

Серия «Спорт для всех»

# БАСКЕТБОЛ

*учебное пособие*



КАДЕМИЯ  
**МАБИВ**  
[www.mabiv.ru](http://www.mabiv.ru)

# **Баскетбол**

МОО "Межрегиональная общественная организация  
"Академия безопасности и выживания"

2016

УДК 796.323.2(075)(086.76)

ББК 75.5.я04я7ю3

Баскетбол / МОО "Межрегиональная общественная организация  
"Академия безопасности и выживания"", 2016

«...Баскетбол, пожалуй, единственный из популярных видов спорта, даже и место возникновения которого доподлинно не известно.Изобретателем баскетбола считается Джеймс Нейсмит преподаватель колледжа Молодежной Христианской Ассоциации из Спрингфилда штат Массачусетс (США)В декабре 1891 года он привязал две корзины из-под персиков к периллам балкона спортивного зала и, разделив студентов на две команды, предложил им игру, смысл которой сводился к тому, чтобы забросить большее количество мячей в корзину соперника. В 1893 году корзинки заменили железными кольцами с сеткой. В 1894 году в США были изданы первые официальные правила баскетбола...»

УДК 796.323.2(075)(086.76)

ББК 75.5.я04я7ю3

, 2016

© МОО "Межрегиональная  
общественная организация "Академия  
безопасности и выживания"", 2016

# Содержание

История возникновения баскетбола	6
Развитие отечественного баскетбола	8
Современные представления об игре	9
Правила игры	9
Содержание игры	11
Конец ознакомительного фрагмента.	12

# **Баскетбол**

© Межрегиональная Академия безопасности и выживания, 2016

\* \* \*

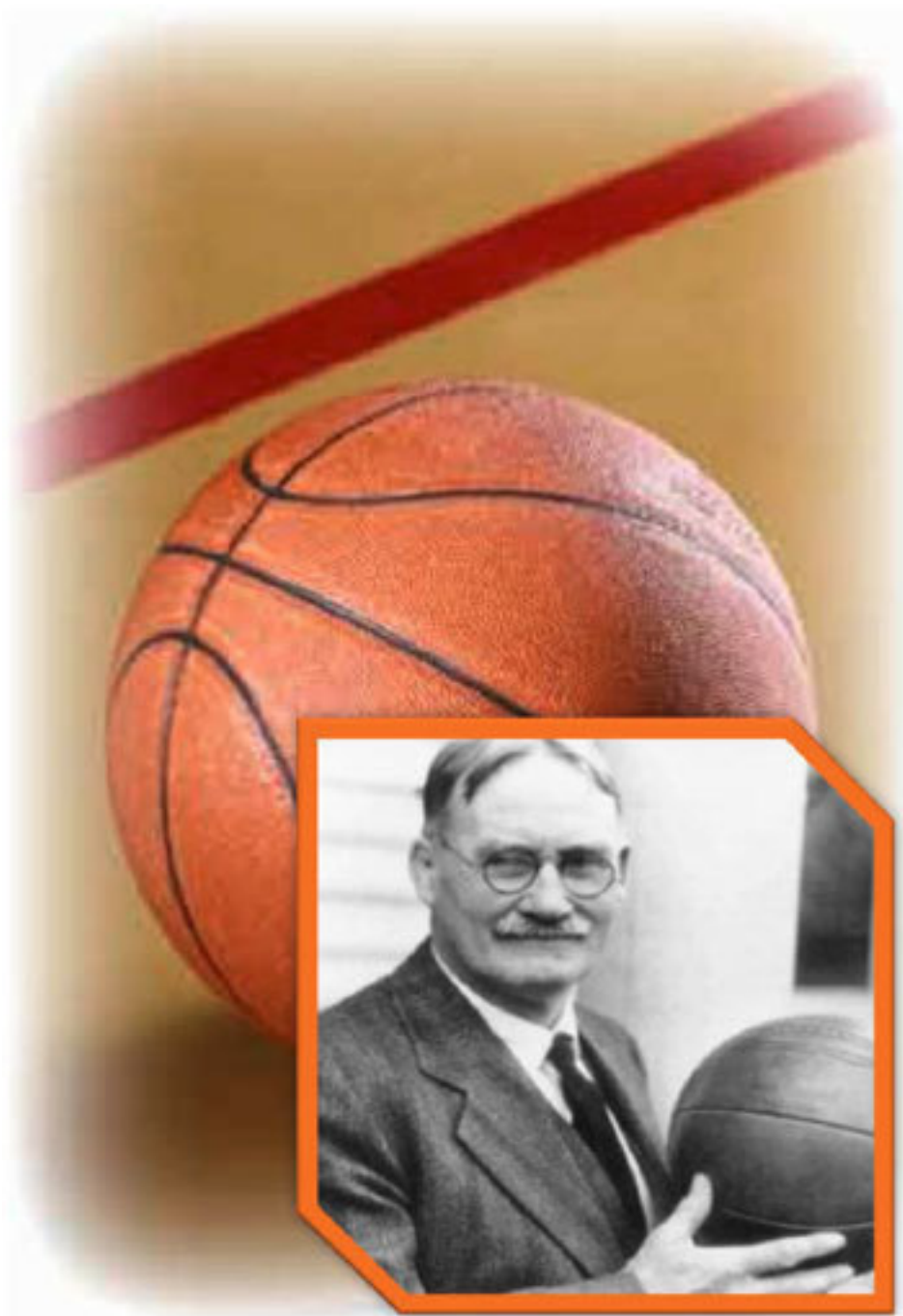
## **История возникновения баскетбола**

Баскетбол (basket-корзина, ball-мяч) Баскетбол, пожалуй, единственный из популярных видов спорта, даже и место возникновения которого доподлинно не известно.

Изобретателем баскетбола считается Джеймс Нейсмит преподаватель колледжа Молодёжной Христианской Ассоциации из Спрингфилда штат Массачусетс (США)

В декабре 1891 года он привязал две корзины из-под персиков к перилам балкона спортивного зала и, разделив студентов на две команды, предложил им игру, смысл которой сводился к тому, чтобы забросить большее количество мячей в корзину соперника. В 1893 году корзинки заменили железными кольцами с сеткой. В 1894 году в США были изданы первые официальные правила баскетбола.

В 1895 году установили щиты и провели первые официальные соревнования по этому виду спорта. В 1897 году состав ограничили 5 игроками.



## Развитие отечественного баскетбола

Первое упоминание о баскетболе в России принадлежит петербуржцу Г. Дюкерону в 1901 году.

Родиной отечественного баскетбола является Санкт-Петербург.

В 1930 году при Всесоюзном совете физической культуры была создана Всесоюзная секция баскетбола.



## Современные представления об игре



## Правила игры

В баскетбол играют две команды, каждая из которых состоит из пяти игроков. Цель игры – забросить максимальное количество мячей в корзину соперника и помешать другой команде овладеть мячом и забросить его в корзину.

Игра проводится на площадке 28 м в длину и 15 м в ширину. Продолжительность игры 40 мин, 2×20 мин с перерывом в 10 мин. Мяч должен иметь форму сферы и быть оранжевого цвета установленного оттенка. Длина окружности мяча должна быть не менее 74,9 см и не более 78 см. Вес мяча должен быть не менее 567 г и не более 650 г.



## Содержание игры

Действия каждого игрока команды имеют конкретную направленность, соответственно которой баскетболистов различают по амплуа:

**центровой игрок** должен быть высокого роста, атлетического телосложения, обладать отличной выносливостью и прыгучестью;

**крайний нападающий** – это прежде всего высокий рост, быстрота и прыгучесть, хорошо развитое чувство времени и пространства, снайперские способности, умение оценить игровую обстановку и атаковать смело и решительно;

**защитник** должен быть максимально быстрым, подвижным и выносливым, рассудительным и внимательным.

Распределение игроков по функциям – один из основных принципов игровой деятельности.



Команды стремятся достичь преимущества над соперником, маскируя свои замыслы и одновременно пытаясь раскрыть противника. Игра протекает при взаимодействии игроков всей команды и сопротивлении игроков противника, прилагающих все усилия, чтобы отнять мяч и организовать наступление.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.