

Выполнила : Кувшинова Маргарита

Студентка группы: К01-20

Правила игры и правила судейства в баскетбол

Как играть в баскетбол: правила 2019

Современный баскетбол отличается от того, который придумали в США. Изменения происходили до конца 2004 года. Только с этого правила баскетбола были окончательно закреплены в 2018 году и до сих пор остаются актуальными. Если говорить кратко, то они следующие:

Необходимы две команды, в каждой из которых должно быть по 12 человек. Полевыми игроками считаются 5, остальные при необходимости заменяют основной состав (количество замен не ограничивается).

Матч по баскетболу состоит из 4-х четвертей. Точное время зависит от баскетбольной ассоциации, которая проводит встречу. Например, FIBA проводит каждую четверть по 10 минут, а NBA – по 12. Это, так называемое, чистое время. Перерыв между четвертями – 2 минуты, между двумя частями встречи – 15 минут.

Мяч можно трогать только руками.

Нельзя бежать с мячом, просто держа его в руках, наносить удары по мячу рукой или ногой, блокировать телом. Неумышленное касание какой-либо частью ноги не считается нарушением.

Очки будут засчитаны, если мяч попадет внутрь корзины.

В зависимости от места броска и его расстояния до сетки начисляется разное количество очков. Во время штрафного баскетбольный судья дает 1 очко, с близкого или среднего расстояния – 2 очка. Если получается попасть из-за трехочковой линии – это 3 очка. Если игрок ошибается и попадает мячом в свою корзину, в этом случае команда противника получает 2 дополнительных очка.



Основной состав

В баскетболе каждому игроку отводится определенная роль:

- Плеймейкер или разыгрывающий защитник. Это первый номер команды (мозг). Он должен хорошо владеть мячом, а развивать высокую скорость.
- Атакующий защитник (второй номер). Игрок, умеющий высоко подпрыгивать. Должен легко прорывать защиту команды-соперника.
- Центровой, основной играющий, должен быть атлетического телосложения. Он играет под кольцом и борется за подбор.
- Легкий форвард, главной задачей которого является набор очков.
- Тяжелый форвард. Его задача – контроль мяча.

Прежде чем достигнуть высокого уровня, нужно пройти следующие основные этапы становления в баскетболе:

- Новичок. Начало баскетбольного пути. Тренировки (уроки) проходят смешано между мужчинами и женщинами. Минимальное взаимодействие между игроками. Проводится общая разминка с игровыми упражнениями. Происходит оттачивание умений и навыков.
- Любитель. Полупрофессиональные разминки, отработка основных навыков. Такие спортсмены уже хорошо оценивают игровую ситуацию.
- Профессионал. Для такого спортсмена по баскетболу свойственны: отличное владение мячом, меткие трехочковые броски, резкие и точные пасы. Он знает каждое правило, беспрекословно выполняет команды тренера. Самостоятельно отрабатывает технические элементы баскетбола.



Современные правила игры в баскетбол

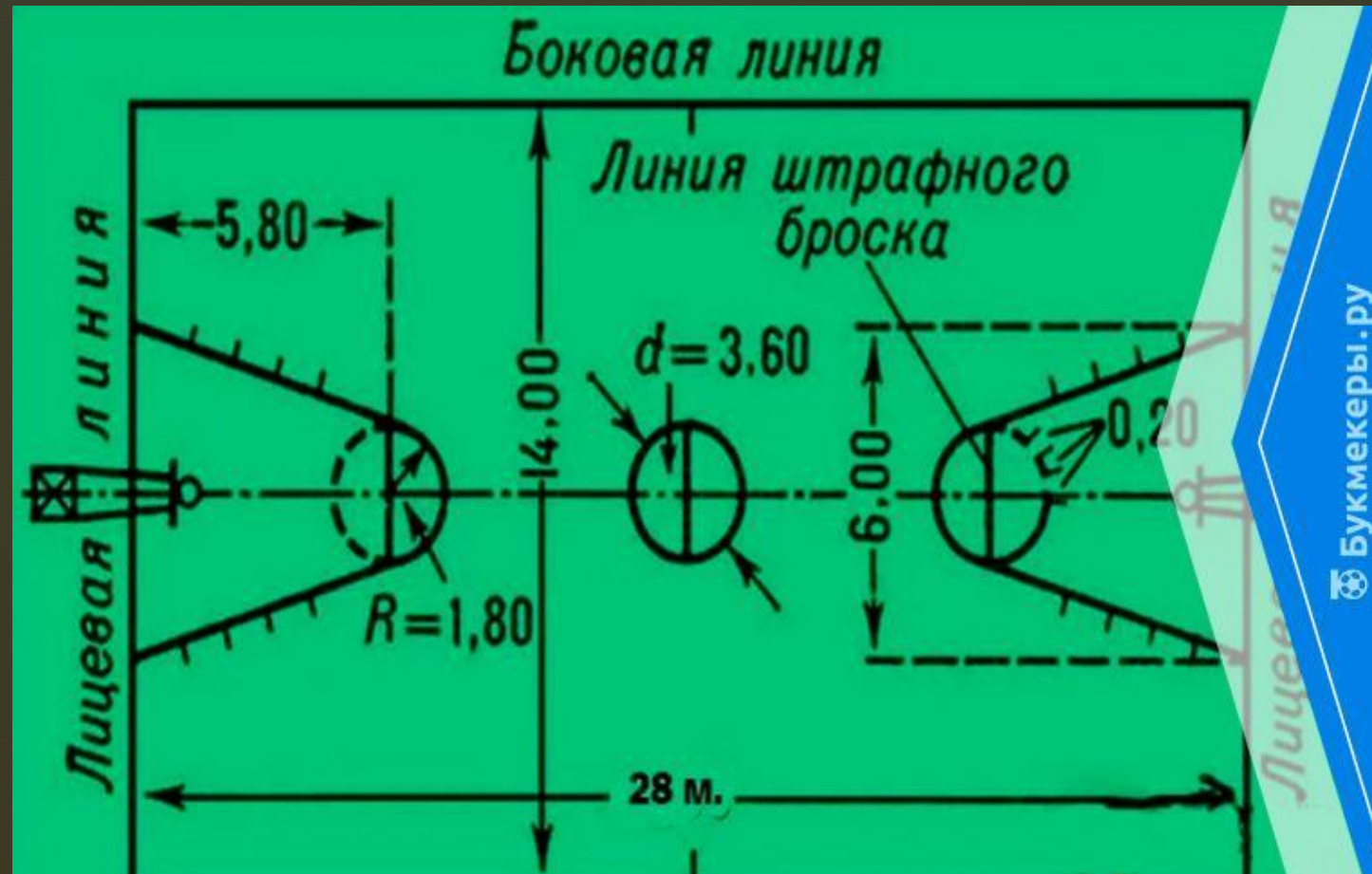
Баскетбольный матч начинается с того, что судья выбрасывает мяч на середину поля. По свистку команды начинают играть. Целесообразно ставить выбивающим самого высокого игрока с атлетическим телосложением. Играть можно только на специальной площадке или в спортивном зале.

Площадка, на которой встречаются команды, должны быть ровной, твердой, без каких-либо трещин, выпуклостей и деформаций. Свет направляется так, чтобы не мешать играющим обозревать полностью все поле. До 60-х годов спортивные соревнования по баскетболу можно было проводить под открытым небом и внутри помещения. Сейчас по правилам игру следует организовывать только внутри помещений.

Помещение должно иметь следующие габариты:

Параметры	Расстояния
Высота потолков	7 метров
Размер поля	28 на 15 м.
Площадь щита	180 на 105 см
Высота корзины от пола	305 см.
Ширина 3-х секундной зоны	4,9 м.
Линия трехочковая	6,25 м.
Кольцо	5 см от щита

Разметка площадки по баскетболу должна соответствовать таким стандартам:
Ограничивающие линии. Определяют размеры поля, нанесенные по периметру.
Лицевые – те, которые находятся за кольцами. Боковые – по бокам.
Центральная. Разделяет поле на две равных зоны.
Центр. Это круг, который находится в середине поля, его диаметр 3,6 м. Именно в этом месте происходит розыгрыш мяча.
Линии 3-х очков. Это замкнутые плоские кривые, расположенные с двух сторон под щитами. Их длина составляет 2,99 м.
Штрафная линия. Находится непосредственно перед щитами.



Основные правила игры

Баскетбол: команда и запасные игроки:

В состав каждой команды входят 5 основных и 5-7 (на крупных турнирах) постоянных запасных игроков, которые могут вступать в игру только после остановки игры и свистка судьи. Если команда, владеющая мячом, имеет право на замену при каждой остановке игры, то команда, не владеющая мячом, имеет право на замену только в случае отскока мяча и тайм-аута или когда команда, владеющая мячом, делает замену.

Баскетбол: начало игры

Игра начинается с того, что в центре площадки судья бросает мяч вверх между 2 игроками, каждый из которых пытается отбить мяч своей команде. Остальные игроки команды находятся вне центрального круга или в передней зоне.

Баскетбол: правила времени.

Некоторые из правил времени крайне важны. Через 24 сек после вбрасывания атака должна быть завершена броском в корзину соперника (правило 24 сек). Правило 3 сек гласит, что нападающий не может находиться в области штрафного броска соперника более 3 сек. Для вбрасывания и для осуществления свободного броска игроку отводится 5 сек. При нарушении правил времени мяч отдается сопернику для вбрасывания. Правило 8 сек подразумевает, что атакующая команда обязана после вбрасывания, проведенного на ее половине площадки, не дольше чем через 8 сек довести мяч до половины соперника, и после этого атакующая команда не может вернуть мяч на свою половину.

Баскетбол: время игры.

Во всех классах баскетбольные матчи делятся 2 тайма по 20 мин чистого времени. Перерыв между таймами составляет 10 мин. Если по истечении времени матча команды набрали одинаковое количество очков, то дается дополнительное время (5 мин) для выявления победителя.

Баскетбол: тайм-аут

Каждая команда имеет право на 2 тайм-аута в каждом тайме и на 1 тайм-аут в дополнительное время. Тренеры обычно используют тайм-аут для того, чтобы дать игрокам тактические наставления и сделать замену.

Баскетбол: правила перемещения.

Согласно этому правилу, игрок, получивший мяч, имеет право сделать только 2 шага (точнее, 2 контакта с полом). Касание пола в момент приема мяча (также ловля мяча на месте) засчитывается за 1-й контакт. Прыжок с места с мячом в руке является нарушением правила перемещения. Особенно часто это правило нарушается во время пробежек, в начале и в конце дриблинга.

Баскетбол: дриблинг

В определенный момент спортсмен может применять дриблинг только 1 раз. Как только спортсмен дотронется до мяча двумя руками или возьмет его одной или другой рукой – дриблинг заканчивается. Если спортсмен вновь продолжает ведение мяча, то это считается нарушением правил (дубль-дриблинг). Мяч передается команде соперника, которая вводит его в игру из-за боковой линии.

Баскетбол:

Остановочный мяч.

Остановочным мячом называется такая игровая ситуация, при которой с мячом соприкасаются по 1 или по 2 игрока каждой команды и мяч выводится из игры. В этом случае игра продолжается спорным вбрасыванием.

Баскетбол: оценки.

Бросок мяча в корзину засчитывается в том случае, если мяч падает через кольцо и сетку сверху вниз. За каждый успешный бросок, осуществленный в процессе игры, бросок со средней или близкой дистанции (ближе трёхочковой линии), команда получает 2 очка. За удачный бросок из-за трёхочковой линии (с расстояния более 6 метров 75 см (7,24 м в НБА)), команда получает 3 очка, за каждый удачный штрафной бросок – 1 очко.

Баскетбол: мяч вне игры

Если мяч или игрок с мячом касается ограничительных линий площадки или пола, предмета или человека вне площадки, то судья дает команду «вне игры». В том случае, если положение вне игры определить сложно, т. е. если оба боковых судьи придерживаются различных мнений или если судьи не смогли определить, по вине которой из команд было вызвано положение вне игры, игра продолжается спорным вбрасыванием.

Баскетбол: правило фола.

Одним из важнейших правил баскетбола является правило фола (в переводе с английского – «ошибка»). Различаются персональные и технические фолы. К персональным фолом относится любое преднамеренное касание соперника (задержка, толчки, удары, блокировка руками и ногами и т. д.). В подобных случаях мяч передается противнику для вбрасывания. После 11-го фола за полупериод фол во время неудачного броска соперника карается 2 штрафными бросками.

Кроме того, все персональные замечания заносятся в личную карточку спортсмена. Если одновременно 2 игрока команды получают замечание, то соперник получает право на 2 штрафных броска. В большинстве случаев штрафной бросок выполняет тот игрок, по отношению к которому были нарушены правила. Обоюдное замечание игроки получают в случае одновременного нарушения правил по отношению друг к другу. В этом случае происходит спорное вбрасывание. Каждый игрок, получивший 5 персональных или технических замечаний, должен покинуть площадку. В случае грубых и преднамеренных нарушений правил спортсмен может быть дисквалифицирован. Но в том и в другом случае команда имеет право на замену. Начиная с 1976 г. особо строго штрафуются фолы нападающих при броске по корзине. Если из-за фола мяч не попадает в корзину, нападающий получает право на 2 штрафных броска. Если при выполнении 1-го или 2-го штрафного броска мяч не попадает в корзину, нападающий получает право еще на 1 штрафной бросок (всего 3).

Если, несмотря на фол, игрок забрасывает мяч в корзину, то этот бросок засчитывается, и игрок получает дополнительно еще 1 штрафной бросок. Технический фол назначается в случае неспортивного поведения игрока и наказывается 2 штрафными бросками, которые выполняет любой игрок команды соперника.

Игрок, получивший 5 персональных и/или технических фолов (либо 6 фолов в НБА) или 2 неспортивных 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 2 технических замечания или дисквалифицирующий фол, удаляется с площадки и должен покинуть место проведения матча (игроку не разрешается остаться на скамейке запасных).

Баскетбол: вбрасывание.

После остановки игры в случае «вне игры» или технических ошибок (нарушение правила перемещения, дубль-дриблинг, нарушение правила 3 сек и т. д.) мяч вводится в игру путем вбрасывания из-за боковой линии. В случае успешного броска в корзину происходит вбрасывание из-за лицевой линии.

Баскетбол - судейство

судьи на площадке и судейская коллегия.

Матчи в баскетболе обслуживает судейская бригада. В состав бригады входят опытные обладающие четкими знаниями правил судейства и имеющие многолетний опыт. Судьи руководствуются не только постулатами прописанных правил. Судья обязан придерживаться здравого смысла в оценке ситуации, учитывая настрой и отношения к игре командами. Не правильно судить профессионалов и новичков одинаково. Новички в игре часто допускают множество технических ошибок. Только лишь фиксация всех таких ошибок сильно затормозит всю игру. Фундаментальные принципы в вынесении решения о нарушении правил — это основа построения целостной игры. Рефери не должен делать без явной необходимости паузы в игре. Любая агрессия и грубость на площадке должны немедленно пресекаться, но не стоит наказывать фолом игрока за непредумышленный контакт, тем более, если он не дает никакого преимущества в конкретной игровой ситуации. От действий и умения рефери зависит целостность и непосредственный ход игры. В состав судейской бригады, обслуживающий баскетбольный на профессиональном уровне матч должны входить:

Главный судья и судьи площадки.

Для фиксации ошибок на площадке игру обслуживают два или три рефери. У них достаточно широкие полномочия. Главный судья принимает значимые решения по соответствию инвентаря, оборудования, формы игроков требованиям правил. При серьезных нарушениях Главный судья может засчитать поражение. За 20 минут до начала матча к выполнению своих обязанностей приступают рефери. По ходу матча судьи четко придерживаются правил. Решения коллег сомнению не подвергаются. Обслуживание игры судьями на площадке прекращаются по звуку сирены.

Секретарь и его помощник.

За правильное ведение протокола игры отвечает Секретарь. Через него тренерами подаются заявки на участие в игре, содержащие данные игроков. Максимальное количество игроков одной команды не может превышать 12-ти человек (5 основных и 7 запасных игроков). Фиксация игрового счета, взаимодействие с командами при необходимости производства замены или тайм-аута, вот основные обязанности Секретаря.

Обратится к арбитру секретарь может только в ситуации мертвого мяча. Контроль за количеством фолов, так же возлагается на Секретаря. Он доводит эту информацию до судей и команд.

Секундометрист.

Секундометрист в баскетболе обязан хорошо знать жесты судей и знать правила игры. Он обязан своевременно включать и останавливать время на табло, руководствуясь жестами судей (свистку), а также самостоятельно принимая решение при вводе мяча в игру, объявленного тайм-аута, перерывах, спорного или штрафного бросках. В последней четверти за 2 минуты до окончания игрового времени Секундометрист останавливает его отсчет после каждого результативного броска. Оператор времени для броска.

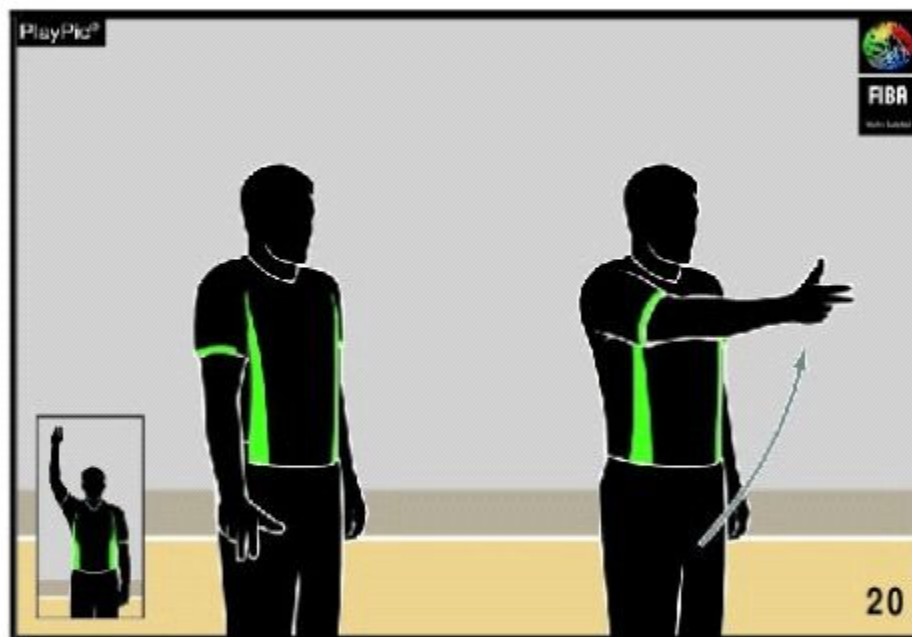
Основная функция оператора времени броска следить за соблюдением правил времени 24 секунд. Он включает таймер каждый раз, когда команда завладевает мячом и выключает при выходе мяча за пределы баскетбольной площадки. Сброс таймера производится после успешно завершённой атаки или потери контроля мяча командой. Секундометрист обязан сбросить время владения к 14 секундам в ситуации, когда на команде владеющей мячом совершён фол или мячом завладела атакующая команда после неудачной попытки поразить кольцо. В этом случае мяч должен задеть

само кольцо, а на секундомере быть любая цифра меньше четырнадцати секунд ■

- Основные жесты баскетбольного судьи можно разделить на группы в порядке важности значимости для игрока:
Официальные жесты судей в баскетболе, связанные с нарушениями **ВАЖНО!** Данные нарушения приводят только к потере мяча, никак не отражаясь на персональных и командных фолах.

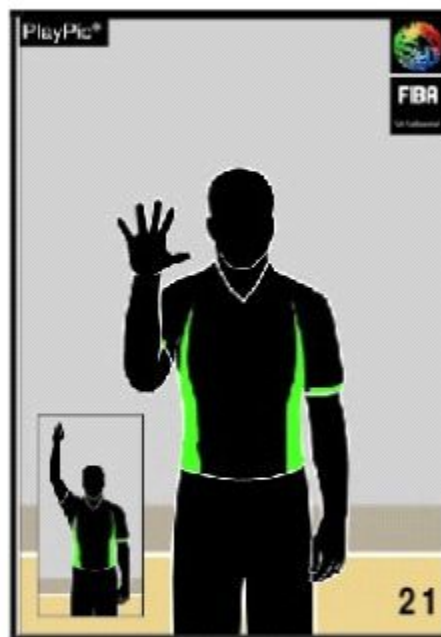


3 СЕКУНДЫ



Маховое движение вытянутой рукой с 3 пальцами

5 СЕКУНД



Показ 5 пальцев

8 СЕКУНД



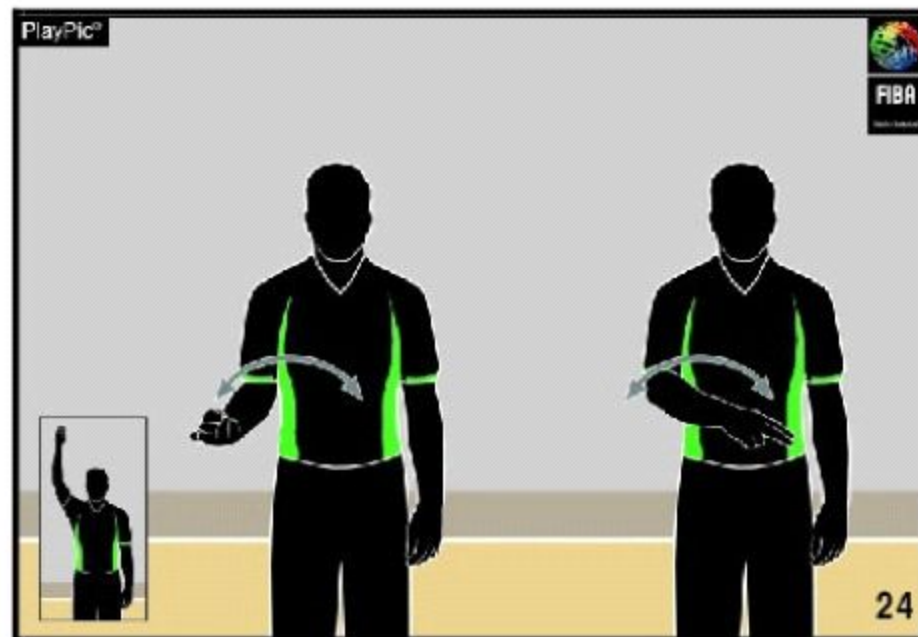
Показ 8 пальцев

24 СЕКУНДЫ



Касание пальцами
плеча

МЯЧ, ВОЗВРАЩЕННЫЙ В ТЫЛОВУЮ
ЗОНУ



Маховое движение руки перед телом

УМЫШЛЕННАЯ
ИГРА НОГОЙ



Указание пальцем
на стопу

Официальные жесты судей в баскетболе, связанные с типами фолов

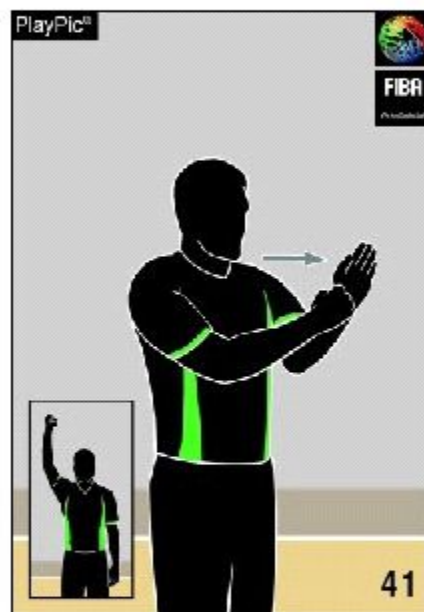


НЕПРАВИЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РУК



Удар по запястью

СТОЛКНОВЕНИЕ ИГРОКА С МЯЧОМ



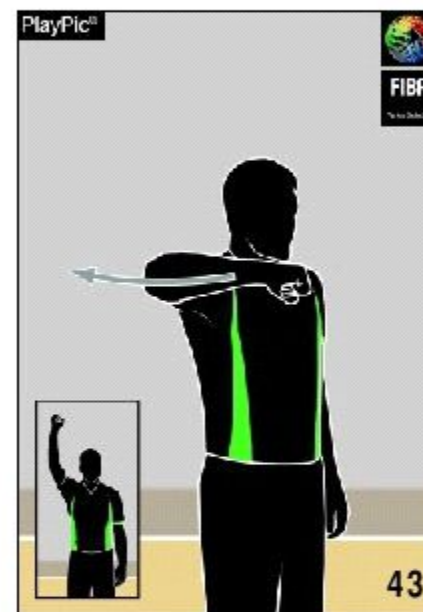
Удар кулаком в
открытую ладонь

НЕПРАВИЛЬНЫЙ КОНТАКТ В РУКУ



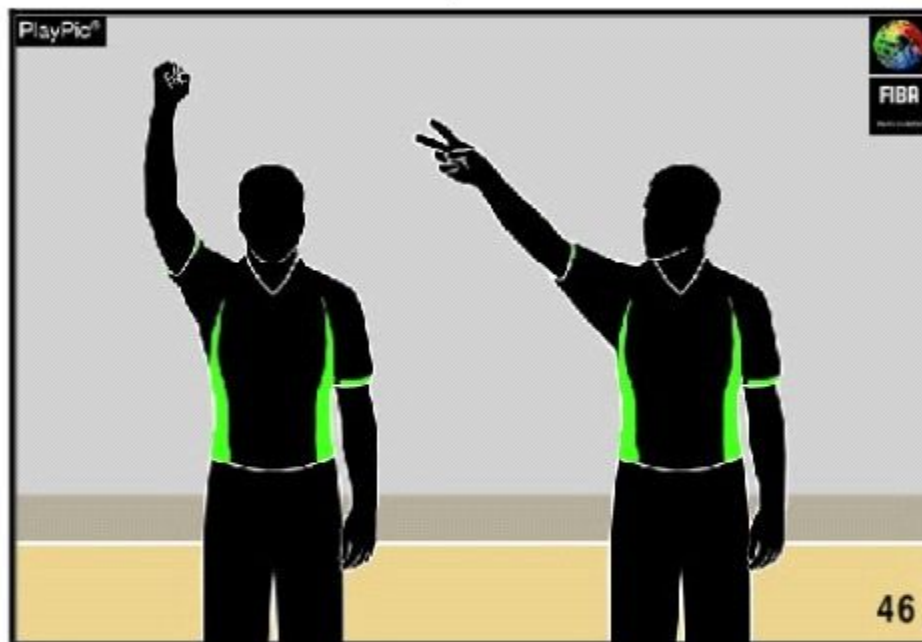
Удар кистью по
другому
предплечью

ЧРЕЗМЕРНОЕ РАЗМАХИВАНИЕ ЛОКТЕМ



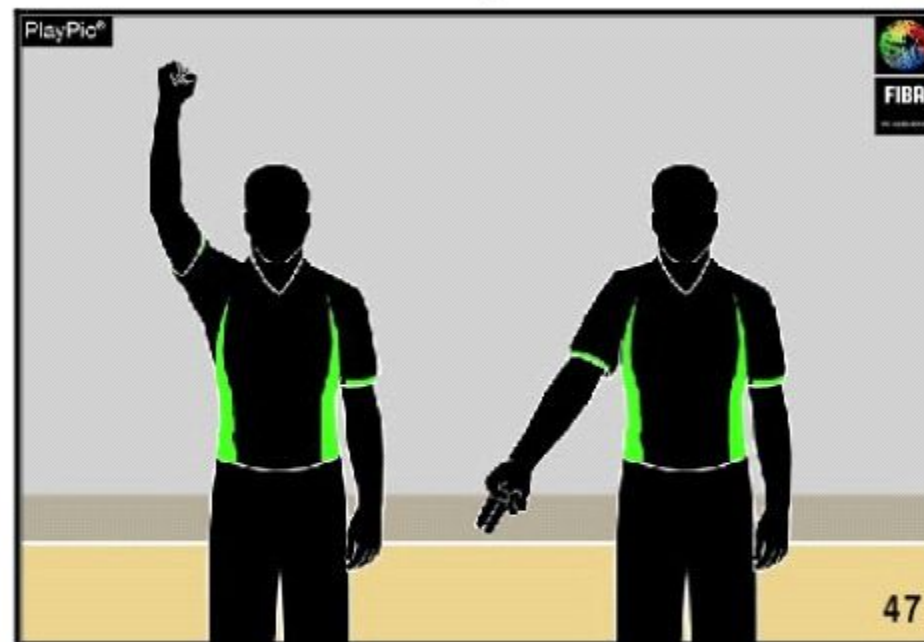
Движение локтем в
сторону

ФОЛ В ПРОЦЕССЕ БРОСКА



Одна рука сжата в кулак с последующим указанием количества штрафных бросков

ФОЛ НЕ В ПРОЦЕССЕ БРОСКА



Одна рука сжата в кулак с последующим указанием на пол

УДАР ПО ГОЛОВЕ



Имитация контакта
с головой

ФОЛ КОМАНДЫ,
КОНТРОЛИРУЮ-
ЩЕЙ МЯЧ



Указание кулаком в
направлении
корзины
провинившейся
команды

Официальные жесты судей в баскетболе, жесты замен и тайм-аутов

ЗАМЕНА



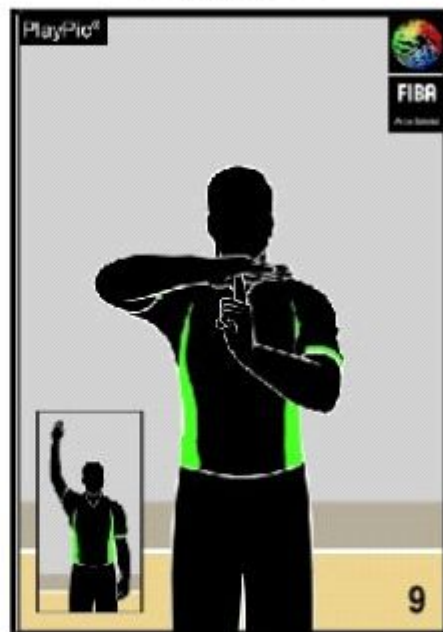
Скрещенные
предплечья перед
грудью

ПРИГЛАШЕНИЕ НА
ПЛОЩАДКУ



Открытая ладонь,
взмах к телу

ЗАТРЕБОВАННЫЙ
ТАЙМ-АУТ



Ладонь и
указательный
палец образуют
букву 'Т'

МЕДИА-ТАЙМ-АУТ



Руки в стороны с
ладонями,
сжатыми в кулаки

Официальные жесты судей в баскетболе, жесты набора очков

1 ОЧКО



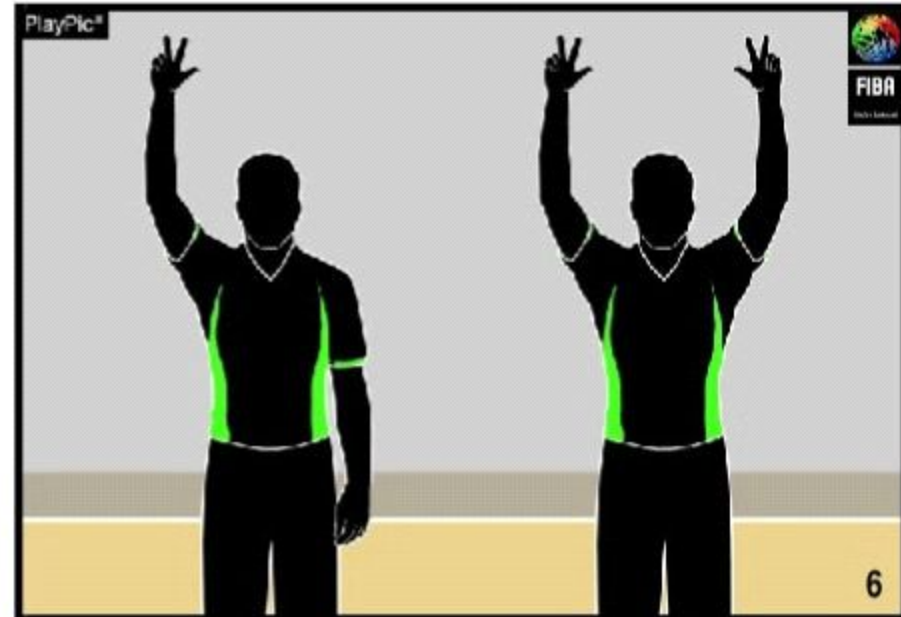
1 палец, опустить
кисть

2 ОЧКА



2 пальца, опустить
кисть

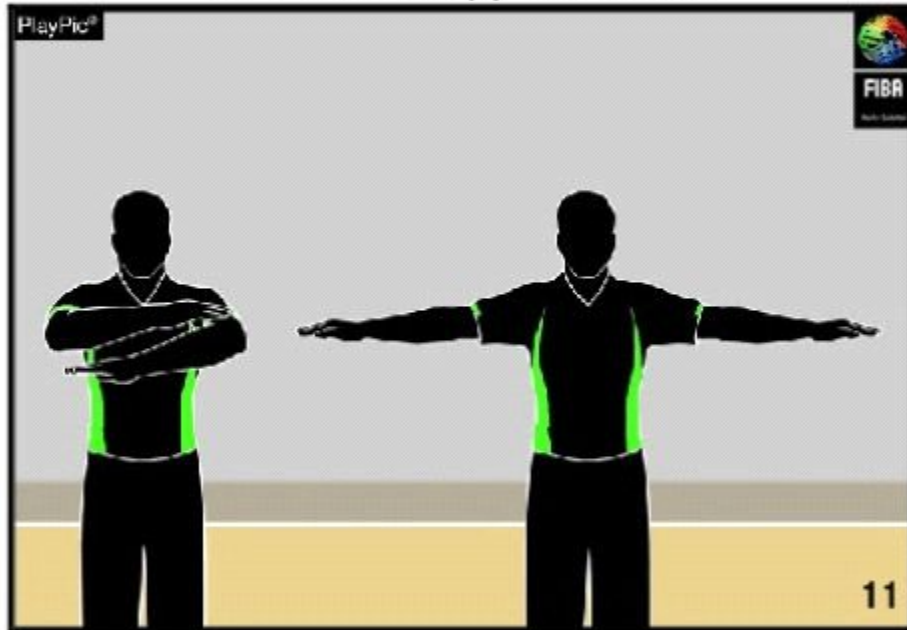
3 ОЧКА



3 выставленных пальца
Одна рука: Попытка броска
Обе руки: Удачный бросок

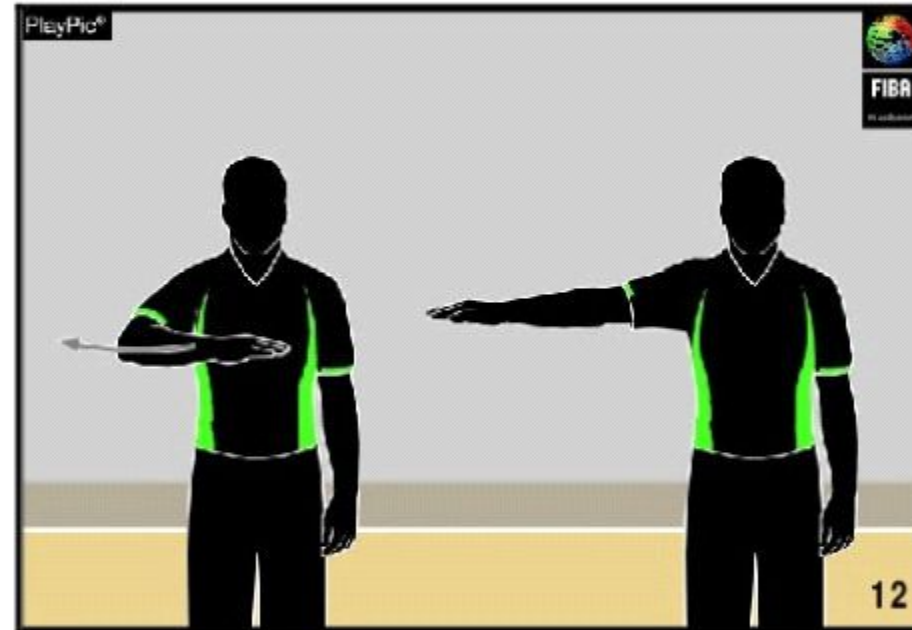
Официальные жесты судей в баскетболе, информативные жесты

ОТМЕНА ПОПАДАНИЯ, ОТМЕНА ИГРОВОГО ДЕЙСТВИЯ



Однократное сведение и разведение рук
перед грудью

ВИДИМЫЙ ОТСЧЕТ



Отсчитывание движением руки с
открытой ладонью

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ



Большой палец
вверх

СБРОС ПОКАЗАНИЙ НА УСТРОЙСТВЕ ВРЕМЕНИ ДЛЯ БРОСКА



Вращение кистью с
вытянутым
указательным
пальцем

НАПРАВЛЕНИЕ ВБРАСЫВАНИЯ И/ИЛИ АУТА



Указание
направления
вбрасывания, рука
параллельно
боковой линии

СИТУАЦИЯ СПОРНОГО МЯЧА/СПОРНОГО БРОСКА



Поднятые вверх
большие пальцы
рук с последующим
указанием
направления

Официальные жесты судей в баскетболе, жесты для нумерации игроков

No. 1 – 5



Показ правой рукой
цифры от 1 до 5

No. 6 - 10



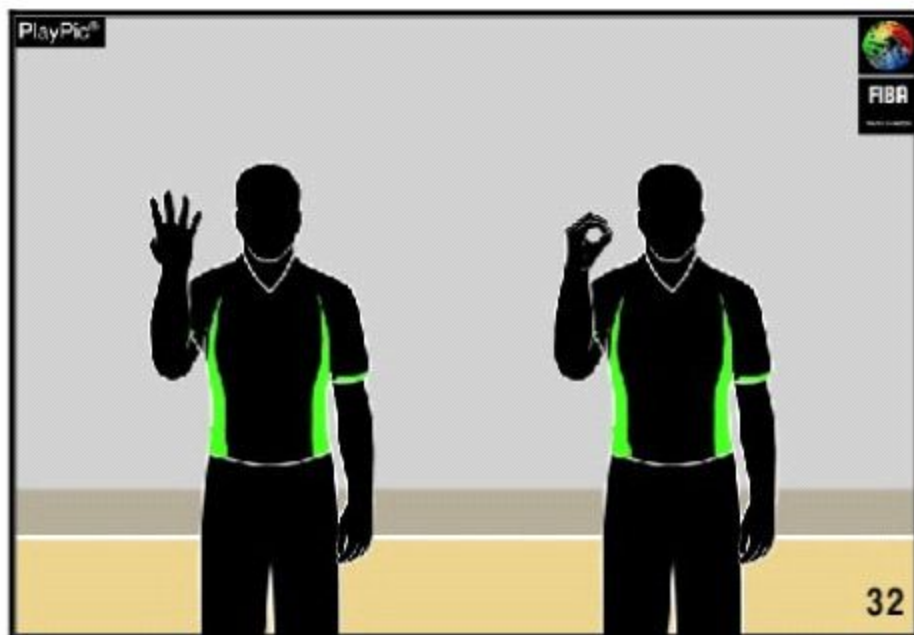
Показ правой рукой
цифры 5, а левой
рукой цифр от 1 до
5

No. 11 - 15



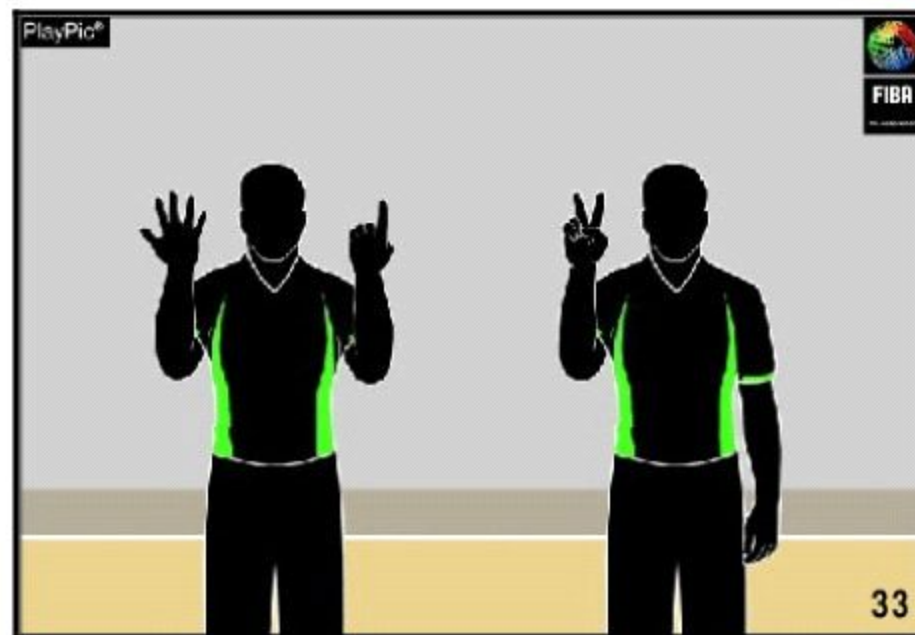
Правая рука сжата
в кулак,
а левая показывает
цифры от 1 до 5

No. 40



Сначала показ внешней стороной кисти
цифры 4 для десятков – затем показ
ладонью цифры 0 для единиц

No. 62



Сначала показ внешней стороной кисти
цифры 6 для десятков – затем показ
ладонью цифры 2 для единиц

Официальные жесты судей в баскетболе, особые фолы

ОБОЮДНЫЙ ФОЛ



Движение
скрещенными
кулаками над
головой

ТЕХНИЧЕСКИЙ ФОЛ



Ладони образуют
букву 'Т'

НЕСПОРТИВНЫЙ ФОЛ



Перехват запястья
наверху

ДИСКВАЛИФИЦИ- РУЮЩИЙ ФОЛ



Обе руки вверх,
сжатые в кулаки

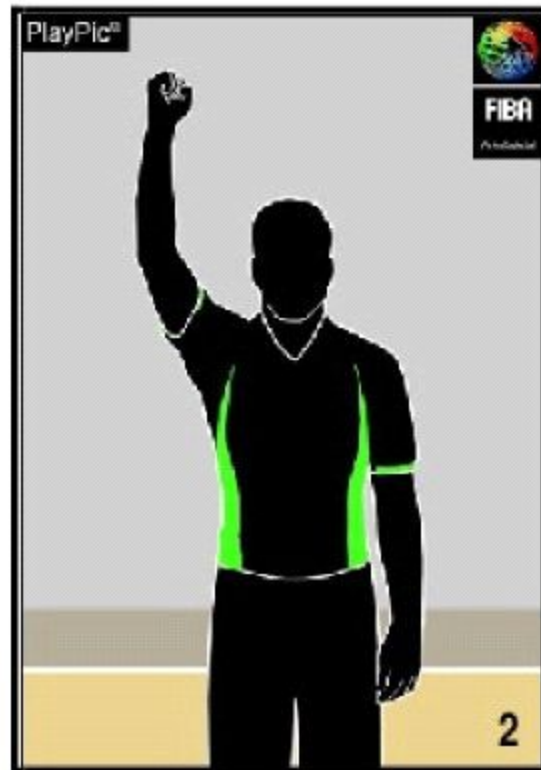
Официальные жесты судей в баскетболе, связанные с игровыми часами

ОСТАНОВКА
ЧАСОВ



Открытая ладонь

ОСТАНОВКА
ЧАСОВ ПРИ ФОЛЕ



Одна ладонь сжата
в кулак

ВКЛЮЧЕНИЕ
ЧАСОВ



Рубящее движение
рукой