**УПРОЩЕННЫЕ ПРАВИЛА БАСКЕТБОЛА**

В баскетбол играют две команды из пяти игроков на поле (остальные находятся в запасе, меняться можно в любое время). Главная цель игры — забросить баскетбольный мяч в корзину команды-соперника и помешать это сделать другой команде. *Спортивный зал должен быть размечен для игры в баскетбол, иметь 2 баскетбольных кольца на высоте 3,05м и размеры 28м х 15м.*

Обычно весь матч состоит из четырех частей. Перерыв между каждой частью — 2 минуты. Матч заканчивается по истечении времени.

Традиционно игра начинается со спорного броска, где капитаны команд отбивают мяч, подкинутый судьей, в сторону своих игроков , чтобы взять начало игры в свои руки.

Важна техника передвижения с мячом по полю: обязательно нужно бежать с мячом, ударяя им в пол( ведение мяча или «дриблинг») ,специально бить по нему ногой или кулаком запрещено.

В игре засчитываются не количество бросков в корзину, а очки, которые зависят от того, с какого участка баскетбольного поля заброшен мяч. Так за мяч, закинутый в корзину с ближней и средней зоны — 2 очка, из-за «3-х очковой» линии — 3 очка (обычно это расстояние около 7 метров), штрафной — одно.

Правила игры гласят, что команда-победитель — та, что с истечением времени игры набрала наибольшее количество очков. Если в конце игры у команд набралось одинаковое количество баллов, даются дополнительные 5 минут — «овертайм».

В баскетболе нередки нарушения, за которые судья может оштрафовать целую команду или конкретного участника- **фолы**.

**Персональный фол** — замечание игроку, фиксируемое в протоколе, за ошибку при контакте с соперником ( удар по рукам, толчок соперника, подножка и тому подобное или грубое высказывание).Игрок, набравший 5 фолов , удаляется с площадки до конца игры. В зависимости от характера ошибки различна степень наказания — от вбрасывания мяча пострадавшей командой из-за боковой линии до пробивания штрафных бросков. Штрафной бросок назначается в случае, когда против игрока, выполнявшего бросок по кольцу, был совершен «фол». Штрафные броски выполняет игрок, против которого совершен фол, с линии штрафного броска. Количество бросков зависит от зоны, в которой был совершен фол.

**ОШИБКИ:**

* «аут» — когда мяч попадает за ограничительную линию баскетбольной площадки или игрок с мячом заступает за нее;
* «пробежка» и «пронос мяча»— один из игроков, который ведет мяч, делает 3 шага подряд, не ударяя при этом мяч об пол, или бежит с мячом в руках;
* «прыжок с мячом»- игрок выполняет прыжок с мячом в руках и приземляется обратно с мячом в руках
* «двойное ведение»- игрок выполнял ведение, затем взял мяч в две руки и снова продолжил ведение мяча
* «нарушение 3-х секунд» — игрок находится более трех секунд под корзиной противника, при этом не владея мячом;
* «нарушение 5-ти секунд» — игрок стоит с мячом и не передает мяч другому игроку или не бросает в корзину противника более пяти секунд;
* «нарушение 8-ми секунд» — команда в течение восьми секунд не выводит мяч в зону противника;
* «нарушение 24-х секунд» — команда владеет мячом, но не забрасывает его в зону кольца противника в течение двадцати четырех секунд.
* «возвращение мяча» — команда при нападении, которая находится в зоне противника, возвращает его обратно в свою тыловую зону — это нарушение.