

* Баскетбол.

* Правила игры, история, техника безопасности.

* Казанцева Михаила
6 класс Православная гимназия

Правила баскетбола

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

Во всех классах баскетбольные матчи делятся на 2 тайма по 20 мин чистого времени. Перерыв между таймами составляет 10 мин. Если по истечении времени матча команды набрали одинаковое количество очков, то дается дополнительное время (5 мин) для выявления победителя.



* Правила баскетбола

Каждая команда имеет право на 2 тайм-аута в каждом тайме и на 1 тайм-аут в дополнительное время. Тренеры обычно используют тайм-аут для того, чтобы дать игрокам тактические наставления и сделать замену.

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.

Если мяч или игрок с мячом касается ограничительных линий площадки или пола, предмета или человека вне площадки, то судья дает 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.

Остановочным мячом называется такая игровая 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.

* История баскетбола

История возникновения баскетбола

Современная игра в баскетбол возникла в 1891 году. В штате Массачусетс преподаватель спортивной школы Джеймс Нейсмит искал подходящее занятие для своих студентов на зимний период в зале. Ему хотелось продолжать развитие физических навыков студентов и в холодное время года. Он пытался разработать игру, где участники могли бы побеждать не только за счет физической силы, но также совершенствовать игровые навыки. Таковой игрой стал баскетбол. Первоначально Д. Нейсмит опубликовал сборник баскетбольных правил из 13 пунктов.



Джеймс Нейсмит

*Техника безопасности

1. Быть предельно внимательным и сосредоточенным при объяснении, рассказе, показе и выполнении упражнений, заданий и т.п.
2. Осознанно и интенсивно выполнять разминку, имитационные и специальные упражнения.
3. Без разрешения учителя не начинать выполнение упражнений и заданий.
4. Не расслабляться и не отвлекаться при выполнении упражнений и заданий.
5. Не начинать выполнение упражнения или задания без точного представления о его технических особенностях выполнения.
6. Оказывать необходимую помощь одноклассникам в случае необходимости.
7. Перед уроком снять все украшения, которые могут стать причиной травмы
8. Не бросать мяч под ноги игрокам.
9. Не передавать или подавать мяч ногой.
10. Строго соблюдать дисциплину, выполнять все требования и указания учителя.

О своем плохом самочувствии или травме (или своего товарища) немедленно сообщить учителю.

Спасибо за внимание!

