



KOSZYKÓWKA



Trochę historii.....

- Koszykówka powstała w Stanach Zjednoczonych w 1891. Jej pomysłodawcą był James Naismith.
- Gra była odpowiedzią na niekorzystne warunki pogodowe, które uniemożliwiały studentom uprawianie sportu na świeżym powietrzu.
- W koszykówkę na igrzyskach olimpijskich gra się regularnie od 1936, kiedy to reprezentacja USA zdobyła złoto. Turniej demonstracyjny odbył się w 1904. W tej dyscyplinie rywalizowali tylko mężczyźni.
- Kobiety natomiast dołączyły dopiero w roku 1976.



- Najwyższy poziom w koszykówce prezentują Amerykanie. W USA od 1946 roku istnieje zawodowa liga o nazwie National Basketball Association (popularnie NBA).
- W 1996 powołano WNBA, czyli żeński odpowiednik NBA (przedrostek W od ang. women). Sezon tej ligi rozgrywa się w przerwie wakacyjnej, kiedy zespoły NBA zakończą już swoje mecze.



Boisko

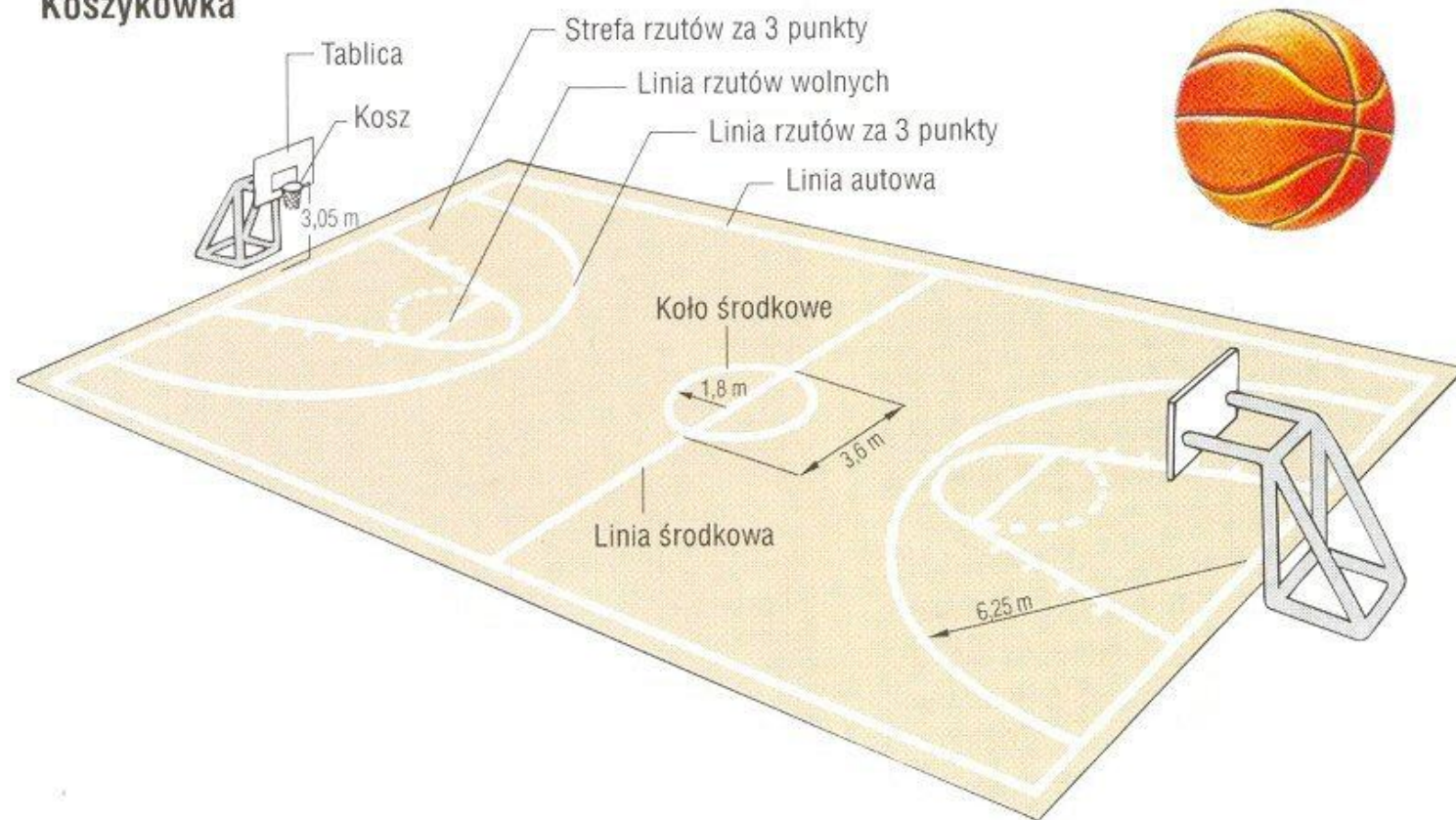
- **Boisko** – w koszykówce według zasad FIBA twarda, płaska powierzchnia o długości 28 metrów i szerokości 15 metrów, bez przeszkód. Boisko to przestrzeń na której grają zawodnicy, ograniczona liniami autu. Do boiska zalicza się także kosz. Linie boiska powinny mieć biały kolor i posiadać szerokość 5cm



Przepisy gry w
koszykówkę –
boisko

28×15 metrów
(długość x
szerokość)

Koszykówka



Przepisy gry w koszykówkę – boisko

28×15 metrów
(długość x
szerokość)

Linie powinny być dobrze widoczne, tego samego koloru o szerokości 5 cm. Przez środek przebiega linia środkowa, równoległa do linii końcowych. Środek boiska wyznacza koło. Jego średnicą jest linia środkowa. Promień tego koła powinien mieć 1,8 m. Pole rzutów za 2 punkty jest to obszar znajdujący się pod koszem przeciwnika, ograniczony linią w kształcie półkola. Polem rzutu za 3 punkty jest pozostały obszar boiska.

Przepisy gry w koszykówkę – zawodnicy

W drużynie koszykówki gra pięciu zawodników:

Rozgrywający - od tego zawodnika wymagane jest wiele asyst, przechwyty i brak strat. Jest to najczęściej najniższy zawodnik w zespole.

Rzucający obrońca - od tego zawodnika wymagana jest umiejętność zdobywania wielu punktów, głównie rzutami z dystansu.

Niski skrzydłowy - od zawodników na tej pozycji wymagane jest zarówno wspieranie niższych i wyższych graczy oraz duża wszechstronność.

Wysoki/silny skrzydłowy - od graczy na tej pozycji wymaga się skutecznej gry w obronie (m.in. zbiórki, bloki) i ataku (głównie punkty spod kosza).

Środkowy - jego głównym zadaniem jest zdobywanie punktów spod kosza, zbieranie piłek z tablicy i blokowanie rzutów rywali. Środkowymi zostają najczęściej najwyżsi gracze w drużynie.

Przepisy gry w koszykówkę – zawodnicy cd.



Przepisy gry w koszykówkę – Mecz

Mecz składa się z :

- 4 kwart (każda trwa 10 minut).
- Jest przerwa w meczu pomiędzy połowami - trwa 15 minut.
- Przerwa pomiędzy 1 i 2 oraz 3 i 4 kwartą wynosi 2 minuty. Z kolei przerwa między 2 i 3 kwartą wynosi 15 minut.
- W momencie remisów rozgrywa się (po 5 minut aż do skutku).
- Mecz rozpoczyna się w momencie legalnego zbitcia rzutu sędziowskiego.
- Pozostałe kwarty rozpoczynają się w momencie legalnego dotknięcia piłki przez zawodnika.

Przepisy gry w koszykówkę- punkty

- Celem gry jest wrzucenie piłki do kosza przeciwnika. Piłka ma wpaść do niego i zostać w nim lub przez niego przechodzić
- Kosz uzyskany rzutem z gry ma wartość 2 pkt
- Kosz z rzutu wolnego ma wartość 1 pkt,
- Kosz za 6,75 m - 3 pkt.
- Wygrywa ta drużyna, która w przepisowym czasie gry zdobędzie większą liczbę punktów.
- Jeśli po upływie czasu gry wynik jest remis , sędzia zarządza 5-minutową dogrywkę. Jeśli w czasie pierwszej dogrywki nie nastąpiło rozstrzygnięcie zarządza drugą (i tak aż do wygranej).

Przepisy gry w koszykówkę

1. Piłka może być
 - podawana,
 - rzucona
 - kozłowana rękami
2. Uderzenie piłki pięścią lub nogą oznacza złamanie przepisów.
3. Poruszanie się z piłką jest możliwe tylko wówczas, gdy zawodnik odbija ją o podłogę (kozłuje), co dwa kroki.
4. Kozłować wolno tylko jedną ręką. Po schwytaniu piłki nie można ponownie kozłować.

W kontaktach z przeciwnikiem nie wolno:

- popychać, trzymać, uderzać, utrudniać mu poruszania się, spychać.

Faule (nieprawidłowe zetknięcia się z przeciwnikiem) są karane wg następujących zasad

- do pięciu fauli drużyny - przeciwnicy dostają piłkę z boku boiska, ponownie rozpoczynają akcję
- po pięciu faulach następują rzuty osobiste.
- gdy zawodnik popełni piąty faul, schodzi z parkietu i dokonuje się zmiany.

Przepisy gry w koszykówkę

W grze obowiązują następujące ograniczenia w czasie:

- w ciągu 5 s od gwizdka sędziego należy wprowadzić piłkę do gry
- w ciągu 5 s należy wykonać rzut wolny podyktowany przez sędziego,
- każda drużyna ma 24 sekundy na przeprowadzenie akcji, oraz 8 sekund na wyjście z własnej połowy,
- zmiana musi być wykonana w ciągu 20 s chyba, że zawodnik sam nie może opuścić parkietu.

Karą za złamanie przepisów o czasie jest utrata piłki i przyznanie jej drużynie przeciwnej (i brak zmiany, w ostatnim przypadku).

Przepisy gry w koszykówkę

W grze obowiązują następujące ograniczenia w czasie:

- w ciągu 5 s od gwizdka sędziego należy wprowadzić piłkę do gry
- w ciągu 5 s należy wykonać rzut wolny podyktowany przez sędziego,
- każda drużyna ma 24 sekundy na przeprowadzenie akcji, oraz 8 sekund na wyjście z własnej połowy,
- zmiana musi być wykonana w ciągu 20 s chyba, że zawodnik sam nie może opuścić parkietu.

Karą za złamanie przepisów o czasie jest utrata piłki i przyznanie jej drużynie przeciwnej (i brak zmiany, w ostatnim przypadku).