

Баскетбол



Тема урока:

1. История развития.
2. Основные правила игры.
3. Техника безопасности при занятиях.



Игра "пок-та-пок" -

- Прародитель баскетбола
- Древние майя называли эту игру **пок-та-пок**. Индейцы рассматривали её как метафору Космоса - движение мяча по полю напоминало им перемещение планет во Вселенной.
- Цедью команды было забить **четырёхкилограммовый** каучуковый мяч в высеченное из камня и вертикально расположенное на стене кольцо противника (**представьте себе баскетбольную корзину, повёрнутую на бок**).



Автором современного
баскетбола, который
появился в конце 19 века,
считается преподаватель
физического воспитания
Спрингфилдской
международной
тренировочной школы в
шт. Массачусетс
Джеймс Нейсмит
(1861-1932).





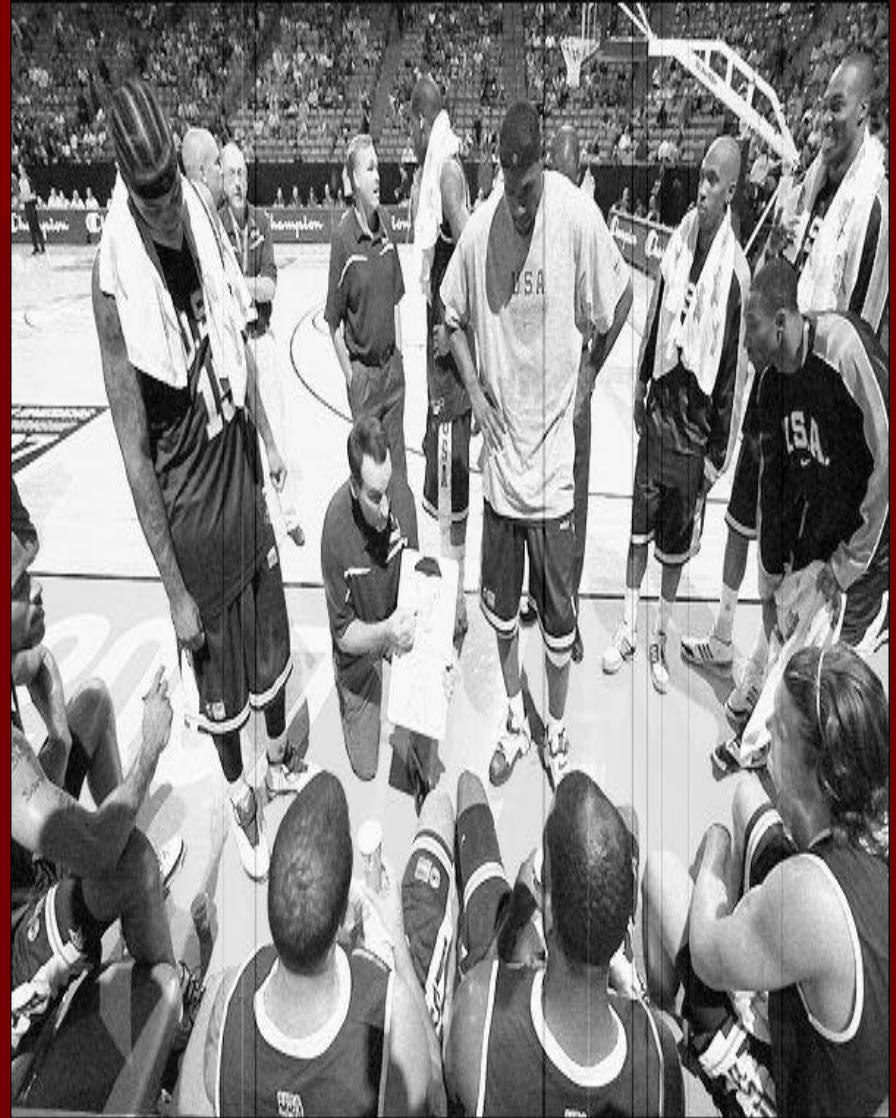
Прекрасный регбист и гимнаст, Нейсмит в поисках увеличения физических нагрузок студентов в зимнее время, решил придумать игру с мячом в зале. Он попросил принести две пустые коробки, чтобы учащиеся, тренируя меткость смогли бросать в них мячи. Но не найдя коробок, принесли корзинки из под персиков. Их прикрепили на разных сторонах балкона, опоясывающего зал на высоте 3 м 05 см.

Нейсмит написал правила
новой игры и **21 декабря 1891**

года провел **первый**
баскетбольный матч в зале

школы в Спрингфилде. В
группе было 18 студентов. В
игре участвовали две команды
по 9 человек. Первые правила
игры состояли из 13 пунктов,
большинство из которых
действуют и в настоящее

время. **В 1893 корзины**
заменяли железными кольцами
с сеткой, в 1895 установили
щиты, в 1897 состав команды
ограничили 5 игроками.



Олимпийское признание

- Олимпийский дебют баскетбола состоялся на XI Олимпийских играх в Берлине в 1936. В турнире приняли участие мужские команды из 21 страны. Первым олимпийским чемпионом стала команда США. Американцы еще 11 раз становились олимпийскими чемпионами. Дважды олимпийскими чемпионами становилась сборная СССР — в 1972 и 1988.



Чемпионаты мира

- **Первый чемпионат мира по баскетболу состоялся в 1950 в Буэнос-Айресе (Аргентина). В чемпионате приняли участие 10 команд. Первым чемпионом мира стала команда Аргентины. В дальнейшем сборная США четыре раза становилась чемпионом мира (1954, 1986, 1994, 1998); сборная СССР — трижды (1967, 1974 и 1982)**



Первый чемпионат Европы



- **1935 --- Женева.**
- Победили баскетболисты Латвии.
- В 1937 и 1939 чемпионами становились баскетболисты Литвы.
- **Больше всех почетным званием владели спортсмены СССР— 14 раз (1947, 1951-53, 1957-71, 1979-81 и 1985).**
- Сборная Югославии — семикратный чемпион Европы (1973-77, 1989-91 и 1995-97).

Современный баскетбол



Площадка, корзина и мяч

- Игра проходит на прямоугольной площадке длиной 28 и шириной 15 м.
- Корзина (металлическое кольцо диаметром 45 см с натянутой на нем сеткой без дна) крепится на высоте 3,05 м на щите, установленном на стойке параллельно лицевым линиям площадки.
- Масса мяча 567–650 грамм, окружность 749–780 мм.



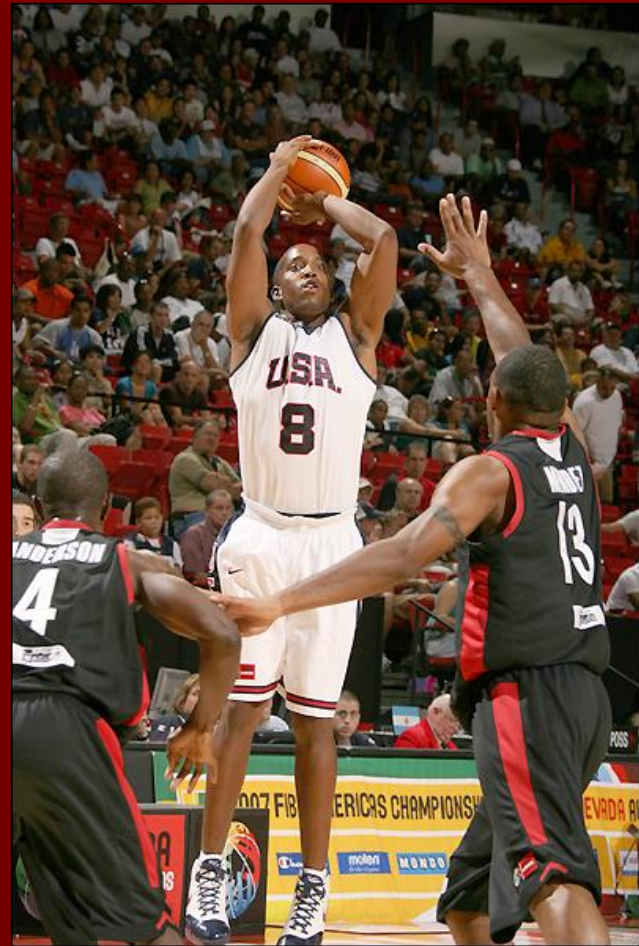
Начало игры



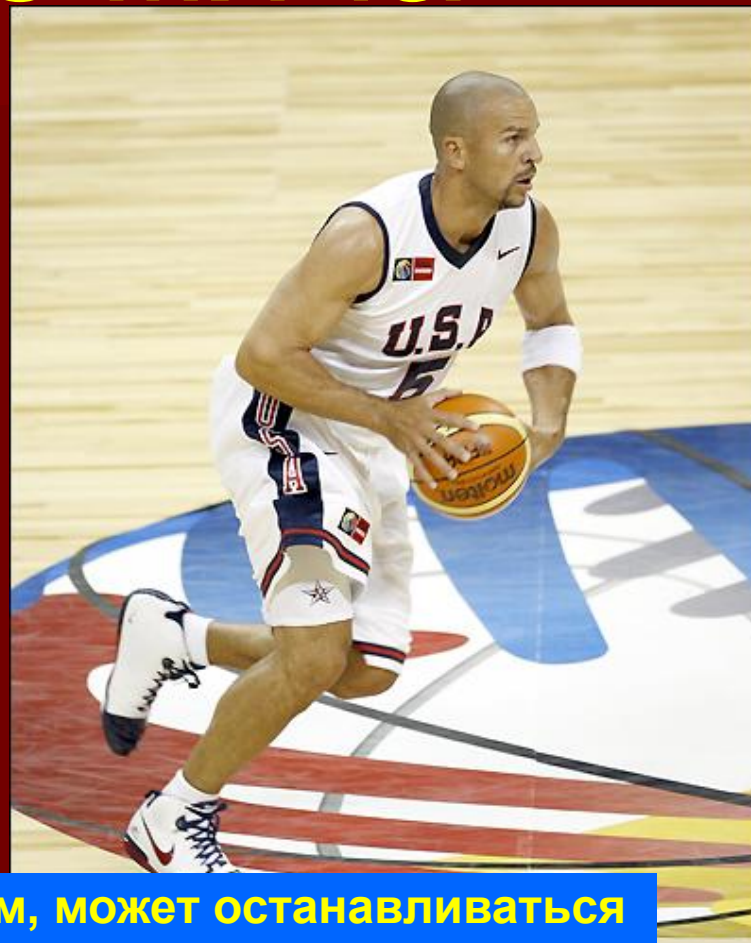
- **Матч начинается в центре площадки. Судья подбрасывает мяч строго вверх между двумя игроками команд-соперниц.**
- **Матч состоит из четырех таймов по 10 м с 2-минутными перерывами, перерыв в середине матча – 15 м.**
- **На атаку командам отводится не более 24 секунд.**

Броски в корзину

- Точный бросок в корзину с позиции за дугой, проведенной на расстоянии 6,25 м от щита, оценивается в три очка. Эта дуга называется также «трехочковой линией». Все остальные броски (в том числе и из-под щита) оцениваются в два очка.



Ведение мяча



•Игрок, владеющий мячом, может останавливаться и затем снова продолжать движение при условии, что во время остановки он продолжал постукивать мячом о пол. Мяч в баскетболе можно вести поочередно то одной, то другой рукой, но не двумя руками сразу.

Номера игроков



- По правилам ФИБА, на официальных соревнованиях игроки выступают под номерами с 4-го по 15-й. Числа «1», «2» и «3» в качестве номеров в настоящее время не используются.

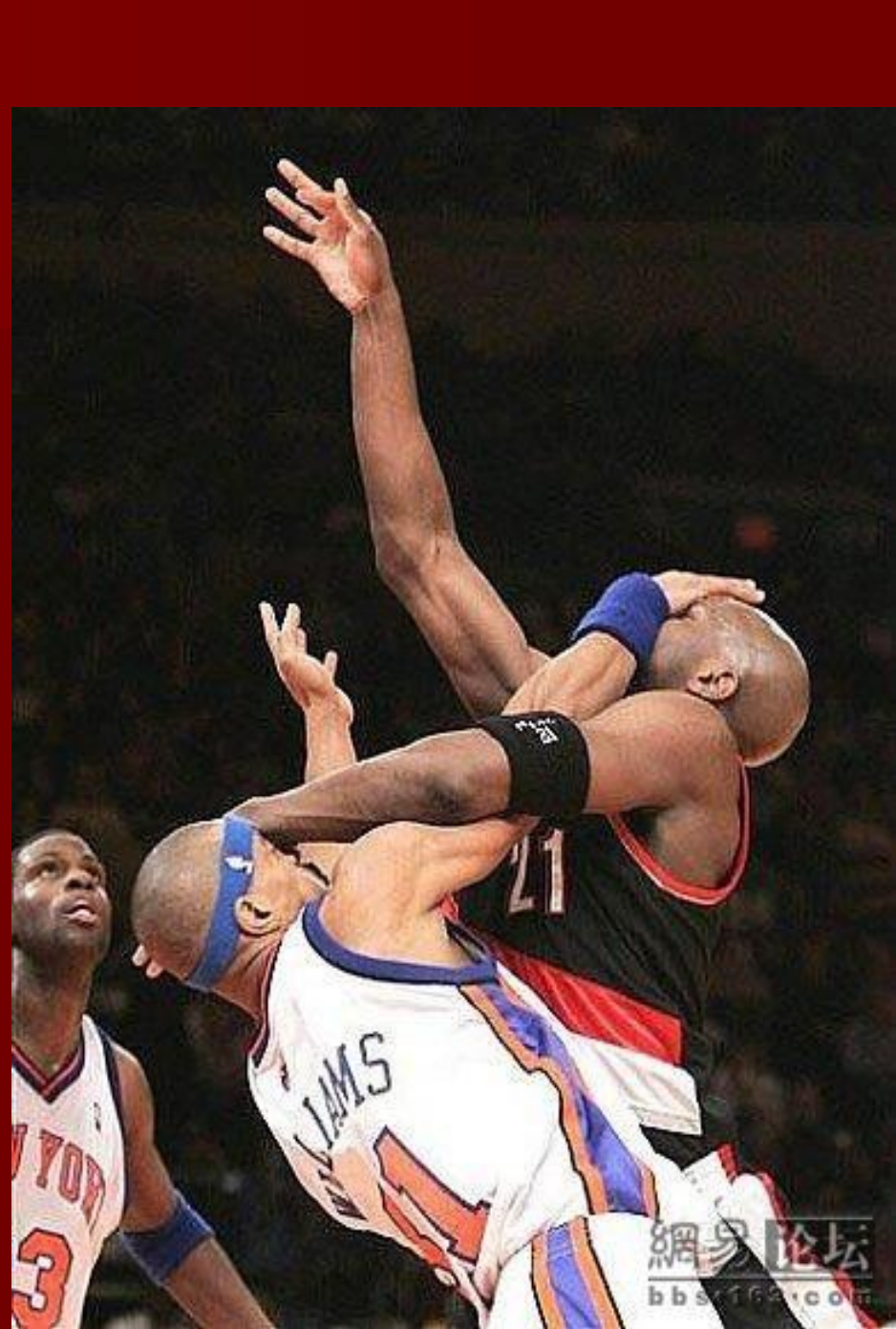
Нарушения в игре



- Правилами баскетбола запрещается бить соперника по рукам, толкать его, держать руками, наступать на ноги, встречать ногой (и прямой, и согнутой в колене). Игроку, допустившему любое из подобных нарушений, объявляется персональное замечание (фол).

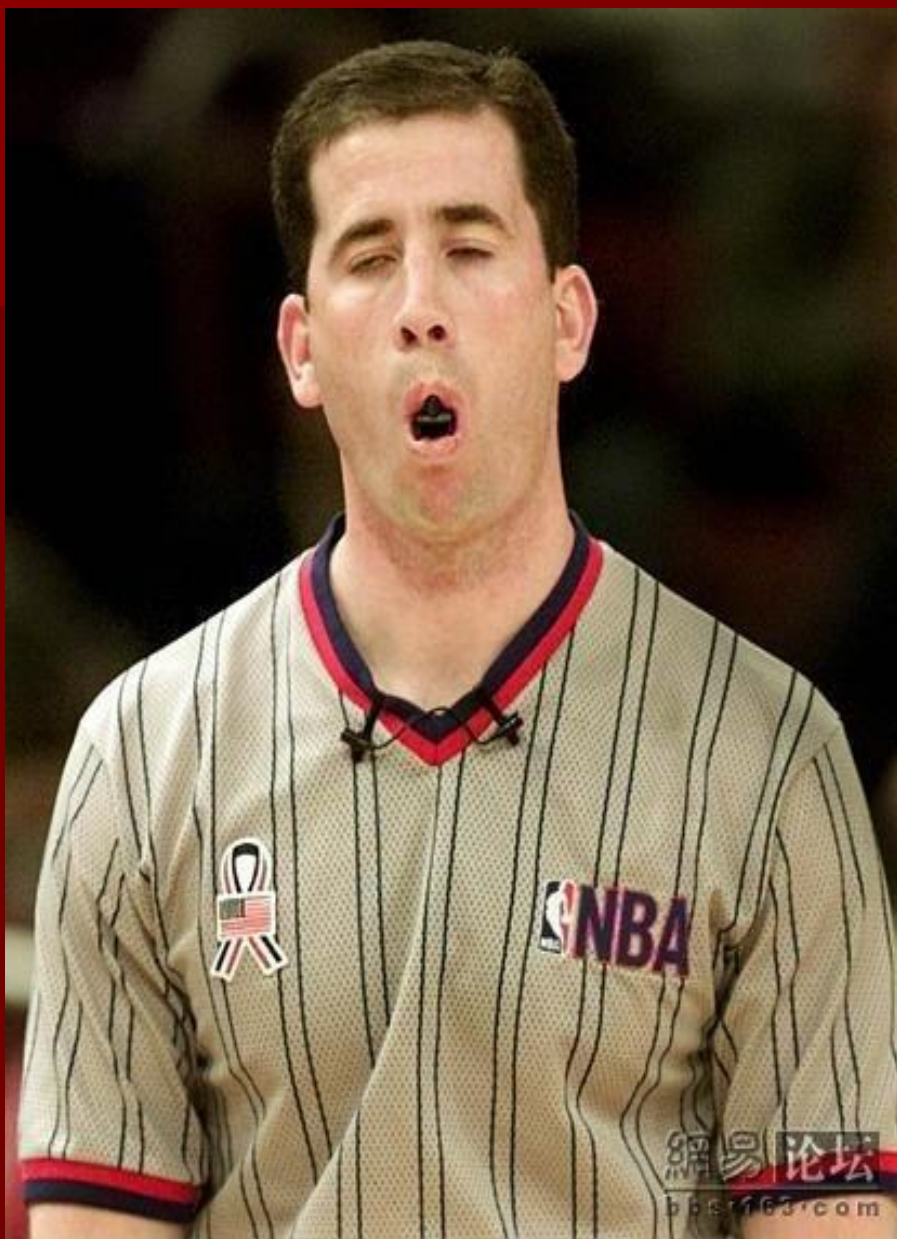
Нарушения в игре

- Если спортсмен получил в течение матча пять фолов (в НБА – шесть), его удаляют с поля до конца встречи и заменяют одним из запасных игроков.



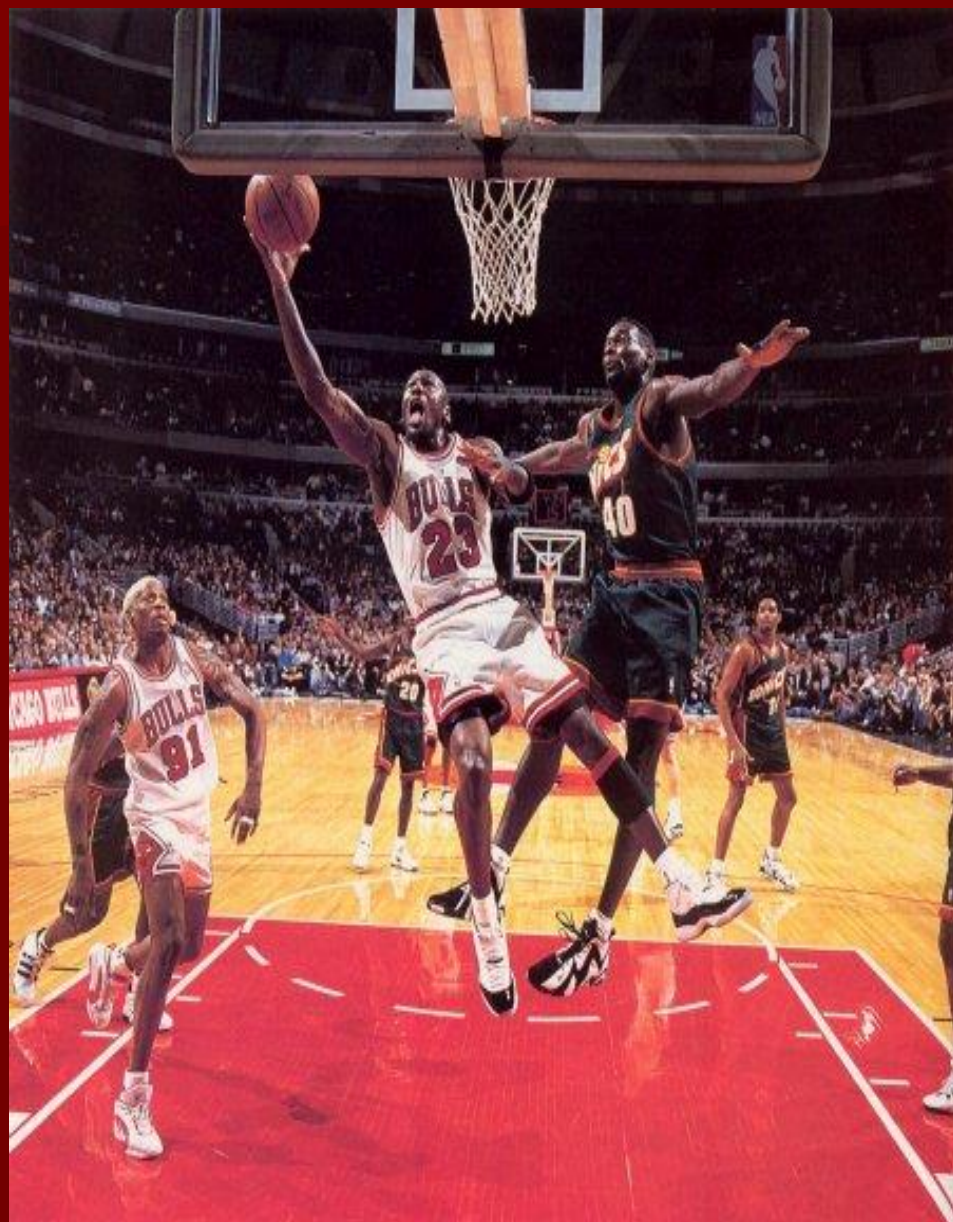


Проиграл ли ты
или выиграл –
все равно по
окончании
встречи
пожми
сопернику
руку.



Судья –
активный
участник
соревнований.
Уважай судью,
никогда не
оспаривай его
решений

**Заниматься
БАСКЕТБОЛОМ
можно, если
нет
противопока-
заний по
состоянию
здоровья.**



- Спорт не любит нерях.
- Приходи на занятия в опрятной спортивной форме, чистой и удобной обуви на не высокой и не скользкой подошве.



Обязательно

**Проверьте
состояние и
отсутствие
посторонних
предметов на
полу или
спортивной
площадке.**



Перед
занятиями
стриги коротко
ногти.

Сними все
украшения
(кольца,
серьги, цепочки,
браслеты, часы).

Очки закрепи
резинкой.



Неукоснительно



соблюдай правила игры

Всегда ПОМНИ

- **Возможны травмы при столкновениях с другим учеником.**



Никогда не забывай

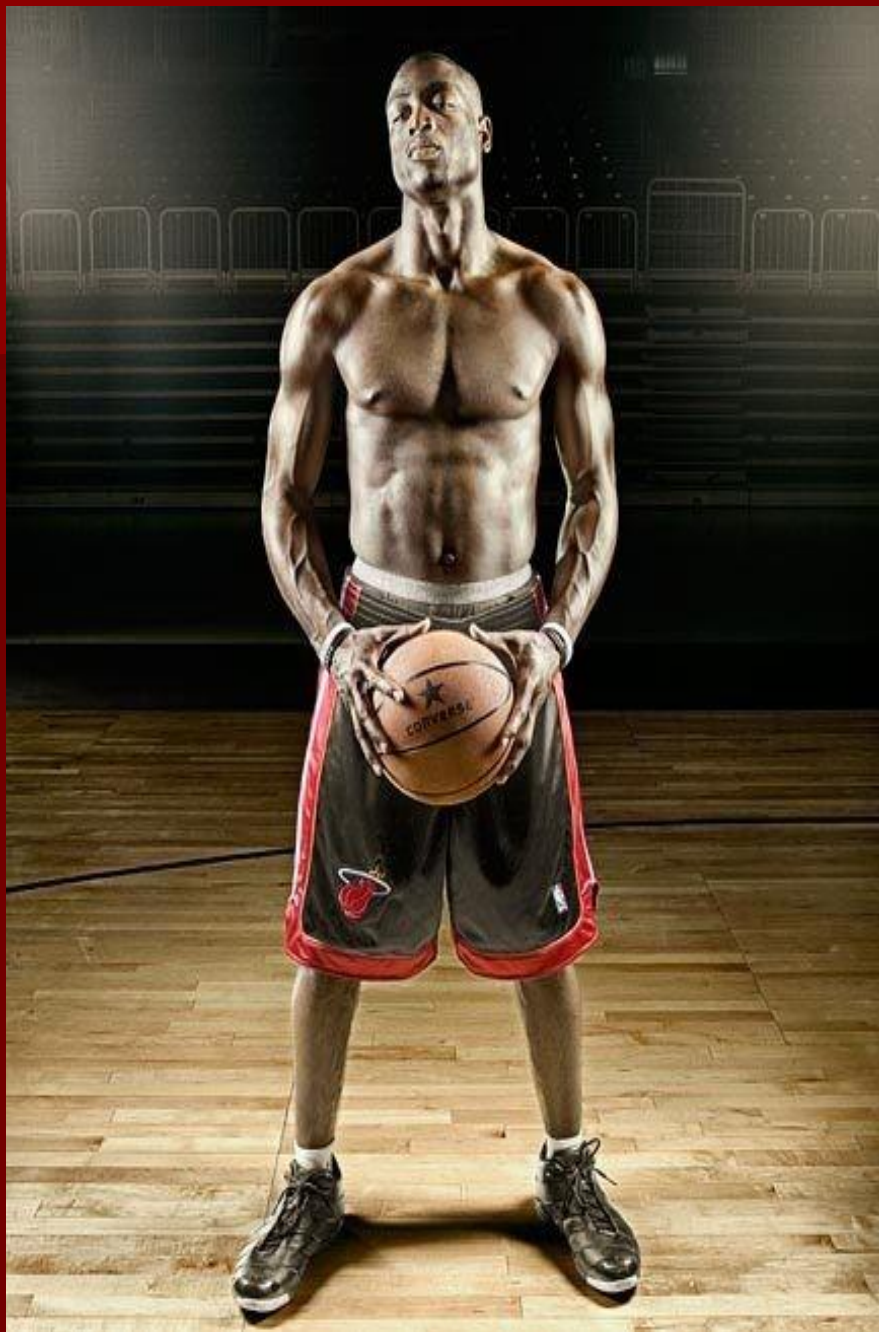


- **Возможны травмы при падении на мокром, скользком полу.**

По возможности

**Избегай
столкновения
с игроками,
толчков и
ударов по
ногам.**





**Если вы
допустили
невыполнение
или нарушение
инструкции по
охране труда,
то проводится
внеплановый
инструктаж по
технике
безопасности.**

Презентацию составил Сысоев Михаил Юрьевич

учитель физкультуры
Частоозерской школы

