



Baloncesto

Historia



El baloncesto fue inventado por James Naismith, en Springfield, Massachusetts (EE.UU), en 1891. El principal motivo para crear este deporte era encontrar una actividad física que se pudiese practicar bajo techo, en espacios cerrados, evitando depender del clima.



Descripción

El baloncesto lo juegan dos equipos de cinco jugadores cada uno, los cuales pueden ser sustituidos en cualquier momento, y cuantas veces se desee, por los jugadores que forman el banquillo.

Existen tres posiciones básicas:

El pívot: suelen ser los jugadores más altos, su principal misión es recuperar el balón en un rebote.

El base: es el jugador encargado de marcar el ritmo de juego, inicia las jugadas y escoge las tácticas. Es habilidoso con el balón.

El alero: suelen ser jugadores rápidos y excelentes tiradores. Se sitúan entre la canasta y el base.

El objetivo del juego es introducir el balón dentro de un aro situado a 3,05 m del suelo, a esta acción se le llama encestar o "canasta". Cada canasta vale dos puntos, excepto los tiros libres, que valen un punto, y las canastas conseguidas más allá de la línea situada a 6,75 m (antes 6,25 m), que equivalen a tres puntos.

Un partido dura cuatro tiempos de 10 minutos.

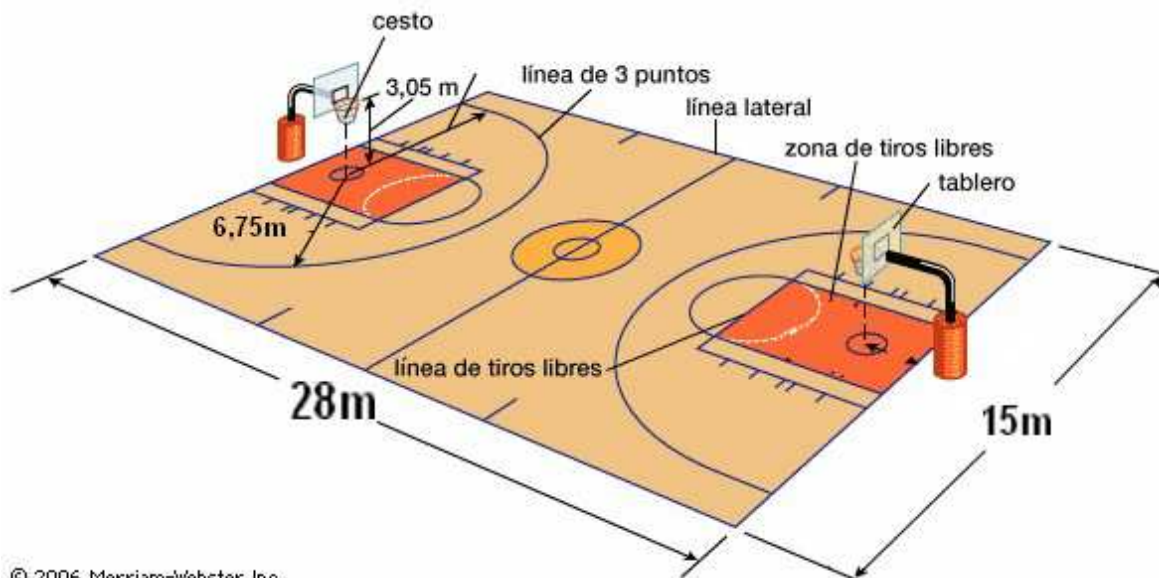


Dimensiones del campo

Las dimensiones del campo son 28 m de largo y 15 metros de ancho.

El aro está situado a 3,05 metros del suelo.

La línea para sumar un tiro de tres puntos está a 6,75 metros de la canasta.



Los tiempos

El baloncesto debe ser un deporte rápido , por ello el reglamento limita el tiempo para realizar ciertas acciones :

Un equipo no puede tener el balón más de 24 seg. sin lanzar a canasta

El balón tiene que pasar al campo contrario en menos de 9 seg. después del saque.

Un jugador atacante no puede permanecer en el “área retringida ” (zona) contraria más de tres segundos , excepto si intenta capturar un rebote.

Reglamento

Reglas del Baloncesto FIBA (Federación Internacional de Baloncesto Amateur).

- Se juega en cuatro tiempos de 10 minutos de juego real, es decir , el reloj se para cuando el balón no está en juego.
- Cada partido está dirigido por tres árbitros.
- No está permitido golpear ,agarrar o empujar al contrario, si esto ocurre el árbitro castiga con falta al jugador que realiza la acción.Se pueden acumular hasta 5 faltas personales por jugador.Las faltas técnicas se contabilizan como una falta más.
- No se permiten más de dos pasos sin que el balón bote en el suelo. Una vez que se deja de botar la pelota se tiene que pasar a un compañero o tirar a canasta.
- Sólo se puede botar el balón con una mano o las dos alternativamente, pero nunca las dos a la vez. No se puede golpear el balón con los pies o el puño.
- Si un jugador o el balón tocan las líneas de fuera, se detiene el juego y se reanuda con saque del equipo contrario.
- No se puede volver al campo propio con el balón, ni pasarlo a un jugador que todavía no cruzó la línea central.
- No se puede golpear el balón con el pie.
- No se puede permanecer más de tres segundos en la zona (área retringida) del equipo contrario, a menos que se intente un lanzamiento, recuperación de un rebote o una jugada con el balón.

