

**Проект по
физической
культуре
на тему:
«Баскетбол»**

**Ученица 8 класса Гусева Марина
Учитель физической культуры: Куликов А.Е..**

История Баскетбола

*Игра "пок-та-пок" -
прародитель
баскетбола*



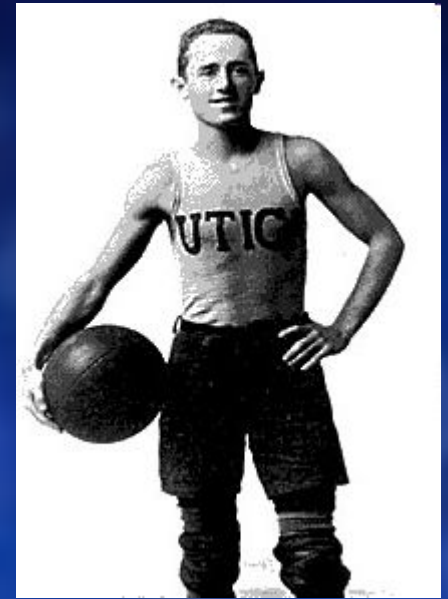
- Древние майя называли эту игру пок-та-пок. Индейцы рассматривали её как метафору Космоса - движение мяча по полю напоминало им перемещение планет во Вселенной. Целью команды было забить четырёхкилограммовый каучуковый мяч в высеченное из камня и вертикально расположенное на стене кольцо противника (представьте себе представьте себе баскетбольную корзину, повернутую на бок).

Над кольцом

- В 1891 году, в YMCA в Спрингфилде (штат Массачусетс), молодой Канадский преподаватель по имени Джеймс Нэйтсмит изобрел простую игру, в которой игрок мог вполне использовать свои физические дарования и воображение.



Сетка



- *Команда Трентона играла в сетке, которая ограждала площадку и защищала болельщиков от игроков (и наоборот). Это также ускорило игру, так как мяч, отскочивший от сетки оставался в игре.*

Баскетбол в России

- Родины отечественного баскетбола является Санкт-Петербург. Факт этот общеизвестен и сомнений не вызывает. Первое упоминание об этой игре в нашей стране принадлежит известному русскому пропагандисту физической культуры и спорта петербуржцу Георгию Дюпперону и относится оно к 1901 году.



Правила игры




- ▣ *Изначально правила игры в баскетбол были сформулированы американцем Джеймсом Нейсмитом и состояли лишь из 13 пунктов.*
- ▣ *В баскетбол играют две команды, обычно по двенадцать 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.

□ 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 и т. д. овертайм, 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 (7м 24см в Национальной баскетбольной ассоциации)

•Игра официально начинается спорным броском в центральном круге, когда мяч правильно отбит одним из спорящих. Матч состоит из четырёх периодов по десять минут (двенадцать минут в Национальной баскетбольной ассоциации) с перерывами по две минуты. Продолжительность перерыва между второй и третьей четвертями игры — пятнадцать минут. После большого перерыва команды должны поменяться корзинами.

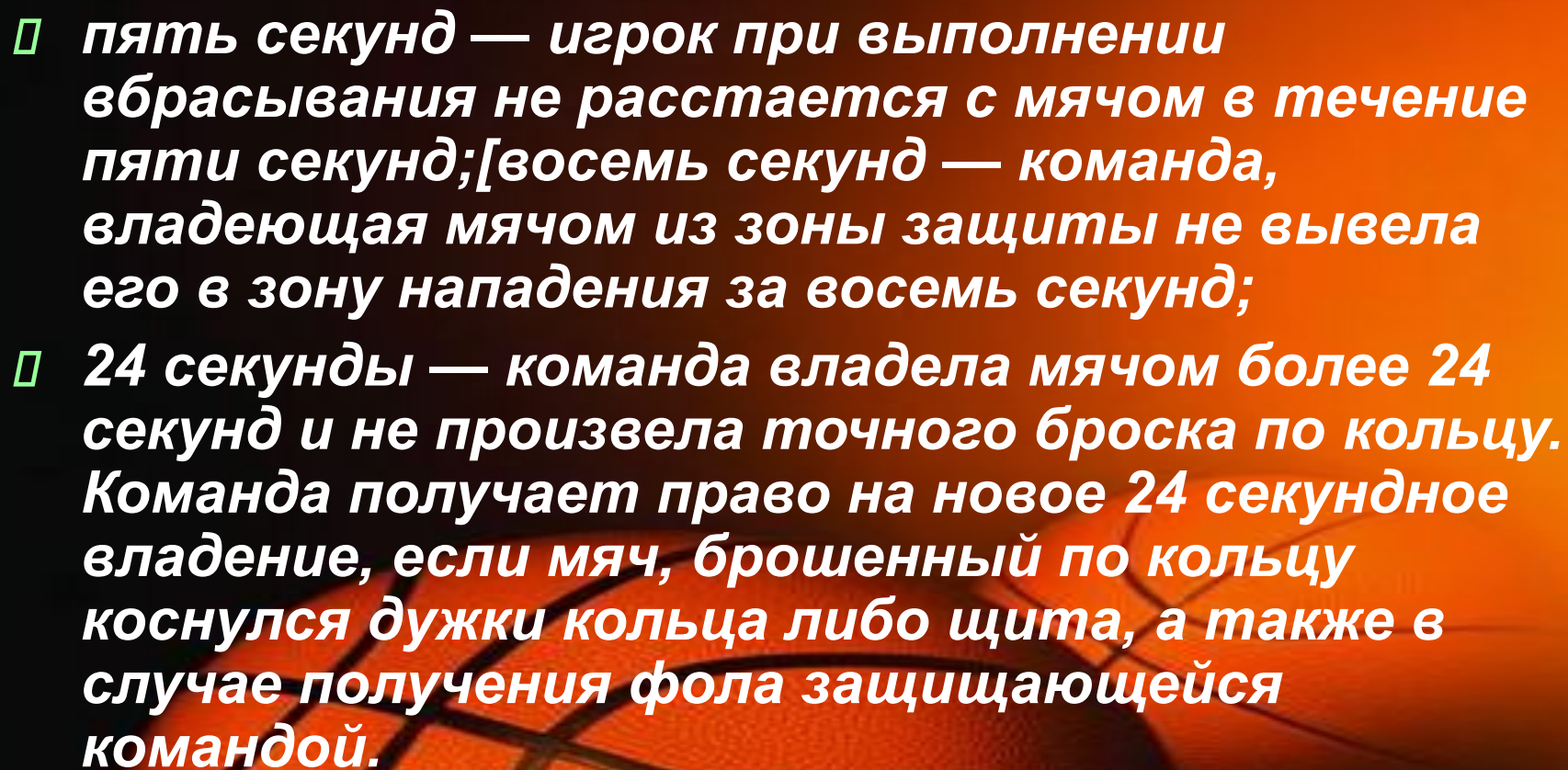
□ Игра может идти на открытой площадке и в зале высотой не менее 7 м. Размер поля — 28x15 м. Щит размером 180x105 см от стойки. От нижнего края щита до пола или грунта должно быть 275 см. Корзина представляет собой металлическое кольцо, обтянутое сеткой без дна. Она крепится на расстоянии 0,31 м от нижнего обреза щита. Установленная стандартами FIBA для мужских соревнований окружность мяча — 74,9—78 см, масса — 567—650 г (для женских соответственно 72,4—73,7 см и 510—567 г).



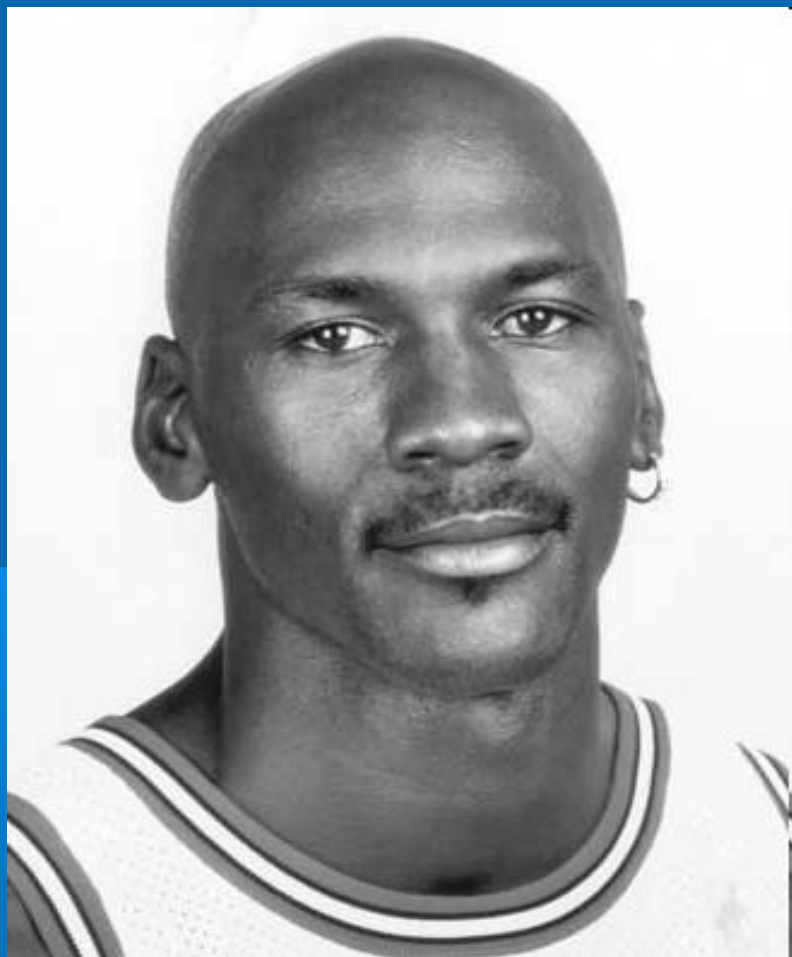
Нарушения

- 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;



- 
- **пять секунд** — игрок при выполнении вбрасывания не расстаётся с мячом в течение пяти секунд; [восемь секунд — команда, владеющая мячом из зоны защиты не вывела его в зону нападения за восемь секунд;
 - **24 секунды** — команда владела мячом более 24 секунд и не произвела точного броска по кольцу. Команда получает право на новое 24 секундное владение, если мяч, брошенный по кольцу коснулся дужки кольца либо щита, а также в случае получения фола защищающейся командой.

Майкл Джордан



Майкл Джеффри Джордан (англ. Michael Jeffrey Jordan; 17 февраля 1963, Бруклин, Нью-Йорк) — выдающийся американский баскетболист, бывший игрок НБА. Играл на позиции атакующего защитника.