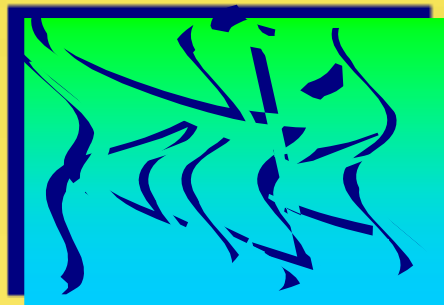
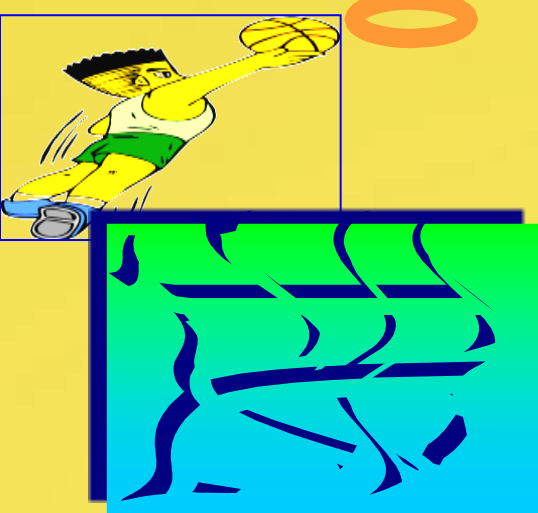
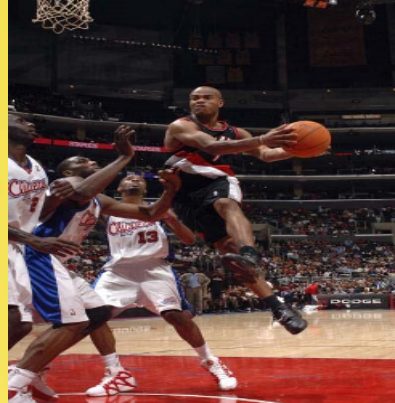


# 篮球基础知识课件



# NBA欣赏



# 篮球运动

起源  
发展

起源

发展

方法

趋势

场地  
篮板

场地

篮板

篮圈

组装

特点  
价值

特点

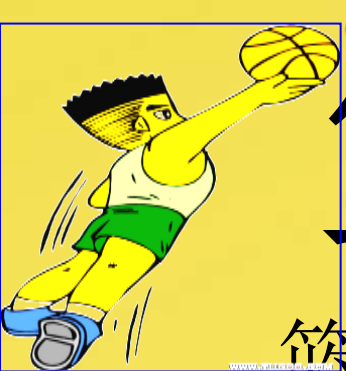
价值

规则  
简介

违例

犯规

信息  
反馈



# 篮球运动的起源

篮球运动在1891年起源于 ，是詹姆士·奈·史密斯发明的。

史密斯最初看到儿童做的投准游戏受到启发，在健身房两头离地面3.05米高的墙壁上订上盛苹果的竹篮子，用足球作为比赛的工具，把学生分成人数相等的两组，他自己在健身房中间把足球向上抛起，两组学生开始抢球，抢到球后通过运球、传球，最终把球投进对方的球篮为得1分，最后得分多的一组获胜。

篮球运动就这样被发明了。因为最初用的篮子是竹子做的，后来就被命名为“篮球”。



# 篮球运动的发展

篮球运动发明后，很快风靡，不仅广大中小小学生非常喜爱，成人也非常喜爱，如军人、传教士等。一时间 人都投入到篮球运动的热潮中。

1893年，篮球运动发展成与现代相类似的篮板、篮圈、篮网，而且有了专门的比赛用球及规则。

篮球运动1893年传入法国，1894年传入中国、1901年传入 、波斯、1905年传入俄国。

1904年男子篮球被列为奥运会表演项目，

1936年男子篮球被列为奥运会正式比赛项



# 比赛方法

- 1、每方5名队员上场比赛；
- 2、比赛开始由裁判员在中圈内组织跳球，双方各1名队员站在中圈内，其他队员站在中圈外，裁判员将球向上抛起，待球开始下落后，跳球队员开始拍球，其他队员抢到球后力争将球投进对方的球篮，投进一球得2分，3分线外投进一次得3分，罚球投进一次得1分。最后得分多的队获胜。
- 3、一方违例或犯规不罚球时，由对方在违例或犯规地点最近的界外掷界外球继续比赛；一方犯规需要罚球时，按罚球的方法继续比赛。
- 4、比赛分为两半时制（每半时各20分钟，两半时之间休息10分钟）或四节制（每节各12分钟，第1、2节之间和第3、4节之间各休息2分钟，第2、3节之间休息10分钟），若比赛结束双方比分相同，则要采用一个或几个绝胜期（5分钟）来继续比赛，直到分出胜负为止。
- 5、对于两半时制的比赛，每名队员满5次犯规即取消其比赛资格；对于四节制的比赛，每名队员满6次犯规即取消其比赛资格。凡满5或6次犯规而罚下场的队员，本方可以进行替换。

[返回  
主页](#)

[链接  
场地](#)



# 现代篮球运动的发展趋势

- 1、快速：队员速度、攻防节奏都加快了。
- 2、多变：攻防的战术变化多。
- 3、准确：投篮命中率越来越高，每场比赛的得分大大地超过以前。
- 4、全面：队员的技术越来越全面，队员的位置已不太重要，中锋参与快攻、组织等。
- 5、高空：高大队员越来越多，争抢篮板越来越高（高者达3.5米）
- 6、职业化进程加快。
- 7、娱乐性加强。
- 8、健身性越来越明显。
- 9、普及率越来越高。
- 10、队员成熟明显提前。





# 篮球场

长28米

0.15米

返回  
3秒

返回  
罚球

返回  
回场

返回  
方法

宽15米

6.25米

R=3.6米

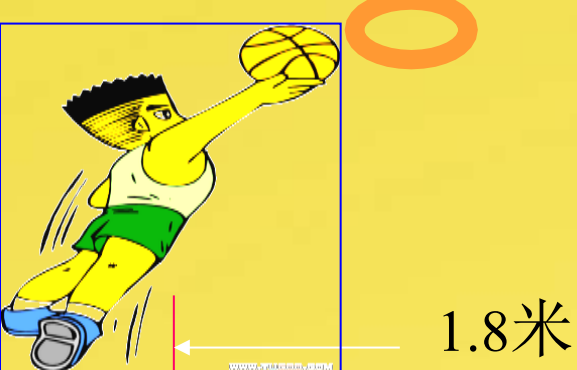
5.8米

3

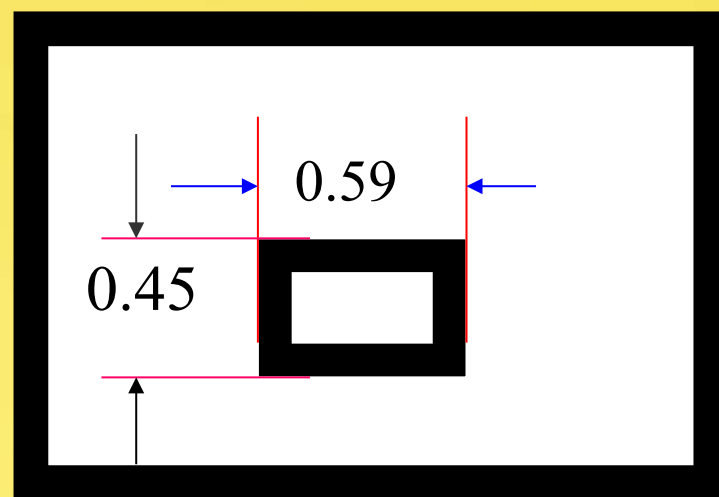
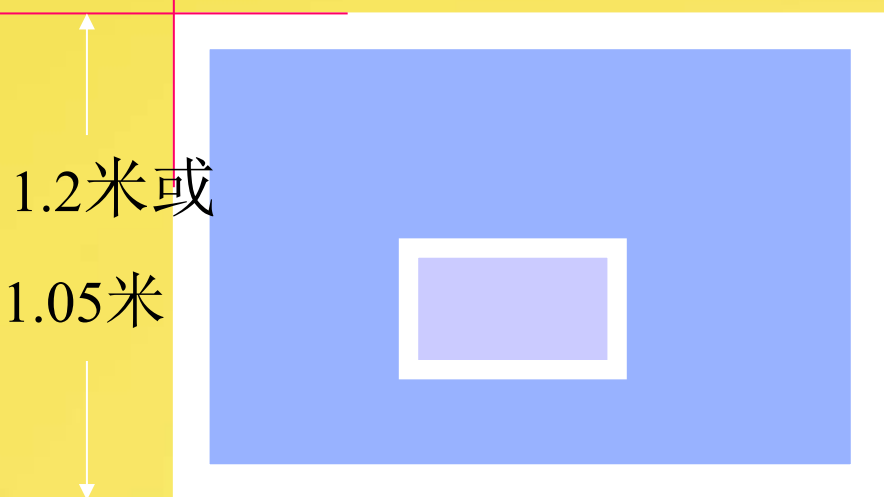
3

场上的所有线的宽度都为0.05米





# 篮板



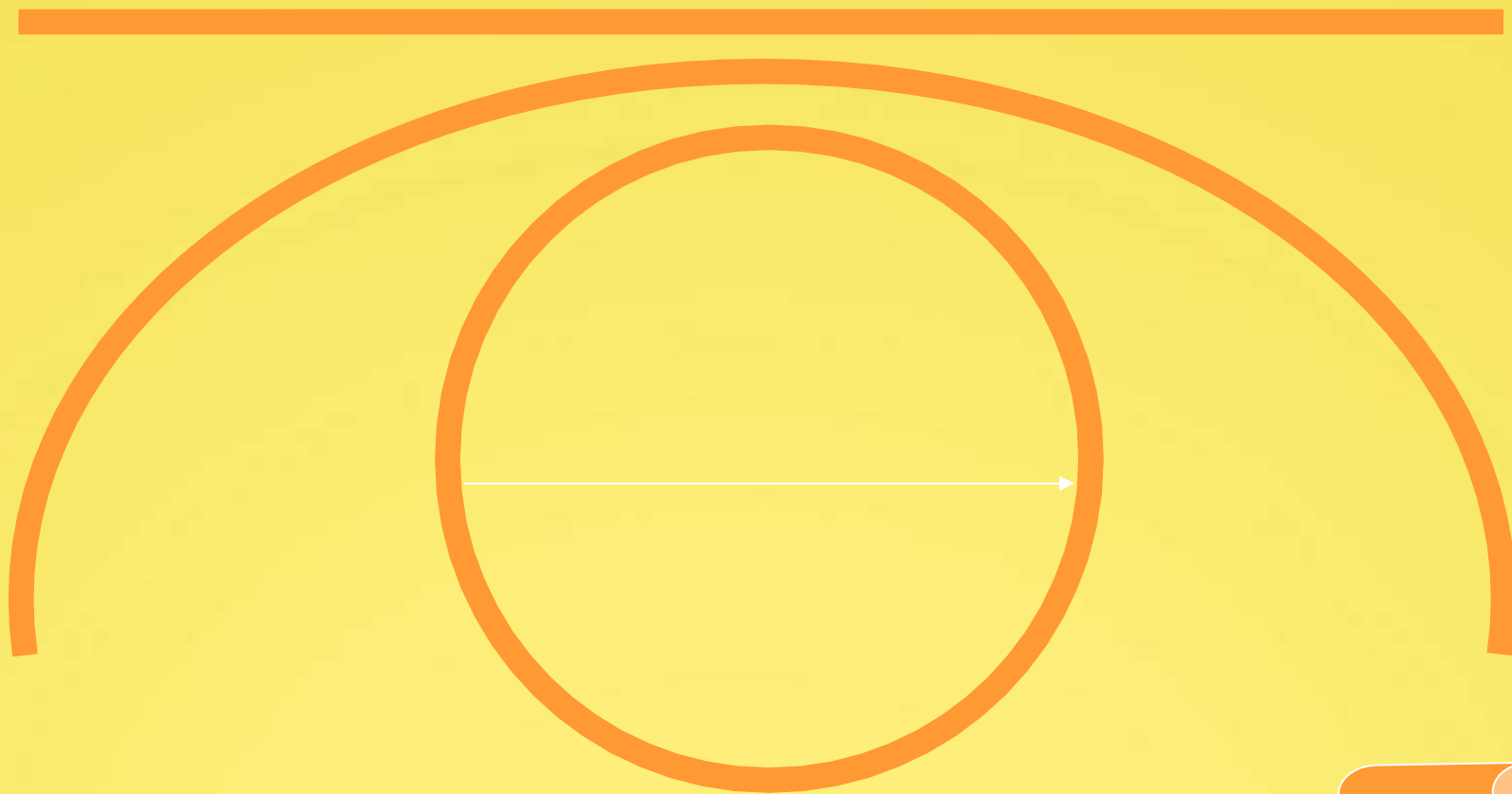
透明篮板四周画0.05米宽的白线  
中间的小方框也为白色。

木质篮板四周画0.05米宽的黑线  
中间的小方框也为黑色





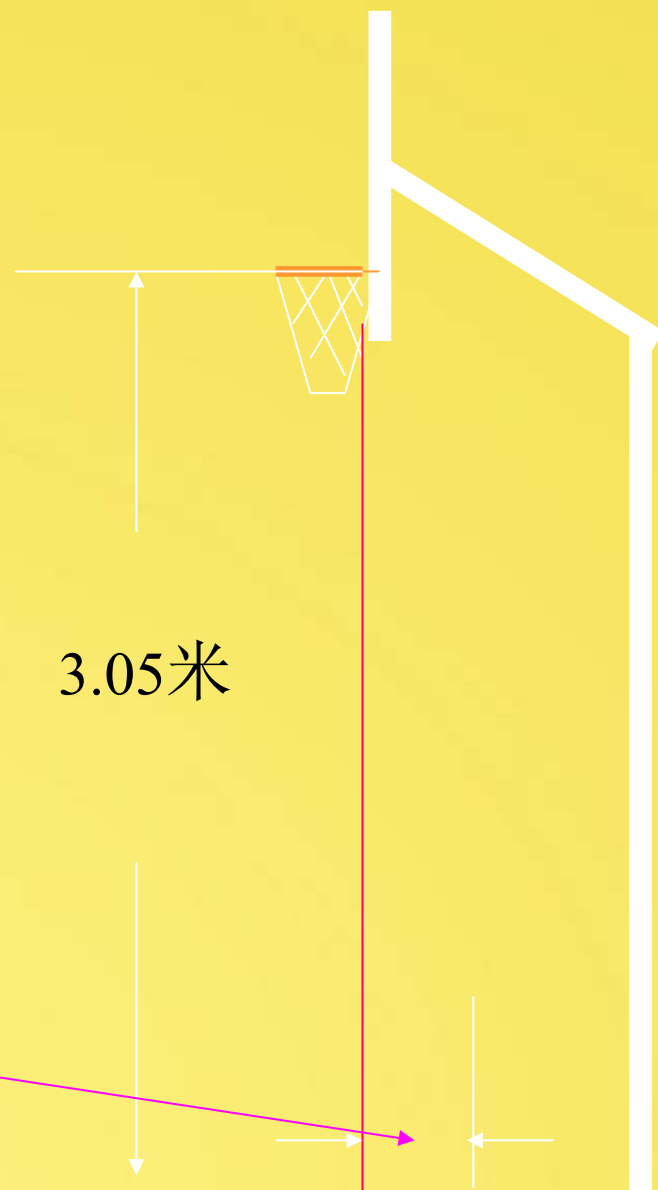
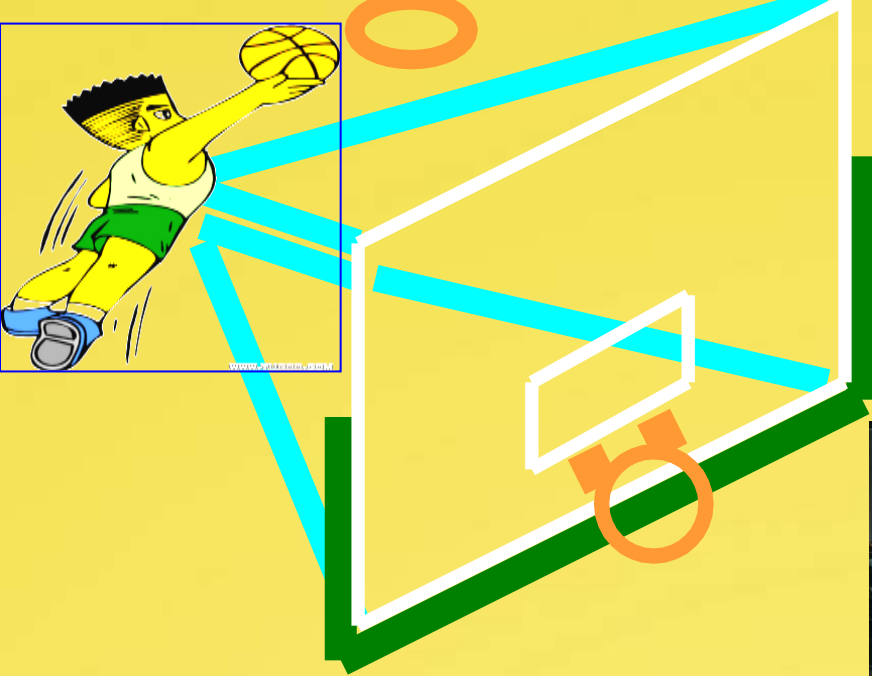
# 篮 圈



篮圈内径=0.45米

$R=0.02$ 米

返回  
主页



返回  
主页



# 篮球运动的特点

- 1、集体性：胜利的取得是靠集体的力量来完成的。
- 2、对抗性：进攻与防守的对抗和心理的斗争中。
- 3、技巧性：技战术具有非常强的技巧。
- 4、趣味性：比赛与游戏的趣味性极强。
- 5、娱乐性：游戏、比赛、健身时具有非常强的娱乐性。
- 6、健身性：经常参加篮球运动，综合健身效果非常好。

返回  
主页

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：  
<https://d.book118.com/846200114144010130>