

Баскетбол - характерни особености

- Всестранно благотворно въздействие
- Рационално съчетаване на естествените движения
- Социално-възпитателна насоченост на практикуването
- Мотивационно-личностно удовлетворение
- Възможност за масово практикуване
- Огромен интерес от зрителите

История на баскетбола

- Родина на баскетбола е САЩ – 1891 г.
- Автор на играта д-р Джеймс Нейсмит – Спрингфилдския колеж (Масачусетс)
- 1882 г. излизат първите 13 правила
- 11.05.1982 г. – първата официална баскетболна среща
- 22.03.1983 г. – първият публичен мач между жени

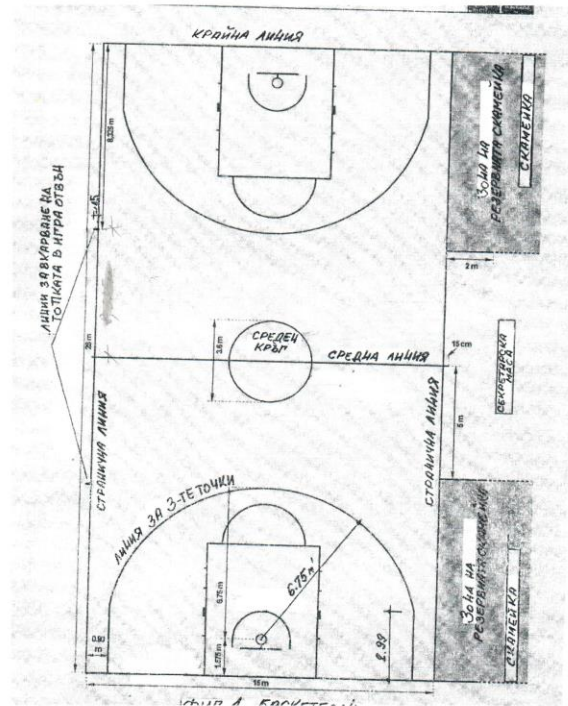
Баскетболът в България

- 1912 г. се появява за първи път
- 1917 г. започва нейното истинско практикуване
- 1918 г. първи демонстративни срещи
- 1919 г. се построява първото баскетболно игрище в гр. София

Правила на играта

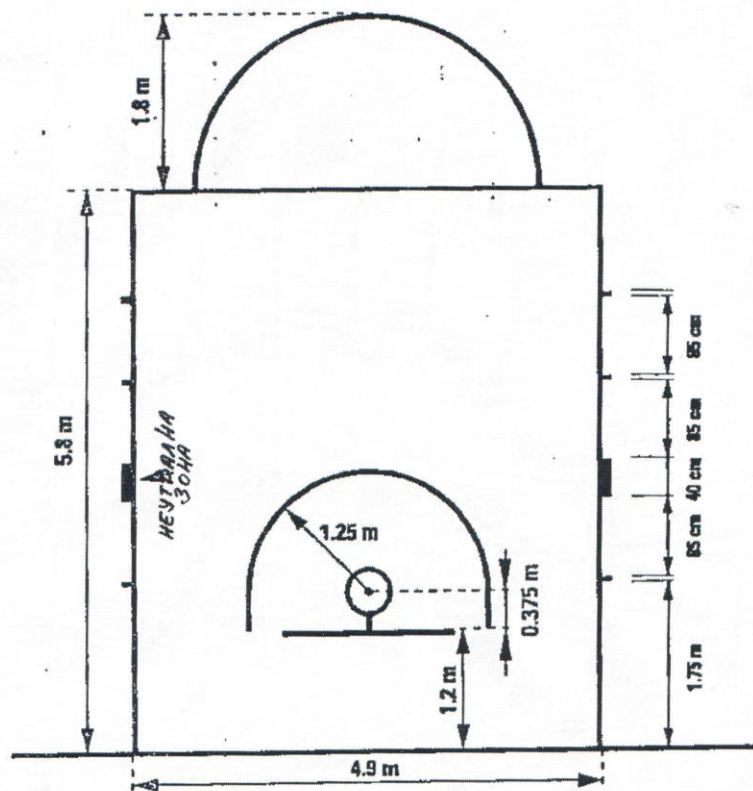
- Играта баскетбол се провежда от **два (2)** отбора от по пет **(5) състезатели**. Целта на всеки отбор е да вкара топката в противниковия кош и да попречи на съперника да отбележи кош.
- Баскетболната игра се ръководи от съдии, секретарски апарат и комисар (дежурен наблюдател)
- Кошът, атакуван от отбора, е **противниковият** кош, а кошът, защитаван от отбора, е **собственият** кош
- Победител в играта е отборът, отбелязал **по-голям брой точки** до края на игралното време на срещата

Игрално поле

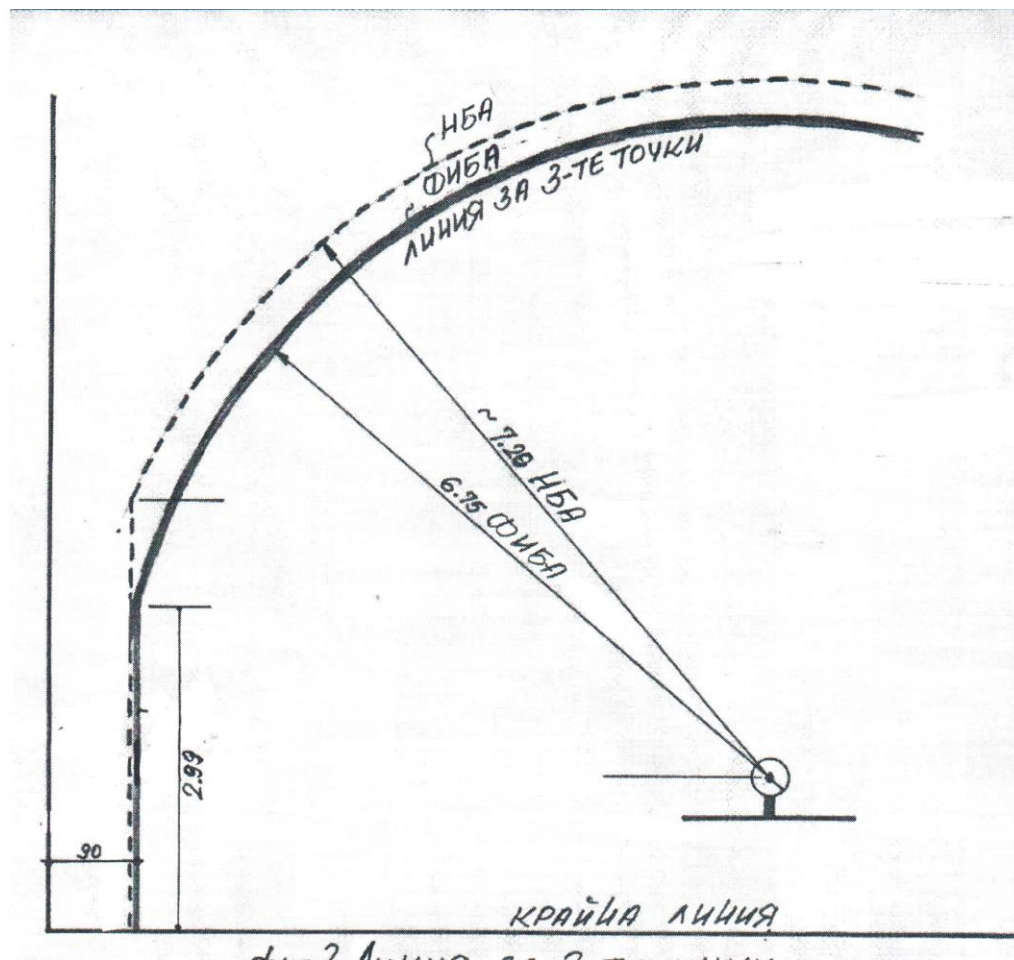


Фиг. 1. Баскетболино игрище с ковите очертания

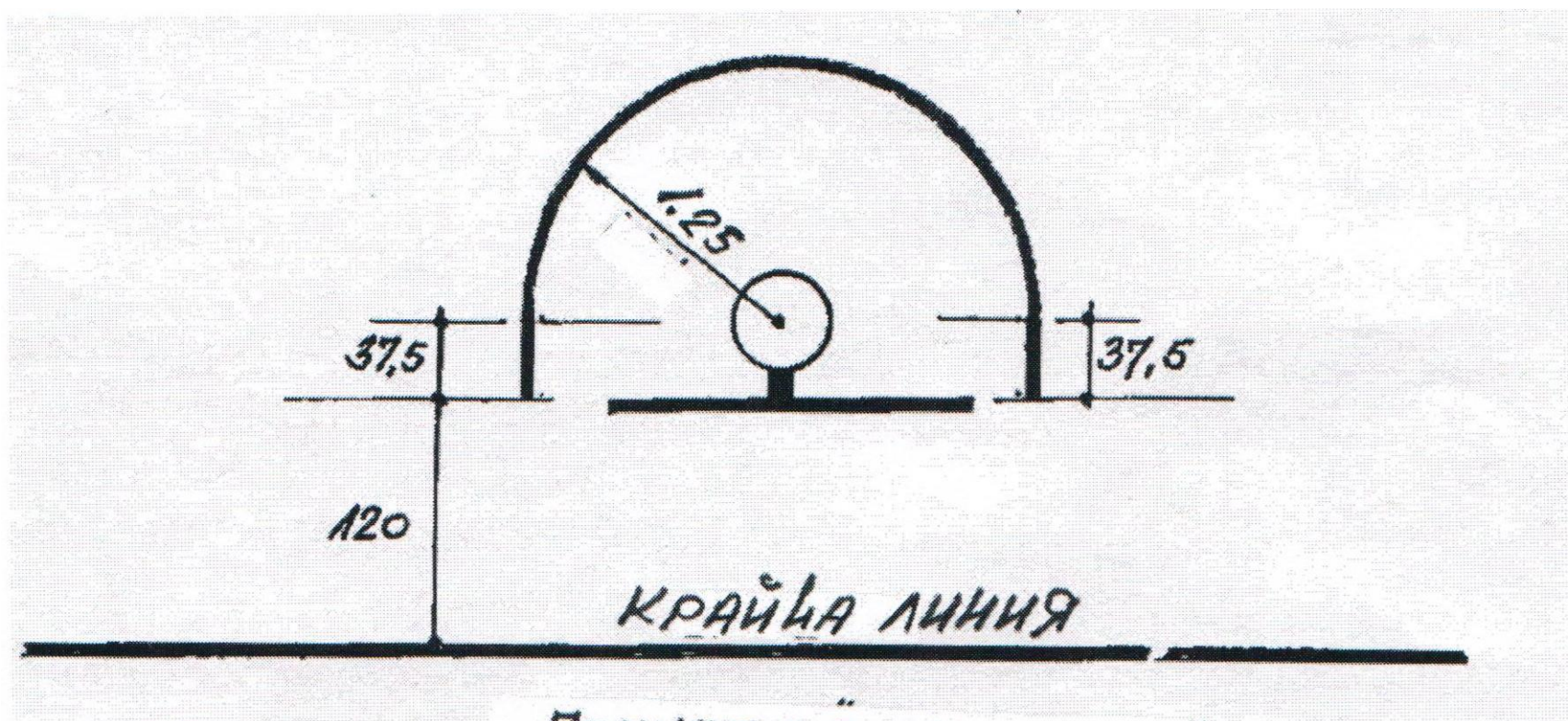
Ограничително поле



Линия за трите точки



Полукръг за разрешено връхлитане



Оборудване на бастетболното игрище

- Баскетболни конструкции, състоящи се от: Табла; Кошове, обръчи (и мрежички; Баскетболни топки
- Официален часовник за играта
- Информационно табло
- Уред за двадесет и четири секунди
- Хронометър или друг подходящ уред) за измерване на едноминутните прекъсвания
- Два (2) отделни и подчертано различни сигнала с много силен звук
- Официален протокол на срещата
- Табелки за нарушенията на състезателите
- Сигнални показатели за отборните нарушения
- Индикаторна стрелка за алтернативно притежание на топката
- Игрална подова настилка
- Игрално поле
- Подходящо осветление

Отбори

- Всеки отбор се състои от не повече от **12 състезатели**
- По време на игра на игрището се намират **5 състезатели**
- Униформата се състои **фланелки, гащета**
- Отпред и отзад на фланелката трябва да има **номера**
- Номерата на гърба са с височина **20 см**
- Номерата на гърдите са с височина **10 см**
- Ширината на номерата е **2 см**
- Отборите могат да ползват номера **от 4 до 15**

Капитан

- Капитанът (КАП) е състезател, определен от треньора да представлява своя отбор на игрището. Той може да се свързва със съдиите, за да получи от тях необходими пояснения, но при условие, че извърши това по учтив начин и само, когато топката е “мъртва” и времето за игра е спряно.

Треньори

- Най-малко **двадесет (20) минути** преди определеното време за започване на срещата, всеки треньор трябва да представи на секретаря списък с имената и номерата на членовете на отбора, както и името на капитана, на треньора и помощник-треньора.
- Най-малко **десет (10) минути** преди срещата, треньорите трябва да потвърдят вписаните в протокола имена и да подпишат протокола
- Единствено треньорът има право да стои прав и дава указания на състезателите си

Времетраене на играта, равен резултат и продължения

- Играта се състои от **4 периода от по 10 минути**
- Между първия и втория периоди (първо полувреме), между третия и четвъртия периоди (второ полувреме), както и преди всяко продължение, има интервали в играта от по две **(2) минути**
- Почивката между полувремената е петнадесет **(15) минути.**
- При равен резултат се дават продължения от **по 5 минути** докато се наруши равенството

Начало и край на период или среща

- Първият период започва със спорна топка.
- Останалите периоди започват с вкарване на топката отвън.
- За второто полувреме отборите сменят кошовете си.
- В продълженията отборите атакуват същите кошове както през четвъртия период.
- Период, продължение или среща завършва с автоматичен сигнал за край на игралното време.

Статут на топката – жива топка

- По време на спорна топка, когато тя е отплесната редовно от един от скачащите състезатели.
- При изпълнение на наказателен удар, когато топката е на разположение на изпълнителя.
- При вкарване на топката в игра отвън, когато тя е на разположение на състезателя, който ще я вкара в игра.

Статут на топката – мъртва топка

- Когато е постигнат кош от игра или има сполучлив наказателен удар.
- Когато съдия даде сигнал със свирката си.
- Когато прозвучи сигналът на часовника за игра за край на игралното време на всеки период.
- Когато прозвучи сигналът на уреда за двадесет и четири секунди, когато един отбор е в притежание на топката.
- Когато топката, която е във въздуха след стрелба в коша от игра, е докосната от кой да е състезател, след като: Прозвучи съдийски сигнал. Е прозвучал сигналът на часовника за игра за край на периода. Е прозвучал сигналът на уреда за двадесет и четири секунди.

Местоположение на състезател и съдия

- Местоположението на **състезател** се определя от това къде той допира пода.
- Местоположението на **съдия** се определя по същия начин, както това на състезателя.

Спорна топка и алтернативно притежание на топката

- **Спорна топка** е това игрово положение, когато съдията в началото на първия период, подхвърля топката в средния кръг между кои да са двама противникови състезатели.
- Игрово положение **задържана топка** има, когато двама или повече състезатели от двата отбора са поставили здраво едната или двете си ръце върху топката, така че никой от тях да не може да я овладее без употреба на непозволена грубост.

Положение на спорна топка

- Когато е отсъдена **“задържана топка”**.
- Когато топката излиза извън игрището и **съдиите са на противоположни мнения**
- Когато е отсъдена **грешка на състезатели от двата отбора** след изпълнение на несполучлив последен или единствен наказателен удар.
- Когато “жива” топка **заседне между обръча и таблото**
- Когато топката стане **“мъртва”** и преди това не е била притежание на някой от отборите
- След **взаимното унищожаване на еднакви санкции**
- **Започват всички периоди на игра без първия период.**

Алтернативно притежание на топката

- Алтернативното притежание е метод, който прави топката “жива” **чрез вкарването ѝ в игра отвън**, вместо чрез изпълнение на спорна топка.

Игра с топката

- По време на играта с топката се играе само с ръка или ръце, като тя може да бъде подавана, хвърляна, отплесвана, търкаляна или дриблирана в която и да е посока, при спазване на ограниченията, изложени в правилника.
- **За грешка** се счита да се тича с топката, тя да се рити или спира с коя да е част от крака **преднамерено** или да се удря с юмрук.
- **Случайно съприкосновение** или докосване на топката с коя да е част от крака, **не се счита** за грешка.

СЪСТЕЗАТЕЛ В ПОЛОЖЕНИЕ НА СТРЕЛБА

- **Стрелба в коша** от игра или по време на изпълнение на наказателен удар е налице, когато топката се държи в ръката (ръцете) на състезателя и след това се хвърля във въздуха по посока на противниковия кош.
- **Отплесване** е налице, когато посредством удряне на топката с ръка (ръце), тя се отправя към противниковия кош.
- **Забиване** е на лице, когато топката е вкарана със сила отгоре надолу в коша с една или две ръце.
- **Отплесването и забиването** се считат също за стрелба в коша от игра.

ПОСТИГАНЕ НА КОШ И НЕГОВАТА СТОЙНОСТ

- Кош, постигнат от наказателен удар, се брои за **една (1) точка**.
- Кош от игра, постигнат от зоната на двете точки, се брои за **две (2) точки**.
- Кош от игра, постигнат от зоната на трите точки, се брои за **три (3) точки**.
- Когато при изпълнение на последен или единствен наказателен удар, топката докосне ринга и след това редовно е докосната от нападател или защитник преди да влезе в коша, то се зачитат **две (2) точки**.

Вкарване на топката в игра отвън

- Състезателят вкарва топката в игра отвън от място, най-близо до мястото на нарушението на правилата, там където му е указано от съдията или там, където играта е била прекъсната, с изключение на мястото директно зад таблото.
- Топката трябва да се вкара за не повече от **5 секунди**.
- Състезателят не трябва да **пристъпва** вътре в игрището.
- Топката не трябва да докосва пода **извън** игрището.
- Състезателят не трябва да докосва топката преди тя да е **докоснала** друг състезател.
- Не трябва да се стреля **директно** в коша.
- Не трябва да се придвижва странично повече от **1 метър**

Едноминутно прекъсване

- Едноминутното прекъсване трае **една (1) минута**.
- **Две (2) едноминутни** прекъсвания може да ползва всеки отбор по всяко време на първото полувреме;
- **три (3) – по всяко време на второто полувреме**
- **едно (1) по време на всяко продължение.**
- Неизползваните едноминутни прекъсвания **не могат** да бъдат прехвърляни за следващото полувреме или продължение.
- Само **треньорът** или **помощник-треньорът** има право да поиска едноминутно прекъсване.

Смяна

- Смяната е прекъсване на играта, поискано от заместник с цел да добие статут на състезател.
- Извършва се, когато топката стане мъртва.
- Когато топката остава „мъртва“ след успешен последен или единствен наказателен удар
- Смяна може да извърши отбор който е получил кош в последните 2 минути.

Служебна загуба на среща

- Служебна загуба се присъжда на отбор закъснял повече от 15 минути.
- Ако възпрепятства срещата да се играе.
- Ако отказва да играе след нареждане на съдията
- Служебната среща се печели с резултат двадесет на нула (20:0). Освен това, загубилият служебно отбор получава нула (0) точки за класирането.

Загуба поради недостиг на състезатели

- Отбор губи срещата поради недостиг на състезатели, ако по време на срещата,
- остане с по-малко от двама (2) състезатели, готови за игра.
- Ако отборът, който печели срещата, води в резултата в момента на прекратяването ѝ, този резултат се приема за краен.
- Ако отборът, който печели срещата е по назад в точките, отбелязва се резултат две на нула (2:0) в негова полза. Загубилият срещата получава една (1) точка за класирането.

Състезател извън игрището и топка извън игрището

- **Състезател** се счита, че е извън игрището, когато с част от тялото си докосне пода или какъвто и да е друг предмет, различен от състезател, върху, над или извън граничната линия.
- **Топката** се счита, че е извън игрището, когато се докосне до: състезател, пода, предмет извън игрището или подпорите и задните части на таблата

Водене на топката (дриблиране)

- Състезателят има право да води (дриблира топката) с една ръка, може да ги смена в движение, но без да докосва топката едновременно с двете си ръце.
- Няма ограничение на броя на крачките, които състезателят може да извърши, когато топката не е в допир с ръката му.
- След като завърши дрибъла, състезателят няма право да дриблира повторно.

Придвижване с топката (крачки)

- Състезател може да направи с топката не повече от **две крачки**, при положение, че я получи в движение.
- Тръгването **от място** с крачки без дрибъл се счита за грешка.
- **Обръщане с топката (пивотиране)** е разрешено движение на състезател, докато държи топката и пристъпва един или повече пъти с един и същи крак в произволна посока, като същевременно държи другия си крак, наречен пивотиращ, опрян на пода, без да го отделя от допирната му точка.

Три секунди

- Състезател **не трябва** да остава повече от три **(3) последователни секунди** в противниковото ограничително поле, докато неговият отбор е във владение на топката в предното си поле и часовникът за игра е пуснат.
- За да се счита, че един състезател е извън ограничителното поле, трябва и **двата му крака** да са приземени извън ограничителното поле.

Отблизо пазен състезател

- Състезател, който владее “жива” топка в игрището се счита за пазен отблизо, когато противников състезател се намира в активна защитна позиция на разстояние не повече от **един (1) метър** от него.
- Отблизо пазен състезател трябва в продължение на **пет (5) секунди** да подаде топката, да стреля в коша или да започне дрибъл с нея.

Осем секунди

- Винаги, когато състезател влезе във владение на **“жива” топка в задното си поле**, неговият отбор трябва да изнесе топката в предното си поле за не повече от осем (8) секунди.

Двадесет и четири секунди

- Винаги, когато състезател овладее **“жива” топка в игрището**, то отборът му в продължение на двадесет и четири (24) секунди трябва да осъществи стрелба в коша.

Топка върната в задно поле

- Топката се счита за **върната в задно поле**, когато: Докосне задното поле или докосне състезател или съдия, който с част от тялото си е в допир със задното поле.
- Връщането на топката в задно поле се счита за **грешка**, топката се отнема и се дава на другия отбор.

Препречване пътя на топката към коша

- ***Препречване пътя на топката към кош*** ***след стрелба*** има, когато състезател докосне топката, намираща се изцяло над нивото на обръча и е започнала полета си надолу към кош, или след като е докоснала таблото.
- ***Препречване пътя на топката към кош*** ***след наказателен удар*** има, когато състезател докосне топката по време на полета ѝ към кош и преди да докосне обръча.

Непозволена интервенция по време на стрелба в коша

- Състезател докосва коша или таблото, докато топката е в допир с обръча.
- Състезател прокарва ръката си през коша отдолу нагоре и докосва топката.
- Защитник докосва топката или коша, докато топката е в коша, като с това ѝ попречи да премине през коша.
- Защитник причинява вибрации на таблото или сграбчва обръча, с което пречи на топката да премине през коша.
- Нападател причинява вибрации на таблото или сграбчва обръча по такъв начин, че пречи на топката да премине през коша.
- Състезател сграбчва обръча в опит да играе за топката. Това е валидно също и след като топката е докоснала обръча.

Нарушения

- Нарушението е неспазване на правилата, включващо лично съприкосновение с противник и/или неспортсменско поведение.
- Неограничен брой нарушения могат да бъдат отсъдени срещу единия или двата отбора
- Независимо от наказанието, всяко нарушение се вписва в протокола на срещата на името на провинилия се и съответно се санкционира.

Лично нарушение

- Лично нарушение е контактно нарушение на състезател с противник, независимо от това дали топката е “жива” или “мъртва”.
- Лично нарушение се вписва на името на нарушителя.
- Ако нарушението е извършено срещу състезател, който не е в положение на стрелба в коша, топката се вкарва в игра откън.
- Ако нарушението е извършено срещу състезател в положение на стрелба в коша, този състезател ще изпълни определен брой наказателни удари.

Неспортсменско нарушение

- Контактно нарушение на състезател, което е извън духа и целите на правилата.
- На провинилия се състезател **се вписва** неспортсменско нарушение.
- Санкционира се с **наказателни удари** последвано от вкарване на топката в игра отвън, от продължението на средната линия срещу секретарската маса.
- Топката се вкарва в игра от **потърпевшия отбор**.
- Състезател се дисквалифицира, когато срещу него са отсъдени **две (2)** неспортсменски нарушения.

Дисквалифициращо нарушение

- Дисквалифициращо нарушение е всяко явно неспортсменско действие.
- На провинения се вписва дисквалифициращо нарушение.
- Дисквалифицираният трябва да отиде в съблекалнята на отбора и да остане там през времетраенето на срещата, или, ако пожелае това, може да напусне сградата.

Техническо нарушение

- Това е неконтakтно нарушение от **поведенчески** характер.
- Вписва се на името на нарушителя и **влиза в броя** на отборните нарушения.
- Ако е направено от треньо, заместник или придружител, **не влиза в броя** на отборните нарушения
- Санкционира се с **два наказателни удара** последвани от вкарване на топката отвън от продължението на средната линия

Пет нарушения на състезател

- Всеки състезател, който е извършил пет (5) нарушения, лични и/или технически, трябва да бъде информиран за това от старши-съдията и да **напусне** играта незабавно. Той трябва да бъде **заменен** от съотборник в рамките на тридесет (30) секунди.
- Нарушение на състезател, който преди това е извършил петото си нарушение, се счита за нарушение на отстранен състезател и се **записва** в протокола на името на **треньора** .

Съдии, секретарски апарат, комисар

- **Съдиите** са старши-съдията и един или двама съдии. Те са подпомагани от секретарски апарат и от комисар.
- **Секретарският апарат** се състои от секретар, помощник-секретар, времеизмервач и времеизмервач на двадесет и четири секунди.
- **Комисарят** седи на секретарската маса между секретаря и времеизмервача. Задълженията му по време на срещата са предимно да упражнява надзор върху работата на секретарския апарат и да подпомага старши-съдията и съдията (съдиите) за нормалното протичане на срещата.