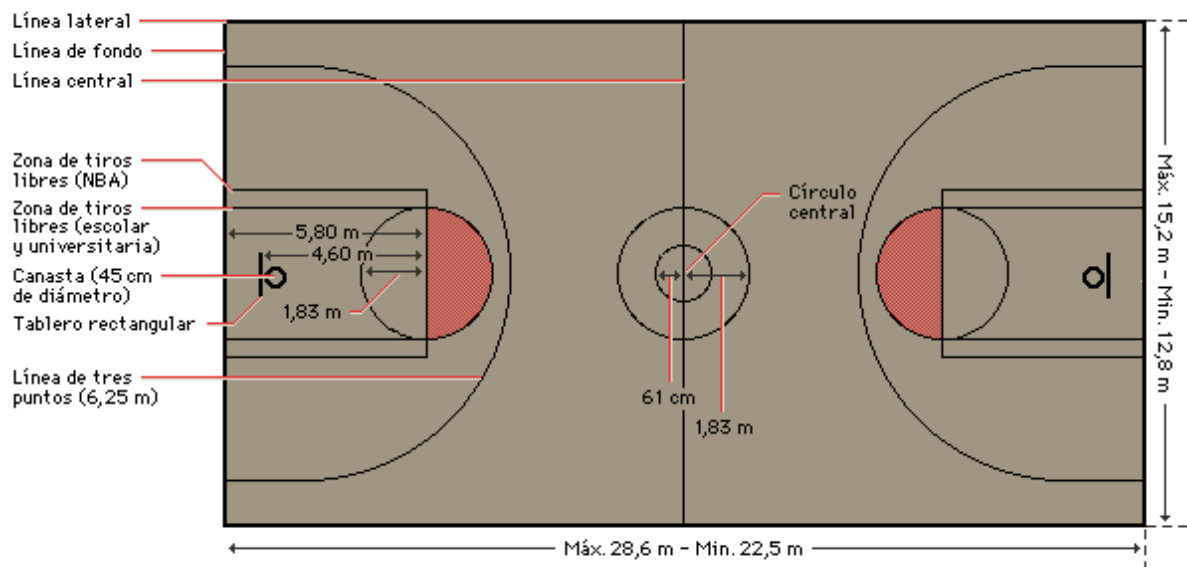


Definición: deporte polideportivo cooperación/ oposición, consistente en meter una pelota con las manos en la canasta contraria.

Dimensiones del terreno de juego:



.Equipo: Un equipo convencional de baloncesto, que está dirigido por un entrenador, se compone de 5 jugadores, pívot, ala-pívot, alero, escolta y base.

Partido: Los partidos se componen, normalmente, de dos tiempos de 20 minutos de juego real, excepto en la NBA, que constan de cuatro tiempos de 12 minutos cada uno.

Reglas principales: El partido comienza cuando el árbitro lanza la pelota al aire en el círculo central donde los pívots de cada equipo saltan e intentan golpear la pelota con sus manos y pasársela a sus compañeros. Si un jugador corre con la pelota sin botarla, comete una infracción llamada pasos, que le da la posesión de la pelota al otro equipo. Si se bota el balón, se coje y se vuelve a botar se cometen dobles. Cuando se logra una canasta, el equipo contrario pone la pelota en juego desde detrás de su línea de fondo y trata de mover la pelota hacia adelante para anotar. El jugador sobre el que se comete un contacto ilegal, llamado falta personal, tiene derecho a lanzar uno o dos tiros libres desde una línea situada a 4 m de la canasta, siempre que éste se encontrara en posición de tiro o que el equipo contrario hubiera llegado a un número determinado de faltas (que es variable en cada país); cada tiro enceestado vale un punto. Faltas típicas son empujar, agarrar y cargar. El jugador al que se le hace falta en el momento en que está tirando y que consigue encestar, tiene derecho a un tiro libre adicional, lo que se conoce como jugada de tres puntos. En baloncesto profesional el exceso de faltas penaliza, ya que concede al contrario oportunidades extra de tiros libres. Un jugador que exceda el número permitido de faltas (cinco o seis según las diferentes normativas de las asociaciones correspondientes), queda eliminado del partido. Cuando el balón se encuentra en trayectoria descendente hacia la canasta y es desviado por un defensor se llama tapón ilegal y se da por válida la canasta; si lo hace un jugador en ataque se llama interferencia y la canasta no es válida. Tiempo muerto es el que sirve para poner a punto nuevas tácticas o contrarrestar las del adversario. Dos por equipo en cada medio tiempo y son de 30 segundos

Sanciones principales: 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.

Técnicas principales:

–Pase: para dar un pase normal se utiliza el pase de pecho, para dar un pase dentro de la zona se suele utilizar un pase picado, y para dar pase largos se utiliza el pase de béisbol, que es darlo con una mano armándolo desde detrás de la cabeza.

–Tiro: se coloca una mano debajo del balón y la otra por un lado sosteniéndolo, al tirar debemos dejar el brazo bloqueado hacia la canasta.

–Parada: las hay en un tiempo que es parando con las dos piernas juntas y a dos tiempos, apoyando primero una y luego la otra.

–Bote: palmeando el balón contra el suelo no puede pasar por encima del hombro

Historia: El baloncesto podría ser una derivación de uno de los juegos más antiguos del mundo: el tlachtli o juego de la pelota. Los mayas construían en la mayoría de sus centros ceremoniales unas edificaciones de formas características para practicar este ritual. El recinto estaba compuesto por un patio central y dos transversales (uno en cada extremo del central), formando una I mayúscula. El patio central estaba flanqueado por gruesos muros inclinados y decorados, que tenían adosados los `marcadores': anillos de piedra para hacer que una pelota de hule pasara por su centro. La pelota era durísima y lastimaba al jugador, por lo que éste llevaba protectores en los brazos y la cintura, zonas con las que debía golpear la pelota para que el juego fuera válido. Uno de los mejores recintos del juego de pelota se encuentra en Chichén Itzá. El baloncesto fue inventado en diciembre de 1891 por el profesor de educación física canadiense James Naismith. Naismith introdujo el juego cuando era instructor en la Young Men's Christian Association (YMCA) en Springfield (Massachusetts), donde organizó un pasatiempo que consideraba apropiado para jugar en pista cubierta durante el invierno. El juego incluía elementos de fútbol americano, fútbol y hockey. La primera pelota usada fue de fútbol. Los equipos tenían nueve jugadores y las canastas eran de madera fijadas a los muros. Alrededor de 1897 se reglamentaron los equipos de cinco jugadores. El juego se extendió rápidamente por Estados Unidos, Canadá y otras partes del mundo, jugado tanto por hombres como por mujeres; también llegó a ser un popular deporte informal al aire libre. Los soldados estadounidenses participantes en la II Guerra Mundial popularizaron el deporte en muchos otros países. Un gran número de colegios universitarios

estadounidenses adoptaron el juego entre 1893 y 1895. En 1934 se celebraron los primeros juegos intercolegiales en el Madison Square Garden de la ciudad de Nueva York y el baloncesto universitario comenzó a despertar un gran interés. En la década de 1950 llegó a ser un deporte de colegios mayores, consolidándose de este modo el camino para el crecimiento del interés en el baloncesto profesional. La primera liga profesional, la National Basketball League, se formó en 1898 para proteger de la explotación a los jugadores y promover un juego menos duro. Aunque sólo estuvo vigente durante cinco años su desaparición propició un número de ligas inconexas en el noreste de Estados Unidos. Uno de los primeros y más grandes equipos profesionales fue el Original Celtics, organizado en 1915 en la ciudad de Nueva York; jugaron 150 partidos por temporada y dominaron hasta 1936. Los Harlem Globetrotters, grupo que se fundó en 1927, un notable equipo de exhibición, se especializó en juegos divertidos y malabarismos en el manejo de la pelota. En 1949 dos ligas profesionales posteriores, la National Basketball League (formada en 1937) y la Basketball Association of America (1946) se unieron para crear la National Basketball Association (NBA). Los Boston Celtics, liderados por su pívot Bill Russell, dominaron la NBA desde finales de la década de los 1950 hasta finales de la década siguiente. En esa misma época, equipos profesionales jugaron anualmente de costa a costa ante millones de espectadores. Wilt Chamberlain, un pívot de Los Ángeles Lakers, fue otro jugador estrella de la época y sus batallas con Russell se esperaban ansiosamente. Kareem Abdul-Jabbar, otro pívot, sobresalió durante la década de 1970. Jabbar perfeccionó su famoso tiro sky hook (gancho del cielo), mientras jugaba para Los Ángeles Lakers y dominaban la competición. La NBA sufrió un bajón de popularidad a finales de la década de 1970, pero resucitó a través del crecimiento de la fama de sus jugadores más destacados: a Larry Bird de los Boston Celtics y a Earvin Magic Johnson, de Los Ángeles Lakers, se les atribuye haber transmitido emoción en la liga gracias a su mayor habilidad y a su rivalidad durante la década. A finales de la década de 1980 Michael Jordan de los Chicago Bulls ascendió a la categoría de estrella y ayudó a su equipo a dominar la NBA a comienzos de la década de los 1990.