



Баскетбол

HIS REIGN IS SUPREME
KING OF THE COURT
LEBRON
JAMES
ONE OF A KIND



WEST COAST REMIX

ARTWORK: *STEEL*
PICS: SLAM

VISIT WCREMIX.COM

История баскетбола



- От англ. *basket* — корзина, *ball* — мяч) — спортивная командная игра с мячом. Баскетбол входит в программу Олимпийских игр с 1936 года. Изобретатель игры *Джеймс Нейсмит* был там в качестве гостя. Регулярные чемпионаты мира по баскетболу среди мужчин проводятся с 1950 года, среди женщин — с 1953 года, а чемпионаты Европы — с 1935 года.

История баскетбола



- Однако придуманная Нейсмитом игра, лишь отдалённо напоминала то феерическое зрелище, которое известно нам под этим именем сегодня. Ведения мяча не существовало, игроки только перебрасывали его друг другу, стоя на месте, и стремились затем закинуть в корзину, причём исключительно обеими руками снизу или от груди.



Сейчас баскетбол – это яркая и неподражаемая в смысле спорта, игра. Но как и у всякой игры, в баскетболе есть свои уловки и правила, про которые не следует забывать. Рассмотрим их более подробно...



Правила игры



- Изначально правила игры в баскетбол были сформулированы *Нейсмитом* и состояли лишь из 13 пунктов.
- С течением времени баскетбол изменялся, изменений потребовали и правила.
- Первые международные правила игры были приняты в *1932* году на первом конгрессе ФИБА, после этого они многократно корректировались и изменялись, последние значительные изменения были внесены в *1998* и *2004* годах.
- С 2004 года правила игры остаются неизменными.

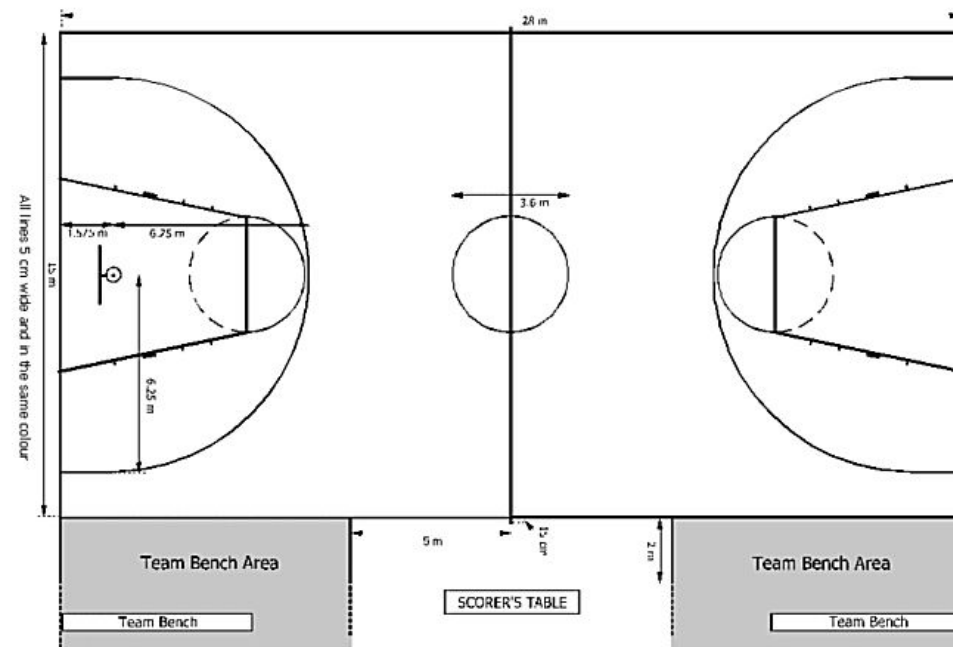
Размеры игровой площадки

Должны быть 28 метров в длину и 15 метров в ширину, измеренные от внутреннего края ограничивающих линий.

Разрешены игровые площадки с минимальными размерами 26x14 метров.

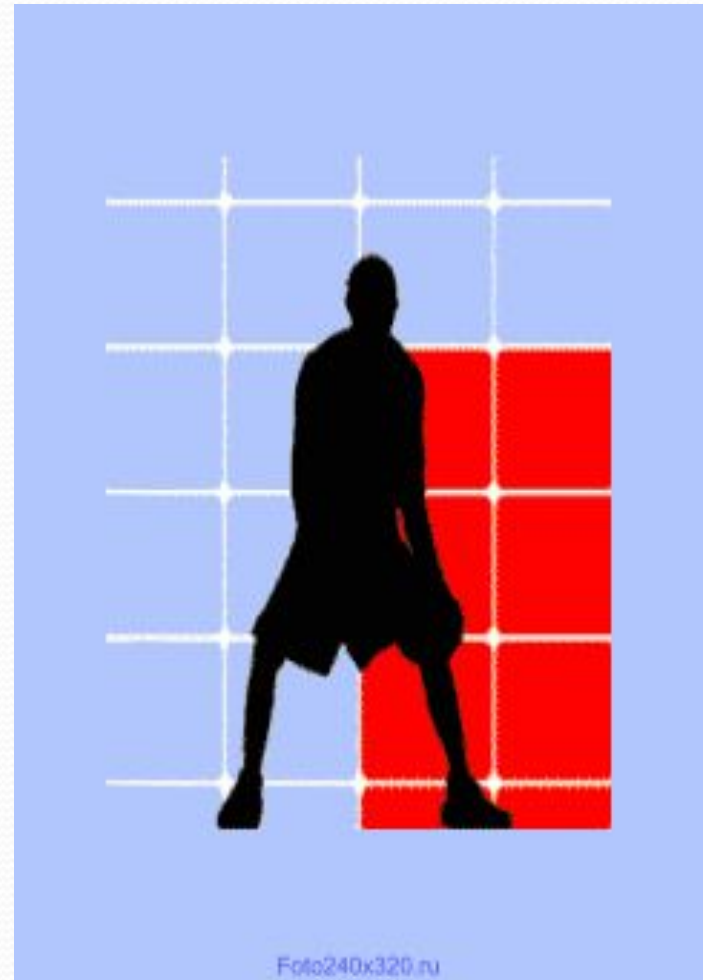
Высота потолка или расстояние до самого низкого препятствия над игровой площадкой должны быть не менее 7 метров.

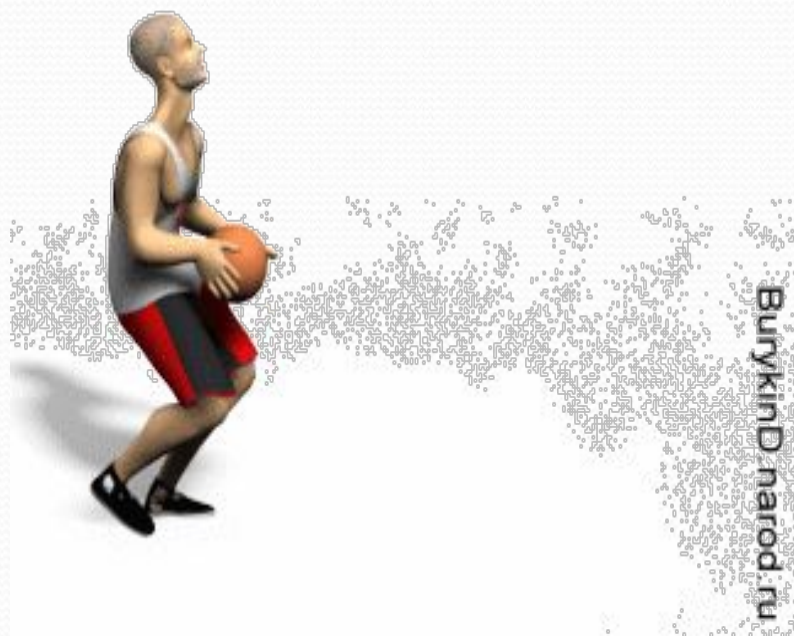
Игровая поверхность должна быть равномерно и достаточно освещена. Источники света должны находиться там, где они не будут мешать зрению игроков.



Размеры щитов должны быть: 1,80 м (+ 3 см) по горизонтали и 1,05 м (+ 2 см) по вертикали. Нижние края щитов должны быть расположены на высоте 2,90 м от поверхности площадки.

- В баскетбол играют две команды от каждой из которых на площадке одновременно присутствует пять игроков.
- Цель каждой команды в баскетболе — забросить мяч в корзину соперника и помешать другой команде овладеть мячом и забросить его в корзину своей команды.
- Мячом играют только руками. Бежать с мячом, не ударяя им в пол, преднамеренно бить по нему ногой, блокировать любой частью ноги или бить по нему кулаком является нарушением.

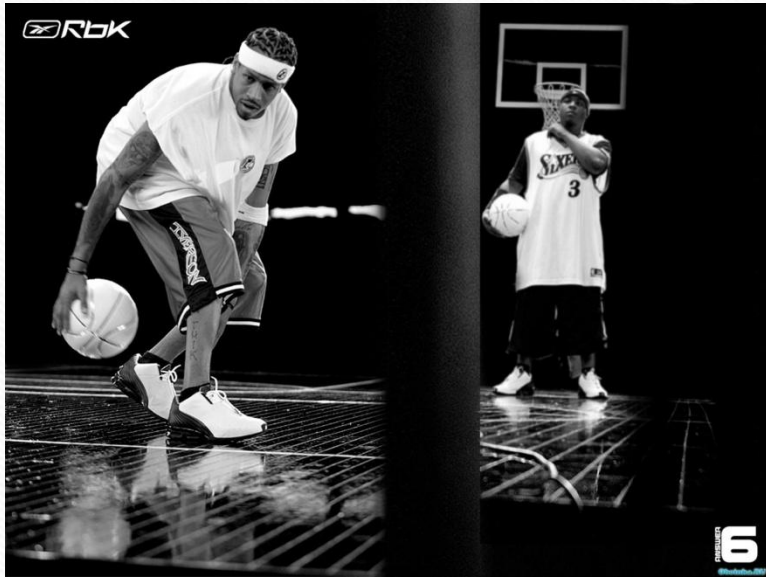




- Победителем в баскетболе становится команда, которая по окончании игрового времени набрала большее количество очков.
- При равном счёте по окончании основного времени матча назначается овертайм (обычно пять минут дополнительного времени).
- В случае, если и по его окончании счёт будет равен, назначается второй, третий овертайм и т. д., до тех пор, пока не будет выявлен победитель матча.

- 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 (ближе трёхочковой линии)
- *3 очка* — бросок из-за трёхочковой линии на расстоянии 6м 75см





- Игра официально начинается спорным броском в центральном круге, когда мяч правильно отбит одним из спорящих.
- Матч состоит из четырёх периодов по десять минут с перерывами по две минуты.
- Продолжительность перерыва между второй и третьей четвертями игры — пятнадцать минут. После большого перерыва команды должны поменяться корзинами
- Игра состоит из двух (2) половин по двадцать минут каждая, или четырех (4) периодов (четвертей) по двенадцать (12) минут, каждый с перерывами по две (2) минуты между первым и вторым периодами и между третьим и четвертым периодами



Нарушения

- *аут* — мяч уходит за пределы игровой площадки;
- *пробежка* — игрок, контролирующий «живой» мяч, совершает перемещение ног сверх ограничений, установленного правилами
- нарушение ведения мяча, включающее в себя *пронос мяча, двойное ведение*;
- *три секунды* — игрок нападения находится в зоне штрафного броска более трех секунд в то время, когда его команда владеет мячом в зоне нападения;



ФОЛЫ

- Фол — это несоблюдение правил, вызванное персональным контактом или неспортивным поведением.
- Виды фолов:
- персональный;
- технический;
- неспортивный;
- дисквалифицирующий.
- Игрок, получивший 5 фолов в матче, должен покинуть игровую площадку и не может принимать участие в матче (но при этом ему разрешается остаться на скамейке запасных). Игрок, получивший дисквалифицирующий фол должен покинуть место проведения матча.



Перехват

- - (англ. *steal*) — в баскетболе действия игрока обороны по завладению мячом.
- Перехват мяча выполняется при броске или передаче игроков атаки.
- После перехвата мяча защищающаяся команда переходит в быстрый прорыв и набирает «лёгкие» очки.



Вырывание и выбивание мяча:

- Этими приемами пользуются для овладения мячом, который плохо укрыт противником.
- **Вырывание:** Сблизившись с противником, игрок накладывает правую руку на мяч сверху, а левую снизу. Захватив мяч таким образом, защитник резко тянет его к себе с одновременным поворотом туловища вперед-влево.
- **Выбивание:** Выбивание мяча у игрока стоящего на месте – защитник должен сделать неожиданный выпад вперед к нападающему и резким (сверху или снизу) коротким движением ребром кисти, с плотно прижатыми пальцами, выбивает мяч.
- **Выбивание мяча при ведении:** Защитник набирает такую же скорость как и нападающий, и опередив ритм ведения выбивает мяч ближайшей к сопернику рукой в момент приема мяча, отскочившего от площадки.

Блокшот

- -англ. *blocked shot* - заблокированный бросок) — баскетбольный термин, означающий ситуацию, когда игрок защиты блокирует по правилам бросок соперника.
- Основными блокирующими игроками являются игроки передней линии — *центровые* и *тяжёлые форварды*.
- Однако игроки других позиций, имеющие хороший прыжок и координацию, зачастую становятся лучшими в данном показателе.



Итог:

- Цель разработки и применения данного материала состоит в том, чтобы учащиеся как можно больше узнали о баскетболе.(спортивных играх)
- Данный дидактический материал создан в помощь учащимся 5 – 11 классов, для лучшего освоения теоретического и практического материала на уроках физической культуры и во внеурочное время.
- Материал представлен в виде презентации каждого вида спорта для быстрого освоения программного материала.
- Полученные знания позволят учащимся 5-11 классов технически овладеть навыками и умениями игры в баскетбол, применять самостоятельно полученные знания в области спортивных игр, а это приведет к улучшению их физического развития и физической подготовленности. Данный материал можно использовать как на уроках, так и во внеурочной деятельности.

SIGNED. SEALED. DELIVERED. AUGUST 1, 2001

Презентацию
выполнила ученица
МБОУ «Добрянской
средней
общеобразовательной
школы №5»
Желнина Дарья



15

