



БАСКЕТБОЛ

basket — корзина, ball — мяч

Баскетбол — спортивная командная игра с мячом.



FIBA

Международная федерация баскетбола - **FIBA** (ФИБА) — организация, объединяющая все национальные баскетбольные федерации, определяющая основные направления развития мирового баскетбола.

Под эгидой ФИБА проводятся Чемпионаты мира и другие международные соревнования.

Штаб-квартира ФИБА находится в Женеве.

Соревнования

С 1935года **чемпионаты Европы.**

С 1936года баскетбол входит в программу **Олимпийских игр.**

С 1950года проводятся **чемпионаты мира среди мужчин.**

С 1953года проводятся **чемпионаты мира среди женщин.**

В Европе проводятся международные клубные соревнования **Евролига ULEB, Кубок Европы УЛЕБ, Кубок Вызова.**

Наибольшего развития игра достигла в США:

чемпионат Национальной Баскетбольной Ассоциации (НБА) более 50 лет является сильнейшим национальным клубным турниром в мире.

В Литве баскетбол считается **национальным видом** спорта

История

Зимой 1891 года студентам колледжа Молодёжной Христианской Ассоциации из штата Массачусетс, (Америка) вынужденным выполнять бесконечные гимнастические упражнения, было очень скучно на занятиях физического воспитания.

Выход нашёл преподаватель колледжа, Джеймс Нейсмит, он привязал две корзины из-под персиков к перилам балкона спортивного зала и, разделив студентов на две команды, предложил им игру, смысл которой сводился к тому, чтобы забросить большее количество мячей в корзину соперников.

Баскетбол в России

Первое упоминание о баскетболе в России принадлежит пропагандисту физкультуры и спорта петербуржцу Г. Дюперону.

В 1906 преподаватель из США Эрик Мораллер познакомил членов спортивного общества «Маяк» в Санкт-Петербурге с правилами игры, вскоре состоялся первый баскетбольный матч.

В 1909 году в Петербурге состоялся первый международный матч американцев с петербуржцами из клуба «Маяк», закончившийся победой русских

В 1920 году высшим советом физкультуры баскетбол был введен в программу школ Всеобуча как обязательная дисциплина.

В 1921 в Петрограде организуется баскетбольная лига.

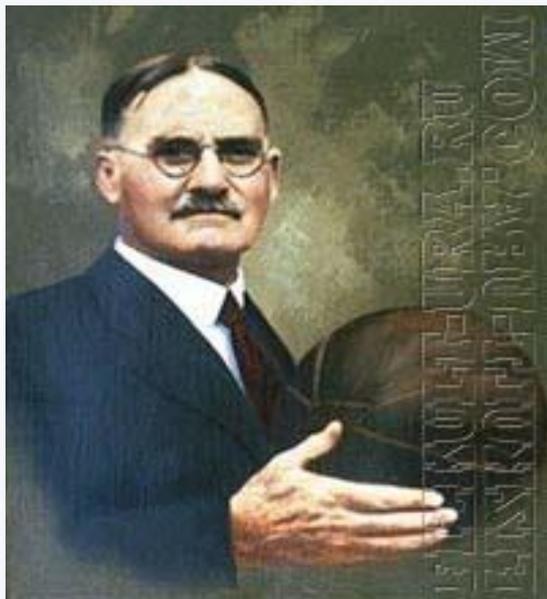
В 1922 в Москве был создан «Комитет московской баскетбольной лиги».

С 1923 года проводится первенство страны как у женщин, так и мужчин .

В 1930 при Всесоюзном совете физической культуры была основана Всесоюзная секция баскетбола.

С 1947 года, СССР член ФИБА

В 1959 секция была преобразована в Федерацию баскетбола.



Правила

Меньше чем за час, Джеймс Нейсмит, сформулировал тринадцать правил игры в баскетбол.

Новая игра оказалась настолько динамичной и увлекательной, что превзошла самые смелые надежды Нейсмита. Очень скоро она завоевала всеобщее признание в Америке, а в современном мире в нее играют миллионы людей.

Правила

Первые международные правила игры были приняты в 1932 году на первом конгрессе ФИБА, после этого они многократно корректировались и изменялись.

С 2004 года правила игры остаются неизменными.

Правила игры несколько отличаются в НБА и чемпионатах, проводимых под эгидой ФИБА

Правила



В баскетбол играют две команды.

Цель каждой команды — забросить руками мяч в кольцо с сеткой (корзину) соперника.

От каждой команды на площадке находится по 5 человек, всего в команде 12 человек, замены не ограничены.

За мяч, заброшенный с ближней и средней дистанции, засчитывается 2 очка, с дальней (из-за трёхочковой линии) — 3 очка. Штрафной бросок оценивается в 1 очко.

Игра начинается спорным броском в центральном
круге



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. Случайное же соприкосновение или касание мяча стопой или ногой не 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).

НАРУШЕНИЯ

Аут— мяч уходит за пределы игровой площадки;

Пробежка — игрок, контролирующий мяч, совершает перемещение ног сверх ограничений;

Нарушение ведения мяча - включающее в себя пронос мяча, двойное ведение;

3 секунды — игрок нападения находится в зоне штрафного броска более трех секунд в то время, когда его команда владеет мячом в зоне нападения;

5 секунд — игрок при выполнении вбрасывания не расстаётся с мячом в течение пяти секунд;

НАРУШЕНИЯ

8 секунд — команда, владеющая мячом из зоны защиты, не вывела его в зону нападения за восемь секунд;

24 секунд — команда владеющая мячом, должна за это время выполнить попытку броска по корзине соперника;

Возвращение мяча в тыловую зону — команда, владеющая мячом в передовой части площадки, не должна допускать возвращения мяча в свою тыловую зону.

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.

Игрок, получивший дисквалифицирующий фол должен покинуть место проведения матча

Персональный фол — фол, вследствие персонального контакта.

Технический фол — фол, не вызванный контактом с соперником. Это может быть неуважение к судьям, сопернику, задержка игры, нарушения процедурного характера.

Неспортивный фол — фол, совершенный вследствие контакта, при котором игрок не пытался сыграть мячом в рамках правил.

Дисквалифицирующий фол — это фол, вследствие вопиющего неспортивного поведения.

Дисквалифицирующий фол может получить игрок, запасной, тренер или официальное лицо команды.



Основные элементы игры

ДРИБЛИНГ

Ведение мяча — один из основных технических элементов баскетбола, второй, после передачи.

Ведение различают по основным способам:

- высокое скоростное ведение
(высокий отскок мяча от пола).
- низкое ведение с укрыванием мяча
(низкий отскок мяча от пола).
- комбинированное ведение.



Во время ведения игрок должен быть готов в любой момент изменить направление движения, сделать остановку, передачу или бросить по кольцу. Мяч укрывается от соперника корпусом, плечом, свободной рукой.

Игрок не должен смотреть на мяч, а только периферическим зрением контролировать его. В поле зрения дриблера одновременно должны находиться партнеры, защитники, судьи.

Следует учитывать, как быстро не вести мяч, передача пройдет быстрее.



Основные элементы игры

ПЕРЕДАЧИ

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

Умение правильно и точно передать мяч — основа четкого, целенаправленного взаимодействия баскетболистов в игре.

Пасующий отвечает за точность, своевременность, быстроту передачи мяча. Уверенность при передаче мяча — очень важный фактор. Основные правила:

«Не уверен — не отдавай» и «Виноват дающий».

Основные способы передач:

- Передача мяча двумя руками от груди
- Передачи мяча двумя руками сверху
- Передача мяча двумя руками снизу
- Передача одной рукой от головы
- Передача мяча одной рукой от плеча
- Передача одной рукой «крюком»
- Скрытые передачи



ПЕРЕДАЧИ

Передача мяча двумя руками от груди - основной способ, позволяющий быстро и точно направить мяч партнеру на близкое или среднее расстояние, без плотной опеки соперника.

Передачи мяча двумя руками сверху - чаще всего используют на средние расстояния при плотной опеке соперника.

Передача мяча двумя руками снизу - применяется с расстояния 4-6 м, когда мяч пойман на уровне ниже коленей или поднят с площадки и нет времени переменить позицию.

ПЕРЕДАЧИ

Передача одной рукой от головы или сверху - позволяет направить мяч через все поле контратакующему партнеру на расстояние 20-25 м.

Передача мяча одной рукой от плеча - наиболее распространенный способ передачи мяча на близкое расстояние.

Передача одной рукой «крючком» - применяется, когда необходимо послать мяч на средние и особенно дальние расстояния через поднятые руки плотно опекающего соперника.

И т.д.



ПЕРЕДАЧИ



Основные элементы игры

БРОСКИ



Подготовка к выполнению броска составляет основное содержание игры команды в нападении, а попадание в кольцо - ее главная цель.

Для успешного участия в состязании каждый баскетболист должен не только умело применять передачи, ловлю и ведение мяча, но и точно атаковать кольцо, выполняя броски из различных исходных положений, с любых дистанций при противодействии соперников.

Классификация бросков

- Бросок двумя руками от груди
- Бросок двумя руками сверху
- Бросок двумя руками снизу
- Бросок двумя руками сверху вниз
- Бросок одной рукой от плеча
- Бросок одной рукой сверху
- Бросок одной рукой сверху в прыжке
- Бросок одной рукой «крюком»

Бросок двумя руками от груди - преимущественно используют для атаки корзины с дальних дистанций, если нет активного противодействия защитника.

Бросок двумя руками сверху - целесообразно выполнять со средних дистанций при плотной опеке соперника.

Бросок двумя руками снизу - выполняют при быстрых проходах к щиту и атаках кольца в затяжном прыжке под руками накрывающего мяч защитника.

Бросок двумя руками сверху вниз - все чаще начинают использовать игроки высокого роста с отличной прыгучестью.

Бросок одной рукой от плеча - распространенный способ атаки кольца с места со средних и дальних дистанций.

Бросок одной рукой сверху - используют чаще других для атаки корзины в движении с близких дистанций и непосредственно из-под щита.

Бросок одной рукой сверху - в прыжке (бросок в прыжке) - основное средство нападения в современном баскетболе.

Бросок одной рукой «крюком» - часто используется центровыми игроками для атаки кольца с близких и средних дистанций при активном противодействии высокорослого защитника.



Основные элементы игры



ПЕРЕХВАТ

Перехват — в баскетболе действия игрока обороны по завладению мячом.

□ Перехват мяча при передаче;

защитнику нужно на коротком расстоянии опередить соперника на пути к летящему мячу. Плечом и руками он отрезает прямой путь соперника к мячу и овладевает им.

□ Перехват мяча при ведении;

Если нападающий ведет мяч слишком высоко и не прикрывает корпусом, то перехватить его сравнительно нетрудно: следует выбить мяч одной или двумя руками после рывка.



Основные элементы игры

БЛОКШОТ

Блокшот (*заблокированный бросок*) — баскетбольный термин, означающий ситуацию, когда игрок защиты блокирует по правилам бросок соперника.





БЛОКШОТ



Основные элементы игры

ПОДБОР

Подбор — важнейший элемент при игре в баскетбол, при котором игрок овладевает мячом после неудачной попытки броска или последнего штрафного броска. Различают несколько видов подборов:

- подбор в нападении, на чужом щите
- подбор в защите, на своём щите
- коллективный подбор

Для успешного подбора игроку необходимо заграждать путь соперника к кольцу с целью выигрыша подбора

Особое значение в современном баскетболе имеет борьба под щитом.

Известная баскетбольная заповедь гласит:

«Кто выигрывает щит — выигрывает матч»,

а одним из основных статистических показателей игры баскетболиста — будь то отдельный матч или весь сезон — является число так называемых подборов и блокшотов.

СТРИТБОЛ

Стритбол — уличный баскетбол.

Появился в 1950-х гг. в бедных кварталах США.

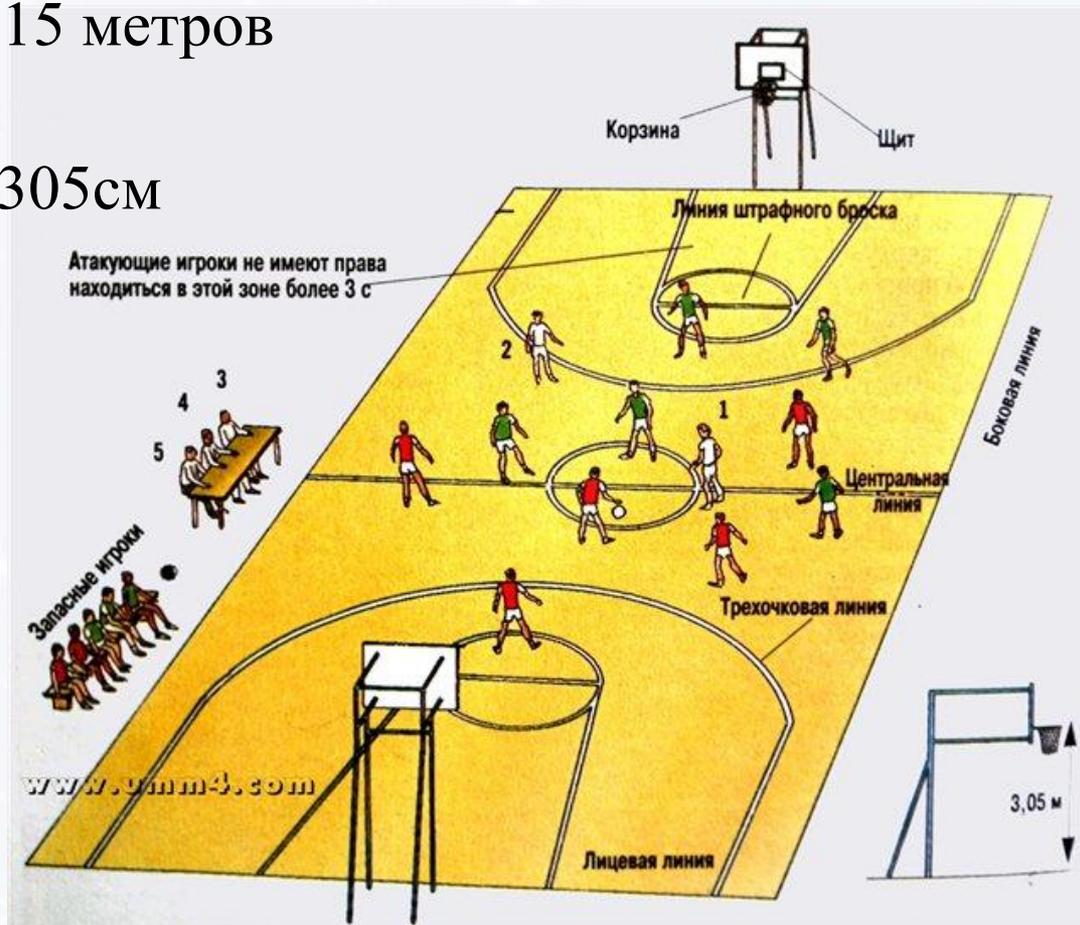
От обычного баскетбола отличается;
количеством игроков - их 6
и зоной игры - половина
игрового поля



БАСКЕТБОЛЬНАЯ ПЛОЩАДКА

Площадка – 28 X 15 метров

Высота кольца – 305см



Масса мяча (официально принятого размера 7) составляет 567—650 г, окружность — 750—780 мм.

В играх мужских команд используются мячи — «размер 7».

В играх женских команд — «размер 6».

В матчах по мини-баскетболу — «размер 5»

