

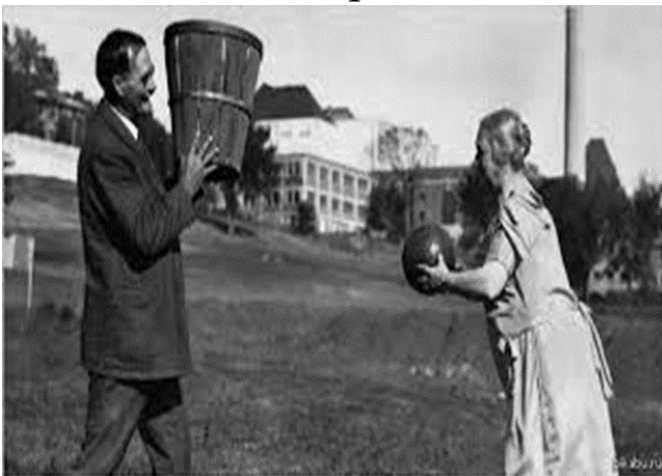


# Баскетбол для всех!

## *История появления.*

### **Джеймс Найсмит – основатель игры баскетбол.**

В 1891 году преподаватель американского Спрингфилдского колледжа Джеймс Найсмит разработал правила проведения соревнований. В том же году состоялся первый матч. До матча, названия в спортивной новинке не было, а после его завершения появилось. Ф. Мэган, очевидец этого состязания соединил два слова: «basket» корзина и «ball» мяч.



**Корзина и мяч «basket» корзина и «ball»**

## **Правила игры- баскетбол!**

От каждой команды на площадку выходят по 5 человек, всего же в командах – по 12 человек. Спортсмен, овладев мячом,



может вести его только руками в любом направлении, применяя финты, дриблинг, и передавать его партнерам. Завершается атака броском в корзину. За мяч, заброшенный с игры,

засчитывается два очка или три (с дальней позиции), со штрафного – одно очко. Побеждает та команда, которая в итоге набирает больше очков. 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.

### ***Нарушения игры:***

- *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***

- ***Фол*** – это несоблюдение правил, вызванное персональным контактом или неспортивным поведением.

### ***Виды фолов:***

- персональный
  - технический
  - неспортивный
  - дисциплинирующий
- 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.

**За одно попадание в кольцо начисляется разное количество очков:**

**1 очко** – бросок со штрафной линии

**2 очка** – бросок со средней или близкой дистанции

**3 очка** – бросок из-за трёх очковой линии на расстоянии 6 м. 75 см.

*Современные баскетболисты в течении игры в среднем совершают около 200 прыжков и пробегают более 7км.*

Размер баскетбольной площадки 26х14.

На противоположных сторонах площадки установлены щиты (180х220см.) на которые крепятся корзины на высоте 3,05м.

Окружность мяча 75-78см,  
масса 600-650г.



## **Россия поддержала Америку**

Благодаря студентам из Европы, которые обучались в университетах США, баскетбол проник и на этот континент. Америку поддержала и Россия. В Петербурге в начале прошлого столетия действовал «Маяк» - общество содействия нравственному, умственному и физическому развитию молодых людей. Активист «Маяка» С. Васильев раздобыл правила баскетбола, перевел их на русский язык. Однако первый чемпионат страны был разыгран лишь в 1923г., состязались только женские команды.

## **ФИБА – федерация баскетбола**

В 1932г. была создана Международная любительская федерация баскетбола (ФИБА). Людям нравилось, что можно играть как на открытых аренах, так и в спортивных залах. Хорошим стимулом к развитию баскетбола послужили континентальные чемпионаты.

**А. Я. Гомельский - выдающийся советский баскетбольный тренер. Заслуженный тренер СССР.**



## **Знаменитые баскетболисты СССР**



**Ульяна Семёнова**

**Татьяна Овечкина**

**Двигательное развитие баскетболиста:**

**Александр Белов**

- Сила
- Скорость
- Ловкость
- Прыгучесть
- Координация

**Сборная команда девушек МБОУ СОШ п. Нивенское,  
победители областной спартакиады 2013г.**



