

Basquetbol



El bàsquet és molt popular als EUA

El **basquetbol**, popularment conegut com a **bàsquet**, és un **esport** practicat entre dos equips de cinc jugadors en joc cadascun, que cerquen d'introduir una **pilota** dins de la **cistella** defensada per l'equip contrari, amb l'objectiu d'aconseguir més punts que l'adversari, tot respectant les regles del joc.

El bàsquet va néixer a **Estats Units** l'any **1891**, inventat per **James Naismith**,^[1] professor d'educació física de la *YMCA Training School* d'**Springfield**(**Massachusetts**) a qui es va encarregar l'invenció d'un esport que és jugués a una pista coberta, ja que els hiverns a aquella zona dificultaven qualsevol activitat a l'exterior. No obstant això, alguns historiadors atribueixen a la tribu **maia** l'origen del bàsquet^[2] ja que practicaven un esport similar, el *tlachtli*. Durant el **segle XX** el bàsquet es va difondre per tot el món gràcies a la creació de la **Federació Internacional de Bàsquet** el **1932**,^[3] i és **esport olímpic** des dels **Jocs Olímpics d'estiu de 1936**,^[4] celebrats a **Berlín**. Fou durant la **Primera Guerra Mundial**, amb l'arribada de soldats americans que practicaven l'esport quan el bàsquet començà a popularitzar-se a **Europa**.

El basquetbol es practicà per primer cop a **Catalunya** el **1913** a l'escola Vallparadís de **Terrassa**, fomentat per **Alexandre Galí** i Artur Martorell. Després de la Primera Guerra Mundial el belga **Emile Tiberghien** incorpora el basquetbol al seu gimnàs del carrer Aragó de **Barcelona**. Malgrat aquestes primeres manifestacions basquetbolistes a casa nostra, s'accepta comunament que el basquetbol fou introduït a Catalunya el **1922** pel pare **Eusebi Millan** en formar els primers equips infantils al col·legi de les Escoles Pies de Sant Anton de Barcelona.



1 Història

2 El Bàsquet a Catalunya

3 Marc del joc

- 3.1 Principals regles del joc
 - 3.1.1 Els cinc principis
 - 3.1.2 Definicions
 - 3.1.3 Equips
 - 3.1.4 Altres regles relacionades amb temps màxims
 - 3.1.5 Temps de joc
 - 3.1.6 Sistema d' anotació
 - 3.1.7 Característiques dels jugadors en les seves diferents posicions
 - 3.1.8 Gestions tècniques bàsiques
 - 3.1.9 Defensa
 - 3.1.9.1 Defensa individual
 - 3.1.9.2 Defensa en zona

4 La pista, la cistella i la pilota de bàsquet

- 4.1 La pista de joc
- 4.2 La pilota de bàsquet
- 4.3 La cistella de bàsquet

5 Organismes rectors

- 5.1 Bàsquet sobre cadira de rodes

6 Competicions

- 6.1 Entre seleccions estatals
- 6.2 Entre clubs

7 Categories i competicions catalanes

Història

Article principal: [Història del bàsquet](#)

Les primeres manifestacions d'activitats semblants al basquetbol les trobem el [segle X aC](#) a [Amèrica](#), on els [olmeques](#) jugaven un joc semblant al basquetbol anomenat *pok-ta-pok*. Al [segle XVI](#) els [asteques](#) jugaven una variació del joc anomenada *ollamalizli* o *ichlachil*.

El basquetbol, que probablement té la base en el joc alemany *korbball*, neix el desembre de [1891](#). El nord-americà de la Universitat d'Springfield, [Massachusetts](#), [James A. Naismith](#) és considerat com el pare i l'inventor del bàsquet. Aquest professor d'educació física, es va inventar un joc que consistia en fer passar una pilota per dintre un cercol. Esport de conjunt que va tenir el seu primer reglament l'any [1891](#).

Ràpidament s'estengué per tota l'[Amèrica del Nord](#) i aviat es professionalitzà. El primer partit entre universitats fou el [1895](#) entre Yale i Pennsilvània. El primer partit considerat professional es jugà a Trento ([Nova York](#)) el [1893](#). El [1898](#) es crea la primera lliga professional. El [1932](#) neix el campionat de la [NCAA](#) i el [1946](#) l'[NBA](#) (amb el nom de [BAA](#)). La [FIBA](#) es funda el [1932](#).

Els soldats nord-americans que combateren en la [Primera Guerra Mundial](#) l'exportaren a [Europa](#) i l'any [1936](#) va ser ja admès com a [esport olímpic](#).

El [1950](#) es celebren els primers [Campionats del Món de bàsquet en categoria masculina](#) a l'[Argentina](#), i tres anys després es celebraria el primer [campionat femení](#) a [Xile](#). Aquests campionats es continuen celebrant cada quatre anys, alternant-se amb els [Jocs Olímpics](#).

El [1989](#), la FIBA va permetre la participació de professionals als Jocs Olímpics, ja que fins aleshores només hi participaven esportistes amateurs. Això va permetre la participació dels jugadors de la [NBA](#).

El Bàsquet a Catalunya

El bàsquetbol es practicà per primer cop a Catalunya l'any 1913 a l'escola Vallparadís de Terrassa, fomentat per Alexandre Galí i Artur Martorell. Després de la Primera Guerra Mundial el belga Emile Tiberghien incorpora el bàsquetbol al seu gimnàs del carrer Aragó de Barcelona. Malgrat aquestes primeres manifestacions basquetbolistes a casa nostra, s'accepta comunament que el bàsquetbol fou introduït a Catalunya el 1922 pel pare Eusebi Millan, coneixedor d'aquest esport arrel de la seva estada a Cuba, en formar els primers equips infantils al col·legi de les Escoles Pies de Sant Anton de Barcelona, a partir dels quals, l'any 1922, es forma el primer club de bàsquet català, el Laietà BBC.

Aquest mateix any també es crea la Societé Sportive Patrie, per la colònia francesa de Barcelona, i el CE Europa, el BBC Barcelona, l'American Stars, el Catalunya BBC i La France.

L'any 1923 es crea la Federació Catalana de Bàsquetbol i s'organitza el primer Campionat de Catalunya de bàsquet. Fou una lliga formada per 8 equips i va guanyar la SS Patrie.

El 31 de juliol d'aquest mateix any es constitueix la Federación Nacional de Bàsquetbol a Barcelona, essent president Fidel Bricall. També es constitueix el Comitè Regional de Catalunya. El 26 de febrer de 1925 es canvia el nom del comitè pel de Federació Catalana de Bàsquetbol. A Madrid, paral·lelament, s'havia constituït la Confederación Española de Basketball. No va ser fins l'any 1933 que es fusionen ambdues organitzacions, formant-se l'actual Federación Española de Baloncesto, primer amb seu a Barcelona però que serà traslladada a Madrid el 1935.

La selecció catalana disputa el seu primer partit el 25 de març de 1927 al camp de futbol del FC Gràcia, contra l'equip argentí Hindú de Buenos Aires. Aquests últims es van emportar la victòria per 16-50 en un encontre on el resultat va ser el menys important, ja que va servir per aprendre molts aspectes tàctics i tècnics del bàsquet, molt més evolucionat a Amèrica, on ja feia anys que es practicava.



Pau Gasol, primer jugador català a l'NBA.

[Badalona](#) es va convertir ben aviat en la localitat catalana on més popularitat i tirada obtingué el bàsquet. El primer equip català de renom conegut l'anomenat [Laietà](#) i posteriorment altres equips com el [Joventut de Badalona](#). El [Picadero J.C.](#) de Barcelona i la [secció de bàsquet del Futbol Club Barcelona](#) foren els altres principals equips catalans que disputaren els primers campionats de lliga espanyol enfrontant-se a conjunts com el [Real Madrid](#), l'[Estudiantes](#) del col·legi Ramiro de Maeztu de Madrid o la [Sociedad Deportiva Kas](#) de Bilbao.

Posteriorment, el [Sant Josep de Badalona](#), el [Círcol Catòlic de Badalona](#), la [Unió Esportiva i Recreativa Pineda de Mar](#), el [Bàsquet Manresa](#), el [Club Bàsquet Granollers](#) i, més recentment, el desaparegut [Club Bàsquet Girona](#) i el [Club Esportiu Lleida Basquetbol](#) han estat també equips d'elit del bàsquet espanyol competint diverses temporades a la [Lliga ACB](#) (Associació de Clubs de Bàsquet).

En la [màxima competició europea](#) cal destacar que dos equips catalans han aconseguit ser-ne campions: el Joventut de Badalona el [1994](#) i la secció de bàsquet del FC Barcelona el [2003](#).

Pel que fa a jugadors catalans cal destacar-ne quatre per sobre de la resta per haver jugat a l'NBA: [Pau Gasol](#) (escollit número 3 del [draft de l'NBA](#)) i el seu germà [Marc](#), [Raül López](#) i [Joan Carles Navarro](#).

En bàsquet femení caldria destacar l'equip Universitari, reanomenat [UB Barça](#) després d'un acord de col·laboració amb el [FC Barcelona](#). L'[UB Barça](#) fou un referent de la lliga femenina espanyola. Va aconseguir diverses copes de la reina i diverses lligues abans de desaparèixer, l'any [2007](#).

Actualment, són el [CB Olesa - Espanyol](#) i el [Cadí La Seu d'Urgell](#) qui competeixen a la màxima categoria del bàsquet femení espanyol, la [Lliga espanyola de bàsquet femenina](#).

Marc del joc

- **Durada:** encara que varia amb la competició de la qual es tracti, la principal és la de la [FIBA](#), segons el seu reglament el partit està dividit en quatre períodes de 10 minuts cadascun. En l'[NBA](#) la durada de cada període és de 12 minuts, i en la [NCAA](#) es juguen dos períodes de 20 minuts cadascun. Si el partit finalitza amb empat entre els dos equips, haurà de jugar-se una pròrroga de 5 minuts més. I així successivament fins que un equip guanyi el partit.
- **Jugadors:** l'equip presentat al partit està format per 12 jugadors com màxim. Cinc formaran el quintet inicial i els altres 7 seran els suplents. L'entrenador podrà canviar als jugadors tantes vegades com desitgi aprofitant interrupcions en el joc.



Àrbitre assenyalant falta.

- **Inici del partit:** ha de col·locar-se un jugador de cada equip dintre del cercle central amb un peu prop de la línia que divideix el terreny de joc en dues meitats, situat cadascun d'ells en el seu camp. Els altres jugadors han

d'estar fora del cercle. L'àrbitre llança la pilota cap a dalt des del centre del cercle i els dos jugadors salten verticalment per a intentar desviar-la, sense agafar-la, cap a algun company del seu equip.

- **Àrbitres:** per a la majoria de competicions solen ser dos àrbitres els encarregats de dirigir el partit. Encara que para moltes lligues professionals n'existeixin tres i per a unes altres amb molt baix pressupost un.
- **Taula d'anotadors:** la taula d'anotadors (anotador, ajudant d'anotador, cronometrador, operador de la llei de 24 segons i, si cal, comissari) controla totes les incidències del partit (tanteig, temps morts, temps de joc, faltes, canvis...) i elabora l'acta del partit.

Principals regles del joc

Els cinc principis

Els 5 principis, segons [James Naismith](#) són:

1. Pilota lleugera que es controla amb les mans.
2. Cal botar la pilota per a poder desplaçar-se.
3. No hi ha restriccions de possessió a un jugador.
4. No ha d'haver-hi contacte personal.
5. S'assoleixen punts a l'introduir la pilota en una cistella col·locada horitzontalment i elevada.

Definicions

- **Passes:** després d'haver botat la pilota i tornar a agafar-la no es poden donar més de dos passes, encara que tampoc se'n permet donar dos i quedar-se estàtic; s'ha de deixar anar la pilota immediatament. També es poden realitzar passes de sortida, que solen ser freqüents en alguns jugadors, consisteix a donar un pas immediatament, i aixecar el peu de pivot abans de començar a botar la pilota.
- **Dobles:** un jugador no pot botar la pilota amb les dues mans alhora. Si un jugador bota i para de fer-ho, pot passar o llençar però no tornar a botar-la. Tampoc pot saltar amb la pilota agafada amb les mans i tornar a caure amb la pilota agafada sense haver-la passat ni llençat.
- **Pivotar:** És el moviment en el qual es pot moure un peu en totes direccions, mentre que l'altre roman quiet a terra.

- **Zona:** no es pot romandre més de 3 segons seguits a la zona, que és l'àrea restringida de l'equip contrari quan la pilota es troba en el seu camp.
- **Treure de banda o de fons:** s'ha de treure abans de 5 segons; si no, la pilota passarà a possessió de l'equip defensor en el mateix punt en el qual es comet la infracció.
- **Temps de possessió:** el temps límit de possessió que té cada equip per a llançar i que la pilota toqui en el cercle o entri en la cistella és de 24 segons.
- **Camp enrere:** l'equip atacant una vegada hagi passat la pilota al camp del contrari no podrà retrocedir-la fins al camp propi durant aquesta jugada.
- **Falta personal:** quan un jugador entra en contacte amb un adversari i li causa un desavantatge. Al fer-ho, serà castigat amb una falta personal. A la cinquena falta (6 en l'NBA) el jugador serà eliminat.
- **Falta antiesportiva:** la falta antiesportiva consisteix a posar en perill el físic de l'adversari.
- **Falta tècnica:** falta d'un jugador o d'un membre de la banqueta que suposa un comportament impropï en un partit de bàsquet.
- **Falta desqualificant:** falta personal o tècnica que comporta l'expulsió del terreny de joc i del partit del jugador o del membre de la banqueta que la comet; dues faltes antiesportives també equivalen a una falta desqualificant.
- **Tirs lliures:** si un equip comet quatre faltes defensives en un període, a partir d'aquest moment totes les faltes personals defensives durant aquest període seran castigades amb dos tirs des de la línia de tirs lliures de la zona de l'equip infractor (situada a 4,60 m de la cistella, o 5,30 en mesures de l'NBA). Cada tir lliure aconseguit val un punt. També s'efectuaran dos tirs lliures sempre que un jugador rep una falta mentre es troba en acció de tir i després de les faltes tècniques, antiesportives o desqualificants. Quan el jugador rep una falta durant una jugada en la qual assoleix encistellar, es dóna per vàlida la cistella i se li concedeix un tir lliure. Quan el jugador rep una falta en intentar llançar des de la zona de 3 punts, se li concediran tres tirs lliures.
- **Peus :** la pilota no pot tocar els peus , si ho fa la possessió de la pilota passa a ser de l'equip contrari .

Equips

- Jugadors: Només hi poden jugar un màxim de 5 jugadors alhora per equip. És freqüent que entre aquest 5 jugadors hi acostumin a haver dos pivots, dos alers i un base.
- Suplents: En un equip poden haver un màxim de 12 jugadors convocats, 5 jugadors juguen a la pista i un altres 7 romanen la banqueta.
- Entrenadors: Hi acostuma a haver un sol entrenador en un equip, que decideix tot qui juga i qui no juga, les jugades, etc.

Altres regles relacionades amb temps màxims

- Tres segons: Aquesta regla es compleix quan un equip està atacant i entra a la zona de l'altre equip; no està permès que cap jugador hi estigui més de tres segons. En cas contrari l'arbitre ha d'assenyalar la infracció i la pilota passa a l'equip contrari.
- Cinc segons: Aquesta norma es dona quan la pilota surt fora de banda. El jugador que ha de fer la sacada de banda només té cinc segons per passar-la, sinó la pilota passa a l'equip contrari.
- Vuit segons: Aquesta norma es compleix quan després d'una cistella de l'equip contrari, en la sacada de fons es disposen de vuit segons per a passar de mig camp.
- Vint-i-quatre segons: Aquesta norma és el temps màxim per a fer una jugada i tenir la possessió de la pilota, un cops exhaurits aquests vint-i-quatre segons la pilota passa a l'equip contrari.

Temps de joc



Llançament de 3 punts.

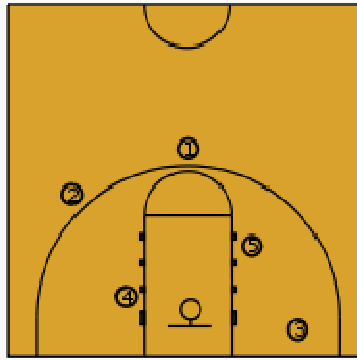
El temps del partit es divideix en quatre parts de 10 minuts cadascuna en l'àmbit del bàsquet FIBA, en quatre quarts de 12 minuts en l'NBA i en dues parts de 20 minuts en la NCAA. Un partit consta de quatre quarts, i això vol dir que son quaranta minuts, de partit, més els temps morts, les fores i les interrupcions que pugui tenir un partit.

Sistema d'anotació

Existeixen tres sistemes de valoracions per als encistellaments, que són:

- 2 punts si la cistella està feta en temps de joc des d'una distància interior de la línia de 6,25 m.
- 3 punts si està feta a través d'un llançament de més enllà de la línia de 6,25 m.
- 1 punt per a les cistelles fetes (amb el temps aturat) des de la línia de tirs lliures.

Característiques dels jugadors en les seves diferents posicions



Posicions al bàsquet. 1-Base, 2-Escorta, 3-Aler, 4-Aler pivot, 5-Pivot.

- **Base:** És l'encarregat de dirigir el partit (les jugades, les posicions, els moviments, etc.). Està situat davant de la línia de 6'25, i des d'ella maneja tot el joc.
- **Escorta:** És l'encarregat d'anotar des del perímetre de l'ampolla, sol ser més alt que el base i també és qui més passades ha de rebre. Sol ser un jugador de contacte amb altres jugadors, ja que juga per dins de la línia de 6,25.
- **Alers:** Són els encarregats de vigilar les bandes i d'ajudar el base i el pivot a penetrar dins la línia de tir. Estan situats un a cada banda de la línia de 6'25, una mica més endins que els bases.
- **Aler pivot**
- **Pivots:** Són els encarregats d'agafar els rebots i de vigilar que l'equip contrari no penetri dins de la línia de tir. Estan situats un a cada costat de la botella, gairebé sota la cistella.

Gestions tècniques bàsiques

Defensa

- Posició bàsica:

Es fa amb les cames flexionades, els peus una mica separats, l'esquena (el tronc), inclinat cap al davant i el cap a l'altura de la pilota i mirant endavant per tenir una total visió dels teus companys i el teu adversari.



Defensa individual.

- Anticipació:

Es un moviment que es basa en interceptar la passada que un jugador contrari ha fet, per tal de sortir ràpidament al contraatac, o sortir des de darrera, d'una forma ordenada.

Defensa individual

És una defensa individual, cada jugador defensa a un atacant, hi ha d'estar en tot moment amb ell per evitar que li passin la pilota o bé pugui fer alguna jugada. Només el pot deixar quan li pren la pilota i els papers s'intercanvien.

Defensa en zona

Cada jugador, té un tros del camp per a defensar, i ha d'evitar que entrin o passin els contraris. És una de les defenses més bones que hi ha, perquè hi col·laboren més d'un jugador i costa més que un contrari penetri en el camp contrari.

Tipus:

Hi ha molts tipus de defensa amb zona, com per exemple:

- Al centre de la línia de mig camp hi ha el cercle central, que mesura 3,6 metres de **diàmetre**.

Per a cada equip la meitat que conté la cistella que es defensa, s'anomena mig camp defensiu i la meitat de la pista on hi ha la cistella en la qual es pretén anotar s'anomena mig camp ofensiu.

- Sobre les línies de fons se situen les cistelles, que estan a 3,05 metres d'alçada i s'introdueixen 1,20 metres sobre el terreny de joc.
- Paral·lela a la línia de fons hi ha la línia de tirs lliures, que es troba a 5,80 m de la línia de fons i a 4,60 de la cistella. El cercle on es troba la línia de tirs lliures té un diàmetre de 3,6 metres. Les línies mesuren 6 **cm.** d'ample.
- La línia de tres punts es troba situada a 6,25 m de distància de la cistella (excepte a la NBA, que es troba a 7,25m).

La pilota de bàsquet



La pilota clàssica

La pilota de bàsquet ha de ser, evidentment, esfèrica, de cuir o pell rugosa, o material sintètic, que faciliti agafar-la pels jugadors amb les mans suades. Tradicionalment és de color taronja, amb línies negres, però hi ha moltes variants. Les pilotes d'*indoor* (pavelló cobert) i *outdoor* (exterior) es diferencien en el material del qual estan recobertes.



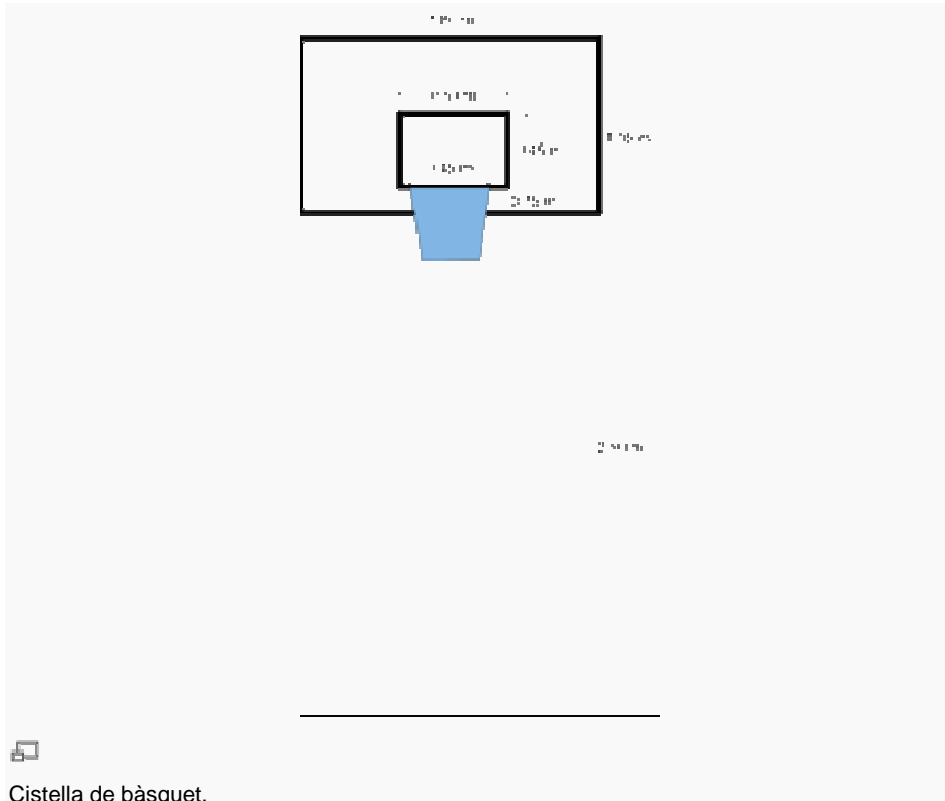
El nou disseny FIBA

A partir de la temporada **2004-05** la **FIBA** ha adoptat per a les seves competicions una pilota amb bandes clares grogues sobre el clàssic color de

fons taronja, per a millorar la visibilitat de la pilota tant per part dels jugadors com pel públic.

Des de l'any 2007 a [Espanya](#) s'utilitza una pilota amb franges negres, sobre el qual es discuteix la seva durada ja que rellisca en excés.

- **Circumferència:** 68 - 73 cm
- **Diàmetre:** 23-24 cm
- **Massa:** 567 - 629 g



Cistella de bàsquet.

S'utilitzen tres mides diferents corresponents a tres grandàries i pesos segons les categories: el nombre "7", utilitzat per a bàsquet masculí, el "6" per a bàsquet femení, i el "5" per a minibàsquet i preinfantils (nens de 8 a 12 anys generalment).

La cistella de bàsquet

El tauler de la cistella és d'1,05 [metres](#) d'alt i 1,80 [m.](#) d'ample. En la part central inferior, es troba un rectangle de 0,59 m d'amplada i 0,45 m d'alçada i que està elevat del tauler per la part baixa 0,15 m, en l'interior del rectangle es troba el suport de la cistella que mesura 0,45 m d'ample. El cercle de la cistella ha de tenir un diàmetre de 45,7 cm, el rectangle interior s'utilitza per a calcular el tir, i que al xocar amb ell la pilota s'introdueixi en la cistella.

Competicions

Hi ha diferents competicions de bàsquet arreu del món, que poden ser o bé entre **clubs** o entre **seleccions estatals**. Les principals competicions del món del bàsquet són:

Entre seleccions estatals



- Jocs Olímpics
- Campionat del Món de bàsquet masculí
- Campionat del Món de bàsquet femení
- Campionat d'Europa de bàsquet masculí
- Campionat d'Europa de bàsquet femení
- Torneig de les Amèriques masculí
- Torneig de les Amèriques femení

Entre clubs

- NBA
 - WNBA
 - Eurolliga de bàsquet
 - Copa ULEB
 - FIBA EuroCup
 - FIBA EuroCup Challenge
 - Copa Korac (desapareguda)
 - Recopa d'Europa de bàsquet (desapareguda)
 - Lliga ACB de bàsquet
 - Lliga italiana de bàsquet
 - Lliga grega de bàsquet
 - Lliga francesa de bàsquet
 - Lliga Catalana de Bàsquet
 - Campionat de Catalunya de bàsquet (desaparegut)
-

Categories i competicions catalanes

Segons l'edat i el sexe, s'organitzen les diferents lligues per categories. La [Federació Catalana de Basquetbol](#) organitza el bàsquet de la següent manera:

Categoria i sexe 	Edat 	Competicions 
Sènior masculí	+21 anys	Copa Catalunya de bàsquet masculina Primera Catalana de bàsquet masculina Segona Catalana de bàsquet masculina Tercera Catalana de bàsquet masculina Campionats territorials sènior de bàsquet masculí ----- Campionat de Catalunya Sots 25 masculí
Sènior femení	+18 anys (+21 anys a Barcelona)	Copa Catalunya de bàsquet femenina Primera Catalana de bàsquet femenina Segona Catalana de bàsquet femenina Tercera Catalana de bàsquet femenina Campionats territorials sènior de bàsquet femení ----- Campionat de Catalunya Sots 25 femení
Sots 21 masculí	18-21 anys	Campionat de Catalunya sots 21 masculí preferent Campionats territorials sots 21 de bàsquet masculí
Sots 21 femení	18-21 anys	Només existeix a Barcelona. Campionat Territorial Sots 21 Femení de Barcelona
Júnior masculí	16-18 anys	Campionat de Catalunya júnior masculí Campionat de Catalunya júnior masculí interterritorial Campionats territorials júnior de bàsquet masculí
Júnior femení	16-18 anys	Campionat de Catalunya júnior femení Campionat de Catalunya júnior femení interterritorial Campionats territorials júnior de bàsquet femení

Cadet masculí	14-16 anys	Campionat de Catalunya cadet masculí preferent Campionat de Catalunya cadet masculí 1r any Campionats de promoció cadet de bàsquet masculí
Cadet femení	14-16 anys	Campionat de Catalunya cadet femení preferent Campionat de Catalunya cadet femení interterritorial Campionats de promoció cadet de bàsquet femení
Infantil masculí	13-14 anys	Campionats territorials de promoció infantil masculí
Infantil femení	13-14 anys	Campionats territorials de promoció infantil femení
preinfantil masculí	12-13 anys	Campionats territorials de promoció preinfantil masculí
preinfantil femení	12-13 anys	Campionats territorials de promoció preinfantil femení
Mini masculí	10-12 anys	Campionats territorials de promoció mini masculí
Mini femení	10-12 anys	Campionats territorials de promoció mini femení
premini mixt	-10 anys	Campionats territorials de promoció premini mixt