

Правила баскетбола

Команда и запасные игроки.

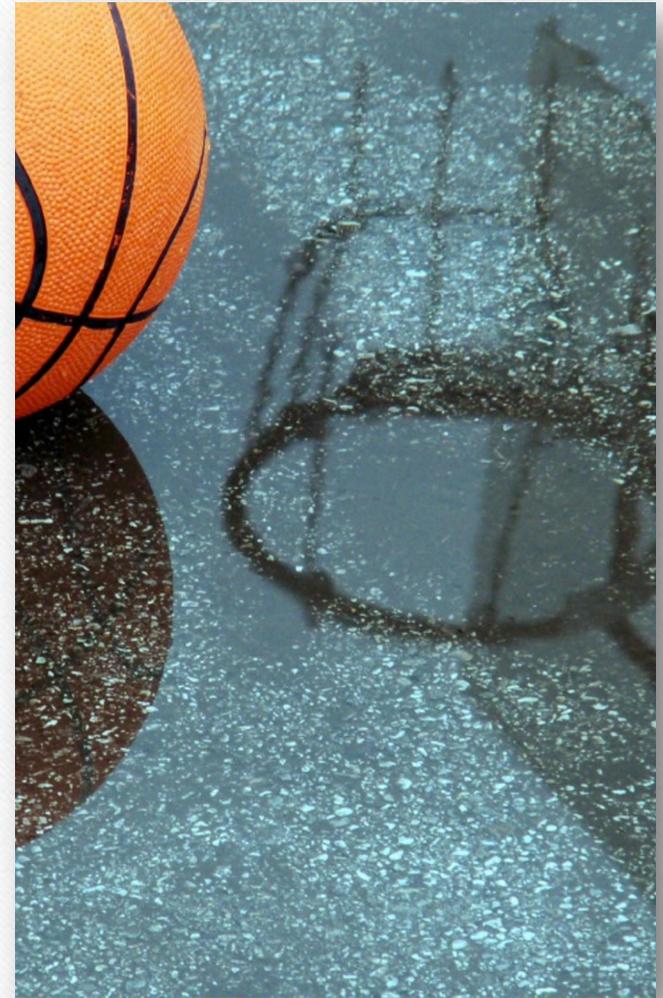
Состав команды - 5 основных и 5-7 (на крупных турнирах) постоянных запасных игроков, которые могут вступать в игру только после остановки игры и свистка судьи.



Время игры.

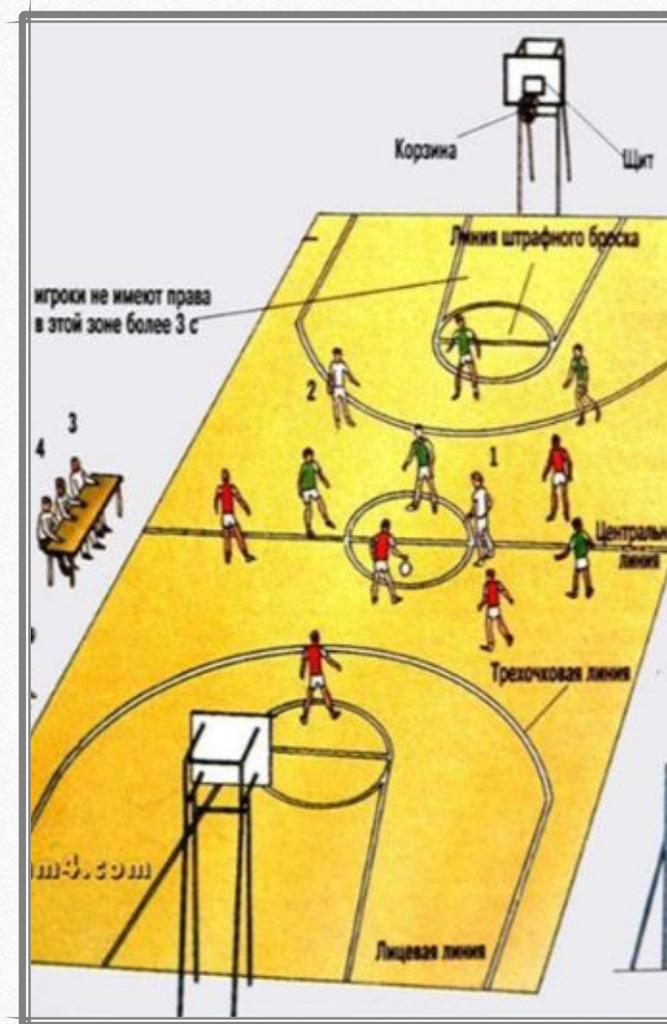
Баскетбольные матчи делятся 2 тайма по 20 мин чистого времени.

Перерыв между таймами составляет 10 мин. Если по истечении времени матча команды набрали одинаковое количество игроков, то дается дополнительное время (5 мин) для выявления победителя.



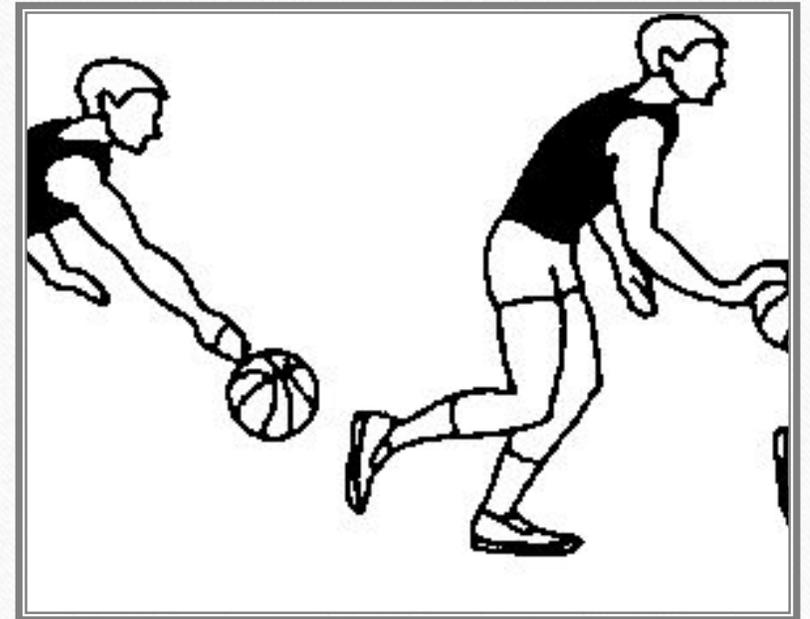
Начало игры.

Игра начинается с того, что в центре площадки судья бросает мяч вверх между 2 игроками, каждый из которых пытается отбить мяч своей команде. Остальные игроки команды находятся вне центрального круга или в передней зоне.



Правила перемещения.

Согласно этому правилу игрок, получивший мяч, имеет право сделать только 2 шага. Касание пола в момент приема мяча (также ловля мяча на месте) засчитывается за 1-й контакт. Прыжок с места с мячом в руке является нарушением правила перемещения.



Дриблинг

В определенный момент спортсмен может применять дриблинг только 1 раз. Как только спортсмен дотронется до мяча двумя руками или возьмет его одной или другой рукой - дриблинг заканчивается.

Если спортсмен вновь продолжает ведение мяча, то это считается нарушением правил (дубль-дриблинг). Мяч передается команде соперника, которая вводит его в игру из-за боковой линии.



Остановочный мяч.

- Остановочным мячом называется такая ситуация, при которой с мячом соприкасаются по 1 или по 2 игрока каждой команды и мяч выводится из игры. В этом случае игра продолжается спорным вбрасыванием.

Мяч вне игры.

- Если мяч или игрок с мячом касается ограничительных линий площадки или пола, предмета или человека вне площадки, то судья даёт команду "вне игры".
- В том случае, если положение вне игры определить сложно, т.е. если оба боковых судьи придерживаются различных мнений или если судьи не смогли определить, по вине которой из команд было вызвано положение вне игры, игра продолжается спорным вбрасыванием.

Нарушения:

- Лут - мяч уходит за пределы игровой площадки;



- Нарушение ведения мяча, включающее в себя пронос мяча, двойное ведение.



- Пробежка - игрок, контролирующий «живой» мяч, совершает перемещение ног сверх ограничений, установленного правилами.



- Три секунды - игрок нападения находится в зоне штрафного броска более трех секунд в то время, когда его команда владеет мячом в зоне нападения;



Вбрасывание.

- После остановки игры в случае "вне игры" или технических ошибок (нарушение правила перемещения, дубль-дриблинг, нарушение правила 3 сек и т.д.) мяч вводится в игру путем вбрасывания из-за боковой линии. В случае успешного броска в корзину происходит вбрасывание из-за лицевой линии.

Вырывание и выбивание мяча:

Этими приемами пользуются для овладения мячом, который плохо укрыт противником.

Вырывание: Сблизившись с противником, игрок накладывает правую руку на мяч сверху, а левую снизу. Захватив мяч таким образом, защитник резко тянет его к себе с одновременным поворотом туловища вперед-влево.

Выбивание: Выбивание мяча у игрока стоящего на месте – защитник должен сделать неожиданный выпад вперед к нападающему и резким (сверху или снизу) коротким движением ребром кисти, с плотно прижатыми пальцами, выбивает мяч.

Выбивание мяча при ведении: Защитник набирает такую же скорость как и нападающий, и опередив ритм ведения выбивает мяч ближайшей к сопернику рукой в момент приема мяча, отскочившего от площадки.