

Серия «Спорт для всех»

БАСКЕТБОЛ

учебное пособие



КАДЕМИЯ
МАБИВ
www.mabiv.ru

Станислав Юрьевич Махов

Баскетбол

*Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22229677
Баскетбол: МАБИВ; Орел; 2016*

Аннотация

«...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 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...»

Содержание

История возникновения баскетбола	5
Развитие отечественного баскетбола	7
Современные представления об игре	8
Правила игры	8
Содержание игры	10
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 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.

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

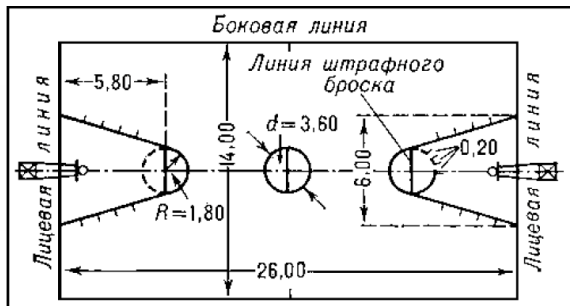


Правила игры

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:

центральной 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.