

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Estudante: _____ Data: ____/____/____

Professor (a): _____ Turma: _____

Escola: _____ 

Basquete (Básico)

História do Basquetebol



Em Dezembro de 1891, o professor de educação física canadense James Naismith, do Springfield College (então denominada Associação Cristã de Moços), em Massachusetts, Estados Unidos, recebeu uma tarefa de seu diretor: criar um esporte que os alunos pudessem praticar em um local fechado, pois o inverno costumava ser muito rigoroso, o que impedia a prática do Basebol e do Futebol Americano. O inverno era rigoroso e impossibilitava a prática do beisebol e futebol americano, pois os campos eram abertos e estavam cobertos pela neve. Foi então que Luther Gullick, diretor do colégio, pediu ao professor canadense James Naismith, que pensasse em tipo de jogo que pudesse ser praticado também em ambientes fechados, como salas de ginásticas.



James Naismith nasceu em 1861. Formou-se em Artes em 1883 e, em 1890 forma-se pastor (era casado e teve 5 filhos). Criou o basquete em 1891, mas conseguiu o diploma de Ed. Física somente em 1910. Foi professor e diretor universitário em diversas áreas, além de técnico de basquetebol, carreira que encerrou em 1912, com 53 vitórias e 58 derrotas. Faleceu em 1940, aos 79

anos. James Naismith logo descartou um jogo que utilizasse os pés ou com muito contato físico, pois

poderiam se tornar muito violentos devido às características de um ginásio, local fechado e com piso de madeira.

Após muitas reflexões, James Naismith pediu a um funcionário que trouxesse duas caixas para serem pregadas na parede; o funcionário não encontrou as caixas, mas trouxe dois cestos de pêssego, que foram pendurados na sala de ginástica. A partir daí, o professor Naismith criou 13 regras, que constituíram um jogo chamado por ele de BASKETBALL (que em português significa bola ao cesto). Os alunos logo gostaram desse novo jogo, que foi se espalhando pelas escolas da Associação Cristã de Moços do mundo todo, chegando ao Brasil logo em 1894, com o nome de BASQUETEBOL.

Assim era a cesta de pêssegos usada quando o basquete foi inventado. Ela era fechada embaixo porque só valiam os pontos quando a bola

permanecia lá dentro. As cestinhas com redes, presas em aros de ferro foram adotadas em 1896. Ao lado da cesta, sempre havia uma escada ou um bastão para sua retirada. Logo depois, criou-se um dispositivo para abrir o fundo da rede com a ajuda de um barbantinho. O formato atual passou a ser utilizado em 1898.

O primeiro Jogo



O primeiro jogo de Basquetebol foi disputado em 20 de Janeiro de 1892, com nove jogadores em cada equipe e utilizando-se uma bola de futebol,

sendo visto apenas por funcionários da ACM. Cerca de duzentas pessoas viram os alunos vencerem os professores por 5 a 1.

O basquete feminino iniciou em 1892 quando a professora de educação física do Smith College, Senda Berenson, adaptou as regras criadas por James Naismith. A primeira partida aconteceu em 4 de Abril de 1896. A Universidade de Stanford venceu a Universidade da Califórnia.

Basquetebol no Brasil

O basquetebol é um esporte altamente popular nos Estados Unidos. Aqui no Brasil, nós temos vários atletas de expressão que deixaram suas marcas não apenas aqui em nosso país, mas que também ficaram mundialmente conhecidos, como é o caso de Hortência, Paula, Janeth e Oscar Schmidt. O Brasil foi um dos primeiros países a conhecer a novidade. Augusto Shaw, um norte-americano nascido na cidade de Clayville, região de Nova York, completou seus estudos na Universidade de Yale, onde em 1892 graduou-se como bacharel em artes e onde Shaw tomou contato pela primeira vez com o basquetebol.

Dois anos depois, recebeu um convite para lecionar no tradicional Mackenzie College, em São Paulo. Na bagagem, trouxe mais do que livros sobre história da arte. Havia também uma bola de basquete. Mas demorou um pouco até que o professor pudesse concretizar o desejo de ver o esporte criado por James Naismith adotado no Brasil. A nova modalidade foi apresentada e aprovada imediatamente pelas mulheres. Isso atrapalhou a difusão do basquete entre os rapazes, movidos pelo forte machismo da época. Para piorar, havia a forte concorrência do futebol, trazido em 1894 por Charles Miller, e que se tornou a grande coqueluche da época entre os homens.

Aos poucos o persistente Augusto Shaw foi convencendo seus alunos de que o basquete não era um jogo de mulheres. Quebrada a resistência, ele conseguiu montar a primeira equipe do Mackenzie College, ainda em 1896. Shaw viveu no Brasil até 1914 e teve a chance de acompanhar a difusão do basquete no país. Faleceu em 1939, nos Estados Unidos.

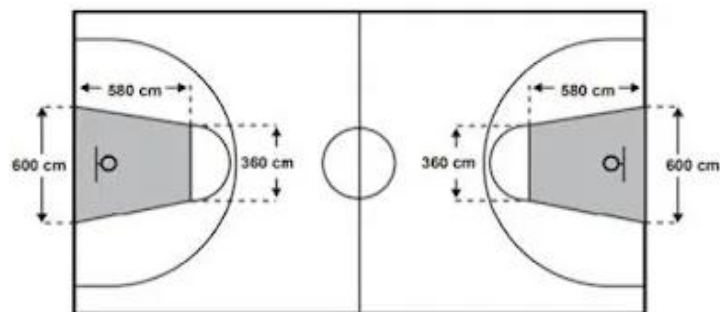
Em 1912, no ginásio da rua da Quitanda nº 47, no centro do Rio de Janeiro, aconteceram os primeiros torneios de basquete. Em 1913, quando da visita da seleção chilena de futebol a convite do América Futebol Clube, seus integrantes, membros da ACM de Santiago, passaram a frequentar o ginásio da rua da Quitanda. Henry Sims, convenceu os dirigentes do América a introduzir o basquete no clube da rua Campos Salles, no bairro da Tijuca. Para animá-los, arranhou um jogo contra os chilenos oferecendo uma equipe da ACM, com o uniforme do América que triunfou pelo curioso score de 5 a 4. O

plano vingou e o América foi o primeiro clube carioca a adotar o basquete.

Objetivo do Jogo

O objetivo do jogo é introduzir a bola no cesto da equipe adversária (marcando pontos) e, simultaneamente, evitar que esta seja introduzida no próprio cesto, respeitando as regras do jogo. A equipe que obtiver mais pontos no fim do jogo vence.

A Quadra de Jogo



Características e princípios básicos

O basquetebol, como toda modalidade esportiva coletiva tem como característica básica o confronto entre duas equipes que se dispõem pelo terreno de jogo e se movimentam com o objetivo de vencer, alternando situações de defesa e ataque. As modalidades coletivas apresentam pontos comuns: a bola, um terreno delimitado, uma meta a ser alcançada, companheiros de equipe, adversários, regras e árbitros.

As modalidades coletivas envolvem, necessariamente, invasão, oposição e cooperação. No ataque invasão caracteriza-se pela tentativa de atingir a meta adversária, “furando” bloqueios defensivos e penetrando em espaços onde essas metas estão alocadas. Sob o ponto de vista defensivo, a invasão ocorre no sentido de evitar a ação do ataque, diminuindo os espaços. Ao “invadir” os espaços, haverá o confronto que caracteriza a oposição entre ataque e defesa. (Para que isto aconteça de forma organizada, a cooperação entre os componentes de uma mesma equipe é fundamental). Os princípios de ataque e defesa que estão presentes nas modalidades esportivas coletivas e, conseqüentemente, no basquetebol são:

Ataque

Conservação da posse de bola – as equipes procuram organizar seu jogo através de situações que lhes deem a possibilidade de reter a posse de bola, de acordo com as regras específicas de cada esporte.

Desequilíbrio da defesa – as equipes procuram através de movimentações organizadas (ou não)

criar espaços na defesa para proporcionar uma melhor condição de finalização.

Finalização – forma de atingir a meta adversária e converter os pontos necessários.

Defesa

Recuperação da posse de bola – esta é a primeira tentativa das equipes para obter a possibilidade de atacar. Para isto são utilizados movimentos individuais e/ou coletivos. A recuperação também ocorrer após uma tentativa não convertida do ataque.

Contenção do ataque – decorrente da primeira situação, a defesa tenta limitar a ação do ataque, utilizando recursos permitidos pelas regras ou mesmo cometendo faltas.

Proteção da meta – definição de sistemas de defesa que dificultem a finalização.

Tempo de Jogo

Atualmente o basquete internacional encontra-se organizado pela FIBA – Federação Internacional de Basquetebol. As suas determinações valem para todos os países onde o basquete é jogado, exceto para a liga profissional de basquete dos EUA, a NBA, que mantém regras próprias, um pouco diferentes das regras internacionais. A expectativa é que as duas entidades se aproximem cada vez mais seus regulamentos. Para jogos regulamentados pela FIBA, o tempo de jogo oficial é de 40 minutos, divididos em quatro períodos iguais de 10 minutos cada. Entre o 2º e 3º períodos, há intervalo de 15 minutos, e invertem-se as quadras de ataque e defesa das equipes; logo, cada equipe defende em dois períodos cada cesta.

Numero de Jogadores

Uma equipe de basquetebol é formada por 12 jogadores, sendo 5 titulares e 7 reservas.

Posições Básicas dos Jogadores

São usadas, geralmente, no basquete, três posições: alas, pivôs e armador. Na maioria das equipas temos dois alas, dois pivôs e um armador.

Armador ou base: Planeja as jogadas e geralmente começa com a bola.

Ala e ala/armador ou extremos: Jogam pelos cantos. A função do ala muda bastante. Ele pode ajudar o base, ou fazer muitos cestos.

Ala/pivô e Pivô ou postes: são, na maioria das vezes, os mais altos e mais fortes. Com a sua altura, pegam muitos rebotes, fazem muitos afundaços (enterradas) e bandejas, e na defesa ajudam muito com os tocos.

Fundamentos Básicos

Empunhadura geral: É feita com os dedos e a parte calosa das mãos, polegares um de frente para o outro nas laterais da bola. Não é correto segurar a bola com as palmas da mão.

Manejo de corpo: São movimentos corporais utilizado no basquete que visam facilitar a aprendizagem dos fundamentos com a bola. Esses movimentos incluem: finta, giro, mudança de direção, mudança de ritmo e parada brusca.

Finta: Pela frente, por trás, reversão, por baixo das pernas e em passe livre.

Drible: Utilizado fundamentalmente para sair de uma zona congestionada e avançar no terreno.

Arremesso: Driblar e jogar a bola na cesta.

Bandeja: É um arremesso que tem que dar dois passos: o primeiro de equilíbrio e o segundo de distância. Que pode ser feito em movimento com passe ou driblando.

Assistência: Assistência é um passe certo que encontra outro companheiro de equipe, livre de marcação, e acaba convertido em cesto. O jogador que faz a assistência é tão importante como o jogador que marca o cesto.

Toco: É um bloqueio brusco ao movimento da bola que foi ou está sendo arremessada a cesta por um adversário.

Passe: O passe tem como objetivo a colocação da bola num companheiro que se encontre em melhor posição, para a criação de situações de finalização ou para a progressão no terreno de jogo.

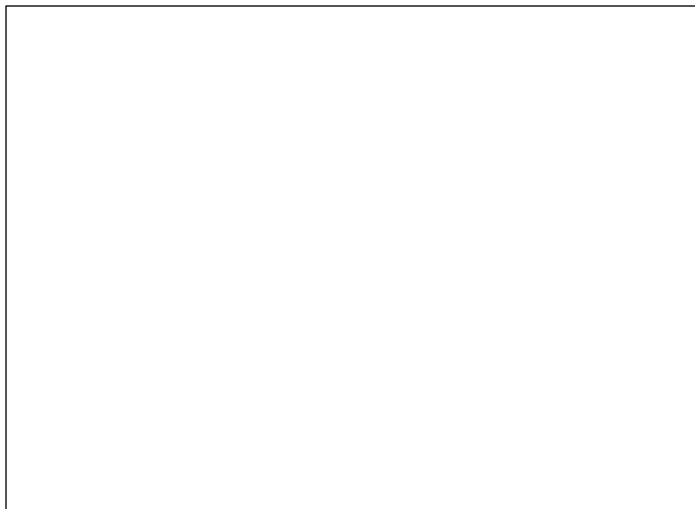
01 – Quem foi o inventor do basquetebol? Aonde e quando isso aconteceu?

02 – O que motivou a invenção desse esporte?

03 – Descreva historia do basquetebol no Brasil:

04 – Qual o objetivo principal dessa modalidade esportiva?

05 – Desenhe a quadra oficial do basquetebol com suas linhas e demarcações.



06 – Explique as características e princípios básicos do basquetebol.

07 – Por quantos jogadores é composta uma equipe I de basquetebol? Qual o tempo oficial de uma partida de basquetebol?

08 – Conceitue:

a) Empunhadura

b) Manejo de corpo

c) Finta

d) Drible

e) Passe

f) Arremesso

g) Bandeja

h) Assistência

i) Toco
