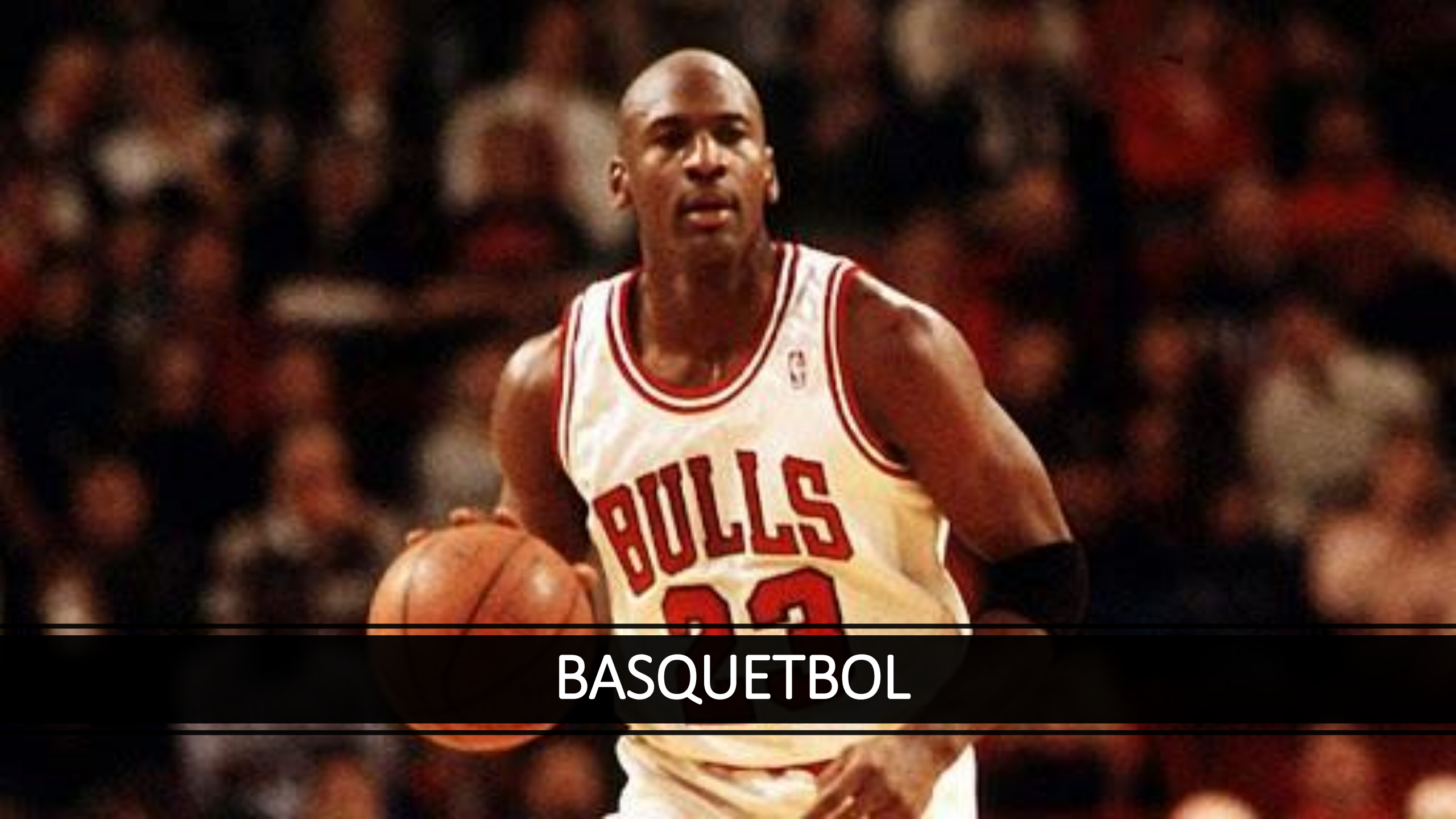




BASQUETBOL



Orígenes del basketbol

- Fue en 1891, en un frío invierno en Springfield, Massachussets, que este deporte comenzó a cobrar vida, como una salida a las bajas temperaturas imperantes que impedían la práctica deportiva al aire libre.

- 
- La historia del básquetbol se remonta a cuando este deporte fue inventado en Estados Unidos, pese a que su creador es canadiense: Se trata del profesor de Educación Física James Naismith, quien asumió el desafío de dar vida a una disciplina que fuera basada más en la destreza que en el contacto y la fuerza física.
 - Así fue como poco a poco y después de varios ensayos, al fin James crea el deporte conocido como Basquetbol (basketball en inglés o baloncesto) basket proviene de la palabra cesta o canasta en inglés y ball es balón, la imagen del juego era simple; se jugaría sólo con las manos y tendría como objetivo meter el balón en una cesta o canasta de donde proviene su nombre.
- 

Primeros eventos

El primer juego de basquetbol oficial fue jugado en el gimnasio de YMCA (Asociación de Jóvenes Cristianos) el 20 de enero de 1892 y como aun no se creaba el balón específico para el basquet como todos los conocemos, se jugó con uno de futbol.

En 1894 se estableció el tiró libre.

en 1897 se reglamentan cinco jugadores por equipo y en 1904 se definió el tamaño de la cancha.

El basquetbol femenino comenzó en 1892.

El primer partido oficial fue jugado en Estados Unidos en 1893.

Características del basketbol

Es un deporte de contacto.

12 jugadores máximos entre titulares y suplentes.

Participan 5 jugadores en canchas por cada equipo.

Balón esférico.

Deporte en equipo.

Canchas de distintas superficies.

Un partido dura un total de 40 min divididos en 4/4.

Posiciones de los jugadores en el campo de juego

Base o armador

Escolta

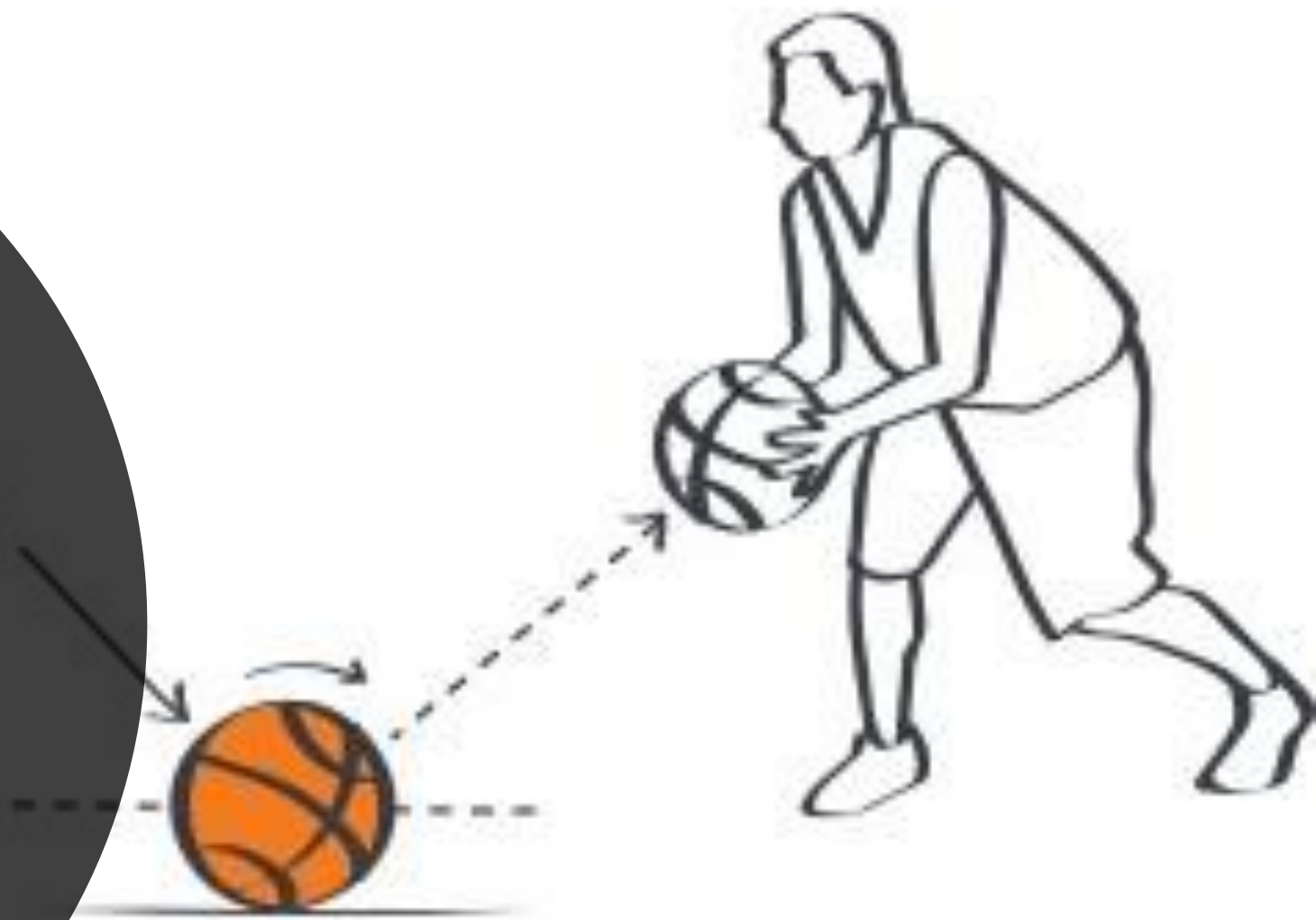
Alero

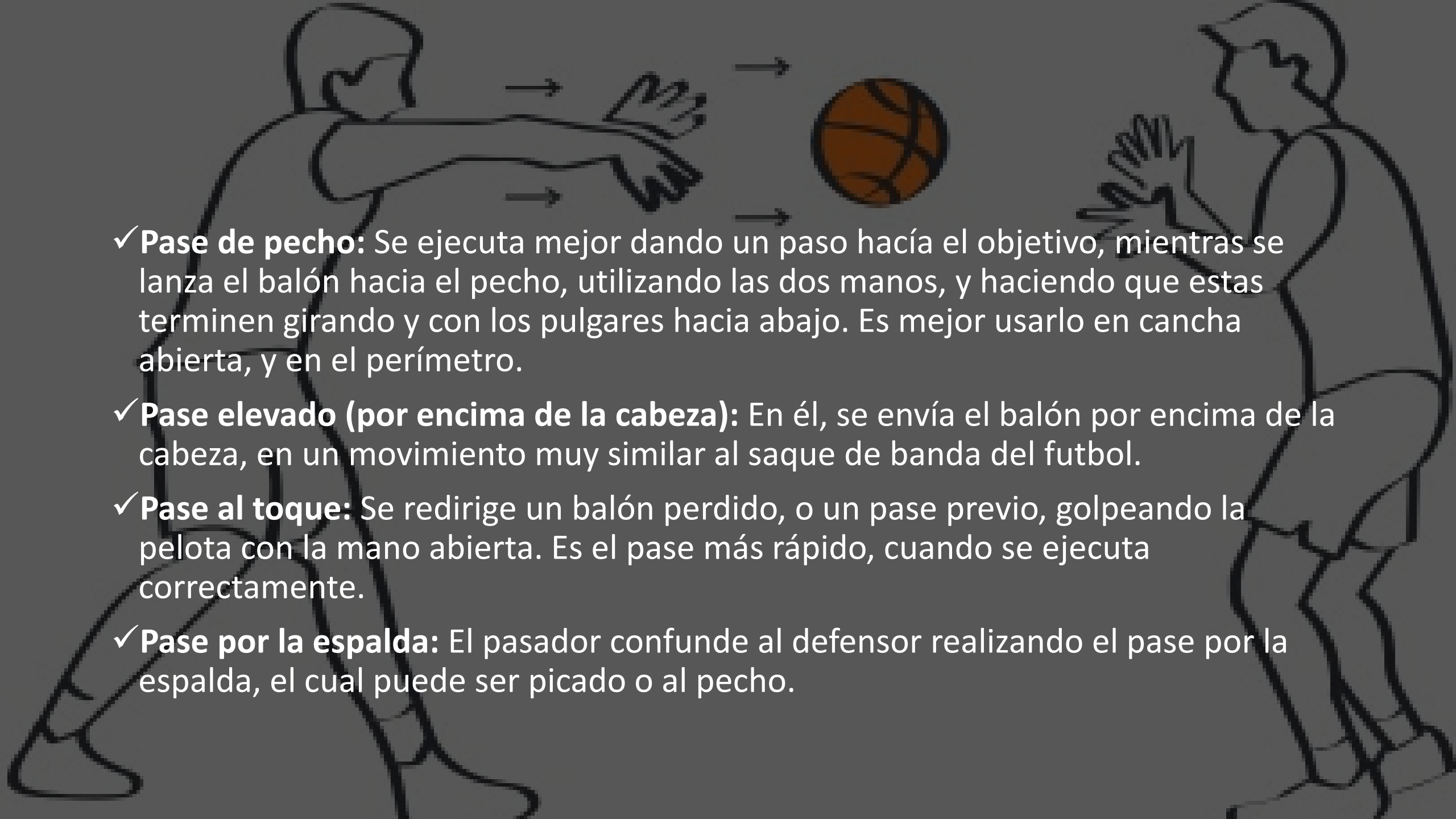
Ala Pivote

Pivote

TIPOS DE PASES

- ✓ **Pases de pecho:** Junto con el de pecho y el elevado, es uno de los tres pases básicos. Consiste en enviar la pelota al compañero botándola en el piso con energía. Bien ejecutado, es difícil que el defensor pueda interceptar el balón.



- 
- The background image shows two basketball players in silhouette. The player on the left is in a passing stance, with arms extended forward and hands open, ready to pass the ball. The player on the right is in a receiving stance, with hands open and ready to catch the ball. A basketball is shown in the center, with four arrows indicating the direction of the pass from the passer to the receiver.
- ✓ **Pase de pecho:** Se ejecuta mejor dando un paso hacia el objetivo, mientras se lanza el balón hacia el pecho, utilizando las dos manos, y haciendo que estas terminen girando y con los pulgares hacia abajo. Es mejor usarlo en cancha abierta, y en el perímetro.
 - ✓ **Pase elevado (por encima de la cabeza):** En él, se envía el balón por encima de la cabeza, en un movimiento muy similar al saque de banda del fútbol.
 - ✓ **Pase al toque:** Se redirige un balón perdido, o un pase previo, golpeando la pelota con la mano abierta. Es el pase más rápido, cuando se ejecuta correctamente.
 - ✓ **Pase por la espalda:** El pasador confunde al defensor realizando el pase por la espalda, el cual puede ser picado o al pecho.

TIPOS DE LANZAMIENTOS

- ✓ **Gancho:** Uno de los tiros más populares es el gancho. Consiste en **lanzar el balón colocando la mano por debajo de este y flexionando el codo** hasta poder tirar por encima de la cabeza con un movimiento de gancho mientras saltas. Es un tiro que usan mucho los pivots y que suele ejecutarse cuando se tiene un rival frente a frente al que deseas superar por sorpresa.



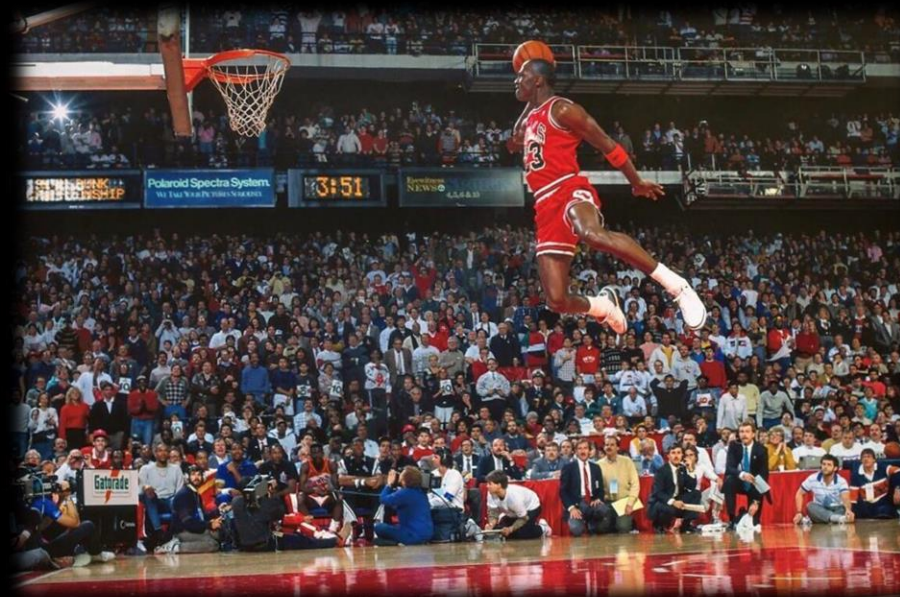


- ✓ **Tiro en suspensión:** Es un tipo de tiro que se ejecuta en el aire mientras el jugador salta y a la vez, lanza el balón. El salto se da en vertical de modo que podamos ubicarnos por encima del defensor y una vez lo superamos, lanzar el balón a canasta. El tiro se ejecuta en una mínima porción de tiempo, justo cuando comenzamos a caer tras el salto, flexionando ligeramente la muñeca.



- ✓ **Tiro libre:** Este tipo de tiro se realiza cuando se ha producido una falta hacia un jugador y el árbitro estipula que debe lanzar uno, dos o tres tiros libres. El tiro se ejecuta botando el balón y luego se lanza frente a la canasta sin que ningún otro jugador se interponga. Para ejecutar bien el tiro se recomienda flexionar ligeramente las rodillas y el cuerpo. Subir y entonces lanzar

✓ **Bandeja:** Este es uno de los tiros más populares en los partidos de baloncesto. Consiste en lanzar tras dar varios pasos que nos permiten entrar a canasta. La técnica para este tipo de tiro es muy precisa: consiste en recibir el balón estando en el área de tiro, dar un primer paso largo, seguido de un segundo paso más corto y lanzar a tablero para meter la pelota en la canasta.



✓ **Clavada, mate o volcada:** Este es quizás el tiro más espectacular en baloncesto. Se basa más en las habilidades para saltar que en la de tirar. Si puedes saltar lo suficientemente alto, y tus manos son lo suficientemente grandes como para controlar la pelota, salta, levanta la pelota sobre el aro y empuja o tírala a través de la red.



Medidas de una cancha de basquetbol (FIBA)



Largo: 28 metros



Ancho: 15 metros



Áreas de banca: 8,95 metros medidos desde el fondo hacia el centro.



Área de mesa de control: 6 metros para cada lado desde mitad de cancha hasta las bancas.

Reglas básicas

- **Equipos/números de jugadores:** Dos equipos de un máximo de 12 jugadores, con un máximo de cinco jugadores de cada equipo en la cancha, en cualquier momento. Los equipos pueden hacer tantas sustituciones como les gusta.
- **El objetivo:** el objetivo del juego es poner la pelota en la canasta del equipo contrario. El equipo con más puntos al final del juego gana.
- **Anotación:** Una canasta anotada desde cerca de la cesta (dentro del arco de tres puntos) vale dos puntos. Una canasta anotada desde larga distancia (más allá del arco de tres puntos) vale tres puntos. Una canasta anotada desde la línea de tiro libre vale un punto.

Reglas Básicas

- **Mover el balón:** La pelota puede ser pasada de un jugador a otro, o driblada por un jugador de un punto a otro (rebotada al caminar o correr). Antes de pasar o lanzar el balón, un jugador puede dar dos pasos (sin driblear). Una vez que un jugador ha dejado de driblear, no puede empezar a driblear de nuevo. Una vez que el equipo en posesión del balón ha cruzado la línea de media cancha, no puede cruzar de vuelta la línea con la pelota.
- **Reloj de 24:** Cuando un equipo tiene la posesión del balón, cuenta con un máximo de 24 segundos para intentar un tiro.

Reglas Básicas

- **Faltas:** Una falta personal se produce cuando hay un contacto ilegal entre dos oponentes. Un jugador que hace más de cinco faltas personales se excluye del juego.

Una falta realizada sobre un jugador que intenta un tiro da como resultado la adjudicación del mismo número de tiros libres como los de la falta tomada (dos desde el interior del arco, tres desde el exterior). Si un jugador recibe una falta, pero hace el intento de tiro, se otorgarán los recuentos de tiro y un tiro libre adicional.

Una vez que el equipo ha hecho cuatro faltas en un período, cada falta adicional(aunque ocurra en un jugador que no intente un tiro) dará lugar a la concesión automática de dos tiros libres.

