

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	الكلية
	القسم
Basketball	المادة باللغة الانجليزية
كرة السلة	المادة باللغة العربية
المرحلة الأولى	المرحلة الدراسية
أ.م.د أحمد خالد عواد عبيد	اسم التدريسي
brief history of basketball	عنوان المحاضرة باللغة الانجليزية
نبذة تاريخية بكرة السلة	عنوان المحاضرة باللغة العربية
١	رقم المحاضرة
قواعد تحكيم كرة السلة أ.د علي سموم الفرطوسي	المصادر والمراجع
كرة السلة النظريات والتطبيق أ.د عادل رمضان	

#### محتوى المحاضرة

### نبذة تاريخية بكرة السلة

تعد لعبة كرة السلة امريكية الاصل وقد ابتكرها الدكتور (جيمس ناي سميث) حينما كان استاذا بجامعة سرنفيلد، وجاء هذا الاكتشاف حينما طلب منه عميد المعهد بمحاولة ايجاد وسيلة لسد فراغ الطلبة في المعهد بعد انتهاء موسم كرة القدم الأمريكية، كما جاء هذا الابتكار نتيجة لحاجة المجتمع الى النشاط والحركة في فصل الشتاء حيث البرد والصقيع يسبب توقف نشاط الطلبة في تلك الفترة. وقد جاء تفكيره بلعبة تلعب باليدين بدل القدمين حتى تكون خالية من الخشونة والعنف، فمنع الجري بالكرة، وجعل الفكرة الاساسية هي المحاورة (الطبطة) والتمرير (المناولة) والتصويب (التهديف) دون لمس المنافس او مهاجمته بعنف.

وقد ذكر مختار أن الدكتور سميث في اثناء تصميمه لهذه اللعبة الجديدة، أقيمت أول مباراة بين فريقين من جمعية الشبان المسيحية بمدينة سبير تجفيلد في مطلع عام ١٨٩٢ وكان ذلك في صالة مغلقة علق على جدرانها سلتين كان على الحكم مهمة الصعود على سلم لإخراج الكرة من السلة عقب كل إصابة ناجحة ثم يستأنف اللعب مرة أخرى من منتصف الملعب. وسميت بكرة السلة

**ان تكون هناك اربعة مبادئ أساسية الهدف الأول منها هو تكون المباراة بعيدة كل البعد عن عناصر القوة والعنف وهذه المبادئ هي:**

- ١- ان اللاعب الذي يحمل الكرة لا يتقدم بها ما دامت معه
  - ٢- ان المرمى افقى وفوق مستوى رؤوس اللاعبين.
  - ٣- منع الخشونة ما أمكن حتى لا يكون هناك احتكاك.
  - ٤- ان اللاعب يملك الكرة ويملكها بدون محاولة اخذها باحتكاك شخصي.
- وهذه هي الأسس الأربعة التي بنيت عليها اصول لعبة كرة السلة واتبعت بدقة من عام ١٨٩١ وقد تطور الأساس الرابع حتى يزيد نشاط الهجوم على حساب مائل للدفاع. وقد وضع قانونا من ثلاثة عشر المادة لا يزال معظمها يطبق لحد الان واخذت اللعبة تنتشر في الولايات المتحدة الأمريكية وكان عدد اللاعبين تسعة ثلاثة هجوم وثلاثة وسط وثلاثة دفاع ثم أصبح الان خمسة لاعبين وقد تبنت جمعية الشبان المسيحيين اللعبة في الولايات المتحدة وفي كثير من دول العالم التي كان للجمعية فروع فيها.

UNIVERSITY OF ANBAR

## كيفية دخول كرة السلة للعراق

تعد كرة السلة اللعبة الشعبية الثانية في العراق وهي من الالعب الشيقة التي يعشقها الكثير اذ ان فيها العديد من المهارات التكتيكية والخطط الفنية دخلت لعبة كرة السلة الى العراق من خلال ثلاث طرق هي:

- ١- عن طريق مدرسة كلية بغداد لان المدرسين الذين يدرسون آنذاك في هذه المدرسة من الأمريكيين فادخلوا هذه اللعبة إلى هذه المدرسة.
- ٢- عندما انشئ جسر الفلوجة كان المهندسون والعمال في اوقات فراغهم يلعبون هذه اللعبة وكانوا يضعون البراميل كأهداف لكرة السلة ويستعملون سلما لإخراج الكرة من داخلها .
- ٣- عندما عين الاستاذ عبد الكريم عسيران مديرا للتربية الرياضية بوزارة المعارف آنذاك ادخل هذه اللعبة الى المدارس حيث كانت دراسته خارج العراق
- ٤- عن طريق مدرسة الشبان المسيحيين التي انشأت في بغداد.

### اهمية كرة السلة

- توجد العديد من الفوائد التي تنعكس على صحة الانسان الجسدية والنفسية عند ممارسته للعبة كرة السلة ومنها:
- تحسين اللياقة البدنية وذلك لما تتطلبه من حركات سريعة.
- زيادة قوة تحمل القلب والأوعية الدموية.
- تقوية العديد من عضلات الجسم المختلفة كعضلات اليدين.
- المساعدة على حرق السعرات الحرارية في الجسم .
- اكتساب قدرات ذهنية كالدقة في التحكم والانتباه الشديد والتركيز .
- تخفيف الضغوط اليومية والتوتر فممارسة كرة السلة قد تشكل احدى الطرق الناجحة لتحقيق ذلك .
- اكتساب حركات مهارية جديدة كالمراوغة ورمى الكرات والتوازن .

