

Basketbal

doc. PaedDr. Jan Štumbauer, CSc.

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Projekt: Cizí jazyky v kinantropologii, reg. č.:
CZ.1.07/2.2.00/15.0199

Historie basketbalu

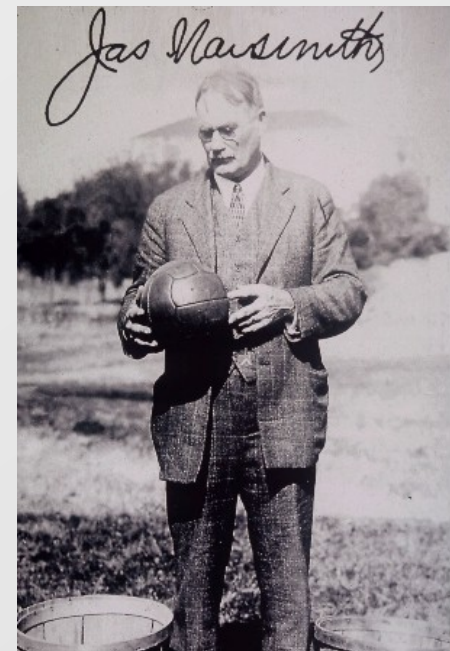
Hra byla vytvořena v roce 1891 Dr. Jamesem Naismithem, který působil jako učitel na sportovní škole YMCA ve Springfieldu ve státě Massachusetts. James Naismith se narodil 6. 1. 1861 v Almonte v Kanadě. V roce 1891 dostal za úkol od tehdejšího ředitele Dr. Luthera Gulicka, aby vymyslel novou hru, kterou budou moci studenti hrát v tělocvičně, za nepříznivého počasí. Proto vymyslel hru basketbal, která se během následujících sta let stala jednou z nejoblíbenějších sportovních her na světě.

Naismith poté vymyslel pět základních zásad, které sepsal mezi 13 základních pravidel:

- Hra je hrána s kulatým míčem a hraje se rukama.
- Hráč nesmí běhat s míčem.
- Jakýkoliv hráč může zaujmout jakoukoliv pozici na

hřišti v jakýkoliv čas.

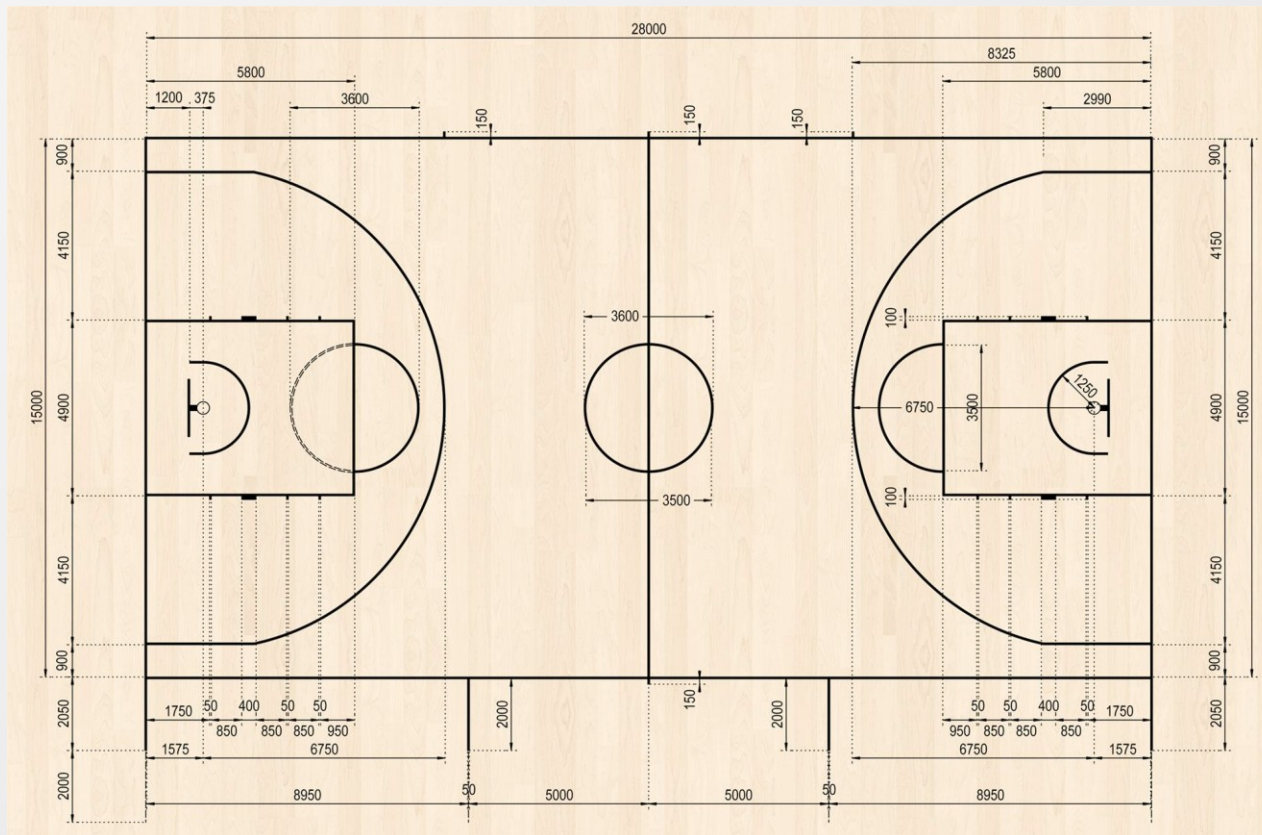
- Mezi hráči nesmí být žádný fyzický kontakt.
- Koš musí být umístěn vodorovně nad zemí hřiště (Smith, 1998).



Pravidla basketbalu

- hrají 2 družstva o 5 hráčích
- Cílem je hodit míč do soupeřova koše a zabránit soupeři
- Míčem se hraje pouze rukou (rukama) a může být přihrán, hozen, tečován, kutálen nebo driblován s omezeními, uvedenými v pravidlech
- Hráč se smí s míčem pohybovat pouze za stálého driblování
- Čas utkání se skládá ze 4 období po 10 minutách čistého času
- Hrací plocha - 28 m na délku a 15 m na šířku
Rozměry desek jsou 1,80 m horizontálně a 1,05 m vertikál
- Míč musí být nahuštěn vzduchem tak, aby při spuštění na hrací plochu z výšky 1,80 m, vyskočil do výšky 1,20 m až 1,40 m
- Koš se počítá několika způsoby:
 - • Koš z trestného hodů se počítá za jeden bod.
 - • Koš z dvoubodového území se počítá za dva body.
 - • Koš z třibodového území se počítá za tři body

Hrací plocha



Projekt: Cizí jazyky v kinantropologii, reg. č.:
 CZ.1.07/2.2.00/15.0199

Herní činnosti jednotlivce v basketbale

Útočné herní činnosti jednotlivce

- Uvolňování hráče s míčem
- Uvolňování hráče bez míče
- Přihrávání
- Střelba
- Clonění
- Doskakování

Obranné herní činnosti jednotlivce

- Krytí hráče bez míče
- Krytí hráče s míčem
- Krytí hráče po střelbě a stahování míčů

Děkuji za pozornost.

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Projekt: Cizí jazyky v kinantropologii, reg. č.:
CZ.1.07/2.2.00/15.0199