

БАСКЕТБОЛ Basketball

Л. И. Смернягин, преподаватель

Уральский государственный аграрный университет
(Екатеринбург, ул. Карла Либкнехта, 42)

Аннотация

Баскетбол- популярная игра во всем мире, которая за все свое существование набрала огромное количество поклонников. Как и многие, данный вид спорта был создан 21.12.1891 в США, в Спрингфилде, штат Массачусетс. В данной статье я буду рассказывать о данном виде спорта, о его правилах и о ключевых моментах игры в баскетбол.

Ключевые слова: баскетбол, баскетбольная площадка, баскетбольная корзина, баскетбольный мяч, правила игры.

Summary

Basketball is a popular game all over the world, which has gained a huge number of fans throughout its existence. Like many, this sport was created on 12/21/1891 in the USA, in Springfield, Massachusetts. In this article, I will talk about this sport, its rules, and the key points of playing basketball.

Keywords: basketball, basketball court, basketball, basketball, rules of the game.

Баскетбол (англ. basket «корзина» + ball «мяч») – очень эмоциональный и яркий вид спорта, также данный вид спорта очень полезен, ибо во время игры задействована вся двигательная система. В баскетбол играют все: начиная от детей и заканчивая людьми в возрасте. Сегодня баскетбол - быстро и гармонично развивающийся вид спорта [3].

Разберем понятия и цели игры баскетбол: Данный вид спорта – командная игра с мячом, где задействованы две команды. Цель каждой команды – попасть мячом в корзину соперника, которая находится на высоте 3,05 метра от пола, также нужно уложиться в определенное время и не дать противнику овладеть мячом и попасть в кольцо своей команды. В команде есть по 12 игроков, но в игре участвуют только 5, остальные участвуют в замене, ограничений по которой нет. Говоря о позициях в игре, можно выделить три амплуа: Центровой. Его роль – защита корзины от попадания мячей от противника, а также блокировка его бросков. В свою очередь, он может выполнять атаки и забрасывать мяч в корзину соперника. На данную позицию обычно ставят самого высокого игрока, умеющего четко и быстро ориентироваться во время атак соперника и абсолютно также умеющего попадать мячом в корзину противника. Форварды. Их делят на два типа – тяжёлый и легкий. Ролью тяжёлого форварда является защита, ибо он – ключевая фигура в обороне, помимо этого он занимается атакой противника около корзины и подачей пасов. Исходя из названия, такие игроки владеют внушительным ростом и физической подготовкой. По росту они стоят вторыми после центрального. Легкий форвард - игрок, первоначальной целью которого является набор очков. Он часто принимает роль в организационных атаках, нежели тяжёлый форвард. На данную позицию ставят игроков, обладающих хорошей мобильностью и умеющих высокоэффективно делать броски с любой дистанции. Защитники. Их также делят на два типа – разыгрывающий и

атакующий. Целью атакующего защитника является как можно больше закинуть мячей в корзину, используя перехваты и пасы. Как правило, на данную позицию ставят игрока, обладающего хорошей меткостью, высоким прыжком и скоростью. У разыгрывающего защитника другая роль - на игровой площадке он создает нужные для сокомандников условия, дабы тем было удобно закинуть мяч в корзину и принести больше очков команде, все комбинации начинает также он. Для этой роли характерны высокая скорость и гибкость. Обычно этот пост занимает капитан команды. В мире очень много выдающихся игроков в баскетбол, рассмотрим одних из лучших игроков НБА и их примерные показатели результативности за всю историю, с учётом как регулярных чемпионатов, так и плей-офф в табл. 1.

Таблица 1

Одни из лучших игроков НБА и их примерные показатели результативности

Леброн Джеймс	42 184 очка
Карим Абдул-Джаббар	38 387 очков
Карл Мэлоун	36 928 очков
Коби Брайан	33 643 очка
Майкл Джордан	32 292 очка
Дирк Новицки	31 560 очков
Уилт Чемберлен	31 419 очков
Кевин Дюрант	30 571 очко
Шакил О'Нил	28 596 очков
Кармело Энтони	28 289 очков

В Российской Федерации баскетбол занимает не последнее место в списке основных видах спорта. Представлениями интересов и организацией проведения соревнований на территории нашей страны занимается Российская федерация баскетбола (РФБ). [2]

Единая лига ВТБ занимается объединением самых сильных и выдающихся баскетбольных клубов не только России, но и других стран, благодаря чему открывается возможность участвовать во многих турнирах, проходящих между странами. В России также есть много талантливых игроков в баскетбол в Единой лиге ВТБ, показатели результативности сезонов которых, мы можем увидеть на табл. 2.

Таблица 2

Показатели результативности сезонов молодых игроков РФ в Единой лиге ВТБ

Алексей Швед	4313
Сергей Карасев	2608
Дмитрий Кулагин	2501
Никита Курбанов	2501
Виталий Фридзон	2500
Андрей Воронцевич	2167
Андрей Зубков	2029
Иван Стрепков	1981
Евгений Бабурин	1974
Вячеслав Зайцев	1920
Дмитрий Хвостов	1632
Михаил Кулагин	1564
Денис Захаров	1391

Павел Антипов	1240
Евгений Валиев	1185
Никита Михайловский	1058
Артем Забелин	940
Максим Григорьев	743
Джоель Болломбой	607
Антон Астапкович	444

Рассмотрим правила и требования игры в баскетбол: согласно требованиям Международной федерации баскетбола, в команде 12 игроков, с учётом капитана команды. На площадку выходят пять игроков, остальные семь могут заменять сокомандников во время перерыва или тайм-аута. [1] Говоря о экипировке баскетболистов, то согласно Приказу Минспорта России от 16.03.2017 N 182 (ред. от 04.07.2024) Об утверждении правил вида спорта баскетбол, можно выделить некоторые пункты:

1. Свободная и растяжимая одежда. Экипировка не должна сковывать движения, ведь игра в баскетбол очень активная, удобство - очень важный пункт в выборе одежды для игры. У игрока должно быть не меньше двух маек в запасе.

2. Ткань. Материал маек и шорт должен быть дышащим, водоотталкивающим, а также сохранять свою форму даже после многочисленных стирок. Обычно используют синтетические ткани.

3. Окраска. Цвет экипировки одной команды обязательно должен быть одинаковым, также это касается даже носков. Цвет маек и шорт команды, указанной первой, должен быть светлым, у второй команды тёмным

4. Номер. У каждого игрока должен быть индивидуальный номер, изображенный на майке, ширина номера должна быть не менее двух сантиметров.

5. Обувь. Баскетбольные кроссовки должны не сковывать движения и идеально сидеть на ноге, также очень важна устойчивость к изнашиванию. Для улицы выбирают обувь с твердой подошвой, а для зала мягкую.

Баскетбольная площадка должна быть размером 28x15 метров, отчитывать нужно от внутренних краев линий. Поверхность площадки должна быть ровной и твердой. Игра начинается с центрального круга, где старший судья подкидывает мяч (данное действие называется вбрасыванием), а двое игроков разных команд должны завладеть им, пасуя мяч своей команде. Пас можно осуществить по воздуху или с отскоком от пола. Блокировка атак соперника называется блок-шотом. Главное перемещение мяча по площадке - ведение, вести мяч можно только одной рукой, при взятии мяча двумя руками, игроку можно сделать два шага и осуществить бросок в корзину [4].

Главная цель каждой команды - набрать как можно больше очков за определенное время. В игре четыре тайма, каждый тайм длится 10 минут (в НБА он длится 12 минут). За игру осуществляется три перерыва, но, если счет сравнялся, назначают дополнительные пять минут - овертайм. Перед каждым овертаймом предоставляются двухминутные перерывы. Количество набранных очков зависит от зоны броска (рис. 1.)

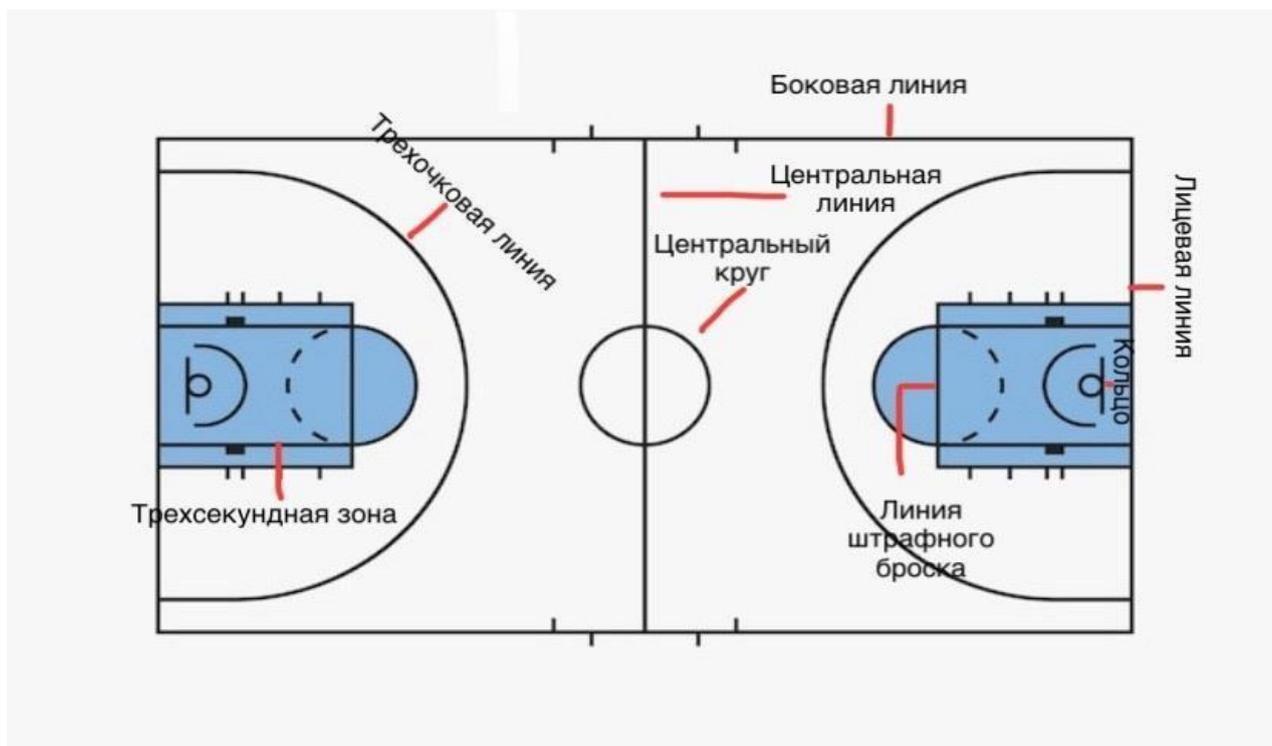


Рис. 1. Схема баскетбольного поля и его зон

При каждом попадании мяча в корзину соперника с трехочковой линии, т.е. бросок осуществлялся за пределами дуги, команде начисляются три очка. Если мяч был заброшен в пределах дуги, то команда получает два очка. За нарушение правил, команде соперников начисляют штрафной бросок, который осуществляется с линии штрафного броска, при этом не должно быть никакого сопротивления защитников. За каждый успешный штрафной бросок команде начисляется одно очко. Также есть правила секунд:

1. Игроку, совершающему атаку, нельзя находиться в штрафной зоне соперника больше трёх секунд без мяча, данное правило называют правилом трёх секунд.
2. Правило пяти секунд гласит, что именно столько времени дается игроку на введения мяча в игру, а также на выполнение штрафного броска
3. Согласно правилу восьми секунд, если команда завладела мячом на своей половине поля, то ей даётся восемь секунд на выведение мяча на зону соперника.
4. По правилу двадцати четырёх секунд команде предоставляется это время на атаку, если мяч не попал в корзину или не коснулся её, то мяч переходит к противнику

Говоря о основных нарушениях в игре, то можно выделить несколько главных пунктов:

1. Удержание мяча более пяти секунд без пасов и бросков
2. Нарушение правил 3-х, 5-ти, 8-ми и 24-х секунд
3. Фол в нападении или защите
4. Выход за пределы баскетбольной площадки
5. Намеренные удары ногой или кулаком по мячу

Библиографический список

1. Единая лига ВТБ 2024/2025 статистика. URL: <https://www.sports.ru/basketball/tournament/vtb-league/> (дата обращения: 09.05.2025).

2. *Мазаков М. Т., Мартылаев Ч. О.* История возникновения и развития баскетбола // Наука и мировоззрение. 2010. № 8. С. 1-14.

3. *Нестеровский Д. И.* Баскетбол. Теория и методика обучения. 3-е изд. М.: Академия, 2004. 334 с.

4. *Клопский О.* Амплуа и позиции в баскетболе: что это такое и как они влияют на игру. URL: <https://www.sports.ru/basketball/blogs/3120110.html> (дата обращения: 09.05.2025).