

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Спортивная школа № 2»

# **Методическая разработка**

## **для тренеров**

### **«Эволюция правил игры в баскетбол»**

**Исполнители:**

**Чичков А.А.**

Тренер-преподаватель  
по баскетболу

**Соколова Н.С.**

Инструктор-методист

**Липецк 2024**

## Содержание:

- I. Введение
- II. Этапы развития баскетбола
- III. Основные правила
- IV. Эволюция правил игры в баскетбол и её влияние на развитие техники и тактики игры
- V. Заключение

## Введение

Баскетбол, пожалуй, единственный из популярных видов спорта, сумевший за считанные десятилетия завоевать сердца поклонников во всем мире, что само по себе представляется явлением беспрецедентным. Популярность баскетбола и широкое его применение в системе физического воспитания обуславливаются, прежде всего, экономической доступностью игры, высокой эмоциональностью, большим зрелищным эффектом, комплексным воздействием на организм и воспитание молодёжи. Систематические занятия баскетболом укрепляют здоровье, содействуют всестороннему физическому развитию, воспитывают волю, упорство, смелость. Он привлекает обилием разнообразных технико-тактических приёмов, эмоциональностью, воздушностью, динамичностью, одновременно коллективизмом и индивидуализмом, и к тому же является, по нашему мнению, и многих специалистов, самым эффективным средством для всестороннего физического развития.

Со времени своего возникновения (1891, США) баскетбол претерпел много изменений и уточнений. Совершенствовалась техника и тактика игры, уточнялись правила соревнований и судейства, размеры игрового поля, его разметка и оборудование. Игра получила широкое распространение во всем мире, стали проводиться многочисленные встречи и соревнования по баскетболу, вплоть до межконтинентальных.

## Этапы развития баскетбола

I этап - 1891 - 1918 гг. - этап становления баскетбола как новой игры. Созданный для оживления уроков гимнастики, баскетбол постепенно превратился в спортивную игру со всеми присущими ей особенностями. Созданы первые официальные правила игры, определилось формирование её техники и тактики, произошло закрепление игровых функций участников команды.

II этап - 1919 - 1931 гг. - характеризуется созданием национальных федераций баскетбола, что оказало положительное влияние на его дальнейшее развитие.

В этот период проводятся первые международные баскетбольные турниры.

III этап - 1932 - 1947 гг. - характеризуется всемерным развитием мирового баскетбола.

Знаменательным событием явилось создание ФИБА, включение баскетбола в олимпийские виды спорта. Выход советских баскетболистов на международную арену. Появление новшеств в технике и тактике.

IV этап - 1948 - 1965 гг. - характеризуется не только бурным распространением игры во всем мире, но и значительным скачком в росте мастерства спортсмена.

Появление броска одной рукой, бросков, более сложных по технике и трудных для отражения защитой, соперником. Выход мини-баскетбола на мировую арену.

V этап - 1966 - 1990 гг. - характеризуется увеличением числа национальных федераций.

Появление профессионального баскетбола /НБА/. Укрепление международных связей, новшества в технике и тактике игры. Совершенствование правил соревнований и методики судейства.

## Основные правила

Изначально правила игры в баскетбол были сформулированы американцем Джеймсом Нейсмитом и состояли лишь из 13 пунктов. Со временем баскетбол изменялся, изменений потребовали и правила. Первые международные правила игры были приняты в 1932 году на первом конгрессе ФИБА, после этого они многократно корректировались и изменялись, последние значительные изменения были внесены в 1998 и 2004 годах. С 2004 года правила игры остаются неизменными. Правила игры несколько отличаются в НБА и чемпионатах, проводимых под эгидой ФИБА (чемпионаты мира, Олимпийские игры, чемпионаты континентов, международные и национальные первенства европейских клубов).

В баскетбол играют две команды, обычно по десять человек, от каждой из которых на площадке одновременно присутствует пять игроков. Цель каждой команды в баскетболе — забросить мяч в корзину соперника и помешать другой команде овладеть мячом и забросить его в корзину своей команды.

Мячом играют только руками. Бежать с мячом, не ударяя им в пол, преднамеренно бить по нему ногой, блокировать любой частью ноги или бить по нему кулаком является нарушением. Случайное же соприкосновение или касание мяча стопой или ногой не является нарушением.

Победителем в баскетболе становится команда, которая по окончании игрового времени набрала большее количество очков. При равном счёте по окончании основного времени матча назначается овертайм (обычно пять минут дополнительного времени), в случае, если и по его окончании счёт будет равен, назначается второй, третий овертайм и т. д., до тех пор, пока не будет выявлен победитель матча.

За одно попадание мяча в кольцо может быть засчитано разное количество очков:

1 очко — штрафной бросок

2 очка — бросок со средней или близкой дистанции (ближе трёхочковой линии)

3 очка — бросок из-за трёхочковой линии на расстоянии 6 м 75 см (7 м 24 см в Национальной баскетбольной ассоциации) (Трёхочковый бросок был включен в официальные правила игры (ФИБА) в 1984 году)

Игра официально начинается спорным броском в центральном круге, когда мяч правильно отбит одним из спорящих. Матч состоит из четырёх четвертей, длительность каждой 10 минут (двенадцать минут в Национальной баскетбольной ассоциации) с перерывами по две минуты. Продолжительность перерыва между второй и третьей четвертями игры — пятнадцать минут. После большого перерыва команды должны поменяться корзинами.

Игра может идти на открытой площадке и в зале высотой не менее 7 м. Размер поля — 28×15 м. Размер щита 180×105 см. От нижнего края щита до пола или грунта должно быть 290 см. Корзина представляет собой металлическое кольцо, обтянутое сеткой (без дна). Она крепится на расстоянии 0,15 м от нижнего обреза щита и 3,05 м от уровня пола. Установленная стандартами FIBA для мужских соревнований длина окружности мяча — 74,9—78 см, масса — 567—650 г, (для женских соответственно 72,4—73,7 см и 510—567 г).

### Нарушения

аут — мяч уходит за пределы игровой площадки;

пробежка — игрок, контролирующий «живой» мяч, совершает перемещение ног сверх ограничений, установленного правилами.

Эволюция правил игры в баскетбол и её влияние на развитие техники и тактики игры

### Первоначальные правила по баскетболу по Джеймсу Нейсмиту

1. Мяч можно бросать в любом направлении одной или двумя руками.
2. Мяч можно отбивать в любом направлении одной или двумя руками (только не кулаком).
3. Не разрешается бежать с мячом. Игроки должны бросать мяч с того места, с которого они ловят его. Передача может быть отдана лишь тому игроку, который ловит мяч во время бега на большой скорости и пытается остановиться.
4. Мяч необходимо держать кистью(-ями) рук(-и). Нельзя использовать предплечья, плечи или какую-либо другую часть тела при держании мяча.
5. Не разрешается отталкивать соперника плечом, задерживать его, толкать и ударять рукой, ставить подножки. Первое несоблюдение данного правила любым игроком считается фолом. Второе несоблюдение дисквалифицирует игрока на время всего матча без права замены.
6. Фолом считается удар по мячу кулаком.
7. В случае если какая-либо команда совершает три фола подряд, команде соперников присуждается заброшенный мяч с игры. (Несоблюдения правил считаются совершенными подряд в том случае, если игроки команды соперников в промежутках между двумя несоблюдениями правил не совершат ни одного фола).
8. Мяч считается заброшенным в том случае, если он входит в корзину после броска с игры и остается в ней или проходит через нее. Игроки, защищающие корзину, не имеют права совершать помеху мячу или помеху попаданию мяча. В случае нарушения правила помехи мячу или помехи

попаданию мяча со стороны защищающейся команды, попадание должно быть засчитано (два или три очка нападающей команде).

9. В случае если мяч выходит за пределы игровой площадки, он должен быть введен в игру игроком, который первым коснулся мяча. В случае спорной ситуации судья назначает фол.

10. Главный судья должен следить за игроками, фиксировать несоблюдение правил и сообщать судье на игровой площадке в том случае, когда игроком были совершены три фола подряд. Он вправе дисквалифицировать игрока согласно несоблюдению пункта 5 (см. выше).

11. Судья на игровой площадке должен следить за мячом и принимать решения относительно того, когда мяч выходит за пределы игровой площадки, а также какой команде предоставляется последующее вбрасывание и регистрировать время игры. Он также должен подтверждать каждый заброшенный мяч и хронометрировать счет игры.

12. Игровое время состоит из двух половин по пятнадцать (15) минут каждая с пятиминутным перерывом между половинами.

13. Команда, забросившая большее количество мячей в игровое время, считается победителем. В случае ничьей игра может быть продолжена по соглашению капитанов команд до первого заброшенного мяча с игры.

Количество человек в команде зависит от размеров игровой площадки (не менее 3 и не более 40 игроков).

Данный первоначальный текст Правил игры в баскетбол был издан 15 января 1892 г. и стал прообразом «Официальных Правил баскетбола ФИБА», хотя до нынешнего своего вида правила игры более чем за вековую свою историю изменились многократно.

Существовали различные школы судейства, но после образования Международной Федерации баскетбола (ФИБА) эволюция международных

Правил стала в огромной степени независима от изменений. Принципы, на которых был основан баскетбол в Европе, являются основными и основополагающими на сегодняшний день, а также сохраняются в «Официальных Правилах баскетбола ФИБА 2008». А ведь раньше старший судья выбирался командой хозяев, а судья -командой гостей (таков был общепринятый порядок).

Одной из причин отсутствия международных матчей, наряду с проблемами финансового либо транспортного характера и других, было то, что правила игры нередко трактовались судьями по-разному. Например, во Франции, Бельгии, Испании, Португалии (где в баскетбол играли с 1893 г.) действовали так называемые «французские правила». В других странах Старого Света, в которых баскетбол появился после первой мировой войны, играли по так называемым «американским правилам». Существенные различия в правилах делали невозможным проведение международных матчей по общим канонам.

После переговоров по согласованию правил с представителями различных стран доктор Элмер Берри разослал приглашение всем Национальным Федерациям баскетбола Европы принять участие в обсуждении данной проблемы в Женеве 18 июня 1932 г. Представители восьми Национальных Федераций баскетбола откликнулись на приглашение, и в назначенный срок доктор Элмер Берри открыл первую международную баскетбольную конференцию. Делегаты внимательно изучили подготовленный доктором Ренато Вильямом Джонсоном, а также представителем Швейцарской баскетбольной лиги документ о состоянии дел в баскетболе в Европе и единогласно проголосовали за принятие статуса арбитра.

На первом же заседании Международной Федерации баскетбола ФИБА в 1932 г. в Женеве (Швейцария) большинство делегатов проголосовали за принятие действовавших в то время американских правил игры в баскетбол, лишь с незначительными поправками в качестве единых международных правил.

Вскоре после образования Международной Федерации баскетбола (ФИБА) было создано несколько комиссий. Одной из первых была Техническая комиссия ФИБА, которой было поручено отвечать за создание, систематизацию и постоянное совершенствование правил игры в баскетбол. В период с 1932 г. по 1948 г. данная комиссия занималась приведением правил игры в баскетбол к единой структуре. За основу и первоначальный канон были взяты американские правила игры в баскетбол.

В течение последующих восьми лет в правила игры в баскетбол были внесены некоторые незначительные изменения, а уже после Олимпиады в Мельбурне (Австралия) в 1956 г. эволюция международных правил баскетбола стала в большей степени независимой от изменений правил в Национальной баскетбольной ассоциации в США.

Во всех периодах развития игры существовало своего рода противоборство между тренерами и игроками с одной стороны, пытающимися извлечь максимальные преимущества из тех или иных положений существующих правил, и арбитрами с другой стороны, заботящимися исключительно о соблюдении фундаментальных принципов игры и строгой интерпретации предписанных правил. В этом и заключается главная причина того, что и в наши дни Международная всемирная техническая комиссия ФИБА, возглавляемая В. Сууркаслом, в которую входят ведущие специалисты в области баскетбола, лучшие тренеры и судьи ФИБА, постоянно внимательно изучает свод существующих правил игры в баскетбол и, анализируя и рассматривая уместные предложения и пожелания, вносит необходимые поправки исключительно в том случае, если находит в них настоятельную необходимость.

Параллельно с ростом популярности баскетбола эволюционировали и правила игры: они узаконили ведение мяча, ставшего /опять-таки «по вине правил»/ современным по баскетбольным параметрам. Позади корзин были установлены щиты: сначала как защитная преграда от эмоциональных

болельщиков, располагавшихся на балконе, а затем и как средство усложнения игры /появился новый игровой прием - добивание мяча, отскочившего от кольца или щита/. Так щиты стали важной частью оборудования площадки. В 20-х годах было принято правило, согласно которому пострадавший от нарушения законов игры сам пробивал штрафные броски /на первых порах эту процедуру доверяли выполнять игроку, специализировавшемуся именно в пробивании штрафных/.

Хенк Луизетти - «звезда» команды Стенфордского университета середины 30-х годов - вошел в историю баскетбола как популяризатор броска в прыжке. Теперь этот бросок - основное средство нападения для игроков любого уровня подготовленности.

В 1936 году с отменой спорного броска в центре площадки после каждого попадания значительно возрос темп игры. А с разрешением физического контакта соревновательная игра стала захватывающе атлетической.

Продолжая совершенствоваться, правила увеличили продолжительность и повысили строгость контроля времени игры, разрешили тренерам проводить замены и брать минутные перерывы. В то же время правило «трех секунд» наказывало игрока, который дольше названного регламента находился в запретной зоне области штрафного броска, пока команда владела мячом. Позднее эта запретная зона стала шире /что позволило хоть в какой-то степени нейтрализовать преимущество очень высоких игроков/, а в 1956 году ФИБА вторично увеличила размеры зоны «трех секунд».

Последние изменения в правилах произошли с 1 октября 2020 года. Основные изменения коснулись понятий игрока в процессе броска, место вбрасывания после не персонального фола и времени атаки после такого вбрасывания.

## Заключение

Постоянное изменение игровых ситуаций требует высокой аналитической деятельности и быстрого выбора решения. В процессе игры вы можете получить высокую эмоциональную нагрузку и испытать большую радость и удовлетворение.

Баскетбол - одна из самых популярных игр в нашей стране. Для нее характерны разнообразные движения; ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию

Баскетбол имеет не только оздоровительно-гигиеническое значение, но и агитационно-воспитательное. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма.

Правила игры в баскетбол постоянно совершенствуются и обновляются, чтобы улучшить качество игры и обеспечить безопасность игроков. В данной статье была рассмотрена история изменений правил в баскетболе. Начиная с простых правил, установленных в 1891 году, до современных изменений, которые были введены для ускорения игры и уменьшения количества нарушений. Были рассмотрены такие важные правила, как тайм-аут, ограничение на количество игроков на поле, 24-секундное время на атаку, трехсекундное нахождение игрока в ограниченной зоне, технические фолы и вызов видеоповторов. Статья позволила лучше понять, какие изменения были внесены в правила баскетбола на протяжении многих лет и как они повлияли на игру. Она также показала, что правила баскетбола продолжают эволюционировать, чтобы соответствовать изменяющимся потребностям и требованиям спортивного сообщества.

## Использованная литература

1. “Планета Баскетбол”, статья Михаила Чупрова
2. Бородай С.А. История баскетбола // сборник научных статей преподавателей и аспирантов. Выпуск XIV- Чебоксары: Руссика 2000-57с.
3. Ермаков, Н. А. Спортивные игры: организация соревнований и правила судейства (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, хоккей с мячом, настольный теннис) : учебно-методическое пособие / Н. А. Ермаков, С. С. Сидоров. — Горно-Алтайск : ГАГУ, 2022. — 186 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система.
4. Методическая разработка (презентация) по дисциплине: «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту» Баскетбол: история возникновения и эволюция правил игры : учебно-методическое пособие. — Воронеж : ВГАС, 2021. — 19 с.
5. Официальные правила игры баскетбола. Т., 2001.
6. Портнов Ю.М. Баскетбол. Учебник для ИФК. М., ФиС, 1988.
7. Яхонтов Е.Р. Баскетбол для всех – М.: Физкультура и спорт 1984 –22с

