Оглавление

[Реферат на тему: Баскетбол 2](#_Toc68004345)

[История баскетбола 15](#_Toc68004346)

[Правила игры 19](#_Toc68004347)

[Техника и тактика игры 23](#_Toc68004348)

[Соревнования 27](#_Toc68004349)

[Некоторые разновидности баскетбола 31](#_Toc68004350)

[Заключение 34](#_Toc68004351)

[Список литературы 35](#_Toc68004352)

# Реферат на тему: Баскетбол

1. **Введение.**

В современной жизни все больше использование занятий физическими упражнениями направлено не на достижение высоких результатов, а на повышение их оздоровительного влияния на широкие массы населения. Для решения такой глобальной проблемы наиболее эффективными средствами являются, прежде всего, спортивные игры.

Баскетбол является одним из средств физического развития и воспитания молодежи.

Баскетбол - одна из самых популярных игр в нашей стране. Для нее характерны разнообразные движения; ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию.

1. История баскетбола

Родиной баскетбола принято считать Соединённые штаты Америки. Игра была придумана в декабре в 1891 году в учебном центре Христианской молодёжной ассоциации в Спрингфилде, штат Массачусетс. Чтобы оживить уроки по гимнастике, молодой преподаватель, доктор Джеймс Нейсмит, родившийся в 1861 году в городке Рамсей, штат Онтарио, Канада, придумал новую игру. Он прикрепил к перилам балкона две фруктовые корзины из-под персиков без дна, в которые нужно было забрасывать футбольный мяч (отсюда название basket –корзина, ball – мяч). Концепция баскетбола у него зародилась, ещё в школьные годы, во время игры в «duck-on-a-rock». Смысл этой популярной, в то время игры заключался в следующем: подбрасывая один, небольшой камень, необходимо было поразить им вершину другого камня, большего по размеру. Уже, будучи преподавателем физкультуры, профессором колледжа в Спрингфилде, Д. Нейсмит столкнулся с проблемой создания игры для зимы штата Массачусетс, периода между соревнованиями по бейсболу и футболу. Нейсмит полагал, что в связи с погодой этого времени года, лучшим решением будет изобрести игру для закрытых помещений. Через год Д. Нейсмит меньше чем за час, сидя за столом в своём офисе разработал первые 13 пунктов баскетбольных правил:

1. Мяч может быть брошен в любом направлении одной или двумя руками.

2. По мячу можно бить одной или двумя руками в любом направлении, но ни в коем случае кулаком.

3. Игрок не может бегать за мячом. Игрок должен отдать пас или бросить мяч в корзину с той точки, в которой он его поймал, исключение делается для игрока бегущего на хорошей скорости.

4. Мяч должен удерживаться одной или двумя руками. Нельзя использовать для удержания мяча предплечья и тело.

5. В любом случае не допускаются удары, захваты, удержание и толкание противника. Первое нарушение этого правила любым игроком, должно фиксироваться как фол (грязная игра); второй фол дисквалифицирует его, пока не будет забит следующий мяч и, если имелось очевидное намерение травмировать игрока, на всю игру, никакая замена не позволяется.

6. Удар по мячу кулаком - нарушение пунктов правил 2 и 4, наказание описано в пункте 5.

7. Если обе из сторон совершает три фола подряд, они должны фиксироваться за гол, для противников (это значит, что за это время противники не должны совершить ни одного фола).

8. Гол засчитывается, - если брошенный или отскочивший от пола мяч попадает в корзину и остаётся там. Защищающимся игрокам не позволяется касаться мяча или корзины в момент броска. Если мяч касается края, и противники перемещают корзину, то засчитывается гол.

9. Если мяч уходит в аут (за пределы площадки), то он должен быть выброшен в поле и первым коснувшимся его игроком. В случае спора выбросить мяч в поле, должен судья. Вбрасывающему игроку позволяется удерживать мяч пять секунд. Если он удерживает его дольше, то мяч отдаётся противнику. Если любая из сторон пытается затягивать время, судья должен дать им фол.

10. Судья должен следить за действиями игроков и за фолами, а также уведомлять рефери, о трёх, совершённых подряд фолах. Он наделяется властью дисквалифицировать игроков согласно правилу 5.

11. Рефери должен следить за мячом и определять, когда мяч находится в игре (в пределах площадки) и когда уходит в аут (за пределы площадки), какая из сторон должна владеть мячом, а также выполнять любые другие действия, которые обычно выполняют рефери.

12. Игра состоит из двух половин по 15 минут каждая с перерывом в 5 минут между ними.

13. Сторона, забросившая больше мячей в этот период времени является победителем.

Но уже первые матчи по этим правилам вызвали их изменения. Хотя большинство из них действует и по сей день. Болельщики на балконах ловили улетавшие мячи и пытались их забросить в корзину противника. Поэтому вскоре появились щиты, которые стали защитой для корзины. 12 февраля 1892 года, изучив правила и освоив азы техники, студенты Спрингфилдского колледжа в присутствии ста зрителей провели первый в истории баскетбола «официальный» матч, мирно завершившийся с результатом 2:2. Его успех был настолько оглушительным, а слух о новой игре распространился с такой скоростью, что вскоре две спрингфилдские команды стали проводить показательные встречи, собирая на своих выступлениях сотни зрителей. Их почин подхватили студенты других колледжей, и уже на следующий год весь американский северо-восток был охвачен баскетбольной лихорадкой. Уже в 1893 году появляются железные кольца с сеткой. Новая игра оказалась настолько интересной и динамичной, что в 1894 году в США были изданы первые официальные правила. В то же время баскетбол из США проникает сначала на Восток ­­­­­­­­­­­­­­­­­– в Японию, Китай, на Филиппины, а затем в Европу и Южную Америку. В 1895 году были введены штрафные броски с расстояния 5м 25см. Ведение мяча во всех его вариантах было узаконено в 1896 году.

Стихийное образование любительских команд и лиг привело к тому, что студенты стремились заниматься исключительно баскетболом, предпочитая его не только таким традиционным игровым видам, как американский футбол и бейсбол, но и горячо любимой попечителями колледжей гимнастике. Чиновники Молодёжной Христианской Ассоциации, вняв жалобам противников нового веяния, практически захлопнули двери спортивных студенческих залов. Однако их стремление запретить, стремительно набиравший популярность новый вид спорта было подобно попыткам вручную остановить разогнавшийся поезд.

Через 10 лет на Олимпийских играх в Сент-Луисе (США) американцы организовали показательный турнир между командами нескольких городов.

Родиной отечественного баскетбола является Санкт - Петербург. 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.

Уже в 1909 году состоялось событие, ставшее определённой вехой в истории не только отечественного, но и мирового баскетбола. В Петербург приехала группа членов американской ассоциации христиан. Из них и была составлена баскетбольная команда, которая, к общей радости петербуржцев, проиграла местной команде «лиловых» со счётом 19:28. Именно эта историческая встреча названа первым международным баскетбольным матчем. Таким образом, получается, что именно Россия стала местом проведения первого международного баскетбольного матча на планете.

В 1920 году был внесён в школьную программу, в которой изучался наравне с футболом в качестве обязательной дисциплины. Также в это время начинают активно создаваться национальные федерации баскетбола, проводятся первые международные встречи. Так в 1919 году состоялся баскетбольный турнир между армейскими командами США, Италии и Франции. В 1923 году во Франции проводится первый международный женский турнир. Игра завоёвывает всё большую популярность и признание в мире, и в 1935 году Международный олимпийский комитет вынес решение о признании баскетбола олимпийским видом спорта. В баскетбольном турнире участвовали команды 21 страны. Матчи проводились на открытых теннисных площадках, все последующие олимпийские турниры проводились в закрытых помещениях. Первым олимпийским чемпионом стала команда США

В первой половине 1950-х годов баскетбол стал терять присущую ему остроту борьбы. Потребовалось внести в правила целый ряд изменений и дополнений для её оживления. Наиболее важными из этих дополнений были:

- введение правила 30 секунд (команда, владеющая мячом, обязана в пределах этого времени бросить мяч в корзину);

- расширение площади зоны, в которой игрокам нападения не разрешалось находиться более трёх секунд.

Дебют женского баскетбола на Олимпийских играх состоялся в 1976 году в Монреале. В турнире участвовали шесть команд. Первыми олимпийскими чемпионами стали баскетболистки сборной СССР.

Первый чемпионат Европы среди женщин прошёл в Риме в 1938 году, на котором победили баскетболистки Италии. Сборная СССР – 21 раз становилась чемпионом Европы (1950-1956, 1960-1991).

Джеймс Нейсмит создал игру всех народов мира, игру скорости, ловкости и смекалки.

1. Правила игры «баскетбол».

Здесь представлены некоторые выдержки из официальных правил баскетбола.
В баскетбол играют две команды, в каждой из которых по пять игроков. Цель каждой команды в баскетболе - забросить в корзину соперника и помешать другой команде, овладеть мячом, и забросить его в корзину.

Победителем в баскетболе становится команда, которая по окончании игрового времени набрала большее количество очков.

Игровая баскетбольная площадка должна представлять собой плоскую прямоугольную твердую поверхность без каких-либо препятствий. Размеры должны быть 28 метров в длину и 15 метров ширину.

Баскетбольные щиты с корзиной должны быть изготовлены из соответствующего прозрачного материала или выкрашены в белый цвет. Размеры баскетбольных щитов должны быть: 1,80 м по горизонтали и 1,05 м по вертикали.

Баскетбольные кольца должны быть из прочной стали, внутренний диаметр 45 см. Пруток кольца должен иметь минимальный диаметр 16 мм, а максимальный 20 мм. На нижней части кольца должны быть приспособления для крепления сеток.

Баскетбольный мяч должен иметь сферическую форму и быть оранжевого цвета с традиционным рисунком из восьми вставок и черных швов. Длина окружности мяча должна быть не менее 74,9 см и не более 78 см. Вес мяча должен быть не менее 567 г и не более 650 г.

По правилам баскетбола игра состоит из четырех периодов по десять минут с перерывами по две минуты. Продолжительность перерыва между половинами игры – пятнадцать минут. Если счет ничейный по окончании четвертого периода, игра продлевается на дополнительный период продолжительностью пять минут или на столько периодов по пять минут, сколько необходимо, чтобы нарушить равновесие в счете. Команды должны поменяться корзинами перед третьим периодом. Игра официально начинается спорным броском в центральном круге, когда мяч правильно отбит одним из спорящих.

В баскетболе мячом играют только руками. Бежать с мячом, 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.

Если игрок случайно забрасывает мяч с площадки в свою корзину, очки записываются капитану соперников.

Если игрок умышленно забрасывает мяч с площадки в свою корзину, это является нарушением и очки не засчитываются.

Если игрок заставляет мяч войти в корзину снизу, это является нарушением. Поворот происходит, когда игрок держит живой мяч на площадке и шагает один или несколько раз в любом направлении одной и той же ногой, в то время как другая нога, называемая опорной, сохраняет свое место контакта с полом.

Каждый раз, когда игрок получает контроль над живым мячом на площадке, попытка броска по корзине должна быть реализована его командой в течение двадцати четыре секунд.

Здесь приведены лишь некоторые важные выдержки из правил баскетбола. Вообще, официальные правила баскетбола Международной Федерации Баскетбола - это большое стостраничное руководство, в котором изложены все нюансы правил.

1. Техника игры.

Наибольшее удовольствие от игры вы сможете получить, если научитесь правильно выполнять основные приёмы техники игры – передачи, ведение, броски в корзину, защиту, подбор и добивание отскочившего от щита мяча. Самое главное первое правило - владея мячом, удерживай его пальцами рук и никогда не обхватывай ладонями.

Передачи – самый простой и эффективный способ продвижения мяча к корзине противника. Их основные виды: передачи двумя руками от груди, двумя руками снизу, одной рукой от плеча, одной и двумя руками с отскоком от пола.

Чтобы поймать мяч, нужно вытянуть к нему руки с расставленными пальцами и, как только он коснётся пальцев, согнуть руки, притягивая мяч к груди.

Техника самих передач проста. Они требуют, как правило, небольшого замаха и «выстреливающего» движения рукой с мячом в направлении партнёра.

Ведение мяча. Игрок может передвигаться с мячом на площадке лишь последовательно ударяя его об пол одной или другой рукой. Ведя мяч нужно соблюдать несколько простых правил:

- толчок мяча в пол осуществляется главным образом движением пальцев и кисти. Удар по мячу ладонью будет ошибкой.

- не следует смотреть вниз на мяч – голову нужно держать поднятой, чтобы видеть других игроков и площадку в целом.

- при ведении правой рукой мяч удерживается слегка сбоку, спереди – справа, а левой сбоку, спереди – слева.

- игрок при ведении должен располагаться между мячом и защитником. Ноги его согнуты, а тело наклонено вперёд. Такое положение укрывает мяч от защитника, обеспечивает достаточную скорость и позволяет избежать ошибок при ведении.

Броски мяча в корзину.

Существуют следующие способы забросить мяч в корзину:

* Бросок из под корзины одной рукой сверху
* Бросок одной рукой с места
* Бросок в прыжке
* Бросок с использованием щита
1. **Заключение.**

Баскетбол, как средство физического воспитания, нашел широкое применение в различных звеньях физкультурного движения.

В системе народного образования баскетбол включен в программы физического дошкольников, общего среднего, среднего, профессионально-технического, среднего специального и высшего образования.

Баскетбол является увлекательной атлетической игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания. Не случайно он очень популярен среди школьников.

Разнообразие технических и тактических действий игры в баскетбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений школьников, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в баскетбол и сопряженные с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и рекреации и могут использоваться человеком на протяжении всей его жизни в самостоятельных формах занятий физической культуры.

1. Список литературы.

1.Баскетбол. Справочник. М., 1993

2. Баскетбол. Правила соревновании. М., 1996.

3.Баскетбол: Учебник для институтов физической культуры// Под. Ред.

Ю.М.Портнова. – М: Физкультура и спорт, 1998.

4. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры// Под. Ред. М.Портнова. – М: Физкультура и спорт, 1997.

5. Вальтин А.И. «Мини-баскетбол в школе».- М.: Просвещение,1996.

6. Джон Р., Вуден Современный баскетбол.- М: Физкультура и спорт, 1997.

Баскетбол ₽ Обучим тестировщиков с нуля Обучаем интернет-специалистов с нуля в Яндекс.Практикуме. Вводный курс – бесплатно. Узнать больше praktikum.yandex.ru 18+ Баскетбол (от англ. basket — корзина, ball — мяч) – олимпийский вид спорта, спортивная командная игра с мячом, цель в которой – забросить мяч в корзину соперника большее число раз, чем это сделает команда соперника в установленное время. Каждая команда состоит из 5 полевых игроков. Содержание История возникновения и развития баскетбола Правила баскетбола (кратко) Баскетбольное поле Баскетбольный мяч Размеры баскетбольного кольца и щита Судейство в баскетболе Федерации баскетбола История возникновения и развития баскетбола В 1891 году в Соединенных Штатах Америки молодой преподаватель, уроженец Канады, доктор Джеймс Нейсмит, пытаясь “оживить” уроки по гимнастики, прикрепил две корзины из-под фруктов к перилам балкона и предложил забрасывать туда футбольные мячи. Получившаяся игра лишь отдаленно напоминала современный баскетбол. Ни о каком ведении даже речи не шло, игроки перекидывали мяч друг другу и затем пытались закинуть его в корзину. Побеждала команда, забросившая большее количество мячей. Через год Нейсмит разработал первые правила игры в баскетбол. Первые же матчи по этим правилам вызвали и первые их изменения. Постепенно баскетбол из США проник сначала на Восток – Японию, Китай, Филиппины, а потом в Европу и Южную Америку. Через 10 лет на Олимпийских играх в Сент-Луисе американцы организовали показательный тур между командами нескольких городов. В 1946 году возникла Баскетбольная ассоциация Америки (БAA). Первый матч под её эгидой состоялся 1 ноября того же года в Торонто между командами Toronto Huskies и New York Knickerbockers. В 1949 году, ассоциация объединилась с Национальной баскетбольной лигой США, в результате чего была образована Национальная баскетбольная ассоциация (NBA). В 1967 году, была создана Американская баскетбольная ассоциация, которая долгое время пыталась составить конкуренцию NBA, но спустя 9 лет объединилась с ней. На сегодняшний день NBA является одной из наиболее влиятельных и известных профессиональных баскетбольных лиг в мире. В 1932 году основана Международная федерация любительского баскетбола. В состав федерации вошли 8 стран: Аргентина, Греция, Италия, Латвия, Португалия, Румыния. Швеция, Чехословакия. Исходя из названия, предполагалось, что организация будет возглавлять только любительский баскетбол, однако, в 1989 году, профессиональные баскетболисты получили допуск к международным соревнованиям, и слово «любительский» было изъято из наименования. Самый первый международный матч состоялся в 1904 году, а в 1936 году баскетбол попал в программу летних Олимпийских игр. Правила баскетбола (кратко) Правила игры в баскетбол неоднократно менялись вплоть до 2004 года, когда оформился окончательный вариант правил, который считается актуальным до сегодняшнего дня. В баскетбол играют две команды. Обычно команда состоит из 12 человек, 5 из которых являются полевыми, а остальные считаются игроками на замену. Ведение мяча в баскетболе. Спортсмены, владеющие мячом, должны передвигаться по полю, ударяя им в пол. В противном случае будет засчитан «пронос мяча», а это нарушение правил в баскетболе. Случайное прикосновение к мячу отличной от руки частью тела не считается нарушением, в отличие от целенаправленной игры ногой или кулаком. Баскетбольный матч состоит из 4 периодов или таймов, но время каждого тайма (время игры) разнится в зависимости от баскетбольной ассоциации. Так, например, в NBA матч состоит из 4 таймов по 12 минут, а в FIBA каждый такой тайм длится 10 минут. Между периодами предусмотрены короткие перерывы, а между вторым и третьим периодом время перерыва увеличено. Заброшенный в корзину мяч может приносить разное количество очков своей команде. Если мяч заброшен во время штрафного броска, то команда зарабатывает 1 очко. Если мяч заброшен со средней или близкой дистанции (ближе 3-х очковой линии), то команде дается 2 очка. Три очка зарабатывает команда, если мяч заброшен из-за трехочковой линии. Если в основное время обе команды набрали одинаковое число очков, то назначается 5 минутный овертайм, если и он закончился в ничью, то назначается следующий и так до тех пор, пока не будет определен победитель. 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. Баскетбольное поле Игровое поле для баскетбола имеет прямоугольную форму и твердое покрытие. Покрытие площадки не должно иметь никаких изгибов, трещин или любых других деформаций. Размер площадки для баскетбола должен составлять 28 метров в длину и 15 метров в ширину (стандарт). Высота потолка должна быть не меньше 7 метров, а на профессиональных площадках потолки поднимают на высоту 12 метров и выше. Свет на поле должен быть сделан так, чтобы не мешать передвижению игроков и должен равномерно охватывать всю площадку. До конца 60-х годов турниры можно было организовывать под открытым небом. Однако сейчас баскетбольные матчи проводятся только на закрытых площадках. Разметка площадки Ограничивающие линии. Проходят по всему периметру площадки (2 короткие лицевые линии и 2 длинные боковые). Центральная линия. Проводится от одной боковой линии к другой и при этом она параллельна к лицевым линиям. Центральная зона представляет собой круг (радиус 1,80 м) и расположена ровно в центре баскетбольного поля. Трехочковые линии представляют собой полукруги радиусом 6,75 м, проведённые до пересечения с параллельными (лицевыми) линиями. Линии штрафного броска. Линия штрафного броска наносится длиной 3,60 м параллельно каждой лицевой линии так, чтобы её дальний край располагался на расстоянии 5,80 метров от внутреннего края лицевой линии, а её середина находилась на воображаемой линии, соединяющей середины обеих лицевых линий. Баскетбольный мяч Баскетбольный мяч имеет сферическую форму, выкрашен в утвержденный оттенок оранжевого цвета и имеет рисунок в виде восьми вставок и черных швов. Размер баскетбольного мяча Длина окружности, мм Масса, г Размер 7 750-780 567-650 Размер 6 720-740 500-540 Размер 5 690-710 470-500 Размер 3 560-580 300-330 Размеры баскетбольного кольца и щита Высота баскетбольного кольца от уровня пола составляет 3,05 метра (стандарт). Диаметр кольца для баскетбола колеблется от 45 см до 45,7 см. Само кольцо должно быть выкрашено в ярко оранжевый цвет. К кольцу крепится специальная сетка диной 40-45 см. Баскетбольное кольцо расположено на расстоянии 15 см от щита. Щит, к которому крепится кольцо, также имеет ряд важных параметров. Размер баскетбольного щита: ширина – 1,8 м, высота – 1,05 м. Современные баскетбольные щиты изготавливаются из закаленного стекла. Судейство в баскетболе На баскетбольном матче присутствуют: старший судья и судья; секундометрист; секретарь; помощник секретаря; оператор 30-ти секунд.

##  Источник: [http://ru.sport](http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/basketbol/) [История баскетбола](http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/basketbol/)

[-wiki.org/vidy-sporta/basketbol/](http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/basketbol/)

Доктор Джеймс Нейсмит. Доктор Джеймс Нейсмит известен во всем мире как изобретатель баскетбола. Он родился в 1861 году в Рамзи недалеко от Альмонте, Онтарио, Канада.

Понятие баскетбола впервые было представлено ему в школьные годы во время игры «Утка на скале»… Смысл этой тогдашней популярной игры заключался в следующем: Ты бросаешь один, не большой камень, ты должен был попасть на вершину другого, большего камня.

После работы в качестве спортивного директора в Университете МакГилла, Нейсмит переехал в учебную школу YMCA в Спрингфилде, штат Массачусетс.

Джеймс Вейсмит, который уже был учителем физкультуры и профессором Спрингфилдского колледжа, взялся за разработку игры на зиму в Массачусетсе, время между бейсболом и футболом. Нисмит считал, что из-за погоды в это время года лучшим решением будет изобрести игру в помещении.

Найсмит хотел создать мобильную игру для учеников Школы христианских рабочих, которая включала бы в себя не только применение насилия. Ему нужна была игра, в которую можно было бы играть в помещении на относительно небольшом пространстве.

Так в декабре 1891 года Джеймс Нейсмит представил свое анонимное изобретение в своем классе гимнастики в Спрингфилде (YMCA).

Первая игра. Первая игра была сыграна с футбольным мячом, и вместо колец на перилах балкона по обе стороны от гимнастического зала Нисмит поставил две простые корзины, а сверху поставил на доску объявлений список из тринадцати правил, которые будут применены к этой новой игре.

Но вскоре после первой игры список правил исчез. Несколько дней спустя, один из учеников Нейсмита, Фрэнк Махон, признался в «преступлении».

«Я взял его», — сказал Махон своему учителю.

«Я знал, что эта игра будет иметь большой успех, поэтому принял их как сувенир.

Но теперь я думаю, что они должны быть твоими…»

В 1892 году была опубликована первая книга баскетбольных правил, содержащая 13 очков, многие из которых действительны и по сей день. Хотя «Правила Нейсмита» в некоторой степени отличаются от современных. Например, игра состояла из двух таймов по 15 минут каждый. Мяч не разрешалось играть по правилам раннего баскетбола: Без мяча можно было перемещаться только по корту, а после того, как игрок получил мяч, он должен был остановиться и либо передать мяч партнеру, либо бросить его в корзину. Количество игроков в команде было произвольным — «от двух до сорока» (но обязательно равным количеству игроков в команде соперника). Игрок с мячом не мог быть атакован — это могло только помешать ему избавиться от мяча (подпрыгивание, размахивание руками и т.п.). В случае нарушения этого правила регистрируется фол, и повторный фол приводит к дисквалификации нарушителя — до тех пор, пока мяч не будет забит. Три последовательных фолов, совершенных командой, были записаны как «голы» в свою корзину — при условии, что соперник не совершил ни одного фолла самостоятельно в течение этого периода. Раньше в команде был вратарь, который охранял корзину, а за самой корзиной не было баскетбольного щита, к которому мы привыкли.

Игра быстро завоевала популярность. Уже в конце 19 века проводились регулярные соревнования между командами из разных городов и студенческих лагерей. Были любительские лиги. В 1896 году в маленьком американском городке Трентон состоялся баскетбольный матч, и команда-победитель получила денежное вознаграждение. С этим родился один из феноменов 20-го века. — Профессиональный баскетбол.

В 1898 году было основано первое профессиональное объединение команд — Национальная баскетбольная лига (НБЛ). После пяти сезонов она была разделена на несколько независимых лиг.

NBA (Национальная баскетбольная ассоциация). В начале 20-го века американским неграм было запрещено играть за или против «белых» баскетбольных команд, хотя любительский баскетбол тогда культивировался в основном в «черном» нью-йоркском Гарлеме и гетто других крупных городов США. Профессиональные менеджеры команд долго игнорировали игроков черных гигантов из-за их естественной гибкости и отскока, демонстрируя невероятную технику.

В 1922 году в Гарлеме была основана первая профессиональная команда, состоящая исключительно из чернокожих игроков — «Нью-Йоркский Ренессанс» (или просто «Ренессанс»). Черные баскетболисты с легкостью победили белые студенческие команды. В 1927 году состоялась историческая встреча нью-йоркского Ренессанса с Болтоном Келтиксом. Серия из семи партий закончилась вничью (команды выиграли три победы и одна игра закончилась вничью, что затем было разрешено правилами). Через некоторое время никто в Америке не осмелится утверждать, что **баскетбол**— это «только для белых» вид спорта.

Когда была основана НБА, баскетбол был далеко не самым популярным видом спорта в Америке. Но число ее сторонников неуклонно росло, и к концу 1970-х годов НБА достигла небывалого расцвета. **Сегодня чемпионат НБА** — это, по сути, клубный чемпионат мира среди профессионалов, хотя формально в 1995 году к нему присоединились только 27 американских команд и два канадских клуба.

В настоящее время НБА считается самой успешной профессиональной спортивной организацией в мире. Руководство НБА пытается поддерживать интерес к чемпионату ассоциации с помощью различных организационных мер. Одной из них является система проектирования, представленная в 1940-х годах. С каждым годом клубы расширяют свои ряды за счет новичков, а в черновике предусмотрено, что самый слабый на данный момент клуб имеет больше шансов заполучить сильнейшего из новых баскетболистов. По современным правилам в драфте могут участвовать игроки, которым уже исполнилось 18 лет.

## Правила игры

Играется на прямоугольной площадке длиной 28 м и шириной 15 м (ранее размер был 26х14 м) со специальным мячом. баскетбольные правила тактика соревнований.

Мяч вес 567-650 грамм, круг 749-780 мм (в играх мужских команд; в играх женских команд используются мячи меньшего размера, а еще меньшего — в играх мини-баскетбола). Существует два типа баскетбольных мячей: исключительно для игр в помещении и универсальные, т.е. подходящие для использования как внутри, так и снаружи помещений. Корзина (металлическое кольцо диаметром 45 см с натянутой сеткой без дна) монтируется на высоте 3,05 м на вывеске, которая размещается на подставке параллельно передним линиям корта.

Игра начинается в середине квадрата. Судья вбрасывает мяч строго вверх между двумя игроками команд соперников. Игра начинается, когда они касаются мяча (не могут поднять мяч). После каждого свистка, сигнализированного судьей, секундомер останавливается и возобновляет игру. (Соответственно, в баскетболе различают «живой мяч» и «мертвый мяч»). Игровое время записывается судьей секундомера. Ранее, под эгидой Международной любительской федерации баскетбола (ФИБА), игры состояли из 2 перерывов по 20 минут игрового времени нетто. По новым правилам, принятым в 2000 году, игра состоит из четырех таймов по 10 м чистого игрового времени каждый (в НБА — четыре тайма по 12 минут) с 2-х минутными перерывами между первым и вторым, третьим и четвертым таймами, перерыв в середине игры — 15 минут.

До этого игрок мог держать мяч неограниченное время. В 1960-х годах был введен 30-секундный лимит (ФИБА) и 24-секундный лимит (НБА): после последнего команда теряет мяч. По правилам ФИБА от 2000 г. у команд также есть не более 24 секунд на атаку. Судейская команда состоит из так называемого 24-секундного оператора, который обеспечивает соблюдение этого правила. Кроме того, существует «правило трех секунд» (так долго игрок команды нападения может находиться в зоне ограниченного доступа соперника, иногда называемая «зона трех секунд») и «правило восьми секунд» (за это время команда, поймавшая мяч на своей половине поля, должна переместить его из задней части поля в переднюю часть поля).

В баскетболе не бывает ничьей. Если в конце основного времени игры ничья, то предоставляется дополнительное время 5 минут — дополнительное время. Если ни одна из команд не выиграет в овертайме, предоставляется дополнительное 5-минутное время и так далее. Исключение возможно, если команды встречаются парами по правилам соревнований (так называемая кубковая система): тогда в первой игре может быть подсчитана ничья, а победитель пары определяется по результатам второй игры.

Точный бросок к корзине из положения за аркой, удерживаемой на расстоянии 6,25 м от щита (в НБА — 7,27 м), оценивается тремя баллами. Эта дуга также называется «трехточечной линией». Все остальные броски (включая броски под щитом) оцениваются на два очка. Если мяч был вброшен в корзину, но игроки команды соперника заблокировали его прямо над корзиной (перехват или удар), очки засчитываются как если бы мяч достиг цели. Нередко во время матча судьи играют спорным мячом. Мяч считается спорным, если: два соперника удерживают мяч, и ни один из них не может завладеть им, не нарушая правил; если мяч выстрелил с поля двумя игроками разных команд (или судья не может определить, кто из игроков последним коснулся мяча); если мяч застрял между щитом и кольцом и т.д.). В зависимости от ситуации, спорный мяч может быть разыгран как между непосредственными участниками «столкновения», так и между любыми двумя игроками команд соперников. Игрок, участвовавший в жеребьевке спорного мяча, не может быть заменен.

В Баскетбольных Правилах есть несколько ограничений, касающихся техники игры с мячом. После дриблинга игрок может сделать только два шага с мячом в руке, не ударяясь о землю. Тогда он должен либо бросить мяч на ринг, либо отдать его партнеру. На третьем этапе записывается пробежка, и мяч переходит к другой команде. Если баскетболист останавливается с мячом в руке и не бросает его в корзину или не передает партнеру, то записывается двойное преимущество, и мяч также переходит к сопернику. Игрок, удерживающий мяч, может остановиться, а затем снова двигаться, при условии, что он продолжает сбивать мяч с земли во время остановки. В баскетболе мяч может управляться поочередно той или иной рукой, но не двумя руками одновременно. Если игрок поднимает мяч, стоя на месте, или останавливается после того, как он поднял мяч, он не может оторвать свою опорную ногу от земли, прежде чем освободить мяч от рук.

Пять игроков от каждой команды играют на корте одновременно, в то время как пять или семь других баскетболистов сидят на скамейке запасных во время игры. В баскетболе нет ограничений на количество замен, но они могут быть сделаны только после остановки секундомера.

По правилам ФИБА, игроки выступают в официальных соревнованиях под номерами с 4 по 15. Номера «1», «2» и «3» в настоящее время не используются в качестве цифр. Специальные жесты, используемые судьями в ходе игры, включают в себя жесты с этими цифрами: например, когда судья указывает на нарушение «правила трех секунд» или указывает, сколько свободных бросков должен сделать игрок травмированной команды. Точно так же судья показывает секретарю матча номер игрока, который был оштрафован личным замечанием на пальцах судьи. Чтобы избежать путаницы, было решено отменить номера 1, 2 и 3.

Баскетбольные правила запрещают бить соперника по рукам, толкать его, держать за руки, наступать на ноги, ударять ногой (как прямой, так и согнутой в колене). Игрок, совершивший одно из этих нарушений, объявляется совершившим личный комментарий (нечестно). Если во время матча спортсмен получает пять фолов (шесть в НБА), он снимается с игрового поля до окончания матча и заменяется на одного из запасных.

Двойной фол объявляется, когда игроки обеих команд нарушают правила одновременно: Оба баскетболиста получают личный комментарий, и мяч остается с командой, которой он принадлежал на момент нарушения, или же разыгрывается спорный мяч. Различают также: технический фол (за неспортивное поведение такой штраф может быть назначен не только баскетболистам на поле, но и тренеру и запасным игрокам — в случае спора с судьей, при попытке устроить рукопашный бой и т.д.), умышленный фол (особенно в случае грубой игры или умышленных ошибок в игровой ситуации, которые связаны с забитым голом) и другие.

Самое суровое наказание в баскетболе — так называемый дисквалифицирующий фол. Он назначается за серьезное нарушение и приводит к дисквалификации игрока и его удалению с площадки до конца игры, независимо от количества уже имеющихся у него фолов (его заменяет другой баскетболист).

Если был совершен личный фол или зарегистрирован технический фол против игрока, который бросил кольцо, судья назначает штрафные удары в дополнение к личной заметке виновному игроку. В зависимости от характера нарушения, броски выполняет либо травмированный игрок, либо один из его товарищей по команде. Штрафные удары наносятся из специального пункта в 6 метрах от футболки. Каждый точный бросок приносит одно очко, так что два штрафных удара могут быть выполнены для получения двух очков.

В современных баскетбольных правилах есть такие пункты, как «игра, проигранная из-за недостатка игроков» (команда избивается, когда остался только один игрок) и «игра, проигранная из-за проигрыша» (в ситуации, когда команда отказывается начинать — или продолжать — игру после сигнала судьи).

Вначале в баскетболе было всего 13 правил, а сейчас их более 200, и они периодически пересматриваются Всемирной технической комиссией ФИБА, а затем утверждаются центральным офисом Федерации. Последний серьезный обзор состоялся в мае 2000 года.

Правила определяют только основные принципы игры, они не могут обеспечить все возможные игровые ситуации. В дополнение к самим правилам существуют официальные толкования правил, которые по различным спорным вопросам определяют возможное толкование правил. Судья имеет право принимать самостоятельное решение в ситуациях, не определенных правилами.

На всех официальных международных соревнованиях применяются правила, утвержденные ФИБА. Они несколько отличаются от правил НБА.

## Техника и тактика игры

Современный баскетбол различает следующие сферы игры: игра защитника, атакующего защитника, легкого и тяжелого нападающего и центрального нападающего (или центрального нападающего).

Играющего защитника также называют «плеймейкером» или «дирижером». Плеймейкерами являются те, кто владеет мячом больше, чем другие игроки, и кто руководит игрой всей команды. Ожидается, что они будут иметь хороший вид на поле, нежный дриблинг и тонкий пас. Нападающие защитники не только начинают атаку своей команды, но часто заканчивают ее длинными бросками. Нападающие обычно атакуют с краев поля, в то время как нападающие в середине атакуют с близкого расстояния. Центральными нападающими обычно являются крупнейшие игроки команды, и их основной функцией является борьба под собственным щитом и щитом другого игрока.

Со временем роль центра приобрела поистине культовый статус. Одной из сильнейших в мире всегда была советская школа центральных игроков, которая привезла в мир таких выдающихся игроков, как Отар Коркия, Янис Круминьш, Александр Белов, Владимир Ткаченко, Арвидас Сабонис и других.

В настоящее время баскетбол высоко ценится мастерами Вселенной, которые могут играть не только на своих позициях, когда это необходимо. Такое понятие как «командный игрок» также очень важно. Приверженность к командной игре легендарного Центра Билла Рассела позволила ему 11 раз одержать победу в чемпионате НБА среди клубов «Бостон Селтикс». Его вечный соперник, Уилт Чемберлен (Wilt Chamberlain, Philadelphia Warriors), был не хуже Рассела в своем классе, но предпочитал играть «за себя», а не «за команду», и в конце концов выиграл чемпионат НБА только один раз.

В зависимости от того, как будет развиваться игра, тренер может в какой-то момент внести изменения в обычную тактическую схему (стандартная — «схема» 2-1-2): например, выставить на площадку две или три средние игры одновременно. Успех команды определяется не только индивидуальным мастерством игроков, но и правильной тактикой. Классическим примером является финал Олимпийского турнира 1972 г. Понимая, что по условиям игры и физическим данным его подопечные уступают американским баскетболистам, главный тренер сборной СССР Владимир Кондрашин, организовав оборонительную игру, навязал «свой баскетбол» сопернику, что в итоге принесло успех советской команде.

В баскетболе необходимо различать зональную и личную (личную) защиту. В первом случае каждый игрок защищает каждого соперника, находящегося в отведенной для него зоне (зоне) игрового поля. В случае личной защиты каждый баскетболист защищает «своего» игрока. Чрезвычайно эффективным является так называемый толкание — активный способ защиты, при котором противники охраняются не только в непосредственной близости от своего щита, но и на дальних подступах к нему, иногда — по всему корту. Цель толкания — помешать сопернику спокойно играть мячом и вести атаку.

Особое значение в современном баскетболе имеет борьба под щитом. Известная баскетбольная поговорка гласит: «Кто выиграет щит, тот и выиграет игру», а одним из важнейших статистических показателей работы баскетболиста — будь то одна игра или весь сезон — является количество так называемых подборов и блок-шотов.

Индивидуальная способность игрока состоит из многих компонентов. Дриблинг, т.е. ведение мяча, даже без визуального контроля, что позволяет игроку сразу же оценить меняющуюся ситуацию на корте. Различные финты, которые вводят противника в заблуждение: обманчивое движение мяча, руки, ноги, все тело, поворот головы, взгляд и так далее. Игра в пас. Особенно ценится так называемый скрытый пас — то есть передача мяча, не видя партнера, на которого он направлен. Еще одна техника из арсенала баскетбольных мастеров — пас сзади (игрок держит мяч за спиной и перебрасывает его через голову партнера). В баскетболе броски выполняются как с одного места, так и в движении. Существует множество вариантов: бросок при прыжке игрока, бросок «крючком» (рука игрока, стоящая в боковой части корзины противника, движется по воображаемой дуге), бросок сверху в корзину и т.д.). Помимо техники обращения с мячом в баскетболе, чрезвычайно важно умение правильно играть без мяча.

Баскетбольные технологии развивались десятилетиями. В конце 19 века, например, игроки передавали друг другу только две руки из груди, и бросок выполнялся таким же образом или «снизу». Такая естественная техника, как бросание мяча одной рукой, была использована только в 1930-х годах и представляла собой настоящую революцию в игре.

Когда не было (временного) предела атаки, баскетбол был очень медленной игрой. Это подтверждают «микроскопические» результаты игр, которые зачастую не достигали более 15-20 очков с каждой стороны. Баскетбол в начале и середине прошлого века характеризовался неторопливым тянунием мяча, а успех команды во многом определялся индивидуальными действиями ведущих игроков. Как правило, они были величайшими спортсменами. Долгое время баскетбол считался исключительно спортом гигантов. Действительно, среди прошлых и настоящих «звезд» баскетбола много таких. К примеру, высочайшие в истории советского баскетбола спортсмены были невероятно высокими: Уваис Ахтаев из «Буревестника» — 238 см, Александр Сизоненко из куйбышевского «Строителя» — 239 см. Однако со временем на игру заметно повлияли и более мелкие игроки, которых в баскетболе называют «детьми». Они чрезвычайно мобильны, устойчивы и обладают большой реакционной способностью. Знаменитый Боб Коузи компенсировал отсутствие роста баскетбола филигранной техникой, так как его мастер по дриблингу и пассу получил прозвища «Баскетбольная площадка Гудини» и «Волшебник Юркима». Майкл Джордан, который считается лучшим баскетболистом всех времен, тоже не гигант по баскетбольным стандартам: Его рост «всего» 198 см. Тем не менее, он боролся на уровне глаз со своими более крупными соперниками и был прозван «Ее Высочество» за свои невероятные «полеты» через двор.

До принятия «правила 3 секунд» атака часто строилась по очень простой тактической схеме: самый крупный игрок атакующей команды находился в непосредственной близости от кольца соперника и после получения мяча отправлял его в корзину. Введение «правила 3 секунд» заставило баскетболистов искать другие варианты развития атаки, при этом средние и длинные броски использовались более активно. А с введением 24-секундного лимита на атаку и запрета на возврат мяча в «тыловую» зону, темп игры значительно увеличился, важное значение приобрела передача, стали цениться техника и снайперское мастерство игроков, а также их рост.

Иногда даже несоблюдение правил используется как тактическая техника. Например, нижестоящая команда намеренно нарушает правила в конце игры: Благодаря подборам и последующим искусным контратакам, они могут изменить результат в свою пользу. Аналогичным образом, команда, выполняющая удар, может обойтись без свободных бросков в конце игры и ввести мяч в игру из-за боковой линии (правила допускают такую «замену»). Таким образом, команда может выиграть время и сохранить выигрышный счет.

## Соревнования

Международные соревнования по баскетболу. В июне 1932 года в Женеве была основана Международная федерация баскетбола — ФИББ, которая впоследствии была переименована в ФИБА.

В 1935 году в Женеве состоялся первый чемпионат Европы, который выиграла сборная Латвии. Три года спустя она дебютировала на Европейском женском турнире. Первыми чемпионами континента стали итальянские баскетболисты. Сейчас чемпионаты Европы проводятся каждые два года. Чаще всего их выигрывали советские сборные: мужские — 14 раз, женские — 20 раз.

Чемпионаты мира среди мужских команд проводятся с 1950 года, среди женщин — с 1953 года, а первыми чемпионами мира стали национальные сборные Аргентины и США соответственно. В настоящее время чемпионат мира проводится каждые 4 года. Как и сборная Югославии, команда СССР трижды завоевывала «золото» в мире (1967, 1974 и 1982 гг.). Советские баскетболисты стали первыми 6 раз. ФИБА также организует чемпионаты мира среди юниоров и юниоров, а также среди мужчин до 22 лет. Кроме того, официальный календарь ФИБА содержит ряд других соревнований, в том числе и региональных: как национальные сборные, так и клубы.

Баскетбол на Олимпиаде. На III Олимпийских играх в Сент-Луисе и IX Олимпийских играх в Амстердаме были проведены флагманские баскетбольные игры с участием американских спортсменов. Олимпийский дебют мужского баскетбола состоялся в 1936 году на Играх в Берлине, где почетным гостем был доктор Нейсмит. Турнир по баскетболу привлек большое внимание. В ней приняли участие национальные команды из 21 страны. Победу одержала американская команда. Сборная США до 1972 года выигрывала все без исключения олимпийские турниры, выиграв 63 игры и не проиграв ни одного. В драматическом финале Олимпиады в Мюнхене ранее непобедимые американцы проиграли сборной СССР. В 1976 и 1984 годах американцы снова были первыми. На Олимпийском турнире в Москве сборная Югославии вышла вперед. В 1988 году баскетболисты СССР вновь стали первыми. Начиная с Олимпиады-92, выступления на играх профессиональных баскетболистов официально разрешены. Олимпийская сборная США, состоящая из «звезд» НБА, еще до объявления ее состава была названа «Командой мечты». Он полностью оправдал надежды своих болельщиков и добился убедительной победы на Играх 1992 года. Команда мечты» повторила свой успех в следующих двух играх.

Впервые женский баскетбол был включен в олимпийскую программу на Играх 1976 года в Монреале. Первой была тогда, как и на Играх 1980 и 1992 годов, сборная СССР. Все остальные олимпийские турниры выигрывала сборная США.

Баскетбол в России. В начале 20 века Степан Васильев, член Санкт-Петербургского общества содействия нравственному, умственному и физическому развитию молодежи «Маяк», перевел правила баскетбола на русский язык. «Дед русского баскетбола», или как его еще называли «русский неисмит», Васильев был столь же разносторонним спортсменом и был не менее увлечен новой игрой, чем ее основатель. Васильев уговорил своих товарищей по «Маяку» принять участие в прослушивании. Историческая игра была сыграна в Санкт-Петербурге в декабре 1906 года. В соревнованиях приняли участие «Команда зеленого» и «Команда фиолетового», названные в честь цвета футболок спортсменов. Фиолетовая команда» во главе с самим Васильевым впоследствии выиграла первый в истории России баскетбольный турнир и несколько других. Санкт-Петербург и Москва стали центром развития российского баскетбола. В 1909 году в России состоялся первый официальный турнир. В том же году состоялся первый международный матч с предками баскетболистов YMCA (по некоторым данным эта игра стала первым международным матчем в истории мирового баскетбола). Российская команда одержала сенсационную победу.

Первая баскетбольная лига — уже в советское время — была основана в 1921 году в Петрограде. Первый официальный турнир состоялся в 1923 году. До конца 1930-х годов сборные команды городов играли в общепрофсоюзных соревнованиях. Первый в истории страны клубный чемпионат выиграла команда московского «Динамо».

После Великой Отечественной войны баскетбол стал одним из самых популярных и массовых видов спорта в СССР. В разное время лидерами национального баскетбола были лидеры рижского СКА, ЦСКА, ленинградского «Спартака», каунасского «Жальгириса». Советские клубы неоднократно выигрывали Кубок европейских чемпионов и Кубок обладателей кубков.

В 1947 году баскетбольный департамент СССР (позднее Баскетбольный союз СССР) вошел в состав ФИБА. В этом же году сборная СССР успешно участвовала в чемпионате Европы и завоевала золотые медали. Советская сборная всегда считалась одной из сильнейших в мире. На первом олимпийском турнире наша команда составила серьезную конкуренцию сборной США и заняла второе место. Он также выиграл «серебряную медаль» на Олимпийских играх 1956, 1960 и 1964 годов, «бронзовую медаль» в 1968 году, а в 1972 году впервые выиграл олимпийский турнир, выиграв в финале у сборной США с отрывом не менее 51:50. 1976 — «Бронза» снова, 1980 — «Серебро». В 1988 году советские баскетболисты повторили золотой успех на пути к финалу и победили сборную США. Но в 1990-х годах россияне потерпели неудачу в олимпийских баскетбольных турнирах.

Международный дебют советских баскетболистов состоялся в 1935 году. Одна из наших клубных команд победила француженку в Париже со счетом 60:11. Ошеломленные организаторы игры предложили нашим баскетболисткам поиграть с мужской командой. Эта игра также завершилась победой гостей с разницей в 6 очков.

Женская сборная команда, основанная в 1950 году, долгое время не знала себе равных. Лишь на втором чемпионате мира (1957) и шестом чемпионате Европы (1958) советские баскетболисты заняли второе место. На всех остальных без исключения турнирах они выигрывали: пять чемпионатов мира и 20 чемпионатов Европы. А в 1976 году женская сборная во главе с Лидией Алексеевой (в прошлом одна из сильнейших баскетболисток СССР, которая 25 лет была тренером национальной сборной) стала первой командой-победительницей олимпийского турнира.

В 1990 году была создана Российская Федерация Баскетбола (РФБ), которая со временем стала правопреемницей Федерации Баскетбола СССР. Баскетбольный ЦСКА до сих пор не сдал свои позиции. Урал-Гросс (Пермь), УНИКС (Казань), «Локомотив» (Минеральные Воды) сейчас находятся в серьезной конкуренции с известным армейским клубом. Традиции наших великих баскетболистов продолжают нынешние «звезды» национального баскетбола: Игорь Куделин, Андрей Кириленко, Василий Карасев, Сахар и Егор Пашутины, Сергей Панов и другие.

В настоящее время в России баскетболом занимаются более 4 миллионов человек (половина из них — школьники).

Советская (российская) баскетбольная школа до сих пор считается одной из сильнейших в мире. Тактические новшества и теоретические исследования старых специалистов (таких как знаменитый тренер Александр Гомельский с прозвищем «Папа» или основатель «Ленинградской школы» баскетбола Владимир Кондрашин) признаны во многих странах мира. Лидия Алексеева — первая российская баскетболистка, чье имя увековечено в зале славы женского баскетбола в Ноксвилле.

## Некоторые разновидности баскетбола

Мини-баскетбол. Правила мини-баскетбола были разработаны в начале 1950-х годов американцем Джеем Арчером. Игра предназначена для детей в возрасте 6-12 лет и разделена на два уровня: Мини-баскетбол (возрастная группа 9-12 лет) и микро-баскетбол (для детей до 9 лет). Игровая площадка и оборудование приспособлены к возрасту детей. Длина детской площадки 28 метров, ширина 15 (версии: 26ґ14, 24ґ13, 22ґ12 и 20ґ11 метров). Корзины зафиксированы на высоте 2 м 60 см, сам щит также меньше, чем в классическом баскетболе: 1,2ґ0,9 м. Мяч весит 450-500 граммов, его окружность 680-730 мм (для детей до 9 лет мяч весит 300-330 граммов, его окружность 550-580 мм). Разметка мини-баскетбольной площадки такая же, как и разметка стандартной баскетбольной площадки, но нет линии, ограничивающей 3-очковую зону, а штрафная линия находится в 3,6 м (вариант: 4 м) от знака.

В мини-баскетбол играют команды по пять игроков в каждой, с «сокращенным» составом также разрешено — до 2ґ2. Часто бывают игры между смешанными командами (в которые входят как мальчики, так и девочки). Игра проводится в четыре тайма по 6 минут каждый. Немного отличается от классического баскетбола и правил игры. В мини-баскетболе, например, нет фиксированного нетто-времени и нет «правила трех секунд».

ФИБА имеет специальную комиссию по мини-баскетболу, а также Международный комитет по мини-баскетболу. В настоящее время в его состав входят представители 170 стран, мини-баскетбол выращивается в Америке, Австралии, Азии и Европе — в 195 странах. В 1965 году состоялся первый чемпионат мира по мини-баскетболу.

В 1973 году при Баскетбольном союзе СССР был создан комитет по мини-баскетболу. Годом позже в Ленинграде прошел первый в стране фестиваль мини-баскетбола. Сегодня Всероссийская ассоциация «Мини-баскетбол» организует ряд национальных (Кубок России и др.) и международных соревнований.

Баскетбол в инвалидной коляске. Он появился в 1946 году в США. Бывшие баскетболисты, получившие серьезные травмы на полях сражений во время Второй мировой войны, не хотели расставаться со своей любимой игрой и изобрели «свой» баскетбол.

Сегодня она играет более чем в 80 странах мира. Количество официально зарегистрированных игроков — 25 тысяч человек. Международная федерация баскетбола на колясках (IWBF) проводит различные спортивные мероприятия: Чемпионаты мира — один раз в 4 года; ежегодные турниры клубных команд, зональные соревнования (один-два раза в год) и др. Баскетбол на инвалидной коляске является частью Паралимпийской программы с первых таких Олимпийских игр в Риме в 1960 году.

Правила игры в баскетбол в инвалидной коляске имеют свои собственные запреты и ограничения. Например, запрещается «бежать» — когда игрок во время бега по мячу более двух раз поворачивает рукой колесо.

Уличный мяч. Более динамичный и агрессивный вид спорта, чем классический баскетбол. Играется с двумя командами по три игрока каждая (иногда с заменой) на специальной площадке для стритбола или на обычной баскетбольной площадке, используя только одну половину площадки — и, соответственно, только один ринг. В случае промаха, команда, ранее атаковавшая кольцо, защищает его от атаки соперника и т.д. Какая команда начнет игру, определяется путем жеребьевки. Игра продолжается до тех пор, пока одна из команд не наберёт 16 очков (но расстояние между очками должно быть не менее 2 очков). Иногда игра ведется до 8 очков или на период времени (20 минут) — в этом случае действует правило 30 секунд: если команда не завершает атаку за это время, мяч переходит к сопернику. Команда получает одно очко за успешный бросок и два очка за бросок из 3-очковой зоны. Мяч, вброшенный в корзину, засчитывается только в том случае, если его коснулись два игрока атакующей команды. Мяч передается команде защиты: Игра возобновляется, как только один из их игроков коснется мяча. В этом случае мяч должен быть сначала удален с 3-очковой линии. Запрещено бегать, удваивать отрыв и бросать корзину сверху.

В настоящее время турниры по уличному мячу проводятся в различных городах России, часто в связи с крупными городскими фестивалями.

Баскетбол (от ворот. корф — корзина). Эта игра была придумана в 1902 году Нико Брекхуйсеном, школьным учителем из Амстердама. Две команды по 8 человек каждая (4 мужчины и 4 женщины) играют на поле 40ґ20 m, которое делится на две половинки по центральной линии, две половинки по 30 минут. Четыре игрока (2 мужчины и 2 женщины) стоят на своей половине поля и защищают свою корзину, четыре игрока стоят на половине команды соперника и их задача — попасть в «кольцо другого». После двух удачных бросков защитники выходят в зону атаки и наоборот. Корфбол — менее интенсивная игра, чем баскетбол. В этом случае, согласно правилам, мужчина может играть только против мужчины, а женщина — против женщины. Дриблинг в баскетболе не разрешается, и игрок, контролирующий мяч, не может делать с ним более двух шагов. Кольцо уже имеет диаметр баскетбола (40 см), а находится оно выше (3,5 м). (Существует более крупная версия игры: с большим размером игрового поля, количеством игроков и т.д.).

Корфбол очень популярен в Голландии (в него постоянно играют более 100 тысяч человек, зарегистрировано более 500 клубов, участвующих в национальных турнирах) и в соседних странах. Со временем «Корфбол» получил мировое признание, в том числе и в России, и теперь входит в программу Всемирных игр. Международная федерация баскетбола (ICF) существует с 1933 года и в настоящее время официально признана МОК и другими международными спортивными федерациями.

## Заключение

Баскетбол имеет не только санитарно-гигиеническую ценность, но и агитационную и воспитательную ценность. Уроки баскетбола помогают развить выносливость, мужество, решительность, честность, уверенность в себе и чувство командной работы. Но эффективность образования зависит прежде всего от того, как в процессе обучения определяется взаимосвязь между физическим и моральным воспитанием.

Баскетбол как средство физического воспитания нашел широкое применение в различных областях физкультурного движения.

В национальной системе образования баскетбол включен в программы физического воспитания детей дошкольного возраста, общего среднего образования, профессионального образования, среднего специального и высшего образования.

**Баскетбол**— это увлекательная спортивная игра, которая является эффективным средством физической культуры. Не случайно это очень популярно среди школьников. Баскетбол включен как важное средство физического воспитания и оздоровления детей в общеобразовательные программы общеобразовательных школ, школ с политехническим и промышленным обучением, детских спортивных школ, муниципальных управлений народного образования и отделов спортивных клубов.

Консолидация достигнутых результатов и дальнейшее повышение уровня спорта тесно связаны с массовой работой по оздоровлению и качественной подготовке резерва наиболее талантливых юношей и девушек.

Разнообразие технических и тактических действий в баскетболе и самой игре обладает уникальными свойствами для тренировки жизненных навыков и способностей школьников, всестороннего развития их физических и умственных качеств. Двигательная активность баскетбола и связанные с ней физические упражнения являются эффективными инструментами укрепления здоровья и отдыха и могут использоваться человеком на протяжении всей жизни в самостоятельных формах физической подготовки.

## Список литературы

1. Баскетбол: учебное пособие для спортивных институтов//Под. Под редакцией Ю.М. Портновой. — М: Физическая культура и спорт, 1994.
2. Баскетбол: Учебник для институтов физической культуры // Под. Редактор М. Портнова. — М: Физическая культура и спорт, 1996.
3. Валтин А.И. «Мини-баскетбол в школе». — М.: Просвещение, 1997.
4. Бондар А.И. Научись играть в баскетбол. — Минск: Полиния, 1988.
5. 5Джон Р., деревянный современный баскетбол. — М: Физическая культура и спорт, 1990.
6. Программа физического воспитания, основанная на спорте // Физическая культура в школе. -1999.
7. Кузин В.В., Палиевский С.А., баскетбол. Начальный этап образования, М.: Физическая культура и спорт, 1993.

Оглавление:

* 1.[Введение](https://9219603113.com/referat-na-temu-basketbol/#%D0%92%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5)
* 2.[История баскетбола](https://9219603113.com/referat-na-temu-basketbol/#%D0%98%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F_%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B0)
* 3.[Правила игры](https://9219603113.com/referat-na-temu-basketbol/#%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B)
* 4.[Техника и тактика игры](https://9219603113.com/referat-na-temu-basketbol/#%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D0%B8_%D1%82%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B)
* 5.[Заключение](https://9219603113.com/referat-na-temu-basketbol/#%D0%97%D0%B0%D0%BA%D0%BB%D1%8E%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5)