬ СЕБЯ

- Родина баскетбола и кто основатель игры?
- Сколько игроков играют в команде на площадке?
- Время игры в баскетболе?
- Назови основные приёмы в баскетболе.
- Что такое фол? Назови его виды.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

