

Uvod

Košarka je moštveni šport, v katerem se pomerita 2 ekipe. Cilj vsake ekipe je, da doseže čim več košev. Vsaka ekipa ima na klopi po 7 igralcev, na igrišču pa po pet igralcev. Igra traja 40 minut (4 četrtine po 10 minut). Vsaka ekipa ima seveda trenerja in boljše ter slabše igralce. Košarka je šport z žogo, v katerega je treba vložiti veliko truda in znanja. Najtežje je osvojiti to, da ne delamo korakov, dvojnega vodenja in osebnih napak - prekrškov. Igralec s petimi osebnimi napakami mora oditi z igrišča.



Slika 1: Luka Dončić v ligi NBA

ZGODOVINA KOŠARKE

Ameriška Pok-ta-pok in Tchlatcli

Številna odkritja so razkrila obstoj iger oziroma igrišč, podobnih današnji košarki, daleč nazaj v človeški zgodovini. Različna ljudstva srednje in južne Amerike so poznala igro, katere cilj je bil spraviti žogo skozi luknjo ali obroč še v času pred našim štetjem. V Chiapasu, današnji Mehiki, so našli igrišče, katerega obstoj ocenjujejo približno v leto 1400 pred našim štetjem. Azteški »Pok-tapok« in majevski »tchlatcli« sta taki igri, ki sta pri obeh ljudstvih bili zelo popularni, saj so ju oboji zelo veliko igrali. Značilnost obeh je bila, da je bilo treba spraviti trdo žogo skozi obroč.



Slika 2: Igra Pok-ta-pok

EVROPSKA CHOLANGE in KORBBALL

Igro, imenovano »cholange«, so igrali prebivalci v Normandiji in Bretaniji na pravokotnem igrišču, velikem do 300 metrov. Na sredi igrišča so imeli nameščen obroč, skozi katerega so morali igralci vreči 3-4 kg težko žogo. Bolje poznana in tudi časovno bližje je igra, imenovana »korbball«, ki so jo imeli nekateri za pravo predhodnico današnje košarke, o čemer pa kljub številnim podobnostim ni nobenih dokazov. Korbball je bila igra, zelo priljubljena v drugi polovici 19. stoletja, v Nemčiji je bila nekaj časa tudi v osnovnem šolskem programu, igrala pa se je še v Avstriji, Švici, Nizozemski in prek avstrijskih šol prišla tudi na Slovensko. Igrali so ga lahko v dvorani ali na prostem, na igrišču spremenljivih mer, vsako moštvo pa je imelo po sedem igralcev - šest jih je igralo v polju, sedmi pa je bil zadolžen izključno za obrambo koša. Košarka se je prav neverjetno hitro razvila in razširila po svetu, od leta svojega nastanka, 1891, ko so jo prvič zaigrali v Springfieldu, Massachusettsu, ZDA, do prvega nastopa v Evropi že naslednje leto, 1892, jo zaigrajo v Ženevi. Leta 1897 je že nastala prva profesionalna košarkarska liga - National Basket Ball League v ZDA. Dobro desetletje kasneje od njenega nastanka, leta 1904, je bila predstavljena na olimpijskih igrah v St. Louisu, prvič kot olimpijski šport pa se je igrala v Berlinu na OI 1936.

Springfield, ZDA

Košarka je med športi posebna v tem, da si jo je nekdo izmislil in se ni razvila iz kakšne druge oblike športa. Leta 1891 je James Naismith iz Springfielda, poskušal izmisliti igro, ki bi jo šolarji lahko igrali v telovadnici med dolgimi zimami. Zgodba pravi, da je na koncu napisal osnovna pravila in na zid telovadnice pribil košaro za breskve. »Basket ball« (koš-žoga), kot je ime predlagal eden od študentov, se je takoj priljubil in razširil skupaj z igranjem igre.

Praktični del (priporočamo):

- športne aktivnosti v naravi (tek, hoja, planinski pohod ...). Ne pozabite na ustrezno ogrevanje (gimnastične vaje, lahkoten tek ...).