

Оранжевое погружение

История

100

150

200

Размеры

100

150

200

**Баскетбольные
термины**

100

150

200



Вставь пропущенное слово

Сначала Нейсмит намеревался прибить картонные ... на каждой стороне зала, и основная идея игры заключалась бы в том, чтобы забросить мяч в ... Такая игра могла получить название «боксбол» (от англ. box - ... и ball – ...). Не найдя ..., он воспользовался подвернувшимся под руку из под ... Так игра начала называться “баскетболом” (от англ. basket – ..., ball – ...).

... из под ... для новой игры принёс сторож по имени Стеббинс. Их прикрепили на разных сторонах к балкону, опоясывающему зал. Совершенно случайно высота ..., к которому были прибиты ..., оказалась равной 3, 5 метра, и с тех пор в баскетболе ... всегда поднимаются над полом на эту высоту.



Вставь пропущенное слово

В баскетбол играют ... мячом, изготовленным из ..., резины, нейлона или другого ... материала, покрывающего поверхность резиновой камеры.

Окружность мяча 75 - 78 сантиметров, а вес .00 - . 50 граммов, Он накачивается ... так, чтобы при ударе о жесткую поверхность с высоты 1, 8 метра мог отскочить вверх на 1, 2 - 1, 4 метра.

Мяч в идеале должен быть ярко - ... цвета с ... полосками.



Вставь пропущенное слово

Нейсмит сформулировал первые ... игры и 21 декабря 1891 года провёл первый баскетбольный матч в гимнастическом зале Спрингфилдского колледжа.

Он ... свой класс на две команды по девять человек в каждой, взял обычный футбольный ... и предложил попробовать забросить его в ... Стеббинс должен был стоять на стремянке и доставать из корзины попавший туда ... В первой игре ему не пришлось много работать – мяч попал в корзину лишь один раз.

Игра так всем понравилась, что Нейсмита вскоре замучили просьбами

о лишней копии правил. В 1892 году он публикует первую «Книгу правил» своей игры, содержащую 13 пунктов. Большинство из них действует и в наши дни.



Выбери правильный ответ

Размер игровой площадки

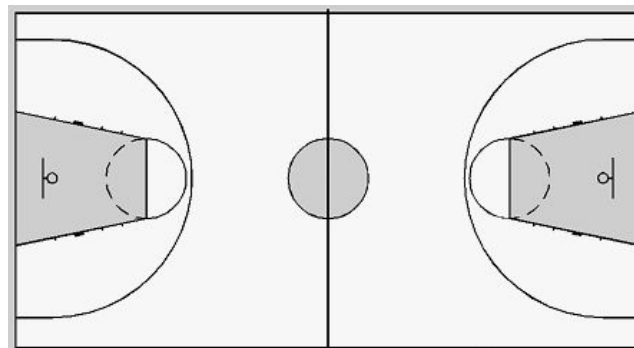
а/ 26х14

б/ 30х16

в/ 27х15

г/ 28х15

д/ 28х14



Выбери правильный ответ

Высота кольца (в м)

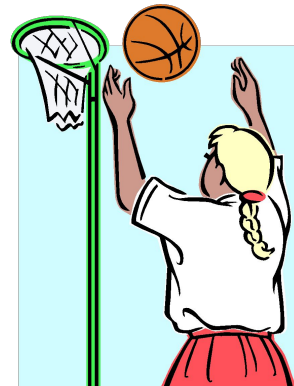
а/ 3,20

б/ 3,15

в/ 3, 1

г/ 2,95

д/ 3,05



Выбери правильный ответ

Вес мяча (в гр.)

а/ 567

б/ 590

в/ 560

г/ 650

д/ 670



Назови ограничительные линии

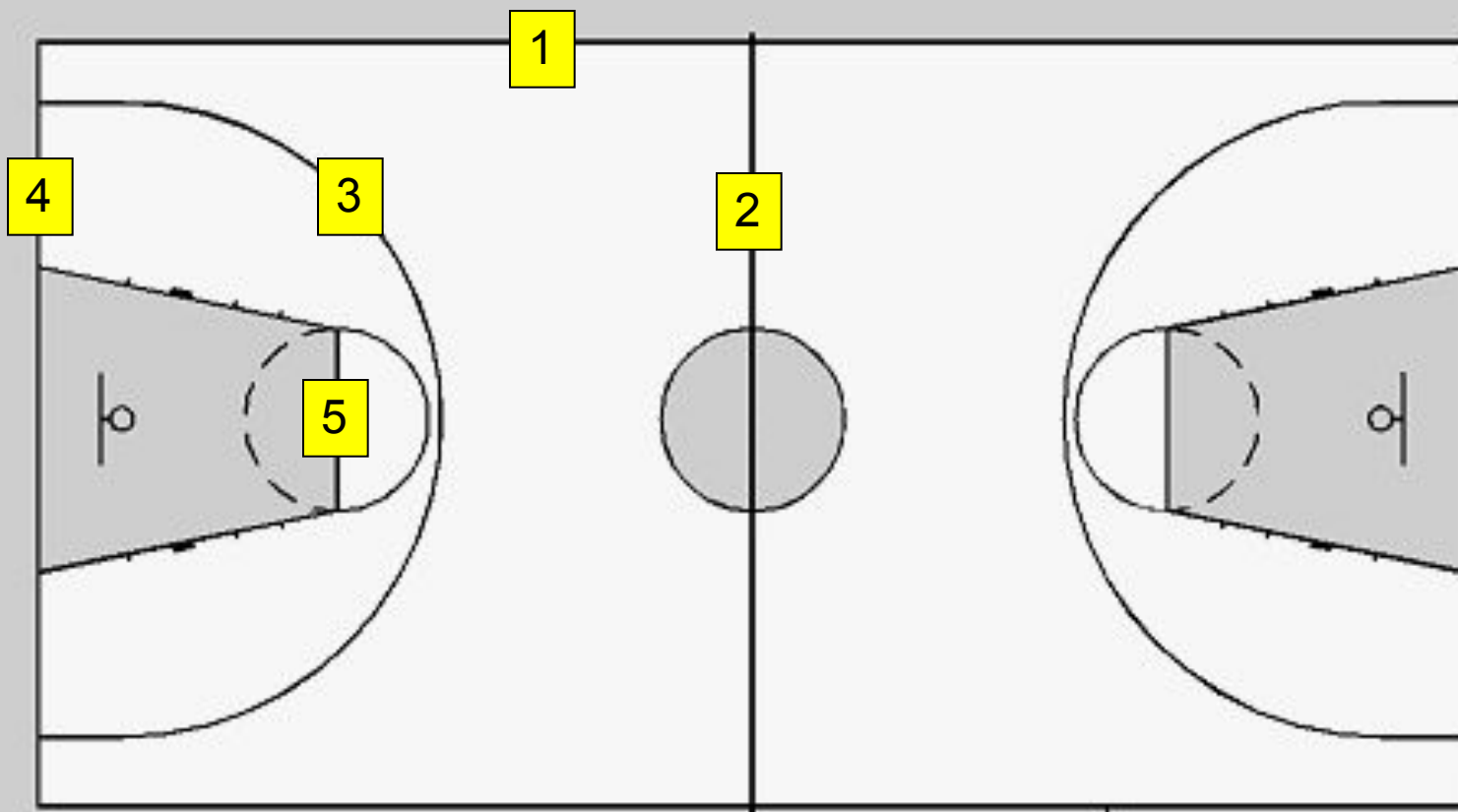


рисунок http://basketball.sport-lives.com/images/rules/bn_rule2_8big.gif

2.00 m



Дай правильный ответ



Что такое «двойное ведение»



Дай правильный ответ



Что такое «дриблинг»



Баскетбол в правилах

Фолы

100

150

200

Игроки

100

150

200

Время

100

150

200



Дай правильный ответ

Какие бывают фолы:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.



Выбери правильный ответ

Когда вступает в действие правило командных фолов:

а/ после 5

б/ после 7

в/ после 8

г/ после 6

д/ после 4



Выбери правильный ответ

Какое количество фолов игрок может совершить в течение игры:

а/ 6

б/ 7

в/ 8

г/ 5

д/ 4



Выбери правильный ответ

Какое максимальное количество игроков можно заменять одновременно:

а/ 1

б/ 2

в/ 3

г/ 4

д/ 5



Выбери правильный ответ

Минимальное количество игроков,
имеющих право быть в игре

а/ 5

б/ 4

в/ 3

г/ 2

д/ 1



Выбери правильный ответ

Замена игрока разрешается:

а/ команде, вбрасывающей мяч из-за боковой линии

б/ назначен фол любой из команд

в/ по ходу игры

г/ затребован минутный перерыв любой из команд

д/ в период пробития штрафных бросков



Выбери правильный ответ

В ограниченной зоне соперника игрок не должен находиться более:

а/ 5 сек.

б/ 4 сек.

в/ 2 сек.

г/ 3 сек.

д/ 6 сек.



Выбери правильный ответ

На атаку кольца соперника дается

а/ 30 сек.

б/ 28 сек.

в/ 26 сек.

г/ 24 сек.

д/ 35 сек.



Выбери правильный ответ

Игровое время

а/ 2х20

б/ 3х15

в/ 4х10

г/ 2х25

д/ 4х12



Подготовка баскетболиста

**Навыки
судейства**

100

150

200

Физическая

100

150

200

Техническая

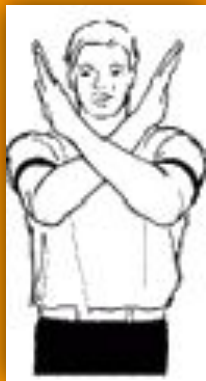
100

150

200

Назови жесты судей

1



2

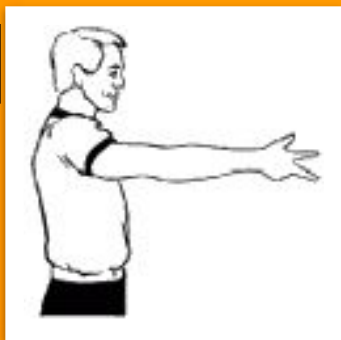


3



Назови жесты судей

1



2



3

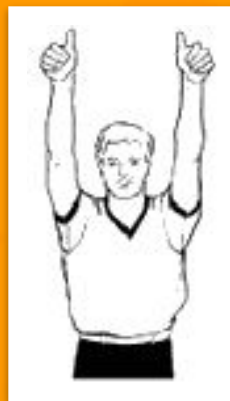


Назови жесты судей

1



2



3



Практическое задание

Мяч держать одной рукой хватом снизу.

Вращать мяч влево и вправо за счёт энергичного и одновременного вращательного движения всех пальцев. В течение 1 минуты.



Практическое задание

Завести мяч правой рукой за спину, подбросить из-за спины так, чтобы он перелетел через левое плечо, поймать мяч впереди рукой. То же самое выполнять, меняя руки.
по 5 раз



Практическое задание

Ведение двух мячей в приседе 15 м.



Практическое задание

Ведение мяча – остановка (шагом, прыжком) – передача на точность из 10 попыток (по 5 каждой рукой + *) с расстояния 7 м в квадрат 50×50 см (кол-во попаданий 5/6/7)

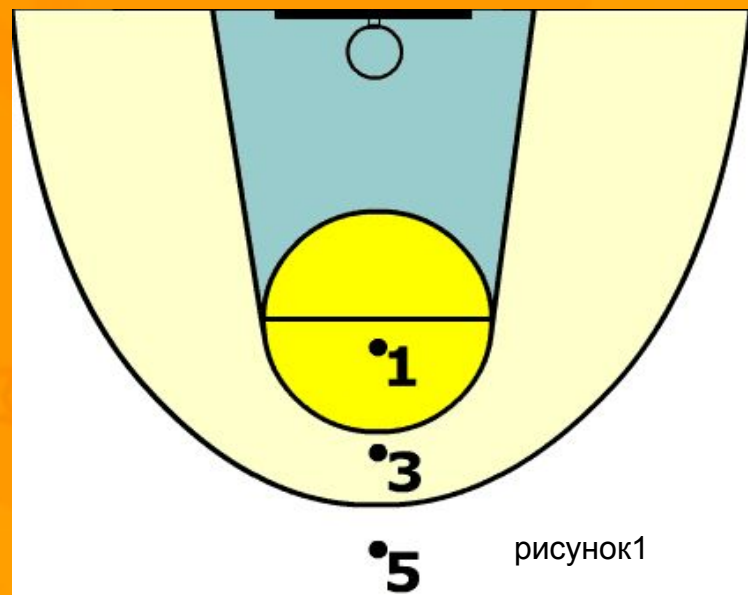


Игровое задание

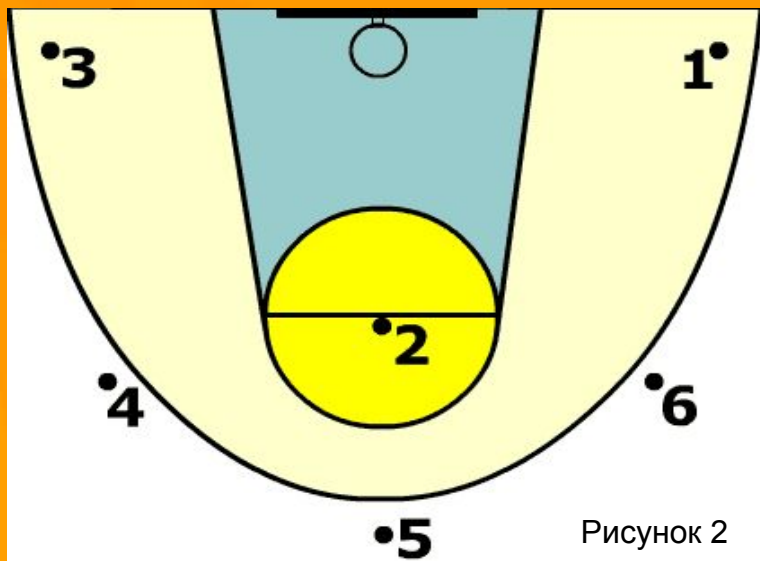
Команда выполняет по 2
броска:

- а) с линии штрафного броска
- б) из-за 3-очковой линии
- в) с центра

Играть до 21,31,51,101,
если перебор, то не
засчитывается.



Игровое задание



По сигналу с этих точек поочередно забросить как можно больше мячей в течение 1 минуты.

За попадание 2 очка, из-за 3-очковой линии - 3 очка.

При равном количестве набранных очков учитывают затраченное время.



Используемые ресурсы:

Баскетбол обозрение

<http://basketball.sport-lives.com/rules/dictionary.html>

История развития баскетбола

<http://slishad.blog.tut.by/12/istoriya-razvitiya-basketbola/>

Судейские жесты

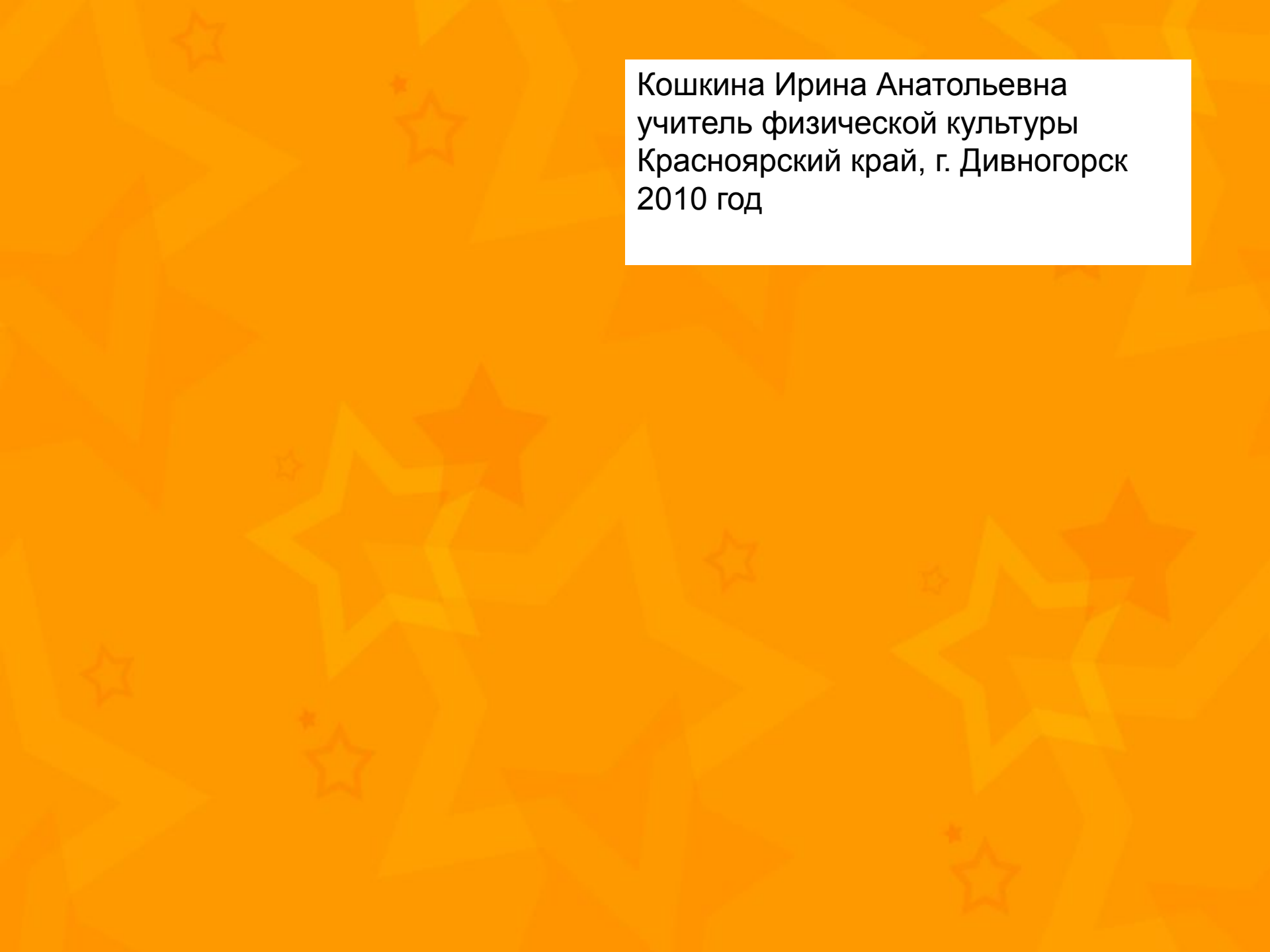
<http://moibasketball.narod.ru/gest.html>

Рисунок баскетбольной площадки

http://basketball.sport-lives.com/images/rules/bn_rule2_8big.gif

Рисунок1, рисунок 2 - учащийся Неверко Сергей

Реферат «Баскетбол» - учащийся Пристойко Иван



Кошкина Ирина Анатольевна
учитель физической культуры
Красноярский край, г. Дивногорск
2010 год