

Тема проекта:

«Баскетбол.»



Проект
выполнила: Васицкая
Милана
Ученица 8-Б класса.
Руководитель: Елена
Ивановна

Баскетбол — спортивная командная игра с мячом, в которой мяч забрасывают руками в *корзину* (кольцо) соперника.



В баскетбол играют две команды. Обычно команда состоит из 12 человек, 5 из которых

История возникновения баскетбола

- В 1891 году в Соединенных Штатах Америки молодой преподаватель, уроженец Канады, доктор Джеймс Нейсмит, пытаясь “оживить” уроки по гимнастике, 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.

Основатель игры баскетбол

Доктор
Джеймс Нейсмит



- Первые матчи по баскетболу

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. 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

- Изначально правила игры в баскетбол были сформулированы Джеймсом Нейсмитом и состояли лишь из 13 пунктов. С течением времени баскетбол изменялся, изменений потребовали и правила. Первые международные правила игры были приняты в 1932 году на первом конгрессе ФИБА, после этого они многократно корректировались и изменялись, последние значительные изменения были внесены в 1998 и 2004 годах. С 2004 года правила игры остаются неизменными.

Правила игры

- 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. Между периодами предусмотрены короткие перерывы. Заброшенный в корзину мяч может приносить разное количество очков своей команде. Если мяч заброшен во время штрафного броска, то



Современный баскетбол

Процесс игры в баскетбол насыщен большим количеством специальных приёмов требующих технических и тактических навыков, а возникающий дух соперничества обеспечивает бурный интерес участникам матча. В процессе игры человеку необходимо использовать различные группы мышц для осуществления сложных маневренных движений, бега и высоких прыжков, что обеспечивает всестороннее развитие спортсмена. Динамичный процесс игры вынуждает игроков разумно использовать свои силы, постоянно меняя

Чем мне нравится баскетбол

- Баскетбол, как любой командный вид спорта, который требует постоянной отдачи от каждого игрока, в первую очередь, позволяет развивать выносливость, хорошую координацию движений, гибкость, подвижность и прыгучесть. Кроме того, баскетбол улучшает взаимоотношения между всеми игроками, поскольку во время игры мы непосредственно взаимодействуем, поэтому наша команда очень сплоченная.
- Благодаря баскетболу у меня появилось очень много новых друзей. Я стала намного выносливее.
Баскетбол делает нас **ЛУЧШЕ!!!**

Занимайтесь любимым видом спорта!

- Занятия спортом очень важны для всего нашего организма. Это поддерживает тонус, укрепляет мышцы. Если постоянно заниматься спортом, то можно побороть постоянную усталость и

