

Inspektor Szkoły
w Puławach

MINISTERSTWO WYŻN. REL. I OŚW. PUBL.

Lambach

PRAWIDŁA
GIER DRUŻYNOWYCH

KOSZYKÓWKA

SLAWOMIR

LAMBACH



BIBLIOTEKA
EDWARDA WILSONA I LAMBACHA

Dejał *1930* L. *5*

9991

1930

SKŁAD GŁÓWNY: ADMINISTRACJA MIEŚCZANNA
„WYCHOWANIE FIZYCZNE” — POZNAŃ, PARK WILSONA

MINISTERSTWO WYŻN. REL. I OŚW. PUBL.

PRAWIDŁA
GIER DRUŻYNOWYCH

~~Inspektor Szkolny~~ 248
W PULAWACH
ZESZYTYV

KOSZYKÓWKA

BIBLIOTEKA
EDWARDA WENCYLA LAURACHA
OPRACOWAŁ
ZYGMUNT WYROBEK



← Sławomir

Lombach No 44



1930

SKŁAD GŁÓWNY: ADMINISTRACJA MIEŚCZANNA
„WYDZIAŁ FIZYCZNY” - POZNAŃ, PARK WILSONA

W składzie głównym (Wychowawca Fizyczny,
Poznań, Park Wilsona) można nabyć następujące
wydawnictwa Min. W. R. i O. P.:

Kwadriant	30
Palant	30
Siatkówka	30
Koszykówka	50
Szczyptenie	35
Jordanka	35

Postawia gry uprawiane w szkołach, miały niejednolite przepisy, co utrudniało współzawodnictwo w grach między zakładami. Ministerstwo W. R. i O. P. powołało Komisję dla ich opracowania.

Komisja — w składzie P.P. Tadeusza Chrapowickiego, Heleny Olszawskiej, Szczepana Polamskiego, Walerjana Słoborskiego i Zygmunta Wyrobka — ustaliła przepisy gier drużynowych: kwadrant, palant, siatkówka, koszykówka (w 9 i w 5), szczyptarniak i jordanka (harawa).

W miarę postępu prac Komisji, uboga się kolejno przepisy innych gier drużynowych.

Podane przepisy są we wszystkich szkołach obowiązujące.

	Strona
A. Gra w 9.	
I. Boisko — Przybory	5
II. Drużyny — Czas gry	6
III. Przebieg gry	8
IV. Przepisy:	
Rozpoznanie gry	9
Pola gry	10
Sposób gry	10
Zdobycie kosza	12
Piłka w pole	13
V. Sędzia	13
Rzut wolny	15
Rzut sędziowski	15
Rzut karny	16
Kary	17
Przerwa — zastępcy	18
Odwołanie	18
VI. Przepisy dodatkowa	19
VII. Wskazówki dla grających	19
B. Gra w 5.	
I. Boisko — Przybory	23
II. Drużyny — Czas gry	24
III. Przebieg gry	25
IV. Przepisy:	
Rozpoznanie gry	26
Sposób gry	27
Zdobycie kosza	28
Piłka w pole	29
V. Sędzia	30
Rzut wolny	31
Rzut sędziowski	31
Rzut karny	31
VI. Wskazówki dla grających	33

A. GRA w 9.

1. BOISKO — PRZYBORY.

Boisko równe, prostokątne, o wymiarach 45×23 m. podzielone dwoma poprzecznymi liniami na 3 równe pola. W środku boiska zakreśla się koło o promieniu 60 cm. Dłuższe boki boiska nazywają się liniami *boczno*mi, krótsze *koszowe*mi (rys. 2).

W środku linii koszowych tkwią słupy o przekroju 10×12 cm., zwrócone szerszą powierzchnią do boiska. Krawędzie słupów są zaokrąglone, wysokość ich ponad ziemią wynosi 3,96 m.

Do słupów przytwierdzone są prostokątne tablice z gładkich desek, o wymiarach $1,82 \times 1,22$ m. Ich dolna krawędź biegnie na wysokość 2,74 m. ponad ziemią i jest do niej równoległa.

Na każdej tablicy jest umieszczony *kosz*, przymocowany do niej zapomocą żelaznej nóżki (rys. 1) długości 15 cm.

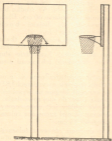
Kosz to pozioma obręcz z żelaznego pręta, o średnicy 46 cm., od której zwisa, otwarta ku dołowi, siatka sznurkowa o długości 20—30 cm. Obręcz kosza znajduje się w wysokości 3,07 m. ponad ziemią a 33 cm. ponad dolną krawędzią tablicy. Dla wzmocnienia obręczy dodaje się 2 skośne podpórki z żelaznych prętów.

Dookoła słupków z tablicami zatacza się półkoła o promieniu 5 m. Są to tzw. pola *koszowe* (rys. 2).

Wszystkie linie znaczy się wyraźnie wapsem na szerokość 5 cm. Pasy te prowadzi się na

wewnątrz granic, wlicza się je przeto w wymiary boiska.

Teren poza boiskiem musi być wolny od wszelkich przeszkód (a więc i widoków) na przestrzeni 2 m. wokół.



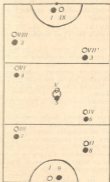
Rys. 1.

Piłka okrągła, gumowa ze skórzanym płaszczem (który nie może mieć korbów ze skóry), ma w obwodzie 76—80 cm. a waży 570—650 gr.

II. DRUŻYNY — CZAS GRY.

Drużyna składa się z 9 graczy i 1 zastępcy, dopuszczalna jest jednak liczba mniejsza, lecz nie poniżej 8.

Przed grą „matka” wręcza sędziemu imienny spis członków drużyny, poczem ciągnie się losy: kto dobry los wyciągnął; ten wybiera kosz do obrony.



Rys. 2.

Przed rozpoczęciem gry i po każdorazowym „zdobyciu kosza” ustawiają się drużyny na boisku, jak następuje (rys. 2).

Napad i obrona (I—IX) i (I—9) na polach koszykowych, twarzą ku środkowi boiska.

Pomoc napadu i obrony (2—VIII) i (II—8) na polach zewnętrznych boiska, z prawej strony napadu i obrony.

Łączniki pierwsze (3—VII) i (III—7) na tych samych polach co pomoc, lecz z lewej strony napadu i obrony.

Łączniki drugie (4—VI) i (IV—6) oraz środek (5—V) na przekątnej środkowego pola.

Gra trwa 2×15 minut (dla drużyn żeńskich 2×10) z przerwą 5 minutową w połowie gry (15+5+15). Po przerwie następuje zmiana boisk, przyczem drużyny ustawiają się na boisku tak samo, jak na początku gry, chyba że „matka” drużyny zawiadomi sędziego o zmianie ustawienia.

Gra kończy również, o ile liczba graczy spadła poniżej 8.

Zdobycie większej liczby punktów stanowi o zwycięstwie. O ile jednak w ciągu przepisane go czasu nie nastąpiło rozstrzygnięcie, wygrywa drużyna, której przyznano w ciągu gry więcej rzutów karnych (p. 21) przy równej liczbie tych rzutów przedłuża się grę — po przerwie 5 m. — aż do uzyskania przewagi 1 punktu lub do pierwszego rzutu karnego.

III. PRZEBIEG GRY.

Sędzia rzuca piłkę w górę ponad środkowym kołem. Obaj środkowi starają się piłkę podbić ręką ku łącznikom swego napadu. Ci podają ją dalej, aż wreszcie chwyci ją napad i wrzuci do kosza, przez co kosz zostaje zdobyty a zwycięska drużyna zyskuje 2 punkty.

Lecz to samo stara się zrobić drużyna przeciwna. Obie przeszkadzają sobie dowolnymi sposobami, piłka przechodzi ustawicznie z rąk jednej drużyny do rąk drugiej, z jednego końca boiska na drugi, aż jeden z koszów zostanie zdobyty i gra rozpoczyna się na nowo ze środka boiska.

Dążeniem zatem obu drużyn jest zdobycie kosza przeciwników a obronienie kosza własnego.

IV. PRAWIDŁA.

Rozpoczęcie gry.

- Sędzia rzuca piłkę pionowo w górę ponad głowę 2 środkowych graczy, którzy trzymając jedną rękę na plecach, stoją wewnątrz koła, z jedną stopą na jego obwodzie. Obaj są twarzą zwrócony do atakowanego przez siebie kosza.
Z chwilą, gdy piłka wzniessie się powyżej, daje sędzia znak gwizdkiem na rozpoczęcie gry.
- W podobny sposób rozpoczyna sędzia grę:
 - a) na początku gry i po przerwie;
 - b) po zdobyciu kosza (czy wprost czy rzutem karnym) lub zatrzymaniu się piłki na jego podporach;
 - c) po drugim rzucie karnym (p. 23) jeżeli przyznano po jednym obu stronom i to bez względu na wynik drugiego rzutu.
- Środkowym (i to tylko im dwum) wolno jedynie podbić jednorącz spadającą piłkę, podskakując w górę po gwizdzie sędziego — (chwycić jej nie wolno).

Jeżeli piłka po rauce upadnie na ziemię, niedotknięta przez środkowego, sędzia wyrzuca ją powtórnie, — również, jeżeli podbita przez środkowego wyłoci poza granice boiska, niedotknięta przedtem przez żadnego gracza.

Pola gry.

4. Grający mogą się swobodnie poruszać i grać tylko w obrębie wyznaczonych dla siebie pól. I tak:
 - a) **Napad i obrona** — po pola koszykowym i przyległym doń pola.
 - b) **Pomoc** — tylko po pola przyległym do pola koszykowego tj. po zewnętrznym pola boiska.
 - c) **Środek** — tylko po środkowym pola.
 - d) **Łączniki** — po dwóch polach miarowicie po pola, gdzie pierwotnie stali i po najbliższem sąsiednim pola.
5. Gracz, który wybiegł na obce pola, jest „skuty”, tj. nie wolno mu brać w grze udziału, póki nie wróci na własne pola. (Jeżeli gracz z piłką w rękach wbiegnie w rozpędzie na 1 krok na obce pola, to nie popełnia błędu, o ile bezzwłocznie wróci na swe pola i stąd rzuci piłkę albo po wbiegu rzuci ją na ziemię na obcym pola).

Sposób gry.

6. Piłkę wolno rzucać, chwycić i odbijać jedną lub oba dłońmi.

Wolno ją też kosiować, bez dochwytu tj. odbijać piłkę jednorącz od ziemi.

Wolno również przeszkadzać przeciwnikowi w chwytaniu lub rzucaniu piłki przez zasłanianie mu widoku, rozstawianie rąk, podskakiwanie, odbijanie piłki z przed rąk itp., jednakowoż bez potrącania go lub popychania (p. 8).

7. Natomiast nie wolno:

- a) **Podbijać ani dotykać** piłki żadną częścią ciała poza dłońmi, nie wolno jej też podbijać pięścią. (Odbicie się piłki od ramienia, nogi, głowy itp., uważa się za podbicie.)
- b) **Kosiować** dalej piłki, jeżeli się ją w czasie kosiowania dochwyciło obręcz. (Nie jest więc błędem jeden rzut piłką obręcz o ziemię i dochwyt z powrotem.)
- c) **Toczyć** piłki po ziemi.
- d) **Rzucać** lub **podbijać** piłki w górę i chwycić jej z powrotem. Wolno to czynić jedynie napadowi (p. 9).
- e) **Podawać** piłki z rąk do rąk. (Za podawanie piłki uchodzi rzut z odległości mniejszej, niż 2 kroki.)
- f) **Trzymać** piłki w rękach dłużej niż 3 sekundy, tj. ponad czas potrzebny do wykonania skłonu, skrętu, obrotu, skoku itp., które te ruchy muszą nastąpić bezzwłocznie po chwycie piłki.
- g) **Chodzić** lub **biegać** z piłką w rękach. (Za chód lub bieg uważa się wykonanie dwóch kroków.)

Uwaga: Przekroczenie prawideł podanych w p. 1, 3, 5 i 7 określa się jako błędy techniczne.

8. Ponadto nie wolno:

- a) Wyrwać lub wytrącać piłki z rąk przeciwnika, chwycić lub przytrzymywać go, potrącać lub popychać jakkolwiek częścią ciała — podstawić mu nogi, kopać lub rzucać się pod nogi.
- b) Utrudniać gry przez nakrywanie sobą schyłego przeciwnika, choćby się go nie dotykało.
- c) Kłaść piłki na ziemi lub przykrywać sobą leżące.
- d) Atakować dwóm graczom jednego.
- e) Wstrząsać słupem lub koszem, po rzuceniu doń piłki lub dotykać piłki w koszu.

Uwaga: Sposoby gry podane pod 8. okazały się jako błędy osobiste.

Zdobycie kosza.

9. Kosz zostaje zdobyty, jeżeli napad wrzuci piłkę do kosza i to z pola koszykowego, stojąc w niem obunóż. Zdobycie zatem kosza przez innego gracza jest nieważne, a obrona odrzuca wtedy piłkę bez przeszkody na boisko.

Zdobycie kosza liczy się za 2 punkty — zdobycie z rzutu karnego za 1 punkt (p. 21).

Jeżeli rzut chybi kosz, może napad dochwycić spadającą piłkę i zdobyć kosz za drugim (trzecim itd.) rzutem o ile w czasie rzutu trafił piłką kosz lub tablicę i o ile mu w tem obrona nie przeszkodzi.

10. Napadowi nie wolno wkroczyć do pola koszykowego z piłką w rękach i bezpośrednio potem kosz zdobywać.

Piłka w polu.

11. Jeżeli piłka wyleci z boiska przez boczną linię to odrzuca ją z powrotem bezzwłocznie na znak sędziego najbliższy gracz tej drużyny, która ostatnia piłki nie dotknęła. (Piłka jest w polu wtedy, gdy dotknie ziemi, widza i t. p. poza boiskiem, choćby nań wróciła po odbiciu się — nie już wtedy, gdy granicę przeleci.)

Wrzuca się piłkę z poza granicy, oburącz z ponad głowy i to z miejsca gdzie piłka przeszła granicę.

Graczom obu drużyn nie wolno przytem stać bliżej, niż na 2 kroki od rzucającego.

W razie naruszenia tego przepisu oddaje się piłkę drużynie przeciwnej dla wrzucenia jej w opisany sposób.

12. Wrzucający nie może chwycić piłki przed dotknięciem jej przez innego gracza.
13. Odbicie się piłki od sędziego, tablicy, kosza — o ile piłka padnie potem w obrębie boiska — nie przerywa gry. Jeżeli zaś przytem piłka przejdzie granicę, odbicia nie bierze się w rachubę tj. uważa się, że piłkę ktoś bezpośrednio w pole wyrzucił.
14. Jeżeli piłka wyleci przez linię koszykową, wrzuca się ją z powrotem w sposób wyżej podany z tego rogu boiska, bliżej którego piłka przeszła granicę. Jestto tzw. rzut z rogu.

V. SĘDZIA.

15. Sędzia czuwa nad prawidłowym tokiem i przestrzeganiem prawideł gry, od jego

orzeczeń niema odwołania (wyjątek p. 28). Porusza się po boisku, stając zawsze tam, skąd mu najlepiej śledzić przebieg gry.

Czynności sędziego określają podane przepisy gry.

W szczególności: daje znak gwizdkiem:

1. na rozpoczęcie gry, 2. ilekroć błąd popełniono, 3. jeżeli piłka wyleci w pole, 4. dla wrzucenia jej z powrotem na boisko, 5. na wykonanie rzutu wolnego, sędziowskiego lub karnego (p. niżej), 6. jeżeli kosz zdobyto (dwukrotny gwizd).
16. Sędziemu pomaga podśudek, który stoi poza boiskiem. Mierzy on czas gry i w razie przerwy przedłuża ją o czas stracony. Daje długim gwizdem znak dla sędziego na przerwę i na koniec gry (sędzia wtedy wstrzymuje grę, z wyjątkiem jeżeli piłka jest w locie do kosza lub ma się wykonać rzut czy rzuty karne). Podśudek prowadzi nadto protokół gry, zapisując w nim zdobyte kosze i rzuty karne — i notuje napomnienia graczy, podnosząc rękę do góry w razie trzeciego napomnienia tego samego gracza. Na zapytanie sędziego daje objaśnienie zaszłego wypadku.
17. Po zawodach sporządza sędzia, na podstawie zestawienia podśudka końcowy protokół gry, według podanego wzoru i składa go kierownictwu zawodów.

PROTOKÓŁ

z zawodów w koszykówce.

Zawody odbyły się d w
na boisku między drużynami

z wynikiem do przerwy
na korzyść

U w a g i: (np. liczba rzutów karnych w razie gry nierozstrzygniętej).

Podśudek:

Sędzia:

Rzut wolny.

18. Rzut wolny polega na oddaniu piłki najbliższej stojącemu graczowi strony przeciwnej, który ją rzuca swobodnie, bez przeszkody, na znak sędziego. (Rzut musi nastąpić bezwzględnie po znaku, w przeciwnym razie piłkę oddaje się drużynie przeciwnej.)
19. Rzut wolny przyznaje sędzia po zrobieniu błędu technicznego (p. 1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 13, 20).
20. Rzutem wolnym, przyznanym za popełnienie błędu na polu koszykowym nie można zdobywać kosza.

Rzut sędziowski.

21. W razie trudności ustalenia, który z graczy błąd popełnił, podobnie i we wszystkich wątpliwych wypadkach oraz po przerwie, wynikię z powodu jakiegoś nieprzewidzianego wypadku wykonywa sędzia rzut sędziowski. Polega on na wyrzuceniu piłki w górę, jak przy rozpoczęciu gry i to w miejscu popełnienia błędu, przyczem do podbitcia piłki staje ta para graczy, która była powodem wątpliwości w rozstrzygnięciu.

Rzut karny.

22. Rzut karny polega na rzuceniu bez przeszkody piłki do kosza przez napad drużyny, której rzut przyznano, i to z łuku otaczającego pole koszykowe. Rzucen się w sposób dowolny, najpóźniej w 10 sekund po sygnale sędziego.

Podczas rzutu karnego muszą wszyscy gracze znajdować się poza obrębem pola koszykowego aż do chwili, gdy piłka dotknie słupa, tablicy lub kosza.

W razie niezachowania tych przepisów przez drużynę broniącą powtarza się rzut karny, o ile kosza nie zdobyto — jeżeli zaś zawini drużyna przeciwna, wykonywa się rzut z roga unieważniając zdobycie kosza, o ile się to stało.

23. Rzut karny przyznaje sędzia:

1. za błędy osobiste tj. te, które popełniono przy zetknięciu się z przeciwnikiem, mianowicie za grę, naruszającą prawo 8;

2. za niektóre błędy techniczne, popełnione na polu koszykowym, a mianowicie:

a) za podbicie piłki nogą,

b) za wkroczenie z piłką (choćby jedną nogą) w obręb pola koszykowego, albo chwyt lub podjęcie piłki na tem polu (choćby się weń nie wkroczyło) przez któregośkolwiek gracza poza napadem lub obroną.

W razie popełnienia błędu osobistego przez obie strony, sędzia przyznaje obu po jednym rzucie karnym.

24. Po zdobyciu kosza rzutem karnym rozpoczyna się gra ze środka boiska (p. 2) w razie niezdobycia gra toczy się dalej.

Jeżeli zaś przyznano obu stronom rzut karny, zaczyna się gra ze środka po drugim rzucie, bez względu na jego wynik.

Kary.

25. Sędzia czuwa nad dyscypliną w grze. W razie niewłaściwego zachowania się gracza [np. niegrzeczne uwagi pod adresem przeciwników lub sędziego (nawet poza boiskiem), kłótnie, kwestjonowanie lub niewykonywanie poleceń sędziego itp.] sędzia go upomina a gdy to nie pomaga, usuwa z gry i to na pewien czas lub całkowicie. Podobna kara spotyka gracza przy powtarzającym się, mimo upomnienia, popełnianiu błędów osobistych. W razie rażącego karygodnego zachowania się gracza, może sędzia usunąć gracza bezwzględnie, bez poprzedniego upomnienia. Podobna kara może spotkać i całą drużynę.

Uwaga: Prawo zwracania się do sędziego przysługuje tylko „mistrz” drużyny.

26. Jeżeli drużyna nie stawia się na boisko, lub stawia się w liczbie mniejszej, niż 8, usunie się od gry, (także od przedłużonej) lub zostanie usunięta, sędzia przyznaje zwycięstwo drużynie przeciwnej (spóźnienie się ponad 5 minut uważa się za niestawienie się drużyny).

Przerwa — zastępca.

27. Sędzia ma prawo każdej chwili przerwać grę w razie jakiegokolwiek nieprzewidzianego wypadku. Po takiej przerwie otwiera się grę rzutem ze środka boiska. Grę przedłuża się przytem o czas stracony. Grę może sędzia przerwać także na prośbę „matki” drużyny, o ile uzna ją za słuszną.
28. W razie osłabnięcia gracza, nieszczyśliwego lub nieprzewidzianego wypadku wprowadza sędzia w grę zastępcę, który na wezwanie sędziego zajmuje miejsce ustępującego gracza. Jeżeli break zastępcy, drużyna gra dalej w niepełnym składzie.

Gracz, który wystąpił z jakiegobądź powodu nie może być z powrotem przyjęty.

Zastępca nie może wchodzić w miejsce wykluczonego.

Odwołanie.

29. Wszystkie sprawy i wątpliwości, wynikające z gry rozstrzyga sędzia. W wyjątkowych wypadkach dopuszczalne jest odwołanie się drużyny od orzeczenia sędziego do kierownictwa zawodów. Odwołanie ma być pisemne, podpisane przez matkę drużyny a doręczone sędziemu najpóźniej w 15 minut po zawodach, który ocenia, czy dany wypadek jest rzeczywiście wyjątkowy.

Odwołanie z powodu usunięcia całej drużyny od zawodów obowiązany jest sędzia przedłożyć kierownictwu do zatwierdzenia.

VI. PRZEPISY DODATKOWE.

30. Przed grą sędzia orzeka, czy stan pogody, boiska i przyborów pozwala na odbycie zawodów oraz sprawdza prawidłowość wszystkich wymiarów na boisku.
31. W celu zapoznania widzów z przebiegiem gry podajane jest umieszczenie tablicy w widocznym miejscu, na której zaznacza się kolejno zdobywane punkty.
O ile jej brak, zapisuje punkty zarówno podsedek, jak i sędzia.
32. Drużyna występuje na zawodach w jednolitych strojach ćwiczebnych i o ile to możliwe z numerami na pierścionkach. „Pomoc” (która ma prawo grać tylko na jednym polu boiska) powinna mieć poza tem odrębne, w oczy bijące odznaki.
33. Używanie pantofli z gwoździami, obuwia z kołkami itp. jest wzbronione. Niedozwolone jest również noszenie przedmiotów ostrych (szpilki, bransolety, zegarki itp.) oraz długich paznokci.

VII. WSKAZÓWKI DLA GRAJĄCYCH.

Grający powinni się przedewszystkiem wyćwiczyć w rzutach krótkich, silnych a niskich i w chwytaniu silnie rzuconej piłki. Podaje się zwykle piłkę, jednorącz, obejmując ją dłonią i nadgarstkiem, przyczem się mierzy w pierś odbierającego. Chwyta się w rozstawione dłonie i palce, o ramionach lekko ugiętych. Tylko taki chwyt pozwala na szybkie silne i pewne podanie dalej piłki w jakimkolwiek kierunku.

Podawanie piłki z nad głowy rzadziej się stosuje, mianowicie wtedy, gdy się przyjęło „wysoką” piłkę a atakujący przeciwnik nie dozwala na opuszczenie jej w dół i podanie dalej niskim rzutem.

Częściej trafia się dochwyt wysoko lecącej piłki t. j. chwyt oburącz ponad głową przy możliwie wysokim podskoku w górę, co należy wyrobić.

Wogóle unikać należy rzutów dalekich, przy których piłka łatwo dostać się może do rąk przeciwnika. Podobnie chybiąją rzuty na oślep, choćby na bliską odległość. Piłka powinna iść przez łączniki do pomocy a stąd, do rąk napadu. To najpewniejszy sposób zdobycia kosza. Każdy gracz powinien każdej chwili widzieć, gdzie są jego najbliżsi współgrający i zawsze jednemu z nich piłkę dorzucić, czy to mierząc w niego, czy przed niego, jeżeli jest w biegu, czy podając piłkę wprost, czy poza sobą, między nogami w tył lub ponad głowę przeciwnika i t. p. Najednokrotnie rzuca się nawet piłkę nie wprost do gracza, tylko obok niego, jeżeli go kryje przeciwnik; zakryty wysuwa się wtedy szybko z poza pleców zasłaniającego i dochwytuje piłkę.

Ogólną zasadą przy podawaniu jest dorzucanie piłki temu graczowi, który jest najmniej kryty przez przeciwnika jak zasadą przy przyjmowaniu piłki uchylanie się z pod zasłony przeciwnika.

Napad powinien się uprawiać ponadto w pewnem rzucaniu piłki do kosza z różnych punktów pola koszykowego i różnych pozycji i to

bezwzględnie po chwyceniu piłki, oraz w szybkim chwytaniu piłki powtórnie (o ile ta odbiła się od tablicy lub kosza) i rzucie powtórnym. Najpewniejszymi rzutami do kosza są rzuty z dołu, przy nadaniu piłce równocześnie ruchu obrotowego ku sobie lub z przed piersi, nie z ponad głowy. Można przytem rzucać wprost do kosza, lub w tablicę powyżej, licząc na odbicie się piłki i wpadnięcie do kosza. Doświadczenie pouczy każdego, w jakie miejsce tablicy należy trafić przy rzucie z danej strony boiska, by rzut był skuteczny.

Gra jest trudna i wymaga z jednej strony opanowania techniki błyskawicznego podawania i chwytania piłki, z drugiej doskonałego zgrania się drużyny tak, aby każdy, każdej chwili był gotów do odebrania piłki i podania jej pewnym rzutem nieobstawionemu towarzyszowi.

Atak właściwy polega na wzięciu obrony w krzyżowy ogień przez pomoc i pierwszy łącznik napadu, którym może przyjść z pomocą i drugi łącznik. Często przytem napad wybiega z pola koszykowego, odbiera piłkę, oddaje ją pomocy lub łącznikowi, uskakuje w bok, aby oddalić się od obrony, aż w odpowiedniej chwili wskoczy do pola koszykowego, dostanie piłkę do rąk i wrzuci ją do kosza. Takie uskoki, wychylanie się z poza pleców przeciwnika, szybkie obroty z piłką dla uniknięcia ataku przeciwnika lub odebrania piłki w miejscu, gdzie najmniej się tego spodziewano — powinni wszyscy gracze należycie opanować.

Gracz powinien się przytem poruszać w okolicy swego pierwotnego stanowiska, przechodzenie na przeciwległą stronę boiska zawrzesię pomści, bo część boiska pozostaje nieobsadzona. Ten sam skutek będzie przy zbijaniu się graczy wokół piłki.

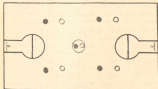
Dobra gra toczy się żywo, wolne rzuty stanowią tylko kilkusekundową przerwę.

Uwaga: Koszykówka nie nadaje się na zawody dziewcząt. Przy grach towarzyskich drużyny dziewczęcych skracają się czas gry z 30 na 20 minut (10 + 5 + 10).

B. GRA w 5.

L BOISKO — PRZYBORY.

Boisko równe, prostokątne, o wymiarach 27×15 m. Dłuższe boki boiska nazywają się liniami bocznymi, krótsze — koszowymi.



Rys. 3.

W środku boiska zakreśla się koło o promieniu 60 cm.

Od środka linii koszowych a prostopadle do nich, prowadzi się 2 linie równoległe oddalone o 1,82 m. od siebie; linie te mają 3,28 m. długości. Równoległe zaś do linii koszowych a w oddaleniu 5,10 od nich kreśli się linie długości 3,64 m.; jestto linie rzutów karnych. Ze środka tej linii zakreśla się łuk o promieniu 1,82 m. łącząc go z końcami linii równoległych.

W ten sposób powstaje tzw. pole karne, ograniczone 2 liniami równoległymi i łukiem (rys. 3).

Na środkowej linii boiska, a w oddaleniu 60 cm. od środka linii koszowych tkwią słupy o przekroju 10×12 cm., zwrócone szerszą powierzchnią do boiska. Wysokość ich ponad ziemią wynosi 3,96 m., krawędzie mają zaokrąglone.

Do słupów przytwierdzone są prostokątne tablice z gładkich desek, o wymiarach $1,82 \times 1,22$ m. Ich dolna krawędź biegnie na wysokości 2,74 m. ponad ziemią i jest do niej równoległa. (Patrz rys. podany przy grze w 9.)

Na tablicach wiszą k o s z e, przytwierdzone do nich zapomocą żelaznych mótkek. Kosz, to pozioma obręcz z żelaznego pręta o średnicy 46 cm., od której zwisa otwarta od dołu siatka sznurkowa o długości 20—30 cm. Obręcz kosza znajduje się w wysokości 3,07 m. ponad ziemią a 33 cm. ponad dolną krawędzią tablicy.

Wszystkie linie znaczy się wyraźnie wapnem na szerokość 5 cm. Pasy te prowadzi się na wewnątrz granic, wlicza się je przeło w wymiary boiska.

Teren poza boiskiem musi być wolny od wszelkich przeszkód (a więc i widzów) na przestrzeni 2 m. wokół.

Piłka okrągła, gumowa, ze skórzanym płaszczem (który nie może mieć korbów ze skóry) ma w obwodzie 76—80 cm., waży 570—650 gr.

II. DRUŻYNY — CZAS GRY.

Drużyna składa się z 5 graczy i 1 zastępcy, dopuszczalna jest jednak liczba mniejsza, lecz nie poniżej 4 graczy. Stosownie do ról, jakie

pełnią przy grze, 3 z nich stanowi napad, a 2 obronę (rozdz.) i stają na początku gry, jak przedstawi rysunek. Wszyscy mają na piersiach (plecach) naszyte numery od 1—5 (czarne na białem tle, wielkość 15 cm.). „Matka” wycza sędziemu imienny spis członków drużyny.

Przed grą ciągnie się losy; kto dobrać los wyciągnął, ten wybiera kosz do obrony.

Gra trwa 2×10 minut z przerwą 5 minutową w połowie gry ($10+5+10$). Po przerwie następuje zmiana boisk, przy czem drużyny ustawiają się na boisku tak samo, jak na początku gry, chyba że „matka” drużyny zawiadomiła sędziego o zmianie ustawienia.

Gra kończy się również, o ile liczba graczy spadła poniżej 4.

Zdobycie większej liczby punktów stanowi o zwycięstwie. O ile jednak w ciągu przepiszonego czasu nie nastąpiło rozstrzygnięcie, wygrywa drużyna, której przyznano w ciągu gry więcej rzutów karnych (p. 15). Przy równej liczbie tych rzutów grę przedłuża się (po przerwie 5 min.), aż do uzyskania przewagi 1 punktu lub do pierwszego rzutu karnego.

III. PRZEBIEG GRY.

Sędzia rzuca piłkę w górę ponad środkowym kołem. Obaj środkowi starają się piłkę podbić tak, by ta dostała się do rąk graczy własnej drużyny. Ci podają ją sobie w sposób określony prawidłami, aż piłkę dostanie ten z napada, który znajduje się w danej chwili w pomyślnej pozycji i wrzuci ją do kosza przeciwnika, przez co kosz zdobyto a zwycięska drużyna zyskuje 2 punkty.

Leż to samo stara się zrobić i drużyna przeciwna. Obie utrudniają sobie grę dozwolonymi sposobami, piłka przechodzi ustawicznie z rąk jednej drużyny do rąk drugiej, z jednego boiska na drugie, aż jeden z koszar zostanie zdobyty i gra rozpoczyna się na nowo ze środka boiska.

Dażeniem zatem obu drużyn jest zdobycie kosza przeciwników a obronienie kosza własnego.

IV. PRAWIDŁA.

Rozpoczęcie gry.

1. Sędzia rzuca piłkę pionowo w górę ponad głowy 2 środkowych napada, którzy trzymając jedną rękę na plecach, stoją wewnątrz koła, z jedną stopą na jego obwodzie. Obaj są zwrócony twarzą do atakowanego przez siebie kosza.

Z chwilą, gdy piłka wzniesie się najwyżej, daje sędzia znak gwizdkiem na rozpoczęcie gry.

2. W podobny sposób rozpoczyna grę sędzia:
 - a) na początku gry i po przerwie;
 - b) po zdobyciu kosza (czy wprost czy rzutem karnym) lub zatrzymaniu się piłki na jego podporach;
 - c) po drugim rzucie karnym (p. 16) jeżeli przyznano po jednym rzucie obu stronom itp. bez względu na wynik rzutu.
3. Środkowym (i to tylko im dwóm) wolno jedynie podbić jednorącz spadającą piłkę, podskakując w górę po gwizdku sędziego. (Chwytać jej nie wolno.)

Jeżeli piłka po wyrzucie opadnie na ziemię niedotknięta przez środkowego, sędzia rzuca ją powtórnie — również, jeżeli podbita przez środkowego wyleci poza granicę boiska, niedotknięta przedtem przez żadnego gracza.

Sposób gry.

4. Piłkę wolno rzucać, chwytac i odbijać w dowolny sposób, byle nie pięścią, lub nogą poniżej kolana.

Wolno ją też kozłować bez dochwyty (tj. odbijać jednorącz od ziemi).

Wolno również przeszkadzać przeciwnikowi w chwytaniu lub rzucaniu piłki przez zastawianie mu widoku, rozstawianie rąk, podskakiwanie, odbijanie piłki z przed rąk itp. jednakowoż bez potrącania go lub popychania (p. 6).

5. Natomiast nie wolno:

- a) podbijać piłki pięścią, podudziem lub stopą. (Odbicie się piłki od nich uważa się za podbicie);
- b) kozłować dalej piłki, jeżeli się ją w czasie kozłowania dochwyciło oburącz. (Nie jest zatem błędem jeden rzut piłką oburącz o ziemię i dochwyt z powrotem);
- c) toczyć piłki po ziemi;
- d) rzucać lub podbijać w górę i chwytac z powrotem. (Wolno ją dochwycić powtórnie tylko wtedy, gdy rzucona piłka odbiła się od kosza lub tablicy);

- e) podawać piłki z rąk do rąk (za podawanie uważa się rzut z odległości mniejszej niż jeden krok);
- f) trzymać piłki w rękach dłużej niż 3 sekundy tj. ponad czas potrzebny do wykonania skłonu, skrętu, obrotu itp. które to ruchy muszą nastąpić bezwzględnie po chwycie piłki;
- g) chodzić lub biegać z piłką w rękach (za chód lub bieg uważa się zrobienie dwóch kroków).

Uwaga: Przekroczenie przepisów z pod 1, 3, 4 i 5 określa się jako błędy techniczne.

6. Ponadto nie wolno:

- a) wyrwać lub wytrącać piłki z rąk przeciwnika, chwycić lub przytrzymywać go, potrącać lub popychać jakkolwiek częścią ciała — podstawić mu nóg, kopnąć lub rzucać się pod nogi;
- b) utrudniać gry przez nakrywanie sobą schyłego przeciwnika, choćby się go nie dotykało;
- c) kłaść piłki na ziemi lub przykrywać sobą leżące;
- d) atakować dwóm graczom jednego;
- e) wstrząsać słupem lub koszem po rzuceniu doń piłki lub dotykać piłki w koszu.

Uwaga: Sposoby gry podane pod 6, określa się jako błędy osobiste.

Zdobycie kosza.

7. Kosz zostaje zdobyty, jeżeli jeden z graczy wrzuci piłkę do kosza.

Zdobycie kosza liczy się za 2 punkty — zdobycie zaś go z rzutu karnego (p. 15) za 1 punkt.

Jeżeli rzut chybi kosz, gra toczy się dalej.

Piłka w polu.

8. Jeżeli piłka wyleci z boiska przez boczną linię, to wrzuca ją z powrotem gracz tej drużyny, która ostatnia piłki nie dotknęła i to najpóźniej w 3 sekundy po znaku, danym gwizdkiem przez sędziego. (Piłka jest wtedy „w polu”, gdy dotknie ziemi, widza itp. poza boiskiem, choćby natę po odbiciu się wróciła, — nie już wtedy, gdy granicą przeleci.)

Wrzuca się piłkę (nie podbija) z poza granicy i to z miejsca, gdzie piłka przeszła granicę. Graczom obu drużyn nie wolno przytem stać bliżej, niż na 2 kroki od rzucającego. W razie naruszenia tego przepisu, oddaje się piłkę drużynie przeciwnej dla wrzucenia jej w sposób opisany.

Wrzucający nie może dotknąć piłki przed dotknięciem jej przez innego gracza.

9. Odbicie się piłki od sędziego, tablicy, kosza — o ile piłka padnie potem w obrębie boiska — nie przerywa gry. Jeżeli zaś przytem piłka przejdzie granicę, odbicia nie bierze się w rachubę tj. uważa się, że piłkę ktoś bezpośrednio w pole wyrzucił.
10. Jeżeli piłka wyleci przez linię koszową, wrzuca się ją z powrotem w sposób wyżej podany z tego rogu boiska, bliżej którego

piłka przeszła granicę. Jestta tzw. rzut z rogu.

11. Rzutem z poza granic boiska nie można bezpośrednio zdobyć kosza.

V. SĘDZIA.

12. Sędzia czuwa nad prawidłowym tokiem i przestrzeganiem prawideł gry, od jego orzeczeń niema odwołania (wyjątek 29). Porusza się po boisku stojąc zawsze tam, skąd mu najlepiej śledzić przebieg gry.

Czynności sędziego określają podane prawidła gry. W szczególności daje znak gwizdkiem: 1. na rozpoczęcie gry, 2. ilekroć błąd popełniono, 3. jeżeli piłka wyleci w pole, 4. dla wrzucenia jej z powrotem na boisko, 5. na wykonanie rzutu wolnego, sędziowskiego lub karnego (p. niżej), 6. w razie zdobycia kosza (dwukrotny gwizd).

Sędziemu pomaga podstępdek, który stoi poza boiskiem. Mierzy on czas gry i w razie przerwy przedłuża go o czas stracony. Daje długim gwizdem znak dla sędziego na przerwę i na koniec gry (sędzia wtedy wstrzymuje grę z wyjątkiem, jeżeli piłka jest w locie lub ma się wykonać rzut czy rzuty karne). Podstępdek prowadzi nadto protokół gry, zapisując w nim zdobyte kosze i rzuty karne — notuje również zapomnienia graczy, podnosząc rękę do góry w razie trzeciego zapomnienia tego samego gracza. Na zapytanie sędziego daje objaśnienia zaszłego wypadku.

Rzut wolny.

13. Rzut wolny polega na wrzuceniu piłki z poza boiska i to z punktu, który leży najbliżej miejsca, gdzie błąd popełniono.

Wszyscy gracze stoja wtedy na boisku nie bliżej, niż na 2 kroki od rzucającego, a rzucającemu nie wolno dotknąć powtórnie piłki przed dotknięciem jej przez innego gracza.

Rzut wolny przyznaje sędzia po zrobieniu błędu technicznego, tj. po naruszeniu prawideł z pod p. 1, 3, 5, 8, 11, 13, 14.

Rzutem wolnym nie można bezpośrednio zdobyć kosza.

Rzut sędziowski.

14. W razie trudności ocenienia, który z graczy błąd popełnił, podobnie i we wszystkich wątpliwych wypadkach oraz po przerwie, wynikłej z powodu jakiegoś nieprzewidzianego wypadku, wykonywa sędzia rzut sędziowski. Polega on na wrzuceniu przez sędziego piłki w górę, jak przy rozpoczęciu gry, i to w miejscu popełnienia błędu, przyczem do podbicia piłki staje ta para graczy, której gra była powodem wątpliwości w rozstrzygnięciu.

Jeżeli jednak błąd popełniono na polu karnem, rzut sędziowski wykonywa się z najbliższej linii karnego rzutu.

Rzut karny.

15. Rzut karny polega na rzuceniu bez przeszkody piłki do kosza przez gracza drużyny

ny, której ten rzut przyznano. Rzut wykonywa się z linii rzutu karnego, w sposób dowolny, najpóźniej w 10 sekund po sygnale sędziego.

Podczas rzutu muszą pozostali gracze znajdować się poza obrębem pola karnego aż do chwili, gdy piłka dotknie tablicy lub kosza. Do tego czasu nie wolno też rzucającemu ruszyć się z miejsca.

W razie niezachowania tych przepisów przez drużynę broniącą powtarza się rzut karny, o ile kosza nie zdobyto — jeżeli zaś zawini drużyna przeciwna, wykonywa się rzut wolny z linii rzutu karnego, uniemożliwiając zdobycie kosza, o ile się to stało.

16. Rzut karny przyznaje sędzia za błędy osobiste tj. te, które popełniono przy zetknięciu się z przeciwnikiem, mianowicie za grę naruszającą prawidłó 6.

W razie popełnienia błędu osobistego przez obie strony równocześnie, sędzia przyznaje obu po jednym rzucie karnym.

17. Po zdobyciu kosza rzutem karnym, rozpoczyna się grę ze środka boiska (p. 2), w razie niezdobycia gra toczy się dalej.

Jeżeli zaś przyznano obu stronom rzut karny, zaczyna się grę ze środka po drugim rzucie, bez względu na jego wynik.

ROZDZIAŁY:

1. Protokół. 2. Kary. 3. Przerwa — zastępca. 4. Odwołanie. 5. Przepisy dodatkowe (z wyjątkiem drugiego zdania z pod p. 31) mają to samo brzmienie co przy grze w 9 graczy.

VI. WSKAZÓWKI DLA GRAJĄCYCH.

Grający powinni się przede wszystkim wyćwiczyć w rzutach krótkich, silnych a niskich i w chwytaniu silnie rzuconej piłki. Podaje się piłkę najczęściej jednorącz, obejmując ją dłonią i nadgarstkiem, przyczem się mierzy w barki lub plecy odbierającego. Chwyta się rozstawione dłonie i palce, o ramionach lekko ugiętych. Tylko taki chwyt pozwala na szybkie, silne i pewne podanie dalej piłki w jakikolwiek kierunku.

Podawanie z nad głowy rzadziej się stosuje, mianowicie wtedy, gdy się przyjęło „wysoką” piłkę, a atakujący przeciwnik nie dozwala na opuszczenie jej w dół i podanie dalej niskim rzutem. Częściej trafia się dochwyt wysoko lecącej, tj. chwyt oburącz ponad głową przy możliwie wysokim podskoku w górę, co również należy wyćwiczyć.

Wogóle unikać należy rzutów dalekich, przy których piłka łatwo się dostać może do rąk przeciwnika. Podobnie chybiamy rzuty na oslep, choćby na bliską odległość. Każdy gracz powinien każdej chwili widzieć, gdzie są jego współgrający a gdzie przeciwnicy i zawsze jednemu z nich piłkę dorzucić, czy to mierząc w niego, czy przed niego (jeżeli jest w biegu), czy podając piłkę wprost, czy poza sobą, czy też między nogami w tył lub ponad głową przeciwnika i t. p. Niejednokrotnie rzuca się piłkę nie wprost do gracza, tylko obok niego, jeżeli przeciwnik zakryty wysuwa się wtedy szybko z poza pleców zastaniającego i dochwytuje piłkę.

Ogólną zasadą przy podawaniu jest dorzucanie piłki temu graczowi, który jest najmniej kryty przez przeciwnika, jak zasadą przy przyjmowaniu piłki — uchylanie się z pod zasłony przeciwnika.

Zadaniem napadu jest zdobywanie kosza; czyni to środkowy, atakując kosz od przodu i skrzydłowi atakując go z obu stron. Oczekiwanie rzuca ten, który ma w danej chwili swobodę ruchów, inaczej oddaje piłkę sąsiadowi. Napad musi się zatem wprawić w pewnym rzucaniu piłki do kosza z różnych punktów boiska (od przodu, z prawej i lewej strony) i to bezwzględnie po chwyceniu piłki oraz w szybkim chwytaniu piłki powtórnie (o ile ta odbiła się od tablicy) i rzucie powtórny.

Najpewniejżemi rzutami do kosza są rzuty z dołu lub z przed pierś, nie z ponad głowy, przy równoczesnym nadaniu piłki ruchu obrotowego ku sobie. Można przytem rzucić wprost do kosza lub w tablicę, licząc na odbicie się piłki i wpadnięcie jej do kosza. Doświadczenie pouczy każdego, w jakie miejsce tablicy należy trafić przy rzucie z danej strony boiska, by rzut był skuteczny. Drugim zadaniem napadu jest walka o piłkę z napadem lub obroną przeciwnika, a przy cofaniu się w tył przed ostrym atakiem, wspieranie własnych obrodców.

Obrona niwecząc ataki przeciwników oddaje zdobytą piłkę napadowi. Wprowadzić drużyna utrzymuje w czasie gry pierwotne swe ustawienie na boisku, dzieląc się na napad i obronę, jednakowoż może obrona (jak to czę-

sto się dzieje) nie grać w jednej linii, lecz podzielić się na „pomoc” i właściwą obronę, czyli że tworzy się trzy linje graczy. Dzieje się to zazwyczaj wtedy, gdy obrońca jest doskonałym graczem, a napad jest słabszy i potrzebuje silniejszego podparcia.

Gra jest trudna i wymaga z jednej strony opanowania techniki błyskawicznego podawania i chwytania piłki, z drugiej doskonałego zgrania się drużyny tak, aby każdy każdej chwili był gotów do odebrania piłki i podania jej pewnym rzutem nieobstawionemu graczowi.

Przestrzec należy przed przechodzeniem na przeciwległą stronę boiska; to zawsze się pomści, bo część boiska pozostaje nieobstawiona. Ten sam skutek będzie przy zbijaniu się graczy wokół piłki.

Koszykówka w 5 graczy może się nadawać tylko dla starszej młodzieży męskiej.



WYCHOWANIE FIZYCZNE

Miesięcznik poświęcony higienie szkolnej i wychowawczej oraz kształceniu cielesnemu w domu, szkole, armii i stowarzyszeniach, organ sekcji W. F. i H. Sek. przy T. N. S. W., Studium Wych. Fiz. Un. Pozn., jeden z organów Nauk. Towarz. Pedagog., Polsk. Zw. Szkolnego, Zw. Harcerskiego Polskiego, Związku Młodej Polski, polecony przez Min. W. R. i O. P., Państwowy Urząd Wych. Fiz. i Peryp. Wojsk., Kwartalnik Drogów Szkolnych, zamieszczony na liście z fundacji G. Piramowicza.

Redaktor naczelny: Wiesław Sikorski,
Poznań, ulica Chłopskiego 8, part.

Redakcja i Administracja:
Poznań 1, Park Wilsona, P. K. O. 200822

Warunki przedpłaty: rocznik 12 zł,
półrocznik 6 zł, półroczny numer 1,20.
Przebiegata zapłaconym 50%, wysył.
Komplet R. I—X (bez kilku wyjątko-
wych numerów) 80 zł.



OGŁOSZENIA. Jednoczynowa %	%	%	% st.
Ogłódka	100,—	60,—	35,— 20,—
Po tekióle	75,—	45,—	30,— 18,—

Reklam: Przy zamieszczeniu ogłoszeń na cały rok 20 proc. zniżki.

Embarcação Fantasma e Piratas