

Baloncesto: Historia y reglamento



La historia comienza en 1891 con el profesor de Educación Física canadiense llamado James Naismith que trabajaba en una escuela en Springfield, Massachussets, tuvo que crear un nuevo deporte por orden del director de la escuela para ser una alternativa al fútbol americano y al béisbol, que se practicaban en el exterior y en el invierno era imposible su práctica por el frío y nieve.

Fue entonces que decidió crear un deporte que no tuviera contacto físico debido a las posibles heridas, especialmente siendo el piso de madera y que utilizase los pies. Decidió colgar dos cestas de melocotones a 3,05 metros del suelo (medida que nunca fue cambiada hasta los días de hoy) y el juego consistía en meter el balón dentro de la cesta del adversario.

Al principio creó 13 reglas principales por las cuales el juego se regía. Algunos cambios fueron surgiendo como la de cortar el fondo de la cesta para que no se tuviera siempre de interrumpir el juego cuando alguien marcaba.



Se implementaron las tablas, lo que dio origen a los rebotes, entre otras cosas. El juego se hizo bastante popular y en 1936 ya se estaba estrenando como modalidad olímpica.

Las reglas del baloncesto tienen algunas diferencias entre la NBA y todas las demás competiciones, tratando de obtener alguna mejora en ciertos aspectos, pero la tendencia es que esas diferencias van desapareciendo con el tiempo.

El juego está constituido por dos equipos, cada uno con 10 jugadores (5 titulares y 5 reservas) que tienen como objetivo hacer el máximo de puntos posible durante el juego. Gana el equipo con más puntos al final.

Se divide en 4 tiempos, cada uno con igual tiempo acordado por la federación o la competencia en particular, que puede durar entre 10 y 15 minutos cada uno.



La posesión del balón es decidida con una bola al aire, lanzada por el árbitro, y cada equipo elige a un jugador para intentar conseguir alcanzar la pelota y desviarla a un compañero de equipo.



Este lanzamiento de pelota tiene algunas reglas, siendo ellas:

- Los dos jugadores deben estar con los pies dentro de su mitad del campo.
- La pelota se lanza verticalmente y los jugadores sólo pueden tocar la pelota cuando ésta alcanza su punto más alto.
- Los demás jugadores deben permanecer fuera del círculo central hasta que alguno de esos dos jugadores toque la bola.
- A partir de ahí, en cada inicio de tiempo, la mesa señala de quién es la posesión de balón, apuntando una flecha hacia ese equipo.

Reglamento básico

Pasos:

Con el balón en las manos sólo se puede dar 2 pasos, 3 o más se señala falta.

Dobles:

- ❖ No rebotar el balón con las dos manos a la vez, si lo hace comete una falta que se llama dobles.
- ❖ Si un jugador rebota y deja de hacerlo agarrando el balón puede pasar o tirar, pero no volver a rebotar.
- ❖ Un jugador no puede saltar y volver a caer con el balón en posesión, debe pasar o tirar antes.

5 segundos:

El jugador que tiene el balón en posesión, no puede estar más de 5 segundos sin tirar, pasar o botar.

8 segundos:

Un equipo dispone de 8 segundos para abandonar su campo y avanzar hasta el campo contrario.

24 segundos:

Cuando un equipo tiene la posesión del balón dispone de 24 segundos para tirar a canasta, si no lo hace la posesión pasará al equipo contrario.

Campo atrás:

Una vez que el jugador con balón está en el campo contrario, no puede:

- ❖ Pasarle el balón a un compañero que esté en su propio campo.
- ❖ Volver rebotando hacia su propio campo.
- ❖ Pisar la línea central del terreno de juego.

Si el jugador realizara cualquiera de éstas acciones se pitaría una infracción llamada campo atrás.

3 segundos en zona:

Ningún jugador atacante puede permanecer más de 3 segundos en la zona del equipo contrario, excepto cuando está rebotando, lanzando o luchando por recoger un rebote.

Falta personal:

Una falta personal es una infracción que se pita siempre y cuando el jugador realice alguna de éstas acciones:

- ❖ Empujar
- ❖ Impedir el desplazamiento de su adversario por el campo o
- ❖ Tocar el brazo o la mano en el momento de tirar.

Si un jugador realiza 5 faltas personales será expulsado y substituido por otro jugador.



Tiros libres:

- ❖ Por cada falta personal = 1 tiro libre.
- ❖ Si un equipo comete entre 5 y 7 faltas personales en cada tiempo según las reglas de la federación o campeonato = 2 tiros libres.
- ❖ Cuando un jugador recibe falta en el momento de tirar a canasta dentro del área de dos puntos = 2 tiros libres.
- ❖ Si la falta se comete más allá de la línea de triples al momento de lanzar a canasta = 3 tiros libres.



EDUFUTURO

815 palabras

Referencias

<https://www.guatevision.com/conoce-la-historia-del-basquetbol-y-sus-reglas/>

<https://sportsreglas.com/es/baloncesto-historia-reglas/>

<https://www.eltribuno.com/salta/nota/2012-6-15-3-4-0-las-trece-reglas-originales-del-baloncesto>

