

Баскетбол.
Правила
игры и
правила
судейства

Работу выполнил:
Щелыкалов Илья
20 группа





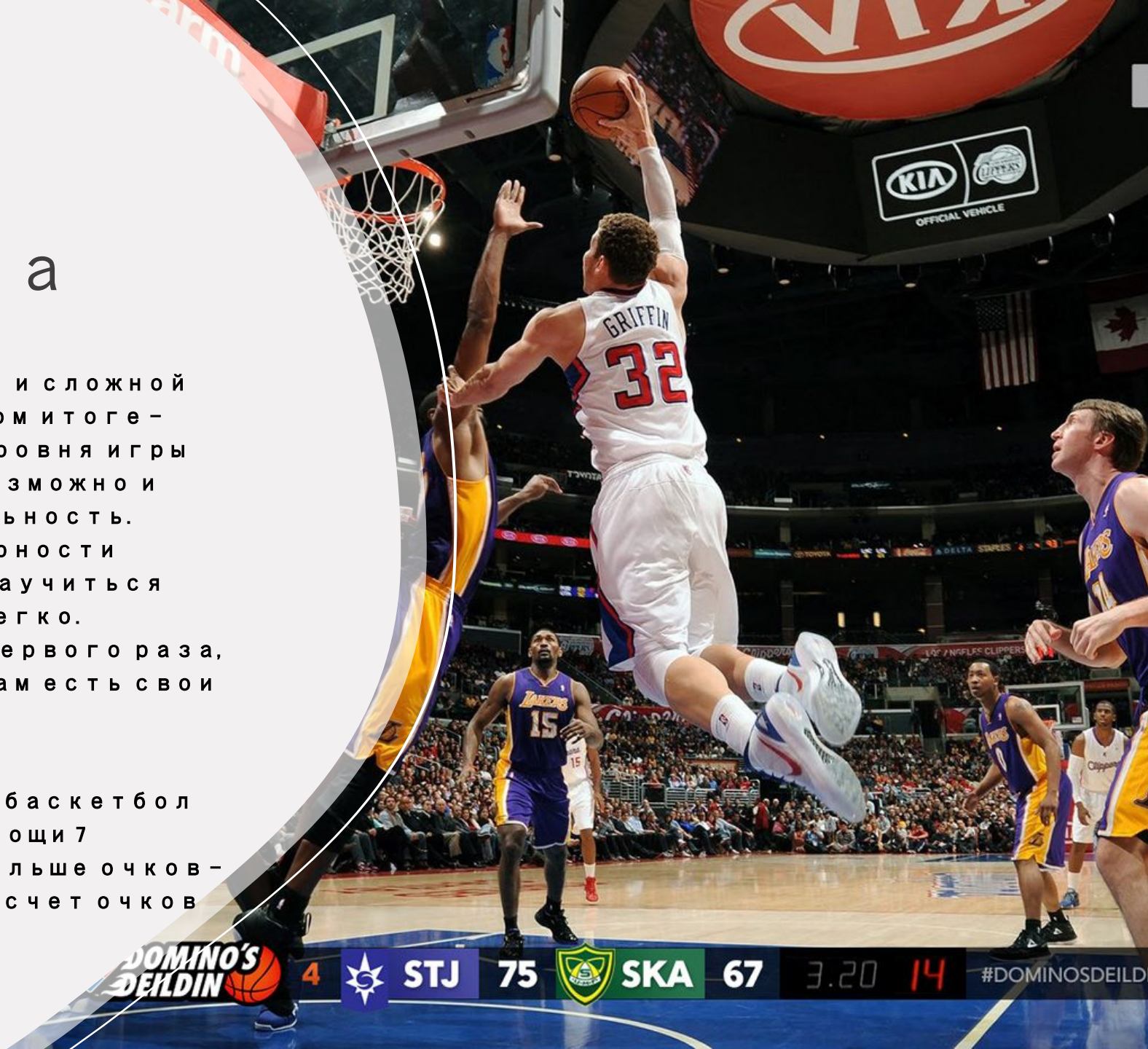
Баскетбол

Баскетбол является атлетической спортивной игрой, популярнейшим видом спорта. Занятия баскетболом помогут стать сильнее, быстрее, более ловким и смелым, он тренирует меткость и умение оперативно ориентироваться в сложной обстановке. Хорошо развитый глазомер и широкое поле зрения являются характерными баскетболистов качествами. Эмоциональная игра поднимает настроение человека, делает его общительным и контактным.

Основные правила баскетбола

Баскетбол является и простой и сложной игрой одновременно. В конечном итоге – все зависит от конкретного уровня игры того или иного игрока в чем возможно и проявляется его привлекательность. Одной из причин роста популярности баскетбола является то, что научиться играть в него относительно легко. Правила можно понять даже с первого раза, однако, как и в любых других, там есть свои тонкости, сложности и нюансы.

Возможно, это будет звучать парадоксально, но цель игры в баскетбол можно сформулировать при помощи 7 простых слов: "Кто набирает больше очков – тот и побеждает". Вот и все. Подсчет очков ведется следующим образом:



DOMINO'S
DEKIDIN

4



STJ 75



SKA 67

3.20

14

#DOMINOSDEILD

Основные правила баскетбола

Возможно, это будет звучать парадоксально, но цель игры в баскетбол можно сформулировать при помощи 7 простых слов: "Кто набирает больше очков – тот и побеждает". Вот и все.

Подсчет очков ведется следующим образом:

за штрафной бросок начисляется одно очко;

за бросок, который произвелся из пределов 3-очковой линии, начисляется 2 очка;

за бросок из-за 3-очковой линии – 3 очка.

Далее несколько слов об основных правилах игры в баскетбол.

Самое интересное, что большинство правил баскетбола говорят о том, что нельзя делать, а о том, что можно – только малая часть из них.

Таким образом, для начинающих играть в баскетбол вполне достаточно будет

следующих правил:



продолжение

по мячу нельзя бить ногами или кулаком, а также вести мяч двумя руками одновременно;

нельзя толкать игрока с мячом, бить его по рукам, ставить подножки и выполнять подобные действия;

нельзя бегать с мячом в руках: если Вы владели мячом и решили взять его в 2 руки, то дальше нужно или бросить его в кольцо, либо отпасовать партнеру. Если Вы снова начнете ведение – то это будет считаться нарушением правил и мяч перейдет во владение к другой команде;

Мяч уходит в аут, если игрок, владеющий им, заступает ногой за пределы площадки или если сам мяч бьется в пол за пределами площадки;

Прыгать с мячом в руках недопустимо. Если Вы прыгнули с мячом в руках, то до приземления нужно бросить по кольцу либо отдать мяч партнеру по команде. Ну, в крайнем случае, просто выбросить его куда-нибудь. Если Вы прыгнули с мячом в руках и приземлились с мячом – то мяч переходит к другой команде;

продолжение

Игра может продолжаться до определенного счета (11, 15, 21 очко) или по времени (2 периода по 10–15 минут, или 4 периода по 7–10 минут). Время в основном связано с основной физической подготовкой начинающих баскетболистов, которые в основном не могут качественно отбегать длительное время, поэтому часто для школьников и начинающих игроков делают 2 периода по 10 минут.

Перечисленного набора правил баскетбола вполне достаточно, чтобы освоить азы данной игры.



судейство

Баскетбольные матчи судят 2 судьи на площадке. При вынесении решений судьи не могут оспаривать решения друг друга.

Если оба штрафа равнозначны и были применены к обеим командам, то игра продолжается спорным вбрасыванием. За столом судейской коллегии находятся: 1-й судья-хронометрист, который отвечает за чистое время матча, 2-й судья-хронометрист, отвечающий за соблюдение правила 30 сек, судья-протоколист, который заносит в личные карточки игроков полученные очки, замечания, текущий результат и положения "вне игры".

Характер и исход большинства соревнований в баскетболе зависят от качества судейства. Судье должны быть хорошо знакомы и пониматься правила игры, для точного фиксирования ошибок игроков. Судья должен быть подвижным и



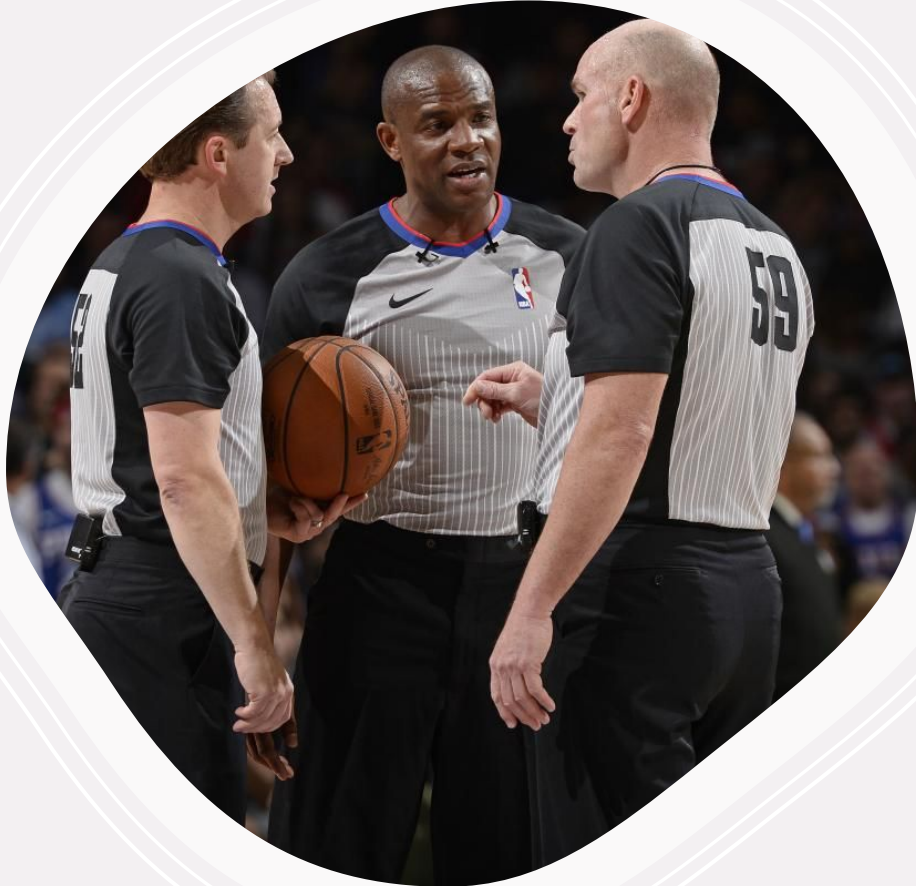
судейство

Кроме того, необходимо, чтобы оба судьи просматривали ход игры с двух направлений. Для этого площадка мысленно делится по диагонали на два треугольника, с таким расчетом, чтобы штит, за которым ведет наблюдение судья, находился от него справа. В соответствии с этим условно обозначаются и судьи. Не следует думать, что каждый судья отвечает только за свой треугольник.

Принцип разделения площадки сводится к следующему: когда мяч находится в треугольнике "А", то судья "А" держит под наблюдением игроков, борющихся за мяч. В это время судья "Б" следит за всеми игроками, находящимися без мяча, независимо от того, в каком треугольнике они находятся, а также за тем, чтобы не нарушалось правило "трех секунд".

При переходе мяча в треугольник "Б" судьи меняют объекты наблюдений, т. е. уже судья "Б" следит за очагом игры, а судья "А" за остальными игроками и правилом "трех секунд". Такое точное распределение функций между судьями исключает ненужное дублирование и уменьшает просмотр ошибок, однако для хорошего





З а к л ю ч е н и е

В и т о г е м о ж н о с к а з а т ь , ч т о в о б щ е м б а с к е т б о л я в л я е т с я у в л е к а т е л ь н о й а т л е т и ч е с к о й и г р о й , к о т о р а я п р е д с т а в л я е т с о б о й э ф ф е к т и в н о е с р е д с т в о п о ф и з и ч е с к о м у в о с п и т а н и ю . К т о м у ж е о н я в л я е т с я п о п у л я р н о й и г р о й с р е д и п o д р о с т к о в . Б а с к е т б о л , я в л я я с ь в а ж н ы м с р е д с т в о м п о ф и з и ч е с к о м у в о с п и т а н и ю и о з д о р о в л е н и ю д е т е й , в к л ю ч е н в о б щ е о б р а з о в а т е л ь н ы е п р o г р а м м ы с р е д н и х ш к o л , ш k o л с п o л и т e x н и ч е с к и м и п р o и з в o д с т в e н н ы м o б u ч e н и e м , л e т с к и х с п o р т и в н ы х ш k o л , г o p o д с k и х