

كرة السلة في ملخص

كرة السلة رياضة سريعة ومثيرة ومسلية، تجري بين فريقين يتألف كل منهما من خمسة لاعبين. ويُعدُّ الفريق فائزًا متى استطاع تسجيل عدد من النقاط يفوق ما سجله الفريق الآخر. ويحرز اللاعبون نقاطاً بقذف كرة كبيرة مُنفوخة بالهواء داخل هدف عال يُسمّى سلة عند أحد طرفي ملعب كرة السلة. يستطيع اللاعب أن يتقدم بالكرة نحو السلة عن طريقة المحاورة (تكرار ضرب الكرة بالأرض لترتد إلى اليد)، أو بتمرير الكرة إلى زميل من فريقه. ويحاول كل فريق . أيضاً . أن يمنع الفريق الآخر من إحراز النقاط.

تم ابتكار لعبة كرة السلة في الولايات المتحدة الأمريكية عام ١٨٩١م. وخلال منتصف القرن العشرين أصبحت لعبة كرة السلة الرياضة العالمية الأكثر شعبية في الملاعب الداخلية. وفي هذه الأيام يحتشد ملايين المعجبين داخل صالات الألعاب الرياضية، وميادين التنافس، لمشاهدة فرقهم المفضلة. وهناك ملايين آخرون يشاهدون هذه المباريات من خلال شاشات التلفاز .

تُعدُّ كرة السلة أحد أساليب الترويح، كما أنها رياضة جماعية منظمّة. ويمكن أن تُلعب بأقل عدد من اللاعبين قد لا يزيد عن لاعبين اثنين فقط، وكل ما يحتاجه هو كرة، وسلة، وسطح مستوٍ.

تتطلب كرة السلة عملاً جماعياً وردود فعل سريعة، وقوة احتمال. وللاعبين طوال القامة ميزة، لأن بإمكانهم الوصول بسهولة قريباً من الهدف، أو التصويب من فوق اللاعبين، وصد الكرات المرتدة. إلا أن اللاعبين قصار القامة لهم دور مهم في

مصطلحات كرة السلة

الارتكاز اسم آخر لموقع لاعب الوسط عندما يهاجم. في الارتكاز العالي يتحرك لاعب الوسط قرب قمة دائرة الرمية الحرة. وأما في الارتكاز المنخفض فيتحرك قرب السلة.

استلاب يحدث في حالة استحواذ أحد اللاعبين المدافعين على الكرة بطريقة قانونية من الفريق المهاجم. الإسقاط هدف ميداني يتم إحرازه بضرب الكرة بقوة من أعلى إطار السلة لتسقط في السلة. إعاقة التصويبة حالة ضرب لاعب مدافع الكرة بطريقة قانونية قبل أن تصل إلى السلة مستخدماً ذراعه أو كفه. التحول يحدث عندما يفقد الفريق المهاجم الاستحواذ على الكرة بدون أخذ تصويبة.

التسديد رمية تنفذ على مقربة من السلة.

دفعه خفيفة لداخل الهدف هدف ميداني يحدث بدفع كرة مرتدة لداخل السلة.

صرف الهدف إعاقة غير قانونية للاعب ما في حالة رفع الكرة عند محاولة تسجيل هدف ميداني عندما تكون

الكرة فوق السلة. فإذا حدث صرف الهدف من لاعب مدافع، تُسجل التصويبة كأنها هدف ميداني. وإذا حدث

صرف الهدف من لاعب مهاجم، تُعطى الكرة للفريق المدافع ولا تُسجل نقاط.

الكرة المرتدة كرة ترتد عائدة من لوحة الهدف أو الإطار بعد أن أخطأت التصويب.

الكرة الممسوكة كرة في حوزة لاعب من كلا الفريقين في آن واحد.

لعبة النقاط الثلاث تُلعب عندما يُحتسب خطأ على لاعب أثناء تسجيل هدف في السلة، ثم تسجل الرمية الحرة.

تحدث تصويبة النقاط الثلاث عندما يسجل لاعب هدفاً بعد قذفه الكرة من خلف الخط الخاص بالثلاث نقاط.

المساعدة تمرير لاعب مهاجم للكرة بحيث تؤدي إلى الهدف مباشرة.

المنطقة الأمامية للملعب نصف الملعب الذي يحتله الفريق المهاجم.

المنطقة الخلفية للملعب نصف الملعب الذي يحتله الفريق المدافع

الملعب. يبلغ طول ملعب كرة السلة القانوني ٢٨م، وعرضه ١٥م. وقد يتفاوت الطول فيما يقرب من مترين،

والعرض فيما يقرب من متر واحد، ولكن تجب المحافظة على تناسب الأبعاد. ومعظم ملاعب كرة السلة

مصنوعة من الخشب. وتستخدم خطوط متنوعة بعرض ٥ سم لتقسيم الملعب إلى أقسام.

تُعلق سلة ولوحة فوق كل من طرفي الملعب. ويجب أن تكون كل لوحة داخل خط النهاية بمسافة ١٢٠ سم.

تتكون السلة من حلقة، وشبكة، ولوحة. والحلقة طوق معدني قطره ٤٥سم ولا يزيد سُمكه عن ٢٠ ملم. وتثبت

الحلقة بحديدة تأخذ شكل الحرف الإنجليزي L المعكوس، ومثبتة على لوحة وبشكل تكون معه موازية للأرض،

ومرتفعة عنها بمسافة ٣,٠٥م وتصنع اللوحتان من الزجاج الليفي أو من المعدن. وتعلق في الحلقة شبكة

مصنوعة من القطن أو من نسيج اصطناعي وتوجد في أسفلها فتحة واسعة تكفي لسقوط الكرة من خلالها.

الأدوات. تُلعب كرة السلة بوساطة كرة جلدية منفوخة بالهواء، ذات لون بني أو برتقالي. وتزن كرة السلة القانونية

ما بين ٦٠٠جم و ٦٥٠جم ويتراوح محيطها ما بين ٧٥سم و ٧٨سم.

اللاعبون. يحق للاعبين الخمسة في الفريق أن يلعبوا كهجوم ودفاع. فعندما تكون الكرة في حوزة فريق معين، يصبح لاعبه مهاجمين؛ وعندما تكون الكرة مع منافسيهم، يصبحون مدافعين، ونظرًا لأن الاستحواذ على الكرة يمكن أن يتغير بسرعة، فينبغي على جميع اللاعبين أن يكونوا متيقظين، حتى يمكنهم الانتقال السريع بين الهجوم والدفاع.

يتكون الفريق . عادة . من لاعبي ارتكاز، ولاعبي هجوم، ولاعب وسط. وبإمكان اللاعبين التحرك في أي مكان في الملعب، في أي وقت دون النظر إلى مراكزهم. كما يستطيع الفريق أن يغير المراكز في أي وقت، فيلعب مثلًا بثلاثة لاعبي ارتكاز ولاعبي هجوم. ويصف الجزء التالي دور كل مركز من مراكز اللعب في الهجوم.

من المألوف أن يكون لاعبا الارتكاز من أقصر اللاعبين قامة وأسرعهم حركة. وهما يلعبان . عادة . بعيدًا عن السلة أكثر من المهاجمين أو لاعبي الوسط. وينبغي أن يكون لاعبا الارتكاز جيدين في المحاورة بالكرة، وفي أداء التمريرات. فهما يقومان بتوجيه الهجوم، ويبدآن معظم التحركات. ويكون لدى بعض الفرق لاعب رأس ارتكاز، وهو الذي يقوم بالمسؤوليات الرئيسية لتبادل الكرة. أما لاعب الارتكاز الآخر فهو لاعب مصوّب وغالبًا ما يكون من أفضل هدّافي الفريق.

ويكون لاعبا الهجوم . غالبًا . أطول قامة من لاعبي الارتكاز وأقوى منهما. وهما يلعبان . عادة . في المنطقة الممتدة من الخط النهائي إلى منطقة الرميات الحرة. وينبغي أن يكونا ماهرين في صد الكرات المرتدة، وقادرين على المناورة أثناء الرميات القريبة من السلة. أما لاعب الوسط فيكون . عادة . أطول لاعبي الفريق قامة، وأفضلهم في صد الكرات المرتدة. فلاعب الوسط الذي يجيد صد الكرات المرتدة، ويجيد كذلك تسجيل الأهداف بإمكانه الهيمنة على المباراة.

المدرّب . هو معلّم فريق كرة السلة الذي ينظم أوقات التمرين، ويعدّ الفريق لكل مباراة، وهو الذي يختار مجموعة اللاعبين الذين سيخوضون المباراة. وبإمكان المدرّب استبدال اللاعبين أثناء المباراة، ليستخدّم اللاعبين الذين يتميزون بأدائهم الجيد في مواقف معينة. كما يقرّر المدرّب متى يحتاج الفريق وقتًا مستقطعًا عند توقف اللعب، ويحدّد كذلك خطط اللعب.

ويجب أن يقوم المدرّب بتحليل ودراسة الفريق المنافس محدّدًا مواطن قوته ومواطن ضعفه. ويقوم مساعد المدرّب

غالبًا بعمل استكشاف (مراقبة) مباراة يشارك فيها فريق وشيك التنافس مع فريقه، ويقدم تقريرًا للمدرب عن أفضل الخطط التي يمكن أن يلعب بها الفريق.

وضع نايسميث مسودة الـ ١٣ قاعدة الأصلية للمباراة بعد المباراة التجريبية الأولى. وتم نشر تلك القوانين في عام ١٨٩٢م. وراجت هذه الرياضة بعد ذلك مباشرة. وسرعان ما بدأت فرق الجمعيات، وفرق المدارس الثانوية والكلية والفرق الاحترافية في كل مكان من الولايات المتحدة الأمريكية وكندا تمارس لعبة كرة السلة

الحكام

طاقم إدارة المباراة. يتألف من ثلاثة حكام داخل الساحة (ليد - ترل - سنتر) وحكام الطاولة الخمسة (مسجل - مساعد مسجل - ميقاتي - ميقاتي ٢٤ ثانية - مشرف فني على المباراة).

حكام الساحة هم المسؤولون عن المباراة. ويقفون في الملعب كلهم ؛ لضمان سير المباراة حسب القوانين. وبإمكان كل حكم من حكام المباراة أن يحتسب أي خطأ أو مخالفة لقوانين اللعبة يراها في أي مكان من الملعب. ويعمل أحدهما . عادة . بالقرب من سلة الفريق المهاجم ويسمى (ليد)، ويعمل الآخر بالقرب من خط الوسط ويسمى (ترل). ويتبادل الحكمان مركزيهما عندما ينتقل الفريقان إلى الطرف الآخر من الملعب. ويشترك في إدارة المباراة حكم آخر ثالث إضافة لهذين الحكامين؛ فإنه يقف مقابل خط الرمية الحرة للفريقين في حركة متبادلة بين الهجوم والدفاع لكل فريق وفي تحرك مستمر ، يطلق الحكم صفاراته لإيقاف اللعب وساعة المباراة. ويشرح الحكم المخالفة أو الخطأ . عادة . بإشارة باليد أو الذراع، وتنفذ العقوبة. وبعدئذ تستأنف المباراة.

يجلس المسجلان والميقاتيان على طاولة التسجيل خلف أحد الخطوط الجانبية. ويقوم أحد المسجلين بتشغيل اللوحة الإلكترونية لتسجيل الأهداف، ويتعهد المسجل الآخر بحفظ صحيفة التسجيل الرسمية مسجلاً فيها جميع الأهداف الميدانية، والرميات الحرة، والأخطاء، والأوقات المستقطعة. ويشغل أحد الميقاتيين ساعة المباراة الكهربائية. ويقوم الميقاتي الثاني بتشغيل ساعة الرمي إذا كانت القوانين تنص على أن يقوم كل فريق بتصويب الكرة في غضون فترة زمنية محددة. هذا ويجب على اللاعبين الذين يدخلون المباراة أن يمشوا أولاً على المسجل المسؤول عن صحيفة التسجيل. وينبغي أن يوقف الميقاتي الساعة في كل مرة يطلق فيها أي من الحكامين الصفارة. ويشير أحد الحكام إلى الميقاتي ليستأنف تشغيل الساعة.