

مقدمة

كرة السلة من الالعب الجماعية الكبيرة، وهي على الرغم من انها ليست لعبة رياضية قديمة، الا انها نالت شعبية كبيرة، وذلك لان مهارتها جذابة ولا هدفها متميز عن سائر الاهداف الرياضية الاخرى فهو فهو حلقة متصل شبكة فيما يشبه السلة، ولان الملعب صمم صغير نسبيا فان الاهداف التي تسجل في المباراة الواحدة كثيرا ما تتعدى 100 هدف مما يجعلها ممتعة سواء في الممارسة او حتى في المشاهدة، وهذه الرياضة الجميلة تنمي روح الجماعة والتعاون والتماسك في الافراد كفريق واحد كما ان التصويب واحراز الاهداف ليس صعبا مادامنا قد تعلمناه، مما يحقق الرضا والشعور بالنجاح بالاضافة الى الصفات والقدرات البدنية والحركية التي يكتسبها اللاعب الممارس لها، واهمها الدقة والرشاقة والتوافق والتوازن واللياقة بشكل عام.

هي لعبة تجري بين فريقين، يسعى كل فريق لادخال الكرة في سلة مرتفعة عن ارض الملعب، وفي كل جهة من الملعب سلة لفريق يركض اعضاء الفريق لادخال الكرة في السلة لتسجيل نقطة تفوق.

كما انها احدى الالعب الرياضية الاكثر شعبية في العالم بعد كرة القدم. ويستطيع السيدات والرجال ممارستها ضمن القوانين نفسها والقواعد المهارية ذاتها.

يعود تاريخ نشأة هذه اللعبة الى القرن السابع ق.م، وكانت تمارسها بعضا من الحضارات القديمة من امثال الكولمبيون القدماء اضافة الى قدماء المصريين وشعوب المايا، وكانت تشابه لعبة كرة السلة واسمها البوكتابوك، وكانو يمارسوها سواء بشكل فردي او زوجي او من خلال فريق ضد فريق.

كما انها كانت تمارس بواسطة ضربها بالاكواع والاوراك والافخاذ والركب دون استعمال الايدي والارجل . وهدفها هو عبارة عن حلقة من الحجر معلقة على علو ثلاثة امتار او اربعة مما كان يجعل اصابة الهدف على جانب من الصعوبة ، بما كان يسببه من حوادث وكسور بين اللاعبين.. (هذا على ذمة روايات المؤرخين) ابتكر د. جيمس ناي سميث استاذ التربية البدنية في جامعة كانزاس سيتي بلورنس ، لعبة جديدة في عام 1890 حيث انه كلف من قبل مجلس الاساتذة لايجاد لعبة تمكن الطلاب من المحافظة على لياقة اجسادهم اثناء فصل الشتاء فابتكرة تلك اللعبة واسماها بكرة السلة و كانت تمارس في بدايتها بان علق سلتين قديمتين من سلال الخوخ في طرقي صالة رياضية مغلقة ، على ارتفاع 3 أمتار ، وكانت المباراة عبارة عن منافسة فريقين ، وكان يتعين عليهم ان يصعدوا على سلم لاستخراج الكرة من سلة الخوخ كلما احرز احد الفريقين هدفا ، الا ان احد اللاعبين اهتدى الى خلع قاع سلة الخوخ فتسقط الكرة بعد مرورها من السلة الى الارض ثانيا

هذا ونرجو من الله أن نكون قد وفقنا فيما نربو إليه عن رياضة كرة السلة .