BASQUETE

HISTÓRIA, REGRAS BÁSICAS E FUNDAMENTOS

HISTÓRIA

* PRIMEIRO ESPORTE COLETIVO DE QUADRA
* 1891
* SPRINGFIELD, MASSACHUSETTS, EUA
* CRIADOR: JAMES NAISMITH
* MOTIVO DA CRIAÇÃO: partiu-se da necessidade de uma prática que pudesse trazer uma maior motivação aos alunos, que durante os meses de verão praticavam o futebol americano e o atletismo, e no inverno tinham apenas a ginástica;
* O BASQUETE NO INÍCIO DEVERIA ATENDER AOS SEGUINTES ÍTENS:

- servir para grande número de alunos

- ser um exercício completo;

- ser atraente;

- poder ser adaptado a qualquer

- espaço;

- não ser muito violento;

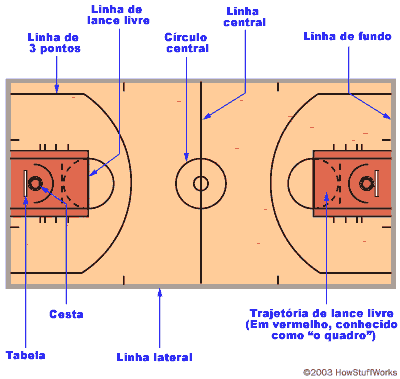
- ser científico, para lograr interesse

geral.

PRIMEIRAS REGRAS

* JOGADO COM BOLA GRANDE E ESFÉRICA;
* JOGADO COM AS MÃOS;
* A BOLA DEVERIA SER PASSADA;
* OS JOGADORERS NÃO PODIAM CORRER COM A BOLA NAS MÃOS;
* PARA ANDAR COM A BOLA SÓ SE FOSSE BATENDO-A NO SOLO;
* DEVERIA TER UM OBJETIVO PERMANENTE(ALVO/CESTA)

QUADRA DE JOGO E.U.A. E ATUAL BRASIL



REGRAS BÁSICAS(PESQUISE NA NET)

* NÚMERO DE ATLETAS
* TEMPO DE JOGO
* INÍCIO DO JOGO
* BOLA EM JOGO E FORA DE JOGO
* FALTAS
* IRREGULARIDADES NA CONDUÇÃO DE BOLA
* SISTEMA DE PONTUAÇÃO (CESTAS)

FUNDAMENTOS BÁSICOS

* PASSE: de peito, picado, de gancho e por cima da cabeça e de ombro.
* RECEPÇÃO
* DRIBLE
* ARREMESSO: bandeja, com uma das mãos, jump e gancho.
* LANCE LIVRE
* REBOTE

POSIÇÕES DOS JOGADORES E FUNÇÕES

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Posição nº** | **Nome da Posição** | **Função do Jogador** |
| 1 | Armador ou armador-organizador(point-guard) em inglês) | Conduzir a bola e organizar o ataque |
| 2 | Armador-arremessador, segundo armador ou ala-armador(shooting guard em inglês) | Auxiliar na organização do ataque, na condução da bola e nos arremessos distantes da cesta |
| 3 | Ala ou ala menor(forward ou small forward em inglês) | Arremessos de longa e média distância, e tentativas de invandir o garrafão |
| 4 | Ala maior, ala de força, ala-pivô ou pivô de cima(power forward) | Arremessos mais próximos ao garrafão, disputa de rebotes |
| 5 | Pivô(center) | Arremessos dentro do garrafão, disputa de rebotes | |

SISTEMAS DE MARCAÇÃO

* INDIVIDUAL: EM TODA A QUADRA, NA ZONA DE DEFESA E PRÓXIMO AO GARRAFÃO.
* ZONA: 2+1+2, 1+2+2 e 2+3

Vantagens e desvantagens da Defesa Individual

Vantagens:

* Define responsabilidades;
* Exige do defensor a correta execução dos fundamentos individuais da defesa;
* Desenvolver a tensão e velocidade do movimento;
* Propicia o equilíbrio físico e técnico entre defensores e atacantes;
* E adaptável a qualquer tipo de ataque;
* Dificulta passe e arremesso de curta e longa distância.

Desvantagens:

* Facilita a penetração das cestas devido a marcação mais próxima;
* Facilita os movimentos de corta luz;
* Pode provocar um grande número de faltas pessoais;
* Dificulta o rebote defensivo pois os defensores não tem posição definida em função da não definição das posições dos defensores já que estas serão determinadas pelas posições dos atacantes.

Prós e Contras da Defesa Zona

* **Prós**   
  - Evita arremessos a curta distância.   
  - Excelente nas coberturas.   
  - Melhora a marcação dos pivôs.   
  - Facilita a volta para a defesa e saída    para contra-ataques
* **Contras**  
  - Facilita arremessos a média e longa distâncias.  
  - Facilita a troca de passes por parte do ataque.  
  - Possui pontos vulneráveis conhecidos, que    podem ser explorados pela equipe atacante.