

Презентация урока Физической культуры по теме: «Баскетбол»



Баскетбол

- спортивная игра с мячом в которую играют две команды по пять человек в каждой. Цель игроков каждой команды забросить мяч в кольцо (корзину) соперника и не дать противнику забросить



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;
- 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.
- плотноопекаемый игрок — игрок держит мяч более пяти секунд, в то время как соперник его плотно опекает;
- нарушения возвращения мяча в зону защиты — команда, владеющая мячом в зоне нападения перевела его в зону защиты.

Кольцо



- **Кольцо** - Находится на 3 метра от пола (10 футов)
В каждой команде как я уже сказал по 5 человек на поле и 7 человек в запасе, ограничений по заменам нету.

За

попадание мяча в сетку с ближнего расстояния - начисляется 2 очка , с дальней дистанции, которая отмечена полукругом, начисляется 3 очка.

Размеры баскетбольного щита для баскетбола(стандартные размеры):

- Щит для баскетбола изготавливается из закаленного стекла толщиной 20 мм и имеет размер в длину 1,8 метра (максимальное отклонение + 30 мм) при размере в высоту 1,05 метра (максимальное отклонение + 20 мм). В целях предотвращения травматизма на нижнее и боковые, высотой 35 - 45 см, ребрах баскетбольного щита устанавливается амортизационная обивка. Согласно протоколу FIBA баскетбольный щит оборудован освещением, красного цвета, вокруг периметра с внутренней стороны щита. Устанавливается щит баскетбольный на высоте 3,05 метра - от покрытия площадки до баскетбольного кольца, при этом нижний край баскетбольного щита находится на высоте 2,75 метра. Баскетбольные щиты с кольцами выступают над баскетбольной площадкой от лицевой линии на 1,2 метра. Внутренний диаметр металлических баскетбольных колец с амортизаторами равен 45 см. и толщиной 2 см. Баскетбольное кольцо представляет собой веревочную сетку - корзину без дна 40 см длиной. Разметка баскетбольного щита по периметру и область зоны кольца (прямоугольник размер 59 см на 45 см) представляет белая полоса шириной 5 см.

История

Идея этой игры у него зародилась еще в школьные годы, когда дети играли в старинную игру «duck-on-a-rock» («Утка на камне»). Смысл этой популярной, в то время, игры заключался в следующем: подбрасывая небольшой камень, необходимо было поразить им вершину другого камня, большего по размеру.

Вполне прагматично названная «баскетбол» игра лишь отдалённо напоминала современный баскетбол. Ведения мяча не существовало, игроки только перебрасывали его друг другу, стоя на месте, и стремились затем закинуть в корзину, причём исключительно обеими руками снизу или от груди, а после удачного броска один из игроков забирался на приставленную к стене лестницу и извлекал мяч из корзины. С современной точки зрения действия команд показались бы нам вялыми и заторможенными, однако целью доктора Нейсмита было создать игру именно коллективную, в которую можно было бы вовлечь одновременно большое количество участвующих, и этой задаче его изобретение отвечало в полной мере.

В 1892 году преподавателем физкультуры Смит-колледжа в Нортгемптоне (Массачусетс) Сендой Беренсон были разработаны первые правила женского баскетбола

Разметка поля в баскетболе

Wszystkie wymiary podano w metrach.
Wszystkie linie boiskowe mają grubość 5 cm.

