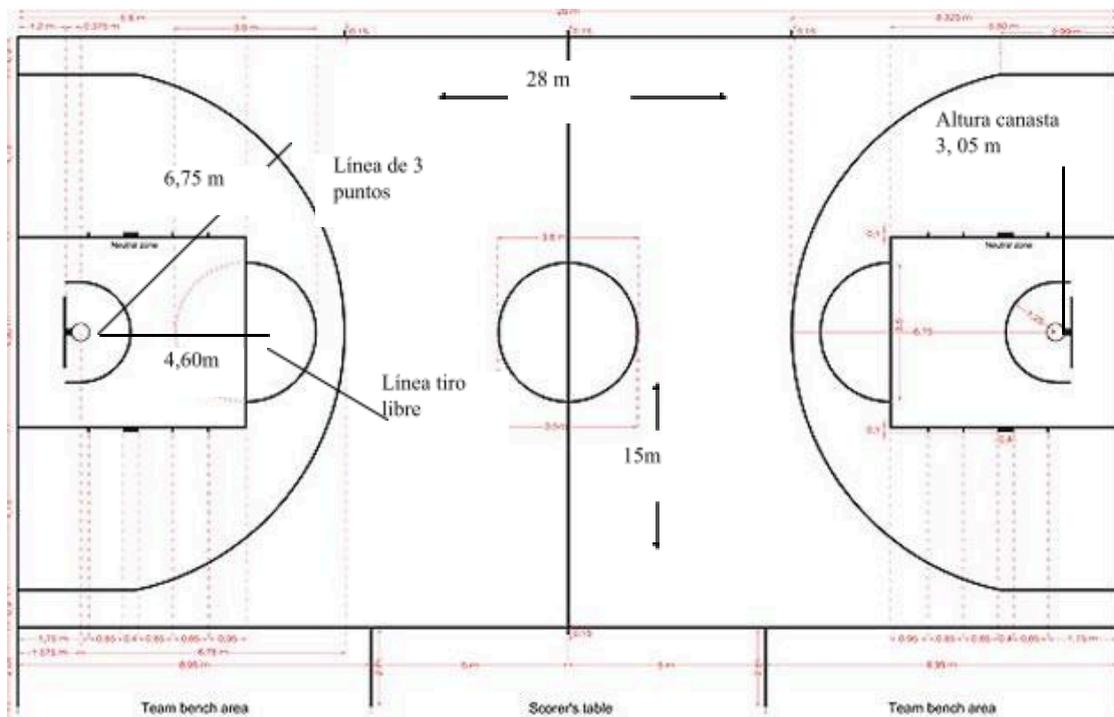


REGLAMENTO DEL BALONCESTO

1. OBJETIVO.

El baloncesto es un deporte en el que se enfrentan 2 equipos de 5 jugadores cada uno. Deben encestar un balón en la canasta contraria botando o pasando. Gana el equipo que más puntos consiga gracias a los encestes realizados. Estos encestes tienen un valor de 1, 2 o 3 puntos, según el lugar del campo desde donde se realicen.

2. TERRENO DE JUEGO.



3. REGLAS BÁSICAS

Dobles

Se realizan dobles en estas situaciones del juego.

1. Botar el balón con las 2 manos a la vez.
2. Botar el balón cogerlo y volver a botar.
3. Botar por encima de la cintura.
4. Saltar con el balón y caer con él.

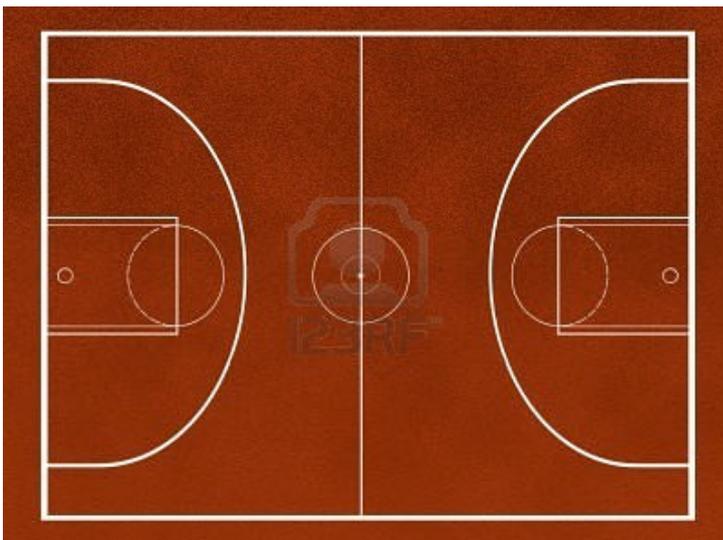
Pasos

Se realizan pasos cuando el jugador da más de 2 pasos sin botar la pelota. Por tanto se permite que el jugador de 2 pasos sin botar siempre que él se encuentre en movimiento y no desde una posición estática o parado.

Dentro de esta regla tenemos la opción de **pivotar** que es la opción que tiene un jugador de mover un pie en todas direcciones con el otro fijo en el suelo, como si estuviera girando sobre él mismo poseyendo el balón en las manos.

Campo Atrás

Se realiza campo atrás cuando el equipo que posee la pelota, equipo atacante, traslada la pelota, botando o pasando, desde el medio campo de ataque hasta el medio campo de defensa.



REGLAS SECUNDARIAS

24" posesión.

Es el tiempo que tiene el equipo de ataque para lanzar a canasta y que el balón entre en la canasta o en su defecto toque el aro. Si tocara el balón el aro, el tiempo de posesión volvería a los 24" para cualquiera de los dos equipos que cogiera el balón.

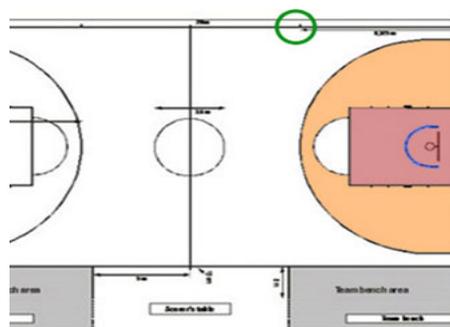
Si ese tiempo se sobrepasa el balón pasa a manos del otro equipo.

5" de un jugador

Es el tiempo que un jugador posee para poder tener el balón en sus manos sin botarlo o pasarlo. Si estuviera más de ese tiempo con el balón en las manos sin jugarlo, el balón pasaría al otro equipo.

3" en la zona

Es el tiempo que posee un jugador de ataque para permanecer dentro de la zona (llamada zona de 3") del equipo defensor . Por tanto los jugadores de ataque no pueden permanecer en esta zona de forma ilimitada. Si esto ocurriera el balón pasaría al equipo contrario.



Tiempo de juego

Un partido de baloncesto tiene una duración de 40 minutos, divididos en 4 periodos de 10 minutos cada uno. Es tiempo real , quiere decir que, el cronómetro se para cada vez que hay una interrupción en el juego.

Puntuación

Se puntúa de la siguiente manera:

- . 1 punto los lanzamientos que se realizan desde la línea de tiro

- libre cuando se está ejecutando el castigo de una falta personal.
- . 2 puntos los lanzamientos que se realizan dentro de la línea de 6,75 metros.
- . 3 puntos los lanzamientos que se realizan por fuera de la línea de 6,75 metros.

FALTAS PERSONALES

Se realiza una falta contra el contrario cuando con un contacto se le impide jugar con o sin la pelota de una manera correcta y coordinada. Cada jugador puede hacer durante el partido 5 faltas. El equipo irá acumulando faltas personales de sus jugadores a lo largo de cada cuarto del partido.

Cuando el equipo supera las 4 faltas en cada cuarto se le castiga siempre con 2 tiros libres.

Hasta que el equipo no llegue a esas más de 4 faltas anteriormente expuestas el castigo podrá ser :

- . 2 tiros libres en contra si la falta se realiza a un jugador que está en acción de tiro a canasta.
- . Saque de banda en contra si la falta se realiza a un jugador que no está en acción de tiro a canasta.

Tipos de faltas

a. Faltas Defensivas.

Las hace un jugador defensor a algún jugador de ataque con o sin balón.

b. Faltas de Ataque.

Las hace un jugador atacante, con o sin balón, a un jugador defensor. El castigo en las faltas de ataque nunca es tiro libre, aunque la falta se acumule más allá de la 4 falta de equipo en el cuarto de juego.

c. Faltas Antideportivas.

Las hace un jugador cuando no permite de manera deportiva el juego del contrario: agarrones, empujones, impedir una canasta fácil...El castigo para este tipo de falta es siempre 2 tiros libres y saque de banda para el equipo contrario.

d. Falta Técnica.

Se señala cuando existen protestas, insultos o incluso agresiones. Se puede señalar tanto a los jugadores, del campo o banquillo, como a los entrenadores. Se castiga de la misma manera que la falta antideportiva.

ESTRUCTURA DEL EQUIPO

El equipo lo componen un máximo de 12 jugadores. 5 de ellos están en juego y los demás serán suplentes. Los cambios que se pueden realizar son indefinidos y se harán en los momentos en que el balón está parado o no está en juego y con el permiso del árbitro.

Los 5 jugadores que se encuentran en la pista actúan en unas posiciones

determinadas que se denominan: base, escolta, ala , ala-pivot, pivot.

PRINCIPIOS DE LA TÁCTICA

La mayoría de los deportes colectivos tienen unos principios u objetivos comunes para su forma de jugar. Son principios u objetivos referidos a las acciones que se realizan en ataque o en defensa. Ahora los exponemos relacionándolos directamente con el juego del baloncesto y lo hacemos según el orden y preferencia en la acción que el equipo quiere desarrollar en el juego.

Principios de Ataque

1. Meter canasta.
2. Aproximarse a la canasta.
3. No perder el balón.

Principios de Defensa

1. Robar el balón.
2. Evitar que el equipo atacante avance a canasta.
3. Evitar la canasta.