

SMISEL IN PRAVILA KOŠARKE

Prvotna pravila

Obstaja 13 prvotnih pravil košarkarske igre, ki jih je postavil Naismith že na samem začetku, ko si je igro izmislil in so veljala vseskozi od začetka ter veljajo v veliki meri še dandanes za osnovna pravila v košarki:

1. Žogo se lahko vrže v katerokoli smer z eno ali obema rokama.
2. Žogo se lahko vodi v katerokoli smer z eno ali obema rokama, vendar nikoli s pestjo.
3. Igralec ne sme teči skupaj z žogo, vreči jo mora z mesta, na katerem se je z njo ustavil.
4. Žogo je treba držati med dlanmi, roke ali telo se ne smejo uporabljati.
5. Brez potiskanja, spotikanja ali kakršnegakoli dotikanja nasprotnika. Prva kršitev tega pravila se šteje kot prekršek, v drugo se igralca diskvalificira do naslednje igre. V primeru, da je očitna namera škodovati nasprotniku, se igralec izključi za celotno igro.
6. Prekršek je udarjanje na žogo s pestjo, kršitev členov 3 in 4 in kot je opisano v členu 5.
7. Če katera stran naredi tri prekrške zaporedoma, se to šteje v dobro nasprotniku.
8. Cilj (koš, točka) se doseže, ko je žoga vržena v koš in ostane tam. Če žoga postoji na robu (obroču) in nasprotnik premakne njo ali koš, se šteje kot veljavni cilj (točka).
9. Ko gre žoga izven igrišča, se vrže v polje in jo prva oseba po dotiku vodi naprej. V primeru spora se posreduje tako, da se jo vrže naravnost v polje. Metalec ima na razpolago pet sekund. Če si ga vzame več, mora preiti žoga k nasprotniku.
10. Razsodnik se mora seznaniti glede napak in o tem obvestiti sodnika. On ima moč, da diskvalificira ljudi v skladu s členom 5.
11. Sodnik razsoja glede žoge in se odloči, kdaj je žoga v igri, izven polja, kateri strani pripada, ter meri čas. On se odloči, kdaj je bil pravilno dosežen cilj in vodi zadeve, ki jih običajno izvaja zapisnikar.
12. Igralni čas je dvakrat po petnajst minut, vmes je pet minut počitka (danes drugače)
13. Stran, ki doseže največ točk v tem času, se razglasi za zmagovalca.

Ta igra je dokaj drugačna od tiste, ki se igra danes. Na primer, vodenje žoge z obema rokama in večina fizičnih stikov je nedovoljenih. Vendar pa so postavila temeljne okvirje, ki so se kasneje skozi čas in prostor v nekaterih točkah spreminjala in prilagajala različnim vidikom ter novejšim potrebam.

Točkovanje

Število točk se opravi z dodeljevanjem točk za vsak doseženi koš glede na mesto, kjer se je nahajal tisti, ki je zadel, in glede na vrsto meta samega:

- 1 točka se dodeli za vsak koš, izvajan iz prostih metov,
- 2 točki se dodelita za vsak koš, dosežen iz strelav znotraj območja, omejenega s črto za 3 točke,

- 3 točke se dodelijo za vsak koš, dosežen zunaj območja, ki ga meji črta za 3 točke, pri tem pa se strelec ne sme dotakniti niti same črte. Mejno črto za tri točke so najprej uvedli v NBA leta 1979 nato pa leta 1983 še v tekmovanjih pod okriljem FIBA.

Če je nad igralcem med strelom narejen prekršek, se mu v primeru zgrešenega koša dodeli toliko prostih metov, za kolikor je bil izvajan strel, se pravi za dva ali tri mete. V primeru prekrška in doseženega koša, se igralcu dodeli dodatni prosti met. V primeru nešportnega prekrška in tudi tehnične napake, se dosodi dva prosta meta in še posest žoge za ekipo, nad katero je bila storjena kršitev. V primeru tehničnih ali nešportnih napak se med izvajanjem prostih metov ne skače za odbito žogo, kot je to v primeru, ko se izvaja proste mete po dosojeni osebni napaki.



Slika 1: Črta za prosti met



Slika 2: Prostor za 3 točke



Slika 3: Prostor za 2 točki

Praktični del (priporočamo):

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