

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №684 «Берегиня»
Московского района Санкт-Петербурга**

Баскетбол

История появления и основные правила

**Автор: учитель физической
культуры
Чистякова Янина Борисовна**

Баскетбол -

Это спортивная, командная игра с мячом, целью которой является забрасывания мяча в корзину соперника.

С английского basket – корзина, ball – мяч.



Появление

21 декабря 1891 года преподаватель колледжа Джеймс Нейсмит привязал две корзины из-под персиков к перилам балкона спортивного зала и, разделив учеников на команды по 9 человек, предложил им игру, смысл которой сводился к тому, чтобы забросить как можно большее количество мячей в корзину соперника.



Правила

Изначально правила игры в баскетбол были сформулированы американцем Джеймсом Нейсмитом и состояли лишь из 13 пунктов. Со временем баскетбол изменялся, изменений потребовали и правила.

Первые международные правила игры были приняты в 1932 году на первом конгрессе ФИБА.

С 2004 года правила игры остаются неизменными. Правила игры несколько отличаются в НБА и чемпионатах, проводимых под эгидой ФИБА.

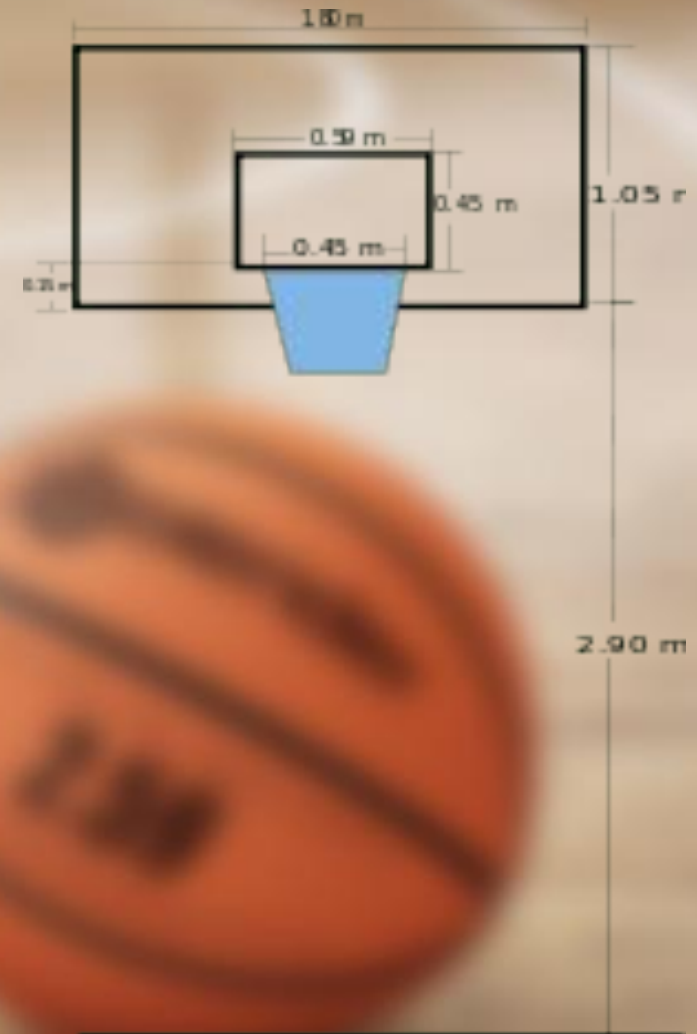
ФИБА – международная федерация баскетбола.



Правила

В баскетбол играют две команды, обычно по десять человек, 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. Случайное же соприкосновение или касание мяча стопой или ногой не является нарушением.



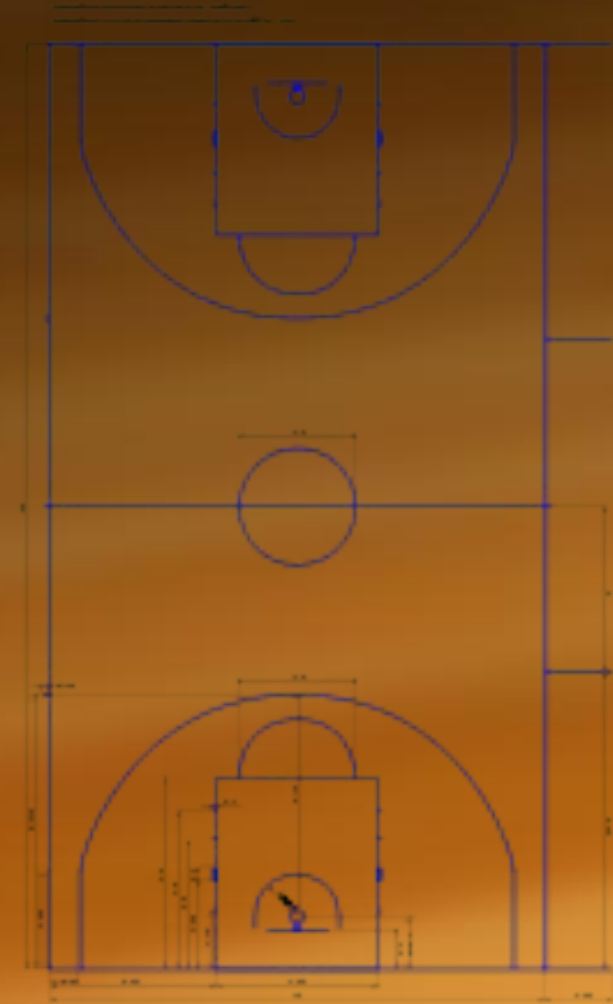
Правила

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

1 очко — штрафной бросок

2 очка — бросок со средней или близкой дистанции (ближе трёхочковой линии)

3 очка — бросок из-за трёхочковой линии на расстоянии 6 м 75 см (7 м 24 см в Национальной баскетбольной ассоциации)
(Трёхочковый бросок был включен в официальные правила игры (ФИБА) в 1984 году)



Правила

Игра официально начинается спорным броском в центральном круге, когда мяч правильно отбит одним из спорящих. Матч состоит из четырёх четвертей, длительность каждой 10 минут с перерывами по две минуты.

Продолжительность перерыва между второй и третьей четвертями игры — пятнадцать минут. После большого перерыва команды должны поменяться корзинами.

Игра может идти на открытой площадке и в зале высотой не менее 7 м. Размер поля — 28×15 м.

Размер щита 180×105 см. От нижнего края щита до пола или грунта должно быть 290 см. Корзина представляет собой металлическое кольцо, обтянутое сеткой (без дна). Она крепится на расстоянии 0,15 м от нижнего обреза щита и 3,05 м от уровня пола.



Нарушения

- **аут** — мяч уходит за пределы игровой площадки;
- **пробежка** — игрок, контролирующий «живой» мяч, совершает перемещение ног сверх ограничений, установленного правилами^[4]
- *нарушение ведения мяча, включающее в себя пронос мяча, двойное ведение;*
- Прыжок с места с мячом в руке;
- **3 секунды** — игрок нападения находится в «краске» (прямоугольная зона под кольцом) соперника более трёх секунд в то время, когда его команда владеет живым мячом в зоне нападения;
- **5 секунд** — игрок при выполнении вбрасывания не расстаётся с мячом в течение пяти секунд^[5];
- **8 секунд** — команда, владеющая мячом в тыловой зоне, не вывела его в переднюю зону за восемь секунд;
- **24 секунды** — команда владела мячом более 24 секунд и не произвела броска по кольцу. Счётчик 24 секунд сбрасывается, если мяч коснется дужки кольца. После этого атаковавшая команда может совершить подбор в нападении и получить право на ещё одно, но уже 14-секундное владение.

Фолы

Фол — это несоблюдение правил, вызванное персональным контактом или неспортивным поведением. Виды фолов:

- **персональный** — фол игроку вследствие контакта с соперником;
 - **технический**;
 - **обоюдный**;
 - **неспортивный**;
 - **дисквалифицирующий**.
- Игрок, получивший 5 персональных и/или технических фолов или 2 неспортивных фолы в матче, должен покинуть игровую площадку и не может принимать участие в матче
 - Игрок, получивший 2 технических замечания или дисквалифицирующий фол, удаляется с площадки и должен покинуть место проведения матча.
 - Баскетбол — контактный вид спорта и может считаться самым травмоопасным видом спорта, так как спортсмены не имеют никаких элементов защитной экипировки (в отличие от хоккея и футбола)

Профессиональный баскетбол

В начале XX века начали оформляться первые профессиональные баскетбольные команды. С одной стороны, на всей территории Соединённых Штатов в населенных пунктах различного масштаба возникло существенное количество таких команд (количеством в несколько сотен); с другой стороны, какая-либо организация профессиональных игр практически отсутствовала. Игроки произвольно перемещались между составами команд, матчи устраивались в помещениях, не приспособленных для проведения соревнований, появлялись и расформировывались разнообразные лиги и объединения.

В 1946 году возникла [Баскетбольная ассоциация Америки](#) (БАА). Первый матч под её эгидой состоялся 1 ноября того же года в [Торонто](#) (Канада) между командами Toronto Huskies и New York Knickerbockers. По прошествии трёх игровых сезонов, в 1949 году, ассоциация объединилась с [Национальной баскетбольной лигой](#) США, в результате чего была образована [Национальная баскетбольная ассоциация](#) (NBA).



Источники

<https://ru.wikipedia.org>

<http://ru.sport-wiki.org>

<https://russiabasket.ru>

Подготовила: Чистякова Я.Б.