

1) Dimensiones del terreno de juego y canasta.

–Para las principales competiciones oficiales de la FIBA (Federación Internacional de Basketball), las dimensiones han de ser de 28 m. de largo por 15 m. de ancho; se medirán desde el borde interior de las líneas que delimitan el terreno de juego. Para todas las demás competiciones, la FIBA tiene el derecho de aprobar los terrenos de juegos existentes, en los que las dimensiones presenten diferencias, que están entre menos de 4 m. de largo y menos de 2 m. de ancho.

***Líneas de Demarcación:** deben estar a más de dos metros del público, de los anuncios publicitarios y de cualquier obstáculo.

***Línea Central:** es paralela a las líneas de fondo y une a las líneas laterales por la mitad.

***Líneas de Tiro Libre, Áreas Restringidas y Pasillos de Tiro Libre:** las líneas de tiro libre están paralelas a las líneas de fondo. Las Áreas restringidas se encuentran ubicadas entre las líneas de fondo y las líneas de tiro libre. Los Pasillos de Tiro Libre, comprenden las áreas restringidas más un semicírculo de 1.80 m. de radio.

***Círculo Central:** Debe estar marcado en el centro del terreno y tener un radio de 1.80 m.

***Zona de tres puntos:** la zona de tres puntos de un equipo es todo el terreno de juego, excepto el área próxima a la canasta de los oponentes.

***Zona de Banco de Equipo:** se encuentra ubicada fuera del terreno de juego, del mismo lado que la mesa de anotadores y que los bancos de los equipos.

–**La canasta:** tiene un aro de 45 cm de diámetro del que cuelga una red que frena el balón cuando se encesta. El aro está situado delante del tablero que tiene unas dimensiones de 1,80 m. x 1,05m. La distancia del suelo a la canasta es de 3,05 m y la distancia hasta la línea de fondo es de 1,35 m.

***Los Tableros:** pueden ser fabricados de un material transparente con el mismo grado de rigidez que los tableros de madera dura. También pueden ser de madera dura, con grosor de 3 cm. y pintados de color blanco. Sus dimensiones deben ser 1.80 m. en el lado horizontal y de 1.05 m. en el lado vertical; la base debe estar a 2.90 m. del suelo. Para competiciones de Zona o de Federaciones, el tablero puede llegar a medir 1.80 m. por el lado horizontal, 1.20 m. por el lado vertical y con base distante 2.75 m. del suelo.

2) ¿Cuál es el origen del Baloncesto? Inventor, fecha y lugar. ¿Cómo se introdujo en Europa? ¿Cuándo fue Olímpico?

El Basketball expresión Inglesa cuya adaptación al castellano es BALONCESTO, es un deporte con unos orígenes históricos perfectamente claros y documentados relativamente recientes.

La fe de bautismo del Baloncesto tiene un padre, un lugar de nacimiento y casi una fecha: El padre, JAMES NAISMITH, el lugar de nacimiento, SPRINGFIELD MASSACHUSETTS y la fecha el 17 de Diciembre de 1891.

El profesor Naismith, nació en 1861, en Ramsay, cerca de en Ontario, Canadá. Sus logros fueron arduamente ganados, se graduó en "Bachelor of Arts" a la edad de veintiséis años, periodo durante el cual fue premiado dos veces como el mejor y más completo deportista por sus proezas en Rugby, atletismo, fútbol, americano, gimnasia y lacrosse (juego de pelota). En 1892, a la edad de treinta y un año llega a ser capitán del equipo de fútbol de springfield College e instructor de remo, lucha, natación, cricket y boxeo. Murió en el año 1939. Era

diplomado en teología, psicología y medicina, así como profesor de educación física y otras asignaturas en varias escuelas de YMCA y en la Universidad de Kansas.

El Baloncesto, es un deporte del siglo XX, el profesor Naismith pertenecía al Springfield College de Massachusetts, una institución de la Asociación Cristiana de Jóvenes (A.C.J.), Naismith, al mismo tiempo que jugaba al fútbol americano, europeo y al lacross (juego de pelota sobre hierva, tipo jockey) se desempeñaba como profesor de Educación Física, a él se le sugirió que estudiará la creación de una actividad con características de deporte de conjunto y que se pudiera jugar en el gimnasio del colegio.

Llegó el otoño y Naismith no encontraba la fórmula idónea, dadas las características climáticas él decidió tomar diversos elementos de deportes conocidos y en una noche basado en el "tlachtli" de los Aztecas o pot-ta-pok de los Mayas, o taladzi de los Zapoteca, redactó las reglas del Baloncesto. Por supuesto estas reglas han evolucionado mucho desde entonces, pero sus fundamentos siguen vigentes en el Baloncesto moderno.

En la Navidad de 1891 los estudiantes de Springfield difundieron localmente el nuevo deporte y A.C.J. decidió promocionarlo por todo el mundo.

El primer equipo se conformó con nueve jugadores, alumnos de Naismith. Tras correr y lanzar, WILLIAM R CHAS marcó la primera canasta de la historia, para cerrar el primer juego uno por cero.

-El baloncesto abre fronteras

Si bien se admite que el Baloncesto sólo empezó a desarrollarse a partir de la primera guerra mundial cuando los soldados Americanos lo introdujeron en diversos países Europeos; en Francia por ejemplo, ya era conocido en 1893.

La A.C.J., impulsada por el señor MEL RIDGOUT se encargó de realizar partidos de exhibición en lugares tan exóticos como China, Persia y Japón.

Más curiosa fue la introducción a la Rusia Zarista; en 1905 un club deportivo de SAN PETERSBURGO invitó a ERIC MORALLEN instructor de la A.C.J. a desempeñar la dirección de las clases de Educación Física del citado club; prontamente SAN PETERSBURGO contaba con cuatro equipos.

En 1909 la A.C.J. de EEUU visita a San Petersburgo disputándose el primer encuentro internacional de Baloncesto; ganó el equipo Ruso gracias a un estrecho marcaje de características parecidas al actual sistema de defensa a presión.

La FIBA no se creó hasta el 18 de Junio de 1932 en Geneva, Switzerland, por las siguientes ocho (8) federaciones Internacionales: Argentina, Checoslovaquia, Grecia, Italia, Latvia, Portugal, Rumania, y Switzerland, seis años después de que un embrión asociativo Internacional fuera integrado en una federación que reunía las modalidades Balón mano, Balón volea y Balón cesto;

-Las primeras reglas

Históricamente, una caja de duraznos fue el primer CESTO empleado por los creadores del Baloncesto además de una escalera para sacar el balón cuando se producía un gol.

El número de jugadores era ilimitado, se dice que en 1892, llegaron a tomar parte hasta 150 jugadores, las medidas del campo eran libres y dependían en buena parte del número de jugadores por equipo. En 1893 se aceptó que podían jugar en canchas pequeñas cinco contra cinco y las canchas grandes nueve contra nueve. En

1897, el número de jugadores en los equipos se fijó en cinco personas.

Solían usarse balones de diferentes tamaños, desde 1891 y hasta 1894 se prefería el uso del balón de Fútbol, se jugaba hasta con balones medicinales, pero en 1894 aparecieron balones encubiertos y con la boquilla enroscada en forma de aguja.

Se desconocía el driblin, después de cada canasta se efectuaba un salto entre dos en el centro del campo. Esta regla se mantuvo hasta 1937. Hubo más de un partido que terminó con empate a cero o con resultado de dos uno o cuatro tres.

Al principio no se empleó ningún tablero hasta que se dieron cuenta de que los espectadores, que se encontraban detrás del círculo, intentaba cambiar la dirección del balón que iba a la cesta. Para separar a los espectadores de la cesta, colocaron detrás de ella un tablero de alambre, dándose cuenta los jugadores de las ventajas que obtenían del rebote del balón en el tablero, ya que a menudo este corregía los tiros inexactos. En 1906 se introdujeron los tableros espejos, hasta que los cambiaron en 1916 por otros pintados de blanco.

Paulatinamente las reglas fueron adaptándose a las necesidades de los gimnasios cerrados y al número de jugadores, hasta llegar al terreno con las dimensiones 26 Metros de largo por 14 metros de ancho que rigieron hasta Diciembre de 1894, y las actuales 28 por 15.

La altura del cesto no ha cambiado, 3,05 metros o 10 pies. En las reglas primitivas una cesta valía tres puntos, el tiro libre un punto, este producía después de una falta cometida por uno de los dos equipos. En 1894 la primitiva línea de tiro libre situada a 6 metros fue colocada a 4,5 metros y un año después la canasta recibió el valor de dos puntos.

En 1898 se prohibió que el jugador pudiera dar más de un paso con la pelota agarrada con ambas manos, esto obligó a emplear el driblin.

En esta primera época el Baloncesto fue considerado un deporte demasiado violento, ya que por la carencia de reglas y la lógica posesión del balón daban pie para grandes batallas en la que valía todo y el castigo era solamente un tiro libre. De aquí surgieron las primeras ideas de eliminar al jugador que cometiera 4 faltas. En 1943, se aumentó a 5 faltas. Todas estas reglas fueron promulgadas antes de la PRIMERA GUERRA MUNDIAL, cuando el Baloncesto comenzó a ser introducido en latitudes diferentes a las Norteamericanas. A principios del siglo, el número de jugadores por equipo ya era de cinco y en 1900 las canastas ya no tenían fondo, por lo cual dejó de utilizarse la escalera.

El primer reglamento que llegó a las manos de los alumnos de Naismith constaba de 14 reglas basadas en el antiguo "tlachtli", entre otros deportes y sobre todo en el Juego Limpio.

Fueron publicadas el 15 de enero de 1892:

La portería consiste en dos cestas o cajas de 38 cm de diámetro y 38 de profundidad; se cuelgan a cada lado del terreno a una altura de tres metros del suelo. Objetivo del juego: introducir el balón de fútbol en la portería del adversario. Se puede tirar a puerta, guardando las siguientes reglas:

1. – Se utilizará un balón esférico.
2. – El balón se lanzará en cualquier dirección utilizando una o ambas manos.
3. – También se podrá palmeo.
4. – Los jugadores no pueden correr con el balón.
5. – El balón puede cogerse con las manos.
6. – Está prohibido golpear, coger, zancadillas o empujar al contrario. Toda infracción supone una falta. En caso de reincidencia el jugador será expulsado, jugando su equipo con inferioridad hasta que se consiga una canasta. Si la falta es grave podrá ser descalificado por todo el partido.

7. – Golpear el balón con el puño es falta.
8. – Se consigue una canasta cuando el balón entra en el cesto y se queda en él.
9. – Cuando el balón sale fuera, será puesto en juego por el primer jugador que lo recoja
- 10– El anotador vigila a los jugadores y James Naismith contabiliza las faltas y los castigos.
- 11– El árbitro es el único juez.
- 12– El partido se divide en dos partes de quince minutos cada una con un descanso de cinco minutos.
- 13– El equipo que marca más canastas es el ganador. En caso de empate de acuerdo con los capitanes, se puede seguir jugando, hasta lograr una canasta.
- 14– El partido se jugara nueve contra nueve jugadores. LOS PRIMEROS AÑOS

En 1892 Naismith, organizó un equipo de nueve jugadores e hizo las primeras exhibiciones de Baloncesto en Nueva York.

Las Universidades de Vanderbilt y la Geneva College Beaverfalls de Pennsylvania, se discuten el honor de ser los primeros centros de Educación Superior en acoger el Baloncesto como programa educativo.

En 1893, se practica el Baloncesto en la Universidad de Toronto, y en 1895 se celebro el primer encuentro oficial entre dos universidades: La universidad estatal agrícola de Mineapolis quien venció por marcador de nueve a tres a Hamiline College de la misma localidad.

Pero el primer partido con cinco jugadores por bando se disputaría hasta principios de 1897, produciéndose un resultado muy escandaloso; Yale batió a Pennsylvania por treinta y dos a diez.

Por esta época un jugador llamado DUCHT WOLFARD asombró al público haciendo botar la pelota al suelo y sin mirarla. Hasta entonces los jugadores solían lanzar la pelota hacia arriba y por encima de sus cabezas para no tener agarrarla con las manos lo que estaba prohibido.

En 1906 se introdujeron los tableros para sujetar las canastas, estos rectángulos de madera en su primera época dieron lugar a una jugada insólita hasta entonces y que hoy es fundamental en el juego: EL REBOTE.

Al golpear la pelota en el tablero y volver a la pista, los jugadores más altos se apoderaban de la pelota con facilidad, si sabían saltar en el momento preciso, surgió así la función del REBOTEADOR, más importante en aquella época que en la actual, ya que el número de tiros fallados era más elevado.

Antes que terminará el siglo se producía una evolución en el Baloncesto: la creación de los primeros equipos profesionales que iban a organizarse muy pronto en forma de LIGA O ASOCIACIÓN.

–El baloncesto deporte europeo

La F.I.B.A., reconoció como campeonatos del mundo al torneo olímpico de Berlín, 1936 y al de Londres, 1948, pero decidió que a partir de 1950, hubiera cada cuatro años un campeonato del mundo.

El primer Campeonato Mundial de Baloncesto masculino, se jugó en el Luna Park de Buenos Aires Argentina, en 1950, con la participación de 10 países, la tabla general de posiciones es como sigue: Campeón Argentina, 2º Estados Unidos, 3º Chile, 4º Brasil, 5º Egipto, 6º Francia, 7º Perú, 8º Ecuador, 9º España, 10º Yugoslavia.

3) ¿Cuáles son las acciones básicas? Defínelas y subtipos existentes

Son el ataque y la defensa:

–**Ataque:** Posicionamiento táctico que permite al equipo que lo realiza la posibilidad de intentar o conseguir

una buena posición de tiro para finen canasta.

***Subtipos del ataque:** –Tirar a canasta: entradas a canasta o tiro después del dribling.

–Pasar y recibir: desplazamiento sin balón o recepciones y paradas con balón.

–Botar: desplazamiento con el balón o bote con la mano contraria.

–**Defensa:** Posicionamiento táctico que realiza el equipo para intentar que el equipo contrario no tire a canasta ni meta.

***Subtipos de la defensa:** –Acción defensiva básica: posiciones defensivas.

4) ¿Qué es hacer un mate? ¿Y un triple?

–**Mate:** Se produce cuando un jugador se dirige a canasta colgándose del aro.

–**Triple:** Lanzamiento que se realiza desde cualquier punto por detrás de una línea que se encuentra 6.25m de la canasta.

5) ¿Qué es hacer una parada y un pivote?

–**Parada:** Estando el jugador en posesión del balón, dispone de 5 segundos para pasar el balón a un compañero o iniciar el bote de este.

–**Pivote:** Girar sobre la punta de uno de sus pies o desplazar la posición del cuerpo, basculando sobre el pie que se mueve.

6) Posición y características de los jugadores de Basket

Piloto: Es el organizador de la ofensiva, su posición regularmente se establece, aproximadamente detrás del círculo de tiro libre. Jugar en esta posición requiere excelente manejo del balón y muy desarrollada visión periférica, pues su responsabilidad es la conducción de la ofensiva.

Pivot: Por lo general es el jugador más alto del equipo y el único que actúa de espaldas al tablero. Se ubica lo más cerca posible del aro, es decir, pegado de la línea de restricción (sin pisar sus bordes, para respetar la regla de tres segundos) y hacia el lado donde se juega el balón, debiendo ocupar el mayor espacio posible para hacer más difícil el trabajo de la defensa que lo cuida y tener más posibilidades de recibir el balón.

Aleros: Estos actúan hacia los lados (alas) de la cancha. Su ubicación depende de la capacidad de tiro y del adversario. Cuando los aleros juegan más cerca de la línea final, se habla de delanteros. El jugador debe tener buen lanzamiento desde los laterales, habilidad para las cortinas y la penetración, además de sincronizar su acción con las posibles entradas al cesto del piloto y del otro alero.

Péndulo: En algunas formaciones ofensivas, se utiliza un jugador llamado péndulo. Se coloca cerca de uno de los ángulos formados por la línea final y se denomina así porque su trabajo le lleva a desplazarse de un extremo a otro de la línea final, cual péndulo de reloj. Para desempeñar esta posición se requiere se requiere desarrollar el lanzamiento desde los ángulos, capacidad de rebote, pues invariablemente interviene en las jugadas bajo el tablero, habilidad en la penetración por la línea final y ciertas características similares al pivot, con el cual en ocasiones cambia de ubicación.

7) ¿Cómo se juega? Duración, jugadores, pelota, puntuación e inicio de partido.

–**Duración:** 4 tiempos de 15 minutos cada uno y 2 tiempos muerto para cada equipo de un minuto cada uno.

–**Jugadores:** 5 jugadores por cada equipo ,formados por 2 pivot, un alero, un piloto y un péndulo.

–**Pelota:** Debe ser esférico y de color anaranjado, su cubierta debe ser hecha con cuero, caucho o material sintético. Su circunferencia no debe ser inferior a 74.9 cm ni superior a 78 cm. El peso del balón debe oscilar entre 567 g. y 650 g.

–**Puntuación:** Los tiros libres valen un punto. Los tiros desde más allá de la línea de triple valen tres puntos. El resto de los tiros de campo valen 2 puntos.

–**Inicio de partido:** El juego se inicia con un salto entre dos jugadores en el que el árbitro lanza el balón al aire en el círculo central de la cancha. Cada jugador trata de empujar el balón hacia un miembro de su equipo.

8) Reglas básicas: pasos, dobles, 5 segundos, campo atrás, 10 segundos, zona, tiempo que tiene cada equipo para hacer una canasta.

–**Pasos:** Progresión ilegal de más de dos pasos el jugador que retiene el balón entre sus manos.

–**5 segundos:** Cuando un jugador con balón se encuentra estrechamente marcado y no lo pasa, lanza, rueda o bota en un espacio de 5 segundos, se le penalizará con la pérdida del balón que pasa al equipo contrario.

–**Campo atrás:** Cuando estando un jugador en posición con la pelota en campo contrario vuelves hacia tu campo.

–**10 segundos:** El equipo en posesión del balón ha de pasar al campo contrario en menos de 10 segundos, si supera ese tiempo, el balón pasa al equipo contrario.

–**Zona:** El equipo organiza un sistema defensivo en el que cada jugador ocupa un puesto fijo, al que se repliega ante el ataque adversario, sin luchar por la posesión del balón lejos del cesto, limitando las posibilidades de imponer su juego.

–**Tiempo que tiene cada equipo para hacer una canasta:** Cada equipo tiene 24 segundos de posesión de balón, si lanzas a canasta y fallas, pero recoges el rebote tienes otros 24 segundos.