

# Баскетбол

Составил: Овчинникова И.Д.,  
учитель физической культуры  
МБОУ НОШ №7, г.Амурск



# Что такое баскетбол?

Баскетбол (от англ. basket — корзина, ball — мяч) — олимпийский вид спорта, спортивная командная игра с мячом.



# Кто придумал баскетбол?

В 1891 году в Соединенных Штатах

Америци молодой преподаватель, уроженец Канады, доктор Джеймс Нейсмит прикрепил две корзины из-под персиков к перилам балкона спортивного зала и предложил своим студентам игру, смысл которой сводился к тому, чтобы забросить как можно больше мячей в корзину соперников.

Получившаяся игра лишь отдаленно напоминала современный баскетбол.





- От современного баскетбола игра отличалась тем, что не существовало ведения мяча, и игроки просто перебрасывали мяч друг другу, перемещаясь на короткое расстояние по площадке, на которой практически не было никакой разметки. Чтобы достать мяч из корзины, игрокам приходилось лазить по приставной лестнице.



# Когда появились первые правила?

В 1892 году Джеймс Нейсмит составил первый свод правил баскетбола из 13 пунктов.

В 1893 году фруктовая корзина ушла в историю, уступив место привычному кольцу с сеткой. Еще через год были утверждены первые официальные правила баскетбола, которые действовали на всей территории США.

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 приняты в 1998 и 2004 годах. С 2004 года правила игры остаются неизменными. В баскетбол играют 2 команды по 5 игроков в каждой.



# Баскетбольное поле

Игровое поле для баскетбола имеет прямоугольную форму и твердое покрытие. Размер площадки для баскетбола должен составлять 28 метров в длину и 15 метров в ширину (стандарт).



# Разметка площадки

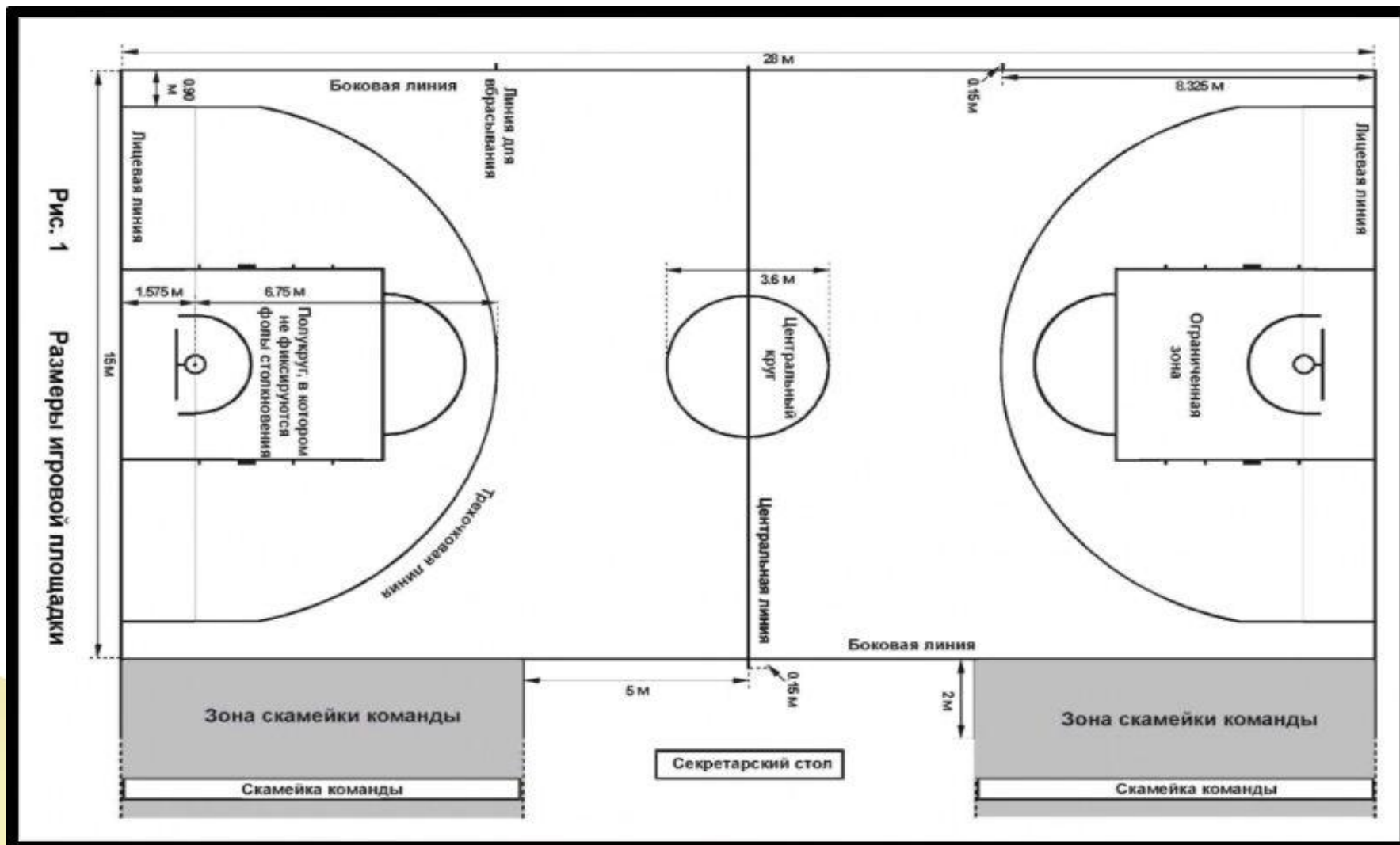


Рис. 1

Размеры игровой площадки

# Правила игры

- Цель каждой команды в баскетболе - забросить мяч в корзину соперника и помешать другой команде овладеть мячом и забросить его в корзину своей команды.
- В баскетбол играют две команды по 5 человек
- Ведение мяча в баскетболе. Спортсмены, владеющие мячом, должны передвигаться по полу, ударяя им в пол. Случайное прикосновение к мячу другой частью тела не считается нарушением, в отличие от целенаправленной игры ногой или кулаком.
- Баскетбольный матч состоит из 4 периодов или таймов, каждый тайм длится 10 минут. Между периодами предусмотрены короткие перерывы.
- Заброшенный в корзину мяч может приносить разное количество очков своей команде.
- 1 очко – бросок со штрафной линии
- 2 очка – бросок со средней или близкой дистанции
- 3 очка – бросок из-за трех очковой линии (с расстояния 6м75см)
- Если в основное время обе команды набрали одинаковое число очков, то назначается 5 минутный овертайм.
- Правило 3 секунд – правило, которое запрещает любому игроку атакующей команды находиться в зоне штрафного броска более трех секунд.
- Правило двух шагов в баскетболе. Игроку разрешается сделать только два шага с мячом, после чего он должен либо произвести бросок, либо отдать пас.





# Нарушения

- **Аут** - мяч уходит за пределы игровой площадки.
- **Пробежка** – игрок, контролирующий «живой» мяч, совершает перемещение ног сверх ограничения, установленного правилами.
- **Нарушение** ведения мяча, включающее в себя пронос мяча, двойное ведение.
- **Три секунды** – игрок нападения находится в зоне штрафного броска больше трёх секунд в то время, когда его команда владеет мячом в зоне нападения.
- **Фолы** – это не соблюдение правил, вызванное персональным контактом или неспортивным поведением .
- Виды фолов: персональный, технический, неспортивный, дисциплинирующий.
- Игрок ,получивший 5 фолов в матче, покидает игровую площадку и не может принимать участие в матче.



# Когда баскетбол появился в России?

- Первые баскетбольные команды в России появились в 1906 году на базе Спортивного общества «Маяк» в Санкт-Петербурге.
- В начале двадцатых годов XX века баскетбол ввели в программу обучения студентов Главной военной школы физического образования трудящихся и в программу Московского института физической культуры. В 1923 году был разыгран первый чемпионат СССР. С 1934 года первенство СССР по баскетболу проводили ежегодно.



## Баскетболисты Спортивного общества «Маяк»



# Лучшие игроки в истории сборной России

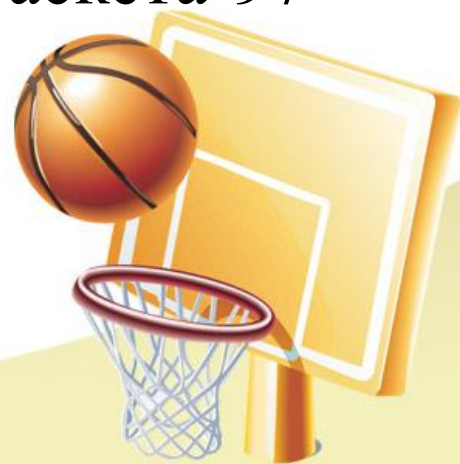


## Василий Карасев

### Достижения:

серебро Евробаскета-93,  
чемпионатов мира 94 и  
98,

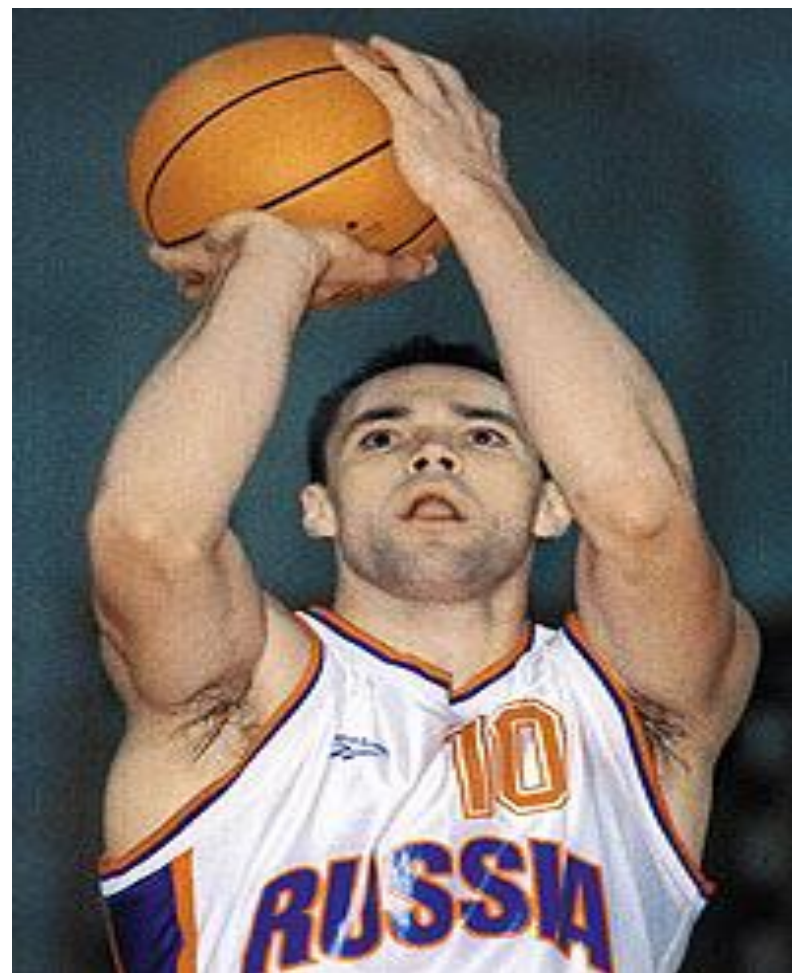
бронза Евробаскета-97



**Атакующий защитник:**  
**Сергей Бабков**

**Достижения:**

серебро чемпионата  
мира 94, 98 годов,  
Евробаскета-93 года,  
бронза Евробаскета-97  
года



# Андрей Кириленко

## Достижения:

ЗОЛОТО

Евробаскета-2007,

бронза Евробаскета-2011



# Список литературы

1. <http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/basketbol/>
2. Спортивные игры. Учебник для физ. ин-тов . Под ред. Портных Ю. И.М. 1975г.
3. Баскетбол учебник для физкультурных институтов. Под ред. Н.В. Семашко.
4. "Физкультура и спорт", 1976г.4. Упражнения в баскетболе. "Физкультура и спорт", 1972г.
5. Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам (П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва, 2008 г.)

