

## **1.- EL JUEGO**

El juego consiste en introducir el balón en el cesto que defiende el equipo contrario, y evitar que este consiga marcar una canasta en el propio cesto. El equipo visitante, tiene opción a elegir el cesto que defenderá.

El árbitro inicia el juego lanzando la pelota al aire entre los dos equipos contrincantes desde el centro del campo.

Cuando la pelota está en juego, ésta puede avanzar por medio de pase, lanzamiento, botada o regate. El mejor método para conseguir una posición favorable para marcar una canasta, es pasar la pelota de un jugador a otro con la mayor rapidez posible. Un jugador no puede correr con la pelota en la mano durante más tiempo que el que precisa para dar un paso.

Cuando ciertas reglas del reglamento se infringen, el juego se interrumpe.

La regla más importante del juego, es la que concierne a las faltas personales (los jugadores deben evitar todo contacto personal con los demás jugadores). Si se produce dicho contacto, pudiéndose evitar, se incurre en falta personal, y ésta es señalada contra el jugador que la ha cometido. El jugador del equipo contrario reanudará el juego lanzando un saque desde la línea de banda, excepto cuando la falta fue intencionada o cometida sobre un jugador que está lanzando a canasta. En estos casos, se conceden saques o tiros libres .

El partido se divide en dos tiempos de 20 minutos cada uno, con un descanso de 10 minutos. El reglamento oficial de la F.I.B.A. prohíbe el empate. En el caso de que éste se produzca, se jugará una prórroga de 5 minutos, o cuantas prórrogas sean necesarias hasta conseguir el desempate.

### **1.1- Lo que se puede hacer**

**a)** Puede hacerse, controlar, pasar o lanzar el balón con una o ambas manos.

**b)** Puede regatear o drible la pelota a un contrario por medio de tiro, volteo, bote o rebote y haciéndola rodar por el suelo. Puede indicar el drible lanzando el balón al aire, recogerla antes de que toque el suelo y, luego, después de que haya tocado el suelo, recogerla de nuevo. El drible llegará a su fin cuando el jugador toque la pelota con las dos manos a la vez o la retiene con una o ambas manos.

### **1.2- Lo que no se puede hacer**

**a)** Golpear la pelota con el puño.

**b)** Dar un puntapié a la pelota.

**c)** Llevar la pelota más de un paso.

**d)** Efectuar un drible doble, es decir, una vez terminado el drible, no se le permitirá iniciar un nuevo regateo hasta que haya lanzado o perdido la pelota.

**e)** Permanecer en el área restringida durante más de tres segundos cuando él , o su equipo, esté en poder de la pelota, excepto si inicia un drible para encestar.

**f)** Tardar más de cinco segundos en volver a poner la pelota en juego una vez los jueces le hayan asignado dicha función.

**g)** Cometer faltas personales.

**h)** Cometer faltas técnicas.

**i)** El equipo que se haga con la pelota, está obligado a intentar el enceste dentro de los 30 segundos siguientes a haberse apoderado de la pelota, de lo contrario, perderá la posesión de la misma.

**j)** El equipo atacante está obligado a introducir la pelota en la canasta del campo contrario dentro de los 10 segundos siguientes a haber tomado posesión de la pelota, y no puede devolverla a su propio terreno. Tampoco la devolverá a su campo cuando se le conceda un saque en terreno adversario.

## **2.- EL CAMPO**

El juego de baloncesto se practica al aire libre o bajo techo sobre campo plano de cemento, madera o parquet. Queda terminantemente prohibido el campo de hierba.

Las dimensiones del campo son: máximo 18 por 15 m, mínimo 24 por 13. Todas las líneas dentro del campo deben ser pintadas con un grosor de 5 centímetros.

## **3.- EL MATERIAL**

### **Los cestos**

Los cestos son una red de hilo blanco que cuelga de un aro de acero o de hierro colocado a 3'05 m. del suelo. El aro estará pintado en color naranja. El diámetro superior del cesto será de 45 cm, y su profundidad de 40 cm. La red será algo más estrecha en la base inferior, que queda abierta para que la pelota pase a través del cesto. Se marca canasta cuando la pelota penetra en el cesto por la parte superior del mismo (o sea, por el aro de metal) y sale por la base abierta.

### **Los tableros**

Los tableros sirven para evitar que la pelota salga fuera de juego al efectuarse los giros o lanzamientos sobre el cesto. Dichos tableros miden 1'80m. de ancho por 1'20m. de alto y son generalmente de madera o vidrio. La superficie, si el tablero es de madera, será blanca con un borde negro, y el pequeño rectángulo marcado en su interior será igualmente negro. En el caso de utilizarse un tablero de vidrio, las marcas o bordes serán blancos.

El extremo inferior del tablero se hallará a 30 cm. del borde del aro del cesto y dicho rectángulo, se colocará a 1'20m. dentro del campo. Esta distancia puede variar en ocasiones debido a circunstancias, pero es invariable el que la línea de tiro libre se encuentre situada a 4'60m del tablero.

### **El balón**

El balón tendrá de 75 a 78 cm. de circunferencia y su peso será de 600 a 650 gramos. Consta de una cámara de goma inflada de manera que al ser lanzada sobre un suelo de madera desde una altura de 1'80 m, rebote a una altura de 1'20 o 1'40 metros tomada desde el borde superior de la pelota.

### **El atuendo**

Se recomienda a los jugadores utilizar calzón corto y camiseta. Los jugadores llevarán un número sobre pecho y espalda de la camiseta. El número de 10 cm. de altura se colocará sobre la parte delantera de la camiseta y el de 20 cm. de altura en la espalda de la misma. Los números oscilarán del 4 al 15 inclusive.

#### 4.- LOS EQUIPOS

Participan en este juego dos equipos, cada uno de ellos compuesto por cinco jugadores (que se distribuyen, según tácticas o sistemas de juego, en dos bases, dos aleros y dos pivots) y cinco suplentes o reservas. El entrenador de cada equipo se sancionará de que los jueces de la mesa conozcan el nombre y número de todos los jugadores de su equipo. En las competiciones oficiales de Europa, etc., se autorizan 12 jugadores en acta, dado lo intenso y cansado de la competición al jugarse en varios días consecutivos.

Uno o todos los jugadores pueden ser sustituidos por suplentes o reservas durante el partido. El cambio de jugadores lo efectuará el entrenador del equipo. Las sustituciones sólo se efectuarán durante el tiempo muerto y mientras el cronómetro se halle parado.

#### 5.- LAS FALTAS

**Falta Personal:** Todo jugador debe evitar el contacto personal con jugadores del equipo adversario, pero si esto ocurriera el juez señalará una falta personal contra el jugador que considere responsable del contacto.

**Faltas técnicas:** Son aquellas ofensas que se cometen contra el espíritu del juego, pero algunas, obviamente accidentales y sin consecuencias para el juego o de naturaleza administrativa, no son consideradas como tales, a no ser que se vuelva a incurrir en la misma una vez amonestado.

No se permite a ningún jugador desatender las advertencias de los jueces ni cometer acciones antideportivas, tales como:

- a) Retardar el juego.
- b) Acosar al jugador adversario, estorbar su juego agitando una mano ante sus ojos.
- c) Hacer uso del lenguaje impropio al dirigirse a los jueces.
- d) No levantar el brazo cuando se le sanciona con una falta.
- e) Gritar o asustar al contrario cuando éste está lanzando al cesto.
- f) Cambiar su número sin informar al árbitro y al juez encargado del control del marcador. Tampoco le está permitido entrar en el terreno de juego como suplente sin haber informado previamente al juez encargado del control del marcador, así como a otro de los jueces, de su nombre y número.

#### 6.- LOS TIROS

**Tiros Libres :** Se concede el tiro por falta personal al jugador sobre quien se cometió la falta, excepto cuando ha sido descalificado por alguna razón o ha sido lesionado. Los tiros concedidos por falta técnica podrán ser lanzados por cualquier jugador del equipo ofendido. Los tiros libres se lanzan desde el semicírculo. El jugador que lo lance se colocará inmediatamente detrás de la línea de tiro libre. Nadie, ni siquiera un juez, puede permanecer dentro de la pista del tiro libre cuando el jugador efectúa el lanzamiento. No se permite la alineación de jugadores a lo largo de los lados del área limitada cuando el tiro se ha concedido a causa de una falta técnica cometida por el entrenador. En otros casos los jugadores pueden alinearse a los lados del área dentro de los lugares ya señalados. Los espacios más próximos al cesto están destinados a dos jugadores del equipo penalizado. Los demás jugadores tomarán posiciones alternas. Se concede al jugador cinco segundos para llevar a cabo su cometido.

#### 7.- TIEMPO MUERTO

El cronómetro se detiene para indicar tiempo muerto cuando los jueces señalan:

- a)** Infracción.
- b)** Falta.
- c)** Saque al aire.
- d)** Dilación en la puesta en juego de una pelota muerta.
- e)** Suspensión del juego debido a lesión, expulsión de un jugador o cualquier razón provocada por los jueces.
- f)** Al sonar la señal de los 30 segundos.
- g)** A criterio de los árbitros, cuando el balón no puede ponerse rápidamente en juego por haberse alejado de la pista.

#### **8.- Balón fuera de juego**

Tiempo muerto es el que sirve para poner a punto nuevas tácticas o contrarrestar las del adversario. Dos por equipo en cada medio tiempo.