## 

## Стритболл: правила, тактика, техника

## Содержание

Введение

Техника игры. Методика обучения

## Тактика игры

# Разные игры

## Методика обучения тактики

## Размер площадки

## Оборудование

## Форма игроков

## Правила проведения соревнований. Правила NIKE BATTLEGROUNDS

### Правила проведения Adidas Streetball Challenge

## Судейство

Заключение

Список используемой литературы

# Введение

Во многих американских фильмах можно увидеть подростков, играющих в клетке, на половине баскетбольной площадке. Не смотря на это, игра кажется намного динамичнее баскетбола. С уверенностью можно доказывать, что это стритбол. В нем задействованы две команды по 4 человека: по 3 на поле и 1 в запасе. Как и в баскетболе, главное забить как можно больше мячей.

Для проведения соревнований существует несколько видов правил, основные: Адидас и Рибок, но чаще обычные уличные игры проходят по договоренности. Т.е. перед самой игрой противники уточняют особенности игры. Вообще для стритбола действуют все общие правила игры насчет ведения, бросков. Конечно, правила насчет зоны не действуют, т.к. зона и ограничена половиной площадки. Намного проще правила насчет блоков и контактной борьбы – во многих видах она просто не ограничена. Особенно жестко играют в стритбол в американских трущобах – подростки выплескивают энергию обиды за неудачную жизнь. Напротив, в Нидерландах правила очень гуманны – запрещены любые физические контакты с ведущим мяч.

Площадка для проведения соревнований может быть обычной баскетбольной с двумя кольцами или половинной – с одним. Играют на открытом воздухе, на асфальтовой или бетонной поверхности со стандартной разметкой. По периметру игрового поля стоит высокая металлическая сетка.

Жесткая техника игры диктует и серьезный подход к выбору обуви и защиты. Однако этим обеспокоены только профессиональные игроки, а любители играют просто в повседневной одежде.

Благодаря динамичности и зрелищности стритбол завоевал множество поклонников во всем мире. Во многих странах развитием стритбола занимаются баскетбольные ассоциации, а в некоторых существуют и стритбольные федерации.

**Техника игры.** **Методика обучения**

Стритбол (англ. Streetball) — уличный баскетбол. Появился в 1950-х гг. в бедных кварталах США. Две команды играют на корте размером в половину баскетбольной площадки, забивая мяч в одно и то же кольцо. Самый распространенный вид стритбола - 3 на 3(в команде может быть 4 человека - 3 игрока и один запасной), однако в стритбол играют и 2 на 2, и 1 на 1. Не существует единых правил стритбола - участники игры договариваются перед началом о правилах, по которым будет проводиться игра. В настоящее время игру 5 на 5, в два кольца на улице, также называют стритболом. Правила 5 на 5 также отличаются от правил классического баскетбола, как и в остальных разновидностях стритбола. Ракер-парк — «Мекка» уличного баскетбола. Парк, расположенный в Нью-Йорке, в районе Гарлем, известен своими баскетбольными площадками, на которых показывают своё мастерство лучшие уличные баскетболисты, которые имеют шанс засветиться и пробиться в профессиональный баскетбол. Например, Рэфер Алстон (он же Skip to my Lou — член команды AND1) пробился в НБА, где сейчас выступает за команду «Хьюстон Рокетс».[[1]](#footnote-1)

В пятидесятые годы прошлого столетия, ветеран второй мировой войны - Голькомб Ракер впервые провел в Нью-Йорке (а если точнее - в Гарлеме) первый турнир по уличному баскетболу. Спустя десятилетия, место, которое Ракер выбрал для соревнований, назовут в его честь, а игроки по всему миру будут мечтать хоть раз сыграть на этих легендарных площадках.

Но речь пойдет не столько о "Ракер Парке", сколько об одной интересной (и правильной, на мой взгляд) традиции, принятой в "Мекке Стритбола". Эти короткие истории об игроках прошлого и настоящего, заставят задуматься молодое поколение любителей оранжевого мяча.

Одним из лучших игроков за всю историю мирового стритбола считается Эрл "Goat" ("Козёл") Мениголт. "The Goat" стал известен на улицах Нью-Йорка в 60-е благодаря своему невероятному прыжку (более 130 сантиметров - 52 инча) при росте всего 183 сантиметра, а также невероятно точному броску. Очевидцы тех событий утверждают, что "Козел" на спор в прыжке доставал двадцатидолларовые банкноты с верхнего края щита, а потом, шутя, таким же способом доставлял туда сдачу.

Также ходят легенды, что Мениголт является изобретателем "двойного данка" - выпрыгивая головой над кольцом, "Козел" забивал сверху, тут же в воздухе ловил мяч и вколачивал данк еще раз. Великий Карим Абдул-Джаббар называл его лучшим игроком, против которого он когда-либо играл. Более 75 университетов пытались заманить Эрла к себе. Свое прозвище Мениголт получил в детстве. Когда он приходил на площадки "Ракера" еще совсем коротышкой, старшие игроки спрашивали его имя, и Эрл невнятно произносил что-то вроде "Earl Nanny Goat" (в переводе - наподобие "Эрл нянька козла"). Эрл вырос и стал правильно произносить свое имя. Его феноменальная игра на площадках "Большого Яблока" заставила всех (уже теперь с уважением в голосе) к его имени и фамилии добавлять - "The Goat" ("Козел").

Позже появится вторая версия происхождения прозвища Мениголта - "GOAT" - аббревиатура от "Greatest Оf All Time". Даже, если второй вариант - всего лишь выдумка, все равно большая часть правды в нём есть.

Джо "Destroyer" ("Разрушитель") Хаммонд был великим снайпером. Именно за свои способности он и получил это имя. В одной из игр в Ракер Парке Хаммонда опекал "Доктор Джей" (Джулиус Ирвинг), и "Разрушитель" набрал 50 очков только в первой половине. В другом матче Хаммонд установил рекорд Ракер Парка, набрав 82 очка.

Джеймс "Fly" ("Полет") Вилльямс стал легендой Бруклина (а позже и всего Нью-Йорка) в юном возрасте. Свое прозвище он получил за свои "сверхвоздушные" данки и за взрывной стиль игры. В свои лучшие годы Флай играл по несколько игр в день, забивая по 200 с лишним очков в сумме.

Клиффорд "Chain" ("Цепь") Уильямс заработал авторитет и свое прозвище на улицах, предпочитая играть на кортах с цепочными сетками.

Херман "Helicopter" ("Вертолет") Ноуингс - еще один неограненный бриллиант, снимавший копейки с баскетбольных щитов. Никогда не осознавая своего таланта, "Вертолет" так и остался легендой улиц, несмотря на то, что затыкал за пояс приходивших в Гарлем "на курсы повышения квалификации" звезд НБА. Свое имя Ноуингс заработал невероятным прыжком.

Ральф "Rocket" ("Ракета") Уокер. Центрового "Орр Хай" прозвали "Ракетой" за его ужасающие данки. Однажды он взлетел вверх, дважды ударил мячом об щит и, развернувшись на 180 градусов, вколотил мяч в кольцо. Игра остановилась. Все просто замерли и попросили его сделать это еще раз.

Еще одной легендой улиц является Деметриус "Hook" ("Хук") Митчелл. Этот низкорослый игрок (173 сантиметра) запомнился небывалым атлетизмом для человека с такими габаритами. Задумайтесь, Митчел впервые забил сверху, когда ему едва исполнилось 13 лет. Его рост тогда составлял 156 сантиметров.

Невероятные алей-упы, данки на кольцо высотой 360 сантиметров, данки с разворотом на 360 градусов через автомобиль - все это послужило причиной возникновения имени Деметриуса. Герри Пейтон и Джесон Кидд говорили, что "Хук" - лучший из тех, кто никогда не играл в НБА.

Трой "Escalade" ("Эскалэйд") Джексон, как и большинство из нашего списка, входит в число 50 лучших стритбольных игроков по версии авторитетного журнала "Slam Magazine". Многие наверняка знают, что "Escalade" обладает внушительными габаритами - 207 сантиметров роста и порядка 180 килограмм веса. Именно за свои немалые параметры Трой Джексон и был назван "Эскалэйдом" по аналогии с известным автомобилем.

Лэрри "Bone Collector" Вильямс - в мире стритбола его называют "нежелательный соперник". О нем говорят, как об одном из самых талантливых дрибблеров современности. Быстрота Вильямса зачастую оказывается недосягаемой для его визави.

Множество раз после убойных кроссоверов "Бон Коллектора" противники падали на асфальт. Его первая жертва потеряла равновесие и рухнула на корт Ракер Парка уже в дебютной игре. Именно за частые "ankle breakers" Лэрри и был награжден именем "Коллекционер костей".

Райан "Special FX" ("Спец.Эффект") Вилльямс получил свое прозвище в 17 лет, когда дебютировал в лиге ЕВС (Entertainer’s Basketball Classic), в Ракер Парке. Очевидцы вспоминают, что Райан делал потрясающие данки. Он одним из первых (в 1999 году) забил данк с разворотом на 540 градусов. За такие вещи его и прозвали "Спец.Эффектом".

Грейсон "Professor" ("Профессор") Бушер принадлежит новой эпохе стритбольных звезд. Свой "ник" "Профессор" получил от легендарного МС Ракер Парка - Дюка Танго, который после очередного финта в исполнении Грейсона, сказал "он просто учит людей на площадке!".

Деннис "Spyda" ("Паук") Чизм получил свое уличное имя от Филипа Чемпиона ("Hot Sauce") за свою непревзойденную способность забивать алей-упы. Как скажет позже "Hot Sauce": "Он может поймать абсолютно все мячи...".

Ториан "Mr.720" ("Мистер 720") Фонтенетт получил свое уличное имя после своего невероятного данка с разворотом на 720 градусов. Своего предыдущего никнейма ("Air Up There"), как нетрудно догадаться, Ториан также был удостоен за супер-данки.

Уоли "Main Event" ("Главное событие") Диксон, впервые появившись в "Ракер Парке" еще учеником 10-го класса, был назван "The Kid From Across The Water - Wa-Wa" ("Парень с другого берега") - Диксон действительно приезжал в Нью-Йорк, пересекая реку Гудзон. Его родной городок Линден расположен в соседнем штате Нью-Джерси. С таким прозвищем Уоли играл в Мекке на протяжении двух лет. Именно тогда "Wa-Wa" показал наибольший прогресс в игре, и его прозвище сменилось на "The Coming Attraction". Но совсем скоро прозвище Уоли опять сменилось, в последний раз. В одной из игр Лиги Диксон перехватил мяч, устремился в отрыв и вколотил сумасшедший данк с разворотом на 360 градусов! Недолго думая, Дюк Танго тут же окрестил парня новым именем - "Main Event".

Легендарному МС Ракер Парка также обязан своим ником Энтони Хэйвард a.k.a. "Half Man Half Amazing" ("На половину - человек, на половину - чудо"). Имя само сорвалось с уст Дюка, когда пройдя с дрибблингом через всю площадку, Хэйвард выпрыгнул и "взорвал" публику нереальным слем-данком через игрока, значительно превосходившего Энтони по габаритам.

Довольно банальная история возникновения никнейма у Роберта "50" Мартина. 50 инчей - именно такова величина вертикального прыжка Роберта.

Хью Джонс ("Baby Shaq") был назван в честь Шакила О`Нила еще в школе. Партнеры по команде называли Джонса (который в то время играл на позиции центрового) "Маленьким Шаком" за его способность здорово играть на подборах и внушительный атлетизм.

Карим Рид а.k.а. "Best Kept Secret" ("Лучший скрытый секрет") получил свое прозвище также в "Ракер Парке", выступая за "Terror Squad". МС Hannibal окрестил парня таким именем за его огромный потенциал. Правда на данный момент прозвище Рида уже неактуально, так как он в полной мере раскрылся - на счету Карима удачные выступления в ABA, CBA, IBL, USBL, NBDL, а также турецкой и литовской баскетбольных лигах.

Не трудно догадаться, за что Корри Вильямса прозвали "Homicide" ("Убийство") или "Most Dangerous" ("Самый опасный"). MVP главной лиги "Ракер Парка" – ЕВС, наводил и наводит страх на соперников своей игрой. На его счету выступления в командах США, Европы, Австралии.

Рафер Олстон ("Skip To My Lou") дебютировал в Ракер Парке, будучи девятиклассником. Этот парнишка вытворял в игре трюки, которые до этого видели только в играх «Гарлем Глобтроттерс» - проводил мяч у соперника за головой, между ног, отдавал сумасшедшие по своей зрелищности пасы, вел мяч вприпрыжку, словно играясь с соперником. И однажды МС, который комментировал игру, прокричал "Here comes "Skip To My Lou". С тех пор Олстона знают под таким именем, иногда сокращая его до более лаконичного - "Skip".

Приходили в "Ракер Парк" и звезды НБА, никогда не игравшие в "Мекке". Им также, как и другим (возможно со "скидкой" по времени) давались имена. Среди них: Рон Артест, удостоившийся прозвища "True Warrior" (Настоящий воин), Барон Девис – "Too Easy" ("Слишком легко"), Стив Френсис - "The Reason" ("Причина"), Стефон Марбури - "The New Generation" ("Новое поколение"), Джермейн О`Нил – "Lethal Injection" ("Смертельная доза") и другие.

Стритбол в России

В России существует Ассоциация уличного баскетбола под эгидой которой проводятся различные открытые турниры для всех желающих во многих городах России.

Чемпионат России по стритболу

Схема проведения чемпионата России:

Сначала проводится отборочный турнир в одну из лиг (с 2008 года лиги: Москва, Санкт-Петербург, Пермь, Краснодар, Владивосток, Калининград, Красноярск, Иваново, Хабаровск).

После чего проводятся отдельные чемпионата в каждой лиге, по итогам которых определенное количество команд попадает в Москву на Финал Чемпионата России (Москва - 7 команд, Санкт-Петербург - 4, Пермь - 2, Краснодар, Владивосток, Красноярск, Хабаровск, Калининград, Иваново, Новосибирск - 1). Победители лиг становятся соответственно чемпионом своей лиге.

Схема проведения чемпионата отдельной лиги:

Отборочный турнир, или два отборочных турнира (36 команд попадают в лигу)

1 Тур лиги (6 групп по 6 команд). Пятые и шестые команды в группе вылетают в кубок Вызова 1. Остальные продолжают борьбу за победу в туре во втором групповом этапе (8 групп по 3 команды). Первые и вторые команды в группе выходят в стадию плей-офф.

Начисления очков в туре:

* Победа в туре – 10
* Второе место – 8
* Полуфинал – 6
* Четвертьфинал – 4
* 1\8 финала – 3
* Второй групповой этап 3 место – 2
* Первый групповой этап 5 место - 1

Команды, занявшие первые четыре места на первом групповом этапе (24 команды), продолжат борьбу за первенство лиги. Остальные двенадцать команд отбираются на Кубке Вызова.

Схема проведения кубка Вызова:

В кубке Вызова участвуют все команды, которые приехали за 1 час до начала турнира и зарегистрировались. Затем они разбиваются по сеткам. Команды занявшие пятые и шестые места в Туре лиги имеют льготы на кубке Вызова. Пятые места вступают в борьбу с финала сетки (т.е. одна победа и они возвращаются в лигу), шестые места с полуфинала сетки (т.е. для выхода в лигу нужно одержать две победы). Остальные команды начинают борьбу с первого раунда. Количество раунда на прямую зависит от количества зарегистрированных команд.

В чемпионате каждой отдельной лиги 4 Тура и 3 кубка Вызова.

В стритбол играют команды, состоящие из 3 человек каждая, на одной половине площадки. Четвертый игрок- запасной.

Перед матчем обе команды одновременно разминаются на площадке. Команда, имеющая право первой начать игру, определяется жребием (подброшенной монеткой).

Заброшенный в корзину мяч засчитывается только в том случае, если мяча коснулись два игрока из атакующей команды. Каждый раз после результативного попадания в корзину мяч переходит к обороняющейся команде. Игра возобновляется после того, как игрок из обороняющейся команды коснулся мяча.

За каждый результативный бросок команде засчитывается 1 очко. В обычном баскетболе существуют трехочковый бросок с линии на расстоянии 6 метров 20 сантиметров. В стритболе за такой бросок засчитывается 2 очка. Бросок засчитывается, если обе ноги бросающего находятся за линией 6 метров 20 сантиметров.

Игра продолжается до тех пор, пока одна из команд не наберет 16 очков или по истечении 20 минут игрового времени.

Каждая команда имеет право на два 30-секундных перерыва во время игры. Время игры не останавливается во время перерывов. Время игры останавливается только в том случае, если перерыв взят в течение последних трех минут. [[2]](#footnote-2)

Количество замен во время игры не ограничивается. Запасной игрок может вступить в игру только после заброшенного мяча или в тот момент, когда находится вне игры. После каждой замены игроков мяч должен быть выведен за дальнюю линию игры во время атаки, очки, полученные в результате броска, не засчитываются.

Только капитан команды может выступать от имени своей команды и подавать жалобы в результате разногласий. Разногласия считаются разрешенными после возобновления игры.

Решения по тем или иным спорным вопросам между двумя играющими командами принимаются наблюдателем, следящим за игрой. В случае, если наблюдатель не может разрешить те или иные разногласия, то они решаются жребием (подброшенной монеткой). В случае, если решение наблюдателя не выполняется, команда наказывается лишением мяча и передачей его сопернику.

В случае возникновения сомнительных моментов вместо розыгрыша мяч передается обороняющейся команде. После каждого нарушения правил или положения «мяч за линией игры» мяч передается обороняющейся команде за дальней линией игры.

## 

## Тактика игры

Команды

Команда состоит из 4 человек – 3 игроков и 1 запасного. Если команду представляют только два человека, они могут начинать игру. Если в команде остается меньше двух человек до или в ходе игры, ей засчитывается поражение лишением права (счет – 0:11).

Капитаном может быть любой из 4 членов команды.

Игровые положения

Заброшенный мяч оценивается:

* 1 очком, если заброшен с игры из традиционной двухочковой зоны;
* 2 очками, если заброшен с игры из традиционной трехочковой зоны ( исключение – см. п. 4.4);
* 1 очком, если это результативный штрафной бросок.[[3]](#footnote-3)

Игра длится 10 минут или до момента, когда одна из команд наберет 21 очко. В первые 9 минут отсчитывается грязное время (часы останавливаются только на тайм-ауты и на явно длительные задержки), последняя минута – чистое время. В дополнительной трехминутке: первые 2 минуты – грязное время, последняя минута – чистое. При большой разнице в счете (исход игры, по мнению судьи, не вызывает сомнений) последняя минута отсчитывается в режиме грязного времени.

Команда, начинающая игру, определяется жребием.

В случае текущего счета 20:20 команды играют «баланс» (тай-брейк), т.е. игра идет до преимущества одной из команд в 2 очка , причем любой результативный бросок оценивается 1 очком .

В случае равного счета по истечении 10 игровых минут команды играют дополнительный период до первого заброшенного мяча. Команда, которой предоставляется владение мячом в начале дополнительного периода, определяется так же, как команда, имеющая право на владение мячом в ситуации «спорный мяч». Если в течение 3 минут дополнительного периода мяч не заброшен, команда, определенная новым жребием , совершает бросок с любого места в традиционной трехочковой зоне для определения победителя .

Замены разрешены обеим командам в любой момент, когда мяч мертвый, в т. ч. если после нарушения право на владение мячом имеет команда соперников. Просьбу о замене капитан команды высказывает судье.

Каждая команда в течение игры имеет право на один 30-секундный перерыв. Возможность для 30-секундного перерыва появляется тогда же, когда возможность для замены. Перерыв у судьи запрашивает капитан команды.

После заброшенного одной командой мяча команда-соперник получает право на владение мячом в традиционной трехочковой зоне. Игрок этой команды должен передать мяч сопернику для проверки («чека»); получив его обратно, он имеет право совершать любые игровые действия, включая атаку корзины. «Чек» производится следующим образом: защитник передает мяч нападающему, нападающий должен установить контроль над мячом (в этот момент – по установлении контроля – включаются игровые часы в начале игры и овертайма, а также на последней минуте, когда время чистое). В случае немедленного выбивания защитником мяча при «чеке» до установления нападающим контроля над мячом: время не запускается, «чек» выполняется заново.

После фола или нарушения команда, получившая право на владение мячом, начинает игру в традиционной трехочковой зоне.

В случае смены командного контроля в процессе игры команда, получившая контроль над мячом, не имеет права атаковать корзину прежде, чем выведет мяч в традиционную трехочковую зону.

В ситуации «спорный мяч» команда, которой предоставляется право на владение мячом, определяется следующим образом: любой из игроков команды, которая последней контролировала мяч перед возникновением ситуации «спорный мяч», совершает бросок с любого места в традиционной трехочковой зоне – если бросок точен, его команда получает право на владение мячом, если неточен, это право получает команда-соперник.

Нарушения и фолы

Правило 24 секунд не действует.

Все фолы объявляет судья.

Игрок, совершивший в одной игре 2 неспортивных фола или 2 технических фола, дисквалифицируется до конца игры . Команда, два игрока которой получили по два неспортивных или технических фола, дисквалифицируется до конца турнира.

Технические и неспортивные фолы наказываются 1 штрафным броском каждый, и мяч остается у команды, исполнившей наказание.

В случае драки на площадке команда-инициатор или обе участвующие команды могут быть дисквалифицированы до конца турнира по совместному решению судьи, обслуживающего игру, и главного судьи соревнований.

Количество персональных фолов, которые может получить игрок, не будучи дисквалифицированным, не ограничено.

Все фолы команды наказываются предоставлением команде соперников права на 1 штрафной бросок (исключение: в случае фола при попытке двухочкового броска пробиваются 2 штрафных), после чего после чего игроки обеих команд имеют право участвовать в борьбе за подбор. Штрафной бросок выполняет игрок, против которого был совершен фол. После того как зафиксирован фол, ему отводится 5 секунд на выполнение штрафного броска. За эти 5 секунд остальные игроки должны занять правильные позиции для подбора. В случае, если штрафной бросок неудачен:

* команда, выполнявшая бросок, имеет право атаковать корзину сразу;
* команда-соперник должна сначала вывести мяч в традиционную трехочковую зону.

В случае технического фола или фола типа «драка» ( F ) штрафной бросок выполняет любой из игроков пострадавшей команды, присутствовавших на площадке в момент совершения фола.

В случае, если в концовке игры проигрывающая команда совершает тактический фол, он должен быть немедленно зафиксирован судьей, чтобы не допустить возможности драки.

Если фол происходит на игроке, контролирующем мяч, он не фиксируется как неспортивный, кроме случаев грубости , когда возможна травма; если фол совершен на игроке, не контролирующем мяч, это как правило неспортивный фол.

При появлении кровотечения у игрока судья обязан моментально прервать игру и объявить технический тайм-аут. Игрок должен немедленно покинуть площадку и обратиться к врачу. Как можно скорее должна последовать замена.

# 

# Разные игры

В этом разделе представлены различные игры, где опора возлагается больше на индивидуальное мастерство, нежели чем на командную игру. В том числе, эти игры являются приятным времяпровождением при отсутствии количества игроков или желания, достаточного для игр три-на-три или пять-на-пять. [[4]](#footnote-4)

**«21»**

**Минимальное количество участников:** 2.

**Правила:** Варьируются в зависимости от географического местоположения. В России: первый игрок делает бросок и при попадании переходит на штрафную и бросает оттуда до первого промаха. При промахе (как с любой точки, так и со штрафной), второй игрок должен взять подбор, не дав мячу дважды удариться об землю (в противном случае, мяч уходит следующему игроку и тот бросает со штрафной) и бросать оттуда, где находится. Особо хитрые при подборе раздвигают ноги насколько могут, а потом приставляют ногу дальнюю от кольца, приближаясь иногда на добрый метр. Защита отсутствует, но особо точному снайперу, могут говорить под руку, махать чем-нибудь перед лицом и т.п. Физический контакт, как таковой места не имеет. Очки насчитываются по разному. Общепринятый вариант, как правило, по одному очку за попадание внутри дуги и два из-за нее. Выигрывает первый игрок, набравший 21 очко. Последний бросок необходимо выполнить из-за трехочковой. В США: может присутствовать кое-какая защита. Если у тебя 21 очко и ты промахнулся решающий трехочковый, персональный счет падает с 21 до 17, и так до бесконечности.

**«33»**

**Минимальное количество участников:** 2.

**Правила:** Кидаешь штрафной. Если забил, тебе прибавляется 3 очка и ты кидаешь опять. Если не забил, тогда твой соперник кидает с того места, где он поймал мяч. Если он забил, становится на штрафной. Есть несколько вариантов концовок при 30 очках: попасть один раз, три штрафных подряд, с центра, спиной, из-за кольца и т.д.

**«Козел»** (в США проходит под названием «horse» (лошадь))

**Минимальное количество участников:** 2.

**Правила:** первый игрок делает бросок с любой точки и при попадании, следующий игрок должен повторить бросок с той же точки. При промахе у второго игрока «добавляется» новая буква. Цель игры: путем точным бросков и, соответственно, промахов противника, заставить его набрать слово «Козел». Существует также понятие «круга» (в России): если, скажем, первый игрок делает бросок из-под кольца и все остальные также выполняют идентичный бросок, то первый игрок не имеет права бросать с любого другого места, а должен «подтвердить» свой предыдущий бросок, если он точен, то «на кону» стоят уже две буквы. И так до чьего-либо промаха.

**«3»** (или «минус три», или «плюс три», или «плюс/минус сколько угодно»)

**Минимальное количество участников:** 2.

**Правила:** Игроки бросают трехочковые. Если первый забивает бросок, то получает в свой актив «плюс 1». Попадание одного соперника нейтрализует удачный бросок другого. То есть, если у меня «плюс один» (у него соответственно, «минус один»), и мой противник забивает трехочковый, то у нас «по нулям». Цель: довести персональный счет до «плюс 3».

**«Юта»**

**Минимальное количество участников:** 3.

**Правила:** простые. Каждый сам за себя. Цель: набрать сто очков. Очки засчитываются по пять с любой точки. Процесс следующий: обыграв противника (-ков), игрок отправляется на штрафную. Может забить только три штрафных (причем обязательно «вчистую», не задев дужки или щита), после чего должен снова обыгрывать защитников. Во время штрафных защиты нет. Фолы не объявляются, то есть игра не для нытиков. Аутов тоже нет. Однако, объявляются проносы, пробежки, двойное ведение. Мяч переходит к первому игроку, объявившему нарушение. Набрав сто очков, игрок должен «разбить лед» точным штрафным, а лишь потом имеет право бить решающий трехочковый. При промахе с трехочковой, игрок продолжает игру, причем обязан сначала забить с поля (откуда угодно), опять «разбить лед» со штрафной и лишь потом с трехочковой. Если игрок не докидывает до кольца, то подобравший мяч, может сразу же бросать в кольцо и не выводиться за штрафную. Так же необязательно выводится при выдающемся столпотворении игроков (восемь и больше).

**«15»**

**Минимальное количество участников:** 3.

**Правила:** Основной элемент игры - бросок с зависанием. Первый игрок должен начинать со штрафной броском с зависанием. Если попал - зарабатывает 1 очко и кидает ещё раз . Если он не докидывает до кольца ("сквозняк"), то получает "-"1(минус 1) очко. Следующий в таком случае начинает тоже со штрафной. Далее следующий игрок после промаха предыдущего должен в одном прыжке подобрать мяч и поразить кольцо (в этом случае он получает 2 очка), если же он подобрал мяч уже после одного удара об пол, то ему необходимо сделать двойной шаг и обязательно бросить мяч с зависанием (этот бросок оценивается в 1 очко) . Если мяч ударился о пол 2 раза, получился "сквозняк" или бросающий кинул не с зависанием, то ему минус 1. После попадания игрок кидает уже со штрафной. Ну и так далее. Иногда можно играть со спасениями. Например, игрок, чья очередь наступила, кидает из неудобного положения, то он может сделать пас другому игроку и крикнуть "спасай", тот в свою очередь делает бросок с зависание, ловя мяч в одном прыжке. Если "спаситель" попал, то ему же и засчитывается этот мяч и очередь переходит к другому. Если нет, то минус пасующему. Спасание можно делать и при "сквозняке", можно даже устроить перепасовочку. Игра длится до тех пор, пока кто-то не неберёт 15 очков. За "сквозняки" можно ввести наказание по суровее - сгорание всех очков. Ну это уже на усмотрение играющих.

## Методика обучения тактики

Обманные движения, финты

Свобода движений, гибкость, умение расслабляться создают базу для освоения сложно-координационных приемов баскетбола и придают им силу и непринужденность.

Обманные движения, финты позволяют игроку своевременно освободиться для получения мяча, опережать опекуна при выходе под щит для борьбы за отскок, участвовать в комбинационной игре в позиционном нападении. Техника обыгрывания с мячом и обманные движения составляют важнейшую часть баскетбольной техники. Владение всем арсеналом ее средств и доведение до совершенства отдельных элементов - вот что определяет класс игрока. Работа над техникой проходит через всю спортивную жизнь баскетболиста, начиная с самого юного возраста и заканчивая вершинами спортивного мастерства. Работа над этими техническими элементами должна быть построена тренером таким образом, чтобы игроки не теряли заинтересованность к тренировке, чувствовали индивидуальный подход и внимание тренера.

Упражнения для отработки обманных движений, финтов и обыгрывания:

* Обманные движения корпусом перед зеркалом с мячом в руках.
* Обманные движения ногами на месте и в движении, с мячом и без мяча.
* Обманные движения головой стоя на месте и в движении.
* Обманные движения руками. Финты на передачу мяча и на бросок выполняются с мячом, на ловлю - без мяча.
* Обманные движения спиной к кольцу. Финт вправо и уход в левую сторону, потом наоборот.
* Отработка пивотного шага на месте. Вышагивание одной ногой, вторая - опорная.
* Обманные движения после ловли отскочившего от щита мяча. Тренер бьет мяч в щит, игрок ловит его в прыжке, приземляется и делает несколько финтов подряд - на передачу, на бросок, на уход из-под кольца с дриблингом.
* Обманные движения у препятствия (стула). Игрок с мячом выполняет финт на бросок или на передачу, стоя перед стулом, после этого обходит препятствие справа или слева.
* Обыгрывание неподвижного препятствия (стула, манекена) в движении. Игрок с мячом делает рывок к препятствию, обыгрывает его пивотом или другим финтом и продолжает движение к кольцу. Завершается упражнение броском по кольцу.
* Обыгрывание 1х1 с места, с хода, после передачи, ведением, с поворотами, лицом, спиной, после рывка, после приземления.
* Игра 1х1 без мяча. Мяч находится на средней линии поля. Нападающий располагается на лицевой линии лицом к мячу, защитник его опекает очень плотно, По сигналу тренера нападающий начинает движение к мячу, стараясь обыграть защитника финтами. Задача защитника - не дать нападающему подобрать мяч, постоянно встречая его корпусом. После овладения мячом нападающий атакует противоположное кольцо, преодолевая активное сопротивление защитника.
* Игра 1х1 с одним пасующим. Нападающий располагается в поле, лицом кольцу, на расстоянии 5-7 м. Защитник плотно его опекает. Задача нападающего - обыграть защитника финтами и открыться для получения мяча в трехсекундную зону, получить мяч и забить его из-под кольца. Смена мест в тройке - после каждого попадания.
* Игра 1х1 с поворотами с одним пасующим. Нападающий обыгрывает защитника только при помощи резкого изменения направления движения или пивотного шага.
* Игра 1х1 с одним пасующим, перекидка мяча через защитника, опекающего нападающего в закрытой стойке и не видящего мяч. Задача нападающего - освободиться от опеки рывками вдоль лицевой линии и получить мяч для броска по кольцу в одном прыжке. Задача защитника - не дать получить мяч, не оглядываясь на пасующего.
* Игра 1х1 с одним заслоняющим. Нападающий с мячом располагается в поле, на расстоянии 5-6 м от кольца. Защитник плотно его опекает, противодействуя и проходу, и броску. Третий игрок ставит нападающему стационарный, неподвижный заслон. Задача нападающего - обыграть защитника, используя заслон, и забить мяч из-под кольца. Задача защитника - преодолеть заслон и не дать забить мяч. Смена игроков в тройке происходит по кругу, после каждого удачного действия защитника.
* Игра 1х1 без мяча. Нападающий начинает движение по сигналу тренера от лицевой линии и старается обыграть защитника финтами. Темп выполнения упражнения сначала средний, затем возрастает до быстрого. Защитник должен в первую очередь поддерживать правильную стойку, следить за работой ног. Его задача - как можно дольше не дать нападающему себя обойти.
* Игра 1х1 с одним ударом в пол. Нападающий с мячом располагается на расстоянии 5-6 м от кольца, ему разрешается атаковать кольцо сразу или после одного удара в пол. Время на атаку ограничено тремя секундами.

## Размер площадки

Площадка ограничена традиционной центральной линией, т.е. представляет собой половину традиционной баскетбольной площадки с одной корзиной.

Трехсекундной зоны нет.

Места для борьбы за подбор при штрафном броске обозначены линиями длиной 85 см и шириной 5 см и расположены так же, как на обычной площадке для баскетбола.

Полукруга для выполнения штрафных бросков нет.

Линия для выполнения штрафных бросков расположена на том же расстоянии от точки - проекции центра кольца на площадку, что и на обычной баскетбольной площадке, и имеет длину 1 метр.

## 

## Оборудование

Можно сказать, что мяч является наиважнейшим предметом экипировки. К выбору его, тоже следует подходить тщательно.

Так баскетбольные мячи можно разделить на два типа.

Первый тип для использования в помещениях (indoor use only), а второй тип для использования, как в помещениях, так и на улице (indoor/outdoor).

Так же мячи, подразделяются по размерам.

Мяч длинна окружности которого варьируется от 749 см до 780 см и вес от 567 г до 650г (размер 7) применяется для игры мужских команд, для игры женских команд применяется мяч несколько меньшего размера и наконец для игры в мини баскетбол применяются мячи еще меньшего размера.

Перед покупкой мяча следует определить, где вы будете тренироваться, и играть в баскетбол.

Если вы собираетесь использовать мяч только в закрытых помещениях, то можно остановить свой выбор на мячах с надписью “indoor use only” или как в примере ниже “supreme leather” (высококачественная кожа).

Такие мячи, как правило, имеют покрытие из натуральной кожи или из специального композитного материала.

Ими более приятно тренироваться и играть, они более качественны, но в тоже время они дороже остальных мячей.

Если вы хотите, чтобы такой мяч послужил как можно дольше, то даже и не думайте использовать его на улице, особенно если его покрытие сделано из натуральной кожи.

Если основное время игр и тренировок вы собираетесь проводить на улице, то покупайте мяч, на котором имеется надпись “indoor/outdoor”.

Надпись говорит сама за себя для использования “в помещениях и на улице”.

Такие мячи имеют покрытие из специальных синтетических материалов, или же эти мячи делаются полностью резиновыми.

Мячи, покрытие которых выполнено из композитных материалов будут служить дольше, если вы будете использовать их на гладких игровых поверхностях, на деревянных площадках или на площадках с резиновым покрытием.

Для игры на асфальте, однозначно, лучше использовать резиновые мячи.

Какой фирме производителю отдать предпочтение решать вам.

Естественно лучше покупать мячи признанных производителей Spalding, Wilson, Molten (во времена СССР, мячам этой фирмы отдавалось большее предпочтение), Adidas, Mikasa (в те же времена, не пользовалась большим почетом).

При выборе мяча, если он уже накачан, проверьте, насколько хорошо. Если он спущен, то велика вероятность того, что в дальнейшем он будет постоянно сдуваться. Лучше попросите другой.

Попросите накачать мяч, как следует. Правильно накаченный мяч, отпущенный с высоты 1,80 м должен отскочить от пола на высоту 1,20-1,40, отмеренную от верха мяча. Другой способ поднимите мяч до уровня вашей головы и отпустите, он должен отскочить от пола, до уровня вашего пояса.

Сразу же проверьте ниппель, владельцы велосипедов знают, как это делается. Пальцем нанесите слюну на ниппель и удостоверьтесь в отсутствии появления пузырьков. В противном случае просите другой мяч.

Поводите мяч, убедитесь, что при этом он отскакивает в вертикальном направлении.

Если его постоянно уводит в разные стороны (при условии, что пол ровный), то это значит, что мяч кривой, и его брать не следует.

Еще один способ проверить насколько мяч ровный.

Если позволяет высота помещения, необходимо подбросить мяч вертикально вверх, при этом подкрутив его вокруг вертикальной оси.

Посмотрите, нет ли эксцентрического биения мяча из стороны в сторону. Если есть, то мяч кривой.

Не стесняйтесь, выбирая мяч, если необходимо то проверьте 10, если надо то и больше мячей.

В дальнейшем, мяч все равно придется подкачивать.

Не советовал бы использовать для этого иглу.

При отсутствии достаточного опыта вы можете легко повредить ниппель. Используйте для этого автомобильный насос.

В комплекте с ним, как правило, идет пластмассовый наконечник насадка на шланг, которая предназначена для обдува от пыли труднодоступных мест в автомобиле.

Плотно прислонив наконечник к ниппелю, мяч можно легко накачать.

Никогда не пинайте, и никогда не садитесь на мяч! От этого он потеряет форму, и вы почувствуете, что значит играть и тренироваться кривым мячом.

## 

## Форма игроков

Главным и безусловным составляющим амуниции игрока является его форма. Прежде всего, она должна быть удобной и комфортной, соответствовать погодным условиям, времени и месту проведения соревнований.

Официальной и всем знакомой амуницией является комплект, состоящий из длинной свободной майки и трусов, которые на самом деле - шорты. Форма для игры в стритбол изготовлена из синтетической ткани, в течение длительного времени сохраняет хороший внешний вид и легко стирается. В качестве дополнительного элемента, в форму спортсмена входят специальные эластичные трусы - подштанники, которые препятствуют охлаждению мышц и предотвращают, таким образом, травмы мышц передней и задней поверхности бедра. Применение этого дополнительного элемента в экипировке спортсмена разрешено международными правилами проведения соревнований, но с выполнением одного условия – цвет подштанников должен быть таким же, как и форма спортсмена. Для тренировочного процесса используют спортивные костюмы, выполненные из хлопчатобумажных или синтетических тканей. Основной задачей спортивного костюма является обеспечение необходимого температурного режима и сохранения тепла мускулатуры спортсмена. Этот момент особенно важен при тренировках в холодную погоду, когда переохлаждение мышц может привести к травме спортсмена.

Очень важным элементом формы спортсмена являются носки. Выбор этого элемента формы спортсмена является очень важным, так как в значительной мере позволяет избежать травм голеностопного сустава. При игре на жестких асфальтированных площадках возникает необходимость дополнительной защиты опорно-двигательного аппарата от ударных физических воздействий, которые возникают при прыжках и резком торможении. Хорошо подобранные носки, имеющие достаточную толщину и жесткость, позволяют значительным образом смягчить нагрузки во время игры. Для этого, ведущие производители спортивного оборудования выпускают носки с различной формой носка, толщины и жесткостью подошвы. Следует избегать носков, выполненных из синтетических тканей, так как они плохо впитывают влагу, которая усиливает скольжение стопы по подошве ботинка и может привести к травме.

Помимо состава носков и цвета подштанников игроку необходимо следить за спортивной обувью. Игра на открытых асфальтированных площадках требует тщательно отобранной спортивной обуви. Обувь для игры в стритбол или корфбол должна сочетать в себе одновременно эластичность, легкость и жесткость подошвы и надежным образом защищать опорно-двигательный аппарат спортсмена. Такими качествами обладают изделия ведущих компаний занимающихся производством спортивной одежды и обуви. Для игры в стритбол и корфбол наиболее подходящими считаются баскетбольные ботинки. Они одновременно с достаточной устойчивостью, упругостью и мягкостью подошвы обеспечивают отличную фиксацию и боковую поддержку голеностопного сустава. Подошва спортивного ботинка для игры в стритбол должна выдерживать большие нагрузки и быть устойчива к стиранию.

Промышленность выпускает высокие и низкие спортивные ботинки для игры в стритбол. В Голландии распространены высокие ботинки, полностью закрывающие голеностопный сустав с одновременной большой широтой и свободой движения. Самостоятельно выбрать спортивные ботинки для игры в стритбол можно, если соблюдать определенные правила.

Спортивную обувь следует покупать во второй половине дня, так, как ноги человека к этому времени отекают, и размер ступней более соответствует размеру во время матча.

Перед примеркой спортивной обуви вам необходимо приобрести носки, в которых планируется играть матчи.

Примерять спортивную обувь необходимо в подобранных носках с учетом защитного снаряжения, так называемых «голеностопников».

Всегда следует примерять оба ботинка, так как возможна незначительная разница в размерах.

Этим грешат не только малоизвестные фирмы, но и крупные производители спортивного снаряжения.

Тщательно проверьте подошву ботинка на жесткость и эластичность отдельных зон. Для этого перегните ботинок пополам. Ботинок должен легко сгибаться в области проекции сустава большого пальца стопы и быть максимально жестким в области средней части арки стопы.

Подходит ли вам размер спортивной обуви можно легко определить, измерив, расстояние между большим пальцем стопы и краем носка обуви. Оно должно быть порядка 0.5-1 см. такое расстояние позволит избежать осевых нагрузок возникающих во время передвижения игрока по жесткой поверхности площадки. Если обувь вам подходит по размеру, следует закрепить ее на ноге при помощи шнуровки и сделать несколько шагов и прыжков, то есть имитировать игровую ситуацию.

Спортивная обувь должна плотно сидеть на ноге, не допускать скольжение стопы по подошве, плотно фиксировать голеностопный сустав при этом, не препятствуя движению.

В играх с мячом на открытых асфальтированных площадках следует принимать особые методы защиты голеностопного сустава, стопы и коленного сустава от физических нагрузок, которые вызываются при быстрых перемещениях игроков по площадке.

При играх в стритбол и корфбол голландские игроки используют специальные средства защиты голеностопного сустава в виде «голеностопников» и тэйповых повязок. Голеностопник представляет собой жесткий эластичный чулок, который одевается поверх носка спортсмена и препятствует чрезмерному разгибанию сустава. «Голеностопник» закрепляется на ноге спортсмена при помощи шнуровки и достаточно надежно защищает связочный аппарат сустава от чрезмерного растяжения. Однако, в Голландии применение «голеностопников» не нашло широкого применения.

Голландские игроки в стритбол и корфбол используют другой метод защиты суставов, который получил название тэйпа. Тэйп представляет собой особую повязку сделанную при помощи липкой ленты, или лейкопластыря. Для наложения тэйпа необходимо несколько метров лейкопластыря шириной до 3 см и изготовленного на тканевой основе.

Ногу в области голеностопного сустава обезжиривают для лучшего закрепления ленты.

Правила наложения тэйпа.

На поверхность сустава вертикально накладываются три полосы лейкопластыря.

Одна из полос должна проходить через мыщелок, две другие на расстоянии до 1 см от края средней полосы. Нижний край полосы из лейкопластыря должен заканчиваться на уровне края стопы, верхний, на 10 – 15 см быть выше, чем мыщелок голеностопного сустава. После наложения вертикальных полос, делается сетка из горизонтальных полос.

Расстояния между краями полос до 1.5 см. края должны выступать за крайние вертикальные полосы на 2-3 см. после наложения горизонтальных полос, накладывается еще один ряд вертикальных полос, которые располагаются в зоне проекции предыдущих полос. Супинаторы, представляющие собой специальные ортопедические стельки применяются с целью снижения нагрузок на стопу и коленный сустав во время игры. Необходимость применения супинаторов связана с тем, что нагрузка от жесткой поверхности передается на коленный сустав, вызывая при этом уменьшение размеров суставной щели и связанное с этим травматическое воздействие на мениски. Длительная травматизация приводит к поражению менисков и образованию костных разрастаний – остеофитов, которые приводят к нарушениям функции сустава. При выборе спортивной обуви необходимо учитывать размеры защитного снаряжения, которое планируется использовать.

И, наконец - мячи, атрибут, без которого игра не может состоятся в принципе. Среди ведущих мировых производителей спортивного инвентаря для баскетбола и стритбола ведущие позиции занимает японская компания Mikasa.

Продукция компании Mikasa пользуется особой популярностью в Голландии и это связано в первую очередь с высочайшими игровыми характеристиками мячей.

Это достигается в первую очередь за счет использования новейших технологических и дизайнерских разработок. Баскетбольные мячи от компании Mikasa выполнены из уникального материала MicFiber, который представляет собой сплетение тончайших нейлоновых волокон. Такая микроструктура обеспечивает мячу от фирмы Mikasa следующие свойства:

* уникальное сочетание упругости и мягкости, позволяющее достигнуть феноменального управления мячом;
* сохранение игровых характеристик мяча вне зависимости от количества проведенных игр и интенсивности тренировок.
* Мячи сохраняют не только упругость и сферичность, но и прекрасно держат окраску;
* мячи практически не требуют ухода, так как водонепроницаемы, не подвержены растрескиванию и снижению эластичности поверхностного покрытия. Мячи от фирмы Mikasa выполняются с подложкой, выполненной из натурального каучука, который равномерно распределен по всей поверхности и придает мячу идеальное сочетание мягкости и упругости.

Сферичность мяча поддерживается за счет дополнительного армирования камеры эластичной нейлоновой нитью, которая в течение всего срока использования мяча препятствует изменению формы. Воздушная камера выполнена из синтетического материала и обладает полной герметичностью.

Особой популярностью в Голландии пользуются мячи от фирмы Mikasa следующих моделей:

* Модель BD2000 выполненная с использованием новейших технологических разработок DIMPLE. Новшество заключается в том, что на поверхности мяча, традиционные выпуклости заменены на углубления, что заметным образом увеличивает площадь контакта руки игрока
* и мяча и обеспечивает лучшее ведение мяча. При этом, такое исполнение придает мячу большую износоустойчивость.
* Лучшим мячом для стритбола голландские игроки считают модель BR1200. Эта модель сочетает в себе современные технологии и дизайнерские решения. Мяч выполнен по получившей широкое признание технологии DIMPLE с использованием материала MicFiber. Это придает мячу уникальные свойства и делает возможным длительное его использование на открытых асфальтированных площадках. В Голландии все соревнования по стритболу проводятся мячами BR1200 от фирмы Mikasa.

Одежда и униформа

Одеваться тоже стоит соответственно времени года и места проведения тренировок.

Официальной формой для соревнований приняты майка и трусы, выполненные в виде шорт (далее спортивные трусы), одного доминирующего цвета.

Для тренировок в теплом закрытом помещении используют те же спортивные трусы и майку или футболку.

Трусы и майка, как правило, выполнены из мягкой синтетической ткани, которая легко стирается, не требует особого ухода и дольше сохраняет свой внешний вид.

Если вы тренируетесь в прохладном помещении, рекомендуется надевать футболку, а для разминки и растягивания, спортивный костюм.

Для защиты мышц бедренной части ног, под спортивные трусы принято надевать специальные эластичные обтягивающие подштанники (tights) (не путать с нижним бельем), похожие на используемые в велоспорте велотрусы.

Это связано с тем, что основная масса растяжений приходится на мышцы передней и задней поверхностей бедра, а подштанники позволят сохранить мышечное тепло при паузах в тренировках или игре.

В официальных соревнованиях FIBA допускается использование подштанников, но только того же цвета, что и основной цвет игровой формы.

Тренируясь на открытом воздухе, в прохладную погоду, надевайте спортивный костюм и спортивную шапочку.

Желательно чтобы костюм был выполнен из хлопчатобумажной ткани.

Натуральные ткани хорошо поддерживают тепловой обмен и сохраняют тепло мышц.

При больших потерях тепла и переохлаждении, мышцы теряют эластичность, что увеличивает риск возникновения мышечного растяжения, особенно при выполнении скоростных и прыжковых упражнений.

Подобные травмы требуют длительного восстановительного периода.

Думаю лучше потратить это время на освоение основ баскетбола и улучшение своей игры.

Бегая кроссы в ветреную и дождливую погоду, надевайте непромокаемый ветрозащитный костюм.

В некоторых видах спорта его используют по другому назначению, для сгона лишнего веса.

В достаточно жаркую погоду надевают спортивный костюм, а поверх него ветрозащитный и бегают кросс.

Думаю, что в связи с большой нагрузкой на сердце этот метод не совсем подходит для атлетов в игровых видах спорта, особенно для высоких игроков.

Лучшим образом регулирует вес тела, хорошо подобранная диета.

Еще хотелось бы сказать несколько слов о носках.

Многие не придают этому вопросу большого значения, а зря.

Носки хорошего качества, достаточной плотности и толщины помогают смягчить ударные нагрузки, при прыжках и беге.

Ведущие фирмы по производству спортивной одежды даже выделяют средства на исследования в этой области и разрабатывают носки специальной формы и конструкции.

С разной толщиной и плотностью подошвы носка.

Если носки, которые вы используете не достаточно толстые, то надевайте две пары.

И еще с точки зрения гигиены и экономии, носки всегда должны быть чистыми, тогда они послужат вам достаточно долго.

## 

## Правила проведения соревнований. Правила NIKE BATTLEGROUNDS

Площадка

Площадка ограничена периметром 8 метров в ширину и 10 метров в длину и размечена оранжевой краской согласно схеме. На площадке находится один баскетбольный щит на стойке.

Игровые положения

Мяч, заброшенный из-за пределов выпуклой стороны 3-х очковой дуги оценивается 3-мя очками; 2-мя очками, если заброшен с игры из зоны, ограниченной дугой и границами корта где расположено кольцо; и 1-им очком если это результативный штрафной бросок.

Игра длится 6 минут грязного времени или до 22 очков, набранных одним из игроков.

Игрок, начинающий игру, определяется жребием (подкидыванием монеты). [[5]](#footnote-5)

Игрок, опоздавший к началу игры более чем на 2 минуты, подлежит дисквалификации. Если двое участников встречи опаздывают более чем на 2 минуты, то дисквалифицируются оба.

В случае ничейного исхода основного времени, игроки играют до первого заброшенного мяча. Игрок, начинающий овертайм, определяется аналогично ситуации «спорный мяч».

После заброшенного одним игроком мяча соперник получает право на владение мячом из-за трехочковой дуги. Игра начинается через «чек».

В случае смены контроля над мячом в процессе атаки одного из игроков игрок, получивший мяч, не имеет права атаковать корзину прежде, чем выведет мяч за 3-х очковую дугу, на что игроку отводится 5 секунд. При этом игрок обязан выходить за 3-х очковую дугу обеими ногами. 10-ти секундное время на атаку начинает отсчитываться, когда мяч и обе ноги игрока пересекли 3-х очковую дугу при выходе за неё.

В ситуации «спорный мяч» игрок, которому предоставляется право на владение мячом, определяется следующим образом: игрок, последним контролировавший мяч перед возникновением ситуации «спорный мяч», совершает бросок с любого места из-за 3-х очковой дуги – если бросок точен, он получает право на владение мячом, если неточен, это право получает соперник.

Игроки не имеют права брать тайм-аут.

Судьи

Игру обслуживает один судья и один помощник-хронометрист.

Судья осуществляет полный контроль над игрой. Основные обязанности судьи: проведение процедуры жеребьевки в ситуации «начало игры», «спорный мяч» и в подобных ситуациях; определение игрока, имеющего право на владение мячом, в ситуациях, когда это требуется; ведение счета игры; определение ситуации «спорный мяч»; фиксирование всех нарушений (пробежка, неправильное ведение, аут и т. д.), а также всех фолов.

Судья определяет необходимость объявления медицинских и технических тайм-аутов.

Нарушения и фолы

Все фолы объявляет судья.

Игрок, совершивший в одной игре 2 неспортивных фола или 2 технических фола, дисквалифицируется.

Количество персональных фолов, которые может получить игрок, не будучи дисквалифицированным, не ограничено.

Фолы игрока при броске, а также все персональные фолы, начиная с пятого, наказываются предоставлением сопернику права на 2 штрафных броска (исключение: в случае фола при попытке трехочкового броска пробиваются 3 штрафных). После пробития мяч переходит к игроку, совершившему фол. После того как зафиксирован фол, игроку отводится 5 секунд на выполнение штрафного броска.

Технические фолы наказываются 1 штрафным броском каждый.

После неспортивных или технических фолов мяч остается у игрока, исполнявшего штрафной бросок.

Игрок, нанесший умышленную травму сопернику, подлежит безусловной дисквалификации.

Дополнения

При появлении кровотечения у игрока судья обязан моментально прервать игру и объявить технический тайм-аут. Игрок должен немедленно покинуть площадку и обратиться к врачу.

### 

### Правила проведения Adidas Streetball Challenge

Состав команды adidas Streetball – игра 3 на 3. Команда состоит из 4 игроков (3 полевых и 1 запасной). Во время турнира нельзя изменять заявленный состав команды.

Начало игры

Игра начинается вбрасыванием из-за ограничительной линии, противоположной от кольца. Право начать игру определяется жребием.

Окончание игры

Игра заканчивается:

* По истечении 20 минут игрового времени;
* Когда одна из команд набирает 16 очков;
* Когда разница в счете составляет 8 очков.

Примечание 1: В случае ничейного счета по истечении 20 минут игра продолжается до первого заброшенного мяча.

Примечание 2: В случае проведения игр в подгруппах за победу команда получает 2 очка, за поражение – 1 очко, за победу с разницей 8 и более очков – 3 очка. За неявку команда получает 0 очков, а ее пришедший противник – 2 очка.

Примечание 3: Капитан победившей команды отвечает за доставку протокола игры в судейскую коллегию.

Заброшенные мячи

За каждый результативный бросок с игры из зоны ближе шестиметровой линии (6,2 м) и за штрафной бросок команде засчитывается 1 очко. За бросок из-за шестиметровой линии засчитывается 2 очка.

После каждого попадания мяч передается оборонявшейся команде, и игра возобновляется.

Для того, чтобы мяч был засчитан, его после вбрасывания должны коснуться два игрока атакующей команды.

После перехвата мяч выводится за шестиметровую линию. Если мяч не выведен, набранное очко не засчитывается и мяч передается противоположной команде.

Замены

Количество замен не ограничено. Запасной игрок может вступить в игру только после заброшенного мяча или перед вбрасыванием. После замены игра возобновляется.

Вбрасывание

После заброшенного мяча игра возобновляется из-за шестиметровой линии. Нападающий должен дать коснуться мяча игроку обороняющейся команды. Таким же образом мяч вводится в игру после фола, после штрафного броска, после нарушения правил атакующей командой.

После аута мяч вводится в игру путем вбрасывания в точке, ближайшей к той, где мяч покинул площадку.

Нарушения

Применяются следующие правила: пробежка, двойное ведение, прыжок с мячом, правило 5-ти секунд, правило 30-ти секунд. После нарушения мяч передается противоположной команде, и игра возобновляется. За бросок сверху – дисквалификация игрока. (Мяч не засчитывается и назначается штрафной).

Спорный мяч

В случае возникновения спорной ситуации владение мячом определяется жребием. Только капитан команды может выступать от имени своей команды и подавать жалобы в случае возникновения разногласий. Разногласия считаются разрешенными после возобновления игры.

Фолы и штрафные броски

Фолы объявляются игроком, против которого совершен фол. После фола мяч передается команде, против которой нарушены правила. После 6 командных фолов за любой фол в нападении назначается 1 штрафной бросок, после которого мяч передается провинившейся команде. При этом пострадавший игрок имеет право выбора между штрафным броском и владением мячом.

В случае умышленного или грубого фола назначается 1 штрафной бросок (вне зависимости от количества командных фолов) и мяч остается у пострадавшей команды. Игрок, совершивший 2 умышленных фола, дисквалифицируется до окончания игры.

Если после фола мяч попадает в кольцо, то засчитывается очко и записывается фол, штрафной бросок пробивается только после 6 командных фолов или в случае умышленного фола.

После фола и штрафных бросков игра возобновляется. В случае применения силы обе команды дисквалифицируются и выбывают из соревнований.

Тайм-ауты

Команда имеет право на два 30-ти секундных тайм-аута. Время игры останавливается только, если тайм-аут взят в последние 3 минуты игры.

Судья-наблюдатель

Судья-наблюдатель засекает время, ведет протокол игры и разрешает спорные ситуации. Судья-наблюдатель сам определяет умышленные фолы. Другие нарушения и фолы он лишь подтверждает. В случае необходимости он может взять судейство игры полностью на себя.

## 

## Судейство

Игру обслуживает один судья.

Судья осуществляет полный контроль над игрой (как при традиционном судействе).

Основные обязанности судьи:

* проведение процедуры жеребьевки в ситуации «начало игры», «спорный мяч» и в подобных ситуациях;
* определение команды, имеющей право на владение мячом, в ситуациях, когда это требуется;
* ведение счета игры;
* отсчет игрового времени;
* предоставление тайм-аутов и замен;
* определение ситуации «спорный мяч»;
* фиксирование всех нарушений (пробежка, неправильное ведение, аут и т. д.), а также всех фолов.

Во время Кубков вызова игру обслуживает не судья, а секретарь, в обязанности которого входит только ведение счета и контроль игрового времени. Все моменты, связанные с правилами, решаются самими игроками.

# Заключение

Сегодня уличный баскетбол – это не просто вид спорта. Это особая субкультура со своей спецификой, правилами, сленгом, модой и стилем. Баскетбольная площадка утратила свою исключительно спортивную сущность и стала местом молодёжной тусовки.

Большинство приходит сюда не столько за медалями, сколько за признанием. И уличный баскетбол даёт шанс каждому. Ты, может, и не выиграл ни одного турнира, но на площадке ты "свой": твоё мнение уважают, твою очередь поиграть на центральной площадке не оспаривают и всячески стараются заполучить именно тебя в свою команду. Кто-то потом решит заняться баскетболом всерьёз и уйдет с улицы в команду мастеров или студенческую лигу, зато тот, кто останется, станет частью истории асфальтовой площадки.

Здесь закаляется характер: синяки, ссадины и шишки на улице случаются чаще, чем в "большом" баскетболе. Но тех, кто пришёл на площадку, это не останавливает, и они продолжают прыгать, бросать, финтить и стискивать зубы в яростной схватке за победу.

Все эти моменты формируют в пределах уличной площадки особую атмосферу. Музыка, общение, стук баскетбольного мяча, радость победы и горечь поражения – на таком фоне день за днём растёт поколение людей, для которых уличный баскетбол стал образом жизни.

# Список используемой литературы

1. Андреев С.Е. Спортивные игры. Спб.: Просвет. – 2005, 529с.
2. Зимин А.А. Уличный баскетбол. М.: Спорт. – 2004, 384с.
3. Куинджи А. Стритболл. М.: Новый стиль. – 2006, 475с.
4. Гулевич Г. Баскетбол. Наука. – 2004, 528с.
5. streetball,ru

1. Куинджи А. Стритболл. М.: Новый стиль. – 2006, 475с. [↑](#footnote-ref-1)
2. Андреев С.Е. Спортивные игры. Спб.: Просвет. – 2005, 529с. [↑](#footnote-ref-2)
3. Гулевич Г. Баскетбол. Наука. – 2004, 528с. [↑](#footnote-ref-3)
4. Гулевич Г. Баскетбол. Наука. – 2004, 528с. [↑](#footnote-ref-4)
5. streetball,ru [↑](#footnote-ref-5)