

## Basket-ball

### Évolution

Un des sports d'équipe les plus populaires au monde, le basket-ball est un sport de haute vitesse dans lequel la prise de décision rapide, une grande coordination et la précision des lancers sont les éléments fondamentaux du succès.



Presque tous ont déjà vu du basket-ball à la télévision, mais saviez-vous que le basket-ball a été inventé par un Canadien? Le Dr James Naismith a créé ce sport en 1891 au centre d'entraînement international du YMCA à Springfield au Massachusetts. Le Dr Naismith a eu l'idée du basket-ball comme un sport d'intérieur qui permettrait aux athlètes de demeurer actifs durant l'hiver.

Saviez-vous que les premiers cerceaux étaient fabriqués de vieux paniers de pêches? Évidemment certaines modifications ont été apportées au sport. Cependant, les 13 règles formulées par le Dr James Naismith demeurent les bases du basket-ball d'aujourd'hui.

### Aux Olympiques

Le basket-ball a fait ses débuts comme sport de démonstrations aux Jeux Olympiques de St. Louis en 1904. Ce n'est qu'en 1936 que ce sport démonstratif est devenu un sport olympique à part entière. Depuis cette date, le basket-ball a fait part de tous les Jeux Olympiques.

Une équipe de basket-ball comprend 12 joueurs avec 5 joueurs par équipe sur le terrain. Les 7 autres joueurs sont substitués à la discrétion de

l'entraîneur lors des arrêts de jeu. Le basket-ball olympique est divisé en quatre périodes de dix minutes suivies par une période supplémentaire de 5 minutes si la partie est égale à la fin des périodes. Les équipes tentent de compter dans le panier adverse tout en empêchant l'équipe adverse de marquer dans leur panier. L'équipe qui aura marqué le plus de point à la fin de la partie remporte la victoire.



Les joueurs ne peuvent pas courir s'ils sont en possession du ballon; ils doivent faire une passe ou dribbler le ballon en se déplaçant sur la surface de jeu. Chaque lancer au panier réussi vaut deux points avec l'exception du lancer exécuté en arrière de la ligne de 3 points qui vaut alors 3 points. Des lancers de punition sont accordés à l'équipe adverse suite à une faute ou une faute technique. Un lancer de punition réussi vaut 1 point.

Comment s'impliquer ?

Avez-vous le goût de lancer au panier? Alors allez-vous chercher un ballon et allez à votre terrain de basket-ball le plus près. La plupart des parcs ont un ou deux paniers et plusieurs écoles ou parcs ont des joutes improvisées auxquelles on peut se joindre. Votre centre communautaire local vous offrira une alternative plus structurée que le parc. Que vous soyez peu expérimentés ou des compétiteurs chevronnés, il est toujours possible de trouver une équipe pour jouer au basket-ball. La plupart des écoles offrent des programmes de basket-ball, ce qui est une façon amusante de s'impliquer et de rencontrer d'autres étudiants. Pour plus de renseignements concernant ce sport et comment vous impliquer, veuillez visiter le site Internet [www.basketball.ca](http://www.basketball.ca).