**Краткие правила игры в баскетбол**

Для младшей группы, вполне хватит следующих правил:

* как бы не звучало парадоксально, но цель игры в баскетбол можно сформулировать с помощью семи простых слов: «*Кто набирает больше очков – тот и побеждает*». Очки подсчитываются следующим образом:
* за штрафной бросок начисляется одно очко;
* за бросок, производящийся из пределов 3-очковой линии, начисляется 2 очка;
* за бросок из-за 3-очковой линии – 3 очка;
* по мячу **нельзя бить** ногами или кулаком, а также вести мяч двумя руками одновременно;
* **нельзя толкать** игрока с мячом, бить его по рукам, ставить подножки и выполнять подобные действия;
* нельзя бегать с мячом в руках: если Вы владели мячом и решили взять его в 2 руки, то дальше нужно или бросить его в кольцо, либо отпасовать партнеру (с мячом в руках после окончания ведения можно делать 2 шага). Если Вы снова начнете ведение – то это будет считаться нарушением правил и мяч перейдет во владение к другой команде;
* мяч **уходит в аут**, если игрок, владеющий им, заступает ногой за пределы площадки или если сам мяч бьется в пол за пределами площадки;
* **прыгать с мячом в руках** недопустимо. Если Вы прыгнули с мячом в руках, то до приземления нужно бросить по кольцу либо отдать мяч партнеру по команде. Ну, в крайнем случае, просто выбросить его куда-нибудь. Если Вы прыгнули с мячом в руках и приземлились с мячом – то мяч переходит к другой команде;
* игра может продолжаться до определенного счета (11, 15, 21 очко) или по времени (2 периода по 10-15 минут, или 4 периода по 7-10 минут). Время в основном связано с основной физической подготовкой начинающих баскетболистов, которые в основном не могут качественно отбегать длительное время, поэтому часто для школьников и начинающих игроков делают 2 периода по 10 минут.

Для старшей группы, требуются более углублённые знания правил:

* перед началом четверти команды должны находиться на своей половине площадки;
* игра (первая четверть, дополнительный период) начинается с центра поля, вводом мяча судьёй броском вверх, при этом в центральном круге должны находиться по одному игроку от каждой команды. Последующие четверти начинаются вводом мяча от центральной линии из-за границ площадки, командами по очереди, начиная с команды проигравшей первый ввод мяча;
* попадание в кольцо при пробитии штрафного броска, засчитывается как одно очко; попадание в кольцо с игры, засчитывается как два очка; попадание в кольцо с игры из-за трёхочковой линии, засчитывается как три очка;
* замены и тайм-ауты возможны после остановки игры, независимо от владения мячом. Количество замен в команде не ограничено;
* Основные виды нарушений:
* Пробежка, когда игрок делает более двух шагов с мячом в руках. Наказание: сбрасывание отдается команде противника. Если же баскетболист остановился с мячом в руках и вместо броска в корзину или паса партнеру снова начинает дриблинг, фиксируется двойное ведение и мяч также переходит к сопернику.
* Аут. Мяч покидает зону игрового поля. После этого передается другой команде.
* Неправильное ведение. Играющий ведет мяч сразу двумя руками. Игрок, владеющий мячом, может останавливаться и затем снова продолжать движение при условии, что во время остановки он продолжал постукивать мячом о пол. Мяч в баскетболе можно вести поочередно то одной, то другой рукой, но не двумя руками сразу
* Прыжки с мячом в руках. Разрешается прыгать только при забрасывании снаряда в корзину.
* Если игрок получил мяч, стоя на месте, или остановился после того, как получил мяч, ему не разрешается отрывать от пола опорную ногу раньше, чем он выпустит мяч из рук;
* Трехсекундное нахождение в зоне под корзиной противоположной команды запрещается.
* Пятисекундное правило. В течение этого времени игрок должен повести мяч, бросить его в корзину или передать другому. Иначе фол – нарушение.
* Восьмисекундное время. Команда, обладающая мячом, должна выйти в передний участок. Иначе спортивный снаряд достанется противнику.
* Правило «24 секунды». За это время команда должна сделать бросок в корзину соперника. Если этого не произошло, мяч выбрасывает в аут и передается другой команде.
* Несоблюдение зон. Запрещено перебрасывать мяч из зоны противника в свою.
* правилами баскетбола запрещается бить соперника по рукам, толкать его, держать руками, наступать на ноги, встречать ногой (и прямой, и согнутой в колене). Игроку, допустившему любое из подобных нарушений, объявляется персональное замечание (фол). Если спортсмен получил в течение матча пять фолов, его удаляют с поля до конца встречи и заменяют одним из запасных игроков;
* обоюдный фол объявляется в том случае, когда игроки обеих команд одновременно нарушают правила: оба баскетболиста получают персональные замечания, а мяч остается у команды, которая владела им на момент нарушения, или разыгрывается спорный мяч;
* различают также: технический фол – за неспортивное поведение, такому наказанию могут подвергаться не только баскетболисты, находящиеся на площадке, но и тренер, и запасные игроки – за спор с судьей, попытку затеять потасовку и т.д.; умышленный фол – в частности, за грубую игру или преднамеренную ошибку в игровой ситуации, чреватой забитием мяча и др.;
* если персональный фол был совершен по отношению к игроку, делавшему бросок по кольцу, был зафиксирован технический фол, либо команда чей игрок совершил фол в четверти набрала шесть и более фолов судья, помимо персонального замечания провинившемуся игроку, назначает также штрафные броски. В зависимости от характера нарушения броски выполняет или сам пострадавший, или один из его партнеров по команде. Штрафные броски выполняются с линии штрафных бросков;
* при фиксировании технического фола владение мячом остаётся у противоположной сфолившей команды, ввод мяча в игру осуществляется от центральной линии из-за границ площадки.

Ну, а для тех, кто уже живёт баскетболом, рекомендую выучить «Официальные правила баскетбола», на текущий сезон, утверждённые центральным бюро ФИБА!!

Приятной игры!!