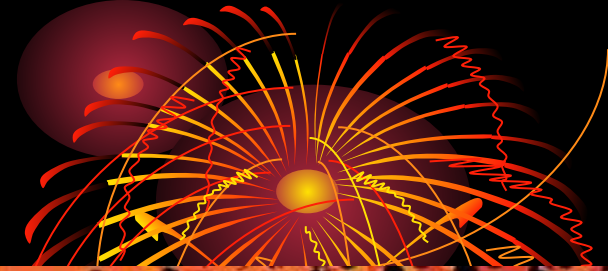


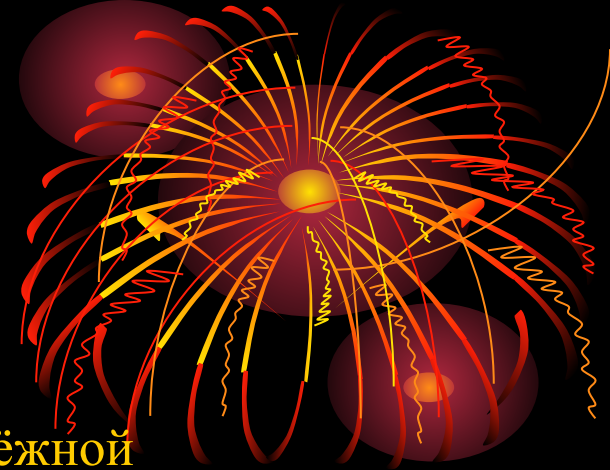
Баскетбол!!!



Баскетбол – один из путей, ведущих нас к здоровому образу жизни, дающий нам основы физического развития, что подразумевает: крепкое здоровье, оптимальный уровень двигательных способностей, знания в области физической культуры.

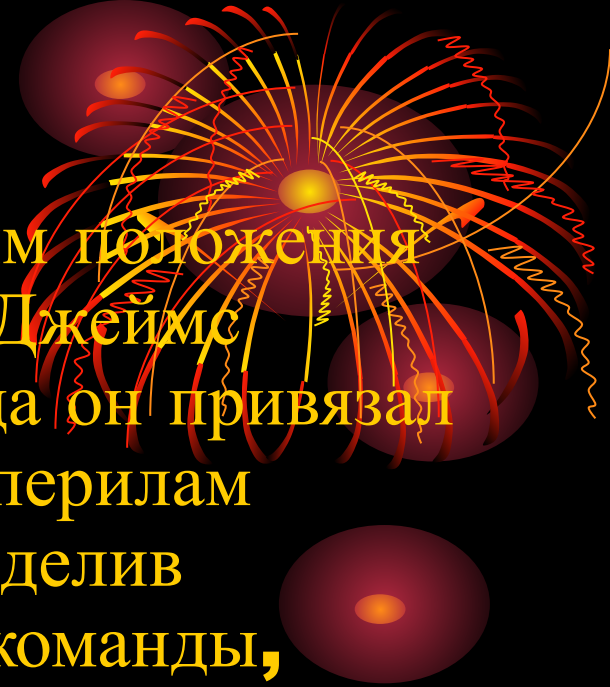


Появление баскетбола!



- Зимой **1891** года студентам колледжа Молодёжной Христианской Ассоциации из Спрингфилда Зимой **1891** года студентам колледжа Молодёжной Христианской Ассоциации из Спрингфилда, штат Массачусетс, вынужденным выполнять бесконечные гимнастические упражнения, считавшиеся в то время едва ли не единственным средством приобщения молодёжи к спорту, было очень скучно на занятиях физического воспитания. Однообразие таких занятий необходимо было положить конец, внести в них свежую струю, которая способна была бы удовлетворить соревновательные потребности сильных и здоровых молодых людей.

- Выход из казавшегося тупиковым положения нашёл преподаватель колледжа Джеймс Нейсмит. **21** декабря **1891** года он привязал две корзины из-под персиков к перилам балкона спортивного зала и, разделив восемнадцать студентов на две команды, предложил им игру, смысл которой сводился к тому, чтобы забросить большее количество мячей в корзину соперников.





- Идея этой игры у него зародилась ещё 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) преподавателем физкультуры Смит-колледжа в Нортгемптоне (Массачусетс) Сендой Беренсон В **1892** году преподавателем



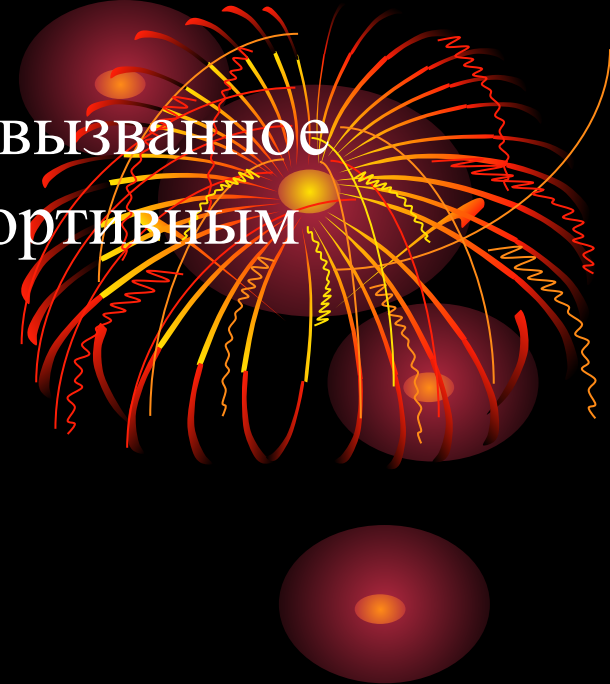
Нарушения:



- аут — мяч уходит за пределы игровой площадки;
- пробежка — игрок, контролирующий «живой» мяч совершает перемещение ног сверх ограничений, установленного правилами
- нарушение владения 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.

Фол — это несоблюдение правил, вызванное персональным контактом или неспортивным поведением. **Виды фолов:**

- **персональный;**
- **технический;**
- **неспортивный;**
- **дисквалифицирующий.**





Игрок, получивший **5** фолов (**6** фолов в НБА) в матче должен покинуть игровую площадку и не может принимать участие в матче (но при этом ему разрешается остаться на скамейке запасных). Игрок, получивший дисквалифицирующий фол должен покинуть место проведения матча (игроку не разрешается остаться на скамейке запасных)

Тренер дисквалифицируется, если:

- он совершит **2** технических фола;
- официальное лицо команды или запасной игрок совершат **3** технических фола;
- тренер совершит **1** технический фол и официальное лицо команды или запасной игрок совершат **2** технических фола.

