

BASQUETEBOL REGRAS BÁSICAS

O jogo inicia-se com “bola ao alto” no centro da quadra com um jogador de cada equipe para saltar e dar um tapa na bola, tocando-a para um de seus companheiros, estes dois não podem segurar a bola, nem sair jogando com ela dominada. Cada um fica colocado em sua quadra de defesa, com um dos pés mais próximo à linha central. Os demais jogadores ficam intercalados fora e próximos ao círculo central. Durante a partida, a bola só pode ser jogada com as mãos e o jogador poderá: passar, arremessar, dar tapas, rolar ou driblar em qualquer direção.

Um jogador que está segurando uma bola na quadra e está sendo marcado de perto por um adversário numa posição de marcação ativa a uma distância de não mais que um (1) metro, este deve passar, arremessar ou driblar a bola dentro de (5) segundos.

Não é permitido dar mais que 2 passos ou correr segurando a bola, chutá-la, bloqueá-la com qualquer parte da perna ou bater na bola com o punho fechado. Mas, se a bola tocar **acidentalmente** qualquer parte do membro inferior (perna ou pé) **não é** uma violação.

CESTAS:

Os pontos serão marcados para a equipe que está atacando a cesta na qual a bola entrou, da seguinte maneira:

- Uma cesta de um lance livre conta (1) ponto.
- Uma cesta da área de dois pontos conta dois (2) pontos.
- Uma cesta da área de três pontos conta três (3) pontos

Se um jogador **acidentalmente** marcar uma cesta em sua **própria cesta**, a cesta conta dois (2) pontos e será marcada como tendo sido feita pelo capitão, em quadra, da equipe adversária.

ZONA DE DEFESA E ZONA DE ATAQUE:

A **zona de defesa** de uma equipe consiste da cesta da equipe, a parte da frente da tabela e a parte da quadra limitada pela linha de fundo atrás da tabela daquela equipe, as linhas laterais e a linha central.

A **zona de ataque** da equipe consiste na cesta do adversário, a parte da frente da tabela e a parte da quadra limitada pela linha final atrás da cesta de seus adversários, as linhas laterais e a margem da linha central mais próxima a cesta de seus adversários.

A **bola** vai para a **zona de ataque** quando:

- Ela toca a quadra de ataque.
- ela toca um jogador ou um oficial que tenha parte de seu corpo em contato com a quadra de ataque.

Sempre que um jogador ganha o controle de uma bola **viva** em sua **zona de defesa**, sua equipe deve fazer com que a bola chegue a sua **zona de ataque** dentro de oito (8) segundos.

Sempre que um jogador ganhar o controle de uma bola **viva** em **quadra**, sua equipe deverá tentar um arremesso para a cesta dentro de vinte e quatro (24) segundos.

Um jogador que está com o controle de uma bola em sua zona de ataque, não poderá retornar nem fazer com que a bola seja retornada para sua zona de defesa.

Para constituir um arremesso para a cesta dentro dos vinte e quatro (24) segundos:

- A bola deverá deixar a(s) mão(s) do jogador antes que o sinal do dispositivo de vinte e quatro (24) soe, e
- Depois que a bola deixar a(s) mão(s) do jogador, a bola deverá tocar o aro ou entrar na cesta.

Violações:

Uma **violação** é uma infração às regras. Ex. andar ou correr mais que 2 (dois) passos segurando a bola, duplo drible...

Tipos de violações:

- Andar ou correr mais que dois passos segurando a bola;
- Fazer um drible, ou seja, quicar a bola depois segurá-la e voltar a fazer outro drible ou quicar novamente;
- Fazer o drible ou quicar com as duas mãos simultaneamente.
- Quando a bola sai pela lateral;
- Quando um jogador que estiver fora da quadra tocar a bola antes que esta tenha saído.

Jogador e / ou bola fora da quadra

Um **jogador** está fora da quadra quando qualquer parte de seu corpo toca o solo ou qualquer objeto, que não um jogador, em cima, acima ou fora da linha limítrofe

A **bola** está fora da quadra quando ela tocar:

- Um jogador ou qualquer outro objeto que esteja fora da quadra.
- O piso ou qualquer objeto na linha limítrofe ou fora de seus limites.
- Os suportes da tabela, a parte de trás das tabelas ou qualquer objeto acima da quadra de jogo.

Penalidade para violações:

A bola será concedida aos adversários para uma reposição no local mais próximo do local onde ocorreu a infração, exceto diretamente atrás da tabela, a não ser outra situação informada nestas regras.

Na reposição da bola em jogo o jogador que faz a reposição **não** poderá:

- Demorar mais que cinco (5) segundos para soltar a bola.
- Pisar na quadra enquanto tiver a bola em sua(s) mão(s).
- Fazer com que a bola toque fora da quadra, depois que ela tenha sido solta para a reposição.
- Tocar na bola na quadra, antes que ela tenha tocado outro jogador.
- Fazer com que a bola entre diretamente na cesta.
- Se mover mais que um (1) metro lateralmente, nem se mover em mais que uma direção do local designado pelo oficial antes ou enquanto está soltando a bola. Ele pode, entretanto, mover-se diretamente para trás da linha o quanto as circunstâncias permitirem.

FALTAS:

Uma falta é uma infração as regras, levando em consideração **contato pessoal** ilegal com um adversário e/ou comportamento antidesportivo.

Não é permitido ao jogador bater, empurrar ou tocar o adversário para se apossar da bola ou levar vantagem na jogada. É falta de um jogador que empurrar com os ombros ou quadris, um adversário ou interferir na liberdade dele de se movimentar estendendo cotovelos, braços, joelhos, ou outras partes de seu corpo.

Tipos de faltas:

- Falta pessoal;**
- Falta anti desportiva;**
- Falta desqualificante;**
- Falta técnica;**

Falta pessoal:

Um jogador não deverá segurar, bloquear, empurrar, fazer carga ou impedir a progressão de um adversário estendendo sua mão, braço, cotovelo, ombro, quadril, perna, joelho ou pé, nem inclinando seu corpo em uma posição 'anormal'(fora de seu cilindro), nem deverá iniciar qualquer jogada violenta ou dura.

Penalidade para falta pessoal:

Se a falta for cometida em um jogador que não está no ato do arremesso: ou não seja a 6 (sexta) falta da equipe infratora:

- A partida será reiniciada com uma reposição pela equipe que sofreu a falta no ponto mais próximo da infração.
Se a falta for cometida em um jogador no ato do arremesso, a este jogador será concedido o número de lance(s) livre(s) como segue:
- Se o arremesso para a cesta é convertido, a cesta contará e um (1) lance livre adicional será concedido.
- Se o arremesso da área de cesta de campo de dois pontos não for convertido, dois (2) lances livres serão concedidos.
- Se o arremesso da área de cesta de campo de três pontos não for convertido, três (3) lances livres serão concedidos.
- Se o jogador receber a falta junto, ou logo antes, do sinal do cronômetro de jogo indicando o final do período, ou da mesma forma, o sinal do dispositivo de vinte e quatro segundos soar, enquanto a bola está na(s) mão(s) do jogador e a cesta é convertida, esta não contará e dois (2) ou três (3) lances livres serão concedidos.
- A partir da 5 (quinta) falta da equipe todas as faltas pessoais, serão cobrados dois (2) lances livres.

Falta antidesportiva:

Uma **falta antidesportiva** é uma falta de jogador com contato que, no julgamento do árbitro, não é uma tentativa legítima de jogar na bola diretamente, ou de recuperar a bola dentro do espírito esportivo esportivo, ou seja, se o jogador não estiver fazendo nem um esforço para alcançar a bola e sim, só o contato com o adversário.

Se um jogador, no esforço para jogar a bola, causar contato excessivo (falta dura), então o contato será julgado como sendo antidesportivo.

Penalidade para falta anti desportiva:

Idem à de falta pessoal

Falta desqualificante:

Uma **falta desqualificante** é um comportamento antidesportivo flagrante de um jogador. Ou seja, atos de agressão contra adversários ou árbitros.

Um jogador também será desqualificado se contra ele forem marcadas duas (2) faltas antidesportivas., serão desqualificados.

Penalidade para falta desqualificante

Idem à de falta pessoal

Falta técnica:

Uma **falta técnica** é uma falta de jogador que não envolve um contato, e sim, de natureza de comportamento de desrespeito, usar linguagem ou gestos que ofendam ou provoquem os jogadores, ou árbitros;

Atrasar o jogo, tocando deliberadamente a bola depois de uma cesta;

Cair para simular uma falta;

Penalidade para faltas técnicas:

Se uma falta técnica é cometida:

Por um jogador, uma falta técnica será marcada contra ele como uma falta de jogador e contará como uma das faltas de equipe.

Dois (2) lances livres serão concedidos aos adversários, seguido por:

Uma reposição na linha central estendida, do lado oposto a mesa de controle.

Cinco faltas de um jogador:

Se um jogador cometer cinco (5) faltas, pessoais e/ou técnicas, terá que deixar a partida imediatamente. Ele deverá ser substituído dentro de trinta (30) segundos.

SISTEMAS DE DEFESA:

2 – 1 – 2 e 2 – 2 – 1

Posições de ataque:

Sempre que uma equipe tem posse de bola, ele avança para o ataque.

Existem 3 tipos principais de posição:

1.Armador – É o "homem chave" do jogo. É ele quem leva a bola da defesa ao ataque, efetua passes, arma jogadas, chama o jogo

2.Ala – É o jogador que mais infiltra, dribla, e participa nas jogadas. É uma boa posição para arremessos de longa distância.

3.Pivô – É o homem do rebote. Mas além de pegar rebotes, devido a sua altura e força, é bem utilizado em cortinas e ponte aéreas.

Posições de defesa:

Quando a equipe perde a posse de bola, ela aciona automaticamente seu sistema defensivo. Numa marcação ZONA há posições fixas.

1.Pivô Defensivo – É um ponto estratégico na defesa. Fica no meio do garrafão ajudando no rebote e no roubo de bola.

2.Ala Defensivo - Marca o respectivo Ala impedindo infiltrações, arremessos e roubando a bola.

3.Guarda – "Caça" rebotes defensivos, dá tocos, desarma as infiltrações e lança para contra-ataque.

Tipos de Marcação:

Mas nem sempre há posições fixas na defesa. Tudo depende do tipo de marcação.

Zona – Cada jogador tem uma posição fixa com uma certa função. Não há muitos movimentos.

Homem à Homem – "Cada um pega o seu !!!"; Cada jogador marca seu respectivo adversário. Ex: Ala marca Ala, Armador marca Armador. Não há posições defensivas fixas.

Pressão – O mesmo que Homem à Homem mas tendo como objetivo o roubo de bola e contra-ataque. Esta marcação é feita em toda a quadra.

Referências: Professor lino linossom.wordpress.com